

Heini Siivonen-Penttilä

**DIGITAALINEN YMPÄRISTÖ LASTEN, NUOR-
TEN JA PERHEIDEN HYVINVOINNISSA JA
ARJESSA**
Vanhempien näkemyksiä

Opinnäytetyö

Liiketalouden ylempi ammattikorkeakoulututkinto

Dataperustaisten hyvinvointipalvelujen kehittämisen koulutus
(ylempi amk)

2022



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tutkintonimike	tradenomi (ylempi AMK)
Tekijä	Heini Siivonen-Penttilä
Työn nimi	Digitaalinen ympäristö lasten, nuorten ja perheiden hyvinvoinnissa ja arjessa – Vanhempien näkemyksiä
Toimeksiantaja	Pelastakaa Lapset ry
Vuosi	2022
Sivut	72 sivua, liitteitä 9 sivua
Työn ohjaajat	Sari Laanterä, Riitta-Liisa Jukarainen

TIIVISTELMÄ

Teknologinen kehitys on muuttanut ympärillämme olevaa yhteiskuntaa ja siinä vallitsevia olosuhteita. Digitalisaatio on tuonut nopealla tahdilla lasten ja nuorten elämään uusia digitaalisia laitteita ja palveluja, joiden vaikutuksista ei kuitenkaan vielä ole riittävästi tietoa. Digitalisaation aiheuttama murros ihmisten käyttäytymisessä luo epävarmuutta ja asettaa lasten ja nuorten hyvinvoinnille uudenlaisia haasteita.

Tässä opinnäytetyössä tarkasteltiin lasten ja nuorten hyvinvointia ja vuorovaikutusta digitaalisessa ympäristössä vanhempien näkökulmasta. Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä vanhemmille tietoa lasten käyttäytymisestä digitaalisessa ympäristössä ja sen vaikutuksista lasten hyvinvointiin. Tutkimuksessa selvitettiin, miten vanhemmat näkivät lapsen toiminnan digitaalisessa ympäristössä ja millaisia vaikutuksia vanhemmat uskoivat sillä olleen lapsen käyttökseen. Oleellinen osa tutkimusta oli selvittää myös perheiden toimintaa ja vuorovaikutusta digitaalisessa ympäristössä sekä vanhemman näkemyksiä omasta toiminnasta suhteessa lapsen toimintaan.

Tutkimus toteutettiin kvantitatiivisena tutkimuksena. Pelastakaa Lapset ry:n vuonna 2021 keräämä sähköinen aineisto muodosti opinnäytetyössä analysoitavan valmiina olleen datan. Tutkimusmenetelmänä oli sähköinen vanhemmille suunnattu kyselylomake, jolla kerättiin satunnaisotannalla perusjoukkoa edustava otos. Kohderyhmänä tutkimuksessa olivat 7–18-vuotiaiden lasten vanhemmat. Aineiston analyysissä hyödynnettiin SPSS-tilasto-ohjelmaa.

Vanhempien mukaan lasten viettämä aika digitaalisessa ympäristössä ilmeni osassa lapsista levottomuutena tai haasteina unohtaa digilaitteet silloin, kun lapsi ei ollut laitteilla. Perheiden viettämä yhteinen aika ilman digilaitteita on vähentynyt, mutta sen väheneminen ei kuitenkaan näyttänyt lisäävän yhteistä perheaikaa vastaavasti digitaalisessa ympäristössä. Digilaitteiden läsnäolo on muuttanut perheiden ajanviettotapoja ja se asettaa haasteita perheenjäsenten vuorovaikutukseen.

Digitaalisen ympäristön vaikutuksista lapseen, nuoriin ja perheisiin tarvitaan lisää tutkimustietoa. Koronarajoitukset käynnistivät yhteiskunnallisen keskustelun digilaitteiden vaikutuksista lapseen ja nuoriin. Aktiivista keskustelua tulee kuitenkin jatkaa tulevaisuudessa taataksemme lapsille mahdollisemman turvallisen kasvu-ympäristön, myös digitaalisessa maailmassa.

Asiasanat: digitaalinen, ympäristö, hyvinvointi, lapset, nuoret

Degree title	Master of Business Administration
Author	Heini Siivonen-Penttilä
Thesis title	Digital environment in the well-being and in daily life of children, adolescents, and families – parents' views
Commissioned by	Save the Children
Time	2022
Pages	72 pages, 9 pages of appendices
Supervisors	Sari Laanterä, Riitta-Liisa Jukarainen

ABSTRACT

Technological progress has changed the society around us and the conditions prevailing in it. Digitalization has rapidly introduced new digital devices and services into the lives of children and adolescent, the effects of which are not yet sufficiently known. The transformation in people's behavior caused by digitalization creates uncertainty and poses new challenges to the well-being of children and adolescents.

This thesis examined the well-being and interaction of children and adolescents in the digital environment from the perspective of parents. The aim of the thesis was to provide parents with information about children's behavior in the digital environment and its effects on children's well-being. The study examined how parents saw the child's activities in the digital environment and what kind of effects the parents believed it had on the child's behavior. An essential part of the study was also to examine the activities and interaction of families in the digital environment, as well as the parent's views on their own actions in relation to the child's activities.

The study was carried out as a quantitative study. The electronic data collected by Save the Children in 2021 served as the foundation of data that was analyzed in this thesis. The research method was an electronic questionnaire for parents, which was used to randomly collect a sample representing the population. The target group of the study comprised parents of children aged 7–18 years. SPSS statistical program was used to analyze the data.

According to the parents, the time the children spent in the digital environment resulted in restlessness or challenges in being away from digital devices. The amount of time families spend together without digital devices has decreased, but this decrease did not seem to be compensated by an increase in the family-time in the digital environment. The presence of digital devices has changed the way families spend their time together, and it poses challenges to the interaction between family members.

More research is needed into the impact of the digital environment on children and families. The coronavirus restrictions triggered a social debate on the effects of digital devices on children and young people. However, the public discussion must be maintained in the future to ensure that children grow up in the safest possible environment, also in the digital world.

Keywords: digital, environment, well-being, children, adolescent

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	TOIMEKSIANTAJAN KUVAUS.....	10
3	TIEDONHAUN KUVAUS	11
4	LAPSET JA NUORET DIGITAALISESSA YMPÄRISTÖSSÄ	12
4.1	Lasten ja nuorten hyvinvointi	13
4.2	Digitaalisen ympäristön vaikutukset hyvinvointiin	14
4.3	Sosiaalinen media lasten ja nuorten elämässä.....	17
4.4	Vanhempien käsityksiä sosiaalisesta mediasta	21
5	MEDIAKASVATUS JA PERHEIDEN VUOROVAIKUTUS	25
5.1	Lapsiperheet Suomessa	25
5.2	Mediakasvatus lapsiperheissä.....	26
5.3	Digitaalisten laitteiden vaikutukset perheiden vuorovaikutukseen	31
6	TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	37
7	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	38
7.1	Tutkimusmenetelmät	38
7.2	Aineiston kuvailu.....	40
7.3	Aineiston analysointi	42
8	TUTKIMUSTULOKSET	44
8.1	Lapsen ja nuoren netin käytön vaikutukset.....	44
8.2	Perheiden yhteinen aika digitaalisessa ympäristössä.....	47
8.3	Perheiden yhdessä viettämä aika ilman digilaitteita.....	48
8.4	Digilaitteiden käyttöön liittyvä vuorovaikutus perheissä	49
8.5	Vanhemman oma toiminta digilaitteisiin liittyen	52
9	POHDINTA	54
9.1	Tulosten tarkastelu	54
9.2	Luotettavuus	58

9.3	Eettisyys	61
9.4	Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset	62
LÄHTEET.....		66

LIITTEET

Liite 1. Pelastakaa Lapset ry:n kyselylomake

Liite 2. Tietoperustan keskeisimmät tutkimusartikkelit

1 JOHDANTO

Yhteiskunnassa vallitsevat olosuhteet heijastuvat aina perheisiin ja lapsiin. Perheen sosioekonominen asema vaikuttaa lasten ja nuorten terveyteen, oppimiseen, käyttäytymiseen ja riskiin syrjäytyä. Sosiaaliset, aineelliset ja kulttuuriset voimavarat periytyvät sukupolvelta toiselle. On tärkeää, että kaikille lapsille ja nuorille mahdollistetaan yhteiskunnan tasolla parhaat mahdolliset edellytykset kasvaa ja kehittyä, opiskella sekä voida hyvin. Lasten ja nuorten hyvinvoinnin tukeminen on tärkeää myös siksi, että jo lapsuudessa luodaan perusta aikuisiän hyvinvoinnille. Parhaita keinoja perheiden hyvinvoinnin tukemiseen ja lasten eriarvoisuuden vähentämiseen ovat kodin, varhaiskasvatuksen, koulun ja vapaa-ajan ympäristöjen turvaaminen. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2022b.)

Digitalisaation kehityksessä Suomi on maailman kärkimaita, mutta digitalisaation vaikutuksista lasten ja perheiden arkeen ja hyvinvointiin on tähän saakka keskusteltu vielä melko vähän (Tammisalo ym. 2020, 10). Koronapandemian vaikutusten seurauksena julkinen keskustelu digitaalisten laitteiden vaikutuksista arkeen ja hyvinvointiin on lisääntynyt yhteiskunnassamme merkittävästi. Parhaillaan on käynnissä useita valtakunnallisia hankkeita ja kehittämissuunnitelmia, joilla halutaan parantaa lasten oikeuksia ja hyvinvointia sekä vähentää perheiden eriarvoisuutta.

Sosiaali- ja terveysministeriön vuonna 2021 julkaisema kansallinen lapsistrategia pyrkii luomaan aidosti lapsen oikeuksia kunnioittavan, lapsi- ja perheyönteisen Suomen. Lapsistrategia koskee kaikkia alle 18-vuotiaita ja tavoitteena on, että lasten asema suomalaisessa yhteiskunnassa on strategian myötä entistä vahvempi, ja he tulevat kuulluksi ja huomioiduksi kaikissa heitä koskevissa asioissa ja päätöksenteossa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2021.) Lapsistrategiassa korostuvat myös digitalisaation hyödyt ja haittavaikutukset. Lapsiin kohdistuva digitaalinen väkivalta nähdään strategiassa melko yleisenä ilmiönä, kun digitaalinen ympäristö mahdollistaa uusia kiusaamisen kanavia. Strategiassa korostetaan kasvattajien roolia ja heidän tukemistansa kiusaamista ehkäisevien keinojen löytämiseksi. (De Fresnes 2021.)

Toinen ajankohtainen valtakunnallinen ohjelma on opetus- ja kulttuuriministeriön käynnistämä *Oikeus Oppia* -ohjelma (2020–2022), jossa tavoitteena on varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen laadun ja tasa-arvon kehittäminen (Opetus- ja kulttuuriministeriö s.a.). Osana tätä ohjelmaa syksyllä 2020 käynnistyi *Uudet lukutaidot* -kehittämishjelma, jonka tavoitteena on vahvistaa lasten- ja nuorten medialukutaitoa, tieto- ja viestintäteknologista osaamista sekä ohjelmointiosaamista. Ohjelmassa korostetaan luovaa tuottamista, aktiivista toimijuutta sekä ajattelun taitoja digitaalisessa ympäristössä. Medialukutaito on käytännössä taitoa käyttää, lukea, ymmärtää sekä tulkita ja arvioida kriittisesti erilaisia mediasisältöjä. (Uudet lukutaidot s.a.)

Tilastokeskuksen vapaa-aikatutkimuksessa vuonna 2017, jossa kokonaisotoskoko oli 15 998 henkilöä, kartoitettiin myös lasten ja nuorten digitaalisten laitteiden käyttöä ja tutkimustulosten mukaan kaikilla 10–19-vuotiailla oli älypuhelin. Missään muussa ikäryhmässä älypuhelimien suosio ei ollut yhtä suurta. Lisäksi tietokone oli käytössä 72 % 10–14-vuotiaista ja 90 % 15–19-vuotiaista. Myös tabletit ja pelikonsolit olivat 10–14-vuotiaiden sekä 15–19-vuotiaiden keskuudessa yleisiä laitteita. (Pitkänen & Saarenmaa 2021.) Markkinatutkimusyhtiö Kantar TNS:n vuodelta 2021 keräämä aineisto 15–24-vuotiaiden osalta vahvasti käsitystä nuorten viettämästä vapaa-ajasta. Kantarin internet-paneelin tietojen mukaan kyselyn perusteella lähes kaikki nuoret käyttivät internetiä päivittäin. Keskimäärin nuori vietti netissä aikaa runsaat kuusi tuntia päivässä. Mobiililaitteella internetiä käytti päivittäin 83 % nuorista, joka vahvistaa älypuhelimien merkittävää roolia nuorten jokapäiväisessä elämässä. (Tilastokeskus s.a.)

Tilastokeskuksen vapaa-aikatutkimus myös osoitti, että lähes kaikki yli 10-vuotiaat lapset ja nuoret käyttävät jotain sosiaalisen median palvelua, pikaviestintä tai yhteisöpalvelua. Lisäksi jokaisella lapsella tai nuorella (10–19-vuotiaat) on aktiivisessa käytössään keskimäärin kolmesta neljään eri yhteisöpalvelua. Älypuhelimien yleisyys näkyy myös digitaalisten pelien pelaamisessa. Mobiilipelit ovat yleisin digipelaamisen muoto ja 2017 vapaa-aikatutkimuksen mukaan 83 % 10–14-vuotiaista ja 71 % 15–19-vuotiaista kertoo pelanneensa vuoden aikana mobiilipelejä eli pelaaminen tapahtui käytännössä älypuhelimella (Pitkänen & Saarenmaa 2021).

Digilaitteiden yleistyttyä ja digitaalisen ympäristön laajentumisen myötä monet perheet kohtaavat uusia haasteita pyrkiessään opastamaan lastaan turvalliseen ja vastuulliseen toimintaan digitaalisessa ympäristössä. Digitaaliset laitteet voivat parhaimmillaan helpottaa arkea ja lisätä yksilön hyvinvointia, mutta kääntöpuolena on niiden aiheuttama riippuvuus ja digilaitteisiin käytetty aika, joka voi johtaa muun muassa unen määrän vähenemiseen, fyysiseen passiivitumiseen ja ihmisten välisten kohtaamisten vähenemiseen. (Tammisalo ym. 2020, 8.) Sosiaali- ja terveysministeriön keväällä 2019 käynnistämä Digitaalinen hyvinvointi perheissä -hanke pyrki selvityksessään sekä tunnistamaan että tuomaan esille digitalisaation hyötyjä ja haittoja. Hankkeen tavoitteena oli myös edistää digitaalisen hyvinvoinnin huomioimista yhteiskunnan eri tasoilla. Digitaalinen murros on tuonut nopeita mullistuksia arkeen ja ihmisten välisiin sosiaalisiin suhteisiin, joka on hyvinvoinnin perusta. (Tammisalo ym. 2020, 10.) Varsinkin nuorilla on nykyään uusia tapoja viettää aikaa, kun ystävyysuhteiden ylläpito onnistuu digitaalisten laitteiden ja sovellusten avulla.

Viime vuosikymmenien aikana syntyneitä digitaalista ympäristöä ei ole suunniteltu lapsilähtöisesti. Tänä päivänä se on kuitenkin tärkeä osa lasten ja nuorten elämää. Lapsiasiavaltuutettu Elina Pekkarinen korostaakin, että digitaaliseen ympäristöön liittyvät toimet tulisi perheessä tehdä aina lapsen edun mukaisesti. (Lapsiasiavaltuutettu s.a.) Huoltajat ovat lasten mediakasvatuksessa avainasemassa ja olisi tärkeää, että vanhemmat omaisivat käytännön keinoja ja oikeasuhtaisia käytösmalleja siihen kuinka digitaalista ympäristöä voidaan arjessa hyödyntää turvaten lapsen oikeudet ja terve kasvu. Pietikäinen (2021,19) korostaakin, että vaikka lasta ei voida käytännössä pitää erossa digitaalisesta ympäristöstä, niin vanhempien tulee suojella lastaan asettamalla selkeitä rajoja digilaitteiden käytölle riittävän ajoissa.

Kuten YK:n lapsen oikeuksien komitea yleiskommentissaan toteaa, on jokaisen lapsen oikeuksia suojeltava ja lapsen oikeuksien tulee toteutua myös digitaalisessa ympäristössä. Tässä asiayhteydessä digitaalisella ympäristöllä viitataan kaikkeen lasten ja nuorten käyttämään tieto- ja viestintäteknologiaan, johon kuuluvat erilaiset digitaaliset sovellukset, palvelut ja verkostot. Lisäksi

digitaalisella ympäristöllä viitataan kaikkiin toisiinsa yhteydessä oleviin laitteisiin, virtuaaliseen ja lisättyyn todellisuuteen, tekoälyyn, robotiikkaan ja pelimaailmaan. (CRC/C/GC/25.)

Digitaaliset innovaatiot vaikuttavat lasten ja nuorten elämään ja oikeuksiin riippumatta siitä onko kaikilla lapsilla mahdollisuus käyttää internetiä. On myös todettava, että digitaalisten teknologioiden arkikäytöllä voi olla lapsen elämän kannalta merkittävää hyötyä, sillä niitä käyttämällä lapsi voi samanaikaisesti tulla oppineeksi arkisten asioiden lisäksi muun muassa kansalaisyhteiskuntaan sekä poliittisiin, taloudellisiin ja sosiaalisiin oikeuksiin. Mikäli lapselle ei anneta mahdollisuutta käyttää ja hyödyntää digitaalista ympäristöä voisi tällä olla eriarvoisuutta ja syrjintää lisäävä vaikutus. (Lapsiasiavaltuutettu 2021,1.)

Lapsen oikeudet kuuluvat jokaiselle lapselle. Sopimus lapsen oikeuksista velvoittaa sopimusvaltioita siihen, että lasta koskevissa päätöksissä on aina ensisijaisesti harkittava lapsen etua. Lisäksi jokaisella lapsella on oikeus elämään ja valtion on taattava mahdollisimman hyvät edellytykset lapsen henkiinjäämiselle ja kehitykselle. Lapsen oikeuksissa todetaan myös, että lapsella on oikeus ilmaista mielipiteensä ja lapsella on oikeus saada tietoa. Tiedonsaamiseen on YK:n lapsen oikeuksissa kirjattu myös, että tiedotusvälineitä tulee rohkaista tuottamaan lapsen hyvinvointia ja kehitystä tukevaa aineistoa ja toisaalta lasta tulee myös suojella hänelle haitalliselta aineistolta. (CRC/C/GC/25).

Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata vanhempien näkemyksiä digitaalisesta ympäristöstä ja sen koetuista vaikutuksista lapsiin ja nuoriin. Lisäksi tarkoituksena on kuvata perheissä tapahtuvaa vuorovaikutusta digitaalilaitteiden käyttöön liittyen. Koska digitaalinen ympäristö kehittyy ympärillämme jatkuvasti, tulee se huomioida myös tiedonhaun yhteydessä. Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä vanhemmille tietoa lasten ja nuorten hyvinvointia tukevasta käyttäytymisestä digitaalisessa ympäristössä. Tässä opinnäytetyössä lapsilla ja nuorilla viitataan 7–18-vuotiaisiin henkilöihin. Alle 7-vuotiaat on rajattu tutkimuksen ulkopuolelle.

2 TOIMEKSIANTAJAN KUVAUS

Toimeksiantajana tässä opinnäytetyössä toimii Pelastakaa Lapset ry. Järjestö on maailman suurin poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton lapsen oikeuksia ajava järjestö. Vuonna 1922 perustettu kansalaisjärjestö toimii sekä Suomessa että maailmalla ja järjestön ydintehtäviin kuuluu lapsen oikeuksien edistäminen. Pelastakaa Lapset auttaa ravinnon puutteesta (Itä-Afrikka) ja sodasta kärsiviä lapsia (Ukraina), lapsityövoiman uhreja ja väkivallan uhreja. Järjestön missiona on mahdollistaa jokaiselle lapselle oikeus turvaan, terveyteen, ravintoon ja koulutukseen. Pelastakaa Lapset ry:n toiminta perustuu Yhdistyneiden kansakuntien (YK) lapsen oikeuksien sopimukseen. (Pelastakaa Lapset s.a.) Suomessa järjestön tehtäviin kuuluu lisäksi moniulotteiset lastensuojelupalvelut kuten esimerkiksi tukiperhetoiminta, perhehoito, adoptiotoiminta ja perhekuntoutus (Lastensuojelupalvelut s.a.).

Opinnäytetyön aiheen taustalla vaikuttaa Pelastakaa Lapset ry:n Reconnect-hanke (2019–2022). Hankkeen tarkoituksena on ehkäistä ja vähentää lasten ja nuorten erityisesti 13–18-vuotiaiden kokemia epäkohtia ja haitallisen toiminnan uhriksi joutumista digitaalisessa ympäristössä. Tunnistettuina haittoina digitaalisessa ympäristössä pidetään yksinäisyyden kokemista, kiusaamista, rikoksen uhriksi joutumista ja haitallisten kontaktien vaikutuspiiriin joutumista. Lisäksi lapset ja nuoret voivat joutua omien henkilötietojen leviämisen uhreiksi, kohdata kielteistä verkkojulkisuutta sekä kokea turvattomuutta ja vaikeuksia avunsaannissa. (Reconnect-hanke s.a.)

Hankkeen toimintatavoissa yhdistyvät etsivä työ, verkkokohtaamiset ja palveluohjaus. Pelastakaa Lapset ry pyrkii kehittämään uusia toimintatapoja nuorten tavoittamiseksi ja auttamiseksi. Tavoitteena Reconnect-hankkeessa on pyrkiä lisäämään nuorten omaa kykyä tunnistaa ja suojella itseään haitallisilta ilmiöiltä digitaalisessa ympäristössä. Tämän lisäksi tarjotaan lapselle tai nuorelle apua silloin kuin altistuminen haitalliselle toiminnalle on jo tapahtunut. Hankkeen tarkoituksena on myös lisätä vanhempien ja muiden nuorten kanssa toimivien aikuisten tietoutta digitaalisten ympäristöjen haitallisista ilmiöistä ja vahventaa aikuisten kykyä suojella lapsia ja nuoria heidän toimiessaan digitaalisessa ympäristössä. (Reconnect-hanke s.a.)

3 TIEDONHAUN KUVAUS

Opinnäytetyön tietoperustassa painotettiin ajankohtaisia tieteellisiä tutkimuksia, Suomen valtion ministeriöiden julkaisuja ja raportteja sekä kansallisten ja kansainvälisten järjestöjen ja tutkimuslaitosten julkaisuja. Tieteellisissä artikkeleissa painotettiin vertaisarvioituja artikkeleita, joiden julkaisuajankohta oli pääsääntöisesti vuosien 2019–2022 aikana. Teknologisen murroksen ja digitaalisten laitteiden nopean kehittymisen vuoksi opinnäytetyössä ei ollut mielekäästä käyttää kovin vanhaa tutkimustietoa. Lisäksi koronapandemia on lisännyt tutkimusta digitaalisten laitteiden vaikutuksista ihmisten hyvinvointiin, joten aiheeseen liittyvää uutta tutkimustietoa on runsaasti saatavilla.

Tiedonhaussa on käytetty Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun hakukonetta Kaakkuria. Tiedonhaku on tapahtunut EBSCON, ScienceDirectin, Elibsin, Elektran ja Finnan tietokantoja hyödyntäen. Nämä tietokannat valittiin, koska opinnäytetyön aihe ja tietoperusta huomioiden oli kyseisten tietokantojen kautta parhaiten löydettävissä tärkeimmät tieteelliset julkaisut ja tutkimukset. Tiedonhakuja tehtiin sekä suomen että englannin kielellä ja tiedonhaun terminologia keskitettiin opinnäytetyön aihepiiriin ympärille. Hakusanoja, rinnakkaiskäsitteitä ja englanninkielisiä vastineita etsittiin Finton kautta. Finto on suomalainen asiasanasto- ja ontologiapalvelu (Kansalliskirjasto s.a.). Tiedonhaussa ja käsitteissä painottuivat suomen ja englannin kielellä lapset, digitaalinen ympäristö, media, mediakasvatus, digitaaliset laitteet, hyvinvointi ja vanhemmuus. Tiedonhaussa käytetyistä lausekkeista ja termeistä on esimerkkejä taulukossa 1. Tietokantahauissa muut kuin väitöskirjat, e-kirjat ja tutkimusartikkelit oli aineistotyyppinä rajattu pois ja verkossa saatavuutta oli lisäksi käytetty lisäehtona.

Taulukko 1. Esimerkkejä hakulausekkeista

Hakulauseke	Tietokanta	Saadut hakutulokset
mediakasvatus	Finna	24
parenting in the digital age	Finna (ulkomaiset artikkelit)	336
media parenting AND child* OR digital* environ*	EBSCO	353
(digital OR online OR internet OR technology OR media) AND "effects on children"	ScienceDirect	68

Kuten esimerkkihauista nähdään, niin käytetyillä hakusanoilla ja termeillä saatiin tietokannasta riippumatta suuria määriä hakutuloksia (Taulukko 1). Kun hakutuloksia oli yli 100 kappaletta niin julkaisuajankohtaa rajattiin edelleen ja koskemaan vain vuoden 2022 julkaisuja. Rajauksella varmistettiin se, että uusimmat artikkelit ja tutkimukset aihepiiristä olivat hakutulosten joukossa. Hakutuloksia selatessa ja tutkimusartikkeleita valitessa suosittiin länsimaisia julkaisuja kulttuurien samankaltaisuuden vuoksi. Toinen pääasiallinen rajausehto, joka ohjasi tutkimusartikkelien lopullista valintaa oli tutkimuksen kohderyhmän ikä. Julkaisut, joissa tutkimuksen kohderyhmänä olivat alle kouluikäiset lapset tai alle kouluikäisten lasten vanhemmat jätettiin hakutuloksissa huomioimatta.

4 LAPSET JA NUORET DIGITAALISESSA YMPÄRISTÖSSÄ

Opinnäytetyössä käytetään viittausta lapset ja nuoret, jolla tässä tarkoitetaan kaikkia 7–18-vuotiaita henkilöitä. Suomen lastensuojelulain perusteella kaikki alle 18-vuotiaat henkilöt määritellään lapsiksi (Lastensuojelulaki 13.4.2007/417, 1.luku 6. §). Suomen nuorisolaki taas määrittelee nuoriksi kaikki henkilöt, jotka ovat alle 29-vuotiaita (Nuorisolaki 21.12.2016/1285, 1.luku 3. §). Toisaalta YK:n määritelmän mukaan nuoria ovat kaikki 15–24-vuotiaat henkilöt (Huttunen 2016). Pelastakaa Lapset ry:n Reconnect -hankkeessa kohderyhmä oli rajattu 18-vuotiaisiin lapsiin ja nuoriin ja tästä syystä myös tämä tutkimus rajautuu nuorissa 18-vuotiaisiin (Reconnect -hanke s.a.).

Digitaalinen ympäristö kehittyy ja laajenee ympärillämme jatkuvasti. YK:n yleiskommentin mukaan digitaalinen ympäristö kattaa kaikki tieto- ja viestintäteknologiat. Näihin lukeutuvat digitaaliset verkot, erilaiset sisällöt, palvelut ja sovellukset sekä niihin liitetyt laitteet ja ympäristöt. Lisäksi digitaaliseen ympäristöön voidaan lukea virtuaalinen ja lisätty todellisuus, tekoäly, robotiikka, automatisoidut järjestelmät, algoritmit ja data-analytiikka sekä biometriset tiedot ja implanttitekniologia. (CRC/C/GC/25.) Tässä opinnäytetyössä *digitaalisella ympäristöllä* viitataan lasten, nuorten ja perheiden arjessa käyttämään teknologiaan kuten digitaalisiin verkkoihin, erilaisiin sisältöihin, palveluihin ja sovelluksiin sekä näihin liitettäviin laitteisiin. Opinnäytetyössä myös esiintyvä termi *digiympäristö* viittaa tähän samaan asiakokonaisuuteen.

Digitaalisesta ympäristöstä on tulossa yhä merkittävämpi osa lasten ja nuorten arkea elämän eri osa-alueilla. Näin tapahtuu ja on osaltaan jo tapahtunut, kun yhteiskunnalliset toiminnot kuten koulutus, julkiset palvelut ja kauppa tulevat yhä riippuvaisimmiksi digitaaliteknologiasta. Se tuo uusia mahdollisuuksia lasten oikeuksien toteuttamiseen ja turvaamiseen, mutta sen myötä kasvavat myös riskit lasten kaltoinkohtelulle ja hyväksikäytölle. (CRC/C/GC/25.)

4.1 Lasten ja nuorten hyvinvointi

Hyvinvointi on laaja käsite, ja sitä voi lähestyä monen eri näkökulman avulla. Maailman terveysjärjestö WHO:n mukaan hyvinvointi koostuu fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta ulottuvuudesta. Viime vuosina tätä määritelmää on lisäksi täydennetty henkisyysellä ja terveyden muovautuvuudella.

(Tiedenaistet 2021.) Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (2022a) mukaan hyvinvointi koostuu kolmesta ulottuvuudesta; terveys, materiaallinen hyvinvointi ja koettu hyvinvointi tai elämänlaatu. Tässä opinnäytetyössä keskitytään lasten hyvinvointiin digitaalisen ympäristön näkökulmasta. Digitaalisen hyvinvoinnin määritelmään tutustutaan tarkemmin seuraavassa luvussa.

Lasten ja perheiden hyvinvointiin heijastuvat voimakkaasti yhteiskunnassa vallitsevat arvot ja olosuhteet, mutta myös poliittinen päätöksenteko. Marinin hallituksen perhevapaa uudistus on hyvä esimerkki ja osoitus yhteiskunnan arvoista sekä lapsi- ja perhemyönteisestä politiikasta (Sosiaali- ja terveysministeriö 2022). Poliittinen päätöksenteko ei kuitenkaan itsessään mahdollista muutosta lasten ja perheiden hyvinvointiin, jos perheiden arkeen ei ole saatavilla riittävästi oikea-aikaista perheen tarvitsemaa tukea. On myös tärkeä muistaa, että lasten ja nuorten hyvinvointiin vaikuttaa voimakkaasti vanhempien oma hyvinvointi ja kokemus perheen arjesta.

Lasten ja nuorten hyvinvointikokemukset ovat tutkimusten mukaan kontekstisidonnaisia eli ne rakentuvat ajan, paikan ja erilaisten suhteiden myötä (Kallinen ym. 2021, 5). Hyvinvointi on lapsille ja nuorille arjessa tapahtuvia asioita. Arjen hyvinvoinnissa korostuvat perhe, koti, asuinympäristö, päiväkotijoukot ja koulu, sillä nämä kaikki vaikuttavat omissa konteksteissaan toisiinsa. Lasten ja nuorten hyvinvointiin myötävaikuttavat arjessa kodin ja koulun turvallinen ilma-

piiri, vanhempien ystävällisyys ja läsnäolo, hyvät kaverisuhteet ja mieluisat vapaa-ajan aktiviteetit. Hyvinvointia on havaittu tukevan myös se, että lapsi kokee arvostusta kasvattajien, vertaistensa ja perheensä keskuudessa. (Kallinen ym. 2021, 5.) Lapsen hyvää elämää voidaan myös käsitellä kodin sosiaalisten suhteiden eli ennen kaikkea lapsen vanhempisuhteiden kautta. Kodin hyvään elämään nähdään liittyvän vanhempien rakkaus, hoiva, suojelu sekä auktoriteettina ja esimerkkinä oleminen. Keskeisinä laatutekijöinä kodin hyvään elämään on havaittu jatkuvuuden, pysyvyyden, turvallisuuden ja osallisuuden tunteminen. (Helavirta 2011, 24.)

Yhteiskunnallisessa keskustelussa lasten asemaa osallistuvana ja aktiivisena toimijana tuodaan nyt aiempaa näkyvämmiin esille. Hyvinvointia voikin tarkastella myös lapsen osallisuuden näkökulmasta. Helavirta kertoo (2011, 33) kuinka Mikko Oranen (2008) jäsentää lasten osallisuutta mielenkiintoisesti kolmen eri roolin kautta; kansalaisina, asianosaisina ja asiantuntijoina. Oranen tarkentaa, että kansalaisina lasten osallisuus on edustuksellista eli lasten yhteisten asioiden hoitamista. Asianosaisina lapset taas osallistuvat omien asioidensa hoitoon ja asiantuntijoina he puolestaan osallistuvat toiminnan kehittämiseen ja arviointiin. (Helavirta 2011, 33.) Tänä päivänä digitaalinen ympäristö on yksi niistä kanavista, joka antaa lapsille ja nuorille mahdollisuuksia saada oma äänensä kuuluviin heitä koskevissa asioissa. Tietoisuutta digitaalisista ratkaisuista ja palveluista lapsille ja nuorille tulisi edistää, jotta osallisuus ja osallistuminen sekä omien oikeuksien puolustaminen voisivat toteutua, tarvittaessa myös anonyymisti. (CRC/C/GC/25.)

4.2 Digitaalisen ympäristön vaikutukset hyvinvointiin

Digitaalisilla laitteilla tai digilaitteilla tarkoitetaan tässä opinnäytetyössä älypuhelimia, tabletteja, tietokoneita, pelikonsoleita, älytelevisioita sekä muita älylaitteita. Suomessa lapset aloittavat jo varhain digitaalisten laitteiden käytön. Tämä kävi ilmi, kun tarkasteltiin kaksivuotiaiden lasten digitaalisen median päivittäistä käyttöä älypuhelimella ja tabletilla. (Kumpulainen ym. 2019, 160.) Myös kansainväliset tutkimukset vahvistavat samaa ilmiötä lasten digitaalisten laitteiden käyttämisestä. Chaudronin ym. (2018a, 83, 90) mukaan digilaitteet kiinnostavat pieniä lapsia ja alle 4-vuotiaat suhtautuvat positiivisesti digitaalis-

ten laitteiden käyttämiseen. Lasten leikit ovat teknologian kehittymisen ja lukuisten digitaalisten kotilaitteiden myötä myös muuttuneet ja kosketusnäyttöiset laitteet ovat tulleet osaksi pientenkin lasten leikkejä. Chaudron ym. esittivätkin (2018a, 122), että etenkin pienemmälle lapselle paras tapa tuottaa digitaalisia kokemuksia ovat kodin turvallisessa arjessa pienissä osissa tapahtuvat kohtaamiset digitaalisen ympäristön kanssa. Kokemuksia tulisi kerryttää lapselle osana kulttuurillisia tapoja ja osana digitaalisen median käyttöön liittyviä yhteiskunnallisia normeja. Chaudronin ym. (2018b, 123) toisessa tutkimuksessa osoitetaan, että jo pienestä pitäen tapahtuva lasten leikkien digitalisoituminen edistää lasten digitaalista kuluttamista jo varhaisella iällä. Fyysisten leikkikalujen tilalle ovat jossain määrin tulleet digitaaliset laitteet kuten tabletit, joilla lapset leikkivät.

Digitaalinen hyvinvointi tarkoittaa digitaalisten medioiden ja lapsen hyvinvoinnin suhdetta. Voidaan myös sanoa, että lapsen digitaalinen hyvinvointi kuvaa lapsen tasapainoista media-arkea. Digitaalisen hyvinvoinnin edistäminen edellyttää ymmärrystä median vaikutuksista psyykkiseen, fyysiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin. Lisäksi digihyvinvointiin liittyvät oleellisesti itsesäätelyn ja ajanhallinnan kysymykset, jotka korostuvat lasten ja nuorten arjessa. (Takala & Takala 2019, 28.) Lapsen hyvinvointi digitaalisessa ympäristössä koskettaa tänä päivänä jokaista vanhempaa. Tämä johtuu siitä, että käytännössä enää ei ole kasvuympäristöä, jossa lapsi ei koskaan joko itse aktiivisesti toimisi digitaalisessa ympäristössä tai altistuisi digilaitteille läsnäolollaan silloin, kun vanhemmat ovat digilaitteillaan.

Koronarajoitusten negatiiviset vaikutukset etenkin nuoriin on lisännyt julkista kiinnostusta ja keskustelua nuorten kokonaisvaltaisesti hyvinvoinnista. Nuorten lisääntynyt pahoinvointi, mielenterveyden haasteet, syrjäytymisen ennaltaehkäisy ja osallisuuden edistäminen ovat muun muassa ajankohtaisia yhteiskunnallisia teemoja (Salasuo 2021, 9). Terveystieteiden tutkimuskeskuksen (THL) toteuttama kouluterveyskysely kertoi, että alle kahdeksan tuntia nukkuvien nuorten osuus on jatkanut kasvuaan (Helakorpi & Helenius 2021, 1). Helsingin yliopiston tutkijatohtori Liisa Kuula sekä Opetusalan ammattijärjestön erityisasiantuntija Tuomo Laakso ilmaisivat MTV:n haastattelussa huolensa THL:n julkaisemista tuloksista, joiden mukaan osa nuorista nukkuu liian vä-

hän. Älylaitteiden epäillään olevan yksi suurimmista syistä sille, että osa nuorista nukkuu aiempaa vähemmän, sillä digilaitteiden käyttö painottuu monella nuorella ilta-aikaan. (Haapala 2022.) Lisäksi maailmaa ja Suomea vuodesta 2019 muuttanut koronaviruspandemia on ainakin väliaikaisesti johtanut siihen, että jo koettujen rajoitusten myötä osa nuorista voi nyt aiempaakin huonommin (Valtioneuvosto 2020, 16). Koulujen sulkeminen, pitkään kestäneet etäopinnot, harrastusten jääminen tauolle sekä lasten ja nuorten kokoontumispaikkojen rajoittaminen ovat kaikki osaltaan vaikuttaneet kielteisesti lasten ja nuorten hyvinvointiin. Monen lapsen ja nuoren digitaalinen ympäristö on laajentunut lyhyessä ajassa, kun koronaviruspandemian takia fyysisiä kontakteja tuli pandemian aluksi välttää, ja lasten vapaa-ajanvietto ja opiskelu siirtyivät digilaitteille. Lapsille ja nuorille sosiaalisilla suhteilla ja sosiaalisella vuorovaikutuksella on keskeinen rooli heidän elämässään. Sosiaalisen kanssakäymisen voimakas väheneminen ja sen rajoittaminen ovat muun muassa lisänneet etenkin nuorten yksinäisyyden kokemuksia (Valtioneuvosto 2020, 73.) Digitaalisella ympäristöllä on lasten ja nuorten elämässä ja ajanvietossa tärkeä merkitys, mutta koronapandemia on osoittanut sen, ettei digiympäristö voi korvata lasten ja nuorten sosiaalista kanssakäymistä tai muita harrasteja kasvuympäristöjä.

Tammisaloon ja kumppaneiden (2020) mukaan ruutuajalla on positiivisia vaikutuksia hyvinvointiin, mutta yhteys ei ole suoraviivainen. Vähän ruutu-aikaa voi olla parempi hyvinvoinnille kuin ei lainkaan ruutu-aikaa, mutta tietyn ajan kuluttua digitaalisessa ympäristössä vietetty aika saa aikaan negatiivisia vaikutuksia. Lisäksi käyttötottumukset ovat merkittävässä roolissa hyvinvoinnin kannalta. Käyttötottumuksilla viitataan siihen, mihin tarkoitukseen digilaitteita ja sovelluksia käytetään, kenen kanssa kommunikoidaan ja syrjäyttääkö digilaitteiden käyttö jotain muuta elämässä kuten esimerkiksi nuoren unen määrää.

Kolmanneksi tutkimuksissa on löydetty viitteitä siitä, että heikommassa asemassa olevat ihmisryhmät kohtaavat digitalisaation haitat arjessa muita todennäköisemmin. Näin ollen digitalisaatio vahvistaisi ihmisten eriarvoisuutta. (Tammisalo ym. 2020, 25.) Vaikka suurimmalle osalle nuorista digilaitteet ovat käden ulottuvilla, on tärkeää kiinnittää huomiota siihen, ettei digitalisaatio lisää eriarvoisuutta. Tutkimuksissa on havaittu, että digitaalinen hyvinvointi jakautuu jonkin verran koulutuksen ja sosioekonomisen aseman mukaan. Hyväosaiset

vanhemmat viettävät aikaa eri medioiden parissa yhdessä lastensa kanssa enemmän kuin vähäosaiset vanhemmat, jotka taas käyttävät laitteita enemmän henkilökohtaisiin viihdetarkoituksiinsa. (Tammisalo ym. 2020, 44.)

Tutkimustulos vahvistaa käsitystä siitä, että sosiaalinen kanssakäyminen voi lisätä hyvinvointia, vaikka yhdessäolo ja yhdessä tekeminen tapahtuisikin digitaalisessa ympäristössä.

Myös Stoilovan ja kumppaneiden tutkimuksen (2021, 59) mukaan median käytöllä voi olla positiivisia vaikutuksia lasten ja nuorten mielenterveyteen ja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Positiiviset vaikutukset tulivat esille erityisesti silloin, kun lapset saivat verkossa tukea mielenterveyden ongelmiin tai heillä oli ystäviä, joille he voivat puhua ongelmistaan. Näiden lasten ja nuorten osalta havaittiin vähemmän taipuneisuutta masennukseen. (Stoilova ym. 2021, 59.) Esimerkiksi Pelastakaa Lapset ry:n 15–20-vuotiaille suunnattu Digifrendi-toiminta pyrkii tarjoamaan tukea nuorelle hänen kohtaamiinsa haasteisiin liittyen digitaalisen palvelun avulla. Digifrendi on nuorille suunnattu digitaalisessa kanavassa tapahtuvaa tukitoimintaa, jossa nuori saa pitkäaikaisempaa ja luottamuksellista keskusteluapua turvallisen aikuisen kanssa. (Hulkko & Paija 2022.)

4.3 Sosiaalinen media lasten ja nuorten elämässä

Julkisessa keskustelussa digilaitteiden vaikutuksista korostuu etenkin nuorten osalta sosiaalinen media, ja sen negatiiviset vaikutukset. Teknologian kehittymisen ja älypuhelinien myötä moni tärkeä asia nuoren elämässä on ikään kuin luonnollisesti siirtynyt digiympäristöön. Ystävien kanssa vietetään aikaa älypuhelinien välityksellä sosiaalisessa mediassa tai muissa kommunikaation mahdollistavissa sovelluksissa. Takalat huomauttavat, että sosiaalisen median alustoilla vietetty aika ystävän kanssa voi olla nuorelle yhtä merkityksellistä ja tärkeää kuin fyysisesti ystävien kanssa vietetty aika. Nuorille sosiaalinen kanssakäyminen ja ystävyysuhteet ovat arjen hyvinvoinnin kannalta erityisen merkittäviä ja iso osa nuoren elämää. (Takala & Takala 2019, 27.)

Saksassa vuonna 2017 julkaistun JIM-tutkimuksen (Jugend, Information, (Multi-) Media Studie) mukaan digitaalisten mobiililaitteiden käyttö on jatkuvassa kasvussa etenkin 12–19-vuotiaiden keskuudessa (n=1200). Nuorista

Whatsapp-sovellusta käyttävät JIM-tutkimuksen mukaan 95 % ja seuraavina tulevat Instagram (51 %) ja Facebook (43 %). Päivittäinen käyttöaika näiden sovellusten parissa on 12–13-vuotiailla noin kaksi ja puoli tuntia, 14–15-vuotiailla puolestaan reilu kolme tuntia ja 16–19-vuotiailla lähes neljä tuntia päivässä. (Pietikäinen 2021, 86.) Ebrand Groupin suomalaisille 13-29-vuotiaalle nuorille (n=2653) teettämän kyselyn (2022) mukaan 13–17-vuotiaista nuorista 28 % viettää internetissä aikaa 41–50 tuntia viikossa. Lähes viidesosa (17 %) 13–17-vuotiaista viettää internetissä aikaa jopa yli 51 tuntia viikossa. Samassa kyselyssä kolme vuotta aiemmin 13–17-vuotiaista viidesosa vietti 41–50 tuntia viikossa, joten korona on voinut osaltaan vaikuttaa kasvaviin käyttömääriin. Sosiaalisen median palveluiden käyttö on Ebrand Groupin tutkimusten mukaan varsin iso osa kaikesta nuorten internetissä viettämästä ajasta. Vuoden 2022 kyselyn mukaan 13–17-vuotiaista reilu viidesosa (22 %) viettää sosiaalisessa mediassa viikkotasolla 15–20 tuntia ja reilu kymmenes heistä viettää sosiaalisen median palveluissa peräti 31–40 tuntia viikossa. (Ebrand Group 2022.) Sosiaalisen median osuus kaikesta internetin käytöstä oli samaa luokkaa 13–17-vuotiaiden keskuudessa kuin vastaavassa tutkimuksessa vuonna 2019 (Ebrand Group 2019).

Nuorille suunnattuja globaalistikin suosittuja sosiaalisen median alustoja kuten Tiktok tulee jatkuvasti lisää, mikä voi osaltaan houkuttaa nuoria digilaitteiden pariin aiempaakin enemmän. Nuorten sosiaalisen median käyttö heijastaa sitä tosiasiaa, että tieto- ja viestintäteknologian kehitys on perusteellisesti muuttanut tapojamme käyttäytyä ja olla yhteydessä muihin ihmisiin. Etenkin nuorille sosiaalinen media on käytännössä osa elämää ja yksi keino hoitaa kaverisuhteita sekä rakentaa omaa identiteettiään. (Takala & Takala 2019, 27.) Unelmien some 2021 tutkimuksesta (n=731) ilmeni, että 15–18-vuotiaista 72 % uskoi, että sosiaalinen media vaikuttaa tulevaisuudessa entistä enemmän nuorten identiteetin rakentumiseen. Kyselyyn vastanneista 24 % kuitenkin toivoi, ettei näin kävisi. (Lasten ja nuorten säätiö 2021.) Eri ryhmien ja sosiaalisen median alustojen kautta on mahdollisuus olla vuorovaikutuksessa muihin itselleen tärkeiden asioiden ja aiheiden parissa ja nuorella on myös mahdollisuus saada välitöntä palautetta ja tykkäyksiä toiminnalleen. Parhaimmillaan tästä seuraa nuoren minäkuvan vahvistuminen ja hyvinvoinnin lisääntyminen. (Takala & Takala 2019, 27.) Toisaalta sosiaalisessa mediassa nuori on aiempaa haavoittuvaisempi kohtaamaan asioita, jotka voivat olla riski hyvinvoinnille ja

turvallisuudelle. Digitaalisilla alustoilla tapahtuva kiusaaminen ja häirintä voi pahimmillaan seurata nuorta kaikkialle ja vaikuttaa identiteettiin (Takala & Takala 2019, 31).

Useiden saksalaisten tutkimusten mukaan nuoret kertovat kokevansa yhä enemmän kommunikaatiostressiä, joka aiheutuu sosiaalisen median ja muiden pikaviestisovellusten (Whatsapp) kautta tulevasta valtavasta viestimäärästä. Saksan valtakunnallisen mediakeskuksen NRW:n teettämän tutkimuksen (2015) mukaan 500 haastatellusta 8–14-vuotiaasta lapsesta 24 % koki stressiä pikaviestisovellusten kautta tauotta saapuvista viestistä. Lisäksi samaisessa tutkimuksessa lähes puolet (48 %) haastatelluista kertoi, että älypuhelin vie ajatuksia muualle esimerkiksi läksyjien teolta. (Pietikäinen 2021, 86.) Uusimman kouluterveyskyselyn mukaan noin joka kolmas tytöistä ja noin joka viides pojista kertoi yrittäneensä vähentää netissä viettämäänsä aikaa tässä kuitenkaan onnistumatta (Helakorpi & Helenius 2021, 1). Unelmien some 2021 selvityksen mukaan 82 % 15–18-vuotiaista uskoi, että he viettävät viiden vuoden kuluttua enemmän aikaa sosiaalisessa mediassa kuin tällä hetkellä. Silti kuitenkin vain 21 % vastanneista toivoi, että näin todellisuudessa tapahtuisi. (Lasten ja nuorten säätiö 2021.)

Useat tutkimukset ovat osoittaneet, että liiallinen sosiaalisen median käyttö lisää riskiä nuorten pahoinvoinnille. Jos digilaitteiden käyttö on pakonomaista ja intensiivistä eli nuori ei pysty itsesääntelyllä pitämään käyttöä enää kohtuuden rajoissa on todennäköistä, että tästä aiheutuu lapselle tai nuorelle negatiivisia terveysvaikutuksia. Kouluikäisten liiallinen sosiaalisen median käyttö on tutkimusten mukaan yhteydessä nuorten lisääntyneeseen oireiluun, jossa esiin ovat nousseet lisääntynyt väsymys, yksinäisyys ja vähäinen fyysinen liikkuminen. WHO-koululaistutkimuksen mukaan 7 % koululaisista luokitellaan jo siihen ryhmään, joilla esiintyy sosiaalisen median ongelmakäyttöä. (Paakkari ym. 2021, 1.) WHO-koululaistutkimus on Suomessa käytetty nimitys Maailman terveysjärjestön (WHO) kanssa yhteistyössä toteutettavasta kansainvälisestä Health Behavior in School-aged Children (HBSC) -tutkimuksesta. Tutkimusaineistoa kerätään neljän vuoden välein ja tässä tutkimuksessa oli mukana 11-, 13- ja 15-vuotiaita koululaisia 45 eri maasta. Viimeisimmässä tutkimuksessa vuonna 2018 oli mukana yhteensä 3408 suomalaista nuorta. (Jyväskylän yli-

opisto 2021.) Tutkimusten mukaan digitaalinen ympäristö ja etenkin sosiaalinen media vaikuttavat multitasking-ilmion myötä negatiivisesti myös lasten ja nuorten ajatteluun ja oppimiskykyyn. Multitasking-ilmioilla viitataan siihen, kun useampaa asiaa tehdään samanaikaisesti. Käytännössä tämä ilmiö, jota älypuhelimien jatkuva käyttö on vahvistanut, johtaa siihen, että huomion kohde vaihtuu jatkuvasti ja johtaa niin kutsuttuun tarkkaavaisuusstressiin. Aika, jonka nuori omistaa pelkästään yhdelle asialle kerrallaan, vähenee jatkuvasti multitasking-ilmion vaikutuksesta. Huomiokyvyn alituinen vaihtelu voi johtaa keskittymiskyvyn vähenemiseen ja oppimiskykyyn, jossa varsinkin pitkäkestoinen muisti kärsii. (Pietikäinen 2021, 87.)

WHO-koululaistutkimuksessa ilmeni, että 9 % suomalaisista nuorista (n=3408) on sosiaalisen median ongelmakäyttäjiä ja lisäksi jopa 34 % kuuluu riskiryhmään, joilla on kohonnut riski tulla ongelmalliseksi sosiaalisen median käyttäjäksi. Tutkimuksen mukaan liiallisella sosiaalisen median käytöllä on yhteys yksinäisyyden tunteen kokemiseen. Ilmeni siis, että intensiivinen sosiaalisessa mediassa vietetty aika ei vähennä yksinäisyyden tunteen kokemista. Nuoret, jotka muutenkin kokevat yksinäisyyttä eivät välttämättä saa sosiaalista mediaa käyttämällä sen enempää kokemusta yhteisöllisyydestä tai että he olisivat osa jotakin heille tärkeää ryhmää. (Paakkari ym. 2021, 7.) Paakkarin ja tutkijakumppaneiden mukaan (2021, 7–8.) tutkimuksen tulokset osoittivat myös, että niillä nuorilla, joilla oli sosiaalisen median ongelmakäyttöä oli myös kohonnut riski kokea muita terveydellisiä ongelmia (niska-hartiasärky, alakuloisuus, ärtyneisyys, hermostuneisuus ja aamuväsymys) verrattuna nuoriin, joilla ongelmakäyttöä ei havaittu. Tutkimuksen löydöksiin viitaten on kuitenkin syytä huomioida, että kyseisestä WHO-koululaistutkimuksesta saatu data ei mahdollista syy-seuraussuhteiden selvittämistä eli sitä altistavatko nuorten negatiiviset terveystulokset ongelmalliselle sosiaalisen median käytölle vai ovatko ne ongelmallisen käytön seurauksia. Sosiaalisen median käyttöä ja käyttäjiä on myös hyvin monenlaisia (passiivinen vs. aktiivinen käyttäjä) eikä näitäkään elementtejä huomioitu kyseisessä tutkimuksessa.

Italiassa 12-14-vuotiaille (n=336) äskettäin tehty tutkimus osoitti, että sosiaalisen median käytöllä varhaisnuoruudessa voi olla negatiivisia vaikutuksia etenkin tyttöjen osalta (esim. lisääntyneet masennusten tunteet), mutta sillä voi olla myös tärkeitä myönteisiä vaikutuksia nuoren kehityksessä. Sukupuoli,

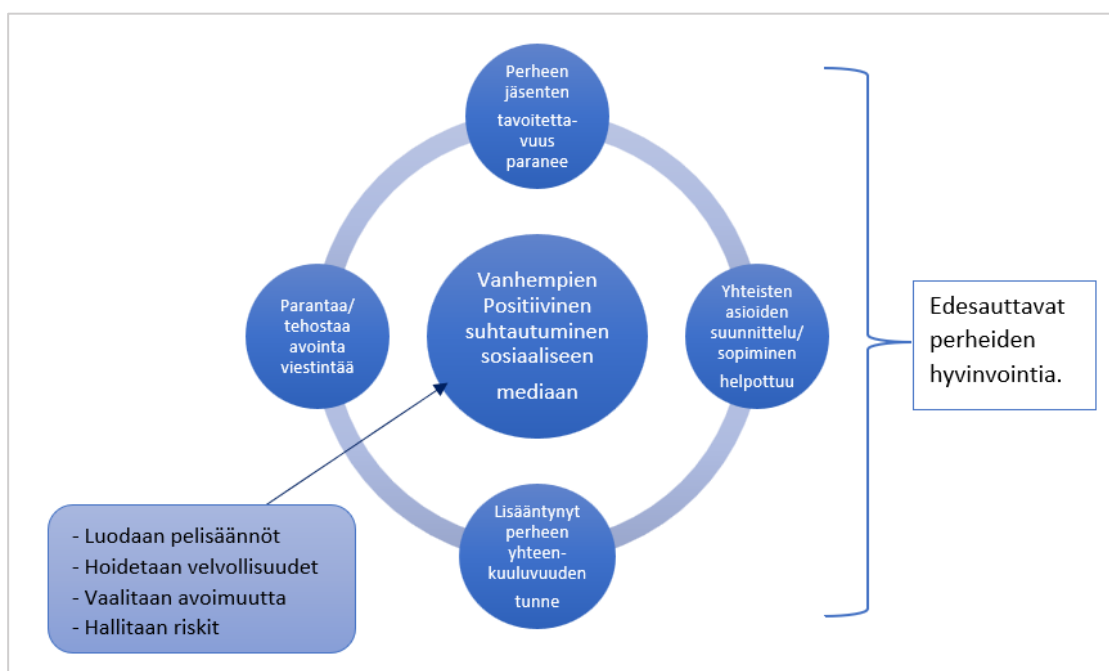
nuoren henkilökohtaiset taidot sekä erityisesti taidot omien tunteiden hallinnan suhteen voivat tutkimuksen mukaan vaikuttaa siihen, miten sosiaalisen median käytön vaikutukset näkyvät nuoren elämässä. Muun maassa nuorten henkilökohtaisten tunnetaitojen edistäminen voi osoittautua hyödylliseksi, kun sosiaalisen median käytöllä tavoitellaan positiivisia vaikutuksia nuoren elämään sen sijaan, että se olisi riski nuoren kehitykselle. (Calandri ym. 2021, 9.) Tuloksiin tulee suhtautua kuitenkin varauksella, sillä sen melko pienen otoskoon lisäksi nuoret raportoivat itse tiedot sosiaalisen median käytöstään. Lisäksi tutkimus ei tehnyt eroja sosiaalisen median eri kanavien (Facebook, Instagram, Twitter, Tiktok) välille tai sille onko aktiivisten tai passiivisten käyttäjien keskuudessa havaittavissa eroja.

Myös McCrae kumppaneineen (2017, 315–330) tarkastelivat kirjallisuuskatsauksessaan empiirisiä tutkimuksia nuorten sosiaalisen median käytön ja masennusoireiden välisestä suhteesta ja havaitsivat, että on tärkeää tiedostaa sosiaalisen median mahdolliset vaikutukset nuorten lisääntyneisiin mielenterveyden haasteisiin. Tutkimukset eivät kuitenkaan antaneet vastausta sille olivatko nuorten mahdolliset masennusoireet syy vai seuraus sosiaalisen median käytöstä. Tulee myös arvioida ovatko tutkimuksissa tehdyt havainnot nuorten lisääntyneistä mielenterveyden haasteista seurausta siitä, että yleinen kiinnostus ja yhteiskunnallinen huoli nuorten hyvinvoinnista on nykyään ylipäättään voimakkaammin esillä. (McCrae ym. 2017, 315–330.)

4.4 Vanhempien käsityksiä sosiaalisesta mediasta

Sosiaalinen media ja siihen kuuluvat lukuisat pikaviestisovellukset ovat muuttaneet käsitystä ihmisten välisestä yhteydenpidosta. Sosiaalinen media yhdistää perheitä, ystäviä ja sukulaisia uusin tavoin, mutta toisaalta se voi aiheuttaa myös turvattomuutta ja huolta liiallisesta sosiaalisen median käytöstä. Tämä heijastuu myös perheiden arkeen, kun yritetään luoda toimivia rutiineja, pelisääntöjä sekä rajoja sosiaalisen median käytölle. Vanhempien oma sosiaalisen median käyttö heijastuu myös siihen, millaisena vanhemmat näkevät oman lapsen sosiaalisen median käytön ja siihen liittyvät riskit. (Wallace 2022.)

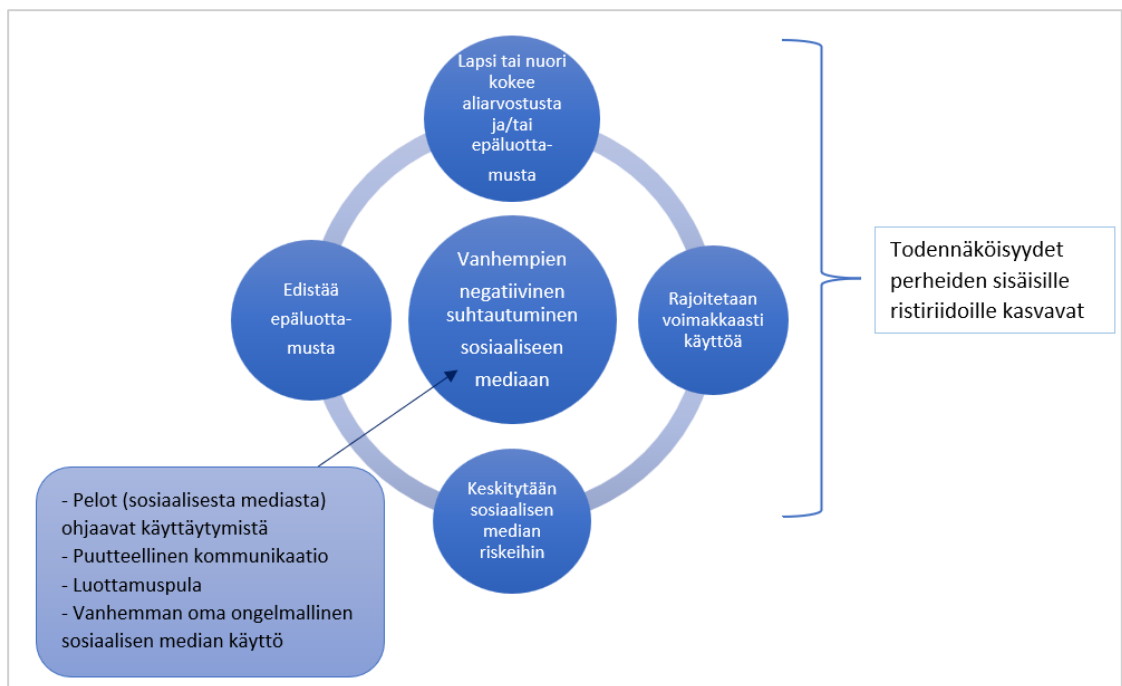
Julkisessa keskustelussa puhutaan toistaiseksi vielä melko vähän siitä, mitkä ovat Procentesen ja kumppaneiden (2019, 2) kuvailemat sosiaalisen median positiiviset vaikutukset perheen sopeutumiskykyyn, avoimeen viestintään ja yhteenkuuluvuuden tunteeseen. Jos perheissä on vahva luottamuksen ilma-
piiri ja kyetään luomaan avoimen keskustelun kulttuuri niin sosiaalinen media voi tehostaa perheen sisäistä viestintää ja helpottaa suunnitelmallisuutta ja yhteydenpitoa. Tämä kannustaa vanhempia ja lapsia vuorovaikutukseen ja voi edistää keskustelumuonteista ilmapiiriä perheissä, myös silloin kun kohdataan ristiriitatilanteita (kuva 1.) Kuten alla oleva kuva havainnollistaa, niin sosiaalisen median tuomat positiiviset vaikutukset perheitoimintoihin ovat kaikki toisiinsa yhteydessä ja toisistaan riippuvaisia. Jos perheenjäsenten näkemykset sosiaalisen median käytöstä ja sen vaikutuksista ovat yhteneväiset, voi sosiaalinen media tehostaa perheen kommunikaatiota sekä voimistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta. Parempi kommunikaatio ja yhtenevät toimintatavat edelleen edistävät ja eheyttävät perhedynamiikka. (Procentese ym. 2019, 7.)



Kuva 1. Sosiaalisen median positiivisten käsitysten muodostama kehä perhesuhteisiin

Sekä italialaisvanhemmille (n=227) tehty tutkimus (Procentese ym. 2019), että amerikkalaisvanhemmille vuonna 2019 (n=525) tehty tutkimus (Wallace 2022) vahvistavat sitä käsitystä, että vanhempien omalla sosiaalisen median käytöllä on vaikutuksia vanhempien yleiseen käsitykseen sosiaalisesta mediasta ja siihen, miten lapset käyttävät sosiaalista mediaa. Havaittiin, että mikäli vanhem-

malla itsellään oli addiktoivaa käytöstä älypuhelimellaan, niin sitä suurempi todennäköisyys oli sille, että vanhempi rajoittaa lapsen älypuhelimien käyttöä tai jopa takavarikoi sen. Liian voimakas vanhempien puuttuminen tai lapsen valvominen on kuitenkin tutkimuksissa aiheuttanut negatiivisia vaikutuksia vanhemman ja lapsen väliselle suhteelle ja esimerkiksi teini-ikäisen käytökselle sosiaalisessa mediassa (Wallace 2022). Mikäli vanhemmilla oli olemassa tai syntyi negatiivinen käsitys sosiaalisen median vaikutuksista, aiheutti se todennäköisesti ristiriitoja ja vähensi perheen avointa kommunikaatiota (kuva 2.) Wallacen tutkimuksen mukaan (2022) myös vanhempien omat tunnereaktiot sosiaalisessa mediassa voivat vahvistaa tai vähentää lapsiin kohdistuvaa valvontaa ja rajoituksia. Amerikkalaisvanhemmille tehty tutkimus osoitti, että voimakkaat tunnereaktiot liittyivät useimmiten säännöllisempään valvontaan lasten sosiaalisen median käytöstä kuin neutraalit tunnereaktiot.



Kuva 2. Sosiaalisen median negatiivisten käsitysten muodostama kehä perhesuhteisiin

Sosiaaliseen mediaan liittyvä keskustelu on yhä tänä päivänä melko yksipuolista, johon liittyy toisinaan vastakkainasettelua. Tutkimusten keskiöön nostetaan varsin usein sosiaalisen median hyödyt ja haitat, joiden perusteella johtopäätöksiä tehdään. Toistaiseksi yhteiskunnallisesta keskustelusta ja tutkimuksista puuttuu laajamittainen kannanotto sosiaalisen median tuomista murroksista sekä yksilö- että yhteiskunnallisella tasolla. Digitaaliset kommunikointita-

vat ja digilaitteilla vietetty aika on kuitenkin tullut osaksi lasten ja nuorten, ja siten perheiden elämää ja siksi olisi tärkeämpää keskittyä enemmän sosiaalisen median ominaisuuksiin ja vaikutuksiin suuremmassa kuvassa. Lisäksi keskustelun painopisteen tulisi riskien sijaan keskittyä siihen, miten voimme vahvistaa ja edistää lasten ja nuorten omaa kykyä arvioida sosiaalisen median ominaisuuksia ja millaista omavalvontaa he voivat harjoittaa sosiaalisen median käytössään. Avoin suhtautuminen, keskinäinen luottamus sekä tietoisuus perheenjäsenten kyvyistä hallita sosiaaliseen mediaan liittyviä ominaisuuksia voi edistää yksilöiden käsityksiä sosiaalisen median positiivisista vaikutuksista (kuva 1.) (Procentese ym. 2019). Kun lapsilla on turvallinen, avoin ja rohkaiseva kotiympäristö on todennäköisempää, että he jakavat vanhemmilleen sosiaaliseen mediaan liittyviä kokemuksiaan monipuolisesti (Winstone ym. 2021).

Sosiaalisen median merkityksestä lasten ja nuorten elämään voidaan kiistellä, mutta sosiaalisen median käyttöä arjessa voidaan tuskin keneltäkään nuorelta täysin kieltää. Sosiaalinen media on kuitenkin vielä varsin nuori media, joten lopullisten johtopäätösten tekeminen sen vaikutuksista nuorten hyvinvointiin edellyttää kattavampia tutkimuksia pidemmältä ajalta. Tämän opinnäytetyön tutkimusosiossa viitataan myöhemmin lasten ja nuorten nettitoimintaan, joka on vanhemmille osoitetussa kyselyssä sosiaalisen median lisäksi muutakin toimintaa kuten pelaamista ja nettivideoiden katselua. Sosiaalinen media nostettiin tässä tutkimuksessa erityisesti esille, sillä useat tutkimukset osoittavat, että sosiaalisen median eri sovelluksissa vietetään varsinkin nuorten keskuudessa eniten aikaa kaikesta internetissä vietetystä ajasta (Ebrand Group 2022; Pietikäinen 2021, 86). Lisäksi mistään muusta nuorten internetissä vietetystä ajasta (nettitoiminnasta) ei ole niin paljon tutkimuksia tai ristiriitaisia näkemyksiä kuin sosiaalisesta mediasta tai sen haitoista. Sosiaalisella medialla on sen monien ulottuvuuksien (yhteydenpito, kiusaaminen ja syrjintä, mainonta ja vaikuttaminen) vuoksi myös yhteiskunnallista merkitystä ja siksi huomion kohdistaminen erityisesti sen ominaisuuksiin, haittoihin ja hyötyihin oli perusteltua tässä tutkimuksessa.

5 MEDIAKASVATUS JA PERHEIDEN VUOROVAIKUTUS

Vanhemmat ovat ensisijaisesti vastuussa lapsen kasvatuksesta ja kehityksestä. Lapsenhuoltolain mukaan vanhempien tulee turvata lapsen tasapainoinen kasvu ja hyvinvointi ottaen huomioon lapsen yksilölliset tarpeet ja toivomukset. Nykypäivän digitaaliset laitteet vaativat vanhemmilta uudenlaista huomiota, sillä lapsen oikeudet ja lapsen henkilötietojen suojan tulee toteutua myös digitaalisessa ympäristössä. Vanhemmilla on lopulta suurin vaikutusvalta siihen, millaisia teknologisia laitteita kotiin hankitaan. Tietosuojalainsäädännössä ei aseteta Suomessa ikärajoja lasten käyttämiin digitaalisiin palveluihin tai osallistumisesta digitaaliseen ympäristöön. Kuten lapsenhuoltolaki ja lapsen oikeuksien sopimus kehottavat, on ensisijaisesti vanhempien tehtävä tukea ja ohjata lasta digilaitteilla toimimiseen lapsen ikään, kehitystasoon ja asian laatuun nähden. (Lastensuojelun keskusliitto 2019, 76.)

5.1 Lapsiperheet Suomessa

Tilastokeskuksen mukaan Suomessa oli vuoden 2020 lopussa kaikkiaan 1 467 653 perhettä, joista lapsiperheitä oli 556 052. Lapsiperheestä puhutaan, kun perheeseen kuuluu vähintään yksi alle 18-vuotias. Vuonna 1990 yleisin perhetyyppi Suomessa oli aviopari ja lapsia, mutta vuonna 2020 yleisin perhetyyppi oli aviopari ilman lapsia. Perhetyyppi aviopari ja lapsia on vähentynyt vuosikymmenten aikana tasaisesti. Vastaavasti avioparien lukumäärä, jotka elävät ilman lapsia on kasvanut tasaisesti. Suomessa perhetilastoissa perheet lasketaan väestötietojärjestelmän mukaan samassa asunnossa asuvista henkilöistä. (Tilastokeskus 2021.)

Lapsiperheissä oli vuonna 2020 yhteensä 1 020 884 alaikäistä lasta, 7 146 lasta vähemmän kuin edellisvuonna. Lapsiperheissä keskimääräinen lapsiluku oli 1,84. Keskimääräinen lapsiluku on pysynyt suunnilleen samana huolimatta siitä, että lapsiperheiden määrä on vähentynyt. Lapsiperheistä yksilapsisia oli 43 %, kaksilapsisia 39 % ja kolmilapsisia oli 13 %. Lisäksi viidellä prosentilla lapsiperheistä oli vähintään neljä alle 18-vuotiasta lasta. Nämä osuudet ovat pysyneet vakaina. (Tilastokeskus 2021.)

5.2 Mediakasvatus lapsiperheissä

Lapset ja nuoret viettävät paljon aikaa digitaalisessa ympäristössä ja ovat alttiita monenlaiselle, myös epämiellyttävälle ja loukkaavalle sisällölle. Digiympäristössä toimiminen edellyttääkin uudenlaisia taitoja ja sekä lapsia että vanhempia tulee tukea taitojen kehittämisessä ja niiden ylläpitämisessä. Mediakasvatuksella pyritään kehittämään lasten ja nuorten medialukutaitoja ja valmentaa lapset ja nuoret havainnoimaan median erilaisia toimintatapoja, median tehtäviä, intressejä, mahdollisuuksia ja eri käyttötarkoituksia. (Veteli & Palokangas 2019.)

Toisinaan huomaa, että mediakasvatus saatetaan ensimmäisenä yhdistää median käytön rajoittamiseen tai sen mahdollisista haittapuolista varoittamiseen. Pohjimmiltaan mediakasvatus pyrkii kuitenkin kehittämään lapsen ja nuoren kokonaisvaltaista medialukutaitoa, josta on hyötyä läpi elämän. Medialukutaito on jokaiselle tärkeä taito, sillä sen avulla digiympäristössä toimiminen on turvallisempaa ja vastuullisempaa. (Veteli & Palokangas 2019.) Tässä opinnäytetyössä mediakasvatuksella tarkoitetaan lasten ja nuorten medialukutaidon lisäämistä. Mediakasvatuksella tuetaan yksilön kasvua, osallisuutta ja toimijuutta, sillä informaation hankinnan, tuottamisen, tulkinnan ja arvottamisen merkitys on tänä päivänä entisestään korostunut (Opetushallitus s.a.).

Yhdysvaltalaisen vuonna 2020 toteutetun tutkimuksen mukaan kaksi kolmesta kyselyyn vastanneesta vanhemmasta (n=3640) oli sitä mieltä, että lasten kasvattaminen on nykyään vaikeampaa kuin mitä se oli 20 vuotta sitten. Suurimmiksi syiksi vanhemmat nimesivät tutkimuksessa teknologian kehityksen yleisesti sekä toisena sosiaalisen median. (Auxier ym. 2020, 7.) Tutkimuksen vanhemmista he, joiden lapset olivat 5–11-vuotiaita, suurin osa (71 %) oli jonkin verran huolissaan lapsen digilaitteilla vietetystä ajasta ja noin kolmannes (31 %) oli tästä todella huolissaan (Auxier ym. 2020, 44). Yhdysvaltalaisen Pew Research Centerin tutkimuksessa kaikilla kyselyyn vastanneilla vanhemmilla oli vähintään yksi alle 18-vuotias lapsi (Auxier ym. 2020, 2). Myös Pelastakaa Lapset ry:n *Lapset laitteilla* (2022, 13) selvityksessä (n=1003) kävi ilmi, että vanhemmat kokivat digilaitteiden vaikuttavan negatiivisesti etenkin lapsen uneen ja lepoon (41 % vastaajista) sekä liikuntaan ja urheiluun (35 % vastaajista).

jista). Mitä tulee selvityksessä eri hyvinvoinnin osa-alueisiin (sosiaalinen, psykologinen ja fyysinen hyvinvointi), vanhemmat mainitsivat digilaitteilla olleen enemmän negatiivisia vaikutuksia lasten hyvinvointiin kuin positiivisia vaikutuksia. Lasten (7–18-vuotiaat) oma arvio digilaitteiden vaikutuksista hyvinvointiin oli lähes päinvastainen. Negatiivisia vaikutuksia lapset kokivat vain fyysisen hyvinvoinnin osalta (ruokailu, uni ja lepo sekä liikunta ja urheilu). Sosiaaliin ja psykologiseen hyvinvointiin lapset kokivat digilaitteilla olevan hyvinvointia lisäävä vaikutus. (Pelastakaa Lapset 2022, 20.)

Tutkijat ovat tunnistaneeet kaksi lähestymistapaa, joilla vanhemmat toteuttavat mediakasvatusta. Aktiivinen mediakasvatus (*active mediation*) viittaa vanhempien aktiiviseen kasvatukseen, jossa median sisällöstä keskustellaan yhdessä lapsen kanssa ja yhteisiä kokemuksia jaetaan laajalti perheen kesken. Rajoitettava mediakasvatus (*restrictive mediation*) viittaa taas vanhempien toimintaan, jossa he enemminkin luovat rajoittavia sääntöjä lasten digilaitteiden käyttöön. (Lukavska ym. 2021, 2.)

Useiden tuoreiden tutkimusten mukaan näyttäisi siltä, että mediakasvatuksella (aktiivinen tai rajoittava) ei olisi merkittävää vaikutusta lasten median käytön aktiivisuuteen tai nuorten ongelmakäyttöiseen median kulutukseen (Lukavska ym. 2021; Beyens ym. 2022). Aiempien tutkimusten osalta voidaan ajatella olevan kuitenkin useita haasteita luotettavien johtopäätösten tekemiseksi. Osassa tutkimuksista mittaus on perustunut lapsilähtöiseen raportointiin omasta tai vanhempien toiminnasta. Tutkimus on saattanut myös keskittyä hyvin kapeaan joukkoon älylaitteita sen sijaan että mitattaisiin monipuolisesti eri digilaitteita. Mikä aiemmissa tutkimuksissa myös nähtiin ongelmallisena, oli se, että niissä ei tehdä selkeää eroa mahdollisten haitallisten ja tehokkaiden toimintatapojen välille, kun puhutaan tietäntyyppisestä mediakasvatuksesta. Lapsen pakottaminen esimerkiksi digilaitteen käytön lopettamiseen silloin, kun se on yksin vanhemman päätös, on osoittautunut tehottomaksi keinoksi. Selkeiden, asianmukaisten ja lapsen oikeuksia kunnioittavien käytäntöjen sopiminen yhdessä lapsen kanssa esimerkiksi ruutu-aikaa koskien voi olla toimivampi keino mediakasvatuksessa. (Lukavska ym. 2021, 2–3.)

Toisen tutkimuksen mukaan kirjallisuudesta voidaan löytää aktiivisen ja rajoitettavan mediakasvatustavan lisäksi myös niin kutsuttu yhteiskäyttö (*co-use*)

kasvatustapa, joka viittaa siihen, että mediaa kulutetaan yhdessä vanhemman kanssa (esimerkiksi tv-ohjelman katsominen), mutta siihen ei liity aktiivista keskustelua. Tämän kasvatustavan relevanttius ja vaikutukset ovat melko rajatut, koska tämän päivän median kulutus on paljon moniulotteisempaa kuin vain TV:n katselua. Muun median kulutus tapahtuu perheissä pääsääntöisesti henkilökohtaisten digilaitteiden kautta. (Beyens ym. 2022, 5.)

Tutkimukset eivät näytä huomioivan yhteiskäyttöä kasvatustapana monipuolisesti eri digilaitteiden näkökulmasta, vaan asiaa on tarkasteltu kapea-alaisesti pääasiassa yhteisen TV:n katselun näkökulmasta. Median ja digilaitteiden kulutus on kuitenkin hyvin paljon monipuolisempaa tänä päivänä, joten tutkimuksen relevanttius perheiden mediakasvatukseen tänä päivänä jää hieman epäselväksi. Perheissä käytetään hyvin monipuolisesti erilaisia digitaalisia laitteita ja vanhemmilla on päävastuu digilaitteiden turvallisen käyttämisen opastamisessa lapsilleen. Voisiko käytännössä kaikkea digilaitteisiin ja palveluihin yhdessä tutustumista kutsua yhteiskäyttökasvatukseksi (co-use)? Ehkä yhteiskäyttö näkemyksenä kaipaa tutkimuksissa laajempaa näkökulmaa perheiden digitaalisessa ympäristössä tänä päivänä. Mitä tutkimukset eivät myöskään ota huomioon on se, että perinteinen media (esim. TV) on monella tapaa erilainen kuin vaikka nykyiset älypuhelimet, jotka kulkevat mukana käytännössä kaikkialla ja joiden avulla ihminen on aktiivitoimija toisin kuin TV:tä katsellessa.

Näiden jo edellä mainittujen mediakasvatustapojen lisäksi tutkijat ovat tunnistaneeet myös kaksi muuta lähestymistapaa vanhempien mediakasvatuksessa. Puhutaan niin sanotusta vanhempien valvonnasta (*parental monitoring*), jossa vanhemmat voivat toteuttaa niin sanottua autoritaarista valvontaa (*authoritarian surveillance*) tai sitten ei-tunkeilevaa tarkastusta (*non-intrusive inspection*). Autoritaarisessa valvonnassa vanhemmilla on pääsy lastensa sosiaalisen median tileille ja heillä voi olla jopa lasten salasana tiedot. Sitten taas ei-tunkeilevaa mediakasvatusta noudattava vanhempi tyytyy esimerkiksi selailemaan lapsensa sosiaalisen median tilejä. (Beyens ym. 2022, 5.)

Beyens, Keijsers ja Coyne (2022, 8–9) toivat esille, että on jotakin empiiristä näyttöä siitä, että vanhempien mediakasvatuksen tehokkuus on riippuvainen heidän valitsemastaan strategiasta (aktiivinen vs. rajoittava) ja tyylistä. Tyyllillä

viitataan tässä tutkimuksessa lapsen autonomiaa tukevaa tyyliä tai autonomiaa rajoittavaa tyyliä lapsen digilaitteiden käyttöön liittyen. Pitkittäistutkimuksessa havaittiin, että nuoret kokivat enemmän masennusoireita, jos vanhemmat käyttivät rajoittavaa mediakasvatusstrategiaa, kun taas aktiivisen strategian käyttämiseen liitettiin nuorten osalta vähemmän raportoituja masennusoireita. Lisäksi toinen tutkimus osoitti, että nuoret kokivat enemmän ahdistusta ja masennusoireita, jos vanhemmat käyttivät autonomista rajoittavaa tyyliä nuorten median käyttöön liittyen. Autonomiaa tukeva tyyli taas aiheutti nuorten keskuudessa parempaa sosiaalista hyvinvointia, sillä nuoret kokivat tulleen vakavasti otetuiksi, kuulluiksi ja ymmärretyiksi, kun he kertoivat sosiaalisen median käytöstä vanhemmilleen. (Beyens ym. 2022, 9)

Beyens, Keijsers ja Coyne (2022, 10) löysivät tutkimuksissaan todisteita siitä, että mediakohtainen vanhemmuus voi hyvinkin vaikuttaa nuoren sosiaalisen median käyttöön, nuoren hyvinvointiin ja myös pahoinvointiin. Ne nuoret, joiden vanhemmat käyttävät sovittelevampaa mediakasvatustapaa ja seurantaa, sekä tapaa, joka tukee nuorten omaa autonomiaa median käyttöön liittyen, viettävät vähemmän aikaa sosiaalisessa mediassa ja heillä esiintyy vähemmän ongelmallista sosiaalisen median käyttöä. Tämän lisäksi todisteet viittaavat myös siihen, että aktiivinen ja nuoren autonomiaa tukeva rajoittava sovittelutapa ja vanhemman seuranta voivat vähentää nuoren ahdistusta ja masennusta sekä minimoida verkkokiusaamisen vaikutukset masennusoireisiin. Lopuksi tutkijat toteavat vielä, että toistaiseksi puuttuu yhä vankka näyttö siitä, millä keinoin vanhemmat voivat parhaiten mediakasvatuksessaan hoitaa nuorten sosiaalisen median käyttöä ja vaikuttaa sosiaalisen median lapsille ja nuorille aiheuttamaan hyvinvointiin sekä pahoinvointiin. (Beyens ym. 2022, 10.)

Kasvattaminen on myös omalla esimerkillä johdattamista. Digilaitteet ovat mukana myös vanhempien arjessa tiiviisti ja vanhemman runsas digilaitteiden käyttö voi kuormittaa perhesuhteita. Vanhemmalle hetki tai hetket digitaalisen laitteen parissa voi olla keino pyrkiä rentoutumaan tai olla kontaktissa ystäviin, mutta sillä on myös kääntöpuolensa. Vanhemman jatkuvalla digitaalisten laitteiden käytöllä vanhemmalta voi jäädä huomiotta lapsen tarpeet tai uusien taitojen oppiminen tai esimerkiksi kotitehtävissä avustaminen. Digitaalisella ympäristöllä voi olla myös negatiivisia vaikutuksia tai äkillisiä muutoksia vanhem-

man tunnetiloihin. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2020.) Tutkimuksia aikuisten sosiaalisen median käytöstä ja sen vaikutuksista koko perheen hyvinvointiin on vielä vähän. Sen sijaan, että keskitytään yksin lasten digilaitteiden käyttöön, tulisi lasten ja nuorten ja koko perheen hyvinvoinnin edesauttamiseksi vahvistaa sekä vanhempien että koko perheen kykyjä toimia turvallisesti ja vastuullisesti digiympäristössä.

Pons-Salvadorin ja kumppaneiden (2022, 455) tuoreessa vanhemmille tehdystä tutkimuksesta (n=1827) havaittiin, että ne vanhemmat, jotka käyttävät paljon internetiä ovat todennäköisemmin suopeampia lastensa netin käytön suhteen. Digilaitteita paljon käyttävät vanhemmat havainnoivat aktiivisesti ja ovat tietoisempia siitä, mitä heidän lapsensa digilaitteilla tekevät. Vanhempien omat digitaidot näyttävätkin vaikuttavan osaltaan siihen millaista mediakasvatusta (aktiivinen vs. rajoittava) perheissä toteutetaan. Myös Nichols ja Selim (2022, 8) löysivät useita tätä ilmiötä vahvistavia tutkimuksia. Erityisesti silloin, kun vanhempien tietämys ja kokemukset digilaitteiden suhteen ovat rajalliset on tutkimusten mukaan todennäköisempää, että mediakasvatus on joko hyvin minimaalista tai rajoittavaa. Bergert ja kumppanit (2020, 11–12) havaitsivat tutkimuksessaan (n=290) myös mielenkiintoisen yhteyden siinä miten vanhemmat rajoittivat lastensa älypuhelimien käyttöä suhteessa omaan älypuhelimien käyttöön. Vanhempien havaittiin tekevän lasten älypuhelimien käyttöön liittyviä päätöksiä ei ainoastaan siitä näkökulmasta, miten päätökset vaikuttavat lapseen, vaan myös siitä näkökulmasta millaisia seurauksia päätöksillä on vanhemmille itselleen. Tällä vanhemmat viittasivat esimerkiksi oman vapaa-aikansa mahdollistamiseen tai lapsen nopeaan tavoittamiseen puhelimen välityksellä. Tärkeimmäksi yksittäiseksi hyödyksi älypuhelimien käytön sallimisessa vanhemmat kertoivat älypuhelimien positiiviset vaikutukset lapsen oppimiseen ja uusien taitojen kehittymiseen. (Bergert ym. 2020, 9.)

Tutkimuksissa on havaittu myös lapsen iän vaikuttavan vanhempien tapoihin toteuttaa mediakasvatusta. Lasten tullessa teini-ikään vanhemman rooli aktiivisena mediakasvattajana väheni ja nuorten ikätovereista tuli tärkeämpiä vaikuttajia digisovellusten käytössä. Havaittiin, että lasten kasvaessa teini-ikään vanhemmat siirtyvät rajoituksista ja rajojen asettamisesta keskustelelevampaan ja neuvottelevampaan kasvatukseen. Tämän uskotaan johtuvan vanhempien ymmärryksellä lapsen kasvusta ja kehityksestä (Nichols & Selim 2022, 7) sekä

siitä, että vanhemmat uskovat lasten digitaitojen kehittyneen iän myötä (Suárez-Alvarez ym. 2022, 9). Lisäksi tutkimukset viittaavat siihen, että teini-ikäiset alkavat itsenäistyessään vaatia enemmän autonomiaa oman elämänsä suhteen, joka saa vanhemmat muuttamaan käytöstään rajoittavasta toiminnasta enemmän aktiiviseen ja keskustelevaan tapaan toimia (Suárez-Alvarez ym. 2022, 9).

Erilaisista, osaltaan tarkoinkin rajatuista mediakasvatuskeinoista voi tehdä ongelmallista se, että vanhempien toteuttama mediakasvatus mitä todennäköisimmin muuttaa muotoaan lapsen iän ja taitotason sekä teknologian kehityksen mukaan. Tästä johdosta voi olla haastavaa tehdä johtopäätöksiä erilaisten mediakasvatusten vaikutuksista laajamittaisesti lapsen hyvinvointiin ja lapsen tulevaisuuden median käyttöön. Lisäksi on vaara, että tuloksia tulkitaan liian kapeakatseisesti. Vaikka osa mediakasvatustavoista katsottaisiin tutkimusten perusteella lasten hyvinvointia paremmin tukevaksi (esim. Beyens ym. 2020, 10), on lapsi tai nuori silti aina yksilö, ja lapsen toimintaa tulee tarkastella tästä lähtökohdasta. Haluaisin myös korostaa vanhempien kiinnostusta ja ymmärrystä siitä, millainen digitaalisten laitteiden käyttäjä tai sosiaalisen median toimija oma lapsia tai nuori on. Tutkimukset eivät huomioi tai tuota juurikaan tietoa siitä, miten erilaiset mediakasvatustavat toteutuvat suhteessa erilaisiin käyttäjiin digitaalisessa ympäristössä. Tutkimuksissa puutteelliseksi jää myös se tieto, onko toteutettu mediakasvatustapa enemmän seurausta siitä, millaiset käsitykset vanhemmalla itsellään on digitaalisista laitteista vai onko lapsen käyttäytyminen syynä vanhemman tietynlaiseen reaktioon ja mediakasvatustapaan.

5.3 Digitaalisten laitteiden vaikutukset perheiden vuorovaikutukseen

Kahdenkymmenen (1980-luvulta 2010-luvulle) vuoden aikaperspektiivillä tapahtunut muutos lasten ja nuoren ajankäytössä on se, että he viettävät yhä enemmän aikaa yksin. Lapset ja nuoret viettävät myös nykyään vähemmän fyysisesti aikaa niin perheen kuin ystävienkin kesken. Näinä vuosina tapahtunut muutos ilmentää aikamme teknologista kehitystä, ja lasten ja nuorten yksinoloajan lisääntyminen on yhteydessä digitaalisessa ympäristössä vietettyyn aikaan. Toisaalta, vaikka perheen parissa vietetty aika on vähentynyt niin per-

heajan merkityksen kulttuurissamme ei voi katsoa juurikaan muuttuneen. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen ja Tilastokeskuksen aineistojen mukaan perheet kokevat, ettei heillä ole riittävästi yhteistä aikaa ja toiveena olisi viettää enemmän aikaa perheen kesken. (Lahikainen ym. 2021, 74–77.)

Lahikainen ja kumppanit (2021, 171) huomasivat perheitä videoidessaan, että sekä vanhemmilla että lapsilla oli haasteita sulkea tai jättää digilaitteet, vaikka perheenjäsenten välillä oli vuorovaikutusta. Tämä ilmentää muun muassa digitaalisten laitteiden koukuttavaa voimaa. Tätä nimenomaan digilaitteisiin liittyvää ilmiötä kutsutaan yleisesti ”*phubbing*” ilmiöksi, joka tarkoittaa sitä, että vuorovaikutustilanteessa yksilö ei ota muita kanssaolijoita huomioon, vaan keskittyy ainoastaan esimerkiksi omaan älypuhelimeen (Procentese ym. 2019, 3). On myös todettava, että digitaalisten laitteiden monipuolisuus ja niiden helppo liikuteltavuus merkitsee tänä päivänä sitä, että digilaitteet läpäisevät perheiden arjen useasti päivässä ja hyvin eri tavoin. Joskus se tapahtuu miltei huomaamatta, kun älypuhelin hälyttää ja siihen reagoidaan kesken perheen yhteisen ruokailun. Toisinaan puhelimen esille otto tapahtuu tietoisesti, kun monet arjen askareet (esimerkiksi pankkiasiat ja ruokatilaukset) on käytännössä pakko hoitaa digitaalisesti. Myös Procentesen ja kumppaneiden (2019, 3) tutkimus murrosikäisten italialaisten vanhempien (n= 227) keskuudessa vahvisti käsitystä siitä, että perheenjäsenten keskinäisten suhteiden ja perhedynamiikan vahvistamiseksi oli tärkeää sopia digilaitteisiin liittyvistä yhteisistä pelisäännöistä ja arjen käytännöistä. Perheissä tällainen käytäntö voisi vähentää ristiriitoja vuorovaikutustilanteissa ja välinpitämätöntä käytöstä suhteessa muihin perheenjäseniin.

Toisaalta digilaitteiden käytöllä voi olla monenlaisia positiivisia vaikutuksia perheiden arkeen. Muun muassa yhteenkuuluvuuden tunne, sopeutumiskyky, perheen sisäinen viestintä ja perhesuhteet voivat kokea myönteisiä vaikutuksia, kun yhteydenpito on helppoa ja perhe voi tehdä suunnitelmia reaaliajassa. Lisäksi digilaitteilla vanhemmilla on helpompaa varmistaa lastensa turvallisuus kaikissa tilanteissa, sillä lapsi voidaan periaatteessa aina tavoittaa. Digilaitteiden käyttö voi parhaimmillaan vahvistaa perhesiteitä ja kannustaa vanhempia ja lapsia vuorovaikutukseen sekä edistää perheensisäistä kommunikaatiota. (Procentese ym. 2019, 2.)

Perheenjäsenten viettämällä ajalla digitaalisessa ympäristössä on laajoja seurannaisvaikutuksia jo senkin vuoksi, että aika on rajallinen resurssi. Perhe, jossa käytetään runsaasti digitaalisia laitteita huomaa ajan vähentyvän muista arjen askareista kuten ruoan laitosta, yhdessä harrastamisesta sekä esimerkiksi läksyjien teosta. Vähän digiympäristössä aikaa viettävät perheet eivät huomaa samalla tavalla arjessaan kiireen tunnetta. Joissakin perheissä otetaan aika yhteiselle ruokailulle, joka on perheen yhteinen kiireetön hetki, kun taas joissain perheissä kukin perheenjäsen saattaa noutaa jääkaapista itselleen sopivalla hetkellä jotain, kun digilaitteiden parista ehtii. Jos digitaalinen ympäristö hallitsee perheen arkea liikseen, seuraukset voivat olla negatiivisia perheen vuorovaikutuksen kannalta. (Lahikainen ym. 2021, 175.)

On havaittu, että digitaalisessa ympäristössä vietetty aika mitä todennäköisemmin johtaa vuorovaikutuksen vähenemiseen perheissä, ja perhesuhteet voivat sen seurauksena muuttua. Vanhempia ja lapsia yhdistävä kokemusmaailma voi tästä johdosta kaventua ja lopulta yhteisiä keskustelunaiheita voi olla vaikea löytää. Nykyiset aiempaakin monimuotoisemmat medialaitteet helposti lisäävät käyttäjien yksilöllistä profiloitumista tietyn digilaitteen pariin ja saattavat vähentää perheen sisäistä vuorovaikutusta edelleen. Lisäksi on syytä pohtia onko myös niin, että vanhemmilla on tänä päivänä liian vähän aikaa tai tahtotilaa mahdollistaa hetkiä, jolloin voisivat kuunnella lastansa kiireettömästi ja oppia tuntemaan mitä lapsi on digilaitteensa parissa juuri sillä hetkellä kokenut. (Lahikainen ym. 2021, 175–176.) Myös Procentesen ja kumppaneiden tutkimuksessa (2019, 3) todettiin, että teini-ikäisten lasten perheissä voidaan kokea konflikteja sen vuoksi, että vanhempien käytöksessä korostuu liiaksi pelko sosiaalisen median haitoista ja halu rajoittaa teini-ikäisten digilaitteiden käyttöä koetaan ylikontrolloinniksi.

Ranskalaisten alakouluikäisten lasten vanhemmille tehdyssä tutkimuksessa (n=147) kävi ilmi, että vanhemmat olivat huolissaan, että digilaitteiden käytöllä voi olla negatiivisia vaikutuksia lapsen kehitykseen. Lisäksi kävi ilmi, että vanhemmat ajattelivat, että lapselle olisi hyötyä osata käyttää digilaitteita jo varhaisessa ikävaiheessa, mutta samaan aikaan niiden käytön pelättiin vaikuttavan negatiivisesti lasten kognitiivisiin taitoihin. Kyselytutkimuksen vastauksista kävi myös ilmi, että vanhemmat pelkäsivät menettävänsä digilaitteiden käyt-

töön liittyvän kontrollin lastensa suhteen. (Danet 2020, 2890.) Kyselyyn vastanneista vanhemmista 36 % koki vaikeaksi saada lapsi lopettamaan digilaitteen käytön. Näissä tilanteissa vaikeaksi muodostui lapsen tuhtuminen joutuessaan lopettamaan laitteen käytön. Lisäksi jotkut vanhemmat raportoivat, että lapsi ajatteli digilaitettaan myös silloin, kun ei sitä käyttänyt. (Danet 2020, 2900.) Tutkimuksen mukaan noin kaksi kolmasosaa vastanneista kertoi, että digilaitteilla on vaikutusta (positiivisia tai negatiivisia) perheen toimintaan ja perhesuhteisiin. Vallitseva käsitys oli, että digilaitteilla on häiritsevä vaikutus vanhempilapsi suhteeseen perheen yhteisellä ajalla, josta myös konfliktitilanteet olivat seurausta. Tätä voidaan puolestaan selittää sillä, että digilaitteilla saatetaan viettää ajallisesti paljon aikaa ja se aika on pois perheiden yhteisestä ajasta. Lisäksi on tarpeen ottaa huomioon, että myös vanhempien oma esimerkki digilaitteiden käytön suhteen voi johtaa perheissä jännitteisiin.

Vaikka suurin osa vanhemmista vastasi kokevansa hankaluuksia lasten digilaitteiden käytön suhteen, niin silti vain reilu kolmannes osallistuneista vastasi tarvitsevansa neuvoja digilaitteiden hallintaan kotona. (Danet 2020, 2901.) Itse asiassa Livingstonen ja Blum-Rossin (2019, 70) vanhemmille tekemä kysely (n=2032) vahvisti käsitystä siitä, etteivät vanhemmat juurikaan käänny kasvatustajan tai opettajan tai muun asiantuntijan puoleen perheiden digilaitteisiin liittyvissä kysymyksissä tai haasteissa. Jos vanhemmilla oli kysymyksiä perheen tai lapsen digilaitteisiin liittyvään käyttöön, niin 17 % vanhemmista kääntyi opettajan tai alan asiantuntijan puoleen. Samassa selvityksessä koskien ei-digitaalisia haasteita vanhemmista kuitenkin 34 % vastasi kääntyvänsä alan asiantuntijan puoleen. Sen sijaan kyselyssä ilmeni, että sekä digitaalisissa että ei-digitaalisissa asioissa vanhemmista yli kolmannes kääntyi internetin puoleen vastausten löytämiseksi. (Livingstone & Blum-Ross 2019, 70.)

Kanadassa toteutetussa tutkimuksessa havainnoitiin äiti-lapsi-pareja (n=91) kyselylomakkeen ja neljän minuutin videoidun keskustelun aikana, jossa keskiössä oli vanhempien ja lasten (10–13-vuotiaat) ristiriidat digilaitteiden käyttöön liittyen. Huolet digilaitteiden käytön rajoittamisesta ja niiden negatiivisista vaikutuksista olivat vanhempien huolen aiheena samalla kun lasten sosiaalinen tarve digilaitteisiin ymmärrettiin sekä niiden sivistyksellinen merkitys lapsille. Lisäksi vanhempien silmissä digilaitteet koettiin perheiden yhteisinä ajanviettopapoina, esimerkiksi digipelien muodossa. Näiden yhteisten aktiviteettien

uskottiin parantavan perheen sisäistä dynamiikkaa. Tutkimuksessa vanhemmat olivat myös huolissaan ruutuajan negatiivisista vaikutuksista fyysiseen aktiivisuuteen ja sen myötä heikentyneisiin yöuniin. Vanhemmat toivat negatiivisissa vaikutuksissa esille myös moraalisen puolen, sillä vanhemmat olivat huomanneet lastensa valehdelleen digilaitteiden käytöstä ja ikään kuin salaa hiippailleen digilaitteiden pariin. (Francis ym. 2021, 5.)

Kun tutkimuksessa havainnoitiin syitä käyttää digilaitteita, saatiin selville, että vanhemmat eivät yleisesti ottaen ymmärtäneet, miksi 10–13-vuotias lapsi vietti niin paljon aikaa digilaitteilla. Vanhemmat tunnustivat, että ettei heillä ole omasta nuoruudestaan samaa kokemuspohjaa digilaitteista ja osa vanhemmista käytti tätä ikään kuin tekosyynä, etteivät he ymmärrä lapsensa digilaitteiden suurta kulutusta. Toiset vanhemmat taas kokivat digilaitteet osaksi teknologista nykyaikaa, joka tulee hyväksyä osana lapsen elämää. (Francis ym. 2021, 6.)

Livingstonen ja Blum-Rossin (2019, 72) tutkimuksen mukaan (n=2000) digitaalinen ympäristö toi perheenjäseniä yhteen. Tutkimukseen osallistuneissa perheissä tätä tapahtui esimerkiksi TV:n, elokuvien ja videopelien muodossa. Perheenjäsenet käyttivät digitaalista mediaa myös yhteydenpitoon muun muassa erilaisten viestisovellusten, videochattien ja muun sosiaalisen median avulla. Brittivanhemmille osoitettu kysely paljasti, että eniten digitaalisessa ympäristössä lastensa kanssa yhdessä viettivät aikaa vanhemmat, joilla oli 5–12-vuotiaita lapsia. Pienempien lasten ja toisaalta yli 12-vuotiaiden lasten kanssa aikaa digitaalisessa ympäristössä vietettiin kokonaisuutena vähemmän. Digitaalisen sisällön kuten videoiden, musiikin tai kuvien tekeminen tapahtui todennäköisimmin lasten kanssa silloin, kun kyseessä oli korkeatuloinen perhe. (Livingstone & Blum-Ross 2019, 72.) Myös Salasuon ym. (2020, 65) tutkimus osoitti, että suomalaisperheissä TV:n katsominen on yleisin tapa viettää aikaa lapsen kanssa (7–14-vuotiaat) digitaalisessa ympäristössä. Myös pelaamista digilaitteilla ja musiikin kuuntelua tapahtui yhdessä vanhemman kanssa osalla 7–9-vuotiaista (n=180). Musiikin kuuntelu ja pelaaminen yhdessä vanhemman kanssa vähenivät selkeästi 10–14-vuotiaiden (n=292) keskuudessa. Myös netin käyttöä yhdessä vanhemman kanssa raportoitiin 10–14-vuotiaiden keskuudessa, mutta kuitenkin vähemmän kuin muita yhteisiä aktiviteetteja.

Tutkimukset digitaalisen ympäristön vaikutuksista perheiden yhteiseen ajanviettoon ja vuorovaikutukseen olivat osittain ristiriitaisia. Osassa tutkimuksista (Lahikainen ym. 2021; Danet 2020) havaittiin, että digitaalinen ympäristö kokonaisuutena vähensi perheen yhdessä viettämää aikaa ja haittasi perheenjäsenten vuorovaikutusta. Toisaalta taas osa tutkimuksista (Procentese ym. 2019; Livingstone & Blum-Ross 2019) esitti, että digitaalisella ympäristöllä oli parhaimmillaan perheenjäseniä lähentävä ja vuorovaikutusta lisäävä vaikutus. Digitaalisten laitteiden ja ympäristön vaikutuksista perheiden vuorovaikutukseen on haastava tehdä tutkimusten pohjalta yhteneviä johtopäätöksiä. Ensinnäkin tutkimusten otoskoot vaihtelivat melko paljon ja toisekseen vanhempien näkemykset vaihtelivat tutkimuksen kohderyhmän (tutkittavien lasten iän) mukaan mikä heijastui tutkimustuloksiin. Digitaalisen ympäristön ja laitteiden vaikutuksia perheen vuorovaikutukseen onkin ehkä syytä tarkastella ikäryhmittäin, koska alakouluikäisillä lapsilla digitaalinen ympäristö ja siellä vietetty aika koostuu osin erilaisista asioista kuin teini-ikään tultaessa ja lisäksi vanhempien oma käyttäytyminen ja vuorovaikutus muuttuu lapsen iän myötä. Näiden edellä mainittujen tutkimusten heikkous oli myös siinä, ettei tutkimuksissa juurikaan otettu huomioon tai vertailtu perheiden vuorovaikutusta digitaalisessa ympäristössä ja toisaalta ilman digitaalisten laitteiden läsnäoloa. Toisin sanoen, koska vertailua ei tehty, niin tutkimukset eivät varsinaisesti kertoneet onko digitaalinen ympäristö oleellisesti muuttanut vuorovaikutusta perheen jäsenten välillä huonompaan suuntaan vai onko se vain erilaista kuin aiemmin.

6 TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata vanhempien käsityksiä lasten ja nuorten digilaitteiden käytöstä ja sen vaikutuksista lasten ja nuorten hyvinvointiin. Tarkoitus on myös kuvata vanhempien ja lasten välistä vuorovaikutusta digitaalisessa ympäristössä.

Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä tietoutta vanhemmille lasten käyttäytymisestä digitaalisessa ympäristössä ja sen vaikutuksista lasten hyvinvointiin. Tavoitteena on myös lisätä vanhemmille tietoutta siitä, miten vanhemmat voivat omalla toiminnallaan tukea lapsen hyvinvointia digitaalisessa ympäristössä.

Tutkimuskysymykset:

1. Millaisia vaikutuksia lapsen netin käytöllä on lapsen käyttäytymiseen?
2. Millaista on perheiden ajanvietto digitaalisessa ympäristössä ja miten se näyttäyty ilman digilaitteita?
3. Kuinka säännöllisiä ja millaisia ovat perheissä digilaitteiden käyttöön liittyvät vuorovaikutustilanteet?
4. Miten vanhempi arvioi omaa toimintaansa suhteessa lapsen digilaitteiden käyttöön?

7 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Opinnäytetyö toteutettiin kvantitatiivisena eli määrällisenä tutkimuksena. Tutkimuksen tietoperustassa hyödynnettiin ajankohtaista asiantuntijatietoa (Valtioneuvosto 2020; THL 2022) ja tutkimuksia. Ajankohtaiset tutkimukset digilaitteiden vaikutuksista lasten hyvinvointiin (Chaudron ym. 2018; Paakkari ym. 2021; Tammissalo ym. 2020) sekä tutkimukset digilaitteiden vaikutuksista perheiden vuorovaikutukseen (Procentese ym. 2019; Livingstone & Blum-Ross 2019) kertoivat tämänhetkistä ilmiöistä ja haasteista digitaalisessa ympäristössä. Tietoperusta loi ymmärrystä ilmiöistä ja käytösmalleista, joita tässä opinnäytetyössä analysoitiin Pelastakaa Lapset ry:n valmista tutkimusaineistoa hyödyntäen. Tutkimusaineisto koostui kyselylomakkeella vanhemmilta kerätystä aineistosta. Alkuperäiseltä Pelastakaa Lapset ry:n vanhemmille osoitetusta kyselylomakkeesta valittiin opinnäytetyön aiheen, tutkimusmenetelmän ja tutkimuskysymysten perusteella kuusi kysymystä, joita analysoitiin tässä tutkimuksessa kvantitatiivisin menetelmin (Liite 1).

7.1 Tutkimusmenetelmät

Kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimusmenetelmä soveltuu tutkimuksiin, joissa hyödynnetään numeraalista aineistoa kuvailemaan jotakin asiaa tai ilmiötä yleisesti. Lisäksi sen avulla kuvataan missä määrin jokin asia vaikuttaa johonkin toiseen. Tavoitteena määrällisessä tutkimuksessa on selvittää ihmisen toimintaa numeraalisesti ja kausaalisesti eli syys-seuraus-suhteita aineistosta etsimällä. (Vilkkä 2021, 55.) Määrällinen tutkimus soveltui tähän opinnäytetyöhön, koska tarkoituksena oli kuvata millaista lasten ja vanhempien käyttäytyminen on erilaisissa tilanteissa sekä vuorovaikutuksessa toisiinsa. Lisäksi tutkimuksen avulla kuvattiin, missä määrin eri muuttujat vaikuttivat vanhempien ja lasten väliseen vuorovaikutukseen. Alkuperäinen jo valmis numeerinen aineisto ohjasi myös opinnäytetyön kvantitatiivisen tutkimusmenetelmän valinnassa. Määrällisessä tutkimuksessa tärkeän pohjan tutkimuksen onnistumiselle luo mittaus. Asioiden tai ilmiöiden tutkiminen tilastollisin menetelmin edellyttää, että tietoja voidaan ylipäätään mitata erilaisin mittarein. (Vehkalahti 2019, 17.) Mittareiden laatimisesta vastasivat tässä tutkimuksessa Pelastakaa Lapset ry ja sekä kyselyn toimeenpanija Kantar TNS Oy.

Kohderyhmät ovat tutkimuksissa usein laajoja, jolloin niitä ei ole mahdollista-
kaan tutkia kokonaisuutena. Tällöin keskeiseksi tutkimuksen onnistumisen
kannalta muodostuu hyvin tehty otanta. Tässä tutkimuksessa perusjoukkoa
edustivat kaikki Suomessa asuvat alaikäisten (vuosina 2004–2019 syntynei-
den) lasten vanhemmat. Kohderyhmänä kaikki nämä vanhemmat olivat laaja
joukko, jonka vuoksi perusjoukosta tavoiteltiin satunnaista perusjoukkoa edus-
tavaa otosta. Myös käytettävissä olevien resurssien säästämiseksi (aika ja ta-
loudelliset resurssit) oli tarpeellista arvioida riittävää otannan kokoa. (Valli
2015, 15.) On hyvä ottaa huomioon, että mitä isompi on tutkimuksen otos-
koko, niin sitä perustellumpaa on tehdä analyysin ja käytettyjen tilastomenetel-
mien näkökulmasta yleistyksiä perusjoukkoon. Yleistyksien tekemiseksi otan-
nan kooksi voidaan suositella kolminumeroista lukua. (Valli 2015, 15.) Riittävä
otannan koko tulee kuitenkin aina arvioida tutkimuksen tavoitteiden ja tarkoi-
tuksen mukaan. Tässä opinnäytetyössä aineiston keruu oli jo aiemmin toteu-
tettu toimeksiantajan Pelastakaa Lapset ry:n toimesta, jolloin otannan koko tai
aineiston kerääminen eivät muodostuneet haasteeksi.

Aineiston kerääminen kyselylomakkeen (Liite 1) avulla oli perusteltua, koska
opinnäytetyössä pyrittiin selvittämään lasten, nuorten ja vanhempien toimintaa
sekä käyttäytymistapoja erilaisissa digitaalisissa ympäristöissä. Internet-poh-
jaisella kyselylomakkeella on myös helppo tavoitella laajaa vastaajajoukkoa si-
tomatta aineiston keruuseen kuitenkaan liikaa resursseja. Opinnäytetyössä
käytetty kyselylomake oli vakioitu, joka tarkoittaa sitä, että kaikilta kyselyyn
vastanneilta kysyttiin sama asiasisältö samalla tavalla (Vilka 2021, 76). Mää-
rällisessä tutkimuksessa kyselylomake on suunniteltava huolellisesti, koska
muutosten tekeminen lomakkeelle ei enää jälkikäteen ole mahdollista. On
myös ratkaisevaa tutkimuksen onnistumisen kannalta, että kysymykset on laa-
dittu sisällöltään ymmärrettävään muotoon (Vehkalahti 2019, 20). Kyselylo-
makkeen valmiiden vastausvaihtoehtojen etu on siinä, että ne selkeyttävät itse
mittausta ja tietojen käsittelyä. Lisäksi tilastollisten analyysien kannalta on
merkittävää, että aineistossa on eri tavoin valmiiksi koodattuja numeerisia vas-
tauksia. (Vehkalahti 2019, 25.) Pelastakaa Lapset ry:llä on kokemusta kyselyi-
den toteuttamisesta, ja kyselylomakkeen laatimisessa huomiota oli kiinnitetty
erityisesti vastaajan näkökulmaan, mutta myös vastausten analysoitavuuteen
ja niiden mitattavuuteen.

7.2 Aineiston kuvailu

Pelastakaa Lapset ry keräsi tutkimusaineiston Kantarin TNS:n toimeenpanemana 3.12. –20.12.2021. Aineisto kerättiin sähköisesti Gallup Forumin kautta, joka on Kantar TNS:n vastaajaneeli. Gallup Forum on nettipohjainen tiedonkeräysmenetelmä, jota voidaan käyttää suuriin ja pieniin markkinatutkimustarpeisiin. Kantarin internetpaneelin vastaajakanta perustuu Suomen väestöä edustavaan rakenteeseen ja huolelliseen ylläpitoon edustaen luotettavasti koko Suomen aktiivi-ikäistä väestöä. Kantarin kannassa on yhteensä noin 50 000 taloutta, joista he poimivat kuhunkin tutkimukseen kohderyhmää parhaiten edustavan otoksen. Kantarilla on käytössään paneelinhallinta toiminto, joka varmistaa, että samat vastaajat eivät vastaa samaa aihetta koskeviin kysymyksiin liian usein. (Kantar s.a.)

Tutkimukseen vastasi yhteensä 1 003 vanhempaa (N=1003). Kyselyssä vanhempaa pyydettiin valitsemaan perheestä yksi kohderyhmään kuuluva lapsi, jonka kohdalla arvioitiin digitaalisten laitteiden vaikutuksia. Kyselyyn vastanneista 33 % eli 334 vanhempaa arvioi 7–12-vuotiasta lasta ja 42 % eli 421 vastanneista arvioi 13–18-vuotiasta lasta. Loput vastanneista eli 248 vanhempaa arvioi alle kouluikäistä lasta. (Pelastakaa Lapset 2022, 11.)

Mittarit kyselyyn valittiin niin, että kysymyksiin vastaaminen olisi mahdollisimman helppoa, mutta kuitenkin niin, että vastausvaihtoehdot olisivat monipuolisemmat kuin esimerkiksi 3-portainen mittari. Pelastakaa Lapset ry:n Lauri Sundbergin mukaan kysymysten laadintaan ja aseteluun vaikuttivat kansalaisjärjestön oma näkemys lapsen ja perheiden digitaalisesta hyvinvoinnista sekä tutkijoiden aikaisemmat tutkimukset aiheesta (Livingstone ym. 2019; Stoilova ym. 2021). Vanhemmille osoitetussa kyselyssä ja tässä opinnäytetyössä (Liite 1) käytettyjä mittareita olivat lapsen arvioitu nettikäyttäytyminen, perheen yhteinen nettikäyttäytyminen sekä perheen yhteinen ajanvietto digitaalisessa ympäristössä ja ilman digitaalisia laitteita sekä vanhemman näkemys omasta nettitoiminnasta.

Opinnäytetyön analyysi keskittyi vanhemmilta kerättyyn aineistoon. Kyselylomakkeen kysymykset koskivat perheen sisäisiä toimintatapoja digitaalisiin lait-

teisiin ja niiden käyttöön liittyen sekä lasten ja vanhempien vuorovaikutteisuutta digitaalisessa ympäristössä toimimiseen. Alkuperäisellä kyselylomakkeella oli yhteensä 13 kysymystä (Liite 1). Opinnäytetyön tutkimukseen valitsemani kysymykset olivat vastaajien taustatietoja selvittäviä sekä vanhemmille osoitettuja suljettuja kysymyksiä, joissa suurimmassa osassa käytettiin 5-portaista järjestysasteikkoa. Kyselylomakkeelta valittiin vain suljetut kysymykset, koska tutkimusmenetelmä oli kvantitatiivinen. Kysymysten valinnassa tein rajauksia myös siitä syystä, että alkuperäinen aineisto oli laaja otanta kohderyhmästä. Opinnäytetyön tutkimuksen onnistumiseksi oli perusteltua rajata aineistoa ja valita mukaan ne kysymykset, joilla saadaan vastauksia tutkimuskysymyksiin. Kysymys numero kuusi (q6) tuli rajatuksi opinnäytetyön ulkopuolelle vain, koska Pelastakaa Lapset ry oli jo analysoinut tähän kysymykseen liittyvät vastaukset Lapset Laitteilla selvityksessä, joka julkaistiin toukokuussa 2022.

Taulukko 2. Opinnäytetyön tutkimusasetelma

Tutkimuskysymys	Kysymyksen muuttujat	Kysymyksen numero
Taustatiedot	Lasten iät ja lukumäärä perheessä	Q3, Q4 & Q5
Millaisia vaikutuksia lapsen netin käytöllä on lapsen käyttäytymiseen?	Vanhemman näkemys lapsen netin käytön vaikutuksista lapsen käyttökseen	Q10
Millaista on perheiden ajanvietto digitaalisessa ympäristössä ja miten se näyttäytyy ilman digilaitteita?	Digitaalisen ja ei-digitaalisen ympäristön rooli perheiden arjessa	Q12
Kuinka säännöllisiä ja millaisia ovat perheissä digilaitteiden käyttöön liittyvät vuorovaikutustilanteet?	Miten usein perheissä keskustellaan/neuvotellaan/riidellään digilaitteiden käyttöön liittyvistä asioista	Q12
Miten vanhempi arvioi omaa toimintaansa suhteessa lapsen digilaitteiden käyttöön?	Vanhemman näkemys omasta toiminnastaan liittyen digilaitteiden käyttöön	Q13

Kuten yllä oleva opinnäytetyön tutkimusasetelmaa kuvaava taulukko osoittaa, tutkimukseen valikoituivat taustatietojen selvittämisen vuoksi lasten lukumää-

rää (q3) ja heidän ikäänsä (q4 ja q5) perheessä tiedustelevat kysymykset (taulukko 2.). Vastausvaihtoehtoina lasten lukumäärää koskien ovat yksi, kaksi, kolme tai enemmän ja lisäksi en osaa/halua sanoa. Lasten iät oli luokiteltu neljään eri kategoriaan eli vastausvaihtoehdot olivat alle 7-vuotiaat, 7–12-vuotiaat, 13-vuotias tai vanhempi ja en osaa/halua sanoa. (Liite 1.) Opinnäytetyön tutkimus rajattiin vain kouluikäisiin, jolloin alle 7-vuotiaiden vanhempien vastaukset jäivät aineiston analyysin ulkopuolelle. Vastauksissa hyödynnettiin vanhempien vastauksia, joilla on 7–12-vuotiaita tai yli 13-vuotiaita lapsia. Myös en osaa/halua sanoa vastaukset jäivät tutkimuksen ja analyysin ulkopuolelle.

Kysymyksessä kymmenen (q10) selvitettiin lapsen nettitoimintaan liittyvää käyttäytymistä ja kyselyssä esitettiin väittämiä, joihin oli kolme eri vastausvaihtoehtoa: ei pidä paikkaansa, pitää paikkansa ja en osaa sanoa (taulukko 2.). Kysymykset 12 ja 13 liittyivät perheiden vuorovaikutukseen digitaalisessa ympäristössä, ja tämän vuoksi valikoituivat tärkeinä kysymyksinä osaksi tutkimusta. Kysymyksessä 12 selvitettiin, kuinka usein ja miten perheessä on viimeisen kolmen kuukauden aikana vietetty aikaa digitaalisessa ja ei-digitaalisessa ympäristössä eli ilman digitaalisia laitteita (q12). Kysymyksen avulla pyrittiin myös selvittämään, kuinka usein digilaitteiden käyttöön liittyvistä asioista oli perheessä keskusteltu. Lopuksi tutkimusaineistoon kuului myös kysymys, jossa selvitettiin kuinka vanhemmat luonnehtivat omaa toimintaansa digilaitteita koskien (q13). Kysymyksen luonnehdinnat olivat ”pyrin tiukasti rajoittamaan lapseni digilaitteiden käyttöä”, ”suhtaudun innokkaasti uusiin digilaitteisiin ja sovelluksiin”, ”uusi teknologia pelottaa minua”, ”otan huomioon lapseni mielipiteen digilaitteiden käytöstä”, ”näytän omalla toiminnallani esimerkkiä digilaitteiden tasapainoiseen käyttöön” ja viimeisenä ”kaipaen apua lapseni digilaitteiden tasapainoisessa käytössä tukemiseen”. Vastausvaihtoehtoina olivat ei pidä lainkaan paikkaansa, ei juurikaan pidä paikkaansa, pitää jossain määrin paikkansa, pitää täysin paikkansa ja en osaa sanoa (Liite 1).

7.3 Aineiston analysointi

Määrällisessä tutkimuksessa on tärkeää käyttää sellaista analyysimenetelmää, joka antaa tietoa juuri siitä, mitä ollaan tutkimassa. Analyysitavan valin-

taan vaikuttaa se tarvitaanko tietoa yhdestä muuttujasta vai useamman muuttujan välisestä suhteesta tai niiden välisestä riippuvuudesta. (Vilkkä 2007, 119.) Tässä opinnäytetyössä käytettiin monipuolisia tilastollisia analyysimenetelmiä (SPSS-tilasto-ohjelma). Koska analysoitava aineisto oli laaja, ja tutkimuskysymyksiä oli useita, tarvittiin johtopäätösten tekemiseksi selkeitä ja itse tutkimuskysymystä mahdollisimman tarkasti selittäviä tilastollisia tunnuslukuja ja graafisia esityksiä näistä eli kuvia. Päätelmien tekemiseksi tarvittiin tietoa yksittäisten muuttujien esiintyvyydestä, mutta suurempi merkitys lienee useiden muuttujien välisellä riippuvuudella. Kun tutkimuskysymyksiin etsitään vastauksia, on myös tärkeää vertailla eri ikäluokkien mahdollisia vaikutuksia suhteessa vanhempien vastauksiin.

Aineiston analysoinnin kannalta oli oleellista, että kyselylomake tuottaa eri tavoin valmiiksi koodattuja numeerisia vastauksia eli ne ovat tilastollisesti käsiteltävissä muodossa (Vehkalahti 2019, 13). Vastanotin aineiston toimeksiantajalta eli Pelastakaa Lapset ry:ltä jo numeerisiksi vastauksiksi muutettuna aineistona. Tämän jälkeen aineisto siirrettiin SPSS-tilasto-ohjelmaan varsinaista analyysia varten. Yhden muuttujan jakauman selvittämiseksi käytetään tässä opinnäytetyössä sijaintilukuja eli havaintoarvojen sijaintia kuvaavia tunnuslukuja, keskiarvoa ja frekvenssiä. Kun analysoidaan eri muuttujien välisiä riippuvuuksia toisistaan, hyödynnetään aineiston analyysissä ristiintaulukointia. Ristiintaulukoinnin avulla voidaan tutkia havaintojen sijaintia samanaikaisesti kahden muuttujan avulla ja saada selville muuttujia, jotka selittävät toista muuttujaa. (Vilkkä 2007, 129.) Opinnäytetyössä tutkittiin lasten ja vanhempien välistä vuorovaikutusta digitaalisessa ympäristössä ja tavoitteena oli selvittää, millaista ja miten usein tapahtuvaa se eri muuttujien osalta oli. Näiden riippuvuuksien ilmaisuun käytettiin ei-parametrinen Spearmanin korrelaatiokerrointa, jota voidaan hyödyntää järjestysasteikollisille muuttujille (Valli 2015, 56). Korrelaatiokerroin kertoo ristiintaulukointia kattavammin riippuvuussuhteista ja mittaa riippuvuuksien suuntaa ja voimakkuutta. Vastauksia siis vertailtiin keskenään, jotta voitiin osoittaa oliko tietyillä muuttujilla vaikutusta johonkin toiseen muuttujaan. (Vilkkä 2007, 130.) Ikäryhmien (7–12-vuotiaat ja 13–18-vuotiaat) tulosten vertailun osalta hyödynnettiin tilastollista merkitsevyyden tarkastelua eli t-testiä. Tarkoituksena t-testissä oli tarkistaa, ettei saatu tulos ole vain sattumaa, vaan voidaan olettaa, että se esiintyy myös perusjoukossa.

(Valli 2015, 67–68). Tilastollisissa tutkimuksissa merkitsevyytaso (p-arvo) kuvaa eri tekijöiden välistä riippuvuutta tilastollisessa merkityksessä. Ennen kuin t-testi toteutettiin niin muuttujien normaalijakautuneisuutta tutkittiin SPSS-ohjelman histogrammi -toiminnalla. Tilastollinen merkitsevyys ei kuitenkaan kerro muuttujien välisen eron voimakkuutta tai merkitsevyyttä käytännön tasolla vaan se vaatii tutkijalta erillistä tulkintaa ja johtopäätöksiä. Yleisesti p-arvon rajana käytetään 0,05 arvoa, joka tarkoittaa, että kyseistä lukua alemmalla tasolla olevaa analyysin tulosta pidetään tilastollisesti merkitseväenä. Mitä pienempi p-arvo on raja-arvosta, niin sitä tilastollisesti merkitsevämpi tulos on kyseessä. (Tähtinen ym. 2020, 40–42.) Tunnuslukujen määrittämisessä tulee olla huolellinen ja peilata niitä tutkimuskysymyksiin. Liiallinen tiivistäminen tunnuslukuihin voi kadottaa informaatiota, joten aineiston analyysissä ei tule tavoitella liian yksityiskohtaisia tuloksia. (Vehkalahti 2019, 60.) Analyysin tulokset esitettiin tunnuslukuja hyödyntäen ja niiden lisäksi tutkittuja vastauksia havainnollistettiin graafisen esityksen muodossa kuten pylväskuvioina (Vehkalahti 2019, 63).

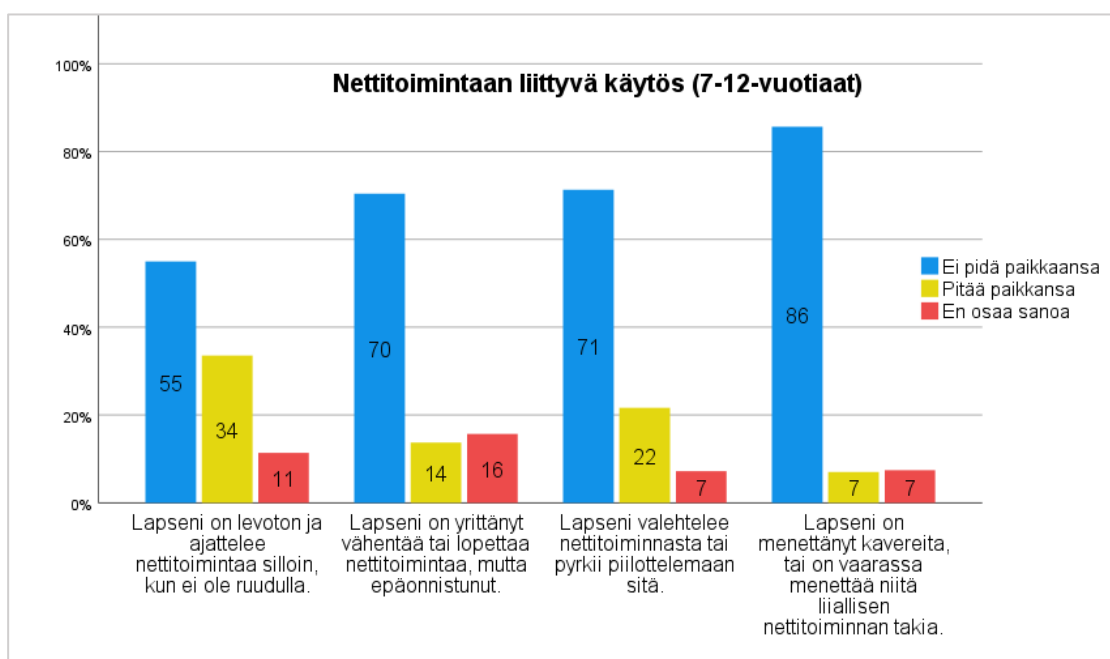
8 TUTKIMUSTULOKSET

Pelastakaa Lapset ry:n teettämään nettikyselyyn vastasi 7–12-vuotiaiden ja 13–18-vuotiaiden lasten osalta yhteensä 755 vanhempaa. Vanhemmista 334 (44 %) vastasi kyselyyn alakouluikäisen lapsen puolesta ja 421 vanhempaa (56 %) vastasi 13–18-vuotiaan lapsen vanhempana. Mikäli vastaajalla oli useampi lapsi, vanhempaa pyydettiin vastaamaan kussakin kysymyksessä aina saman (kohderyhmään kuuluvan) lapsen näkökulmasta. Kyselyyn vastanneet edustivat kaikkia Suomen maakuntia, mutta Uudenmaan alue erottui suurimpana maakuntana vastanneiden vanhempien joukosta (33 %). Joka kymmenes vastanneista vanhemmista oli Pirkanmaan alueelta ja Varsinais-Suomesta oli 8 % vastanneista. Aluksi tuloksissa tutkittiin vanhempien arvioita lapsen netin käytön vaikutuksista lapsen käyttäytymiseen ja tämän jälkeen tutkittiin perheiden vuorovaikutusta ja lopuksi vielä arvioita vanhempien omasta toiminnastaan digitaalisessa ympäristössä.

8.1 Lapsen ja nuoren netin käytön vaikutukset

Vanhemmat arvioivat 7–12-vuotiaan lapsen nettitoimintaan liittyvää käyttäytymistä viimeisen kolmen kuukauden aikana (kuva 3). Huomattavan suuri osa

(86 %) 7–12-vuotiaiden vanhemmista oli sitä mieltä, että lapsi ei ollut menettänyt tai ollut menettämässä kavereita liiallisen nettitoiminnan takia (kuva 3). Selvästi yli puolet (71 %) vanhemmista kertoi, ettei lapsi heidän mukaansa pyrkinyt valehtelemaan tai peittelemään netin käyttöään. Hajontaa kysymyksen osalta kuitenkin esiintyi ja hieman yli viidennes (22 %) vanhemmista kertoi, että valehtelua tai netin käytön piilottelua tapahtui lapsen toimesta. Vanhemmista valtaosa (70 %) vastasi ettei pidä paikkaansa, että lapsi olisi yrittänyt vähentää tai lopettaa nettitoimintaa, mutta epäonnistuneensa siinä. Hieman enemmän hajontaa vanhempien vastauksissa aiheutti kysymys, jossa selvitettiin lapsen käytöstä ruutuajan ulkopuolella. Alakouluikäisten lasten vanhemmista kolmannes (34 %) oli sitä mieltä, että lapsi on levoton ja ajattelee nettitoimintaa silloin, kun ei ole ruudulla. Kuitenkin yli puolet (55 %) vanhemmista oli sitä mieltä, että levotonta käytöstä ei ole havaittavissa, kun lapsi ei ole laitteilla.

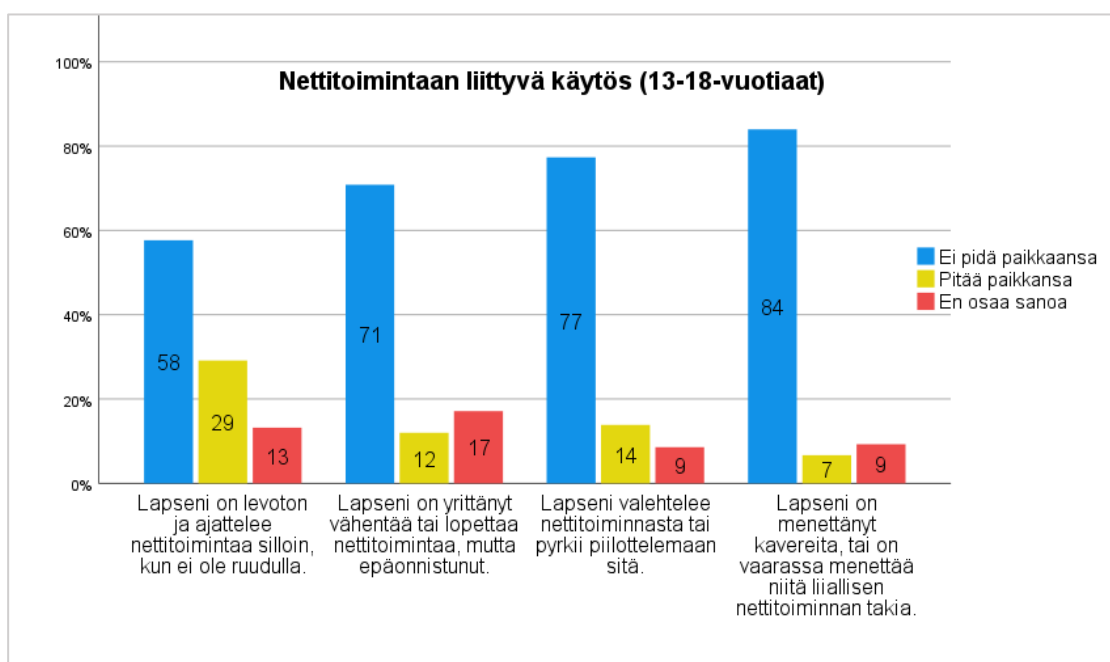


Kuva 3. Lasten nettitoimintaan liittyvä käyttäytyminen (n=334)

Nettitoimintaan liittyen vanhempien havainnot lapsen käytöksestä olivat samankaltaisia myös 13–18-vuotiaiden ikäryhmässä (kuva 4). Huomattavan suuri osa (84 %) vanhemmista arvioi, ettei lapsi ollut menettänyt tai ollut vaarassa menettää kavereita liiallisen netin käytön takia. Koskien lapsen valehtelua tai piilottelua omasta netin käytöstä, oli vanhemmista vain reilu kymmenes (14 %) sitä mieltä, että lapsen valehtelu nettitoimintaa koskien piti paikkansa. Tämän kysymyksen osalta vanhempien näkemyksissä oli jonkin verran eroja

verrattuna 7–12-vuotiaisiin lapsiin. Vanhempien mukaan valehtelua tai piilotte-
lua netin käytöstä esiintyi nuorempien lasten osalta enemmän kuin 13–18-
vuotiaiden.

Myös vanhempien lasten ikäryhmässä selkeästi suurin osa (71 %) vanhem-
mista kertoi, ettei pidä paikkaansa, että lapsi olisi yrittänyt vähentää tai lopet-
taa nettitoimintaa, ja epäonnistuneensa siinä (kuva 4). Myös 13–18-vuotiaiden
vanhempien vastauksissa hajontaa esiintyi eniten, kun kysyttiin lapsen levotto-
muudesta ja netin käytön ajattelemisesta, kun lapsi ei ole ruudulla. Yli puolet
(58 %) vanhemmista oli sitä mieltä, ettei pidä paikkaansa, että lapsi olisi levo-
ton ja ajatteli nettitoimintaa, kun lapsi ei ole ruudulla. Toisaalta vanhemmista
lähes kolmannes (29 %) kertoi, että he olivat havainneet lapsen käytöksessä
levottomuutta ja havainneet lapsen ajattelevan netin käyttöä, kun hän ei ole di-
gilaiteilla.



Kuva 4. Nuorten nettitoimintaan liittyvä käyttäytyminen (n=421)

Taulukko 3. Lapsen käyttäytymisen välinen korrelaatio eri tilanteissa

Correlations					
			Lapseni on levoton ja ajattelee nettitoimintaa silloin, kun ei ole ruudulla.	Lapseni valehtelee nettitoiminnasta tai pyrkii piilottamaan sitä.	Lapseni on yrittänyt vähentää tai lopettaa nettitoimintaa, mutta epäonnistunut.
Spearman's rho	Lapseni on levoton ja ajattelee nettitoimintaa silloin, kun ei ole ruudulla.	Correlation Coefficient	1,000	,326**	,300**
		Sig. (2-tailed)		<,001	<,001
		N	741	740	734
	Lapseni valehtelee nettitoiminnasta tai pyrkii piilottamaan sitä.	Correlation Coefficient	,326**	1,000	,363**
		Sig. (2-tailed)	<,001		<,001
		N	740	747	739
	Lapseni on yrittänyt vähentää tai lopettaa nettitoimintaa, mutta epäonnistunut.	Correlation Coefficient	,300**	,363**	1,000
		Sig. (2-tailed)	<,001	<,001	
		N	734	739	740

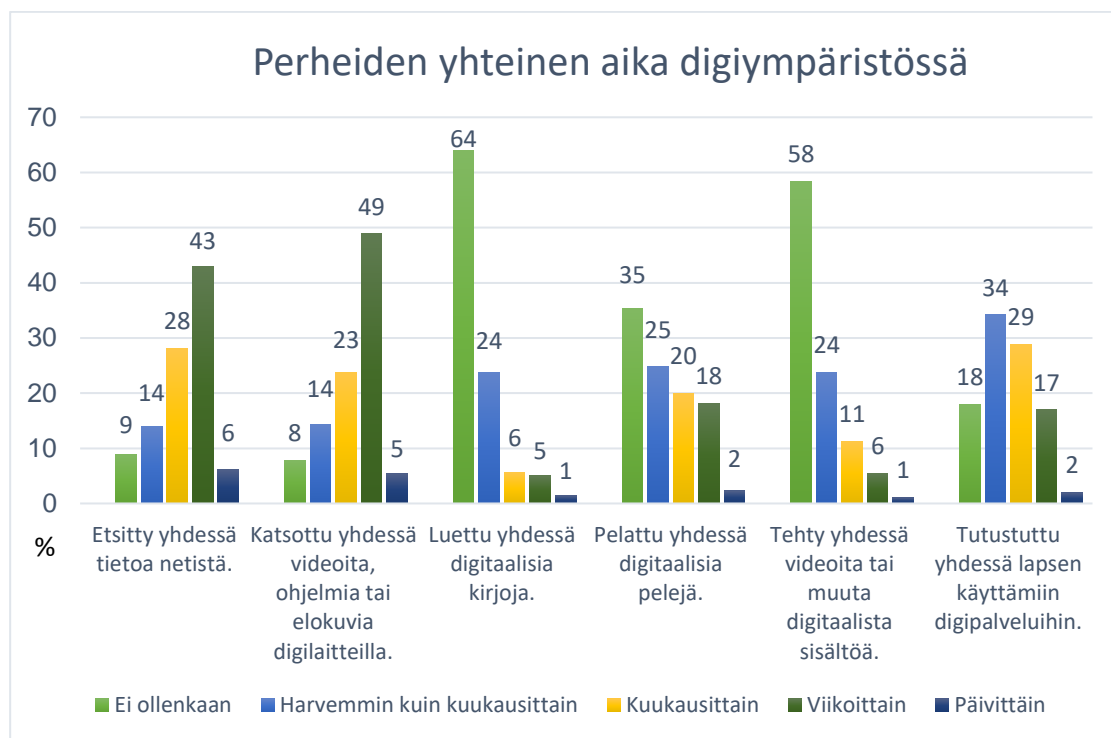
** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Vanhempien vastauksia lapsen nettitoiminnasta vertailtiin vielä korrelaatiokertoimen avulla (taulukko 3). Kyseisellä tunnusluvulla tutkittiin sitä, oliko lapsen levottomalla käytöksellä yhteyttä lapsen valehteluun nettitoiminnan suhteen tai siihen oliko lapsi yrittänyt vähentää omaa nettitoimintaa. Vanhemmat siis havaitsivat levotonta käytöstä lapsissa ja nuorissa netin käyttöön liittyen, mutta lisäksi tutkittiin sitä, että onko todennäköistä, että näin toimivan lapsen tai nuoren käytös näkyy myös vanhempien mukaan muissa tilanteissa digilaitteiden käyttöön liittyen. Korrelaatiokerroin oli molempien väittämien suhteen positiivinen luvuilla 0,326 ja 0,300 (lisäksi korrelaatio on merkitsevä kohdassa 0,01), joten muuttujien välillä on vahva positiivinen korrelaatio. Vanhempien näkemysten mukaan oli todennäköistä, että lapsi joka koki levottomuutta digilaitteiden käytön ulkopuolella oli myös todennäköisesti yrittänyt vähentää nettitoimintaa tai valehdellut tai pyrkinyt piilottamaan nettitoimintaansa vanhemmalta.

8.2 Perheiden yhteinen aika digitaalisessa ympäristössä

Seuraavaksi tarkasteltiin perheen kolmen kuukauden aikana vietettyä yhteistä aikaa digitaalisessa ympäristössä (kuva 5). Vanhempien vastauksista perheiden yhdessä viettämästä ajasta digiympäristössä ilmeni erityisesti se, että yli puolet vanhemmista (58 %) vastasi, että perheessä ei tehty yhdessä videoita tai muuta digitaalista sisältöä. Digitaalisella sisällöllä viitataan esimerkiksi sosiaalisen median kautta tehtyihin julkaisuihin. Myöskään digitaalisia kirjoja ei valtaosassa (64 %) perheistä luettu lainkaan. Hieman yli kolmannes (35 %)

vanhemmista vastasi, etteivät he olleet pelanneet digitaalisia pelejä yhdessä lapsen kanssa lainkaan (edeltäneiden kolmen kuukauden aikana).

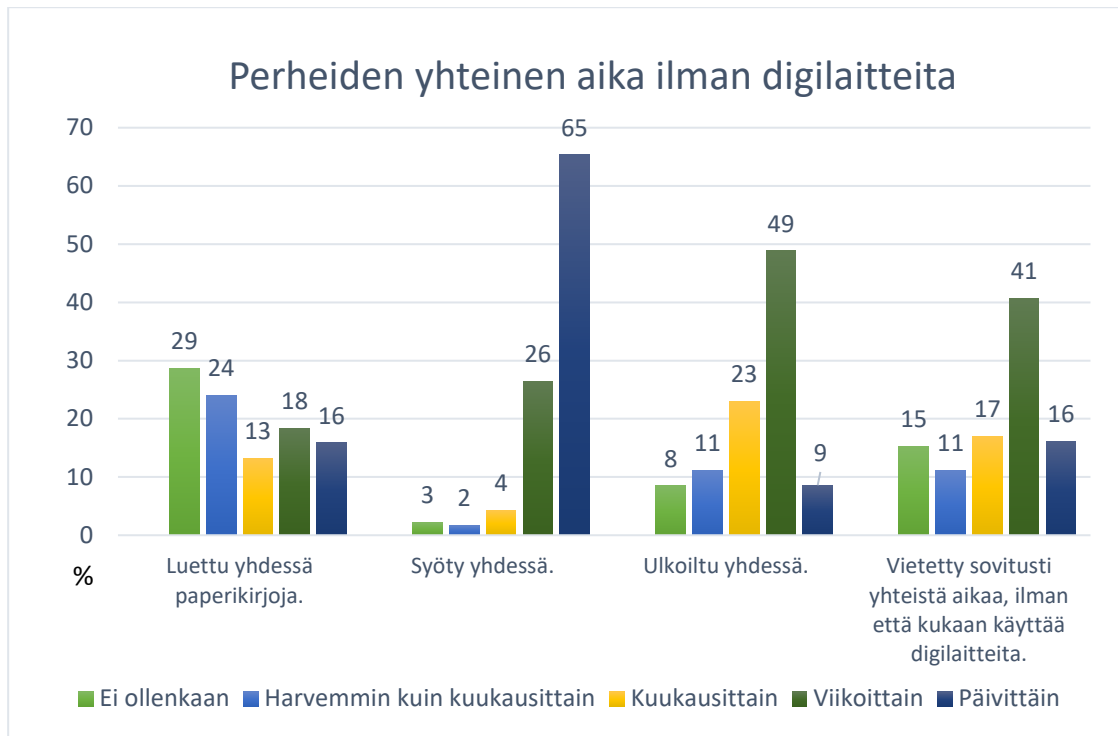


Kuva 5. Perheiden yhdessä viettämä aika digitaalisessa ympäristössä (n=755)

Sen sijaan lähes puolet (49 %) vanhemmista kertoi, että heillä katsottiin yhdessä viikoittain videoita, ohjelmia tai elokuvia digilaitteilla. Lisäksi hieman vajaa puolet (43 %) vanhemmista vastasi, että perheissä etsittiin viikoittain myös yhdessä tietoa netistä. Kolmannes (34 %) perheistä ei tutustunut yhdessä lapsen kanssa lapsen käyttämiin digipalveluihin edes joka kuukausi ja lähes joka viides (18 %) vanhemmista vastasi, että heidän kotonaan ei tutustuttu digipalveluihin ollenkaan yhdessä lapsen kanssa (kuva 5).

8.3 Perheiden yhdessä viettämä aika ilman digilaitteita

Tutkimuksessa vanhemmilta kysyttiin myös perheiden tapoja viettää yhteistä vapaa-aikaa niin, että kukaan ei käytä digitaalisia laitteita. Ilman digitaalisia laitteita suurin osa perheistä (65 %) vietti aikaa päivittäin yhdessä ruokailien (kuva 6). Perheistä alle puolet (41 %) kertoi viettävänsä yhteistä aikaa jossain muodossa ilman digilaitteita joka viikko. Päivittäisellä tasolla sen sijaan vain 16 % vanhemmista kertoi, että yhteistä aikaa vietetään jossain muodossa.



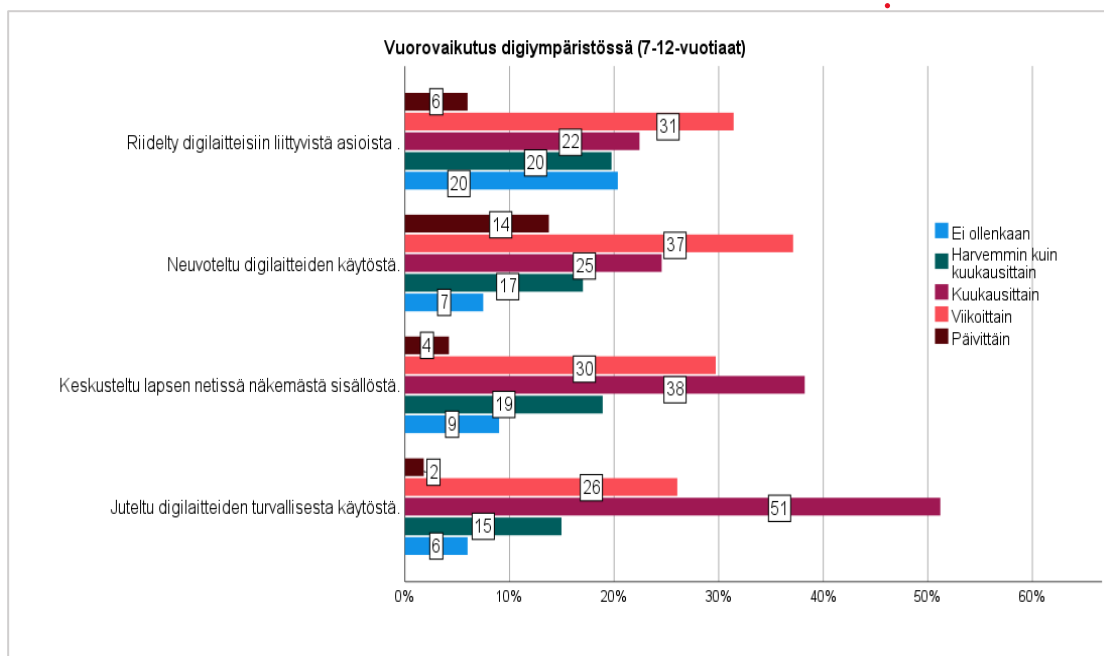
Kuva 6. Perheiden yhdessä viettämä aika ilman digilaitteita (n=755)

Perheistä 16 % luki yhdessä paperikirjoja joka päivä (kuva 6). Toisaalta lähes kolmannes kertoi, ettei perheissä luettu lainkaan yhdessä paperikirjoja ja viidennes vastanneista luki harvemmin kuin kuukausittain. Noin puolet (49 %) vanhemmista ilmoitti, että perheissä ulkoitiin viikoittain yhdessä ja lähes joka kymmenes (9 %) kertoi, että yhdessä ulkoiltiin joka päivä. Perheiden ei-digitaalissa ympäristössä vietetty yhteinen aika kertoi päivätasolla sen, että päivittäisen yhteisen ruokailun lisäksi muut perheiden yhteiset (kyselyssä mainitut) aktiviteetit tai yhdessä vietetty aika eivät nousseet suuremmin esille.

8.4 Digilaitteiden käyttöön liittyvä vuorovaikutus perheissä

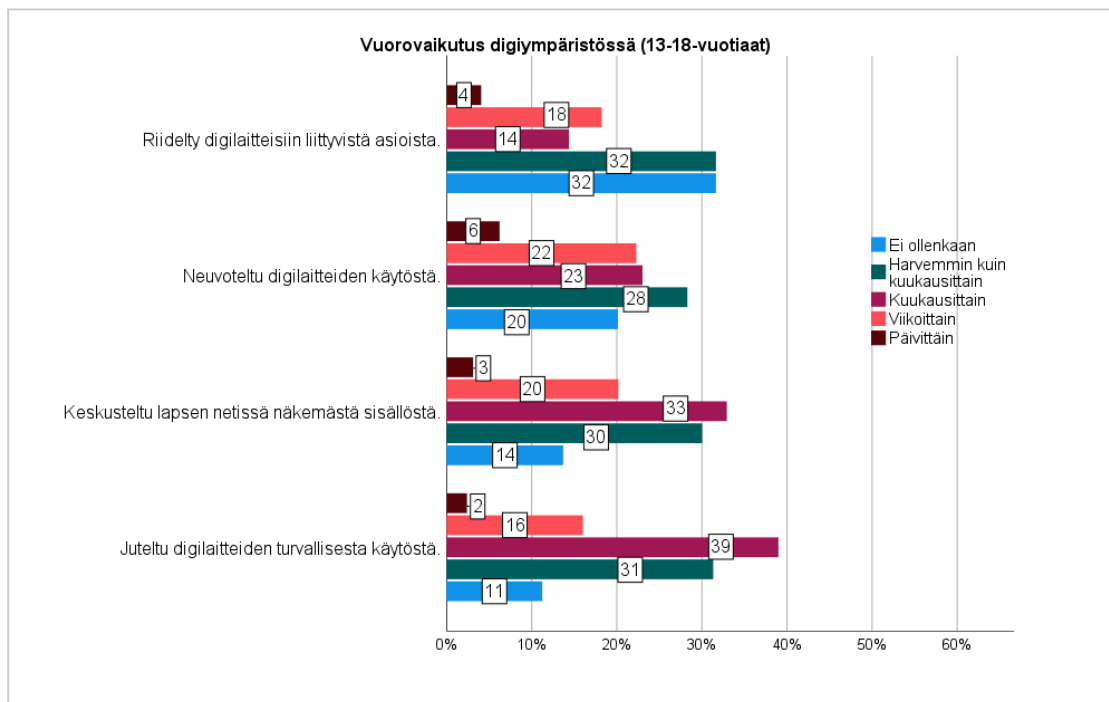
Seuraavaksi tarkasteltiin ikäryhmittäin perheiden vuorovaikutustilanteita digitaalissa ympäristössä. Alakouluikäisten vanhempien vastauksissa korostuivat keskustelut digilaitteiden turvallisesta käytöstä (kuva 7). Yli puolet (51 %) 7–12-vuotiaiden vanhemmista kertoi käyvänsä kuukausittain keskustelua lapsensa kanssa digilaitteiden turvallisesta käytöstä. Hieman yli neljännes (26 %) vanhemmista kävi samaa keskustelua lapsensa kanssa joka viikko. Myös lapsen näkemästä sisällöstä keskusteltiin suurimmassa osassa perheistä joko viikoittain (30 %) tai vähintään kuukausittain (38 %). Alakouluikäisten vanhemmista yli kolmannes (37 %) kertoi, että digilaitteiden käytöstä neuvoteltiin perheissä joka viikko. Lisäksi reilu kymmenes (14 %) vanhemmista kertoi, että

neuvotteluja digilaitteista käytiin päivittäin lapsen kanssa. Lisäksi yhteensä yli puolet (53 %) vanhemmista kertoi, että digilaitteisiin liittyvistä asioista riideltiin perheissä joko viikoittain (31 %) tai vähintään joka kuukausi (22 %).



Kuva 7. Perheiden vuorovaikutus digiympäristössä, 7–12-vuotiaiden vanhemmat (n=334)

Seuraavaksi tarkasteltiin samoja vuorovaikutustilanteita digitaalisessa ympäristössä yli 13-vuotiaiden lasten osalta (kuva 8). Huomattiin, että myös vanhempien lasten kanssa juteltiin säännöllisesti digilaitteiden turvallisesta käytöstä. Lähes 40 % vanhemmista kertoi, että keskusteluja nuorten kanssa käytiin joka kuukausi. Kolmas osa (33 %) perheistä keskusteli netissä näkemästä sisällöstä nuoren kanssa kuukausittain ja viidesosa (20 %) perheistä kertoi käyneensä nuoren kanssa näitä keskusteluja joka viikko. Sen sijaan digilaitteiden käytöstä perheissä neuvoteltiin nuoren kanssa harvemmin. Vanhemmista 28 % kertoi, että nuoren kanssa neuvoteltiin digilaitteiden käytöstä harvemmin kuin kuukausittain. Viidesosa (20 %) vanhemmista lisäksi sanoi, ettei perheissä neuvoteltu digilaitteiden käytöstä nuoren kanssa lainkaan (edeltäneiden kolmen kuukauden aikana)



Kuva 8. Perheiden vuorovaikutus digiympäristössä, 13–18-vuotiaiden vanhemmat (n=421)

Lisäksi harva (4 %) vanhempi sanoi, että kotona riideltiin digilaitteisiin liittyvistä asioista nuoren kanssa päivittäin (kuva 8). Riitelyä digilaitteisiin liittyvistä asioista esiintyi 13–18-vuotiaiden nuorten kanssa yleensäkin vähemmän kuin alakouluikäisten lasten perheissä. Yhteensä 64 % vanhemmista kertoi, että riitelyä digilaitteisiin liittyvistä asioista oli joko harvemmin kuin kuukausittain (32 %) tai ei ollenkaan (32 %) 13–18-vuotiaiden nuorten kanssa.

Taulukko 4. Vanhemman toiminnan riippuvuuksien vertaaminen eri vuorovaikutustilanteissa

		Correlations		
		Riideltä digilaitteisiin liittyvistä asioista.	Pyrin tiukasti rajoittamaan lapseni digilaitteiden käyttöä.	Otan huomioon lapseni mielipiteen digilaitteiden käytöstä.
Spearman's rho	Riideltä digilaitteisiin liittyvistä asioista.	Correlation Coefficient	1,000	,399**
		Sig. (2-tailed)	.	<,001
		N	751	749
	Pyrin tiukasti rajoittamaan lapseni digilaitteiden käyttöä.	Correlation Coefficient	,399**	-,152**
		Sig. (2-tailed)	<,001	,004
		N	749	752
	Otan huomioon lapseni mielipiteen digilaitteiden käytöstä.	Correlation Coefficient	-,152**	1,000
		Sig. (2-tailed)	<,001	,004
		N	745	748

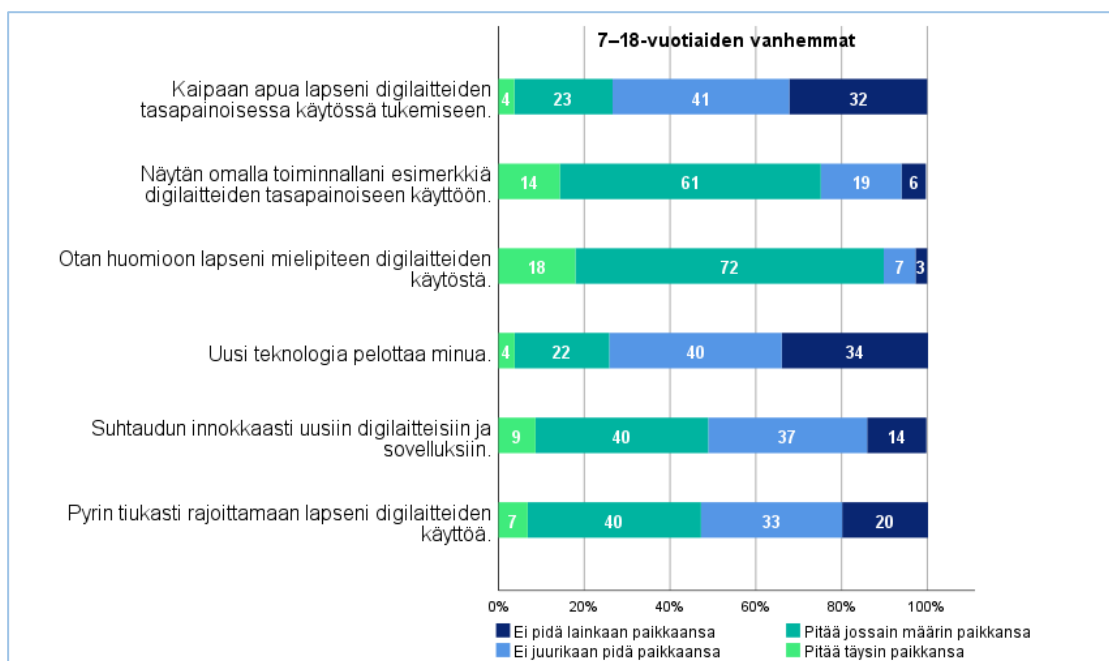
** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Vuorovaikutustilanteiden osalta perheissä esiintyvää riitelyä tarkasteltiin vielä siitä näkökulmasta, onko riitelyllä vaikutusta muiden vuorovaikutustilanteiden ilmenemiseen perheissä kuten lapsen mielipiteen huomioimisessa tai digilaitteiden tiukassa rajoittamisessa (taulukko 4). Analyysi osoittaa, että mikäli perheissä riideltiin digilaitteisiin liittyvissä asioissa niin todennäköisesti vanhempi pyrki myös tuolloin tiukasti rajoittamaan lapsen digilaitteiden käyttöä (korrelaatio on positiivinen 0,399 ja merkittävä tason 0,01 yläpuolella). Kuten oli oletus, niin oli myös epätodennäköistä, että digilaitteista riitelevissä perheissä huomiointaisiin lapsen omaa mielipidettä digilaitteiden käyttöön (negatiivinen korrelaatio -0,152). Myös silloin, kun perheissä pyrittiin tiukasti rajoittamaan lapsen digilaitteiden käyttöä, niin oli todennäköistä, ettei lapsen omaa mielipidettä tällöin otettu huomioon (negatiivinen korrelaatio -0,106).

8.5 Vanhemman oma toiminta digilaitteisiin liittyen

Vanhemmat arvioivat myös omaa toimintaansa suhteessa digilaitteisiin ja niiden käyttöön perheen arjessa (kuva 9). Mitä tulee lapsen digilaitteiden tasapainoisen käytön tukemiseen, reilu viidennes (23 %) vanhemmista ilmoitti, että tämä piti jossain määrin paikkansa ja tuelle oli tarvetta. Kuitenkin vanhemmista selkeästi suurin osa (yhteensä 73 %) oli sitä mieltä, että avuntarve digilaitteiden käytössä ei joko juurikaan pitänyt paikkaansa (41 %) tai ei lainkaan pitänyt paikkaansa (32 %). Yhteensä 75 % kaikista vanhemmista vastasi, että he näyttivät lapselleen mielestään esimerkkiä omalla toiminnallaan joko jossain määrin (61 %) tai täysin (14 %) digilaitteiden tasapainoiseen käyttöön.

Yhdeksän kymmenestä 7–18-vuotiaiden lasten vanhemmista kertoi, että he ottivat huomioon lapsensa mielipiteen digilaitteiden käytöstä vähintään jossain määrin (72 % vanhemmista) tai täysin (18 % vanhemmista) (kuva 9). Digilaitteiden tiukan rajoittamisen suhteen vanhempien vastauksissa näkyi hajontaa, kun yhteensä reilu puolet (53 %) vanhemmista kertoi, että digilaitteiden tiukka rajoittaminen joko ei pitänyt juurikaan (33 %) tai ei lainkaan paikkansa (20 %). Kuitenkin yhteensä 47 % vanhemmista kertoi, että lapsen digilaitteiden tiukka rajoittaminen piti täysin (7 %) tai ainakin jossain määrin (40 %) paikkansa.



Kuva 9. Vanhemman arvio omasta digitoiminnasta suhteessa lapseen (n=755)

Uuteen teknologiaan suhtautumisesta valtaosa vanhemmista (73 %) kertoi, että uusi teknologia ei juurikaan (40 %) tai ei lainkaan (34 %) pelottanut heitä (kuva 9). Myös tämän väitteen osalta oli vanhempien vastauksissa jonkin verran hajontaa, sillä reilu viidennes (22 %) vanhemmista vastasi, että uusi teknologia pelotti heitä jossain määrin. Lisäksi vanhemmista noin puolet (49 %) kertoivat, että he suhtautuivat joko jossain määrin (40 %) tai täysin (9 %) innokkaasti uusiin digilaitteisiin ja sovelluksiin. Kuitenkin suurin osa (yhteensä 51 %) vanhemmista kertoi, etteivät he suhtaudu innokkaasti uusiin digilaitteisiin tai sovelluksiin.

Vertailtaessa 7–12-vuotiaiden ja 13–18-vuotiaiden lasten vanhempien näkemyksiä liittyen vanhempien omaan digitoimintaan ei tuloksissa näkynyt merkittäviä poikkeamia näiden kahden ikäryhmän välillä. Eroja vanhempien vastauksissa kuitenkin esiintyi muutamien kysymysten osalta. Kun vanhemmilta kysyttiin ”lapsen mielipiteen huomioimisesta digilaitteen käytössä”, niin 13–18-vuotiaiden lasten vanhemmista lähes joka neljäs (23 %) ilmoitti, että tämä piti täysin paikkansa ja 7–12-vuotiaiden vanhempien osalta vastaava osuus oli 13 %. Tilastollisesti ero oli merkittävä ($p < 0,001$), mutta käytännössä eroa oli vain siinä, että hieman suurempi osa 13–18-vuotiaiden vanhemmista oli täysin samaa mieltä väitteen kanssa (huomioi lapsen mielipiteen). Toinen väittäjä, jossa eroja ikäryhmien suhteen esiintyi oli, ”pyrin tiukasti rajoittamaan lapseni

digilaitteiden käyttöä” kohdalla. Alakouluikäisten vanhemmista suurin osa (yhteensä 61 %) kertoi, että tämä pitää joko jossain määrin (51 %) tai täysin (10 %) paikkansa. Verrattaessa digilaitteiden käytön tiukkaa rajoittamista 13–18-vuotiaiden vanhempiin käy ilmi, että yhteensä vain reilu kolmannes (36 %) vanhemmista mainitsi, että tämä pitää jossain määrin (32 %) tai täysin (4 %) paikkansa. Tilastollisesti laskettuna ero ikäryhmien välillä oli digilaitteiden tiukan rajoittamisen suhteen siis merkittävä ($p < 0,001$). Myös käytännössä eroa ikäryhmien välillä tässä esiintyy ja nuorempien lasten kohdalla vanhemmat haluavat rajoittaa lapsen digilaitteiden käyttöä.

9 POHDINTA

Tutkimustuloksia tarkastellessa voidaan todeta, että vanhemmilta saatiin arvokasta tietoa heidän näkemyksistään 7–18-vuotiaiden lasten digilaitteiden käytöstä ja käytön vaikutuksista lapseen. Tutkimuskysymyksiin saatiin vastaukset, vaikka alkuperäisestä vanhemmille suunnatusta kyselylomakkeesta jouduttiinkin aineiston laajuuden vuoksi rajaamaan osa kysymyksistä tämän tutkimuksen ulkopuolelle. Tutkimusten perusteella digitaaliset laitteet kuuluvat tänä päivänä isona osana lasten ja perheiden arkea. Tämä heijastuu vanhempien näkemyksissä huolenaiheina lapsen käyttäytymiseen digitaalisessa ympäristössä ja sen vaikutuksista lapsen hyvinvointiin.

9.1 Tulosten tarkastelu

Vanhemmille tehty kysely ja tässä analysoidut tulokset vahvistivat samoja havaintoja kuin aiemmat samaa aihepiiriä koskevat tutkimukset. Kun vanhemmilta tiedusteltiin lasten nettitoimintaan liittyvää käyttäytymistä, ilmeni vanhempien vastauksista melko vähän huolia. Sama ilmiö toistui sekä alakouluikäisten että vanhempien lasten ikäryhmässä. Kyselyn perusteella lapsen levotonta käytöstä nettitoiminnan takia oli havaittu osassa lapsista ja nuorista. Kolmannes kaikista vanhemmista molemmissa ikäryhmissä oli havainnut lapsessa levottomuutta ja että lapsi ajatteli nettitoimintaa myös silloin kun ei ollut digilaitteen äärellä. Nämä tulokset vahvistivat vanhempien tekemiä samankaltaisia havaintoja myös aiemmissä tutkimuksissa. Myös Pelastakaa Lapset ry:n Lapset laitteilla selvitys tukee näitä tuloksia. Vanhemmille suunnatuissa avoimissa kysymyksissä tuli ilmi, että negatiivisimpana asiana (joita digilaitteet tuovat

lasten elämään) vanhempien mielestä olivat juuri liiallinen käyttö, nettiriippuvuus tai lopettamisen vaikeus. Näitä negatiivisia vaikutuksia kertoivat neljäsosa (26 %) kaikista vanhemmista (Pelastakaa Lapset 2022, 25.) Alakouluikäisten (7–12-vuotiaat) vanhemmista noin joka viides oli havainnut lapsen valehdelleen netin käyttöönsä tai piilottelevansa sen käyttöä. Samaa havaintoa ei ollut yhtä suurena määrin 13–18-vuotiaiden vanhemmilla ja tämä voi liittyä siihen, että alakouluikäisten osalta perheissä on käytössä selkeämmät rajoitukset digilaitteiden käyttöön liittyen. Näitä rajoituksia vastaan lapsi voi toisinaan protestoida tai yrittää vältellä rajoituksia piilottelemalla digilaitteiden käyttöä. Vanhempien lasten ikäryhmässä digilaitteiden käyttö saattaa olla vapaampaa vanhempien luottaessa myös lapsen omaan kykyyn kontrolloida digilaitteiden käyttöä. Voi olla, että tämä on yksi selittävä tekijä sille, miksi vanhemmat lapset (13–18-vuotiaat) eivät valehtele netin käytöstään tai piilottele sitä samassa määrin kuin alakouluikäiset lapset.

Lasten ja nuorten liiallisen nettitoiminnan tai sen vähentämisen ei nähty olevan ongelma 7–18-vuotiaiden vanhempien keskuudessa. Kuitenkin tuorein kouluterveyskysely, joka oli suunnattu yläkouluikäisille sekä toisen asteen opiskelijoille osoitti sekä tyttöjen että poikien kertomana, että nuoret itse olivat huolissaan liiallisesta netin käytöstään. Monet kouluterveyskyselyyn vastanneista nuorista kertoivat, että he olivat yrittäneet vähentää netin käyttöänsä kuitenkin siinä onnistumatta. (Helakorpi & Helenius 2021, 1.) Vanhempien näkemys nuorten osalta näyttäisi olevan ristiriidassa nuorten omaan kokemukseen, joka voi kertoa siitä, ettei nuorten kaikki nettitoiminta välttämättä näytty vanhemmille. Voi myös olla, että niissä perheissä, joissa keskustellaan paljon digilaitteiden käytöstä ja netissä vietetystä ajasta lapset ja nuoret myös rohkeammin tuovat esille liiallista netin käyttöänsä sekä haluaan vähentää digitaalissa ympäristössä viettämänsä aikaa. Toisaalta, jos vanhempi ei osoita kiinnostustaan nuoren ajankäytölle digilaitteilla, niin nuoren huolet digilaitteiden käytöstä tai käytön aiheuttamista seurauksista hyvinvoinnille voivat jäädä vanhempien ulottumattomiin.

Lapset, nuoret ja vanhemmat ovat hyvin todennäköisesti jonkun digilaitteen läheisyydessä tänä päivänä lähes kellon ympäri. Tulosten perusteella havaittiin, että perheissä ei juurikaan vietetty päivittäin yhdessä aikaa digitaalissa ympäristössä. Toisaalta nämä tulokset vahvistivat niitä tutkimustuloksia, joiden

mukaan yksinäisyys nuorten keskuudessa on digitaalisista laitteista huolimatta lisääntynyt (Lahikainen ym. 2021). Päivittäinen digilaitteiden käyttö tapahtui tulosten perusteella perheiden arjessa pääosin yksilötasolla. Viikkotasolla vanhemmat kertoivat kuitenkin yhteisistä hetkistä, joita vietettiin videoiden, ohjelmien tai elokuvien parissa. Lisäksi puolet vanhemmista kertoi, että viikkotasolla perheissä etsittiin yhdessä tietoa digilaitteilla. Hieman yllättäen selvästi suurin osa (yhteensä 60 %) vanhemmista kertoi, että digitaalisia pelejä pelattiin yhdessä harvemmin kuin kuukausittain tai ei ollenkaan. Mitä tuli digitaalisiin kirjoihin tai digitaalisen sisällön tai videoiden tekemiseen ei näiden asioiden parissa vietetty perheissä juurikaan yhteistä aikaa. Kuitenkin nuorten elämässä ovat arkipäivää erilaiset sovellukset (esim. Youtube ja Tiktok), joiden kautta lyhyitä videopätkiä voi ladata ystävien tai halutessaan kaikkien nähtävälle ympäri maailmaa. Digitaalisen sisällön jakaminen tapahtuukin mitä todennäköisimmin nuorten elämässä pääosin ystävien kesken, sillä jaettu sisältö heijastaa monesti nuoren vapaa-aikaa, harrastuksia tai muita mielenkiinnon kohteita.

Keskusteltaessa digilaitteiden käytöstä moni vanhempi kertoo haluavansa tietää mitä lapsi tekee laitteilla ja mitä sovelluksia lapsella on käytössään. Tästä huolimatta yli puolet kyselyyn vastanneista vanhemmista kertoi, että lapsen käyttämiin digipalveluihin tutustuttiin yhdessä harvemmin kuin kuukausittain ja joissain perheissä ei lainkaan. Osoittavatko tulokset, että se on vanhemman osalta enemmän kuulustelun kaltaista toimintaa selvittää lapsen digipalveluiden käyttöä kuin koettua yhdessä vietettyä aikaa. Tutustuminen lapsen digipalveluihin yhdessä lapsen kanssa mahdollistaisi vanhemmalle helpon tavan seurata lapsen turvallista digilaitteiden ja erilaisten sovellusten ja pelien käyttöä. Vanhemmat ovat kuitenkin voineet tulkita kysymyksen digilaitteisiin yhdessä tutustumisesta eri tavoin, joka voi vaikuttaa tutkimuksen tuloksiin. Perheiden arjessa on lukuisia tilanteita ja hetkiä, joissa digilaitteet ovat läsnä ja erilaista sisältöä digilaitteilta katsotaan yhdessä tai lapsi näyttää vanhemmalle itseään kiinnostavaa sisältöä. Ehkä vanhempien näkemyksistä voidaan tulkita, että vanhemmat eivät arjessa ainakaan tietoisesti tutustu lapsen käyttämiin digitaalisiin palveluihin kovinkaan usein. Toisaalta, jos useampi vanhempi käyttäisi aikaa tutustuakseen lapsen käyttämiin digipalveluihin yhdessä lapsen kanssa, olisiko perheissä silloin vähemmän ristiriitatilanteita digilaitteiden käy-

töstä? Jos vanhemmat tietäisivät mitä lapsi tai nuori oikeasti tekee älypuhelimellaan, niin vähenisikö digilaitteiden käyttämisen rajoittamisen tarve perheissä?

Suhteessa digitaalisessa ympäristössä vietettyyn yhteiseen aikaan oli suurimassa osassa perheistä edelleen tärkeää ruokailla päivittäin yhdessä ja noin puolelle perheistä oli myös tärkeää viettää säännöllisesti yhteistä aikaa ilman digitaalisten laitteiden läsnäoloa. Toki tulokset perheen yhteisestä ruokailusta voivat heijastaa enemmän kulttuurillisia tapoja perheissä kuin varsinaisesti yhdessä vietettyä aikaa. Tulokset vahvistivat samankaltaisia tutkimuksia siitä, että monissa perheissä on edelleen yhteisiä hetkiä säännöllisesti arjessa, vaikka digilaitteet ovatkin muuttaneet yhdessä vietettyä aikaa myös monin tavoin. (Lahikainen ym. 2021, 175.)

Monissa perheissä paperikirjoja ei luettu yhdessä enää lainkaan. Kirjojen lukeminen oli kuitenkin hyvin perinteinen tapa viettää aikaa yhdessä lapsen kanssa ennen digilaitteiden kehittymistä. Lisäksi useampi kuin joka kymmenes vanhemmista kertoi, ettei perheissä vietetty lainkaan yhteistä aikaa ilman digilaitteita, joka kuulostaa huolestuttavalta ilmiöltä. Tutkimukset ovat osoittaneet, että digilaitteet ja sosiaalinen media voivat koukuttaa ja älypuhelimta kädesään pitävä ihminen on harvoin aidosti läsnä ympärillään oleville ihmisille (Procentese ym. 2019; Lahikainen ym. 2021). Voidaan pohtia sitä, että mistä johtuu, ettei osassa perheistä vietetty lainkaan yhteistä aikaa ilman digilaitteita. Kertovatko tulokset teknologiakeskeisen yhteiskunnan tuomista muutoksista yksilöiden ja perheiden arvoihin, joka on muokannut ja vähentänyt perheiden yhdessä viettämää aikaa? Voidaan myös pohtia, onko digilaitteiden merkitys yksilöiden ja perheiden elämässä ja arjessa jo niin suuri, ettei niiden käyttöä kyseenalaisteta edes silloin, kun perheet viettävät yhteistä aikaa esimerkiksi pelaillen tai elokuvia katsellen.

Vaikka suurimmassa osassa perheistä ei vietetty säännöllisesti yhteistä aikaa digilaitteiden parissa, niin tutkimus osoitti, että digilaitteisiin liittyvistä asioista neuvoteltiin, keskusteltiin ja riideltiinkin osassa perheistä säännöllisesti. Tutkimus osoitti myös, että alakouluikäisten lasten perheissä käydään paljon useammin keskusteluja ja neuvotteluja digilaitteiden käytöstä kuin 13–18-vuotiai-

den lasten perheissä. Erityisesti turvallisuus digilaitteiden käytön suhteen korostui keskusteluissa alakouluikäisten lasten perheissä. Myös digilaitteisiin liittyviä riitatilanteita oli alakouluikäisten vanhempien mukaan selkeästi useammin kuin 13–18-vuotiaiden perheissä. Tutkimus osoittaa, että 13–18-vuotiaille annetaan digilaitteiden käytön suhteen enemmän vapauksia ja päätäntävaltaa kuin 7–12-vuotiaille. Vanhemmat myös todennäköisesti luottavat siihen, että 13–18-vuotiaat kykenevät ikänsä vuoksi paremmin arvioimaan erilaisia digitaalisia palveluja ja sovelluksia sekä niiden turvallista käyttöä. Tämän päivän nuoret ovat myös kasvaneet lapsesta saakka digilaitteiden parissa, jolloin niiden käyttäminen on hyvin luonnollista ja nuorilla voi olla pitkään kokemus erilaisten digilaitteiden käytöstä. Vanhempien näkemyksiin digilaitteisiin liittyvästä riitelystä voi vaikuttaa sekin, mitkä tilanteet perheissä koettiin riitatilanteiksi, sillä perhekohtaisia eroja todennäköisesti esiintyy.

Vanhempien arvioista liittyen heidän omaan toimintaansa havaittiin, että lähes jokainen vanhempi kertoi ottaneensa huomioon lapsen tai nuoren mielipiteet digilaitteiden käyttöön liittyen. Suurin osa alakouluikäisten lasten vanhemmista kertoi pyrkivänsä tiukasti rajoittamaan lastensa digilaitteiden käyttöä. Sen sijaan 13–18-vuotiaiden vanhemmista vain reilu kolmannes kertoi vastaavaa, joten tämä tukee tutkimuksen aiempia havaintoja siitä, että nuorilla on enemmän vapauksia ja päätäntävaltaa digilaitteiden käytössä kuin alakouluikäisillä. Lisäksi huomionarvoista vanhempien toiminnassa on se, että suurinta osaa vanhemmista ei pelota uusi teknologia tai he eivät koe kaipaavansa tukea lapsen digilaitteiden tasapainoisen käytön tukemisessa. Tämä kertonee ainakin osaltaan vanhempien omista kyvyistä ymmärtää ja käyttää erilaisia digitaalisia laitteita ja palveluja. Myös vanhemmat tänä päivänä käyttävät älypuhelimiaan hyvin monipuolisesti sekä erilaisten arkisten asioiden että ystävyysuhteiden hoidossa. Tällä lienee positiivinen vaikutus siihen, että vanhemmat kykenevät ymmärtämään myös lapsen tarvetta digilaitteiden käytölle aiempaa paremmin eikä rajoituksia lapsen digilaitteiden suhteen koeta itsestänselvyydeksi.

9.2 Luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttavat tiedonhaussa tehdyt päätökset kuten eri tietolähteiden arviointi ja valinta sekä itse tutkimustiedon kerääminen ja sen analysointi. Tiedonhaussa on kiinnitetty huomioita siihen, että raporttiin valittu

tutkimustieto aihepiiriin liittyen on ajankohtaista ja ajantasaista ja lisäksi vertaisarvioitua. Mahdollisimman tuore tutkimustieto lisää tämän raportin luotettavuutta, koska teknologисelle ja digitaaliselle kehitykselle on ominaista, että se muuttaa ajan kuluessa muotoaan. Näin ollen voidaan olettaa, että tuoreimmat tutkimukset kuvaavat parhaimmalla mahdollisella tavalla tämänhetkistä tutkimustietoa aiheesta. Lisäksi tiedonhaussa on tietoisesti valittu tutkimuksia erilaisista ulkomaisista lähteistä, mutta kuitenkin länsimaisia tutkimuksia painottaen johtuen kulttuurillisista samankaltaisuuksista. Laaja-alainen kansainvälinen tutkimustieto vahvistaa tutkimusraportin luotettavuutta.

Pelastakaa Lapset ry:n tavoitteena oli, että kyselyyn vastaisi perusjoukosta vähintään 1 000 vanhempaa, joka lopulta ylittyikin hieman. Gallup Forumin yli 50 000 jäsentä on valittu kuntakohtaisena satunnaisotantana edustamaan suomalaisia. Satunnaisotanta tarkoittaa, että kohderyhmän perusjoukosta kullakin yksiköllä on yhtä suuri todennäköisyys tulla valituksi otokseen (Heikkilä 2014, 34). Edustava otos on tutkimuksen luotettavuuden kannalta tärkeää. Edustava otos toteutuu, kun otosyksiköt on valikoitu arpoen, otokseen valittu kuuluu tutkittavaan perusjoukkoon ja jokaisella perusjoukon yksiköllä on samansuuruinen todennäköisyys päätyä lopulliseen otokseen (Heikkilä 2014, 40).

Tutkimuksen pätevyysden kannalta on tärkeää, ettei tutkimuksessa esiinny systemaattista virhettä. Tämä viittaa siihen, miten tutkittavat (vanhemmat) ymmärtävät kyselylomakkeen kysymykset. Tulokset ja täten myös analyysi vääristyvät, jos kyselyyn vastanneet eivät ajattelekaan niin kuin tutkija oletti. (Vilkkä 2021, 153.) Tässä opinnäytetyössä käytettyä kyselylomaketta voidaan pitää luotettavana mittarina tutkimukselle, koska kyselylomakkeen laatijalla Pelastakaa Lapset ry:llä on pitkä kokemus erilaisten (etenkin lapsia koskevien) tutkimusten ja kyselyiden toteuttamisesta sekä organisaationa laajasti tietoa itse aihepiiriä koskien. Kysymysten laadinnassa tulkinnan mahdollisuutta tulee välttää. Vanhemmille osoitetut kysymykset oli laadittu huolellisesti ja kysymyksissä mahdollisesti epäselvyyttä aiheuttavia termejä oli selitetty auki.

Kyselyn luotettavuutta lisää se, että kyselyn toteutti tutkimusten toteuttamiseen erikoistunut yritys Kantar TNS Oy (Kantar s.a.). Tutkimusten tekemiseen

erikoistuneen toimijan hyödyntäminen kyselyn toteuttamisessa vähentää virheiden todennäköisyyttä, joskaan se ei sulje virheiden mahdollisuutta kokonaan pois. Tulee myös ottaa huomioon, että tutkimuksen luotettavuuteen on voinut vaikuttaa heikentävästi se seikka, että aineistoa on käsitelty kolme eri tahoja. Vaikka aineisto on vastaanotettu alkuperäisessä muodossa ja alkupe-
räisen kyselylomakkeen kanssa, on aina mahdollista, että aineistoa lähetettä-
essä henkilöltä toiselle tapahtuu aineiston katoamista tai muu inhimillinen virhe, joka jää huomaamatta.

Aineistoa analysoidessa tulee aina arvioida vastausten luotettavuus. Mittauk-
sen luotettavuuteen ja laatuun vaikuttavat sisällölliset, tilastolliset, kulttuuriset,
kielelliset, ja lisäksi tekniset seikat (Vehkalahti 2019, 40). Lisäksi tulee huomi-
oida, että kyselyn ajankohdalla voi olla vaikutusta vastauksiin. Jos tiedonke-
ruun aikaan julkisuudessa on käsitelty esimerkiksi tutkimuksia sosiaaliseen
mediaan tai digilaitteisiin liittyen, voi tällä olla vaikutuksia vanhempien vas-
tauksiin. Kun kysely lähetetään sähköisesti, on kyselylomakkeen toimittava
omillaan, sillä vastaajalla ei ole mahdollisuutta pyytää apua haastattelijalta.
Myös mittariston luotettavuus tulee arvioida, eli onko kyselyn mittaristo muo-
dostettu oikein tutkimusongelman ratkaisemiseksi ja vastaako se tutkimuskysy-
symyksiin. (Vehkalahti 2019,13.)

Kun puhutaan mittauksen luotettavuudesta, tulee myös arvioida sen validi-
teetti ja reliabiliteetti. Validiteetti kertoo mitataanko tutkimuksessa sitä, mitä on
tarkoitus mitata ja reliabiliteetti puolestaan ilmaisee kuinka tarkasti mitataan.
Validiteetin näkökulmasta valmiiden mittareiden käyttäminen toi tutkimuksen
toteutukseen haasteita. Jo tutkimuksen alkuvaiheessa mittarit täytyi ottaa hy-
vin vahvaksi osaksi tutkimussuunnitelmaa ja tutkimuskysymyksiä, jotta valmiit
mittarit olisivat tutkimukselle soveltuvia ja mittaisivat haluttuja asioita. Validi-
teetti on ensisijainen vaatimus, sillä jos ei mitata oikeaa asiaa ei reliabiliteetilla
ole silloin merkitystä. Reliabiliteetti on mittauksessa sitä paremmalla tasolla
mitä vähemmän siinä esiintyy mittausvirheitä. (Vehkalahti 2019, 40.) Hyvin
suunniteltu ja helposti ymmärrettävä kyselylomake ja mittarit vähentävät mit-
tausvirheiden todennäköisyyttä. Kyselylomakkeen järjestelmäasteikon 5-por-
taisella mittarilla haluttiin tavoitella vastaamisen helppoutta ja toisaalta, että
saadut vastaukset olisivat yksityiskohtaisemmat. (Pelastakaa Lapset s.a.). Ai-
neistoa analysoidessa tulee aina soveltaa erityistä tarkkuutta ja huolellisuutta.

Mikäli datan käsittelyssä (SPSS-tilasto-ohjelmalla) tapahtuu virheitä voi tällä olla negatiivinen vaikutus tutkimuksen luotettavuuteen. Tutkimuksen toteutuksen osalta analyysin tekemisessä haastavinta oli aiemmin tuntematon ja monipuolinen aineisto, jonka analysoinnissa tuli käyttää aiemmin tuntematonta SPSS-tilasto-ohjelmaa.

9.3 Eettisyys

Kaikessa tutkimuksessa on tärkeää noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä. Luotettavien, uskottavien ja laadukkaiden tutkimusten aikaan saamiseksi on tärkeää, että tutkija noudattaa rehellisyyttä, huolellisuutta ja erityistä tarkkuutta läpi tutkimustyön. Aineiston ja tulosten tallentamisessa, esittämisessä ja tulosten arvioinnissa on myös tärkeää olla erityisen huolellinen. Myös tiedonhankinta- ja tutkimusmenetelmien tulee olla eettisesti kestäväällä tavalla toteutettu. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2021). Eettisesti hyvä tutkimus edellyttää toki paljon muutakin kuin pelkästään hyvien tieteellisten käytäntöjen noudattamista. Tutkijan omat valmiudet, sekä taidot kerätä, analysoida ja jäsentää aineistoa vaikuttavat pitkälti siihen, miten tutkimus lopulta onnistuu eettisestä näkökulmasta.

Lasten ja nuorten oikeudet on tärkeää turvata myös tutkimustilanteissa. Suomessa ei ole erityistä lainsäädäntöä siitä kenellä on päätäntävalta lapsen osallistumisesta tutkimukseen. Suomessa käytännössä lapsen huoltaja lain mukaan päättää alle 18-vuotiaan osallistumisesta tutkimukseen. On oleellista, että huoltajaa informoidaan etukäteen tutkimuksesta ja myös lasta tulee kuulla hänen suostumuksensa saamiseksi. (Lagström ym. 2021, 33.) Tässä opinnäytetyössä hyödynnetyn aineiston keräämisestä oli vanhempien ja lasten suostumus ja vastaaminen kyselyyn oli vanhemmille vapaaehtoista. Lapsia tutkittaessa on lisäksi tärkeää, että pidetään huolta siitä, että lapsi myös itse ymmärtää mistä tutkimuksessa tai tutkimuksen osassa on kyse ja mihin lapsen antamia tietoja tullaan käyttämään (Lagström ym. 2021, 37).

Opinnäytetyölle oli tutkimuslupa Pelastakaa Lapset ry:ltä, ja tutkimuslupa piti kokonaisuudessaan sisällään pääsyn Reconnect-hankkeessa kerättyyn aineistoon. Aineisto luovutettiin tutkimusta varten sähköisesti ja se oli käytettä-

vissä opinnäytetyön valmistumiseen saakka. Tutkimusluvan mukaisesti aineistoa ja siinä olevia tietoja oli lupa hyödyntää vain opinnäytetyön puitteissa ja lupa aineistoon oli henkilökohtainen. Lisäksi tutkimuksen toteutuksessa oli tärkeää, että Pelastakaa Lapset ry:n keräämä aineisto kerättiin lasten ja perheiden yksityisyydensuojaa kunnioittaen. Kyselylomakkeilla kerättyjä vastauksia ei ollut mahdollista identifioida yksilötasolla, joten vastaajien anonymiteetti säilyi sekä aineiston keruun että sen analysoinnin aikana.

Lopuksi todettakoon, että opinnäytetyön eettisyyden kannalta on merkittävää, että toimeksiantajana on yhteiskunnallisesti tunnettu järjestö. Pelastakaa Lapset ry:n toimintaa ohjaa lasten oikeudet ja päivittäisen toiminnan tulee olla eettisesti kestävä, jotta uskottavuus merkittävänä toimijana yhteiskunnassamme säilyy myös tulevaisuudessa. Pelastakaa Lapset huomioi lasten oikeudet aina myös jokaisessa tutkimuksessaan, joten valmiin aineiston vastaanottaminen juuri heiltä ei näkökulmastani ollut eettisesti epäilyttävää.

9.4 Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset

Digitaalisten laitteiden ja etenkin älypuhelinien yleistymisen myös lasten arkielämässä on vaatinut vanhemmilta opettelua ja hyväksymistä digitaalisen teknologian jatkuvaan läsnäoloon. Vanhemmat ymmärtävät digilaitteiden roolin lasten ja nuorten elämässä etenkin oppimisen ja sosiaalisten suhteiden näkökulmasta. Lapsen digitaalisten taitojen kehittymistä pidetään tärkeänä ja jopa välttämättömänä nyky-yhteiskunnassa. Vanhemmat ovat eniten huolissaan digitaalisen ympäristön vaikutuksista etenkin lapsen ja nuoren fyysiselle sekä psyykkiselle hyvinvoinnille. Koska vanhemmilla ei ole kokemuspohjaa digitaalisesta ympäristöstä omasta lapsuudestaan, he yrittävät tasapainoilla ja etsiä toimivia keinoja, kuinka digilaitteiden käytöstä lapselle aiheutuvaa kuormitusta voisi vähentää. Digilaitteiden jatkuva läsnäolo on lisännyt joidenkin perheiden ristiriitatilanteita, kun vanhempi pyrkii arjessa osoittamaan auktoriteettiaan ja lapsi tai nuori kokeilee rajojaan tai tavoittelee päätäntävaltaa omiin asioihinsa.

Tutkimuksen perusteella voidaan tehdä seuraavia johtopäätöksiä; Vanhemmat eivät nähneet, että lapsen netin käytöllä olisi suuressa määrin negatiivisia vaikutuksia lapsen toimintaan ja käyttäytymiseen niiltä osin, kun niitä tässä tutkimuksessa tarkasteltiin. Osa vanhemmista oli kuitenkin havainnut lapsessa tai

nuoressa joitakin psyykkisiä tai fyysisiä oireita kuten levottomuutta, kun lapsi ei enää ollut digilaitteilla. Tutkimus vahvisti havaintoja siitä, että lapsen netin käytöstä johtuva ongelmallinen tai haitallinen käyttäytyminen kasaantuu mitä todennäköisimmin pienelle osalle lapsia ja nuoria, kuten esimerkiksi vähä-osaisten perheiden lapsiin.

Tutkimuksen perusteella perheet näyttävät edelleen viettävän vapaa-aikaansa yhdessä perinteisin tavoin viihdeohjelmien ja ruokailun merkeissä. Näitä kahta lukuun ottamatta näyttää kuitenkin siltä, että digitaalisten laitteiden jatkuva läsnäolo on vähentänyt perheen yhteistä aikaa arjessa ja lisännyt digilaitteilla yksin vietettyä aikaa. Johtopäätökset liittyen perheiden hyvinvointiin jäävät tutkimuksessa kuitenkin vajaiksi, koska tutkimuksesta ei käy ilmi, ovatko perheet kuitenkin tyytyväisiä perheen viettämään aikaan yhdessä oli se sitten digitaalisessa ympäristössä tai ilman digilaitteita. Voidaan kuitenkin todeta, että teknologia on jo muuttanut perheiden yhteisiä ajanviettotapoja verrattuna aikaan ennen digitaalista ympäristöä. Nähtäväksi jää, jatkuuko sama kehitys perheiden yhteisessä ajanvietossa myös tulevaisuudessa, kun uudet digitaaliset laitteet ja palvelut haastavat perhearvoja ja käsitystämme yhteisen ajan merkityksestä ja tavoista.

Digitaaliseen ympäristöön liittyvät vuorovaikutustilanteet perheissä vaihtelevat lapsen iän mukaan. Alakouluikäisten lasten kanssa keskusteluja ja neuvotteluja ohjaavat turvallisuus ja digilaitteiden käytön rajoittaminen. Vanhempien lasten eli 13–18-vuotiaiden kanssa keskusteluiden tarkoitus ja luonne muuttavat muotoaan. Keskustelut yläkouluikäisten ja vanhempien lasten kanssa viittaavat todennäköisesti etenkin sosiaaliseen mediaan, joka tulee juuri tässä iässä osaksi lähes jokaisen nuoren arkea ja elämää. Tulokset vahvistavat havaintoja siitä, että digitaalisessa ympäristössä nuorempien lasten kohdalla rajoitteilla ja säännöillä on mediakasvatuksessa vahvempi rooli kuin teini-ikäisillä lapsilla.

Vanhempien arvioidessa omaa toimintaansa selvisi, että suurin osa vanhemmista kykenee mielestään selviytymään itsenäisesti digitaalisen ympäristön tuomista haasteista kasvatuksessa ilman ulkopuolista apua. Kyseinen näkemys johtuu joltain osin todennäköisesti siitä, että lähes kaikki vanhemmat myös itse käyttävät paljon digilaitteita, joten niiden käyttötavat ja toiminnot

ovat suurimmalle osalle vanhemmista hyvin tuttuja. Tutkimus myös vahvisti sitä näkökulmaa, että vanhemmat ottavat huomioon lastensa mielipiteen digilaitteiden käyttöön liittyen. Digilaitteiden rajoittamista tapahtuu pääsääntöisesti alakouluikäisten lasten vanhempien toimesta. Digitaalisen ympäristön merkitys lapsen ja nuoren elämään ymmärretään perheissä ehkä aiempaa paremmin ja ylhäältä annettujen sääntöjen ja rajoittamisen sijaan vanhemmat ymmärtävät myös lapsen oikeudet tulla kuulluksi lasta koskevilla asioilla.

Tutkimuksen johtopäätösten suhteen on joitakin rajoitteita. Ensinnäkin kysely tehtiin vanhemmille koronarajoitusten ollessa yhä voimassa ja tämä saattoi vaikuttaa lasten ja nuorten käyttäytymiseen ja perheen vuorovaikutukseen digitaalisessa ympäristössä. Lisäksi johtopäätökset digitaalisen ympäristön vaikutuksista lasten ja perheiden hyvinvointiin jäivät osin epäselviksi. Toteutettu kysely ja tutkimustulokset eivät mahdollista kattavaa analyysia perheiden yhteisestä ajanvietosta tai syy-seuraussuhteita siitä, mitkä yhteiset ajanvietotavat parhaiten edistävät perheiden hyvinvointia. Lisäksi tutkimuksessa tarkasteltiin vain vanhempien näkökulmia, jonka vuoksi tutkimus ei yksinään sovellu lasten ja nuorten hyvinvoinnin arvioimiseen digitaalisessa ympäristössä.

Digitaalisten laitteiden vaikutuksista lasten ja nuorten hyvinvointiin tarvitaan lisää tutkimuksia. Tulisi tehdä myös laadullista tutkimusta, joka syventää tilastollisia havaintoja. Koska digitaalinen ympäristö on edelleen verrattain uusi ympäristö ja digitaalisten laitteiden käyttämisen uskotaan lisääntyvän arjessa, ei nykyinen tutkimustieto vielä riitä laajojen johtopäätösten tekemiseksi lasten hyvinvointiin liittyen. Pelastakaa Lapset ry:n monipuolista ja kattavaa tutkimusaineistoa tulisi analysoida laajemmin ja jatkotutkimuksissa selvittää erilaisten demograafisten taustatekijöiden vaikutus vanhempien näkemyksiin lasten digitaalisesta ympäristöstä. Joidenkin tutkimusten mukaan korkeasti koulutetuilla vanhemmilla on vähemmän negatiivisia näkemyksiä digilaitteiden vaikutuksista lapsiin, ja muun muassa tätä hypoteesia olisi mielenkiintoista selvittää tarkemmin. Tarvitaan lisää tutkimusta myös siitä, mikä on perheiden yhteinen näkemys, sillä tällä hetkellä tutkimukset keskittyvät pääsääntöisesti joko lapsen tai vanhemman näkökulmaan.

Tukeakseen vanhempia ja perheitä digitaalisessa ympäristössä toimimiseen Pelastakaa Lapset ry voisi käyttää tämän tutkimuksen havaintoja ja toteuttaa

saman ikäryhmän vanhemmille uuden tutkimuksen. Jatkotutkimuksissa voisi selvittää, miten perheet voisivat edistää ja lisätä yhteistä ajanviettoa digitaalisen ympäristön keinoin. Kokevatko vanhemmat, että voisivatko lapset opettaa heille tapoja hyödyntää digitaalista ympäristöä tai luoda perheelle uusia tapoja viettää yhteistä aikaa hyödyntäen nykyteknologiaa? Tulisi myös tehdä yhteiskunnallisella tasolla laajempaa selvitystä siitä, voisiko lasten digitaalisen hyvinvoinnin seuraamisen ottaa kiinteäksi osaksi lapsen kasvun ja kehityksen seuraamista. Digitaalisen hyvinvoinnin seuraamiseksi tulisi kehittää valtakunnallinen mittari, jolla voidaan yhtenäistää eri tutkimustietoa ja saada luotettavaa tietoa lasten ja nuorten digitaalisesti hyvinvoinnista. Tällöin vastuu lapsen digitaalisesta hyvinvoinnista olisi vanhempien lisäksi konkreettisesti myös yhteiskunnan vastuulla ja toimet lasten ja perheiden tukemiseksi olisivat ennalta suunniteltuja.

LÄHTEET

- Auxier, B., Anderson, M., Perrin, A. & Turner, E. 2020. Parenting Children in the Age of Screens. Pew Research Center. PDF-dokumentti. Julkaistu 28.7.2020. Saatavissa: <https://www.pewresearch.org/internet/2020/07/28/parenting-children-in-the-age-of-screens/> [viitattu 22.5.2022].
- Bergert, C., Köster, A., Krasnova, H. & Turel, O. 2020. Missing Out on Life: Parental Perceptions of Children's Mobile Technology Use. PDF- Dokumentti. Saatavissa: https://library.gito.de/wp-content/uploads/2021/08/F1_Bergert_Missing_Out_on_Life.pdf [viitattu 13.8.2022].
- Beyens, I., Keijsers, L. & Coyne, SM. 2022. Social Media, Parenting, and Well-Being. *Current Opinion in Psychology*. Verkko-lehti. Saatavissa: <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101350>. [viitattu 3.5.2022].
- Calandri, E., Graziano, F. & Rollé, L. 2021. Social Media, Depressive Symptoms and Well-Being in Early Adolescence. The Moderating Role of Emotional Self-Efficacy and Gender. *Frontiers in Psychology* 12, 660740. PDF-Dokumentti. Saatavissa: [10.3389/fpsyg.2021.660740](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.660740) [viitattu 8.9.2022].
- Chaudron, S., Di Gioia, R. & Gemo, M. 2018a. "Mum, Dad, look what I can do with digital technologies at home!" Young children, parents and digital technologies in the home context across Europe. In *Les cultures médiatiques de l'enfance et de la petite enfance*. Eds: Loicq, M., Seurrat, A. & Féroc Dumez I. PDF-dokumentti. Saatavissa: http://docs.wixstatic.com/ugd/d232ed_36050e100d484dbba80e00acd0df5477.pdf [viitattu 16.5.2022].
- Chaudron, S., Di Gioia, R. & Gemo, M. 2018b. Young Children (0–8) and Digital Technology. A qualitative study across Europe. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://data.europa.eu/doi/10.2760/294383> [viitattu 16.5.2022].
- CRC/C/GC/25. 2021. Committee on the Rights of the Child. General Comment No. 25 (2021) on children's rights in relation to the digital environment. United Nations. General comment 2.3.2021/25. PDF-Dokumentti. Saatavissa: https://www.right-to-education.org/sites/right-to-education.org/files/resource-attachments/UN_CRC_General%20comment%20No.%2025%20%282021%29%20on%20children%E2%80%99s%20rights%20in%20relation%20to%20the%20digital%20environment_En.pdf [viitattu 3.5.2022].
- Danet, M. 2020. Parental Concerns about their School-aged Children's Use of Digital Devices. *Journal of Child and Family Studies* 29, 2890–2904. Verkko-lehti. Saatavissa: <https://doi.org/10.1007/s10826-020-01760-y> [viitattu 10.8.2022].
- De Fresnes, T. 2021. Suomelle ensimmäinen lapsistrategia – haussa maksuton varhaiskasvatus ja haavoittuvimpien lasten suojele, katso videolta lasten kommentit. YLE Uutiset. Päivitetty 23.02.2021. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-11805162> [viitattu 13.5.2022].

Ebrand Group. 2022. SoMe ja Nuoret 2022- katsaus nuorten sosiaalisen median käytöstä. WWW- dokumentti. Päivitetty 22.4.2022. Saatavissa: <https://wordpress.ebrand.fi/somejanuoret2022/> [viitattu 24.9.2022].

Ebrand Group 2019. SoMe ja Nuoret 2022- katsaus nuorten sosiaalisen median käytöstä. WWW-dokumentti. Päivitetty 3.4.2019. Saatavissa: <https://wordpress.ebrand.fi/somejanuoret2019/> [viitattu 24.9.2022]

Francis, K., Scholten, H., Granic, I., Loughheed, J. & Hollenstein, T. 2021. Insights about Screen-Use Conflict from Discussions between Mothers and Pre-Adolescents: A Thematic Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 9, 4686. Verkkolehti. Saatavissa: <https://doi.org/10.3390/ijerph18094686>. [viitattu 13.8.2022].

Haapala, V. 2022. Asiantuntija kertoo, kuinka paljon nuorten oikeasti pitäisi nukkua yössä – kaksi merkkiä riittävästä unista. Julkaistu 25.4.2022. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.mtvuutiset.fi/artikkeli/asiantuntija-kertoo-kuinka-paljon-nuorten-oikeasti-pitaisi-nukkua-yossa-kaksi-merkkia-riittavista-unista/8412074#gs.z987va> [viitattu 29.4.2022].

Heikkilä, T. 2014. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita Publishing Oy. E-kirja. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/> [viitattu 18.9.2022].

Helakorpi, S. & Helenius, J. 2021. Nuorten arki- Kouluterveyskysely 2021. Moni nuori nukkuu liian vähän. THL. Tilastoraportti 46/2021. PDF-Dokumentti. Saatavissa: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/143513/Nuorten%20arki%20-Kouluterveyskysely%202021.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [viitattu 21.4.2022].

Helavirta, S. 2011. Lapset hyvinvointitiedon tuottajina. Tampereen yliopisto. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Väitöskirja. PDF-Dokumentti. Saatavissa: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/66827/978-951-44-8604-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [viitattu 16.5.2022].

Hulkko, M. & Pajja, J-P. 2022. Ryhdy nuorelle digifrendiksi. Pelastakaa Lapset ry. WWW-dokumentti. Päivitetty 29.6.2022. Saatavissa: <https://www.pelastakaa-lapset.fi/tule-vapaaehtoiseksi/ryhdy-digifrendiksi-nuorelle/> [viitattu 10.9.2022].

Huttunen, S. 2016. Ihmisoikeudet kuuluvat jokaiseen elämänvaiheeseen. Blogi. Päivitetty 13.10.2016. Saatavissa: <https://www.ykliitto.fi/uutiset-media/yk-blogi/blogi-ihmisoikeudet-kuuluvat-jokaiseen-elamanvaiheeseen> [viitattu 15.5.2022].

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2021. Hyvä tieteellinen käytäntö (HTK). WWW-dokumentti. Päivitetty 7.7.2021. Saatavissa: <https://tenk.fi/fi/tiedevilppi/hyva-tieteellinen-kaytanta-htk> [viitattu 28.4.2022].

Jyväskylän Yliopisto. 2021. WHO-koululaistutkimus. WWW-dokumentti. Julkaistu 8.9.2021. Saatavissa: <https://www.jyu.fi/sport/fi/tetk/who-koululaistutkimus> [viitattu 30.4.2022].

Kallinen, K., Nikupeteri, A., Laitinen, M., Lantela, L., Turunen, T., Nurmi, H. & Leinonen, J. 2021. Lasten arjen hyvinvoinnin tekijät. *Kasvatus & Aika* 2, 4–21. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://doi.org/10.33350/ka.80332>. [viitattu 16.5.2022].

Kansalliskirjasto s.a. Finto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.kansalliskirjasto.fi/fi/palvelut/finto> [viitattu 13.5.2022].

Kantar s.a. Kvantitatiivinen tutkimus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.kantar.fi/mita-teemme/kvantitatiivinen-tutkimus> [viitattu 17.5.2022].

Kumpulainen, K., Sairanen, H. & Nordström, A. 2019. Young children's agency in their digital media use in the sociocultural contexts of homes: A case study from Finland. In *Crianças, famílias e tecnologias. Que desafios? Que caminhos?* Eds: Brito, R. & Dias, P. CIED (Centro Interdisciplinar de Estudos Educacionais) Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Lisboa. Saatavissa: <https://www.eselx.ipl.pt/sites/default/files/media/2019/ebookalteracaofinal.pdf> [viitattu 16.5.2022].

Lagström, H., Pösö, T., Rutanen, N. & Vehkalahti K. 2021. Lasten ja nuorten tutkimuksen etiikka. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Verkkojulkaisuja 162. PDF-Dokumentti. Saatavissa: https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/lasten_ja_nuorten_tutkimuksen_etiikka_web.pdf [viitattu 28.4.2022].

Lahikainen, A.R., Mälkiä, T. & Repo, K. 2021. Media lapsiperheessä. Helsinki: Vastapaino. E-kirja. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/> [viitattu 3.5.2022].

Lapsiasiavaltuutettu. 2021. YK:n lapsen oikeuksien komitea. PDF-Dokumentti. https://lapsiasia.fi/documents/25250457/38754461/CRC_CGC_25.pdf [viitattu 19.4.2022].

Lapsiasiavaltuutettu s.a. Digitalisaatio mullistaa lapsuutta. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://lapsiasia.fi/-/digitalisaatio-mullistaa-lapsuutta> [viitattu 3.5.2022].

Lasten ja nuorten säätiö. 2021. Unelmien some: Mitä nuoret toivovat tulevaisuuden sosiaaliselta medialta. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.nuori.fi/unelmien-some-2021/> [viitattu 24.9.2022].

Lastensuojelulaki 13.4.2007/417.

Lastensuojelun keskusliitto. 2019. Lapsi verkossa- Näkökulmia lasten oikeuksiin ja tietosuojaan digitaalisessa ympäristössä. PDF-dokumentti. Lastensuojelun keskusliiton verkkojulkaisu 1/2019. Saatavissa: <https://unicef.studio.crasman.fi/pub/public/pdf/Lapsi-verkossa.pdf> [viitattu 23.5.2022]

Livingstone, S. & Blum-Ross, A. 2019. Parent's Role in Supporting, Brokering or Impeding Their Children's Connected Learning and Media Literacy. *Cultural Science Journal* 1, 68–77. PDF-Dokumentti. Saatavissa: <https://doi.org/10.5334/csci.124> [viitattu 20.8.2022].

Lukavská, K., Vacek, J., Hrabec, O., Božík, M., Slussareff, M., Píšová, M., Kocourek, D., Svobodová, L. & Gabrhelík, R. 2021. Measuring Parental Behavior towards Children's Use of Media and Screen-Devices: The Development and Psychometrical Properties of a Media Parenting Scale for Parents of School-Aged Children. *Int. J. Environ. International journal of environmental research and public health* 18, 9178. Verkkoletti. Saatavissa: <https://doi.org/10.3390/ijerph18179178> [viitattu 3.5.2022].

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2020. Hyvinvointia digimaailmassa pienen lapsen silmin. WWW-dokumentti. Julkaistu 30.11.2020. Saatavissa: <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/hyvinvointia-digijajassa/vauvana-ja-taaperona-digijajassa/hyvinvointia-digimaailmassa-pienen-lapsen-silmin/> [viitattu 13.5.2022].

McCrae, N., Gettings, S. & Pursell, E. 2017. Social Media and Depressive Symptoms in Childhood and Adolescence: A Systematic Review. *Adolescent Research Review* 2, 315–330. PDF-Dokumentti. Saatavissa: 10.1007/s40894-017-0053-4 [viitattu 8.9.2022].

Nichols, S. & Selim, N. 2022. Digitally Mediated Parenting: A Review of the Literature. *Societies* 12, 60. PDF-Dokumentti. Saatavissa: <https://doi.org/10.3390/soc12020060>. [viitattu 14.8.2022].

Nuorisolaki 21.12.2016/1285.

Opetushallitus s.a. Mediakasvatus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.oph.fi/fi/mediakasvatus> [viitattu 31.5.2022].

Opetus- ja kulttuuriministeriö s.a. Oikeus oppia- varhaiskasvatukseen ja perusopetuksen laadun ja tasa-arvon kehittämisohjelma. WWW-Dokumentti. Saatavissa: <https://okm.fi/laatuohjelmat> [viitattu 13.5.2022].

Paakkari, L., Tynjälä, J., Lahti, H., Ojala, K. & Lyyra, N. 2021. Problematic Social Media Use and Health among Adolescents. *International journal of environmental research and public health* 18, 1885. Verkkoletti. Saatavissa: <https://doi.org/10.3390/ijerph18041885> [viitattu 30.4.2022].

Pelastakaa Lapset ry. 2022. Lapset laitteilla. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://pelastakaalapset.s3.eu-west-1.amazonaws.com/main/2022/05/17145435/lapset_laitteilla_2022.pdf [viitattu 23.5.2022].

Pelastakaa Lapset s.a. Tutustu työhöme ja auta lapsia. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.pelastakaalapset.fi/tutustu-lahjoituskohteisiin/> [viitattu 15.5.2022].

Lastensuojelupalvelu s.a. Pelastakaa Lapset. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.pelastakaalapset.fi/lastensuojelupalvelut/> [viitattu 15.5.2022].

Pietikäinen, M. 2021. Lasten ja nuorten terve kasvu digimaailmassa. Suunta- viivoja vanhemmille ja muille kasvattajille. Helsinki: Osuuskunta Ciris.

Pitkänen, E. & Saarenmaa, K. 2021. Mobiiliteknologia mullisti lasten arjen-nettiin ei mennä, vaan siellä ollaan. Tilastokeskus. Tieto & Trendit. WWW-dokumentti Päivitetty 17.12.2021. Saatavissa: <https://www.stat.fi/tietotrendit/artikkelit/2021/mobiiliteknologia-mullisti-lasten-arjen-nettiin-ei-menna-vaan-siella-ollaan/> [viitattu 15.5.2022].

Pons-Salvador, G., Zubieta-Méndez, X. & Frias-Navarro D. 2022. Parents' digital competence in guiding and supervising young children's use of Internet. *European Journal of Communication* 4, 443–459. PDF-Dokumentti. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/> [viitattu 15.8.2022].

Procentese, F., Gatti, F. & Di Napoli, I. 2019. Families and Social Media Use: The Role of Parents' Perceptions about Social Media Impact on Family Systems in the Relationship between Family Collective Efficacy and Open Communication. *International journal of environmental research and public health* 16, 5006. Verkkolehti. Saatavissa: <https://doi.org/10.3390/ijerph16245006> [viitattu 6.8.2022].

Reconnect-hanke s.a. Pelastakaa Lapset ry. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.pelastakaaalapset.fi/kehittamis-ja-asiantuntijatyo/digitaalinen-hyvinyvointi-ja-lapsen-oikeudet/reconnect-hanke/> [viitattu 19.4.2022].

Salasuo M. 2021. Harrastamisen äärellä. Lasten ja Nuorten vapaa-aikatutkimus 2020. PDF-Dokumentti. Saatavissa: <https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2021/05/lasten-ja-nuorten-vapaa-aikatutkimus-2020-web.pdf> [viitattu 21.4.2022].

Salasuo M., Tarvainen K. & Myllyniemi S. 2020. Nuoriso harrastamassa kulttuuria, taidetta ja mediaa: lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimuksen tilasto-osio. PDF-Dokumentti. Saatavissa: <https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2021/05/lasten-ja-nuorten-vapaa-aikatutkimus-2020-web.pdf> [viitattu 7.10.2022].

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2022. Perhevapaaudistus tähtää molempien vanhempien perhevapaiden käyttöön. WWW-dokumentti. Päivitetty 28.7.2022. Saatavissa: <https://stm.fi/perhevapaaudistus> [viitattu 6.10.2022].

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2021. Ensimmäisellä kansallisella lapsistrategialla luodaan lapsen oikeuksia kunnioittava Suomi. WWW-dokumentti. Päivitetty 23.02.2021. Saatavissa: <https://stm.fi/-/ensimmaisella-kansallisella-lapsistrategialla-luodaan-lapsen-oikeuksia-kunnioittava-suomi> [viitattu 13.5.2022].

Stoilova, M., Livingstone, S. & Khazbak, R. 2021. Investigating Risks and Opportunities for Children in a Digital World: A rapid review of the evidence on children's internet use and outcomes. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.end-violence.org/sites/default/files/paragraphs/download/Investigating-Risks-and-Opportunities-for-Children-in-a-Digital-World.pdf> [viitattu 22.5.2022].

Suárez-Álvarez, R., Vázquez-Barrio, T. & de Frutos-Torres, B. 2022. Parental Digital Mediation According to the Age of Minors: From Restraint and Control

to Active Mediation. *Social Sciences* 11, 178. PDF-Dokumentti. Saatavissa: <https://doi.org/10.3390/socsci11040178> [viitattu 15.8.2022].

Takala, A. & Takala, S. 2019. Medianuoruus- opas aikuisille. Mediakasvatusseuran julkaisuja 1/2019. Mediakasvatusseura. PDF-Dokumentti. Saatavissa: https://mediakasvatus.fi/wp-content/uploads/2019/03/Medianuoruus_web.pdf [viitattu 29.4.2022].

Tammisalo, K., Rotkirch, A., Alanko, L., Danielsbacka, M., Honkanne, J., Hämmäläinen M. & Prusskij C. 2020. Digitaalinen hyvinvointi perheissä. Suomi hyvin käytetyn ajan mallimaaksi. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 2020:43. Valtioneuvoston kanslia. PDF-Dokumentti. Saatavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162438/VNTEAS_2020_43.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 19.4.2022].

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2022a. Hyvinvointi. WWW-dokumentti. Päivitetty 4.5.2022. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi> [viitattu 16.5.2022].

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2022b. Lapset ja perheet. WWW-dokumentti. Päivitetty 4.5.2022. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/elamankulku/lapset-ja-perheet> [viitattu 22.5.2022].

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2021a. Lasten ja nuorten osallistuminen ja vaikuttaminen. WWW-dokumentti. Päivitetty 25.11.2021. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/kehittyvat-kaytannot/lapsen-oikeudet-lahtokohtana/lasten-ja-nuorten-osallistuminen-ja-vaikuttaminen> [viitattu 22.5.2022].

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2021b. Nuorten arki- Kouluterveyskysely 2021. Tilastoraportti 46/2021. Julkaistu 17.12.2021. PDF-Dokumentti. Saatavissa: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/143513/Nuorten%20arki%20-Kouluterveyskysely%202021.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [viitattu 16.5.2022].

Tiedenäiset. 2021. Mitä on kokonaisvaltainen hyvinvointi? Tuuma-kustannus. WWW-dokumentti. Päivitetty 24.04.2021. Saatavissa: <https://www.tuumakustannus.fi/artikkelit/kokonaisvaltainen-hyvinvointi> [viitattu 16.5.2022].

Tilastokeskus. 2021. Perheet 2020. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.tilastokeskus.fi/til/perh/2020/perh_2020_2021-05-28_fi.pdf [viitattu 16.05.2022].

Tilastokeskus s.a. Joukkoviestintä. Joukkoviestinten päivätavoittavuus 2010–2021. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://pxhopea2.stat.fi/sahkoiset_julkaisut/joukkoviestintatilasto/html/suom0000.htm [viitattu 6.10.2022].

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 2. uudistettu painos. Helsinki: Tammi. E-kirja. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi> [viitattu 28.4.2022].

Tähtinen, J., Laakkonen, E. & Broberg M. 2020. Tilastollisen aineiston käsittelyn ja tulkinnan perusteita. Turun yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Turun yliopiston kasvatustieteiden julkaisuja C:22. 2. uudistettu painos. PDF-Dokumentti. Saatavissa: https://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/149687/Tilastollisen_aineiston_k%C3%A4sittelyn_ja_tulkinnan_perusteita_2020.pdf?sequence=5&isAllowed=y [viitattu 25.9.2022].

Uudet lukutaidot s.a. Oppijalla on oikeus digitaaliseen osaamiseen. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://uudetlukutaidot.fi/> [viitattu 13.5.2022].

Valli, R. 2015. Johdatus tilastolliseen tutkimukseen. Helsinki: Gaudeamus. E-kirja. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/> [viitattu 16.5.2022].

Valtioneuvosto. 2020. Lasten ja nuorten hyvinvointi koronakriisin jälkihoitossa. Lapsistrategian koronatyöryhmän raportti lapsen oikeuksien toteutumisesta. Valtioneuvoston julkaisuja 2020:21. PDF-Dokumentti. Saatavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162318/VN_2020_21.pdf [viitattu 21.4.2022].

Vehkalahti, K. 2019. Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. Helsingin Yliopisto. PDF-Dokumentti. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/305021/Kyselytutkimuksen-mittarit-ja-menetelmat-2019-Vehkalahti.pdf> [viitattu 16.5.2022].

Veteli, A. & Palokangas, T. 2019. Lasten ja nuorten mediakasvatus valistaa sosiaalisen median vaaroista. ePooki. Oulun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehitystyön julkaisut 22. Saatavissa: <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2019041011694>. [viitattu 28.04.2022].

Vilkka, H. 2021. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus. 5.painos. E-kirja. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/> [viitattu 19.4.2022].
Vilkka, H. 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/98723/Tutki-ja-mittaa_2007.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 19.4.2022].

Wallace, L.N. 2022. Associations between parental monitoring and parents' social media use and social media perceptions. *Social Sciences & Humanities Open* 1, 100294. Verkkolehti. Saatavissa: <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2022.100294> [viitattu 20.8.2022].

Winstone, L., Mars, B., Haworth, C.M.A. & Kidger, J. 2021. Social media use and social connectedness among adolescents in the United Kingdom: a qualitative exploration of displacement and stimulation. *BMC Public Health* 21, 1736. PDF-Dokumentti. Saatavissa: <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11802-9> [viitattu 20.8.2022].

q001

Tällä Pelastakaa Lapset ry:n kyselyllä selvitämme sinun kokemuksiasi siitä, miten digitaalisten laitteiden käyttö vaikuttaa sinun ja perheesi hyvinvointiin. Digitaalisilla laitteilla tarkoitetaan puhelimia, tabletteja, tietokoneita, pelikonsoleita, älytelevisioita ja muita älylaitteita.

q002

Kyselyn kohderyhmän muodostavat henkilöt, joilla on vuosina 2004–2019 syntyneitä lapsia. Kuulutko itse tähän ryhmään?

Kyllä

En

En osaa/halua sanoa

JOS KYLLÄ

q003

Kuinka monta tähän ikäryhmään kuuluvaa lasta sinulla on?

Yksi

Kaksi

Kolme tai enemmän

En osaa/halua sanoa

q004

Minkä ikäisiä lapsesi ovat?

Alle 7-vuotiaita (alle kouluikäisiä)

7–12-vuotiaita (alakouluikäisiä)

13-vuotiaita tai vanhempia (yläkouluikäisiä tai toisella asteella opiskelevia)

En osaa/halua sanoa

q005

Seuraavaksi kysymme näkemyksiäsi digilaitteiden ja sovellutusten vaikutuksesta lapsesi elämään. Mikäli sinulla on useampia tutkimuksen kohderyhmään kuuluvia lapsia, ajattele heistä sitä, jonka syntymäpäivä on seuraavana ja vastaa kysymyksiin hänen tilanteensa mukaan.

Mihin ikäryhmään hän kuuluu?

Alle 7-vuotias (alle kouluikäinen)

7–12-vuotias (alakouluikäinen)

13-vuotias tai vanhempi (yläkouluikäinen tai toisella asteella opiskeleva)

En osaa/halua sanoa

q006

Kuinka arvelet digilaitteiden ja sovellusten vaikuttaneen seuraaviin asioihin lapsesi elämässä viimeisen kolmen kuukauden aikana?

Jos et osaa sanoa tai jos sinulla ei ole mielipidettä, siirry suoraan eteenpäin.

Huonontanut merkittävästi

Huonontanut jonkin verran

Ei erityistä vaikutusta

Parantanut jonkin verran

Parantanut merkittävästi

ROTATOIDAAN ARVIOINTIKOhteita

Uni ja lepo

Liikunta ja urheilu

Suhteet huoltajiin

JOS TALOUDESSA ENEMMÄN KUIN YKSI LAPSI (q003=2 tai 3)

Suhteet sisaruksiin

Kaverisuhteet

Muut harrastukset

Koulu ja opiskelu

Lapsen kokema turvallisuudentunne

Ruokailutottumukset

Yleinen mieliala

Uusien tietojen ja taitojen oppiminen

q007

Mikä on mielestäsi digilaitteiden negatiivisin vaikutus lapsesi elämään?

AVOIN VASTAUS: _____

Ei mikään/sellaista ei ole

En osaa sanoa

q008

Mikä on mielestäsi digilaitteiden positiivisin vaikutus lapsesi elämään?

AVOIN VASTAUS: _____

Ei mikään/sellaista ei ole

En osaa sanoa

q009

Mitä muuta haluaisit kertoa digilaitteiden vaikutuksesta lapsesi elämään tai perheeseen?

AVOIN VASTAUS: _____

En mitään

En osaa sanoa

q010

Arvioi lapsesi nettitoimintaan liittyvää toimintaa viimeisen kolmen kuukauden aikana. Nettitoiminnalla tarkoitetaan tässä pelaamista, sosiaalisen median ja pikaviestinten käyttöä, netin selaamista sekä nettivideoiden ja suoratoistopalveluiden katselua.

Kerro, pitävätkö seuraavat, asiaan liittyvät väittämät hänen kohdallaan paikkansa vai ei.

Jos et osaa sanoa tai jos sinulla ei ole mielipidettä, siirry suoraan eteenpäin.

Ei pidä paikkaansa

Pitää paikkansa

En osaa sanoa

Lapseni on levoton ja ajattelee nettitoimintaa silloin, kun ei ole ruudulla.

Lapseni on yrittänyt vähentää tai lopettaa nettitoimintaa, mutta epäonnistunut.

Lapseni valehtelee nettitoiminnasta tai pyrkii piilottelemaan sitä.

Lapseni on menettänyt kavereita, tai on vaarassa menettää niitä liiallisen nettitoiminnan takia.

q011

Mitkä seuraavista vaihtoehtoista vastaavat parhaiten omaa ajatteluaasi?

Minulla on oikeus katsoa kyseisen lapseni viestit...

Milloin vain

Jos minun on tarpeen tietää, kenen kanssa hän viestittelee

Jos olen huolissani

Jos tiedän hänen olevan vaarassa

En koskaan

En osaa/halua sanoa

q012

Kuinka usein perheessänne on viimeisen kolmen kuukauden aikana tehty seuraavia asioita?

Jos et osaa sanoa tai jos sinulla ei ole mielipidettä, siirry suoraan eteenpäin.

Ei ollenkaan

Harvemmin kuin kuukausittain

Kuukausittain

Viikoittain

Päivittäin

ROTATOIDAAN ARVIOINTIKOhteita

Etsitty yhdessä tietoa netistä

Juteltu digilaitteiden turvallisesta käytöstä

Katsottu yhdessä videoita, ohjelmia tai elokuvia digilaitteilla

Keskusteltu lapsen netissä näkemästä sisällöstä

Luettu yhdessä paperikirjoja

Luettu yhdessä digitaalisia kirjoja

Neuvoteltu digilaitteiden käytöstä

Pelattu yhdessä digitaalisia pelejä

Riidelty digilaitteisiin liittyvistä asioista

Syöty yhdessä

Tehty yhdessä videoita tai muuta digitaalista sisältöä

Tutustuttu yhdessä lapsen käyttämiin digipalveluihin

Ulkoiltu yhdessä

Vietetty sovitusti yhteistä aikaa, ilman että kukaan käyttää digilaitteita

q013

Kuinka hyvin seuraavat luonnehdinnat/kuvaukset vastaavat omaa toimintaasi vanhempana?

Jos et osaa sanoa tai jos sinulla ei ole mielipidettä, siirry suoraan eteenpäin.

Ei pidä lainkaan paikkaansa

Ei juurikaan pidä paikkaansa

Pitää jossain määrin paikkansa

Pitää täysin paikkansa

En osaa sanoa

ROTATOIDAAN LUONNEHDINTOJA

Pyrin tiukasti rajoittamaan lapseni digilaitteiden käyttöä.

Suhtaudun innokkaasti uusiin digilaitteisiin ja sovelluksiin.

Uusi teknologia pelottaa minua.

Otan huomioon lapseni mielipiteen digilaitteiden käytöstä.

Näytän omalla toiminnallani esimerkkiä digilaitteiden tasapainoiseen käyttöön.

Kaipaen apua lapseni digilaitteiden tasapainoisessa käytössä tukemiseen.

q014

Mikäli koet tarvitsevasi tietoa tai tukea digilaitteisiin liittyen, millaista tukea tarvitset?

AVOIN VASTAUS: _____

En minkäänlaista/en koe tarvitsevani kyseistä tietoa tai tukea

En osaa/halua sanoa

q015

Kiitos paljon osallistumisestasi tutkimukseen!

Tutkimuksen bibliografiset tiedot	Tutkimuksen tarkoitus	Tutkimusmenetelmä	Keskeiset tulokset
Auxier, B., Anderson, M., Perrin, A. & Turner, E. 2020. Parenting Children in the Age of Screens. Pew Research Center. PDF-dokumentti. Julkaistu 28.7.2020. Saatavissa: file:///C:/Users/heini/Dropbox/PC/Downloads/PL_2020.07.28_kids-and-screens_FINAL%20(1).pdf [viitattu 22.5.2022].	Selvittää lasten toimintaa digiympäristössä, vanhempien asenteet lasten käyttäytymiseen sekä vanhempien huolet lasten teknologian käytöstä ja arvot omasta vanhemmuudestaan teknologian aikakaudella	Kyselytutkimus, toteutettiin satunnaisotannalla sähköisen internetpaneelin kautta (n= 3640)	Vanhemmat olivat huolissaan etenkin pienten lasten digilaitteiden käytöstä ja ruutuajasta, ja nykyteknologian takia vanhemmuus tuntuu aiempaa vaikeammalta
Beyens, I., Keijsers, L. & Coyne, SM. 2022. Social Media, Parenting, and Well-Being. <i>Current Opinion in Psychology</i> . Verkkojlehti. Saatavissa: https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101350 . [viitattu 3.5.2022]	Tutkia lasten sosiaalisen median käyttöä ja yhteyksiä hyvinvointiin kasvatukseen näkökulmasta	Systemaattinen kirjallisuuskatsaus, 32 eri tutkimusartikkelia jotka julkaistu vuosina 2017-2021	Mediakohtainen vanhemmuus voi muokata nuorten sosiaalisen median käyttöä ja hyvinvointia. Autonomiata tukevien vanhempien lapsilla havaittiin vähemmän ongelmallista sosiaalisen median käyttöä
Calandri, E., Graziano, F. & Rollé, L. 2021. Social Media, Depressive Symptoms and Well-Being in Early Adolescence. The Moderating Role of Emotional Self-Efficacy and Gender. <i>Frontiers in Psychology</i> 12, 660740. PDF-Dokumentti. Saatavissa:10.3389/fpsyg.2021.660740 [viitattu 8.9.2022].	Tutkia sosiaalisen median psykologisia vaikutuksia erityisesti varhaisiin hyvinvointiin	Tutkittavan itse täyttämä nimetön kyselylomake valvotuissa oloissa. Pitkittäistutkimus, kaksi otantaa kohderyhmästä (12-14vuotiaat), jotka tehtiin vuoden erolla toisistaan (n=336), mukavuusotanta (ei-satunnainen)	Sosiaalisen median runsas käyttö ja nuoren vahvat emotionaaliset kyvyt näyttivät olevan positiivisesti yhteydessä nuoren hyvinvointiin. Runsa sosiaalisen median käyttö näytti heikentävän niiden nuorten hyvinvointia, joilla heikot emotionaaliset kyvykkyydet
Chaudron, S., Di Gioia, R. & Gemo, M. 2018a. "Mum, Dad, look what I can do with digital technologies at home!" Young children, parents and digital technologies in the home context across Europe. In <i>Les cultures médiatiques de l'enfance et de la petite enfance</i> . Eds: Loicq, M., Seurat, A. & Féroc Dumez I. PDF-dokumentti. Saatavissa: http://docs.wixstatic.com/ugd/d232ed_36050e100d484dbba80e00acd0df5477.pdf [viitattu 16.5.2022].	Tutkia pienten lasten digilaitteiden käyttöä ja heidän käsityksiään digilaitteista sekä vanhempien asenteita ja näkemyksiä digilaitteiden käytöstä ja niiden vaikutuksista.	Perhehaastattelut 19 eri valtiossa Euroopassa, valittiin perheitä (n=206), joissa vähintään yksi 6-7-vuotias. Lopullinen otanta koostui vanhemmista (n= 376) ja lapsista (n=206)	Jo pienet lapset olivat alttiita digitaaliseen ympäristölle ja kosketusnäyttöisille laitteille. Pienelle lapselle paras tapa tuottaa digitaalisia kokemuksia on pienen ja intiimi kokemukset kodin arjessa. Kokemuksia tulisi kerryttää lapselle osana kulttuurillisia tapoja ja osana digitaalisen median käyttöön liittyviä normeja.
Danet, M. 2020. Parental Concerns about their School-aged Children's Use of Digital Devices. <i>Journal of Child and Family Studies</i> 29, 2890–2904. Verkkojlehti. Saatavissa: https://doi.org/10.1007/s10826-020-01760-y [viitattu 10.8.2022].	Selvittää kouluikäisten (6-12v) lasten vanhempien pelkoja, huolenaiheita ja kysymyksiä digitaalisten laitteiden käyttöön liittyen sekä näkemyksiä lasten kasvattamisesta digitaalisessa maailmassa.	Sähköinen ja anonymi kysely vanhemmille (n=147)	Digilaitteiden olemassa olo lasten jokapäiväisessä elämässä herätti kysymyksiä ja vanhemmat olivat huolissaan digilaitteiden negatiivisista vaikutuksista lapsen kehitykselle. Digilaitteilla nähtiin olevan vaikutus perhesuhteisiin ja

Francis, K., Scholten, H., Granic, I., Loughed, J. & Hollenstein, T. 2021. Insights about Screen-Use Conflict from Discussions between Mothers and Pre-Adolescents: A Thematic Analysis. <i>International Journal of Environmental Research and Public Health</i> 9, 4686. Verkkolehti. Saatavissa: https://doi.org/10.3390/ijerph18094686 . [viitattu 13.8.2022].	Tutkia vanhempien ja esiteinien käsityksiä ruutuajasta ja kysyttiin digitaalisen ympäristön aiheuttamista riitatilanteista perheissä.	Temaattinen analyysi, jossa tarkasteltiin keskustelevia vanhempilapsi pareja (n=200)	Ruutu-aika ja sen vaikutukset, tasapaino digilaitteiden käytössä, säännöt sekä syyt käyttää digilaitteita nousivat teemoina eniten esille keskusteluissa. Konfliktit syntyvät monesti silloin, kun vanhemmalla on tarve korostaa omaa auktoriteettiaan ja lapsella tarve korostaa itsenäisyytään
Helakorpi, S. & Helenius, J. 2021. Nuorten arki-Kouluterveyskysely 2021. Moni nuori nukkuu liian vähän. THL. Tilastoraportti 46/2021. PDF-Dokumentti. Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/143513/Nuorten%20arki%20-Kouluterveyskysely%202021.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 21.4.2022].	Tuottaa monipuolista tietoa lasten ja nuorten hyvinvoinnista	Kyselytutkimus, 4.-5-luokan oppilaita 109 138 vastaajaa (kattavuus 87%) ja 8.-9. luokan oppilaita 94 389 (kattavuus 77%), lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoita 47 410 (kattavuus arviolta 71%) ja lisäksi 23 234 ammatillisen oppilaitoksen opiskelijaa (kattavuus arviolta 34%)	Noin joka kolmas työistä ja noin joka viides pojista yrittänyt vähentää netin käyttöä siinä onnistumatta
Helavirta, S. 2011. Lapset hyvinvointitiedon tuottajina. Tampereen yliopisto. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Väitöskirja. PDF-Dokumentti. Saatavissa: https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/66827/978-951-44-8604-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 16.5.2022].	Tutkia mistä hyvinvointi koostuu lapsen näkökulmasta	Kysely- ja eläytymismenetelmätäri na-aineisto joka kerätty 8-15-vuotiailta ja haastatteluaineisto 5-11-vuotiailta lapsilta (n=699)	Lapsen tuottama hyvinvointitieto ilmenee vartioituna, vaiettuna, niukkana, tunteita herättävänä ja nonverbaalisena. Lasten tuottamaa hyvinvointitietoa, sen käyttöönnottoa ja soveltamista tulee reflektoida lasta koskevissa asioissa ja asiantuntijatoiminnassa.
Kallinen, K., Nikupeteri, A., Laitinen, M., Lantela, L., Turunen, T., Nurmi, H. & Leinonen, J. 2021. Lasten arjen hyvinvoinnin tekijät. <i>Kasvatus & Aika</i> 2, 4-21. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://doi.org/10.33350/ka.80332 . [viitattu 16.5.2022].	Selvittää millaisista asioista lasten hyvinvointi koostuu lasten kertomana.	Ryhmä- ja parihaastattelut (n=115), 4.-5. luokkalaisia 61 ja 54 esiopetusikäistä lasta	Lapsilla oli rajalliset keinot toimia aktiivisina toimijoina arjessaan. Lasten hyvinvoinnin tukeminen edellyttää arjessa lasten kohtaamista, heidän kohtelemistaan aktiivisina toimijoina ja tiedontuottajina ja lapsille tärkeiden asioiden arvostamista
Livingstone, S. & Blum-Ross, A. 2019. Parent's Role in Supporting, Brokering or Impeding Their Children's Connected Learning and Media Literacy. <i>Cultural Science Journal</i> 1, 68–77. PDF-Dokumentti. Saatavissa: https://doi.org/10.5334/csci.124 [viitattu 20.8.2022].	Tutkia miten lapset omaksuvat medialukutaitoja ja miten vanhemmat lähestyvät medialukutaidon edistämistä kasvatuksessa	Haastattelut vanhemmille (n=70) ja erillinen kysely, jossa valtakunnallisesti vanhempia edustava otos (n=2000)	Vanhempia tulisi tukea paremmin lasten mediakasvatuksessa ja medialukutaidossa jotta he olisivat mukana oppijoina lastensa rinnalla.

<p>Lukavská, K.; Vacek, J.; Hrabec, O.; Božík, M.; Slussareff, M.; Pířová, M.; Kocourek, D.; Svobodová, L.; Gabrhelík, R. 2021. Measuring Parental Behavior towards Children's Use of Media and Screen-Devices: The Development and Psychometrical Properties of a Media Parenting Scale for Parents of School-Aged Children. <i>Int. J. Environ. Res. Public Health</i> 18, 9178. Verkkolehti. Saatavissa: https://doi.org/10.3390/ijerph18179178 [viitattu 3.5.2022].</p>	<p>Tutkia vanhempien mediakasvatuskeinoja (erityisesti rajoittava &aktiivinen) alakouluikäisten lasten vanhempien, ja lisäksi pyrittiin luomaan toimiva asteikko ja konsepti jolla tutkia laajemminkin mediakasvatusta alalla</p>	<p>Sähköinen kyselylomake tsekkiläisille ja slovakialaisille vanhemmille (n=341), kohderyhmän henkilöitä tavoiteltiin kouluverkkojen kautta</p>	<p>Tutkimuksessa käytetty asteikko tunnisti aktiivisen ja rajoittavan mediakasvatuksen sekä lisäksi tunnisti negatiivisia ja positiivisia vaikutuksia omaavia kasvatuskäytäntöjä. Vanhemmat eivät toteuta mediakasvatusta (digi)laitekohtaisesti vaan sääntöjä ja ohjeita luodaan kaikkien digilaitteiden käyttöä ajatellen</p>
<p>McCrae, N., Gettings, S. & Purssell, E. 2017. Social Media and Depressive Symptoms in Childhood and Adolescence: A Systematic Review. <i>Adolescent Research Review</i> 2, 315–330. PDF-Dokumentti. Saatavissa: 10.1007/s40894-017-0053-4 [viitattu 8.9.2022].</p>	<p>Tutkia sosiaalisen median käytön yhteyttä masennusoireisiin lasten ja teini-ikäisten keskuudessa</p>	<p>Systemaattinen kirjallisuuskatsaus, tutkimuskriteerit täyttivät 2357 tutkimusartikkelia, joista lopulta rajattiin 11 artikkelia jotka analysoitiin tutkimuksessa</p>	<p>Nuorten sosiaalisen median käytöllä ja masennusoireiden välillä havaittiin pieni, mutta merkitsevä korrelaatio.</p>
<p>Nichols, S. & Selim, N. 2022. Digitally Mediated Parenting: A Review of the Literature. <i>Societies</i> 12, 60. PDF-Dokumentti. Saatavissa: https://doi.org/10.3390/soc12020060. [viitattu 14.8.2022].</p>	<p>Tutkia millaista on vanhempien toteuttama mediakasvatus digitaalisessa ympäristössä</p>	<p>Jäsennetty kirjallisuuskatsaus tutkimuksista, mukana julkaisut vuosilta 2016-2021, lopulta valittiin 92 tutkimusartikkelia</p>	<p>Rajoittava mediakasvatustapa oli useimmin toteutettu kasvatustapa digitaalisessa ympäristössä. Lapsilla ja vanhemmilla on eroavia näkemyksiä lapsen digilaitteiden käytöstä</p>
<p>Paakkari, L., Tynjälä, J., Lahti, H., Ojala, K. & Lyyra, N. 2021. Problematic Social Media Use and Health among Adolescents. <i>International journal of environmental research and public health</i> 18, 1885. Verkkolehti. Saatavissa: https://doi.org/10.3390/ijerph18041885 [viitattu 30.4.2022].</p>	<p>Tutkia erilaisia sosiaalisen median käyttäjäryhmiä ja eri ryhmien yhteyttä sosiaalisen median ongelmakäyttöön ja muihin terveysriskeihin</p>	<p>Käytettiin HBSC-tutkimuksen valmista aineistoa, otanta koostui suomalaisista 11,13 ja 15v. koululaisista (n=3408) -> tehtiin kuvaileva ja binäärinen logistinen regressioanalyysi</p>	<p>Ongelmallista sosiaalisen median käyttöä löydettiin koululaisten osalta kaikista vanhemmissa ikäryhmissä, joilla myös muita alhaisempaa koulumenestystä. Ongelmallisen sosiaalisen median käytöllä ja negatiivisten terveysvaikutusten välillä havaittiin tutkimuksessa yhteys</p>
<p>Procentese, F., Gatti, F. & Di Napoli, I. 2019. Families and Social Media Use: The Role of Parents' Perceptions about Social Media Impact on Family Systems in the Relationship between Family Collective Efficacy and Open Communication. <i>International journal of environmental research and public health</i> 16, 5006. Verkkolehti. Saatavissa: https://doi.org/10.3390/ijerph16245006 [viitattu 6.8.2022].</p>	<p>Selvittää perheen sisäistä viestintää ja avoimuutta sekä sosiaalisen median vaikutuksia perhejärjestelmiin.</p>	<p>Kysely vanhemmille jotka rekryttiin lumipallo menetelmällä (n=227), perheet, joissa vähintään yksi 13-19vuotias</p>	<p>Sosiaalisen median vaikutukset perheeseen eivät ole ainoastaan tärkeitä vaan myös vanhempien omat käsitykset sosiaalisesta mediasta ja siitä kuinka hyvin vanhemmat uskovat pystyvänsä hallitsemaan omaa ja lapsen sosiaalisen median käyttöä vahingoittamatta perhesuhteita.</p>

<p>Salasuo M. 2021. Harrastamisen äärellä. Lasten ja Nuorten vapaa-aikatutkimus 2020. PDF-Dokumentti. Saatavissa: https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2021/05/lasten-ja-nuorten-vapaa-aikatutkimus-2020-web.pdf [viitattu 21.4.2022].</p>	<p>Tutkia kuinka nuoret viettävät vapaa-aikaansa</p>	<p>Puhelinhaastattelut suomalaisille lapsille ja nuorille, perusjoukkoa edustivat 7-29-vuotiaat (n=1402)</p>	<p>Lähes kaikilla nuorilla on jokin harrastus eli harrastusaktiivisuus on korkealla suomalaisten lasten keskuudessa. Yli kolme neljäsosaa haastatelluista koki että heillä on riittävästi vapaa-aikaa.</p>
<p>Stoilova, M., Livingstone, S. & Khazbak, R. 2021. Investigating Risks and Opportunities for Children in a Digital World: A rapid review of the evidence on children's internet use and outcomes. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.end-violence.org/sites/default/files/pa-ragraphs/download/Investigating-Risks-and-Opportunities-for-Children-in-a-Digital-World.pdf [viitattu 22.5.2022].</p>	<p>Arvioida ja yksilöidä kuinka digitaalinen ympäristö vaikuttaa lapsiin ja millaisia riskejä tai mahdollisuuksia se tuo lapsille</p>	<p>Systemaattinen kirjallisuuskatsaus, lopulta tutkimukseen valittiin ja analysoitiin 359 tutkimusartikkelia.</p>	<p>Digitaalinen ympäristö tarjoaa lapsille uusia ideoita ja uusia tietolähteitä ja helpottaa yhteydenpitoa ja mahdollistaa uusien kulttuurien ja yhteyksien löytämisen. Internetin käytöllä voi olla positiivisia vaikutuksia mielenterveyteen. Lasten elämä ja arki ilman digilaitteita vaikuttaa siihen miten lapsi kokee asiat digitaalisessa ympäristössä. Ikä, sukupuoli, kotiolo, perhesuhteet, kaverit, ja kouluympäristö ovat kaikki merkittäviä tekijöitä myös lapsen digitaalisen hyvinvoinnin kannalta.</p>
<p>Tammisalo, K., Rotkirch, A., Alanko, L., Danielsbacka, M., Honkanne, J., Hämäläinen M. & Prusskij C. 2020. Digitaalinen hyvinvointi perheissä. Suomi hyvin käytetyn ajan mallimaaksi. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 2020:43. Valtioneuvoston kanslia. PDF-Dokumentti. Saatavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162438/VNTEAS_2020_43.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 19.4.2022].</p>	<p>Tutkia miten digitaaliset mediat vaikuttavat perhesuhteisiin ja millaista on yhteydenpido Suomessa digitaalisten medioiden kautta tänä päivänä</p>	<p>Hankkeessa oli kaksi osatutkimusta. 1. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus kansainvälisistä vertaisarvioituista tutkimuksista, rajattu katsaus lopulta käsitti 67 artikkelia (70 tutkimusta). 2. Sukupolvien ketju-kyselyaineisto, joka mahdollisti sukulaisten välisen yhteydenpidon tutkimisen</p>	<p>Suomalaisten perheiden ajankäyttö ja sosiaaliset suhteet ovat kokeneet suuren muutoksen nykyisen digitaalisen ympäristön vaikutuksesta. Digilaitteet helpottavat yhteydenpitoa, mutta luovat myös uusia haasteita perhesuhteisiin. On lisäksi viitteitä, että digitalisaation haitat ja hyödyt jakautuvat epätasaisesti ja voivat eriarvoistaa perheitä.</p>
<p>Wallace, L.N. 2022. Associations between parental monitoring and parents' social media use and social media perceptions. Social Sciences & Humanities Open 1, 100294. Verkkojlehti. Saatavissa: https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2022.100294 [viitattu 20.8.2022].</p>	<p>Tutkia miten vanhempien sosiaalisen median käyttö ja vanhempien omat tunnereaktiot sosiaalisen median sisältöön vaikuttivat siihen miten he valvoivat lapsen sosiaalisen median käyttöä</p>	<p>Sähköinen kyselylomake vanhemmille (n=525), joilla 12-17-vuotias lapsi</p>	<p>Vanhemmat jotka käyttivät itsekin paljon sosiaalista mediaa valvoivat todennäköisimmin myös lapsensa sosiaalisen median käyttöä. Jos sosiaalinen media aiheutti negatiivisia tuntemuksia vanhemmassa, oli todennäköistä että se vaikutti myös kielteisesti vanhemman asenteeseen lapsen sosiaalisen median käyttöä kohtaan.</p>