

KARELIA-AMMATTIKORKEAKOULU

Terveydenhoitajakoulutus

Elli Kosonen

Karoliina Salo

Sini-Maria Saukkonen

MOBIILILAITTEIDEN KÄYTÖN VAIKUTUS LAPSEN JA VANHEMMAN VÄLISEEN VUOROVAIKUTUKSEEN

Juliste 1–4-vuotiaiden lasten vanhemmille

Kehittämistyö

Huhtikuu 2021

Tekijät

Elli Kosonen, Karoliina Salo, Sini-Maria Saukkonen

Nimeke

Mobiililaitteiden käytön vaikutus lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutuksessa.

Toimeksiantaja

Niinivaaran vuoropäiväkoti

Tiivistelmä

Tämä kehitystyö keskittyi käsittelemään mobiililaitteiden käytön vaikutusta lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutukseen. Mobiililaitteet ovat nykyisin iso osa lasten elämää. Perheenjäsenten väliseen vuorovaikutukseen mobiililaitteiden käytöllä on sekä myönteisiä että kielteisiä vaikutuksia. Mobiililaitteet voivat toimia viihdykkeenä sekä vuorovaikutuksen tukijana, mutta ne tuovat myös haasteita luomalla epäselvyyttä ja monimutkaisuutta vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen.

Kehittämistyön tarkoituksena oli lisätä vanhempien tietoisuutta mobiililaitteiden käytön vaikutuksista vuorovaikutustilanteissa lapsen kanssa. Kehittämistyön tavoitteena oli saada vanhemmat kiinnittämään enemmän huomiota mobiililaitteiden liikakäyttöön vuorovaikutustilanteissa lapsen kanssa. Kehittämistyön tehtävänä oli toteuttaa toimeksiantajan toiveen mukainen toiminnallinen tuotos. Kehittämistyön tuotoksena oli juliste mobiililaitteiden käytöstä perheissä Niinivaaran vuoropäiväkodin Ihmemaa-ryhmän seinälle.

Teimme toiminnallisena tuotoksena toimeksiantajalle julisteen otsikolla ”Mobiililaitteet perheessä”. Kehittämistyön toiminnallinen tuotos toimii hyvänä keskustelun avauksena mobiililaitteiden käytön

Kieli

suomi

Sivuja 31

Liitteet 1

Liitesivumäärä 1

Asiasanat

mobiililaitteet, perhe, vuorovaikutus



DEVELOPMENT ASSIGNMENT

April 2021

Degree Program in Public Health

Nursing

Tikkarinne 9

Authors

Elli Kosonen, Karoliina Salo, Sini-Maria Saukkonen

Title

The Effect of Mobile Device Use on Child-Parent Interaction

Commissioned by

Niinivaara Kindergarten

Abstract

This development assignment focuses on addressing the effect of mobile device use on the child-parent interaction. Mobile devices have a big role in children's lives today. The use of mobile devices has both positive and negative effects on the interaction between family members. Mobile devices can act as entertainment as well as a facilitator of interaction, but they also bring challenges by creating ambiguity and complexity in the interaction between the parent and the child.

The purpose of the development assignment was to increase awareness among the parents of the effects of mobile device use when interacting with their children. The aim of the development assignment was to make parents pay more attention to the excessive use of mobile devices in interaction situations with their children. The objective of the development assignment was to produce a practise-based output according to the wishes of the commissioning organisation. As a result of the development assignment, a poster entitled Mobile Devices in the Family was completed and it was placed on the wall of the group Ihmemaa at Niinivaara Kindergarten.

The aforementioned poster acts as good discussion opener on the effects of mobile device use in the family. An idea to further develop this assignment is to study the impact of the mobile device use on the social relationships, communication and lifestyle among adolescents.

Language

Finnish

Pages 33

Appendices 1

Pages of Appendices 17

Keywords

mobile devices, family, interaction

Sisältö

1	Johdanto	7
2	Vuorovaikutus ja perhe.....	8
2.1	Hyvän vuorovaikutuksen tunnuspiirteet	8
2.2	Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys.....	9
2.3	Vuorovaikutussuhteen kehittyminen	10
2.4	Lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus	10
3	Älylaitteet ja vuorovaikutus perheen arjessa.....	11
3.1	Digitaalinen arki ja sen vaikutus perheen vuorovaikutuksessa.....	11
3.2	Älylaitteiden käyttö, säännöt ja suositukset	12
3.3	Älylaitteet vuorovaikutuksen esteenä	14
3.4	Älylaitteet vuorovaikutuksen tukena.....	15
4	Terveydenhoitajan ja perheen välinen yhteistyö.....	16
4.1	1–4-vuotiaiden lasten vuorovaikutuksen kehityksen seuraaminen	16
4.2	Perheiden tukeminen älylaitteiden käytössä.....	17
4.3	Varhaiskasvatuksen ja terveydenhoitajan välinen yhteistyö	18
5	Kehittämistyön tarkoitus, tavoite ja tehtävä	20
6	Kehittämistyön toteutus	20
6.1	Toiminnallinen kehittämistyö.....	20
6.2	Toimeksiantaja	21
6.3	Kehittämistyön prosessi.....	21
6.4	Julisteen suunnittelu ja toteutus.....	22
6.5	Julisteen arviointi.....	24
7	Pohdinta.....	24
7.1	Tuotoksen tarkastelu	24
7.2	Luotettavuus ja eettisyys	26
7.3	Ammatillinen kasvu	27
7.4	Hyödynnettävyys ja jatkokehitysmahdollisuudet	28
	Lähteet.....	28

Liitteet

Liite 1

Juliste

1 Johdanto

Älylaitteiden käyttö on nykyaikana paljon yleistynyt, ja ne ovat yksi iso osa tämän päivän arkielämää. Nykyajan lapset ja vanhemmat elävät mobiililaitteiden ympäröimänä joka päivä. Perheessä älylaitteiden käytöllä on hyviä ja huonoja vaikutuksia 1–4-vuotiaan lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutussuhteeseen. (Moisala & Lonkka 2019, 8–21) Älylaitteet voivat perheessä olla parhaimmillaan yhteinen ajanviette, joka voi tukea perheenjäsenten välistä vuorovaikutusta ja yhteenkuuluvuutta yhteisillä peleillä, ohjelmilla tai lauluilla. (Saarikivi & Martikainen 2016.) Pahimmillaan älylaitteet voivat kuitenkin estää pienen lapsen ja vanhemman välistä vuorovaikutusta sekä yhteen kuulumisen tunnetta. Erityisesti vanhemman liiallisella älylaitteiden käyttämisellä voi olla haitallisia vaikutuksia kehittyvän lapsen vuorovaikutus ja tunnetaitojen kehittymiseen. (Lahikainen, Mälkiä & Repo, 2015, 225–226)

Valtioneuvoston asetus ohjaa kuntien järjestämää neuvolatoimintaa. Kultien velvollisuus on järjestää lastenneuvolapalvelut perheille, joissa on alle kouluikäisiä lapsia. (Valtioneuvoston asetus, 338/2011) Lastenneuvolan tehtävänä on seurata lapsen kasvua ja kehitystä sekä tukea vanhempia vanhemmuudessa. Neuvolan keskeisimpiä tavoitteita on vanhemman ja lapsen välinen positiivisen varhaisen vuorovaikutussuhteen edistäminen ja tukeminen. (Puura, Sannisto & Riihonen 2018.)

Perheen älylaitteiden käyttöön liittyvä ohjaus alkaa keskustelemalla perheen ruutuajan käytöstä ja siihen liittyvistä normeista. Terveystoimittaja antaa vanhemmille tietoa lapsen eri ikäkausien ruutuajan käytön suosituksista. Terveystoimittaja auttaa vanhempia huomioimaan koko perheen ruutuajan käytön vaikutuksen vanhemmuuteen, lapsen kasvuun ja vuorovaikutuksen kehittymiseen. Yhdistyneiden kansakuntien YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen mukaan lapsella on oikeus hyvään lapsuuteen, tasa-arvoiseen kohteluun ja yksityisyyden suojaamiseen. Lapsen vanhemmilla on velvollisuus huolehtia lapsen turvallisesta kasvusta ja vuorovaikutuksen kehityksestä. (Valkonen 2015, 6–14.)

Työ on toteutettu toiminnallisena kehittämistyönä ja käsittelee mobiililaitteiden käyttämisen vaikutuksia lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutuksessa. Työn toimeksiantajana on

Joensuun kaupungin Niinivaaran vuoropäiväkoti ja sen 1–4-vuotiaiden vuorohoitoryhmä Ihmemaa. Työssä on käytetty termejä ”mobiililaite” ja ”älylaite”, jotka tarkoittavat samaa asiaa.

Kehittämistyön tarkoituksena on lisätä vanhempien tietoisuutta mobiililaitteiden käytön vaikutuksesta vuorovaikutustilanteissa lapsen kanssa. Kehittämistyön tavoitteena on saada vanhempi kiinnittämään huomiota mobiililaitteiden liikkakäyttöön vuorovaikutustilanteissa lapsen kanssa. Kehittämistyön tehtävänä on toteuttaa toimeksiantajan toiveen mukainen toiminnallinen tuotos.

2 Vuorovaikutus ja perhe

2.1 Hyvän vuorovaikutuksen tunnuspiirteet

Vuorovaikutustaidoilla tarkoitetaan halua sekä kykyä jakaa toisen kanssa ajatuksia, kokemuksia ja tekoja. Keskiössä on vastavuoroisuus eli se, että molemmat osapuolet antavat yhteiseen keskusteluun tai tapahtumaan oman panoksensa. Myönteiseen vuorovaikutukseen kuuluvat esimerkiksi rohkaiseminen, kannustaminen, kuunteleminen, myötätunto, ilahduttaminen sekä tarkkaavainen läsnäolo. Vuorovaikutus on tapahtuma, jossa tarvitaan empatian taitoja eli kykyä samaistua ja eläytyä toisen osapuolen mielentiloihin ja tunteisiin. Empatiaa tarvitaan kaikissa ihmissuhteissa ja sosiaalisessa kanssakäymisessä. Hyvään vuorovaikutukseen kuuluu myös läsnäolo eli toisen ihmisen aito kohtaaminen ja arvokkaana pitäminen. Toisen ihmisen kanssa tapahtuva aito kohtaaminen ja lämmin vuorovaikutus lisäävät toiveikkuutta ja saavat mielialan kohenemaan. (Suomen mielenterveys ry 2020.)

Hyvässä lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutussuhteessa vanhempi osaa ottaa huomioon vauvan fyysiset, sosiaaliset ja psyykkiset tarpeet. Vanhempi vastaa vauvan tarpeisiin niin, ettei vauvan tarvitse kokea kielteisiä kokemuksia liian pitkäkestoisesti tai voimakkaasti. Käyttäytymisen tasolla vauva äänтелеe, ilmaisee tunteitaan erilaisin ilmein, elehtii raajojaan liikuttelemalla ja hakee vanhemmalta katsekontaktia. Tunneilmiasun tasolla vauva kykenee

jakamaan omat tunnekokemuksensa vanhemman kanssa ja pystyy vastaamaan hänelle ilmaistuihin tunteisiin. Vauva ilahtuu vanhempien hyväntuulisuudesta, rauhoittuu lohduttaessa ja vakavoituu, kun vanhempi rajoittaa hänen tekemisiään. Psykologista tasoa pystytään arvioimaan vain epäsuorasti havainnoimalla vauvan reaktioita eri tilanteissa. (Puura & Hastrup 2020.)

Vauvan ja vanhemman välistä vuorovaikutuksen laatua voidaan arvioida tarkastelemalla kolmea eri tasoa: käyttäytymisen tasoa, affektiivista tasoa sekä psykologista tasoa. Käyttäytymisen tasolla tarkastellaan osapuolten käyttäytymistä, affektiivisella tasolla vuorovaikutuksessa ilmentyneitä tunteita ja psykologisella tasolla lapsen ja vanhemman ymmärrystä toisiaan ja vuorovaikutustilanteita kohtaan. Käyttäytymisen tasolla vanhempien toiminnassa olevia tunnusmerkkejä riittävän hyvästä vuorovaikutuksesta ovat muun muassa vauvan vuorovaikutusaloitteisiin vastaaminen, katsekontaktin hakeminen vauvan kanssa, hymyileminen, vauvan pitäminen itseä lähellä sekä vauvan tarpeiden ymmärtäminen. Tunnetasolla riittävän hyvä vuorovaikutus on enemmän myönteistä, kielteisiä tuntemuksia voi esiintyä hetkellisesti ja vanhemman kielteiset tunnereaktiot ovat sopivia suhteessa vauvan toimintakykyyn sekä ikään nähden. Psykologisella tasolla vauvan kannalta hyvässä vuorovaikutussuhteessa vanhemmilla on lämmin ja hyväksyvä suhde vauvaan, kykyä asettaa omia tarpeitaan sivuun ja asettua vauvan asemaan sekä kykyä vastata vauvan ilmaisemiin tunteisiin myönteisesti. (Puura & Hastrup 2020.)

2.2 Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys

Varhainen vuorovaikutus tarkoittaa kaikkea lapsen ja vanhemman välistä yhteistä tekemistä ja kokemista ensimmäisinä lapsen elinvuosina (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019). Varhaisen vuorovaikutuksen riittävän hyvä laatu edistää lapsen psyykkistä hyvinvointia. Tähän kuuluvat psyykkisten häiriöiden puuttuminen sekä hyvä ja tasapainoinen elämä. Ensimmäisinä elinvuosina aivojen kehitys on nopeaa ja on todettu, että hyvin varhaiset negatiiviset kokemukset pystyvät muokkaamaan aivojen toimintaa ja rakennetta. Varhaiseen vuorovaikutuksessa vanhempi haluaa pitää lasta lähellä, ottaa katsekontaktia, juttelee sekä haluaa oppia ymmärtämään vauvan tarpeita. Vauva oppii vastaamaan kontaktiin ensin katsella ja myöhemmin myös hymyllä ja ääntelyillä. Vuorovaikutuksen ja kanssakäymisen toimiessa hyvin, vanhempi on emotionaalisesti saatavilla sekä kykenee vastavuoroisuuteen. Lapsi kokee, että vanhempi hyväksyy hänen tunteensa sekä tarpeensa ja ymmärtää häntä. Lapsi oppii myös

viestittämään kokemuksistaan ja tunteistaan muille tietäen, että se johtaa myönteiseen lopputulokseen. Näin lapsi oppii tunnistamaan vähitellen omia tunnetilojaan ja tarpeitaan, mikä on tärkeää hyvän itsetunnon sekä emotionaalisen itsesäätelyn kannalta. Vuorovaikutus ei ole vain yksisuuntaista, joten vanhemman on tärkeää arvioida myös omia tunteitaan lasta kohtaan. (Hermanson 2019.)

2.3 Vuorovaikutussuhteen kehittyminen

Lapselle kehittyy varhaislapsuudessa vuorovaikutussuhde häntä hoitaviin hoitajiin. Lapsen vuorovaikutussuhde muodostuu lapsen varhaisten elinvuosien aikana hänen kokemistansa vuorovaikutuksen sisäisistä toimintamalleista häntä hoitavien hoitajien kanssa. Lapsen elämässä läsnä olevat vanhemmat vahvistavat lapsen minäkuvaa ja uusien taitojen oppimisen mahdollisuuksia. Vanhempien välinpitämättömyys ja huomaamattomuus taas saavat lapsen tuntemaan itsensä merkityksettömäksi. (Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Pulkkinen, Ruoppila & Nurmi 2014.)

Varhaislapsuudessa vuorovaikutussuhde muodostuu kodin ulkopuolelle ja mediaan. Vuorovaikutustaitojen avulla lapsi oppii erilaisia käyttäytymisen toimintamalleja eri ympäristöissä, kuten kotona ja kodin ulkopuolella. Lapsen itsensä ilmaisuun vaikuttaa lapsella olevat ominaispiirteet ja taidot, kuten persoonallisuus, temperamentti ja sosioemotionaalinen kehitys. Lapsen elämässä olevat ulkopuoliset tekijät, kuten huoltajien antama vuorovaikutuksen laatu, vaikuttavat merkittävästi lapsen vuorovaikutustaitojen kehittymiseen ja oppimiseen. (Laaksonen 6–17, 2010.)

2.4 Lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus

Vuorovaikutussuhde lapsen ja vanhemman välille muodostuu lapsen kehittyessä ja kasvaessa. (Hermanson 2019.) Lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus muovautuu moleminpuolisesta kiintymyssuhteesta ja fyysisestä läheisyydestä. (Korkalainen 2020.) Vuorovaikutuksessa tulee esille huomion kohteena oleminen ja tunteiden yhteinen jakaminen. Vuorovaikutuksen kautta pystyy viestimään omia tarpeita ja tunteita. Vuorovaikutus lapsen ja vanhemman välillä voi olla sanallista tai sanatonta viestintää. Sanallisessa vuorovaikutuksessa lapsi ja vanhempi kommunikoivat yhdessä. Sanattomassa vuorovaikutuksessa lapsi ja

vanhempi viestivät toisilleen ilmeiden, katseen, kosketuksen ja eleiden kautta. (Korhonen 2008.)

Vanhemman vastaaminen lapsen tarpeisiin vuorovaikutuksen ilmaisun kautta viestittää lapselle välitetyksi ja kuulluksi tulemistä. Nämä tunteet saavat lapsen kokemaan itsensä hyväksi ja tärkeäksi. Lapsuudessa muodostunut arjen turvallisuuden ja luottamuksen kokemukset vaikuttavat myönteisesti lapsen myöhempään ihmissuhteisiin sekä empatiakyvyn kehitykseen. Ne kehittävät lapsen positiivista minäkuvaa ja rakentavat hyvän itsetuntopohjan. (Pesonen, 2010.) Vanhemman antama riittävä perusturva ja emotionaalinen läsnäolo viestittää lapselle turvallisuuden tunnetta. Se antaa lapselle myös varmuutta tutustua tuntemattomaan ympäristöön ja tukee lapsen hankalia sekä stressaavia elämäntilanteita. (Ahonen ym. 2014.)

3 Älylaitteet ja vuorovaikutus perheen arjessa

3.1 Digitaalinen arki ja sen vaikutus perheen vuorovaikutuksessa

Älylaite määritellään esineeksi, joka on internet-verkon kautta yhteyksissä muihin laitteisiin ja niiden käyttäjiin. Älylaitteiden avulla pystyy olla vuorovaikutuksessa toisten käyttäjien kanssa. (Silverio–Fernández, Renukappa & Suresh 2018.) Mobiililaitteiksi nimitetään laitteita, joita voi kantaa mukana. Niiden ominaisuutena ovat langaton yhteydenpito ja tiedonsiirto internet-verkon kautta. Tällöisiä laitteita ovat esimerkiksi matkapuhelimet, tablet-tietokoneet ja kannettavat tietokoneet. (Sanastokeskus 2020.)

Sosiaalinen media tarkoittaa tietotekniikkaa ja tukiverkkoja, jotka ovat viestinnän hyödyntämiä muotoja. Sosiaalisen median avulla käsitellään käyttäjien tuottamaa ja jakamaa sisältöä ylläpitämällä ja luomalla ihmisten välisiä suhteita. Sosiaalinen media määritellään vuorovaikutussuhteen ja käyttäjälähtöisyyteen perustuvaksi viestintäkanavaksi, välineeksi tai ympäristöksi. (Termipankki 2010)

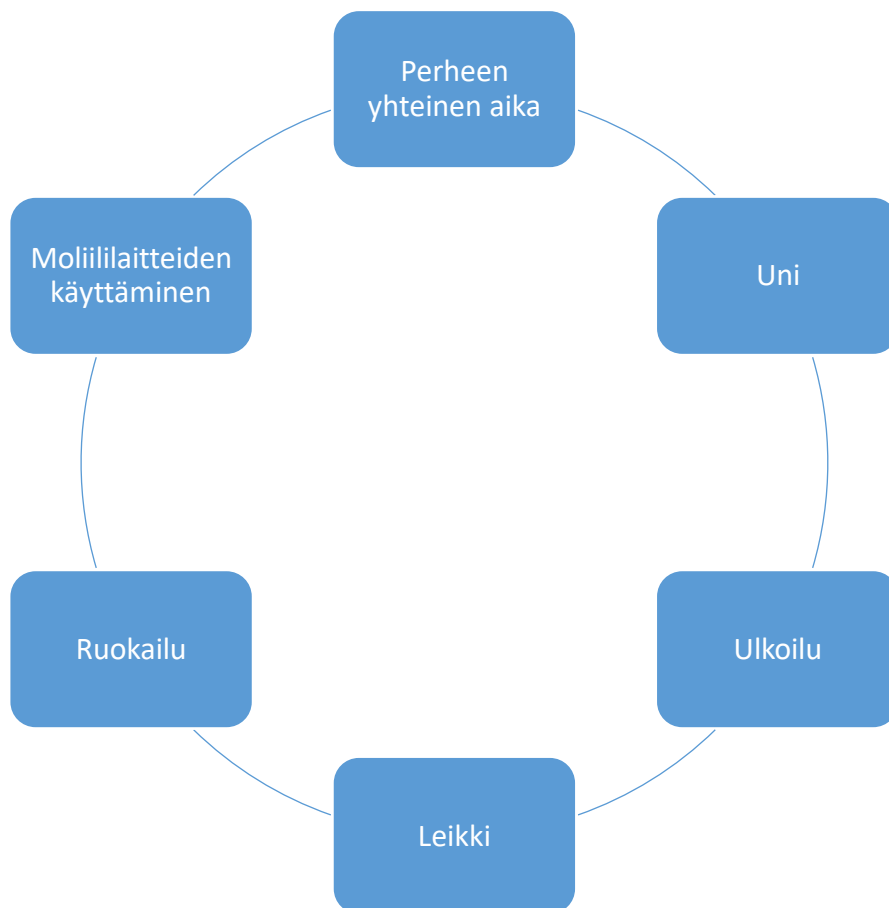
Älylaitteet ovat suuri osa nykyaikaa. Mobiililaitteet kuten matkapuhelimet ja tabletit ympäröivät nykypäivänä lasten elämää. Perheenjäsenten väliseen vuorovaikutukseen mobiililaitteiden käytöllä on sekä myönteisiä, että kielteisiä vaikutuksia. Mobiililaitetta voidaan perheessä käyttää viihdykkeenä, sosiaalisten suhteiden ylläpitämiseksi ja lasten oppimateriaalien saataavuutta varten. (Radelsky, Kistin, Zuckerman, Nitzberg, Gross, Kaplan-Sanoff, Augustyn & Silverstein 2014.)

Huomiota on alettu kiinnittämään toiminnallisiin riippuvuuksiin, kuten älypuhelin- ja nettiriippuvuuteen. Riippuvuustilanteessa hauska hyödyllinen muuttuu sosiaalisia suhteita ja arkielämää hallitsemattomaksi rikkovaksi käytännöksi. Loputtomat mahdollisuudet tiedonhakuun, peleihin ja sovelluksiin sekä laitteiden jatkuva mukana kulkeminen altistavat riippuvuuden huomaamattomalle kehittymiselle. Toiminnallinen riippuvuus on ongelmallinen etenkin, kun kyseessä on pienen lapsen vanhempi. Vanhemmuus sekä lapsen ja vanhemman yhteinen aika ei tuota enää samalla tavalla luonnollista mielihyvää, vaan alkaa tuntua ikävältä, stressaavalta ja häiritsevältä. Älypuhelimien ja digimedian haitat vanhemmuuteen ovat jääneet vähälle huomiolle. Puutteellisesta varhaisen vuorovaikutuksen ja läsnäolon vaikutuksesta on olemassa kehityspsykologista näyttöä. (Pajulo, 2018)

3.2 Älylaitteiden käyttö, säännöt ja suositukset

Älylaitteista on tullut itsestään selvä osa jokapäiväistä arkielämäämme. Ne ovat muuttaneet radikaalisti aikakäsitystämme ja sosiaalisia toimintatapoja. Aikakäsityksellä tarkoitetaan asioiden sopimista ja niiden järjestelyä nopealla tahdilla älypuhelimien avulla. Älypuhelin mahdollistaa erilaisten interaktiivisten sovellusten käytön, joiden avulla sen käyttäjä voi olla saavutettavissa monin eri tavoin. (Lahikainen, Mälkiä & Repo, 2015, 224.) Älylaitteiden käyttö on vähentänyt sosiaalisia kontakteja. Ne eivät kuitenkaan kokonaan saa korvata tai häiritä kasvokkain tapahtuvaa vuorovaikutusta. Digitaalinen vuorovaikutussuhde ja ajan viettäminen ei opeta tulkitsemaan ihmisen kehonkieltä tai äänensävyjä. Elämässä tarve kasvokkain tapahtuville ihmisten välisille kohtaamisille ja vuorovaikutussuhteille ei häviä koskaan tulevaisuudessa. Tämän vuoksi fyysisen läsnäolon kokemuksella ja vuorovaikutuksella on suuri merkitys lapsen elämässä. (Kosola, Moisala & Ruokoniemi 2019, 159–160.)

Tietokirjailija Pönkä (2021) on kirjoittanut artikkelin yhteistyössä Mannerheimin lastensuojeluliiton kanssa aiheesta: ”Sopiva ruutu-aika” Artikkelissa kirjoitetaan lapsille sopivasta ruutuajan käytöstä ja tuodaan esille perheen yhteisten pelisääntöjen luomisesta ruutuajan suhteen. Vanhemman on hyvä miettiä, kuinka koko perhe käyttää ruutu-aikaa, minkälaisessa hetkessä median käyttö on hyväksyttyä ja miten aikuinen voi käyttää älylaitteita lapsen kanssa yhdessä. Lapsen turvallinen ja sopiva ruutu-aika on kehitystä sekä oppimista tukeva. Älylaitteiden käytön tuntirajoitukset voivat auttaa perheen sisäisten sääntöjen muodostamista, jotta muillekin aktiviteeteille jää perheessä aikaa älylaitteiden lisäksi. Tasapainoinen mobiililaitteiden käyttäminen (kuvio 1) muodostuu niin, että lapselle jää aikaa myös perheen yhteiseen aikaan, ulkoiluun, ruokailuun, leikkiin ja riittävään uneen.



KUVIO 1. Tasapainoinen mobiililaitteiden ajan käyttäminen

WHO:n (World Health Organization) laatima suositus on ruutuajan käytöstä 2–4-vuotiaille lapsille enintään tunti päivässä ja 1–2-vuotiaille ei suositella ollenkaan ruutuajan käyttöä. (Stephanie 2020.) Alle 2–vuotiaille lapsille älylaitteiden käytöstä ei ole mitään hyötyä. Pienen

lapsen kehitystä tukee fyysisesti läsnä ja vuorovaikutuksessa oleva aikuisen. (Kosola, Moisala & Ruokoniemi 2019, 161.)

3.3 Älylaitteet vuorovaikutuksen esteenä

Lapsen kehityksen kanssa ratkaisevaa on lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus, joten joka puolella läsnä olevien medialaitteiden vuorovaikutukselle asettamat haasteet ovat tämän ajan suuria kysymyksiä (Lahikainen, Mälkiä & Repo, 2015, 206).

Aikuiseksi kasvaessa lapsi oppii hallitsemaan vuorovaikutuksen perussääntöjä. Nykyajan lapset kasvavat erilaisten medialaitteiden ympäröiminä ja oppivat näin sosiaaliset taitonsa tässä ympäristössä. (Lahikainen, Mälkiä & Repo, 2015, 207–224.)

Moni on kokenut sen, että jotakin informaatioteknistä laitetta kuten älypuhelinta käyttävän ihmisen kanssa keskustelu on hankalaa. Vastauksia voi joutua odottamaan tai voi kokea, ettei ole tullut kuulluksi ollenkaan. Keskustelukumppanin huomio ei irtoa helposti medialaitteesta ja vaikka huomio irtaantuisikin hetkeksi, palaa se myös herkästi takaisin laitteeseen. (Lahikainen, Mälkiä & Repo, 2015, 214.)

Medialaitteiden jatkuva läsnäolo perheessä luo perheen vuorovaikutukseen epäselvyyttä ja monimutkaisuutta, jonka voisi olettaa vaikuttavan lapsen kehittyviin sosiaalisiin ja emotionaalisiin taitoihin. Vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus on lapsen kehityksen kannalta ratkaisevaa, joten medialaitteiden asettamat haasteet ovat tärkeä kysymys. Medialaitteet voivat osoittautua kehityopsykologiseksi riskitekijäksi, jos vauva joutuu pienestä pitäen kilpailemaan huomiosta älylaitetta vastaan. (Lahikainen, Mälkiä & Repo, 2015, 225–226.)

Vuorovaikutus lapsen ja vanhemman välillä kärsii, jos vanhempi on lapsen läsnä ollessa samaan aikaan kännykällä. Näin sanaton, että sanallinen viestintä vähenevät ja tämä voi viivästyttää lapsen kielellistä kehitystä. (Riihimaa 2019.) Vähentynyt vuorovaikutus vaikuttaa lapsen monipuolisen sanavaraston kehittymiseen ja hidastaa näin kuullun ymmärtämistä sekä puheen oppimista. (Anderson & Subrahmanyam 2017.) Vanhemman puhuessa lapselleen, lapsi

tunnistaa tilanteen tutuksi ja tietää tilanteen olevan ennakoitavissa. Toinen osapuoli tekee aloitteen, vanhemman ja lapsen katseet kohtaavat ja alkaa sanallinen vuorovaikutus. Tilanteesta, jossa vanhempi vilkuilee jatkuvasti kännykkäänsä, katoaa ennakoitavuus. Ajatusten ja vuorovaikutuksen vaihtamisesta tulee pätkittäistä, jos lapsen joutuessa kilpailemaan huomiosta kännykän kanssa. Vanhempi voi osoittaa myös ärtyneisyyttä, jos joutuu nostamaan katseen kännykästä useita kertoja lapsen vaatiessa huomiota itselleen. Toisten ihmisten tunteiden huomioiminen ja tunnistaminen on hankalaa, jos tilanteessa on monia kilpailevia huomionlähteitä. Siksi kännykän laittaminen syrjään edesauttaa lapsen empatiakyvyn ja vuorovaikutustaitojen kehittymistä. (Riihimaa 2019.)

Virtuaalilaitteiden käyttäminen voi heikentää lapsen omaa ajattelukykyä, millä on vaikutusta lapsen muistin kehittymiseen ja oppimiskykyyn. (Anderson & Subrahmanyam 2017.) Laitteet lisäksi tarjoavat mahdollisuuden päästä välittömästi käsiksi videoihin ja peleihin, mikä voi lisätä todennäköisyyttä, että ruudun äärellä vietetty aika korvaa lapsen rikastuttavan toiminnan tai sitä käytetään houkuttimena lapsen toiminnan hallitsemiseksi. (Radelsky.y.m.2014.) Mobiililaitteiden käytöstä kannattakin perheessä laatia arkeen sopivat yhteiset säännöt yhdessä lapsen kanssa. (Kosola, Moisola & Ruokoniemi 2019a.)

3.4 Älylaitteet vuorovaikutuksen tukena

Älylaitteilla on yhä merkittävämpi rooli lasten ja vanhempien arjessa nykypäivänä. Ruutuajan negatiivisista vaikutuksista puhutaan paljon, mutta parhaimmillaan älylaite voi tarjota aivojen kehitystä tukevaa monipuolista stimulaatiota. Positiivisesti ajateltuna älylaite voi olla työkalu uuden oppimiseen ja se voi toimia luovuuden kanavana sekä tiedonhakukoneena. Mobiililaitteiden käyttö voi parhaimmillaan olla luonteva osa aivojen kehitystä tukevaa sekä monipuolista ympäristöä silloin, kun peruspilarit aivojen hyvinvoinnin kannalta ovat kunnossa. Näitä peruspilareita ovat terveellinen ruokavalio, liikunta, kasvokkain tapahtuva vuorovaikutus sekä riittävä unensaanti. (Kosola, Moisala & Ruokoniemi 2019b.)

Nykyisin digitaaliset työkalut kuuluvat osaksi lapsen varhaista ympäristöä. Monesti keskusteluissa lapsen digitaalisten sovellusten käyttö rinnastetaan vuorovaikutukseen ja ajatellaan sen tapahtuvan toisinaan inhimillisen vuorovaikutuksen kustannuksella. Lapsen kehityksen vaarantamisen sijaan digitaalisia työkaluja tulisi miettiä myös kehitystä tukevana menetelmänä.

On olemassa applikaatio, joka pystyy näyttämään päähän laitettavissa laseissa sen, mitä tunteita toisen vuorovaikutuksen osapuolen kasvoilta välittyy. Tällaista applikaatiota käytetään mm. henkilöillä, joilla on tunteiden tunnistamisen vaikeutta. On olemassa myös nettiyhteisöjä, jotka toimivat terveyttä edistävän vuorovaikutuksen paikkana, silloin kun omasta elämästä sellainen puuttuu tai vuorovaikutuksen luominen on muutoin hankalaa. (Saarikivi & Martikainen 2016.)

Tiedetään, että lapset tarvitsevat sensitiivistä vuorovaikutusta heille tärkeän aikuisen kanssa. Erilaisissa mobiilisovelluksissa vuorovaikutusta voi lisätä käyttämällä sovelluksia ja pelejä yhdessä lapsen kanssa, keskustelemalla sekä sanoittamalla lapsen kokemuksia ja olemalla kiinnostunut lapsen tekemisestä. Lapsen vuorovaikutustaitojen kehittymisen, ajan käytön ja digitaalisten työkalujen suhteen vanhemman on hyvä miettiä esimerkiksi sitä, millaisia taitoja lapsi tarvitsee, millä tavoin lapsen taidot voisivat kehittyä parhaiten ja tarvitaanko digitaalisia työkaluja näiden taitojen opetteluun. Vanhemmat voisivat myös miettiä, voisiko digitaalisilla työkaluilla helpottaa esimerkiksi joitakin lapsen erityishaasteita. (Saarikivi ym. 2016.)

4 Terveystenhoitajan ja perheen välinen yhteistyö

4.1 1–4-vuotiaiden lasten vuorovaikutuksen kehityksen seuraaminen

Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen edistää lapsen kehitystä. Lastenneuvolassa terveydenhoitajan on tärkeää havainnoida lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutuksen kehittymistä. Terveystenhoitaja tekee vastaanottotilanteessa havaintoja vanhemman ja lapsen välisestä vuorovaikutuksesta käyttäytymisen tasolla sekä vuorovaikutuksen tunnesisällöistä. Vuorovaikutusta arvioidaan keskustellen vanhempien kanssa sekä havainnoimalla lapsen ja vanhemman välistä yhteistoimintaa. (Borg & Kaukonen 2017, 108.) Tavanomaisessa vuorovaikutussuhteessa vanhempi jakaa katsekontakteja ja hymyjä lapsen kanssa, pitää lasta lähellä ja muuttaa ääntään ja puhetyyliään lapsen tasolle sopivaksi. Toimivaan vanhemmuuteen luokitellaan kuuluvaksi lapsen pettymysten sietäminen, lapsen viesteihin vastaaminen sopivalla tavalla sekä vanhemman kyvykyys ymmärtää lapsen tarpeita. (Borg & Kaukonen 2019.)

Leikki-ikäisten lasten kehityksen seurantaan on lastenneuvoloissa käytössä lapsen neurologisen kehityksen arviointimenetelmä (Lene). Leneä voidaan käyttää arvioidessa 2,5–6-vuotiaiden lasten kehitystä. Yhtenä Lenen osa-alueena on lapsen vuorovaikutustaitojen arvioiminen ja arviointi tapahtuu havainnoimalla lapsen käyttäytymistä Lene-tehtävien aikana. Terveydenhoitajan on hyvä tehdä vastaanoton ilmapiiristä lapselle rento, jotta lapsi onnistuisi tehtävien teossa kykyjensä mukaisesti. Arvioinnissa on tärkeää ottaa huomioon myös vanhempien sekä päivähoiton havainnot lapsen vuorovaikutustaidoista. Lisäksi lapsen kehityksen arvioimiseksi voidaan käyttää myös erilaisia lomakkeita, kuten Vahvuudet ja vaikeudet-kyselyä. (Valtonen 2021.) Tämä kysely on tarkoitettu tiedon keruuseen lapsen psykososiaalisesta hyvinvoinnista (Borg 2020).

Työntekijän on tärkeää antaa palautetta vanhemman ja lapsen välisestä positiivisesta ja toimivasta vuorovaikutuksesta. Jos terveydenhoitajalla herää huolta vuorovaikutuksesta, on huoli otettava puheeksi perheen kanssa. Tällöin vanhempien kanssa on hyvä kartoittaa perheen voimavaroja sekä tehdä yhdessä vanhempien kanssa suunnitelma vuorovaikutuksen tukemiseksi. Terveydenhoitajalla on merkittävä ja aktiivinen rooli vuorovaikutustaitojen tukemisessa, kun huoli on lieväästeinen. Tarvittaessa terveydenhoitaja tekee yhteistyötä muiden ammattiryhmien, kuten perheneuvolan, lastensuojelun tai neuvolapsykologin kanssa perheen yksilöllisten tarpeiden mukaan. (Borg ym. 2019.)

4.2 Perheiden tukeminen älylaitteiden käytössä

Älylaitteiden käytöllä on useita myönteisiä vaikutuksia kulttuuriimme ja elämäämme, mutta se vaatii uusia vaatimuksia, joita aikaisemmin ei ole tarvittu. Terveydenhoitajan tehtävänä on lastenneuvolassa tukea perhettä hyvässä ja kohtuullisessa ruutuajan käytössä. Lapsen täytettyä kaksi vuotta olisi vanhemman viimeistään hyvä päästä lastenneuvolassa keskustelemaan terveydenhoitajan kanssa aktiivisesti älylaitteiden hyödyistä ja haitoista. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2004, 209.)

Vanhemmilta on hyvä ottaa selvää perheen ruutuajan käytön ja ajan tottumuksista. Perhettä on hyvä kannustaa älylaitteiden käyttöön liittyvien sääntöjen miettimiseen, jos niitä ei ole vielä ajateltu. (Pönkä 2021.) Terveydenhoitajan on ohjattava perhettä lapsen kasvun ja kehityksen

tukevaan ruutuajan käyttöön. Sopivan ruutuajan ohjannassa tulee kiinnittää huomiota lapsen ikätasoon ja sen mukaan meneviin suosituksiin. ”Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen suosituksien mukaan alle 2–vuotiaat lapset eivät tarvitse ruutuaikaa lainkaan ja 2–4-vuotiailla lapsilla ruutuaikaa tulisi olla korkeintaan tunti päivässä.” (Terävä 2021.)

Lasten älylaitteiden käyttämisen tavoista ja asennoista on hyvä ottaa selvää. Huonossa asennossa älylaitteiden käyttäminen aiheuttaa fyysisiä haittoja. Tavallisimpia ovat hartia, pää, niska ja selkävivot, joilla on vaikutusta lapsen ryhdin kehitykseen. Vanhempia tulisi ohjata kiinnittämään huomioita lapsen älylaitteiden käytön asentoihin, jotta älylaitteiden käyttö ei aiheutuisi lapselle terveyshaittoja. (Salo & Pirkkalainen 2019, 85.)

Vanhempien olisi hyvä rajoittaa lapsen passiivista ruutuaikaa, sillä runsas ruutuaika on myöhemmässä iässä yhteydessä keskittymisvaikeuksiin. Lisäksi somettaminen näkyy sekä riippuvuuteen ja tunteisiin liittyvillä aivoalueilla. (Kosola, Moisala & Ruokoniemi, 2019, 17–21.) Vanhempaa on hyvä muistuttaa siitä, että he ovat roolimalleja lapsilleen myös älylaitteiden käytössä. (Kosola, Moisala & Ruokoniemi, 2019, 89). Ruutuajan ohjannassa terveydenhoitajan on hyvä painottaa, että perheen arjessa on hyvä kiinnittää huomioita älylaitteiden kohtuulliseen käyttämiseen ja tätä kautta lapsen muiden arjen rutiinien terveyttä edistävään toteutumiseen. Etenkin riittävä uni, terveellinen ruokailu, liikunnallinen ulkoilu ja leikki ovat tärkeitä osa-alueita lapsen arjessa. (Valkonen 2015, 12–15.)

Vanhemman olisi hyvä tutustua lapsen käyttämiin älylaitteisiin ja niiden toimintaperiaatteisiin sekä käyttää itse samoja älylaitteita ja palveluita, jotta vanhempi olisi tietoinen mitä palvelussa tapahtuu ja miten sitä käytetään. Älylaitteiden kanssa on vanhemman hyvä sopia lapsen kanssa selvät rajat. Älylaitteiden kohdalla on myös hyvä kiinnittää huomiota tietoturvaan ja yksityisyysasetuksiin. Älylaitteisiin voi vanhempi luoda rajoituksia, joka estää lapsen pääsyn sisältöihin, jotka eivät ole turvallisia tai sallittuja lapsille. (Kosola, Moisala & Ruokoniemi, 2019, 88.)

4.3 Varhaiskasvatuksen ja terveydenhoitajan välinen yhteistyö

Peruspalveluita lapsen kasvun, kehityksen ja oppimisen kannalta ovat neuvola, päivähoito, esiopetus ja koulu. Päivähoito ja neuvola on läheisiä yhteistyökumppaneita ja heidän tehtävänsä on edistää lapsen kasvua, oppimista ja kehitystä sekä tukea vanhempia heidän kotikasvatuksessaan. Päivähoidossa varhaiskasvatuksen lähtökohdat ovat samat kuin neuvolassa eli lasten ja perheiden tarpeet. (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2004.)

Lapsi tekee neuvolatarkastuksessa tehtäviä kahden kesken terveydenhoitajan kanssa, joten tärkeää on saada tietää, miten lapsi toimii ryhmässä. Terveydenhoitajalle tärkeää tietoa ovat päivähoiton havainnot lapsen sosiaalisista taidoista, leikistä, tunne-elämän ja kielellisten taitojen kehityksestä. (Tarkka, Komi, Nevanen & Tuominiemi-Lilja, 2013.)

Varhaiskasvatuksen ja neuvolan välistä yhteistyötä tehdään etenkin lapsen laajojen terveystarkastuksien yhteydessä. Tavoitteena yhteistyölle on huoltajien luvalla tapahtuva laadukas tiedonsiirto varhaiskasvatuksesta neuvolaan ja neuvolasta varhaiskasvatukseen. Henkilökunnan antama arvio lapsen kasvusta, kehityksestä ja hyvinvoinnista on neuvolassa työskentelevälle terveydenhoitajalle tärkeää. Näin voidaan tunnistaa tuen tarpeita varhaisessa vaiheessa monialaisena yhteistyönä. (Joensuun seudun varhaiskasvatussuunnitelma, päivitys 8/2020.)

Varhaiskasvatusta järjestäessään kunnan on toimittava yhteistyössä neuvolatoiminnan ja muusta terveydenhuollosta vastaavien ja muiden tarvittavien tahojen kanssa. (Varhaiskasvatustilaki, 2018/540) Kunnan on järjestettävä oman alueensa alle oppivelvollisuusikäisten lasten ja heidän perheidensä neuvolapalvelut. Neuvolapalveluihin sisältyvät terveen lapsen kasvun, kehityksen ja hyvinvoinnin edistäminen. Ensimmäisen ikävuoden aikana tarkastukset tehdään keskimäärin kuukauden välein, jonka jälkeen tarkastuskäynnit tehdään vuosittain sekä yksilöllisen tarpeen mukaisesti. Neuvolapalveluihin sisältyvät lisäksi muun perheen hyvinvoinnin ja vanhemmuuden tukeminen, lapsen kasvu- ja muun kehitysympäristön, kodin sekä perheen elintapojen terveellisyyden edistäminen. Lisäksi neuvolapalveluihin sisältyy erityisen tuen ja tutkimusten tarpeen varhainen tunnistaminen lapsen ja perheen kohdalla sekä tarvittaessa hoitoon ja tutkimuksiin ohjaaminen. Kunnan on perusterveydenhuollon neuvolapalveluja järjestäessään toimittava yhteistyössä varhaiskasvatuksesta vastaavien sekä muiden vastaavien tahojen kanssa. (Terveydenhuoltolaki, 2010/1326)

5 Kehittämistyön tarkoitus, tavoite ja tehtävä

Kehittämistyömme tarkoituksena on lisätä vanhempien tietoisuutta mobiililaitteiden käytön vaikutuksesta vuorovaikutustilanteissa lapsen kanssa. Tavoitteena kehittämistyöllemme on saada vanhempi kiinnittämään huomiota mobiililaitteiden liikakäyttöön vuorovaikutustilanteissa lapsen kanssa. Kehittämistyön tehtävänä oli toteuttaa toimeksiantajan toiveen mukainen toiminnallinen tuotos. Kehittämistyön tuotoksena on juliste mobiililaitteiden käytöstä perheissä Niinivaaran vuoropäiväkodin Ihmemaa ryhmän seinälle.

6 Kehittämistyön toteutus

6.1 Toiminnallinen kehittäminen

Kehittäminen tarkoittaa suunniteltua toimintaa tutkimuksen tuloksen ja/tai käytännön kokemuksen kautta saadun tiedon käyttämistä uudestaan menetelmien, järjestelmien, uusien aineiden, tuotteiden ja tuotantoprosessin aikaansaamiseksi tai olemassa olevien olennaiseen parantamiseksi (Tilastokeskus 2019).

Toiminnallinen opinnäytetyö tavoittelee käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamista, toiminnan järjestämistä ja järjeistämistä. Se voi olla ammatilliseen käyttöön suunnattu ohjeistus, ohje tai opastus. Esimerkiksi ohje perehdyttämiseen, turvallisuusohjeistus tai ympäristöohjelma. Toteutustapana voi olla myös tapahtuman järjestäminen. Korkeakoulun toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistyvät käytännössä tapahtuva toteutus ja sen tutkimusviestinnän keinoin tapahtuva raportointi. (Vilka & Airaksinen 2003, 9.) Kirjoitusosiossa on käytetty Karelian ammattikorkeakoulun opinnäytetyön ohjetta. (Karelian ammattikorkeakoulu 2018.)

Toiminnallinen työ tulisi olla työelämälähtöinen, tutkimuksellisella asenteella toteutettu, käytännönläheinen ja alan tietojen sekä taitojen riittävän tasoista hallintaa osoittava (Vilkka & Ayraksinen 2003, 10). Tämä kehittämistyö on toteutettu toiminnallisena kehittämistyönä.

Kehittämistyöprosessin alkuun tarvitaan kehitettävän kohteen tunnistamista, valittuun kohteeseen tutustumista, kehittämistyön tavoitteiden ja tehtävän määrittelyä. Työhön kerätään tietopohjaa ja tarkastellaan millaisia menetelmiä, hyödynnetään kehittämistyön toteutuksessa. Toteutustavan valintaa ohjaa työn kehittämistehtävä. Tietoperustan ja käytettävien menetelmien ollessa valmiita tehdään toiminnallinen osuus kehittämistyöhön. Valmis kehittämistyö arvioidaan ja julkaistaan. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2014, 18–36.)

6.2 Toimeksiantaja

Toimeksiantajana on Joensuun kaupungin Niinivaaran vuoropäiväkoti ja sen 1–4-vuotiaiden vuorohoitoryhmä Ihmemaa. Lapsille Niinivaaran vuoropäiväkoti tarjoaa turvallisen kasvuympäristön kaikkina vuorokauden aikoina ja viikonpäivinä vuoden ympäri. Niinivaaran vuoropäiväkodin toiminta-ajatuksena on luoda lapselle kodinomainen ja turvallinen oppimisympäristö sekä antaa mahdollisimman paljon yksilöllistä huomiota ryhmätoiminnan ohessa. Niinivaaran vuoropäiväkodin toiminta perustuu positiiviseen pedagogiikkaan, lapsen mielenkiinnon kohteisiin ja tarpeisiin. Päiväkoti on ensisijaisesti tarkoitettu lapsille, joiden huoltajat työskentelevät säännöllisessä vuorotyössä tai lapsille, joiden huoltajien päätoiminen opiskelu ajoittuu säännöllisesti poikkeaviin kellonaikoihin. (Joensuun kaupunki 2020.)

6.3 Kehittämistyön prosessi

Kehittämistyöprosessi alkoi elokuussa 2020 kehittämistyön infossa. Kehittämistyöinfon aikana saimme pohtia mahdollista aihetta kehittämistyöllemme. Infon aikana keksimme mielenkiintoisen ja ajankohtaisen aiheen, josta halusimme tehdä kehittämistyön. Tekijöitä kehittämistyön alussa oli kaksi, kolmas tekijä liittyi mukaan vähän myöhemmin. Kaikki kolme tekijää olimme mukana kuitenkin aihesuunnitelman suunnittelusta asti.

Kehittämistyön infon jälkeen kirjoitimme aihesuunnitelman, jonka palautimme syyskuussa. Pohdimme samalla mahdollista toimeksiantajaa työllemme. Päätimme pyytää toimeksiantajaksi Niinivaaran vuoropäiväkotiä. Ehdotimme toimeksiantajalle aihetta mobiililaitteista ja niiden vaikutuksesta vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen. Toimeksiantajan mielestä aihe oli tärkeä, ajankohtainen ja se sopisi heidän työympäristöönsä hyvin. Yhteistyö päiväkodin kanssa lähti sujumaan hyvin. Sovimme päiväkodin kanssa toiminnallisen tuotoksen olevan päiväkodin eteiseen laitettava juliste.

Suunnittelimme työn sisältöä sekä aiheen rajausta, samalla kun aloitimme terveydenhoito-työharjoittelun lokakuussa. Etsimme lähteitä teoriaosioon eri tietokannoista. Tutkimustiedon hakuun käytimme Medic- ja Cinahl-tietokantoja sekä Google Scholaria. Lisäksi hyödynsimme tiedon hakuun Karelia Finna-, Helmet- ja Vaara-kirjastot- kirjastopalveluita. Käyttämiämme hakusanoja olivat ”lapsi”, ”mobiililaitteet”, ”älylaitteet”, ”media”, ”vanhemmuus” ja ”vuorovaikutus”.

Pidimme yhteyttä toimeksiantajaan puheluiden ja viestien välityksellä. Kävimme läpi, miten työmme edistyy ja mitä toivomuksia toimeksiantajalla on toiminnallisen osuuden suhteen. Toimeksiantosopimuksen kirjoitimme helmikuussa 2021. Työskentelytahtiin vaikuttivat muut koulutyöt ja syksyn sekä kevään työharjoittelut. Pidimme Whatsapp ryhmäkeskustelun ja Teams-sovelluksen kautta yhteyttä toisiimme. Whatsapp-ryhmää käytimme myös työnprosessin aikana päiväkirja merkintöjen tekemiseen.

Tammikuussa työ tuntui vielä epäjohdonmukaiselta ja meiltä puuttui vielä työn varsinainen otsikko. Muutimme työmme otsikointia ja muokkasimme otsikoiden järjestystä. Tämän jälkeen työn sisältö alkoi hahmottumaan paremmin ja kirjoittamisesta tuli helpompaa. Tarkastelimme työmme ja muokkasimme työmme sisältöä. Osallistuimme kehittämistyön ohjauksiin, joissa suunnittelimme työmme etenemistä ja veimme työtä eteenpäin. Tammikuun, helmikuun ja maaliskuun aikana kirjoitimme kehittämistyön kirjallisen osuuden valmiiksi. Helmi- ja maalikuussa suunnittelimme ja toteutimme julisteen valmiiksi. Valmis kehittämistyö esitellään huh-
tikuun 2021 kehittämistyöseminaarissa.

6.4 Julisteen suunnittelu ja toteutus

Julisteiden tarkoituksena on antaa ihmisille tietoa heille vieraasta asiasta ja auttaa jakamaan uutta tietoa isoillekin ihmisjoukoille. Julisteet tavoittavat ihmisiä pidemmän aikaa kuin esimerkiksi kerran esitetty esitelmä. Julisteiden hyväksi puoleksi voidaan todeta niiden näkyminen lukijalle kauempaa ja nopeasti luettavissa oleva tuotos. (Silén 2013.)

Tuotoksen otsikoinnissa tärkeitä piirteitä luettavuuden kannalta ovat otsikko ja väliotsikot. Tuotos alkaa otsikolla esitellen käsiteltävän aiheen. Hyvä otsikko myös herättelee lukijan mielenkiinnon aihetta kohtaan. (Torkkola, Heikkinen & Tiainen, 2002, 39–40) Julisteen otsikoksi valitsimme ”mobiililaitteet perheessä”. Halusimme julisteen otsikon olevan selkeä ja sen herättävän lukijan huomion.

Tuotoksessa oleva kuva voi parhaimmillaan herättää lukijan kiinnostuksen ja auttaa ymmärtämään käsiteltävää aihetta. Kuvia käytetään tekstin tukena ja täydennyksenä. Kuvat, jotka valitaan täydentämään tekstiä ja selittämään sitä, lisäävät työn luettavuutta, kiinnostavuutta ja ymmärrettävyyttä. (Torkkola, Heikkinen & Tiainen, 2002, 40.) Toimeksiantajalla ei ollut toiveita julisteen suhteen. Suunnittelimme julisteen kuvan itse. Kuvan keskellä on mobiililaitte, josta pitävät kädellä kiinni lapsi ja aikuinen. Julisteessa oleva kuva on teeman mukainen ja selkeä. Julisteen kuva täydentää ja tukee julisteessa olevaa tekstiä. Juliste toteutettiin Canva-sovelluksella. Julistetta varten kehittämistyön tekijät ottivat useita eri kuvia kehittämistyön aiheen teemaa mukailleen. Julisteen taustalla olevassa kuvassa esiintyvät henkilöt kuuluvat kehittämistyön tekijöiden lähipiiriin. Kuvassa esiintyviltä henkilöiltä on lupa kuvan käyttöön. Kuvassa olevat henkilöt eivät ole tunnistettavissa.

Työssä olevan tekstin rakenne riippuu työn aiheesta. Esitysjärjestyksen ollessa looginen, on siinä oltava selkeä kappaleiden jako. Yksi kappale sisältää yhden aihealueen, joka lisää aiheen ymmärrettävyyttä. Viimeisenä työhön tulee tiedot tekijöistä ja viitteet lisätietoihin. (Torkkola, Heikkinen & Tiainen, 2002, 43–44.) Oikeakielisyys ja ymmärrettävyys kulkevat käsi kädessä. Ymmärrettävä kieli on hyvää suomen kieltä. Tekstin ja kuvien asettelu toimii työlle hyvänä lähtökohtana. (Torkkola, Heikkinen & Tiainen, 2002, 46.) Värimaailma julisteen mobiililaitteessa on tumma, joten siinä olevat hengeät eriväriset tekstiruudut on suunniteltu kiinnittämään julisteen lukijan huomion. Juliste suunniteltiin tulostettavaksi A3 kokoiselle paperille, jotta julisteen teksti erottuisi hyvin. Tekstin fontiksi valikoitui kehittämistyön tekijöiden mielestä selkeä ja helppolukuinen fontti. Teksti julisteeseen on kirjoitettu selkeällä ja helposti ymmärrettävällä tyylillä. Lauseet ovat lyhyitä ja teksti on julisteessa jaettu eri teksti ruutuihin.

Kehittämistyö seminaarin jälkeen juliste vielä viimeisteltiin maksullisella Adobe Photoshop ohjelmalla. Kuvan muokkaus ohjelman avulla julisteesta saatiin pois kuvassa näkyvä heijaste.

6.5 Julisteen arviointi

Työn arviointi on oppimisprosessille tärkeä osa. Palaute toimeksiantajalta ja kohderyhmältä tukee sitä, päästiinkö työhön asetettuihin tavoitteisiin. Palautteen olisi hyvä sisältää onnistuiko tuotos ja millainen käytettävyys sekä toimivuus siinä toteutui. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 157–158.)

Suunnittelimme julisteeseen kuvan työhömmе sopivaksi. Kuvan keskellä on mobiililaitte, josta pitää kiinni aikuisen ja lapsen kädet. Kysyimme mielipidettä toimeksiantajalta Niinivaaran vuoropäiväkodin Ihmemaa-ryhmän työntekijöiltä, joiden mielestä suunnitelma kuulosti hyvältä.

Julisteen valmistuttua lähetimme sen toimeksiantajalle katsottavaksi ja kommentoitavaksi. Julisteen ensimmäiseen versioon olivat päiväkotiryhmän työntekijät jo tyytyväisiä. Julisteessa oleva kuva ja julisteen värytys olivat päiväkotiryhmän työntekijöiden mielestä sopivat.

Pyysimme julisteesta sähköisesti mielipidettä viideltä henkilöltä, joilla on 1–4-vuotiaita lapsia. Heiltä kysyttiin mielipidettä julisteen aiheen kiinnostavuudesta, uuden tiedon saamisesta, sisällön hyödyllisyydestä ja värimaailmasta. Lisäksi lopuksi kysyttiin kehittämisehdotuksia. Palaute valmiista julisteesta oli positiivista. Muutosehdotuksia ei saatu. Palautteiden mukaan julisteen aihe on kiinnostava, tärkeä ja ajankotainen. Juliste antoi kahdelle henkilölle uutta tietoa. Sisältöä pidettiin hyödyllisenä. Värimaailma julisteessa on kiinnostusta herättävä, selkeä ja päiväkotiympäristöön sopiva. Yhdessä palautteessa tuli esille, että juliste herätti hyvää keskustelua vanhempien välillä mobiililaitteiden käytöstä perheen arjessa.

7 Pohdinta

7.1 Tuotoksen tarkastelu

Julisteen tarkoituksena on herättää vanhemman mielenkiinto mobiililaitteiden käytön vaikutuksiin perheessä sekä saada vanhemmat pohtimaan omaa sekä lastensa älylaitteiden käyttöä.

Julisteen suunnitteluun ja toteutukseen saimme toimeksiantajalta ”vapaat kädet”. Toteutimme julisteen oman ideointimme mukaisesti. Mielestämme julisteesta tuli kokonaisuudessaan hyvä ulkoasu, kuin sisällön osalta. Julisteen ulkonäössä tulee esille vanhemman ja lapsen välinen mobiililaitteiden parissa vietetty hetki, joka kuvaa mielestämme hyvin työmme aihetta. Halusimme, että julisteessa olevat värit nostavat julisteen tietoisuutta esille. Käytimme työssämme erilaisia tekstimuotoja ja fontteja, jotta teksti näkyisi paremmin sekä herättäisi enemmän mielenkiintoa.

Sisällytimme julisteeseen mielestämme tärkeitä teemoja. Halusimme julisteen sisältävän mobiililaitteiden käytön kielteisiä ja myönteisiä vaikutuksia lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutukseen. Juliste sisältää mielestämme sopivan määrän tekstiä, jotta lukija jaksaa siihen keskittyä. Julisteen sisältö vastaa hyvin tarkoitustamme ja pääsimme hyvin kehittämistyön tavoitteisiin. Ulkonäöltään se on päiväkotiympäristöön sopiva.

Kehittämistyömme aihe on hyvin ajankohtainen ja tärkeä. Aiheesta ei löytynyt vielä aiempaa kehittämistyötä. Kehittämistyömme aiheen tiedonhaku oli haastavaa, koska siitä ei ole vielä paljon tutkimustietoa. Etenkin tutkittuun tietoon perustuvia kotimaisia internetlähteitä oli vähäisesti. Löysimme kuitenkin tietoa sen verran, että saimme työmme tehtyä ja olemme sen lopputulokseen tyytyväisiä. Kehittämistyömme on antanut meille tuleville terveydenhoitajille tärkeää tietoa siitä, mitä asioita on hyvä ottaa puheeksi perheiden kanssa mobiililaitteiden käytöstä. Osaamme nyt paremmin antaa ohjausta perheille mobiililaitteiden huonoista ja hyvistä käytön vaikutuksista lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutussuhteeseen.

Työtä tehdessä olemme huomanneet, että kehittämistyömme aiheesta on ollut paljon keskustelua sosiaalisessa mediassa, kuten Facebook:issa ja Instagram:issa. Tämä ilmiö on näyttänyt siltä, että ihmiset ovat havahtuneet ajattelemaan miten mobiililaitteet vaikuttavat perheen ajankäyttöön, yhteiseen läsnäoloon ja lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutukseen. Kehittämistyömme aihe on tarpeellinen ja sopiva nykyaikaan. Työn tuotos tulee Niinivaaran vuoropäiväkodin seinälle 1–4-vuotiaiden lasten vanhemmille katsottavaksi, luettavaksi ja mahdollisesti uuden tiedon kautta hyödynnettäväksi perheen arjessa.

Käytimme työssä termejä ”mobiililaitte” ja ”älylaitte”, jotka tarkoittavat samaa asiaa. Pohdimme työmme edetessä, käytämmekö vain toista termiä. Päädyimme käyttämään molempia, sillä termien sisällöissä oli pieniä eroja toisiinsa nähden ja halusimme, ettei vain jommankumman termin käyttäminen rajaa pois osaa sisällöstä.

7.2 Luotettavuus ja eettisyys

Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuuden arviointiin voidaan hyödyntää laadullisen tutkimuksen yleisillä luotettavuuskriteereillä tai erimenetelmiin liittyvillä luotettavuuskriteereillä laadullisessa tutkimuksessa. Luotettavuutta laadullisessa tutkimuksessa voidaan arvioida seuraavilla kriteereillä: uskottavuus, siirrettävyys, vahvistettavuus ja refleksiivisyys. (Kylmä & Juvakka 2007, 127.)

Uskottavuus tarkoittaa tutkimuksen ja siitä saatujen tulosten uskottavuutta ja sen osoittamista tutkimuksessa. Tutkimuksen uskottavuutta vahvistaa myös sen tekijän työskentely riittävän pitkän ajan tutkimuksen parissa. Tutkimuksen tekijän kirjoittama tutkimuspäiväkirja vahvistaa uskottavuutta. Tutkimuspäiväkirjassa tutkija kuvailee kokemuksia ja pohtii valintoja. Siirrettävyys tarkoittaa, tutkimuksen tulosten siirtymistä samanlaisiin tilanteisiin. Vahvistettavuus kuvaa koko työn prosessia ja siihen liittyvää kirjaamista, jonka toinen henkilö voi tarkastaa. Refleksiivisyys tarkoittaa tutkimuksen tekijän lähtökohtien huomioimista ja niiden kuvaamista raportissa. (Kylmä & Juvakka 2007, 127–129.)

Tutkittavaa ilmiötä on mahdollista tarkastella monesta eri näkökulmasta. Sama näkökulma saattaa tuottaa eri tutkimusmenetelmiä käyttäessä tutkimustuloksia, jotka ovat ristiriidassa keskenään. Lähteiden arvioimisessa on hyvä kiinnittää huomiota kirjoittajan tunnettavuuteen ja arvostettavuuteen, lähteen ikään ja lähdeluettelon alkuperään, lähteen uskottavuuteen, julkaisijan arvovaltaan ja vastuuseen sekä lähteen totuudellisuuteen ja puolueettomuuteen. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 109–110.)

Plagiointi on toisen kirjoittajan työn kopioimista omaan kirjoitustyöhön. Se on rikos, josta voi seurata suuretkin rangaistukset. Kirjoitustyössä plagiointi epäily tulee, jos lähde merkinnät ja viittaukset ovat puutteelliset. Tämän vuoksi kirjallisissa töissä on erityisen tärkeä kiinnittää huomiota lähteiden oikeaan ja tarkkaan merkintään. (Vilka & Airaksinen 2003, 78.)

Työn uskottavuutta lisää prosessin päiväkirjan pitäminen, luotettavien, ajantasaisten ja tutkimustietoonperustuvien lähteiden käyttäminen. Reflektiivisyyttä tukee, että työn aikana on otettu huomioon siihen liittyvä työnhjaus aiheeseen liittyen. Vahvistavuutta lisää, että työ on toteutettu ryhmätyönä ja työn tuotoksesta on pyydetty palaute toimeksiantajalta sekä kohde-ryhmältä. Kehittämistyön tuotoksena toteutettu juliste on hyvin siirrettävissä 1–4-vuotiaiden lasten päiväkodin seinälle.

7.3 Ammatillinen kasvu

Kehittämistyön tekeminen on kehittänyt meitä ammatillisesti monella tavalla. Työtä tehdessä olemme kehittyneet suunnitelmallisuudessa, aikatauluttamisessa sekä kehittäneet yhteistyö- ja vuorovaikutustaitojamme.

Olemme joutuneet suunnittelemaan ja aikatauluttamaan kehittämistyön tekemistä paljon. Selkeä ja yhdessä sovittu suunnitelma ja aikataulut veivät työtämme kumminkin hyvin eteenpäin. Suunnittelimme työn aiheen, teoriapohjan ja toiminnallisen osuuden yhdessä pohtien ja tehtävänjakoa tehden. Työtä tehdessämme hyödynsimme vahvuuksiamme ja autoimme toinen toisiamme työn eri vaiheissa. Kehittämistyön aikatauluttamisen kanssa oli aluksi haasteita, mutta loppua kohden suunnittelimme tarkan aikataulun, jotta työ etenisi valmiiksi asti suunnittelemassamme aikataulussa. Ryhmässämme aikatauluista joustaminen onnistui hyvin ja koko kirjoitusprosessin ajan ryhmässämme vallitsi avoin ja keskusteleva ilmapiiri.

Toimeksiantajan kanssa yhteistyö on sujunut hyvin. Olemme kuunnelleet toimeksiantajan toiveita ja ehdotuksia työhön liittyen. Lisäksi olemme pyytäneet toimeksiantajalta palautetta toiminnallisesta osuudesta. Vuorovaikutustaidot ovat kehittyneet kehittämistyöprosessin aikana. Olemme toimineet hyvässä vuorovaikutuksessa toistemme sekä toimeksiantajan kanssa. Vuorovaikutustaidot kehittyivät myös tapaamisissa ohjaavien opettajien kanssa. Osallistuimme kehitystyön ohjauksiin ja keskustelimme rakentavasti työmme sisällöstä ja sen etene- misestä.

Kehittämistyössä pääsimme myös kehittämään visuaalista osaamistamme. Visuaaliset taidot kehittyivät sähköisen kuvanmuokkausohjelman avulla, jota hyödynsimme toiminnallisessa tuotoksessamme. Työn kirjoittamisprosessin aikana meillä kehittyivät myös tiedonhakupaidot. Tiedon hakeminen oli ajoittain hankalaa vähäisten luotettavien verkkolähteiden takia, mutta löysimme hyvin myös kirjallisuuslähteitä.

Kehittämistyön aikana syvennyimme siihen, kuinka mobiililaitteiden käyttö vaikuttaa lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutussuhteeseen. Tämä kehittämistyö tukee kehittymistämme terveydenhoitajan työhön. Voimme hyödyntää kehittämistyön aihetta tulevaisuudessa, kun työskentelemme terveydenhoitajina. Oivalsimme, miten tärkeää ja merkityksellistä ruutuajasta puhuminen perheiden kanssa on terveydenhoitajan työssä.

7.4 Hyödynnettävyys ja jatkokehitysmahdollisuudet

Kehittämistyö on suunnattu lasten ja heidän vanhempiansa kanssa työskenteleville henkilöille. Kehittämistyön toiminnallinen tuotos toimii hyvänä keskustelun aloituksena perheiden mobiililaitteiden käytön vaikutuksista vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutussuhteeseen. Kehittämistyönä toteutettua julistetta voi hyödyntää erilaisissa ympäristöissä, joissa lapsi ja hänen vanhempansa tai huoltajansa viettävät aikaa. Tällaisia ympäristöjä voivat olla esimerkiksi päiväkodit, neuvolat ja perhekahvilat. Kehittämistyötä ja julistetta voi hyödyntää myös opiskelijoilla.

Jatkokehitysmahdollisuutena voisi olla mobiililaitteiden käytön vaikutus nuorten väliseen vuorovaikutukseen terveydenhoitajan kanssa sekä nuorten mobiililaitteiden käytön vaikutukset nuorten sosiaalisiin suhteisiin, kommunikointiin sekä elintapoihin, kuten uneen ja liikuntaan.

Lähteet

- Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L., Ruoppila, I., Nurmi, J. 2014. Ihmisen psykologinen kehitys. Jyväskylä: PS-kustannus. 1.1.2021.
- Anderson, D. & Subrahmanyam, K. 2017. Digital screen media and cognitive development. The American academy of pediatrics. https://pediatrics.aappublications.org/content/pediatrics/140/Supplement_2/S57.full.pdf. 17.2.2021.
- Hermanson, E. 2019. Varhainen vuorovaikutus ja itsetunnon kehitys. Duodecim. <https://www.terveyskirjasto.fi/kot00302>. 19.1.2021.

- Hirsijärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kirjayhtymä, 109–110. 21.3.2021.
- Joensuun seudun varhaiskasvatussuunnitelma, päivitetty versio 8/2020.
- Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018. <https://peda.net/joensuu/jsv1/nimet%C3%B6n-b673/jsvv:file/download/05d46a783ada05ba91fca16e8e16d67b8da855b7/Seutu-vasu%201.5.pdf>. 21.3.2021.
- Joensuun kaupunki, Päiväkodit, Niinivaaran päiväkotit. 2020. <https://www.joensuu.fi/paivakodit>. 21.3.2021.
- Karelian ammattikorkeakoulu 2018. Opinnäytetyöohje. Karelia-amk. https://student.karelia.fi/fi/opinnot/oppari/opinnaytetyo_asiakirjakirjasto/Karelia_opinnaytetyon_ohje.pdf#search=opinn%C3%A4ytety%C3%B6n%20ohje. 17.4.2021.
- Korhonen, S. 2008. Lapsen ja vanhemman välisen myönteisten vuorovaikutuksen vahvistaminen: Vuorovaikutuksen käyttö kasvatusneuvonnan ja –ohjauksen apuvälineenä. Iloa vanhemmuuteen. <http://iloavanhemmuuteen.fi/data/documents/iloavanhemmuuteen.pdf>. 23.3.2021.
- Korkalainen, P. 2020. Kiintymyssuhteen merkitys ja sen tukeminen. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. <https://thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/vammaisuus-yhteiskunnassa/vammaisen-henkilo-vanhempiana/kiintymyssuhteen-merkitys-ja-sen-tukeminen>. 23.3.2021.
- Kosola, S., Moisala, M. & Martikainen, S. 2019a. Lapset, nuoret ja älylaitteet-taiten tasapainoon. Duodecim. <https://www.duodecim.fi/2019/01/10/lapset-ja-nuoret-tarvitsevat-taukoja-alylaitteista/>. 11.3.2021.
- Kosola, S., Moisala, M. & Martikainen, S. 2019b. Lapset, nuoret ja älylaitteet-taiten tasapainoon. Duodecim. <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789516569256/preview>. 11.2.2021.
- Kosola, S., Moisala, M. & Martikainen, S. 2019c. Kootut vinkit tasapainoiseen elämään älylaitteiden kanssa. Teoksessa Kosola, S., Moisala, M. & Martikainen, S. (toim.) Lapset, nuoret ja älylaitteet: Taiten tasapainoon. 1. painos. Helsinki: Duodecim, 159–161. 17.3.2021.
- Kylmä, J. & Juvakka, T. 2007. Laadullinen terveystutkimus. Helsinki: Edita, 127–129. 11.2.2021.
- Laaksonen, V. 2010. Lasten vuorovaikutustaidot tutkimuksen kohteena. Puheviestinnän vuosikirja Prologi -Prologos ry. <https://journal.fi/prologi/article/view/95813>. 3.1.2021.
- Lahikainen, A.J., Mälkiä, T. & Repo, K. 2015. Media lapsiperheessä. Tampere: Vastapaino, 206–226. 21.3.2021.
- Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2019. Vauva kehittyy vuorovaikutuksessa vanhempien kanssa. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/0-1-v/vauva-kehitty-vuorovaikutuksessa-vanhempien-kanssa/>. 19.1.2021.
- Moisala, M. & Lonkka, K. 2019d. Älylaitteet ja avoivojen kehitys: Aivot kehittyvät vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Teoksessa. Kosola, S., Moisala, M. & Ruokoniemi,

- P. Lapset, nuoret ja älylaitteet: Taiteen tasapainoon. 1. painos. Helsinki: Duodecim, 8–21. 22.3.2021.
- Pajulo, M. 2018. Viekö älylaite vauvalta vanhemman. Lääkärilehti. <https://www.laakarilehti.fi/ajassa/nakokulmat/vieko-alylaite-vauvalta-vanhemman/?public=efb169f75869641060e57f031591d8b0>. 25.1.2021.
- Pesonen, A-K. 2010. Varhainen vuorovaikutus on suotuisan psyykkisen kehityksen edellytys. Lääketieteellinen aikakauskirja. Duodecim. <https://www.duodecimlehti.fi/duo98656>. 23.3.2021.
- Puura, K. & Hastrup, A. 2020. Varhainen vuorovaikutus (Vavu). https://thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/terveystarkastusten-menetelmat/psykososiaalinen-kehitys/vavu#hyv%C3%A4_vuorovaikutus. 19.1.2021.
- Puura, K., Sannisto, T. & Riihonen, R. 2018. Mitä vauva haluaa? Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen neuvolassa. Lääkärilehti. <https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/katsausartikkeli/mita-vauva-haluaa-varhaisen-vuorovaikutuksen-tukeminen-neuvolassa/?public=651c21f2876587a7b15d1deb4b0bdc52>. 22.3.2021.
- Pönkä, H. 2021. Sopiva ruutuaika. Mannerheimin lastensuojeluliitto. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/hyvinvointia-digiajassa/sopiva-ruutuaika/>. 16.3.2021.
- Radesky, J.S., Kistin, C.J., Zuckerman, B., Nitzberg, K., Gross, J., Kaplan-Sanoff, M. & Silverstein, M. 2014. Patterns of mobile of device use by caregivers and children during meals in fast food restaurants. <https://pediatrics.aappublications.org/content/133/4/e843>. 15.1.2021.
- Riihimäki, N. 2019. Viisaasti älylaitteilla. Mannerheimin lastensuojeluliitto. <https://www.mll.fi/lapsemme-lehti/viisaasti-alylaitteilla/>. 21.1.2021.
- Terveydenhuoltolaki, 2010/1326.
- Terävä, H. 2021. Suomalaistutkimus: kesimääräistä pidempi päivittäinen ruutuaika lisää lasten keskittymisvaikeuksien, ylivilkkauksien ja impulsiivisuuden riskiä. <https://yle.fi/uutiset/3-11842808>. 21.3.2021.
- Tilastokeskus. 2019. Käsitteet. Tutkimus- ja kehittämistoiminta. https://www.stat.fi/meta/kas/t_ktoiminta.html. 21.3.2021.
- Saarikivi, K. & Martikainen, S. 2016. Empatia, vuorovaikutustaidot ja digitaalinen maailma. <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2016/12/07/empatia-vuorovaikutustaidot-ja-digitaalinen-maailma>. 11.3.2021.
- Salo, M. & Pirkkalainen, H. 2019. Älylaitteet ja stressi: Aiheuttajat, seuraukset ja hallintakeinot. Teoksessa. Kosola, S., Moisala, M. & Ruokoniemi, P. Lapset, nuoret ja älylaitteet: Taiten tasapainoon. Helsinki: Duodecim, 85. 23.3.2021.
- Sanastokeskus TSK, 2017. Sosiaalinen media. TEPA-termipankki. <https://termipankki.fi/tepa/fi/haku/sosiaalinen%20media>. 21.3.2021.
- Sanastokeskus TSK, 2020. Mobiililaite. TEPA-termipankki. <https://termipankki.fi/tepa/fi/haku/mobiililaite>. 17.3.2021.

- Silén, S. 2013. Tieteellinen posteri. Jyväskylän yliopisto. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/tvt/tiedonvisualisointi/POSTERIluento%20ilman%20kuvia.pdf>. 12.4.2021.
- Silverio-Silverio Fernandez, M., Renukappa, S. & Suresh, S. 2018. What is a smart device? - a conceptualisation within the paradigm of the internet of things. *Vis. in Eng.* 6,3. 17.3.2021.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena: Opas työntekijöille. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/74223>. 21.3.2021.
- Stephanie, P. 2020. What do we really know about kids and screens? Psychological association. Vol.51, No.3. <https://www.apa.org/monitor/2020/04/cover-kids-screens>. 18.3.2021.
- Suomen mielenterveys ry. 2020. Vuorovaikutustaitoja voi oppia. <https://mieli.fi/fi/mielenterveys/ihmissuhteet/vuorovaikutustaitoja-voi-oppia>. 19.1.2021.
- Valkonen, S. 2015. Neuvola lapsiperheen mediakasvatuksen tukena: opas terveydenhoitajille. Mannerheimin lastensuojeluliitto. https://cdn.mll.fi/prod/2017/06/28173619/MLL_Neuvola_lapsiperheen_mediakasvatuksen_tukena_opas.pdf, 6–14. 22.3.2021.
- Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suunterveydenhuollosta, 338/2011.
- Varhaiskasvatuslaki, 2018/540.
- Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Tammi. 2

