

YLEENSÄ KERHOSSA ON ”MAIJAN ÄITI” TAI
”MATIN ÄITI”, MUTTA EN EDES TIEDÄ NÄIDEN
ÄITIEN NIMIÄ

Facebook pienten lasten vanhempien vertaistuen muotona

Salla-Mari Ruotsalainen
Opinnäytetyö, syksy 2014
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Hoitotyön koulutusohjelma
Diakonisen hoitotyön
suuntautumisvaihtoehto
Sairaanhoitaja (AMK)
-diakonissa

TIIVISTELMÄ

Ruotsalainen, Salla-Mari. Yleensä kerhossa on ”Maijan äiti” tai ”Matin äiti”, mutta en edes tiedä näiden äitien nimiä. Facebook pienten lasten vanhempien vertaistuen muotona. Diak, Pori, syksy 2014, 32s, 1 liite.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, hoitotyön koulutusohjelma, Diakonisen hoitotyön suuntautumisvaihtoehto, Sairaanhoidtaja (AMK) +diakonissa.

Opinnäytetyön tavoitteena oli tuoda esille sosiaalisen median, erityisesti Facebookin, mahdollisuuksia vertaistuen muotona pienten lasten vanhemmille. Tarkoitus oli luoda Facebook-ryhmä Friitalan avoimessa päiväkerhossa käyville pienten lasten vanhemmille.

Opinnäytetyön kohderyhmä olivat pienten, alle kuusivuotiaiden, lasten vanhemmat. Raportissa käsitellään sosiaalista mediaa, erityisesti Facebookia, ja sen yhteisöllisiä mahdollisuuksia sekä sitä, miten pienten lasten äidit toimivat sosiaalisessa mediassa saaden vertaistukea muilta samassa elämäntilanteessa olevilta. Selvitin mikä on sosiaalinen verkosto ja sen tuki sekä sitä miten kirkko näkyy sosiaalisessa mediassa.

Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena opinnäytetyönä yhteistyössä Ulvilan seurakunnan lapsityön kanssa.

Facebook-ryhmään liittyi kaksi kerhossa käyvää äitiä. Näin ollen ryhmän anti jäi pieneksi eikä vastannut tavoitetta. Ryhmäläisiltä saadun palautteen mukaan ideaa Facebook-ryhmän perustamisesta pidettiin hyvänä, mutta oli valitettavaa, että ihmiset eivät liittyneet ryhmään.

Asiasanat: Facebook, vertaistuki, sosiaalinen media, diakoniatyö

ABSTRACT

Ruotsalainen, Salla-Mari. Facebook peer support for parents with young children. 32 p., 1 appendix. Language: Finnish. Pori, Autumn 2014.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Nursing, Option in Diaconal Nursing. Degree: Nurse.

Purpose of this thesis was to bring out social media, especially Facebook, as tool of peer support for parents with young children. Meaning of this thesis was to create Facebook-group for parents who attend Friitala's open group in Ulvila.

The target group of this thesis was parents who have under six-year-old children. The theory of this thesis describes social media, especially Facebook and its communal chances. In addition was to find out how the mother of little children conducts oneself in social media and gets peer support from others who are in a similar life situation. I researched what are the social network and its support of it and also how the church appears in social media.

This thesis is a functional study and it was carried out in co-operation with congregation in Ulvila.

Surprisingly the Facebook-group was taken part by two mothers only. Therefore the group was not as popular as assumed. The idea of Facebook group was thought good but unfortunately so few did join it.

Key words: Facebook, social networks, peer support, social media, diaconal work

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	5
2	SOSIAALINEN MEDIA JA FACEBOOK PIENTEN LASTEN ÄITIEN VERTAISTUKENA.....	7
2.1	Facebook sosiaalisena mediana	8
2.2	Yhteisöllisyys sosiaalisessa mediassa.....	8
2.3	Sosiaalinen verkosto ja sen tuki.....	9
2.4	Äidit sosiaalisessa mediassa	11
2.5	Vertaistuki.....	12
2.6	Kirkko ja diakonia sosiaalisessa mediassa.....	15
3	ULVILAN SEURAKUNNAN AVOIN PÄIVÄKERHO, FRIITALAN RYHMÄ...	17
4	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN	18
4.1	Toiminnallinen opinnäytetyö	18
4.2	Lähtökohdat	19
4.3	Tarkoitus ja tavoitteet	19
4.4	Facebook-ryhmän perustaminen.....	20
4.5	Facebook-ryhmän toimivuus	21
4.6	Facebook-ryhmän arviointia	21
5	JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	24
6	LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS	27
	LÄHTEET.....	29
	LIITE1.....	32

1 JOHDANTO

Sosiaalisen median käyttö on lisääntynyt viime vuosikymmenen aikana nopeasti. Sen palvelut ovat erityisen suosittuja etenkin nuorten ja nuorten aikuisten parissa (Kohvakka 2013). Opinnäytetyön kohderyhmä on pienten lasten vanhemmat, joilla tässä opinnäytetyössä tarkoitetaan alle kuusivuotiaiden lasten vanhempia.

Dialogi vertaisen kanssa on tärkeää. Äidit hakevat hyväksyntää ja haluavat tulla ymmärrettyksi keskustellessaan samanhenkisten ihmisten kanssa. (Munnukka, Kiikkala & Valkama 2005, 245.) Facebookiin perustetussa ryhmässä pienten lasten vanhempien on mahdollista olla vuorovaikutuksessa muiden ryhmään kuuluvien vanhempien kanssa. Ryhmään liittyi ainoastaan äitejä, joten raportissa pääpaino kohdistuu pienten lasten vanhempien sijasta pienten lasten äiteihin. Toive vastaavanlaisen Facebook-ryhmän perustamisesta tuli seurakuntalaisilta ja sen puolesta oli valitettavaa, että ryhmä jäi hyvin pieneksi.

Vertaistuki on samanlaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten välistä vuorovaikutusta ja kokemusten vaihtoa, jonka myötä he saavat sosiaalista tukea toisiltaan. Ihmisellä on luontainen tarve liittyä muihin, kokea yhteenkuuluvuutta ja luoda sosiaalisia suhteita. Tämä on lähtökohtana vertaistuelle. Samankaltainen elämäntilanne lisää ihmisten välistä keskinäistä ymmärrystä ja yhteenkuuluvuuden tunnetta, sillä vertaiset voivat myötäelää ja samaistua toistensa kokemuksiin. Vertaistuki voi toteutua kahden tai useamman ihmisen kesken joko järjestetyssä vertaistoiminnassa tai ennalta suunnittelemattomasti osana tavallista arkea. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 10.)

Teoriassa käsittelen sosiaalista mediaa ja sen yhteisöllisyyttä. Selvitän lähdekirjallisuuden avulla, miten pienten lasten äidit toimivat sosiaalisessa mediassa, ja sitä, miten kirkko näkyy sosiaalisessa mediassa. Opinnäytetyössäni keskityn lähinnä Facebookiin sosiaalisen median vertaistuen muotona.

Raportissa avaan käsitettä sosiaalinen verkosto ja sen tuki sekä selvitän kirjallisuuden avulla minkälaista sosiaalista tukea pienten lasten vanhemmat kaipaavat ja mistä he sitä saavat. Vertaistukea käsittelen ryhmätoiminnan eri näkökulmista.

Toteutan opinnäytetyöni toiminnallisena opinnäytetyönä. Toiminnallinen opinnäytetyö koostuu produktista, eli uudesta tuotteesta sekä raportista (Vilkkä & Airaksinen 2003, 52–53). Tässä opinnäytetyössä tuote on Facebook-ryhmä.

2 SOSIAALINEN MEDIA JA FACEBOOK PIENTEN LASTEN ÄITIEN VERTAISTUKENA

Sosiaalinen eli yhteisöllinen media koostuu erilaisista verkkopalveluista. Palveluille yhteistä on, että käyttäjät jakavat ja tuottavat itse sisältöä, kuten kuvia, tekstiä, linkkejä ja ajatuksiaan. He kommunikoivat toisten palvelun käyttäjien kanssa, usein myös reaaliajassa. Tunnetuimpia palveluja sosiaalisessa mediassa ovat Facebook, blogit, Wikipedia, Twitter, Google+ sekä IRC-galleria. (Haasio 2011, 123.) Sosiaalisen median verkkopalveluita kutsutaan myös yhteisöpalveluiksi, joissa muodostetaan erilaisia verkkoyhteisöjä (Kohvakka 2013).

Ihmiset mieltävät sosiaalisen median käytön usein pelkäksi ajanvietteeksi. Jotkut käyttävät kuitenkin sosiaalista mediaa esimerkiksi työvälineenä. (Haasio 2011, 123.) Sosiaalisesta mediasta löytyy yrityksiä sekä viranomaispalveluita, kuten poliisi, Kela sekä ministeriöitä. Sosiaalista mediaa käytetään myös opetuksessa niin peruskouluissa kuin ammattikorkeakouluissa. (Haasio 2011, 129–130.) Sosiaalisessa mediassa toimiminen tuottaa lisää sosiaalisuutta, verkottumista ja yhteisöllisyyttä (Hintikka i.a.).

Sosiaalisessa mediassa käyttäjät viestivät, hakevat tietoa sekä viettävät aikaa. Tiedonhankinta ei välttämättä ole asiantuntijuuteen perustuvaa, mutta usein käyttäjät hakevat kokemuksiin ja mielipiteisiin perustuvaa tietoa, jolloin he hyväksyvät saamansa tiedon ikään kuin oikeana. (Haasio 2011, 127–128.)

Sosiaalinen media pitää sisällään erilaisia ryhmiä. Ryhmissä käyttäjät muodostavat pitkäaikaisen yhteisön, jolla on omat tavoitteensa, vaihtuva jäsenistö sekä toimintakulttuuri. Tämän määrittämisen mukaan parempi nimi sosiaalisen median yhteisöllisiä piirteitä sisältäville ryhmittymille olisi sosiaalinen verkostopalvelu. (Kalliala & Toikkanen 2009, 82.) Sosiaalinen verkosto on Kallialan ja Toikkasen (2009, 89) mukaan palvelu, jossa käyttäjällä on oma profiili ja kontakteja. Se on yhdenlainen tapa tiedottaa omille kontakteilleen kuulumisiaan ja vastaanottaa kontaktiansa kuulumisia. Sosiaalisen median palvelut ovat erityisen suosittuja nuorten ja nuorten aikuisten parissa (Kohvakka 2013).

2.1 Facebook sosiaalisena mediana

Selvästi suosituin sosiaalisen median palveluista on Facebook, johon on liittynyt jo joka toinen suomalainen (Kohvakka 2013). Ominaista Facebookille on se, että jokainen muodostaa oman profiilinsa ja valitsee itse tuttavansa. Jokainen käyttäjä muodostaa omat kontaktinsa ja näkymä kullakin palvelun käyttäjällä on erilainen. Facebook tuli suuren yleisön tietoisuuteen syksyllä 2007. (Kalliala & Toikkanen 2009, 82.) Sen perusti yhdysvaltalainen Mark Zuckerberg yhdessä Dustin Moskovitzin ja Chris Hughesin kanssa vuonna 2004. Suomessa käyttäjiä oli keväällä 2009 yli miljoona, maailmanlaajuinen käyttäjämäärä yli 200 miljoonaa. Facebookissa voi muun muassa julkaista mielipiteitään, liittyä erilaisiin ryhmiin, pelata pelejä sekä jutella kahdenkeskisesti toisten käyttäjien kanssa ja kommentoida heidän julkaisujaan. Facebook mahdollistaa myös vanhojen ystävien löytämisen, sillä profiili tehdään omalla nimellä, ei nimimerkillä, kuten joissain yhteisöissä. Facebookia on verrattu ”ravintolaan, jossa tuntemattomat voivat kohdata toisensa, vaihtaa mielipiteitä ja hakeutua samanhenkisten ihmisten seuraan”. (Haasio 2011, 132-134.)

Facebook kätkee sisäänsä lukuisia erilaisia ryhmiä, joihin käyttäjät voivat liittyä. Käyttäjät voivat luoda itse haluamiaan ryhmiä ja ne voidaan määritellä joko suljetuksi tai avoimeksi ryhmäksi. Avoimeen ryhmään voivat liittyä kaikki käyttäjät, suljettu ryhmä vaatii ryhmän ylläpitäjän hyväksynnän ryhmän jäseneksi. (Haasio 2011, 133.)

2.2 Yhteisöllisyys sosiaalisessa mediassa

Facebook on yhteisöllisyyden synnyttäjä. Verkkososiaalisuudesta on tullut luonteva osa monen ihmisen arkea. Tilastokeskuksen tekemän tutkimuksen mukaan (Kohvakka 2013) naiset osallistuvat hieman aktiivisemmin verkkoyhteisöissä kuin miehet. Viidesosa pitää itseään aktiivisena toimijana yhteisössään, kun taas 37 prosenttia pitää itseään seurailijoina ja 42 prosenttia satunnaisina kommentaattoreina. Iän myötä satunnainen kommentoiminen ja pelkkä seuraaminen yleistyvät. Suurimpana syynä liittyä yhteisöpalveluihin pidetään ystävyys- ja sukulaisuussuhteita. Harvemmin syynä on työ tai am-

matti. Yhteisöllisyyttä luovat erilaisten ryhmien, yhteisöjen, luominen sekä verkossa syntyvät tempaukset ja kampanjat, joihin myös naiset osallistuvat miehiä helpommin. Työhön ja harrastuksiin liittyvien suhteiden luomista pidetään yhteisöpalveluissa tärkeinä, ja yhteiskunnallinen toimiminen koetaan helpoksi. (Kohvakka 2013.)

Pönkä, Impiö ja Vallivaara (2012) jakavat yhteisöllisyyden kahteen osaan: löysään ja tiukkaan yhteisöllisyyteen. Löysä yhteisöllisyys ei vaadi osallistujilta aktiivista osallistumista tai toisen ymmärtämistä, vaan se on yhdessäoloa ja satunnaista ajatusten vaihtoa. Tiukka yhteisöllisyys sisältää yhteisen tavoitteen, jossa tarkoitus on päästä lopputulokseen ja vuorovaikutus on vastavuoroista. Yhteisöllisyys voidaan jakaa myös toisella tavalla kahteen osaan: lyhyt- ja pitkäaikaiseen yhteisöllisyyteen, jossa jäsenten roolit muodostuvat erilaisiksi. (Pönkä, Impiö & Vallivaara 2012, 25.)

On olemassa erilaisia yhteisöllisyyden muotoja: reaaliaikaisia, kontekstisidonnaisia, formaaleja, palvelukeskeisiä, hajautuneita sekä keskittyneitä pitkäaikaisia yhteisöjä. Rajat eivät aina ole selkeitä, vaan esimerkiksi pitkäkestoiset yhteisöt voivat sulkea sisäänsä erilaisia lyhytkestoisia yhteisöjä. (Pönkä, Impiö & Vallivaara 2012, 27–28.)

2.3 Sosiaalinen verkosto ja sen tuki

Modernissa yhteiskunnassa sosiaalisilla suhteilla on merkittävä tehtävä yksilön selviytymisessä. Sosiaaliset verkostot voidaan nähdä yksilön voimavaroina ja sosiaalisena pääomana. Sosiaaliset verkostot voivat olla yksilökeskeisesti sukulaisten, tuttavien tai esimerkiksi työtovereiden muodostamia verkostoja tai kansalaisyhteiskunnan näkökulmasta esimerkiksi internetin, yhdistyksien tai erilaisten vapaamuotoisten ryhmien verkostoitumista. (Kankainen & Salminen i.a.)

Kankainen ja Salminen (i.a.) ovat määritelleet verkoston muodostumisen seuraavanlaisesti:

Se koostuu joukosta toimijoita eli solmuja (nodes), jotka yhdistyvät toisiinsa suhteiden (relations) kautta. Solmuja voivat olla esimerkiksi ihmiset, yritykset tai valtiot. Suhteet puolestaan voivat perustua esimerkiksi rooleihin (ystävä, sukulainen, yhtiökumppani), vuorovaikutukseen (keskustelu ja riidat), yhteenkuuluvuuteen (jäsenyys samassa yhdistyksessä)

tai vaikkapa aineellisten voimavarojen vaihtoon (ostaminen).” (Kankainen & Salminen i.a.)

Sosiaalinen verkosto mahdollistaa ryhmänä toimimisen, mutta tällöin ihmisjoukolla ei ole varsinaista yhteistä tavoitetta. Ihmisten muuttaessa vieraaseen paikkaan he saattavat olla kaukana tutuista ihmisistä, ja sosiaalinen verkosto voi muuttua pienemmäksi tai hävitä kokonaan. (Jauhiainen & Eskola 1994, 59–60.)

Yleensä ihminen kuuluu samanaikaisesti useaan verkostoon. Verkostoja voivat muodostaa muun muassa sukulaiset, ystävät, samassa elämäntilanteessa olevat henkilöt, työ tai etninen tausta. (Jauhiainen & Eskola 1994, 60.)

Useimmiten äidin sosiaaliseen tukiverkostoon kuuluvat puoliso tai lapsen isä, isovanhemmat, sisarukset sekä ystävät (Haapio, Koski, Koski & Paavilainen 2009, 174). Sosiaaliset suhteet muuttuvat äidin jäädessä äitiysvapaalle. Äidin kiinnostuksen kohteita tällöin ovat raskauteen, synnytykseen ja vauva-aikaan liittyvät asiat, minkä vuoksi on tärkeää löytää samassa elämäntilanteessa olevia ihmisiä. Esikoistaan odottaville suunnattu perhevalmennus voi olla tärkeä kanava uusien sosiaalisten suhteiden löytymiselle. (Pietilä-Hella 2009, 105.) Pietilä-Hellan (2009, 106) mukaan väsymyksen lisäksi pienten lasten äidit kokevat herkästi olevansa.

Ihannetilanteessa äitien sosiaalinen verkosto koostuu läheisten, ammattitahojen ja yhteiskunnan muodostamasta verkostosta. Silloin äidillä ja lapsella olisi rikas ja vaihteleva sosiaalinen elämä. Ihannetilanteessa äidillä olisi myös mahdollisuus tukeen ja lepoon. Samaan ihanteeseen Rotkirch ja Saloheimo (2008, 84–85) lukevat äidin lähellä olevat muut lapsiperheet, ymmärtävän ja riittävästi tukea antavan puolison sekä sukulaiset. Isovanhempien tukea pidetään usein tärkeänä apuna lapsen kasvatuksessa ja hoidossa. Nykypäivänä isovanhemmat ovat kuitenkin kiireisempiä kuin aiemmin. Vaikka he olisivat jo eläkkeellä, kalenteri saattaa silti täytyä erilaisista kokouksista ja harrastuksista. (Kyrölämpi-Kylmänen 2010, 44–45.)

Sosiaalisen verkoston, erityisesti lähiverkoston, puuttuminen nähdään usein lapsiperheiden ongelmana. Kunnat, yhdistykset ja seurakunnat ovat yrittäneet puuttua ongelmaan

perustamalla esimerkiksi perhekahviloita ja vanhempi-lapsikerhoja. (Kyrölampi-Kylmänen 2010, 44.)

2.4 Äidit sosiaalisessa mediassa

Äidit ovat löytäneet tiensä verkon keskustelupalstoille. Vilkkaan muuttoliikkeen vuoksi lapsiperheiden fyysiset verkostot saattavat jäädä kauas. Kaikki eivät tunne samassa elämäntilanteessa olevia ihmisiä, minkä vuoksi on luontevaa etsiä samassa elämäntilanteessa olevia ihmisiä verkosta. Kyselijän on otettava kuitenkin itse vastuu vastausten luotettavuudesta, sillä ne eivät välttämättä ole todenmukaisia vaan ihmisten mielipiteisiin pohjautuvia. (Sinkkonen 2003, 296–297.) Äidit perustavat verkkoon niin kutsuttuja oma-apuryhmiä, joissa voivat jakaa tietoa ja kokemuksia esimerkiksi raskauteen, imeytykseen tai lapsen kehitykseen liittyen. Oma-apuryhmille tyypillistä on, että ryhmällä ei ole ammatillista johtajaa, vaan se toimii tasa-arvoisesti. Äideille tärkeää on, että voi olla yhteyksissä muihin ryhmäläisiin itselleen sopivaan aikaan. Lähes aina vastauksen mieltä askarruttaviin asioihin saa saman tien tai vähintään saman päivän aikana. (Munnukka ym. 2005, 249.)

Munnukan ym. (2005) mukaan pienten lasten äidit käyttävät verkkoyhteyksiä sujuvasti (Munnukka ym. 2005, 236–237). Munnukan ym. tekemän tutkimuksen mukaan internetiä käyttävät eniten yhden tai kahden lapsen äidit. Lähes kaikkien lapset olivat alle 2-vuotiaita. Valtaosa heistä oli naimisissa. Yli puolet oli kotiäiteinä, äitiyslomalla tai hoitovapaalla, ja lähes kaikkien äitien miehet olivat työelämässä. (Munnukka ym. 2005, 240–242.)

Tunteiden jakaminen verkossa on helppoa ja luonnollista. Yleisimmät aiheet liittyvät muun muassa imeytykseen, raskauteen, synnytykseen, parisuhteeseen, seksiin sekä vanhemmuuteen. Päivittäiseen elämään kuuluvat ilot, surut sekä käytännön asiat jaetaan myös verkossa. Siellä vaihtuu myös tavara ja äidinmaito. Oma jaksaminen on tärkeä keskustelun aihe, kuten myös ruoka ja talous. Verkossa keskustelevat äidit eivät tyydy ainoastaan kirjoittelemaan keskenään, vaan järjestävät myös tapaamisia kasvotusten.

Myönteisyys ja toisten ihmisten arvostus ovat tärkeitä asioita. Dialogi vertaisen kanssa on tärkeää. Äidit hakevat hyväksyntää ja haluavat tulla ymmärretyksi keskustellessaan samanhenkisten ihmisten kanssa. (Munnukka ym. 2005, 242-250.)

2.5 Vertaistuki

”Vertaistuella tarkoitetaan joko vapaamuotoisesti tai organisoidusti järjestäytyntä keskinäistä tukea ja apua” (Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä & Viramo 2007, 166). Ihmisten tarve jakaa kokemuksia ja saada tietoa samankaltaisissa elämäntilanteissa olevilta ihmisiltä on saanut aikaan sen, että vertaisryhmien ja -verkostojen määrä on viimeisten vuosikymmenien kuluessa lisääntynyt. Vertaistuen yleisyys näkyy myös erilaisissa medioissa kuten televisiossa, lehdissä ja verkossa. (Nylund 2005, 195.)

Erilaista vertaistoimintaa on ollut jo kauan, mutta ensimmäinen tunnettu vertaistukiryhmä on Bill Wilsonin ja Bob Smithin perustama ”Alcoholics Anonymous”. Ryhmä perustettiin muutama vuosi heidän ensitapaamisensa jälkeen, joka oli vuonna 1935. Suomessa ensimmäiset AA-ryhmät, eli anonyymit alkoholistit, tulivat 1940-luvun alkupuolella. Vertaistoiminta käsitteenä tuli Suomeen kuitenkin vasta 1990-luvun puolivälissä (Laimio & Karnell 2010, 9-11).

Vertaistukiryhmiä syntyy monin tavoin. Ryhmä voi olla ammattihenkilön perustama, jolloin ammattihenkilö toimii ryhmän ohjaajana. Tällöin hänellä ei välttämättä ole kokemuksellista vaan ammatillista tietoa. Vertaistukiryhmä voi käynnistyä myös kansalaisen oma-aloitteisuuden myötä, jolloin kokemustieto on usein vahvempaa kuin ammatillinen tieto. Laimion ja Karnellin (2010) mukaan vertaistukiryhmät ovat usein ongelmanratkaisu- tai yhdessäolo- ja aktiviteettiryhmiä. Ongelmanratkaisuryhmissä käsitellään menetyskokemuksia tai ratkotaan kaikille ajankohtaista ongelmallista elämäntilannetta. Jälkimmäisissä ryhmissä saattaa syntyä uusia yhteyksiä ja eristäytyminen voi vähentyä. (Laimio & Karnell 2010, 16.)

Vertaistukea voi antaa ja saada monella tavalla, missä vain. Vertaistukitoiminta on vapaaehtoista ja siihen osallistuvat ovat yleensä sekä tukijoina että tuettavina. Vertaistuen tavoitteena on löytää arkipäivää helpottavia tekijöitä. Se ei ole terapiaa, vaan sellaista oma-aputoimintaa, johon voi kuulua terapeuttisia piirteitä. (Lepolahti & Lönnqvist 2005, 4.) Toisinaan vertaiskeskustelut voivat tapahtua täysin suunnittelematta, esimerkiksi puistossa toisen ihmisen kanssa keskustellessa. Vertaistukea voi saada esimerkiksi kahden henkilön keskinäisessä keskustelussa, isommassa ryhmässä tai verkossa. Vertaisryhmille tyypillistä on, että siellä keskustellaan myös muusta kuin varsinaisesti aiheeseen liittyvästä. Toiset voivat löytää vertaistukiryhmästä myös ystävän. Vertaistukiryhmiä on eri tavoin toimivia, ja jokainen voi löytää itselleen sopivimman ryhmän. (Nylund 2005, 203–204.)

Vertaistukiryhmässä erityisen tärkeää on tasa-arvoisuus, joka syntyy keskinäisestä vastavuoroisesta auttamisesta. Jokaisella on oikeus tulla kuulluksi ja näin ollen kokea tulensa ymmärretyksi. Vertaistukitoiminta perustuu vapaaehtoisuuteen ja on lähes poikkeuksetta maksutonta. (Laimio & Karnell 2010, 19.)

Vertaistukiryhmät ovat tyypillisesti surua, sairautta tai menetystä koskevia, mutta on myös esimerkiksi vanhemmuuden tukemiseen tähtäviä ryhmiä. Tämänkaltaisille ryhmille on tärkeää ilo ja yhdessäolo vertaisuuden rinnalla. Ryhmän toiminnan ja vertaistuen toteutumisen kannalta on hyvä, että ryhmät eivät kasva valtavan suuriksi ja että jokainen voi olla vuorovaikutuksessa ryhmän toisten jäsenten kanssa henkilökohtaisesti. (Jyrkämä 2010, 25–26.)

Vertaistukiryhmän voi perustaa kuka vaan. Sitä voi ohjata ammattihenkilö tai yksi ryhmän jäsenistä, joka toimii samalla ryhmässä vertaisena. Usein ohjaaja on kuitenkin osallistunut ohjaamiseen tähtäävään koulutukseen. Ryhmän käynnistäjän ja ohjaajan ei tarvitse olla sama henkilö. Kun suunnitellaan vertaisryhmän perustamista, on pohdittava seuraavia asioita: kuka ryhmän perustaa ja kenelle se on tarkoitettu, miksi se perustetaan, kuka ryhmää ohjaa, missä ryhmä kokoontuu ja mitä se sisältää. (Jyrkämä 2010, 28–30.)

Kirkon diakoniatyö toteuttaa ryhmämuotoista diakoniaa erilaisten vertaisryhmien muodossa, kuten erilaiset tukiryhmät vanhuksille, vammaisille, mielenterveysongelmallisille

tai riippuvuuksista kärsiville. Myös diakoniapiirit, erityisryhmien kirkkopyhät, perhe-, kriisi- ja sururyhmät sekä erilaiset retket ja leirit ovat diakoniatyössä merkityksellisiä. (Suomen evankelis-luterilaisen kirkon keskushallinto i.a.)

Vertaistukiryhmässä on viisi eri vaihetta: käynnistäminen, alkava ryhmä, tutustuva ryhmä, yhdessä toimiva ryhmä sekä toiminnan arviointi ja lopettava ryhmä. Ryhmän suunnittelu lähtee liikkeelle ryhmän tarpeellisuuden tiedosta tai kokemuksesta. Sen jälkeen etsitään ja valitaan yhteistyökumppanit ja tavoitellaan kohderyhmää. Kun kohde-ryhmä on tavoitettu, rohkaistaan ihmisiä osallistumaan ryhmään ja ryhmätoiminta voi alkaa. Usein jos ryhmän käynnistäjä ei ole ammattilainen, keskustelut ryhmässä perustuvat enemmän kokemustietoon. Ammattihenkilön ohjaamassa ryhmässä kokemustiedon lisäksi käsitellään myös ammattitietoa sekä -kieltä. (Jyrkämä 2010, 28–34.)

Alkavan ryhmän vaiheessa ryhmäläiset tulevat paikalle. Ensimmäisinä kertoina voidaan kokea erilaisia tunteita, kuten hämmennystä ja uteliaisuutta uutta kohtaan. Ryhmäläisiä jännittää usein, mitä muut heistä ajattelevat ja sopivatko he ryhmään. Tutustumisvaihe alkaa heti ensimmäisen kokoontumiskerran jälkeen. Tutustumisvaiheen aikana luodaan keskinäistä luottamusta sekä avoimuutta. Sen pituus riippuu kokoontumiskertojen tiheydestä ja ryhmän koosta. Muutaman kokoontumiskerran jälkeen voidaan yhdessä ryhmäläisten kanssa miettiä ryhmän tavoitetta ja yhteisiä sääntöjä sekä sitä, mitä ryhmässä tehdään ja miten tavoitteisiin päästään. Ryhmän tutustuttua tarpeeksi, ryhmässä vallitsee avoin ja lämmin tunnelma. Ryhmän sisällä saattaa syntyä erilaisia kaveruus- ja tuttuussuhteita. Yhdessä toimivan ryhmän vaiheessa on jo havaittavissa erilaisia rooleja, joita ihmisellä voi olla useita. Ryhmän aloittaessa harvemmin päätetään ryhmän lopettamisen ajankohdasta. On kuitenkin hyvä aika ajoin arvioida ryhmä toimintaa. Mikäli ryhmän lopettaminen tulee ajankohtaiseksi, lopettaminen tehdään niin, että ajankohta sovitaan yhdessä ja ryhmäläisille jää siitä hyvä kokemus. (Jyrkämä 2010, 39-48.)

Ryhmä voi olla avoin tai suljettu. Avoimeen ryhmään voi tulla lisää jäseniä milloin tahansa, kun taas suljettu ryhmä toimii samalla kokoonpanolla alusta loppuun saakka. Mikäli halutaan ryhmän kokoonpanon pysyvän lähes muuttumattomana, voidaan ryhmään ottaa tietyn väliajoin lisää jäseniä, jolloin annetaan mahdollisuus muillekin vastaavaa vertaistukea tarvitseville päästä ryhmään. (Jyrkämä 2010, 34.)

Toisille ihmisille vertaistukiryhmään meneminen voi olla vaikeaa muun muassa siksi, että välttämättä ei tiedetä tarkkaan ryhmän toiminnasta ja sisällöstä. Ryhmään menemistä on helpotettu järjestämällä avoimia vertaistapahtumia tai – iltoja, joihin voi mennä tutustumaan ja päättää vasta sen jälkeen, haluaako ryhmään. (Jyrkämä 2010, 35.) Ryhmän toiminta perustuu vuorovaikutukseen. Vuorovaikutusta on sekä sanallista että sanatonta. (Holm 2010, 52.)

Verkossa toimii laidasta laitaan erilaisia vertaisryhmiä. Jokainen vertaistukea kaipaava löytää itselleen varmasti sopivan ryhmän tai sellaisen voi myös helposti perustaa itse. Verkossa toimivien vertaisryhmien kasvu on 2000-luvulla ollut nopeaa. Vertaisryhmiä on ollut verkossa 1980-luvulta lähtien. Aluksi ne koostuivat erilaisista keskustelufoorumeista sekä sähköpostin avulla toimivasta vertaistuesta. Sittenmin tulivat erilaiset Chat-keskustelut. Verkon vertaisryhmien etuina pidetään joustavaa ”kokoontumisai-kaa”. Ryhmät eivät kokoonnu säännöllisesti, vaan jokainen voi itselleen sopivimpana ajankohtana osallistua ryhmän keskusteluun. (Nylund 2005, 201.)

Verkossa ollessaan jokainen voi valita haluaako esiintyä kasvottomana ja nimettömänä vai julkisesti. Julkisesti esiintyvät hakevat ystäviä ja isoa sosiaalista tukiverkostoa useammin kuin kasvottomina ja nimettöminä esiintyvät. (Nylund 2005, 207.)

2.6 Kirkko ja diakonia sosiaalisessa mediassa

Kirkon diakonia on todistus Jumalan rakkaudesta ja edistää lähimmäisenrakkautta. Kirkon strategian mukaan diakoniassa kiinnitetään erityisesti huomiota lasten ja perheiden hyvinvointiin. Diakonian tavoitteena on parantaa ja eheyttää ihmistä sekä yksilönä että yhteisön jäsenenä ja auttaa häntä selviytymään vaikeuksien keskellä. Vuoden 2015 Meidän kirkko -strategiasta käy ilmi, että diakoniatyön tavoitteena on vahvistaa vertaisryhmiä ja edistää niiden huolenpitoa ryhmän jäsenistä. (Suomen evankelis-luterilaisen kirkon keskushallinto 2007, 40.)

”Menkää kaikkialle maailmaan ja julistakaa evankeliumi kaikille luoduille” (Mark. 16:15). Tätä Jeesuksen kehotusta kirkko on noudattanut olemalla vahvasti mukana sosi-

aalisessa mediassa. Kirkko tavoittaa sosiaalisessa mediassa suuren joukon ihmisiä, mutta mahdollistaa myös henkilökohtaisen kontaktin yhden ihmisen kanssa. Sosiaalisessa mediassa kirkko tavoittaa niin ihmisiä, jotka eivät käy kirkon tilaisuuksissa, kuin heitä, jotka ovat aktiivisesti mukana seurakunnan toiminnassa. Myös kontakti seurakuntaan voi löytyä sosiaalisen median kautta. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko i.a.)

Meidän kirkko verkossa on laatinut sosiaalisen median suuntaviivoja -ohjeistuksen. Suuntaviivat on jaettu neljään kategoriaan: ole avoin kohtaamisille, ole henkilökohtainen, ole asiantuntija sekä ole lojaali työyhteisölle. Kirkko käskee olemaan avoin kohtaamisille. Kirkon työntekijän tulee olla läsnä ja toimia vuorovaikutuksessa, olla tavoitettavissa ikään, sukupuoleen tai ihmisen erilaisuuteen katsomatta. Hyvät tavat ja sääntönmukaisuus ovat kirkon työntekijälle tärkeitä yhteisöllisyyden luomista ja tasapuolisuutta unohtamatta. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko i.a.)

Henkilökohtaisena oleminen tarkoittaa aitoa läsnäoloa ja kykyä olla empaattinen. Verkossa tulee olla oma itsensä, mutta yksityisyyden suojaaminen tulee muistaa. Työntekijän tulee seistä sanojensa takana, mutta olla valmis tarvittaessa myös muuttamaan mielipidettään. Asiantuntijana ollessa on luotettava itseensä. Kirkosta ja seurakunnasta välitetään oikeaa tietoa ja julkaistavia asioita mietitään etukäteen. Verkossa ei pysty hallitsemaan jaetun tiedon leviämistä, joten tulee olla hyvin tarkka julkaisujen ulkomuodosta ja sisällöstä. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko, i.a.)

Työyhteisön jäsenten kesken on hyvä keskustella, miten kukin käyttäytyy sosiaalisessa mediassa ja kuinka aktiivisesti sosiaalisessa mediassa toimitaan. Työhön liittyvä luottamuksellinen tieto ei kuulu sosiaaliseen mediaan. Esimiehen kanssa keskustelemalla ja sopimalla työntekijä löytää oman roolinsa sosiaalisessa mediassa. On myös kannattavaa sopia työyhteisön kanssa, kuka ottaa vastuun sosiaalisen median seuraamisesta ja siellä olemisesta. Toisinaan sosiaalinen media voi parantaa työyhteisön tiedonkulkua ja vahvistaa yhteishenkeä. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko i.a.)

3 ULVILAN SEURAKUNNAN AVOIN PÄIVÄKERHO, FRIITALAN RYHMÄ

Ulvilan kaupunki on Porin kupeessa, Kokemäenjoen varrella sijaitseva vanha, 422,56 m², kaupunki, joka on yhdessä Turun ja Porvoon kanssa maamme vanhimpia kaupunkeja. Ulvila on ollut jo keksiajalla tärkeä kauppapaikka hansakauppiaiden keskuudessa. Ulvilan arvokkain historiallinen nähtävyys on keskiajalta oleva kivikirkko. Kirkko on edelleen aktiivisessa käytössä. Ulvilassa on myös nähtävillä Liikistön muinaismuistoalueella olevat vanhemman kirkon rauniot. (Ulvilan kaupunki 2014a.) Ulvilan kaupungissa on noin 13 500 asukasta, joista suurin osa, noin 11 300 on Ulvilan seurakunnan jäseniä (Ulvilan kaupunki 2014b; Ulvilan seurakunta 2014). Alle 18-vuotiaiden seurakuntalaisten osuus on 2623, alle 50-vuotiaiden 6310 ja yli 50-vuotiaiden 5030 (Ulvilan seurakunta 2014).

Ulvilan seurakunta järjestää 0–5-vuotiaille lapsille sekä heidän vanhemmilleen tai heitä hoitaville aikuisille avointa päiväkerhotoimintaa. Kerhoja on viisi, ja niihin ovat tervetulleita kaikki kohderyhmään kuuluvat ilman ennakoilmoittautumista. Friitalan seurakuntakodilla kerho kokoontuu viikoittain puolentoista tunnin ajan. Kerhossa lapsi saa ikäistään seuraa ja aikuinen tapaa muita samassa elämäntilanteessa olevia. Kerho aloitetaan pienellä hartaushetkellä. Hartaushetki sisältää kertomuksen raamatusta ja yhteistä laulua. Pienen välipalan jälkeen on mahdollisuus vapaaseen leikkiin ja askarteluun. Kerhokerta päätetään pieneen satuhetkeen. (Ulvilan seurakunta i.a.)

4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN

Opinnäytetyön tarkoitus on luoda Facebook-ryhmä Friitalan avoimessa päiväkerhossa käyville pienten lasten vanhemmille. Tavoitteena on tuoda esille sosiaalisen median, erityisesti Facebookin, mahdollisuuksia vertaistuen muotona pienten lasten vanhemmille. Opinnäytetyö toteutettiin yhdessä Ulvilan seurakunnan lapsityön kanssa. Seurakunnan lapsityönohjaajan sekä lastenohjaajien kanssa tehtiin yhteistyötä sekä suunnitellu- että toteutusvaiheessa.

4.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallinen opinnäytetyö perustuu toimintaan. Se voi olla muun muassa ohjeistamista, opastamista, toiminnan järjestämistä tai järjeistämistä. Toiminnalliseen opinnäytetyöhön kuuluu aina tuote eli produkti. Produkti voi olla ohje, ohjeistus tai opas, esimerkiksi perehdyttämisopas. Se voi myös olla jokin tapahtuman toteutus, kuten messuosaston, konferenssin tai kansainvälisen kokouksen järjestäminen. Toiminnallisen opinnäytetyön tuotos voi olla muun muassa kirja, kansio, vihko, opas, portfolio, kotisivut, näyttely tai tapahtuma. (Vilka & Airaksinen 2003, 9.) Kriteereitä tuotteelle ovat tuotteen uusi muoto, sen käytettävyys kohderyhmässä ja käyttöympäristössä, asiasisällön sopivuus kohderyhmälle, tuotteen houkuttelevuus, informatiivisuus, selkeys ja johdonmukaisuus. Tuotteen kustantaa joko opiskelija itse tai toimeksiantaja. Työ laajuutta suunnitellessa tulee siis ottaa huomioon kustannuskysymys. (Vilka & Airaksinen 2003, 52–53.)

Toiminnallisen opinnäytetyön toinen osa on kirjallinen raportti, jossa käsitellään konkreettisen tuotoksen saavuttamiseksi käytettyjä keinoja. Raportin on täytettävä tutkimusviestinnän vaatimukset. Raportista tulee käydä ilmi mitä, miksi ja miten produkti on valmistettu, millainen työprosessi on ollut, minkälaisiin tuloksiin ja johtopäätöksiin on päästy sekä oma arviointi. Opinnäytetyön kirjallinen osuus kertoo lukijalle tekijän am-

matillisesta osaamisesta. Työstä riippuen raportissa voi olla tarpeen kertoa hyvinkin konkreettisesti työn etenemisestä ja prosessin eri vaiheista, kuten miten tietoa on haettu. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 51–65).

4.2 Lähtökohdat

Osallistuin Ulvilan seurakunnan päiväkerhojen vanhempainiltaan. Illan aiheena oli vanhemmuuden tukeminen. Eräs äiti toi esiin huolen oman tukiverkoston puuttumisesta. Tässä vaiheessa mietin kovasti omaa tulevaa opinnäytetyötäni. Tilaisuuden jälkeen menin Ulvilan seurakunnan lapsityönohjaajan kanssa keskustelemaan mahdollisesta opinnäytetyön aiheesta. Hän oli mielissään siitä mahdollisuudesta, että voisin tehdä opinnäytetyöni heille. Sovimme tapaamisesta, johon mennessä tahoillamme voisimme miettiä mahdollisia aiheita.

Ulvilan seurakunnan puolesta sain ehdotuksen, että voisin perustaa Facebook-ryhmän, joka olisi tarkoitettu Friitalan avoimessa kerhossa käyville vanhemmille sekä isovanhemmille. Ulvilan Harjunpäässä toimivan kerhon aikuiset ovat oma-aloitteisesti perustaneet vastaavanlaisen ryhmän. Ryhmä toimii opinnäytetyön tekemisen aikaan aktiivisena äitiryhmänä.

4.3 Tarkoitus ja tavoitteet

Opinnäytetyön tarkoitus on luoda Facebook-ryhmä Friitalan avoimessa päiväkerhossa käyville pienten lasten vanhemmille. Tavoitteena on tuoda esille sosiaalisen median, erityisesti Facebookin, mahdollisuuksia vertaistuen muotona pienten lasten vanhemmille.

Ulvilan seurakunnan lapsityönohjaajan mukaan Ulvilassa asuu perheitä, jotka ovat vaila tukiverkostoa ja näin ollen jääneet sosiaalisen verkoston ulkopuolelle. Seurakunnaan

tietoon on tullut, että uuden ihmisen voi olla vaikea päästä valmiiseen ryhmään. Facebook-ryhmän olemassa oleminen kerhossa käyville vanhemmille antaa mahdollisuuden tutustua tasavertaisessa ympäristössä muihin aikuisiin. Lisäksi vanhemmat saavat nimen. Kerhossa usein puhutaan vanhemmista erimerkiksi ”Maijan äitinä” tai ”Matin vaa-rina”. Aikuiset lakkaavat ikään kuin olemasta omia persooniaan muuttuen persoonatto-miksi.

4.4 Facebook-ryhmän perustaminen

Ryhmäksi määritelty ihmisryhmä ei ole ryhmä ainoastaan silloin, kun sen jäsenet ovat kokoontuneet samaan paikkaan. Jotta ihmiskertymää voidaan kutsua ryhmäksi, on hei-dän välilleen synnyttävä vuorovaikusta. (Laine, Ruishalme, Salervo, Siven & Välimäki 2009, 59.) Ryhmässä jäsenillä on yhteinen tavoite, josta tulisi yhdessä sopia ja tehdä suunnitelma, miten tavoitteeseen tullaan pääsemään. Tavoitteeseen pääsemisen suunnit-telua helpottaa, kun mietitään miksi ryhmä alun perin on perustettu. (Laine ym. 2009, 61.)

Facebookissa ryhmän perustaminen on helppoa. Kuka tahansa voi perustaa ryhmän ja ryhmään voi kutsua muita Facebookin käyttäjiä. Ryhmään liittyminen käy yhdellä klik-kauksella. Mielenpitojen ja tuen antaminen on helpon liittymisen vuoksi vaivatonta. (Aalto & Uusisaari 2009, 93.)

Opinnäytetyöhön liittyen perustin Friitalan avoimessa päiväkerhossa käyville aikuisille suunnatun Facebook-ryhmän. Ryhmän nimesin kuvaavasti: Friitalan avoin kerho. Ryh-män nimestä käy ilmi, keille ryhmä on tarkoitettu.

Lähtökohta Facebook-ryhmän perustamiselle oli hyvä: oli olemassa valmis, säännöllis-esti kokoontuva ryhmä, joka koostui eri-ikäisistä äideistä, isistä sekä isovanhemmista lapsineen ja lapsenlapsineen. Liityin itse ryhmään ohjaajan roolissa, kun kerhokertoja oli takana jo seitsemän. Esittelin opinnäytetyöni aiheen kerhon aikuisille ensimmäisellä kerralla. Sain sellaisen kuvan, että ideaani uuden Facebook-ryhmän perustamisesta pi-

dettiin hyvänä. Toisella kerhokerralla jaoin kerhoon osallistuville kirjallisen tiedotteen perustamastani ryhmästä. Seuraavilla seitsemällä kerralla muistutin ryhmän olemassaolosta ja kerroin miten ryhmään pääsee liittymään.

4.5 Facebook-ryhmän toimivuus

Facebook-ryhmä lähti hitaasti käyntiin. Ensimmäisen kahden viikon aikana ryhmään oli liittynyt lisäksi kaksi muuta kerho-ohjaajaa sekä yksi seurakunnan diakoniatyöntekijä. Kolmannella viikolla ryhmään liittyi kaksi äitiä, jotka kertoivat ryhmän olevan hankalasti löydettävissä. Laitoin linkin ryhmästä Ulvilan seurakunnan Facebook-sivulle helpottaakseni ryhmän löytämistä. Useista yrityksistä huolimatta ryhmään ei kuitenkaan liittynyt uusia jäseniä.

Ryhmän toimivuus on ollut alusta asti heikkoa. Kaksi ryhmään liittynyttä äitiä pystyvät vaihtamaan kuulumisiaan viikoittaisen kerhon lisäksi keskenään Facebookin yksityisviestien välityksellä, joten he eivät ole keskustelleet julkisesti ryhmän seinällä. Koska ryhmään ei pyrkinyt liittymään uusia jäseniä, ryhmä ei lähtenyt toimimaan toivotulla tavalla.

4.6 Facebook-ryhmän arviointia

Facebook-ryhmän arviointia varten ryhmän kahdelle äidille sekä kahdelle kerho-ohjaajalle toimitettiin palautekyselylomakkeet (Liite1). Kyselyitä palautui kaksi, yksi ryhmän äidiltä ja yksi kerho-ohjaajalta. Facebook-ryhmän perustamista pidettiin hyvänä ajatuksena. Toisessa palautteessa asiaa perusteltiin seuraavanlaisesti:

Minusta ajatus oli hyvä, sillä usein kerhossa on ”Maijan äiti” tai ”Matin äiti”, mutta en edes tiedä näiden äitien nimiä. Yhteisessä fb-ryhmässä olisi ollut helppo tutustua lähemmin ja sitä kautta luoda ystävyys-suhteita muihin perheellisiin.

Toinen palautteenantaja oli pohtinut, että ryhmän kautta olisi voinut olla helpompi sopia esimerkiksi puistotapaamisia ja sitä kautta ystävystyä. Ystävystytyään voisi olla mahdollista jopa saada lastenhoitoapua vastavuoroin toisilta perheiltä.

Ryhmän markkinointi-ideoista kysyttäessä muutos- ja parannusehdotuksia ei tullut. Itse ajattelen, että ryhmän olisi voinut tehdä helpommin löydettäväksi ja aluksi jopa avoimeksi Facebookin ryhmäksi, jotta siihen liittyminen olisi voinut toisille olla helpompaa kun saa itse liittyä ilman erillistä liittymispyyntöä. Palautteessa kysyttiin myös ”Kuuluko Facebookissa muihin vastaaviin ryhmiin?”. Kysymyksellä halusin kartoittaa sitä, ovatko ryhmään liittyneet äidit aktiivisia liittymään erilaisiin ryhmiin vai kiinnostuivatko he erityisesti Friitalan avoimen kerhon ryhmästä. Vastauksen antanut äiti kertoi kuuluvansa toiseenkin ryhmään, joka ei myöskään toimi aktiivisesti verkostoitumistarkoituksessa, vaan lähinnä yleisen tiedottamisen saralla. Vastausta perusteltiin sillä, että ryhmä alkujaankin jäi hyvin pieneksi, koska ihmiset eivät lähteneet mukaan ryhmään. *”Ryhmä olisi ollut erittäin hyvä. Siellä olisi voinut sopia vaikka yhteisistä, isomman porukan, puistotreffeistä.”* Ryhmään olisi toivottu enemmän ihmisiä ja aktiivisia osallistujia, jotta se olisi lähtenyt toimimaan. Ryhmää olisi ollut mahdollista käyttää myös kerhon asioista tiedottamiseen, esimerkiksi ”tänään aloitetaan ulkona” tai ”muistakaa kerhokuvaus”. Toisessa palautteessa muistuteltiin siitä, että idea ryhmän toteuttamiselle lähti seurakuntalaisten pyynnöstä. Tällöin olisi ollut toivottavaa, että ihmiset olisivat lähteneet mukaan ryhmään.

Facebook-ryhmään liittyneiden vähäinen määrä yllätti. Oletin, että vanhemmat innostuvat mahdollisuudesta tutustua toisiinsa ja saada vertaistukea Facebookin välityksellä. Olen pohtinut, miksi Facebook-ryhmään liittyi vain kaksi henkilöä ja miksi liittyneet ovat nimenomaan äitejä. En usko, että syynä vähäiseen osallistujamäärään on ainakaan markkinoinnin heikkous, sillä muistuttelin jokaisella kerhokerralla ryhmän olemassaolosta ja jaoin kirjallisia muistutuksia.

Friitalan avoimessa kerhossa käyviä vanhempia ja isovanhempia oli kerrasta riippuen hieman yli kaksikymmentä, joista kaksi liittyi Facebook-ryhmään. Prosentuaalinen osuus on pieni, vaikka esiteltyäni opinnäyteprojektini ja perustamani ryhmän, se herätti mielenkiintoa ja kysymyksiä ryhmässä. Kaikille vanhemmille Facebook ei ole tuttu eivätkä he ole rekisteröityneet palvelun käyttäjiksi. Erityisesti iäkkäämmille ihmisille, ku-

ten kerhossa käyville isovanhemmille, Facebook oli vieras. He eivät siis liittyneet ryhmään mahdollisesti siitä syystä, koska eivät omaa taitoja käyttää Facebookia ja tietokoneen käyttö muutenkin saattaa olla vieraampaa. Isien osallistumattomuudelle täytyy hakea selitys jostain muualta, sillä he ovat sitä ikäluokkaa, joka on tottunut käyttämään tietokonetta, ja monet varmasti ovat tutustuneet myös Facebookiin. Isät saattavat ajatella vanhemmille tarkoitettujen vertaistukiryhmien olevan suunnattu enemmän äideille ja näin he vierastavat ajatusta liittyä ryhmään, joka todellisuudessa on suunnattu yhtä paljon äideille kuin isillekin.

Ahola ja Hedman (2013) olivat myös opinnäytetyöhönsä liittyen perustaneet aikaisemmin Facebook-ryhmän. Ryhmä oli tarkoitettu yksinhuoltajille. Ahola ja Hedman loivat Facebookiin uuden profiilin, joka toimi ikään kuin ryhmänä. Näin he saivat lähetettyä kaveripyynnöitä, aluksi kymmenelle henkilölle. Pian ryhmässä oli jo lähes viisikymmentä jäsentä, mukaan lukien muutama isä. Ryhmä toimi aktiivisena tiedotus- ja keskusteluryhmänä saattaen samassa elämäntilanteessa olevia yksinhuoltajavanhempia saamaan vertaistukea toisiltaan Internetin välityksellä. (Ahola & Hedman 2013, 42–43.) Opinnäytetyöstä ei käy ilmi, syntyikö ryhmän keskuudessa ystävyys-suhteita tai toimiko vertaistuki muuallakin kuin Facebookissa. Oma ryhmäni ei käynnistynyt ja toiminut toivotulla tavalla, mutta on ilo lukea toisten onnistumisesta ja huomata, että vastaavanlaisen ryhmän perustaminen on tuottanut jollekin vertaistukea kaipaavalle hyödyn.

5 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Opinnäytetyönä luotiin Facebook-ryhmä Friitalan avoimessa päiväkerhossa käyville pienten lasten vanhemmille. Saattaa olla mahdollista, että jotkut äidit arastelevat liittymistä sosiaalisen median vertaisryhmiin esimerkiksi leimautumisen pelossa. He saattavat pelätä tulevansa haukutuiksi tai hylätyiksi. Toimiessaan vertaistukiryhmässä ihmiset kunnioittavat toisiaan ja ovat tasa-arvoisia jäseniä, mutta aina ryhmät eivät toimi ihan teen mukaan. Etenkään ryhmät, joista puuttuu ohjaajan paikalta ammattihenkilö. Opinnäytetyötä tehdessäni tutustuin joihinkin verkkoyhteisöihin ja löysin myös suuren, äideistä koostuvan Facebook-yhteisön, jossa mielestäni ei ole tasa-arvoinen ja muita kunnioittava ilmapiiri. Yhteisö on erittäin aktiivinen ja vertaistukea ja apua erilaisiin asioihin, kuten äitiyteen, naiseuteen, oikeastaan mihin vaan, voi saada ympäri vuorokauden. Äidit joutuvat kuitenkin olemaan hyvin tarkkoja siitä, miten sanansa valitsevat ja miten asiansa esittävät. Joukossa on lähes aina äitejä, jotka vastaavat negatiiviseen sävyyn, vaikka kysyjä esittäisi asiansa hyvin hienotunteisesti. Tämän esimerkin halusin tuoda esille pohtiessani sitä, miksi perustamaani Facebook-ryhmään ei liittynyt kuin kaksi äitiä. Jotkut äidit ovat saattaneet tulla haavoitetuiksi tai hylätyiksi jossain toisessa ryhmässä esimerkiksi oman persoonallisuutensa vuoksi. Ja edelleen, vaikka puhutaan tasa-vertaisesta vanhemmuudesta, itselläni on käsitys, että äidit huolehtivat enemmän perheiden sosiaalisista suhteista ja isät tulevat ikään kuin perässä.

Näen sosiaalisen median mahdollisuutena. Facebook on maailmanlaajuinen palvelu ja mahdollistaa yhteydenpidon pienin kustannuksin kaukana asuviin sukulaisiin ja ystäviin. Kun yhteydenpito läheisiin ihmisiin on helppoa, yksinäisyyden tunne on helpompi jakaa ja se saadaan minimoitua.

Opinnäytetyöni aihe selkiytyi minulle vasta syksyllä 2013. Olin miettinyt aihetta opintojen alusta asti ja tiesin ainoastaan sen, että haluan tehdä työni lasten parissa. Saatuaani selville aiheen, aloin kerätä kasaan lähdemateriaalia. Aluksi lähteiden löytäminen tuntui vaikealta, mutta pian huomasin kirjoja ja Internet-lähteitä olevan jo yli tarpeen. Opinnäytetyön raportin valmiiksi saaminen tuntui ajoittain vaikealta. Erityisesti teoriaosuuden rajaaminen oli aluksi hankalaa, sillä vanhemmuuteen ja sosiaaliseen verkostoon liit-

tyvää kirjallisuutta on melko paljon. Myös vertaistukea voidaan tarkastella useasta eri näkökulmasta. Minun täytyi siis miettiä, mikä tieto on oleellista opinnäytetyössäni. Oikeastaan vasta aineistonkeruun jälkeen ja raporttia tehdessä teoriaosuus alkoi muotoutua.

Vertaistuki käsitteenä ei ollut minulle entuudestaan kovin tuttu, mutta opinnäytetyössäni pääsin tutustumaan vertaistuen eri muotoihin mielestäni hyvin. Omaa oppimistani ajatellen opinnäytetyön tekeminen on ollut antoisaa ja se on kehittänyt minua myös ammatillisesti. Uskon voivani hyödyntää opinnäytetyöprosessin aikana saamiini tietoja ja taitoja myös työssäni sairaanhoitajana. Erityisesti, mikäli tulen työskentelemään lasten ja perheiden parissa. Sairaanhoitaja-diakonissana työskennellessäni uskon kohtaavani vertaistukea tarvitsevia ihmisiä, jolloin osaan kertoa vertaistoiminnan hyödyistä ja ohjata vertaisryhmiin. Mikäli vertaistoimintaan mukaan lähteminen tuntuu vaikealta, voin kehottaa heitä myös liittymään internetin keskusteluryhmiin. Vertaistuen tarve on ilmeinen useissa asiakasryhmissä. Olisi kiinnostavaa, jos voisin työntekijänä olla mukana käynnistämässä vertaisryhmiä tai kehittämässä vertaistoimintaa entistä paremmaksi, sillä onhan yhdessä parempi olla kuin yksin.

Äitinä tiedän kuinka tärkeitä vertaistuki ja sosiaalisen verkoston tuki ovat. Vaikka omilta lähisukulaisilta saisi kullannarvoisia vinkkejä ja esimerkiksi lapsenhoitoapua, he eivät korvaa kuitenkaan samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten antamaa vertaistukea. Etenkin esikoisen synnyttyä kaikki on tuoreille vanhemmille niin uutta ja ihmeellistä, että asioista on hyvä pystyä puhumaan muidenkin kuin neuvolan henkilökunnan kanssa. Olen myös saanut, etenkin esikoista odottaessani ja hänen vauva-aikanaan, internetissä toimivista äitiryhmistä vertaistukea. Ajattelen, että erityislasten vanhemmille vertaistuki on entistä tärkeämpää. Erityislasten vanhemmille löytyy myös lukuisia vaihtoehtoja internetissä toimivista vertaistukiryhmistä, myös erilaisten järjestöjen ylläpitäminä.

Etsiessäni aineistoa opinnäytetyötäni varten huomasin, että sosiaalista mediaa käsittelevä materiaali on jo muutaman vuoden takaista. Aika menee nopeasti eteenpäin ja samalla sosiaalisen median maailma muuttuu ja kehittyy. Minusta tuntuu, että kirjallisuus tulee hieman perässä todellisuutta. Facebook vaikuttaisi edelleen olevan suosittu, mutta Facebookin jälkeen on syntynyt uusia, kuulopuheiden mukaan suosituiksi nousseita sosiaalisen median kanavia kuten Instagram, Twitter sekä WhatsApp.

Omassa nuoruudessaani monet kaveripiiriini kuuluvat laittoivat kuvia Irc-galleriaan ja kävivät kommentoimassa toistensa kuvia. Facebookin ja Irc-gallerian välillä on muun muassa se ero, että Facebookissa ollaan rekisteröityneenä omalla nimellä, kun taas Irc-galleriassa esiinnyttään nimimerkillä. Facebookista tekee mielestäni mukavamman käyttää se, ettei kuka tahansa pysty lukemaan julkaisujasi, vaan kaverit on hyväksyttävä ennen julkaisujen näkemistä, ja senkin jälkeen pystyy rajaamaan kuvien ja kirjoitusten näkijöitä.

Pidän sosiaalista mediaa ja Facebookia pääsääntöisesti hyvänä asiana. Omat kokemukseni ovat olleet lähinnä hyviä. Oikein käytettynä siitä voi olla paljon hyötyä. Olen sitä mieltä, että on hyvä osata käyttää Facebookia ja ymmärtää myös sen huonot puolet, jotta omien lasten kasvaessa pystyy ohjeistamaan heitä sen käytössä. On hyvä pysyä niin sanotusti ajan hermolla, koska jatkuvasti tulee uusia sosiaalisen median kanavia, eikä voi tietää, onko Facebook enää käytössä tai suosittu omien lasten kasvaessa sosiaalisen median käyttäjiksi. On hyvä, että Facebookissa on ikäraja, mutta valitettavasti se on helppo kiertää ja kirjautuminen Facebookiin on mahdollista myös lapsilta, jotka eivät ikärajaan vielä yllä. Facebookista on mahdollista löytää samanhenkisiä ihmisiä ja solmia ystävyysuhteita, unohtamatta tietenkään suhteen syventämistä muuallakin kuin virtuaalimaailmassa. Sosiaalinen ympäristö voi Facebookin käytön myötä kutistua, mikäli ei ole aikaa tai energiaa tavata ystäviä internetin lisäksi kasvotusten. Sosiaalisessa mediassa ja sen erilaisissa yhteisöissä voi joutua nettikiusaamisen ja -ahdistelun kohteeksi. Virtuaalimaailmassa voi tulla helpommin huijatuksi. Toiset ihmiset havaitsevat mahdollisuuden huijaukselle esimerkiksi tekemällä itselleen väärennetyn profiilin tai esiintymällä väärän ihmisen henkilöllisyydellä internetissä. Väärinymmärrysten mahdollisuus voi olla suurempi kirjoittaessa kuin kasvotusten kohdattaessa, sillä ilmeet ja eleet eivät ole tukemassa viestintää.

6 LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS

Opinnäytetyön tavoitteena oli tuoda esille sosiaalisen median, erityisesti Facebookin, mahdollisuuksia vertaistuen muotona pienten lasten vanhemmille. Friitalan avoimessa päiväkerhossa käyville vanhemmille perustettiin Facebook-ryhmä, mihin liittyi vain kaksi äitiä. En pidä opinnäytetyöni toiminnallista osuutta luotettavana vähäisen osallistujamäärän vuoksi. Motivaationi oli korkealla mainostaessani vanhemmille ryhmää, mutta he eivät innostuneet lähtemään ryhmään mukaan. Olisi mielenkiintoista kokeilla ryhmän uudelleenaktivointia, sillä kesän jälkeen avoimen päiväkerhon jäsenissä on jonkin verran tapahtunut muutosta. Toiset äidit ovat palanneet työelämään ja jättäneet kerhon ja vastaavasti ryhmään on tullut uusia jäseniä.

Pidän tärkeänä sosiaalisessa mediassa toimimisessa sitä, että kiinnitetään huomio eettisyyteen. Facebookissa julkaistu teksti voi levitä nopeasti ja pysyä julkisena pitkään. Julkaistessa Facebookissa mitä tahansa tulee pohtia tarkkaan, onko asia sellainen, jonka haluaisi julkaista kenelle tahansa. Vertaisryhmää perustaessani mietin, mitä haittaa Facebookissa olevasta ryhmästä voisi olla sen käyttäjille. Mikäli ryhmä olisi lähtenyt toimimaan, jotkut käyttäjät olisivat mahdollisesti voineet julkaista ryhmässä jotain arkaluonteista tai sopimatonta. Ryhmän perustajana sekä ylläpitäjänä minun olisi siinä vaiheessa ollut syytä miettiä, minkälaisia julkaisuja ryhmän sivulla sallitaan.

Ryhmää perustaessani ei ollut tarkoitus, että osallistun ryhmän keskusteluihin tai toimintaan. Mikäli olisin ollut aktiivisena mukana ryhmässä, olisi voinut olla hankalaa rajata aikaa, jonka käytän ryhmään, sillä Internet on helposti saatavilla lähes jatkuvasti. Ryhmän eettisyydestä kertoo se, että ryhmään liittyminen oli kaikille kerhossa käyville täysin vapaaehtoista.

Facebook-ryhmän perustamisen tavoitteena oli mahdollistaa Friitalan avoimessa päiväkerhossa käyville äideille vertaistukea. Vertaistuen tarve tulee ilmi myös Korven (2014, 36) tekemässä tutkimuksessa, jossa hän selvitti pienten lasten äitien vertaistoiminnan merkitystä perhekahvilassa ja äitiryhmissä. Tutkimuksen mukaan äidit pitivät tärkeinä samaansa vertaistukea muilta samassa elämäntilanteessa olleilta äideiltä. On hienoa,

että perheille järjestetään toimintaa, joka mahdollistaa vertaistuen saamisen ja jakamisen.

LÄHTEET

- Aalto, Tuija & Uusisaari, Marylka Yoe 2009. Nettilämää. Sosiaalisen median maailmat. BTJ Finland Oy.
- Ahola, Taina & Hedman, Ramona 2013. Yksinhuoltajaperheiden sosiaalisen verkostoitumisen tukeminen. Vertaisryhmät Matinkylässä ja Facebookissa. Opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Helsinki.
- Haapio, Sari; Koski, Kirsti; Koski, Pirjo & Paavilainen, Riitta 2009. Perhevalmennus. Helsinki: Edita.
- Haasio, Ari 2011. Mitä iloa internetistä? Hyödy verkkopalveluista, sukella sosiaaliseen mediaan. Helsinki: Avain. 123–134.
- Hintikka, Kari i.a. Sosiaalinen media. Viitattu 31.8.2014.
<http://kans.jyu.fi/sanasto/sanat-kansio/sosiaalinen-media>.
- Holm, Jaana 2010. Ihmisen kohtaaminen ja arvostava vuorovaikutus. Teoksessa Tanja Laatikainen (toim.). Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelusäätiö ASPA. 51–59.
- Jauhiainen, Riitta & Eskola, Marjatta 1994. Ryhmäiloa. Perustietoa ryhmän käytöstä ja ryhmätyöstä sosiaalityöhön sovellettuna. Juva: WSOY.
- Jyrkämä, Oili 2010. Vertaistukiryhmä käyntiin! Teoksessa Tanja Laatikainen (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. SOLVER palvelut Oy. 25–50.
- Järvinen, Ritva; Lankinen, Aila; Taajamo, Terhi; Veistilä, Minna & Virolainen, Arja 2007. Perheen parhaaksi. Perhetyön arkea. Helsinki: Edita.
- Kalliala, Eija & Toikkanen, Tarmo (toim.) 2009. Sosiaalinen media opetuksessa. Helsinki: Oy Finn Lectu-ra.
- Kankainen, Tomi & Salminen, Veli-Matti i.a. Sosiaaliset verkostot. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 31.8.2014. <http://kans.jyu.fi/sanasto/sanat-kansio/sosiaaliset-verkostot>.
- Kohvakka, Rauli 3.6.2013. Yhteisöpalvelut istuvat suomalaiseen sosiaalisuuteen. Tilastokeskus. Viitattu 20.8.2014. http://www.stat.fi/artikkelit/2013/art_2013-0603_001.html?s=0.
- Korpi, Reetta 2014. Parempi yhdessä kuin yksin. Pienten lasten äitien kokemuksia vertaistuesta. Opinnäytetyö. Seinäjoen ammattikorkeakoulu.
- Kyrölämpi-Kylmänen, Taina 2010. Lapsen hyvä arki. Helsinki: Kirjapaja.

- Laimio, Anne & Karnel, Sonja 2010. Vertaistoiminta. Kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa Laatikainen, Tanja (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. Asu-
mispalvelusäätiö ASPA. 9-19.
- Laine, Anne; Ruishalme, Outi; Salervo, Pirjo; Siven, Tuula & Välimäki, Päivi 2009. Opi ja ohjaa sosiaali- ja terveysalalla. 8. uudistettu painos. Helsinki:
WSOY.
- Lepolahti, Riikka-Maria & Lönnqvist, Anna 2005. Vertaistuki lapsiperheen terveyden
edistäjänä. Opinnäytetyö. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia.
- Munnukka, Terttu; Kiikkala, Irma & Valkama, Katri 2005. Vertaiset verkossa. Net-
tiäidit virtuaalihiliekkaatilla. Teoksessa: Marianne Nylund & Anne Bir-
gitta Yeung (toim.) Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampe-
re: Vastapaino. 236–273.
- Mykkänen-Hänninen, Riitta & Kääriäinen, Aino 2009. Vertaisuus ja vertaistuki eroaut-
tamisessa. Lastensuojelun keskusliitto.
- Nylund, Marianne 2005. Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa:
Marianne Nylund & Anne Birgitta Yeung (toim.) Vapaaehtoistoiminta.
Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino. 195–213.
- Pietilä-Hella, Riitta 2010. Perhevalmennus äitien kohtaamispaikkana. Teoksessa Terhi
Laine, Susanna Hyväri & Päivi Vuokila-Oikkonen (toim.) Syrjäytymistä
vataan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi. 99–110.
- Pönkä, Harto; Impiö, Niina & Vallivaara, Venla (toim.) 2012. Sosiaalisen median ope-
tuskäyttö. Oppimisen teoriaa ja kokemuksia DevelOPE-hankkeesta. Oulun
yliopisto. Viitattu 20.8.2014.
<http://herkules.oulu.fi/isbn9789514298233/isbn9789514298233.pdf>.
- Raamattu. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon vuonna 1992 käyttöön ottama suomen-
nos. Helsinki: Kirjapaja.
- Rotkirch, Anna & Saloheimo, Anja 2008. Yksin kotona? Teoksessa Kristiina Janhunen,
& Minna Oulasmaa (toim.) Äidin kielletyt tunteet. Väestöliitto: Nykypai-
no Oy. 72-85.
- Sinkkonen, Jari 2003. Vanhemmuuden vaikea pesti. Teoksessa Jari Sinkkonen (toim.)
Pesästä Lentoon. Kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle. Helsinki: WSOY.
291–297.
- Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Somen suuntaviivoja i.a. Viitattu 19.8.2014.
<http://some.kirkonsuuntaviivat.fi/>

- Suomen evankelis-luterilaisen kirkon keskushallinto 2007. Meidän kirkko. Osallisuuden yhteisö. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon strategiaa vuoteen 2015 laatineen työryhmän mietintö. Helsinki: Yliopistopaino. Viitattu 13.10.2014.
[http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/9297F603C875C1C8C225770A002E3448/\\$FILE/kirkon_strategia_2015_mietinto.pdf](http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/9297F603C875C1C8C225770A002E3448/$FILE/kirkon_strategia_2015_mietinto.pdf).
- Suomen evankelis-luterilaisen kirkon keskushallinto i.a. Miten diakonia toteutuu? Viitattu 13.10.2014.
<http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp?open&cid=Content3AFE4B>.
- Ulvilan kaupunki 2014a. Ulvila pähkinänkuoressa. Viitattu 22.10.2014.
<http://www.ulvila.fi/ulvila.asp?lang=fi&menu={1AD925E4-100E-4122-9C158358EE7EE0CD}&url=talous/ulvilapahkinankuoressa.xml>.
- Ulvilan kaupunki 2014b. 886 Ulvila. Viitattu 24.10.2014.
<http://www.ulvila.fi/ulvila.asp?menu={E4D4866C-2249-4173-B8EA-EC3F744D8F00}&url=talous/kuntakortti.xml>.
- Ulvilan seurakunta i.a. Avoin päiväkerho. Viitattu 31.8.2014.
<http://ulvilanseurakunta.fi/index.php/2013-01-04-05-09-57/avoin-paivakerho>.
- Ulvilan seurakunta 2014. Ulvilan seurakunnan jäsenmäärä ja ikäjakauma v. 2014.
- Vilka, Hanna & Airaksinen, Tiina 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

LIITE1

Palautekysely Friitalan avoin kerho –Facebook-ryhmään liittyneille

1. Mitä ajatuksia sinussa heräsi, kun kuult Facebookiin perustetusta Friitalan avoin kerho -ryhmästä?
2. Olisiko mielestäsi ryhmää voinut markkinoida toisella tavalla? Miten?
3. Kuulutko Facebookissa muihin vastaaviin ryhmiin?
4. Miten kuvaisit Facebook-ryhmän antia?
5. Mitä olisit toivonut facebook-ryhmältä?
6. Muita terveisiä opinnäytetyön tekijälle.

Suuri kiitos osallistumisestasi opinnäyteprojektiini!