

Roosa Hiltunen & Laura Miettinen

**MEDIAN KÄYTÖN ILMENEMINEN
VANHEMMUUDESSA ALLE
KOULUIKÄISTEN LASTEN PERHEISSÄ**

Yhteiskuntatieteiden tiedekunta
Terveystieteiden yksikkö
Hoitotiede
Kandidaatintutkielma
Lokakuu 2024

TIIVISTELMÄ

Roosa Hiltunen ja Laura Miettinen: Median käytön ilmeneminen vanhemmuudessa alle kouluikäisten lasten perheissä. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus.

Kandidaatintutkielma, 53 sivua, 2 liitettä

Tampereen yliopisto

Terveystieteiden yksikkö, Hoitotiede

Ohjaajan nimi: Sirpa Salin dosentti, Tampereen yliopisto

Lokakuu, 2024

Vanhemmuus ja lasten kasvatusta ovat kokeneet radikaaleja muutoksia viime vuosikymmeninä. Teknologian kehityksen myötä median käyttö on lisääntynyt. Suurin osa vanhemmista käyttää digitaalisia laitteita ja sosiaalista mediaa päivittäin. Parhaimmillaan median käyttö palvelee arkea, mutta se asettaa myös haasteita nykypäivän vanhemmuuteen.

Kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena oli kuvata median käytön ilmenemistä vanhemmuudessa alle kouluikäisten lasten perheissä. Tutkimuksen tavoitteena oli tuottaa tietoa vanhempain median käytöstä ja sen seurauksista vanhemmuuteen erityisesti neuvoloiden ja lasten parissa työskentelevien ammattilaisten työn tueksi. Tutkimuskysymykseksi muotoutui: Miten median käyttö ilmenee vanhemmuudessa alle kouluikäisten lasten perheissä?

Tiedonhaku toteutettiin CINAHL, ProQuest, PsycInfo, Medline ja Medic –tietokannoista. Hakusanoina käytettiin vanhemmuus, sosiaalinen media, Facebook, X, Instagram, Snapchat, Tiktok ja älypuhelin suomen- ja englanninkielisinä. Sisäänottokriteereinä tutkimuksille olivat julkaisu alle 10 vuotta sitten, vertaisarviointi, koko tekstin saatavuus ja artikkelin tulla käsitellä median käytön seurauksia alle kouluikäisten lasten perheissä. Kaikista tietokannoista rajausten jälkeen saatiin yhteensä 914 hakutulosta. Rajausten jälkeen mukaan valikoitui 16 tutkimusta. Manuaalihakua ei tuottanut lisätuloksia. Valitut tutkimukset analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Valituille tutkimuksille tehtiin laadunarviointi JBI-arviointikriteeristön avulla.

Päätuloksiksi muodostuivat vanhempien median käyttöä lisäävät tekijät, median monipuoliset tukikeinot vanhemmuuteen ja median tuoma kuormitus vanhemmuuteen. Vanhempien median käyttöä lisääviin tekijöihin kuuluivat: median käytölle altistavat piirteet ja verkkotiedon monipuoliset käyttömahdollisuudet. Median tarjoamiin tukikeinoihin kuuluivat: vertaistuen hyödyt, sovellusten antama tuki ja digitaalisten laitteiden hyödyntäminen lapsiperhearjessa. Median tuoma kuormitus piti sisällään: älypuhelimien ongelmallisen käytön, vuorovaikutuksen häiriintymisen ja verkkotiedon negatiiviset piirteet.

Johtopäätöksinä voidaan todeta, että lasten ja perheiden parissa työskentelevien ammattilaisten tulisi tiedostaa vanhempien median käyttöä lisäävät tekijät ja ottaa median käyttö puheeksi perheiden kanssa. Erityisesti tulisi tunnistaa perheet, joissa median käyttö mielenterveysongelmien vuoksi voi muodostua ongelmalliseksi. Median tarjoamia tukimuotoja vanhemmuuteen, kuten vertaistukikanavia ja mobiilisovelluksia tulisi tuoda esiin terveydenhuollossa. Äitiys- ja lastenneuvolassa tulisi tiedostaa median ja älypuhelimien käytön tuoma kuormitus vanhemmuuteen, tunnistaa perheet, joissa tämä näkyy ja puhua asiasta vastaanotolla.

Avainsanat: vanhemmuus, median käyttö, alle kouluikäisen lapsen perhe, kirjallisuuskatsaus

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck –ohjelmalla.

TEKOÄLYN KÄYTTÖ OPINNÄYTTEESSÄ

Opinnäytteessäni on käytetty tekoälysovelluksia:

- Ei
- Kyllä

Ilmoitukseni mukaan olen käyttänyt opinnäytteessäni tutkielmanprosessin aikana seuraavia tekoälysovelluksia:

Tekoälysovellusten nimi ja versio: Copilot

Käyttötarkoitus: Copilot ohjelmaa on käytetty tutkimusten tekstien kääntämiseen englannin kielestä suomen kielelle.

Osiot, joissa tekoälyä on käytetty: Teoria pohjaa varten tutkimusten sisältö on saatu epäselvissä kohdissa suomennettua sujuvammin.

Olen tietoinen siitä, että olen täysin vastuussa koko opinnäytteeni sisällöstä, mukaan lukien tekoälyllä tuotetut osat, ja hyväksyn vastuun mahdollisista eettisten ohjeiden rikkomuksista.

SISÄLLYSLUETTELO

1. JOHDANTO	5
2. KESKEISET KÄSITTEET	7
2.1. Vanhemmuus	7
2.2. Median käyttö	9
2.3. Alle kouluikäisen lapsen perhe	12
3. TARKOITUS JA TAVOITE	14
4. KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TOTEUTTAMINEN	15
4.1. Kirjallisuushaun toteutus	15
4.2. Aineiston kuvaus ja laadunarviointi	20
4.3. Aineiston analyysi	21
5. TULOKSET	24
5.1 Vanhempien median käyttöä lisäävät tekijät	25
5.2 Median monipuoliset tukikeinot vanhemmuuteen	27
5.3 Median tuoma kuormitus vanhemmuuteen	29
6. POHDINTA	31
6.1 Kirjallisuuskatsauksen luotettavuuden pohdinta	31
6.2 Kirjallisuuskatsauksen eettisyys	33
6.3 Tulosten tarkastelu	34
6.4 Johtopäätökset	37
6.5 Jatkotutkimusehdotukset	38
LÄHTEET	39
LIITTEET	46

1. JOHDANTO

Älypuhelin on jokapäiväisessä käytössä melkein jokaisella alle 50-vuotiaalla aikuisella ja tähän ikäryhmään kuuluu myös suurin osa alle kouluikäisten lasten vanhemmista (Kavi, 2021). Sosiaalisen median käyttö on vakiintunut osaksi arkea ja myös aikuisväestön keskuudessa se on laajaa ja yleistä (Männikkö, 2021). Sitä käyttää suurin osa ihmisistä riippumatta iästä, etnisyydestä, sukupuolesta tai sosioekonomisesta-asehasta (Sidani ym, 2020). Vanhemmuus ja lasten kasvatusta ovat kokeneet radikaaleja muutoksia viime vuosikymmeninä. Lapset ovat joutuneet sopeutumaan tässä hetkessä digitalisaatioon sekä hektiseen elämänmenoon. Teknologia ja digitalisaatio asettavat omat haasteensa myös nykypäivän vanhemmuuteen. (Valta, 2022) Millaista on olla vanhempi alati kehittyvän teknologian ja sometrendien aikakautena?

Suurin osa yhdysvaltalaisista vanhemmista raportoi käyttävänsä sosiaalista mediaa (Sidani ym., 2020). Tutkimukset, jotka on tehty Australiassa (Lupton, 2016) ja Yhdysvalloissa (Sidani ym., 2020) osoittavat, että vanhemmat käyttävät mediaa sekä älylaitteita esimerkiksi vertaistuen saamiseksi tai vanhemmuutta koskevan tiedon hakemiseen. Vanhempien median käytön määrä ja käyttötavat ovat yhteydessä lasten omaan median käyttöön myöhemmin, ja sen on todettu lisäävän median käyttöön liittyviä negatiivisia vaikutuksia (McCaleb ym., 2020). Vanhemman oma ja perheen mediankäyttö antavat pohjan ja luovat esimerkin myös lapsen vastuulliselle ja tasapainoiselle median käytölle (MLL, 2023). Parhaimmillaan digitaaliset laitteet palvelevat arkea, kun ne auttavat pitämään yhteyttä muihin ihmisiin ja tuovat merkityksellistä sisältöä elämään. Niitä on kuitenkin osattava käyttää tarkoituksenmukaisesti, jotta niistä olisi hyötyä. Kuormittava informaatio- ja ärsyketulva digitaalisista laitteista johtuen, voi olla haitallista aivojen terveydelle. (Mediakasvatusseura, 2019)

Marjukka Pajulo (2018) kysyy artikkelissaan "Viekö älylaite vauvalta vanhemman?" Pajulo vertaa artikkelissaan älylaitteen toiminnallista riippuvuutta aineriippuvuuteen. Hän kuvailee tekstissään, kuinka älylaitteiden käyttö riippuvuudesta johtuen alkaa tuntua ikävältä ja stressaavalta. Älypuhelin ja internet –riippuvuuksista on kuitenkin vielä vähän tutkimustietoa, jolloin niiden haitat vanhemmuuteen ovat toistaiseksi jääneet vähälle huomiolle. Tämän vuoksi tutkimusta digiriippuvuuden yleisyydestä ja vaikutuksista vanhemmuuteen tarvitaan. Australialaistutkimus puoltaa samaa, sillä McCaleb ym. (2020) mukaan on tarpeen esittää tarkempia kysymyksiä teknologisoituvan maailman vaikutuksista vanhemmuuteen. Erityisesti

vauvoja ja kehittyviä lapsia ajatellen, tutkimustietoa älypuhelimien käytön merkityksestä vanhemmuudessa tarvitaan. Kansainvälisistä tutkimuksista McCaleb ym. (2020) sekä McDaniel ym. (2018) ilmenee, miten digitaaliset laitteet häiritsevät vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta. McCaleb ym. (2020) vaativat korkealaatuista tutkimustietoa vanhemman älypuhelimien käyttöön liittyvistä riskeistä ja hyödyistä. Teknologian todellisen vaikutuksen ymmärtäminen vanhemmuuteen edellyttää objektiivista tiedonkeruuta sekä yhtenevien havaintojen kokoamista useista luotettavista lähteistä.

Olemassa oleva tutkimustieto median käytön ilmenemisestä vanhemmuudessa ja sen seurauksista vanhemmuuteen on pyritty kokoamaan yhteen tähän kirjallisuuskatsaukseen. Tutkimustieto löydettiin kansainvälisistä tutkimuksista, eikä hakuehdollamme löytynyt tutkimustietoa suomeksi. Kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena oli kuvata median käytön ilmenemistä vanhemmuudessa alle kouluikäisten lasten perheissä.

2. KESKEISET KÄSITTEET

Keskeisiä käsitteitä kirjallisuuskatsauksessamme ovat vanhemmuus, median käyttö ja alle kouluikäisen lapsen perhe.

2.1. Vanhemmuus

Vanhemmuus on elämänikäinen tehtävä, jonka aikana ilonaiheet ja murheet muuttuvat lapsen kasvaessa. Vanhempana oleminen on rikas seikkailu, johon sisältyy paljon erilaisia vaiheita ja tunteita. Lisäksi on myös tärkeä ymmärtää, että on lupa kokea väsymyksen ja ärtymyksen tunteita ja on tärkeää pyytää tarvittaessa apua. (MML, 2019) Sinkkosen (2018) mukaan vanhemmuuden tehtävät voidaan jakaa 10 eri tehtäväalueeseen. Näitä ovat esimerkiksi lapsen kiihtymystilojen säätely, lapsen ikään ja kehitystasoon nähden sopiva stimulointi vanhemmalta sekä “turvapesän” tarjoaminen. Näihin Sinkkosen vanhemmuuden tehtäväalueisiin liittyy vahvasti se, kuinka vanhemmuutta voidaan tarkastella varhaislapsuuden psykologisen kehityksen näkökulmasta. Kiintymyssuhdeteoriassa korostetaan vanhemman taitoa reagoida lapsen tunteisiin ja olla saatavilla lasta varten. Vanhempien ollessa tunteiden tasolla läsnä lasten arjessa, lasten positiivinen minäkuva vahvistuu ja lapselle syntyy perusturvallisuuden tunne. Lapselle jää myös voimavaroja tutkia ympäristöään sekä oppia uutta ja harjoitella erilaisia taitoja. (Nurmi ym., 2014) Lastensuojelulaissa (417/2007) lähestytään vanhemmuutta vastuun näkökulmasta. Huoltajilla tai lapsen vanhemmilla on ensisijainen vastuu lapsensa hyvinvoinnista. Heidän tulee taata lapsen tasapainoinen kehitys ja hyvinvointi tavalla, joka määritellään laissa.

Vanhemmaksi voi tulla monella tapaa ja vanhemmuus määritelläänkin eri tavalla perhemuodosta riippuen. Heteroparin, äidin ja isän muodostaman vanhemmuuden sijaan vanhemmuus voi toteutua esimerkiksi kumppanuusvanhempana, sijaisperhetoiminnan, adoption tai itsellisen vanhemmuuden kautta. (MML, 2021) Biologisella vanhemmuudella viitataan lapsen biologiseen alkuperään. Henkilö, joka on synnyttänyt lapsen tai henkilö, jonka siittiöitä on käytetty lapsen alkuun saattamiseen, katsotaan lapsen biologiseksi vanhemmaksi. Geneettinen vanhemmuus puolestaan tarkoittaa käsitettä, jota käytetään esimerkiksi silloin, kun lapsen synnyttänyt (biologinen) äiti on eri henkilö kuin geneettinen (munasolun luovuttanut) äiti. Lisäksi vanhemmuuden muotoihin kuuluvat lainvoimaisiksi luokitellut juridinen tai oikeudellinen vanhemmuus. Ne voivat muodostua joko synnyttämisen,

avioliitossa vahvistetun isyyden, äitiyden tai isyyden tunnustamisen tai adoptioprosessin kautta. (Vilen, 2010) Suomessa lapsen huoltajilla on oikeus päättää lapsen nimestä, uskonnosta, asuinpaikasta, koulutuksesta sekä kasvatuksesta. Lisäksi huoltajalla on puheoikeus lapsen asioissa suhteessa viranomaisiin ja hän on myös elatusvelvollinen. Sosiaalinen vanhemmuus koskee sateenkaariperheiden kohdalla niitä vanhempia, joita perhe arjessa kutsuu lapsen vanhemmiksi. Sateenkaariperheissä löytyy niin samaa sukupuolta olevien pariin ydinperheitä, joissa vanhemmuutta jaetaan kahden aikuisen kesken kuin kolmi- ja neliapilaperheitä, joissa perhettä on alusta asti perustamassa useampia kuin kaksi aikuista. (Sateenkariperheet ry, 2024)

Vanhemmaksi kasvamiseen vaikuttavat oma lapsuus ja vanhemmilta saadut toimintamallit. Puolison kanssa keskustellaan omasta vanhemmuudesta, kasvatuksesta, ja omista arvoista. Vanhemmuudessa tulee vastaan monia erilaisia vaiheita riippuen jokaisen omasta elämäntilanteesta. (Salo, 2020) Odottaessa esikoista, alkaa naisen tai miehen matka vanhemmaksi. Pikkulapsiperheen vanhempien elämässä on tärkeää sopia kasvatustyyleistä ja varmistaa, että lapsi saa riittävän tuen ja turvan kasvulleen. (MML, 2018)

Vanhemmuus voi herättää monenlaisia tunteita unelmista pelkoihin ja on tärkeää, että tulevat vanhemmat keskustelevat yhdessä omista tuntemuksistaan. Yksin odottavan on erityisen tärkeää löytää ihmisiä ympärille, joiden kanssa voi jakaa ajatuksiaan tulevasta. (MML, 2018) Ennen kaikkea vanhemmaksi kasvaminen tarkoittaa vastuun lisääntymistä ja vanhempana kasvaminen jatkuu läpi elämän (Salo, 2020). Vanhempien oman kyvykkyyden ja asiantuntijuuden vahvistaminen ovat keskeisiä asioita lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutuksen tukemisessa. Yksilöllisen ja vuorovaikutukseen keskittyvän vanhemmuuden tukemisen rinnalle tarvitaan myös rakenteellisten ongelmien esiin nostamista ja tarkastelua, jotka voivat haastaa vanhemmuutta. Vanhempien ongelmat voivat olla hyvin moniulotteisia taloudellisista vaikeuksista sosiaalisen verkoston puutteeseen, jolloin kokonaisvaltaisesti perheitä tukevia palveluita ja resursseja tarvitaan vanhemmuuden tueksi. (Sihvonen, 2021) Tämän vuoksi myös oman vanhemmuuden itsereflektointi on tärkeää joko yksin, puolison tai vertaistuen kautta (Salo, 2020).

Hyvä vanhemmuus on koko perheen ja lasten hyvinvoinnin kannalta tärkeää. Monella tapaa voi olla hyvä vanhempi. Oma menneisyys ja nykyinen elämäntilanne vaikuttavat suuresti siihen, miten toimii ja osaa olla vanhempana. Myös ymmärrys oman lapsuutemme merkityksestä tässä kohtaa korostuu. Lapset tarvitsevat turvallisia ja vastavuoroisia

ihmissuhteita elämäänsä. He tarvitsevat kokemuksen, että heistä välitetään, heihin luotetaan ja heidät hyväksytään sellaisena kuin he ovat. Hyvä vanhempi tarjoaa lapselle huolenpitoa, hellyyttä, turvaa, läheisyyttä ja sopivia sääntöjä sekä rajoja. (MML, 2019)

2.2. Median käyttö

Media nykypäivän käsitteenä on laaja. Ajan saatossa internet on sulauttanut itseensä perinteiset mediat sekä antanut mahdollisuuden uudenlaisten medioiden synnylle. Sosiaalinen media alkoi muotoutua 1990-luvulla, kun internetin kautta mahdollistuva keskustelu ja yhteisöllisyys alkoivat. (Pesonen, 2013) Se mullisti merkittävästi 2000-luvun alusta ihmisten viestintätapoja (Männikkö, 2021). Perinteiset tiedotusvälineet kuten sanomalehdet, radio ja televisio ottivat – 90 luvulla käyttöön www-sivustoja keskustelu- ja kommentointipalstoineen. Vuonna 2000 suomalaisesta IRC-galleriasta tuli yksi maailman ensimmäisistä www-yhteisöpalveluista, joissa palveluiden käyttäjät pystyivät lataamaan tietoja ja valokuvia itsestään sekä keskustelemaan reaaliaikaisesti toistensa kanssa. Tietoverkon ja teknologian kehityksen myötä sosiaalinen media on levinnyt huomattavasti nopeammin kuin aikoinaan televisiovastaanottimet. (Pesonen, 2013) Nykyään internet, sosiaalinen media, elokuvat, mainokset, medialaitteet, sovellukset, digitaaliset pelit ja kännykät ovat kaikki mediaa (MML, 2023). Älypuhelimesta on tullut merkittävä osa suomalaisten arkea ja se on lähes jokaisen suomalaisen käytössä päivittäin. Erityisesti älypuhelimien viestintä- ja tiedonhakumahdollisuuksien koetaan helpottavan elämää. (Kauppinen ym., 2014)

Sosiaalisella medialla, joka puhekielessä lyhennetään yleisesti “some”, tarkoitetaan verkkoviestintäympäristöjä, joissa käyttäjällä on mahdollisuus olla aktiivinen viestijä ja sisällöntuottaja sekä tiedon vastaanottaja. Tällaisia verkkoviestintäympäristöjä ovat esimerkiksi Facebook, YouTube, Instagram ja WhatsApp (Työturvallisuuskeskus, 2024) sekä pelimediat kuten Fortnite ja Minecraft (Männikkö, 2021). Sosiaalista mediaa voidaan määritellä myös joukkoviestimenä, joka välittää uutisia ja mainoksia yleisölle sekä sosiaalisessa merkityksessään tarjoaa yhteisöllisyyttä ja osallisuutta käyttäjilleen (Pesonen, 2013). Sosiaalisen median käyttäjillä on rajattomat mahdollisuudet toistaa ja selata muiden jakamia sisältöjä sekä loputtomat mahdollisuudet oman sisällön tuottamiseen ja jakamiseen (Männikkö, 2021).

Maailmanlaajuisesti sosiaalista mediaa käyttää lähes neljä miljardia ihmistä maailman väestöstä. Facebook, Youtube ja WhatsApp kuuluvat kolmeen suosituimpaan sosiaalisen median alustaan. (Männikkö, 2021) Facebookilla on 3,049 miljardia käyttäjää maailmanlaajuisesti (Markkinointimaestro, 2024). Se kuuluu X:n (entisen Twitterin) lisäksi alustoihin, jotka ovat nimenomaan keskittyneet sosiaaliseen verkostoitumiseen. Sen sijaan LinkedIn on kehitetty ammatillista verkostoitumista varten. Youtube ja Instagram alustoja, jotka puolestaan ovat keskittyneet pääasiassa kokonaan sisällön jakamiseen. Näiden lisäksi sosiaaliseen mediaan luetaan kuuluvaksi erilaiset blogit, podcastit ja keskustelufooromit. Tiedon ja tietolähteiden jakamiseen tarkoitettuja alustoja taas ovat esimerkiksi Wikipedia tai Reddit. (Duong, 2020) Suomalaisista lähes 70 % käyttää sosiaalisen median yhteisöpalveluita. Aktiivisimpia käyttäjiä ovat nuoret, mutta käyttö on yleistynyt myös keski-ikäisten keskuudessa. Sosiaalisen median kanavista Facebook on Suomessa suosituin yhteisöpalvelu. Puolet suomalaisista käyttää WhatsAppia ja kolmanneksi suosituin yhteisöpalvelu on Instagram. Nuoret suosivat muita ikäryhmiä enemmän myös TikTokia ja Jodelia. (Työturvallisuuskeskus, 2024)

Internet on muuttanut vanhemmuutta monella tapaa. Median käytöstä koetaan kuitenkin olevan hyötyä vanhemmuuteen. (Nieuwboer ym., 2013) Vanhemmat hyödyntävät mediaa esimerkiksi kirjallisuuden, lehtien ja erilaisten kommunikointialustojen kautta (Coronaria, 2018). Vanhemmat käyttävät sosiaalisen verkoston sivustoja sosiaalisen pääoman lisäämiseen sekä viihteeseen liittyvistä syistä (Ögel-Balaban & Şebnem, 2020). Sosiaalinen media tarjoaa välittömän yhteydenpidon läheisiin vahvistaen sosiaalista pääomaa. Sen avulla ihmiset pääsevät uuden tiedon äärelle, altistuvat eri näkökulmille, ovat osa jotain laajempaa yhteisöä ja tyydyttävät sosioemotionaalisia tarpeitaan. (Lovcevic, 2023) Sosiaalinen media nähdäänkin yhtenä vanhemmuuden neuvojen ja tiedon lähteenä (Duggan ym., 2015). Yhä useammat äidit raportoivat käyttävänsä mediavälineitä esimerkiksi imetyksen aikana. Mediavälineitä käytetään kivun ja turhautumisen lievittämiseen imetyksen aikana, vauvoja ja imetystä koskevaan tiedon hakuun, viihdetarkoitukseen, yhteydenpitovälineenä muihin aikuisiin sekä väylänä emotionaalisen tuen saamiseksi. Vauvan iällä, synnytyskertojen määrällä ja vuorokaudenajalla on todettu olevan vaikutusta median käytön määrään. (Lovcevic, 2023) Regan & Brown (2019) mukaan erityisesti internetistä saatavaa tukea imetykseen pidettiin hyvin tärkeänä, imetyksen jatkumisen takaamiseksi. Sosiaalisesta mediasta saatava

tuki koettiin hyödylliseksi, mutta korostettiin, ettei sen tulisi korvata ammattilaisten tarjoamaa tukea tai koulutettuja vertaistukipalvelujen tarjoajia (Regan & Brown, 2019).

Sosiaalisen median hyvinvointivaikutukset eivät ole yksiselitteisiä. Sosiaalisen median käyttöön voi liittyä voimakkaita negatiivisia tunteita esimerkiksi sosiaalisen vertailun vuoksi ja toisessa hetkessä sen käyttö voi kohottaa mielialaa suuresti. (Männikkö, 2021) Whiten ym. (2023) mukaan äidit ovat jakaneet sosiaalisessa mediassa kokemuksiaan haasteista liittyen pariskunnan ristiriitaisiin imetysnäkemysiin sekä yhteiskunnan paineista, jotka vaikuttavat negatiivisesti itsevarmuuteen äitiydestä. Lovcevicin (2023) mukaan huolimatta imetyksen valtavista hyödyistä, imetys ja sen mahdolliset hyödyt ovat saattaneet viime vuosina vaarantua erilaisten mediavälineiden jatkuvan läsnäolon vuoksi. Mediavälineiden käyttö imetyksen aikana voi vaikuttaa äidin ja vauvan väliseen vuorovaikutukseen, häiriten tärkeitä käyttäytymismalleja, jotka vaikuttavat äidin ja vauvan välisen kiintymyksen ja siteen kehittymiseen (Ventura ym., 2019). Myös Wolfers ym. (2020) mukaan aikaa vievä vanhemman median käyttö ja lapsen tarpeiden huomioiminen voivat olla ristiriidassa keskenään.

Lapsiperheiden arki on monelta osin median täyteistä ja media on suuressa roolissa lasten jokapäiväistä elämää sekä sosiaalisia suhteita. (Raudaskoski ym., 2019). Median käyttöön kuuluvat monet mediavälineet, kuten tietokoneet, tabletit ja älypuhelimet, jotka ovat välittömästi saatavilla (Coronaria, 2018). Lapsilla on monesti televisio, tietokone tai pelikonsoli omassa huoneessaan. Median käyttö toimii kasvattajana niin positiivisessa kuin negatiivisessakin mielessä. Parhaimmillaan se opettaa uusia taitoja ja antaa tietoa, avartaa maailmankatsomusta ja herättää eettisen arvomaailman rakentamisessa. (Opetushallitus, 2024) Median käytöllä on kognitiivisia, sosiaalisia, emotionaalisia ja terveydellisiä vaikutuksia, minkä vuoksi vanhemman rooli median käytön kasvattajana on tärkeä (Coronaria, 2018). Opastus ja tuki ovat tärkeitä lapsille ja he tarvitsevat median käytössään tukea sekä kuuntelua, läsnäoloa ja yhdessä tekemistä. Käyttäytymismallit ja toimintatavat kulkeutuvat vanhemmilta lapsille mediankäytön suhteen, jolloin vanhempien oman toiminnan merkitys korostuu. Lapsen median käyttöön vaikuttaa suuresti se, miten kotona ja kaveripiirissä mediaa käytetään. Vanhempien asettamat rajoitukset ja lasten kanssa pohditut säännöt ovat tärkeitä turvallisen median käytön suhteen. (MML, 2023)

Vaikka internet on olennainen osa ihmisten elämää nyky-yhteiskunnassa, niin se tuo myös haasteita vanhemmille ohjata ja valvoa lapsiaan integroitumaan moderniin digitaaliseen aikakauteen (Wong, 2017). Sukupuolella on todettu olevan merkitystä lisääntyneeseen median käyttöön. Pojat pelaavat yleensä tyttöjä enemmän riippuvuutta aiheuttavia videopelejä, jonka

vuoksi pojat eivät pysty samalla tavalla rajoittamaan omaa median käyttöään. Poikien vanhemmilla onkin suurempi vastuu rajoittaa pelaamista ja ohjata poikien median käyttöä. (Poulain ym., 2023) Jopa pienet lapset voivat kehittää riippuvuutta älylaitteisiin, jos he kokevat saavansa niistä turvaa (Gumhee ym., 2022). Poulain ym. (2023) mukaan pienemmät lapset tarvitsevat enemmän vanhempiensa apua median käytön säätelyssä. Myös vanhemman omalla median käytöllä on selkeä yhteys lasten ruutuajan käyttöön ja määrään (Poncet ym., 2022).

2.3. Alle kouluikäisen lapsen perhe

Nykyajan perheet ovat monimuotoisempia kuin koskaan ja nykyään perheelle annetaan enemmän sosiaalinen kuin biologinen merkitys. Perhe nähdään ennemmin merkittävien ihmissuhteiden kuin läheisten verisukulaisten kautta. (King & Hauge, 2013) Tilastokeskuksen mukaan perheen muodostavat yhdessä asuvat avio- tai avoliitossa olevat, parisuhteensa rekisteröineet henkilöt ja heidän lapsensa. Perheen voi myös muodostaa yksi vanhempi lapsineen tai avio- ja avopuolisot sekä parisuhteensa rekisteröineet henkilöt, joilla ei ole lapsia (Tilastokeskus, 2019). Perhemuotoja on useita, jotka poikkeavat jollain tavalla ydinperhenormista. Tätä aihealuetta kutsutaan perheiden monimuotoisuudeksi. Monimuotoisiin perheisiin sisältyvät adoptioperheet, kahden kulttuurin perheet, lapsikuolemaperheet, sijaisperheet, sateenkaariperheet, monikkoperheet, leskiperheet, tahattomasti lapsettomat ja yhden vanhemman perheet. (Monimuotoiset perheet, 2024)

Perhe rakenteeseen voi liittyä myös monenlaiset muut asiat kuten maahanmuutto, sotilaskomennukset, kodittomuus, vammaisuudet, vanhempien seksuaalinen suuntautuminen sekä uskonnollisuus. Lisäksi näihin perheisiin vaikuttaa erilaiset ympäristön muuttujat kuten sairaudet, kuolema, ero, perheenjäsenten lisääntyminen sekä taloudellinen tilanne. (King & Hauge, 2013) Perheitä on monenlaisia, mutta tärkeintä on, että niiden jäsenet kokevat kuuluvansa perheeseen (Lahti ym., 2020).

Alle kouluikäiseksi katsotaan 0-6-vuotiaat lapset. Tässä ikävaiheessa lapsi tarvitsee vanhempiensa läsnäoloa kasvun ja kehityksen tueksi sekä rohkaisua ja kiitosta yrittämisestään. Päiväkoti-ikäinen lapsi tarvitsee päivittäistä huolenpitoa, hellyyttä, rajoja ja rakkautta. Perhe-elämässä voi tulla vastaan erilaisia haasteita ja ihmetyksen aiheita, joihin alle kouluikäinen tarvitsee paljon tukea. (Tornio, 2024) Suomessa koulunkäynti aloitetaan oppivelvollisuuslain (2020) mukaan syksyllä lukuvuoden alkaessa sinä vuonna, jolloin lapsi täyttää 7-vuotta.

Suomessa alle kouluikäisellä lapsella tarkoitetaan alle 7-vuotiasta lasta, joten tässä kirjallisuuskatsauksessamme tarkoitamme myös alle kouluikäisellä lapsella 0-6-vuotiasta lasta, huolimatta alkuperäistutkimuksen kohdemaasta ja heidän oppivelvollisuusiästään.

Alle kouluikäisen lapsen kanssa vanhemmilla on suuri rooli kaveritaitojen opettelemisen ja kaverisuhteiden vaalimisen osalta. Rajojen kokeilu ja suuret tunteet ovat päiväkotikäiselle tyypillisiä piirteitä. Riitaa sisarusten ja kavereiden kanssa tulee ajoittain, kun kaveritaitoja opetellaan puolin ja toisin. Vanhemman avulla lapsi oppii vähitellen säätelemään tunteitaan ja hallitsemaan käyttäytymistään. (MML, 2018) Tässä vaiheessa lapsi ymmärtää oikean ja väärän väliset erot ja hän kykenee pohtimaan tekojensa seurauksia vanhempien avustuksella. Alle kouluikäinen lapsi pahoittaa kuitenkin vielä helposti mielensä, jonka vuoksi hän tarvitsee vanhemmalta lohdutusta ja turvaa näiden vaikeiden tunteiden käsittelemiseksi sekä päästäkseen yli näistä tunteista. (Korhonen, 2024) Hän ei myöskään vielä osaa aina sanoittaa tunnetilojaan, vaan tarvitsee siihen vanhempiensa apua. Kaikki tunteet ovat sallittuja, mutta niiden sopivaa ilmaisua lapsen kanssa tulee harjoitella. (MML, 2018)

3. TARKOITUS JA TAVOITE

Tämän kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena oli kuvata median käytön ilmenemistä vanhemmuudessa alle kouluikäisten lasten perheissä. Tavoitteena oli tuottaa tietoa vanhempien median käytöstä ja sen seurauksista vanhemmuuteen erityisesti neuvoloiden ja lasten parissa työskentelevien ammattilaisten työn tueksi. Tutkimuskysymyksenä oli, miten median käyttö ilmenee vanhemmuudessa alle kouluikäisten lasten perheissä?

4. KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TOTEUTTAMINEN

Kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena on koota yhteen kirjallisuus, joka tutkittavasta aiheesta on olemassa. Siinä tuodaan esiin, mitä tutkittavasta ilmiöstä tiedetään ja kuinka tutkimustieto on tuotettu. (Aveyard, 2014) Kirjallisuuskatsauksen avulla on tarkoitus tiivistää alkuperäistutkimusten sisältämä olennainen tieto tutkimusaiheesta sekä tehdä keskeiset johtopäätökset ennalta asetettuun tutkimuskysymykseen. Tavoitteena on luoda kriittisesti tarkasteltu kokonaiskuva eli synteesi tutkittavasta aiheesta. (Vilkkä, 2023) Kirjallisuuskatsauksen avulla yhdistetään olemassa oleva tieto kyseisestä ilmiöstä ja osoitetaan uuden tiedon tarve. Tiedonhaku kirjallisuuskatsaukseen tehdään systemaattisen tiedonhaun avulla. (Kylmä & Juvakka 2014)

Kirjallisuuskatsaus etenee seuraavien vaiheiden mukaisesti; tutkimuskysymyksen valitseminen, sisäänotto ja poissulkukriteerien asettaminen, hakustrategian laatiminen, tutkimusten valitseminen, tutkimusaineiston käsittely, tutkimusaineiston laadun arviointi, tutkimusaineiston synteessin ja raportin laatiminen. Menetelmien tarkka määrittäminen etukäteen vähentää vinoumamahdollisuutta katsauksessa. Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen suunnittelussa on hyvä hyödyntää suunnitteluun ja arviointiin tarkoitettuja tarkistuslistoja, kuten Prismaa. (Stolt ym., 2016)

4.1. Kirjallisuushaun toteutus

Tämän tutkimuksen systemaattinen kirjallisuushaku toteutettiin maaliskuussa 2024. Haussa hyödynnettiin PICO-menetelmää ja hakusanojen synonyymejä haettiin MOT - sanakirjasta. Haku toteutettiin vapaasanahauulla ja sanoissa käytettiin katkaisumerkkejä, jolloin mukaan saatiin myös taivutetut sanamuodot. Haussa käytettiin hyödyksi Boolean operaattorin OR ja AND -toimintoja.

Tietokannoiksi valikoituivat Cinahl (EBSCO), Medline, ProQuest, PsycInfo (Ovid) ja MEDIC. Cinahl, Medline, ProQuest ja PsycInfo (Ovid) valittiin kansainvälisten ja MEDIC puolestaan suomalaisten terveystutkimusten löytämiseksi. Hakutulokset tietokannoissa rajattiin vuosiin 2014-2024 ja tutkimusten kieleksi valittiin englanti sekä suomi. Lisäksi tutkimusten tuli olla vertaisarvioituja sekä koko teksti tuli olla saatavilla. ProQuestissa haku rajattiin niin, että

hakusanojen tuli esiintyä vähintään abstraktitasolla. Hakusanoiksi valittiin vanhemmuutta ja mediaa koskevat suomenkieliset ja englanninkieliset sanat. Hakusanoista jätettiin tietoisesti pois isä ja äiti, sillä ne lisäsivät hakutuloksia suuresti, eivätkä artikkelit vastanneet täysin tutkimuskysymykseemme.

Tutkimusten hakuprosessi on kuvattu kuviossa 1. Ennen tietokantarajauksia hakutuloksia saatiin 145920 kappaletta. Tämä suuri hakutulos johtui ProQuestin hakutuloksista, joita ennen mitään tietokantarajauksia oli 143220. Aiemmin esille tuomien tietokantarajauksiemme jälkeen Proquest tuotti edelleen 37760 hakutulosta. Tämän suuren hakutulosten määrän vuoksi rajattiin niin, että hakusanojen tuli ProQuestissa esiintyä vähintään abstraktitasolla. Muista tietokannoista ennen rajauksia saatiin maltillisempia tuloksia. Kaikista tietokannoista rajausten jälkeen saatiin yhteensä 914 hakutulosta. Medlinestä ja Cinahlistista saatiin useita dublikaatteja (15 kpl), jotka jätettiin ainoastaan Cinahliin voimaan.

Otsikkotasolla sopivia tutkimuksia löydettiin 82 tutkimusta, jotka vastasivat tutkimuskysymykseen. Otsikon perusteella pystyttiin karsimaan kaikista hakutuloksista ne tutkimukset, jotka eivät aiheeseen täysin vastanneet. Tähän lukeutuivat esimerkiksi raskausaikaan tai yli 7-vuotiaisiin lapsiin liittyvät tutkimukset. Tiivistelmän perusteella valittiin yhteensä 49 kappaletta tutkimuksia. Osa tutkimuksista ei kuitenkaan vastannut tarpeeksi hyvin tutkimuskysymykseen koko tekstiä luettaessa. Tässä vaiheessa tutkimuksista rajattiin pois myös poissulkukriteerien mukaisesti osa tutkimuksista. Tähän lukeutuivat tutkimukset, joissa osallistuneilla vanhemmilla oli yli 7-vuotiaita lapsia, tutkimuksen tulokset keskittyivät enemmän tietyn sosiaalisen median sovelluksen käyttöön kuin vanhemmuuteen, tutkimus oli tehty Afrikassa tai tutkimuksen tulokset keskittyivät enemmän lasten ruutuaikaan. Tämän tarkastelun jälkeen katsaukseen valikoitui lopulta 16 tutkimusta. Nämä määritellyt sisäänotto- ja poissulkukriteerit löytyvät taulukosta 1.

TAULUKKO 1. Sisäänotto- ja poissulkukriteerit

Tutkimuskysymys

Miten median käyttö ilmenee vanhemmuudessa alle kouluikäisten lasten perheissä?

Hakusanat

vanhemmuus or vanhemmu* or parenthood or maternal or paternal

AND

social media or facebook or twitter or instagram or snapchat or tiktok or sosiaalinen media or smartphone

Tietokannat

CINAHL, ProQuest, PsycInfo, Medline ja Medic

Sisäänottokriteerit:

Englannin- tai suomenkielinen julkaisu

Julkaisuvuosi 2014–2024

Koko teksti saatavilla

Vertaisarvioidut artikkelit

Vastaa tutkimuskysymykseen

Poissulkukriteerit:

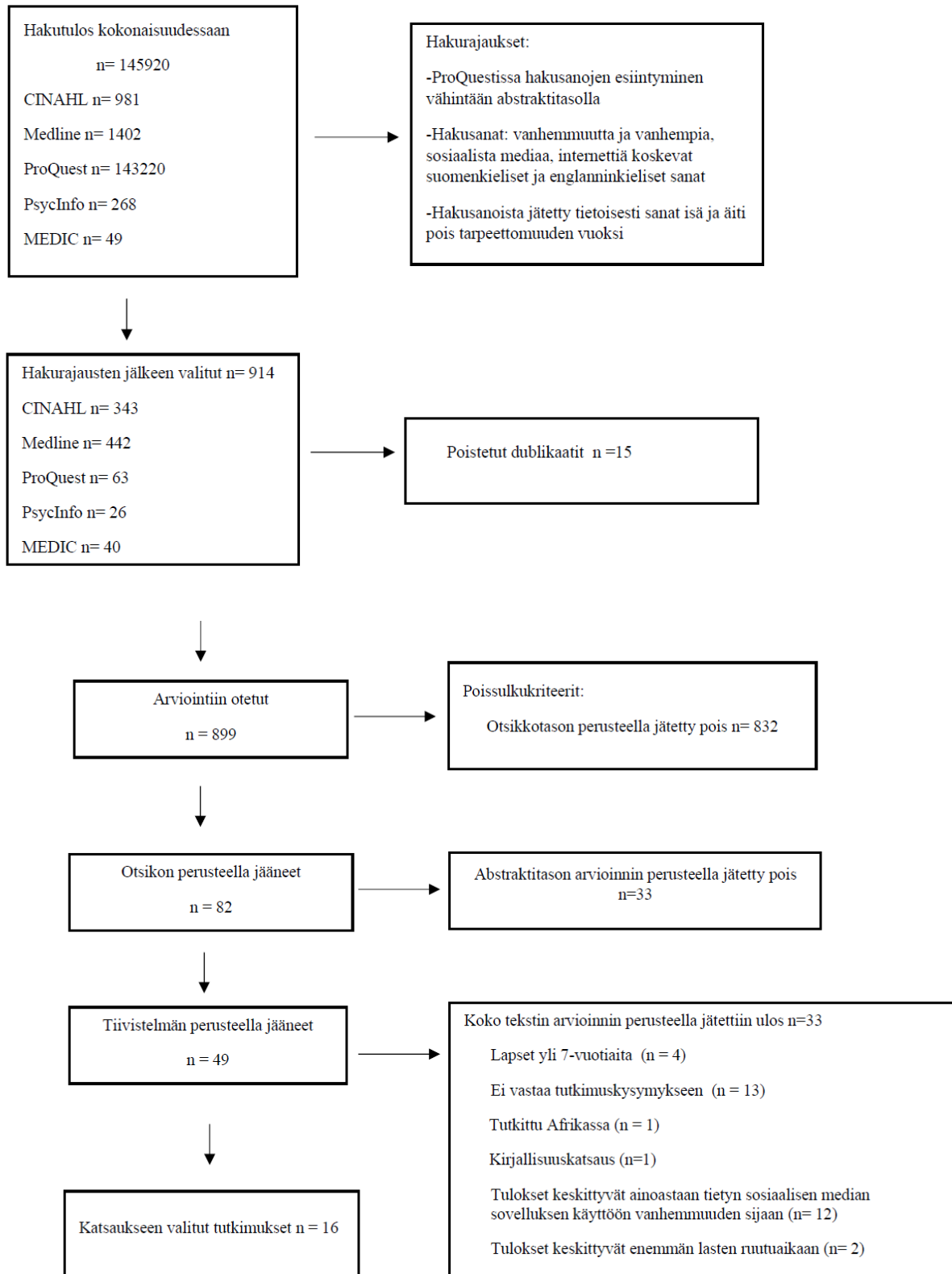
Kehittyviä maita koskeva tutkimus (Afrikka)

Tutkimukseen osallistuneilla vanhemmilla oli yli 7-vuotiaita lapsia

Tutkimuksen tulokset keskittyivät enemmän tietyn sosiaalisen median sovelluksen käyttöön kuin vanhemmuuteen

Tutkimuksen tulokset keskittyivät enemmän lasten ruutuaikaan

Cinahlista mukaan valikoitui 10 tutkimusta, Medlinestä 4 ja Psycinfosta 2. ProQuestista ei lopulta valittu yhtään tutkimusta, koska tutkimusten tulokset keskittyivät lähinnä tietyn sosiaalisen median sovelluksen käyttöön, eivätkä tulokset tuottaneet tarpeeksi tietoa kyseisen sovelluksen käytöstä vanhemmuudessa. MEDIC:istä löydettiin otsikkotason tarkastelun jälkeen vain yksi aiheeseen sopiva hakutulos, mutta tämä ei ollut varsinainen tutkimus. Artikkelista löytyi kuitenkin hyvää tietoa aiheeseemme, käsitteiden määrittelyyn, katsauksen teoriasaan ja vinkkejä siihen, millaisia hyviä tutkimuksia aiheesta on tehty.



KUVIO 1. Hakuprosessin kuvaus

4.2. Aineiston kuvaus ja laadunarviointi

Kaikki tutkimukset arvioitiin Joanna Briggs instituutin arviointikriteereillä. (Hoitotyön tutkimussäätiö, 2021). Laadunarvioinnissa näkökulmana on se, kuinka asianmukaisesti valittu tutkimus on toteutettu sekä se, kuinka se vastaa tutkimuskysymykseen, joka kirjallisuuskatsaukselle on asetettu. Laadunarvioinnissa on tärkeää tuoda esiin tutkimusten aihe, aineisto, aineistonkeruumenetelmä, tulokset ja johtopäätökset. Tärkeää on myös arvioida kyseisen tutkimuksen tarkoituksenmukaisuutta omalle kirjallisuuskatsaukselle. (Vilka, 2023) Kirjallisuuskatsaukseen valikoitui ainoastaan vertaisarvioituja tutkimuksia ja jokaiselle valikoituneelle tutkimukselle suoritettiin laadunarviointi. Valitsimme tähän katsaukseen 16 tutkimusta, jotka arvioitiin laadun arvioinnin kriteeristön mukaan riittävän laadukkaiksi katsausta varten. Molemmat tämän katsauksen tutkijoista suorittivat itsenäisesti laadunarvioinnin jokaiselle tutkimukselle. Tämän jälkeen pisteytykset käytiin yhdessä läpi ja epäselvistä pisteytyksistä keskusteltiin. Lopullisista laadunarvioinnin pisteistä tutkijat päättivät yhdessä.

Laadulliset tutkimukset arvioitiin “JBI: Arviointikriteerit laadulliselle tutkimukselle” - tarkistuslistan avulla. Tämä tarkistuslista sisältää yhteensä 10 arviointikriteeriä, jotka sisältävät laadullisen tutkimuksen metodologisen laadun arviointia. Määrälliset tutkimukset arvioitiin: “JBI: Kriittisen arvioinnin tarkistuslista poikkileikkaustutkimukselle” -tarkistuslistan avulla. Tämä tarkistuslista puolestaan sisältää yhteensä kahdeksan arviointikriteeriä, jotka keskittyvät laadun arviointiin ja tutkimuksen tuloksiin vaikuttavan harhan riskin tunnistamiseen.

Tähän kirjallisuuskatsaukseen valituista tutkimuksista kuusi kappaletta oli laadullisia ja loput 10 tutkimusta olivat määrällisiä tutkimuksia. Näiden tutkimusten laadunarvioinnista saamat pisteytykset löytyvät liitteenä 1 olevasta taulukosta.

Yhdessäkään näistä valituista laadullisista tutkimuksista ei oltu kuvattu tutkijan omia kulttuurisia tai teoreettisia lähtökohtia. Näistä tutkimuksista ei myöskään löytynyt pohdintaa siitä, että tutkija olisi kuvannut kyseisen tutkimuksen vaikutusta itseensä tai sitä, kuinka hän itse olisi vaikuttanut tutkimukseensa. Tämän vuoksi yksikään näistä laadullisista tutkimuksista ei saanut maksimipistemäärää laadun arvioinnissa.

Yhdessäkään valitusta määrällisestä tutkimuksesta ei ollut sekoittavia tekijöitä ja osasta tutkimuksia puuttui myös altistus, jolloin kaikkia arviointikriteerejä ei voitu soveltaa laadun

arvioinnissa. Tämän vuoksi laadun arvioinnin maksipistemäärä näissä määrällisissä tutkimuksissa laski kahdeksasta pisteestä kuuteen tai viiteen pisteeseen.

Olemme sisällyttäneet valittujen tutkimusten laadun arvioinnin tutkimustaulukkoon. Taulukkoon on kirjattu esiin myös tutkimuksen tekijät, vuosiluku, maa, aineisto, tutkimusmenetelmät ja keskeiset tulokset. Tämä taulukko löytyy liitteestä 1.

4.3. Aineiston analyysi

Ensimmäisessä vaiheessa tutkimuksiin tutustuttiin tiedonhaun kautta. Kirjallisuuskatsauksessa analyysi etenee induktiivisesti eli aineistosta lähtevänä päättelynä. Sisällönanalyysia käytetään, vaikka analysoitaisiinkin määrällistä tai laadullista tutkimustietoa. (Vilka, 2023) Otsikoiden perusteella valikoitujen tutkimusten tiivistelmien läpiluvun jälkeen otettiin tarkasteluun tutkimusten koko tekstit. Kaikki valitut tutkimukset olivat englanninkielisiä. Kirjallisuuskatsaukseen valittujen tutkimusten analyysivaiheessa tulososiot suomennettiin, jonka jälkeen aineistoa luettiin vielä useampaan kertaan läpi ja etsittiin aineistoista yhdistäviä piirteitä. Aineisto tuli tutuksi, kun tutkimuksia oli käyty läpi jo useamman kerran ennen varsinaista analyysivaihetta. Sisällönanalyysia voidaan pitää tutkijan ja hänen aineistonsa välisenä keskusteluna (Kyngäs, 2020).

Analyysissa ei analysoida kaikkea tietoa, vaan haetaan vastausta tutkimuskysymykseen. Oleellista on aineiston tiivistyminen ja abstrahoituminen. (Kylmä & Juvakka, 2014) Tavoitteena on saavuttaa tiivis ja laaja kuvaus ilmiöstä. Analyysin tuloksena syntyy käsitteitä, jotka kuvaavat ilmiötä. (Elo & Kyngäs, 2008) Suomennetusta aineistosta poimittiin ilmaisut, jotka vastasivat tutkimuskysymykseen. Nämä merkitykselliset ilmaisut pelkistettiin niiden sisältöä kuvaaviksi käsitteiksi. Osa pelkistyksistä tiivistyi enemmän ja osa vähemmän, sillä joukossa oli sekä laadullisia että määrällisiä tutkimuksia. Siitä huolimatta ne kuvasivat hyvin alkuperäisilmaisujen sisältöä. Osa pelkistyksistä puolestaan säilytettiin pitkinä, jotta alkuperäisilmaisujen sisältö pystyttiin säilyttämään. Aineistoa pelkistettäessä huomioidaan, ettei tiedonantajan kuvaama sisältö kuitenkaan muutu eikä tutkija tee omaa tulkintaa. (Kylmä & Juvakka, 2007; Elo ym., 2022) Tämän lisäksi pelkistykset koodattiin eri tutkimusten mukaan (T1, T2 ym.), jotta alkuperäisiin ilmaisuihin voitiin palata analyysin edetessä. Lopullisia

aineistoon valikoituneita pelkistyksiä oli yhteensä 263. Taulukossa 2 on esimerkki kahdesta aineiston pelkistyksestä.

TAULUKKO 2. Esimerkki aineiston pelkistämisestä

Alkuperäinen ilmaus	Pelkistys
<i>" To know that there are others out there going through the same experiences as me is reassuring."</i>	tieto muiden käyvän läpi samoja ongelmia rauhoittaa
<i>" The ability to interact with other people was the most commonly cited reason for blogging. This appeared especially important to those who...self-identified as being either physically or emotionally isolated."</i>	Fyysisesti tai henkisesti eristäytyneelle äidille bloggaaminen kaikkein merkityksellisintä

Analyysia jatkettiin yhdistelemällä pelkistetyt ilmaukset samankaltaisuuksien ja eroavaisuuksien mukaisesti. Tämä toteutettiin koodaamalla samankaltaiset pelkistykset samalla värillä ja ne ryhmiteltiin allekkain. Näin muodostetut alaluokat nimettiin niiden sisältöä kuvaavasti. Näitä alaluokkia muodostui 8, joista yksi "vertaistuen hyödyt" näkyy taulukossa 3.

TAULUKKO 3. Esimerkki alaluokan muodostamisesta

Pelkistys	Alaluokka
Tieto muiden käyvän läpi samoja ongelmia rauhoittaa	VERTAISTUEN HYÖDYT
Fyysisesti tai henkisesti eristäytyneelle äidille bloggaaminen muiden ihmisten kanssa erittäin merkityksellistä	

Edelleen alaluokat ryhmitelmiin yhtenäisiksi kokonaisuuksiksi muodostaen näin yläluokat, jotka nimettiin näiden sisältöä kuvaavasti. Näitä yläluokkia muodostui kolme. Tämän jälkeen analyysitaulukkoa luettiin läpi ja ryhmiteltiin osittain uudelleen, jolloin aineisto vielä tiivistyi eli abstrahoitui lisää. Jokaisessa vaiheessa aineistolta kysyttiin tutkimuskysymystä ja analyysi eteni sen mukaan. Tämä vuoksi myös muutamia pelkistyksiä poistettiin analyysin edetessä, koska ne eivät vastanneet tarpeeksi hyvin tutkimuskysymykseen. Ryhmittelyä ei ollut tarpeen enää jatkaa yläluokista eteenpäin, koska aineiston koettiin tiivistyneen jo tarpeeksi. Yläluokan muodostamisesta esimerkki taulukossa 4.

TAULUKKO 4. Esimerkki yläluokan muodostamisesta

Alaluokka	Yläluokka
VERTAISTUEN HYÖDYT	MEDIAN MONIPUOLISET
SOVELLUSTEN ANTAMA TUKI	TUKIKEINOT
DIGITAALISTEN LAITTEIDEN HYÖDYNTÄMINEN	VANHEMMUUTEEN

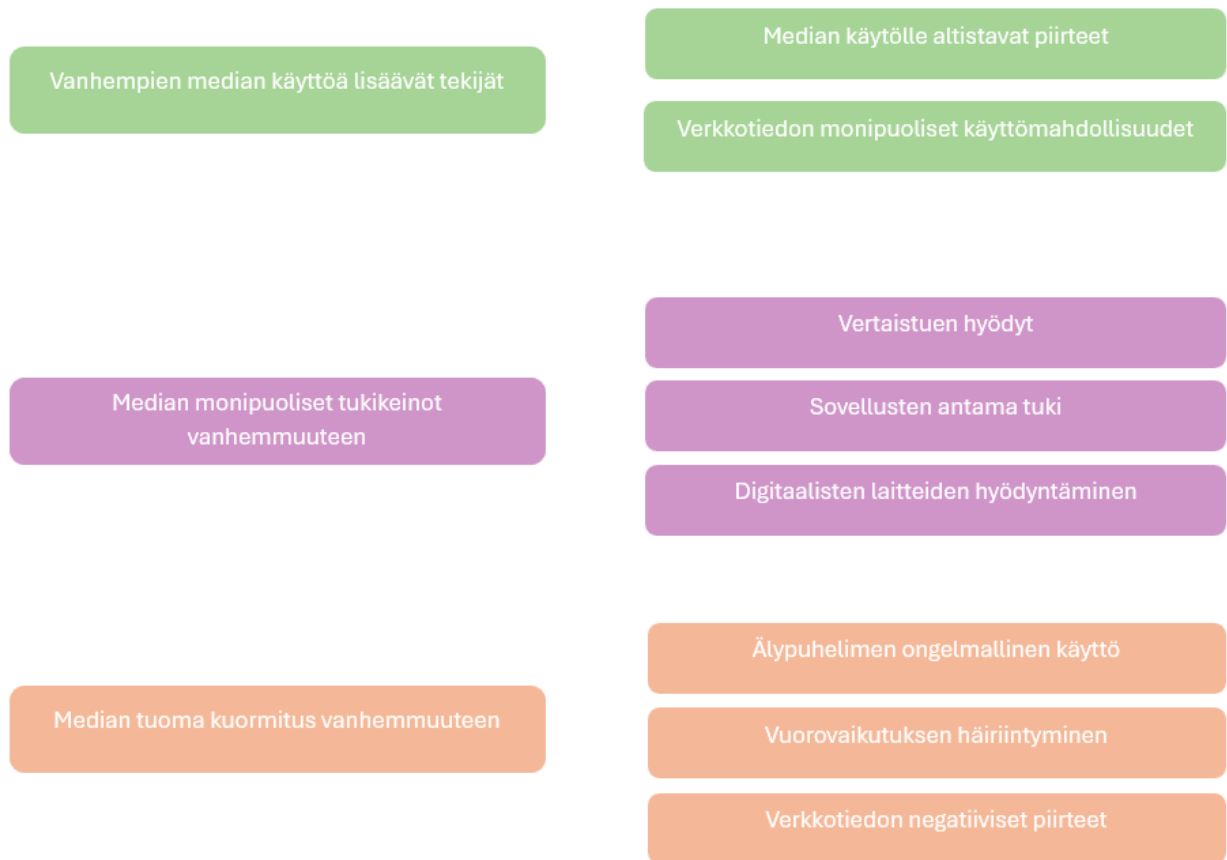
Molemmat tutkijat suorittivat osan analyysin vaiheista ensin itsenäisesti, minkä jälkeen jokaisessa analyysin vaiheessa valinnoista keskusteltiin ja tehtiin yhteinen ratkaisu analyysin etenemisestä.

5. TULOKSET

Tässä kirjallisuuskatsauksessa median käytön ilmeneminen vanhemmuudessa alle kouluikäisten lasten perheissä muodostui kolmeen yläluokkaan: Vanhempien median käyttöä lisäävät tekijät, median monipuoliset tukikeinot vanhemmuuteen ja median tuoma kuormitus vanhemmuuteen. Tulokset esitellään kuviossa 2.

Yläluokat

Alaluokat



KUVIO 2. Median käytön ilmeneminen vanhemmuudessa alle kouluikäisten lasten perheissä

5.1. Vanhempien median käyttöä lisäävät tekijät

Vanhempien median käyttöä lisääviä tekijöitä olivat: median käytölle altistavat piirteet^{1,4,8,11,12,15} ja verkkotiedon monipuoliset käyttömahdollisuudet^{3,4,5,6,8}. (Kuvio 3)



KUVIO 3. Vanhempien median käyttöä lisäävät tekijät

Median käytölle altistavat piirteet

Median käytölle altistavana piirteenä tuli esiin, kuinka korkeatuloisissa perheissä käytettiin mediaa enemmän kuin matalampi tuloisissa perheissä¹. Vanhempien koulutustaustalla oli myös merkitystä internetistä saadun tiedon hyödyntämisessä⁸. Alemmin koulutetut vanhemmat olivat aktiivisempia sosiaalisen median käyttäjiä kuin korkeammin koulutetut vanhemmat⁸. Toisaalta taas isien koulutustaustalla ei ollut niin suurta vaikutusta median käyttöön kuin äitien koulutuksella¹. Lisäksi korkeammin koulutetut vanhemmat lukivat vanhemmuudesta käsitteleviä blogeja useammin kuin alemmin koulutetut vanhemmat⁸. Vanhempien sukupuolen välillä oli myös selkeitä eroja internetin käytössä⁴. Äidit käyttivät enemmän sosiaalista mediaa⁸ ja kokivat oman älypuhelimien käyttönsä ongelmallisemmaksi kuin isät¹. Tämä voi myös selittyä sillä, että äidit etsivät internetistä tietoa lapsiin ja vanhemmuuteen liittyen isiä enemmän⁸. Äidit myös postasivat kuvia ja muuta sisältöä lapsestaan sosiaaliseen mediaan enemmän kuin isät⁸.

Vanhempien hyvinvoinnilla havaittiin olevan myös merkitystä median käyttöön. Vanhempien psyykkiset oireet kuten stressi ja ahdistus lisäsivät vanhempien omaa sekä heidän lastensa älylaitteiden käyttöä¹². Myös lasten kotihoidolla oli yhteys ruutuajan suurempaan määrään arkena¹¹. Lasten ikä ja lukumäärä vaikuttivat myös siihen, kuinka paljon vanhemmat käyttivät internetiä⁸. Vanhemmat, joilla oli nuorempia lapsia, käyttivät useammin internetiä

löytääkseen vanhemmuutta käsittelevää tietoa ja he myös julkaisivat enemmän sisältöä sosiaaliseen mediaan⁸.

Verkkotiedon monipuoliset käyttömahdollisuudet

Verkkotiedon monipuoliset käyttömahdollisuudet, kuten sen helppous ja nopea saatavuus vaikuttivat vanhempien median käyttöön³. Internetin tarjoamiin tietoihin myös luotettiin ja nojaututtiin vanhemmuuden roolissa⁸. Äidit käyttivät jatkuvasti hakukoneita, erityisesti Googlea, etsiäkseen tietoa raskauteen ja vanhemmuuteen liittyen^{3,6}. Verkkotietoa käytettiin erityisesti lasten terveyden edistämiseen^{4,5}. Vanhemmat arvostivat sitä, että verkkotietoa oli aina saatavilla vuorokauden ajasta riippumatta^{3,6}. Lisäksi verkosta pystyi hakemaan tietoa helposti missä vain³.

Vanhemmat kokivat verkkotiedon hyötyinä sen, että tieto oli luotettavaa, yksityiskohtaista, konkreettista sekä ajantasaista^{3,6}. Verkkotieto helpotti myös vanhempien jokapäiväistä elämää⁸. Siihen pystyi palaamaan aina uudelleen ja tietoa sisältäviä lähteitä löytyi rajattomasti^{3,6}. Äidit pitivät myös siitä, että verkossa pystyi halutessaan kysymään nolottavia asioita anonymisti⁶. Vanhempien koulutustaustalla sen sijaan ei ollut vaikutusta tiedon hakemiseen verkosta⁸. Internetistä saatavan tiedon etuina koettiin myös se, että verkkotiedon hakuun ei tarvinnut vaivata muita ihmisiä ja tietoa pystyi saamaan nopeammin, kuin ammattilaisilta kasvotusten⁶.

Vahvistusta löytyi myös siihen, että digitaaliset laitteet eivät kaikissa tilanteissa häiritse vuorovaikutusta lasten kanssa¹. Älypuhelimien käyttö imetyksen aikana ei ollut selkeästi yhteydessä huonoon vuorovaikutukseen lapsen kanssa, eikä älypuhelimien käyttö vaikuttanut äidin ja lapsen välisen siteen muodostumiseen¹⁵. Myöskään isien koulutustaustalla ei ollut yhteyttä teknologian häiritsevyyteen, heidän ollessaan vuorovaikutuksessa lastensa kanssa¹.

5.2. Median monipuoliset tukikeinot vanhemmuuteen

Median tarjoamia monipuolisia tukikeinoja vanhemmuuteen olivat: vertaistuen hyödyt^{1,3,4,5,6,7,9,10}, sovellusten antama tuki^{2,3,6} ja digitaalisten laitteiden hyödyntäminen lapsiperhearjessa^{1,3,8,11}. (Kuvio 4)



KUVIO 4. Median monipuoliset tukikeinot vanhemmuuteen

Vertaistuen hyödyt

Samassa elämäntilanteessa olevien vanhempien tuki ja tieto koettiin verkosta saatavan vertaistuen merkittävänä hyötynä³. Media mahdollisti alustan sosiaalisten suhteiden luomiselle, ystävyyssuhteiden laajentamiseen³ sekä äitien vuorovaikutuksen syventämiseen¹⁰. Sosiaalista mediaa käytettiin vertaistuen mahdollistajana, koska sen avulla esimerkiksi Facebookin kautta voitiin pitää yhteyttä toisiin vanhempiin⁴. Verkosta voitiin saada vertaistukea muilta vanhemmilta milloin ja mistä päin maailmaa tahansa⁵. Verkkotuen hyödyksi koettiin myös se, että verkosta saa rehellisiä vastauksia myös negatiivisista lastenkasvatuskokemuksista⁶.

Erityislapsen perheissä, kuten keskoslapsen vanhempana⁷, sosiaalinen media mahdollisti vertaistuen saamisen, jossa myös erityisryhmien tuki oli helpommin saavutettavissa ajankohdasta riippumatta⁵. Myös internet-sivustoilta saatava vertaistuki oli tärkeää imettäville tuoreille äideille⁹. Lisäksi bloggaaminen koettiin tutkimusten mukaan hyvänä vertaistuen alustana. Äitien bloggaaminen mahdollisti vuorovaikutuksen muiden äitien kanssa, vaikka he olisivat olleet fyysisesti tai henkisesti muutoin eristäytyneitä vauva-arjessa¹⁰. Bloggaaminen koettiin terapeuttisena¹ ja sen avulla pystyi löytämään samanhenkisiä ihmisiä sekä jakamaan samankaltaisia haasteita muiden kanssa¹⁰.

Sovellusten antama tuki

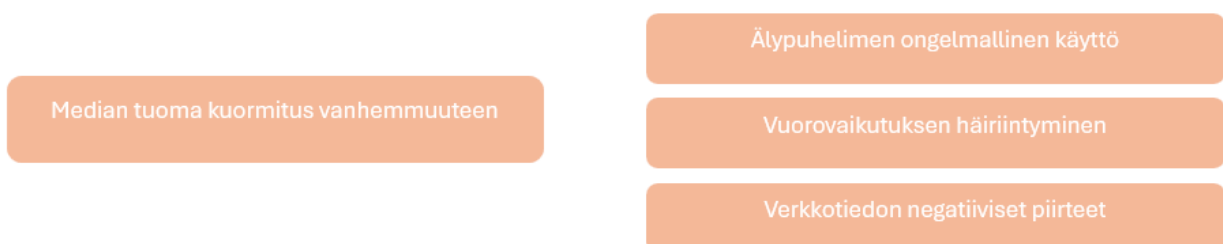
Tutkimustuloksista ilmeni, että sovellukset tarjoavat apua vanhemmuuden eri kehitysvaiheisiin aina hedelmällisyyden seurantasovelluksista vanhemmuutta ja lapsiarkea koskeviin sovelluksiin³. Ensi kertaa isäksi tuleville suunnitellun tekstiviestisovelluksen koettiin olevan lapsiarkea hyödyttävä työkalu². Imetyssovelluksen avulla äidit taas pystyivät seuraamaan, kuinka paljon maitoa heidän vauvansa sai ja tämän avulla saivat sovelluksesta konkreettista apua arkeen³. Hyödynnettävyyttä lisäsi se, että sovelluksen tiedot ovat räätälöityjä jokaisen yksilölliseen tilanteeseen⁶. Vanhemmat kokivat myös sovellusten käytön olevan helppoa, aina saatavilla³ ja sovelluksen tiedon olevan ajantasaista⁶.

Digitaalisten laitteiden hyödyntäminen

Ruutuaikaa ja digitaalisia laitteita hyödynnettiin vanhemmuuden tukena¹, vanhemmat käyttivät ruutua lasten rauhoittamiseen sekä apuna ruokailuissa¹¹. Lisäksi laitteita käytettiin lapsen palkitsemiseen ja helpottamaan nukkumaan menoa¹¹. Älypuhelin pystyttiin myös hyödyntämään itkuhälyttimen tavoin lapsen heräämisen valvontaan³. Arkipäivisin digitaalisia laitteita käytettiin viikonloppua enemmän, jolloin ruutua pidettiin myös arkisin useammin “lapsenvahtina”¹¹. Vanhemmat käyttivät lisäksi puettavia digitaalisia seurantalaitteita lapsen tarkkailuun, kuten saturaatiota ja sykettä mittaavaa unisukkaa³. Teknologisten laitteiden avulla vanhemmat pystyivät hakemaan tietoa vanhemmuutta koskien⁸.

5.3. Median tuoma kuormitus vanhemmuuteen

Median tuomaan kuormitukseen liittyivät älypuhelimien ongelmallinen käyttö^{1,12,13,16}, vuorovaikutuksen häiriintyminen^{1,3,13,14,15} sekä verkkotiedon negatiiviset piirteet^{3,6,7,8,9}. (Kuvio 5)



KUVIO 5. Median tuoma kuormitus vanhemmuuteen

Älypuhelimien ongelmallinen käyttö

Vanhempien ongelmallinen älypuhelimien käyttö nousi tutkimuksista esille. Äidit ja isät ilmoittivat käyttävänsä matkapuhelimiaan ongelmallisilla tavoilla¹ sekä olevansa riippuvaisia älypuhelimien käytöstä¹⁶. Äidit kokivat oman puhelimen käyttönsä ongelmallisemmaksi kuin isät¹. Älypuhelimien todettiin häiritsevän perheen dynamiikkaa enemmän kuin mikään muu laite¹³. Mitä enemmän älypuhelimia käytettiin, sitä heikompaa perheen yhteinen toiminta oli¹⁶. Vanhempien ongelmallinen puhelimen käyttö liittyi lasten kognitiivisiin ongelmiin¹². Äidin älypuhelimien lisääntynyt käyttö vaikuttaa negatiivisesti pienten lasten kehitystarpeisiin ja voi aiheuttaa kehitysriskejä lapselle¹³.

Vuorovaikutuksen häiriintyminen

Tutkimuksista ilmeni, että vanhemmat kokivat digitaalisten laitteiden häiritsevän vuorovaikutusta lastensa kanssa. Vanhemmat kertoivat keskimäärin kahden digitaalisen laitteen häiritsevän heidän vuorovaikutustaan lastensa kanssa kerran tai useammin päivässä¹. Äidit vastasivat huonommin lasten huomion pyyntöihin älypuhelimella ollessaan¹³. Kirjoittaessa viestiä, äiti ei pystynyt samaan aikaan vastaamaan vauvansa huomion pyyntöön¹⁵. Jotkut äidit myös olivat imetyksen aikana enemmän keskittyneitä älypuhelimensa kuin vauvaansa¹⁴. Vanhemmista 17% ilmoitti vuorovaikutuksen lasten kanssa häiriintyvän älylaitteiden vuoksi vähintään kerran päivässä¹. Äidin älypuhelimien lisääntynyt käyttö vaikutti negatiivisesti pienten lasten kommunikaatiotarpeisiin ja äiti keskusteli vähemmän lapsensa kanssa ollessaan älypuhelimella¹

Verkkotiedon negatiiviset piirteet

Verkosta saatavan tiedon koettiin joissain tapauksissa olevan haitallista⁷ ja liian yleistettyä⁶. Korvikeyritysten televisiomainonnalla saatettiin esimerkiksi luoda kuva siitä, että korvikkeen käyttö olisi imettämistä kätevämpää, eikä imettämistä olisi hyvä jatkaa tiettyä pistettä pidempään⁹. Sosiaalinen media heittää bensaa liekkiin korostamalla pulloruokinnan olevan häpeällistä, mikä lisää äidin paineita imetystä koskien entisestään⁹. Imetystä koskevat paineet johtuvat myös siitä, että verkon tukiryhmissä ollaan välillä tuomitsevia⁷ ja sen vuoksi sosiaalinen media kuvattiin painajaiseksi⁹. Verkosta saatavasta tiedosta ei myöskään koeta olevan apua erityistilanteisiin⁶, koska tieto löytyy usein kaupallisilta sivustoilta³ ja tiedon

määrä koettiin usein liian ylivoimaisena käsitellä^{6,8}. Lisäksi vanhemmat kokivat, ettei verkosta löydy välttämättä tietoa alan ammattilaisilta³ tai tietoa ammattilaisilta ei saa nopeasti¹³.

6. POHDINTA

6.1. Kirjallisuuskatsauksen luotettavuuden pohdinta

Tutkimuksen luotettavuutta arvioidaan, jotta saadaan selville, mitä tutkimuksella on saatu aikaan ja kuinka totuudenmukaisia tutkimustulokset ovat. Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan arvioida esimerkiksi tarkastelemalla luotettavuutta prosessin eri vaiheissa lähtökohdista raportointiin. Luotettavuuden arviointi alkaa tutkittavan ilmiön tunnistamisesta ja sen nimeämisestä. (Kylmä & Juvakka, 2014) Molemmat kirjallisuuskatsauksen tekijät työskentelevät työikäisten kanssa, joista suurin osa on vanhempia. Toinen katsauksen tekijöistä työskentelee myös lasten ja erityisesti alle kouluikäisten lasten kanssa. Molemmat ovat myös alle kouluikäisten lasten vanhempia. Näiden omakohtaisten kokemusten vuoksi on pyritty tietoisesti välttämään omien ennakkokäsitysten vaikutusta tutkimuksen etenemiseen. Myös omien median käyttökokemusten vaikutusta uuteen tietoon on pyritty välttämään ja uuteen tietoon on pyritty suhtautumaan avoimesti ilman ennakkokäsityksiä aiheesta.

Kirjallisuuskatsausta laatiessa yksi tärkeimmistä tehtävistä on löytää sopiva tutkimuskysymys, johon kirjallisuuskatsauksella vastataan. Näiden vastausten tulee lisätä ymmärrystä tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä. Kirjallisuuskatsaukseen valikoituvien tutkimusten laadun tulee myös olla riittävän hyvä. Tämän vuoksi valittujen tutkimusten laatua on arvioitava. (Aveyard, 2014) Kaikki valikoidut tutkimukset arvioitiin Joanna Briggs instituutin arviointikriteereillä (Hoitotyön tutkimussäätiö, 2021). Ensin molemmat tutkijat tekijät laadunarvioinnin jokaiselle tutkimukselle itsenäisesti ja sen jälkeen tuloksista keskusteltiin. Mikäli tutkijat olivat antaneet laadunarvioinnissa tutkimuksille eri pistemäärän niin pisteytyksestä keskusteltiin ja molemmat tutkijat perustelivat omat pistemääränsä. Näissä pisteytyksissä päästiin hyvin yhteisymmärrykseen ja jokaiselle tutkimukselle annettiin lopullinen pistemäärä yhteisten pohdintojen jälkeen. Luotettavuutta heikentää varmasti se, että kumpikaan tutkijoista ei ollut aiemmin tehnyt laadunarviointia tällä kriteeristöllä.

Tutkimuksen merkitys tulee myös pystyä perustelemaan monella eri tavalla: sisällöllisesti, menetelmällisesti ja eettisesti (Kylmä & Juvakka, 2014). Tutkittavaa aihetta, vanhempien median käyttöä ja sen vaikutusta koko perheeseen ei oltu aiemmin juuri Suomessa tutkittu,

joten kirjallisuuskatsauksemme tuottaa lisää ymmärrystä vanhempien ja lasten kanssa työskentelevälle henkilöstölle. Tämän kirjallisuuskatsauksen luotettavuutta lisää se, että kaikki tutkimushaut on tehty vain tietokannoista, jotka ovat yleisesti käytössä hoitotieteellisessä tutkimuksessa. Ennen varsinaista tiedonhakua tehtiin koehakuja, jotta voitiin löytää parhaat mahdolliset hakusanat ja rajaukset sekä selvittää, kuinka paljon aihetta on aiemmin tutkittu. Nämä haut on tehty kahden tutkijan toimesta ja ne on pystytty toteuttamaan systemaattisesti samalla lopputuloksella. Kirjallisuuskatsauksen luotettavuutta lisää se, että tutkijat ovat voineet pohtia asioita yhdessä koko tutkimusprosessin ajan. Tutkijat ovat osallistuneet informaation luennoille ja opiskelleet myös menetelmäopintoja kirjallisuuskatsauksen prosessin aikana, mikä lisää myös luotettavuutta.

Tutkimustulosten raportointi ja aineiston analyysi on huomioitava, kun arvioidaan tutkimuksen luotettavuutta (Kylmä & Juvakka, 2014). Analyysiprosessi on pyritty kuvaamaan raportissa mahdollisimman selkeästi, jotta lukijan on mahdollista sitä seurata. Raportissa esitetään alkuperäislainauksia analyysin tueksi, joka antaa mahdollisuuden seurata aineiston analyysia ja luokitusten etenemistä. Analyysin edetessä alkuperäisaineistoon palattiin, jotta varmistuttiin ilmaisujen merkityksien pysyvyydestä. Sisällön analyysin tulosten luotettavuus riippuu siitä, kuinka rikas, tutkimuskysymykseen vastaava ja saturoitunut aineisto on (Elo & ym., 2014). Vaikka aihetta ei ole vielä juurikaan Suomessa tutkittu, niin kansainvälisesti aihe on ollut jo enemmän esillä. Sen vuoksi valikoituneiden tutkimusten joukossa aineiston analyysissa alkoi muodostua jo saturoitumista. Analysointia ja koko kirjallisuuskatsausta ohjasi tutkimuskysymys, johon palattiin toistuvasti analyysin edetessä.

Kirjallisuuskatsauksemme haasteeksi koettiin aiheen rajaaminen, joka koski ainoastaan alle kouluikäisten lasten perheitä (lapset 0-6v), sillä lisähakuja tehdessämme löysimme useita tutkimuksia, joissa oli tutkittu kouluikäisten lasten perheitä. Näin ollen mahdollisia hyviä artikkeleita karsiutui pois. Halusimme kuitenkin tutkia asiaa nimenomaan alle kouluikäisten lasten perheissä. Alle kouluikäisten lasten median käyttö on täysin vanhempien vastuulla. Kyseisessä ikäryhmässä mallioppiminen on vahvinta ja se luo pohjaa tulevaisuudessa lasten omalle median käytölle. Pohdimme paljon aiheen rajaamista, koska aihetta olisi voinut tutkia hyvin monesta eri näkökulmasta. Koimme, että tällä aiheen "rajaamattomuudella" lisäsimme myös työmme luotettavuutta.

Luotettavuustekijänä voidaan pitää myös sitä, että tämä kirjallisuuskatsaus oli molempien tutkijoiden ensimmäinen kandidaatintutkielma. Tämän vuoksi tutkimusta on pyritty tekemään tarkasti ohjeistusten mukaan. Lisäksi tutkijat ovat tutustuneet aiemmin tiedekunnassamme tehtyihin kirjallisuuskatsauksiin. Näiden kautta ymmärrys kirjallisuuskatsausten raportoinnista ja koko tutkimusprosessista on lisääntynyt. Tämä on tuonut varmuutta työskentelyymme ja sitä kautta lisännyt kirjallisuuskatsauksemme luotettavuutta.

6.2 Kirjallisuuskatsauksen eettisyys

Tässä kirjallisuuskatsauksessa ei käsitelty erityisen sensitiivistä aihetta eikä tutkittavien henkilötietoja. Tutkimuslupaa tai eettisen toimikunnan lausuntoa ei tähän kirjallisuuskatsaukseen vaadittu (Aveyard, 2014). Aineistona on käytetty tietokantojen julkaistuja tutkimusartikkeleita. Nämä artikkelit on valittu systemaattisen tiedonhaun avulla ja tiedonhaun prosessi on kuvattu kattavasti ja selkeytetty kuvioin. Tutkimustulokset on raportoitu huolellisesti ja rehellisesti. Raportissa käytetyt lähteet on merkitty asianmukaisesti lähdeviittein ja alkuperäistekstiä on kunnioitettu, eikä sitä ole yritetty tulkita omaan tutkimukseen sopivaksi.

Tämän kirjallisuuskatsauksen prosessin aikana on noudatettu hyvää tieteellistä käytäntöä kaikissa eri vaiheissa aina aiheen valinnasta, tulosten julkaisuun saakka. Tutkijan sivistyksen perusta on hyvä tieteellinen käytäntö. Se merkitsee muiden kunnioittamista, huomioon ottamista ja tervettä järkeä. (Eriksson ym., 2018) Tutkimusprosessin aikana kaikkia tahoja, opettajaa ja muita opiskelijoita on kohdeltu kunnioittavasti ja pyritty huolehtimaan aikatauluista ja ohjeistuksista.

Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu noudattaa tarkkuutta ja huolellisuutta koko tutkimusprosessin ajan. Tämä koskee myös tulosten esittämistä, arviointia ja tallentamista. Tämän lisäksi tulee olla avoin ja julkaista tutkimuksen tulokset vastuullisesti. (TENK, 2012) Tämä kirjallisuuskatsaus tullaan julkaisemaan sähköisessä muodossa kaikkien saataville, joten se lisää tutkimuksen avoimuutta ja vastuullisuutta.

6.3. Tulosten tarkastelua

Vanhempien median käyttöä lisäävät monet eri tekijät, kuten vanhempien sosioekonominen asema, sukupuoli tai koulutustausta^{1,4,8,11,12,15}. Tästä raportoi myös Poncet ym. (2022) tutkimuksessaan, jossa havaittiin, kuinka vanhempien alempi koulutustaso ja huonompi sosioekonominen asema lisäsivät vanhempien omaa sekä lasten ruutuaikaa. Lisäksi vanhemmat, joilla oli poikia tai nuorempia lapsia, havaittiin Poulain ym. (2023) tutkimuksen mukaan käyttävän mediaa useammin, mikä tukee saamiamme tutkimustuloksia. Tulostemme mukaan vanhempien koulutustausta vaikutti vanhemman median käytön määrään ja siihen, kuinka vanhempi mediasta saatavaa tietoa hyödynsi⁸. Tätä tukee myös Guerra-Reyesin ym. (2016) tutkimus, jonka mukaan yliopistosta valmistuneet vanhemmat ohjautuivat ammatillisille ja akateemisia organisaatioita koskeville verkkosivuille ja alemman koulutustason äidit päätyivät ennemmin keskustelupalstoille. Vanhempien sukupuolen välillä oli myös selkeitä eroja internetin käytössä^{1,4,8}. Duggan ym. (2015) vahvistavat tämän, sillä heidän tutkimuksensa tulosten mukaan äidit käyttivät huomattavasti enemmän sosiaalista mediaa kuin isät. Tähän tulisi kiinnittää huomiota erityisesti äitien kohdalla, jotka ovat useammin lastensa kanssa kotona. Myös pieniä lapsia ajatellen olisi tärkeää korostaa vanhemman läsnäolon merkitystä, median käytön sijaan.

Duggan ym. (2015) mukaan media nähtiin hyödyllisen tiedon lähteenä ja yhtenä vanhemmuuden työkaluna. Verkkotiedon monipuoliset käyttömahdollisuudet^{3,4,5,6,8} vaikuttivat siihen, paljonko vanhemmat mediaa käyttivät. Verkosta saatavan tiedon koettiin olevan helposti ja missä vain saatavilla, luotettavaa sekä ajantasaista, mikä lisäsi vanhempien median käyttöä^{3,6}. Verkkotiedon etuina koettiin myös se, että sen hakuun ei tarvinnut vaivata ketään ja tiedon sai nopeammin, kuin ammattilaisen vastaanotolta⁶. Terveystieteiden ammattilaisten olisi hyvä vastaanotolla ohjata vanhempia luotettaville verkkosivuille, sillä internet on paikka, josta vanhemmat tietoa nykyään hakevat. Yksityisillä terveystieteiden tuottajilla on tarjolla vanhemmille suunnattuja reaaliaikaisia digipalveluita, joissa kysymyksiin vastaamassa ovat terveystieteiden ammattilaiset (Mehiläinen, 2024). Nämä varmasti tukevat vanhemmuutta, kun internetistä saatujen sattumanvaraisten hakutulosten sijasta vanhempi pääsee keskustelemaan alan ammattilaisten kanssa.

Media tarjoaa monipuoliset tukikeinot vanhemmuuden tukemiseen^{1,3,4,5,6,7,9,10} ja tämän vahvistavat myös Nieuwboer ym. (2013). Merkittäväksi hyödyksi koettiin samassa

elämäntilanteessa olevien vanhempien tuki ja tietämys vanhemmuudesta³. Sosiaalinen media mahdollisti niin vertaistuen tarjoamisen⁴, kuin ystävyysuhteiden luomisen ja ylläpitämisen arkielämässä^{10,3}. Esimerkiksi erityislapsen perheissä⁵ sekä imettäville tuoreille äideille⁹ vertaistuen saaminen sosiaalisen median kautta todettiin merkittävänä. Myös Regan ym. (2019) raportoivat tutkimuksessaan verkosta saatavan tuen hyödyistä, jotka edistävät imetyksen jatkumista. Suomessa Imetyksen tuki ry tukee juurikin imetysasioissa vanhempia. Koulutetut imetystukiäidit auttavat vertaistukiryhmissä puhelimitse ja Facebookissa ympäri maata. (Imetyksen tuki, n.d.) Myös erityislapsen perheissä on helpompi löytää verkosta vertaistukea maantieteellisestä sijainnista huolimatta. Keskosten tai harvinaista pitkäaikaissairautta sairastavien lasten vanhemmat voivat asua kaukana toisistaan. Tällöin verkossa tapahtuva yhteydenpito ja kokemusten jakaminen on hyvin tärkeää vanhempien ja koko perheen jaksamisen kannalta. Lisäksi bloggaaminen koettiin terapeuttisena¹, koska se mahdollisti vuorovaikutuksen äitien välillä etäisyydestä riippumatta. Sitä kautta äidit saivat varmistusta siitä, että myös muut kohtasivat samankaltaisia haasteita elämässään¹⁰. Tästä raportoi myös Jiang ym. (2022) tutkimuksessaan, jossa samassa elämäntilanteessa olevien äitien saaman verkkotuen koettiin olevan yhtä tärkeää kuin läheisiltä saatu tuki.

Mobiilisovellusten todettiin tarjoavan apua vanhemmuuden eri kehitysvaiheisiin^{2,3,6} koskien niin raskaus kuin lapsiperhearkea³. Tämä saa vahvistusta Jiangin ym. (2022) tutkimuksesta, jossa tuli esiin, kuinka raskaana ollessa käytetty sovellus ja siitä saatu tuki vaikutti myönteisesti myös äitien mielenterveyteen raskauden jälkeen. Imetyssovelluksen avulla äidit pystyivät esimerkiksi seuraamaan, kuinka paljon maitoa heidän vauvansa sai ja tämän avulla saivat sovelluksesta konkreettista apua arkeen³. Sovellusten koettiin olevan myös aina saatavilla³ ja tiedon olevan ajantasaista⁶. Tätä mobiilisovellusten käyttöä vanhemmuuden apuna tukee myös Eisnerin ym. (2022) tutkimus. Vanhemmille erilaisten sovellusten käyttäminen on arkipäivää, joten niiden hyödyntäminen vanhemmuuden tukena olisi varmasti helppoa. Terveystieteiden alalla olisi hyvä pohtia, kuinka sovelluksia voisi hyödyntää vanhempien ohjaukseen ja tukemiseen. Mobiilisovellukset voisivat toimia nopeina luotettavan tiedon lähteinä sekä "päiväkirjoina" esimerkiksi vauvan kehitykseen liittyvien asioiden kirjaamiseen. Vanhemmille suunnattuja sovelluksia on Suomessakin olemassa. Tästä esimerkkinä diabetesta sairastavien lasten vanhemmille suunnattu sovellus. Vanhemmat pystyvät seuraamaan lastensa verensokeritasapainoa ja ohjeistamaan lastaan insuliinimäärissä sovelluksen avulla. (Terveyskylä, 2023) Guerra-Reyesin ym. (2016) perusteella terveydenhuollon ammattilaisten

tulisi olla esillä näkyvämmiin sosiaalisessa mediassa, koska seuraavan sukupolven vanhemmat etsivät suurimman osan tiedostaan juuri sosiaalisesta mediasta.

Tutkimuksista nousi esille tuloksia, joiden mukaan ruutuaikaa ja digitaalisia laitteita hyödynnettiin vanhemmuuden tukena¹ ja ruutua käytettiin arjen perustoiminnoissa, kuten lasten rauhoittamisessa sekä apuna ruokailuissa¹¹. Wong ym. (2017) tutkimuksessa raportoitiin, miten vanhemmat saattavat pitää ruutuaikaa ja lasten medialaitteiden käyttöä ainoastaan negatiivisena asiana. Sen vuoksi he kokevat suurta haastetta ohjata sekä rajoittaa lasten medialaitteiden käyttöä. Tutkimuksen tulosten mukaan terveydenhuollon ammattilaisten tulisi kuitenkin rohkaista vanhempia siihen, että lasten ruutuaikaa ja median käyttöä valvomalla internetin ja mobiililaitteiden käyttö voisi myös kehittää lasten taitoja. Käyttäessä mediaa arjen tukikeinona, vanhempien olisikin tärkeää huomioida median sisältö ja sen käyttötavat, jotta ne tukisivat parhaiten lapsen taitojen kehittymistä.

Vanhemmat ilmoittivat sukupuolesta riippumatta käyttävänsä matkapuhelimiaan ongelmallisilla tavoilla¹ sekä olevansa riippuvaisia älypuhelimien käytöstä¹⁶. Älypuhelimien todettiin häiritsevän perheen dynamiikkaa¹³ sekä heikentävän perheen yhteistä toimintaa¹⁶. Tutkimuksissa todettiin, että vanhempien ongelmallinen puhelimen käyttö oli yhteydessä lasten kognitiivisiin ongelmiin¹². Lisäksi äidin älypuhelimien lisääntyneellä käytöllä saattoi aiheuttaa kehitysriskejä lapselle¹³. Nämä tulokset saavat vahvistusta Kauppinen ym. (2014) tehdystä tutkimuksesta, jossa tutkittiin suomalaisten älypuhelimien käyttötottumuksia ja niiden vaikutuksia arkeen. Viettäessään aikaa lastensa kanssa, suurin osa vanhemmista koki hyväksyttävänä erinäisten askareiden suorittamisen samanaikaisesti älypuhelimella. Yli puolet (66%) vastaajista kertoi seuranneensa sosiaalista mediaa ainakin joskus viettäessään aikaa lastensa kanssa. Lisäksi yli puolet kertoivat pelanneensa tai katsoneensa videoita puhelimeltaan samaan aikaan ollessaan vuorovaikutuksessa lapsensa kanssa. Neuvoloissa vanhempien ongelmalliseen älypuhelimien käyttöön tulisi kiinnittää erityistä huomiota. Lapsen ei pitäisi kilpailla älypuhelimien kanssa vanhemman huomiosta. Levine ym. (2019) mukaan paljon digitaalisia laitteita käyttävät vanhemmat tarjoavat niitä herkästi myös lasten käyttöön. Myös lapsen roolimallina olemisen merkityksestä sekä toimintatavoista lapsen median käyttöön liittyen, olisi hyvä keskustella vastaanotolla perheiden kanssa.

Wolfers ym. (2020) tutkimustuloksissa tuli esiin, että vanhempien älypuhelimien käytöllä on ongelmallisia vaikutuksia vanhempien ja lasten välisiin suhteisiin. Tämä tukee tutkimustuloksiamme, joiden mukaan äidit vastasivat huonommin lastensa huomion pyyntöihin ja kommunikoivat huonommin lastensa kanssa älypuhelimella ollessaan^{13,15}. Imetyksen aikana äidit saattoivat keskittyä enemmän älypuhelimeensa kuin vauvaansa¹⁴. Myös Raudaskoski ym. (2019) tutkivat vanhemman medialaitteen käytön vaikutusta lapsen ja vanhemman vuorovaikutukseen. Tutkimuksessa havaittiin, kuinka vaikeaa vanhemman on laittaa älypuhelin pois ja siirtää huomio puhelimesta lapseen. Imetystilanteissa laitteiden läsnäoloon tottuneet vauvat tekivät vähemmän aloitteita silloin, kun älylaite ei ollut imetyksessä edes läsnä (Ventura ym., 2019). Näiden tutkimustulosten pohjalta neuvolassa tulisi ottaa puheeksi vanhempien älylaitteiden käyttö imetys- ja vuorovaikutustilanteissa. Lasten huomion pyynnöt eivät saisi jäädä älypuhelimien varjoon ja näin ollen vaikuttaisi vanhemman ja lapsen suhteeseen sekä lapsen turvallisuuden kokemukseen.

6.4. Johtopäätökset

Tämän kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena oli kuvata median käytön ilmenemistä vanhemmuudessa alle kouluikäisten lasten perheissä. Tavoitteena oli tuottaa tietoa vanhempien median käytöstä ja sen seurauksista vanhemmuuteen erityisesti neuvoloiden ja lasten parissa työskentelevien ammattilaisten työn tueksi.

Tulokset osoittivat, että media tarjoaa vanhemmuuteen monenlaisia tukikeinoja, kuten erilaisia vertaistukimahdollisuuksia ja vanhemmille suunnattuja mobiilisovelluksia. Toisaalta median käyttö tuo myös kuormitusta vanhemmuuteen. Älylaitteiden todettiin häiritsevän perheenjäsenten vuorovaikutusta ja verkosta saatava tieto koettiin monella tapaa kuormittavaksi ja haasteelliseksi käsitellä. Lisääntyneeseen median käyttöön vaikuttivat vanhempien taustatekijät, kuten vanhempien koulutustausta tai vanhemman henkinen kuormittuminen. Näiden tulosten perusteella on päädytty seuraaviin johtopäätöksiin:

1. Lasten ja perheiden parissa työskentelevien ammattilaisten tulisi tiedostaa vanhempien median käyttöä lisäävät tekijät ja ottaa median käyttö puheeksi vastaanotolla perheiden kanssa. Erityisesti vanhempien stressi ja ahdistus lisäsivät vanhempien sekä lasten median käyttöä.

Tähän tulisi kiinnittää huomiota ja tunnistaa perheet, joissa median käyttö mielenterveysongelmien vuoksi voi muodostua ongelmalliseksi.

2. Terveystieteiden vastuualueen vanhemmille tulisi korostaa saatavilla olevien verkkolähteiden luotettavuuden merkitystä, heidän hakiessa tietoa vanhemmuuteen, perhe-elämään ja lasten hyvinvointiin liittyen. Heille tulisi antaa konkreettisia ohjeita sivustoista, joilta he löytävät tutkittua ja ajantasaista tietoa.

3. Median tarjoamia tukimuotoja vanhemmuuteen, kuten vertaistukikanavia ja mobiilisovelluksia tulisi tuoda esiin neuvolassa ja terveydenhuollossa perheille. Varsinkin erityislasten vanhemmille verkkotuen merkitys voi olla suuri, koska verkossa on helpompi tavoittaa vertaisvanhempia sijainnista riippumatta. Myös imetykseen on saatavilla verkosta helposti oikea-aikaista ja ammattimaista tukea sekä tietoa, joten tätä tulisi korostaa perheille.

4. Äitiys- ja lastenneuvolassa tulisi tiedottaa median ja älypuhelimien käytön tuoma kuormitus vanhemmuuteen ja tunnistaa perheet, joissa tämä näkyy. Vuorovaikutussuhteen muodostuminen voi häiriintyä vanhemman liiallisen median käytön vuoksi, kun lapsen tarpeet jäävät huomiotta.

6.5. Jatkotutkimusehdotukset

Kirjallisuuskatsauksemme tulokset antoivat tietoa median käytön ilmenemisestä vanhemmuudessa alle kouluikäisten lasten perheissä. Jatkotutkimusaiheena olisi mielenkiintoista tutkia vielä, millä tavalla lapset itse kokevat vanhempiansa median käytön vaikuttavan heidän elämäänsä ja heidän sekä vanhempiansa väliseen vuorovaikutukseen.

Mahdollisia jatkotutkimusaiheita:

Kuinka lapset itse kokevat vanhempiansa median käytön vaikuttavan heidän elämäänsä?

Kuinka lapset itse kokevat vanhempiansa median käytön vaikuttavan heidän ja vanhempiansa väliseen vuorovaikutukseen?

Kuinka lapset kokevat vanhempiansa median käytön vaikuttavan heidän omaan median käyttöönsä?

LÄHTEET

Aveyard, H. (2014). *Doing a literature review in health and social care: a practical guide*. Open University press. USA.

Coronaria. (2018). *Opas vanhemmille lasten median käyttöön*. Haettu 10.6.2024. <https://www.coronaria.fi/asiakkaana-kuntoutus-ja-terapiapalveluissa/blogi/opas-vanhemmille-lasten-median-kayttoon/>

Duong, C. T. P. (2020). Social media. A literature review. *Journal of Media Research*, 13(3), 112–126.

Duggan, M., Lenhart, A., Lampe, C., & Ellison, N. (2015). Parents and social media. *Pew Research Centre*. <http://www.pewinternet.org/2015/07/16/parents-and-social-media/>

Elo, S. & Kyngäs, H. (2008). The qualitative content analysis process. *Journal of Advanced Nursing* 62(1), 107–115

Elo, S., Kajula, O., Kääriäinen, M. & Tohmola, A. (2022). Laadullisen sisällönanalyysin vaiheet ja eteneminen. *Hoitotiede*, 34(4), 215–225. <https://journal.fi/hoitotiede/article/view/128987/78028?acceptCookies=1>

Elo, S., Kääriäinen, M., Kanste, O., Pölkki, T., Utriainen, K. & Kyngäs, H. (2014) Qualitative content analysis: A Focus on trustworthiness. *SAGE open*, 1-10.

Erikson, K., Isola, A., Kyngäs, H., Leino-Kilpi, H., Lindström, U., Paavilainen, E., Pietilä, A-M., Salanterä, S., Vehviläinen-Julkunen, K. & Åstedt-Kurki, P. (2018). *Hoitotiede*. Helsinki: Sanoma Pro Oy. 4.-7.painos.

Eisner, E., Lewis, S., Stockton-Powdrell, C., Agass, R. & Whelan, P. (2022). Digital screening for postnatal depression: mixed methods proof-of-concept study. *BMC Pregnancy and Childbirth* 22, 1-12.

Guerra-Reyes, L., Christie, M., Prabhakar, A., Harris, A. & Siek, K. (2016). Postpartum Health Information Seeking Using Mobile Phones: Experiences of Low-Income Mothers. *Matern Child Health J* 20.

Gumhee, L & Sungjae, K. (2022). Relationship between Mother's emotional intelligence, negative parenting behaviour, Preschooler's attachment instability, and smart device overdependence. *BMC Public Health* volume 22 (752).

Hoitotyön tutkimussäätiö. (2021). Haettu 5.5.2024. <https://jbi.global/systematic-review-register>

Imetyksen tuki. N.d. *Apua imetykseen*. Haettu 6.10.2024. <https://imetyks.fi/apua-imetykseen/>

Kauppinen, T., Kivikoski, Jouni & Manninen, H. (2014). Näin Suomi kommunikoi. Tutkimus älypuhelimien käytöstä. https://elisa.fi/attachment/content/elisa_nain_suomi_kommunikoi_raportti.pdf. Haettu 5.10.2024.

Kavi. (2021). Ikäihmisille media välittää uutisia, nuorten aikuisten mediankäytössä korostuu viihtyminen. Haettu 10.6.2024. <https://medialukutaitosuomessa.fi/ikaihmisille-media-valittaa-uitisia-nuorten-aikuisten-mediankaytossa-korostuu-viihtyminen/>

King, L. & Haugen, K. (2013). Today's Families: Who Are We and Why Does It Matter?209, 46-52.

Korhonen, L. (2024). Kasvu ja kehitys eri ikäkausina. Pulassa lapsen kanssa. Duodecim.

Kylmä, J. & Juvakka, T. (2007). Laadullinen terveystutkimus. Edita.

Kyngäs, H. (2020). Inductive Content Analysis. Teoksessa H. Kyngäs, K. Mikkonen & M. Kääriäinen (toim.), The Application of Content Analysis in Nursing Science Research. Springer.

Lahti, A., Aarnio, K., Moring, A. & Kerppola, J. (toim.) (2020). Perhe ja läheissuhteet sateenkaaren alla. Gaudeamus.

Lastensuojelulaki 13.4.2007/417. Haettu 7.10.2024. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>

Levine, L., Waite, B., Bowman, L. & Kachinsky, K. (2019). Mobile media use by infants and toddlers. Computers in Human Behavior, 94, 92–99.

Lovcevic, I. (2023). Maternal media device use during breastfeeding and infants' social and emotional development. International Research Center for Neurointelligence (WPI-IRCN), The University of Tokyo Institutes for Advanced Studies.

Markkinointimaestro. (2024). Sosiaalisen median tilastot 2024. Haettu 29.9.2024. <https://www.markkinointimaestro.fi/sosiaalisen-median-tilastot>

Mediakasvatusseura. Opas tasapainoiseen digiarkeen. (2019). <https://mediakasvatus.fi/digiperhe/2020/06/vanhempien-oivalluksia-perheen-median-kaytosta/>. Haettu 16.9.2024.

Mehiläinen. (2024). Diginouvola. Haettu 27.10.2024. <https://www.mehilainen.fi/terveysjasenyys/mehilaisen-diginouvola>

MLL Mannerheimin lastensuojeluliitto. (2018). Vanhemmuuden kaari. Haettu 10.6.2024. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/vanhemmuuden-kaari/>

MLL Mannerheimin lastensuojeluliitto. (2019). Vanhemmuus ja kasvatus. Haettu 7.6.2024. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/>

MLL Mannerheimin lastensuojeluliitto. (2021). Eri tapoja tulla vanhemmaksi –keskustelualue. Haettu 7.6.2024. <https://www.mll.fi/haluanko-vanhemmaksi/eri-tapoja-tulla-vanhemmaksi-keskustelualue/>

MIL Mannerheimin lastensuojeluliitto. (2023). Lapset ja media. Haettu 10.6.2024. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-ja-media/>

MLL Mannerheimin lastensuojeluliitto. (2023). Haettu 3.6.2024. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/hyvinvointia-digiajassa/>

Monimuotoiset perheet. (2024). Kaikkien perheiden Suomi. Haettu 7.6.2024. <https://www.monimuotoisetperheet.fi/>

Männikkö, N. (2021). Sosiaalinen media itsensä ilmaisu, sosiaalisen pääoman ja hyvinvointivaikutusten välittäjänä. Oulun Yliopisto. <https://journal.fi/janus/article/view/110631/66259>

Nieuwboer, C. , Fukkink, R. & Hermanns, J. (2013). Peer and professional parenting support on the Internet: A systematic review. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 16(7), 518–528. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0547>

Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. (2014). *Ihmisen psykologien kehitys*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Opetushallitus. (2024). Median pauloissa. Haettu 7.6.2024. <https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/kouluikaisten-terveyden-polku/median-pauloissa>

Oppivelvollisuuslaki 1214/2020. Finlex. Haettu 7.9.2024. <https://finlex.fi/fi/laki/alkup/2020/20201214>

Pajulo, M. (2018). Viekö älylaite vauvalta vanhemman? *Lääkärilehti* 8/2018.

Pesonen, P. (201)3. Sosiaalisen median lait. Lakimiesliiton kustannus. Helsingin Kamari Oy.

Poulain, T., Meigen, C., Kiess, W. & Vogel, M. (2023). Media regulation strategies in parents of 4- to 16-year-old children and adolescents: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 2 (371).

Poncet, L., Saïd, M., Gassama, M., Dufourg, M-N., Müller-Riemenschneider, F., Lioret, S., Dargent-Molina, P., Charles, M-A. & Bernard, J. (2022). Sociodemographic and behavioural factors of adherence to the no-screen guideline for toddlers among parents from the French nationwide Elfe birth cohort. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 19(104).

Raudaskoski, S. & Mantere, E. (2015). Kun matkapuhelin vie vanhemman huomion. Teoksessa Lahikainen, A., Mälkiä, T. & Repo, K. (toim.): *Media lapsiperheessä*. (s. 205–226). Tampere, Vastapaino.

Regan, S. & Brown, A. (2019). Experiences of online breastfeeding support: Support and reassurance versus judgement and misinformation. *Maternal and child nutrition*, 15(4).

Salo, L. (2020). Grounded theory – tutkimus sateenkaarivanhemmuudesta ja vanhempana kasvamisesta. Pro Gradu – tutkielma. Lapin yliopisto. Haettu 7.10.2024. https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/64283/Salo_Linda.pdf?sequence=1

Salminen A. (2011). Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyyppeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasa, Vaasan yliopisto. https://www.uwasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf

Sateenkaariperheet ry. (2024). Mikä on sateenkaariperhe? Haettu 10.6.2024. <https://sateenkaariperheet.fi/tietoa-ja-koulutusta/mika-on-sateenkaariperhe/>

Sidani, J., Shensa, A., Ecobar-Vieara, C. & Primack, B. (2020). Associations between Comparison on Social Media and Depressive Symptoms: A Study of Young Parents. *Journal of Child and Family Studies*, 29, 3357–3368. <https://web-p-ebscohost-com.libproxy.tuni.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=7&sid=13b7581e-8b71-41d9-b42c-23859c2f0b38%40redis>

Sihvonen, E. (2021). Perhepolitiikan käänne kohti vanhemmuutta. *Duodecim*, 137, 441-2.

Sinkkonen, J. (2018). Kiintymyssuhteet elämänkaareissa. *Duodecim*.

Stolt, M., Axeli, A., & Suhonen, R. (2016). Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. 2. korjattu painos. Turku.

Terveyskylä. (2023). Ve-ren-so-ke-ri-tu-los-ten tar-kas-telu eri-lais-ten so-vel-lus-ten avulla. Haettu 27.10.2024. <https://www.terveyskyla.fi/diabetestalo/diabeteksen-omahoito/verensokerin-omaseuranta/verensokerin-omamittautulosten-hyodyntaminen/verensokeritulosten-tarkastelu-erilaisten-sovellusten-avulla>

Tilastokeskus. (2019). Perhe. Haettu 7.6.2024. <https://stat.fi/meta/kas/perhe.html>

Tornio. (2024). Alle kouluikäisten perheet. Haettu 7.6.2024. <https://www.tornio.fi/kasvatus-ja-opetus/tornion-perhekeskus/alle-kouluikaisten-perheet/>

Työturvallisuuskeskus. (2024). Sosiaalisen median työkäyttö, työsuojelunäkökulma. Haettu 7.6.2024. <https://ttk.fi/julkaisu/sosiaalisen-median-tyokaytto-tyosuojelunakokulma/>

Valta, A-M. (2022). Miten vanhemmuus ja lasten kasvatus ovat muuttuneet viime vuosikymmenien aikana? Ruuhkavuodet. Haettu 6.10.2024. <https://ruuhkavuodet.fi/2022/06/18/miten-vanhemmuus-ja-lasten-kasvatus-ovat-muuttuneet-viime-vuosikymmenien-aikana/>

Valtari, M. (2024). Sosiaalinen media Suomessa 2024. Haettu 29.9.2024. <https://lmsomeco.fi/blogi/sosiaalinen-media-suomessa/>

Ventura, A., Levy, J. & Sheeper, S. (2019). Maternal digital media use during infant feeding and the quality of interactions. *Appetite* 143, 1–7.

Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N., & Toivanen, R. (toim.) (2010). Kohtaamisia lapsiperheissä: Menetelmiä perhetyöhön. Helsinki, Kirjapaja.

Vilkka, H.(2023). Kirjallisuuskatsaus metodina, opinnäytetyön osana ja tekstilajina. Art House.

White, B., Giglia, C., Burns, K. & Scott, J. (2023). Investigating Maternal Perspectives of Breastfeeding Support Targeted Towards Fathers in the Milk Man Mobile App Intervention. *Maternal and Child Health Journal* 27, 954–964.

Wolfers, Lara N. & Kitzmann, Sophie & Sauer, Sabine & Sommer, Nina (2020). Phone use while parenting: An observational study to assess the association of maternal sensitivity and smartphone use in a playground setting. *Computers in Human Behavior* 102, 31–38.

Wong, Y. & Vincent. (2017). Parenting Methods and Self-Efficacy of Parents in Supervising Children's Use of Mobile Devices: The Case of Hong Kong. *Journal of technology in human services*, 35(1), 63-85.

Ögel-Balaban, H. & Şebnem, A. (2020). The Use of Facebook by Turkish Mothers: Its Reasons and Outcomes. *Journal of Child & Family Studies*, 29(3), 780-790.

KIRJALLISUUSKATSAUKSEN ARTIKKELIT

- 1) McDaniel, Brandon T. ; Radesky, Jenny S. 2018. Technoference: Parent Distraction With Technology and Associations With Child Behavior Problems. *Child development* 89 (1), 100-109.
- 2) Fletcher, R., Kay-Lambkin, F. May, C., Oldmeadow, C., Attia, J. & Leigh, L. 2017. Supporting men through their transition to fatherhood with messages delivered to their smartphones: a feasibility study of SMS4dads. *BMC public health* 17 (1), 953-953.
- 3) Lupton, D. 2016. The use and value of digital media for information about pregnancy and early motherhood: a focus group study. *BMC pregnancy and childbirth* 16 (1).171.
- 4) Laws, R., Walsh, A., Hesketh, K., Downing, K., Kuswara, K. & Campbell, K. 2019. Differences Between Mothers and Fathers of Young Children in Their Use of the Internet to Support Healthy Family Lifestyle Behaviors: Cross-Sectional Study. *Journal of medical Internet research* 21 (1), e11454.
- 5) Lebron, C., St. George, S., Eckembrecher, D. & Alvarez, L. 2020. "Am I doing this wrong?" Breastfeeding mothers' use of an online forum. *Maternal and child nutrition* 16 (1), e12890-n/a.
- 6) Moon, R., Mathews, A., Oden, R. & Carlin, R. 2019. Mothers' Perceptions of the Internet and Social Media as Sources of Parenting and Health Information: Qualitative Study. *Journal of medical Internet research* 21(7), e14289-e14289.
- 7) Regan, S. & Brown, A. 2019. Experiences of online breastfeeding support: Support and reassurance versus judgement and misinformation. *Maternal and child nutrition* 15 (4), e12874-n/a.
- 8) Glatz, T., Alsarve, J., Daneback, K. & Sorbring, E. 2023. An examination of parents' online activities and links to demographic characteristics among parents in Sweden. *Journal of Family Social Work*. Vol. 26 Issue 1, p45-66.
- 9) Srivastava, K., Norman, A., Ferrario, H., Mason, E. & Mortimer, S. 2022. A qualitative exploration of the media's influence on UK women's views of breastfeeding. *British Journal of Midwifery*, 30(1): 10-18. 9p.
- 10) Pettigrew, S., Archer, C. & Harrigan, P. 2016. A Thematic Analysis of Mothers' Motivations for Blogging. *Maternal & Child Health Journal*, 20(5): 1025-1031. 7p.
- 11) Elias, N. & Sulkin, I. 2019. Screen-Assisted Parenting: The Relationship Between Toddlers' Screen Time and Parents' Use of Media as a Parenting Tool. *Journal of Family Issues*. Dec2019, Vol. 40 Issue 18, p2801-2822. 22p.
- 12) Cruickshank, M., McAloon, J. & Maguire, J. 2022. Handheld Devices: The Barrier for Parents with Mental Health Difficulties in Child Outcomes. *Journal of Child & Family Studies*. Vol. 31 Issue 7, p2027-2038. 12p.

13) Lederer, Y., Artzi, H. & Borodkin, K. 2022. The Effects of Maternal Smartphone Use on Mother–Child Interaction
Child Development ; Mar-Apr; 93(2) 556-570.

14) Nomkin, L. & Gordon, I. 2021. The relationship between maternal smartphone use, physiological responses, and gaze patterns during breastfeeding and face-to-face interactions with infant.
PLoS ONE. p1-17. 17p.

15) Inoue, C., Hashimoto, Y., Nakatani, Y. & Ohira, M. 2022. Smartphone use during breastfeeding and its impact on mother-infant interaction and maternal responsiveness: Within-subject design. Nursing & health sciences 24 (1), 224-235.

16) Ali, R., Alnuaimi, K. & Al-Jarrah, I. 2020. Examining the associations between smartphone use and mother-infant bonding and family functioning: A survey design. Nursing & health sciences 22 (2), 235-242.

LIITTEET

LIITE 1. Kirjallisuuskatsaukseen valitut alkuperäistutkimukset

tekijät(t), vuosi, maa	tutkimuksen tarkoitus	aineisto ja tutkimusmenetelmä	keskeiset tulokset	Laadun arviointi (JBI)
1. McDani- el & Radesky. 2018. Yhdysval- lat.	Tutkia, liittykö vanhempien ongelmallinen teknologian käyttö teknologiaan perustuviin keskeytyksiin vanhempien ja lasten välisessä vuorovaikutukses- sa ja liittykö tämä lasten käyttäytymison- gelmiin.	Kvantitatiivinen tutkimus. Osallistujina 168 äitiä ja 165 isää, joilla oli 1-5,5 vuotias lapsi. Aineisto kerättiin online-kyselynä ja analysoitiin tilastollisella analyysillä. Tutkimus oli pitkittäistutkimus.	Äidin ja isän ongelmallinen digitaalisen teknologian käyttö ennusti suurempaa häiriökäyttäytymistä äiti-lapsi ja isä-lapsi vuorovaikutuksessa. Teknologiset keskeytykset liittyvät lasten ongelmakäyttäytymi- seen.	5/5
2. Fletcher , Kay- Lambkin, May, Oldmead ow, Attia, John & Leigh. 2017. Australia.	Selvittää, voitaisiinko älypuhelintekno- logiaa hyödyntää isien tarpeisiin vastaamiseen heidän tullessaan ensi kertaa isäksi.	Kvantitatiivinen tutkimus. Tutkimukseen osallistui 520 isää, joille lähetettiin sovelluksen kautta viestejä. Aineisto analysoitiin tilastollisella analyysillä.	Tutkimuksen jälkeisiin kyselyihin osallistuneet isät (n=101) ilmoittivat, että viestit auttoivat heitä heidän kokemuksessaan isäksi tulemisessa sekä auttoivat heitä kehittämään vahvaa suhdetta lapsensa kanssa.	5/5
3. Lupton. 2016. Australia.	Tutkia, kuinka naiset käyttävät nyt saatavillaan olevaa monipuolista digitaalista mediaa ja millaista tietoa he arvostavat.	Kvalitatiivinen tutkimus, jonka aineisto kerättiin fokusrühmähaastat- teluilla. Haastatteluihin osallistui yhteensä 36 naista, jotka olivat raskaana tai olivat synnyttäneet kolmen vuoden sisällä.	Naiset arvostavat sovelluksia ja digitaalisia alustoja, jotka ovat monikäyttöisiä ja saatavilla silloin kun he tarvitsevat tietoa. Tulokset osoittivat digitaalisen tiedon käytön tärkeyden sosiaalisten yhteyksien	7/10

		Aineisto analysoitiin temaattisella analyysillä.	luomisessa ja ylläpitämisessä muihin äiteihin.	
4. Laws, Walsh, Hesketh, Downing, Kuswara & Campbell. 2019. Australia.	Tutkia, eroaako äitien ja isien internetin käyttö toisistaan, kun etsitään tietoa omasta tai lapsen terveydestä, ruokailusta ja leikkimisestä.	Kvantitatiivinen tutkimus, jossa aineistona käytettiin valmista aineistoa. Tämä aineisto oli kerätty 297 äidiltä ja 207 isältä. Aineisto analysoitiin tilastollisella analyysillä.	Verrattuna isiin suurempi osa äideistä käytti internettiä saadakseen tietoa omasta ja lasten terveydestä, ruokailusta ja lasten leikistä sekä käytti facebookia yhteydenpitoon muiden vanhempien kanssa. Tulokset tukevat internetin ja facebookin käyttöä tärkeänä mahdollisena keinona tavoittaa äitejä.	5/5
5. Lebron, St. George, Eckembrecher & Alvarez. 2020. USA	Tarkastella Babycenter.com (imetysfoorumi) -tukifoorumia, jotta saadaan ymmärrystä sen käyttäjien tiedonhaku- ja jakamiskäytännöistä.	Kvalitatiivinen tutkimus, jossa Babycenter.com -tukifoorumilta poimittiin 258 alkuperäistä viestiä ja 1445 vastaavaa kommenttia 10 päivän aikana. Aineisto analysoitiin induktiivisella sisällönanalyysillä.	Käyttäjät jakoivat tietojaan ja henkilökohtaisia imetyskokemuksiaan sekä rohkaisivat toisia jatkamaan imetystä ja selviytymään haasteista. Imettävät äidit käyttävät aktiivisesti verkkotukifoorumeita, joissa etsitään tietoa muilta, joilla on samanlaisia kokemuksia. Tämä on tärkeä resurssi imettäville äideille.	7/10
6. Moon, Mathews, Oden & Carling. 2019. USA.	Tutkia, vanhempien käsityksiä internetin ja sosiaalisen median eduista sekä haitoista vanhemmuuteen ja terveyteen liittyvän tiedon lähteinä.	Kvalitatiivinen tutkimus, jossa aineisto kerättiin fokusryhmä- ja yksilöhaastatteluina. Haastateltavana oli 28 äitiä. Aineisto analysoitiin induktiivisella sisällönanalyysillä.	Äidit arvostivat internetin ja sosiaaliseen mediaan koottua räätälöityä tietoa, vahvistusta ja tukea sekä nimettömästi saatavia useita mielipiteitä. Internetistä ja sosiaalisesta mediasta on nopeasti tulossa tärkeä ja luotettava vanhemmuuteen ja terveyteen liittyvä tiedonlähde, joiden	8/10

			puoleen äidit kääntyvät tehdessään lastensa hoitopäätöksiä.	
7. Regan & Brown. 2019. Iso-Britannia.	Selvittää, naisten kokemuksia online-tuen käyttämisestä imetykseen.	Kvalitatiivinen tutkimus, jossa aineisto kerättiin puolistrukturoiduilla haastatteluilla. Haastateltavia naisia oli 14. Aineisto analysoitiin temaattisella analyysillä.	Verkkotuki oli rauhoittavaa, empaattista ja saatavilla ympäri vuorokauden. Se oli myös vähemmän pelottavaa kuin kasvokkain saatu tuki/neuvonta. Monet kokivat, että pystyivät jatkamaan imetystä online-tuen vuoksi.	8/10
8. Glatz, Terese; Alsarve, Jenny; Daneback, Kristian; Sorbring, Emma. 2023. Ruotsi	Tutkia vanhempien internetin käyttöä, verkkotoimintojen houkuttelevuutta ja verkkoinformaation käsittelyä.	Kvantitatiivinen tutkimus Aineisto kerättiin vanhempien internetin käyttöön liittyvistä tiedoista. Tutkimukseen osallistui 401 vanhempaa. Aineisto analysoitiin tilastollisella analyysillä.	Suurin osa vanhemmista käytti internetiä usein. Äidit ja pienten lasten vanhemmat käyttivät internetiä löytääkseen tietoa vanhemmuuteen liittyvistä ongelmista. Korkeasti koulutetut vanhemmat taas lukivat vanhemmuusblogeja ja alemman koulutuksen saaneet käyttivät enemmän sosiaalista mediaa. Äidit luottivat verkkotietoihin enemmän kuin isät, mutta äideillä oli ongelmia verkosta saatavien tietojen käsittelyssä.	3/5
9. Srivastava, Kiron Norman, Alyson Ferrario, Hannah Mason, Eleanor Mortimer, Samantha 2022. Iso-Britannia	Tutkia, vaikuttaako sosiaalinen media äidin aikomukseen aloittaa tai jatkaa imetystä.	Kvalitatiivinen, etnografinen tutkimus, jossa aineisto kerättiin puolistrukturoiduilla haastatteluilla. Haastatteluihin osallistui 40 naista. Aineisto analysoitiin temaattisella analyysillä.	Sosiaalisella medialla voi olla tärkeä rooli imetyksen ylläpitämisessä. Sosiaalinen media tukee imetystä, mutta se voi myös aiheuttaa kohtuuttomia negatiivisia paineita äideille, jotka kamppailevat imettämisen kanssa.	8/10

<p>10. Pettigrew, Simone; Archer Catherine ; Harrigan, Paul 2016. Australia</p>	<p>Tutkia äitien bloggaamiseen liittyviä motiiveja ja tavoitteita.</p>	<p>Kvalitatiivinen tutkimus, jonka aineisto kerättiin online-kyselyllä 235 äidiltä. Aineisto analysoitiin temaattisella analyysillä.</p>	<p>Bloggaamiseen tunnistettiin viisi ensisijaista motivaatiota: yhteyksien kehittäminen muihin, kohonneen henkisen stimulaation kokeminen, itsensä vahvistaminen, muiden hyvinvoinnin edistäminen sekä taitojen ja kykyjen laajentaminen.</p>	<p>8/10</p>
<p>11. Elias, Nelly Sulkin, Idit 2019. Israel</p>	<p>Selvittää taaperoiden ruutuaikaa painottaen erityisesti ruutulaitteiden käyttöä vanhemmuuden työkaluna.</p>	<p>Kvantitatiivinen tutkimus, jonka aineisto kerättiin strukturoiduilla haastatteluilla 289 vanhemmalta. Aineisto analysoitiin tilastollisella analyysillä.</p>	<p>Tarvitaan lisää vanhempien medialukutaitoa tukevia ohjelmia. Vanhempien tulisi näyttää lapsille korkealaatuista kohdistettua sisältöä, joka voisi edistää lasten kehitystä. Tällä tavalla vanhemmat voisivat hyötyä ruudun katselusta ja vähentää sen kielteisiä vaikutuksia.</p>	<p>3/5</p>
<p>12. Bui, Nghi Cruickshank, Marilyn McAloon, John Maguire, Jane 2022. Australia</p>	<p>Selvittää, kuinka kädessä pidettävät digitaaliset laitteet voivat häiritä vanhempien ja lasten välistä vuorovaikutusta, erityisesti, jos vanhemmilla on mielenterveysongelmia.</p>	<p>Kvantitatiivinen tutkimus, jonka aineisto kerättiin kyselylomakkeella 214 vanhemmalta. Aineisto analysoitiin tilastollisella analyysillä.</p>	<p>Vanhempien mielenterveyden ongelmat voivat vaikuttaa sekä vanhempien että lasten ruutuaikaan. Suurimmat vanhempien ahdistuneisuuden, masennuksen ja stressin oireet liittyvät vanhempien puhelimen käytön lisääntymiseen. Vanhempien lisääntynyt ahdistus liittyy myös lasten puhelimen ja tabletin käyttöön.</p>	<p>4/5</p>
<p>13. Lederer, Yael Artzi, Hallel Borodkin, Katy</p>	<p>Arvoida äidin älypuhelimien käytön vaikutuksia äidin ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen.</p>	<p>Kvantitatiivinen tutkimus, jossa ensin kerättiin äideiltä taustatietokysely ja sen jälkeen seurattiin vuorovaikutustilanteita. Tutkimukseen</p>	<p>Äidit keskustelivat vähemmän lastensa kanssa ja vastasivat vähemmän lastensa tarpeisiin ollessaan älypuhelimella kuin keskeytymättömässä</p>	<p>5/6</p>

2022. Israel		osallistui 33 äitiä ja heidän lapsensa. Aineisto analysoitiin tilastollisella analyysillä.	vapaassa leikissä. Myös äidin reagoitukyky heikkeni. Nämä havainnot viittaavat siihen, että äidin älypuhelimien käyttö vaarantaa äidin ja lapsen välisen vuorovaikutusta, millä voi olla kielteisiä vaikutuksia lapsen kehitykseen.	
14. Nomkin, Lilach Graff Gordon, Ilanit 2021. Israel	Selvittää fysiologisten mittausten avulla äidin ja vauvan vuorovaikutusta äidin käyttäessä älypuhelimia imetyksen aikana.	Kvantitatiivinen tutkimus, jonka aineisto kerättiin online-kyselyllä, fysiologisen tallennuslaitteen avulla ja seurattiin imetystilanteita. Tutkimukseen osallistui 20 imettävää äitiä ja heidän vauvansa. Aineisto analysoitiin tilastollisella analyysillä.	Tulosten mukaan äitien katse vauvaan imettäessä väheni älypuhelimia käytettäessä verrattuna imetystilanteeseen ilman älypuhelimia. Äidit kiinnittivät älypuhelimien myös enemmän huomiota kuin vauvaansa.	6/6
15. Inoue, Hashimoto, Nakatani & Ohira. 2022. Japani.	Tutkia, kuinka äidin älypuhelimien käyttö imetyksen aikana vaikuttaa äidin ja lapsen vuorovaikutuksen laatuun sekä äidin herkkyyteen huomioida vauvan tarpeita.	Kvantitatiivinen tutkimus, jonka aineistona käytettiin videonauhoitettuja imetystilanteita. Näissä kokeellisissa- ja kontrollitilanteissa tutkittiin 13 äitiä ja vauvaa. Aineisto analysoitiin tilastollisella analyysillä.	Älypuhelimien käyttö pidensi selvästi hajamielisyyttä imetystilanteessa, mutta merkittävää yhteyttä äidin älypuhelimien käytön ja vuorovaikutuksen laadun välillä ei tullut esiin. Älypuhelimien käyttö imetyksen aikana kuitenkin häiritsi äidin kykyä vastata vauvan huomion pyyntöihin.	6/6
16. Reem, Karimeh & Imteyaz,	Tutkia älypuhelimien liiallisen käytön yhteyttä äidin ja lapsen väliseen	Kvantitatiivinen tutkimus, jonka aineisto kerättiin strukturoiduilla haastatteluilla ja	N. 16% äitiä ilmoitti käyttävänsä älypuhelimia 5-14 tuntia päivässä ja 6,7% äideistä kuvaili itseään	3/5

2020. Jordania.	siteeseen, äidin mielenterveyteen ja perheen toimivuuteen.	verkkokyselyllä. Osallistujina oli 114 äitiä. Aineisto analysoitiin tilastollisella analyysillä.	älypuhelinriippuvaiseksi. Tulokset viittaavat siihen, että älypuhelimien liiallinen käyttö voi olla yhteydessä perheen toimimattomuuteen. Älypuhelimien käytön ja äidin sekä lapsen välisen siteen tai äidin mielenterveyden välillä ei löydetty yhteyttä.
--------------------	--	--	--

LIITE 2. Analyysin eteneminen

Yläluokka	Alaluokka	Pelkistys	Alkuperäisilmaisu
Median monipuoliset tukikeinot vanhemmuuteen	Vertaistuen hyödyt	<p>Verkkotuen ansiosta imetyksen jatkuminen⁷</p> <p>Bloggaamisen tärkeimpänä etuna samanlaisia kokemuksia kokeneiden ihmisten löytäminen¹⁰</p> <p>Rehelliset vastaukset myös negatiivisista lasten kasvatuskokemuksista⁶</p> <p>Yhteydenpito muihin vanhempiin verkossa⁴</p> <p>Vertaistuki⁵</p> <p>Henkilökohtaisten tietojen jakaminen³</p>	<p><i>“...this support to helping them to continue breastfeeding...”</i></p> <p><i>The main benefits are finding people who are likeminded and have been through similar experiences“</i></p> <p>“ <i>“...they asked a question about negative child-rearing experiences and received what they perceived to be honest answers...”</i></p> <p><i>“...using Facebook to connect with other parents...”</i></p> <p><i>“...can offer valuable connections to parents who share similar challenges...”</i></p> <p><i>“...sharing personal details...”</i></p>

	<p data-bbox="507 808 683 875">Sovellusten antama tuki</p> <p data-bbox="507 1727 727 1839">Digitaalisten laitteiden hyödyntäminen</p>	<p data-bbox="754 199 1062 304">Internet-sivustot tärkeä tuki imettäville äideille⁹</p> <p data-bbox="754 544 1062 649">Sovellus vanhemmuuden kehitysvaiheelle³ eri</p> <p data-bbox="754 925 1062 1030">Tekstiviestisovellus hyödyllinen työkalu uusille isille²</p> <p data-bbox="754 1111 1062 1256">Matkapuhelinsovelluksen tiedot räätälöityjä yksilölliseen tilanteeseen⁶</p> <p data-bbox="754 1402 1062 1525">Arkipäivinä ruutua käytettiin helpottamaan nukkumaan menoa¹¹</p> <p data-bbox="754 1697 1062 1731">Puettava seurantalaitte³</p>	<p data-bbox="1082 275 1370 600"><i>“These sites (mainly Mum’s net, NetMums and National Childbirth Trust) seemed to provide an important source of support for breastfeeding mothers.”</i></p> <p data-bbox="1082 607 1370 898"><i>“...advice they received from online media helped them in practical ways to learn about pregnancy, childbirth and parenting”</i></p> <p data-bbox="1082 976 1370 1122"><i>“... to be a useful tool for supporting their transition to fatherhood...”</i></p> <p data-bbox="1082 1200 1370 1458"><i>“mobile phone apps in particular liked how the information on the apps was timely and tailored to their individual situation”</i></p> <p data-bbox="1082 1491 1370 1794"><i>“The strongest correlations were found between weekday SVT and using the screen for facilitating mealtime and bedtime.”</i></p> <p data-bbox="1082 1827 1370 2009"><i>“...described her desire for a wearable digital technology that she could place on her baby to</i></p>
--	--	---	---

			<i>monitor its sleeping patterns, heart rate and body temperature... ”</i>
--	--	--	--