



# Sosiaalinen media lapsen ja vanhemman vuorovaikutussuhteessa- vanhemmuuden ihanteet ja paineet somessa

Marianna Polo

Emma Ståhl

OPINNÄYTETYÖ  
Joulukuu 2021

Sosionomin tutkinto-ohjelma

## TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu  
Sosionomin tutkinto-ohjelma

POLO, MARIANNA & STÅHL, EMMA:  
Sosiaalinen media lapsen ja vanhemman vuorovaikutussuhteessa

Opinnäytetyö 52 sivua, joista liitteitä 2 sivua  
Joulukuu 2021

---

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa tutkimuksen avulla tietoa sosiaalisen median näyttäytymisestä lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutussuhteessa vanhempien kokemana. Tutkimuksen tavoitteena oli saada kuvaa somen luomista vanhemmuuden ihanteista ja paineista sekä siitä, millaisena vanhemmat ne kokevat. Lisäksi tavoitteena oli lisätä tietoa aiheesta sosiaali- ja terveysalan työntekijöille, nykyisille ja tuleville vanhemmille sekä työelämätahoille.

Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisella eli laadullisella tutkimusotteella. Opinnäytetyön tutkimuksellisen osion toteutimme yhteistyössä kahden Pirkanmaalla sijaitsevan kaupungin kanssa. Aineisto kerättiin teemahaastatteluilla, jotka toteutettiin yksilöhaastatteluina. Haastattelut tapahtuivat sekä kasvokkain että etänä. Haastateltavia oli yhdeksän, jotka kaikki olivat sattumalta äitejä. Haastateltavat olivat asiantuntijoita ja aktiivisia osapuolia ja loivat näin merkityksiä opinnäytetyössä. Aineisto analysoitiin käyttämällä sisällönanalyyysiä.

Opinnäytetyön tulosten mukaan osa äideistä oli aktiivisesti mukana somessa, kun taas toiset olivat passiivisempia seuraillen toisia. Some näyttäytyi vanhemmuudessa kaksijakoisesti: vanhempi käytti somea yksin tai yhdessä lapsen kanssa. Äidit kokivat somen vaikuttavan läsnäoloon, eikä somen käyttämisestä ollut hyötyä vuorovaikutussuhteeseen lapsen kanssa. Äidit kokivat kuitenkin someajan olevan myös heidän omaa aikaansa. Äitien mukaan kännykän vaikutus vuorovaikutukseen korostui enemmän kuin some. Some loi sekä ihanteita että paineita äideille, etenkin somessa olevat valokuvat tuottivat kumpiakin. Some mahdollisti äitien mukaan vuorovaikutuksessa olemisen ja vertaistuen saamisen toisilta. Somen kautta oli syntynyt erilaisia vertaistukiryhmiä, joissa tavataan myös internetin ulkopuolella. Äidit osasivat suhtautua kriittisesti somesta löytämäänsä ja siellä näkemäänsä tietoon.

Johtopäätöksenä voidaan todeta, että some näyttäytyy vanhemmuudessa moniulotteisena, herkkänä ja ristiriitaisena paikkana. Ihanteet luovat tavoitteita omaan vanhemmuuteen, ja toisaalta some synnyttää äideille paineita vertailla itseään muihin. Paineet ja ihanteet voivat luoda riittämättömyyden tunteita vanhemmuuteen. Haastattelujen pohjalta kävi ilmi, että tärkeintä on olla läsnä lapsillensa heidän elämässään.

## **ABSTRACT**

Tampereen ammattikorkeakoulu  
Tampere University of Applied Sciences  
Degree Programme in Social Services

POLO, MARIANNA & STÅHL, EMMA:  
Interaction of a Child and Their Parent in the Context of Social media

Bachelor's thesis 52 pages, appendices 2 pages  
December 2021

---

This study aimed to provide information about the influence of the social media on the interaction between a child and their parents. The research was based on parents' experiences. The results were the experiences that emerged from the interviews. The goal was to gain insight into the ideals and pressures of parenting and the experiences that social media creates to parents. Data were analyzed using content analysis and collected to work as research-based information on the subject.

It was found that the use of social media had an impact on being present while interacting with one another and it was not seen very beneficial for this interaction. According to the study, social media creates pressure on mothers and can result in having feelings of inadequacy and comparing oneself to other parents. On the other hand, social media can work as a way to establish goals for parenthood, and it can be used as a platform for peer support. Furthermore, according to the mothers the importance of being present to their children is paramount.

---

---

Keywords: social media, interaction, parenthood, hemmuus

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	5
2	OPINNÄYTETYÖN TAUSTA .....	8
	2.1 Lähtökohdat opinnäytetyöhön .....	8
	2.2 Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset .....	9
3	LAPSUUS JA VUOROVAIKUTUKSEN MERKITYS .....	10
	3.1 Lapsen hyvä kasvu .....	10
	3.2 Vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutussuhde .....	11
4	VANHEMMUUS NYKYPÄIVÄNÄ.....	14
	4.1 Riittävä vanhemmuus.....	14
	4.2 Vanhemmuuden ihanteet ja paineet.....	17
	4.3 Sosiaalisen median rooli .....	19
	4.4 Vertaistuen merkitys.....	21
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	24
	5.1 Laadullinen tutkimus ja tutkimusaineiston kerääminen .....	24
	5.2 Teemahaastattelu .....	24
	5.3 Tutkimusaineiston analysointi ja tutkimustulosten esittely.....	26
6	TUTKIMUSTULOKSET.....	28
	6.1 Medialaitteet ja somen käyttö.....	28
	6.2 Somen rooli vanhemmuudessa.....	29
	6.2.1 Vanhemman oma somen käyttö .....	30
	6.2.2 Yhteinen somen käyttö lapsen kanssa .....	33
	6.3 Somen vaikutuksia vanhemmuuteen .....	34
	6.3.1 Somen mahdollisuudet .....	34
	6.3.2 Valokuvat somessa .....	36
7	JOHTOPÄÄTÖKSET .....	39
8	POHDINTA .....	46
	8.1 Eettisyys ja luotettavuus.....	46
	8.2 Kehittäminen ja jatkotutkimukset.....	48
	LÄHTEET.....	51
	LIITTEET .....	54
	Liite 1. Saatekirje .....	54
	Liite 2. Teemahaastattelun runko.....	55

## 1 JOHDANTO

Elämme muuttuvassa yhteiskunnassa ja maailmassa, jossa kaikki tieto on helposti saatavilla, kiitos älylaitteiden. Opinnäytetyössämme keskitymme pääasiassa sosiaaliseen mediaan, mutta ei sovi unohtaa, että sitä varten tarvitsemme älylaitteen. Sosiaalinen media määritellään tietoverkkoja sekä tietotekniikkaa hyödyntäväksi viestinnän muodoksi ja siellä käsitellään sisältöä, joka on tuotettu käyttäjälähtöisesti ja vuorovaikutteisesti. Näin ollen sosiaalisessa mediassa sekä luodaan että ylläpidetään ihmisten välisiä suhteita. (Sanastokeskus TSK 2010, 13.) Miellämme opinnäytetyössämme älylaitteen sellaiseksi laitteeksi, jolla on mahdollista olla yhteydessä internetiin ja näin ollen se mahdollistaa sosiaalisen median käytön.

Hirsjärvi ja Huttunen (1995, 49) kuvaavat, miten psykologisesta näkökulmasta katsoen vanhemmuudessa on kyse läheisestä ja merkityksellisestä suhteesta lapsen ja aikuisen välillä, joka rakentuu vuorovaikutukselle sekä kiintymykselle, ja sillä on oma elämänkaarensa näiden kahden eri sukupolven välillä. Vanhemmuus ei ole yksiselitteinen asia ja näin ollen tässä opinnäytetyössä tarkoitamme vanhemmalla kasvattajaa, joka on läsnä oleva ja toimii aktiivisessa roolissa lapsen elämässä. Teoriaosuudessa käsittelemme, miten sosiaalinen media näyttäytyy lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutussuhteessa, mutta sattumalta tutkimuksen haastateltavista kaikki olivat äitejä. Opinnäytetyössämme käsittelemme sekä äitiyttä että vanhemmuutta. Onkin huomioitavaa, että vanhemmuuteen liittyy aika vähän asioita, jotka koskevat vain joko äitiä tai isää.

Digitaaliset välineet muuttavat sosiaalisia tapoja ja niiden avulla jatkuvan kontaktin myötä tullaan kuulluksi, voidaan huomio suunnata itse haluamaansa suuntaan ja ei tarvitse olla yksin. Jos ympärillä ei tapahdu mitään mielenkiintoista, voi helposti ikävystyä ja tarttua kuvaruutuun päästäkseen pois ikävyyttävästä olotilasta. Internet voi koukuttaa käyttäjänsä monella tavalla ja vieraannuttaa todellisuudesta. Sosiaalinen media houkuttelee virtuaalikontaktiin, joka korvaa kasvokkain tapahtuvan keskustelun. (Tahkokallio 2018, 224–225, 240–241.)

Opinnäytetyössämme käytämme sosiaalisesta mediasta myös käsitettä some, jotka tarkoittavat samaa asiaa.

Vuodelta 2014 olevan tutkimuksen mukaan ihmiset saivat älypuhelimiansa keskimäärin 63,5 ilmoitusta päivässä eli viidentoista minuutin välein sinä aikana, kun olivat hereillä. (Pielot, Church & De Oliveira 2014, 233). Myös Hakala (2019, 114) viittaa tutkimuksiin, joissa on havaittu aikuisten vilkuilevan puhelintaan jopa 150 kertaa päivän aikana. Sosiaalisen median suuresta käytöstä kertovat myös tilastot. Esimerkiksi vuoden 2020 lopussa kaikkiaan 69 prosenttia 16–89-vuotiaista suomalaisista seurasi sosiaalista mediaa tavalla tai toisella. Samana vuonna Facebook jatkoi edelleen yleisimpänä yhteisöpalveluna, seuraavaksi tulivat Whats-App ja Instagram. (SVT 2020.) Kun tarkastellaan kuvien jakamista somessa, mainitsee Kallio (2021) yhdysvaltalais tutkimuksen (2012), jonka mukaan uusista äideistä jopa 98 prosenttia jakaa kuvia lapsistaan Facebookiin.

Tarkasteltaessa vanhemmuutta herää kysymys, että mistä sosiaalisessa mediassa vietetty aika on pois. Hakalan (2019, 94) mukaan nykyajan vanhemmuudessa tulisikin kiinnittää huomiota siihen, miten paljon yhteinen aika on erilaista somen selailua ja miten se erotetaan aidosta läsnäolosta lasten kanssa. Vanhemmuuden näkökulmasta sosiaalinen media herättää perheissä varmasti paljon keskustelua, etenkin kuinka paljon siellä vietetään aikaa ja mitä siellä tehdään.

Vanhemmuus saattaa näyttäytyä kilpailemisena ja suorittamisena, ja näitä suorituksia voidaan vertailla sosiaalisessa mediassa. Monen perheen arki näyttää kuitenkin erilaiselta oikeasti kuin sosiaalisessa mediassa. (Vihavainen 2019.) On luonnollista olla kiinnostunut lähiympäristön tekemisestä ja somen avulla voi helposti seurata myös tuntemattomien tekemisiä. Vanhemmuudessa pyritään helposti täydellisyyteen ja tavoitellaan elämään ihanteita, joiden ohjaamana vertaillaan itseään muihin vanhempiin. Internetiä selaillessa törmää väkisinkin erilaisiin kannanottoihin siitä, millaisena paikkana sosiaalinen media koetaan, ylipäätään se tuntuu olevan hyvin herkkä ja ristiriitoja herättävä aihe. (Hakala 2019, 92.)



## 2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA

### 2.1 Lähtökohdat opinnäytetyöhön

Ajatellessamme kaiken olleen ennen paremmin, saattaa huomiomme kiinnittyä vain nykylapsuuden negatiivisiin puoliin. Perinteitä kunnioittaen tulee kuitenkin muistaa, että maailma muuttuu ja lapsuus sen mukana. Verrattuna entisajan lapseen nykyisin korostuu lapsen oikeus vaikuttaa omaan elämäänsä ja ympäröivään maailmaan. Nykypäivän lapsesta puhutaankin aktiivisena toimijana, joka on oman elämänsä pääroolin esittäjä. Näin ollen pääsemmekin siihen, ettei nykypäivän lasta kasvateta samaan tapaan kuin entisajan lasta. (Ahonen & Roos 2019, 29–31.) Vaikka nykypäivän lasta ei kasvatettaisikaan samaan tapaan kuin entisaikoina, ei vanhemman roolin rajojen ja rakkauden luoja ole kadonnut mihinkään. Lapsen ja vanhemman välisellä vuorovaikutuksella on oma merkityksensä lapsen kehitykselle, josta monet asiantuntijat ovat samaa mieltä. Älypuhelimien vaikutuksia lapsen ja vanhemman vuorovaikutukseen on aiemmin tutkittu, mutta sitä, miten some vaikuttaa vuorovaikutukseen, ei ole juurikaan tutkittu. Tästä syystä aihe kiinnosti meitä, ja somen ollessa yleisesti keskustelua herättelevä aihe, halusimme lisäksi tietää millaisia ihanteita ja paineita some luo vanhemmuuteen. Ihanteiden ajatteleminen itse olevan positiivisia asioita ja paineiden negatiivisia. Taustaoletuksemme oli, että some luo enemmän negatiivisia kuin positiivisia vaikutuksia lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutussuhteeseen.

On olemassa monia eri ilmiöitä, jotka vaikuttavat lapsiin ja heidän perheisiinsä niin tässä hetkessä kuin vielä pitkään tulevaisuudessakin. Yksi ilmiö on Covid-19-niminen tartuntatauti, joka alkoi epidemiana joulukuussa 2019 ja maaliskuussa 2020 maailman terveysjärjestö WHO julisti sen maailmanlaajuisesti pandemiaksi. (Fimea 2020.) Korona vaikutti opinnäytetyöhömme haastattelujen osalta, jotka teimme osin etänä, koska lähikontakteja on pyritty välttämään. Emme nosta koronan vaikutusta sen enempää käsittelyyn opinnäytetyössämme.

Toinen lähtökohtaisesti kiinnostava on sharenting-ilmiö, joka tarkoittaa tapaa, jossa vanhempi jakaa somessa lapsestaan tunnistettavia valokuvia, videoita tai



tietoa. Sharenting- termi on syntynyt yhdysvaltalaismediassa 2010- luvun alussa. Vaikka termi ja ilmiö onkin suhteellisen uusi, löytyy siitä myös tutkimustietoa. Ilmiön takia lapset voivat olla somessa jo ennen omaa päätöstään ja olisikin tärkeä huomioida lapsen etua sekä oikeutta omaan mielipiteeseensä kuvien jakamisen suhteen. (Kallio 2021.)

## **2.2 Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset**

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli tuottaa tietoa tutkimuksen avulla sosiaalisen median näyttäytymisestä lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutussuhteessa vanhempien kokemana. Opinnäytetyöhön liittyvät haastattelut toteutimme yhteistyössä kahden eri Pirkanmaalla sijaitsevan kaupungin kanssa. Yhdeksän haastateltavaa äitiä valikoituivat toimintaympäristöistä, joissa järjestetään toimintaa alle kouluikäisille lapsille.

Tutkimuksen tavoitteena oli saada kuvaa somen luomista vanhemmuuden ihanteista ja paineista vanhempien kokemana. Lisäksi tavoitteenamme oli lisätä tietoa aiheesta sosiaali- ja terveysalan työntekijöille, nykyisille ja tuleville vanhemmille sekä työelämätahoille. Tutkimuskysymyksemme ovat:

1. Miten some näyttäytyy lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutussuhteessa vanhempien kokemana?
2. Millaisia ihanteita ja paineita some luo vanhemmille ja miten he kokevat sen?

### 3 LAPSUUS JA VUOROVAIKUTUKSEN MERKITYS

#### 3.1 Lapsen hyvä kasvu

Ihmisen kehitys jaetaan kolmeen osa-alueeseen, fyysinen ja motorinen kehitys, kognitiivinen kehitys sekä psykososiaalinen kehitys. Kehitys ja kasvu ovat yksilöllisiä ja yleensä lapsen kehittyminen tapahtuu tietynlaisen järjestyksen mukaan, mutta itse kehitysnopeus eri osa-alueilla voi vaihdella suurestikin lasten välillä. (Karjalainen, Lindroos, Matero & Simola 2020, 11–12.) Lapset kehittyvät siis omaan tahtiinsa, joten kysymys ei ole kilpajuoksusta. Lastenkasvatuksessa tulisi käyttää vähemmän aikaa lapsen kehittämiseen ja enemmän siihen, että opettelee tuntemaan oman lapsensa. Sen sijaan, että matkii muita vanhempia, kannattaa vanhempana luottaa omiin vaistoihinsa ja omaan osaamiseensa. (Honoré 2010, 57; Kristeri 2018, 81). Eniten lapsi kaipaa nimenomaan hoivaa ja huolenpitoa, kiireetöntä aikaa ja läsnäoloa arjessa. (Hakala 2019, 43). Näin ollen lastenkasvatukselle ei ole olemassa yhtä oikeaa, kaikille sopivaa reseptiä. (Honoré 2010, 56).

Lapsen kehitykseen vaikuttavat monet tekijät, kuten synnynnäiset, temperamentti, perhe ja ympäristötekijöistä muun muassa verkosto ja yhteiskunta, jotka voivat toimia joko lapsen kehitystä haittaavina tai suojaavina tekijöinä. (Kanninen & Sigfrids 2012, 46). Leikki on lapsen kehitykselle elintärkeää, josta Hakalan (2019) lisäksi monet asiantuntijat ovat samaa mieltä. Leikki on lapsen työtä, joka on aina kuulunut kaikkien lasten elämään. Leikin avulla lapsi soviittautuu elämään, ja leikillä on paljon tärkeitä kehitystehtäviä. (Hakala 2019, 30, 31–33). Kokonaisvaltaisella hyvinvoinnilla, perustarpeiden täyttämällä ja näiden tukemisella on suuri vaikutus lapsen hyvään ja turvalliseen kasvuun. (Karjalainen ym. 2020, 25.) Tämänkaltaisten kasvua tukevien toimien ja tarpeiden kautta lapsi saa itselleen identiteetin ja vahvan itsetunnon, joka toimii vastoinikäymisen kohdatessa suojaavana tekijänä. Suuressa roolissa lapsen kehityksessä on sensitiivinen ja kohtaava vuorovaikutus kasvattajan kanssa, jonka nähdään toimivan lapsen elämässä merkittävänä suojaavana tekijänä. (Kanninen & Sigfrids 2012, 47). Monet tutkimukset osoittavat, että kahdenkeskisellä vuorovaikutuksella on lapsen kehityksessä oma roolinsa.

(Honoré 2010, 56). Myös kiintymyssuhdeteoria korostaa, että eniten lapsi tarvitsee vanhemman läsnäoloa. Se luo lapselle perustan turvallisuuden tunteesta, jota ei voi korvata harvoilla intensiivisillä hetkillä. (Kyrönlampi-Kylmänen 2010, 119.)

Muun muassa Kanninen ja Sigfrids (2012) mainitsevat monen muun kasvatustieteen asiantuntijan, kuten Sinkkosen (2012) tavoin, brittiläisen psykiatrin ja kehityspsykologi John Bolwbyn (1907–1990) kiintymyssuhdeteorian. (Kanninen & Sigfrids 2012, 30; Sinkkonen 2012, 85–86). Kiintymyssuhdeteoria toimii nykyisinkin yhtenä keskeisenä selittäjänä lapsen ja aikuisen käyttäytymiselle. Kiintymyssuhteiden nähdään olevan vuorovaikutusmalleja sekä tietynlaisia odotusarvoja, jotka ovat syntyneet varhaislapsuudessa. (Sinkkonen 2012, 279). Kyrönlampi-Kylmänen (2010, 115) toteaa, että lapsen hyvän kasvun edellytykseen riittää edes yksi riittävän hyvä kiintymyssuhde. Sinkkosen (2012) sekä Kanninen & Sigfridsin (2012) mukaan sopivat rutiinit ja ennakoitavuus toimivat peruspilareina turvallisen kokemuksen sekä kiintymyssuhteen syntymiselle. Lapsi, joka on kiintynyt turvallisesti voi luottaa siihen, että aikuinen auttaa häntä selviämään esimerkiksi tunnekuohuista. Pieni lapsi voi myös kokea uhkaavana, jos vanhempi on pienenkin hetken poissa. (Sinkkonen 2012, 269–270; Kanninen & Sigfrids 2012, 30.)

### **3.2 Vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutussuhde**

Tiedetään, että vastavuoroinen, lapsen kielellä keskusteleminen, on välttämätöntä terveen kiintymyssuhteen muodostamiselle ja puheenkehitykselle. (Kamenetz 2018, 242). Lapsen psyykkistä kehitystä tutkineen kehityspsykologi Tronickin (2009) videosta voimme päätellä, miten lapsi pyytää vanhemman huomiota monin eri tavoin, kun vanhempi ei ole läsnä. Video kuvaa psykologista koetta, jossa äiti on aluksi aidosti vuorovaikutuksessa pikkulapsen kanssa hymyillen, nauraen ja leikkien. Videolta voidaan nähdä, miten äidin muuttaessa eleensä ja ilmeensä täysin ilmeettömäksi, koittaa lapsi kaikin keinoin saada äitinsä huomiota. Lopulta lapsi on videolla hyvin hämmästynyt, hermostunut ja alkaa huutamaan. (Tronick 2009.) Tutkijoiden mukaan lapsen stressihormonit ovat kovilla videon tässä vaiheessa, ja videon nelikuinen vauva muistaa lyhyen

kokemuksen vielä viikkojenkin kuluttua sekä hermostuu nopeammin, jos sama tilanne toistuu. (Kamenetz 2018, 242–243). Myös terveys- ja kasvatustieteen monia tietoteoksia kirjoittanut ja tunnettu luennoitsija Jari Sinkkonen (2012, 129) nostaa esiin, miten lapselle syntyy stressiä tilanteessa, jos häneen kohdistuvat vaatimukset ja paineet ovat suurempia kuin voimavarat eikä tyydyttävää ratkaisua ole näköpiirissä.

Vuorovaikutuksen ollessa suureksi osaksi ei-kielellistä, on katseilla, eleillä ja äänenpainoilla suuri merkitys koko elämänkaaren ajan. (Sinkkonen 2012, 269). Älylaitteet voivat toisinaan viedä huomiota lapsesta ja näin ollen vaikeuttaa vuorovaikutusta hänen kanssaan. Mediankäyttöön onkin hyvä kiinnittää perheessä huomiota, koska vanhempien ajasta ja huomiosta vie yhä suuremman palan esimerkiksi sosiaalinen media ja medialaitteet aiheuttavat epämukavuutta ja työläyttä perheen sisäiseen vuorovaikutukseen. (Marttala 2015; Mantere & Raudaskoski 2015, 216–217.) Someaika saattaa varastaa ihmisten väliseltä vuorovaikutukselta tietyn osa, jolloin lapsella jäävät vähemmälle kielen ja puheen oppimisen tilanteet. Läsnäolo ja vuorovaikutus lapsen kanssa ovat tärkeässä roolissa, kun tuetaan lapsen puheen kehitystä. (Marttala 2015.) Läsnäolo ei kuitenkaan ole vain sitä, että lapsi ja vanhempi ovat fyysisesti samassa tilassa, vaan se on valmiutta olla vuorovaikutuksessa ja antaa aikaa lapsen tuntemalle sekä kokemuksille. (Gothóni 2020, 109).

Monet psykologit, kriitikot ja lastenlääkärit ovat huolissaan miten vanhempien digimaailmassa oleminen vaikuttaa heidän ja lasten väliseen vuorovaikutuksen laatuun ja määrään. (Kamenetz 2018, 247). Sinkkonen (2012, 269) ja Kyrönlampi-Kylmäsen (2010, 21) mielestä lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus on riittävän hyvää, kun aikuinen ottaa huomioon lapsen ikäkaudelle kuuluvat tarpeet ja huomioi ajankohtaiset kehityshaasteet. Tiedetään, että lapset tarvitsevat kasvunsa ja hyvinvointinsa turvaamiseen vanhempiensa läsnäoloa, vaikkakaan lapset eivät vaadi vanhempiaan olemaan taukoamatta tyydyttämässä heidän tarpeitaan tai olemaan liiallisesti tarkkailemassa. (Kamenetz 2018, 247). Myös Honoré (2010, 287) on sitä mieltä, että täydellisen lapsuuden rakentamisen ja siihen pyrkimisen sijaan, vanhempien tulisi vastata lastensa tarpeisiin suurimmaksi osaksi sekä hyväksyä se, ettei se aina ole mahdollista.

Lapselle tärkeintä on yhteenkuuluvuuden tunne tarvittaessa läsnä olevasta vanhemmasta ja tieto siitä, että luottamus on molemminpuolista. (Gothóni 2020, 61). Vanhemmat ja lapset ovat erilaisia, ja eri perheiden tulisikin löytää se oma toimintatapa, joka sopii heille parhaiten. Yhdessä tekeminen on tärkeää, joka vaikuttaa vanhemman esimerkin kautta lapsen omaan toimintaan. Asiantuntijoiden ohjeista on hyötyä, mutta vanhempana ei tulisi kokea syyllisyyttä, jos välillä menettää hermonsä, pitkästyä lapsen leikeissä tai, kun ei vaan jaksa. (Honoré 2010, 287).

Vanhempien tulisi herkistyä lapsensa viesteille ja eläytyä lapsensa tunteisiin. (Sinkkonen 2012, 269). Voidaan nostaa esiin, että vanhempien ja lasten yhdessä vietetty aika ja vuorovaikutus antavat tärkeän pohjan lapsen omien tunteiden säätelyn sekä empatiataitojen kehittymiselle. (Saarikivi & Martikainen 2019, 22–23, 30–31). Ilman empatiataitoja lapsen on vaikea kommunikoida omista ajatuksistaan ja tunteistaan. Lapsella tulisi olla tilaa ja lupa ilmaista erilaisia tunteita, joka edellyttää lapsen aitoa ymmärtämistä ja kuuntelua. Kiireettömässä ja turvallisessa kodin ilmapiirissä on tärkeää sanoittaa tunteita yhdessä lapsen kanssa. Tulee muistaa, etteivät television, tietokoneen tai tabletin laadukkaatkaan sisällöt tai vuorovaikutukselliset leikit korvaa vuorovaikutusta vanhemman kanssa. Toisten tunteiden peilaaminen sekä tunnetilojen aistiminen ovat lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle ja vuorovaikutukselle välttämättömiä. (Sajaniemi 2016, 45).

## 4 VANHEMMUUS NYKYPÄIVÄNÄ

### 4.1 Riittävä vanhemmuus

Tiedotusvälineet ovat täynnä kasvatusekspertejä, joiden keskuudessa vanhemmat yrittävät suorittaa vanhemmuuden tehtävää. Vanhemmuus on aina vuorovaikutustapahtuma lapsen ja vanhemman välillä, jossa lapset oppivat näkemään vanhempansa aitoina ihmisinä, kaikessa epätäydellisyydessään. (Hakala 2019, 50–51; Kristeri 2002, 22–23.) Vanhemmuuden tehtävät määräytyvät lapsen kehitysvaiheiden mukaan. Lapset tarvitsevat aikuisia huolehtimaan ja päättämään tärkeistä asioista heidän puolestaan. Kasvatustyyli rakkautta ja rajoja antaa monien vuosikymmenten aikana tehtyjen tutkimusten mukaan lapselle ylivoimaisesti parhaat lähtökohdat menestyä elämässä. (Tahkokallio 2018, 6–7, 160). Kristerin (2002) mukaan vanhempana on omattava vahva itsetunto, jotta jaksaa uskoa itseensä kasvattajana. Tiedotusvälineet ovat myös täynnä neuvoja, mitä pitää ja mitä ei pidä tehdä, jotta lapsesta kasvaa vahva ja itsetuntoinen aikuinen. (Kristeri 2002, 22.) Epävarmuutta omaan vanhemmuuteen voi luoda asiantuntijatiedon ristiriitaisuus, jolloin vanhemmuuden tehtävä voidaan kokea monimutkaisena ja vaativana. Vanhemmuus ei ole suorittamista, tärkeintä on aito ja välittävä läsnäolo.

Vanhemmuudessa kaikkein palkitsevinta on, kun oppii tuntemaan oman lapsensa. Jos vain yrittää noudattaa toisten sääntöjä tai aikatauluja, voi vanhempi kokea turhautumista. Honoré (2010) kuvaa, miten tosiasiallisesti lasten elämän sullominen täyteen puuhaa ja virikkeitä on usein turhaa. Kun vanhemmat stressaavat lapsen kehitysvaiheiden saavuttamista ja käyttävät aikaansa enemmän opettaakseen lapsellensa taitoja kuin tarjotakseen hoivaa, voivat lapsetkin stressaantua. (Honoré 2010, 55, 58.) Toisin sanoen, kun vanhemmat stressaavat lapsensa eri kehitysvaiheiden saavuttamista, samalla peilisolujärjestelmän avulla lapsi stressaantuu. Stressi luokitellaan kiihtymistilaksi, ja se ei mahdollista parasta oppimista ja vuorovaikutusta lapselle. (Huotilainen 2019, 139.)

Vanhempien oman riittämättömyyden tunteen ja muihin vertailun myötä on vieraannuttu yksinkertaisista tavoista hoivata lasta ja uskotaan, että pitää pystyä aina vain parempiin suorituksiin lasten kanssa. (Kristeri 2018, 62). Taustalla voi olla pelko siitä, että lapsesta ilman virikeitä ja harrastuksia ei voi tulla onnellista ja menestyvää aikuista. Kuitenkaan nämä harrastukset ja virikkeet eivät auta esimerkiksi siinä, että lapsi oppisi saamaan lohdutusta, hoivaa ja turvallisuutta. Tärkeintä on olla läsnä lapselle tavallisessa arkielämässä, jossa on paljon mahdollisuuksia hoivata lasta. (Kristeri 2018, 63.) Toisaalta vanhemmilla on velvollisuudentunto ja pyrkimys hyvään vanhemmuuteen, jolloin vanhemmat tuuppivat lapsiaan kehittävän harrastuksen pariin lapsen herkkyykskausien mukaan. Joidenkin vanhempien mielestä lasten harrastaminen on vaan hienoa, joka on osa sitä ihanteellisen elämän kuvaa, jota kovasti yritetään rakentaa. (Hakala 2019, 40–41.)

Hyvän vanhemmuuden vihollisena nähdään täydellisyys, jossa täytetään lapsen tarpeet liian aikaisin ilman, että lapselle muodostuu niistä mitään mielikuvia eikä lapsen myöskään tarvitse nähdä asioiden eteen vaivaa. Tämä hidastaa lapsen omia resurssejaan kehittymästä. (Sinkkonen 2012, 83.) Sellaista kuin täydellinen vanhemmuus ei ole olemassakaan, vaikka monet vanhemmat siihen pyrkivätkin. Kristeri (2018) kuvaa, miten on työssään terapeutina kohdannut vanhempia, jotka vaativat itseltään mahdottomia, tuomitsevat itsensä pienistäkin virheistä tai jaksamattomuudesta, joka on liittynyt elämään jonkin suorittamisen kautta. (Kristeri 2018, 12–13). Vanhemmuudessa kuin muillakin elämän osa-alueilla olisi tärkeää opetella ja muistaa armollisuus itseä ja muita kohtaan. (Hakala 2019, 210).

Riittävään vanhemmuuteen kuuluu, että kotona on riittävästi turvallista sekä läsnä olevaa aikuisuutta, joka kestää lapsen tunteet, vastaa riittävästi lapsen tarpeisiin ja tarjoaa turvalliset rajat sekä rakkautta rajojen sisällä. (Kristeri 2002, 23). Hakalan (2019) mukaan riittävä vanhemmuus nimensä mukaisesti riittää, ja kertoo kasvatuksen olevan arjen kohtaamisia ja pieniä tekoja. Harvemmin lasten kanssa kotona vietetty arki on niin kiiltokuvamaista, että siitä tehtäisiin Facebook- tai Instagram- päivitystä, vaikka arjen tulisikin olla tärkeässä roolissa. (Hakala 2019, 50–51.)

Hirsjärvi ja Huttunen (1995, 56–57) mainitsevat Bruno Bettelheimin (1988) tuoneen kasvatustieteeseen käsitteen, joka kuvaa vanhempaa kyllin tai riittävän hyväksi. Tällöin vanhempi ei yritä olla jotain muuta kuin oikeasti on, eikä ainakaan täydellinen vanhempi. Käsitteellä kyllin hyvä tarkoitetaan, miten epätäydellinen, mutta rakastava ja parhaansa tekevä on kaikista paras lapsen kannalta. (Sinkkonen 2012, 83, 112). Myös Kyrönlampi-Kylmänen (2010, 129) nostaa esiin, miten kyllin hyvä vanhempi on lapselle kaikkein paras. Kamenetz (2018, 247) sekä Sinkkonen (2012, 83) mainitsevat brittiläisen psykoanalyttikko D.W. Winnicottin (1895–1971), jota pidetään yhtenä asiantuntijana liittyen äidin ja lapsen väliseen suhteeseen ja joka on tunnettu käsitteestä kyllin hyvä äiti. Vaikka psykoanalyttikko Winnicott ja aiemmin mainitsemamme kehityspsykologi Bolwby ovat keskittyneet tutkimaan lapsen ja äidin välistä vuorovaikutussuhdetta, nostaa Sinkkonen (2012) esiin, että tutkimukset ovat aika- sekä kulttuurisidonnaisia. Tutkimusten periaatteet ovat monilta kohdilta yleistettävissä koskemaan mitä tahansa vuorovaikutussuhdetta lapsen ja aikuisen välillä. (Sinkkonen 2012, 86–87.)

Kamenetz (2018) kuvaa, miten sosiaalitieteilijät nimittävät nykypäivän äidin ihannekuvaa intensiiviseksi äitiydeksi tai yhdessä kehittämiseksi. Kamenetz (2018) mainitsee sosiologi Hayesin esitelleen termin intensiivinen äitiys vuonna 1996 ilmestyneessä teoksessaan. Intensiivisen äitiyden tunnusomaisia piirteitä ovat muun muassa lapsikeskeisyys ja emotionaalinen kuluttavuus sekä ajattelutapa, että äidit ovat ensisijaisesti vastuussa lapsistaan. Sosiologi Anette Lareauin mukaan yhdessä kehittämisellä tarkoitetaan, kun vanhemmat ovat suunnitelleet lastensa päivät täyteen erilaisia toimintoja sekä ovat jatkuvassa vuorovaikutuksessa lastensa kanssa. (Kamenetz 2018, 248–249.) Intensiivisen äitiyden lisäksi voidaan puhua ylipäätään intensiivisestä vanhemmuudesta, jolla tarkoitetaan vanhemmuutta, jossa on kovia vaatimuksia vanhemman itsensä asettamana ja asiantuntijatie-dolla on suuri merkitys lapsen kasvattamisesta. (Sorkkila & Aunola 2019).

Nykypäivän kulttuurissa ihannevanhemman nähdään olevan koko ajan fyysisesti läsnä, ja vanhemman huomio on lapsessa häntä opettaen ja ohjaten. Vanhemmat ovat tietoisia niistä tekijöistä, mitkä vaikuttavat lapsen kasvuun ja kehitykseen, koska tietoa on saatavilla niin paljon. Ihannevanhempi kysyy



asiantuntijoilta neuvoja, järjestää lapselle rikastuttavia kokemuksia ja pyrkii kasvattamaan lapsesta kaikin keinoin onnellista ihmistä. Ihannevanhemman nähdään olevan yleensä äitejä, koska heitä yleisesti pidetään edelleen lapsen pääasiallisina huoltajina. Kamenetz (2018) puhuu myös kiintymysvanhemmuudesta, jonka katsotaan liittyvän kiintymysteoriaan. Kiintymysvanhemmuus edellyttääkin vanhemmalta jatkuvaa fyysisesti saatavilta oloa ja etenkin äidit kokevat sosiaalista painetta pyöriä lastensa ympärillä jatkuvasti. (Kamenetz 2018, 248–251.)

Sinkkonen (2012) kirjoittaa, miten monet syyllisyydentunteet kuuluvat vanhemmuuteen hyvin oleellisena osana. (Sinkkonen 2012, 19). Myös Hakala (2019, 60–62) puhuu vanhemmuutta painavasta syyllisyyden taakasta, joka muistuttaa velvollisuudesta viettämään enemmän aikaa perheen parissa. Syyllisyyden tunne kuitenkin toimii eräänlaisena merkinä siitä, että vanhemmassa tapahtuu psyykkistä kehitystä, jonka tarkoituksena on opastaa oikealle tielle, summaa Sinkkonen (2012, 20). Yhteiskunnan monimutkaistuessa vanhemmuudesta on kehitetty liikaa suuria odotuksia, jota Hakala (2019) nimittää moderniksi vanhemmuudeksi, jossa työn ja vapaa-ajan raja on hälventynyt. Vanhemmuudessa olisikin tärkeää kiinnittää huomiota siihen, että fyysinen läsnäolo ei kasvatuksessa pelkästään riitä. Kasvatusoppaita lukeneet valveutuneet vanhemmat eivät ehkä ole kaiken tiedon kahlanneina onnistuneet löytämään tyydyttävää tasapainoa itselleen asettamien ihanteiden ja olosuhteiden, kuten työelämän välille. (Hakala 2019, 50, 58–59.) Syyllisyydentunteminen ja ulkoa päin tulevien vaatimusten keskellä, olisikin hyvä pysähtyä miettimään omien asioidensa tärkeysjärjestystä. (Sinkkonen 2012, 21).

## **4.2 Vanhemmuuden ihanteet ja paineet**

Suomen kielessä ihanteet on määritelty tavoitteiksi, päämääriksi ja ideaaleiksi ihailun kohteiksi. Paineet taas kuvataan muutoksista tai muista sellaisista ilmiöistä johtuvina rasituksina. (Kielitoimiston sanakirja 2020.) Määrittelyjen perusteella voidaan päätellä, että vanhemmuus on yksi elämän osa-alueista, joka sisältää tavoitteita ja näin ollen myös ihanteita.

Vanhemmuuteen kohdistuu tietynlaisia odotuksia ja ihanteita, jotka pitävät sisällään toivotunlaisia ominaisuuksia. Ihanteet voidaan nähdä positiivisina puolina, mutta ne voivat luoda myös paineita olla tietynlainen vanhempi. Etenkin äitiyttä kohtaan on ollut tietynlaisia ihanteita kautta aikojen, jotka muovautuvat kulttuurin ja aikakauden mukaan. Nykynaisen ihanteisiin kuuluu kotiäitiyden lisäksi myös menestyminen työelämässä, jolloin äidin tyytyväisyyden myötä on se myös lapsen eduksi. Reenkolan (2012) mukaan täydellistä äitiyttä vaativat ihanteet ovat kohtuuttomia, jolloin äiti voi tuntea häpeän sekä riittämättömyyden tunteita. Ihanteiden ja käytännön äidin työn välillä äiti voi tuntea ristiriitaa ja syyllisyydentuntoa. (Reenkola 2012, 56, 57–58.)

Reenkola (2012, 55) kuvaa äitiyden ihanteita joko naiselle suuntaa näyttävänä kompassina tai kuristavana korsettina. Kuvaus osuukin nappiin, jos mietitään millaisia tuntemuksia ihanteet somen kautta aistittuna monelle luovat. Ihanteet hyvästä äidistä opastavat naisia lasten hoidossa ja kohti äitiyden hyviä ominaisuuksia sekä lapsen parasta. Kun mietitään miehiin liittyviä isyyden ihanteita, toteaa Reenkola (2012), ettei sellaisia samanlaisia paineita kohdistu miehiin kuin naisiin. Miesten ihanteet painottuvat voimaan ja vahvuuteen, eikä miehen ihanteisiin kuulu luopua urasta tai vapaa-ajasta lasten hoidon vuoksi. Olemme yhtä mieltä Reenkolan kanssa siitä, miten miesten ihanteet ovat muuttumassa. (Reenkola 2012, 55–56, 59.) Miehiin ja isyyteen liittyviä ihanteita vahvistamassa ovat media ja erilaisten somekanavien miespuoliset vaikuttajat, kuten koti-isät.

Yhteiskunnallisessa keskustelussa vanhemmuus ja sen myötä lasten kasvattaminen on jatkuvasti esillä. Sen lisäksi, että kasvatusoppaita ja ohjeita löytyy yllin kyllin, on sosiaalinen media läsnä ja mukana koko ajan, jolloin minä hetkenä tahansa voi etsiä ohjeita tai vinkkejä vanhemmuuteen. Asiantuntijat antavat ohjeita vanhemmuuteen lehdissä, kirjoissa, internetissä sekä radiossa ja televisiossa. Loputtomien neuvojen keskellä vanhempien itsetunto on yhä suuremmalla koetuksella. Vanhemmat haluavat kovasti onnistua kasvatustehtävässään, ja pyrkiä jopa täydellisyyteen. Vanhemmuus näyttäytyy muuttuneen kilpaurheiluksi, jota media on vauhdittanut. Esikuvina pidetään julkisuudesta tuttuja vanhempia, jotka 2000-luvun äiteinä ovat kaikkea yhtä aikaa, varsinaisia tehopakkauksia. Monen roolin esittäminen on mahdotonta,

jonka moni vanhempi tiedostaa, mutta kilpailuhenkisessä kulttuurissa halutaan olla tarpeeksi hyviä vanhempia. Tehdään vanhempina tiettyjä asioita vain, jotta tehtäisiin vaikutus toisiin vanhempiin, koska paine toimia samoin kuin muutkin vanhemmat, on kova. (Honoré 2010, 37–40, 43.)

Tutkimukset osoittavat, miten korkeat vaatimukset uuvuttavat vanhemmat. Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen Vanhemmuuden voimavara- ja kuormitustekijät tutkimus (VoiKu) on osa kansainvälistä hanketta, joka on osoittanut uupumisen vanhemmuudessa olevan oma erillinen ilmiönsä eikä näin ollen ole verrattavissa työuupumukseen, stressiin tai masennukseen. (VoiKu-tutkimus 2019.) Tutkimustulosten mukaan uupumista selittävät perheeseen liittyvät taustatekijät kuten vanhemman sukupuoli ja ikä, perheen taloudellinen tilanne, työttömyys sekä perheen lapsella olevat erityistarpeet. Kuitenkin nämä taustatekijät selittivät suhteellisen vähän vanhemmuudessa uupumista, ja suurimpaan rooliin tutkimuksessa nousikin vanhempien kokemus muualta tulevista kovista vaatimuksista ja odotuksista. Riski uupumiseen oli erityisen suuri, jos vanhemmalla oli korkeat vaatimukset itseään kohtaan ulkopuolelta tulevien vaatimusten lisäksi. Äidit olivat isiä uupuneempia ja kokivat isiä enemmän sekä itsestään että ulkoapäin tulevia vaatimuksia. (Sorkkila & Aunola 2019.)

Kamenetzin (2018) mukaan monet tutkimukset osoittavat, että runsas sosiaalisen median, etenkin Facebookin käyttö on yhdistetty masennusoireisiin. Oireet syntyvät tietyn sosiaalisen käyttäytymisen seurauksena, kun verrataan itseään toisiin. Tulisikin muistaa, että kauniita kuvia somessa postaavat, ovat olemassa vain yhden hetken verran. (Kamenetz 2018, 310.) Sosiaalinen media tarjoilee ihanteellisesta elämästä hyvin kapeaa kuvaa, jossa onnellinen perhe-elämä on laitettu tietynlaisiin kehyksiin ja kuvat siististä sekä puhtaasta pullantuoksuista kodista on se ainut kuva onnistuneesta kasvatuksen toimintaympäristöstä. (Hakala 2019, 207).

### **4.3 Sosiaalisen median rooli**

Sosiaalisessa mediassa tarvittavaan monilukutaitoon liittyy kyky tuottaa ja liittää sisältöihin monipuolisesti sosiaalisia merkityksiä esimerkiksi kommentoimalla, keskustelemalla, jakamalla tai suosittelemalla. Sosiaalisen median ympäristöissä tarvitaan myös kykyä osata verkostoitua ja luoda sosiaalisia suhteita. (Pönkä 2014, 112–119.) On kuitenkin muistettava, että some muuttuu jatkuvasti, näin ollen myös sen määritelmä muuttuu sen mukana. Pönkä (2014) on kuvannut sosiaalista mediaa sateenvarjoksi, jonka alla sille on annettu monia erilaisia määritelmiä sekä tarkoituksia. Näitä ovat muun muassa vuorovaikutus ihmisten välillä ja erilaisten sisältöjen jakaminen. (Pönkä 2014, 34, 130.) Somessa olevat palvelut ja eri alustat mahdollistavat ihmisille paikan luoda omaa sisältöä sekä jakaa sitä toisille.

Sosiaalisen median myötä ovat muuttuneet vuorovaikutuksen tavat ja säännöt, myös perinteisen median kohdalta, jotka vaikuttavat laajasti moniin toimintoihin koko yhteiskunnassa. (Leino 2021, 147). Pönkä (2020) määrittelee algoritmin olevan luotu sääntö, joka suorittaa tehtävän ennalta määrättyjen sääntöjen perustella ja tekee valintoja käyttäjänsä omien tavoitteiden mukaan. Esimerkiksi Facebookissa oleva tykkäys- painike on yksi algoritmi, joka suodattaa sisältöä sosiaalisessa mediassa. (Pönkä 2020.) Algoritmien avulla sekä sosiaalinen media, että perinteinen media kuten lehdet ja televisio, nostavat esiin omissa kanavissaan sitä mistä ihmiset tykkäävät, kiinnostuvat ja suhtautuvat tunteella. Tätä kutsutaan verkostovaikutukseksi, jolla eri verkostot vahvistavat toisiaan. (Leino 2021, 146–147.)

Aivojen mielihyväjärjestelmä aiheuttaa taipumusta viihdyttää itseään avaamalla yhteys sosiaaliseen mediaan tai minne tahansa internetin palveluihin. (Tahkokallio 2018, 221). Media ja teknologia ovat viime vuosina kiinnittäneet ihmisten huomion ja sosiaalisessa mediassa useita tunteja päivässä aikansa käyttävä tulee riippuvaiseksi älylaitteestaan. Sosiaalinen media on yksi koukuttava paikka, jota Alter (2017, 14) kuvaa käyttäytymisaddiktiona. Hakala (2019) taas kuvaa, miten sosiaalisesta mediasta on tullut monessa kodissa television korvike. Some helposti koukuttaa eikä sen käyttöä maltaisi vähentää. Sosiaalisen median avulla onnistutaan myös välttämään tylsyyden hetkiä arjessa. Kuitenkin samalla vanhempi näyttää mallia omalla käytöksellään lapselle, miten tylsyyden kokemusta paetaan, vaikka lapsuuteen ja arkeen toisinaan kuuluu myös tylsiä

hetkiä. Nämä ikävältäkin tuntuvat tylsät hetket auttavat lasta valmistautumaan niihin vaikeisiin hetkiin, joita jokainen elämässään kohtaa. (Hakala 2019, 93, 155.)

Lasten kanssa eletään ja heitä kasvatetaan digitaalisessa ja median täyteisessä maailmassa. Vanhempien tehtävänä on vahvistaa teknologian hyviä vaikutuksia ja samalla lieventää sen kielteisiä puolia. (Kamenetz 2018, 105.) Digiympäristö on läsnä kaikkialla, ja kasvava joukko tutkijoita uskoo siihen, ettei lapsia kannata eristää täysin niin, etteivät he näkisi minkäänlaista mediaa varhaislapsuudessaan. Jotta lapsi pystyy ymmärtämään, miten maailma toimii, tulee hänen antaa kokea se itse. Sosiaalisessa mediassa vanhempien toimintaa pitäisi ohjata ensisijaisesti lapsen etu ja jokaisen oikeus yksityisyyteen. Vanhempien tulisi harkita tarkoin millaisia kuvia lapsistaan jakavat sosiaalisessa mediassa, ja muistaa, että lapsella on oikeus mielipiteeseen, joka on huomioitava lapsen iän ja kehitystason mukaisesti. Sosiaalinen media ei olekaan erillinen paikka lapsille tai kokemus muusta sosiaalisesta toimintaympäristöstä ja elämästä, vaan se on osa sitä. Vanhempana onkin syytä kriittisesti tutkia omaa median käyttöänsä sekä sosiaalista mediaa myös lapsen silmin.

#### **4.4 Vertaistuen merkitys**

Vertaistuki tarkoittaa ihmisten keskinäistä tukea, joka perustuu kokemukseen. Termit vertaisuus, vertaistuki sekä vertaistoiminta nähdään käytettävän usein samassa tarkoituksessa. Vertaisuudella tarkoitetaan ihmisten välistä suhdetta, jossa ollaan keskenään samalla tasolla ja vertaistoiminnalla tarkoitetaan kaikkea sitä toimintaa, mitä vertaistukeen liittyy. Vertaistuki on omaehtoista toimintaa, jolloin vertaiset toimivat toistensa ja omaksi hyväkseen. Vertaistuen tarve voi muodostua erilaisissa elämäntilanteissa, esimerkiksi elämänkriiseissä tai haastavissa tilanteissa. Ihmisten kohdatessa samanlaisia elämäntilanteita ja kokemuksia synnyttävät ne vertaisuutta. Vertaisuutta voidaan määritellä keskinäiseksi asiantuntijuudeksi, voimavaraksi, tasa-arvoksi ja yhdenvertaisuudeksi. Vertaistukea voi olla monenlaista, esimerkiksi se voi olla kasvokkain tapahtuvaa tukea, mutta yhtä hyvin se voi olla verkossa tapahtuvaa. (Mikkonen & Saarinen 2018, 9, 20–22, 50.)

Ihmisillä on luontainen tarve kuulua johonkin ja olla osa yhteisöä. Etenkin etätöiden lisääntyttyä ja lähikontaktien vähennyttyä koronapandemian takia somen käyttö on lisääntynyt ja ollut osalle jopa ainoa yhteisö, johon kuulua ja minkä kautta olla yhteydessä. Ihmisillä on tarve tulla myös hyväksytyksi, sekä omana itsenään, ei pelkästään vanhemman roolissa. Ollessaan osana yhteisöä, ihmiset huomioivat siis myös mitä muut heistä ajattelevat ja pohtivat omaa arvoaan sekä hakevat hyväksyntää. (Alter 2017, 173). Somemaailmassa on mahdollista saada huomattavasti isommalta joukolta hyväksyntää kuin reaali maailmassa. Somen käytön syitä ovat muun muassa oletus siitä, että se lisää autonomiaa, yhteenkuuluvuutta ja sosiaalisia taitoja. (Lahikainen & Arminen 2015, 279.)

Lapsen kehityksen ja hyvinvoinnin turvaaminen on jokaisen vanhemman ensisijainen tehtävä. Vanhemmuus ei saisi olla kilpailua tai suorittamista. Olisi hyvä puhua armollisemmasta ja kannustavammasta vertaisvanhemmuudesta. Esimerkiksi neuvolassa vanhemmille voitaisiin opettaa itsearmollisuutta ja myötätuntoa vanhemmuuteen liittyen. (Sorkkila & Aunola 2019.) VoiKu-tutkimuksen (2019) myötäkin nousee vanhemmuuden tukemisessa keskiöön ennaltaehkäisy merkitys ja konkreettiset tukitoimet, joiden avulla voidaan tunnistaa uupumisen riskit. Ulkoisesti hyvin suoriutuva vanhempi voi olla romahtamisen partaalla, ja apua voi olla hyvin vaikea pyytää, jonka vuoksi tarvitaan konkreettista, matalan kynnyksen tukea. (Vihavainen 2019.) On yhteiskunnan velvollisuus tukea ja auttaa vanhempaa. Monesti ulkopuolisen asiantuntijan hyväksyntä riittää vanhemmalle tiedoksi, että toimii oikein eikä hänessä ole vanhempaa mitään vikaa. (Hyvärinen 2008, 108). Vanhempien kanssa töitä tekevien yhteistyöntahojen tulisi olla tietoisia ja ymmärtää, miten paljon vanhemmat omaksuvat somesta vanhemmuuteen liittyvää tietoutta ja kokevat sitä kautta myös riittämättömyyden tunnetta.

Jo tuleville vanhemmille raskausaikana olisi tärkeää opettaa taitoja tunnistaa omia voimavarojaan ja erilaisia stressinhallintakeinoja sekä sosiaalisen tukeen liittyviä asioita. Ylipäättään Suomessa vanhempien hyvinvointi ja armollisuus itseään sekä toisia kohtaan tulisi olla isommin puheenaiheena. (Vihavainen 2019.) Hakalan (2019) mukaan sosiaalinen paine on yksi syy, joka vaikuttaa

vanhemmuudessa tehtyihin päätöksiin. Puhuttaessa esimerkiksi lasten harrastuksista, sosiaalinen paine voi vaikuttaa lasten harrasten määrään tai siihen, miten lasten harrastuksen tulee olla arvostettu ja trendikäs. Vanhemmat herkästi vertailevat omaa elämäänsä lähipiiriin elämiin ja saattavat rakentaa oman perheen identiteettiä toimimalla samoin. (Hakala 2019, 40–41.) Mainosten houkuttelemassa kulutusmaailmassa vanhemmat sortuvat kuluttamiseen osaksi näyttämisen halusta. Osaltaan vanhempi voi haluta kulkea massan mukana, koska monien muidenkin lapset kuluttavat. Myös vertaisryhmän paine voi vaikuttaa esimerkiksi siihen, että vanhempi haluaa lasten merkkivaatteiden kautta pönkittää omaa statustaan tai varakkuuttaan. (Honoré 2010, 240, 244.)

Puhuttaessa sosiaalisen tuen merkityksestä äitiydessä, voidaan lukuisten ulkomaisten tutkimuksien mukaan hyvinkin yhdenmukaisesti todeta, että sosiaalinen tuki vaikuttaa positiivisesti äidin ja lapsen hyvinvointiin. (Janhunen 2008, 10). Äitien kokemuksiin jaksaa arjessa vaikuttavat tutkimusten mukaan omien sisäisten voimavarojen lisäksi voimavarat kodin ulkopuolelta kuten ammattilaisilta, vertaisilta ja läheisiltä. Onkin tärkeää saada aitoa ymmärrystä omaan tilanteeseen samassa elämäntilanteessa olevilta ihmisiltä. (Hyvärinen 2008, 102, 106.) Etenkin vanhemmuudessa on tärkeää voida samaistua tunteeseen yhteisestä kokemuksesta. Näin ollen tutustuminen toisiin vanhempiin sekä sen hyväksyminen, että tarvitsee tukea, saattavat auttaa muuttamaan toimintatapoja kohti turvallisempaa vanhemmuutta. (Cacciatore 2008, 60.) Sosiaalinen media antaa mahdollisuuden toimia myös anonyymisti, kun kaipaa vertaistukea ja parhaimmillaan some yhdistää samassa tilanteessa olevia ja saman kokemuksen kokeneita.

Voi olla haastavaa rakentaa nykyelämässä oman perheen lähtökohdista sopivaa elämää, koska ympäristö luo paineita tai ollaan epävarmoja omista valinnoista. (Hakala 2019, 40–41). Kuitenkaan joku mikä sopii toiselle, ei välttämättä sovi toiselle ja kuten aiemmin kirjoitimme, myös Hakalan (2019) lisäksi Honoré (2010) ja Kristeri (2018) kannattavat luottamaan omiin vaistoihinsa, mikä sopii omalle lapselle. (Hakala 2019, 43–46; Honoré 2010, 57; Kristeri 2018, 81). Neuvojen loputtomassa tulvassa, tulee muistaa, että vanhemmuudessa ei ole yhtä oikeaa tapaa toimia ja viime kädessä jokainen lapsensa tunteva vanhempi tietää itse, mikä tapa on omalle perheelle paras.

## 5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

### 5.1 Laadullinen tutkimus ja tutkimusaineiston kerääminen

Tarkoituksenamme oli tutkia ilmiötä, josta ei ole vielä runsaasti aikaisempia tutkimuksia, vaan saatavilla oleva tieto keskittyy enemmän siihen minkälaisia ympäristöjä verkko ja digitaalisuus tarjoaa eikä sosiaalista mediaa vanhempien kokemana ole tutkittu. Päädyimme käyttämään tutkimuksessamme kvalitatiivisia eli laadullisia menetelmiä. Laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimusotteessa tutkimuksen tarkoituksena on ymmärtää, mistä tutkittavassa ilmiössä on kysymys. (Kananen 2011, 15). Halusimme saada mahdollisimman kattavan kokonaiskuvan, miten sosiaalinen media näyttäytyy lapsen ja vanhemman vuorovaikutussuhteessa.

Saimme kerättyä haastateltavat vanhemmat helposti yhteistyötahojemme avulla, joita oli kaksi eri kaupunkia. Ennen haastatteluja veimme paperisen saatekirjeen toiselle yhteistyötahollemme ja toiselle yhteistyötaholle lähetimme sähköisen saatekirjeen (liite 1). Tarkoituksenamme oli haastatella vanhempia, jotka kaikki yhdeksän osoittautuivat sattumalta olemaan äitejä. Haastateltavien lapset olivat ikäjakaumaltaan 9 kk–7- vuotta.

Ottaen huomioon hallitsevan maailmanlaajuisen Covid- 19–pandemian, osan haastatteluista teimme puhelimitse etänä. Kasvokkain tehtävissä haastatteluissa huomioimme ja noudatimme yleisiä ohjeistuksia pandemiaan liittyen. Pandemian vuoksi julkisten paikkojen istumapaikat olivat suljettu ja tästä syystä yksi haastattelu tapahtui haastateltavan autossa parkkipaikalla, jolloin käytimme maskeja. Yhden haastattelun kesto oli keskiarvoltaan 39 minuuttia 58 sekuntia.

### 5.2 Teemahaastattelu

Tutkimusotteeksemme valitsimme teemahaastattelun. Halusimme haastateltavien vanhempien olevan sekä nähtävän tilanteessa subjektina sekä aktiivisina osapuolina opinnäytetyössämme. Myös Hirsjärvi & Hurme (2010, 35)



kertovat, miten teemahaastattelussa haastateltavat luovat merkityksiä, joka antaa haastateltaville mahdollisuuden ilmaista itseään vapaasti tutkittavan asian tiimoilta. Haastattelemamme vanhemmat saivatkin olla asiantuntijan roolissa. Haastattelutilanteissa korostimme, ettei ole olemassa oikeita tai vääriä vastauksia, vaan vanhempien omat kokemukset ja ajatukset kiinnostivat meitä. Teemahaastattelussa olennaisinta on, että se etenee tiettyjen teemojen varassa ja haastateltavien tulkinnat asioista ja niiden merkitykset ovat keskeisiä, jotka syntyvät vuorovaikutuksessa haastattelijan kanssa. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 48). Teimme ennen haastatteluja keskustelua ohjaavan rungon, mutta yksilöllisesti jokaisen haastateltavan kohdalla etenimme teemoissa haastateltavan ehdoilla niin, että teemojen järjestys ja laajuus vaihtelivat (liite 2). Tästä syystä tutkimuksessa käyttämäämme teemahaastattelua voidaan kuvata puolistrukturoituna haastattelumenetelmänä. (Eskola, Lähti & Vastamäki 2018, 30).

Jotta haastattelun ilmapiiri oli mahdollisimman miellyttävä sekä riittävän vapautunut, oli luontevaa aluksi ennen aiheeseen menemistä käydä keskustelua haastateltavan kanssa muista asioista kuin tutkimukseen liittyvästä tiedon keräämisestä. Tarkoituksena meillä olikin haastattelun aluksi luottamuksellisen keskustelusuhteen luominen. Haastatellessamme merkityksiä rakennettiin dialogissa ja haastattelijoina meidän tulikin miettiä miten voimme vaikuttaa haastattelutilanteen onnistumiseen. (Eskola ym. 2018, 36–37). Dialogisuutta on kuvattu sanomalla, että vastavuoroisuus on kuin tennis, palloa siirretään koko ajan puolelta toiselle ja dialogisuudessa parhaimmillaan molemmat ovat oppijoita. (Mönkkönen 2018, 108–109). Vuorovaikutustilanteissa haastattelijoina keskityimme toimimaan objektiivisesti tutkittavia teemoja kohtaan, huomioimme myös, ettemme johdatelleet haastateltavaa vastaamaan tietyllä tavalla, vaan esitimme avoimia kysymyksiä. Haastateltavien kanssa keskusteleminen olikin paljon peilaamista ja kuulemansa toistamista. Kasvokkain tapahtuneissa haastattelutilanteissa pyrimme kiinnittämään huomiota omiin eleisiimme ja ilmeisiimme, koska mielestämme ne korostuvat vuorovaikutustilanteissa. Maskien kanssa sekä etähaastatteluja tehdessä vuorovaikutustilanteen luottamuksen rakentamisessa korostimme äänenpainoa ja katsekontaktia.

### 5.3 Tutkimusaineiston analysointi ja tutkimustulosten esittely

Ei ole yhtä oikeaa tapaa tehdä analyysia laadullisesta tutkimuksesta. Opinnäytetyön tutkimuksessa emme etsineet yhtä oikeaa vastausta, vaan sitä millaisia kokemuksia ja huomioita tutkittavasta aiheesta nousi esiin. Haastatteluaineiston analyysin teimme purkamalla aineiston litteroinnin avulla. Litterointi on nauhoitetun haastattelun kirjoittamista sanatarkasti tekstiksi, niin että asian merkitys ei muutu. (Vilka 2005, 116). Haastattelut litteroimme mahdollisimman pian haastatteluiden jälkeen. Hirsjärven & Hurmeenkin (2010, 136, 138) mukaan litterointi on tärkeää suorittaa mahdollisimman pian haastatteluiden jälkeen, jotta asia on tuoreena mielessä ja sitä voidaan tarvittaessa täydentää. Yksi haastateltavista ottikin jälkikäteen yhteyttä ja halusi vielä täydentää haastatteluaan.

Kun olimme litteroineet haastattelut, aloimme etsiä niistä yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia. Paneuduimme sisällön analyysiin myös pian litterointien jälkeen. Koska tutkimme aihetta kahden tutkijan voimin, olemme perehtyneet myös toistemme tekemiin haastattelun litterointeihin, joka antoi mahdollisuuden uusille näkökulmille. Haluamme selkeyden vuoksi nostaa esiin, että teemahaastattelussa olevat teemat eivät ole samoja kuin analyysin tuloksina syntyvä aineiston ryhmittely. Tutkijoina meidän on pidettävä mielessämme, että emme liikaa ennako jäsennä analyysiä, vaan annamme tilaa aineistolle. (Juhila n.d.)

Opinnäytetyössämme käytimme aineistolähtöistä sisällönanalyysiä. Tuomen ja Sarajärven (2018) mukaan Miles ja Huberman (1994) kuvaavat aineistolähtöistä sisällönanalyysiä kolmivaiheiseksi prosessiksi, joista ensimmäinen on pelkistäminen eli aineiston redusointi, toisena ryhmittely eli aineiston klusterointi ja viimeisenä teoreettisten käsitteiden luominen eli abstrahointi. (Tuomi & Sarajärvi 2018). Sisällönanalyysin ensimmäistä vaihetta eli pelkistämistä lähdimme tekemään rajaamalla aineistosta ylimääräistä pois ja väri koodasimme samaa asiaa kuvaavat ilmaisut. Voidaan pitää luotettavana tietona, kun sama asia nousee monen ihmisen kertomana esiin. On myös otettava huomioon yksilöiden eriävät kokemukset sekä näkemykset. (Alasuutari 2011, 29–34.) Tässä kohtaa kirjasimme ylös post it- lapuille myös tutkimuksen kannalta

oleellisia haastateltujen sitaatteja. Tämän jälkeen jatkoimme sisällönanalyysin toiseen vaiheeseen eli ryhmittelyyn, jossa muodostimme esiin nousseiden pelkistämisen kautta ryhmiä ja muodostimme käsitteet, joiden pohjalta avaamme tutkimuksemme tulokset. Tutkimustuloksissa on nähtävillä esimerkit aineiston analysoinnista kuvioina 1 ja 2.

Litteroitaessa tekstiä ja haastateltavien sitaatteja oli tutkijana pysähdyttävä sanoman äärelle, että miten sitaatin tuo esille opinnäytetyössä, jotta sanoma pysyy juuri sellaisena sisällöltään mitä haastateltava haluaa kertoa. Tutkimustuloksissamme olemme sitaattien perään avanneet koodaamamme haastateltavat H1–H9 tutkimuksen luotettavuuden lisäämiseksi, kuitenkin anonymiys säilyen.

## 6 TUTKIMUSTULOKSET

### 6.1 Medialaitteet ja somen käyttö

Haastattelemamme yhdeksän äitiä kertoivat kaikki käyttävänsä älypuhelinta medialaitteenaan. Älypuhelimien lisäksi haastatteluissa mainittiin medialaitteista tietokone, tabletti sekä äly-tv. Facebook, Instagram sekä Whatsapp olivat kolme yleisintä haastateltavien käyttämää somealustaa. Muutama haastateltava kyseenalaisti ajatusta siitä, että toimiiko Whatsapp somealustana, tämän annoimme heidän itse määrittää. Yksi haastateltavista kertoi joskus olleensa somessa, mutta ei kuulu sinne enää.

Ni kyllä se välillä ärsyttää ja sattuu, ei pysy ihan niin samalla vauhdilla mukana, ku muut, mut ei ne mitään elämää suurempia asioita yleensä oo mistä jää paitsi. H2.

Teemahaastattelussamme kysyimme haastateltavilta syitä heidän somen käytölleen, joita nousi esiin monia. Syitä somen käytölle olivat esimerkiksi sosiaalinen ryhmäpaine liittyä someen, erinäiset keskusteluryhmät sekä vertaistuki somessa ja uteliaisuus toisten kuulumisia kohtaan. Haastateltavat kertoivat myös katsovansa uutisia somessa, etsivänsä sieltä erilaisia vinkkejä ja uusia ideoita sekä käyttävänsä somea myynti- ja ostopaikkana.

Se on ehkä uteliaisuutta, kiinnostaa mitä muille kuuluu. Et siä on kavereitten videoita ja kuvii. H6.

Varmaan suurimmaks osaks siihen, et siel tapaa muita ihmisiä samassa tilanteessa ja samoin myös kuulee kuulumiset kavereilta. H4.

Ajankohdat, jolloin äidit käyttivät somea, sijoittuivat lähinnä aamuihin ja iltoihin. Tosin haastatteluista nousi ilmi, että äidit käyttivät somea myös silloin, kun siihen oli arjen keskellä aikaa. Myös moni äideistä tiedostaen pyrki välttämään somen käyttöä tiettyinä ajankohtina, kuten esimerkiksi perheen yhteisissä ruokahetkissä.

Ku syödään, silloin ei oo mitään laitteita. Se on pyhä hetki, mut en kyl tiää onko mitää muita, ettei missään nimes some olis läsnä. H8.

Pyrin, etten olis kännykkä kädessä silloin, kun lapsi on hereillä. H4.

Osa haastatelluista äideistä olivat aktiivisesti mukana somessa esimerkiksi jakamalla kuvia arjestaan, kun taas toiset olivat passiivisia ja lähinnä seurailivat toisia somen käyttäjiä. Kuvien ja tietojen jakaminen lapsista jakoi mielipiteitä. Mielipiteitä muodostui siitä mitä voi jakaa omasta lapsestaan somessa. Osa ei halunnut laittaa lapsestaan kasvokuvia someen, kun taas osa saattoi päivittää someaan usean kerran viikossa. Osa haastatelluista äideistä pohti ja suhtautui kriittisestikin somen yksityisyyssetuksiin. Yksi haastateltavista toi ilmi, ettei osaa sosiaalisen median sääntöjä.

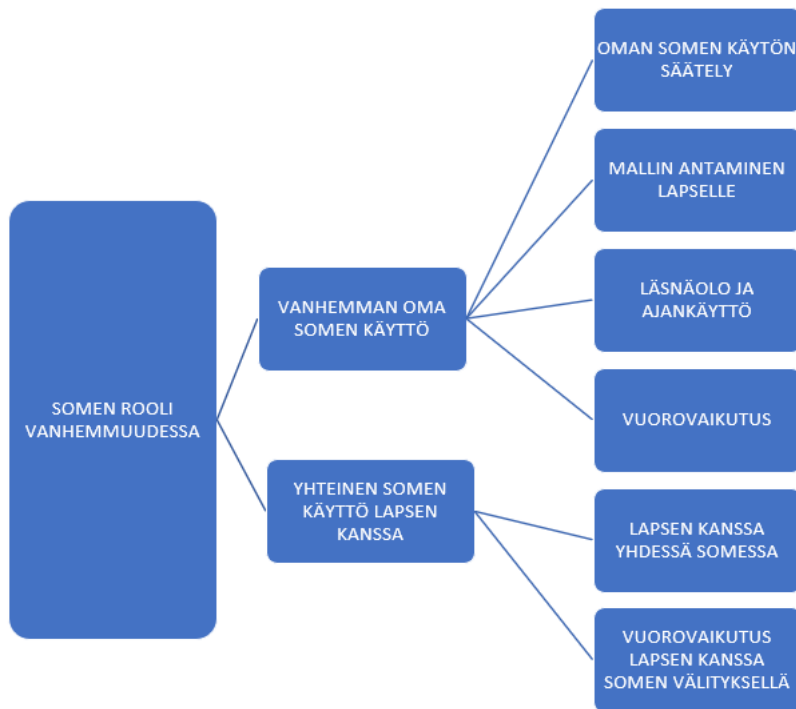
Osa haastateltavista kertoo kysyvänsä lapsen lupaa kuvan jakamiseen somessa. Haastateltavien mukaan lapsi kertoo itse joskus, jos haluaa kuvan someen tai, että kuva lähetetään jollekin. Yksi haastateltavista taas kertoi ottavansa lapsesta kuvan, mutta ei päivitä sitä somessa.

Et jos mä oon ottanut kuvan, ni se on sit vaan sukulaisille tai sitten viestiä. H1.

Sama haastateltava pohti, että nykykäyttäytymiseen vaikuttaa varmasti sosiaalisen median käytön aloituskohta, että onko käyttänyt sosiaalista mediaa ennen lapsen syntymää.

## **6.2 Somen rooli vanhemmuudessa**

Haastattelujen pohjalta somen rooli näyttäytyy vanhemmuudessa kaksijakoisesti. Äidit käyttävät somea joko yksin tai yhdessä lapsen kanssa. Seuraava kuvio 1 havainnollistaa tätä kaksijakoisuutta ja tuo ilmi niihin liittyviä sisältöjä, jotka avaamme tarkemmin tekstissä.



KUVIO 1. Somen rooli vanhemmuudessa

### 6.2.1 Vanhemman oma somen käyttö

Haastatteluissa tuli ilmi, että äidit suhtautuivat hyvinkin kriittisesti omaan somen käyttöönsä ja siihen, miten se vaikuttaa lapsen kanssa tapahtuvaan vuorovaikutukseen. Jokainen haastatelluista sanoi somen vaikuttavan läsnäoloon ja vuorovaikutukseen lapsen kanssa.

Eli, kun käytän hänen läsnä ollessa eli joo olen huomannut totta kai, hän on niinku, et hei sä et ole läsnä. H1.

Moni äideistä toi myös esiin, ettei somesta ainakaan mitään hyötyä ole vuorovaikutussuhteeseen lapsensa kanssa, pikemminkin se on osin lapsilta pois aikaa. Muutamalla haastateltavalla oli myös vahva mielipide siitä, että some on turhaa ajantäyttöä, mitä ilmankin pärjää.

Pahahan se on, loinen, se sosiaalinen media. Siihen on pakko keskittyä ja se on vähän turhanpäistä, ku mäkin ihan hyvin pärjään ilmankin sitä. Jossain instagramissaki, ni ihan turhiahhan ne on, ajantäyttöä, ei niistä mitään hyötyä ole, suurimmalta osalta. H5.

Koen olevani oikeesti tosi poissaoleva siinä hetkessä. En niinku yhtään läsnä lapsille. Enemmän se on sitä, et äiti on nyt täs somes ja on ärtysämpi, ku he tulee ja enks mä vois olla sen ajan heidän kanssaan – – en mä kyl siihen mun ja lasten väliseen löydä mitään hyvää. H7.

Osa haastateltavista toi esiin näkökulman, ettei lapsi tiedä oletko kännykällä esimerkiksi hoitamassa asioita vai oletko somessa. Haastatteluissa korostuikin enemmän kännykän rooli vaikuttajana vuorovaikutukseen kuin itse somen. Äidit nostivat haastatteluissa kuitenkin ilmi, miten lapsi vaistoaa ja huomaa, kun äidin huomio on keskittynyt hänen sijaansa johonkin muuhun.

Ei se ole se sosiaalinen media, vaan se kännykkä. Eihän lapsi tiedä oonko sosiaalisessa mediassa, vaan kännykällä. H1.

Toisaalta puhelimella hoitaa kaikki kauppa-asiat ja pankkiasiat ja kaikki muutkin, eikä pelkästään vaan somee tuijota. H4.

Pieni vauva saattaa positiivisin elein ilmaista saadessaan äidin huomion ja isompi lapsi osaa jo sanallisesti tuottaa haluavansa äidin huomiota. Moni äideistä koki myös negatiivisia tunteita, jos ei ollut lapselleen tarpeeksi läsnä.

Jotenkin sitä välillä havahtuu siitä puhelimesta, ku se lapsi tuijottaa ja haluaakin huomioo, ja sillon on itelläkin vähän huono omatunto, että miten sitä taas siihen puhelimeen tuijotti – – ni kauheen leveää hymyhän sieltä tulee aina, et minä sainkin huomioo, eikä se puhelin. H4.

Koska sehän menee suoraa sieluun tommonen ja sit on sillai, et joo tietysti laitan tän heti pois. Aina välillähän tulee aina just sillee, et äitiii, voitko olla kattomatta sitä puhelinta ja kato tätä mun juttua. Siitä tulee aina tosi paha mieli. H8.

– – ehkä häntä ärsyttää se, et mä en sitä anna täysillä, kuuntelen joo, mut en täysillä ja ajatus ei oo täysin läsnä siinä mejän hetkes ja sit tullaan roikkuun ja hakee se huomio tavalla tai toisella. H9.

Kun lapsi keskeyttää äidin oman somen käytön, moni haastateltavista kertoi antavansa huomionsa yleensä aina lapselle. Osa äideistä kuitenkin kertoi kokevansa turhautumista, kun lapsi keskeyttää äidin oman somen käytön, mutta some on aina myös pistettävissä pois.

Se on kuitenkin sellanen minkä pystyy aina keskeyttämään, etenkin jos lapsi pyytää. Somessa, ku mä oon, ni silloin ei tuu sitä sellasta, et odota äitillä on nyt tärkeä juttu kesken. H3.

Yleensä somessa ei oo kyllä mitään niin akuuttia, et ois pakko tehdä loppuun – – kyl somekeskustelut pystyy jättään sivuun, et sit puhelin menee pois ja jatkaa siinä vaihees, ku lapsi menee unille tai on muuten keskittynyt johonkin omaan leikkiinsä. H4.

Moni äideistä kertoi, ettei pysty olemaan sekä somessa, että vuorovaikutuksessa lapsensa kanssa. Ainoastaan yksi haastateltavista äideistä toi ilmi pelailevansa samalla, kun leikkii lapsensa kanssa.

En pysty tekemään sellasta, et otan niinko hänet syliin ja sit vaan jatkan kännykällä olemista – – se jäis kyl aika paljon se lapsen hetkessä eläminen niinku unholaan sitten siinä. H1.

No mä yhdellä sormella pelailen ja toisella leikin hänen kanssaan, et mul on yhdessä kädessä joku auto ja toisessa puhelin, siinä mielessä mä oon niinku molemmissa mukana. H5.

Tutkimustuloksistamme käy ilmi, että kaikki haastateltavat kokivat somen olevan heidän omaa aikaansa, eräänlainen taukopaikka vanhemmuudessa, johon he voivat uppoutua, saavat muuta ajateltavaa ja olla hetken rauhassa. Haastateltavista yksi toi myös esiin, miten oli valmis nipistämään, vaikka yöunista omalle somehetkelle.

Et ei nyt varmaan kaikki kykene olemaan ihan täysin ilman kännykkää, koska tämä arki on kuitenkin aika raskasta olla, varsinkin jos aamu alkaa viideltä ja päättyy ilta kymmeneltä ja tällasta, niin kyllä siinä äitikin varmaan kaipaa sitten aina välillä, että nyt aivot muualle, ihan vaikka viisi sekuntia, äiti käy vessassa ja ottaa vaikka kännykän mukaan tai jotain muuta vastaavaa, et on hetken aikaa ihmisten parissa. H1.

Ku on pienet lapset ja sä haluat sen hetken pois siitä todellisuudesta, et saat kattoo joidenkin muiden todellisuutta. H7.

Mä oon jotenkin aatellu, et se hetki töitten jälkeen on mulle ja mä oon ansainnu sen. H9.

Haastattelemamme äidit myös pohtivat, millaista mallia näyttävät lapselleen omalla käytöksellään viettämällä aikaa somessa kännykällä. Haastatteluissa tuli myös ilmi isän rooli somen käytön mallin antamisessa.



Puhelin on ehkä lapselle viihdekäyttöön just ja sit ne ajattelee just, et aikuiset saa siitä kans jotain sellasta viihdykettä koko ajan itselleen eikä tee lapsen kans jos vaikka toinen tulee ja sanoo, et tuuks leikkii nukkejen kanssa, ni sit sä ootki kännykällä ja se on pois lapselta ja kyl lapsi sen näkee ja miettii sitä varmasti. H6.

Sit just ku mä nään sen miehen siä sohvalla kännykkä kädes ja lapset pyörii siinä ympärillä ja haluaa huomioo ja tökkii, et isi, isi, isi, ni mä nään sen niinku ihan punasena, et pistä ny perkele se puhelin poijjes, et ku ne lapset haluaa huomioo ja sit mä en yhtään ymmärrä sitä, ku mies on sanonu, et hei voit kattoo peiliin. Sit oon vaan, et miten niin, ei mul oo ikinä puhelin kädes. Aivan. H7.

### 6.2.2 Yhteinen somen käyttö lapsen kanssa

Moni haastateltavista äideistä mainitsi käyttävänsä somea yhdessä lapsen kanssa. Somen yhdessä käyttäminen on haastateltavien mukaan esimerkiksi videoiden ja kuvien katselua, joka on sellaista mihin voi ottaa lapsen mukaan. Haastateltavat mainitsivat myös, että heidän lapsiansa kiinnostaa somen sisältö, mutta kaikki sisältö ei kuitenkaan sovi lapsille.

Mut, ku ei niitä aikuisten videoita voi näyttää. Et kiinnostaa tottakai ja sit se, et mitä, ku mä en näytä, ni kiinnostaa viä enemmän. H7.

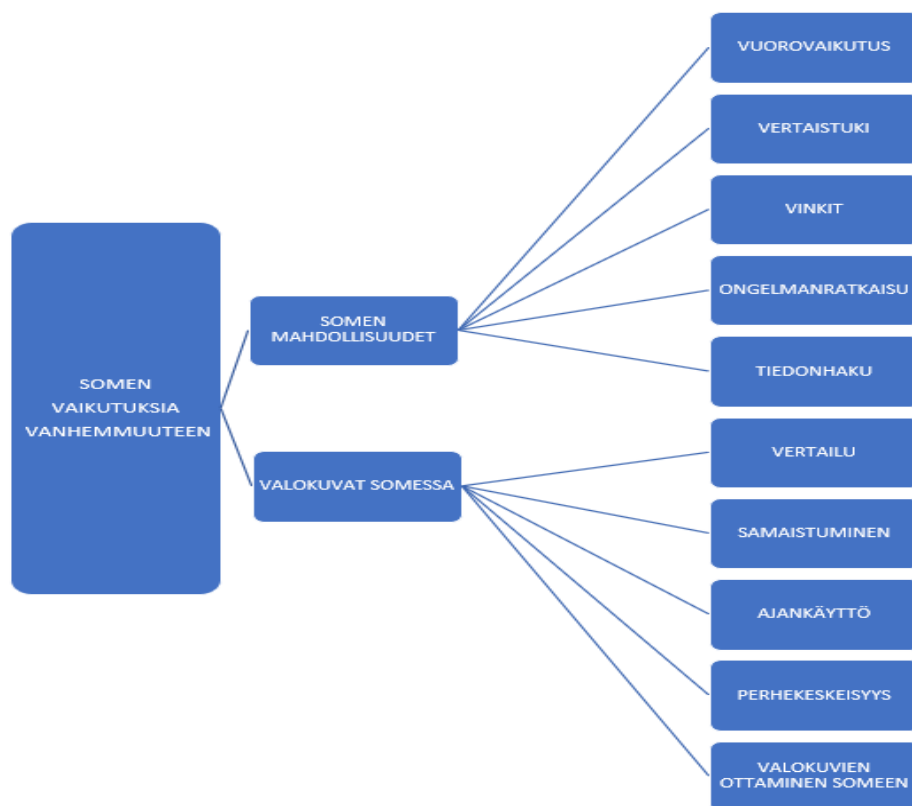
Jos siä on esimerkiks kaverin päivityksiä sen lapsesta, ni kerron kuvasta ja kuvatekstistä lapsille mistä on kyse. H8.

Yksi haastateltavista kertoi miettineensä paljon somen asemaa yleensä ja sitä, miten helposti vanhempi sukupolvi mieltää sen niin sanottuna turhana ajankäyttönä. Hän koki myös, että pienen lapsen kanssa somen käyttöä tulisi vähentää, jotta saisi luotua lapsen kanssa vuorovaikutusta enemmän. Hän myös toivoi somesta tulevaisuudessa sellaista paikkaa, jossa olla vuorovaikutuksessa lapsensa kanssa.

Vaikka se on erilaista kommunikointia, kanssakäymistä ja vuorovaikutusta, niin siellä sosiaalisessa mediassa, ni mä en koe kuitenkaan, että se olis niinku välttämättä silleen alisteinen normi vuorovaikutukselle jos siellä on niinku, et se voi olla niinku vaan erilaista. H3.

### 6.3 Somen vaikutuksia vanhemmuuteen

Tutkimuksessa halusimme selvittää millaisia ihanteita ja paineita vanhemmat kokivat somen luovan vanhemmuuteen. Tutkimustuloksista selviää, että some luo haastattemillemme äideille sekä ihanteita että paineita vanhemmuuteen. Etenkin valokuvat somessa aiheuttavat samaan aikaan kumpaakin samalle haastateltavalle. Haastateltavien mukaan some sisältää myös paljon erilaisia mahdollisuuksia. Seuraava kuvio 2 havainnollistaa haastatteluista esiin nousseita asioita, joita haastateltavat kokevat ihanteina ja paineina.



KUVIO 2. Somen vaikutuksia vanhemmuuteen

#### 6.3.1 Somen mahdollisuudet

Somessa ollaan yleensä vuorovaikutuksessa toisen ihmisen kanssa. Haastattemamme äidit kertovat somessa kuulevansa kuulumiset kavereilta ja katsovansa kavereiden videoita sekä kuvia. Haastattemamme äidit myös korostivat somesta saamaansa vertaistuen tärkeyttä. Somen avulla moni äideistä

on löytänyt muita samanikäisten lasten äitejä, joiden kanssa pitää nyt yhteyttä sekä somessa että tapaamalla kasvotusten toisiaan.

Voisin sanoa, et kiitos niinko facebookin kautta, että pystyin niinko saamaan nyt vertaistukea, se on nyt se merkittävin. H1.

Ehkä se on se vertaistuki. Sellasia vinkkejä, et miten joku toinen on tehnyt asioita. Sitä kautta se vertaistuki. H6.

Somesta haetaan myös paljon erilaista tietoa, vinkkejä ja yksi haastateltavista vertasi sitä myös ongelmanratkaisupaikaksi, josta löytää apua ympäri vuorokauden.

Et monesti on se huolestuminen, joka on se äidin kaveri niinku joka päivä kellon ympäri, että pitääkö olla huolissaan. H1.

Somesta etsitään myös vinkkejä esimerkiksi sisustukseen- ja remontointiin, lapsen kasvatukseen, ruoanlaittoon tai siihen, mitä lapsen kanssa voisi tehdä ja minne mennä. Haastatteluissa äidit kertoivat poimivansa somesta erilaisista ryhmistä hyvää tietoa, jotka ovat pinnalla tällä hetkellä liittyen, vaikka sormiruokailuun, unikonsulttien vinkkeihin tai hyviin turvaistuimiin.

– – somesta löytää kaikennäköisiä vinkkejä just mitä sen lapsen kans voi tehdä – – sekin on ollut taas semmonen positiivinen somen tuoma juttu. H4.

Jos jollain on vaikka sama ongelma, ku mulla, ni vaikka esimerkiksi nukutuksessa, ni sit siihen saan apuja. H6.

Haastattelemamme äidit suhtautuivat kuitenkin silti somesta löytämiinsä ongelmanratkaisuihin ja tietoihin kriittisesti ennen kuin soveltavat niitä omaan elämäänsä. Yksi haastateltavista toi ilmi, että ikä, elämäkokemus ja varmasti myös koulutustausta on tuonut kriittistä lähdeajattelua myös somessa.

Et he on tehny näin, mut se ei tarkoita, et mitä mä teen, mä voin tehdä ihan oman päätöksen, mut vähän sellasta galluppi-tyylistä kysymystä. H1.

– – mä luen kauheesti, kaivan kaiken tiedon esiin ja vasta sitten sovellan omaan elämään – – pystyy siitä päättelemään mikä sopii omaan elämään parhaiten – – en ota totena kaikkea mitä somesta luen, vaan etsin ne lähteet niihin. H4.

### 6.3.2 Valokuvat somessa

Haastattelemamme äidit toivat esiin, miten somessa olevat valokuvat korostavat äitejä ”superäiteinä” ja ”täydellisinä naisina”. Äidit kertoivat haastatteluissa, miten kuvat somessa ovat ”siloteltuja” ja ”kiiltokuvamaisia”.

Just sellanen ulkonäkökeskeisyys, mikä ei niinkään liity siihen itseen tai varsinaisesti siihen lapseen, vaan niinku sellaseen materiaan. H3.

Äidit pohtivat kuvien pohjalta ajankäyttöä, että miten muut äidit ehtivät ottamaan siloteltuja valokuvia arjen keskellä ja tekemään niistä reaaliajassa somepäivityksiä. Vaikka osa haastattelemistamme äideistä toimi passiivisena somessa, ei se suinkaan tarkoita, etteivätkö he ylipäättään ottaisi kuvia lapsestaan tai tekisi erilaisia asioita perheen kesken. Yksi haastateltavista koki, että somen kiiltokuvamaisuuden vuoksi, heidän arkensa ei ole tarpeeksi hohdokasta ja wau- fiiliksiä herättävää, joten ei edes kannata somea päivittää.

– – touhuta kauheesti lapsen kans koko ajan ja aktivoida ja opettaa ja leikkiä, et vois hyvin kuvitella, et jos ihan kaikkee toteuttais mitä tulee somessa vastaan, ni saa kauheen burnoutin siitä lapsen hoitamisesta, et kyl se saattaa varmaan jonkin verran paineita luoda. H4.

– – sen elämän pitäis olla niin, sun pitäis olla niin superäiti, sun pitäis just leikkiä lasten kanssa, olla läsnä, mut sit toisaalta sun pitää niinku koko ajan puunata sitä kotia, ja tehdä ruokaa, ja pestä pyykkiä ja kaikki pitää olla niin viimisen päälle. H7.

Haastattelemamme äidit pohtivat, että meneekö somessa näkyvä kiiltokuvamaisuus ylisuorittamiseksi, koska todellisuus voi olla jotain ihan muuta. Äidit kertovat ymmärtävänsä, ettei somessa näkyvä elämä ole realistista.

Mä en jotenkin usko, et kenenkään elämä voi olla sellasta. H7.

Ja kyllä siis varmaan moni tietää, et se ei oo sellasta ruusuilla tanssimista, mitä somes annetaan ymmärtää. H8.

Yksi haastateltavista toi esiin miten hänen mielestään somessa on läsnä selkeästi kaksi eri puolta ja kiiltokuvamaisuuden lisäksi naureskellaan sille ihanan epätäydelliselle lapsiarjelle. Haastateltava kertoi, että molemmat puolet ovat esillä heidänkin arjessaan.

On just toi tollanen kiiltokuvapuoli, mikä on niinku, että just näytetään sitä, että kaikki ei oo puklurättejä ja sotkusta olkkaria ja niinku tällasta ja on lapset puettu kauniisti ja on ihania perhehetkiä ja tällasta, mut on selkeesti myös se toinen puoli, et jotkut niinkun haluaakin tuoda esiin sen sellasen raadollisen puolen, et vaikka laitetaan kuva someen, et siivosin 10 min sitten ja nytten kämppä näyttää tältä. H3.

Samanaikaisesti, kun ”siistejä kuvia” tykätään katsoa somessa, on myös lohdullista lukea ja nähdä kuvia ”normiarjesta”. Sellaisia hauskoja tilannekuvia ja päivityksiä somessa on haastateltavien mukaan hauska lukea, johon äidit pystyvät myös samaistumaan.

Kerrotaan, vaikka miten on mennyt kauppareissu, monta raivaria tullut lapsella ja miten selvitty niistä ja mistä raivarit on tullu ja niinku tällasia. H3.

Osa haastatelluista äideistä kokee ihanteena, miten somessa näkyvistä kuvista nousee esiin perhekeskeisyys. Valokuvissa somessa haastateltavien mukaan korostetaan sitä, että ollaan yhdessä perheenä tekemässä jotakin eikä niinkään, että lapset tekevät omat juttunsa ja aikuiset omansa. Perhekeskeisyyden lisäksi luonnonläheisyys mainittiin ihanteena somessa näkyvissä kuvissa.

Et niinku lapsen kanssa tehdään, ei välttämättä tuoda sellasia harrastusjuttuja ja muita – – vaan perheen yhteinen aika, käytiin paistamassa makkaraa kodalla, niinku tällasii, et se on ehkä yks mikä näkyy. H3.

Moni haastateltavista toi esiin, että somessa näkyvä kilpavarustelu on kovaa. Haastateltavat olivat sitä mieltä, miten vanhemmilla on kovat paineet siitä, mitä kaikkea pitää olla ja tehdä ja lisäksi trendit muuttuvat koko ajan. Esimerkkeinä äidit nostivat esille lasten merkkivaatteet, ruokailun, siistin kodin ja lasten kanssa aktiivisen ajanvieton. Äidit kokivat somessa näkyvien kuvien pohjalta paineita omaan vanhemmuuteensa.

Mut onhan se kiva, kun näkee, että joku lapsi tai äiti tehnyt jotain uutta, et wautsi wau – – no käydäänkö tossa salessa, mut en mä viitti ottaa siitä mitään instagram päivitystä, enemmänkin se pitäs olla jotakin tällasta, että wau, ravintolassa käynti lapsen kanssa ja hänellä on erittäin siistit vaatteet eikä hän oo sotkenut yhtään. H1.

Tulee niinku semmosia paineita, et ai vitsi munki täytys lähtee käymään jossain kotielänpuistossa silloin ja tällön ja viedä, et jos ei

vie lasta jokapuolelle ja tee hänen kanssaan tällasia asioita, ni sitten on epäonnistunut. H2.

Ku mä kattelen muitten sometilejä ja siä on tällai ihanasti Gugguuseen puettuja lapsia ja täydelliset ateriat ja kaikki on nätisti. H7.

Kaikki haastateltavat toivat haastatteluissa ilmi vertailevansa itseään ja toimintaansa vanhempana toisiin vanhempiin. Vertailua tehtiin somessa helposti siellä näkyvien valokuvien kautta.

Pitäs olla siisti koti ja täydellisesti puetut lapset ja aina tehä ihanaa kotiruokaa. Koskaan ei saa antaa niitä pinaattilättyjä. Et jos muutkin tekee ja pystyy pyörittään tollasta, et ne ei tarjoo eineksiä, ni kylhän munkin tarvii pystyä siihen. H7.

Just nää kuntoilut ja nää, mikkä sit taas ehkä liittyy omaan itteensä –  
– vittu toi on taas juossu 10 kilsaa ja mä vaan tässä taas syön. H8.

Et näkee jonkun aktiivisuutta oikein tosi paljon ja ei oo ite saanu mitään aikaan. H9.

Osa haastateltavista kokee somessa näkyvien valokuvien kuitenkin myös kannustavan yrittämään vanhemmuudessa enemmän. Näin ollen valokuvien ottamisesta koetaan paineita, mutta myös ihanteita. Haastateltavien mukaan some kannustaa valokuvien avulla ottamaan kuvia perheen arjesta, vaikkakaan ei niitä someen lataisi.

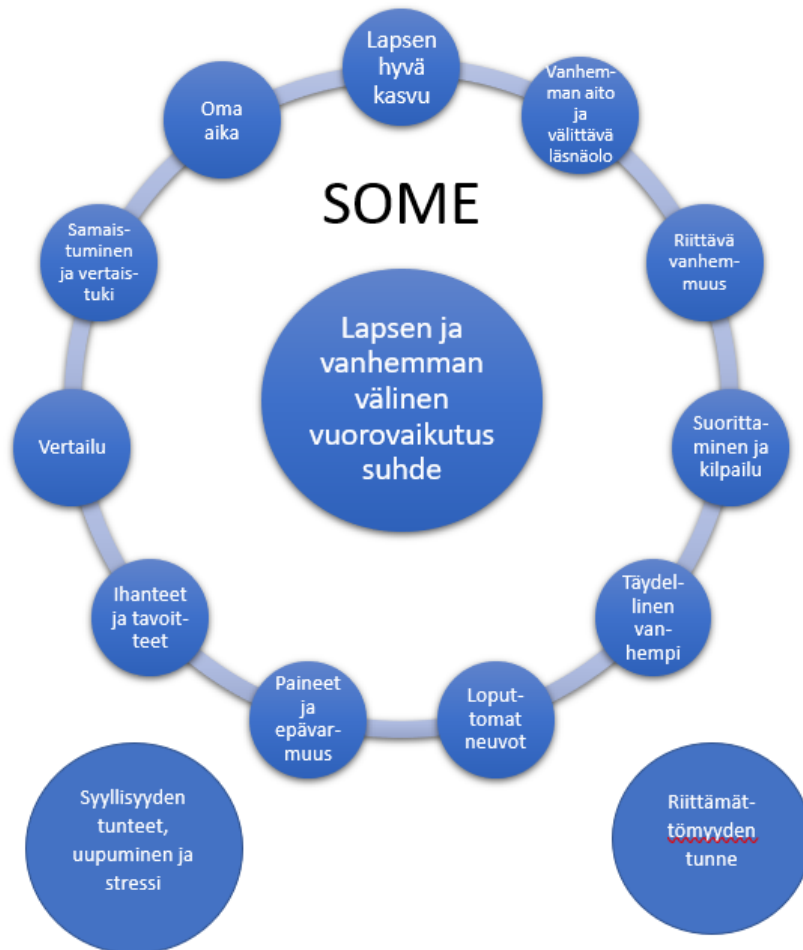
Jotenkin ajattelen niin, et ne pistää mua yrittään enemmän, se on se paine, mutta siis joo, taas se realismi muistaa. H7.

Ni ehkä tavallaan se sosiaalinen media sitten panostaa siihen, että niinku ota kuvia, jotka voi laittaa sosiaaliseen mediaan, mutta mulla jää enemmän, et otan niitä kuvia, mut en laita mihinkään sosiaaliseen mediaan. H1.

## 7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimuksemme aihe on ajankohtainen sosiaalisen median käytön ollessa suurta. Some on tullut jäädäkseen, jonka vuoksi ihmisten välinen viestintä on muuttunut pysyvästi ja olemme lähes aina saavutettavissa. Arjessa emme kykene juurikaan enää väistämään somea tai sen merkitystä yksilöille, yhteisöille tai yhteiskunnalle. (Matikainen & Huovila 2017). Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa tietoa tutkimuksen avulla sosiaalisen median näyttäytymisestä lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutussuhteessa vanhempien kokemana. Tutkimuksen tavoitteena oli saada kuvaa somen luomista vanhemmuuden ihanteista ja paineista sekä millaisena vanhemmat ne kokevat. Haastateltavista kaikki yhdeksän olivat sattumalta äitejä. Tutkimusmenetelmänä käytimme laadullista tutkimusta ja teemahaastattelut teimme yksilöhaastatteluina. Kuten jo lähtökohdissa mainitsimme, taustaoletuksemme tutkijoina oli, että some vaikuttaa enemmän negatiivisesti kuin positiivisesti lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutussuhteeseen. Tutkimustulokset vahvistivat tämän taustaoletuksemme todeksi, mutta tutkimuksen mukaan ilmeni myös somen pitävän sisällään paljon positiivisia ihanteita paineiden lisäksi.

Tutkimustuloksista tekemiemme havaintojen perusteella haastattelemamme äidit olivat pohtineet oman somen käyttöä ja sen mahdollisia vaikutuksia vuorovaikutussuhteeseen lapsen kanssa jo ennen tekemiämme haastatteluja. Kuvio 3 osoittaa, miten lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutussuhde on vanhemmuudessa keskeisessä asemassa. Kuten aiemmin olemme todenneet lastenkasvatuksessa ei ole kaikille yhtä sopivaa reseptiä, kuitenkin yksi fakta on, että kahdenkeskisellä vuorovaikutuksella on monia tärkeitä vaikutuksia lapsen kehitykseen, riippuen myös vuorovaikutuksen laadusta. (Honoré 2010, 56). Saamiemme tutkimustulosten perusteella loimme kuvion 3, joka selventää haastattelemiemme äitien kokemia monenlaisia tunteita ja ajatuksia, joita some voi olla joko vahvistamassa, heikentämässä tai tukemassa. Kuviolla 3 haluamme avata myös sitä, miten moniulotteisena some näyttäytyy tutkimustulostemme mukaan. Myös Hakala (2019, 92) vahvistaa sekä tutkimuksemme tuloksia että omaa mielipidettämme siitä, miten herkkänä ja ristiriitoja herättelevänä paikkana sosiaalisen median koetaan olevan.



KUVIO 3. Somen moniulotteisuus vanhemmuudessa

Ensimmäisenä tutkimuskysymyksenämme oli, miten some näyttäytyy lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutussuhteessa. Haastatteluista ilmeni, että some näyttäytyy vanhemmuudessa kaksijakoisesti, vanhempi käyttää somea yksin tai yhdessä lapsen kanssa. Vanhemman oma somen käyttö oli haastattelujen perusteella isommassa roolissa kuin vanhemman käyttäessä somea yhdessä lapsen kanssa. Kaikki haastattelemamme äidit kertoivat olleensa joskus tilanteessa, jossa some varastaa tilaa vuorovaikutukselta. Tutkimuksemme osoitti, että some vaikuttaa äidin ja lapsen väliseen vuorovaikutussuhteeseen, etenkin läsnäolon merkitys nousi esiin. Lisäksi tutkimuksemme mukaan ilmeni, ettei somen käyttämisestä ollut hyötyä vuorovaikutussuhteeseen lapsen kanssa. Liittyen vuorovaikutussuhteeseen kuvailivat haastattelemamme äidit somea muun muassa turhana ajantäyttönä. Haastatteluissa kännykän rooli vaikuttajana vuorovaikutukseen korostui kuitenkin enemmän kuin some. Huolimatta siitä, oliko vanhempi kännykällä somessa vai maksamassa esimerkiksi pankin sivuilla laskuja, nousivat vanhemmuudessa



koettavat riittämättömyyden tunteet vahvasti esiin, kun ei ollut tarpeeksi läsnä ja vuorovaikutuksessa lapsensa kanssa. Haastattelemistamme äideistä kahdeksan kokivat vaikeaksi olla läsnä sekä somelle että lapselle yhtä aikaa, ainoastaan yksi äideistä kertoi voivansa olla läsnä ja pelaila yhtä aikaa. Tuloksista ilmeni, että riittämättömyyden tunne johti syyllisyyteen (kuvio 3), jolloin vanhemmat olivat valmiita laittamaan lapsensa somen edelle.

Riittämättömyyden tunteiden keskellä haastateltavat äidit kuitenkin kokivat somehetken olevan heidän omaa aikaansa, eräänlainen taukopaikka vanhemmuudesta, joka on heille oikeutettua. Vaikka puhutaan arjen tärkeydestä perheissä, saattaa se myös olla tylsää ja siihen halutaan jotain ajanvietettä. Muun muassa Hakala (2019, 90–91, 95) kirjoittaakin, miten virtuaalimaailma tarjoaakin kelle tahansa hyvän paikan paeta arkea, ja miten vanhemmuudessa välillä on hyvä purkautua ja rentoutua, joka onnistuu esimerkiksi somen päivittämisellä.

Samaan aikaan haastattelemamme äidit olivat huolissaan siitä, millaista mallia näyttävät lapsilleen olemalla somessa kännykällään, koska lapset tarkkailevat vanhempiaan ja ottavat heistä mallia. Näin ollen Kamenetzin (2018) mukaan vanhempien tulisikin puuttua omiin tekemisiinsä eri medioissa ja siellä käytettyyn aikaan. Vanhempi voi esimerkiksi kertoa lapselle mitä hän tekee somessa, oli kyseessä sitten viestisovellus tai kuvien julkaisemiseen perustuva alusta. Lapsen silmissä somesta sekä älypuhelimesta tulee turvallisempi paikka, eikä pelkästään kasvoton asia, jolle vanhempi hymyilee tai suutahtaa puhelinta katsoessaan. (Kamenetz 2018, 273.) Samalla rehellisyys lapselle saa vanhemman tietoisemmaksi omasta ruutuajastaan ja mitä siellä tekee.

Kun vanhempi käyttää somea yhdessä lapsensa kanssa, on se tutkimuksemme mukaan lapsille sopivien ja perhetuttujen kuvien sekä videoiden katselua. Haluamme nostaa esiin, miten tutkimuksemme osoitti somen olevan paikka, jossa toimia vuorovaikutuksessa lapsensa kanssa hänen kasvaessaan. Mielestämme tämä vahvistaa ajatusta, miten somen käyttäminen ei ole pelkästään negatiivista, vaan sen voidaan nähdä vuorovaikutusta vahvistavana tekijänä.

Toisena tutkimuskysymyksenämme oli, millaisia ihanteita ja paineita some luo vanhemmille ja millaisina he kokevat ne. Tutkimustulostemme mukaan some luo sekä ihanteita että paineita haastattelemillemme äideille. Etenkin valokuvien merkitys nousi esiin, joiden kautta voidaan omaksua kumpaakin. Ihanteina eli somen positiivisina vaikutuksina nousivat esiin vertaistuki, tiedonhaku, vinkit sekä ongelmanratkaisu.

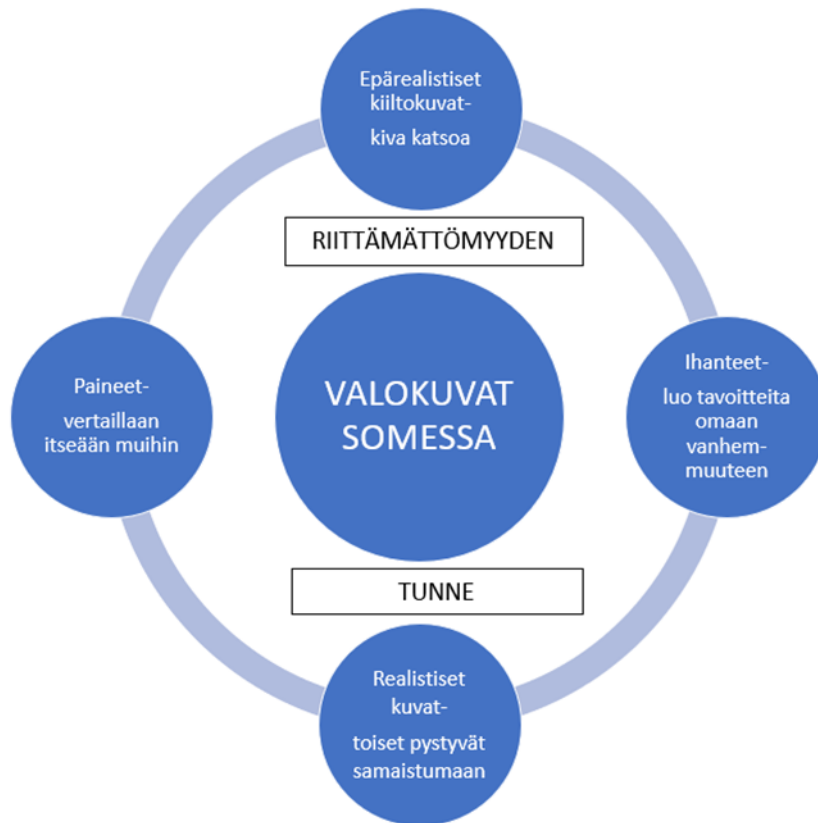
Tärkeimpänä johtopäätöksenä ihanteiden kannalta voidaankin pitää, miten some mahdollisti haastattelemiemme äitien mukaan vuorovaikutuksessa olemisen ja vertaistuen saamisen. Osittain somen kautta on haastateltavien mukaan syntynyt erilaisia vertaistukiryhmiä, joissa on tavattu kasvotusten myös internetin ulkopuolella. Myös Hakalan (2019, 93) mukaan somesta on paljon iloa ja apua, esimerkiksi yhteisöpalveluiden kuten Facebookin ja Whatsappin avulla moni vanhempi verkostoituu ja on yhteydessä samassa elämäntilanteessa oleviin ystäviin. Moniin vanhemmuudessa askarruttaviin kysymyksiin kokivat haastateltavat saavansa apua missä ja milloin tahansa. Nykypäivänä some on tukena ympäri vuorokauden, kun vanhemmat kaipaavat lohtua, neuvoja tai vahvistusta omille ajatuksilleen. (Kamenetz 2018, 276–277). Tutkimuksestamme ilmenikin, miten tärkeää on löytää tukea juuri silloin, kun sitä tarvitsee, esimerkiksi vauvavuosina keskellä yötä. Kamenetz (2018, 281) vahvistaa tutkimustulostamme siitä, miten somesta on muodostunut monenlaiselle ryhmälle suuri voimavara sekä sen, että sosiaalisen median paras puoli on saada vertaistukea samassa tilanteessa olevilta.

Haastattelemamme äidit suhtautuivat kuitenkin kriittisesti löytämäänsä tietoon. Ennen kuin sovelsivat omaan elämäänsä. Myös Kamenetz (2018, 279–280) painottaa, miten somen yhteydet ovat harvoin neutraaleja ja monella on tapana parannella sekä kaunistella somessa näkyvää elämää. Esimerkiksi puhuttaessa lapsen eri kehitysvaiheista, on niillä toki merkityksensä, mutta vanhempien olisi kuitenkin hyvä muistaa, miten eri kehitysvaiheisiin tulisi suhtautua yleisinä ohjenuorina, eikä päivittäisinä aikatauluina. (Honoré 2010, 60).

Tutkimustuloksista ihanteiden ja paineiden osalta haluamme nostaa esille valokuvat somessa (kuvio 4), koska sosiaalisen median alustoista suurin osa perustuu kuvan julkaisemiseen. Haastattelemamme äidit kuvasivat somessa

näkyviä valokuvia kiiltokuvamaisina ja siloteltuina. Samaan aikaan he suhtautuivat näkemiinsä kiiltokuvamaisiin kuviin kriittisesti ja ymmärsivät, etteivät ne välttämättä vastaa realistista kuvaa perhearjesta. Haastateltavat kuvasivat somesta löytyvän myös kuvia, jotka kuvaavat heidän mielestään realistisesti perheiden normaalia arkea, jossa näkyy muun muassa siivoton koti tai raivarin saanut lapsi. Tällaisiin kuviin haastateltavat pystyivät samaistumaan. Kuitenkin näitä kiiltokuvamaiseksi kuvattuja kuvia myös tykättiin katsoa somessa ja ne koettiin ihanteina, joissa haastateltavien mukaan koti näkyy siistinä ja perhekeskeisyys on läsnä. Parhaimmillaan kuvat somessa antavat tutkimuksemme mukaan tavoiteltavaa ja kannustavat ylipäätään ottamaan omastakin perhearjesta kuvia.

Reenkolan (2012, 57–58) mukaan ihanteet vanhemmuutta kohtaan voivat kuitenkin olla kohtuuttomia, jolloin vanhempi voi tuntea riittämättömyyden tunteita. Kuviolla 4 olemme halunneet havainnollistaa, miten valokuvat somessa luovat haastatelluille äideille ihanteiden lisäksi paineita omaan vanhemmuuteen sekä vanhempien välistä vertailua, jossa riittämättömyyden tunne on läsnä. Algoritmien takia vanhempi helposti pyörii riittämättömyyden tunteessa, koska some toimii niin, että jatkossakin se nostaa esiin katsojalleen vastaavanlaisia valokuvia.



KUVIO 4. Valokuvat somessa ja riittämättömyyden tunne

Toisiin vertailu voi monesti aiheuttaa tunteen omasta huonommuudesta ja täydellisyyden tavoittelusta voi syntyä stressiä sekä syyllisyyden tunteita. Aiemmin mainitsemamme VoiKu- tutkimuksenkin (2019) mukaan korkeat vaatimukset sekä itsestään, että ulkoapäin tulevista odotuksista uuvuttavat vanhemmat. Vaikka vertaistuki nähdään pääasiassa positiivisena, voi vertaistukeen liittyä myös vertailua, äitien välistä kilpailullisuutta ja vertaispainetta. (Rotkirch & Saloheimo 2008, 84). Vanhempana tulisi välttää vertaamista itseään muihin puhutaan sitten lasten harrastuksista, merkkivaatteista tai muusta monipuolisen toiminnan järjestämisestä lapselle. Tärkeintä on, että vanhemmat ovat läsnä lapsillensa heidän elämässään. (Hakala 2019, 43; Kyrönlampi-Kylmänen 2010, 119; Kristeri 2008, 62). Riittämättömyyden tunteiden keskellä, vanhemman tulisi olla armollinen itseään kohtaan ja muistaa, että kyllin hyvä on lapsen kannalta kaikista paras. (Sinkkonen 2012, 83, 112; Kyrönlampi-Kylmänen 2010, 129).



## 8 POHDINTA

### 8.1 Eettisyys ja luotettavuus

Eettisyys ja luotettavuus kulkivat mukana koko opinnäytetyönprosessin ajan. Tuomen & Sarajärven (2018) mukaan eettisyyden näkökulmasta hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu muun muassa se, että tutkijat ovat rehellisiä, huolellisia ja tarkkoja läpi tutkimusprosessin. Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu myös viittaaminen lähteisiin ja aikaisempiin tutkimustuloksiin oikeanlaisella ja kunnioittavalla tavalla. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Työskentelimme läpi opinnäytetyöprosessin ajan huolellisesti ja tarkasti. Jotta pystyimme kuvaamaan rehellisesti opinnäytetyöprosessia ja tutkimuksen toteutusta, kirjoitimme opinnäytetyötämme osissa ja usein, jotta työn eri vaiheet pysyivät muistissa. Pyrimme käyttämään ajankohtaisia, luotettavia ja monipuolisia lähdemateriaaleja. Teksti- ja lähdeviittausten tekemisen tarkkuudessa olimme toinen toistemme apuna ja lisäksi kirjallisen raportoinnin opas oli kullan arvoinen opinnäytetyön matkalla.

Jo aikaisessa vaiheessa sosionomiopintojamme päätimme hyvän parityöskentely kokemuksen perusteella tehdä opinnäytetyömme yhdessä. Aloimme pohtimaan noin puolitoista vuotta sitten aihetta, joka muovautui ja rajautui matkan varrella. Aihe oli meille mieluinen, koska somea ei ole juurikaan tutkittu tästä näkökulmasta ennen, lisäksi koimme aiheen ajankohtaiseksi. Somea itsekkin käyttäessämme meillä oli jo olemassa olevaa monenlaista tietoa sekä omakohtaistakin mielipidettä liittyen asiaan, mutta koko opinnäytetyöprosessin ajan pyrimme suhtautumaan objektiivisesti aiheeseen. Objektiivisella asenteella toimiminen oli erityisen tärkeää tutkimushaastatteluita tehdessä, ettemme johdattele haastateltavaa, vaan esitämme avoimia kysymyksiä. Haastattelujen aikana emme kuitenkaan toimineet passiivisesti, vaan dialogiseen tutkimuskäytäntöön kuuluvasti, olimme tutkijoina aktiivisesti keskusteluun osallistuvia. (Tuomi & Sarajärvi 2018).

Aiheen rajaamisen jälkeen, käytimme opinnäytetyöprosessiin aikaa mielestämme riittävästi, noin vuoden. Myös Tuomen & Sarajärven (2018)

mukaan se, että tutkijoilla on riittävästi aikaa tutkimuksensa tekemiseen, on laadullisen tutkimuksen perusvaatimus, joka myös parantaa tutkimuksen luotettavuutta. Saimme myös vertaistukea muilta samassa vaiheessa opinnäytetyötään olevilta koulukavereilta, etenkin perehtyessämme teoriaan, joka koski laadullisen tutkimuksen toteutusta.

Tutkimuksemme haastattelujen osalta opinnäytetyöhömme osallistuminen oli haastateltaville vapaaehtoista, joka kuuluu tutkimuseettisiin periaatteisiin. Oli myös eettisesti perusteltua, että kerroimme jo etukäteen haastatteluun osallistujille aiheen, mitä haastattelu koskee. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Haastattelut nauhoitettiin, joka kerrottiin ennalta haastateltaville, ja että nauhoitukset tullaan poistamaan heti litterointien jälkeen. Kerroimme haastateltaville opinnäytetyömme tarkoituksesta, siinä käytettävästä tutkimusmenetelmästä sekä opinnäytetyömme tavoitteista. Toimme myös esiin haastateltaville, että asiantuntijuuden lisäksi, he esiintyvät opinnäytetyössämme anonymisti, eikä heitä voi tunnistaa siitä. (Tuomi & Sarajärvi 2018). Kerroimme anonymiyden säilymisestä myös jo saatekirjeessä (liite 1).

Kiinnitimme huomiota haastattelutilanteissa vuorovaikutukseen ja avoimuuteen, jotta luottamuksellinen ote säilyi meidän tutkijoiden ja haastateltavien välillä. Etenkin etähaastattelujen osalta tämä osoittautui osittain haastavaksi, koska aiemminkin mainitsimme, on katseilla ja eleillä suuri merkitys vuorovaikutuksessa. (Sinkkonen 2012, 269). Kasvokkain tehdyissä haastatteluissa veivät maskit osan ei-kielellisistä vuorovaikutustaidoista. Luottamuksellisen keskustelusuhteen luomisessa auttoi haastateltavan kanssa muista asioista puhuminen ennen aiheeseen menemistä, avoimet kysymykset ja dialogisuus.

Kuten Tuomi & Sarajärvin (2018) toteavat laadullisen tutkimuksen analyysin olevan paljon aikaa vievä prosessi, huomasimme me tutkijoina myös saman. Tuomi & Sarajärvi (2018) mainitsevat Eskolan (2007), jonka mukaan haastateltavien määrän ollessa 6–8 pysyy parityönä tehtävässä opinnäytetyössä työmäärä kohtuullisena. Olimme tyytyväisiä saadessamme tutkimuksemme helposti yhdeksän haastateltavaa. Laskimme litteroituja sivuja tulleen yhteensä 56 sivua fontin ollessa 12 ja rivivälin puolitoista. Sekä litteroitaessa, että

tutkimuksen analyysia tehdessä ajoittain tuntui, että vähempikin haastateltavien määrä olisi riittänyt. Tutkijoina perehdyimme hyvin toistemme haastattelujen litterointeihin.

Ylipäättään kahden tutkijan analysoidessa samaa aineistoa, loi se sekä monimenetelmällisyyttä että lisäsi tutkimuksen luotettavuutta. Aineistolähtöistä sisällönanalyysia tukemaan loimme kuviot, joiden avulla avasimme analyysin tuloksia, joihin olemme tutkijoina päätyneet. Kuviot lisäävät tutkimuksen luotettavuutta ja osoittavat ymmärrystä siitä, mitä tutkimuksessa on tehty. (Tuomi & Sarajärvi 2018). Aineistolähtöisen sisällönanalyysin jälkeen etsimme aikaisempaa tietoa tulosten tueksi ja etenimme aineisto edellä teoriaan. Tuomen ja Sarajärven (2018) mukaan laadullinen tutkimus on mahdollista aloittaa ilman teoreettista osaa, etenkin jos tutkitaan jotain uutta tai vähän tunnettua asiaa. Teoriaa ja johtopäätöksiä on myös tärkeää verrata saatuihin tutkimustuloksiin, kun muodostetaan uutta teoriaa. (Tuomi & Sarajärvi 2018).

Opinnäytetyön tekeminen oli ajoittain haasteellista, mutta myös erittäin mielenkiintoista. Voimmekin todeta, että tutkimustietoa tuottaessa meissä tapahtui ammatillista kasvua sosionomeina ja tutkimuksellinen otteemme vahvistui. Yhdessä työskentely oli meille tuttua ja turvallista, joskin aikataulujen yhteensovittamisen kanssa oli välillä hankaluuksia, toisen ollessa opintovapaalla ja toisen käydessä töissä päivittäin. Hallitseva koronapandemia ei vaikuttanut yhteiseen työskentelyymme, vaan pyrimme työskentelemään muiden aikataulujen joustaessa aina kasvokkain.

## **8.2 Kehittäminen ja jatkotutkimukset**

Ei ole yksiselitteisiä ohjeita lasten oikeaoppiseen kasvattamiseen ja hoitamiseen. Jokainen voi itse valikoida, mitä somesta lukee ja ottaa itselleen, eikä somesta lukemia ohjeita tarvitse noudattaa pilkun tarkasti. Olemme itsekin törmänneet somen loputtomaan neuvojen tulvaan, joiden äärellä etenkin vanhemman roolissa oleva saattaa kokea epävarmuutta. Tärkeintä on kuitenkin, miten tutkimustuloksista saatujen johtopäätösten mukaan, some mahdollistaa vuorovaikutuksessa olemisen ja vertaistuen.



Olemme huomioineet tutkittavan aiheen merkityksen myös yhteisölle ja yhteiskunnalle muun muassa somen muuttaessa tapojamme viestiä. Nykypäivän vanhemmuuteen liittyy paljon ihanteita sekä paineita, jotka etenkin vanhempien kanssa työskentelevien ammattilaisten olisi hyvä tiedostaa. VoiKu- tutkimuksen (2019) mukaan kovien vaatimusten keskellä vanhemmat uupuvat, jolloin vanhempien hyvinvointi ja armollisuus itseään kohtaan uupumisen ennaltaehkäisyssä ovat keskiössä. Kuten Kalliokin (2021) toteaa artikkelissaan koskien sharenting- ilmiötä, olisi tärkeää, että ammattilaiset ottaisivat somejulkisuuden kriittiseen tarkasteluun yhdessä vanhempien sekä lasten kanssa.

Opinnäytetyömme lähtökohdissa mainitsimme, miten sharenting- ilmiön vaikutuksista on jo olemassa tutkimustietoa, mutta sitä olisi mielenkiintoista tutkia lisää. Etenkin siitä näkökulmasta, kun Kallio (2021) mainitsee Autenriethin tutkimuksen vuodelta 2018. Kyseessä olevan tutkimuksen mukaan tämän hetken kuvia jakavat vanhemmat ovat viimeinen sukupolvi, joka on mennyt someen omasta vapaasta tahdostaan. (Kallio 2021.) Tutkimustuloksistammekin nousi esiin, miten haastateltavat pohtivat mitä kuvia tai tietoja lapsestaan voi jakaa somessa. Osa suhtautui kriittisesti somen yksityisyysasetuksiin ja osa kertoi kysyvänsä lapselta lupaa kuvan jakamiseen somessa. Tutkimuksemme haastateltavista osan toimiessa aktiivisesti somessa jakaen lapsestaan kuvia, ei kuitenkaan käynyt ilmi, että kellekään olisi somessa kaupallista yhteistyötä. Tästä syystä olisikin kiinnostavaa saada haastateltavien otanta suoraan somevaikuttajien joukosta, koska somessa ylipäätään on jo herätty keskustelemaan aiheen tiimoilta.

Tutkimustulostemme perusteella nousee esiin, miten some joko vahvistaa, heikentää tai tukee vanhemmuudessa koettavia monenlaisia tunteita ja ajatuksia. Kun arki todellisuudessa ei vastaa somen ihanteita, voi vertailun kautta syntyä riittämättömyyden tunteita. Riittämättömyyden tunteiden keskellä voi hävitä käsitys siitä, mikä on tärkeintä vanhemmuudessa tai ylipäätään elämässä. Somen näyttäytyessä moniulotteisena, herkkänä ja ristiriitaisena paikkana, on jokaisella mahdollisuus vaikuttaa sosiaalisen median realismuuteen. Koska some muuttuu käyttäjiensä toiminnan mukaan, voi jokainen itse olla osa somessa näkyvää muutosta.



## LÄHTEET

Ahonen, L. & Roos, P. 2019. Iloa ja oivalluksia. Vaasa: Waasa Graphics Oy.

Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Tampere: Vastapaino.

Alter, A. 2017. Vastustamaton. Miksi emme pysty lopettamaan tsekkaamista, skrollaamista, klikkaamista ja seuraamista. Helsinki: Terra Cognita Oy.

Cacciatore, R. 2008. Vaaran merkkejä. Teoksessa: Janhunen, K. & Oulasmaa, M. (toim.) Äidin kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto, 54–61.

Eskola, J., Lätti, J. & Vastamäki, J. 2018. Teemahaastattelu: Lyhyt selviytymisopas. Teoksessa Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus, 27–51.

Fimea. 2020. Pandemia. Luettu 2.8.2021.  
<https://www.fimea.fi/ammattilaiset/influenssa/pandemia>

Gothóni, R. 2020. Kuuntelijan käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hakala, J. 2019. Kasvatus ajan kanssa. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö TEOS.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2010. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press Oy  
 Yliopistokustannus.

Hirsjärvi, S. & Huttunen, J. 1995. Kasvatuksen lähtökohtia ja peruskäsitteitä. Teoksessa: Hirsjärvi, S. & Huttunen, J. Johdatus kasvatustieteeseen. 4.–7.painos. Porvoo: WSOY, 12–85.

Honoré, C. 2010. Perhe paineessa? Manifesti riittävän vanhemmuuden puolesta. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Huutilainen, M. 2019. Näin aivot oppivat. Keuruu: PS-kustannus.

Hyvärinen, S. 2008. Selviytyjät. Teoksessa: Janhunen, K. & Oulasmaa, M. (toim.) Äidin kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto, 102–109.

Janhunen, K. 2008. Tutkimuksen tausta. Teoksessa: Janhunen, K. & Oulasmaa, M. (toim.) Äidin kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto, 8–11.

Juhila, K. N.d. Teoksessa Vuori, J. (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Luettu 19.5.2021.  
<https://www.fsd.tuni.fi/palvelut/menetelmaopetus/>

Kallio, S-M. 2021. Sharenting- ilmiön vuoksi lapset ja nuoret ovat somessa monesti jo ennen omaa harkintaansa. VERKE. 13.4.2021.  
<https://www.verke.org/blogit/sharenting-ilmion-vuoksi-lapset-ja-nuoret-ovat-somessa-monesti-jo-ennen-omaa-harkintaansa/>

- Kamenetz, A. 2018. Sopiva ruutu aika. Helsinki: Viisas Elämä Oy.
- Kananen, J. 2011. KVANTTI: Kvantitatiivisen opinnäytetyön kirjoittamisen käytännön opas. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 118.
- Kanninen, K. & Sigfrids, A. 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Karjalainen, M., Lindroos, S., Matero, M. & Simola, T. 2020. Kasvatus- ja ohjausalan käsikirja. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Kielitoimiston sanakirja. 2020. Kotimaisen kielten keskus. Päivitetty 11.11.2020. Luettu 12.8.2021. <https://www.kielitoimistonsanakirja.fi/#/>
- Kristeri, I. 2002. Vahvaan vanhemmuuteen. Helsinki: Kirjapaja Oy.
- Kristeri, I. 2018. Näe minut. Vanhemmuus ja lapsen kohtaaminen.
- Kyrönlampi-Kylmänen, T. 2010. Lapsen hyvä arki. Helsinki: Kirjapaja.
- Lahikainen, A. & Arminen, I. 2015. Perheet, media ja tulevaisuus. Teoksessa Repo, K. (toim.) Media lapsiperheessä. Tampere: Vastapaino, 264–288.
- Leino, R. 2021. Median valtaajat. Helsinki: Into Kustannus Oy.
- Mantere, E. & Raudaskoski, S. 2015. Kun matkapuhelin vie vanhemman huomion. Teoksessa Repo, K. (toim.) Media lapsiperheessä. Tampere: Vastapaino, 205–226.
- Marttala, K. 2015. YLE. Luettu 23.8.2021. <https://yle.fi/uutiset/3-8356936>
- Matikainen, J. & Huovila, J. 2017. Sosiaalinen media terveyden edistämässä. Lääketieteellinen aikakauskirja DUODECIM. <https://www.duodecimlehti.fi/duo13732>
- Mikkonen, I. & Saarinen, A. 2018. Vertaistuki sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tietosanoma Oy.
- Mönkkönen, K. 2018. Vuorovaikutus asiakastyössä: asiakkaan kohtaaminen sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Gaudeamus.
- Pielot, M., Church, K. & De Oliveira, R. 2014. An in-situ study of mobile phone notifications. ACM DIGITAL LIBRARY. Luettu 20.8.2021. <https://dl.acm.org/doi/10.1145/2628363.2628364>
- Pönkä, H. 2014. Sosiaalisen median käsikirja. Jyväskylä: Docendo Oy.
- Pönkä, H. 2020. Algoritmit ja kuplat – voiko somesta enää löytää kultajyviä? Oivallus- webinaari. 5.10.2020. <https://www.slideshare.net/hponka/algoritmit-ja-kuplat-voiko-somesta-en-lyt-kultajyvi>

Reenkola, E. 2012. Äidin valta ja voima. Helsinki: Minerva Kustannus Oy.

Rotkirch, A. & Saloheimo, A. 2008. Yksin kotona? Teoksessa: Janhunen, K. & Oulasmaa, M. (toim.) Äidin kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto, 72–85.

Saarikivi, K. & Martikainen, S. 2019. Älylaitteet, tunteet, empatia ja vuorovaikutus. Teoksessa Ruokoniemi, P. (toim.) Lapset, nuoret ja älylaitteet. Taiten tasapainoon. Helsinki: Duodecim, 22–42.

Sanastokeskus TSK. 2010. Sosiaalisen median sanasto. Helsinki: Sanastokeskus TSK ry. Luettu 20.2.2021. Saatavana: [http://www.tsk.fi/tiedostot/pdf/Sosiaalisen\\_medan\\_sanasto](http://www.tsk.fi/tiedostot/pdf/Sosiaalisen_medan_sanasto)

Sajaniemi, N. 2016. Vanhat aivot, uudet oppimisympäristöt – digitalisaatio evoluution haastajana. Teoksessa Ahtola, A. (toim.) Psyykinen hyvinvointi ja oppiminen. Juva: PS-kustannus, 22–56.

Sinkkonen, J. 2012. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Helsinki: WSOY.

Sorkkila, M. & Aunola, K. 2019. Risk Factors for Parental Burnout among Finnish Parents: The Role of Socially Prescribed Perfectionism. Journal of Child and Family Studies. Luettu 10.8.2021. <https://link-springer-com.libproxy.tuni.fi/content/pdf/10.1007/s10826-019-01607-1.pdf>

SVT. 2020. Suomen virallinen tilasto. Väestön tieto- ja viestintätekniikan käyttö. Internetin käyttö medioiden seuraamiseen ja viestintään lisääntynyt. Luettu 23.8.2021. Helsinki: Tilastokeskus. [http://www.stat.fi/til/sutivi/2020/sutivi\\_2020\\_2020-11-10\\_tie\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/sutivi/2020/sutivi_2020_2020-11-10_tie_001_fi.html)

Tahkokallio, K. 2018. Uskalla olla lapsellesi aikuinen. Kuinka kasvatat lapsistasi onnellisia ja tasapainoisia. Helsinki: Minerva Kustannus Oy.

Tronick, E. 2009. Still Face Experiment. YouTube. Katsottu 27.8.2021. <https://www.youtube.com/watch?v=apzXGEbZht0>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. E-kirja. Luettu 3.5.2021. Vaatii käyttöoikeuden. [https://andor.tuni.fi/permalink/358FIN\\_TAMPO/1kfmqvo/alma999832334205973](https://andor.tuni.fi/permalink/358FIN_TAMPO/1kfmqvo/alma999832334205973)

Vihavainen, S. 2019. Suomalaisäidit kärsivät ”tuplaperfektionismista” – Katri lauloi vauvalleen yötä päivää ja itki syljettyjen luomusoseiden perään. HELSINGIN SANOMAT. Päivitetty 10.10.2019. Vaatii käyttöoikeuden. <https://www.hs.fi/perhe/art-2000006266243.html>

Vilka, H. 2005. Tutki ja kehitä. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.

VoiKu- tutkimus. 2019. Vanhemmuuden voimavara- ja kuormitustekijät - tutkimus (Voiku). Jyväskylän yliopisto. Päivitetty 3.8.2021. Luettu 11.8.2021. <https://www.jyu.fi/edupsy/fi/laitokset/psykologia/tutkimus/tutkimusalueet/perhetutkimus/voiku-tutkimus>

## LIITTEET

### Liite 1. Saatekirje

Hei!

Olemme sosionomiopiskelijoita Tampereen ammattikorkeakoulusta ja teemme opinnäytetyötämme aiheesta somen näyttäytyminen lapsen ja vanhemman vuorovaikutussuhteessa vanhempien kokemana. Sosiaalisen median käyttö kuuluu tänä päivänä monen vanhemman arkeen ja tavoitteenamme on saada kuvaa somen luomista vanhemmuuden ihanteista ja paineista.

Tarkoituksenamme on myös tuottaa ja lisätä tietoa aiheesta tutkimuksemme avulla sosiaali- ja terveysalan työntekijöille, vanhemmille ja työelämätahoille.

Tavoitteenamme on saada vastauksia seuraaviin kysymyksiin:

- Miten sosiaalinen media näyttäytyy lapsen ja Sinun välisessä vuorovaikutussuhteessanne?
- Millaisia ihanteita ja paineita sosiaalinen media luo Sinulle vanhempana ja miten Sinä koet sen?

Aineiston kerääminen tutkimukseen tapahtuu Sinua haastatteleamalla mieleisessäsi paikassa. Tulemme nauhoittamaan haastattelun ja nauhoitus hävitetään aineiston käsittelyn jälkeen. Vastaukset käsitellään luottamuksellisesti ja vastauksista ei voi päätellä henkilöllisyyttäsi, joka takaa anonymiteetin säilymisen. Tutkimus valmistuu joulukuussa 2021 ja toimitamme valmiin opinnäytetyön myös yhteistyötahoillemme.

Vastaamme mielellämme lisäkysymyksiin aihetta koskien. Suuri kiitos osallistumisestasi!

Terveisin,

Marianna Polo, [marianna.polo@tuni.fi](mailto:marianna.polo@tuni.fi)

Emma Mäkinen, [emma.k.makinen@tuni.fi](mailto:emma.k.makinen@tuni.fi)

## Liite 2. Teemahaastattelun runko

### **Ikä ja sukupuoli**

#### **Medialaitteet**

- Käytössä olevat medialaitteet
- Käytössä olevat some- alustat
- Syyt somen käytölle
- Ajankohdat somen käytölle

#### **Somen ihanteet ja paineet**

- Somen luomat ihanteet vanhempana
- Somen luomat paineet
- Ihanteet vai paineet vanhempana
- Somen luoma kuva nykypäivän vanhemmuudesta

#### **Vuorovaikutus**

- Millaisia vaikutuksia huomannut vuorovaikutussuhteessa
- Lapsesi käyttäytyminen, kun vanhempi somessa
- Miten itse käyttäytyy, kun lapsi keskeyttää somen käytön

**Onko haastateltavalla vielä jotain lisättävää tai mitä muuta hänelle tulee aiheesta mieleen.**