

Ella Sankari

MEDIA VAIKUTTAA LAPSIIN
- OPAS LASTENNEUVOLAAN

Hoitotyön koulutusohjelma
2015

MEDIA VAIKUTTAA LAPSIIN – OPAS LASTENNEUVOLAAN

Sankari, Ella
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Hoitotyön koulutusohjelma
Maaliskuu 2015
Ohjaaja: Lahtinen, Elina
Sivumäärä: 29
Liitteitä: 3

Asiasanat: media, mediakasvatus, lapset, lastenneuvola, opas

Tämän projektiluontoisen opinnäytetyön tarkoituksena oli luoda sähköinen opas median vaikutuksista lapsiin Noormarkun lastenneuvolaan. Tavoitteena oli, että lasten vanhempien tietous median hyödyistä ja haitoista lapsen kasvuun ja kehitykseen lisääntyy ja he saavat vinkkejä mediakasvatukseen. Oma tavoitteenani oli oppia projektityöskentelyä, lisätä omaa tietouttani median vaikutuksista lasten kasvuun ja kehitykseen sekä oppia tuottamaan hyvä opas, joka otettaisiin käyttöön Noormarkun neuvolassa.

Opinnäytetyöprojekti alkoi tammikuussa 2014 yhteydenotolla Noormarkun neuvolaan. Sovin yhdessä lastenneuvolan terveydenhoitajan kanssa opinnäytetyöni aiheesta. Molemmat koimme, että aihe oli ajankohtainen ja mielenkiintoinen. Eikä neuvolassa ollut vielä vastaavanlaista opasta.

Projektin tuotos eli opas käsittelee lyhyesti mitä media ja mediakasvatus ovat sekä kertoo tiivistetysti mitä hyötyjä ja haittoja mediasta on lasten kasvuun ja kehitykseen. Oppaassa on myös taulukko, jossa on tietoa lasten median käyttösuosituksista ja vaihtoehtoja median käytölle. Opas on kuvitettu omatekoisilla piirustuksilla ja siitä löytyy myös vinkkejä mistä vanhemmat voivat etsiä lisätietoa aiheesta.

Lastenneuvolan terveydenhoitajien mielestä opas oli kokonaisuutena hyvä ja aihetta oli käsitelty monipuolisesti. Terveydenhoitajien mielestä opas voi herättää vanhemmissa ajatuksia median monimuotoisuudesta ja monista vaikutuksista. Terveydenhoitajat kokivat oppaan hyödylliseksi, sillä nykyajan vanhemmat eivät välttämättä erota mikä on lapselle sopivaa ja mikä ei. Opas otettiin heti käyttöön Noormarkussa. Jatkokehittämistyönä voisi tutkia onko kyseisestä oppaasta ollut hyötyä vanhemmille, koska en itse sitä ehtinyt tämän projektin aikana tutkimaan. Myös luennon järjestämistä aiheesta vanhemmille voisi olla hyvä idea, koska aihe on mielestäni tärkeä ja se kiinnostaa vanhempia.

MEDIA EFFECTS THE CHILDREN – GUIDEBOOK FOR CHILD WELFARE CENTRE

Sankari, Ella

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Nursing

March 2015

Supervisor: Lahtinen, Elina

Number of pages: 29

Appendices: 3

Keywords: media, media education, children, child welfare centre, guide

The purpose of this project-based thesis was to create a guide in electric form that teaches how media effects children for Noormarkku's child welfare centre. The aim of the thesis was to increase parent's knowledge of the pros and cons of media while providing useful tips on how to execute media education. My own goal was to learn project handling and increase my knowledge on how media benefits and disturbs children's growth and development. The ultimate goal was to create a good guide that would be put in to use in Noormarkku's child welfare centre.

The making of the thesis began in January 2014 by contacting Noormarkku's child welfare centre. Together with the public health nurse, we discussed about theme for my thesis. We both agreed that this subject was current and interesting and the child welfare centre didn't yet have a guide of this kind.

The project yield, meaning the guide, explains briefly what media and media education means, it also tells summary of how media benefits and disturbs children's growth and development. The guidebook includes a chart that contains information about recommendations on how children should use media and some alternative options for it as well. The guide is illustrated with my own drawings. It also contains tips where parents can find more information about the subject.

The public health nurses thought that the guide was as a whole a good guide and that the subject had been dealt diversely. They also thought that the guide would inspire some thoughts with the parents about media's diversity and its many effects. The public health nurses experienced that the guide would be useful, because today's parents don't necessarily see the difference about what is suitable for a child and what isn't. The guide was put to use immediately in Noormarkku. Further development of the project could involve evaluation of the usefulness and functionality of the guide from the parent's perspective, because I didn't have the time to explore that myself during this project. Also a lecture of this subject would be a good further development, because this subject is important and I think that parents would be interested about it.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	OPPAAN LAADINTA TOIMINNALLISENA OPINNÄYTETYÖNÄ.....	6
3	MEDIAKASVATUS LASTENNEUVOLASSA	8
4	LAPSEN MEDIAN KÄYTTÖ ERI IKÄKAUSINA.....	10
5	MEDIAN VAIKUTUKSET LAPSEN KASVUUN JA KEHITYKSEEN	12
5.1	Vaikutukset tunteisiin.....	13
5.2	Vaikutukset ajatteluun ja käyttäytymiseen	16
5.3	Vaikutukset oppimiseen	18
6	PROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITTEET.....	19
7	PROJEKTIN SUUNNITTELU.....	20
7.1	Kohdeorganisaatio.....	20
7.2	Riski- ja resurssianalyysi.....	20
7.3	Arviointisuunnitelma.....	21
8	PROJEKTIN TOTEUTUS	22
8.1	Projektin eteneminen.....	22
8.2	Tuotoksen kuvaus.....	23
9	PROJEKTIN ARVIOINTI	23
9.1	Projektin etenemisen arviointi	24
9.2	Tuotoksen arviointi	24
9.3	Resurssien ja riskien hallinta	25
9.4	Tavoitteiden saavuttamisen arviointi	26
10	POHDINTA.....	26
	LÄHTEET	28
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Medialla tarkoitetaan viestinnän välineitä ja sisältöjä (Ojala & Härkönen 2008, 9) ja ne voivat olla esimerkiksi kirjoja, televisio-ohjelmia, elokuvia, digitaalisia pelejä, lehtiä, musiikkia tai internet (Tuominen & Kangasmäki 2012, 4). Media on keskeinen ja merkittävä osa kaikenikäisten lasten jokapäiväisessä elämässä (Ojala & Härkönen 2008, 6). Lapsen ensimmäinen kosketus mediaan tulee jo ennen syntymää esimerkiksi äänikokemusten kautta (Ojala & Härkönen 2008, 6). Media vaikuttaa monin tavoin, muun muassa lapsen tunteisiin, minäkuvaan, ajattelun kehitykseen ja sosiaalisiin suhteisiin (Tuominen & Kangasmäki 2012, 4). Sen vaikutus näkyy muun muassa lapsen pukeutumisessa, leikeissä ja puheenaiheissa sekä elämänarvoissa (Pääjärvi & Sommers-Piironen 2013, 4). Mitä pienempi lapsi on, sitä enemmän vanhemman mediakäyttö vaikuttaa lapsen elämään (Tuominen & Kangasmäki 2012, 4). Media ja mediakulttuuri voidaan kokea kasvatuksen voimavarana. Kasvattajien tulisi kuitenkin osata huomioida median tarjoamat mahdollisuudet ja tiedostaa mediaan liittyvät vaarat. (Ojala & Härkönen 2008, 6.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on luoda Noormarkun lastenneuvolaan sähköinen opaslehtinen median vaikutuksista lapsen kasvuun ja kehitykseen. Tavoitteena on, että lasten vanhempien tietous median hyödyistä ja haitoista lapsen kasvuun ja kehitykseen lisääntyy ja he saavat vinkkejä mediakasvatukseen. Omana tavoitteenani on oppia projektityöskentelyä, lisätä omaa tietouttani median vaikutuksista lasten kasvuun ja kehitykseen sekä oppia tuottamaan hyvä opas, joka otettaisiin käyttöön Noormarkun neuvolassa.

Opinnäytetyön aiheen keksin itse selailemalla vanhoja opinnäytetöitä ja pohtimalla aihetta yhdessä kohdeorganisaation terveydenhoitajan kanssa. Koin aiheen ajankohtaiseksi ja tärkeäksi ja koska opiskelen terveydenhoitajaksi, koin, että aihe antaa lisää ammatilliselle osaamiselleni. Opinnäytetyö tehdään yhteistyössä Noormarkun lastenneuvolan kanssa.

2 OPPAAN LAADINTA TOIMINNALLISENA OPINNÄYTETYÖNÄ

Toiminnallinen opinnäytetyö on vaihtoehto ammattikorkeakoulun tutkimukselliselle opinnäytetyölle. Toiminnallisella opinnäytetyöllä tarkoitetaan käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamista, toiminnan järjestämistä tai järjeistämistä. Se voi olla alasta riippuen esimerkiksi ammatilliseen käyttöön tarkoitettu ohje, ohjeistus tai opastus tai jonkin tapahtuman toteuttaminen, kuten messuosaston, konferenssin järjestäminen tai näyttely. Toiminnallisen opinnäytetyön toteutustapana voi olla kirja, vihko, opas, cd-rom, portfolio, kotisivut tai johonkin tilaan järjestetty näyttely tai tapahtuma. Ammattikorkeakoulun toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistyvät käytännön toteutus ja sen raportointi. (Vilka & Airasinen 2004, 9.)

Oppaan kirjoittamisen lähtökohtana on käytännön hoitotyön tarve sekä pulma. Hyvän oppaan kirjoittaminen alkaa pohdinnalla, kuka on oppaan lukija. Hyvä opas puhuttelee lukijaansa, ja lukijan tulee ymmärtää heti ensi vilkaisulla, että teksti on tarkoitettu hänelle. Opas kannattaa kirjoittaa tärkeimmästä kohti vähemmän tärkeää, mikä osoittaa lukijaa kohtaan arvostusta sekä lisää lukijan kiinnostusta tekstiä kohtaan. Tämä varmistaa sen, että vain alun lukeneet saavat olennaisimman tiedon asiasta. (Torkkola, Heikkinen & Tiainen 2002, 34–38.)

Oppaan tärkeimmiksi tekijöiksi voidaan määritellä otsikot ja väliotsikot. Hyvän oppaan tulee alkaa pääotsikolla, joka kertoo oppaan aiheen. Väliotsikoiden tehtävänä on jakaa teksti sopiviin lukupaloihin ja auttaa lukijaa kahlaamaan teksti loppuun saakka. Hyvä väliotsikko toimii kuten pääotsikkokin kertomalla alakohdan olennaisimman asian. Oppaan luotettavuutta lisäävät hyvin valitut, tekstiä täydentävät sekä selittävät kuvat ja piirroksot. Hyvä kuvitus auttaa lukijaa ymmärtämään opasta sekä lisää tekstin mielenkiintoa ja luettavuutta. Kuvia tulisi myös tekstittää, sillä kuvatestit ohjaavat kuvien luentaa. Kuvien ja piirrosten käytössä tulee huomioida tekijänoikeuslaki. (Torkkola ym. 2002, 39–42.)

Oppaan leipätekstin tulee olla ymmärrettävää ja kieliopiltaan oikeakielistä. Ohjeen aihe määrittää varsinaisen tekstin rakenteen ja erityyppiset ohjeet rakentuvatkin eri tavoin. Loogisen etenemisjärjestys ja selkeä kappalejako, jossa yksi kappale sisältää

yhden aihekokonaisuuden, lisäävät ohjeen ymmärrettävyyttä. Viimeisenä ohjeessa tulisi olla yhteystiedot, tiedot oppaan tekijöistä sekä viitteet lisätietoihin. Hyvä opas sisältää yhteystiedot joihin lukija voi ottaa yhteyttä, mikäli hänellä on jotakin kysyttävää tai hän ei ymmärrä opasta. Oppaassa on hyvä olla mukana myös vinkkejä lisätiedoista. Oppaaseen liitetyt tekijätiedot ovat tarpeen myös palautetta varten, sillä hyvät oppaat elävät ja muuttuvat käytön myötä. Oppaan toimivuus tai toimimattomuus punnitaan vasta käytännössä. (Torkkola ym. 2002, 42–46.)

Oppaan hyvä ulkoasu palvelee sen sisältöä. Lähtökohtana hyvällä ulkoasulle voidaan pitää taittoa eli tekstin ja kuvien asettelua paperille. Taiton suunnittelu alkaa asettelumallista, joka toimii oppaan pohjana ohjaten elementit, otsikot, tekstit ja kuvat paikoilleen. Hyvin ja ilmapasti taitettu opas parantaa oppaan ymmärrettävyyttä sekä lisää lukuintoa. (Torkkola ym. 2002, 55.)

Kuvat ovat tärkeä osa opasta. Oppaan hyvä kuvitus voi parhaimmillaan herättää mielenkiintoa ja auttaa ymmärtämään tekstiä. Oppaissa kuvia käytetään sekä tukemaan ja täydentämään tekstin asiaa että vain kuvittamaan opasta. Hyvin valitut, tekstiä täydentävät ja selittävät kuvat ja piirroksot lisäävät oppaan luettavuutta, kiinnostavuutta ja ymmärrettävyyttä. Kuvatekstit ohjaavat kuvien luentaa ja kuvatekstejä ei pitäisikään jättää kirjoittamatta. Hyvä kuvateksti nimeää kuvan ja kertoo kuvasta jotain sellaista, jota kuvasta ei voi suoraan nähdä. Sen sijaan niin sanottujen kuvituskuvien käyttö on oppaassa hankalampaa. Kuvituskuvat eivät varsinaisesti liity itse asiaan, eivät ne kuitenkaan ole tekstistä irrallaankaan, vaan osaltaan ohjaavat luentaa. On parempi jättää opas kokonaan kuvittamatta kuin käyttää mitä tahansa käteen sattuvia, kauniilta näyttäviä kuvia tilanjakajina. (Torkkola ym. 2002, 40–41.) Kuvien käyttöön vaikuttaa myös tekijänoikeudet. Kuvat ja piirroksot on suojattu tekijänoikeuslailla, jonka mukaan kirjallisen tai taiteellisen teoksen tekijänoikeudet kuuluvat teoksen luojalle ja niiden käyttäminen ilman kuvan tai piirroksen tekijän lupaa on rikos. (Tekijänoikeuslaki 404/1961.)

Tiuraniemi ja Tuomas (2013, 3) ovat tutkineet 1-3 -vuotiaiden lasten vanhempien kokemuksia lastenneuvolassa jaettavista oppaista. Tutkimuksessa selvitettiin vanhempien kokemuksia käytössä olevista lasten kasvua ja kehitystä käsittelevistä oppaista, mielipiteitä oppaiden sisällöistä ja ulkoasuista sekä kehittämisideoita.

Aineisto kerättiin ryhmämuotoisella teemahaastattelulla. Tuloksissa selvisi, että hyvä opas muodostui monista eri asioista: sen tulee vastata nykypäivän haasteisiin, ottaa huomioon niin lasten kuin perheidenkin yksilöllisyys, tukea vanhemmuutta ja olla ulkoasultaan selkeä. Vanhempien mielestä asioita ei oltu käsitelty tarpeeksi heidän näkökulmastaan. Tutkimuksessa nousi esille, että median vaikutuksista on paljon tutkittua tietoa, mutta vanhemmat kokivat, ettei siitä, aiheesta puhuta riittävästi.

3 MEDIAKASVATUS LASTENNEUVOLASSA

Kouluikään mennessä lapsesta on jo tullut monipuolinen mediankäyttäjä. Hän käyttää mediaa muun muassa kommunikointiin, tiedonhakuun ja viihtymiseen. (Ojala & Härkönen 2008, 6.) Lapset ovat monissa mediankäytön teknisissä taidoissa jopa parempia kuin aikuiset, mutta median sisältämien viestien kriittisessä tulkinnassa ja ymmärryksen luomisessa tarvitaan vanhemman elämäkokemusta. Mitä pienempi lapsi on ja mitä vähemmän hänellä on kokemuksia oikeasta elämästä, sitä enemmän hän tarvitsee vanhempaa mediakokemuksensa oppaaksi. (Mustonen 2002, 55.)

Mediakasvatus on oppimista ja kasvua median parissa. Se on toimintaa, jolla yritetään vaikuttaa yksilön median käyttöön. (Pentikäinen, Ruhala & Niinistö 2007, 100.) Mediakasvatuksen tavoitteena on auttaa lasta kehittymään mediataidoissaan. Mediataidot ovat ajattelun ja tekemisen välineitä, joita lapsi tarvitsee pärjätäkseen, nauttiakseen ja toteuttaakseen itseään mediakulttuurissa. Mediataidot ovat kuin mediakulttuurin kansalaistaitoja. (Pääjärvi & Sommers-Piironen 2013, 4.) Mediakasvatuksen tavoitteena on luoda tasapainoinen mediasuhde (Ojala & Härkönen 2008, 7). Mediakasvatus on osa lasten kasvatusta ja jokaisella lapsella on siihen oikeus. Vanhemman näkökulmasta mediakasvatus on arkista lapsen kuuntelemista ja kohtaamista. Mediakasvatus on muun muassa lapselle sopimattomien mediasisältöjen rajoittamista, turvallisen mediaympäristön luomista, hyödyllisten ja iloa tuottavien mediasisältöjen monipuolista tarjoamista ja lapsen kanssa keskustelua median herättämistä asioista. (Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut, Lastenneuvolakäsikirja.) Pienten lasten mediakasvatuksessa tärkeintä on rajojen

asettaminen. Tarvitaan määrällistä rajoittamista, vaihtoehtojen keksimistä mediakäytölle, tarvitaan lapsen kehitystasoa ja omaa arvomaailmaa seurailevaa sisällöllistä valintaa. (Mustonen 2002, 65–66.)

Lastenneuvolan toiminta perustuu määräaikaistarkastuksiin tai yksilöllisesti sovittuihin käynteihin terveydenhoitajan ja/tai lääkärin vastaanotolla. Neuvolan tärkeimpiä tehtäviä on terveyden edistäminen, sairauksien ennaltaehkäisy ja varhainen toteaminen. Neuvolan toiminnan tarkoituksena on tukea ja auttaa yksilöitä ja perheitä löytämään heidän omat voimavaransa oman hyvinvointinsa edistämiseksi. (Armanto ja Koistinen 2007, 113–114.) Lastenneuvola on tarkoitettu alle kouluikäisille lapsille ja heidän vanhemmilleen. Sen tavoitteena on turvata lapselle terve kasvu ja kehitys sekä edistää koko perheen hyvinvointia tukemalla perhettä omaksumaan terveitä elintapoja, löytämällä keinoja ratkaista ongelmia ja luottamaan omiin kykyihinsä vanhempina vahvistamalla vanhempien voimavaroja lapsilähtöisessä kasvatuksessa ja lapsen hyvässä huolenpidossa sekä oman itsensä ja parisuhteensa hoitamisessa. Lastenneuvolan toimintamuotoja ovat terveystarkastukset, seulontatutkimukset, ohjaus ja neuvonta sekä rokotukset. (Armanto ja Koistinen 2007, 113–114.)

Kun lapsi täyttää kaksi vuotta, otetaan lastenneuvolassa aktiivisesti esiin tietotekniikan ja median hyödyt ja haitat. Tähän aiheeseen palataan myös myöhemmillä käynneillä neuvolassa. (Terveysportin www-sivut, Lastenneuvolaopas.) Lastenneuvolassa työskenteleville terveydenhuollon ammattilaisille on luotu sähköinen työkalu, lastenneuvolakäsikirja, joka sisältää ohjeet lastenneuvolatyön valtakunnallisista suosituksista, terveyden edistämisen materiaalia ja terveysneuvonnan työkaluja sekä ajantasaista syventävää tietoa lastenneuvolatyössä keskeisistä aihealueista. Käsikirjassa on myös ohjeet ja tutkimusmateriaalit määräaikaisten terveystarkastusten toteuttamiseen. Lastenneuvolakäsikirja on avoin myös perheille. Tähän lastenneuvolakäsikirjaan on tuotettu vuonna 2014 oma kokonaisuutensa lastenneuvolatyöntekijöille lasten mediakasvatuksesta. Sen tarkoituksena on syventää tietoa median merkityksestä lasten kasvussa ja kehityksessä sekä kannustaa lastenneuvolatyöntekijöitä ottamaan puheeksi perheissä tapahtuva mediankäyttö. (Terveyden- ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut, lastenneuvolakäsikirja.)

4 LAPSEN MEDIAN KÄYTTÖ ERI IKÄKAUSINA

Lapsilla on oikeus turvalliseen mediaympäristöön. Aikuisen tehtävä on mahdollistaa lapselle mukavia media kokemuksia ja suojella lasta haitallisilta median sisällöiltä. Lapsen kasvaessa aikuisen rooli muuttuu valintojen tekijästä valintojen ohjaajaksi. (Kansallisen audiovisuaalisen instituutin mediakasvatus- ja kuvaohjelmayksikkö 2014, 3.) Vanhemman ei tarvitse itse olla mediataituri ohjatakseen lasta median käytössä (Mannerheimin lastensuojeluliiton [www-sivut](#)).

Yleinen suositus on että yli kahden tunnin pituisia istumisjaksoja tulisi välttää ja niin sanottua ruutu-aikaa viihdemedian ääressä saisi olla korkeintaan kaksi tuntia päivässä (Terveyden- ja hyvinvoinninlaitoksen [www-sivut](#)). Ruutuajalla tarkoitetaan television katselua, tietokoneen ja kännykän käyttöön sekä konsolipelien pelaamiseen käytettyä aikaa (Neuvokkaan perheen [www-sivut](#)). Ruutuajan sijaan lasta voi kannustaa mieluummin vaikka leikkimään, ulkoilemaan tai lukemaan joko yksin tai yhdessä jonkun kanssa (Taulukko 1.) (Terveyskirjaston [www-sivut](#)).

Ikä	Media eri ikäkausina	Vaihtoehto medialle
alle 1 v	Ei sähköistä mediaa	Vanhemmat ja sisarukset, yhdessä vanhempien kanssa tutkitut kirjat
1 - 2 v	Yhdessä katsoen	Ulkoleikit ja liikunta: liukumäki, keinu ja kiipeilytelineet
	Lapsi ei malta istua pitkiä aikoja paikoillaan eikä seurata tiiviisti TV- tai video-ohjelmia: Niistä ei ole hyötyä tämän ikäisen kehitykselle. Vanhempien on syytä tarkistaa perheen ajankäyttö ja katselutottumukset.	Yhdessä luetut kirjat
3 - 4 v	Yhdessä katsoen	Koti- ja roolileikit, legot, palapelit ja käsinuket
	Lapsi haluaa ja on uteliaskin seuraamaan ohjelmia kauemmin. Vääränlaiset ohjelmat aiheuttavat lapsessa levottomuutta, aggressiivista käyttäytymistä ja pelkoja. Vanhemmat asettavat rajat katselulle. He auttavat lasta erottamaan keinoelämän oikeasta elämästä.	Tietokonepelit ja tietokirjat kiinnostavat: vanhempien tehtävänä on huolehtia, että lapsi pelaa vain ikäisilleen tarkoitettuja pelejä

	Vanhempien on syytä tarkistaa perheen ajankäyttö ja katselutottumukset.	Ulkoleikit: hiihto, luistelu, pyöräily, uinti
		Puutyöt, käsityöt, kotityöt oikeilla välineillä
5 - 6 v	Yhdessä katsoen	Jaksaa kuunnella pitkiä satuja
	Vääränlaiset ohjelmat aiheuttavat lapsessa levottomuutta, aggressiivista käyttäytymistä ja pelkoja. Vanhemmat asettavat rajat katselulle.	Tiedonnälkä on suuri: elämä muissa maissa, eläimet ja luonto, kuolema, syntymä ja sota herättävät kysymyksiä. Kirjat, lehdet ja sarjakuvat kiinnostavat ja lapsi tekee niitä itsekin.
	Vanhempien on valvottava lapsen mahdollisia seikkailuja internetissä.	Ikäsuositusten mukaiset CD-romput ja satukasetit.
	Vanhempien on syytä tarkistaa perheen ajankäyttö ja katselutottumukset.	Ulkoleikit: hiihto, luistelu, pyöräily, uinti

Taulukko 1. Media eri ikäkausina. (Terveyskirjaston www-sivut)

Vuonna 2013 on toteutettu Lasten mediabarometri – tutkimus, jossa selvitettiin 0-8 – vuotiaiden lasten median käyttöä. Tutkimusaineisto kerättiin lasten vanhemmille suunnatulla postikyselyllä. Tutkimuksen otanta tehtiin väestörekisterikeskuksen väestötiedoista suomenkielisistä kotitalouksista, joissa oli ainakin yksi vähintään 4 kuukautta ja enintään 8 vuotta vanha lapsi. Tutkimusotanta oli kaksiosainen: puolet otannasta (1500 taloutta) kohdistui kaikkiin lapsitalouksiin ja puolet (1500 taloutta) sellaisiin talouksiin, joissa lapsen äidin ikä oli korkeintaan 29 vuotta. Kyselyyn vastasi kaikkiaan 921 kotitaloutta eli 31 prosenttia otannasta. Tutkimuksen tavoitteena oli kehittää malli lasten mediankäytön ja mediasuhteen säälliseen seurantaan. Tutkimuksessa saatiin selville, että 90 prosenttia yli 2-vuotiaista katsoi päivittäin kuvaohjelmia, lähes kaikki yli 2-vuotiaat lapset käyttivät internetiä ainakin joskus ja yli 3-vuotiaista käytti sitä viikoittain, lähes kaikki yli 5-vuotiaat lapset pelasivat digitaaliasia pelejä ja 3-4-vuotiaista niitä pelasi lähes kaksi kolmasosaa. Kolmannes 5-6-vuotiaista ja puolet 7-8-vuotiaista pelasi pelejä lähes joka päivä. Omia kännyköitä lapsilla alkoi olemaan jo viisivuotiaina, mutta ne yleistyivät vasta seitsenvuotiailla. Oma kännykkä oli kahdella kolmesta 7-vuotiaalla ja lähes kaikilla 8-vuotiailla. Pienemmät lapset käyttivät vanhempiensa kännykkää pelaamiseen. Tutkimuksen mukaan valtaosa lapsista kuunteli radiota tai musiikkia viikoittain ja puolet kuunteli päivittäin. Melkein kaikki lapset lukivat tai heille luettiin lähes päivittäin. (Suoninen 2010, 6-8, 24, 34, 41, 45, 47, 50.)

Lonnakko (2012, 3) on tutkinut Rovaniemen keskustan neuvolan palveluja käyttävien 3-5 – vuotiaiden lasten median käyttöä. Tutkimuksen tavoitteena oli tuottaa neuvoloissa työskenteleville terveydenhoitajille tuoretta tietoa leikki-ikäisten lasten median käytöstä. Tutkimus oli määrällinen tutkimus ja kohderyhmä koostuivat 3-5 – vuotiaiden lasten vanhemmista. Kyselylomakkeita jaettiin 105 ja vastauksia tuli 57. Tutkimuksessa kävi ilmi, että lapset kuluttavat median parissa aikaa kohtuudella ja käyttävät mediaa monipuolisesti. Jokaisesta kodista löytyi ainakin yksi audiovisuaalinen medialaite, joka yleensä sijaitsi kodin yleisissä tiloissa tai aikuisten huoneissa. Yli puolet tutkimuksen lapsista katsoi televisiota päivittäin. Keskimäärin televisiota katsottiin 1-2 tuntia päivässä ja DVD-tallenteita katsottiin 0 -2 tuntia viikossa. Tutkimuksessa todettiin, että konsolipelien pelaaminen lisääntyy sitä enemmän, mitä vanhemmasta lapsesta on kyse. Kolmevuotiaista lapsista noin 18 % pelasi konsoleja, kun taas viisivuotiaista konsoleja pelasi 67 %. Kaikkien tutkimukseen osallistuneiden kotoa löytyi tietokone ja internet, ne eivät kuitenkaan ole kaikkien lasten käytettävissä. Vain 7 % lapsista käytti internettiä päivittäin. Televisiota päivittäin katsoi 60 % lapsista. Tutkimuksen mukaan lapset katsoivat pääasiassa ikätasolleen sopivaa media sisältöä, kuten lastenohjelmia. Tutkimuksesta kävi myös ilmi, että vanhemmat rajoittavat ja seuraavat lastensa median käyttöä. Lisäksi selvisi, että vanhemmat haluaisivat saada lisää tietoa lasten median käyttöön liittyen.

5 MEDIAN VAIKUTUKSET LAPSEN KASVUUN JA KEHITYKSEEN

Media vaikuttaa paljon voimakkaammin ja pysyvämmiin lasten ja nuorten ajattelutapoihin kuin aikuisten. Median antamat tiedot, elämykset ja mielikuvat muokkaavat kehitystä ja ajattelua joko hyvään tai huonoon suuntaan. Media vaikuttaa ajatteluun ja tunteisiin tietoisesti tai tiedostamattomasti sekä vaikuttaa mielipiteisiimme, maailmankuvaamme, toimintaamme, ostopäätöksiimme ja muokkaa myös käsitystämme itsestämme. Median vaikutukset ovat varsin laaja-alaisia ja pitemmällä aikavälillä erittäin syvällisiä. (Mediakasvatuksen [www-sivut](http://www.sivut.fi).) Koska mediasuhde on kuitenkin aina yksilöllinen, ei yleisiä johtopäätöksiä minkään

nimenomaisen mediasisällön seurauksista voida tehdä. Saman median sisältö voi toiselle olla riski ja samalla se voi tarjota toiselle suorastaan terapeutista kokemusta. (Salakoski & Mustonen 2007, 16.)

5.1 Vaikutukset tunteisiin

Tunteet ovat aina olleet tärkeä osa tarinaa, oli sitten kyse antiikin draamasta, kansansaduista, tv-sarjoista tai tietokonepeleistä. Median vaikutukset tunteisiin ovat pääosin myönteisiä. Median avulla voimme säädellä mielialojamme: saamme rentoutua, jännittää, nauraa, itkeä, vihata, pelätä ja iloita median parissa silloinkin, kun oikea elämä ei suuria tunteita sisältäisikään. Nämä elämykset ovat erityisen tärkeitä lapsille, sillä niiden avulla he voivat opetella erilaisten tunteiden kokemista, tunnistamista, ilmaisemista ja hallintaa. (Mustonen 2002, 62–63.) Lapsen kehitystasolle sopivat mediasisällöt tarjoavat mahdollisuuksia juuri tunteiden tunnistamiseen ja hallitsemiseen turvallisissa oloissa. Sopivat sadut ja tarinat tukevat lapsen tunne-elämän kehitystä. Lapsi eläytyy tarinaan, samastuu tarinan hahmojen tunteisiin ja saa nimiä eri tunteille, lapsi saa myös malleja omien tunteiden ilmaisemiseen. Samastuessaan satuhahmoihin lapsi rakentaa omaa minäkuvaansa. Samaistumiskokemukset auttavat avartamaan näkemystä itsestä ja muista ihmisistä. (Tuominen & Kangasmäki 2012, 8.) Mediakasvatus on lapselle hyvä työkalu tunnistaa omia tunteitaan ja oppia ymmärtämään niitä. Lisäksi omien tunnereaktioiden tiedostaminen lisää kriittisyyttä mainoksia ja manipuloivia mediasisältöjä kohtaan. (Mustonen 2002, 63.)

Mediasta peräisin olevat pelot ovat lapsilla yleisiä. Pelon tunteessa ei itsessään ole mitään pahaa. Jännittävät ja lapsen kehitystasolle sopivan pelottavat mediasisällöt auttavat käsittelemään pelon tunnetta. Tv-ohjelmat, elokuvat ja digitaaliset pelit hurjine olioineen ja voimakkaine äänineen saattavat kuitenkin aiheuttaa liian voimakkaita pelkoja. Mediasta aiheutunut pelko saattaa tulla esille lapsen leikeissä tai unissa, koska pienellä lapsella ei aina ole sanoja ahdistuksensa kuvailemiseen. (Tuominen & Kangasmäki 2012, 8-9.) Pelkotila voi johtaa edelleen muihin oireisiin, kuten levottomuuteen, unettomuuteen tai erilaisiin psykosomaattisiin oireisiin kuten pää- ja vatsakipuihin. Sähköiseen mediaan liittyvät pelot saattavat joskus myös

yleistyä koskemaan toisia pelkoja, kuten pimeään huoneeseen menemistä, wc:seen menemistä yöllä, nukkumaanmenoa ja muita arkisia tapahtumia. Joskus pelko TV-ruudulla nähdystä tapahtumasta voi jopa siirtyä lapsen omaan arkeen niin, että hän alkaa pelkäämään, että jotain paha tapahtuu hänelle itselleen tai jollekin läheiselle ihmiselle. (Meriranta 2010, 13.) Jos lapsi on kokenut median parissa jotain ylivoimaisen rankkaa, on sitä hyvä käsitellä yhdessä aikuisen kanssa esimerkiksi juttelemalla ja vaikka piirtämällä. Jos asia vain ohitetaan, eikä lapsen kysymyksiin vastata, hän täyttää ymmärryksensä aukot mielikuvituksellaan ja tämä voi sekoittaa lapsen tunnemaailmaa pitkäksiin aikaan. Lasta voi myös muistuttaa, että ”se on vain satua” tai kertomalla, että ”ei tämä ole totta”, näin lapsen kokema ahdistus loivenee. Jotkut aikuiset voivat myös harrastaa ”ääneen katsomista” eli he tulkitsevat tapahtumia ja keskustelevat niistä lasten kanssa. (Mustonen 2002, 63–64.)

Media voi tarjota myös terapeutin kokemuksen tunteiden läpikäymiseen, jos oikeassa elämässä on sattunut jotain mieltä kuohuttavaa. Oli kyse sitten myönteisestä tai kielteisestä tapahtumasta. Oikein valitun kirjan tai filmin avulla lapsi voi käsitellä vaikeita kokemuksia, pelottavia henkilöitä tai eläimiä, kuolemaa, sairautta, eroa tai onnettomuutta, samaistumalla tarinan henkilöihin. Aivan kuten urheilu- tai muissa kilpailuissa, joissa voidaan harjoitella häviämisen ja turhautumisen tunteita, voi kuvitteellisiin hahmoihin eläytyminen tuoda lohtua tai uusia näkökulmia ja uutta ymmärrystä outoon tilaisuuteen. Tämän takia lasta ei saisi suojella tunteilta eikä silottaa hänen elämänsä pettymyksiltä, peloilta ja kielteisiltä tunteilta. Muistettava on kuitenkin, että aikuisen tehtävä on huolehtia siitä, että lapsi saa kokea hänen ikätasolleen sopivia tunteita ja elämyksiä. (Mustonen 2002, 63.)

Sähköisen median erityisen huolestuttavia mahdollisia kielteisiä vaikutuksia lapsiin ovat turtuminen esimerkiksi väkivallalle ja passiivisuus. (Meriranta 2010, 12.) Tunnemaailman turtuminen nousee ongelmaksi kouluikäisillä lapsilla. Aikaa myöten totumme median suuriin tunteisiin ja elämysten vyöryyn, jatkuvassa elämysmylläkässä yleisön tunnemaailma huomaamatta turtuu. Turtuminen eli poisherkistyminen saa aikaan sen, että esimerkiksi väkivallan toistuva näkeminen ei enää saa aikaan samanlaisia fysiologisia ja kokemuksellisia tunnereaktioita kuin ensimmäisillä kerroilla. On huomattu että, väkivaltakulttuurille altistuneet lapset muun muassa tuntevat vähemmän myötätuntoa. Empatia- ja tunneköyhä ihminen on valmis

tekemään itsekin piittaamattomia ja kylmäverisiä tekoja. Turtumiseen ei oikein ole muuta ehkäisykeinoa, kuin median valikoiva ja kohtuullinen käyttö. (Mustonen 2002, 64–65.)

Jalonen ja Suomela (2010, 3) ovat tehneet opinnäytetyön aiheesta: Lapset median käyttäjinä, jossa he selvittivät lasten tottumuksia ja kokemuksia mediasta sekä niiden herättämiä tunteita. Lisäksi he selvittivät lasten käyttämiä mediaympäristöjä sekä median näkymistä lasten leikeissä. Tutkimusmenetelmänä oli laadullinen tutkimus ja aineistonkeruumenetelmänä käytettiin ryhmähaastattelua ja osallistuvaa havainnointia. Haastateltuja lapsia oli yhteensä 18. Tutkimuksessa selvisi, että lapset käyttävät erilaisia mediaympäristöjä. He katsoivat televisiota ja pelasivat tietokoneella ja pelikonsoleilla. Myös kirjat ja lehdet sekä kännykän käyttö nousivat esiin tutkimuksessa. Televisiosta lapset katsoivat sisällöltään erilaisia televisio-ohjelmia, kuten lastenohjelmia, televisiosarjoja, viihdeohjelmia ja luonto-ohjelmia. Tutkimuksen mukaan useimmille lapsille luettiin kirjoja iltasatuna. Lapset kertoivat pitävänsä siitä, että heille luettiin. Tutkimuksessa selvisi, että lapset katsovat televisiota eniten aamuisin ja päiväkodista tulon jälkeen sekä viikonloppuisin. Televisiota katsottiin yleensä olohuoneessa. Tutkimuksen mukaan vanhemmat rajoittivat lasten median käyttöä kotona. Vanhemmat muun muassa määräsivät mitä ohjelmia lapset saivat katsoa ja minkälaisia pelejä lapset saivat pelata konsoleilla. Tutkimuksessa selvisi että, media herätti lapsissa monenlaisia tunteita. Lapset kuvasivat tunteita sanoilla hauska, kiva, jännittävä, pelottava ja surullinen. Pelottavaksi asioiksi lapset kokivat erilaiset hahmot, kuten noidat, hirviöt, ketut ja haamut, joiden ulkonäköä lapset kuvailivat hyvin tarkkaan. Lisäksi pelottaviksi ja jännittäväksi asioiksi lapset kokivat väkivaltaiset tapahtumat, kuten ampumisen, riehumisen, tappelut ja kuoleman. Lapset kertoivat erilaisista palonhallintakeinoista, joilla he saivat pelottavat asiat pois mielestään. Näitä oli muun muassa silmien sulkeminen, käsien laittaminen korville, television sulkeminen, vanhemmille kertominen ja piiloon meneminen. Tutkimuksessa kävi ilmi, että vanhemmilla on tärkeä rooli lasten median käytössä.

5.2 Vaikutukset ajatteluun ja käyttäytymiseen

Ajattelua ja mielikuvitusta sekä keskittymiskykyä voidaan parantaa saduilla. Satujen aiheiden tulisi kuitenkin olla monipuolisia, sillä toistuvasti kuultuina median viestit muokkaavat vastaanottajan asenteita ja voivat johtaa yksipuolisiin käsityksiin maailmasta. Esimerkiksi lapsille suunnatuissa mediasisällöissä pojat esitetään monesti sankareina ja tytöt prinsessoina. Jos sama asetelma toistuu sadusta toiseen, tietynlaiset sukupuoliroolit alkavat näyttää lapsesta luonnollisilta. (Tuominen & Kangasmäki 2012, 10.) Esteettisesti vaikuttavat mediakokemukset herkistävät lapsen kykyä nähdä kauneutta ympärillään ja voivat innostaa taiteellisuuteen. Ne voivat myös kannustaa tekemään itse mediaa yhdessä läheisten kanssa. (Tuominen & Kangasmäki 2012, 11.)

Mediankäyttö voi olla sekä sosiaalista että yksinäistä puuhaa. Media tarjoaa seuraa ja ystäviä, se tarjoaa erilaisia kuvitteellisia ja todellisia hahmoja, joiden kanssa voi seurustella kuvitteellisesti. (Mustonen 2002, 59.) Television katselu yhdessä koko perheen kesken voi lisätä sosiaalista kanssakäymistä ja yhteenkuuluvuuden tunnetta muiden perheen jäsenten kesken. Television avulla rentoudutaan, vietetään aikaa ja viihdytään yhdessä. Tosin on suhtauduttava kriittisesti siihen, onko sähköinen ruutu hyvä sosiaalisen tuen tarjoaja, sillä siitä puuttuu inhimilliset ominaisuudet, jotka sosiaalisen tuen tarjoajina ovat olennaisen tärkeitä. (Meriranta 2010, 11.) Media voi myös olla pakopaikka, minne mennään karkuun arkisia asioita ja sosiaalisen maailman pettymyksiä ja huolia (Mustonen 2002, 59).

Vuorovaikutteinen media kuten tietokoneet ja internet tarjoavat entistä enemmän sosiaalisia areenoita toisten ihmisten kohtaamiseen. Internet muun muassa tarjoaa helppoja tapoja yhteydenpitoon eri puolilla maailmaa asuvien ystävien kanssa. Verkkoviestintä ei kuitenkaan valmenna oikeassa elämässä tarvittavien sosiaalisten taitojen oppimiseen, koska siitä puuttuu aito kohtaaminen, ristiriitojen ratkaiseminen ja monimuotoiset ei-verbaaliset vuorovaikutuksen muodot. (Mustonen 2002, 59.)

Runsaalla television katselulla, pelikonsolien pelaamisella ja tietokoneella olemisella on todettu olevan epäsuora yhteys painonhallintaongelmiin ja syömishäiriöihin, liikunnan vähyyteen, alentuneeseen fyysiseen aktiivisuuteen ja huonoon fyysiseen kuntoon ja passiivisuuteen. (Meriranta 2010, 11, 21.) Vuorovaikutteisen median on

huomattu myös olevan yksi syy muun muassa niska- ja selkäsärkyihin ja silmien väsymiseen (Salokoski & Mustonen 2007, 70). Lisäksi on löydetty yhteyksiä televisionkatselun ja lapsen väkivaltaisen ja aggressiivisen käyttäytymisen välillä, mitä on selitetty muun muassa mallioppimisen kautta. (Meriranta 2010, 11, 21.)

Television, videoiden ja tietokonepelien väkivaltaisuuden vaikutukset ovat huolestuttaneet vanhempia eniten. Medialla on kyllä oma osuutensa väkivaltaa hyväksyvän asennemaailman juurruttamisessa ja ideoiden välittämisessä. Vaikutukset ovat kuitenkin aina ihmisen, mediasisällön ja tilannetekijöiden yhteispeliä. Tästä aiheesta on tehty monia tutkimuksia (Bandura, 1986, Huesmann 1986, 1988 ja Mustonen 2001), joiden pohjalta voidaan ennustaa riskiryhmiä ja miettiä ennaltaehkäiseviä kasvatustoimia. On todettu, että aggressiovaikutusten riski on suurin niillä lapsilla, jotka itse ovat ennestään aggressiivisia ja jotka elävät väkivaltaa hyväksyvässä ympäristössä. Suurin osa lapsista ei tietenkään tule median vaikutuksesta väkivaltaisiksi, vaikka matkivatkin ohjelmien aggressiivisia tapahtumia leikeissään. Oleellista on että aggressiivisuus pysyy leikinä, eikä lapsi oikeasti vahingoita muita. Muistettava on, että rajukin leikki on eri asia kuin toisten vahingoittaminen. Aggressiivisen käyttäytymisen läpikäyminen leikin avulla voi jopa edistää itsehallinnan kehittymistä ja aggression kontrolloimista. (Mustonen 2002, 60.)

Aggression lisäksi median eroottisuus on sellainen asia, joka voi olla haitallista lapsille. Etenkin sellaisille pienille lapsille, joiden kehityksessä eroottiset asiat eivät vielä ole ajankohtaisia. Median sanotaan lyhentävän lapsuutta, tuomalla lasten ulottuville aikuisten maailmaan kuuluvia asioita. Esimerkiksi television ja tietokonepelien kurvikkailla naissankareilla tuotetaan ylieroottinen kuva maailmasta. Tämä taas antaa nuorille paineita olla koko ajan haluttava, menestyvä ja seksikkään näköinen. Epärealistiset virheettömät, superkauniit ja superlahjat mallit tarjoavat erityisesti tytöille huonoja esikuvia, joihin verrata omaa kehoaan. (Mustonen 2002, 61.)

Pulkkinen (2012, 2) on tehnyt tutkimuksen, jonka tavoitteena oli saada lisää tietoa pienten lasten median käytöstä. Tutkimuksen aineisto kerättiin haastattelemalla viittä Haminan kaupungin päivähoiton työntekijää. Haastattelut toteutettiin yksilohaastatteluina teemahaastattelurungon avulla. Yleisin mediavälinen

haastatetuilla oli lasten kirjallisuus ja musiikki. Televisiota päiväkodeissa käytetään harvoin, maksimissaan kerran kuussa ja lähinnä silloin, kun sää ei sovi ulkoiluun. Haastateltavien havaintojen mukaan lapset ilmaisivat vaihtelevasti käyttämäänsä mediaa leikeissä ja puheissa. Osa esiin tulleista mediasisällöistä koettiin sopimattomaksi päiväkotikäisille. Haastateltavat kokivat, että lasten ja aikuisten median käyttö sekä mediasisällöt olivat sekoittuneet. Aikaisemmin lapset käyttivät lähinnä heille tehtyjä tuotteita, kuten musiikkia ja televisio-ohjelmia ja laitteet, kuten tietokone, olivat vain aikuisten käytössä. Nyt lapsetkin käyttivät tietokoneella Internetiä ja olivat teknisesti taitavia laitteiden kanssa sekä olivat tutustuneet jo aikuisten sisältöihin. Tutkimuksen mukaan osassa yksiköissä median käyttö kuului vanhempien kanssa käytävien keskustelujen aiheiksi ja osassa se otettiin esiin tarvittaessa. Vanhemmat itse ottivat harvoin puheeksi lasten median käyttöä. Keskusteluista oli käynyt ilmi, että kotona tapahtuva mediakasvatus vaihtelee. Osassa perheissä säännöt olivat hyvin tiukkoja, osassa perheissä ei median käyttöä rajoitettu millään tavalla. Haastatteluissa herätti huolta se, miten runsas median käyttö, tietokonepelit tai yksin median kanssa toimiminen vaikutti lasten kasvuun. Huoli kohdistui muun muassa kielen kehitykseen, kykyyn keskittyä ja kykyyn luoda sosiaalisia suhteita.

5.3 Vaikutukset oppimiseen

Media on yleisesti hyvä oppimisen lähde. Ihmiset, jotka kuluttavat paljon aikaansa median parissa, omaksuvat paljon tietoa. Oppiminen voi kuitenkin olla sekä myönteistä että kielteistä, riippuen median sisällöistä, myös fiktiiviset mediasisällöt opettavat lapsia. (Salokoski & Mustonen 2007, 31.) Median avulla voi oppia hyödyllisiä tietoja ja taitoja, lisäksi se myös muokkaa maailmankuvaamme (Nyyssölä 2008, 62).

Lapset oppivat esimerkiksi englantia pelatessaan englanninkielisiä pelejä ja laitteen käyttötaitoja kuvatessaan digikameralla. Tällaista oppimisen muotoa kutsutaan informaaliksi oppimiseksi eli arkiseksi oppimiseksi, joka tapahtuu esimerkiksi perheen, kavereiden ja median parissa. Se ei ole suunniteltua, tavoitteellista oppimista, vaan oppiminen tapahtuu osana toimintaa ja median rooli informaalin oppimisen kanavana on suuri. (Kerhokeskus 2009, 19.)

Yksi oppimisen kanava lapsille on televisio (Meriranta 2010, 12). Elokuvan ja tv-ohjelmien liikkuva kuva tarjoaa hyviä mahdollisuuksia oppimiseen. Televisio-ohjelmat voivat havainnollistaa ja konkretisoida asioita. (Nyyssölä 2008, 64). Luonto-ohjelmista lapsi voi oppia ympäristöön, eläimiin ja kasvikuntaan liittyviä asioita ja joissakin lastenohjelmissa on opetuksellisia elementtejä. (Meriranta 2010, 12.) On myös huomattu, että opetusohjelmien katsominen on liitoksissa hyvään koulumenestykseen. Opetusohjelmien katsominen on parantanut muun muassa lasten arvosanoja matematiikassa ja äidinkielessä. Lisäksi on havaittu, että ne vaikuttavat oppimismotivaatioon ja asenteisiin myönteisellä tavalla. Viihdeohjelmien katsomisella on taas huomattu olevan yhteys sanavaraston laajenemiseen ja kielen oppimiseen. (Salokoski & Mustonen 2007, 31.)

Median yhteys oppimiseen voi olla myös kielteinen. On huomattu, että lapset, jotka viettävät paljon aikaa pelaamalla tietokonepelejä, suoriutuvat huonosti koulussa. Heille todennäköisesti ei jää tarpeeksi aikaa kotitehtävien tekoon ja myöhäiset illat tietokoneella tai television parissa aiheuttavat unihäiriöitä ja väsymystä, mikä myöskin saattaa näkyä koulumenestyksessä. (Salokoski & Mustonen 2007, 33.)

6 PROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on luoda Noormarkun lastenneuvolaan sähköinen opaslehtinen median vaikutuksista lapsen kasvuun ja kehitykseen. Tavoitteena on, että lasten vanhempien tietous median hyödyistä ja haitoista lapsen kasvuun ja kehitykseen lisääntyy ja he saavat vinkkejä mediakasvatukseen. Opinnäytetyöntekijän tavoitteena on oppia projektityöskentelyä, lisätä omaa tietouttaan median vaikutuksista lasten kasvuun ja kehitykseen sekä oppia tuottamaan hyvä opas, joka otettaisiin käyttöön Noormarkun neuvolassa.

7 PROJEKTIN SUUNNITTELU

Projekti lähtee aina liikkeelle tunnistetusta tarpeesta tai ideasta ja sen läpi viemiseksi tarvitaan suunnitelma (Kettunen 2009, 15–17, 43). Tämän projektin idea lähti opinnäytetyöntekijältä itseltään. Koin aiheen ajankohtaiseksi ja tarpeelliseksi. Myös kohdeorganisaation terveydenhoitaja ajatteli aiheen olevan ajankohtainen ja tarpeellinen.

7.1 Kohdeorganisaatio

Projektin kohdeorganisaatio on Noormarkun lastenneuvola. Noormarkun lastenneuvolassa työskentelee kaksi terveydenhoitajaa. Lapsia Noormarkun neuvolassa on noin 550 ja lapsia syntyy vuosittain keskimäärin 60 – 70. Noormarkun alue on väestöltään hyvin nuorekasta eli lasten osuus muuhun väestöön nähden on melko suuri. (Ojala henkilökohtainen tiedonanto 31.4.2014.)

Projektin kohderyhmällä tarkoitetaan niitä ryhmiä, joille projektin varsinaiset hyödyt pyritään kohdentamaan. Sen lisäksi projektilla on useita muita hyödynsaajia. Varsinainen kohderyhmä on yleensä projektin lopullinen kohde, loppukäyttäjä tai asiakas. Muut hyödynsaajat ovat esimerkiksi projektiorganisaation henkilöstö. (Silfverberg 1998, 49.) Tämän projektin pääkohderyhmänä ovat Noormarkun lastenneuvolassa käyvien lasten vanhemmat/ huoltajat. Lisäksi kohderyhmänä ovat lastenneuvolan terveydenhoitajat.

7.2 Riski- ja resurssianalyysi

Projektiin liittyy aina riskejä ja sitä kautta epäonnistumisen vaara (Paasivaara, Suhonen & Nikkilä 2008, 129–130). Riskianalysissä pyritään arvioimaan riskien todennäköisyyttä ja projektin herkkyyttä riskeille. Ideana on, ettei projektin suunnitelma sisällä sellaisia merkittäviä riskejä, joiden toteuttaminen on todennäköistä. (Silfverberg 2007, 43.) Riskien hallinta onkin tärkeä osa projektia. Riskien hallintaan kuuluu riskien tunnistaminen ja analysointi, korjaavat toimet ja

jatkuva seuranta. Tyypillisesti riskit jaetaan ulkoisiin riskeihin, kustannus-, aikataulu-, tekniikka- ja toiminnan riskeihin. (Paasivaara, Suhonen & Nikkilä 2008, 129–130.) Tässä projektissa riskien määrää vähentää se että opinnäytetyöntekijä tekee tämän projektin yksin. Suurin riski on aikataulussa, sillä opinnäytetyöntekijä on itse vastuussa aikataulusta. Tekniikkariskinä voi olla tietokoneen hajoaminen. Riskinä voi myös olla, ettei asiantuntijalla ole aikaa antaa palautetta työstä.

Projektisuunnitelmassa tulee käydä ilmi projektin aikana käytettävät resurssit. Resursseja ovat osallistuvat ihmiset, koneet, laitteet, ohjelmistot ja tilat. Resurssien käyttö tulee suunnitella tehtävittäin siten, että jokaiselle työtehtävälle löytyy oma tekijänsä. (Kettunen 2009, 106.) Tämän projektin henkilöresursseihin kuuluvat opinnäytetyöntekijä, ohjaava opettaja ja Noormarkun lastenneuvolan terveydenhoitaja. Projektin tekoon käytän omaa tietokonettani ja tarvittaessa omaani tai koulun tulostinta. Oppaaseen tulevat kuvat piirrän tai valokuvaan itse.

7.3 Arviointisuunnitelma

Projektin alussa tehdään arviointisuunnitelma, mutta sitä voidaan tarkistaa ja muuttaa projektin edetessä. Arviointisuunnitelma määrittää sen, miten arviointi tehdään ja mitä arvioinnilta odotetaan sekä millaista tietoa arvioinnilta halutaan saada. Ei ole olemassa yhtä ainutta kaikille sopivaa arviointisuunnitelman mallia. On tärkeää muistaa, että arviointi mitoitetaan resurssien mukaan. Arviointisuunnitelma on tehtävä huolellisesti, että saadaan valittua arviointikysymykset ja -kriteerit, joilla saavutetaan arvioinnin tavoitteet. (Hyttinen 2006, 28–35.)

Arvioin tätä projektia Noormarkun lastenneuvolan terveydenhoitajien antaman palautteen perusteella. Suunnittelen terveydenhoitajille palautelomakkeen (LIITE 1), jossa selvitän kirjallisesti heidän mielipiteensä oppaasta sekä palautteen tavoitteideni saavuttamisesta. Pyydän palautetta ainakin oppaan sisällöstä, ulkonäöstä ja oppaan hyödyllisyydestä. Toimitan palautelomakkeen terveydenhoitajille sähköisesti valmiin oppaan yhteydessä. Lasten vanhempien palautetta en tämän projektin aikana ehdi keräämään. Huomioin arvioinnissa myös ohjaavalta opettajaltani saamani palautteen ja pyrin arvioimaan omaa toimintaani projektin aikana.

8 PROJEKTIN TOTEUTUS

Kun projektisuunnitelma on valmis ja resurssit ovat kunnossa, pääsee varsinainen toteutus alkamaan. Toteutusvaiheessa luodaan projektin tuotokset. (Paasivaara, Suhonen & Nikkilä 2008, 132–133.) Tämän projektin tuotoksena syntyi sähköinen opas Noormarkun lastenneuvolaan median vaikutuksista lapsiin. Projektin tarkempi aikataulu on opinnäytetyön lopussa liitteenä (LIITE 2).

8.1 Projektin eteneminen

Tämä opinnäytetyöprojekti lähti käyntiin tammikuussa 2014, jolloin otin yhteyttä Noormarkun lastenneuvolan terveydenhoitajaan. Halusin tehdä opinnäytetyönäni neuvolaan oppaan. Yhdessä lastenneuvolan terveydenhoitajan kanssa päädyimme valitsemaan oppaalleni aiheeksi median vaikutukset lasten kasvuun ja kehitykseen. Terveydenhoitajan mielestä aihe oli kiinnostava ja ajankohtainen, myös lastenneuvolassa asioivat vanhemmat olivat kiinnostuneita saamaan lisää tietoa median vaikutuksista lapsiin. Tällaista opas Noormarkun lastenneuvolassa ei vielä ollut.

Aiheseminaaria en tälle projektille pitänyt, koska olin pitänyt aiheseminaarin jo aikaisemmin toisesta aiheesta, jonka sitten jouduin hylkäämään. Tein kuitenkin projektista projektisuunnitelman. Hyväksytyn projektisuunnitelman ja projektin sopimuspaperit lähetin allekirjoitettavaksi helmikuussa 2015.

Opinnäytetyön raportin kirjoittamisen aloitin maaliskuussa 2014. Hain paljon tietoa muun muassa mediasta, median vaikutuksista, mediakasvatuksesta ja oppaan laadinnasta. Kirjoitin teoriaosuutta ja sain siitä palautetta pyydettäessä ohjaavalta opettajaltani. Syksyllä 2014 kirjoitin opinnäytetyötä ja tein opasta. Helmikuussa 2015 projekti vihdoon valmistui. Valmiin opinnäytetyöraportin palautin 20.2.2015.

8.2 Tuotoksen kuvaus

Tämän projektin tuotoksena syntyi sähköinen opas Noormarkun lastenneuvolaan median vaikutuksista lapsiin (LIITE 3). Lähetin oppaan sähköisesti terveydenhoitajalle, joka voi tarvittaessa tulostaa opasta ja jakaa sitä lasten vanhemmille.

Tein oppaan Microsoft Word-ohjelmalla. Siinä on kahdeksan sivua sekä etu- ja takakansi. Fontiksi oppaaseen valitsin Calibrin ja tekstin fonttikoko on 11. Minun ja lastenneuvolan terveydenhoitajan mielestä tärkeinä pidettyjä asioita on korostettu lihavoinnilla. Oppaan otsikoissa on käytetty samaa fonttia koossa 12 ja otsikot on numeroitu ja kirjoitettu isoilla kirjaimilla. Oppaassa on kuvia, jotka olen itse piirtänyt ja värittänyt. Kerron oppaassa ensin lyhyesti mitä media on, sitten kerron mitä mediakasvatus on ja miten media vaikuttaa lapsiin. Lopussa on vielä loppusanat ja taulukko, jossa on mediasuosituksia lapsille ja vaihtoehtoja medialle. Lisäksi oppaassa on vielä hyödyllisiä linkkejä ja vinkkejä mistä saa lisää tietoa aiheesta.

9 PROJEKTIN ARVIOINTI

Opinnäytetyön arviointi on osa oppimisprosessia. Toiminnallisen opinnäytetyön ensimmäinen arvioinnin kohde on työn idea, johon voidaan lukea aihepiirin, idean tai ongelman kuvaus, asetetut tavoitteet, teoreettinen viitekehys ja tietoperusta sekä kohderyhmä. Toinen tärkeä arvioinnin kohde on työn toteutustapa, johon voidaan katsoa kuuluvan keinot tavoitteiden saavuttamiseksi ja aineiston kerääminen. Tämä tarkoittaa ohjekirjan tai oppaan valmistamiseen liittyviä asioita. Arvioinnin ytimessä on tuotoksen idea, tavoitteiden saavuttaminen ja tuotoksen sisällön ja ulkoasun arvioinnin toimivuus. (Vilka & Airaksinen 2004, 154–161.)

Tämän projektin arvioinnissa käytettiin opinnäytetyöntekijän itsearviointia, ohjaavan opettajan arviointia ja Noormarkun lastenneuvolan terveydenhoitajien arviointia. Itsearviointia toteutin koko projektin ajan. Terveydenhoitajalta sain palautetta

projektin edetessä sekä projektin valmistuttua palautelomakkeella (LIITE 1). Ohjaavalta opettajalta sain myös palautetta projektin edetessä sekä tuotoksen valmistuttua.

9.1 Projektin etenemisen arviointi

Projekti lähti hyvin alkuun keväällä 2014 ja olin innostunut valitsemastani aiheesta. Alkuinnostusta hieman latisti se, etten meinannut aluksi löytää kunnolla tietoa aiheesta. Laajensin kuitenkin hakuani ja löysin paljon tietoa mediakasvatuksesta ja sitä kautta tietoa myös median vaikutuksista. Sain näiden uusien lähteiden avulla kirjoitettua hyvin teoriaosuutta ja pääsin eteenpäin työssäni. Hyvän alun jälkeen, työ toppasi, kun mielenkiintoni koko projektia kohtaa hieman hiipui. Sain kuitenkin jatkettua projektia taas syksyllä ja sain uutta innostusta projektin edetessä. Apua ja tukea sain ohjaavalta opettajaltani koko projektin ajan.

Projektin etenemisessä haastavinta oli se, että olin itse vastuussa projektista. Päätin itse koska ja kuinka paljon sitä tein. Jälkeenpäin katsottuna olisi ollut järkevämpää toteuttaa koko projekti tiivistetyimmässä aikataulussa. Projektin piti alun perin olla valmis joulukuksi 2014, mutta se venyi. Projektin venyminen johtui omista syistäni.

9.2 Tuotoksen arviointi

Oppaasta tuli sisällöllisesti ja ulkoisesti suunnitelmien mukainen. Asiaa oli paljon, mutta sain mielestäni sisällön hyvin tiivistettyä. Jouduin miettimään mitkä aiheet otin mukaan oppaaseen ja mitä aiheita painottaisin oppaassa. Koin tärkeäksi mainita oppaassa mitä medially ja mediakasvatuksella tarkoitetaan, koska moni ei tiedä mitä näillä asioilla oikeasti tarkoitetaan. Oppaan tärkein osa kuitenkin on se, jossa kerrotaan miten media vaikuttaa lapsiin.

Haasteellista oppaan tekemisessä oli se, että minulla ei ollut aiemmin kokemusta oppaan kirjoittamisesta. Jouduin tarkkaan miettimään mistä vanhemmat haluaisivat tietoa ja miten saisin kaiken tarpeellisen kirjoitettua tiivistetysti. Median vaikutuksista

en meinannut aluksi löytää paljota tietoa, mutta laajensin hakuani ja löysin tietoa mediakasvatuksesta ja sitä kautta tietoa median vaikutuksista. Hankalaa oli kuitenkin päättää, mikä tieto oli olennaista ja mikä ei. Mistä vanhemmat hyötyisivät ja mistä eivät. Loppujen lopuksi olen tyytyväinen oppaan sisältöön. Siitä tuli sellainen kuin olin ajatellutkin ja toivon, että se otetaan käyttöön Noormarkun lastenneuvolassa.

Lastenneuvolan terveydenhoitajien mielestä opas oli kokonaisuutena hyvä. Asiasisältö oli hyvä ja aihetta oli käsitelty monipuolisesti. Kokonaisuus oli tiivis, vaikka opas olikin hitusen pitkä, mutta se ei terveydenhoitajien mielestä ollut paha asia. Erityisesti he tykkäsivät siitä, että oppaassa oli käsitelty myös median positiivisia vaikutuksia. Terveydenhoitajien mielestä opas voi herättää vanhemmissa ajatuksia median monimuotoisuudesta ja monista vaikutuksista. Terveydenhoitajien mielestään nykyajan vanhemmat eivät välttämättä erota mikä on lapselle sopivaa ja mikä ei, opas auttaa siinä. Kehittämisideana terveydenhoitajat sanoivat, että oppaassa olisi vielä voinut olla tietoa, mikä on sopiva ruutuaika missäkin lapsen iässä ja miten ruutuaikaa voi rajoittaa. Terveydenhoitajat olivat kaiken kaikkiaan tyytyväisiä oppaaseen ja olivat innokkaita ottamaan sen käyttöön Noormarkun lastenneuvolassa. Terveydenhoitajat olivat myös innokkaita jakamaan opas Porin muihin neuvoloihin, johon annoin lupani.

9.3 Resurssien ja riskien hallinta

Työn resurssit oli hyvin määritelty. Pystyin tekemään projektin yksin ja sen työmäärä oli sopivasti mitoitettu, jotta se vastasi opinnäytetyölle asetettuja vaatimuksia. Apua ja tukea sain tarvittaessa ohjaavalta opettajaltani sekä lastenneuvolan terveydenhoitajalta. Taloudelliset resurssit pysyivät projektin aikana minimaalisina, joista selviydyin hyvin. Taloudelliset resurssit koostuivat lähinnä tulostuskuluista ja autolla ajamisesta. Myös kaikki tekniset laitteet toimivat hyvin koko projektin ajan. Aikatauluriskiä en pystynyt välttämään. Projekti venyi alkuperäisestä suunnitelmasta, omasta syystäni. Muuten projekti sujui, kuten oli suunniteltu.

9.4 Tavoitteiden saavuttamisen arviointi

Projektin aikana olen oppinut paljon oppaan tekemisestä, projektin tekemisestä ja itsensä johtamisesta. Nyt osaan tehdä oppaan. Ymmärrän mitkä tekijät siinä ovat tärkeät ja miten kuvia voi hyödyntää oppaassa. Projektin tekemisestä olen oppinut laatimaan suunnitelman ja toteuttamaan sen. Tiedän mitkä ovat projektin riskit ja resurssit. Projektin aikana opin määrittelemään kohderyhmän ja hyödynsaajan. Opin etsimään tietoa eri tietolähteistä. Ymmärrän nyt paremmin millainen projektityöntekijä olen ja miten saan itseäni motivoitua työntekoon. Lisäksi sain itse paljon uutta tietoa median vaikutuksista ja toivottavasti pääsen sitä joskus hyödyntämään omassa työssäni. Mielestäni olen saavuttanut hyvin omat tavoitteeni.

Terveystieteiden arvioinnin perusteella uskon, että oppaasta on hyötyä lasten vanhemmille. He saavat oppaasta uutta tietoa ja opas varmasti herättää ajatuksia ja kysymyksiä, joista vanhemmat voivat puhua lisää lastenneuvolan terveydenhoitajan kanssa tai hakea itse lisää tietoa aiheesta kirjoista tai internetistä. Terveystieteiden mielestä myös oppaassa oleva taulukko oli selkeä ja helppolukuinen, joten vanhemmat saavat siitä hyvin vinkkejä mitä muuta lapset voivat tehdä median sijaan.

10 POHDINTA

Projektityyppisen opinnäytetyön tekeminen oli uusi, mielenkiintoinen projekti minulle ja sain siitä paljon irti. Projekti tarjosi monia haasteita ja antoi minun toteuttaa omaa ideaani ja ajatustani. Mielestäni tavoitin projektille asettamani tavoitteet ja opein itsekin uuttaa projektin aikana.

Opinnäytetyöni aihe oli ajankohtainen, sillä joka erityisesti sähköisen median käyttö lisääntyy koko ajan ja myös pienet lapset käyttävät sähköistä mediaa. Kirjallisuutta aiheeseen löytyi, mutta aikaisempia tutkimuksia tai vastaavanlaisia projekteja ei aiheesta juurikaan löytynyt. Joitakin tutkimuksia löysin median käyttöön liittyen.

Muita oppaita aiheesta ei oltu aiemmin tehty opinnäytetyönä. Varmasti myös muutkin neuvolat voisivat olla kiinnostuneita vastaavanlaisesta oppaasta.

Jatkokehittämistyönä voisin ajatella, että voisi tutkia onko kyseisestä oppaasta ollut hyötyä vanhemmille, koska en sitä itse ehdi tämän projektin aikana tutkimaan. Myös luennon järjestämistä aiheesta vanhemmille voisi olla hyvä idea, koska aihe on mielestäni tärkeä ja se kiinnostaa vanhempia.

LÄHTEET

- Armanto, A. & Koistinen, P. 2007. Neuvolatyön käsikirja. Hygieia. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki.
- Hyttinen, N. 2006. Arviointi avuksi projektityöhön. Helsinki: Sininauhaliitto.
- Jalonen, T. & Suomela, S. 2010. Lapset median käyttäjinä. AMK-opinnäytetyö. Laurea-ammattikorkeakoulu. Hyvinkää. Viitattu 28.4.2014. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201005078348>
- Kerhokeskus. 2009. Mediakasvatus esi- ja alkuopetuksessa. Helsinki: Aksidenssi Oy.
- Kettunen, S. 2009. Onnistu projektissa. Helsinki. WSOY.
- Lapset ja media. Kasvattajan opas. 2014. Kansallisen audiovisuaalisen instituutin mediakasvatus- ja kuvaohjelmayksikkö. Viitattu 2.12.2014. <https://kavi.fi/sites/default/files/documents/lapsetjamedia2014.pdf>
- Lonnakko, T. 2012. Media leikki-ikäisen lapsen arjessa. Vanhempien arvio 3-5 – vuotiaiden lasten median käytöstä. AMK-opinnäytetyö. Rovaniemen ammattikorkeakoulu. Viitattu 28.4.2014. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201205097093>
- Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut. Vanhempainnetti. Viitattu 2.12.2014. <http://www.mll.fi/vanhempainnetti>
- Mediakasvatuksen www-sivut. Viitattu 2.1.2015. <http://www.mediakasvatus.fi/>
- Meriranta, M. 2010. Mediakasvatuksen käsikirja.
- Mustonen, A. 2002. Median rooli psykologisessa kehityksessä. Teoksessa S. Sintonen (toim.) Median sylissä. Kirjoituksia lasten mediakasvatuksesta. Oy FINN LECTURA. Tampere: Tammer-Paino Oy, 55-69.
- Neuvokkaan perheen www-sivut. Viitattu 26.1.2015. <http://www.neuvokasperhe.fi>
- Nyysölä, K. 2008. Mediakulttuuri oppimisympäristönä. Opetushallitus.
- Ojala, S. 2014. Terveystietäjä, Noormarkun neuvola. Pori. Henkilökohtainen tiedonanto 31.4.2014.
- Ojala, V. & Härkönen, U. 2008. Mediakasvatus varhaiskasvatuksessa. Helsinki: Stakes: Opetusministeriö.
- Pääjärvi, S. & Sommers-Piiroinen, J. 2013. Mediakasvatus kuuluu kuvaan varhaiskasvatuksessa. Kokemusten jakamista ja toimintamalleja varhaisen mediakasvatuksen yhteiseen kehittämiseen. Mediakasvatus- ja kuvaohjelmakeskus MEKU.

- Paasivaara, L. Suhonen, M. & Nikkilä, J. 2008. Innostavat projektit. Sairaanhoidajaliitto. Helsinki.
- Pentikäinen, L., Ruhala, A. & Niinistö, H. 2007. Mediamatkaa! Osa 2 – Kasvattajan matkaopas lasten mediamaailmaan. Mediakasvatuskeskus Metka Ry. Jyväskylä: Gummerus.
- Porin kaupungin www-sivut. Viitattu 27.2.2014.
<http://www.pori.fi/perusturva/terveys/neurolapalvelut/lastenneuvolat.html>
- Pulkkinen, H. 2012. Pienet ja media. Haminan kaupungin päiväkotihenkilöstön havaintoja ja ajatuksia lasten median käytöstä. AMK-opinnäytetyö. Metropolia Ammattikorkeakoulu. Viitattu 28.4.2014. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201205097332>
- Salokoski, T. & Mustonen, A. 2007. Median vaikutukset lapsiin ja nuoriin – katsaus tutkimuksiin sekä kansainvälisiin mediakasvatuksen ja –säätelyn käytäntöihin. Mediakasvatusseuran julkaisuja. Viitattu 1.12.2014.
<http://www.mediakasvatus.fi/publications/ISBN978-952-99964-2-1.pdf>
- Silfverberg, P. 1998. Ideasta projektiksi. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Suoninen, A. 2014. Lasten mediabarometri 2013. 0-8-vuotiaiden mediankäyttö ja sen muutokset vuodesta 2010. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Verkkojulkaisu.
<http://www.nuorisotutkimusseura.fi/julkaisuja/lastenmediabarometri2013.pdf>
- Tekijänoikeuslaki. 1961. L 8.7.1961/404 muutoksineen.
- Terveyden- ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut. Lastenneuvolakäsikirja. Viitattu 13.11.2014. http://www.thl.fi/fi_FI/web/lastenneuvola-fi
- Terveyden- ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut. Viitattu 26.1.2015.
<http://www.thl.fi/>
- Terveyskirjaston www-sivut. Mediakasvatus. Viitattu 1.12.2014.
<http://www.terveyskirjasto.fi>
- Terveysportin www-sivut. Lastenneuvolaopas. Viitattu 24.4.2014.
<http://www.terveysportti.fi/dtk/lno/koti>
- Tiuraniemi, S. & Tuomas, I. 2013. 1-3 –vuotiaiden lasten vanhempien kokemuksia lastenneuvolan oppaista. AMK-opinnäytetyö. Oulun seudun ammattikorkeakoulu. Viitattu 28.4.2014. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201304154442>
- Torkkola, S., Heikkinen, H. & Tiainen, S. 2002. Potilasohjeet ymmärrettäviksi. Tampere: Tammi.
- Tuominen, S. & Kangasmäki, J. 2012. Media alle 3-vuotiaan arjessa. Opas ja keskusteluaineisto vanhemmille. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto.
- Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2004. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Palautekysely terveydenhoitajalle

1. Mitä mieltä olet oppaan

a) asiasisällöstä/aihealueista?

b) ulkonäöstä?

c) kokonaisuudesta?

2. Mitä hyötyä mielestäsi oppaasta on lasten vanhemmille?

3. Mitä mieltä olet oppaan jakamisesta lasten vanhemmille?

4. Mitä kehitettävää mielestäsi oppaassa vielä on? Mitä asioita siinä muuttaisit, mitkä asiat olivat mielestäsi oppaassa turhia tai mitä asioita oppaasta puuttui?

5. Vapaa palaute:

Kiitos vastauksestasi!

PROJEKTIPÄIVÄKIRJA

Tammikuu - Helmikuu 2014

Tämä projekti alkoi tammikuussa 2014, jolloin jouduin vaihtamaan opinnäytetyöni aiheen. Otin yhteyttä neuvolaharjoitteluni ohjaajaan Noormarkun neuvolaan ja kyselin häneltä mahdollisia aiheita opinnäytetyölle. Hänellä ei suoraan ollut ehdottaa mitään aihetta, joten perehdyin itse vanhoihin opinnäytetöihin ja keksein muutamia ideoita opinnäytetyöksi. Kysyin terveydenhoitajalta olisiko jokin näistä keksimistäni ideoista toteuttamisen arvoinen. Yhdessä päädyimme ideaan tehdä opas median vaikutuksista lasten kasvuun ja kehitykseen. Aloitin heti projektisuunnitelman tekemisen.

Maaliskuu 2014

Sain ohjaavalta opettajaltani projektisuunnitelmani takaisin korjauksien kanssa. Tein vaadittavat korjaukset. Hain paljon tietoa median vaikutuksista ja perehdyin kunnolla teoreettiseen pohjaan.

Toukokuu 2014

Sain taas projektisuunnitelman takaisin korjauksien kanssa. Tein vaadittavat korjaukset ja aloitin kunnolla tekemään varsinaista opinnäytetyötä. Kirjoitin siihen teoreettista osuutta.

Lokakuu - Marraskuu 2014

Jatkoin opinnäytetyön tekimestä, tavoitteenani valmistua jouluksi. Tein teoria -osuutta ja projektisuunnitelmaa.

Joulukuu 2014

Lähetin opinnäytetyöni ja projektisuunnitelman ohjaavalle opettajalleni luetutettavaksi ja sain ne korjausehdotusten kanssa takaisin. Tein vaadittavat korjaukset projektisuunnitelmaan. Ja jatkoin varsinaisen opinnäytetyöni kirjoittamista. Hankein lisää lähdemateriaalia.

Tammikuu 2015

Jatkoin opinnäytetyön kirjoittamista. Otin yhteyttä Noormarkun neuvolaan opinnäytetyön sopimuksen laadintaan liittyen.

Helmikuu 2015

Lähetin sopimuspaperit ohjaavalle opettajalleni ja kohdeorganisaatioon. Tein korjauksia opinnäytetyön teoreettiseen osioon. Kirjoitin projektin toteutuksen kuvauksen. Viimeistelin oppaan. Lähetin valmiin oppaan Noormarkun lastenneuvolan terveydenhoitajalle ja pyysin palautetta siitä palautelomakkeella. Kirjoitin opinnäytetyön raporttiin arvioinnin ja tiivistelmän. Käänsin tiivistelmän englanniksi. Palautin valmiin opinnäytetyön 20.2.2015

Lähteet:

Kerhokeskus. 2009. Mediakasvatus esi- ja alkuopetuksessa. Helsinki: Aksidensi Oy.

Mediakasvatuksen www-sivut. Viitattu 24.2.2014.

<http://www.mediakasvatus.fi/files/u4/lapsimedia.pdf>

Meriranta, M. 2010. Mediakasvatuksen käsikirja.

Mustonen, A. 2002. Median rooli psykologisessa kehityksessä. Teoksessa S. Sintonen (toim.) Median sylissä. Kirjoituksia lasten mediakasvatuksesta. Oy FINN LECTURA. Tampere: Tammer-Paino Oy, 55-69.

Nyyssölä, K. 2008. Mediakulttuuri oppimisympäristönä. Opetushallitus.

Ojala, V. & Härkönen, U. 2008. Mediakasvatus varhaiskasvatuksessa. Helsinki: Stakes: Opetusministeriö.

Pentikäinen, L., Ruhala, A. & Niinistö, H. 2007. Mediamatkaa! Osa 2 – Kasvattajan matkaopas lasten mediamaailmaan. Mediakasvatuskeskus Metka Ry. Jyväskylä: Gummerus.

Pääjärvi, S. & Sommers-Piiroinen, J. 2013. Mediakasvatus kuuluu kuvaan varhaiskasvatuksessa. Kokemusten jakamista ja toimintamalleja varhaisen mediakasvatuksen yhteiseen kehittämiseen. Mediakasvatus- ja kuvaohjelmakeskus MEKU.

Salokoski, T. & Mustonen, A. 2007. Median vaikutukset lapsiin ja nuoriin – katsaus tutkimuksiin sekä kansainvälisiin mediakasvatuksen ja -sääntelyn käytäntöihin. Mediakasvatusseuran julkaisuja. Viitattu 1.12.2014.
<http://www.mediakasvatus.fi/publications/ISBN978-952-99964-2-1.pdf>

Terveys- ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut. Lastenneuvolakäsikirja. Viitattu 13.11.2014. http://www.thl.fi/fi_FI/web/lastenneuvola-fi/

Terveyskirjaston www-sivut. Mediakasvatus. Viitattu 1.12.2014.
<http://www.terveyskirjasto.fi>

Tuominen, S. & Kangasmäki, J. 2012. Media alle 3-vuotiaan arjessa. Opas ja keskusteluaineisto vanhemmille. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto.

Opinnäytetyö 2015, Satakunnan ammattikorkeakoulu
Ella Sankari

Media vaikuttaa lapsiin



1. MITÄ MEDIA ON?

Medialla tarkoitetaan erilaisia viestinnän välineitä ja sisältöjä. Niitä ovat mm. kirjat, televisio-ohjelmat, elokuvat, tietokone pelit, lehdet, musiikki ja internet.



2. MIKÄ IHMEEN MEDIKASVATUS?

Mediakasvatus on oppimista ja kasvua median parissa. Sen avulla yritetään vaikuttaa lapsen median käyttöön. Mediakasvatuksen tavoitteena on auttaa lasta kehittymään mediataidoissaan ja luoda lapselle tasapainoinen suhde mediaan. Mediataidot ovat ajattelua ja tekemistä, joita lapsi tarvitsee pärjätäkseen, nauttiakseen ja toteuttaakseen itseään mediakulttuurissa.

Vanhemman näkökulmasta mediakasvatus on

- arkista lapsen kuuntelua ja kohtaamista
- lapselle sopimattomien mediasisältöjen rajoittamista
- turvallisen mediaympäristön luomista
- hyödyllisten ja iloa tuottavien mediasisältöjen monipuolista tarjoamista
- lapsen kanssa keskustelua median herättämistä asioista.

Lasten mediakasvatuksessa tärkeintä on rajojen asettaminen, vaihtoehtojen keksiminen mediakäytölle sekä lapsen kehitystasoa ja omaa arvomaailmaa seurailevan sisällön valinta.

3. MEDIA VAIKUTTAA

Media vaikuttaa paljon voimakkaammin ja pysyvämmiin lasten ja nuorten ajattelutapoihin kuin aikuisiin. Median antamat tiedot, elämykset ja mielikuvat muokkaavat kehitystä ja ajattelua joko hyvään tai huonoon suuntaan. Media vaikuttaa ajatteluun ja tunteisiin tietoisesti tai tiedostamattomasti sekä vaikuttaa mielipiteisiimme, maailmankuvaamme, toimintaamme, ostopäätöksiimme ja muokkaa myös käsitystämme itsestämme. Median vaikutukset ovat varsin laaja-alaisia ja pitemmällä aikavälillä erittäin syvällisiä.



Muistettava kuitenkin on, että mediasuhde on aina yksilöllinen, joten yleisiä johtopäätöksiä minkään nimenomaisen mediasisällön seurauksista ei voida tehdä.

Vaikutuksia tunteisiin:

- Median vaikutukset tunteisiin ovat pääosin myönteisiä.
- Median avulla voi rentoutua, jännittää, nauraa, itkeä, vihata, pelätä ja iloita. Nämä elämykset ovat erityisen tärkeitä lapsille, sillä niiden avulla voi oppia erilaisten tunteiden kokemista, tunnistamista, ilmaisemista ja hallintaa.

- Media saattaa aiheuttaa pelkoja, jotka ovatkin yleisiä lapsilla. **Pelon tunteessa itsessään ei ole mitään pahaa.** Jännittävät ja lapsen kehitystasolle sopivat pelottavat mediasisällöt saattavat jopa auttavat lasta käsittelemään pelon tunnetta.
- Joskus pelot kuitenkin ovat liian voimakkaita, eikä lapsella aina ole sanoja ahdistuksensa kuvailemiseen. Silloin nämä pelot saattavat tulla esiin esim. lapsen leikissä tai unissa.
- **Jos lapsi on kokenut median parissa jotain hänelle ylivoimaisen rankkaa, on sitä hyvä käsitellä yhdessä aikuisen kanssa** esim. juttelemalla ja vaikka piirtämällä. Lapselle voi myös muistuttaa, että se oli vain satua ja kertomalla hänelle, ettei se ollut totta. Aikuinen voi myös harrastaa ns. ääneen katsomista eli tulkita tapahtuu ääneen ja keskustella niistä lasten kanssa.
- Oikein valittu kirja tai filmi antaa lapselle mahdollisuuden käsitellä mm. vaikeita kokemuksia, pelottavia henkilöitä tai eläimiä, kuolemaa, sairautta, eroa tai onnettomuutta, samaistumalla tarinan henkilöihin. Kuvitteellisiin hahmoihin eläytyminen voi tuoda lohtua tai uusia näkökulmia ja uutta ymmärrystä outoon tilaisuuteen.
- Huolestuttava median negatiivinen vaikutus lapsiin on **turtuminen eli poisherkestyminen** esim. väkivallalle ja passiivisuus. Turtuminen tarkoittaa sitä, että aikaa myöten totumme median suuriin tunteisiin ja elämysten vyöryyn. On huomattu mm. että, väkivaltakulttuurille altistuneet lapset tuntevat vähemmän myötätuntoa.
- **Turtumiseen ei oikein ole muuta ehkäisykeinoa kuin median valikoiva ja kohtuullinen käyttö.**

Vaikutukset ajatteluun ja käyttäytymiseen:

- Ajattelua, mielikuvitusta ja keskittymiskykyä voidaan parantaa mm. saduilla. Satujen aiheiden tulisi kuitenkin olla monipuolisia, sillä toistuvasti kuultuina median viestit muokkaavat vastaanottajan asenteita ja voivat johtaa yksipuolisiin käsityksiin maailmasta.
- Esteettisesti vaikuttavat mediakokemukset herkistävät lapsen kykyä nähdä kauneutta ympärillään ja voivat innostaa taiteellisuuteen. Ne voivat myös kannustaa tekemään mediaa itse yhdessä läheisten kanssa.
- Mediankäyttö voi olla sekä sosiaalista että yksinäistä puuhaa. Parhaimmillaan media tarjoaa seuraa ja ystäviä; erilaisia kuvitteellisia ja todellisia hahmoja, joiden kanssa voi seurustella kuvitteellisesti.
- Vuorovaikutteinen media kuten tietokoneet tarjoavat entistä enemmän sosiaalisia areenoita toisten ihmisten kohtaamiseen, mm. helppoja tapoja yhteydenpitoon eri puolilla maailmaa asuvien ystävien kanssa.
- **Verkkoviestintä ei kuitenkaan valmenna oikeassa elämässä tarvittavien sosiaalisten taitojen oppimiseen**, koska siitä puuttuu aito kohtaaminen, ristiriitojen ratkaiseminen ja monimuotoiset ei-verbaaliset vuorovaikutuksen muodot.
- Runsaalla television katselulla, pelikonsolien pelaamisella ja tietokoneella olemisella on todettu olevan **epäsuora yhteys painonhallintaongelmiin ja syömishäiriöihin, liikunnan vähyyteen, alentuneeseen fyysiseen aktiivisuuteen ja huonoon fyysiseen kuntoon ja passiivisuuteen.**
- Sähköisenmedian on huomattu myös olevan yksi syy mm. niska- ja selkäsärkyihin ja silmien väsymiseen.

- Lisäksi on löydetty yhteyksiä televisionkatselun ja lapsen väkivaltaisen ja aggressiivisen käyttäytymisen välillä, mitä on selitetty muun muassa mallioppimisen kautta.
- **Suurin osa lapsista ei tietenkään tule median vaikutuksesta väkivaltaisiksi, vaikka matkivatkin ohjelmien aggressiivisia tapahtumia leikeissään.** Oleellista on että aggressiivisuus pysyy leikkinä, eikä lapsi oikeasti vahingoita muita. Muistettava on, että rajukin leikki on eri asia kuin toisten vahingoittaminen. Aggressiivisen käyttäytymisen läpikäyminen leikin avulla voi jopa edistää itsehallinnan kehittymistä ja aggression kontrolloimista.
- Median eroottisuus on myös haitallista lapsille. Esim. television ja tietokonepelien kurvikkailla naissankareilla tuotetaan ylieroottinen kuva maailmasta, joka antaa nuorille paineita olla koko ajan haluttava, menestyvä ja seksikkään näköinen. Lisäksi median epärealistiset, virheettömät, superkauniit ja superlaihat mallit tarjoavat erityisesti tytöille huonoja esikuvia, joihin verrata omaa kehoaan.

Vaikutukset oppimiseen:

- **Media on yleisesti hyvä oppimisen lähde.** Median avulla voi oppia hyödyllisiä tietoja ja taitoja, lisäksi se myös muokkaa maailmankuvaamme. Myös fiktiiviset mediasisällöt opettavat.
- Oppiminen voi kuitenkin olla sekä myönteistä että kielteistä, riippuen median sisällöistä.
- Lapset oppivat esim. englantia pelatessaan englanninkielisiä pelejä ja laitteen käyttötaitoja kuvatessaan digikameralla.
- Televisio-ohjelmat voivat havainnollistaa ja konkretisoida asioita. Luonto-ohjelmista lapsi voi oppia ympäristöön, eläimiin ja

kasvikuntaan liittyviä asioita ja joissakin lastenohjelmissa on opetuksellisia elementtejä.

- On myös huomattu, että opetusohjelmien katsominen on liitoksissa hyvään koulumenestykseen. Opetusohjelmien katsominen on parantanut mm. lasten arvosanoja matematiikassa ja äidinkielessä. Lisäksi on havaittu, että opetusohjelmat vaikuttavat oppimismotivaatioon ja asenteisiin myönteisellä tavalla. Viihdeohjelmien katsomisella on taas huomattu olevan yhteys sanavaraston laajenemiseen ja kielen oppimiseen.
- Median yhteys oppimiseen voi olla myös kielteinen. On huomattu, että lapset, jotka viettävät paljon aikaa pelaamalla tietokonepelejä, suoriutuvat huonosti koulussa. Heille todennäköisesti ei jää tarpeeksi aikaa kotitehtävien tekoon ja myöhäiset illat tietokoneella tai television parissa aiheuttavat unihäiriöitä ja väsymystä.

4. LOPPUSANAT

Jokaisella lapsella on oikeus turvalliseen mediaympäristöön. Aikuisen tehtävä ja vastuu on mahdollistaa lapselle mukavia media kokemuksia ja suojella lasta haitallisilta median sisällöiltä. Vanhemman itse ei tarvitse olla mediataituri ohjataksaan lasta median käytössä. Lapsen kasvaessa aikuisen rooli muuttuu valintojen tekijästä valintojen ohjaajaksi.

Ikä	Media eri ikäkausina	Vaihtoehto medialle
alle 1 v	Ei sähköistä mediaa	Vanhemmat ja sisarukset, yhdessä vanhempien kanssa tutkitut kirjat
1 - 2 v	Yhdessä katsoen	Ulkoleikit ja liikunta: liukumäki, keinu ja kiipeilytelineet
	Lapsi ei malta istua pitkiä aikoja paikoillaan eikä seurata tiiviisti TV- tai video-ohjelmia: Niistä ei ole hyötyä tämän ikäisen kehitykselle. Vanhempien on syytä tarkistaa perheen ajankäyttö ja katselutottumukset.	Yhdessä luetut kirjat
3 - 4 v	Yhdessä katsoen	Koti- ja roolileikit, legot, palapelit ja käsinuket
	Lapsi haluaa ja on uteliaskin seuraamaan ohjelmia kauemmin. Vääränlaiset ohjelmat aiheuttavat lapsessa levottomuutta, aggressiivista käyttäytymistä ja pelkoja. Vanhemmat asettavat rajat katselulle. He auttavat lasta erottamaan keinotodellisuuden oikeasta elämästä.	Tietokonepelit ja tietokirjat kiinnostavat: vanhempien tehtävänä on huolehtia, että lapsi pelaa vain ikäisilleen tarkoitettuja pelejä
	Vanhempien on syytä tarkistaa perheen ajankäyttö ja katselutottumukset.	Ulkoleikit: hiihto, luistelu, pyöräily, uinti
		Puutyöt, käsityöt, kotityöt oikeilla välineillä
5 - 6 v	Yhdessä katsoen	Jaksaa kuunnella pitkiä satuja
	Vääränlaiset ohjelmat aiheuttavat lapsessa levottomuutta, aggressiivista käyttäytymistä ja pelkoja. Vanhemmat asettavat rajat katselulle.	Tiedonnäkö on suuri: elämä muissa maissa, eläimet ja luonto, kuolema, syntymä ja sota herättävät kysymyksiä. Kirjat, lehdet ja sarjakuvat kiinnostavat ja lapsi tekee niitä itsekkin.
	Vanhempien on valvottava lapsen mahdollisia seikkailuja internetissä.	Ikäsuositusten mukaiset CD-romput ja satukasetit.
	Vanhempien on syytä tarkistaa perheen ajankäyttö ja katselutottumukset.	Ulkoleikit: hiihto, luistelu, pyöräily, uinti

LISÄÄ TIETOA NETISTÄ:

<http://www.mll.fi/kasvattajille/mediakasvatus/>

http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/lapset_ja_media/

<http://www.thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/ohjeet-ja-tukimateriaali/terveysneuvonta/mediakasvatus>

<http://mediametka.fi/>



LISÄÄ TIETOA KIRJOISTA:

”Ruuturitari ja digidonna – Lapsi matkalla mediaan”
kirjoittanut: Unna Lehtipuu, 2006 WSOY

”Mediametkaa! Osa 2 – Kasvattajan matkaopas lasten mediamaailmaan”
Kirjoittanut: Leena Pentikäinen, Anu Ruhala & Hanna Niinistö, 2007 Mediakasvatuskeskus Metka Ry

”Lapsilta kielletty – kuinka suojella lasta mediatraumalta”
Kirjoittanut: Riitta Martsola, Minna Mäkelä-Rönholm,
2006 Karisto kirjapaino Oy

