

Emilia Kumpula ja Sara Taskila

**Vanhempien käyttämät keinot ja tuen tarve alakouluikäisten mediakasvatuk-
sessa**

Vanhempien käyttämät keinot ja tuen tarve alakouluikäisten mediakasvatuksessa

Emilia Kumpula ja Sara Taskila
Opinnäytetyö
Kevät 2019
Terveystieteiden
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Hoitotyön tutkinto-ohjelma, terveydenhoitaja

Tekijät: Emilia Kumpula, Sara Taskila

Opinnäytetyön nimi: Vanhempien käyttämät keinot ja tuen tarve alakouluikäisten lasten mediakasvatuksessa

Työn ohjaaja: Yliopettaja TtT Hilikka Honkanen, projektikoordinaattori TtT Niko Männikkö

Työn valmistuslukukausi ja -vuosi: Kevät 2019

Sivumäärä: 76 + liitteet

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa alakouluikäisten lasten vanhempien käyttämiä keinoja kotien mediakasvatuksessa. Tarkoituksena oli selvittää myös, miten vanhemmat kokevat liiallisen ruutuajan haitalliset vaikutukset ja onko mediakasvatukseen saatu tukea kodin ulkopuolelta. Tämän lisäksi haluttiin saada tietoa, koetaanko kodin ulkopuoliselle tuelle tarvetta. Vanhemmuuden tukeminen, ohjaaminen ja neuvonta, sekä varhainen puuttuminen huolenaiheisiin ovat tärkeitä keinoja, joilla voidaan vahvistaa kotien mediakasvatusta ja sen myötä tukea lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä, sekä vähentää ja ehkäistä mediankäytöstä aiheutuvia mahdollisia haittoja.

Tutkimusmetodinä käytimme kvantitatiivista eli määrällistä tutkimustapaa. Aineisto kerättiin kahden alakoulun vanhemmille suunnatulla kyselyllä. Kysely toteutettiin Webropol-nimisellä kysely- ja raportointiohjelmalla, ja lähetettiin vanhemmille Wilma-hallinto-ohjelman välityksellä. Analysoimme aineiston Webropolin avulla ristiintaulukoimalla aineistoa. Tulokset esitetään raportissa numeerisesti, graafisesti ja sanallisesti.

Tutkimustulosten mukaan on yleistä, että alakouluikäisten lasten kodeissa toteutetaan aktiivista mediakasvatusta. Keskustelevan kasvatustavan lisäksi perheissä rajoitetaan ruutu-aikaa ja hyödynnetään erilaisia esto- ja suodatusohjelmia sekä ruutu-aikasovelluksia. Suuri osa vanhemmista tuntee lapsensa tavat ja mieltymykset mediankäytössä. Vanhemmat ovat tietoisia liiallisen ruutuajan haitallisista vaikutuksista, ja siihen liittyvä huolenaste on keskiarvoltaan 3,7 asteikolla 1-5 kuvattuna. Yli puolet vanhemmista ei ole saanut kodin ulkopuolelta tukea mediakasvatukseen, lähes sama määrä ei sitä koe myöskään tarvitsevansa. Viidesosa vanhemmista toivoo kodin ulkopuolelta tukea mediakasvatukseen. Tukea toivotaan erityisesti mediakasvatuksen asiantuntijoilta. Käytännön toimintaohjeita ja suosituksia toivotaan eniten, ja myös luento- ja tutkimustiedon muodossa olevalle tuelle ilmenee kiinnostusta vanhempien keskuudessa.

Tutkimustulokset ovat hyödynnettävissä suunniteltaessa vanhemmille suunnattua tämän ajan tarpeeseen vastaavaa tukea, joka vanhempien oman kasvatustyön vahvistumisen myötä tukisi lapsia kohti terveellistä ja turvallista median käyttöä. Tutkimustuloksia voidaan hyödyntää myös lasten terveyttä ja hyvinvointia edistävien sekä ennaltaehkäisevien palvelujen suunnitteluun ja toteutukseen osallistuvilla tahoilla.

Asiasanat: media, mediakasvatus, alakoulu, kouluikäinen, vanhemmuus, ruutu-aika

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree Programme in Nursing and Health Care, Option of Preventive Health Care

Authors: Emilia Kumpula and Sara Taskila

Title of thesis: Methods used by parents and the need for support in media education for primary school-age children

Supervisor(s): Principal Lecturer, PhD Hilikka Honkanen & Project Coordinator PhD Niko Männikkö
Term and year when the thesis was submitted: Spring 2019 Number of pages: 76+attachments

The purpose of the study is to describe the methods used by parents of primary school-age children to guide their children in using the media. The aim of the study is to provide information about the means used by parents. The results of the research will benefit parents who get new knowledge and tips for their own educational work from the experiences of other parents. Parental support for children's media education has a positive impact on children's well-being. The results will also benefit school nurses as well as all professionals who working with elementary school age. They can share information about the means they feel good and harmful. We used quantitative research methods. The data is collected through a survey for parents of two primary schools. The query is produced using Webropol and sent to parents through the Wilma Administration program. We analyzed the material on the Webropol site, where it is possible to make cross-tabulations of the data and get ready percentages for the results. The results are presented numerically, graphically and verbally in the report.

We compared the answers to parents' place of residence, age, gender, children's school levels and gender. The result shows that there are clear differences in the way children use the media and preferences, as well as in the ways of parents to control, allow and restrict media usage, depending on the age of the child.

Results of this study shows that active media education to be implemented in the homes of children of primary school age. Families also use various blocking and filtering programs as well as screen time applications. More than half of parents have not received support from outside the home for media education. One fifth of parents want support from outside the home for media education especially from media education experts. Parents are interested in for example practical instructions, recommendations and lectures and research.

The results of the research can used when designing support and services for parents or children. Research results can also used by planning of child health and well-being and preventive services.

Keywords: Media, media education, parenting, screen time, primary school

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	7
2	MEDIA.....	9
2.1	Medialaitteet perheessä	9
2.2	Internet ja sosiaalinen media	10
2.3	Televisio	11
2.4	Digitaalinen viihdepelaaminen eli digipelit.....	12
2.5	Kännökät ja älypuhelimet	12
3	MEDIAKASVATUS LAPSEN ARJESSA	14
3.1	Mediakasvatus	14
3.2	Suosituksset mediankäytölle.....	14
3.3	Mediakasvatus opetussuunnitelmassa	16
3.3.1	Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen	17
3.3.2	Monilukutaito	17
3.4	Kouluterveydenhuolto	18
3.5	Kotien mediakasvatus	19
3.6	Aiempiä tutkimuksia kotien mediakasvatuksesta	21
3.7	Tieto- ja henkilöturvaan liittyvät säännöt	24
4	ALAKOULUIKÄINEN LAPSI JA LASTEN MEDIUMKÄYTTÖÖN YHTEYDESSÄ OLEVAT TERVEYDELLISET TEKIJÄT	25
4.1	Alakouluikäisen lapsen ikäkauden erityispiirteet.....	25
4.2	Media ja lasten psyykinen ja sosiaalinen hyvinvointi	26
4.3	Media ja lasten fyysinen hyvinvointi.....	28
5	TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSONGELMAT	29
6	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	30
6.1	Tutkimusmenetelmä	30
6.2	Kyselylomakkeen laadinta.....	31
6.3	Aineiston keruu ja analyysi.....	34
7	TUTKIMUSTULOKSET	37
7.1	Taustatiedot	37
7.2	Vanhempien käsitykset ruutuajan haitoista	38

7.3	Vanhempien käyttämät keinot mediakasvatuksessa	46
7.4	Ulkopuolinen tuki ja sen tarve mediakasvatuksessa.....	51
8	POHDINTA	57
8.1	Tutkimuksen merkitys palveluiden kehittämisessä	57
8.2	Tutkimustulosten tarkastelu.....	58
8.3	Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys	64
8.4	Kehittämissuhteet ja jatkotutkimushaasteet	65
8.5	Prosessissa oppiminen.....	67
	LÄHTEET	69
	LIITTEET	77

1 JOHDANTO

Viimeiset 30 vuotta ovat olleet merkittävää aikaa uusien mediamuotojen ja viestintälaitteiden osalta. Tänä aikana CD-levyt, videot, paikallisradiot, soittimet, tietokoneet, digipelit, älypuhelimet ja erityisesti internet ovat tulleet osaksi lähes jokaisen ihmisen arkea ja työtä. Median läpimurron voidaan halutessa sanoa alkaneen paljon ennen digitalisaatiota. Alun perin keksittiin kirjapaino ja kirjoitus, tämän jälkeen valokuva, puhelin ja lennätin sekä radio ja elokuva. (Merikivi, Myllyniemi & Salasuo 2016, viitattu 4.1.2018, 5.)

2000-luvulla syntyneille lapsille digitaalinen media ja internet ovat lähes itsestäänselvyksiä ja hyvin olennainen osa lapsuutta ja nuoruutta. Lapset saavat uusia kokemuksia median avulla muun muassa lukemisen, katselemisen, kuuntelemisen, äänittämisen, kuvaamisen tai pelaamisen kautta. Niihin liittyvä sosiaalinen toiminta ja merkitykset vaikuttavat omalta osaltaan lapsen kasvuun ja kehitykseen (Huhtanen 2016, viitattu 4. ja 12.1.2018, 4.) Tässä tutkimuksessa media on rajattu tarkoittamaan internetiä, televisiota, tietokoneita, älypuhelimia ja -tabletteja, sekä digitaalisia pelejä.

PoPSTer-hankkeen (Pohjois-Pohjanmaan sosiaali- ja terveydenhuolto osana tulevaisuuden maakuntaa, 2016-2018) kehittämistyön tuloksena syntyi ehdotus siitä, millaisina sosiaali- ja terveystalvelut järjestetään ja tuotetaan sote- ja maakuntauudistuksen tullessa voimaan (Popster 2017, 41, viitattu 2.1.2019). Lasten ja perheiden palveluja uudistetaan suunnittelemalla palveluprosessit siten, että se mahdollistaa painopisteen siirtämisen ennaltaehkäiseviin palveluihin (PoPSTer hanke-suunnitelma 2016, viitattu 2.1.2019 6). Palvelut toteutetaan pääsääntöisesti peruspalveluilla lapsen kasvu- ja kehitysympäristössä (Popster 2017, 41, viitattu 2.1.2019). Asiakaskokemustietoa on vain niukasti siitä, millainen on perheiden kokema palvelutarve arjessa (PoPSTer tietopaketti 2, viitattu 2.1.2019).

Tutkimusmetodina käytämme kvantitatiivista eli määrällistä tutkimustapaa. Tutkimuksen tarkoituksena on kuvailla, millaisia menetelmiä alakouluikäisten vanhemmat ovat käyttäneet ohjatessaan lapsiaan median käytössä. Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa vanhempien käyttämistä keinoista. Tutkimuksessa selvitämme myös sitä, mistä ja millaista tukea vanhemmat ovat saaneet lastensa mediakasvatukseen ja koetaanko siihen tarvetta. Tutkimustuloksista hyötyvät vanhemmat, jotka saavat uutta tietoa ja eväitä omaan kasvatustyöhönsä muiden vanhempien kokemuksista. Vanhempien saama tuki vahvistaa kotien mediakasvatusta, jolla puolestaan on positiivinen

vaikutus lasten hyvinvointiin. Tuloksista hyötyvät myös kouluterveydenhoitajat sekä kaikki alakouluikäisten parissa toimivat ammattilaiset, jotka voivat työssään jakaa tietoa hyviksi koetuista keinoista. Tutkimustuloksia voidaan hyödyntää lasten terveyttä ja hyvinvointia edistävien sekä ennaltaehkäisevien palvelujen suunnitteluun ja toteutukseen osallistuvilla tahoilla.

2 MEDIA

2.1 Medialaitteet perheessä

Medialaitteiden käyttö kodeissa on vielä hyvin nuori ilmiö. Siinä missä vielä kahdeksankymmentä vuotta sitten perheen tärkein viestien välittäjä oli postimies, postiauto tai postihevonen, nykyään yksi henkilö saattaa käyttää montaakin medialaitetta yhtä aikaa, puhua esimerkiksi puhelimesta samaan aikaan kun katsoo televisiosta ohjelmaa ja radio soi taustalla. (Lahikainen, Mälkiä & Repo (toim.) 2015, 27.)

Jatkuvasti kehittyvän teknologian vuoksi eri aikakaudella syntyneiden ihmisten voidaan sanoa jakavan erilaisia mediakokemuksia. 1960-luvun jälkeen syntyneitä sukupolvea voidaan sanoa yhdistävän televisio lapsuuden kasvuympäristönä. 1980-luvulla ja sen jälkeen syntyneet ovat ns. nettisukupolvi. Tuolloin alkoivat esimerkiksi tietokoneet tulla koteihin ja internetistä alkoi tulla hallitseva media. Matkapuhelin ja internet seurasivat 1990-luvulla ja 2000-luvun puolella erilaiset mobiililaitteet kuten esimerkiksi älypuhelimet ja tablettitietokoneet. 2000-luvulla ja sen jälkeen syntyneistä käytetään usein määritystä diginatiivit. He ovat syntyneet teknologisoituneeseen maailmaan, jota hallitsee web 2.0 ja sosiaalinen media. (Kangaspunta 2013, 31.) Kokemukset mediasta lisääntyvät, monipuolistuvat ja varhentuvat aina eri ikäluokkien mukaan. Esimerkiksi samaan perheen eri-ikäiset lapset ovat saattaneet kasvaa erilaisessa mediaympäristössä. (Lahikainen ym. 2015, 27-28.)

Media on yleisellä tasolla mullistanut perhe-elämän monella tavalla tuoden muutoksia perheen vuorovaikutukseen sekä jokaisen perheenjäsenen omaan toimintaan. Kun uusi medialaite tulee perheeseen, se vaikuttaa perheen vuorovaikutukseen ja ajankäyttöön ja koskee kaikkia perheenjäseniä joko suorasti tai epäsuorasti. Yhden perheenjäsenen laitteen käyttöä koskevat valinnat vaikuttavat kaikkiin muihin perheenjäseniin, heidän ajan käyttöön ja toimintoihin. Laitteeseen tutustuminen itsessään jo vie aikaa, sekä myöhemmin sen käyttäminen. Laite vaatii keskittymistä ja vangitsee käyttäjänsä huomion. Mitä enemmän perheessä on medialaitteita, sitä enemmän on erilaisia laitesuhteita. Laitteen iästä riippuu se, miten vakiintuneita käyttöön liittyvät säännöt ja käytänteet ovat. Nykykodeissa voi olla käynnissä monia yhtäaikaista uusien laitteiden kotoutumisprosesseja ja tämän vuoksi perheet voivat olla jatkuvassa käymistilassa omaksuessaan uusia teknisiä innovaatioita. (Lahikainen ym. 2015, 30-32.)

Perheen ajankäytön muuttumisen lisäksi medially on muitakin vaikutuksia perheen jäsenten maailmaan. Sähköinen media arjessa voi tuoda hyvin kaukaisetkin asiat lähelle. Ruudusta tuleva kuvavirta on etenkin lapsille hyvin merkityksellinen. Kuva tarttuu lapsen mieleen joskus hyvin primitiivisen tulkinnan saattamana tai ilman tulkintaa. Kuvat voivat täten jäädä lapsen mieleen ilman yhteyksiä tai sanoja. Sitä, miten kauan tajuntaan iskostuneet kuvat pysyvät lapsen mielessä ja miten ne lapseen vaikuttavat ei ole vielä juurikaan tutkittu. Kuva ruudussa on lapselle hyvin todellinen. On näyttöä siitä, että ruudusta tuleva virtuaalinen aineisto ja todellinen elämä voivat sekoittua pienen lapsen mielessä ja näin ollen muokkaa pelkoja myös arkitodellisuuden asioita kohtaan. (Lahikainen ym. 2015, 31.)

Media kautta voi saada myös kuvaa maailmasta, vaikutteita ajatusmaailmaan ja maailmankuvaan sekä malleja identiteettiin. Käyttäjä voi saada lisää tietovarastoja ja oppimistapoja syrjäyttäen samalla vanhoja tapoja. Media kautta käyttäjä voi laajentaa olemassa olevaa kontaktiverkkoaan. Henkilöllä voi olla ihmissuhteita, joita ylläpidetään median avulla esimerkiksi puheluin, sähköpostein ja tekstiviestein. Vaikka kasvokkain tapahtuvaa vuorovaikutusta pidetään yleensä rikkaampana ja moniulotteisempana kuin mediavälitteistä vuorovaikutusta voi mediavälitteinen vuorovaikutus tuoda laajempaa sisältöä suhteeseen. Joidenkin asioiden kertominen median välityksellä kaukaa voi olla helpompaa ja kasvokkain. (Lahikainen ym. 2015, 32.)

Vanhemmat voivat tehdä nykyisin ostoksia ja asioida esimerkiksi viranomaistahoja kohtaan sähköisesti. Tämä säästää vanhemman ostoksiin ja asiointiin käyttämää aikaa, mikä taas voi lisätä perheen kanssa yhteisesti käytettävää aikaa. Kaiken kaikkiaan media voi sekä lisätä, että vähentää perheen, vanhempien ja lasten yhteistä aikaa, mikä voi omalta osaltaan joko tiivistää tai laimentaa perheen jäsenten välisiä suhteita. (Lahikainen ym. 2015, 34.)

2.2 Internet ja sosiaalinen media

Mediamaailma mullistui internetin kehittyessä ja vakiintuessa kulutuskäyttöön 1990-luvun lopulla tuoden mukaan erilaisia verkkopalveluja. (Kangaspunta 2013, 11.) Internetin yleistyminen on ollut nopeaa. 2000-luvun vaihteessa internetyhteys oli alle puolella (44-46 %) lapsiperheissä. 2010-luvulla oli lähes joka taloudessa (98-100 %). (Lahikainen, Mäkiä & Repo (toim.), 2015, 92.) Kouluikäiset lapset tapaavat uusia ihmisiä nykyään usein myös internetissä esimerkiksi erilaisten har-

rastussivustojen parissa. Jotkut lapset voivat kokea verkossa tapahtuvan kommunikoinnin helpomaksi kuin suoran kohtaamisen ja osalla voi ainoat ystävyysuhteet olla pelkästään netin kautta syntyneitä. Internet voi tuoda lasten ulottuville kuitenkin myös verkkosisältöjä, jotka voivat pelottaa ja hämmentää lasta. (Huhtanen 2016, 16, viitattu 4.1.2018).

Sosiaalinen media tarkoittaa sellaisia internetin palveluja ja sovelluksia, joissa yhdistyy käyttäjien välinen kommunikaatio. Se eroaa perinteisestä joukkoviestinnästä siinä, että sen käyttäjät eivät ole pelkästään vastaanottajia, vaan voivat myös kommentoida, jakaa sosiaalisen median sisältöä ja merkitä suosikkeja. Tällainen toiminta lisää sosiaalisuutta, yhteisöllisyyttä ja verkottumista. Sosiaalinen media on yleensä hyvin helppokäyttöistä ja maksutonta. Erilaisia välineitä on paljon, kuten videosivusto YouTube, kuvapalvelu Instagram, video- ja kuvapalvelu Snapchat sekä Facebook. (Hintikka 2008, viitattu 4.1.2018.) Sosiaalinen media liittyy lasten elämässä luontevasti osaksi muuta sosiaalista elämää. Sosiaalisen median palvelujen ikäraja on useimmissa tapauksissa 13-vuotta, valtaosalla nuoremmista, noin 10-12 vuotiaista on profiili jossakin yhteisöpalvelussa (Huhtanen 2016, viitattu 4.1.2018, 16.)

2.3 Televisio

Television voidaan sanoa olevan medialaitteiden kesto-suosikki, sillä se on ollut kolmenkymmenen vuoden ajan yksi yleisimmistä medialaitteista kodeissa. Vuosina 1979-2010 yli 90 prosentilla kotitalouksista, jossa asui 10-19 vuotiaita lapsia, on ollut televisio. On myös yleistä, että perheillä on enemmän kuin yksi televisio kotonaan. Lapset, joilla on televisio omassa huoneessaan, on arvioitu käyttävän sitä myös muita lapsia useammin. Lasten mediabarometri-tutkimuksen (2012) mukaan lähes puolella tutkimuksessa olleista 10-12 lapsista on televisio omassa huoneessaan. 2000-luvun alussa kouluikäiset lapset viettivät noin kolmanneksen kaikesta vapaa-ajastaan television äärellä, lähes kaksi tuntia koulupäivinä ja vapaapäivinä yli kolme tuntia. Television rooli vapaa-ajan viettotapana on vähentynyt 2010-luvulle tultaessa. Tietokone sen sijaan on kasvattanut osuuttaan lasten ja nuorten ajanvietossa. (Lahikainen, Mälkiä & Repo (toim.), 2015, 88-96.) Käypä-hoitosuositusten mukaan on tutkimusnäyttöä siitä, että television katselu ilman aikuista, runsas television katselu ja lapsille tarkoitamattomien ohjelmien katselu saattavat viivästyttää lapsen kielellistä kehitystä. (Käypä-hoito, 2010, viitattu 12.1.2018.)

2.4 Digitaalinen viihdepelaaminen eli digipelit

Erilaiset tietokone-, konsoli- tai mobiilipelit ovat nykyään vakiintuneet osaksi mediaa ja kulttuuria. Pelaajabarometri 2015-kyselytutkimuksen mukaan suomalaisista n. 22% pelaa jotain digipeliä päivittäin. (Mustonen, Kuuluvainen & Niemi 2017, 10.)

Leikkiminen ja pelaaminen kuuluvat luonnollisena osana lasten toimintaan. Nykyään digitaalinen pelaaminen on kasvava osa lapsuutta ja siihen kuuluvaa leikkimaailmaa. Pelaaminen on yksi suosituimmista mediankäytön tavoista lasten keskuudessa. Pelit ja niiden kautta avautuva virtuaali-maailma tarjoaa mahdollisuuden tehdä asioita, jotka eivät olisi mahdollisia oikeassa elämässä. Pelisuosikit saattavat vaihtua sen mukaan, mitkä pelit ja laitteet milloinkin nousevat pinnalle kaveripiirissä tai koulussa. Pelaamistavatkin muuttuvat, kuten kesällä 2016 pinnalla ollut Pokémon GO-mobiilipeli. Tämä peli toi pelaamisen kaduille ja puistoihin, sillä se edellytti liikkumista fyysisesti paikasta toiseen. (Huhtanen, 2016, 14, viitattu 12.1.2018.)

Pelejä pelataan erilaisin motiivein: yksinkertaisia, kännykällä pelattavia pelejä pelataan ajankuluksi esimerkiksi automatkoilla tai koulussa välitunnilla. Vaikeammat konsoli- tai nettipelit vaativat pitkäjänteisyyttä ja niihin käytetään aikaa pidempiä jaksoja kerrallaan. Digitaaliseen pelaamiseen liittyy paljon sosiaalisuutta, sillä pelaaminen yhdessä on hausempaa kuin yksin. Peliin liittyvien kokemusten jakaminen kavereiden kanssa kuuluu pelaamiseen. Perheissä nuoremmat sisarukset oppivat usein pelaamaan seuraamalla ensin vanhempia sisaruksiaan tai vanhempien sisarusten opettamana. Kuten myös muuta median käyttöä, pelaamistakin opitaan lasten keskuudessa vertaisoppimisena. Internetissä pelattavia pelejä voidaan pelata myös entuudestaan tuntemattomien pelikavereiden kanssa, mutta usein näitäkin pelataan mieluummin tuttujen kaverien kanssa, ja kavereita houkutellaankin pelikaveriksi oman suosikkipelin pariin. (Huhtanen 2016, 16, viitattu 12.1.2018.)

2.5 Kännykät ja älypuhelimet

Jo kaksivuotias lapsi voi käyttää kännykkää pelaamiseen tai lastenohjelmien katseluun. Oma puhelin lapselle hankitaan useimmiten lapsen aloittaessa koulun tai vähän tätä vanhempana, useimmiten kodin ja lapsen välistä yhteydenpitoa varten. Puhelin on hyvä ja tarpeellinen väline yhteydenpitoon perheen jäsenten kesken. Edullinen peruspuhelin soveltuu tähän asiaan hyvin. Peruspuhelimissa toiminnot ovat rajallisia, mutta ne voivat olla käytännöllisiä pitkän akkukeston ja yksin-

kertaisuutensa ansiosta. Rahallinen menetys jää myös pieneksi, jos peruspuhelin pääsee häviämään. Nykyään yhä useammalla lapsella ensimmäinen puhelin on kuitenkin älypuhelin. Yhä harvinaisempaa on puhelin ilman älyominaisuutta. Alakouluikäiselle puhelin on ajanvieton sekä yhteydenpidon väline, joka otetaan mukaan lähes joka paikkaan. (Huhtanen 2016, 10, viitattu 12.1.2018.)

Älypuhelimella pääsee internettiin, mikä mahdollistaa osallistumisen mediasisältöjen kuluttamiseen ja niiden itsetekemiseen. Pelkkien puheluiden lisäksi puhelimella viestitellään, pelataan, kuunnellaan musiikkia, otetaan kuvia ja katsellaan ja tehdään videoklippejä esimerkiksi videopalvelu YouTubessa. Lasten viesteissä erilaiset kuvat ja hymiöt eli Emojit voivat olla suuressa roolissa. (Huhtanen 2016, 10, viitattu 12.2.2018.) Älypuhelimeen voidaan asentaa esto- ja suodatinohjelmia, joilla voi esimerkiksi rajoittaa lapsen pääsyä tietyille verkkosivuille.

3 MEDIAKASVATUS LAPSEN ARJESSA

3.1 Mediakasvatus

Mediakasvatus on lapsen perusoikeus, joka on kirjattuna myös YK:n lapsen oikeuksien sopimukseen. Mediakasvatus on oppia mediasta median parissa. Sen toteuttamisvastuu on niin kodeilla, kouluissa kuin muissakin ympäristöissä, joissa lapsi toimii tai on tekemisissä median parissa. (Kerhokeskus 2009, 5, viitattu 29.1.2018.) Mediakasvatuksen tavoitteena on tuottaa medialukutaitoa, ja sen myötä medialukutaitoisia toimijoita. Medialukutaito on kykyä, tietoa ja ymmärrystä, jota tarvitaan median kriittiseen tulkitsemiseen, itseilmaisuun ja omaan luovaan tuottamiseen. (Kupiainen & Sintonen 2009, 15; Martsola & Mäkelä-Rönholm 2006, 122.) Lapsella onkin paljon erilaisia rooleja mediataitojen oppijana: lapsi on median käyttäjä, kokija, nauttija, tulkitsija, ilmaisija, osallistuja ja tiedon hankkija. Näiden roolien ohella lapsi on aina myös mediaturvan tarvitsija. (Kerhokeskus 2009, 5, viitattu 29.1.2018.)

3.2 Suositukset mediankäytölle

Alle kouluikäisten lasten päivittäiselle mediankäytölle ei ole kansallisia suosituksia (Mäki, Hakulinen-Viitanen, Kaikkonen, Koponen, Ovaskainen, Sippola, Virtanen & Laatikainen 2010, 104, viitattu 29.1.2018). Fyysisen aktiivisuuden suosituksissa, jotka on suunnattu 7-18 -vuotiaille lapsille ja nuorille, kehoitetaan välttämään liiallista istumista ja rajoittamaan ruutuaika enimmillään kahteen tuntiin päivässä. (Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry 2008, viitattu 29.1.2018, 23-24.) Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL) ja Neuvokas perhe ohjeistavat vanhempia keskustelemaan lastensa kanssa sopivasta mediankäytöstä ja laatimaan yhdessä lastensa kanssa oman perheen rajat mediankäytölle. (MLL, viitattu 29.1.2018; Neuvokas perhe, viitattu 29.1.2018.) Kouluikäisen lapsen mediankäytölle on vaikeaa asettaa selkeää suositusta aikarajasta, sillä heillä yhteydenpito kavereiden kanssa tapahtuu paljon puhelimen välityksellä. (Neuvokas perhe, viitattu 29.1.2018.) MLL pitää mediankäyttöä yleensä silloin sopivana, kun se ei mene lapsella muun elämän, kuten sosiaalisen kanssakäymisen ja harrastusten edelle tai vie aikaa riittävältä yöneltä. (MLL, viitattu 29.1.2018.)

Vallalla olevat suositukset perustuvat pohjoisamerikkalaisen lääkärijärjestö AAP:n (American Academics of Pediatrics) laatimiin suosituksiin. AAP on yli 30 vuoden ajan tutkinut median vaikutuksia lapsiin ja nuoriin, ja laatinut näyttöön perustuvan tutkimustiedon pohjalta pediatreille ja vanhemmille suunnattuja suosituksia. Suosituksilla pyritään vähentämään mediankäytön haitallisia vaikutuksia, ja edistämään terveellistä ja myönteistä mediankäyttöä. (AAP 2015, viitattu 12.2.2018.)

AAP:n mukaan alle 2-vuotiaan ei tulisi käyttää viihdemediaa lainkaan, ja tätä vanhemmilla lapsilla se tulisi rajoittaa yhdestä kahteen tuntiin päivässä. Suositusta perustellaan sillä, että pienen lapsen kehitys hyötyy parhaiten aidosta vuorovaikutuksesta ja läsnäolosta muiden kanssa. (AAP 2001, 424, viitattu 14.2.2018.) Vuonna 2015 uudistetuissa suosituksissa vanhempia ei kehoiteta enää pitämään tiukasti kiinni kahden tunnin ruutu-aika-suosituksesta, vaan keskittämään huomio lasten käyttämään mediasisältöön. Laadukkaalla mediasisällöllä voidaan saavuttaa myönteisiä vaikutuksia. (AAP 2015, 3, viitattu 14.2.2018.)

Digitaalinen media on lapselle yksi kasvuympäristö muiden joukossa, joten vanhempia ohjeistetaan määrittämään selkeät rajat sen käytölle samoin, kuin mille tahansa muullekin aktiviteetille. Lapsi odottaa ja tarvitsee vanhemman asettamia sääntöjä, läsnäoloa, osallistumista ja opastamista. Vanhempia neuvotaan keskustelemaan riittävän varhaisessa vaiheessa lasten kanssa mediankäyttöön liittyvistä käyttäytymissäännöistä, kuin myös turvallisuudesta, ikärajoista ja kullekin ikävaiheelle sopivista mediasisällöistä. Yhteisesti sovittujen sääntöjen omaksuminen antaa turvallisen perustan lapsen digitaalisen median käytölle. Vanhemman tulisi käyttää mediaa yhdessä lapsen kanssa, osoittaa myönteistä kiinnostusta ja halua nähdä, millaista mediasisältöä lapsi kuluttaa. (AAP 2015, 5, viitattu 14.2.2018.)

Suosituksissa korostetaan edelleen myös mediavapaan ympäristön tärkeyttä. Lapsi tarvitsee tarpeeksi aikaa vapaalle leikille, joka kehittää lapsen luovuutta. Perheessä olisi hyvä olla yhteiset säännöt myös siitä, milloin medialaitteet eivät ole käytössä, kuten ruokaillessa tai levolle tarkoitettuna aikana. Arjessa taustalla olevat medialaitteet vähentävät merkittävästi lapsen ja vanhempien välistä vuorovaikutusta vieden huomaamatta huomion itseensä. Vanhempia kehoitetaan myös miettimään omia tottumuksiaan median käytön suhteen, sillä he näyttävät omalla toiminnallaan esimerkkiä lapsilleen. (AAP 2015, 5, viitattu 15.2.2018.)

3.3 Mediakasvatus opetussuunnitelmassa

Perusopetus luo perustan oppilaiden yleissivistykselle (Opetushallitus 2014, 14, viitattu 18.2.2018). Perusopetuslaki velvoittaa kuntia järjestämään oppivelvollisille opetusta. Opetuksen tavoitteena on tukea oppilaiden kasvua ihmisyyteen ja eettisesti vastuukykyiseen yhteiskunnan jäsenyyteen sekä antaa heille elämässä tarpeellisia tietoja ja taitoja (Perusopetuslaki 1998/628, 2§).

Perusopetuksessa noudatetaan valtakunnallisesti yhtenäisiä perusteita. Opetushallitus määrää opetussuunnitelman perusteet, joita kunnat ja muut opetusta järjestävät ovat veloitettu noudattamaan laatiessaan paikallisia opetussuunnitelmia. (Perusopetuslaki 1998/628, 14§.) Paikalliset opetussuunnitelmat laaditaan yhteistyössä niiden viranomaisten kanssa, jotka vastaavat kunnassa sosiaali- ja terveydenhuollon toimeenpanoon kuuluvista tehtävistä. (Perusopetuslaki 1998/628, 15§).

Perusopetuksen opetussuunnitelmiin on sisältynyt mediakasvatusta 1970-luvulta lähtien (Opetushallitus 2011, 7, viitattu 18.2.2018). Siitä on käytetty ajan saatossa erilaisia käsitteitä: joukkotiedotusviestintää (Opetushallitus, 1985), viestintäkasvatusta (Opetushallitus 2000, 31), viestintä- ja mediataitoja (Opetushallitus 2004, 37). Mediakasvatus on käsitteenä vakiintunut suomalaiseen käytäntöön 2000-luvulla, vaikka sitä ei löydykään peruskoulun opetussuunnitelmista sellaisenaan (Kupiainen, Sintonen & Suoranta 2007, 5, viitattu 18.2.2018).

Koulua ympäröivän maailman muutos vaikuttaa väistämättä oppilaiden hyvinvointiin ja kehitykseen, sekä koulun toimintaan (Opetushallitus 2014, 18, viitattu 19.2.2018). Opetussuunnitelman perusteet on uudistettu kokonaisuutena vastaamaan paremmin muutosten tuomiin haasteisiin, joten niissä korostuu eri tiedon- ja taidonalojen hallinta ja niitä yhdistävä osaaminen. Tämä näkyy vuonna 2016 käyttöön otetuissa opetussuunnitelmissa laaja-alaisen osaamisen seitsemänä osa-alueena, joista mediakasvatuksen näkökulmasta keskeisimmät ovat monilukutaito ja tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen. (Opetushallitus, viitattu 19.2.2018.) Perusteet pohjautuvat oppimiskäsitykseen oppilaasta aktiivisena toimijana, jonka oppimista ovat edistämässä myönteiset tunnekokemukset, yhdessä tekeminen ja vuorovaikutus, sekä uutta luova toiminta. (Opetushallitus 2014, 17, viitattu 19.2.2018.)

Uudistuksella on haluttu kehittää etenkin alakoulujen oppimisympäristöjä ja työtapoja. Näiden tulisi muodostaa pedagogisesti monipuolinen ja joustava kokonaisuus, joka tarjoaa mahdollisuuksia luoviin ratkaisuihin sekä asioiden tutkimiseen ja tarkastelemiseen eri näkökulmista. Opetuksessa hyödynnetään koulujen sisä- ja ulkotilojen lisäksi myös rakennettua ympäristöä ja luontoa, ja käytetään erilaisia välineitä, palveluita ja materiaaleja eri oppiaineiden erityispiirteet huomioiden. Jokainen laaja-alaisen osaamisen osa-alue huomioidaan kaikessa opetuksessa yli oppiainerajojen. (Opetushallitus 2014, 29, viitattu 19.2.2018.)

3.3.1 Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen

Yhtenä olennaisena osana monipuolisia oppimisympäristöjä on tieto- ja viestintäteknologian (tv) käyttö. Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen on jo itsessään tärkeä kansalaistaito, mutta myös osa opetussuunnitelmiin uudistuksen myötä tullutta monilukutaitoa. Tieto- ja viestintäteknologia onkin siis oppimisen kohde ja väline, jota hyödynnetään suunnitelmallisesti kaikilla vuosiluokilla. Tieto- ja viestintäteknologian käytöllä vahvistetaan oppilaiden osallisuutta ja tuetaan yhteisöllisen työskentelyn taitoja, ja mahdollistetaan tulevaisuudessa tarvittavien taitojen oppiminen. (Opetushallitus 2014, 29, viitattu 19.2.2018.) Peruskoulun aikana oppilaat saavat opastusta tv:n turvalliseen ja vastuulliseen käyttöön, harjoittelevat sen käyttöä tiedonhallinnassa, tutkivassa ja luovassa työskentelyssä, sekä saavat kokemuksia tv:n käyttämisestä verkostoitumisessa ja vuorovaikutuksessa. Tv kehittää oppilaiden ajattelun ja oppimisen taitoja, sillä se mahdollistaa omien ajatusten ja ideoiden näkyväksi tekemisen monilla eri tavoilla. Nykyaika, jossa asiat ja ilmiöt koetaan ja käsitellään median kautta, on aikaa johon lapset ovat kasvaneet pienestä pitäen. Heidän on tärkeää oppia huomaamaan tieto- ja viestintäteknologian merkitys arjessa ja ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa, vaikuttamisen keinona ja ymmärtämään sen tuomia mahdollisuuksia ja riskejä. (Opetushallitus 2014, 23, viitattu 20.2.2018.)

3.3.2 Monilukutaito

Yhtenä keskeisimmistä sivistyneen ja demokraattisen yhteiskunnan tunnusmerkeistä on luku- ja kirjoitustaito. Se nostaa kansalaisten tietoisuutta ja koulutustasoa, jonka myötä osallistuminen yhteiskunnallisten asioiden hoitoon on aiempaa nähden paremmin mahdollista. (Kupiainen & Sintonen 2009, 37.) Informaation tuottamisen ja tulkinnan muotojen uudistumisen sekä teknologian kehittymisen myötä luku- ja kirjoitustaidon rinnalle on noussut monia muita käsitteitä, jotka kokoavat

yhteen oppimisen, opetuksen ja jatkuvasti uudistuvat viestinnän muodot. Luku- ja kirjoitustaidon rinnalla käytetäänkin kulttuurin lukutaitoa, teknologista lukutaitoa, informaatiolukutaitoa, verkkolukutaitoa, kuvanlukutaitoa, visuaalista lukutaitoa, tietokonelukutaitoa, mainonnan lukutaitoa ja medialukutaitoa. Monilukutaito käsitteenä kokoaa nämä edellä mainitut taidot yhteen. (Kupiainen, Kulju, Mäkinen 2015, 13, viitattu 20.2.2018.)

Perusopetuksen opetussuunnitelmassa monilukutaito tarkoittaa taitoa hankkia, muokata, yhdistää, tuottaa, esittää ja arvioida eri muodoissa olevaa tietoa, sekä taitoa käyttää sitä erilaisissa tilanteissa tai ympäristöissä eri välineitä hyödyntäen. Se perustuu laaja-alaiseen käsitykseen tekstistä, joka voi olla niin puhutussa tai kirjoitetussa kuin ei-lineaarisessa muodossa, millä tarkoitetaan kuvallista, äänellistä tai graafista tekstiä. Monilukutaitoa tarvitaan ympäröivän maailman kokonaisvaltaiseen ymmärtämiseen ja kulttuurin monimuotoisuuden hahmottamiseen. (Opetushallitus 2014, 22, viitattu 20.2.2018.)

3.4 Kouluterveydenhuolto

Kouluterveydenhuolto on perusterveydenhuollon ehkäisevää palvelua. Oppilas käy vuosittain kouluterveydenhuollossa terveystarkastuksessa terveydenhoitajan vastaanotolla. Ensimmäisen ja viidennen luokan tarkastukset ovat laajoja terveystarkastuksia, joihin osallistuu oppilaan lisäksi myös vanhemmat. Ennen laajoja terveystarkastuksia oppilaat täyttävät yhdessä vanhemman kanssa esitietolomakkeet, joilla kartoitetaan lapsen terveydentilaa ja terveystottumuksia, sekä koko perheen hyvinvointia. Esitietolomakkeella halutaan selvittää tulevan terveystarkastuksen sisältöä ja auttaa vanhempia pohtimaan yhdessä lapsensa kanssa lapsen terveydentilaa ja arkea koskevia asioita. Mediankäyttö kuuluu osaksi terveystottumuksia. Ensimmäisellä luokalla tehtävän laajan terveystarkastuksen lomakkeella kysytään ruutuajan määrästä ja siitä, tietääkö vanhempi mitä lapsi tietokoneella tai älypuhelimella tekee. Viidennen luokan tarkastuksessa, johon lapsella on oma lomake, kysytään edellä mainitun lisäksi mahdollisista ikävistä mediakokemuksista, jotka ovat voineet jäädä lasta vaivaamaan. Lomakkeilla halutaan helpottaa hankalien asioiden puheeksi ottamista terveystarkastusten yhteydessä, sekä tukea vahvuuksien ja voimavarojen tunnistamista. (THL, viitattu 20.2.2018.)

Kouluterveydenhuollolla on keskeinen merkitys viihdemedian käyttöön liittyvässä neuvonnassa, sekä lapsen ja koko perheen liikuntaneuvonnassa. Lasten terveys -tutkimuksen perusteella keskusteleminen mediankäytöstä on tärkeää. (Mäki ym. 2010, 150, viitattu 22.2.2018.) Sama tuli esille

myös Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tutkimuksesta, jolla selvitettiin perheiden hyvinvointia sekä avun ja palveluiden saamista. Lapsen internetin käyttö ja pelaaminen ovat yleisin (41 %) lapseen ja vanhemmuuteen liittyvä huolenaihe. Vanhemmat kokevat saavansa useimmin apua lapsen fyysiseen terveyteen, koulussa pärjäämiseen, elämäntapoihin, kiusaamiseen ja käyttäytymiseen liittyvissä asioissa. Vain viidesosa (22 %) vanhemmista kokee saavansa riittävästi apua lapsen pelaamiseen ja internetin käyttöön liittyvään huoleen. Yleisempää on, että vanhemmat ovat enemmän huolissaan poikien pelaamisesta ja internetin käytöstä kuin tyttöjen. (THL 2016, 66-67, viitattu 20.4.2018.)

3.5 Kotien mediakasvatus

Lasten ja nuorten mediamaailma toimintaympäristöineen ja käyttäjärooleineen poikkeaa paljon aikuisten mediamaailmasta. Tämä nähdään digitaalisina kuiluina, joita lisäävinä tekijöinä ovat myös sukupuoli, sosioekonomiset tai alueelliset taustatekijät, tai erilaisten tekijöiden yhteisvaikutukset. (Kupiainen & Sintonen 2009, 10.) Lasten jatkuvasti muuttuvissa mediailmiöissä mukana pysyminen voi tuntua mahdottomalta. Kasvattajalta vaaditaan orientoitumista lapsen mediamaailmaan, kyttäkseen ohjaamaan ja tukemaan lapsia hyödyntämään mediaa turvallisesti. Mediakasvatukseen vaikuttaa aina kasvattajan oma mediasuhde. (Huhtanen 2016, 21, viitattu 20.2.2018.) Osaamattomuus ja tiedon puute aiheesta voi aiheuttaa sen, että vanhempien taholta asiaa vähätellään ja ollaan välinpitämättömiä (Sintonen 2009, viitattu 18.2.2019, 186), vanhemmat kokevat avuttomuutta ja syyllisyyttä (Suoranta, Lehtimäki & Hakulinen 2001, viitattu 18.2.2019, 77) tai haluavat kontrolloida ja kokevat suojelemisen tarvetta (Buckingham 2005, viitattu 18.2.2019, 15).

Tavoitteellinen mediakasvatus tulisi aloittaa jo varhaislapsuudessa. Mediataitojen harjoittelu tapahtuu pienin askelin asetettujen tavoitteiden ja lapsen kehityskauden mukaan. Selviäminen nyky-yhteiskunnassa edellyttää laaja-alaista mediataitojen osaamista. Tavoitteena on, että lapsi pystyy vähitellen hyödyntämään mediaa tiedollisiin, taidollisiin ja sosiaalisiin tarpeisiinsa läpi elämän. Keskeiset mediataidon osa-alueet ovat turvataidot, tunnetaidot ja sosiaaliset taidot, sekä median vastaanottamisen, tuottamisen ja kommunikoinnin taidot. (Ruhala & Salokoski 2008, 22.) Mediakasvatuksessa kriittisyydellä tarkoitetaan kyselevää ja uteliasta suhtautumista maailmaan. Mediataitojen kehittyessä lapsi oppii vähitellen kyseenalaistamaan asioita ja tekemään omia valintojaan. (Kynäslähti, Kupiainen & Lehtonen (toim.) 2007, viitattu 10.4.2018.)

Lapsi tarvitsee eheään kasvuunsa rakkautta ja rajoja. Kodin merkittävin rooli mediakasvattajana on luoda turvalliset puitteet ja asettaa rajat lapsen median käytölle. Tämä auttaa parhaiten myös vanhempaa tukemaan lapsen kehittymistä median parissa. (Martsola & Mäkelä-Rönholm 2006, 123.) Rajojen asettaminen ei käsitä ainoastaan median käyttöön kuluvan ajan rajoittamista, vaan myös käytettyä mediasisältöä. Vanhempi tuntee lapsensa kehitysvaiheen ja luonteen parhaiten, ja on siten paras arvioimaan lapselle sopivan mediasisällön. Ikärajojen noudattaminen ja mediankäyttöön liittyvien turvaohjeiden opetteleminen varhaisessa vaiheessa auttavat suojelemaan lasta median riskeiltä, mutta eivät kuitenkaan yksistään suojaa lasta epäsooivan materiaalin kohtaamiselta. Haitallisille sivustoille pääsemistä voidaan estää suodatinohjelmia käyttämällä. (Salokoski 2007, 84, viitattu 8.3.2018.) Lapselle on myös opetettava turvataitoja, joilla tarkoitetaan lapsen omia taitoja puolustaa ja pitää huolta rajoistaan mediaympäristöissä. (Sintonen & Kupiainen 2009, 13.)

Arkiset tilanteet ja lapsilähtöiset keskustelunavaukset ovat mediakasvatuksenkin kannalta tilanteista hedelmällisimpiä. Lapsi tarvitsee kokemuksia nähdä ja kuulla tulemisesta, sekä hänen kokemuksistaan kiinnostuneen aikuisen kanssa käytävää tasavertaista keskustelua mediasisältöjen herättämistä ajatuksista ja tunteista. Näin lapsi oppii paremmin ymmärtämään, miten mediaa on järkevää käyttää. Aikuisen kiinnostumattomuus tai lapselle tärkeiden asioiden vähätteleminen voivat johtaa siihen, että lapsi ei ole enää halukas avaamaan kokemusmaailmaansa, jonka myötä jättää niin iloa ja onnellisuutta, kuin surua ja ahdistusta tuovien asioiden jakamisen. (Salokoski 2007, 84, viitattu 9.3.2018.)

Lapsen tunne-elämän kehittymisessä medialla on tärkeä rooli. Tunnekokemukset lisäävät tietoisuutta omista tunteista ja kykyä hallita niitä, itseymmärrystä sekä empatia- ja samaistumiskykyä. Lasta ei voi eikä tulekaan suojella tunteilta, vaan aikuisen vastuulla on varmistaa, ettei lapsi altistu ennen aikojaan liian rankoille tunnekokemuksille. Median tarjoamien elämysten tulee olla lapsen kehitystasolle ja kestokyvyille sopivia, ja tunnemylläyksen päiväannoksen kohtuullinen. Isommat lapset osaavat itsekin käyttää pelottavien kokemusten säätelyssä psykologisia puolustuskeinoja, kuten kieltämistä ja älyllistämistä. (Kronqvist & Kumpulainen 2011, 103.) Aikuinen voi toimia pienemmälle lapselle tunteiden tulkkina ja sanoittaa tarvittaessa kokemuksia, jos lapsi ei siihen itse kykene (Salokoski 2007, 84, viitattu 9.4.2018). Media tarjoaa terapeutin väylän myös tosielämässä koettujen tunteiden läpikäymiseen, oli sitten kyse kielteisistä tai myönteisistä tunteista. Sopivasti valitun animaation tai elokuvan henkilöihin samaistumalla lapsi voi käsitellä vaikeita kokemuksiaan tai pelkäämiään asioita. (Sintonen 2002, 63.)

Suulliseen ilmaisuun on tärkeää totutella jo aivan pienestä pitäen. Aikuisen tehtävä on rohkaista lasta kertomaan tunteidensa lisäksi myös ajatuksistaan, päätelmistään, mielipiteistään ja toiveistaan. Kun lapsi saa toimia ryhmässä muiden kanssa, taidot kuunnella, keskustella, huomioida muita, ja odottaa omaa vuoroa harjaantuvat. (Ruhala, Ritokoski & Niinistö 2008, 27, viitattu 10.4.2018.)

Itse toteutettu mediaesitys on ihanteellista mediakasvatusta. Omien tuotosten, kuten videoiden, valokuvien ja esitysten työstämisessä lapsi pääsee aktiivisen toiminnan kautta näkemään median taakse. Lapsi oppii ymmärtämään, mitä media on, miten sitä tehdään ja mihin sillä pyritään. (Niinistö, Ruhala, Henriksson & Pentikäinen 2006, 28, viitattu 10.4.2018.) Tämä on konkreettisin tapa saada tuntumaa mediasisältöjen taustalta löytyviin rajoitteisiin ja vapauksiin, ja mediantuotannon käytännöt tulevat toisella tavalla tutuiksi kuin pelkän vastaanottajan roolissa ollessa (Herkman 2007, 47).

Mitä pienempi lapsi on, sitä enemmän mediakasvatuksessa painottuu suojelunäkökulma. Lapsen kehityksen edetessä mediavalikoima monipuolistuu ja mediakasvatuksen rooli kasvaa. 7-12-vuoden ikä on median suurkulutuksen aikaa pelien ja elokuvien seikkailujen temmatessa mukaansa. Median käytössä korostuvat tällöin elämysten jano, omien uskallusten rajojen kokeileminen ja kiinnostus kiellettyihin ohjelmiin. On tärkeää, että vanhempi ottaa vastuun mediakasvatuksesta ja tukee lasta kohti hyviä mediataitoja. (Kumpulainen & Kronqvist 2011, 102- 104). Suorannan (2003, 85) mukaan kasvattajan tulisi tässä tehtävässä pyrkiä valmiin tietämyksen sijaan avoimeen oivaltamiseen ja huolestumisen sijasta huolehtimiseen. Käytännössä aktiivinen, keskusteleva ja tekemiseen perustuva mediakasvatus vaikuttaa tehokkaammin kuin rajoittava, kieltämiseen perustuva (Salokoski & Mustonen 2007, 11, viitattu 6.5.2018).

3.6 Aiempia tutkimuksia kotien mediakasvatuksesta

Nopparin (2014, 115-116) tutkimuksen mukaan kotien mediakasvatus näyttää olevan ensisijaisesti rajoituksia ja ohjeita. Vanhemmat keskustelevat enemmän pienempien lasten kanssa mediasisällöistä, niiden parissa koetuista tunteista ja faktan ja fiktion eroista. Lapsen tullessa 11-vuoden ikään keskustelun määrä alkaa merkittävästi vähentyä. Kodeissa on myös aiempaa enemmän medialaitteita käytettävissä ja niiden sijoittelu on vapaampaa, joka tuo vanhemmille haastetta lasten mediankäytön kontrollointiin. (Noppari 2014, 115- 116, viitattu 7.5.2018.)

Perheiden käytännöt median käytön rajoitusten suhteen eroavat paljon toisistaan. Osassa perheistä käytön rajoituksen rajat ovat erittäin tarkat niin lasten käyttämän mediasisällön kuin ajan suhteen, osassa lähinnä siihen käytettävän ajan suhteen. Yleisimmin rajoitukset koskevat digitaalisten pelien tai internetissä käytettävän ajan rajoittamista. (Uusitalo, Vehmas & Kupiainen 2011, 125; Suoninen 2013, 137, viitattu 22.12.2017.) Yleisimmin lapselle asetettu päivittäinen peli- tai tietokoneaika on noin yhden tunnin päivässä. Lasten kasvaessa heille sallitaan kodeissa itsenäisempi ja vapaampi median käyttö, jota ei enää seuratakaan minuutintarkasti. Rajoituksia on myös sidottu erilaisiin asioihin usein; lapsen menestyessä koulussa hyvin tai käyttäessä aikaa ulkoiluun, saa myös peli- ja tietokoneaikaa enemmän käyttöönsä. (Uusitalo ym. 2011, 127, viitattu 22.12.2017.)

Lasten mediabarometri 2011 tutkimuksessa selvitettiin 7–11-vuotiaiden lasten mediankäyttöä ja kokemuksia mediakasvatuksesta. Tutkimuksen mukaan mediankäyttö kuuluu hyvin olennaisesti alakouluikäisten lapsuuteen nykypäivän Suomessa. Lapset käyttävät paljon eri medioita. Valtaosa tutkimukseen osallistuneista katsoi televisiota, kuvataallenteita tai pelasi digipelejä vähintään viikoittain. Yli puolet lapsista käytti myös internetiä, luki myös kirjoja tai sarjakuvia, käy kuunteli radiota tai musiikkia ainakin kerran viikossa. Jo 1. luokalla suurin osa tutkimukseen osallistuneista lapsista oli opetellut käyttämään esimerkiksi kännykkää ja internetsivuja. Alakoulun aikana tutkimuksessa havaittiin tapahtuvan selkeä muutos suhteissa mediaan, kun viidesluokkalaisten mediankäytöt muistuttivat jo enemmän nuorten mediankäyttöä kuin lasten.

Mediabarometrin mukaan lasten tavoissa käyttää mediaa on selviä eroja myös ikäryhmien välillä. Esimerkiksi tyttöjen ja poikien mediankäytöissä oli tutkimuksen mukaan eroja kaikissa ikäryhmissä käyttömäärissä ja suosikkisisällöissä (Pääjärvi (toim.), 2011, viitattu 19.2.2019, 4.)

Terveyden- ja hyvinvoinninlaitoksen tutkimuksesta selviää, että lähes puolet (48 %) viidesluokkalaisista käyttää arkisin koulupäivän jälkeen yli 2 tuntia aikaa television katseluun, sosiaalisen median, tietokoneen tai kännykän viihdekäyttöön ja pelaamiseen. Viikonloppuisin suurin osa (82 %) käyttää tähän aikaa enemmän kuin kaksi tuntia. Pojilla aikaa kuluu enemmän kuin tytöillä, sekä arkisin että viikonloppuisin. Vanhemmista 71,2 % on perheessään sopinut sosiaalisen median ja television katseluun käytettävästä ajasta, ja 92,2 % vanhemmista huolehtii ikäsuositusten noudattamisesta. Yli puolet vanhemmista (58,1 %) kokee tietävänsä melko hyvin, miten lapsi käyttää internetiä. Hyvin tietoisia lapsen internetin käytöstä on 30,1 % vanhemmista. (Kanste, Halme & Perälä 2016, viitattu 20.4.2018, 54-55.)

EU Kids Online -tutkimuksen (2012) mukaan Suomessa 9-16 -vuotiaat käyttävät paljon internetiä, mutta kohtaavat kuitenkin verrattain vähän riskejä. Esimerkiksi muissa pohjoismaissa koetaan Suomea enemmän riskejä. Mahdollisina syinä riskien vähyyteen esitetään olevan tehokkaat kampanjat tietoisuuden nostamiseksi, säätelystrategiat sekä vanhempien keinot lasten internetkasvatukseen (Haddon & Livingstone 2012, 2, viitattu 18.2.2019.) Suomessa vanhemmat toteuttavat keskimääräistä enemmän aktiivista internetkasvatusta, kuten esimerkiksi keskustelua ja yhteisiä nettiaktiiviteetteja. Internetin käyttöä rajoitetaan sen sijaan keskimääräistä vähemmän. Yleensä internetin käytön lisääntyminen parantaa myös digitaalisia taitoja, joita suomalaislapsilla on enemmän kuin muiden maiden lapsilla. Tämän vuoksi nähdään, että käytön rajoittaminen ei ole paras mahdollinen keino internetkasvatukseen. (Kupiainen, Suoninen, Kotilainen & Nikunen 2012, 22, viitattu 18.2.2019.)

EU Kids Online -verkosto on tutkinut myös huoltajien mediakasvatuskeinoja. Vuoden 2012 tutkimuksen mukaan mediankäyttöä rajoittavat enemmän ne huoltajat, joilla on matalampi koulutustaso sekä matalampi sosioekonominen asema, ja jotka käyttävät vähemmän internetiä ja ovat taidoiltaan epävarmempia. Vaikuttaa siltä, että nämä huoltajat kokevat olevansa liian epävarmoja toteuttaa aktiivista mediakasvatusta. Tutkimuksen mukaan aktiivinen mediakasvatus, kuten esimerkiksi keskusteleminen ja yhdessä tekeminen voivat vähentää riskejä internetissä. Aktiivinen mediakasvatus ei kuitenkaan, toisin kuin mediankäytön rajoittaminen, vähennä lasten mahdollisuuksia internetin käyttöön. Suomalaisvanhemmista 98 % rajoitti tutkimuksen mukaan lastensa internetin käyttöä. 9–12-vuotiaiden suomalaislasten vanhemmista 94 % ilmoitti keskustelevänsä lapsen kanssa tämän tekemisistä internetissä. (Duerager & Livingstone 2012, viitattu 18.2.2019.)

Viestintäviraston neljännessä seurantatutkimuksessa (2009) tarkasteltiin mediakasvatusta kodeissa. Tutkimuksen mukaan vanhempien puheissa mediakasvatus esiintyi osana yleistä lasten kasvatusta, johon kuuluu mm. lasten kanssa keskustelu, rajojen asettaminen ja vanhempien läsnäoleminen. Television katselussa ja tietokoneen käytön rajoittamisessa on eroja. Television katselua rajoitetaan tavallisesti kellonajan ja ohjelmien ikärajojen mukaan, tietokoneen käyttöä sen sijaan käyttöaikaperustaisesti. Teknisiä esto-ohjelmia perheissä ei käytetty kovin yleisesti: internetin suodatinohjelma oli käytössä joka viidennessä. (Aaltonen, 2009, viitattu 21.2.2019.)

3.7 Tieto- ja henkilöturvaan liittyvät säännöt

Ohjeistuksia lasten henkilö- ja tietoturvaan on saatavilla esimerkiksi internetissä. Rikosuhripäivystyksen internet-sivustolla on Netiketti, joka antaa hyviä neuvoja nettiturvallisuuteen ja nettiturvatoihin liittyen, joita vanhemmatkin voivat hyödyntää lasten mediakasvatuksessa.

Netiketti neuvoo lapsia ja nuoria seuraavasti:

- Älä koskaan anna kenellekään yhteystietojasi keskustelupalstoilla. Moni uskoo, ettei voi tulla keskustelukumppanin huijaamaksi, mutta se on mahdollista. Sitä ei tapahdu vain muille.
- Mieti tarkkaan, millaisia kuvia itsestäsi internetsivuille asetat. Kuvat ovat netissä muiden ulottuvilla, ja osa kuvista päätyy asiattomille sivuille tai kuvaksi jollekulle, joka käyttää sitä henkilöllisyytensä muuttamiseen keskustelupalstoilla.
- Laki kieltää toisen ihmisen intiimin elämän kuvaamisen, kuuntelun, perättömien väitteiden esittämisen ja toisen ihmisen kunnian loukkaamisen. Kännykällä kuvaaminen yksityisellä paikalla ei ole sallittua ilman kaikkien paikalla olevien lupaa. Kuvien ja videoiden jakaminen puhelimen tai netin kautta vaatii myös jokaiselta luvan erikseen.
- Älä lähde tapaamaan nettituttuja ainakaan ilman, että olet kertonut tapaamispaikan ja kellonajan jollekulle. Älä mene tapaamiseen, jos nettituttusi hiemankaan epäilyttää tai pelottaa sinua. Älä edes silloin, vaikka tunne tulisi vasta tavatesanne. Tapaamispaikaksi kannattaa aina sopia julkinen paikka, jossa on muita ihmisiä. Älä mene yksin tapaamaan ihmistä, jonka olet tavannut vain netissä. Ota kaveri mukaan.
- Internetissä seikkaillessa saattaa päätyä sivuille, jotka ahdistavat ja jäävät painamaan mieltä. Uskalla kertoa asiasta jollekin luotettavalle aikuiselle.
- Pornosivustot eivät ole tarkoitettu alle 18-vuotiaille ja sivustoilla yleensä myös kielletään alaikäisiltä niiden käyttö.
- Kaikki internetissä löytyvä tieto ei ole totta. Tutkittuunkaan tietoon ei kannata luottaa sinisilmäisesti. Hienot tutkimukset saattavat erityisesti seksuaalisuuteen liittyen olla puuta heinää. Muista mediakriittisyys.
- Jos koet jotain epämiellyttävää, uskalla kertoa siitä

(Rikosuhripäivystys, viitattu 1.3.2019.)

4 ALAKOULUIKÄINEN LAPSI JA LASTEN MEDIANKÄYTTÖÖN YHTEY- DESSÄ OLEVAT TERVEYDELLISET TEKIJÄT

4.1 Alakouluikäisen lapsen ikäkauden erityispiirteet

Alakouluikäiset lapset ovat iältään 7-12-vuotiaita. Seitsemän vuoden iässä lapsella alkaa kehitysjakso, joka jatkuu 12. ikävuoden vaiheille. Tätä ajanjaksoa voidaan kutsua keskilapsuudeksi, psykologiassa tätä ajanjaksoa kutsutaan kouluikäksi. Kun lapsi aloittaa koulun, hänen maailmansa laajenee ja hän alkaa viettää aikaa enemmän kodin ulkopuolella. Kouluikäisellä lapsella on edessään uudenlaisia vaatimuksia. Hänen odotetaan oppivan uudenlaisia tietoja ja taitoja sekä tulevan toimeen suuremmissa ryhmässä. (Anttila, Eronen, Kallio, Kanninen, Kauppinen, Paavilainen & Salo. 2005, 98.)

Ympäristö- ja perintötekijät vaikuttavat paljon alakouluikäisen lapsen fyysiseen kehitykseen. Kouluikäisen fyysinen kehitys leikki- tai murrosikäiseen lapseen nähden hitaampaa. Kouluikäisellä on aikaa sopeutua kehossa tapahtuviin muutoksiin, jonka ansiosta kehonhallinta ja motoriset taidot kehittyvät nopeasti. Liikuntaa edesauttaa näiden taitojen kehittymistä. Usein kouluikäinen kykenee monenlaisiin liikuntasuorituksiin mutta etäisyyksien ja nopeuksien arvioiminen on hänelle vielä vaikeaa. (Anttila ym. 2005, 99.)

Älyllisen kehityksen myötä kouluikäisen ajattelusta tulee johdonmukaista ja loogista. Hän oppii kelonajat, lukemisen ja laskemisen, ymmärtämään kolmiulotteista maailmaa sekä erilaisia symboleja. Kouluikä on siis monella tapaa älyllisen kasvun ja kehittymisen aikaa. Ympäristöstä tulevat virikkeet ja ympäröivä kulttuuri edistävät edistävät lapsen ajattelua. Lapsen muisti kehittyy, kun lapsen huomio alkaa kiinnittymään muistamisen kannalta oleellisiin asioihin. Se, millaisia muististrategioita lapset omaksuvat, riippuu paljon kulttuurista ja lapsen saamasta ohjauksesta. Uusien asioiden omaksumisen ja kehityksen myötä maailman tutkiminen ja siinä toimiminen helpottuu. (Anttila ym. 2005, 101-103.)

Kouluikässä lapsi oppii tuntemaan itsensä entistä paremmin. Hän kykenee kuvaamaan itseään luonteenpiirteillä, ja osaa perustella tekojaan tunteillaan ja persoonallisuudellaan. Lapsen kyky psyykkiseen itsesäätelyyn lisääntyy, joka mahdollistaa suoriutumisen pitkäjänteisyyttä ja keskittymistä

vaativasta työskentelystä. Oman suoriutumisen arvioiminen erilaisista tehtävistä on realistisempaa, ja asetettuihin tavoitteisiin kyetään suhteuttamaan oma aiempi menestyminen. (Anttila ym. 2005, 119-120.)

Toimeliaisuuden ja ahkeruuden kehitys on kouluiän tärkein kehitystehtävä. Minäkäsitys on yhteydessä oppimiseen ja sosiaalisiin taitoihin. Lapsen kasvaessa hänen odotetaan suoriutuvan haastavammista asioista, jolloin myös käsitys itsestä ja oppimisesta muuttuu. Siinä missä leikki-ikäinen uskoo kykyjen olevan kehitettävissä kovalla yrittämisellä ja harjoittelemisella, kouluikäinen alkaa pitää kykyjä pysyvinä piirteinä, joihin ei voi itse vaikuttaa. (Anttila ym. 2005, 120-121.)

Kouluikä on erityisen keskeistä aikaa itsetunnon kehittymisen kannalta. Minäkäsitys on aiempaa selkeämpi ja eriytyneempi, joten lapsen arviot itsestään ovat jo melko todenmukaisia. Lapsi tunnistaa omia vahvuuksiaan, ja taitoja vertaillaan kouluikäisten keskuudessa paljon. Muiden mielipiteet ja käsitykset lapsesta vaikuttavat kuitenkin aiempaa voimakkaammin siihen, miten hän arvioi itseään. Vanhemmilta saatu positiivinen palaute, emotionaalinen lämpö ja selkeät rajat tukevat itsetunnon kehittymistä. (Anttila ym. 2005, 121-122.)

4.2 Media ja lasten psyykinen ja sosiaalinen hyvinvointi

Media laajentaa lasten maailmankatsomusta ja muodostaa tärkeän tietolähteen. Erilaiset televisio-ohjelmat, videot tai tietokonepelit voivat antaa lapselle uusia oppimiskokemuksia ja elämyksiä aivan kuten aikuisellekin. Median runsas käyttö voi altistaa lapsen kuitenkin myös psykososiaaliselle oireilulle, kuten aggressiolle, nukahtamisvaikeuksille ja peloille tai vaikeuksille käyttäytymisen säätelyssä ja keskittymisessä. (Paavonen, Roine, Korhonen, Valkonen, Pennonen, Partanen & Lahikainen 2011, 1563, viitattu 22.4.2018.)

Tavallisimmat lasten mediankäytön ja toiminnan välillä havaittavat yhteydet Lapsiperheiden mediakyselyn (2012) mukaan olivat lasten uusien tietojen ja taitojen omaksuminen sekä omaehtoiseen tekemiseen innostuminen. Tällaisia olivat esimerkiksi laulaminen tai askartelu, johon lapsi innostui mediankäytön seurauksena. Enimmäkseen negatiivisina pidettyjä vaikutuksia lapsen toiminnan ja mediankäytön välillä oli kodeissa havaittu lapsen levoton tai aggressiivinen käyttäytyminen tai se, että lapsi pelästyi mediaesitystä. Näitä yhteyksiä oli havaittu noin joka kymmenennessä perheessä ainakin kuukausittain. (Pääjärvi S., Happo H. & Pekkala L. Lapsiperheiden mediakysely, 2012, viitattu 19.2.2019, 45.)

Erityisesti mediaväkivallan katsotaan olevan haitallista lasten hyvinvoinnille, sillä se lisää lasten ja nuorten levottomuutta ja aggressiivisuutta. Samalla se liittyy sekä väkivaltaisten toimintamallien hyväksymiseen että yleiseen vihamielisyyteen. Se voi myös muokata lapsen asenteita negatiivisellakin tavalla ja vaikuttaa haitallisesti somaattiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin. Väkivaltaviihteen katselusta seuraa usein myös pelko. Väkivallalle altistuminen voi johtaa myös niin sanottuun epäherkistymiseen, normaalin emotionaalisen reaktion vähittäiseen laimenemiseen. Tämä reaktio mahdollistaa taas esimerkiksi väkivaltaisten tekojen ajattelemisen tai suunnittelemisen ilman siihen liittyviä ahdistavia mielikuvia. (Paavonen ym. 2011, 1563-1564, 1566.)

Samalla kun jännitys ja kauhu kiehtovat lasta, hän ei kuitenkaan esimerkiksi ikänsä takia välttämättä kykene etäännyttämään itseään katsomastaan aineistosta, jolloin ohjelman jännittävät asiat muuttuvat pelottaviksi. (Paavonen ym. 2011, 1564.) Paavonen ym. (2009) ovat artikkelissaan sitä mieltä, että etenkin aikuisille suunnattujen ohjelmien katselu ja passiivinen altistuminen televisiolle lisäävät lasten unihäiriöitä. Television katseleminen yksin tai illalla juuri ennen nukkumaan menoa lisäävät myös riskiä unihäiriöille. (Paavonen, Roine, Pennonen & Lahikainen 2009, 35:773-80.)

Liiallisella mediankäytöllä on negatiivia vaikutuksia myös lasten sosiaalisiin taitoihin. Uhls, Michikyan, Morris, Garcia, Small, Zgourou & Greenfield (2014) ovat tutkimuksessaan sitä mieltä, että digitaalisen median käyttö heikentää lasten sosiaalisia kykyjä. Tämä Etelä-Kaliforniassa 2014 toteutettu psykologian alaan kuuluva tutkimus osoittaa, että lasten digitaalisen median käyttö heikentää heidän taitoaan tunnistaa toisten ihmisten tunnetiloja. (Uhls, Michikyan, Morris, Garcia, Small, Zgourou & Greenfield 2014, viitattu 4.4.2018.)

Internetin käytön yhteyttä alakouluikäisen lapsen sosiaaliseen kompetenssiin on vastikään tutkittu. Arkisin ja viikonloppuisin 1-2 tuntia päivässä internetiä käyttävät lapset olivat tilastollisesti merkittävästi yhteistyökykyisempiä ja empatiataitoisempia kuin useampia tunteja päivässä internetiä käyttävät. Yli kahden tunnin päivittäisen ruutuajan todettiin lisäävän häiritsevyyttä ja impulsiivisuutta. Sosiaalisen kompetenssin väheneminen liiallisen internetin käytön seurauksena lisää riskiä yksinäisyyteen, ja yhteiskunnallisesti ajateltuna syrjäytymiseen. (Riihilahti, Paavilainen, Koivisto & Kylmä 2016, 26-27, viitattu 20.4.2018.)

Syväoja, Kantomaa, Ahonen, Hakonen, Kankaanpää & Tammelin (2013) ovat tutkimuksessaan todenneet, että runsas ruutuaika on yhteydessä lasten heikkoon koulumenestykseen. Tämän tutkimuksen mukaan ne lapset, joilla ruutuaikaa kertyi päivässä enemmän kuin kolme tuntia, saivat koulussa huonompia arvosanoja kuin lapset, joilla ruutuaikaa oli alle kaksi tuntia. (Syväoja, Kantomaa, Ahonen, Hakonen, Kankaanpää & Tammelin 2013, viitattu 4.4.2018).

Tuoreen kanadalaistutkimuksen mukaan kaksi tuntia vapaa-ajallaan älypuhelimia ja muita digilaitteita käyttävät lapset pärjäävät ajattelukykyä, kielellisiä taitoja ja muistia mittaavissa kognitiivisissa testeissä paremmin kuin näyttöpäätteiden edessä enemmän aikaa viettävät lapset. Tutkimuksessa tarkasteltiin yli 4500 8-11-vuotiaan lapsen käyttäytymistä. (Walsh, Barnes, Cameron, Goldfield, Chaput, Gunnell, Ledoux, Zemek & Tremblay, 2018, viitattu 14.2.2019.)

4.3 Media ja lasten fyysinen hyvinvointi

Tuore tutkimus lasten ruutuajasta osoittaa, että kolme tuntia tai enemmän ruutuaikaa päivässä viettävät lapset ovat muita todennäköisemmin ylipainoisia. Tämän lisäksi heillä todetaan tavallista enemmän insuliiniresistenssiä eli verensokerin säätelyn häiriötä, mikä taas lisää heidän riskiään sairastua myöhemmin diabetekseen. Samansuuntaisia havaintoja on saatu aikuisilla. (Nightingale, Rudnicka, Donin, Sattar, Cook, Whincup & Owen 2018, viitattu 4.4.2018).

Hakala (2012) on väitöskirjassaan tutkinut tietokoneen sekä muun informaatio- ja kommunikaatioteknologian yhteyttä nuorten tuki- ja liikuntaelinoireisiin. Tutkimuksen mukaan 1-2 tunnin tietokoneen käyttö päivittäin aiheutti nuorille niska-hartiaseudun kipuja sekä 4-5 tunnin päivittäinen käyttö alaselkäkipuja. Yli neljän tunnin tietokoneen parissa viettäminen aiheutti päänsärkyä ja silmäoireita. Käsi-, sormi- ja ranneoireita ilmeni tutkimukseen vastaajilla jo noin tunnin päivittäisellä tietokoneen käytöllä. Tuki- ja liikuntaelinoireet (TULE), etenkin erilaiset selkäsairaudet ovat vakava kansanterveyden ja -talouden ongelma Suomessa minkä vuoksi oireiden ennaltaehkäisy ja varhainen puuttuminen tulisi aloittaa jo lapsuudessa. Kodeissa ja kouluissa tulisi olla ergonomisesti sopivat työpisteet kasvaville nuorille. Oireiden ennaltaehkäisyssä koulu- ja opiskelijaterveydenhuollon henkilöstöllä on tärkeä rooli. Tämän lisäksi vanhempien tulee valvoa ja rajoittaa lasten tietokoneen käyttöä ja ohjata heitä omaksumaan terveellisiä elämäntapoja. (Hakala 2012, viitattu 16.4.2018.)

5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSONGELMAT

Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata vanhempien käyttämiä keinoja heidän ohjatessa lapsia mediankäytössä. Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa keinoista, joita vanhemmat ovat käyttäneet ohjatessaan lapsiaan mediankäyttöön. Tutkimustuloksista hyötyvät vanhemmat, jotka saavat uutta tietoa ja eväitä omaan kasvatustyöhönsä muiden vanhempien kokemuksista. Vanhempien saadessa tukea lasten mediakasvatukseen on sillä positiivista vaikutusta lasten hyvinvointiin. Tuloksista hyötyvät myös kouluterveydenhoitajat sekä kaikki alakouluikäisten parissa toimivat ammattilaiset, jotka voivat työssään jakaa tietoa hyviksi koetuista keinoista. Tutkimustuloksia voidaan hyödyntää lasten terveyttä ja hyvinvointia edistävien sekä ennaltaehkäisevien palvelujen suunnitteluun ja toteutukseen osallistuvilla tahoilla.

Tutkimusongelmat ovat:

1. Millaisia käsityksiä vanhemmilla on liiallisen ruutuajan haitoista?
2. Millaisia keinoja vanhemmat ovat käyttäneet ohjatessaan lapsia mediankäytössä?
3. Millaista tukea vanhemmat kokevat tarvitsevänsä lasten mediakasvatukseen?

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

6.1 Tutkimusmenetelmä

Tutkimuksen menetelmänä käytetään kvantitatiivista eli määrällistä tutkimusmenetelmää, joka pyrkii antamaan yleisen kuvan muuttujien (mitattavat ominaisuudet) välisistä suhteista ja eroista. Tutkimustieto saadaan numeroina ja tutkija ryhmittelee laadullisen aineiston numeeriseen muotoon. Määrällisessä tutkimuksessa tietoa tarkastellaan numeerisesti eli tulokset esitetään numeroina. Tämän pohjalta tutkija tulkitsee, selittää ja kuvailee olennaisen numerotiedon sanallisesti. (Vilkkä 2007, 13-14, viitattu 10.4.2018.)

Määrällisen tutkimuksen aineistolle on tunnusomaista vastaajien suuri määrä. Vähimmäismäärä on 100, jos tutkimuksessa käytetään tilastollisia menetelmiä. Ainoastaan suurella aineistolla tutkimuksen tekijä kykenee tekemään havaintoja näkökulmasta, joka taas mahdollistaa tutkittavien asioiden selittämisen numeerisesti. Mitä suurempi otos on, sitä paremmin toteutunut otos edustaa perusjoukossa keskimääräistä mielipidettä, asennetta tai kokemusta tutkittavasta asiasta. (Vilkkä 2007, 13-14, 17, viitattu 9.4.2018.)

Määrällisen tutkimus pyrkii joko selittämään, kuvailemaan, kartoittamaan, vertailemaan tai ennustamaan ihmistä koskevia asioita ja ominaisuuksia tai luontoa koskevia ilmiöitä. Tämä tutkimus edustaa kuvailevaa tutkimustapaa. Kuvaileva tutkimus yleisesti ottaen esittää tai luonnehtii tarkasti ja järjestelmällisesti ilmiön, tapahtuman, toiminnan, tilanteen, henkilön tai asian keskeisimmät, näkyvimät tai kiinnostavimmat piirteet. Aineiston keräämisen tapana toimivat haastattelu, jäsennely havainnointi ja strukturoitu haastattelulomake. (Vilkkä 2007, 19-20, viitattu 9.4.2018.)

Määrällisen tutkimuksen tavoitteita ovat tulosta ennakoivan tutkimusongelman muotoilu eli hypoteesi, teorian käyttäminen hyödyksi mittaamisessa sekä asioiden välisten erojen löytäminen ja eron selittäminen kausaalisuhteina eli syy-seuraussuhteina. Hypoteesin eli tutkimusongelman muotoilu on ominaista selittävässä tai vertailevissa määrällisissä tutkimuksissa. Sen sijaan kuvailevissa ja kartoittavissa tutkimuksissa ei aseteta hypoteeseja. (Vilkkä 2007, 18, viitattu 10.4.2018.)

6.2 Kyselylomakkeen laadinta

Onnistunut mittari edellyttää täsmällisesti määriteltyä asiaongelmaa, asiaongelmasta täsmällisesti määriteltyä tutkimusongelmaa, aiempiin tutkimuksiin ja kirjallisuuteen perehtymistä, avainkäsitteiden ja alakäsitteiden määrittelyä sekä asioiden välisten riippuvuuksien pohtimista (Vilka, 2007, viitattu 11.1.2019, 63.) Kysely laadittiin sähköisenä kyselynä Webropol- tiedonkeruuohjelmalla. Kyselyn laatiminen aloitettiin tutkimussuunnitelman tietoperustan pohjalta määrittelemällä tutkimuksen käsitteet ensin yleisesti, jonka jälkeen ne jaettiin osa-alueisiin. Osa-alueista rakennettiin tarkemmat kysymykset asioista, joista haluttiin tietää, jotta saataisiin vastaus tutkimuskysymyksiin (taulukko 1). Havaintoyksikköinä eli kyselyyn vastaajina olivat vanhemmat. Muuttujina eli tutkittavaan ilmiöön vaikuttavina tekijöinä ovat vanhemman rooli mediakasvattajana, käytetyt kasvatustenetelmät sekä lapsen ikä ja sukupuoli.

Tutkijan on tunnettava tutkimuksen perusjoukko varmistuakseen, että teoreettiset käsitteet ovat siirtyneet empiiriselle (kyselylomake) tasolle tutkittavalle ymmärrettävällä tavalla. (Vilka 2015, 101-102.) Käsitteille etsittiin arkikielestä vastaava taso, jotta jokainen tutkimukseen vastaaja ymmärtää kysymykset ja käsitteet samalla tavalla.

Kysely sisälsi kysymyksiä yhteensä 37. Suunnittelimme ja laadimme kyselyn laajuudeltaan niin, että siihen kului vastaajalta aikaa kohtuullisesti eli noin 5-10 minuuttia. Lomakkeen laatimisessa käytimme pääasiassa monivalintakysymyksiä. Osa kysymyksistä oli sekamuotoisia, joihin määritimme valmiit vastausvaihtoehdot ja lisäksi avoimen kysymyksen. Avoin kysymys mahdollisti vastaajalle mielipiteen ilmaisemisen, mikäli valmiiksi asetetuista vaihtoehdoista ei löytynyt sopivaa. (Vilka 2007, 62.) Kyselylomakkeen kysymykset eivät olleet vastaajalle pakollisia.

Etenimme kysymysten laatimisessa loogisesti ja muodostimme samaa aihetta koskevat kysymykset kokonaisuuksiksi tutkimusongelmien mukaisesti. (Heikkilä 2014, 33, viitattu 11.4.2018). Kysymysten rakentamisessa huomioimme, että niissä kysytään vain yhtä asiaa kerrallaan ja että ne ovat olennaisia tutkimusongelman ratkaisemiseksi (taulukko 1). Kyselylomakkeen ulkoasusta pyrimme luomaan mahdollisimman selkeän.

TAULUKKO 1 Kyselylomakkeen kysymykset ryhmiteltynä tutkimusongelmien mukaan.

Tutkimusongelmat	Tutkimusongelmaan vastaava kysymys lomakkeella
<p>1. Millaisia käsityksiä vanhemmilla on liiallisen ruutuajan haitoista?</p>	<p>4. Mikä on mielestäsi sopiva aika lapselle viettää ruudun ääressä vuorokaudessa?</p> <p>5. Oletko määrittänyt lapselle minkä verran hän saa viettää aikaa ruudulla päivisin?</p> <p>6. Kannatko huolta liiallisen ruutuajan vaikutuksesta lapseen?</p> <p>7. Ajatteletko liiallisen ruutuajan vaikuttavan haitallisesti lapsen</p>
<p>2. Millaisia keinoja vanhemmat ovat käyttäneet ohjatessaan lapsia median käyttöön?</p>	<p>1. Mitä medialaitteita lapsesi käyttää kotona?</p> <p>2. Millaista mediaa lapsesi käyttää kotona?</p> <p>3. Minkä ikäisenä lapsi aloitti medialaitteiden käytön?</p> <p>5. Oletko määrittänyt lapselle minkä verran hän saa viettää aikaa ruudulla päivisin?</p> <p>8. Onko perheessänne laadittu yhteisiä sääntöjä medialaitteiden käytöstä?</p> <p>9. Mitä medialaitteita lapsella on käytettävissä omissa huoneessaan?</p> <p>10. Huolehditko, että lapsi ei käytä mediaa yöaikaan?</p> <p>11. Joustatko koskaan mediasisältöjen ikäraja-suosituksista?</p> <p>12. Tiedätkö, millaisista mediasisällöistä lapsi on kiinnostunut?</p> <p>13. Kuinka usein keskustelet lapsen kanssa mediasisältöjen herättämistä ajatuksista?</p>

	<p>14. Oletteko keskustelleet henkilö- ja tietoturvaan liittyvistä säännöistä?</p> <p>15. Oletko keskustellut lasten kanssa hyvistä käytöstavoista sosiaalisessa mediassa?</p> <p>16. Annatko lapselle medialaitteen käyttöön pal-kitsemistarkoituksessa?</p> <p>17. Otatko lapselta medialaitteen pois rangais-tusmielessä?</p> <p>18. Onko perheessänne käytössä medialaittei-siin ladattavia ruutuajastusohjelmia?</p> <p>19. Onko perheenne medialaitteissa käytössä esto-ohjelmia, jotka estävät pääsyn haitallista materiaalia sisältäville sivustoille?</p> <p>20. Onko perheenne medialaitteissa käytössä lapsilta salassa pidettävä pääsykoodi?</p>
<p>3.Millaista tukea vanhemmat kokevat tarvit-sevansa lasten mediakasvatukseen?</p>	<p>21. Oletko saanut tukea lasten mediakasvatukseen kodin ulkopuolelta?</p> <p>22. Koetko tarvitsevasi tukea lasten mediakasvatukseen?</p> <p>23. Mistä haluaisit saada tukea?</p>

Kysely testattiin testiryhmän avulla. Testauksella selvitettiin mittarin toimivuutta, ohjeiden selkeyttä, kysymysten yksiselitteisyyttä ja täsmällisyyttä, sekä lomakkeen pituutta ja siihen vastaamiseen kuuluvan ajan kohtuullisuutta. (Vilka 2015, viitattu 11.2.2019, 107-108.) Teimme kyselyyn muutamia pieniä korjauksia testaaajilta saamamme palautteen mukaisesti ennen varsinaista aineistonkeruuta.

Kyselyn mukana vastaajille lähetettiin saatekirje (LIITE), jonka avulla vastaajat saivat tarpeelliset tiedot tutkimuksesta, sen tarkoituksesta ja tavoitteista, sekä tulosten käyttötarkoituksesta. Vastaanottajat pyrittiin saamaan vakuuttuneiksi tutkimuksen tärkeydestä ja siten motivoituneiksi vastaamaan kyselyyn. Saatekirjeessä kerrottiin myös, että vastaajien henkilötiedot on suojattu eikä vastauksia tulla käsittelemään henkilötasolla. (Vilka 2015, viitattu 11.2.2019, 189-190.)

6.3 Aineiston keruu ja analyysi

Tässä tutkimuksessa perusjoukko on suuri eikä tutkimuksemme resurssit riitä tutkimaan koko perusjoukkoa, joten päädyimme valitsemaan aineistomme harkinnanvaraisesti. Tällöin otantamenetelmänä on harkinnanvarainen näyte, jossa tutkija valitsee tutkimuskohteet oman harkintansa mukaan parhaaksi katsomallaan tavalla, ja perustelee tekemänsä päätöksen. (Vilka 2007, 58.)

Valitsimme perusjoukosta kahden alakoulun oppilaiden vanhemmat, yhden espoolaisen ja yhden Oulun seudulta olevan alakoulun. Päädyimme valitsemaan kyseiset alakoulut sillä perusteella, että ne ovat meille tuttuja joko omien lastemme kautta tai koulun sijainti on paikkakuntana tuttu. Kyseisten koulujen valintaan vaikutti myös se, että voimme tarkastella tutkimuksemme tuloksia myös paikkakuntakohtaisten erojen näkökulmasta koulujen sijaitessa maantieteellisesti näin kaukana toisistaan. Molemmat alakoulut ovat kooltaan suuria, joten vastaajat eivät voi olla tunnistettavissa tutkimustuloksia käsitellessämme. Valitsimme lasten vanhemmat kyselyyn vastaajiksi, koska alakouluikäisen lapsen mediankäyttötavat ja -taidot kehittyvät jatkuvasti sekä lapsen että ympäristön kehityksen mukana. Lapsi tarvitsee ohjeita ja oppia mediankäyttöön kyetäkseen toimimaan median parissa turvallisesti ja välttyäkseen ikäviltä kokemuksilta. Siksi koimme tärkeäksi selvittää, millaisia keinoja vanhemmat käyttävät ohjatessaan lapsiaan mediankäyttöön.

Otoskoon valintaan vaikuttavat käytettävien resurssien, perusjoukon ominaisuuksien ja koon lisäksi myös se, millaista tarkkuutta tutkimuksella tavoitellaan. Mitä enemmän perusjoukon havaintoyksiköiden ominaisuuksissa ilmenee hajontaa, sen suurempi tulisi otoskoon olla. (Vilka 2015, 100-101). Tavoitteena oli saada vähintään 100 vastausta kyselyymme, 50 kummaltakin koululta. Mitauksen kohteena huomioidaan aina vain toteutunut otos, joten otoskokoa suunnitellessa tutkijan on varauduttava vastausten katoon. (Vilka 2007, 59, viitattu 11.4.2018.)

Tutkimuksen kyselylomake ja saatekirje lähetettiin alakoulujen rehtoreille, jotka lähettivät ne eteenpäin Wilma-hallinto-ohjelman välityksellä oppilaiden vanhemmille. Molempien alakoulujen suuren koon vuoksi kysely tavoitti yhteensä arviolta 1000 vanhempaa tai huoltajaa. Tavoitteena oleva vastausmäärä suhteessa vastaanottajien määrään oli realistinen ja näin ollen myös vastauskato huomioitiin. Toisaalta varauduimme myös tavoitteenamme olevan vastausmäärän ylittymiseen, sillä Webropol-ohjelman avulla mahdollistuu suuremmankin vastausmäärän käsitteleminen ongelmitta.

Tutkimuslupa haettiin alakoulujen rehtoreilta, jonka jälkeen saatekirje ja linkki kyselyyn lähetettiin rehtoreille. Koulujen rehtorit jakoivat saatekirjeen sekä linkin kyselyyn Wilma-hallinto-ohjelman välityksellä vanhemmille. Kyselyyn vastaamisaika oli kaksi viikkoa, mutta koska tuona aikana toiselta koululta ei tullut riittävästi vastauksia, laitettiin kysely uudelleen jakoon toiselle koululle ja vastausajaksi 2 viikkoa. Tämän jälkeen vastauksia saimme lisää 18. Kyselyn lopullinen vastaajamäärä oli 95.

Määrällisessä tutkimuksessa käytetään usein kyselyä tutkimusaineiston keräämisessä. Kyselyssä kysymysten muoto on standardoitu eli vakioitu. Tämä tarkoittaa, että kaikilta kyselyyn vastaavilta kysytään samat asiat samalla tavalla ja samassa järjestyksessä. Kyselyn vastaaja lukee itse kysymykset ja vastaa niihin. Havaintoyksikön ollessa henkilö ja häntä koskevat asiat kuten mielipiteet, asenteet, tai käyttäytyminen, kyselyä voidaan käyttää. Kyselyn voi toteuttaa joko postitse tai internetissä ja se soveltuu aineiston keräämisen tavaksi, mikäli tutkittavia on paljon ja tutkittavat ovat toisistaan hajallaan (Vilka 2007, 28, viitattu 10.4.2018.) Käytämme tutkimuksessamme aineistonkeruumenetelmänä alakouluikäisten lasten vanhemmille suuntautuvaa kyselyä. Laadimme kyselylomakkeen Webropol- kyselytyökalun avulla. Webropol tallentaa tulokset ja ne ovat käytettävissä reaaliaikaisesti. Ohjelman etuna on myös sen helppokäyttöisyys niin tiedon keruussa, kerätyn tiedon analysoinnissa kuin tulosten raportoimisessa. (Heikkilä 2014, viitattu 11.4.2018, 20.)

Kyselyssä oli mukana joitakin avoimia kysymyksiä, joiden kohdalla analysoimme aineiston aineistolähtöisen analyysimallin, sisällönanalyysin avulla. Sisällönanalyysi on menetelmä, jonka avulla voidaan aineistoa analysoida systemaattisesti ja objektiivisesti. Tällä analyysimenetelmällä pyritään saamaan tutkittavasta ilmiöstä kuvaus tiivistetyssä ja pelkistetyssä muodossa ja aineisto järjestetyksi johtopäätösten tekoa varten. Aineisto pelkistetään, ryhmitellään ja luodaan aiheista alaluokat ja yläluokat. Alaluokkien ja yläluokkien avulla vastataan tutkimustehtävään (Tuomi & Sarajärvi, 2018, viitattu 13.2.2019, 114, 117.) Taulukossa 2 on esimerkki aineistomme sisällön analyysistä.

TAULUKKO 2 Esimerkki laadullisen aineiston analyysistä

Alkuperäinen aineistolainaus	Alaluokat	Yläluokka
"Kärsivällisyyteen ja keskittymiseen"	keskittyminen	Psyykinen ja kognitiivinen kehitys
"Piirtämiseen yms. omaan olemiseen"	käyttäytyminen	
"Levottomuus lisääntyy, oma mielikuvitus köyhtyy"	käyttäytyminen kognitiivinen kehitys	
"Sosiaalsiin taitoihin"	sosiaaliset suhteet	

7 TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimuksen toteutus- ja analysointivaiheen jälkeen laadimme tutkimusraportin. Tutkimusraportissa dokumentoimme numeraalisesti, kuvallisesti ja sanallisesti tehty tutkimus ja sen tulokset. Pyrimme perustelemaan raportin sisällön. Perustelut nojaavat asianmukaisiin lähteisiin ja tutkimustietoon. Ilmaisutavassa pyrimme ottamaan huomioon tutkimuksen kohderyhmän, jolle tutkimus kirjoitetaan. Huomioimme tutkimusraportin kirjoittamisessa puolueettomuuden ja noudatamme raportoinnin eettisiä periaatteita. Puolueettomuus tarkoittaa tutkimusraportoinnissa sitä, ettei tutkija omalla esittämistavallaan ja tulkinnallaan manipuloi tutkimuksen tuloksia. Tutkimustulosten tulkinnassa objektiivisuutta tukee vertaileva, yhdistelevä ja keskusteleva ote. Tutkija vertailee ja tulkitsee tuloksiaan alan tutkimuksiin ja teorioihin käyttäen asianmukaisia lähdeviitteitä. (Vilkkä 2007, 156, 159-160, viitattu 16.4.2018.)

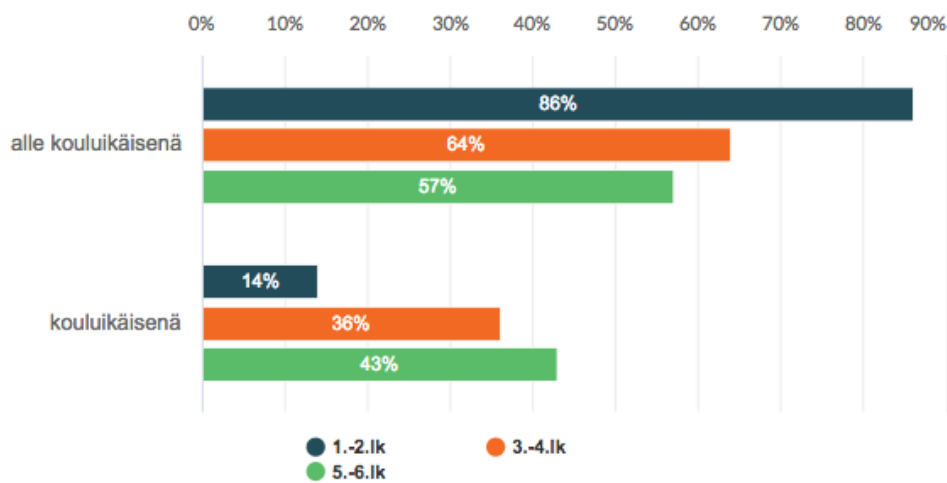
7.1 Taustatiedot

Kyselyyn vastasi yhteensä 95 vanhempaa (N=95). Muhoslaiset vanhemmat olivat aktiivisempia vastaamaan kyselyyn espoolaisiin vanhempiin nähden. Muhokselta vastaajia oli 60 ja Espoosta 35 vanhempaa. Vastaajista noin kolmasosa (30,52 %) oli tyttöjen vanhempia, puolet (50,53 %) poikien vanhempia ja hieman alle viidesosalla (18,95 %) vastaajista oli alakoulussa sekä tyttö- että poikalapsi. Vastaajista naisia oli 83 ja miehiä 11. Lasten luokka-asteet jakautuivat melko tasaisesti. Eniten vastaajissa oli 1. luokkalaisten vanhempia (31 %) ja vähiten 3. luokkalaisten (16 %). Suurin osa vastaajista sijoittui ikähaitarille 31-40 vuotta (43 %) ja 41-50-vuotta (42 %), mikä oli odotettavissakin, kun on kyse alakouluikäisten lasten vanhemmista. Valtaosa vastaajista oli päätoimisesti työsäikäijöitä (65 %). Hieman yli viidesosa työskenteli osa-aikaisesti (17 %) tai opiskeli (5 %). Loput vastaajista (13 %) oli tällä hetkellä kotona perhevapailta, sairauslomalla, eläkkeellä tai työttömänä. Suurin osa (88 %) lasten vanhemmista jakoi arjen toisen aikuisen kanssa. Lähes puolet vastaajista (45 %) oli suorittanut ammatillisen tutkinnon ja hieman tätä pienempi osa (49 %) joko alemman tai ylemmän korkeakoulututkinnon.

Vertailtaessa eroja vanhempien taustatekijöiden suhteen havaittiin eroja vertailemalla vastauksia, vanhempien ja lasten sukupuolen ja paikkakunnan suhteen, joita avataan tarkemmin myöhemmänä. Vertailtaessa tuloksia vastaajien koulutuksen tai työtilanteen suhteen erot osoittautuivat hyvin pieniksi ja tilastollisesti merkityksettömäksi.

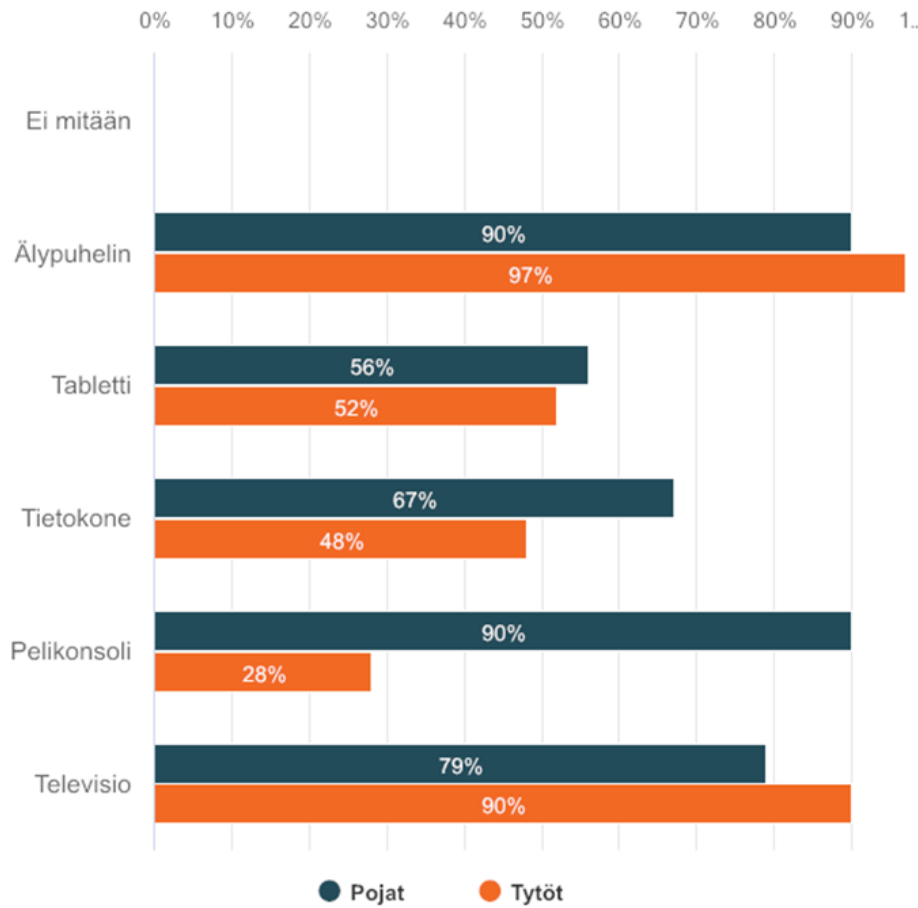
7.2 Vanhempien käsitykset ruutuajan haitoista

Suurimmalla osalla (72 %) vastaajista lapsi oli aloittanut medialaitteiden käytön alle kouluikäisenä. Vertailimme vastauksia luokka-asteittain (kuvio 1). Ilmeni, että alle kouluikäisenä medialaitteiden käytön aloittaminen on huomattavasti aiempaa yleisempää. Nykyisin viidettä tai kuudetta luokkaa käyvistä oppilaista mediankäytön on aloittanut vasta kouluikäisenä lähes puolet (43 %), kun taas nykyään ensimmäisen ja toisen luokan oppilaista suurin osa (86 %) aloittaa medialaitteiden käytön jo alle kouluikäisenä.



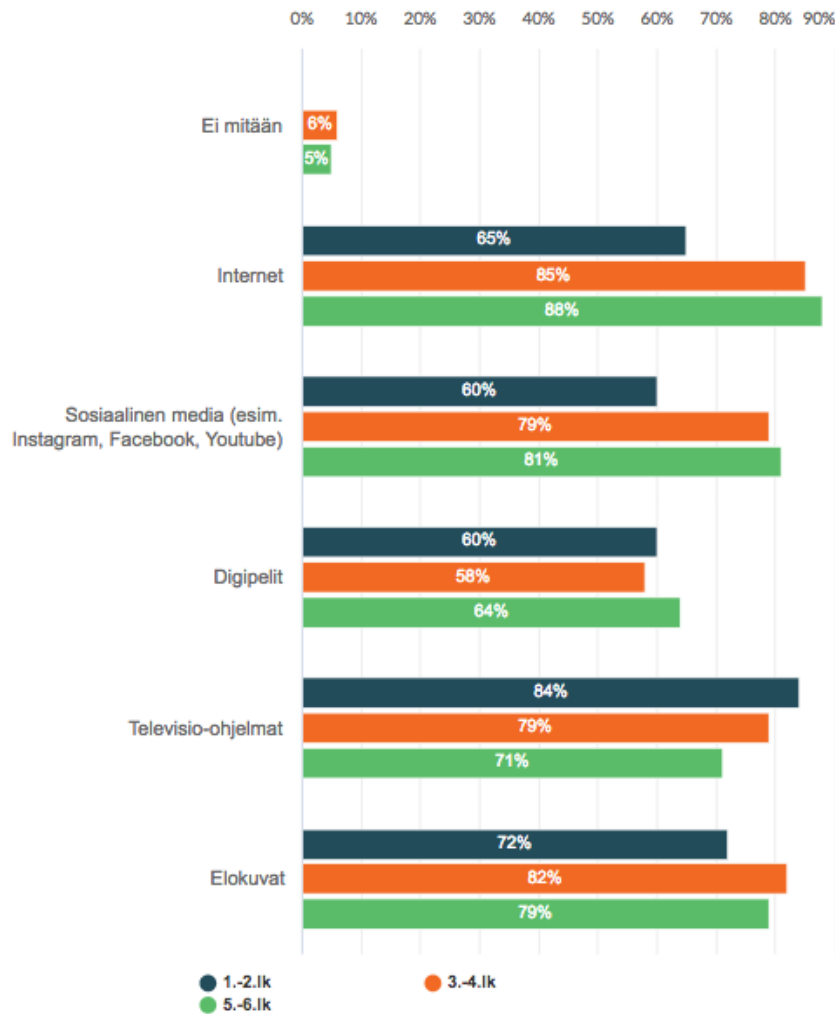
KUVIO 1 Mediankäytön aloitusikä luokka-asteiden välisessä vertailussa (N=95)

Lapsilla oli käytössä kotona monia eri medialaitteita, eniten käytettiin älypuhelinta (93 %) ja toiseksi eniten televisiota (84 %) ja kolmanneksi eniten pelikonsolia (65 %). Vertailtaessa aineistoa lasten luokka-asteen ja sukupuolen perusteella, havaittiin sukupuolten välisiä eroja jonkin verran eri medialaitteiden käytön suhteen (kuvio 2). Pojista suurin osa (90 %) käytti pelikonsolia, tytöistä puolestaan alle kolmannes (28 %). Tytöt puolestaan käyttivät hieman enemmän älypuhelinta tai televisiota kuin pojat.



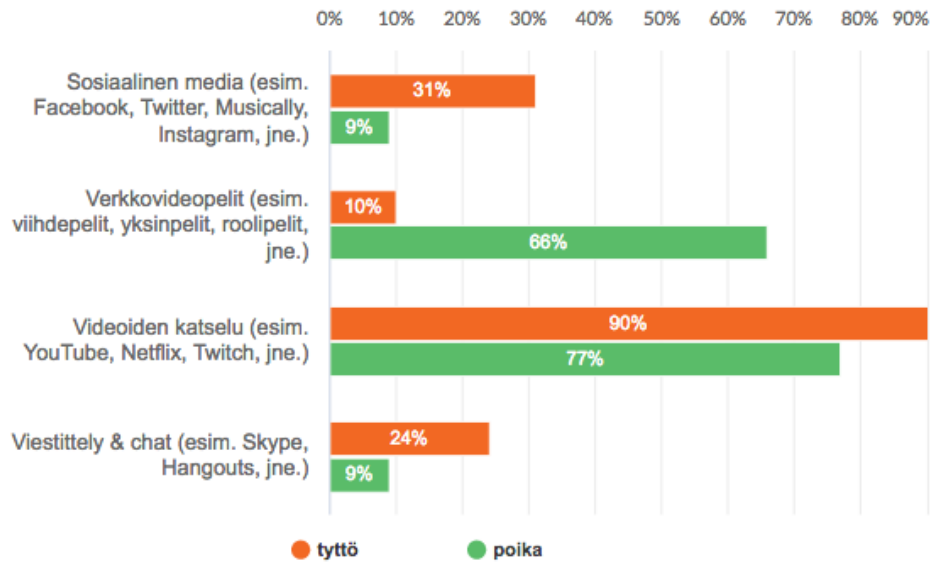
KUVIO 2 Lasten kotona käyttämät medialaitteet (N=95)

Vastausten perusteella lapset käyttivät kodeissaan erilaisia mediasisältöjä monipuolisesti jo alim-
milta luokilta lähtien. Jokaisen mediasisällön kohdalla käytön yleisyys oli vähintään noin 60 %. Tar-
kemmat prosenttiosuudet mediasisältöjen käytöstä luokka-asteittain on esitetty kuviossa 3.



KUVIO 3 Kodeissa käytettävien mediasisältöjen käytön yleisyys luokka-asteittain vertailtuna (N=95)

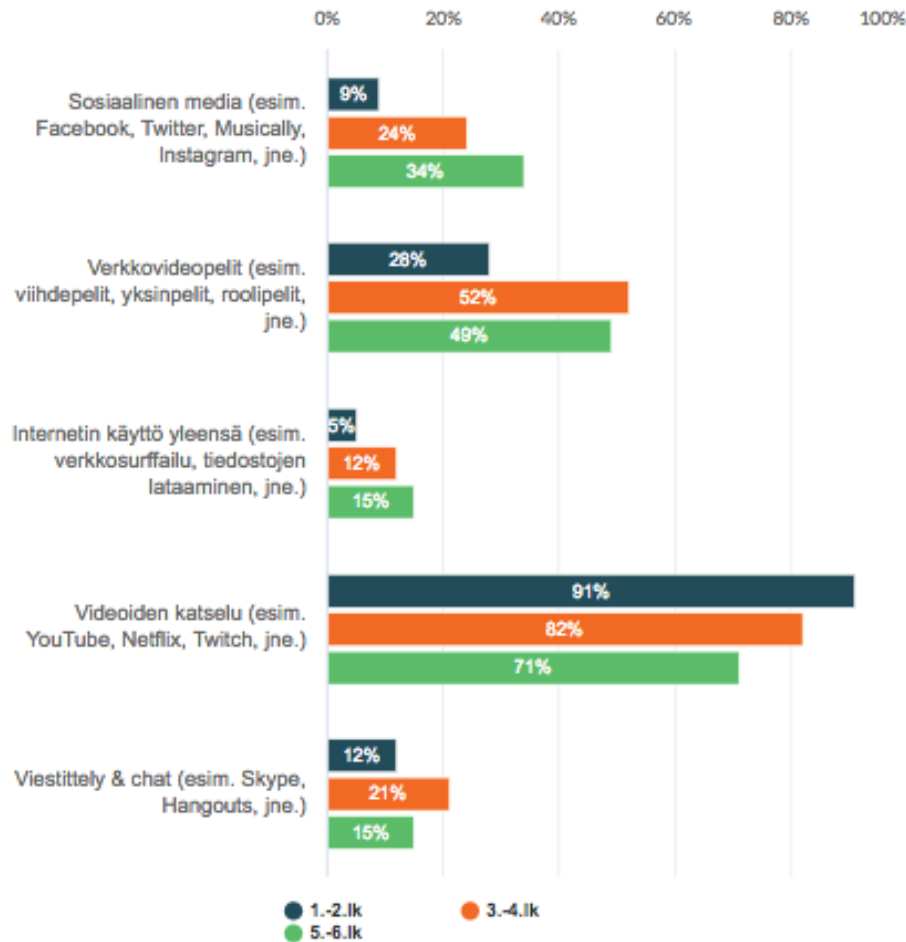
Vanhemmilta kysyttiin lapsen mieluisinta vapaa-ajan verkkoaktiiviteettia/nettiharrastusta riippumatta siitä, mikä media-alaite oli kyseessä. Vastauksia tarkasteltaessa havaittiin selkeä ero lasten sukupuolen välisessä vertailussa (kuvi 4). Sekä tyttöjen että poikien suosituimmaksi verkkoaktiiviteetiksi vanhemmat ilmoittivat videoiden katselun erilaisilta kanavilta. Poikien toiseksi suosituinta ajanvietettä verkossa oli verkkovideopelit, kun tytöillä vastaavasti erilaiset sosiaalisen median sisällöt, viestittely ja chat-palvelut nousivat toiseksi suosituimmaksi ajanvietteeksi. Myös pojat käyttivät näitä mediasisältöjä, mutta heidän osuutensa oli vain kolmasosan tyttöjen määrään verrattuna. Verkkovideopelit mieluisimpana aktiiviteettina oli vain kymmenesosalla tytöistä.



KUVIO 4 Mieluisimmat verkkoaktiviteetit lasten sukupuolten välisessä vertailussa (n=94)

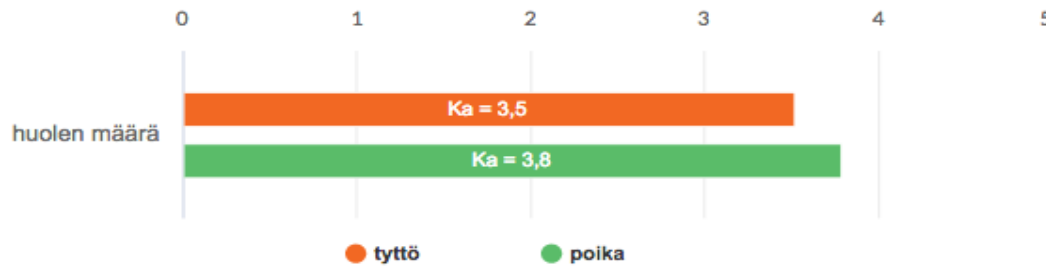
Lasten luokka-asteiden välisessä vertailussa ilmeni, että alimmilla (1.-2.lk) luokilla olevat lapset käyttävät vapaa-ajalla verkossa tapahtuviin aktiviteetteihin pöytäkoneetta (19 %), kannettavaa tietokoneetta (31 %), tablettia (48 %), älypuhelinta (88 %) ja pelikonsolia (48%). Jokaisen edellä mainitun medialaitteen käytön määrä kasvoi luokka-asteilla ylemmäksi siirryttäessä. Tabletin ja älypuheli-
men käyttö oli 3-4 -luokka-astetta käyvillä lapsilla jopa hieman yleisempää kuin 5-6 -luokan kohdalla. Medialaitteista ainoastaan television käytön yleisyys väheni luokka-asteen kasvaessa.

Tarkastelimme vastauksia lasten mieluisimmista verkkoaktiviteeteista vertailemalla niitä lasten luokka-asteisiin (kuvio 5). Tässä oli havaittavissa samansuuntainen kehitys kuin medialaitteiden käytön yleisyydessäkin suhteessa luokka-asteeseen. Erityisesti sosiaalisen median, verkkovideopelien ja viestittely- ja chat-palveluiden suosiossa näkyi selkeä kasvu lapsen siirryessä kolmannelle luokalle. 3.-4- luokan oppilaiden keskuudessa verkkopelit, viestittely- ja chat-palvelut olivat hieman suosituimpia heitä vanhempiin lapsiin verrattuna. Videoiden katselu oli aktiviteeteista ainoa, jonka suosio laski lapsen iän kasvamisen mukana.



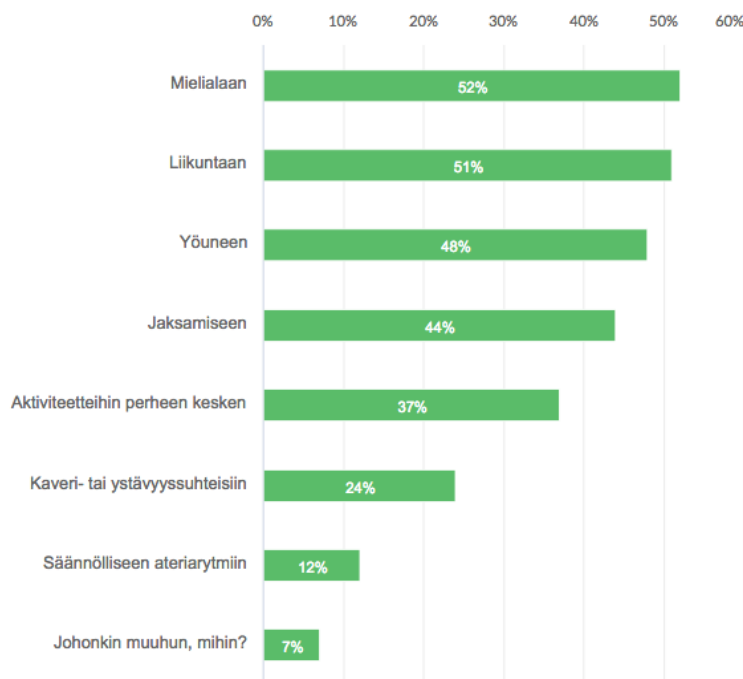
KUVIO 5 Suosituimmat vapaa-ajan verkkoaktiviteetit luokka-asteittain vertailtuna (n=94)

Kysyttäessä arvioita asteikolla 1-5 (1= ei huolta, 5= suuri huoli), miten paljon vanhemmat kantoivat huolta liiallisen ruutuajan vaikutuksesta lapseen, keskiarvoksi saatiin 3,7. Paikkakuntaakohtaisesti huoli oli hieman suurempi Espoossa (3,9) kuin Muhoksella (3,5). Huolen määrässä ei naisten ja miesten välillä ollut merkittävää eroa. Lasten sukupuolten välisessä vertailussa nousi esille, että huoli liiallisen mediankäytön haitallisista vaikutuksista koski hieman useammin poikia kuin tyttöjä (kuvio 6). Luokka-asteittain vertailtuna vastausten perusteella suurin huoli oli 3.-4.-luokka-asteen oppilaiden vanhemmilla (ka 4,0), toiseksi suurin 1.-2.-luokkaa käyvien vanhemmilla (ka 3,7) ja vähäisin huolen aste 5.-6. -luokka-asteen oppilaiden vanhemmilla (ka 3,6).



KUVIO 6 Vanhempien huolen määrä lapsen sukupuolen mukaan (n=94)

Vähintään joka neljäs vanhemmista koki, että lapsen liiallinen ruudulla viettämä aika vaikutti haitallisesti lapsen liikkumiseen, kaveri- tai ystävyys-suhteisiin, aktiviteetteihin perheen kesken, mielialaan, jaksamiseen ja yöuneen (kuvio 7). Vähiten sillä koettiin olevan vaikutusta lapsen säännölliseen ateriarytmiin. Näiden lisäksi avoimessa vastausvaihtoehdossa osa vastaajista (n=5) lisäsi kantavansa huolta siitä, että ajatteli liiallisen ruutuajan vaikuttavan lapsen kärsivällisyyteen ja omaan olemiseen, levottomuuden lisääntymiseen, oman mielikuvituksen köyhtymiseen ja sosiaalisiin taitoihin.

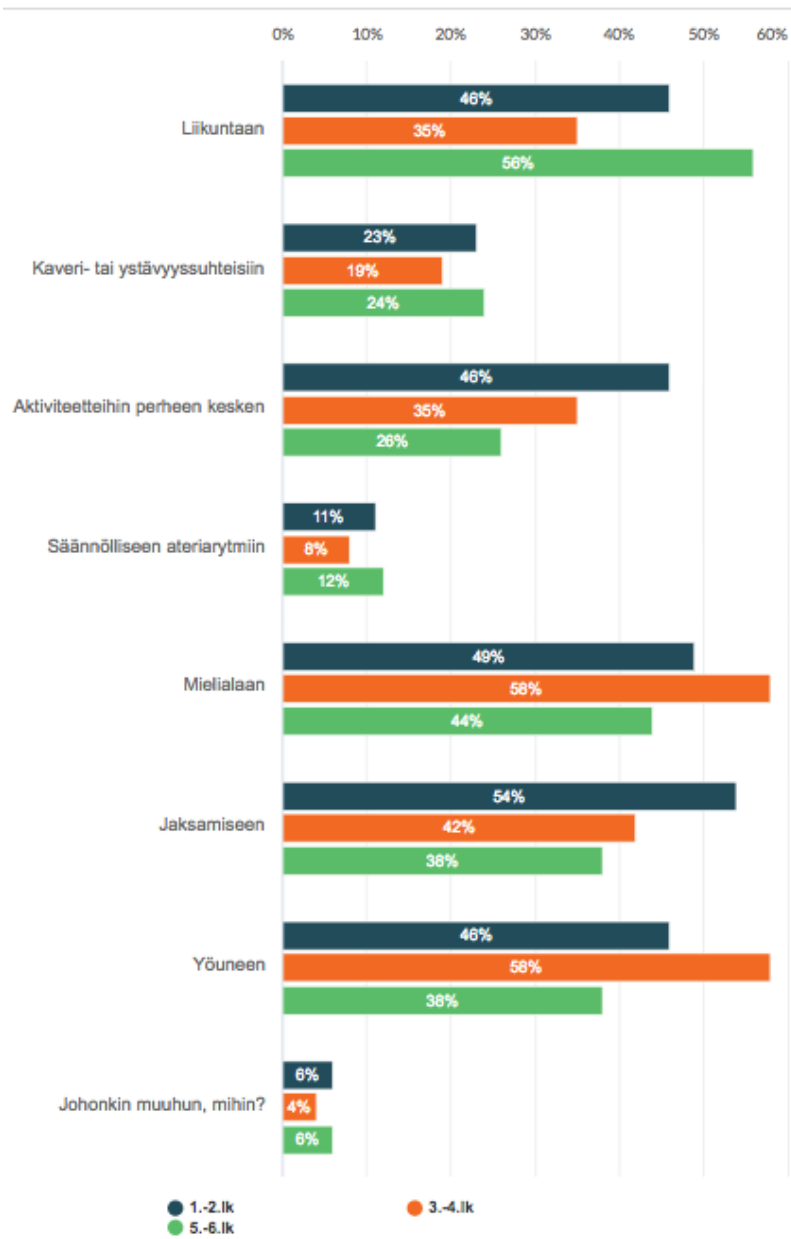


KUVIO 7 Vanhempien kokemus siitä, mihin liiallinen ruutu-aika vaikuttaa haitallisesti lapsen arjessa (n=75)

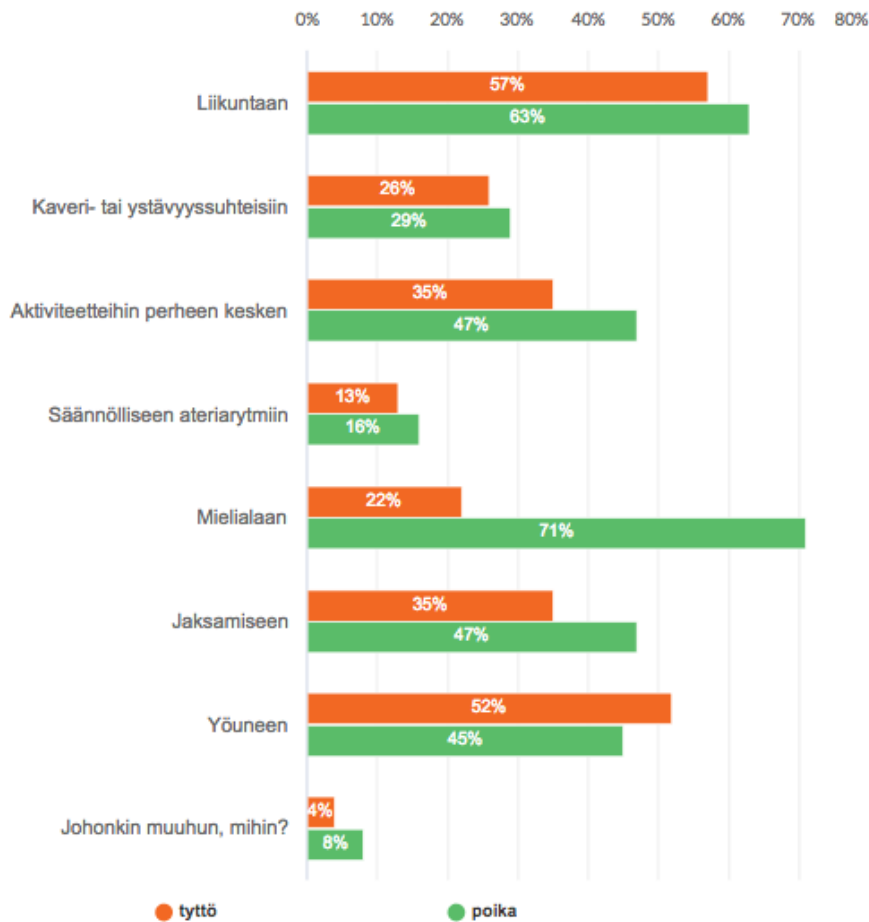
Tarkastelimme vanhempien vastauksia liiallisen ruutuajan haitoista käyttämällä lasten sukupuolten (kuvio 9) ja luokka-asteiden (kuvio 8) välistä vertailua. Alimmilla luokilla (1.-2.lk) olevien oppilaiden

osalta liiallisella ruutuajalla oli vanhempien mukaan eniten haitallista vaikutusta lapsen mielialaan (49 %), jaksamiseen (54 %), yöuneen (46 %) ja perheen yhteiseen aktiviteettiin (46 %). 3.-4.-luokka-asteen oppilaiden kohdalla liiallisen ruutuajan ajateltiin vaikuttavan erityisesti mielialaan (58 %), yöuniin (58 %) ja jaksamiseen (42 %). Ylempien luokkien (5.-6.lk) osalta haittojen arvioitiin olevan vähäisempiä muihin luokka-asteisiin verrattuna, mutta kuitenkin hieman yli kolmannes tämän ikäisten lasten vanhemmista ajatteli haitallisten vaikutusten kohdistuvan erityisesti yleiseen jaksamiseen, mielialaan ja yöuneen. Keskimäärin puolet vanhemmista koki liiallisen ruutuajan vaikuttavan haitallisesti lapsen arjessa toteutuvaan liikunnan määrään, mutta ylempien luokkien osalta vastausprosentti oli tämän kohdalla korkein (56 %).

Vertailtaessa vanhempien vastauksia sukupuolen mukaan prosentuaalisesti suurimpana erona tyttöjen ja poikien välillä oli koettu liiallisen ruutuajan vaikutus poikien mielialaan, joka heidän kohdallaan oli huomattavasti suurempi (71 %) tyttöihin (22 %) verrattuna. Yli puolet sekä tyttöjen että poikien vanhemmista koki liiallisen ruutuajan vaikuttavan haitallisesti lapsen arjessa toteutuvaan liikunnan määrään. Tyttöjen vanhemmat puolestaan vastasivat hieman yleisemmin, että liiallinen ruudulla vietetty aika vaikutti haitallisesti lapsen yöuneen.



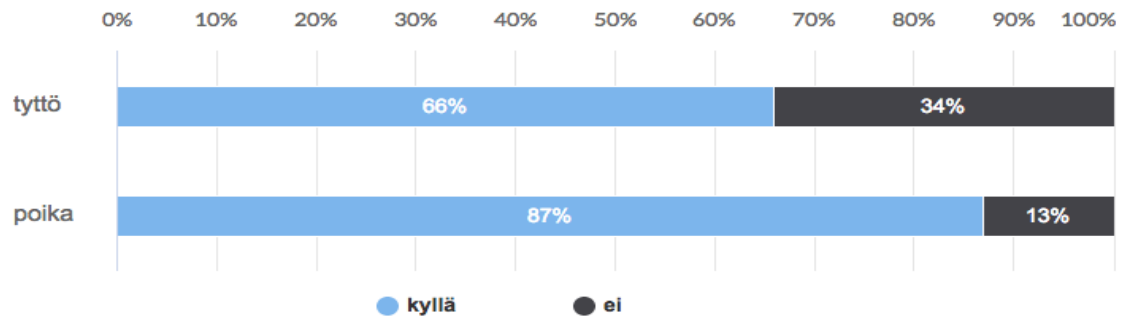
KUVIO 8 Vanhempjen kokemus luokka-asteiden välisessä vertailussa siitä, mihin liiallinen ruutu-aika vaikuttaa haitallisesti lapsen arjessa (n=75)



KUVIO 9 Vanhempien kokemus siitä, mihin osa-alueisiin liiallisella ruutuajalla on vaikutusta (n=75)

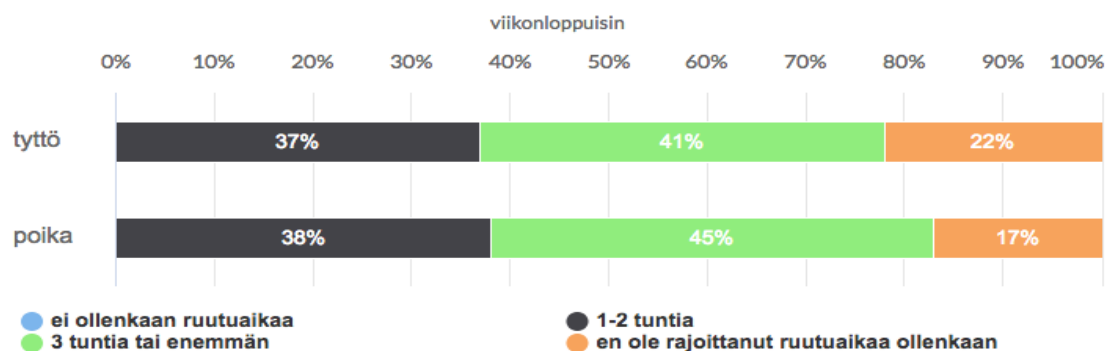
7.3 Vanhempien käyttämät keinot mediakasvatuksessa

Ruutuajan rajoittaminen koettiin kodeissa tärkeäksi. Neljä viidestä (78 %) vanhemmista rajoittivat lastensa ruutu-aikaa päivittäin jollakin tavalla. Yleisimmin arkipäivälle asetettu ruutu-aika oli 1-2 tuntia. Pieni osa vanhemmista salli arkisin tätä enemmän ruutu-aikaa tai vastasi olleensa rajaamatta ruutu-aikaa lainkaan. Avoimien vastausvaihtojen kautta kysymykseen vastasi 7 vanhempaa, joista kolme oli sitä mieltä, että ruutuajan ei tarvitsisi olla edes päivittäistä, vaan muutama päivä viikossa riittäisi. Vastausten perusteella ruutuajan määrittäminen koski useammin poikia kuin tyttöjä (kuviokuva 10).



KUVIO 10 Ruutuajan määrityksen yleisyys lasten sukupuolten välisessä vertailussa (N=95)

Vastauksista nousee selkeästi esille se, että moni vanhemmista sallii lapsilleen viikonloppuisin huomattavasti enemmän aikaa viettää ruudulla kuin arkisin. Lähes puolet sekä tyttöjen että poikien vanhemmista on määrittänyt lapselleen viikonloppuisin sopivaksi ruutuajaksi 3 tuntia tai enemmän (kuvio 11). Kaikki kyselyyn vastanneet vanhemmat sallivat lapselleen ruutuainaa viikonloppuisin.

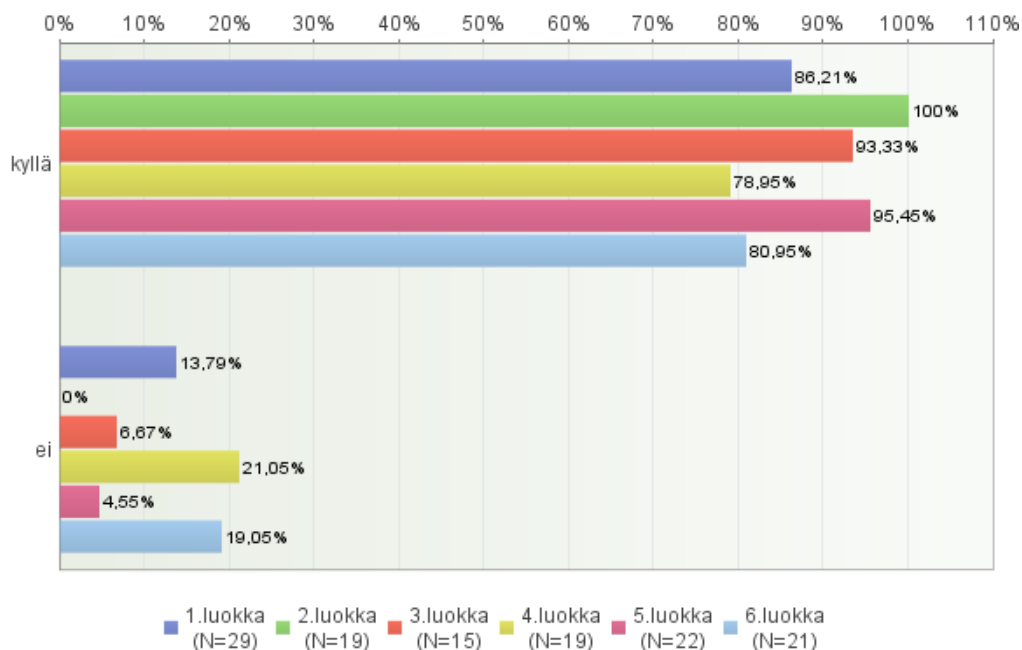


KUVIO 11 Viikonloppulle määritetty ruutuainaa sukupuolten välisessä vertailussa (n=92)

Vastaajien ikäluokkien välisessä vertailussa nousi esiin eroja eri-ikäisten vanhempien ruutuajan rajoittamisessa. Eniten ruutuainaa rajoittivat arkisin 1-2 tuntiin päivässä 31-40 -vuotiasta valtaosa (93 %), kun taas 41-50 -vuotiaiden vanhempien kohdalla ruutuainaa rajoittavien osuus oli selvästi pienempi (70 %). Viikonloppuisin ruutuajan rajoittamista 1-2 tuntiin katsoivat tarpeelliseksi 31-40 -vuotiasta alle puolet (44 %) ja 41-50 -vuotiasta vain viidesosa (24 %). Tämän tutkimuksen perusteella siihen, millä keinoin ja kuinka paljon lasten ruutuainaa rajoitetaan vaikuttavat paikkakunnan lisäksi myös vanhempien ikä sekä onko kyseessä arkipäivä vai viikonloppu. Arkisin ruutuainaa sal-

litaan selvästi vähemmän mitä viikonloppuisin. Myös Terveyden- hyvinvoinninlaitoksen tutkimuksen (2016) mukaan viikonloppuisin suurin osa (82 %) käyttää ruudulla aikaa enemmän kuin kaksi tuntia. Pojilla aikaa kuluu enemmän kuin tytöillä, sekä arkisin että viikonloppuisin.

Paikkakuntaakohtaisesti vertailtaessa eroja tuli ilmi ruutuajan rajoittamisen kohdalla. Tulosten mukaan ruutu-aikaa rajattiin tarkemmin Muhoksella, jossa vain pieni osa (5 %) ei ollut rajoittanut lasten ruutu-aikaa ollenkaan. Espoossa vastaavasti joka viides (20 %) ei ollut rajoittanut lapsen päivittäistä ruutu-aikaa ollenkaan. Espoossa käytettiin kuitenkin Muhosta enemmän muita keinoja lasten mediakasvatuksessa kuten medialaitteisiin ladattavia esto-ohjelmia, ruutu-aikasovelluksia ja pääsykoodeja.



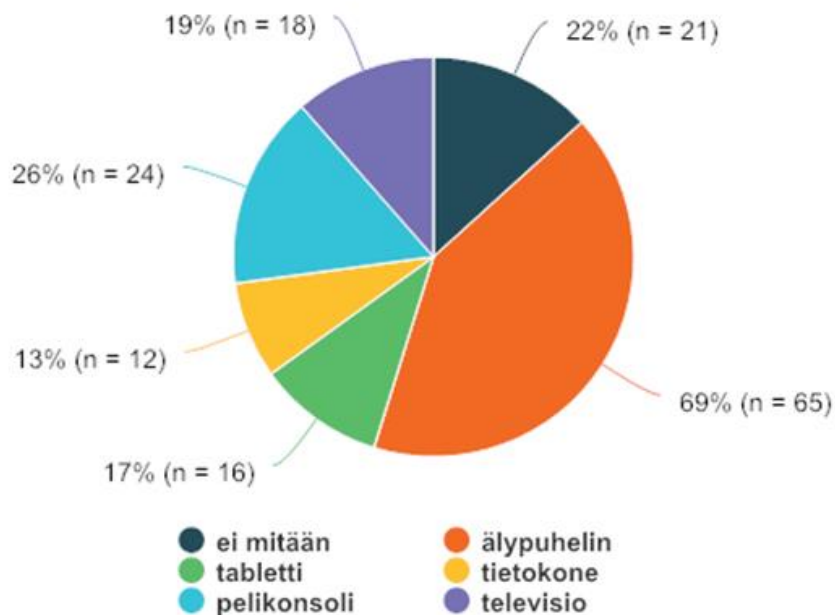
KUVIO 12 Luokkakohtaiset erot siitä, oliko perheissä tehty sääntöjä medialaitteiden käytöstä (N=95)

Suurimmalla osalla perheistä (87 %) oli laadittu myös yhteisiä sääntöjä medialaitteiden käytöstä (kuvio 12).

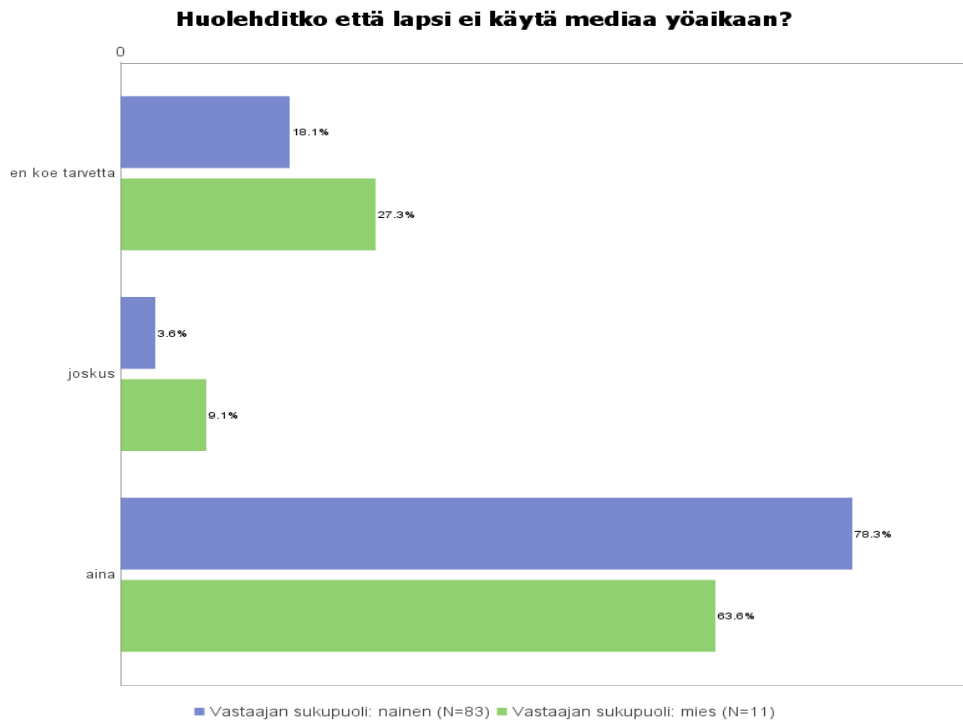
Kysyttäessä ikärajoitusten noudattamisesta erilaisten mediasisältöjen suhteen, jakautuivat vastaukset melko tasaisesti eri mediasisältöjen kesken. Yli puolet vastaajista kertoi pitävänsä sosiaalisen median (63 %), elokuvien (63 %) televisio-ohjelmien (67 %) ja digipelien (73 %) ikärajasuoksista kiinni. Eniten joustoja sallittiin sosiaalisen median (36,7 %) ja elokuvien (36,6 %) suhteen.

Vähiten (27,5 %) sallittiin myönnytyksiä digipelien ikärajoitusten suhteen. Naiset joustavat mediasisällöille asetetuista ikärajoista hieman miehiä enemmän.

Valtaosalla vastaajien lapsista (69,2 %) oli omassa huoneessaan käytössä älypuhelin. Neljäsosalla (25,2 %) lapsen huoneessa oli myös pelikonsoli, viidesosalla televisio (19,2 %) ja pienellä osalla tietokone (12,8 %) tai tabletti (17 %). Suurin osa vanhemmista (76 %) huolehti, ettei lapsi käyttänyt media yöaikaan. Yksi viidestä (20 %) vanhemmasta ei kokenut tarvetta lapsen yöaikaiselle rajoittamiselle medialaitteiden suhteen.



KUVIO 13 Laitteet, joita lapsilla on käytössä omassa huoneessaan (n=94)



KUVIO 14 Vanhempien aktiivisuus lasten mediankäytön rajoittamisessa yöaikaan (N=95)

Kyselyssä kysyttiin, kokevatko vanhemmat olevansa tietoisia lapsensa mieltymyksistä mediasisältöjen suhteen. Lähes jokainen (98 %) kyselyyn vastanneista vanhemmista koki olevansa tietoinen siitä, millaisista mediasisällöistä heidän lapsensa on kiinnostunut.

Sukupuolten välisiä eroja vertailtaessa kävi ilmi, että naiset olivat hieman miehiä tietoisempia lapsensa mieltymyksistä mediasisältöjen suhteen. Kysyttäessä ikärajoitusten noudattamisesta erilaisien mediasisältöjen suhteen, jakautuivat vastaukset melko tasaisesti eri sisältöjen kesken. Yli puolet vastaajista kertoi pitävänsä sosiaalisen median, elokuvien, televisio-ohjelmien ikärajasuosituksista kiinni. Eniten joustoja sallittiin sosiaalisen median (36,7 %) ja elokuvien (36,6 %) suhteen. Vähiten (27,5 %) sallittiin myönnytyksiä digipelien ikärajoitusten suhteen. Naiset joustavat mediasisällöille asetetuista ikärajoista hieman miehiä enemmän.

Vastaajien mukaan oli tärkeää, että lapsen kanssa keskustellaan mediasisältöjen herättämistä ajatuksista ja tunteista. Suurin osa (64 %) vanhemmista keskustelee lapsensa kanssa vähintään viikoittain, ja lähes kolmasosa (32 %) oli vastannut keskustelevänsä näistä asioista lapsensa kanssa tarpeen tullen. Vastausten perusteella keskustelua käydään suhteessa saman verran niin tyttöjen

kuin poikienkin kanssa. Kodeissa (92 %) keskustellaan lasten kanssa hyvistä käytöstavoista sosiaalisessa mediassa. Suurin osa vanhemmista (89 %) kertoi huolehtineensa myös siitä, että lapsi on tietoinen henkilö- ja tietoturvaan liittyvistä säännöistä medialaitteita käyttäessään.

Lähes joka neljäs (22 %) vastaajista vastasi joskus antavansa lapselle medialaitteen käyttöön palkitsemistarkoituksessa. Espoossa tämän keinon käyttäminen oli yleisempää Muhokseen verrattuna. Espoossa miltei kolmas osa (31 %) vastasi antavansa lapselle joskus medialaitteen käyttöön palkitsemistarkoituksessa.

Vähän alle puolet kaikista vastaajista (45 %) vastasi ottavansa joskus medialaitteen pois lapselta rangaistusmielessä. Espoossa tämäkin käytäntö korostui enemmän, sillä yli puolet (57 %) espoolaisista vastaajista kertoi käyttävänsä tätä keinoa joskus.

Yli kolmasosa (39 %) kaikista vastanneista kertoi antaneensa lapselle medialaitteen käyttöön saadakseen aikaa esimerkiksi lepoon tai kotitöihin. Tämänkin kysymyksen kohdalla käytäntö oli hieman yleisempää Espoossa (51 %) kuin Muhoksella (31 %).

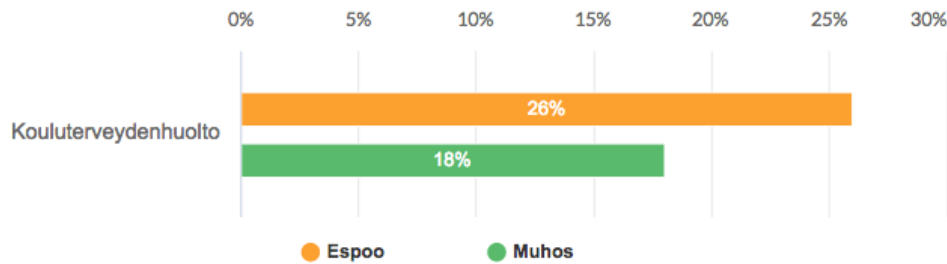
Suurin osa kaikista (69 %) vastasi perheessä olevan käytössä medialaitteisiin ladattava ruutuaikasovellus. Ruutuaikasovelluksen käyttö oli yleisempää espoolaisperheissä (42 %) kuin muhoslaisilla perheillä (23 %). Ruutuaikasovellus oli useimmiten (42 %) käytössä perheissä, joissa lapsi kävi 3.-4. luokkaa. Vastaavasti tätä alemmilla ja ylemmillä luokilla ruutuaikasovellusten käytön yleisyys oli matalampi.

Yli puolet vastaajista (62 %) käytti perheen medialaitteissa esto-ohjelmia, jotka estävät pääsyn haitallista materiaalia sisältäville sivustoille. Paikkakuntaakohtaisesti Espoossa (74 %) esto-ohjelmien käyttö oli yleisempää kuin Muhoksella (56 %). Yli puolet vastaajista (57 %) käytti perheen medialaitteissa lapsilta salassa pidettävää pääsykoodia. Espoossa medialaitteissa oli pääsykoodi suurimmalla osalla perheistä (71 %), Muhoksella alle puolella perheistä (48 %).

7.4 Ulkopuolinen tuki ja sen tarve mediakasvatuksessa

Kysyttäessä, olivatko vanhemmat saaneet tukea mediakasvatukseen kodin ulkopuolelta, yli puolet (65 %) vastasi kieltävästi. Muhoslaiset vanhemmat olivat saaneet tukea hieman yleisemmin (37 %)

kuin espoolaiset (32 %). Yleisimmin (25 %) vanhemmat ilmoittivat saaneensa tukea mediakasvatukseen joko läheisiltään tai sukulaisiltaan. Kouluterveydenhuollosta tukea oli saanut viidesosa (21 %) vastanneista, joka oli toiseksi yleisin tukea antanut taho. Kouluterveydenhuollosta tukea saaneista hieman suurempi osa oli espoolaisia (kuvio 15). Opettajilta tukea oli saatu hieman kouluterveydenhuoltoa vähemmän (18 %). Vähiten tukea oli saatu neuvolasta (10 %) ja terveydenhuollosta (4 %).



KUVIO 15 Kouluterveydenhuollosta saatu tuki paikkakuntien välisessä vertailussa (n=73)

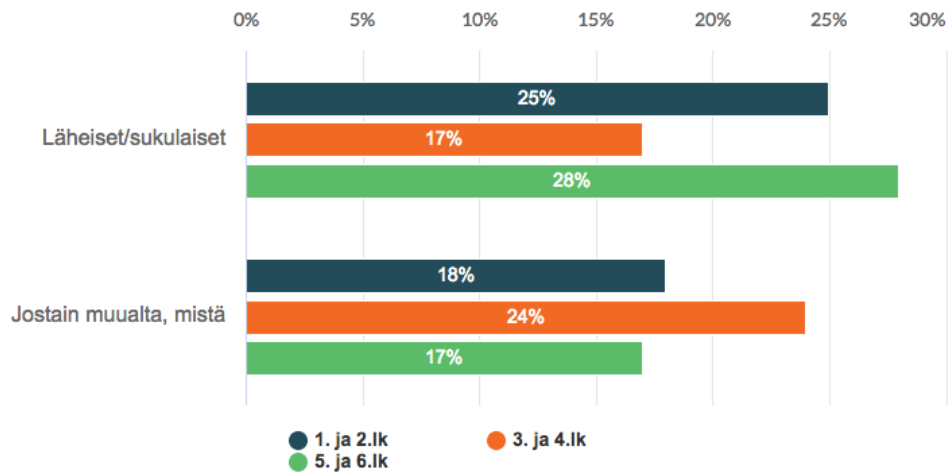
Avoimena kysymyksenä kysyttiin, oliko jokin muu taho, mistä tukea olisi saatu. Kuusi vastaajista kertoi saaneensa tukea etsimällä tietoa netistä tai mediasta, seitsemän vastaajista kertoi saaneensa tukea töistä tai opinnoista ja kaksi vastaajista kertoi saaneensa tukea vanhempainyhdistyksestä.

Käytimme luokka-asteiden välistä vertailua tarkastellessamme vanhempien kodin ulkopuolelta saamaa mediakasvatustukea. Ilmeni, että ensimmäiseltä luokalta neljännettä luokkaa käyvien oppilaiden vanhempien saama tuki mediakasvatukseen oli prosentuaalisesti lähes sama (30 %). Viidennettä ja kuudennettä luokkaa käyvien lasten vanhempien vastausten perusteella tukea oli tähän mennessä saatu enemmän, mutta tukea saaneiden vanhempien osuus oli tämänkin luokka-asteen kohdalla alle puolet (45 %).

Vertaillessa luokka-asteittain tukea saatuja tahoja, havaittiin selkeitä eroja. Alimpien luokkien (1. ja 2.lk) sekä ylimpien luokkien (5. ja 6. lk) vanhemmat olivat saaneet tukea kouluterveydenhuollosta ja opettajilta enemmän kuin alakoulun keskimmäisiä luokkia käyvien oppilaiden vanhemmat.

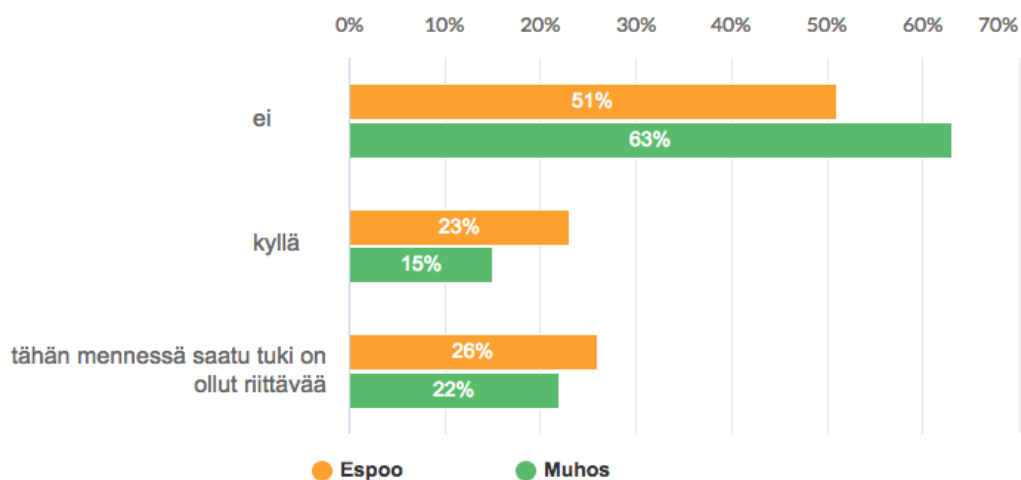
Luokka-asteiden välisessä vertailussa havaittiin, että 3. ja 4. luokan oppilaiden vanhempien läheisiltä ja sukulaisilta saadun tuen yleisyys oli ylempiä ja alempia luokka-asteita vähäisempi (kuvio

16). Heidän osaltaan yleisimmin tukea oli saatu joko työn tai opiskelun kautta olemassa olevia kontakteja tai keinoja hyödyntämällä.



KUVIO 16 Vanhempien läheisiltä/sukulaisilta saama sekä omatoimisesti haettu tuki lapsen luokkasteiden välisessä vertailussa (n=73)

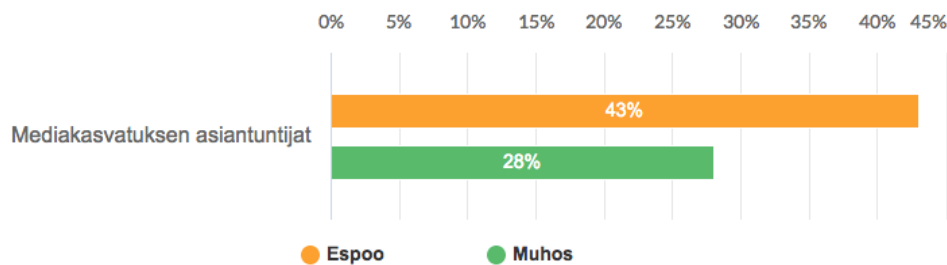
Hieman yli puolet vastaajista koki, ettei tarvitse mediakasvatukseen tukea. Vastaajista viidesosa ilmoitti saaneensa tukea ja arvioi tähän mennessä saadun tuen riittäväksi. Hieman tätä pienempi osuus koki kuitenkin tarvitsevansa tukea lasten mediakasvatukseen. Espoossa tuen tarvetta koettiin hieman enemmän (kuvio 17). Naisten ja miesten kokemukset eivät tämän asian suhteen poikenneet paljoa toisistaan.



KUVIO 17 Koettu tuen tarve paikkakuntien välisessä vertailussa (N=95)

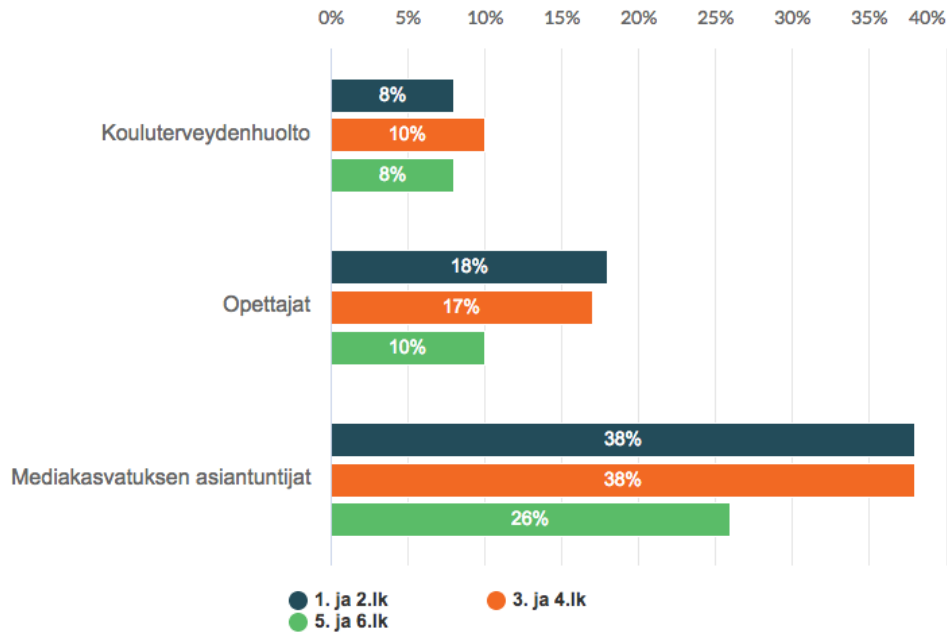
Vertasimme vanhempien vastauksia koetusta tuen tarpeesta lapsen luokka-asteittain. 3. ja 4.luokkaa käyvien oppilaiden vanhemmat toivoivat tukea yleisimmin (24 %), tätä nuorempien lasten vanhemmat toisiksi yleisimmin (19 %). Noin yksi kymmenestä (12 %) 5. ja 6. luokan oppilaan vanhemmasta vastasi kokevansa tarvetta tuelle.

Vanhemmilta kysyttiin mielipidettä siihen, mikä heidän mielestään voisi olla hyödyllinen taho järjestämään mediakasvatuksen tukea. Vastausten perusteella suurimmaksi ryhmäksi toiveena olevasta tukea tarjoavasta tahosta nousi mediakasvatuksen asiantuntijat (33 %). Paikkakunnittain vertailtuna Espoossa asiantuntijoiden tukea toivottiin enemmän (kuviokuva 18). Opettajilta saatavaa tukea toivottiin hieman yleisemmin (13 %) kuin kouluterveydenhuollon (8 %) antamaa tukea.



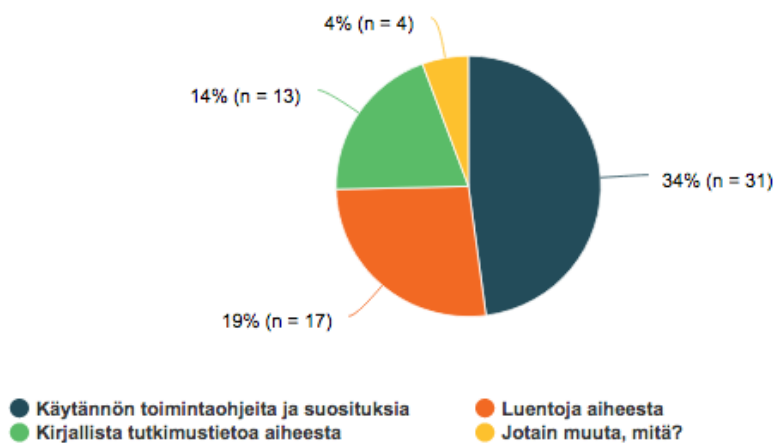
KUVIO 18 Mediakasvatuksen asiantuntijoilta toivottu tuki paikkakuntien välisessä vertailussa (n=87)

Luokka-asteittain vertailtuna sekä mediakasvatuksen asiantuntijoilta että opettajilta tukea toivoneista vanhemmista enemmistö oli sekä 1. ja 2. luokan että 3. ja 4.luokan oppilaiden vanhempia. Kouluterveydenhuollolta toivotussa tuessa ilmeni hyvin pieni eroavaisuus luokka-asteiden välillä. Vastausten jakauma luokka-asteittain on kuvattu tarkemmin kuviossa 19.



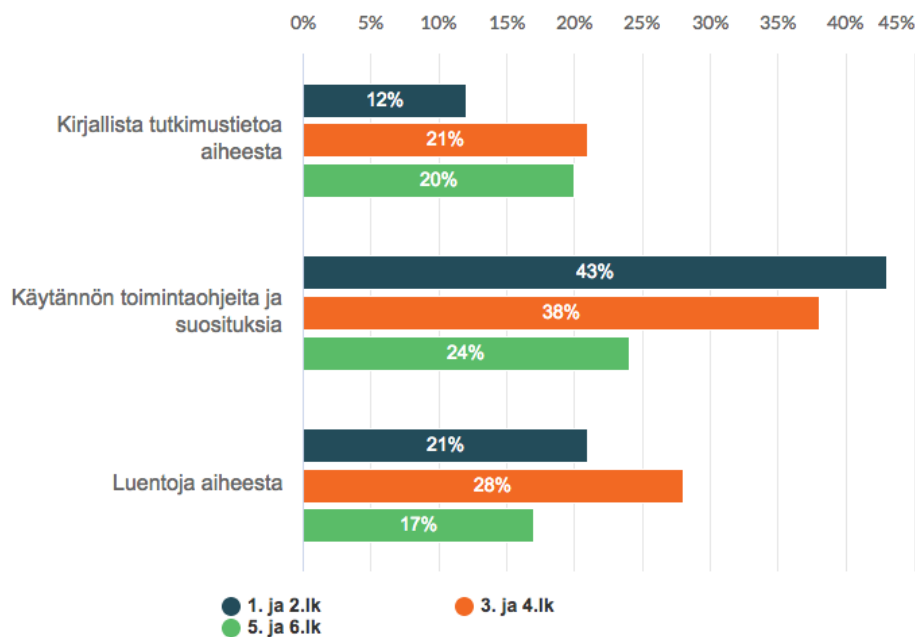
KUVIO 19 Eri tahoilta toivottu tuki lapsen luokka-asteiden välisessä vertailussa (n=87)

Kyselyssä pyydettiin vanhempia vastaamaan siihen, millaisessa muodossa tukea toivovat vanhemmat haluaisivat tuen järjestettävän (kuvio 20). Kolmasosa vanhemmista vastasi toivovansa käytännön toimintaohjeita ja suosituksia, joita voisivat hyödyntää kodeissaan toteutettavan mediakasvatuksensa tukena. Espoossa (45 %) näitä toivottiin enemmän kuin Muhoksella (28 %).



KUVIO 20 Vanhempien toiveet mediakasvatuksen tuen muodoista (n=65)

Luokka-asteiden välisessä vertailussa havaittiin, että alimpien (1.- 2.lk) ja keskimmäisten (3.-4.lk) luokka-asteiden oppilaiden vanhemmat toivoivat erityisesti käytännön toimintaohjeita ja suosituksia. Kolmannesta luokasta alkaen vanhempien kiinnostus tutkimustietona ja luentojen muodossa tarjottuun tukeen kasvoi. Ylimpien luokkien (5.- 6.lk) oppilaiden vanhemmista neljäsosa toivoisi käytännön ohjeita ja suosituksia, viidesosa tutkimustietoa. Vastausten jakaumat luokka-asteittain on esitetty tarkemmin kuviossa 21.



KUVIO 21 Vanhempien toivoma tuen muoto lapsen luokka-asteiden välisessä vertailussa (n=91)

Myös avoimina kysymyksinä kysyttiin, mistä ja millaista tukea vanhemmat toivovat saavansa mediakasvatukseen. Yksi vastaajista toivoi tukea teknisissä asioissa.

“Joku kuka osaisi neuvoa teknisistä asioista, kun itse en ole koskaan ollut hirveän kiinnostunut. Hirveä työ ollut selvittää miten saada lapsen puhelin rajoitetuksi ja mikä olisi paras sovellus rajoittamaan käyttöä.”

Yksi vanhemmista toivoi koulussa tehtävän yhteisen sopimuksen siitä, että oppilaiden kännyköiden käyttö kiellettäisiin koulussa koulupäivien aikana kokonaan.

Kaksi vastaajaa toivoi tukea YLE:ltä ja yksi viranomaistaholta, esimerkiksi poliisilta.

8 POHDINTA

8.1 Tutkimuksen merkitys palveluiden kehittämisessä

Viime aikoina on keskusteltu Suomessa laajasti rikoksista, joiden uhreiksi alaikäiset lapset ovat joutuneet osittain median käytön kautta. Pitkään on myös vallalla ollut keskustelua turvallisesta median käytöstä ja median käytön vaikutuksista lasten ja nuorten terveyteen. Aihe tulee tulevaisuudessa olemaan esillä sivistystoimen sekä sosiaali- ja terveysalan työkentillä, joissa ohjataan lapsia ja nuoria, vanhempia tai koko perhettä terveellisten ja turvallisten elämänvalintojen suhteen sekä vanhempia lasten kasvatuksellisissa asioissa. On ensisijaisen tärkeää tietää myös kodeissa tapahtuvasta kasvatustyöstä, jotta ollaan selvillä millaisten asioiden parissa perheet elävät ja voidaan tarvittaessa ohjata ja opastaa vanhempia ja lapsia kohti oikeita valintoja elämässä.

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, millaisia keinoja alakouluikäisten vanhemmat ovat käyttäneet alakouluikäisten lasten mediakasvatuksessa. Tarkoitus oli myös selvittää, millaista tukea vanhemmat ovat jo saaneet ja koetaanko kodin ulkopuoliselle tuelle tarvetta. Kysely lähetettiin sähköisenä kyselynä kahden alakoulun oppilaiden vanhemmille. Alakoulut sijaitsevat Oulun seudulla ja Espoossa. Kyselyä pidettiin auki yhteensä 4 viikkoa, jonka aikana saimme vastauksia 95. Kysely tavoitti arviolta 1000 vanhempaa, joten vastausprosenttina voimme pitää arviolta noin 9,5 %. Saatujen vastausten määrä jäi hieman alle tavoitteemme, sillä tavoittelimme vastausmääräksi vähintään 100.

Tutkimuksen tarkoituksena oli tuoda vanhempien keinoista ja tuen tarpeesta tietoa niille ammattiryhmille, jotka työskentelevät perheiden kanssa. Tiedolle on ajankohtainen tarve ja sitä voidaan hyödyntää tulevaisuudessa esimerkiksi kouluterveydenhuollossa, kouluissa ja muilla tahoilla, jotka voivat sekä välittää tietoa, että tarjota tukea mahdollisten haittojen ennaltaehkäisemiseksi ja vähentämiseksi.

Opinnäytetyössämme oli kolme tutkimusongelmaa. Ensimmäisen tutkimusongelma koski sitä, millaisia käsityksiä vanhemmilla on liiallisen ruutuajan haitoista, toinen tutkimusongelma kartoitti, millaisia keinoja vanhemmat olivat käyttäneet ohjatessaan lapsiaan median käyttöön ja kolmas tutkimusongelma kartoitti, millaista tukea vanhemmat kokivat tarvitsevansa kodin ulkopuolelta lasten mediakasvatukseen.

8.2 Tutkimustulosten tarkastelu

Medialaitteiden käytön aloitusikä ajoittuu nykyään yhä useammalla alle kouluikäisiin. Nykyään alakoulun ylimmillä (5. ja 6.lk) luokilla olevista oppilaista vain puolet oli aloittanut medialaitteiden käytön alle kouluikäisenä, kun taas heitä nuoremmista lapsista lähes yhdeksän kymmenestä on aloittanut medialaitteiden käytön alle kouluikäisenä. Kotien mediaalaittevalikoima on yleisesti ottaen varsin monipuolinen. Valtaosassa kodeista käytetään älypuhelimia ja televisiota. Vähintään yli puolella kyselyyn vastanneista perheistä on kodeissa näiden lisäksi käytössä myös pelikone, tietokone ja/tai tabletti.

Medialaitteiden monipuolisen valikoiman mahdollistamana myös erilaisten mediasisältöjen kulutus vaikuttaa monipuoliselta jo alimmilta luokilta lähtien. Pienempien lasten kohdalla mediankäyttö painottuu enemmän passiiviseen muotoon, kuten videoiden, televisio-ohjelmien ja elokuvien katseluun. Yli puolet nuorimmista (1.- 2.lk) alakoululaista käyttää kuitenkin aktiivisesti internetiä, sosiaalisen median sovelluksia ja pelaa digipelejä. Medialaitteiden käytön yleisyys kasvaa samassa suhteessa lapsen ikävuosien määrään nähden. Televisio on medialaitteista ainoa, jonka käyttö vähenee lapsen kasvaessa. Tutkimuksemme tulosten perusteella tämä näyttäisi selittyvän sillä, että jo kolmannelle luokka-asteelle siirryttäessä lapsen mieluisimmista verkkoaktiiviteeteista erityisesti sosiaalisen median, verkkovideopelien, viestittely- ja chat-palveluiden suosiossa tapahtuu selkeää kasvua. Kolmannen- ja neljännen luokka-asteen aikana niiden suosio näyttää olevan jopa hieman suurempaa kuin tätä ylempää luokkia käyvien lasten. Oman tutkimuksemme tulosta täältä osin tukee Lasten mediabarometrin (2011) sekä Nopparin (2014) tutkimuksen tulokset, joiden mukaan kolmannen ja viidennen luokka-asteen vaiheilla lapsen mediankäyttö alkaa muuttua aktiivisemmaksi, nuoren tavaksi käyttää mediaa.

Kyselyssä pyysimme vanhempia arvioimaan numeraalisesti, mikä on heidän huolensa taso liittyen liiallisen ruutuajan haitallisiin vaikutuksiin. Omasta huolesta annettiin arvio asteikolla 1-5 (1=ei huolta, 5=suuri huoli). Saatujen vastausten keskiarvon (3,7) mukaan vanhemmat kantavat tästä huolta. Paikkakuntaakohtaisesti tarkasteltuna Muhoksella huoli on hieman vähäisempi kuin Espoossa. Lasten sukupuolten välillä on myös huolen suhteen eroa havaittavissa, sillä poikien vanhempien ilmaisema huolen keskiarvo (3,8) on korkeampi kuin tyttöjen vanhempien (3,5).

Tutkimuksemme tulosten mukaan vanhemmat vaikuttavat olevan hyvin tietoisia siitä, millaista vaikutusta liiallisella ruutuajalla voi olla lapsen terveyteen ja hyvinvointiin. Haitallisten vaikutusten koettiin kohdistuvan erityisesti mielialaan (52 %), liikunnan määrän vähenemiseen (51 %), yöuneen (48 %) ja jaksamiseen (44 %). Sen koettiin myös vievän aikaa perheen yhteiseltä aktiviteetiltä (37 %) ja vaikuttavan lapsen kaveri- ja ystävyys-suhteisiin (24 %). Vain pieni osa (12 %) vanhemmista kokee sillä olevan haitallista vaikutusta lapsen säännölliseen ateriarytmiin.

Lapsen ikävaihe vaikuttaa jonkin verran siihen, mihin vanhempi ajattelee haitallisten vaikutusten kohdistuvan. Pääsääntöisesti alimpia luokkia käyvien lasten vanhemmat ajattelevat liiallisen ruutuajan haitalliset vaikutukset korkeimpina lähes kaikissa yllä mainituissa osa-alueissa. Haittojen koetaan vähentyvän tasaisesti lapsen siirtyessä ylemmille luokille. Poikkeuksena tähän kuitenkin havaittiin, että 3. ja 4. luokan oppilaiden vanhemmat vastasivat vaikutusten kohdistuvan tämän ikäisillä lapsilla mielialaan ja yöuneen enemmän, kuin tätä pienemmillä lapsilla. Alakoulun ylimmillä luokilla olevien oppilaiden osalta taas vaikutukset mielialaan ja yöuneen vähenevät, mutta heidän kohdallaan liikunnan väheneminen liiallisen ruutuajan seurauksena oli korkeampi kuin muilla luokka-asteilla.

Internetin käyttöä rajoitetaan Suomessa keskimääräistä vähemmän. Yleensä internetin käytön lisääntyminen parantaa myös digitaalisia taitoja, joita suomalaislapsilla on enemmän kuin muiden maiden lapsilla. Tämän vuoksi nähdään, että käytön rajoittaminen ei ole paras mahdollinen keino internetkasvatukseen (Kupiainen ym. 2012, 22.) Tätä ovat myös linjanneet AAP (American Academics of Pediatrics) vuonna 2015 laatimassaan uudistetussa suosituksessa, jonka mukaan vanhempia ei kehoiteta enää pitämään tiukasti kiinni kahden tunnin ruutu-aika-suosituksesta, vaan keskittämään huomio lasten käyttämään mediasisältöön. Laadukkaalla mediasisällöllä voidaan saavuttaa myönteisiä vaikutuksia. (AAP 2015, 3.)

Tähän tutkimukseen vastanneista neljä viidestä vanhemmasta rajoittaa lapsensa ruutu-aikaa päivittäin jollakin tavalla. Tulos on samansuuntainen kuin Terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimuksesta (2016) kävi myös ilmi. Sen mukaan 71,2 % vanhemmista oli perheessään sopinut sosiaalisen median ja television katseluun käytettävästä ajasta.

Yleisimmin arkipäivälle asetettu ruutu-aika on 1-2 tuntia, viikonloppuna ruutu-aikaa sallitaan sen sijaan yli puolessa perheistä 3 tuntia tai enemmän. Vanhempien ikäkohtaisessa tarkastelussa huomioitavaa on, että nuorempi ikäluokka (31-40 -vuotiaat) rajoittavat lasten ruutu-aikaa tarkemmin

kuin vanhempi ikäluokka (41-50 -vuotiaat). Tulosta voi selittää osittain myös se, että vanhemmalla ikäluokalla on suuremmalla todennäköisyydellä lapsetkin iältään vanhempia kuin nuoremman ikäluokan keskuudessa, jolloin ruutuaikaa ei rajata ihan niin tarkasti kuin nuoremman ikäluokan nuorempien lasten kohdalla. Uusitalon (2011) mukaan lasten kasvaessa heille sallitaan kodeissa itseenäisempi ja vapaampi median käyttö, jota ei enää seuratakaan minuutin tarkasti (kts. Uusitalo ym. 2011, 127).

Paikkakuntakohtaisia eroja on myös ruutuajan rajoittamisen kohdalla. Ruutuaikaa rajataan tarkemmin Muhoksella kuin Espoossa. Espoossa käytetään kuitenkin Muhosta enemmän muita keinoja lasten mediakasvatuksessa kuten medialaitteisiin ladattavia esto-ohjelmia, ruutuaikasovelluksia ja pääsykoodeja.

Mediabarometrin (2011) mukaan lasten tavoissa käyttää mediaa on selviä eroja ikäryhmien välillä. Esimerkiksi tyttöjen ja poikien mediankäytöissä on eroja kaikissa ikäryhmissä käyttömäärissä ja suosikkisisällöissä (kts. Pääjärvi (toim.), 2011, 4.) Terveys- ja hyvinvoinninlaitoksen tutkimuksen (2016) mukaan pojilla aikaa kuluu ruudulla enemmän kuin tytöillä, sekä arkisin että viikonloppuisin (kts THL 2016, 54-55). Tutkimuksemme mukaan taas poikien kohdalla ruutuaikaa valvotaan tyttöihin verrattuna enemmän ja myös ruutuaikaa on määritelty käytettäväksi vähemmän pojille kuin tytöille. Tämän tutkimuksen tulosten pohjalta voidaan siis päätellä, että muhoslaisen alakouluikäisen pojan ruutuaika on todennäköisesti rajoitetumpi ja valvotumpi kuin samanikäisen espoolaisen tytön.

Nopparin (2014) mukaan kodeissa on aiempaa enemmän medialaitteita käytettävissä ja niiden sijoittelu on vapaampaa, joka tuo vanhemmille haastetta lasten mediankäytön kontrollointiin. (kts Noppari 2014, 115-116). Lapset käyttävät monipuolisesti eri medioita. Suurimmalla osalla lapsista on käytössään omassa huoneessaan jokin media-laite, tavallisimmin älypuhelin tai pelikonsoli. Kolme neljästä vanhemmasta huolehtii, ettei lapsi käytä mediaa yöaikaan.

Lähes jokainen vanhemmista on tietoinen siitä, millaisista mediasisällöistä heidän lapsensa on kiinnostunut. Myös Terveys- ja hyvinvoinninlaitoksen tutkimuksen (2016) mukaan valtaosa vanhemmista (88 %) koki tietävänsä melko hyvin (58 %) tai hyvin (30 %), miten lapsi käyttää esimerkiksi internetiä (THL 2016, 54-55).

Naisten ja miesten välisiä eroja tarkasteltaessa huomattiin, että naiset ovat yleisesti ottaen miehiä hieman tietoisempia lasten mediamieltymyksistä ja joustavat myös enemmän mediasisältöjen ikärajojen suhteen. Tuloksista voidaan päätellä, että yksi kolmesta lapsesta käyttää sosiaalisen median sovelluksia tai katsoo elokuvia, joiden ikärajasuosituksiset ovat korkeampia kuin mitä lapsi itse iältään on.

Suomessa vanhemmat toteuttavat keskimääräistä enemmän aktiivista internetkasvatusta, kuten esimerkiksi keskustelua ja yhteisiä nettiaktiiviteetteja (kts Kupiainen ym. 2012, 22). Salokoski ym. (2007) linjaavat aktiivisen, keskusteleavan ja tekemiseen perustuvan mediakasvatuksen olevan tehokkaampaa kuin rajoittavan, kieltämiseen perustuvan mediakasvatuksen (kts Salokoski ym. 2007, 11). Tämän tutkimuksen mukaan yhdeksän vanhempaa kymmenestä keskustelee lasten kanssa hyvistä käytöstavoista sosiaalisessa mediassa ja opastaa lasta henkilö- ja tietoturvaan liittyvien sääntöjen suhteen. Yli puolet vanhemmista keskustelee vähintään viikoittain mediasisältöjen herättämistä ajatuksista ja tunteista. Vastausten perusteella keskustelua käydään suhteessa saman verran niin tyttöjen kuin poikienkin kanssa. Vertailtaessa luokkakohtaisesti asiaa, nousi selkeä ero siinä, miten lasten kanssa käytiin keskustelua. Kun 4. luokkalaisten keskuudessa mediasisältöjen herättämistä ajatuksista käytiin viikoittain keskustelua kuudessa perheessä kymmenestä, viidesluokkalaisten kohdalla keskustelua käytiin enää neljässä perheessä kymmenestä. Myös esimerkiksi ruutuajankäytön käyttö on yleisempää 3. ja 4. -luokkalaisten kohdalla verrattuna 5. ja 6. -luokkalaisiin. Vanhempien mediakasvatuskeinoissa ilmenee siis muutosta 3. ja 4. luokan jälkeen. Nopparin (2014) mukaan vanhemmat keskusteleavat enemmän pienempien lasten kanssa mediasisällöistä, niiden parissa koetuista tunteista ja faktan ja fiktion eroista. Lapsen tullessa 11-vuoden ikään keskustelun määrä alkaa merkittävästi vähentyä (kts. Noppari 2014, 115-116). Lasten mediabarometri (2011) tutkimuksessa havaittiin tapahtuvan selkeä muutos suhteissa mediaan, kun viidesluokkalaisten mediankäytöt muistuttivat jo enemmän nuorten mediankäyttöä kuin lasten (Pääjärvi (toim.), 2011, 4).

Terveystieteiden tutkimuksen (2016) mukaan 92,2% vanhemmista huolehtii ikäsuositusten noudattamisesta. Tutkimuksemme mukaan vanhemmat joustavat kuitenkin tätä enemmän ikärajasuosituksista, sillä tämän tutkimuksen tulosten mukaan yksi kolmesta lapsesta käyttää sosiaalisen median sovelluksia tai katsoo elokuvia, joiden ikärajasuosituksiset ovat korkeampia kuin mitä lapsi itse on.

Tutkimuksen mukaan erilaisten esto-ohjelmien käyttäminen perheissä osoittautui olevan hyvin yleistä. Eniten käytetään medialaitteisiin ladattavaa ruutuajavarkentusta. Ruutuajavarkentusta käytetään kaikista eniten perheissä, jossa lapsi käy 3.-4. luokkaa.

Esto-ohjelmia, jotka estävät pääsyn haitallista materiaalia sisältäville sivustoille on käytössä myös yli puolessa perheistä. Tutkimuksemme mukaan kuusi perhettä kymmenestä käyttää esto-ohjelmaa, kun taas Viestintäviraston 2009 vuoden seuranta tutkimuksessa tällaisia teknisiä esto-ohjelmia ei käytetty vielä kovin yleisesti, vain joka viidennessä perheessä. Lapsilta salassa pidettävä pääsykoodi medialaitteissa on käytössä yli puolella perheistä.

Paikkakuntakohtaisia eroja tuli ilmi niin ruutuajan rajoittamisen kohdalla kuin eri esto-ohjelmien käytön kohdalla. Ruutuajaa rajataan tarkemmin Muhoksella, mutta Espoossa käytetään kuitenkin Muhosta enemmän medialaitteisiin ladattavia esto-ohjelmia, ruutuajavarkentuksia ja pääsykoodeja. Vaikka muhoslaisen poikapuolisen lapsen ruutuajavarkentus on tutkimuksemme mukaan todennäköisesti rajoitetumpaa kuin espoolaisen tytön, voi Espoossa enemmän käytössä olevat esto-ohjelmat suojella lasta tehokkaammin esimerkiksi internetin haitalliselta materiaailta.

Suurin osa (65 %) alakouluikäisten lasten vanhemmista ei ole saanut mediakasvatukseen tukea kodin ulkopuolelta. Yleisimmin tukea on saatu omasta lähipiiristä, läheisiltä, tuttavilta tai sukulaisilta. Tästä voidaankin päätellä, että vanhemmat ovat kuitenkin aktiivisia hakemaan ja ottamaan vastaan tukea mediakasvatukseen. Tutkimuksemme tulosten perusteella voidaan olettaa, että ainakin neljäsosalla vanhemmista on joko työ- tai vapaa-ajallaan olemassa olevia kontakteja tai keinoja, joihin voivat tukeutua mediakasvatukseen liittyvissä asioissa tuen tarvetta kokiessaan. On myös mahdollista, että lapsella on arjessaan vanhempiansa lisäksi muita aikuisia, jotka jakavat tätä kasvatustehtävää vanhempien kanssa.

Vain noin joka viidennes vanhemmista kokee saaneensa mediakasvatukseen tukea kouluterveydenhuollosta. Tulos on samansuuntainen kuin THL:n (2016) tutkimuksessa, jossa vain noin joka viides koki saaneensa tukea kouluterveydenhuollosta lapsen pelaamiseen ja internetin käyttöön liittyvään huoleen. Oman tutkimuksemme tulosten perusteella vanhemmat ovat tietoisia siitä, millaisia haittoja liiallisella ruutuajalla voi olla lapsen fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen terveyteen. Vanhemman voidaan olettaa tuntevan lapsensa parhaiten, ja pystyvän sen vuoksi myös arvioimaan realistisesti haitat, jotka syntyvät liiallisen medialaitteiden parissa vietetyn ajan tai sopimattomien mediasisältöjen seurauksena.

Vaikka tukea lasten mediakasvatukseen ei koe saaneensa iso osa vanhemmista, lähes yhtä usea (56 %) ei myöskään koe sille tarvetta. Miltei joka viidennes vanhempi kuitenkin toivoo tukea mediakasvatukseen. Ensisijaisena tukimuotona vanhemmat toivovat saavansa käytännön toimintaohjeita ja suosituksia. Myös luennoille (17 %) ja kirjalliselle tutkimustiedolle (14 %) ilmenee vanhempien keskuudessa kiinnostusta.

Tukea tarjoavana tahona toivottaisiin olevan ensisijaisesti mediakasvatuksen asiantuntijat. Myös mediakasvatuksen ammattilaiset ovat samoilla linjoilla vanhempien kanssa ensisijaisen tukimuodon suhteen. Mediakasvatuksen ammattilaisille suunnatun kyselyn mukaan vanhemmat tarvitsevat arjen kasvatustyön tueksi yhteisiä suosituksia ja konkreettisia ohjeistuksia, joiden tarvetta synnyttävät uudet, usein aikuisille vieraat mediailmiöt. Vaikka ruutuaika-käsite jakaa myös mediakasvatuksen ammattilaisten keskuudessa mielipiteitä, yksimielisemmin peräänkuulutetaan laadullisempaa otetta lasten ja nuorten mediankäyttöön liittyvään keskusteluun. Ruutuaika-käsitettä pidetään ammattilaisten keskuudessa vanhentuneena, vaikeasti määriteltävänä ja luonteeltaan yksipuolisena ja yksinkertaistavana, joka jättää pois laadullisen ja mediasisältöihin painottuvan näkökulman mediankäyttöön liittyvästä keskustelusta. (Mediakasvatusseura 2016, viitattu 10.3.2019.)

Ruutuaika-käsite on kuitenkin myös tarpeellinen. Kasvattajat, lapset ja nuoret tarvitsevat helposti ymmärrettäviä ja sisäistettäviä käsitteitä helpottamaan mediankäytöstä käytävää keskustelua. Määrälliset suositukset, joista ruutuaika-terminä puhutaan, auttavat vanhempia kasvatustyössä; erityisesti pienempien lasten kanssa määrällisiä suosituksia pidetään tarpeellisina. Ne voivat myös herätellä vanhempaa pohtimaan mediankäyttöä ja siihen liittyviä kasvatuskysymyksiä. Lapsen ja nuoren näkökulmasta katsoen ruutuaika-käsite antaa lapselle viitekehyksen, johon verrata omaa mediankäyttöään. (Mediakasvatusseura 2016, viitattu 10.3.2019.)

Tutkimuksemme tuloksista on havaittavissa, että alakouluikäisen lapsen mediankäyttötavoissa ja mieltymyksissä, sekä vanhempien keinoissa ohjata, mahdollistaa ja rajoittaa mediankäyttöä on selkeitä eroja lapsen iästä riippuen. Erityisesti alakouluun keskimmäisten luokkien (3. ja 4.lk) kohdalla mediankäytössä tapahtuva muutos korostaa sitä, miten tärkeää on huomioida mediakasvatuksessa eri ikäkausien tarpeet. Tähän liittyen huomion arvoista on se, että luokka-asteesta ja mediasisällöstä riippumatta vähintään joka neljännes vanhemmista joustaa eri sisällöille asetetuista ikärajoista. Tätä voi osaltaan selittää vanhempien tietämättömyys ikärajoituksiin liittyen, mutta myös vanhempien tietoisuus ja tuntemus oman lapsen kehitysvaiheesta ja sen myötä vanhemmille lapsille suunnatun mediasisällön arvioimisesta omalle lapselle sopivaksi.

8.3 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksen tulee aina noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä (Vilka 2007, 90). Olemme noudattaneet tutkimusta tehdessämme yleistä huolellisuutta, rehellisyyttä ja tarkkuutta, ja raportoineet tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten mukaisesti. Tiedon luottamuksellinen kerääminen ja käsittely, avoimuus tulosten julkaisussa, ja toisten töiden kunnioittava ja asianmukainen käyttö ovat myös hyvää tieteellistä käytäntöä. (Vilka 2007, 91, viitattu 13.4.2018.)

Tutkimuksen pätevyydellä eli validiudella, tarkoitetaan tutkimusmenetelmän tai mittarin kykyä mitata sitä, mitä tutkimuksessa on tarkoituskin mitata (Vilka 2015, 193). Validi tutkimus ei saisi sisältää systemaattisia virheitä, ja sen tulisi antaa keskimäärin oikeita tuloksia tutkittavasta ilmiöstä. (Heikkilä 2014, 28, viitattu 13.4.2018.) Huomioimme tutkimuksemme pätevyden jo suunnitteluvaiheessa määrittelemällä tarkasti perusjoukon, käsitteet ja muuttujat. Kyselylomakkeen suunnittelussa noudatimme ehdotonta tarkkuutta, jotta saimme rakennettua kyselylomakkeen kysymykset vastaamaan kattavasti tutkimusongelmaan. Tähän tulokseen pääsimme huolellisella käsitteiden operationalisoinnilla. (Vilka 2015, 193-194.)

Luotettava, eli reliaabeli tutkimus antaa tarkkoja, ei-sattumanvaraisia tuloksia ja tutkimus on toistettavissa samanlaisin tuloksin uudelleen (Heikkilä 2014, 12, viitattu 13.4.2018). Tavoitteemme oli saada kyselyyn vastauksia vähintään 100, 50 vastausta kummastakin alakoulusta. Voimme olettaa, että perusjoukossa on paljon havaintoyksiköiden ominaisuuksissa ilmenevää hajontaa. Tämän perusteella olemme määritelleet otoskoon riittävän suureksi saadaksemme edustavan otoksen. Otosta pidetään edustavana, kun se on mahdollisimman samanlainen kuin perusjoukko. (Heikkilä 2014, 12, viitattu 13.4.2018; Vilka 2015, 100.) Tutkimuksen toteuttamisen vaiheet olemme raportoineet tarkasti, täsmällisesti ja rehellisesti, jotta ulkopuolinen lukija voi saada ymmärryksen tutkimuksen sisällöstä ja mielestä, ja näin ollen tutkimus on uudelleen toistettavissa. (Vilka 2015, viitattu 13.4.2018, 44.)

Saatekirjeessä vastaajalle vakuutettiin tutkimuksen ehdotonta luottamuksellisuutta ja anonyymiyttä. Tutkimuksemme tuloksia ei kirjattu yksilöittäin, joten vastaajien tunnistamisriskiä ei näin ollen ollut. Tutkimuseettisyys huomioiden myös kirjoittamistapa on harkittu. Ilmaisutavat, joita käytettiin numerotietojen esittämisessä sanallisessa muodossa, pohdittiin huolellisesti ja niin, ettemme tutkijoina loukkaa tutkimuksen kohderyhmää. (Vilka 2007, 164.) Tutkimusaineistoa analysoidessa

huomasimme, että kyselyssä olisimme voineet muotoilla joitakin kysymyksiä toisin ja tarkentaa tiettyjä kysymyksiä. Tämän huomioiminen oli merkittävää tutkimustulosten luotettavuuden säilymisen kannalta.

Hyvään tieteelliseen tapaan kuuluu toisen työn kunnioittaminen (Vilka 2007, 165). Toisten tutkijoiden töiden tuloksia on selostettu kunnioittavasti ja vääristelemättä. Tutkimuksemme olemme huomioineet oman tutkimuksemme ulkopuolisten lähteiden asiallisen käytön ja merkinneet tutkimuksen raporttiin niin manuaalisessa kuin digitaalisessa muodossa olevien tuotosten lähdeviittaukset asianmukaisesti.

8.4 Kehittämisehdotukset ja jatkotutkimushaasteet

Tutkimuksen avulla saatiin tietoa vanhempien käyttämistä keinoista alakouluikäisten lasten mediakasvatuksessa. Tietoa saatiin myös vanhempien mediakasvatukseen saadusta tuesta ja tuen tarpeesta. Tutkimustuloksia voidaan hyödyntää lasten terveyttä ja hyvinvointia edistävien sekä ennaltaehkäisevien palvelujen suunnitteluun ja toteutukseen osallistuvilla tahoilla. Opinnäytetyömme tulokset raportoidaan yhteistyökouluille, ja tutkimuksesta kirjoitamme myös artikkelin Oulun ammattikorkeakoulun verkkojulkaisusarja ePookiin.

Nyky-yhteiskunnassa kasvaneet työelämän vaatimukset voivat heijastua myös vanhemmuuteen. Perheitä on tuettava erilaisin yhteiskunnallisin toimin ja sosiaali- ja terveydenhuollon henkilöllä on oltava edellytykset tunnistaa lasten hyvinvointia uhkaavia tekijöitä. Liiallinen mediankäyttö ja haitalliset, epäsopivat mediasisällöt ovat tutkitusti yksi lasten hyvinvointiin vaikuttava tekijä. Perheiden varhainen tukeminen tulee nähdä ongelmien paisumista ehkäisevänä työnä, joka säästää paitsi inhimillisiä, lopulta myös taloudellisia resursseja yhteiskunnassa. (ETENE 2013, viitattu 13.3.2019) Lasten ja nuorten palveluita suunnitellaan tulevaisuudessa kehitettäväksi enemmän ennaltaehkäisevään näkökulmaan painottuviksi, lapsen kasvu ja kehitysympäristössä toteutuviksi peruspalveluiksi. (PoPSTer hankesuunnitelma 2016, 6, viitattu 13.3.2019.) Varhainen puuttuminen, kuuleminen ja vanhemmuuden tukeminen ovat tärkeitä keinoja, joilla voidaan parhaiten tukea lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä (ETENE 2013, viitattu 13.3.2019). Vaikka palveluiden kehittämisessä nykyisin painotetaan asiakaskeisyyttä ja laadun varmistamista, on tärkeää muistaa, että laatuun vaikuttavat tekijät voivat olla erilaisia eri näkökulmista katsoen. Jotta palveluja voidaan kehittää laadukkaiksi ja vaikuttaviksi, tarvitaan ammattilaisten asiantuntijuuden lisäksi myös lasten nuorten ja vanhempien kokemusnäkökulmaa. (ETENE 2013, viitattu 13.3.2019.)

Vanhempien kotikasvatusta tukevia matalan kynnyksen palveluja ja vertaistukea on neuvolavaiheen jälkeen vain vähän tarjolla (ETENE 2013, viitattu 13.3.2019). Lasten ja nuorten arjen kannalta tällaisella tuella olisi kuitenkin käytännössä suuri merkitys. Tutkimuksemme mukaan suuri osa vanhemmista ei ole saanut tukea lasten mediakasvatukseen, muttei myöskään joko koe sitä tarvitsevana tai saa tuen lähipiiristään. Vanhemmilla on kuitenkin huolta liiallisen mediankäytön haitallisista vaikutuksista, ja merkittävää on, että liiallisen ruutuajan haittojen ajatellaankin näkyvän tavallisessa arjessa, eniten fyysisen aktiivisuuden vähenemisessä ja mielialassa. Digitaalinen media on lapselle osa arkea, yksi kasvuympäristö muiden joukossa. Lapset kasvavat yhteiskunnassa, jossa teknologia kehittyy jatkuvasti ja tulee olemaan yhä merkittävämmässä osassa jokapäiväistä elämää. Vanhempien kokema huoli liiallisen mediankäytön haitallista vaikutuksista on syytä ottaa vakavasti. Tutkimuksemme tulokset voivat olla hyödynnettävissä suunniteltaessa tämän ajan tarpeeseen vastaavaa tukea vanhemmille, joka heidän oman kasvatustyönsä vahvistumisen myötä tukisi lapsia kohti terveellistä ja turvallista median käyttöä.

Osallistaminen ja kokemustiedon jakaminen vaikuttavat lapsiin ja nuoriin voimaannuttavasti. On todettu, että aktiivisella ja vuorovaikutteisella mediakasvatuksella saavutetaan tehokkaampia vaikutuksia kuin ylhäältä päin annetuilla, rajoittavilla säännöillä. Kehitettäessä ennaltaehkäisevää ja haittoja vähentävää tukea perheille, olisi tarpeen kuulla lapsia ja hyödyntää myös heidän tietämystään, ajatuksia ja toiveita. Mediankäytön haitallisista vaikutuksista lapseen löytyy paljon tutkimustietoa, mutta olisi tarpeen selvittää myös, millaisia myönteisiä kokemuksia medialla on lasten ja koko perheen terveyteen ja hyvinvointiin. Myönteiset vaikutukset huomioimalla ja niitä hyödyntämällä voitaisiin luoda toimivia keinoja tukemaan lasten kokonaisvaltaista hyvinvointia.

Jatkokehittämishaasteena olisi kehittää vanhemmille toimivaa, matalan kynnyksen tukea ja mahdollisuutta vertaistukeen mediakasvatukseen liittyen. Palvelujen kehittämiseen ja vaikuttavuuden lisäämiseen tarvittaisiin myös kokemustietoa digitaalisen median tuomista myönteisiksi koetuista vaikutuksista perheissä, joten sitä olisi tarpeen tutkia. Lisäksi vanhemmat voisivat hyötyä heille suunnitelluista tietopaketeista, jotka voisivat sisältää tietoa ja ohjeistuksen erilaisista esto- ja suodatusohjelmista. Myös konkreettisen mallin voisi luoda vanhemmille siitä, millaisista asioista tulisi lapsen kanssa erityisesti keskustella eri ikävaiheissa.

8.5 Prosessissa oppiminen

Opinnäytetyön tutkimusprosessi oli vaativa, mutta kuitenkin mielenkiintoinen ja antoisa kokemus. Aloitimme opinnäytetyön tekemisen lokakuussa 2017 aiheen valinnalla ja rajaamisella. Valitsimme aiheen erityisesti siitä syystä, että se on kouluterveydenhuollossa ajankohtainen aihe. Aiheen valintaan vaikutti myös se, että koemme sen mielenkiintoiseksi ja alakouluikäisten lasten vanhempina myös omassa arjessamme väistämättä kohdattu, tarpeelliseksi koettu aihe käsitellä. Joulukuussa kirjoitimme tietoperustan, ja valmiin opinnäytetyön suunnitelman esitimme toukokuussa 2018. Touko-kesäkuussa 2018 laadimme kyselyn aineistonkeruuta varten. Haimme luvat tutkimuksen toteuttamiseen yhteistyössä toimivien alakoulujen rehtoreilta syksyllä 2018. Testasimme laatimamme kyselyn ja teimme siihen tarvittavat muutokset. Varsinainen aineistonkeruu toteutettiin joulukuulle 2018 – tammikuulle 2019 ajoittuvana aikana. Aineiston analysoinnin ja tutkimusraportin kirjoittamisen aloitimme heti tammikuussa tutkimusaineiston saatuaamme. Opinnäytetyöprosessille laaditussa aikataulusuunnitelmassa pysymiselle aiheutti haasteita ensin yhteistyöhön alkavan alakoulun löytäminen, ja myöhemmin tutkimusprosessin kanssa samanaikaisesti suoritettavat viimeisen opiskeluvuoden tiiviit työssäoppimisjaksot.

Tutkimusprosessi on meille molemmille ensimmäinen. Olemme oppineet paljon prosessin kaikissa vaiheissa ja kehittyneet erityisesti kirjoittajina ja tutkijoina. Huomasimme aineistoa analysoidessamme, että kyselyssä olisimme voineet muotoilla joitakin kysymyksiä toisin ja tarkentaa tiettyjä kysymyksiä.

Projektin aikana olemme arvioineet jatkuvasti omaa kehittymistämme. Meitä oli tutkimusta tekevässä kaksi erilaista työskentelijää. Toinen meistä oli työskentelyssään suorasukaisempi ja nopeampoisempi. Toinen tykkäsi syventyä ja pohdiskella kutakin aihetta enemmän. Olemme oppineet antamaan tilaa toisen työskentelytavoille ja toisaalta työn eri vaiheissa on ollut vahvuus, että meitä on ollut kaksi erilaista työn tekijää. Työskentelytaidoista parityöskentelyyn liittyvä osaaminen ja itseohjautuvuus ovat entuudestaan harjaantuneet. Jatkuvan itsearvioinnin myötä olemme tunnustaneet kehittämistarpeita niin omissa työskentelytavoissa kuin tutkimusprosessin toteuttamisessa, sekä kokeneet onnistumisen iloa parityöskentelyn antoisuudesta ja mahdollisuudesta oppia myös toinen toisiltamme.

Saimme opinnäytetyöprosessimme aikana ohjausta yliopettaja Hilikka Honkaselta ja projektikoordinaattori Niko Männiköltä, sekä aineiston käsittelyvaiheessa neuvoja lehtori Jari Jokiselta. Saavutimme opinnäytetyölle asettamamme tavoitteet ja olemme tyytyväisiä opinnäytetyöprosessin lopputulokseen.

LÄHTEET

Aaltonen T. 2009. Mediakasvatus suomalaisperheissä. Viestintäviraston neljäs seurantatutkimus. Viitattu 21.2.2019, https://legacy.viestintavirasto.fi/viestintavirasto/ajankohtaista/2009/P_79.html.

American Academy of Pediatrics (AAP), Committee on Public Education 2001. Children, adolescents, and television. *Pediatrics* 107 (2), 423-426. Viitattu 14.2.2018, <http://pediatrics.aappublications.org/content/pediatrics/107/2/423.full.pdf>.

American Academy of Pediatrics (AAP) 2015. Growing Up Digital: Media Research Symposium. Viitattu 12., 14. ja 15.2.2018, https://www.aap.org/en-us/documents/digital_media_symposium_proceedings.pdf.

Anttila, R., Eronen, S., Kallio, M., Kauppinen, L., Paavilainen, P., Salo, S. 2005. *Persoonaa 2. Kehityopsykologia*. 3. painos. Helsinki: Edita.

Buckingham, D. 2005. Schooling the digital generation. Popular culture, new media and the future of education. IOE Professorial Lecture series. London: Institute of Education, University of London, viitattu 18.2.2019, https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/37080179/Schooling_the_Digital_Generation.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1550488003&Signature=lgSuE%2B70QT7qqXjkEkeyw1XzRQM%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DSchooling_the_digital_generation.pdf.

Duerager A. & Livingstone S. 2012. EU Kids online. How can parents support children's internet safety? Viitattu 18.2.2019, www.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/EU%20Kids%20III/Reports/ParentalMediation.pdf.

ETENE 2013. Lapsuuden ja nuoruuden etiikka sosiaali- ja terveystalalla. ETENE-julkaisuja 41. Helsinki: Valtakunnallinen sosiaali- ja terveystieteiden neuvottelukunta. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 13.3.2019, <https://etene.fi/documents/1429646/1555962/ETENE-julkaisu+41+Lapsuuden+ja+nuoruuden+etiikka+sosiaali-+ja+terveysalalla.pdf/3e711c32-e950-4892-bf1b-ee8b9be55769>.

Haarala, P., Honkanen, H., Mellin, O-K & Tervaskanto-Mäentausta, T. 2015. Terveydenhoitajan osaaminen. Porvoo: Bookwell Oy.

Hakala, P. 2012. Tietokoneen sekä muun informaatio- ja kommunikaatioteknologian käyttö ja nuorten tuki- ja liikuntaelinoireet. Akateeminen väitöskirja. Tampere: Tampereen yliopisto, terveystieteiden yksikkö. Viitattu 16.4.2018, <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/66850/978-951-44-8676-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Heikkilä, T. 2014. Kvantitatiivinen tutkimus. Viitattu 11. ja 13.4.2018, <http://www.tilastollinentutkimus.fi/1.TUTKIMUSTUKI/KvantitatiivinenTutkimus.pdf>.

Heinonen, O., Kantomaa, M., Karvinen, J., Laakso, L., Lähdesmäki, L., Pekkarinen, H., Stigman, S., Sääkslahti, A., Tammelin, T., Vasankari, T. & Mäenpää, P. 2008. Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille. Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry. Viitattu 11.2.2018, http://www.ukkinstituutti.fi/filebank/1477-Fyysisen_aktiivisuuden_suositus_kouluikäisille.pdf.

Herkman, J. 2007. Kriittinen mediakasvatus. Tampere: Vastapaino.

Hintikka, K. 2008. Sosiaalinen media. Viitattu 4.1.2018, <http://kans.jyu.fi/sanasto/sanat-kansio/sosiaalinen-media>.

Huhtanen, E. (toim.) 2016. Lasten mediamaailma pähkinänkuoressa. Mediakasvatusseuran julkaisuja 5/2016, 4, 10, 14, 16, 21. Viitattu 4. ja 12.1.2018, 20.2.2018, <https://mediakasvatus.com/wp-content/uploads/2016/12/Lasten-mediamaailma-pahkinankuoressa.pdf>.

Kangaspunta, S. 2013. Sekakäyttöä ja salarakkautta. Digi- ja monimediaisuuden murros Suomessa. Tampere: Suomen yliopistopaino Oy – Juvenes Print.

Kanste, O., Halme, N. & Perälä, M-L. 2016. Viidesluokkalaisten oppilaiden vanhempien näkemyksiä hyvinvoinnista, palveluista ja koulu yhteisöstä. Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos. Raportti 1:2016. Viitattu 20.4.2018, http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/130406/URN_ISBN_978-952-302-622-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Kerhokeskus 2009. Mediakasvatus esi- ja alkuopetuksessa. Koulutyön tuki ry. Viitattu 29.1.2018, https://www.opinkirjo.fi/easydata/customers/opinkirjo/files/materiaalit/mediakasvatus_esi-_ja_al-kuopetuksessa_netiti.pdf.

Kronqvist, E-L. & Kumpulainen, K. 2011. Lapsuuden oppimisympäristöt. 1.painos. Helsinki: WSOY.

Kupiainen, R. & Sintonen, S. 2009. Medialukutaidot, osallisuus, mediakasvatus. Helsinki: Gaudemus.

Kupiainen, R., Suoninen, A., Kotilainen, S. & Nikunen, K. 2012. EU Kids Online, Finland. Teoksessa Haddon L. & Livingstone S. EU Kids Online Network. Viitattu 18.2.2019, 22, <http://www.lse.ac.uk/media@lse/research/eukidsonline/eu%20kids%20iii/reports/perspectives-report.pdf>.

Kupiainen, R., Sintonen, S. & Suoranta, J. 2007. Suomalaisen mediakasvatuksen vuosikymmenet. Teoksessa H. Kynäslahti, R. Kupiainen & M. Lehtonen (toim.) Näkökulmia mediakasvatukseen, Mediakasvatusseuran julkaisuja 1. Viitattu 18.2.2018, <http://www.mediakasvatus.fi/publications/ISBN978-952-99964-1-4.pdf>.

Kupiainen, R., Kulju, P. & Mäkeläinen, M. 2015. Mikä monilukutaito? Teoksessa T. Kaartinen (toim.) Monilukutaito kaikki kaikessa, 13-24. Viitattu 20.2.2018, https://tam-pub.uta.fi/bitstream/handle/10024/98047/monilukutaito_k kaikki_k aikessa_2015.pdf.

Käypä-hoito. Television katselun vaikutus kielen kehitykseen lapsilla. 2010. Viitattu 12.1.2018, <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/suositus?id=nak07182>.

Lahikainen, A., Mälkiä, T., & Repo, K. 2015. Media lapsiperheessä. Tampere: Vastapaino.

Martsola, R. & Mäkelä-Rönholm, M. 2006. Lapsilta kielletty. Helsinki: Kirjapaja Oy.

Mediakasvatusseura 2016. RUUDULLA – Mediakasvatuksen ammattilaisten käsityksiä median käytön suosituksista ja ruutuaika-käsitteestä. Viitattu 10.3.2019, http://mediakasvatus.fi/wp-content/uploads/2018/06/Ruudulla-Mediakasvattajien-na%CC%88kemyksia%CC%88-ruutu-ajasta_2016.pdf

Merikivi, J., Myllyniemi S., Salasuo M. (toim). 2016. Media Hankassa. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2016 mediasta ja liikunnasta. Valtion nuorisosiain neuvottelukunnan julkaisuja. Viitattu 4.1.2018, https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/media_hanskassa.pdf.

Mustonen, T., Kuuluvainen S. & Niemi T, 2017. Digitaalinen viihdepelaaminen ja digipeliriippuvuus. Katsaus pelaamisen eri ulottuvuuksiin. Sosiaalipedagogiikan säätiö.

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2018. Lapsen tasapainoinen media-arki. Viitattu 29.1.2018, <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-ja-media/lapsen-tasapainoinen-media-arki-2/>.

Mustonen, M. 2002. Median rooli psykologisessa kehityksessä. Teoksessa S. Sintonen (toim.) Median sylissä - kirjoituksia lasten mediakasvatuksesta, 55-67. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Mäki, P., Hakulinen-Viitanen, T., Kaikkonen, R., Koponen, P., Ovaskainen, M-L., Sippola, R., Virtanen, S. & Laatikainen, T. 2010. Lasten terveys – LATE- tutkimuksen perustulokset lasten kasvusta, kehityksestä, terveydestä, terveystottumuksista ja kasvuympäristöstä. Raportti 2/2010. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 29.1.2018, <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80056/3ebde5ad-1be7-4268-9167-df23095fca33.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Nightingale, C., Rudnicka, A., Donin, A., Sattar, N., Cook, D., Whincup, P. & Owen, C. 2018. Screen time is associated with adiposity and insulin resistance in children. Viitattu 4.4.2018, <http://adc.bmj.com/content/archdischild/102/7/612.full.pdf>.

Neuvokas perhe 2018. Ruutuaika. Viitattu 21.1.2018, <https://neuvokasperhe.fi/perhearki/ruutuaika>.

Niinistö, H., Ruhala, A., Henriksson, A. & Pentikäinen, L. 2006. Mediametkaa! Mediakasvattajan käsikirja kaikilla mausteilla. Mediakasvatuskeskus Metka ry. Viitattu 10.4.2018, <http://mediametka.fi/wp-content/uploads/2014/05/Mediametkaa-Osa-1.pdf>

Noppi, E. 2014. Mobiilimukset. Lasten ja nuorten mediaympäristön muutos, osa 3. Tampere: Tampereen yliopisto. Viitattu 7.5.2018, <http://www.uta.fi/cmt/index/mobiilimukset.pdf>.

Opetushallitus 2011. Lapset ja nuoret mediaosallistujina. Raportit ja selvitykset 2011:28. Viitattu 12.2.2018, http://www.oph.fi/download/139651_Lapset_ja_nuoret_mediaosallistujina.pdf.

Opetushallitus 2004. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy.

Opetushallitus 2000. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 1994. 4.korjattu painos. Helsinki: Edita Oy.

Opetushallitus 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Määräykset ja ohjeet 2014:96. Viitattu 18.2.2018, https://www.oph.fi/download/163777_perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf.

Opetushallitus 2014. Uudet opetussuunnitelmien perusteet päätetty. Opetushallituksen lehdistötiedote 22.12.2014. Viitattu 19.2.2018, https://www.oph.fi/ajankohtaista/tiedotteet/101/0/uudet_opetussuunnitelmien_perusteet_paatetty.

Paavonen, E.J., Roine, M., Korhonen, P., Valkonen, S., Pennonen, M, Partanen, J. & Lahikainen, A. R. 2011. Media ja lasten hyvinvointi. Duodecimin julkaisuja. 127: 15: 1563-1564, 1566. Viitattu 22.4.2018, https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/66370/media_ja_lasten_2011.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Paavonen, EJ, Roine, M, Pennonen, M. & Lahikainen, AR. Do parental co-viewing and discussions mitigate tv-induced fears in young children? Child Care Health. 2009, 35:773-80. Viitattu 22.4.2018, <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1111/j.1365-2214.2009.01009.x>.

Perusopetuslaki 21.8.1998/628 <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628>.

Pohjois-Pohjanmaan sosiaali- ja terveydenhuolto osana tulevaisuuden maakuntaa 2016. PoPS-
Ter- hankesuunnitelma. Viitattu 2.1.2019, https://www.pohjois-pohjanmaa.fi/download/4152/liite_3_hankehakemuspdf/pdf.

Pohjois-Pohjanmaan sosiaali- ja terveydenhuolto osana tulevaisuuden maakuntaa 2017. Selvitys-
henkilön loppuraportti 6/2017. Viitattu 2.1.2019, <https://www.pohjois-pohjanmaa.fi/download/5051/popster-loppuraportti/pdf>.

Pohjois-Pohjanmaan sosiaali- ja terveydenhuolto osana tulevaisuuden maakuntaa 2016. Tietopa-
ketti 2: Lapset ja perheet. Viitattu 2.1.2019, <https://www.pohjois-pohjanmaa.fi/file.php?5100>.

Pääjärvi S., Happo H. & Pekkala L. 2012. Lapsiperheiden mediakysely. Viitattu 19.2.2019, 37-38,
45, <https://kavi.fi/sites/default/files/documents/mediakysely.pdf>.

Pääjärvi S. (toim.) 2011. Lasten mediabarometri 2011. Mediakasvatusseuran julkaisuja 1/2012.
Helsinki: Mediakasvatusseura ry. Viitattu 19.2.2019, 4, <https://mediakasvatus.com/publications/ISBN978-952-67693-1-8.pdf>.

Riihilahti A., Paavilainen E., Koivisto A-M. & Kylmä J. 2016. Alakouluikäisen kuvaus omasta inter-
netin käytöstään ja internetin käytön yhteys lapsen sosiaaliseen kompetenssiin, 26-27. Viitattu
20.4.2018, [file:///C:/Users/kumpu/AppData/Local/Packages/Microsoft.MicrosoftEdge_8wekyb3d8bbwe/TempState/Downloads/55566-Artikkelin%20teksti-54355-1-10-20160306%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/kumpu/AppData/Local/Packages/Microsoft.MicrosoftEdge_8wekyb3d8bbwe/TempState/Downloads/55566-Artikkelin%20teksti-54355-1-10-20160306%20(1).pdf).

Rikosuhripäivystys, nettiturvallisuus. Viitattu 1.3.2019, <http://nuoret.riku.fi/tietoa-nuorelle-rikoksen-uhrilla/turvaohjeita/nettiturvallisuus/>.

Ruhala, A. & Salokoski, T. 2008. Media muokkaa lapsen maailmankuvaa. Teoksessa A. Ruhala,
H. Ritokoski & H. Niinistö (toim.) Mediametkaa! Osa 3 Mediakasvatus, eettisyys ja uskonnolliset
ilmiöt, 19-24. Helsinki: Mediakasvatusseura Metka ry. Viitattu 10.4.2018, <http://mediametka.fi/wp-content/uploads/2014/05/Mediametkaa-Osa-3a.pdf>.

Salokoski, T. & Mustonen, A. 2007. Median vaikutukset lapsiin ja nuoriin – katsaus tutkimuksiin ja kansainvälisiin mediakasvatuksen ja -sääntelyn käytäntöihin. Mediakasvatusseuran julkaisuja 2/2007. Viitattu 6.5.2018, <http://www.mediakasvatus.fi/publications/ISBN978-952-99964-2-1.pdf>.

Salokoski, T. 2007. Turvallista mediamatkaa: taitavaksi median tulkitusajaksi aikuisen tukemana. Teoksessa Pentikäinen, L., Ruhala, A. & Niinistö, H. (toim.) Mediamatkaa! Osa 2. Helsinki: Mediakasvatuskeskus Metka ry. Viitattu 8. ja 9.3.2018, <http://mediametka.fi/wp-content/uploads/2014/05/Mediamatkaa-Osa-2a.pdf>.

Sintonen, S. 2009. Media arjen kasvatussuhteissa. Teoksessa Kotilainen S. (toim.) Suhteissa mediaan. Jyväskylä: Jyväskylän yliopiston Nykykulttuurin tutkimuskeskuksen julkaisuja 99, viitattu 18.2.2019, 185–196.

Storvik-Sydänmaa S., Talvensaari H., Kaisvuori T. & Uotila N. 2012. Lapsen ja nuoren hoitotyö. 1. painos. Helsinki: Sanoma Pro, 62

Suomen riskienhallintayhdistys PK-RH- riskienhallinta. Nelikenttäanalyysi-Swot. Viitattu 23.4.2018, <https://www.pk-rh.fi/tools/swot.html>.

Suoninen, A. 2013. Lasten mediabarometri 2012. 10-12 vuotiaidentyttöjen ja poikien mediankäyttö. Nuorisotutkimusseuran verkkojulkaisuja 62. Viitattu 22.12.2017, <http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/lastenmediabarometri2012.pdf>.

Suoranta, J. 2003. Kasvatus mediakulttuurissa. Tampere: Osuuskunta vastapaino.

Suoranta, J., Lehtimäki, H. & Hakulinen, S. 2001. Lapset tietoyhteiskunnan toimijoina. Tampereen yliopisto: Tietoyhteiskunnan tutkimuskeskuksen työraportteja 16/2001, viitattu 18.2.2019, 77.

Syvöja, H., Kantomaa, M., Ahonen T., Hakonen H., Kankaanpää A., Tammelin T. 2013. Physical Activity, Sedentary Behavior, and Academic Performance in Finnish Children. Viitattu 4.4.2018, https://journals.lww.com/acsm-msse/Citation/2013/11000/Physical_Activity,_Sedentary_Behavior,_and.10.aspx.

Tuomi J. & Sarajärvi A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi. Viitattu 13.2.2019, 114, 117.

Uusitalo, N., Vehmas, S. & Kupiainen, R. 2011. Naamatusten verkossa. Lasten ja nuorten media-ympäristön muutos, osa 2. Tampere: Tampereen yliopisto. Viitattu 22.12.2017, https://tam-pub.uta.fi/bitstream/handle/10024/65438/naamatusten_verkossa_2011.pdf.

Uhls Y., Michikyan M., Morris J., Garcia D., Small G., Zgourou E., Greenfield P. 2014. Computers in Human Behavior. Viitattu 4.4.2018, <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563214003227>.

Vilkkä H. 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 13, 17-20, 63, 156, 159-160. Viitattu 9.4.2018, <http://hanna.vilkkä.fi/wp-content/uploads/2014/02/Tutki-ja-mittaa.pdf>.

Walsh J., Barnes J., Cameron J., Goldfield G., Chaput J-P., Gunnell K., Ledoux A-A., Zemek R., Tremblay P. Associations between 24 hour movement behaviours and global cognition in US children: a cross-sectional observational study, 2018. Viitattu 14.2.2019, <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352464218302785?via%3Dihub>.

Walldén T. 2010. Television katselun vaikutus kielen kehitykseen lapsilla. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. Viitattu 12.1.2018, <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/suositus;jsessionid=D5592978B24FB2D142341AB9D751838B?id=nak07182#R1>.

Hyvä alakouluikäisen lapsen huoltaja!

Media on nykyisin läsnä aina ja kaikkialla ja merkittävä osa myös alakouluikäisten lasten arkea. Lasten terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi mediakasvatuksella on suuri merkitys.

Olemme 4. vuoden terveydenhoitajaopiskelijoita Oulun ammattikorkeakoulusta ja teemme opinnäytetyötä lasten mediakasvatuksesta. Opinnäytetyössämme selvitämme, millaista mediakasvatusta alakouluikäiset lapset saavat kodeissa ja millaista tukea huoltajat toivovat kodin mediakasvatukseen. Opinnäytetyö toteutetaan kyselytutkimuksena, joka on kohdistettu kahden alakoulun oppilaiden vanhemmille Espoossa ja Muhoksella.

Kyselyyn vastaamiseen menee aikaa ainoastaan noin 5-10 minuuttia. Kyselyyn vastataan nimettömänä ja vastaukset käsitellään ehdottoman luottamuksellisesti. Tuloksia esitetään ryhmätasolla niin, ettei yksittäisiä vastauksia pystytä tunnistamaan. Tulosten analysoinnin jälkeen tutkimusmateriaali eli kyselyn tulokset resetoidaan. Kyselyn tuloksista kirjoitamme artikkelin, joka on luettavissanne myöhemmin keväällä. Tämän vastauslinkin <https://www.webropolsurveys.com/S/FFE1730ED26670D4.par> kautta pääset suoraan kyselyyn.

Pyydämme sinua alakouluikäisen vanhempi vastaamaan kyselyyn 25.1.2019 mennessä, kiitos!
Terveisin terveydenhoitajaopiskelijat Sara Taskila ja Emilia Kumpula

P.S Meihin voit olla yhteydessä mikäli tulee kysyttävää tutkimukseen tai kyselyyn liittyen sähköpostitse Emilia Kumpula c5kuem00@students.oamk.fi, Sara Taskila o5tasa01@students.oamk.fi tai opinnäytetyön ohjaaja Hilikka Honkanen hilkka.honkanen@oamk.fi

Kysely

Taustatiedot

1. Asuinpaikkakuntasi

- Espoo
- Muhos

2. Lapsen/lasten sukupuoli

- tyttö
- poika
- molempia

3. Lapsen/lasten luokka-asteet

- 1.luokka
- 2.luokka
- 3.luokka
- 4.luokka
- 5.luokka
- 6.luokka

4. Vastajaajan sukupuoli

- nainen
- mies

5. Vastajaajan ikä

- 20-30
- 31-40
- 41-50
- yli 50

6. Viimeisin loppuunsaoritettu tutkintonne

- Peruskoulu
- Lukio
- Ammatillinen tutkinto
- Alempi korkeakoulututkinto
- Ylempi korkeakoulututkinto
- Lisensiaatti tai tohtorin tutkinto

7. Oletteko tällä hetkellä

- Työssä päätoimisesti
- Työssä osa-aikaisesti
- Eläkkeellä
- Sairauslomalla
- Työtön
- Opiskelija
- Äitiysvapaa / isyysvapaa
- Vanhempainvapaalla
- Vuorotteluvapaalla

8. Onko taloudessanne

- Äiti ja isä
- Äiti ja puoliso
- Isä ja puoliso
- Vain äiti
- Vain isä
- Toinen vanhemmista ja joku muu huoltaja

Seuraava -->

9. Minkä ikäisenä lapsesi aloitti medialaitteiden käytön?

- alle kouluikäisenä
 kouluikäisenä

10. Mitä seuraavista medialaitteista lapsesi käyttää kotona? (Voit valita useamman kuin yhden vaihtoehdon)

- Ei mitään
 Älypuhelin
 Tabletti
 Tietokone
 Pelikonsoli
 Televisio

11. Millaista mediaa lapsesi käyttää kotona? (Voit valita useamman kuin yhden vaihtoehdon)

- Ei mitään
 Internet
 Sosiaalinen media (esim. Instagram, Facebook, Youtube)
 Digipelit
 Televisio-ohjelmat
 Eloկuvat

12. Millaisia laitteita lapsenne käyttää vapaa-ajalla verkossa/netissä tapahtuviin aktiviteetteihin? (Voit valita useamman kuin yhden vaihtoehdon)

- Pöytäkoneetta
 Kannettavaa tietokonetta
 Tablettia
 Älypuhelin
 Pelikonsolia
 Kannettavaa pelikonsolia
 Televisiota
 Jotain muuta, mitä?

13. Mikä on lapsenne mieluisin verkkoaktiiviteetti/nettiharrastus käyttölaiteesta (tietokone, tabletti, älypuhelin, jne.) riippumatta?

- Sosiaalinen media (esim. Facebook, Twitter, Musically, Instagram, jne.)
 Verkkovideopelit (esim. viihdepelit, yksinpelit, roolipelit, jne.)
 Internetin käyttö yleensä (esim. verkkosurffailu, tiedostojen lataaminen, jne.)
 Videoiden katselu (esim. YouTube, Netflix, Twitch, jne.)
 Sähköpostin lukeminen/ kirjoittaminen (esim. Google Mail, Outlook.com, jne.)
 Viestittely & chat (esim. Skype, Hangouts, jne.)
 Jokin muu, mikä?

[<-- Edellinen](#)[Seuraava -->](#)

14. Mikä on mielestäsi sopiva aika lapselle viettää aikaa ruudun ääressä vuorokaudessa?

- en osaa sanoa
 1-2 tuntia
 3 tuntia
 Jokin muu, mikä?
 aikarajoituksia ei tarvita

15. Oletko määrittänyt lapselle minkä verran hän saa viettää aikaa ruudulla päivisin?

- kyllä
 ei

16. Minkä verran ruutuaikaa olet määritellyt käytettäväksi

ei ollenkaan ruutuaikaa 1-2 tuntia 3 tuntia tai enemmän en ole rajoittanut ruutuaikaa ollenkaan

arkisin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
viikonloppuisin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

17. Kuinka paljon kannat huolta liiallisen ruutuaajan vaikutuksesta lapseen? Arvioi asteikolla 1-5

1= en ollenkaan
5= paljon

	1	2	3	4	5
huolen määrä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

18. Koetteko, että lapsenne ruudun äärellä vietetty aika vaikuttaa haitallisesti johonkin seuraavista? (Voit valita yhden tai useamman vaihtoehdon)

- Liikuntaan
 Kaveri- tai ystävyys-suhteisiin
 Aktiviteetteihin perheen kesken
 Säännölliseen ateriarhythmiin
 Mielialaan
 Jaksamiseen
 Yöuneen
 Johonkin muuhun, mihin?

19. Onko perheessänne laadittu yhteisiä sääntöjä medialaitteiden käytöstä?

- kyllä
 ei

20. Mitä seuraavista medialaitteista lapsella on käytössä omassa huoneessaan? (Voit valita useamman kuin yhden vaihtoehdon)

- ei mitään
 älypuhelin
 tabletti
 tietokone
 pelikonsoli
 televisio

21. Huolehditko että lapsi ei käytä mediaa yöaikaan?

- en koe tarvetta
 joskus
 aina

22. Joustatko seuraavien mediasisältöjen ikärajasuosituksista?

	ei	kyllä
sosiaalinen media	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
elokuvat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
televisio-ohjelmat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
digipelit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

[<-- Edellinen](#) [Seuraava -->](#)

23. Tiedätkö, millaisista mediasisällöistä lapsesi on kiinnostunut?

- ei
 kyllä

24. Kuinka usein keskusteleet lapsen kanssa mediasisältöjen herättämistä ajatuksista ja tunteista?

- Päivittäin
 Viikottain
 Kuukausittain
 Tarpeen tullen
 En koe, että asiasta pitäisi keskustella

25. Oletteko keskustelleet henkilö- ja tietoturvaan liittyvistä säännöistä?

- ei
 kyllä

26. Oletko keskustellut lapsen/lasten kanssa hyvistä käytöstavoista sosiaalisessa mediassa?

- ei
 kyllä

[<-- Edellinen](#) [Seuraava -->](#)

27. Annatko lapselle medialaitteen käyttöön palkitsemistarkoituksessa?

- usein
- joskus
- harvoin
- ei koskaan

28. Otatko lapselta medialaitteen pois rangaistusmielessä?

- usein
- joskus
- harvoin
- ei koskaan

29. Annatko lapselle medialaitteen saadaksesi itselle omaa aikaa esimerkiksi kotitöihin tai lepoon?

- Kyllä
- Ei

[<-- Edellinen](#)[Seuraava -->](#)**30. Onko perheessänne käytössä medialaitteisiin ladattavia ruutuaikasovelluksia?**

- ei
- kyllä

31. Onko perheenne medialaitteissa käytössä esto-ohjelmia, jotka estävät pääsyä haitallista materiaalia sisältäville sivustoille?

- ei
- kyllä

32. Onko perheenne medialaitteissa käytössä lapsilta salassapidettävä pääsykoodi?

- ei
- kyllä

[<-- Edellinen](#)[Seuraava -->](#)

33. Oletko saanut tukea lasten mediakasvatukseen kodin ulkopuolelta?

- ei
 kyllä

34. Mistä olet saanut tukea? (Voit valita useamman kuin yhden vaihtoehdon)

- Neuvola
 Kouluterveydenhuolto
 Opettajat
 Terveystieteiden tutkimuskeskus
 Läheiset/sukulaiset
 En mistään edellä mainituista
 Jostain muualta, mistä

35. Koetko tarvitsevasi tukea lasten mediakasvatukseen?

- ei
 kyllä
 tähän mennessä saatu tuki on ollut riittävää

36. Mistä toivoisit saavasi tukea? (Voit valita useamman kuin yhden vaihtoehdon)

- Kouluterveydenhuolto
 Opettajat
 Mediakasvatuksen asiantuntijat
 Jokin muu taho, mikä?
 En koe tarvitsevani tukea

37. Millaista tukea haluaisit saada?

- En koe tarvitsevani tukea
 Kirjallista tutkimustietoa aiheesta
 Käytännön toimintaohjeita ja suosituksia
 Luentoja aiheesta
 Jotain muuta, mitä?