

DIAK

Anu Mattsson

Juuso Alila

Sosionomi (AMK), diakoniatyö

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Opinnäytetyön raportti, 2025

Teknologian käytön haitat vanhemman ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa

**Video teknohäiriön vaikutuksesta vanhemmuuteen
sitoutumiseen**

TIIVISTELMÄ

Anu Mattsson, Juuso Alila

Teknologian käytön haitat vanhemman ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa – Video teknohäiriön vaikutuksesta vanhemmuuteen sitoutumiseen

51 sivua, 4 liitettä

Kevät, 2025

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosionomi (AMK), diakoniatyö

Kehittämispainotteisessa opinnäytetyössä tehtiin opasvideo, jonka avulla tuetaan pienten lasten vanhempia vanhemmuuteen sitoutumisessa opastamalla heitä välttämään teknohäiriötä ("technoferece") eli älylaitteiden käyttöä lasten kanssa vietettynä aikana. Opasvideolla lisätään vanhempien tietoisuutta siitä, kuinka pienen lapsen kehityksen kannalta on oleellista, että häntä hoivaavat henkilöt eivät sivuuta lasta viettäessään aikaa hänen kanssaan. Opasvideo on osa One Way Mission ry:n Rakentavaa vanhemmuutta TV-sarjaa, joka perustuu Vanhemmuuden palikat -menetelmään ja tukee vanhempia heidän kasvatustehtävässään.

Opasvideo toteutettiin nelivaiheisena prosessina, joka alkoi kehittämistarpeen löytämisellä edeten opasvideon suunnitteluun ja toteutukseen. Videon käsikirjoitusta ja valmista tuotosta arvioitiin kahdessa osassa kolmen sosiaali- ja kirkon alan työntekijän toimesta. Asiantuntijat tutustuivat ensin videon käsikirjoitukseen ja antoivat palautetta avoimia kysymyksiä sisältävällä kysymyslomakkeella. Vastaajilta kysyttiin myös näkemystä teknohäiriöilmiön esiintyvyydestä heidän työtehtävissään. Käsikirjoitusta korjattiin saadun palautteen pohjalta ja siitä koostettiin yhteistyökumppani One Way Mission Ry:n ja opiskelijoiden yhteistyönä video. Samat asiantuntijat katsoivat valmiin videon ja antoivat palautetta avoimia kysymyksiä sisältävällä lomakkeella.

Kehittämistyön tuloksena syntynyt opasvideo kertoo vanhemmille, miten heidän älylaitteiden käyttönsä voi haitata alle 2-vuotiaan lapsen kasvu- ja kehitysprosessia. Opinnäytetyön kirjallinen raportti kuvaa opasvideon toteuttamisvaiheet, teoriakatsauksen sekä käsikirjoituksesta ja videosta palautetta antaneiden kommentit. Saatu palaute ilmentää, että opasvideon sisältöön oltiin pääosin tyytyväisiä. Videon informatiivinen sisältö sai kiitosta, mutta aiheen käsittelyyn kaivattiin myös selkeämpää koontia videon loppuun kaikista lapsen kehityksen osa-alueista, joihin vanhempien älylaitteiden käyttö voi vaikuttaa.

Asiasanat: sitoutuminen, vanhemmuus, teknohäiriö, varhaislapsuus, kiintymyssuhde.

ABSTRACT

Anu Mattsson, Juuso Alila

The issues of technology usage during the interaction of a parent and a child – A video about the effect of technoference on the commitment to parenthood

51 p, 4 appendices

Spring 2025

Diaconia University of Applied Sciences

Social Services Bachelor in the social and diaconal work field

The aim of this thesis was to develop an informative video for parents with young children which provides support to their commitment to parenthood via guiding parents to avoid technoference i.e. the usage of smart technology during the time that parents spend with their children. The informative video aims to increase parents' understanding about how essential it is to children that the people who take care of them are not ignoring them. The informative video will be included to the organisation One Way Mission's TV series Rakentavaa vanhemmuutta which is based on the method Vanhemmuuden palikat and which aims to support parents in their upbringing tasks.

The informative video was developed during the four-phased process which began with the discovering of the need for the development work, by the planning and creation of the informative video. The result of the thesis was reviewed by three professionals in social and diaconal work field twice. Firstly the professionals were given the manuscript of the video along with a survey with open ended questions regarding the content and quality of the manuscript. The professionals were also asked to provide their opinion about whether they have witnessed technoference in their work. After the feedback the video was compiled by students and the organisation One Way Mission ry. - Registered Association. and the finished video was given to the same professionals for a review with open ended questions.

At a result of the development work, the informative video was made. It informs parents with less than 2 year old children about the development and growing of young children and tells how the parents' use of smart technology can disturb this growing and development. A report about the thesis was also written, and it describes how the video was made and it offers a theoretical background and the feedback from professionals. The given feedback shows that the video was quite well received. The informative content of it was praised, but at the end of the video a summarization about the different areas of children's development which are affected by the parents' use of smart technology was missed about.

Keywords: commitment, parenthood, technoference, early childhood, attachment.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 VANHEMMUUS, VARHAISLAPSUUS JA VANHEMMUUDEN PALIKAT ...	6
2.1 Varhaislapsuus	6
2.2 Kiintymyssuhde	7
2.3 Vanhemmuuden määrittely ja riittävän hyvä vanhemmuus	9
2.4 Vanhemmuuden palikat -menetelmä.....	11
3 ÄLYTEKNOLOGIA SUOMESSA SEKÄ TEKNOHÄIRIÖILMIÖ.....	15
3.1 Älyteknologian käytön yleisyys Suomessa.....	15
3.2 Teknohäiriö	16
4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA YHTEISTYÖTAHO .	18
4.1 Tarkoitus ja tavoitteet opinnäytetyössä	18
4.2 One Way Mission ry – yhteistyötaho opinnäytetyössä	19
5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	20
5.1 Videomateriaalin suunnittelu ja toteutus.....	20
5.2 Opinnäytetyön toteuttaminen	23
6 PALAUTE VIDEOKÄSIKIRJOITUKSESTA SEKÄ VIDEOSTA	25
6.1 Videon käsikirjoituksesta annettu palaute	25
6.2 Opinnäytetyössä toteutettavasta videosta annettu palaute	27
7 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYTEEN JA LUOTETTAVUUTEEN LIITTYVÄT KYSYMYKSET.....	30
7.1 Eettisyys.....	30
7.2 Luotettavuus	31
8 POHDINTA	34
LÄHTEET.....	37
LIITE 1 Palautekyselylomakkeen kysymykset videokäsikirjoituksesta	42
LIITE 2 Palautekyselylomakkeen kysymykset opasvideosta	44

LIITE 3 Videokäsikirjoitus.....	45
LIITE 4 Linkki videoon.....	49

1 JOHDANTO

Älyteknologia kulkee nykyään mukana ja tuo reaaliajassa käyttäjänsä tietoon kriisit, sekä monet uhkatekijät niin kansainvälisellä, kansallisella kuin paikallisellakin tasolla. Monenlaisten tietoisuuteen pyrkivien huolien ja epävarmuustekijöiden keskellä eläminen ja lasten kasvattaminen ei ole helppoa. Mikäli vanhemman taloustilanne, työkiireet ja omien tarpeiden toteuttaminen ja stressi vaikkapa maailmantilanteen kehityksestä vievät paljon kasvattajan aikaa, jäävät lapsen tarpeet vähemmälle huomiolle, millä voi olla Nurmen ym. (2014, s. 215–216, 224) mukaan haitallisia seurauksia lapselle. Yksi uusi tekijä, joka voi myös heikentää vanhemman sitoutumista ja keskittymistä lapseen ja hänestä huolehtimiseen, on kahtena viime vuosikymmenenä yleistyneestä älyteknologian käytöstä aiheutuva teknohäiriö, joka häiritsee vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta (Tammisalo, 2023, s. 17–18).

Älyteknologian käyttö on tänä päivänä laajalle levinnyttä – 25–34-vuotiaista suomalaisista vain yhdellä prosentilla ei ole älypuhelinta käytössään, ja vastaavasti 35–44-vuotiaista vailla älypuhelinta on vain 3 %. (Tilastokeskus, 2021d) Tämän vuoksi on syytä muistuttaa vanhempia, että laitteiden käyttöä olisi aiheellista rajoittaa, kun he viettävät aikaa lastensa kanssa. Martikainen ja Saarikivi (2023) toteavat, että teknologian käytöstä on paljon myönteisiä vaikutuksia esimerkiksi yhteydenpidon ja ajanvieron merkeissä, mutta he myös painottavat, että vanhempien olisi syytä lastensa kanssa ollessaan pitää laitteet sivussa. Tätä ei kuitenkaan painoteta vanhemmille nähdäksemme vielä riittävästi, sillä esimerkiksi lastenneuvoloissa tätä teemaa ei vanhempien kanssa käsitellä Suomessa (Tillaeus, 2025). Aihetta on kylläkin käsitelty useammassa ammattikorkeakoulussa toteutetussa opinnäytetyössä: Nieminen ja Pantsar (2020) laativat opinnäytetyössään varhaisen vuorovaikutuksen ja älypuhelinten käytön välisestä ongelmallisesta suhteesta PowerPoint-ohjelmalla tehdyn opasmateriaalin Mannerheimin Lastensuojeluliitolle, Stålhane (2021) puolestaan toteutti selkokielen oppaan ja posterin Helsingin ensikoti ry:lle tarjoamaan älypuhelinten käytön haitoista varhaiselle vuorovaikutukselle lasten kanssa, ja Sirén ja Turpeinen (2022) puolestaan valmistivat kouluikäisille ja heidän

vanhemmilleen kohdennetun julisteen älypuhelimien käytön haitoista. Tässä kehittämispainotteisessa opinnäytetyössä toteutetaan vanhempia teknohäiriöstä valistava opasvideo, joka toteutetaan yhteistyössä opinnäytetyön tekijöiden yhteistyökumppanin One Way Mission ry:n kanssa. Yhteistyökumppani on suomalaisen kristillinen järjestö, joka tuottaa keväällä 2025 TV-sarjaa nimeltä Rakentavaa vanhemmuutta, johon opinnäytetyössä kehitettävä video sisällytetään.

Kehittämispainotteisen opinnäytetyön tarkoituksena on laatia tietoa lisäävä opetusvideo. Videolla pyritään tuomaan esiin, kuinka tärkeää vanhemman läsnäolo ja sitoutuminen etenkin alle 2-vuotiaalle lapselle on hänen kehityksensä kannalta ja kuinka teknologia voi tätä vuorovaikutusta häiritä. Tavoitteena on, että videon katsottuaan pienten lasten vanhemmat tiedostavat entistä enemmän, kuinka oleellista on lasten kanssa ollessa pitää älylaitteet loitolla, ja siten vastaisuudessa säästäisivät niiden käyttöä lasten kanssa vietettyjen hetkien ulkopuolelle.

2 VANHEMMUUS, VARHAISLAPSUUS JA VANHEMMUUDEN PALIKAT

2.1 Varhaislapsuus

Varhaislapsuus on elämänvaiheista ensimmäinen ihmisen elämässä: se kattaa Nurmen ym. (2014, s. 19, 77) mukaan sekä vauvaiän että leikki-iän, ja tämän ikävaiheen päättymisen Nurmi ym. ajoittavat esikoulun aloittamisikään eli suunnilleen kuudenteen ikävuoteen. Vauvaikäiselle on tärkeää, että hän saa hoivaa ja seuraa ravinnon ohella hoivaajaltaan (Mieli ry, 2023b). Leikki-iässä puolestaan Mieli ry:n (2023a) mukaan lapset oppivat, kuinka he voivat säädellä ja sanoittaa kokemiaan tunteita. Oleellista on leikki-iässä Mieli ry:n mukaan myös se, että lapsi ilmaisee oman tahtonsa ja alkaa rikkoa rajoja, joita aikuinen on hänelle asettanut.

Varhaislapsuus onkin Nurmen ym. (2014, s. 22–23, 27–49, 56–67, 69–70) mukaan valtavan merkityksellistä oppimisen aikaa: tässä ikävaiheessa ihminen omaksuu kielen, motorisia kykyjä sekä vuorovaikutustaitoja. Nurmi ym. kertovat, että ihmiselle myös muodostuu ja kehittyy muisti oppimisen myötä tässä ikävaiheessa. Lisäksi leikkiminen on Nurmen ym. mukaan olennainen osa varhaislapsuutta alusta loppuun: jo puolivuotiaat lapset leikkivät, ja leikit monipuolistuvat ja monimutkaistuvat iän karttuessa niin, että lapset aluksi tutkivat ja liikuttelevat leluja ja muita esineitä, mutta kolmannen ikävuoden tienoilla he alkavat harjoittaa rakenteluleikkejä ja viidennen ikävuoden vaiheilla mukaan tulevat erilaiset sääntöleikit kuten esimerkiksi lautapelit.

Ihmisen kasvulle ja kehitykselle on keskeistä, että hän saa olla jatkuvassa vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa varhaislapsuudesta alkaen (Toivio & Nordling, 2013, s. 92). Jo yhden kuukauden ikäisenä ihmislapsi pyrkii vuorovaikutussuhteeseen toisten ihmisten kanssa katsekontaktia hoitajaansa ottamalla (Toivio & Nordling, 2013, s. 95), ja katseen lisäksi kehonkielen ja ääntelyn keinoin (Silvén, 2010, s. 54–55). Maarit Silvénin (2010, s. 55–56) mukaan pienen ihmisen vuorovaikutukselle on keskeistä, että se on vastavuoroista: toisen vuorovaikutuksen osapuolen on tärkeää mukautua siihen,

mikä on vauvan tunnetila – tämän myötä vauva oppii, miten ilmaista itseään esimerkiksi tunneilmaisuaan toisen osapuolen tunnetiloihin sovittamalla. Nurmi ym. (2014, s. 36–37) täsmentävät vielä, että alle puolivuotiailla ihmisillä kommunikointi on vielä ei-tavoitteellista: yhteys vauvan ja hoitajan välillä on lyhytkestoista, ja sen aikana vauva seuraa ja jäljittelee sekä hoivaajansa ääniteitä että ilmeitä. Tämän ei-tavoitteellisen esikielellisen kommunikaation ensimmäistä vaihetta seuraa Nurmen ym. mukaan tavoitteellinen vaihe, jossa lapsi kiinnittää vuorovaikutustilanteessa huomionsa vuoroin häntä kiinnostavaan asiaan ja vuoroin hoivaajaansa, jotta kaksikolle muodostuisi yhteinen kokemus tämän lasta kiinnostavan asian ympärille.

Silvén ja Kouvo (2010, s. 81) toteavat, että yhdeksän kuukauden ikäiset lapset myös pistävät merkille, mihin hoivaajan huomio keskittyy, ja he pyrkivät tarvittaessa ohjaamaan hoivaajansa huomion siihen, mikä heitä kiehtoo. Nurmi ym. (2014, s. 39–41) kertovat, että tällaisella jaetulla tarkkaavaisuudella, mitä lapsen ja vanhemman välillä ilmenee, on tärkeä merkitys lapselle monella tavalla: se edistää pienellä lapsella uusien sanojen oppimista, kun vanhempi on tilanteessa läsnä ja antaa nimen asialle, johon lapsen ja vanhemman jaettu tarkkaavaisuus kohdistuu, ja lisäksi jaettu tarkkaavaisuus edesauttaa sitä, että lapselle kehittyä edellytyksiä arvioida ja arvella toisten ihmisten mielialaa ja heidän ajatuksiaan. Tätä toisten mielialan lukutaitoa Nurmi ym. (2014, s. 40) nimeävät mielen teoriaksi, ja he painottavat tämän taidon merkityksellisyyttä ihmisen sosiaalisuudelle.

2.2 Kiintymyssuhde

Toivio ja Nordling (2013, s. 96–97) kertovat John Bowlbyn laatineen kiintymyssuhdeteorian 1960- ja 1970-lukujen vaiheilla. Toivio ja Nordling kuvailevat tämän teorian määrittävän neljä erilaista tapaa, jolla lapsi kiintyy henkilöön, joka hoitaa häntä. Teoriassa oletetaan, että, riippumatta vuorovaikutuksen laadusta hoivaajan ja lapsen välillä, lapsi kuitenkin kiintyy tähän henkilöön. Silvén ja Kouvo (2010, s. 71, 73) täsmentävät edelleen, että kiintymyssuhde perustuu niihin elämäkokemuksiin, joita vuorovaikutustilanteet

lapsen ja toisten ihmisten kanssa tuottavat hänelle. Jollei hoivaaja heidän mukaansa reagoi, kun vauva tarvitsee jotain, tuottaa tämä lapselle pelkoa ja ahdistusta. Nurmi ym. (2014, s. 35) lisäävät edelleen, että lapsen minäkäsityksestä muodostuu kielteinen, mikäli hoivaaja kohtelee lasta välinpitämättömästi. Nurmen ym. mukaan kiintymyssuhdeteoria nostaa esille, että vanhemman olisi tärkeää olla tunnetasolla läsnä: kun lapsi ilmaisee jotakin tunnetta, olisi vanhemman osattava vastata tähän.

Tämä lapselle muotoutuva kiintymyssuhde vaihtelee Toivion ja Nordlingin (2013, s. 97) kertoman perusteella sen mukaan, millä tavalla hoivaaja on vuorovaikutuksessa lapsen kanssa, ja heidän mukaansa Bowlby laatikin kaikkiaan neljä erilaista kiintymyssuhdemallia kuvaamaan, millaisia kiintymyssuhteita voi muodostua. Näitä eri kiintymyssuhdemalleja ovat jäsentymätön, välttelevä, ristiriitainen ja turvallinen kiintyminen. Silvén ja Kouvo (2010, s. 75–78) luonnehtivat tarkemmin, miten eri kiintymistavat ilmenevät, tosin he eivät mainitse ristiriitaista kiintymyssuhdetta tekstissään, vaan he käyttävät termiä vastustava kiintyminen.

Jäsentymätön kiintyminen muodostuu Silvénin ja Kouvon (2010, s. 77–78) mukaan silloin, jos lapsi on elänyt olosuhteissa, joissa hän on kohdannut kaltoinkohtelua ja väkivaltaa. Kirjoittajat myös mainitsevat, että tällaisia kiintymyssuhteita voi muodostua perheissä, joissa vanhemmat kärsivät mielenterveys- tai päihdeongelmista. Jäsentymättömästi kiintynyt lapsi kokee mahdollisesti pelkoa häntä hoivaavaa henkilöä kohtaan, ja hänen toimintansa hoivaajaa kohtaan voi vuorotella vahvasti läheisyyden ja etäisyyden haun välillä.

Välttelevässä kiintymisessä on Silvénin ja Kouvon (2010, s. 76–77) mukaan kyse silloin, kun lasta kohtaan on osoitettu niukasti läheisyyttä. Lapsi on ikään kuin tottunut pärjäämään omillaan. Lapsi ei kenties pyri lähelle hoivaajaansa, vaikka hän olisi ollut tästä erossa tai joutuisi tilanteeseen, joka tuntuu hänestä pelottavalta. Sen sijaan vastustavassa kiintymisessä on Silvénin ja Kouvon (2010, s. 77) mukaan tyypillistä, että lapsi nimenomaan pyrkii hoivaajansa lähelle, jos hän joutuu tilanteisiin, jotka häntä huolestuttavat. Tällaista kiintymistä tuottaa hoivaajan epäjohtonmukainen toiminta lapsen kanssa Silvénin ja Kouvon

mukaan. Silvén ja Kouvo kertovat, että epäjohdonmukaisuutta voi ilmetä lapsenkin toiminnassa: kaivattu läheisyys voidaan torjua pian sen jälkeen, kun sitä on lapsella saatavilla. Turvallista kiintymyssuhdetta Silvén ja Kouvo (2010, s. 75) kuvaavat puolestaan siten, että siinä lapsi ei yhtäältä yritä tulla toimeen omillaan, mutta toisaalta hän ei vastustavan kiintymyssuhteen tavoin kuormitu välittömästi uusiin tilanteisiin joutuessaan (Silvén & Kouvo, 2010, s. 77). Lisäksi turvallisessa kiintymyssuhteessa hoivaajan toimintaa luonnehtii se, että hän on lapsen lähellä, kun lapsi kaipaa hänen luoksensa.

2.3 Vanhemmuuden määrittely ja riittävän hyvä vanhemmuus

Maunulan (2024) artikkelin perusteella voisi vanhemmuuden määrittellä siihen sisältyvien tehtävien kautta: lapsen erilaisista tarpeista – niin fyysistä kuin sosiaalisista ja psyykkisistä – huolehtiminen on vanhemman tehtävä. Myös Nurmi ym. (2014, s. 214) luonnehtivat vanhemmuutta erilaisten toimintatapojen muodostamana kokonaisuutena. Näihin kuuluvat heidän mukaansa vanhempien asenteet ja uskomukset ja tiedot – toisin sanottuna kognitiot –, sekä lapseen kohdistuva toiminta muun muassa neuvonnan, tarpeista huolehtimisen ja keskinäisen ajanvieton muodossa, ja ne tavat, joilla vanhemmat ilmaisevat tunteitaan lapsilleen.

Vanhemmuuslaissa vanhemmuuden määrittely ei perustu tehtäviin, vaan se määrittää juridiset perusteet, miten vanhemmuus voidaan todentaa (L 775/2022 1. §). Synnyttäjä on Vanhemmuuslain toisen pykälän mukaan lapsen äiti (L 775/2022 2. §). Lapsen isä on puolestaan joko se henkilö, joka on ollut naimisissa synnyttäjän kanssa lapsen syntyessä (L 775/2022 3. §), tai tuomioistuimen taikka Digi- ja väestötietoviraston isäksi vahvistama henkilö (L 775/2022 4. §), tai lapsen isyydestä tunnustamislauseman antanut henkilö (L 775/2022 18. §; L 775/2022 19. §; L 775/2022 20. §; L 775/2022 21. §). Toinen äiti lapselle on mahdollista vahvistaa synnyttäjän rinnalle, kun lapsi on syntynyt hedelmöityshoidon myötä ja sekä synnyttänyt henkilö että naispuolinen henkilö ovat tähän hoitoon suostuneet (L 775/2022 5. §).

Laissa lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta (L 361/1983 1. §, 4. §) sen sijaan otetaan kantaa vanhempien tehtäviin, joskaan laissa ei käsitellä vanhempien vaan huoltajien tehtäviä. Huoltajat voivat tämän lain mukaan olla lapsen vanhempia, mutta he voivat olla myös muita henkilöitä, joiden vastuulle lapsesta huolehtiminen on annettu; tämä huoltamisvastuu kestää siihen saakka, kunnes lapsi on tullut 18 vuoden ikään (L 361/1983 3. §, 6. §). Huoltajalle on laissa määrätty oikeus kasvatuksesta päättämiseen (L 361/1983 4. §), ja huoltajan tehtävänä on lain mukaan vastata siitä, että hänen huoltamansa lapsi varttuu tasapainoisesti ja että hänelle tärkeät ihmissuhteet säilyvät ja että hänestä pidetään huolta ja että hän saa kokea hellyyttä; loukkaavaa kohtelua lapsi ei saa kokea (L 361/1983 1. §). Lastensuojelulain toisessa pykälässä (L 417/2007 2. §) vanhempien ja huoltajien tehtävä on kuvattu yksiselitteisesti: siinä linjataan, että lapsen hyvinvoinnin takaaminen on lähtökohtaisesti heidän tehtävänsä.

Opinnäytetyössä olisi mahdollista käyttää vanhempi-sanana sijasta termiä huoltaja. Huoltaja-sanana käyttö olisi kattavampi, sillä osalla lapsista huoltajana toimii joku muu kuin heidän biologinen vanhempansa, ja lainsäädäntö rinnastaa vanhemman ja huoltajan toisiinsa. Kuitenkin, koska opinnäytetyössä sovellettava menetelmä on nimeltään Vanhemmuuden palikat, ja huoltajaa voidaan kutsua lapsen vanhemmaksi, vaikkei heidän välillään olisi biologista sidettä, käytetään tässä opinnäytetyössä vanhempi-termiä. Tämän opinnäytetyön kontekstissa vanhempi-sanana katsotaan koskevan jokaista, joka on lapsen huoltaja.

Mannerheimin Lastensuojeluliiton (2024) mukaan kaikenkattavaa määritelmää hyvään vanhemmuuteen ei ole saatavilla. Järjestön sivuilla kuitenkin annetaan kahdeksan neuvoa tai ohjeistusta vanhemmalle siitä, kuinka toimia suhteessa lapseensa. Neuvot ovat: noudata linjaa, pidä huolta, kuuntele lasta, elä lähellä, avaa tunteet, leiki ja ymmärrä, kasva lapsen kanssa ja opeta elämään. Kutakin neuvoista on avattu verkkosivuilla seikkaperäisesti, mutta niistä piirtyy kuva, jonka mukaan vanhemmuuteen sisältyy rajojen asettaminen lapselle, ajan viettäminen ja yhteisten kokemusten kartuttaminen hänen kanssaan, tunteiden tuntemiseen ja elämäntapahtumiin opettaminen, niin ruumiillisen kuin henkisen ravinnon tarjonta sekä huolenpito. Maunula (2025) puolestaan nostaa esille, että lapsen eri tarpeisiin vastaamisen ohella riittävän hyvä vanhemmuus pitää

sisällään arjen tiukaksi pingottamisesta pidättäytymisen. Esimerkiksi kodin täydellisen siistiyden vaaliminen on tällaista tiukaksi pingottamista Maunulan mukaan siksi, että tehtävä on lapsiperheissä sangen haastava.

Aalto ja Kauppinen (2021, s. 43–44) ovat puolestaan laatineet opinnäytetyössään Riittävän hyvä vanhemmuus -huoneentaulun, johon he ovat koostaneet Tampereen ensi- ja turvakoti ry:n työntekijöitä sekä asiakkaita varten erilaisia mietelmiä ja käsitteitä, jotka kannustavat tauluun tutustuvaa tarkastelemaan käsityksiä hyvästä vanhemmuudesta sekä itsellä käytettävissä olevista resursseista. Huoneentauluun on nostettu yksittäisinä käsitteinä sanat rakkaus, epätäydellisyys, itsestä huolehtiminen, kuunteleminen ja arvostus. Huoneentaulussa myös todetaan, että vanhemmuuteen sisältyy perustarpeista huolehdinta, välittäminen, läsnäolo, huolehtiminen ja ymmärtäminen; samoin huoneentaulu muistuttaa avun pyytämisen olevan keino parantaa vallitsevia olosuhteita sen sijaan, että se olisi osoitus asioiden menosta pieleen.

2.4 Vanhemmuuden palikat -menetelmä

Vanhemmuuden palikat -menetelmä pyrkii konkretisoimaan talon muodostavilla rakennuspalikoilla, mihin seikkoihin vanhemman on syytä keskittyä lapsen kasvatuksessa. Vanhemmuuteen kuuluu oleellisesti yhdeksän eri osa-aluetta; sitoutuminen, tunteet, riidat, sanat, seksuaalisuus, teot, luottamus, anteeksianto ja rakkaus. (Suomen ev.lut. kirkko, i.a.-a.) Kuviossa 1 on Suomen evankelisluterilaisen kirkon (i.a.-b) materiaalista kopioitu menetelmää havainnollistava kuva. Kunkin palikan merkitystä on avattu kaksipuolisella menetelmän esittelykortilla (Suomen ev.lut. kirkko, i.a.-b) ja koulutusmateriaalilla (Suomen ev.lut. kirkko, i.a.-k). Menetelmän käyttöönotto on tapahtunut Kirkkohallituksen toimesta vuonna 2011 (Pöyskö, 2011). Tuominen (2017) kertoo Vanhemmuuden palikoiden kehittämisen saaneen alkunsa parisuhteen palikoiden, kehittämisen yhteydessä Kirkkohallituksen toteuttamassa Parisuhteen palikat -hankkeessa vuosina 2006–2015. Tuominen kertoo myös menetelmän olevan vakiintunut Suomessa seurakuntien käyttöön perhevalmennustoiminnassa.



Kuvio 1. Vanhemmuuden palikat (Suomen ev.lut. kirkko, i.a.-b)

Vanhemmuuden palikat -menetelmässä kullekin palikalle on annettu kuvaukset siitä, mitä ne tarkoittavat vanhemmuuden kontekstissa. Sitoutuminen, joka on talon perustus ja jonka päälle muut palikat rakentuvat, ilmenee vanhemman tavassa olla lapsen kanssa, suunnitella ajankäyttöään, hänen elämänvalinnoissaan ja urapohdinnoissaan. Materiaali opastaa vanhempaa huolehtimaan lapsesta katsomalla pitkäjänteisesti kauemmas tulevaisuuteen ja tehden tänään niitä valintoja, jotka ovat lapsen parhaaksi pitkällä aikavälillä. (Suomen ev.lut. kirkko, i.a.-h.)

Tunteita koskevassa materiaalissa ohjeistetaan vanhempia siihen, miten kohdata, sanoittaa ja ottaa vastaan lapsen tunteita sekä auttaa lasta itseään selviämään hankalista tunteitaan. Kiukustumisen kerrotaan olevan yksi hankalimmista tunteista sekä lapselle, että aikuiselle. Materiaalissa kehoitetaan vanhempaa tarkastelemaan omaa tunteidensa ilmaisua, opettelemaan tarvittaessa uusia ja parempia tapoja, sekä pyytämään anteeksi, jos on toiminut tilanteessa sopimattomasti. (Suomen ev.lut. kirkko, i.a.-j.)

Vanhemmuuden palikat -menetelmän riitoja koskevassa materiaalissa todetaan, että riitojen ilmeneminen on tavallista, koska vanhemmalla ja lapsella on monesti eriäviä näkemyksiä asioista, lisäksi vanhemman asettamat rajat ja perheen säännöt voivat toimia syynä riitoihin. Materiaalissa todetaan, että vanhemman tehtäviin kuuluu opettaa lapselle, mikä on väärin ja mikä oikein. Ristiriitatilanteissa, joissa lapsen ja vanhemman näkemykset poikkeavat toisistaan vanhempaa neuvotaan kuuntelemaan lasta, antamaan tilaa hänen tunteilleen ja ajatuksilleen, tämän jälkeen myös muiden näkemysten vastaanottaminen on lapselle helpompaa. (Suomen ev.lut. kirkko, i.a.-e.)

Sanoille omistetussa osassa materiaalissa käsitellään, millaista puhetapaa lapselle olisi aiheellista opettaa ja kuinka yhteiselle keskustelulle tulee antaa aikaa. Vanhempia muistutetaan osoittamaan kestävä kiinnostusta lasta kohtaan ja välttämään ristiriita omien sanojensa ja tekojensa välillä. Vanhempaa kannustetaan harjaantumaan kuuntelemisessa, katsomaan silmiin, keskittymään toisen sanoihin ja tarkistamaan, että on ymmärtänyt lapsen kertoman asian varmasti oikein. Lapsi katsoo mallia vanhemmasta ja oppii hänen avullaan hyvän tavan käyttää sanoja. (Suomen ev.lut. kirkko, i.a.-f.)

Seksuaalisuus on yksi Vanhemmuuden palikat -menetelmän aiheista ja kannustaan vanhempaa hyväksymään lapsen tapaa olla oman sukupuolensa edustaja, ja arvostamaan tätä sukupuolta. Materiaalissa nostetaan esille, kuinka lapset oppivat toimintamalleja vanhemmiltaan, ja kehoitetaan vanhempia pohtimaan, miten he suhtautuvat seksuaalisuuteen, koskettamiseen ja yksityisyyden kunnioittamiseen. Vanhempaa kannustetaan pohdintakysymysten keinoin valmistautumaan lasten mahdollisesti esittämiin kysymyksiin eri sukupuolten eroista tai vauvojen syntymisestä. (Suomen ev.lut. kirkko, i.a.-g.)

Tekoja koskevassa materiaalissa vanhempaa opastetaan ottamaan lapset mukaan kotitöihin ja järjestämään yhteistä tekemistä, jotta vanhemman ja lapsen välinen suhde rakentuisi ja lapsen itseluottamus kasvaisi hänelle annettujen tehtävien suorittamisen myötä. Materiaali kannustaa vanhempaa antamaan lapselle mahdollisuuksia erilaisten taitojen opetteluun, jotta lapsi löytää omat vahvuutensa ja kiinnostuksen kohteet. Materiaali haastaa vanhempaa

tutkiskelemaan, kuinka hän toimii tilanteissa, joissa on tasapainoiltava esimerkiksi lapsen tarpeiden ja omien tarpeiden kanssa. (Suomen ev.lut. kirkko, i.a.-i.)

Vanhemmuuden palikat -talossa luottamus ja anteeksianto muodostavat yhdessä talon harjapalkin, joka pitää taloa kuosissa. Luottamuksen teemassa materiaali käsittelee perusluottamuksen muodostumista, kiintymyssuhdetta, ja lapsen itseluottamusta. Materiaali nostaa esiin, kuinka kiintymyssuhteen muotoutuminen tukee lapsen empatiakyvyn muotoutumista, ja lisäksi siinä todetaan, että pienen lapsen tarpeista huolehtimalla myötävaikuttaa siihen, että vauva kokee olevansa arvostettu. Materiaalissa vanhempaa myös ohjataan pohtimaan, mitä keinoja hänellä on yhtäältä heikentää ja toisaalta vankistaa lapsen luottamusta vanhempiinsa. Materiaalissa annetaan myös neuvoja vanhemmalle siitä, kuinka kertoa lapselle turvallisesta ja luotettavasta Jumalasta. Anteeksiannon osalta menetelmässä palautetaan mieleen, että kullakin ihmisellä voi olla aihetta pyytää anteeksi ja vanhemman on tarpeellista antaa esimerkkiä sovinnon teosta. (Suomen ev.lut. kirkko, i.a.-c.)

Vanhemmuuden palikat -menetelmässä palikkatalon kattona on rakkaus. Materiaalissa todetaan, että vanhemman tulee käytännön tilanteissa osoittaa rakkautta paitsi hellyyttä ja läheisyyttä osoittamalla, myös jakamalla aikaansa lapsensa kanssa, sanoilla, teoilla, asettamalla turvallisia rajoja, sekä myös yllätyksiä järjestämällä. Kaikki vanhemmuuden osa-alueet ilmentävät mitä rakkaus on käytännössä. (Suomen ev.lut. kirkko, i.a.-d.) Lapsella on turvallista ja hyvä paikka kasvaa vanhemman sitoutumisen ja rakkauden suojassa.

3 ÄLYTEKNOLOGIA SUOMESSA SEKÄ TEKNOHÄIRIÖILMIÖ

3.1 Älytekniikan käytön yleisyys Suomessa

Erilaiset älylaitteet, kuten älypuhelimet, tablettitietokoneet ja älykellot, ovat nykyään sängen yleisesti käytössä Suomessa. Koko väestön tasolla tarkasteltuna älypuhelimien omisti vuonna 2021 25–34-vuotiaista suomalaisista 99 % ja 35–44-vuotiaista tällaisen puhelimen omisti 97 % (Tilastokeskus, 2021d). Tablettitietokoneita puolestaan löytyi vuonna 2021 hieman yli puolessa kotitalouksista (Tilastokeskus, 2021a). Laakson (2016) mukaan Apple-yhtiön älypuhelinmalli iPhone julkaistiin miltei 18 vuotta sitten, ja Googlen Android-älypuhelin ilmestyi markkinoille vuosi iPhoneen julkaisun jälkeen vuonna 2008. Ottaen huomioon, kuinka yhtäältä vähän aikaa näitä tuotteita on ollut markkinoilla ja toisaalta, kuinka moni suomalainen aikuinen näitä laitteita tänä päivänä omistaa, voidaan todeta, että älypuhelimet ovat varsin lyhyessä ajassa tulleet osaksi monen suomalaisen arkea ja elämää.

Sen lisäksi, että älypuhelimien omistajuus on hyvin yleistä, käytetään älypuhelimien parissa myös varsin paljon aikaa. Tapalan (2022) mukaan keskimääräinen älylaitteella vietetty aika päivässä oli 288 minuuttia vuonna 2021. Tilastokeskuksen (2021b) julkaisun mukaan Internetiä monta kertaa päivän aikana käyttäviä 24–34-vuotiaista suomalaisista oli 100 %, ja 35–44-vuotiaiden osalta vastaava lukema oli 96 % – tästä tilastosta ei käy ilmi, millä laitteella nämä ikäryhmät ovat Internetiä käyttäneet, mutta toisen Tilastokeskuksen (2021c) tilaston mukaan näihin ikäryhmiin kuuluvat henkilöt käyttivät vuonna 2021 eniten Internetiä matkapuhelimella, kun taas toiseksi yleisin käyttölaite oli kannettava tietokone, ja tablettitietokone oli vasta kolmanneksi yleisin. Tämän perusteella voitaneen todeta, että etenkin älypuhelin on Suomessa 24–44-vuotiailla todella usein käytössä.

Ottaen huomioon, että iPhone- ja Android-älypuhelimet tulivat markkinoille vasta 2000-luvun lopussa, on silmiinpistävää, että A-klinikkasäätiöön oltiin jo vuonna 2013 otettu yhteyttä liittyen puhelinriippuvuuteen (Aro, 2013). Tästä huolimatta,

että laitteiden käytöstä voi koitua haitallisia vaikutuksia lapsen ja vanhemman väliseen suhteeseen, ei suomalaisissa lastenneuvoloissa tällä hetkellä Tillaeuksen (2025) mukaan käsitellä tätä älylaitteiden käytöstä koituvaa haittaa vanhempien kanssa, joskin Etelä-Karjalassa tällaista toimintaa aiotaan Tillaeuksen mukaan kehittää. Tähän tiedottamisen puutteeseen opinnäytetyöllä pyritään osaltaan vastaamaan.

3.2 Teknohäiriö

Tammisalo (2023, s. 17–18) kertoo väitöskirjassaan, että termi teknohäiriö (eng. ”technoference”) laadittiin Brandon McDanielin (2015) toimesta vuonna 2015. McDanielin käyttämä termi merkitsi Tammisalon mukaan sitä ilmiötä, joka esiintyy, kun perheessä tietotekniikan käyttöä tapahtuu kesken kaiken yhdessä vietettyä aikaa. Väitöskirjassaan Tammisalo on tarkastellut aikaisempia tutkimuksia tästä ilmiöstä systemaattisen kirjallisuuskatsauksen muodossa. Hänen tekemänsä kirjallisuuskatsauksen perusteella teknohäiriöstä koituva vaikutus vanhemman ja lapsen väliseen suhteeseen on sellainen, että sen myötä suhde tuntuu osapuolista etäisemmältä ja vähemmän tyydyttävältä (Tammisalo, 2023, s. 48). Tammisalo (2023, s. 32) kertoo McDanielin ja Radeskyn (2018a; 2018b) sekä Radeskyn ym. (2018, 2015) tutkimuksiin viitaten, että vanhemman käyttäessä teknologiaa lapsen kanssa ollessaan heidän välisensä vuorovaikutustilanne kärsii, ja lisäksi tämä teknologian käyttö vuorovaikutustilanteiden aikana voi aiheuttaa myös lasten myöhemmissä elämänvaiheissa haasteita. Toiseen näistä McDanielin ja Radeskyn (2018b) tutkimuksista perehtyminen osoitti heidän saaneen selville, että teknohäiriö voi johtaa siihen, että levottomuutta tai vetäytyvyyttä lapsissa ilmenee enemmän. Tammisalo (2023, s. 56–57, 60, 62) toteaa myös, että vanhemman ja lapsen väliseen suhteeseen teknologian käyttö vaikuttaa kielteisesti varsinkin silloin, kun lapset ovat nuoria.

Mackay ym. (2022) käsittelevät teknohäiriön ilmenevyyttä vanhempien ja lasten välisessä suhteessa. He ovat tarkastelleet aikaisempia tutkimuksia aiheeseen liittyen, ja ovat hyödyntäneet Tammisalon (2023) lailla McDanielin ja Radeskyn

(2018a, 2018b) tutkimuksia. Mackay ym. kertovat McDanieliin ja Radeskyyn (2018a) sekä Knitteriin ja Zempiin (2020) viitaten, että teknohäiriön vuoksi vanhemman huomio kiinnittyy pois lapsesta eikä hän myöskään reagoi lapsensa yhteydenottoaloitteisiin teknologian vuoksi. Ajan mittaan teknohäiriöllä voi olla Mackayn ym. mukaan lapsien hyvinvointiin erilaisia kielteisiä vaikutuksia: Mackay ym. kertovat McDanielin ja Radeskyn (2018a; 2018b) julkaisuihin viitaten, että lapsilla voi ilmetä muun muassa aggressiivisuutta, masennusta tai hyperaktiivista käytöstä.

4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA YHTEISTYÖTAHO

4.1 Tarkoitus ja tavoitteet opinnäytetyössä

Opinnäytetyön pääasiallinen tavoite on lisätä alle 2-vuotiaiden lasten vanhempien tietoisuutta siitä, miten haitallista älylaitteiden käyttö kesken lasten kanssa vietettyä aikaa voi lapsille olla. Tämän tietoisuuden lisäämisellä pyritään myötävaikuttamaan siihen, että vanhemmat suoriutuisivat vastuullisesta kasvatustehtävästään paremmin ja että sekä vanhemmat että lapset voisivat entistä paremmin. Tähän tavoitteeseen pääsemiseksi tämän kehittämispainotteisen opinnäytetyön tuotoksena valmistettiin 7 minuutin ja 45 sekunnin pituinen opasvideo, joka havainnollistaa sanoin ja kuvin niitä haittavaikutuksia, joita voi vanhemman runsas älyteknologia käyttö aiheuttaa lapsen kehitykselle.

Opinnäytetyön yhteistyötaho One Way Mission ry:n tavoitteena puolestaan on saada opinnäytetyön tekijöiden kehittämispainotteisen opinnäytetyön tuloksena syntyvä videomateriaali käyttöönsä osaksi Rakentavaa vanhemmuutta -nimistä TV-sarjaa, jota yhdistys on keväällä 2025 toteuttamassa. TV-sarja rakentuu Kirkkohallituksen Parisuhteen palikat -hankkeessa kehitettyyn Vanhemmuuden palikat -menetelmän esittelystä. Sarjan kussakin jaksossa käsitellään yhtä menetelmään sisältyvää vanhemmuuden palikkaa. Teknohäiriön haittavaikutuksista vanhempia valistava video, joka tässä opinnäytetyössä tehtiin, tulee osaksi TV-sarjan jaksoa, joka käsittelee vanhemmuuteen sitoutumista.

Diakonia-ammattikorkeakoulun asettamat tavoitteet opinnäytetyölle tähtäävät puolestaan siihen, että opiskelijat hallitsevat argumentointi- ja analysointitaitoja sekä tavan kirjoittaa tieteellisiä tekstejä. Lisäksi opinnäytetyön tulisi Diakonia-ammattikorkeakoulun mukaan valmentaa opiskelijoita käyttämään opintojen aikana karttuneita tietoja ja taitoja. (Diakonia-ammattikorkeakoulu, i.a.-a.) Tässä opinnäytetyössä näihin tavoitevaatimuksiin vastataan siten, että opiskelijat soveltavat tiedonhankintataitoja etsiessään kehittämispainotteisessa

opinnäytetyössä toteutettavan opasvideon sisältöä varten luotettavaa materiaalia, perehtyessään seurakuntien perhetyössä sovellettavaan menetelmään, sekä kirjoittamalla kirjallisen raportin kehittämispainotteisen opinnäytetyön toteuttamisesta.

4.2 One Way Mission ry – yhteistyötaho opinnäytetyössä

One Way Mission ry on Suomessa 1980-luvulla perustettu itsenäinen, lähetystyötä tekevä järjestö, jolla on toimintaa sekä kotimaassa että ulkomailla (One Way Mission ry, i.a.-b.). Suomessa One Way Mission ry:n TV-kanava One Way TV esittää ohjelmia, joissa käsitellään lähetystyötä, kerrotaan evankeliumia sekä tuetaan hengellistä kasvamista (One Way Mission ry, i.a.-a).

Keväällä 2025 One Way TV:n studiolla Helsingin Kaisaniemessä kuvattiin Rakentavaa vanhemmuutta -niminen ohjelmasarja tukemaan vanhempia heidän kasvatustehtävässään. Tämä yhdeksänosainen sarja rakentuu Vanhemmuuden palikat -menetelmän ympärille, ja siinä sovelletaan tätä menetelmää niin, että jokaisesta vanhemmuuden palikat -menetelmän nimeämästä vanhemmuuden osa-alueesta tuotetaan erillinen jakso. Tässä opinnäytetyössä toteutettu opasvideo sijoittuu TV-sarjan ensimmäiseen osaan, joka käsittelee Vanhemmuuteen sitoutumista.

Yhteistyö järjestön kanssa toteutettiin siten, että laaditun opasvideon suunnittelu, käsikirjoitus ja äänitiedostojen tallentaminen tehtiin opiskelijoiden toimesta. Videon kuvamateriaalin etsintä ja editointityö oli yhdistyksen vastuulla. Käytännössä yhdistys tarjosi videolle kuvasuunnittelun ja editoijan. Videon työstö valmiiksi tapahtui One Way Mission ry:n TV-studiolla Helsingin Kaisaniemessä.

5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

5.1 Videomateriaalin suunnittelu ja toteutus

Opinnäytetyö toteutettiin kehittämispainotteisena opinnäytetyönä. Tämä merkitsee Valtosen ym. (2020) mukaan sitä, että opinnäytetyön tavoitteena on kehittää, organisoida tai ohjeistaa jonkinlaista toimintaa. Toikko ja Rantanen (2009, s. 16) täsmentävät edelleen, että kehittämistyön pyrkimyksenä on muuttaa jotakin. Kehittämispainotteisen opinnäytetyön aikana valmistetaan Valtosen ym. mukaan jonkinlainen tuote, joka syntyy nelivaiheisessa syklisessä prosessissa. Valtonen ym. kertovat tämän prosessin alkavan siitä, kun havaitaan tarve kehittää jotakin, minkä myötä prosessi etenee tuotteen suunnitteluun ja toteutukseen, ja prosessi päättyy siihen, että tuote arvioidaan. Kun opinnäytetyöstä laaditaan kirjallinen raportti, siinä kuvataan, kuinka tämä prosessi toteutui kyseisessä opinnäytetyössä, ja sen lisäksi raportissa kiinnitetään huomiota toimintaympäristöön, opinnäytetyön kannalta keskeisiin käsitteisiin ja teorioihin, sekä niihin tavoitteisiin, joita opinnäytetyöllä on (Valtonen ym., 2020).

Toinen opinnäytetyön tekijöistä oli ollut laatimassa Vanhemmuuden palikat -menetelmää Kirkkohallituksen Parisuhteen palikat -hankkeessa ja suunnitteli opinnäytetyön aihetta vanhemmuuteen liittyen. Aihe täsmentyi yhteistyökumppani One Way Mission ry:n tavoitteiden perusteella siten, että opinnäytetyö päätettiin laatia kehittämispainotteisesti tuottamalla vanhemmuutta tukeva opasvideo, joka tulisi osaksi One Way Mission ry:n tuottamaa TV-sarjaa. Opasvideon aiheeksi rajautui Vanhemmuuden palikat -menetelmään kuuluva vanhemmuuteen sitoutuminen. Aihe katsottiin ajankohtaiseksi, koska vanhempien huomiosta kilpailevia asioita on nyky-yhteiskunnassa useita muun muassa laajamittaisessa käytössä oleva älyteknologia. Tarkemman toimintaympäristöön tutustumisen myötä älyteknologian käytöstä aiheutuva teknohäiriö vanhempien ja lasten väliseen suhteeseen alkoi vaikuttaa opiskelijoista perustellulta rajaukselta, koska tällä hetkellä Tillaeuksen (2025) uutisen mukaan Suomessa vanhempia ei lastenneuvoloissa ohjeisteta

aiheeseen liittyen. Myös One Way Mission ry:n edustaja piti tarpeellisena tuoda TV-sarjassa esille teknohäiriön vaikutusta vanhemman ja lapsen suhteeseen. Näin aiherajaus opinnäytetyössä eteni yleisluontoisesta vanhemmuuden tukemiseksi ideasta tarkentuen olemassa olevan tiedottamistarpeen tunnistamisen myötä. Nämä vaiheet muodostavat Valtosen ym. (2020) kuvaaman kehittämispainotteisen opinnäytetyön ensimmäisen vaiheen eli havaitun tarpeen kehittää jotakin.

Opinnäytetyön valmistumisprosessi eteni aiherajauksen rinnalla siten, että kehittämistoiminnan tueksi etsittiin aiempaa tutkittua tietoa vanhemmuudesta ja siihen kohdistuvista haasteista. Kehittämistyöhön voidaan Toikon ja Rantasen (2009, s. 19–20) mukaan soveltaa tieteellistä perustutkimusta, jonka pyrkimyksenä on heidän mukaansa tiedon lisääminen. Siksi tässäkin opinnäytetyössä pyritään löytämään tutkimukseen perustuvaa tietoa, jolla vanhempia voisi kasvatustehtävässä tukea. Tiedon haussa hyödynnettiin muun muassa Google Scholar ja Startpage-hakukonetta käyttämällä erilaisia englannin- ja suomenkielisiä hakusanoja, jotka liittyivät opinnäytetyön teemoihin. Lisäksi tiedonhaussa hyödynnettiin kirjastoista löytyvää kirjallisuutta vanhemmuudesta ja psykologiasta. Tämä tiedonhakumenettely kattoi Valtosen ym. (2020) kuvaaman kehittämispainotteisen opinnäytetyön toteuttamisprosessin toisen vaiheen eli tuotteen suunnittelun.

Opinnäytetyöprosessin kolmannessa vaiheessa edettiin Valtosen ym. (2020) esittämän prosessikuvauksen mukaan opasvideon varsinaiseen toteutukseen. Toteutustyö eteni opinnäytetyössä siten, että videolle laadittiin käsikirjoitus. Käsikirjoitukseen sisällytettiin teoreettisen tiedon ohella erään henkilön haastattelu. Tämän haastateltavan valinta perustui siihen, että toinen opinnäytetyön tekijöistä tunsi henkilökohtaisesti äidin, jonka lapsen terveyshaasteiden epäiltiin johtuneen vanhemman runsaasta älypuhelimien käytöstä. Tätä äitiä, josta käytetään sekä tässä opinnäytetyössä että opinnäytetyössä kehitettävässä opasvideossa tekaistua nimeä 'Kaisa' hänen yksityisyytensä suojaamiseksi, pyydettiin antamaan haastattelu älypuhelimien käytön tuomista haitoista opinnäytetyössä kehitettävää videota varten. 'Kaisa' suostui haastateltavaksi sillä ehdolla, ettei hänen henkilöllisyytensä tulisi millään

tavalla eikä missään vaiheessa prosessia esille. Haastattelu toteutettiin siten, että 'Kaisaa' haastateltiin ensin puhelimesta, jonka jälkeen hänelle lähetettiin samat kysymykset vielä sähköpostilla. Näiden 'Kaisalta' saatujen vastausten avulla videokäsikirjoitukseen sisällytettiin kuvitteellinen puhelinhaastattelukohtaus, jossa toinen opiskelijoista toimii omalla äänellään haastattelijana, kun taas 'Kaisan' osuuksien lausumisesta vastaa täysin ulkopuolinen henkilö. Tällaiseen menettelyyn päädyttiin, koska opinnäytetyön tekijät halusivat varmistaa 'Kaisan' ja hänen lapsensa yksityisyyden suojaamisen ja henkilöllisyyden tarkan salaamisen.

Käsikirjoituksen valmistumisen jälkeen sille pyydettiin palautetta sähköpostitse lähetettävällä kyselyllä, joka koostui kysymyksistä, joihin vastaajat kirjoittivat vastaukset omin sanoin; kysely löytyy opinnäytetyön liitteeltä yksi (LIITE 1). Vastaajiksi valittiin kolme sosiaali- tai kirkon alalla työskentelevää henkilöä, joilla on kokemusta perheiden kanssa työskentelystä. Yksi vastaajista toimii lapsiperhediakonina seurakunnassa, toinen on ensikodin palveluksessa ja kolmas puolestaan työskentelee lastensuojelun kiireellisen vastaanoton yksikössä. Näiden kolmen lisäksi myös yhteistyötaho One Way Mission ry:n edustajalta palautetta. Palautteen myötä videokäsikirjoitusta muokattiin, ja tämän jälkeen video laadittiin käsikirjoituksen avulla niin, että toinen opiskelijoista luki käsikirjoituksen ääneen taltioiden ne älypuhelimellaan äänitiedostoiksi, jotka lähetettiin One Way Mission ry:n editoijalle videon koostamista varten. Videon käsikirjoitus löytyy tämän opinnäytetyön liitteeltä kolme (LIITE 3), ja linkki videoon löytyy opinnäytetyön liitteeltä neljä (LIITE 4).

Videon kuvituksesta oli etukäteen sovittu editoijan kanssa, että hän valitsee ilmaisia kuvia netin kuvapalveluista videon kuvitusta varten. Kuvituspalaverissa editoijan ja toisen opiskelijan kanssa käytiin valitut kuvat yhdessä läpi, jonka jälkeen niistä poistettiin osa, ja etsittiin niiden tilalle soveltuvampia kuvia. Palaverin jälkeen kuitenkin selvisi, että kuvat eivät olekaan ilmaisia, eikä yhteistyökumppani ollut budjetoanut rahaa kuvien ostamiseen. Tilanteessa tarvittiin nopeita ratkaisuja. Päätimme ottaa viikonlopun aikana kuvia itse. Kuvaukseen soveltuvaa ja suostuvaa vauvaa vanhempansa kanssa ei löytynyt, niinpä lainasimme vauvanvaunut ja vauvanuken, sekä valjastimme toisen

opiskelijan aikuiset lapset mukaan kuvauksiin. Eräs ystäväperhe, jolla on taaperoikäinen lapsi lupasi ottaa kotonaan myös muutamia kuvia. Kuvat toimitettiin editoijalle, jonka kanssa käytiin tiivistä vuoropuhelua editoinnin aikana.

Videon valmistuttua se annettiin sähköpostikyselyssä palautetta antaneille sosiaali- ja kirkonalan henkilöille katsottavaksi, minkä lisäksi heitä pyydettiin antamaan palautetta valmiista tuotoksesta samankaltaisella lomakkeella – joka löytyy tämän opinnäytetyön liitteeltä kaksi (LIITE 2) –, johon he vastasivat käsikirjoitukseen tutustuessaan. Näin myös Valtosen ym. (2020) mainitsema kehittämispainotteisen opinnäytetyön prosessin neljäs eli arviointivaihe tuli toteutetuksi. Samanaikaisesti tämän kolmannen ja neljännen vaiheen aikana opinnäytetyöstä laadittiin kirjallinen raportti.

5.2 Opinnäytetyön toteuttaminen

Kehittämispainotteisen opinnäytetyön toteuttaminen alkoi keväällä 2024. Tällöin toinen opiskelijoista alkoi suunnitella opinnäytetyön tekemistä opintojensa loppuvaiheessa, ja opinnäytetyön teemaksi valikoitui vanhempien tukeminen. Ensin opiskelija oli yhteydessä sekä tulevaan yhteistyötahoon One Way Mission ry:hyn että toiseen opiskelijatoveriin koskien hänen suunnitelmaansa opinnäytetyöideasta. Kumpikin taho osoitti kiinnostusta ideaa kohtaan, ja opinnäytetyön tarkempi ideointi alkoi.

Syksyllä 2024 laadittiin opinnäytetyöstä ideapaperi, jossa opinnäytetyön ideaksi oli täsmentynyt vanhemmuuteen sitoutumisen tukeminen osana One Way Mission ry:n toteuttamaa TV-sarjan toteutusprojektia. Tätä ideaa ehdotettiin Diakonia-ammattikorkeakoulussa, ja idean hyväksynnän myötä opinnäytetyön suunnittelu alkoi. Suunnittelutyön aikana opinnäytetyön aiheajaukseksi myös tarkentui alle 2-vuotiaiden lasten vanhempien valistaminen teknohäiriön kielteisistä vaikutuksista lapsiin.

Toteutuakseen opinnäytetyö tarvitsi videokuvaajan työpanoksen yhteistyökumppani One Way Mission ry:ltä. Opinnäytetyön toteuttavilla

opiskelijoilla ei ollut tarvittavia välineitä tai kokemusta TV-sarjaan sisällytettävän videon valmistamiseen omin voimin, joten videon tekninen toteutus tapahtui yhteistyökumppanijärjestön toimesta. Järjestö vastasi kuvauksista järjestämällä kuvaajan, kuvauskaluston sekä videon editoimisen; toinen opiskelijoista oli kuitenkin mukana videokuvaston suunnittelussa. Videon käsikirjoituksen valmistaminen puolestaan oli täysin opinnäytetyön toteuttavien opiskelijoiden vastuulla. Tätä varten opiskelijat etsivät käsikirjoitusta varten tutkimusartikkeleita sekä julkaistua kirjallisuutta ja muuta materiaalia, jota teknohäiriöstä, lasten kasvusta ja kehityksestä sekä vanhemman roolista lapsen kasvussa on laadittu. Tämä materiaali hankittiin internetin hakukoneiden ja käytettävissä olevien kirjastojen tarjonnan avulla. Käsikirjoituksen ensimmäinen versio valmistui opinnäytetyösuunnitelman ohella, minkä jälkeen käsikirjoitus lähetettiin palautteen pyytämiseksi valikoiduille sosiaali- ja kirkon alan työntekijöille sekä One Way Mission ry:n edustajalle; tämä palautekysely löytyy opinnäytetyön liitteeltä yksi (LIITE 1).

Käsikirjoituksesta saadun palautteen jälkeen kehittämispainotteinen opinnäytetyö eteni siten, että käsikirjoitusta muokattiin palautteen pohjalta. Tämä muokattu käsikirjoitus on luettavissa opinnäytetyön liitteestä kolme (LIITE 3). Sen jälkeen toinen opiskelijoista äänitti puhelimellaan kertojaääninen videoon lukemalla käsikirjoituksen ääneen osissa. Nämä syntyneet äänitiedostot toimitettiin One Way Mission ry:lle videon laatimista varten. Toinen opiskelijoista osallistui myös tähän videossa käytettävän kuvaston suunnitteluun. Valmis video lähetettiin palautteen antajille seuraavaa palautekierrosta varten palautelomakkeen – joka löytyy tämän opinnäytetyön liitteeltä kaksi (LIITE 2) – kanssa, ja saatu palaute kirjattiin opinnäytetyön kirjalliseen raporttiin. Valmistunut video annettiin tässä vaiheessa myös yhteistyötaho One Way Mission ry:n käyttöön. Valmiille videolle on linkki tämän opinnäytetyön liitteellä neljä (LIITE 4).

Videon valmistuttua raportti kehittämispainotteisesta opinnäytetyöstä kirjoitettiin valmiiksi. Samoin se esiteltiin seminaarissa muille opiskelijoille, ja raporttia paranneltiin Diakonia-ammattikorkeakoulun opiskelijoilta sekä opettajilta saadun palautteen perusteella, jonka jälkeen se julkaistiin opinnäytetyöprosessin päätteeksi.

6 PALAUTE VIDEOKÄSIKIRJOITUKSESTA SEKÄ VIDEOSTA

6.1 Videon käsikirjoituksesta annettu palaute

Opinnäytetyössä toteutettiin vanhempia kasvatustehtävässä tukeva opasvideo, joka käsittelee teknohäiriön kielteistä vaikutusta vanhemman ja lapsen väliseen suhteeseen ja nostaa esille, kuinka tärkeää vanhemman läsnäolo on alle 2-vuotiaalle lapselle. Opinnäytetyössä kehitettävästä videosta pyydettiin palautetta kahteen otteeseen kolmelta sosiaali- ja kirkon alalla työskenteleviltä henkilöltä yhteistyökumppanitahon lisäksi: palautetta pyydettiin videon käsikirjoituksesta sekä myöhemmin itse videosta.

Videon käsikirjoitus toteutettiin opiskelijoiden toimesta tutkimusartikkeleiden ja aihetta käsittelevän kirjallisuuden ja muun materiaalin tuella. Käsikirjoituksen ensimmäinen versio annettiin ennen kuvausta tutustuttavaksi kirkon ja sosiaalialan työntekijöille sekä One Way Mission ry:n edustajille. Heille myös laadittiin 10 avointa kysymystä kattava kyselylomake, jolla he saattoivat antaa käsikirjoituksesta kirjallista palautetta.

Kyselyyn vastasi kolme sosiaali- tai kirkon alan työntekijää. Eräs vastaajista toimii diakoniatyöntekijänä, toinen perhetyöntekijänä ja kolmas sosionomina. Vastaajien työkokemus sosiaalialalta vaihteli 3–7 vuoden välillä, kun taas perheiden parissa tehdystä työstä kokemus vaihteli vastaajilla 4–35 vuoden välillä; samoin lasten parissa tehdystä työstä vastaajien kokemus vaihteli 4–35 vuoden välillä.

Kaikki kyselyyn vastanneet pitivät teknohäiriötä vanhemmuudessa onnistuneena aihevalintana. Asian esillä pitämistä eri tavoin pidettiin tärkeänä ja ongelmaa laajana ja uudenlaisena. Videon arveltiin olevan hyödyllinen niin neuvoloissa, kerhoissa kuin päiväkotien vanhempainilloissa sekä ensikodeissa.

Videon sisällöstä vastaajat totesivat, että siinä tulevat esiin varhaisen vuorovaikutuksen ja kiintymyssuhteen merkitykset lapsen kokonaiskehitykselle,

sekä läpikäydyksi osa-alueet, joihin vanhempien älylaitteiden käyttö voi haitallisesti vaikuttaa lapsen kehityksessä. Informatiivisuuden määrää ei pidetty yhdessäkään vastauksessa liian niukkana ja teoreettisen osuuden ohella videoon liitettyä kokemusasiantuntijan haastattelua kiiteltiin.

Vastaajat antoivat myös kehitysehdotuksia käsikirjoituksen parantamiseksi. Käsikirjoitukseen kaivattiin painokkuuden tuomaa selkeyttä asioiden läpikäyntiin. Käsikirjoituksessa olevien lauseiden liiallinen pituus nousi esiin: vastaaja ehdotti lyhyempien lauseiden käyttöä käsikirjoituksen seurattavuuden parantamiseksi sekä käsikirjoituksella välitettävän viestin selkeyttämiseksi. Vastauksissa pohdittiin mahdollisuutta lisätä listauksen lapsen kehityksen eri osa-alueista, joihin vanhemman älylaitteiden käyttö voi vaikuttaa tai että voisi olla puhuttelevampaa kuvailla videolla sitä, miten vanhemman ja lapsen suhteelle käy vanhemman ollessa riippuvainen puhelimestaan. Yksi vastaaja myös pohti, pitäisikö käsikirjoituksessa kiinnittää huomiota lapsen itsetunnon ja emotionaalisten tarpeiden käsittelyä enemmän.

Sen lisäksi, että vastaajilta pyydettiin palautetta opasvideon käsikirjoituksesta, pyydettiin vastaajia ottamaan kantaa vanhemmuuteen sitoutumisen vahvistamiseen sekä keinoihin vähentää vanhempien älylaitteiden käyttöä. Vastaajia pyydettiin myös kertomaan, ovatko he työssään kohdanneet tilanteita, joissa lapset joutuvat kilpailemaan vanhempansa huomiosta vanhemman älylaitteen kanssa. Tähän kysymykseen kaikki vastaajat vastasivat myöntävästi. Tilannetta kuvattiin tutuksi työtehtävissä, ja että tällaisia tilanteita tulee vastaan usein. Eräs vastaajista kuvasi vanhempien turvautuvan älylaitteeseensa tilanteissa, joissa hän kokee olonsa tylsistyneeksi, väsyneeksi ja turhautuneeksi. Laitteen käytöstä huomauttamista monet vanhemmat ovat vastaajan mukaan kokeneet vaikeaksi ottaa vastaan ohjeistusta laitteiden haitallisuudesta. Vastauksissa pohdittiin mahdollisuutta sokeutua älylaitteiden käytön runsaudelle ja että tilanteisiin, joissa lapsi kilpailee vanhemman älylaitteen kanssa vanhempansa huomiosta, kietoutuu haasteita elämänhallinnassa ja perheen arjessa.

Kun vastaajilta pyydettiin ehdotuksia keinoihin, joita vanhemmille voisi ehdottaa älylaitteiden käytön vähentämisestä, ehdottivat vastaajat aikarajojen asettamista, sovellusten poistamista puhelimesta sekä puhelimen käytön rajaamista tilanteisiin, joissa lapsi nukkuu. Yksi vastaajista huomautti, että olennaisempaa olisi keskittyä ongelmien sijasta ratkaisuihin ja että kokemus hyvästä lisää halua antaa aikaa hyvälle. Tällä hän tarkoitti sitä, että vanhempien silmiä on avattava näkemään tilanteita, joissa heidän perheessään ilmenee iloa, ja samalla osoittamalla heille, ettei noissa tilanteissa älylaitteilla yleensä ole roolia.

Vanhemmuuteen sitoutumisen vahvistamisesta kysyttäessä todettiin vanhemmuuden vaativan vastuullisuutta monella osa-alueella, ei ainoastaan älylaitteiden käytössä. Vastauksissa puhuttiin lapsen elämän peruspilareista, joihin lapsen vanhemmat vastaajan mukaan kuuluvat ja riittävän hyvän vanhemmuuden käsitettä korostettiin. Lapsi ei tarvitse mitään ihmeellistä kasvattajan, vaan sen sijasta tavallisen vanhemman jakamatonta huomiota ja läsnäoloa. Samassa yhteydessä todettiin, että vanhemmuudessa on osattava asettaa toisen tarpeet omien edelle.

6.2 Opinnäytetyössä toteutettavasta videosta annettu palaute

Videokäsikirjoituksesta saadun kirjallisen palautteen perusteella käsikirjoitusta muokattiin, minkä jälkeen käsikirjoituksen äänitys sekä varsinainen videon editointi toteutettiin. Videon valmistuttua se annettiin käsikirjoituksesta palautetta antaneille henkilöille tutustuttavaksi, jotta he saattoivat jälleen antaa kirjallista palautetta opinnäytetyön kehitystyön tuotoksena syntyneestä videosta. Tämä jälkimmäinen palautekysely toteutettiin samanlaisella kirjallisella lomakkeella, jossa palautteen antajat vastasivat omin sanoin heille annettuun viiteen avoimeen kysymykseen. Tämä jälkimmäinen palautekysely on sijoitettu tämän opinnäytetyön liitteelle kaksi (LIITE 2).

Palautteissaan vastaajat kertoivat aitoihin tilanteisiin sopivien kuvien olleen pysäyttäviä ja tukeneen videon viestiä välittäen fyysisen ja etenkin emotionaalisen etäisyyden lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutuksessa.

Kuvan näkemisen ja tekstin kuuntelemisen yhteisvaikutusta pidettiin tehokkaana. Hyvänä pidettiin myös sitä, että videolla kerrottiin selkeästi, mihin tämä lapsen kehityksessä johtaa, kuten empatiakyvyn kehitykseen, puheen viivästymiseen, vuorovaikutustaitojen kehittymiseen. Kertojan puheääntä pidettiin miellyttävänä, selkeänä ja tarpeeksi rauhallisena, jotta esiin tulleet asiat oli mahdollista sisäistää. Erään vastaajan mukaan tietoa tuli paljon, mutta tiedonantoa ei pidetty syyllistävänä, vaan nimenomaan informatiivisena. 'Kaisan' esimerkki oli myös hätkähdyttänyt erästä palautteen antajaa, ja hän totesi epileptisen poissaolo-kohtauksen olevan sangen rankka esimerkki teknohäiriön haitallisuudesta, ja hän myös totesi tällaista herättelyä tarvittavan viestin perille menemiseksi.

Videon olisi vastausten perusteella kaivattu lisää kuvia hyvistä kohtaamisista, sekä kuvia ilman kännykkää tehostamaan tekstiä, jossa puhutaan kännykän huonoista vaikutuksista. Vastauksissa havainnoitiin, että aikuinen kännykän kanssa on ilmeeton, jopa surullinen, mutta kuvassa, jossa kännykkää ei ollut, aikuisen ilme oli hymyilevämpi, iloisempi ja onnellisempi. Käsikirjoitusvaiheessa teksti oli tuntunut vastaajasta napakalta, mutta videona siitä jäi tuntu, että se olisi voinut olla vieläkin napakampi. Eräessä vastauksessa 'Kaisan' osuutta pidettiin hieman liian pitkänä videon kokonaisuuteen nähden. Vastauksissa myös pohdittiin, että katsojan huomio saattaa siinä vaiheessa videota herpaantua, kun kuva pysyy samana. 'Kaisan' osuuden jälkeen asian ytimen kertaavaa osuutta pidettiin yhdessä vastauksessa hyvänä, sillä siinä selvisi, miten lyhyestä ajasta puhutaan vanhemman puolelta ja miten merkityksellinen se on lapsen tulevan kehityksen kannalta.

Kysyttäessä videon tärkeintä ja hyödyllisintä antia vastauksissa tuli esiin, kuinka elintärkeitä lapsen kehityksen kannalta ovat ensimmäiset ikävuodet, kuinka välinpitämättömyys lapsen tarpeita kohtaan on lapsen laiminlyöntiä ja kuinka vanhemman sitoutuminen vanhemmuuteen tarkoittaa toisinaan omista tarpeista luopumista lapsen hyväksi. Vastaajat pitivät siitä, että asioita ei kaunisteltu, vaan ne tuotiin esille totuudenmukaisesti. Eräs vastaaja totesi videon onnistuneen teknohäiriön haitallisten puolten esiin tuomisessa. Hyvänä pidettiin myös sitä, ettei älylaitteista kehoitettu luopumaan, vaan rohkaistiin niiden oikeaan ja

terveeseen käyttöön. Kiitollista palautetta kirjoitettiin siitä, että aiheeseen oli tartuttu ja että siitä on nyt tehty video.

Palautteissa otettiin kantaa myös niiden vanhempien puolesta, joille sisältöön keskittyminen saattaa olla vaikeaa tai joilla on tarkkaavuuden pulmia. Eräs vastaaja ehdotti, että videon katsomisen jälkeen voisi olla mahdollisuus keskustella esille tulleista asioista. Hänen kokemuksensa mukaan puhelimen liiallisesta käytöstä puhuttaessa osa vanhemmista nörkästyvät, sulkevat korvansa ja kaivaa jo keskustelun aikana puhelimen esiin, koska aihe on kivulias. Puhelu-
osuuden aikana kuvassa väräilevä vihreä ääniraita oli tuntunut hallitsevalta ja vastaaja mietti sen tarpeellisuutta. Video oli kokonaisuutena vastaajien mielestä erittäin hyödyllinen ja sekä kokonaisuutta että toteutusta pidettiin onnistuneena. Elävyyttä videolla lisäsi erään vastaajan mielestä se, että ihmiset videolla vaihtuivat.

7 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYTEEN JA LUOTETTAVUUTEEN LIITTYVÄT KYSYMYKSET

7.1 Eettisyys

Opinnäytetyön kannalta yksi keskeisimpiä eettisen pohdinnan aiheita oli kysymys siitä, miten vanhempien älylaitteiden käyttöä lastensa parissa kyetään ohjeistamaan siten, ettei video vaikuttanut vanhemmista syyllistävältä eikä tungettelevalta. Perheiden sisäisiin asioihin puuttuminen saattaa aristaa Opetus- ja Kulttuuriministeriön (2019) mukaan niin kansalaisia kuin ammattilaisiakin. Lastensuojelun käsikirjassa (Lastensuojelun arvot, 2024) nostetaan esille suhteellisuusperiaatteeseen perustuva lähestymistapa, jonka mukaan perheen asioihin puuttuminen on pyrittävä toteuttamaan siten, ettei se olisi vähäisempää eikä suurimittaisempaa kuin mikä on tarpeen lasten hyvinvoinnin takaamiseksi. Tämän periaatteen on määrä ohjata lastensuojelun parissa toimivien työtä ja toimintaa, mutta se todettiin oivaksi ohjenuoraksi myös opinnäytetyössä kehitettävän videon valmistamiseen. Yleisesti ottaenkin on aiheellista nostaa esiin vanhempien toiminnassa esiintyviä tapoja, kuten älylaitteiden käyttöä, jotka voivat vaikuttaa kielteisesti heidän lapsiinsa, mutta se on tehtävä siten, ettei tiedottaminen loukkaa tai syyllistä vanhempaa, vaan herättää hänet ajattelemaan, mitä vaikutuksia hänen toiminnallaan lapseen voi olla. Käytännössä tämä tarkoitti videon toteutuksen kannalta sitä, että siinä vältettiin syyllistäviä sanoja, äänensävyä ja kuvastoa, koska videon tarkoitus oli olla yksinomaan informatiivinen.

Sanavalinnoilla ja kuvastolla voidaan myös vaikuttaa inklusiivisuuteen: Oikeusministeriön (i.a.) yhdenvertaisuus.fi-sivustolla ohjeistetaan organisaatioita käyttämään harkintaa siinä, millaista kuvastoa ja sanastoa ne käyttävät viestiessään. Tämän opinnäytetyön aikana toteutettavassa videossa inklusiivisuutta pyrittiin edistämään siten, ettei sanavalinnoin tai videossa esiintyvän kuvaston avulla rajattu ketään ihmisryhmää kohdeyleisön ulkopuolelle. Videossa kyllä käytettiin suomen kieltä, mutta, koska video tulee osaksi TV-sarjaa, jossa käytetty

kieli on suomi, opiskelijat eivät katsoneet aiheelliseksi tehdä videota jollain toisella kielellä.

Opinnäytetyön ideavaiheesta lähtien on huomioitu videolla haastateltavan 'Kaisan' ja hänen perheensä henkilöllisyyden suojaaminen. Videon käsikirjoitusvaiheessa sovittiin 'Kaisan' kanssa, että hän ei myöskään itse mainitse lapsensa nimeä, kenenkään kotipaikkakuntaa tai mitään muutakaan sellaista tietoa, joka voisi paljastaa henkilöllisyyksiä. Itse videokin toteutettiin niin, että kaikissa sen vaiheissa on huomioitu 'Kaisan', hänen lapsensa sekä perheensä yksityisyyden suojaaminen ja henkilöllisyyden salaaminen siten, ettei hänestä käytetä kuin tekaistua nimeä 'Kaisa'. Lisäksi videon äänitiedostoja tehtäessä 'Kaisan' osuudet käsikirjoituksessa luki opinnäytetyöprosessin ulkopuolinen henkilö.

7.2 Luotettavuus

Hyvää tieteellistä käytäntöä noudatetaan Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2023, s. 11–12) mukaan silloin, kun tutkimus toteutetaan seuraavia periaatteita seuraten: vastuunkanto, rehellisyys, arvostus ja luotettavuus. Tutkimuseettinen neuvottelukunta on myös määritellyt kunkin näistä periaatteista. Vastuunkannolla tarkoitetaan hyvän tieteellisen käytännön kontekstissa sitä, että tutkimuksen toteuttajat ottavat vastuun koko tutkimustoiminnasta sen alkuperäisestä hahmottelusta toteutukseen ja aina tutkimuksen julkistamista seuraaviin seurauksiin saakka. Rehellisyys puolestaan merkitsee, että tieteen harjoittamista sekä siitä tiedottamista tehdään peittelemättä tai peukaloimatta tuloksia ja oikeudenmukaisesti menetellen. Arvostus sen sijaan tarkoittaa tässä asiayhteydessä sitä, että eri osapuolia, kuten yhteiskuntaa, kulttuuriympäristöä tai työtovereita, ei halveksita, ja viimeksi luotettavuus merkitsee sitä, että tieteen harjoittaminen toteutetaan laadukkaasti tutkimustyön eri vaiheissa sen suunnittelusta tulosten analysointiin asti.

Tässä opinnäytetyössä noudatettiin näitä edellä mainittuja periaatteita, jotka Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2023, s. 11–12) on hyvälle tieteelliselle

käytännölle asettanut. Rehellisyyttä pyrittiin takaamaan siten, että sekä teoriakatsaus että kehittävän videon käsikirjoitus kirjoitettiin perustuen alan kirjallisuuteen ja tutkimusartikkeleihin ja muihin luotettaviin lähteisiin asianmukaisia lähdeviittauksia käyttäen ja tietoa vääristelemättä. Tämän ohella huomioitiin videokäsikirjoituksesta saatu palaute, jonka perusteella muutoksia videokäsikirjoitukseen tehtiin, ja tämä saatu palaute myös raportoitiin opinnäytetyössä kaunistelematta.

Vastuunkanto tässä opinnäytetyöprosessissa toteutui siten, että sen toteuttaneet opiskelijat sitoutuivat noudattamaan opinnäytetyön yhteistyökumppanin kanssa tehtyä sopimusta kehittämistyönä tehtävän videon tekemisessä. Opiskelijat julkaisivat myös kirjallisen raportin omilla nimillään ja osallistuivat opinnäytetyön esittelyyn sitä varten järjestetyssä seminaarissa ja julkaisivat sen kaikille luettavassa muodossa. Opinnäytetyössä myös kerrotaan kirjoittajien nimet, jotta heihin voidaan olla tarvittaessa yhteydessä myös opinnäytetyön julkaisun jälkeen, mikäli sille on tarvetta.

Arvostusta vaalittiin tässä opinnäytetyössä siten, että läpi prosessin pyrittiin käyttämään kunnioittavia sanavalintoja ja kieltä, jotta kirjoitettava teksti opinnäytetyön kirjallisessa raportissa, videokäsikirjoituksessa tai käsikirjoitusta ja itse videota koskevassa palautekyselyssä ei loukkaisi tai syrjisi ketään. Arvostusta osoitettiin myös käyttämällä asianmukaisia lähdeviittauksia aina, kun opinnäytetyön kirjallisessa raportissa viitattiin toisten kirjoittamiin teksteihin, jotta mitään toisten kehittämiä ideoita tai oivalluksia ei esitettäisi tämän opinnäytetyön tekijöiden omina ajatuksina tai löytöinä. Arvostusta oli määrä osoittaa myös ympäristön tasolla, ja tämä pyrittiin saavuttamaan siten, että opinnäytetyön tekemisessä pyrittiin välttämään ympäristön kuormitusta välttämällä mahdollisimman paljon liikkumista eri paikkakuntien välillä, vaikka opinnäytetyön tekijät ja opinnäytetyön yhteistyökumppani vaikuttavat kaikki eri paikkakunnilla – sen sijaan opinnäytetyötä pyrittiin valmistamaan etäyhteyksien avulla, eikä sitä myöskään julkaista kuin sähköisenä versiona.

Opinnäytetyö pyrittiin alusta alkaen tekemään siten, että siinä hyödynnettäisiin mahdollisimman luotettavia lähteitä. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2023,

s. 16–17) ohjeistuksen mukaisesti opinnäytetyössä pyrittiin myös välttämään vilppiä sen kaikissa eri muodoissa opinnäytetyön tulosten luotettavuuden takaamiseksi: sepittämistä, plagiointia tai vääristelyä ei harjoitettu. Sepittämisen välttämiseksi tämän opinnäytetyön kontekstissa tarkoitetaan Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeistuksen mukaisesti sitä, ettei raportissa tai videokäsikirjoituksessa kerrottu tai väitetty mitään kuviteltua tutkimustulosta tai havaintoa todeksi. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan kirjoittamaa määritelmää hyödyntäen todetaan plagiointiin liittyen, ettei tämän opinnäytetyön kirjallisessa raportissa esitetty mitään toisten tahojen kehittämiä tutkimustuloksia tämän opinnäytetyön tekijöiden omina saavutuksina. Sen sijaan opinnäytetyössä käytettiin asianmukaisia lähdeviittauksia, ja viitattaessa toisten kirjoittamiin teksteihin viittaukset pyrittiin kirjoittamaan omin sanoin eikä toisten tekstiä sellaisenaan kopioiden. Tulosten ja palautteiden vääristelyä vältettiin tässä opinnäytetyössä siten, että prosessin aikana tehdyt tulokset raportoitiin mitään pois karsimatta, eikä myöskään palautetta antaneiden tahojen antamia vastauksia muokattu, vaan niistä kerrottiin avoimesti.

8 POHDINTA

Tämän kehittämispainotteisen opinnäytetyön tarkoituksena oli laatia alle 2-vuotiaiden lasten vanhemmille opasvideo, jolla heidän tietoisuuttaan älylaitteiden käytön haitallisuudesta lasten kanssa vietetyn ajan lomassa voi olla. Opasvideon käsikirjoituksesta sekä itse videosta pyydettiin palautetta sosiaali- ja kirkon alan työntekijöiltä. Video tuli osaksi opinnäytetyön yhteistyötaho One Way Mission ry:n laatimaa Rakentavaa vanhemmuutta -nimistä TV-sarjaa, joka tukee vanhempia kasvatustehtävässään.

Opinnäytetyöprosessista saadun palautteen perusteella voidaan todeta, että video oli toimiva kokonaisuus. Videota varten haastatellun 'Kaisan' omakohtainen kerronta oli tärkeä osa videon sisältöä. Laaditun videon avulla voidaan auttaa vanhempia havaitsemaan oman toimintansa seuraukset suhteessa lapseen. Tärkeä havainto vanhemmalle on nähdä omin silmin älylaitteen käytön aiheuttama ilmeettömyys ja jähmettyneisyys, joka lapsen näkökulmasta näyttäytyy välinpitämättömyytenä ja kylmyytenä. Yksi vanhemmuuteen sitoutumisen osoitus käytännössä on se, että vanhempi suojelee lasta omalta älylaitteidensa käytöltä.

Myös opinnäytetyön yhteistyötaho One Way Mission ry oli tyytyväinen opinnäytetyössä kehitettyyn videoon, ja järjestö tulee ottamaan sen osaksi kehittämäänsä TV-sarjaa. Videosta saatu palaute sosiaali- ja kirkon alan työntekijöiltä vahvistaa myös käsitystä siitä, että videon informatiivinen sisältö on kyllin kattavaa tukemaan vanhempia. Lisäksi videon kuvituksessa käytetyt still-kuvat toimivat elävöittäen ja tehostaen videon viestiä, mutta, jos video tehtäisiin uudelleen, niin sen tekemiseen varattaisiin enemmän resursseja videon tekoon. Videon toteuttamiseen tarvitaan enemmän aikaa, rahaa ja henkilökuntaa, jotta videolle voisi kuvata oikeita eläviä tilanteita vauvan ja vanhemman vuorovaikutuksesta sekä lapsen hylätyksi tulemisen kokemuksista. Videolle kuvattaisiin vauvan ilmeitä sellaisissa hetkissä, kun hän monen epäonnistuneen kontaktiyrityksen jälkeen luovuttaa yhteydenhaussa, ja miten puhelintaan käyttävältä vanhemmalta jäisivät vauvan reaktiot huomaamatta. Videota varten

kuvattaisiin myös niitä arvokkaita yhteyden hetkiä vauvan ja vanhemman välillä, jossa toisen katsomisen ilo ja yhteys näkyy hymynä ja riemuna molempien kasvoilla. Tällaisten aitojen elävien tilanteiden tallentaminen ja näkeminen vahvistaisi videon sanomaa ja toimisi paremmin myös niille vanhemmille, jotka kokevat keskittymishaasteita. Videota varten koottaisiin myös ryhmä, joilla olisi omia pieniä lapsia, jolloin heidän kokemusasiantuntijuuttaan voitaisiin hyödyntää laajemmin. Opinnäytetyötä tekevien opiskelijoiden ryhmä olisi myös voinut olla suurempi työkuorman jakamiseksi useammalle henkilölle. Kuvattavaksi suostuvien ihmisten löytäminen videota olisi ensiarvoisen tärkeää, ja isommalla tekijäryhmällä on myös aina suuremmat mahdollisuudet etsiä ja löytää.

Tämä opinnäytetyöprosessi on ollut myös ammatillisesta näkökulmasta katsottuna kehittävä kokemus opinnäytetyön tekijöille. Diakonia-ammattikorkeakoulun (i.a.-b) verkkosivuilla on määritelty osaamisvaatimuksia sosionomidiakoneiksi valmistuville opiskelijoille, ja näiden kompetenssien kautta tarkasteltuna voidaan todeta, että tämän opinnäytetyön valmistus kehitti opiskelijoilla etenkin yhteiskunnallista, eettistä sekä kehittämis- ja innovaatio-osaamista, joita Diakonia-ammattikorkeakoulun mukaan sosionomidiakonien osaamiseen lukeutuu. Opinnäytetyössä tuotettiin etenkin lasten hyvinvoinnin lisäämiseen tähtäävä opasvideo Tutkimuseettinen neuvottelukunnan (2023, s. 11–12) periaatteita noudattaen, ja tämä opasvideo toteutettiin yhteistyössä kristillisen lähetysjärjestön kanssa. Toisin sanoen opiskelijoiden valmiudet osallistua yhteiskunnalliseen vaikuttamistyöhön hyvinvoinnin kohentamiseksi kasvoivat, ja samoin edellytykset tiedon tuottamiseen paremman hyvinvoinnin saavuttamiseksi kehittyivät, mitkä Diakonia-ammattikorkeakoulun (i.a.-b) mukaan sisältyvät sosionomidiakonin kriittisen ja osallistavan yhteiskuntaosaamisen, kehittämis- ja innovaatio-osaamisen sekä yhteisöllisen ja yhteiskunnallisen osaamisen osa-alueisiin. Eettisiin osaamisvaatimukseen Diakonia-ammattikorkeakoulun (i.a.-b) mukaan kuuluu kyky olla haavoittuvassa asemassa olevien puolella – tähän ryhmään kuuluvat muun muassa pienet lapset, joiden hyvinvointia tämä opinnäytetyö osaltaan edistää. Koska sosionomidiakonin asiakasosaamiseen kuuluu Diakonia-ammattikorkeakoulun (i.a.-b) mukaan perheeseen kuuluvien henkilöiden suhteiden sekä yksilöiden

kehityksen tukeminen, voidaan tämän opinnäytetyön katsoa edistäneen opiskelijoiden asiakasosaamista myös.

Opinnäytetyön aihe on ajankohtainen, vaikka älyteknologian käyttö on ollut Suomessa varsin laajamittaista jo usean vuoden ajan. Opasvideosta palautetta antaneet sosiaali- ja kirkon alan ammattilaiset totesivat, että on varsin yleistä, että lapsi joutuu kilpailemaan vanhempansa älylaitteen kanssa vanhemman huomiosta. Silti teknohäiriöstä sen eri ilmenemismuodoissa ei ole esimerkiksi suomalaisissa neuvoloissa ohjausta tällä hetkellä. Asiaa on käsitelty useamman opinnäytetyön osalta, mutta toista opasvideota teknohäiriöstä pienten lasten vanhemmille ei ole tullut vastaan. Videon laadinnasta saatuja oppeja voivat hyödyntää niin lasten vanhemmat omassa kasvatustoiminnassaan kuin eri sosiaalialan työntekijätkin vanhemmuuden tukemisessa. Opasvideota voisi esimerkiksi käyttää One Way Mission ry:n TV-sarjan lisäksi itsenäisesti osana ohjaustilannetta, jossa vanhempi on kääntynyt sosiaali- tai kirkon alan työntekijän puoleen saadakseen tukea lapsen kasvattamiseen. Videon innoittamana ohjaaja ja vanhempi voisivat muun muassa käydä keskusteluja pohtiakseen, miten hallitsevassa roolissa älylaitteiden käyttö on perheessä, johon ohjattava vanhempi kuuluu. Tämän lisäksi videota voi hyödyntää sellaisenaan perhevalmennuksessa tai neuvoloissa keskusteltaessa lapsen kasvuympäristöstä ja vanhempien tavasta olla lapsen kanssa. Video voisi toimia myös seurakuntien perhekerhoissa tai päiväkotien vanhempainilloissa keskustelun herättäjänä.

Koska digitalisaation voidaan olettaa yleistyvän entisestään, on luultavaa, että niin erilaisten käytännön asioiden hoitaminen kuin ajanviettokin älypuhelimilla ja muilla laitteilla tulee jatkumaan ja kenties lisääntymäänkin entisestään. Näin ollen yhä uusia tuoreita vanhempia on vastaisuudessakin aiheellista ohjeistaa siitä, kuinka pieni, kehittyvä ihminen tarvitsee kohdatuksi tulemistä reaali maailmassa ja läsnä olevaa vanhempaa turvallisuuden tunteen vaalimiseksi. Siksi opinnäytetyössä kehitetty opasvideo säilynee ajankohtaisena ja hyödyllisenä vastaisuudessakin.

LÄHTEET

- Aalto, P., & Kauppinen, N. (2021). *Riittävän hyvä vanhemmuus : vanhemmuuden tukeminen lähisuhdeväkivaltatyössä Tampereen ensi- ja turvakoti ry:n turvakodeissa* [Opinnäytetyö, Tampereen ammattikorkeakoulu]. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2021060313913>
- Aro, S. (13.11.2013). Älypuhelinriippuvuutta voi testata jättämällä puhelimen kotiin. *Yle*. <https://yle.fi/a/3-6931267>
- Diakonia-ammattikorkeakoulu. (i.a.-a). *Opinnäytetyö*. Saatavilla 25.03.2025 <https://www.diak.fi/opinnaytetyo/>
- Diakonia-ammattikorkeakoulu. (i.a.-b). *Osaamisvaatimukset: Sosionomi (AMK), Diakoniatyö*. Saatavilla 09.05.2025 <https://www.diak.fi/opiskelu/opiskelijan-polku/opintojen-suorittaminen/arviointi/osaamisvaatimukset-sosionomi-amk-diakoniatyo/>.
- L 361/1983. Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta 08.04.1983. <https://finlex.fi/fi/lainsaadanto/1983/361>
- L 417/2007. Lastensuojelulaki 13.04.2007. <https://finlex.fi/fi/lainsaadanto/2007/417>
- L 775/2022. Vanhemmuuslaki 26.08.2022. <https://www.finlex.fi/fi/lainsaadanto/2022/775>
- Laakso, J. (11.12.2016). Videolla: Alkuperäinen iPhone vastaan ensimmäinen Android-puhelin. *Mobiili.fi*. <https://mobiili.fi/2016/12/11/videolla-alkuperainen-iphone-vastaan-ensimmainen-android-puhelin/>
- Lastensuojelun arvot ja periaatteet. (30.12.2024). Teoksessa *Lastensuojelun käsikirja*. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. <https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/mita-on-lastensuojelu/lastensuojelun-arvot-ja-periaatteet>
- Mackay, L. J., Komanchuk, J., Hayden, K. A., & Letourneau, N. (2022). Impacts of parental technoference on parent-child relationships and child health and developmental outcomes: a scoping review protocol.

- Systematic Reviews*, 11(45), 1–7. <https://doi.org/10.1186/s13643-022-01918-3>
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto (12.06.2024). *Näin syntyy riittävän hyviä vanhempia*. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/nain-syntyy-riittavan-hyvia-vanhempia/>
- Martikainen, S., & Saarikivi, K. (18.04.2023). *Älylaitteet vaikuttavat lasten hyvinvointiin – mitä tutkimus sanoo sopivan käytön rajoista?* <https://www.helsinki.fi/fi/uutiset/ihmisten-teknologia/alylaitteet-vaikuttavat-lasten-hyvinvointiin-mita-tutkimus-sanoo-sopivan-kayton-rajoista>
- Maunula, K. (24.02.2025). Riittävän hyvä vanhemmuus riittää. *Mieli ry*. <https://mieli.fi/artikkelit/riittavan-hyva-vanhemmuus-riittaa/>
- McDaniel, B., & Radesky, J. (2018b). Technoference: longitudinal associations between parent technology use, parenting stress, and child behavior problems. *Pediatric Research* 84, 210–218. <https://doi.org/10.1038/s41390-018-0052-6>
- Mieli ry (27.07.2023a). *Leikki-ikä*. <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/tietoa-mielenterveyden-vahvistamisesta/perheet/vanhemmuus/leikki-ika/>
- Mieli ry (27.07.2023b). *Vauva-aika*. <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/tietoa-mielenterveyden-vahvistamisesta/perheet/vanhemmuus/vauva-aika/>
- Nieminen, S., & Pantsar, H. (2020). *Vanhemman tukeminen varhaisessa vuorovaikutuksessa : opas MLL:n Perhekahvilan vanhemmille* [Opinnäytetyö, LAB-ammattikorkeakoulu]. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-202004165175>
- Nurmi, J., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L., & Ruoppila, I. (2014). *Ihmisen psykologinen kehitys* (5. uud. p.). PS-kustannus.
- Oikeusministeriö. (i.a.). *Arjen antirasistiset teot*. Saatavilla 25.03.2025 <https://yhdenvertaisuus.fi/antirasistiset-teot>
- One Way Mission ry. (i.a.-a). *Mediatyö*. Saatavilla 25.03.2025 <https://onewaymission.fi/kotimaantyo/mediatyo/>
- One Way Mission ry. (i.a.-b). *Meistä*. Saatavilla 25.03.2025 <https://onewaymission.fi/meista/>

- Opetus- ja kulttuuriministeriö (07.02.2019). *Jokainen voi olla lapselle turvallinen aikuinen*. <https://okm.fi/-/jokainen-voi-olla-lapselle-turvallinen-aikuinen>
- Pöyskö, M. (05.03.2011). *Kirkko lanseeraa uuden perhetyön välineen*. Kotimaa. <https://www.kotimaa.fi/kirkko-lanseeraa-uuden-perhetyon-valineen/>
- Silvén, M. (2010). 3. Varhainen vuorovaikutus, kognitio ja kielen kehitys: hermostoa kaikki tyynni. Teoksessa M. Silvén (toim.), *Varhaiset ihmissuhteet : polku lapsen suotuisaan kehitykseen* (s. 45–63). Minerva Kustannus Oy.
- Silvén, M., & Kouvo, A. (2010). 4. Vuorovaikutus, varhainen kiintymyssuhde ja psyykinen hyvinvointi. Teoksessa M. Silvén (toim.), *Varhaiset ihmissuhteet : polku lapsen suotuisaan kehitykseen* (s. 65–89). Minerva Kustannus Oy.
- Sirén, S., & Turpeinen, T. (2022). *Liiallisen älypuhelimien käytön aiheuttamat muutokset toimintakykyyn kouluikäisillä lapsilla : informatiivinen juliste* [Opinnäytetyö, LAB-ammattikorkeakoulu]. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2022092220388>
- Stålhane, S. (2021). *Varhainen vuorovaikutus ja vanhempien älypuhelimien käyttö – opas vanhemmille* [Opinnäytetyö, Metropolia ammattikorkeakoulu]. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-202104306469>
- Suomen ev.lut. kirkko. (i.a.-a). *Vanhemmuuden palikat*. Saatavilla 28.12.2024 <https://parisuhteenpalikat.fi/vanhemmuuden-palikat/>
- Suomen ev.lut. kirkko. (i.a.-b). *Vanhemmuuden palikat -kortti*. Saatavilla 29.12.2024 https://evlutkirkko.fi/wp-content/uploads/sites/37/2019/11/Vanhemmuuden_palikat-kortti.pdf
- Suomen ev.lut. kirkko. (i.a.-c). *Vanhemmuuden palikat – Luottamus*. Saatavilla 26.03.2025 https://evlutkirkko.fi/wp-content/uploads/sites/37/2015/02/luottamus_vanhemmuudenpalikat_luottamus.pdf
- Suomen ev.lut. kirkko. (i.a.-d). *Vanhemmuuden palikat – Rakkaus*. Saatavilla 26.03.2025 https://evlutkirkko.fi/wp-content/uploads/sites/37/2015/09/VP_rakkaus_FINAL.pdf

- Suomen ev.lut. kirkko. (i.a.-e). *Vanhemmuuden palikat – Riidat*. Saatavilla 26.03.2025 https://evlutkirkko.fi/wp-content/uploads/sites/37/2015/02/vp_riidat.pdf
- Suomen ev.lut. kirkko. (i.a.-f). *Vanhemmuuden palikat – Sanat*. Saatavilla 26.03.2025 https://evlutkirkko.fi/wp-content/uploads/sites/37/2015/02/vp_sanat.pdf
- Suomen ev.lut. kirkko. (i.a.-g). *Vanhemmuuden palikat – Seksuaalisuus*. Saatavilla 26.03.2025 https://evlutkirkko.fi/wp-content/uploads/sites/37/2015/02/vp_seksuaalisuus.pdf
- Suomen ev.lut. kirkko. (i.a.-h). *Vanhemmuuden palikat – Sitoutuminen*. Saatavilla 26.03.2025 https://evlutkirkko.fi/wp-content/uploads/sites/37/2015/02/vp_sitoutuminen.pdf
- Suomen ev.lut. kirkko. (i.a.-i). *Vanhemmuuden palikat – Teot*. Saatavilla 26.03.2025 https://evlutkirkko.fi/wp-content/uploads/sites/37/2015/02/vp_teot.pdf
- Suomen ev.lut. kirkko. (i.a.-j). *Vanhemmuuden palikat – Tunteet*. Saatavilla 26.03.2025 https://evlutkirkko.fi/wp-content/uploads/sites/37/2015/02/vp_tunteet.pdf
- Suomen ev.lut. kirkko. (i.a.-k). *Vanhemmuuden palikat – yleisesittely*. Saatavilla 29.12.2024 https://evlutkirkko.fi/wp-content/uploads/sites/37/2019/11/Vanhemmuuden_palikat_yleisesittely.pdf
- Tammisalo, K. (2023). *Connecting and Disconnecting : Information and Communication Technology in Family Relationships* [Väitöskirja, Turun yliopisto]. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-29-9459-5>
- Tapala, P. (12.01.2022). Älylaitteiden käyttö rajussa kasvussa – näin monta tuntia mobiilisovelluksia käytetään päivässä. *Mobiili.fi*. <https://mobiili.fi/2022/01/12/alylaitteiden-kaytto-rajussa-kasvussa-nain-monta-tuntia-mobiilisovelluksia-kaytetaan-paivassa/>
- Tilastokeskus (30.11.2021a). *Suomen virallinen tilasto (SVT). Väestön tieto- ja viestintäteknikan käyttö: Liitetaulukko 4. Kotitaloudessa tablettitietokone 2021, %-osuus talouksista* [verkkojulkaisu]. https://stat.fi/til/sutivi/2021/sutivi_2021_2021-11-30_tau_004_fi.html

- Tilastokeskus (30.11.2021b). *Suomen virallinen tilasto (SVT). Väestön tieto- ja viestintätekniiikan käyttö: Liitetaulukko 11. Internetin käyttö ja käytön useus 2021, %-osuus väestöstä* [verkkojulkaisu].
https://stat.fi/til/sutivi/2021/sutivi_2021_2021-11-30_tau_011.fi.html
- Tilastokeskus (30.11.2021c). *Suomen virallinen tilasto (SVT): Väestön tieto- ja viestintätekniiikan käyttö. Liitetaulukko 12. Internetin käyttö eri laitteilla 2021, %-osuus väestöstä 1)* [verkkojulkaisu].
https://stat.fi/til/sutivi/2021/sutivi_2021_2021-11-30_tau_012.fi.html
- Tilastokeskus (30.11.2021d). *Suomen virallinen tilasto (SVT): Väestön tieto- ja viestintätekniiikan käyttö. Liitetaulukko 13. Käytössä älypuhelin ja internetin käyttö televisiolla 2021,%-osuus väestöstä* [verkkojulkaisu]. https://stat.fi/til/sutivi/2021/sutivi_2021_2021-11-30_tau_013.fi.html
- Tillaeus, J. (15.01.2025). Äitien ja isien sometus halutaan kuriin jo ennen vauvan syntymää Etelä-Karjalassa: ”Kaikki varmasti ymmärtävät”. Yle. <https://yle.fi/a/74-20130961>
- Toikko, T., & Rantanen, T. (2009). *Tutkimuksellinen kehittämistoiminta* (3. korjattu painos). Tampere University Press.
- Toivio, T., & Nordling, E. (2013). *Mielenterveyden psykologia* (3. uud. p.). Edita.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2023). *Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa* [Ohje].
https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf
- Tuominen, M. (2017). *Parisuhteen Palikat -hanke 2006–2015. Loppuraportti*. Kirkkohallitus.
- Valtonen, M., Karjalainen, A. L., Nylund, M., Riihimäki, T., & Vesterinen, O. (2020). *Opinnäytetyön erilaiset toteuttamistavat*.
<https://libguides.diak.fi/c.php?g=670543&p=4760648#s-lg-box-15268738>

LIITE 1 Palautekyselylomakkeen kysymykset videokäsikirjoituksesta

Tausta

1. Ammatti:
2. Koulutustausta:
3. Työkokemus sosiaalialalta vuosissa:
4. Työkokemus lasten parissa vuosissa:
5. Työkokemus perheiden parissa vuosissa:

Palautekysely videon käsikirjoituksesta

6. Miten käsikirjoitus toi mielestäsi esille sen, että älylaitteiden käyttö voi vaikuttaa haitallisesti vanhempi-lapsisuhteeseen:
7. Oliko käsikirjoitus tarpeeksi informatiivinen lasten vanhemmille, jotta he voivat rajoittaa älylaitteen käyttöä lastensa kanssa ollessaan
8. Mitä mieltä olit käsikirjoituksen sisällöstä? Mikä siinä oli mielestäsi hyödyllisintä ja tärkeintä antia?
9. Mikä käsikirjoituksessa oli puutteellista tai jäi epäselväksi? Mitä olisi hyvä käsitellä perusteellisemmin, tai jättää kokonaan pois? Huom. videon pituus ei voi olla kestoaltaan juurikaan 5 minuuttia pidempi.
10. Oletko havainnut työssäsi lasten/perheiden parissa lasten joutuvan kilpailemaan vanhempiansa huomiosta tämän älylaitteen kanssa?
11. Mitä keinoja olet ehdottanut, tai ehdottaisit, lasten vanhemmille, jotta he voisivat vähentää älylaitteiden käyttöä viettäessään aikaa lastensa kanssa?

12. Keskustelu älylaitteiden käytön aiheuttamasta teknohäiriöstä vanhempi-lapsisuhteeseen on osa vanhemmuuteen sitoutumisen teemaa. Mitä neuvoja haluaisit antaa lasten vanhemmille, jotta heidän sitoutumisensa lapseen ja vanhemmuuteen vahvistuisi?
13. Lopuksi voit halutessasi antaa vapaamuotoista palautetta käsikirjoituksesta, tästä kyselystä, sekä opinnäytetyömme teemasta vanhemmuuteen sitoutuminen.

LIITE 2 Palautekyselylomakkeen kysymykset opasvideosta

Palautekysely videosta

1. Miten video toi mielestäsi esille sen, että älylaitteiden käyttö voi vaikuttaa haitallisesti vanhempi-lapsisuhteeseen:
2. Oliko video tarpeeksi informatiivinen lasten vanhemmille, jotta he voivat rajoittaa älylaitteen käyttöä lastensa kanssa ollessaan?
3. Mitä mieltä olit videon sisällöstä? Mikä siinä oli mielestäsi hyödyllisintä ja tärkeintä antia?
4. Mikä videossa oli puutteellista? Jäikö jokin asia epäselväksi, olisiko jotakin pitänyt käsitellä perusteellisemmin? Huom. videon pituus ei voinut olla juurikaan 5 minuuttia pidempi kestoaltaan.
5. Lopuksi voit halutessasi antaa vapaamuotoista palautetta omin sanoin sekä videosta että tästä kyselystä.

LIITE 3 Videokäsikirjoitus

Tässä liitteessä esitetään käsikirjoitus, jonka pohjalta video kuvattiin. Käsikirjoituksessa on hyödynnetty eri lähdeaineistoja. Käytetyt lähteet ovat näkyvillä itse videolla, mutta videokäsikirjoitukseen ei katsottu tarpeelliseksi sisällyttää lähdeviittauksia osaksi tekstiä. Siksi ne puuttuvat myös tältä liitteeltä. Käsikirjoituksen tekemisessä käytetyt lähteet ovat kuitenkin käsikirjoituksen lopussa mukana.

Videokäsikirjoitus:

Lapsen hoiva on sitä, että hänen perustarpeistaan pidetään huolta ja että lapsen viesteihin ei vastata ennakoimattomasti. Sangen pienikin vauva kykenee erottamaan, onko vanhempi todella läsnä. Vanhemman osoittama huomio, joka ei jakaudu vauvan ja jonkin toisen asian kanssa, vahvistaa lapsen itsetuntoa ja vakuuttaa, että hän on tärkeä.

Älylaitteita käyttäessä vanhemmalta jää helposti huomaamatta lapsen kontaktiyriytiset ja osa hänen pyynnöistään voi jäädä kokonaan vastausta vaille. Lapsen näkökulmasta vanhemman käyttäytyminen on ristiriitaista ja ennustamatonta. Vanhempi on välillä läsnä, välillä ei, kun älylaite vie hänen huomionsa. Älylaitteiden liiallinen käyttö on uusi ja huomaamaton tapa laiminlyödä lapsen emotionaalisia tarpeita, sekä hänen tarvetta vuorovaikutukseen ja yhteyteen hoivaajansa kanssa.

Tämänkaltaista älylaitteen käytön tulemistä perheenjäsenten välisen keskustelun ja vuorovaikutuksen lomaan kutsutaan teknohäiriöksi (technoferece). Tutkittaessa laitteiden käytön vaikutusta vanhempi-lapsisuhteen laatuun on havaittu, että teknohäiriön myötä suhteet ovat etäisempiä ja ne koetaan epätyytyttävämmiksi.

Jo kuukauden ikäinen vauva pyrkii vuorovaikutukseen hoivaajansa kanssa katsekontaktin ja ääntelyn keinoin. Puolen vuoden ikäinen lapsi seuraa hoivaajan eleitä ja ilmeitä jäljitellen niitä. Kun vanhempi on uppoutunut seuraamaan laitteen

ruutua, voivat lapsen aloitteet vuorovaikutukseen jäädä huomaamatta. Tämä turhauttaa lasta ja saa hänet levottomaksi, jos vanhempi ei tavoittamisyrityksistä huolimatta reagoi.

Yhden ikävuoden paikkeilla lapsi alkaa tutkia ympäristöään. Keskittyessään johonkin esineeseen, lapsi tutkailee vuoroin esinettä ja vuoroin vanhempaansa, jakaakseen yhteisen hetken. Vanhempi, joka nimeää esineen, tukee lapsen kykyä oppia äidinkieltään sekä sanojen ja niiden merkityksen välistä suhdetta. Tämä jaetuksi tarkkaavaisuudeksi kutsuttu vuorovaikutustilanne auttaa lasta oivaltamaan, että toisilla ihmisillä on omanlaisiaan ajatuksia. Vähitellen lapsi oppii arvelemaan, mitä muilla ihmisillä voi olla mielessään. Tämä luo lapselle edellytykset toimia sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa sekä oppia uusia taitoja ja sanoja. Vanhemman on tärkeää olla läsnä hetkissä, joissa jaettua tarkkaavaisuutta koetaan. Jos vanhempi sen sijaan tutkailee puhelintaan jää lapsi näissä herkissä, ohikiitävissä tilanteissa yksin ja vaille kehitystä vahvistavaa tukea. Vanhemman reagoiva läsnäolo hetkissä, joissa jaettua tarkkaavaisuutta koetaan on lapsen luonnolliselle kehitykselle ensiarvoisen tärkeää.

Puhelu Kaisalle; Kaisa, pian tyttäresi syntymän jälkeen sinä vaihdot älypuhelimien selvästi vanhempaan malliin, niin että vain puhelut ja tekstiviestit ovat mahdollisia. Miten päädyit tähän ratkaisuun?

No, sitä ehdotettiin minulle pikkulapsipsykiatriasta kun lapsella oli vähän sellaisia poissaolo kohtauksia. Ja tutkittiin ettei se olisi epilepsiaa. Saatoin olla 6 tuntia päivässä älykännykällä ja lapsen oireet saattoi johtua liian vähäisestä vuorovaikutuksesta. Luulen että, he näki että mäkin kärsin tilanteesta.

Aluksi ajattelin etten pysty luopuun luurista, mutta kun tarkemmin ajattelin asiaa: Se olisi hyvä ratkaisu myös mulle. Minulla oli selkeästi kännykkäriippuvuus ja vähentäminen ei onnistunut, niin oli tehtävä jotain radikaalimpaa. Epilepsiaa lapsellani ei onneksi ollut.

Millä tavalla valinta on vaikuttanut sinuun?

Minulla ei ole nyt koko ajan huono mieli. Saatoin siis ennen olla 6 tuntia älykännykällä päivässä ja se oli pois minun ja lapseni vuorovaikutuksesta. Olen mielestäni enemmän läsnä ja älykännykkä ei "häiritse" enää minun elämää koko ajan piippaamalla ja ei tarvii olla koko ajan luurilla.

Millaisia vaikutuksia älypuhelimesta luopumisella on ollut sinun ja lapsesi suhteeseen?

Meidän vuorovaikutus on selvästi parantunut ja leikin enemmän lapseni kanssa ja olen läsnä paremmin. Myös puolisoni on huomannut eron. Ainoastaan kadun sitä, etten tehnyt älyluurista luopumista jo aiemmin, koska se vaikutti negatiivisesti suhteeseemme, mutta onneksi päädyin tähän ratkaisuun.

Enää en kärsi huonoa omaa tuntoa älykännykän käytöstä, kun sitä ei ole. Ja vuorovaikutus on paljon parempi ja poissaolokohtauksia lapsella ei enää ole.

Lapsen kyky empatiaan ja vuorovaikutukseen syntyy varhaisina vuosina. Vauva harjoittelee suhteessa olemista nimenomaan hoivaajansa kanssa. Älylaitteen tullessa vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen esteeksi se vie vanhemman katseen pois lapsesta. Toisen tunteiden tunnistaminen ei onnistu, jos tilanteessa on kilpailevia huomiota vaativia asioita. Vauva ei pysty pitämään puoliaan vaan on täysin vanhemman päätösvallan armoilla. Tarpeellista ei ole ehdottaa älylaitteista luopumista, mutta vanhemman on syytä olla tietoinen, kuinka laajasti ja salakavalasti teknohäiriö vaikuttaa lapsen suhdetaitojen, empatiakyvyn ja puheen kehitykseen.

Sitoutuminen vanhemmuuteen on saatavilla oloa lapselle silloin, kun lapsi saatavilla olemista tarvitsee. Vauvalle ja taaperoikäiselle vanhemman läheisyys ja yhteinen juttelu ovat korvaamattoman tarpeellista kasvun ja kehityksen kannalta. Vanhemman olisi maltettava säästää älylaitteiden käyttö lapsen kanssa jaettujen yhteisten hetkien ulkopuolelle. Silloin vanhempi herkemmin huomaa ne tärkeät hetket, kun lapsi hakee yhteyttä vanhempaan. Olisiko esimerkiksi mahdollista huomioida vain tulevat puhelut ja selata viestejä, sekä sosiaalista mediaa vaikka silloin, kun lapsi nukkuu?

Älylaitteet eivät itsessään ole ongelma, mutta niiden liiallinen käyttö niinä arvokkaina vuosina, kun varhainen kiintymyssuhde muodostuu, on haitallista ja aiheuttaa ongelmia.

Lähteet:

McDaniel, B., & Radesky, J. (2018). Technoference: longitudinal associations between parent technology use, parenting stress, and child behavior problems. *Pediatric Research* 84, 210–218.

<https://doi.org/10.1038/s41390-018-0052-6>

Nurmi, J., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L., & Ruoppila, I. (2014). *Ihmisen psykologinen kehitys* (5. uud. p.). PS-kustannus.

Silvén, M. (2010). 3. Varhainen vuorovaikutus, kognitio ja kielen kehitys: hermostoa kaikki tyynni. Teoksessa M. Silvén (toim.), *Varhaiset ihmissuhteet : polku lapsen suotuisaan kehitykseen* (s. 45–63). Minerva Kustannus Oy.

Silvén, M., & Kouvo, A. (2010). 4. Vuorovaikutus, varhainen kiintymyssuhde ja psyykkinen hyvinvointi. Teoksessa M. Silvén (toim.), *Varhaiset ihmissuhteet : polku lapsen suotuisaan kehitykseen* (s. 65–89). Minerva Kustannus Oy.

Suomen ev.lut. kirkko. (i.a.). *Vanhemmuuden palikat – Sitoutuminen*. Saatavilla 26.03.2025 https://evlutkirkko.fi/wp-content/uploads/sites/37/2015/02/vp_sitoutuminen.pdf

Tammisalo, K. (2023). *Connecting and Disconnecting : Information and Communication Technology in Family Relationships* [Väitöskirja, Turun yliopisto]. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-29-9459-5>

Toivio, T., & Nordling, E. (2013). *Mielenterveyden psykologia* (3. uud. p.). Edita.

LIITE 4 Linkki videoon

Opinnäytetyössä kehitetty video julkaistiin kaikkia lukijoita varten katsottavaksi YouTube-palvelussa kanavalla, joka kuuluu toiselle opinnäytetyön tekijöistä. Alla olevassa lähdeluettelossa on kerrottu linkki videolle.

Mattsson, A., & Alila, J. (08.05.2025). *Älypuhelimien käytön haitat vanhemman ja pienen lapsen välisessä vuorovaikutuksessa* [Video]. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=39nHkCUFTDA>