

Anniina Karjalainen ja Maija Virtanen

# **Äitiys nykypäivänä - Älylaitteet ja sosiaalinen media osana vauva-arkea**

Opinnäytetyö

Syksy 2015

SeAMK Sosiaali- ja terveysala

Sosionomi (AMK)

**SeAMK** 

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU  
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

## Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveysala

Tutkinto-ohjelma: Sosionomi (AMK)

Suuntautumisvaihtoehto:

Tekijä: Anniina Karjalainen ja Maija Virtanen

Työn nimi: Äitiys nykypäivänä – Älylaitteet ja sosiaalinen media osana vauva-arkea

Ohjaaja: Helena Järvi

Vuosi: 2015

Sivumäärä: 63

Liitteiden lukumäärä: 3

---

Opinnäytetyömme aiheena on älylaitteiden ja sosiaalisen median merkitys vauva-arjessa äitien kokemana. Työn tavoitteena on lisätä tietoa ilmiöstä sosiaalialan asiantuntijoille sekä tuoreille ja tuleville vanhemmille. Halusimme selvittää, kokevatko äidit älylaitteet apureina vai häiriötekijöinä. Lisäksi tavoitteena oli saada kuva sosiaalisen median luomista äitiyden ihanteista ja paineista.

Teoreettisessa viitekehysessä käymme läpi suomalaista äitiyttä ilmiönä: äitiyden lähtökohtia, historiaa ja kulttuuria sekä äidin ja vauvan välistä suhdetta. Tarkastelemme myös, mitä äitiys nykypäivän teknologisoituneessa yhteiskunnassa pitää sisällään. Olemme avanneet älylaitteiden ja sosiaalisen median käsitteitä sekä sitä, mitä ne tässä opinnäytetyössä tarkoittavat.

Opinnäytetyömme tutkimusosuus toteutettiin kesällä 2015 ja tutkimushenkilöinä olivat alle yksi-vuotiaiden lasten äidit Etelä-Pohjanmaalta. Heitä oli yhteensä 11. Käytimme laadullista tutkimusmenetelmää ja aineistonkeruu tapahtui teemahaastattelun ja havainnointilomakkeen avulla. Haastattelimme äidit, mutta havainnointilomakkeen he täyttivät itsenäisesti. Haastatteluissa tarkastelimme ilmiötä monipuolisemmin, havainnointi puolestaan kohdistui äitien älylaitteiden käyttötilanteisiin ja – tarkoituksiin. Tutkimustulosten analysointi tapahtui teemoittelemalla aineisto kokonaisuuksiin. Teemat olivat älylaitteiden käyttö, älylaite arjen apurina, älylaite häiriötekijänä, sosiaalinen media ja vertaistuki.

Tutkimustuloksistamme selviää, että äidit kokevat älylaitteet arjen apureina, mikäli niiden käyttö on hallittua. Älylaitteiden positiivisia vaikutuksia ovat tutkimustulosten mukaan esimerkiksi sosiaalisten suhteiden ylläpito ja nopea tiedonhaku. Muun muassa laitteiden käytöstä aiheutuva syyllisyyden tunne ja se, että ne vievät aikaa vauvalta, ovat älylaitteiden käytön negatiivisia ilmentymiä. Sosiaalinen media mahdollistaa väylän vertaistuellisiin kontakteihin. Kuitenkin sosiaalisesta mediasta nousee odotuksia ja ihanteita tietynlaiseen äitiyteen. Niiden tavoittelemisen luo paineita onnistua ”superäitinä”. Haastattelujen ja havainnointien tulokset ovat suurelta osin yhdenmukaisia. Niistä molemmista käy ilmi, että äidit käyttävät laitteitaan eniten lapsen nukkuessa.

Avainsanat: äitiys, älylaite, sosiaalinen media, vuorovaikutus, vertaistuki

## Thesis abstract

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Degree Programme in Social Services

Specialisation: Bachelor of Social Work

Author/s: Anniina Karjalainen and Maija Virtanen

Title of thesis: Motherhood Nowadays- Smart Devices and Social Media as Part of Everyday Life with Baby

Supervisor(s): Helena Järvi

Year: 2015

Number of pages: 63

Number of appendices: 3

---

The subject of our thesis is how mothers experience the significance of smart devices and social media in everyday life with a baby. The aim of the thesis is to increase knowledge of the phenomenon for social workers and parents. We wanted to find out if mothers consider smart devices as helping or as disturbing factors. Furthermore, one aim was to get a picture of the ideals and pressures of motherhood created by social media.

In the theoretical frame of reference, we discuss Finnish motherhood as a phenomenon: starting points, history and culture of motherhood and relationship between mother and baby. We also examine what today's motherhood contains in a society full of technology. We have opened the concepts of smart devices and social media, as well as what they mean in this thesis.

The research of our thesis was carried out in the summer 2015. The persons who have participated in the study are eleven Finns, mothers of under one-year-old children. We used a qualitative research method with theme interview and observation form. We interviewed all mothers, but they filled the form of observation independently. In the interviews, we examined the phenomenon from various sides, but the observation was directed at the mothers' usage habits of the devices. The analysis of the research results was carried out by theming the material into a whole. The themes were the use of smart devices, smart devices as helper in everyday life, smart devices as disturbing factor, social media and peer support.

Our research results show that mothers consider smart devices as a helper of everyday life with a baby, if their use is controlled. Some of their positive effects are for example the maintenance of social relations and quick information retrieval. Negative manifestations are the feeling of guilt caused by the use of devices and the fact that they take time away from the baby. Social media makes the channel possible to peer support. However, expectations and ideals of motherhood rise from social media. The interviews and observations both show that the mothers operate most of their devices when the child sleeps.

Keywords: motherhood, smart devices, social media, interaction, peer support

## SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ.....	4
Kuvioluettelo.....	6
1 JOHDANTO.....	7
2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA.....	9
2.1 Lähtökohdat opinnäytetyöhön.....	9
2.2 Tutkimuskysymykset.....	10
2.3 Opinnäytetyön tavoitteet.....	10
3 ÄITIYS ILMIÖNÄ.....	12
3.1 Äitiyden lähtökohdat ja vanhempana oleminen.....	13
3.2 Äitiyden kulttuuri.....	14
3.3 Äitiyden ihanteet ja paineet.....	16
4 ÄIDIN JA VAUVAN VÄLINEN SUHDE.....	18
4.1 Perustana vuorovaikutus.....	18
4.2 Kiintymyssuhteen merkitys.....	19
5 NYKYAJAN ÄITIYDEN PIIRTEITÄ.....	22
5.1 Vertaistuki hyvinvoinnin edistäjänä.....	22
5.2 Älylaite osana arkea.....	23
5.3 Sosiaalisen median rooli.....	25
6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	27
6.1 Laadullinen tutkimus.....	27
6.2 Teemahaastattelu.....	28
6.3 Havainnointilomake.....	29
6.4 Tutkimusaineiston analysointi.....	31
6.5 Eettisyys ja luotettavuus.....	32
7 TUTKIMUSTULOKSET.....	35
7.1 Älylaitteiden käyttö.....	35
7.2 Älylaite apurina vai häiriötekijänä.....	36

7.3 Sosiaalisen median luoma kuva nykypäivän äitiydestä.....	39
7.4 Vertaistukea äidiltä äidille .....	40
7.5 Älylaite kasvatuksessa.....	41
7.6 Havainnoinnin tulokset.....	42
8 YHTEENVETO TUTKIMUSTULOKSISTA.....	44
9 POHDINTA .....	48
LÄHTEET .....	52
LIITTEET.....	57

## Kuvioluettelo

Kuvio 1. Älylaitteiden käytön positiiviset ja negatiiviset vaikutukset.....	13
---	----

# 1 JOHDANTO

Nykypäivänä älylaitteet ja niiden mukana myös sosiaalinen media ovat olennainen osa monien ihmisten arkea. Missä tahansa kuljet, voit kohdata ihmisiä näpräämässä älylaitteitaan. Tässä opinnäytetyössä tarkastelemme älylaitteiden ja sosiaalisen median merkitystä vauva-arjessa. Älylaitteiksi miellämme erityisesti nykyaikaiset älypuhelimet ja tabletit, jotka kulkevat kätevästi mukana. Aihetta lähestymme äitien näkökulmasta ja heidän omiin kokemuksiinsa pohjautuen. Olemme omassa elämäsämme huomanneet, että laitteiden kokoaikaisen käytön vaikutukset ulottuvat myös sosiaaliin suhteisiin ja vuorovaikutukseen. Sosiaalialan ammattilaisina on tänä päivänä tärkeää tiedostaa myös älylaitteiden ja sosiaalisen median vaikutukset perheen arkeen. Bergin (2008, 15) mukaan juuri hoito-, kasvatus- ja sosiaalialan ammattilaiset analysoivat äitiyteen liittyviä kysymyksiä. He myös määrittelevät sitä, mitä on riittävä äitiys ja millaisia oikeuksia tai velvollisuuksia siihen liittyy. Tiedostamalla älylaitteiden sekä sosiaalisen median vaikutukset perheen arjessa ja niistä mahdollisesti aiheutuvat uudenlaiset haasteet, ammattilaiset pystyvät entistä paremmin vastaamaan perheiden tilanteisiin. Ilmiön ajankohtaisuudesta huolimatta on siitä tutkittua tietoa saatavilla melko vähän.

Opinnäytetyömme koostuu teoriaosuudesta, tutkimusprosessin kuvaamisesta ja tutkimustuloksista. Teoriaosuudessa, jossa käsitellään äitiyttä, vastaamme kysymyksiin "Mitä äitiys on?", "Mistä äidin ja vauvan välinen suhde muodostuu?", "Mikä on vertaistuen merkitys vauva-arjessa?" ja "Mikä on älylaitteiden ja sosiaalisen median rooli äitiydessä?". Teoriapohja tukee tutkimustuloksia, joissa esiintyy edellä mainitut teemat.

Tavoitteenamme opinnäytetyössämme on koko prosessin ajan ollut tiedon lisääminen älylaitteiden käytöstä ja sosiaalisen median merkityksistä vauva-arjessa äitien kokemana. Tavoitteen saavuttaminen mahdollistui tässä opinnäytetyössä käyttämällä laadullisen tutkimuksen menetelmiä. Käytettyjen metodien valinnat olemme perustelleet teorian tietoon pohjaten. Aineistonkeruussa hyödynsimme temahaastattelua ja havainnointilomaketta. Tutkimushenkilöinä ovat alle yksivuotiaiden lasten äitejä Etelä-Pohjanmaan alueelta.

Mielestämme isän roolia perheessä tai vanhemmuudessa ei voida vähätellä, mutta kuitenkin vielä nykypäivänä äiti on yleisemmin se, joka on vauvan ensisijainen hoitaja. Perinteisessä perhemallissa äidin tehtävänä on lasten- ja kodinhoito isän avustuksella. Pääsääntöisesti isä huolehtii perheen taloudellisesta selviytymisestä. (Hermanson 1.7.2012.) Salmi, Lammi-Taskula ja Närvi (2009, 32) ovat tutkineet perhevapaiden käyttöä Suomessa vuonna 2006. Heidän tuloksistaan selviää, että lähes 90 prosenttia naisista pitää äitiys- ja vanhempainvapaan kokonaan. Isistä 12 prosenttia on tutkimustulosten mukaan pitänyt isäkuukauden, mutta tällöin yleensä myös äiti on ollut samaan aikaan kotona. Kun vanhempainvapaa päättyy, suurin osa perheistä hyödyntää ainakin jonkin aikaa kotihoidontukea ja tällöin lapsen hoitajana toimii useimmiten toinen vanhemmista. Vanhempi, joka tällöin toimii lapsen hoitajana, on lähes poikkeuksetta eli 98 prosenttia tapauksista äiti.



## 2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA

### 2.1 Lähtökohdat opinnäytetyöhön

Keväällä 2015 aloitimme opinnäytetyöprosessin yhdessä. Aiheeksemme muotoutui älylaitteiden ja sosiaalisen median merkitys äidin ja vauvan arjessa sekä vuorovai-  
kutuksessa. Tämä aihe sai tuulta purjeisiinsa, kun kävimme esittelemässä sitä opin-  
näytetyöohjaajallemme. Hänen mukaansa aihe oli ajankohtainen ja kiinnostava. Näin saimme konkretiaa ajatuksemme ympärille ja vinkkejä siihen, miten tästä eteenpäin tulisi edetä. Teimme virallisen opinnäytetyösuunnitelman, jonka palau-  
timme ja hyväksyimme ohjaajallamme.

Seuraavaksi tutustuimme taustateoriaan aiheen tiimoilta ja ryhdyimme etsimään tutkimushenkilöitä. Löysimme internetin välityksellä Seinäjoen seudulta vanhempi-  
lapsi kerhoja, jotka olivat suunnattuja esikoisten vanhemmille. Lähestyimme kerhojen ohjaajia sähköpostitse ja pyysimme, että voisimme tulla kertomaan tutkimuksestamme paikalle oleville henkilöille.

Kävimme kerhoissa kesäkuun alussa kertomassa työstämme ja annoimme paikalla olleille äideille laatimamme saatekirjeen (Liite 1). Kerhoissa oli vain äitejä vauvoi-  
neen, mikä osaltaan rajasi isät pois tutkimuksestamme. Olimme positiivisesti yllät-  
tyneitä äitien asenteesta työtämme kohtaan, sillä iso osa heistä halusi osallistua tutkimukseemme. Lisäksi löysimme tutkimukseen osallistuvia henkilöitä omien suh-  
teidemme kautta.

Meitä opinnäytetyömme aihe kiinnostaa erityisesti, koska olemme eläneet lapsuu-  
desta saakka erilaisten elektronisten laitteiden aikakaudella ja nähneet niiden kehi-  
tyksen. Käytämme itsekin sosiaalista mediaa aktiivisesti ja älylaitteiden käyttö on  
meille luontevaa. Lisäksi tuttavapiirissämme on nuoria äitejä, joten aihe on meille  
tämänkin vuoksi läheinen. Oletamme, että älylaitteiden käyttö tulee tulevaisuudessa  
vielä lisääntymään entisestään, sillä se on ilmiönä kehittynyt lyhyessä ajassa paljon.

## 2.2 Tutkimuskysymykset

- Onko älylaite äidin ja vauvan arjessa apuri vai häiriötekijä?
- Miten älylaitteiden käyttö vaikuttaa äidin ja vauvan väliseen vuorovaikutukseen?
- Millaisia ihanteita ja paineita sosiaalinen media tuo äideille ja miten äidit ne kokevat?

## 2.3 Opinnäytetyön tavoitteet

Älylaitteiden käytöllä on vaikutusta yksilöön, yhteisöön ja yhteiskuntaan. Niistä on muodostunut henkilökohtainen väline erilaisten asioiden hoitamiseen. Ne kulkevat kätevästi mukana ja ovat aina käden ulottuvilla. Yhteisön kannalta ajateltuna älylaite avaa mahdollisuuksia suhteiden luomiseen ja ylläpitämiseen. Yhteiskunnallisella tasolla tarkasteltuna ilmiö on maailmanlaajuinen. Siitä huolimatta laitteiden vaikutuksista arkielämään ja erityisesti vanhemmuuteen on vain vähän tutkittua tietoa. Sosiaalipsykologian yliopistonlehtori Sanna Raudaskoski (9.7.2015) on tutkinut media-laitteiden merkitystä vanhemman ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa. Hänen mukaansa lapsi joutuu nykypäivänä kilpailemaan älylaitteen kanssa vanhemman huomiosta. Näiden asioiden vuoksi laitteiden käyttämiseen olisi hyvä kiinnittää huomiota sekä pohtia käytön hyötyjä ja haittoja. Yksi opinnäytetyömme tavoitteista on lisätä tietoa aiheesta sosiaalialan työntekijöille, sekä tuleville ja tuoreille vanhemmille.

Toinen tavoitteemme on saada lisää kokemusta tutkimusprosessin toteutuksesta käytännössä. Taustatietoina meillä on aiemmista opinnoista saatu teoriapohja. Eri-tyisesti laadullinen tutkimusprosessi kiinnostaa meitä ja juuri tämän tutkittavan ilmiön tarkasteluun se sopi luontevasti. Uskomme, että opinnäytetyöprosessin myötä ammatillinen kasvumme sosionomeina kehittyy ja tutkimuksellinen ote vahvistuu. Pidämme tätä tärkeänä, sillä sosiaaliala on jatkuvan muutoksen alla, mikä edellyttää ammattilaisilta kehitysmuutteisyyttä.

Kolmantena tavoitteenamme on selvittää, millaisen kuvan älylaitteiden mukana tuleva sosiaalinen media luo äideistä. Tutkimme myös äitien käsityksiä heihin kohdistuvista ihanteista ja odotuksista. Ihanteiden pohjana voidaan pitää yhteiskunnallisia ja kulttuurisia tekijöitä. Tiedon lisääntyessä pystymme sosionomeina tukemaan ja rohkaisemaan pienten lasten äitejä heidän äitiydessään tämän päivän Suomessa.

### 3 ÄITIYS ILMIÖNÄ

”Äidistä lapsi on syntynyt. Vauvan kehittyminen äidin kohdussa ja hänen ponnistamisensa maailmaan luo äidin ja lapsen suhteeseen aivan oman jälkensä ja muistinsa. Se on erikoinen side, ainutlaatuisuudessaan väkevä ja peruuttamaton.” (Törrönen 2015, 61.)

Äitiys voidaan kuvata äidin ja vauvan välisenä suhteena, joka saa alkunsa jo ennen vauvan syntymää. Valmistautuminen synnytykseen ja uuteen rooliin äitinä alkaa siis raskauden aikana (Mäntymaa 2006, 16). Törrönen (2015, 61) kuvaa, miten jokainen äiti kokee äitiyden omalla tavallaan ja se on kokemuksena ainutkertainen. Kokemus on kuitenkin poikkeuksetta sidonnainen yksilön lisäksi yhteiskunnallisiin ja kulttuuriin normeihin. Tämän lisäksi aikakausi ja yhteisö määrittävät käsitystä äitiydestä. Sen kokemusta voidaan pitää samanaikaisesti itsestänselvyytenä sekä arvoitukseksi.

Äitiys ajatellaan sekä institutionaalisenä ilmiönä että henkilökohtaisena kokemuksena. Äitiyden yhteiskunnalliset, kulttuuriset ja aikakautteen sitoutuneet normit ilmentävät institutionaalista äitiyttä. Niiden asettamien vaatimusten sekä yksilön henkilökohtaisen äitiyden kokemuksen välillä voi esiintyä ristiriitoja. Äitiys instituutiona saattaa määrittää tietynlaisia tapoja toimia, joihin äiti ei välttämättä kykenekään samaistumaan henkilökohtaisella tasolla. Tästä syystä äitiyden kokeminen saattaa tuntua haastavalta tai negatiivissävytteiseltä siitä huolimatta, että äitiys muuten sujuisi hyvin. (Berg 2008, 20.) Esimerkkinä tästä voidaan vertailla suomalaista ja afrikkalaista äitiyttä. Toinen meistä opinnäytetyön tekijöistä huomasi vaihto-opiskelunsa aikana Afrikassa, että siellä vallitseva yhteisöllisyys mahdollisti ”koko kylä kasvat-  
taa”- näkemyksen toteutumisen lasten hoidossa. Yleisesti ajateltuna suomalaisessa kulttuurissa arvostetaan mielestämme yksityisyyttä, itsenäistä toimintaa ja lasten kasvatukseen määrittyä sen mukaan. Tässä suhteessa tavanomainen suomalainen äiti poikkeaa afrikkalaisista äideistä. Mikäli äiti Suomessa ajattelisi tässä suhteessa afrikkalaisittain, olisi se normeista poikkeavaa ja sitä saatettaisiin vieroksuksi.

Äitiys voidaan nyky-yhteiskunnassa nähdä entistä enemmän valinnaisena ominaisuutena, koska kehittynyt teknologia mahdollistaa esimerkiksi raskauden keskeyttämisen ja hedelmällisyysshoidot. Valinnaisuus onkin nykypäivänä merkittävä tekijä

äidin elämänhallinnan ja lapsen hyvinvoinnin kannalta. Sitä pidetään edellytyksenä äidin kiintymisessä lapseen. Kiintyminen puolestaan on lapsen hoitamisen kannalta tärkeää. Äiti ei pysty mitenkään valitsemaan millainen lapsi tulee olemaan, mutta äidin rakkaus lapsiaan kohtaan menee tämän edelle. (Martiskainen 2014, 165.)

### **3.1 Äitiyden lähtökohdat ja vanhempana oleminen**

Äidiksi tuleminen on yksi merkittävimmistä muutoksista naisen elämässä. Sisäinen halu saada jälkeläisiä ja tulla äidiksi ei ole kuitenkaan Reenkolan (2012, 37) mukaan yksiselitteistä. Halukkuuteen vaikuttavat niin biologiset, kognitiiviset kuin psykologisetkin syyt. Biologisuus voidaan ajatella esimerkiksi äidinvaistona. Jo pieniä tyttöjä kehoitetaan äidillisiin nukkeleikkeihin, mikä on osa kognitiivista oppimista. Psykologiset syyt, jotka ovat esimerkiksi traumasta aiheutuneita, saattavat puolestaan vaikuttaa tiedostamattomasti haluttomuuteen tulla äidiksi. Lisäksi sosiaalisesti opituilla asioilla on merkitystä haluun saada jälkeläisiä. Näistä esimerkkinä sukupuoliroolit, jotka muodostuvat jo lapsuudessa. Tällöin yksilö alkaa hahmottaa kuvaa siitä, millaiset tekijät hänen sukupuoltaan määrittävät. Tähän kuvaan vaikuttavat muun muassa omasta lapsuuden perheestä ja yhteiskunnasta omaksutut mallit. (Kauppinen & Romunen 1997, 255–256.)

Äitiys alkaa rakentua jo raskausaikana, jolloin mielikuvat äitiydestä, lapsesta ja heidän välisestä vuorovaikutuksesta kehittyvät vähitellen. Tämä vahvistaa vauvaan liittyviä tunteita ja kiintymisen syntyä. Sitoutuminen lapseen on olennainen osa äitiyttä, mikä näkyy lapsen hoitoon liittyvissä asioissa. Lapsen kehityksen kannalta erityisen tärkeää on hoidon ja huolenpidon jatkuvuus sekä hoitajan pysyvyys. Yleisesti vanhemmuus ajatellaan sekä suhteena lapseen että toimintana lasta koskevissa asioissa, mikä tarkoittaa vanhemman aktiivista osallistumista. Siihen kuuluu lapsen hoivaaminen ja rakastaminen, mutta myös kurinpito sekä ohjeiden ja opastuksen antaminen. Intuitiivisesti uskotaan siihen, että vanhemmilla on tietyt velvoitteet ja oikeudet, joita muilla ei ole suhteessa heidän lapsiinsa. (Austin 2007, 4-5; Hermanson & Martsola 2006, 45–46; Klemetti & Hakulinen-Viitanen 2013, 32.)

Äidin ja lapsen välistä sidosta voidaan yleensä pitää ihmisen pysyvimpänä sosiaalisena suhteena. Läheisyys heidän välillään kehkeytyy vuorovaikutuksen myötä samalla muokaten äidin henkilökohtaista tilaa. Äidin ja lapsen välinen pysyvä sidos vaatii suhteen jatkuvaa havainnointia, koska se muuttuu vuoroajan kuluessa. Fyysiset, psyykkiset sekä taloudelliset riippuvuudet äidin ja lapsen välillä ovat esimerkkejä suhdetta muovaavista tekijöistä. Suhteessa tapahtuvat muutokset vaikuttavat myös äidin sekä lapsen minuuteen ja mieleen. (Martiskainen 2014, 163–164.)

Martiskainen (2014, 167) kuvaa, kuinka side lapsen ja äidin välillä rakentuu biologisista, sosiaalisista sekä juridisista olosuhteista. Yhdessä ne muodostavat jatkumon, mikä ei ole yksiselitteinen. Raskauden myötä saatu biologinen äitiys rakentaa sidosta äidin ja lapsen välillä. Pelkkä biologisuus ei kuitenkaan automaattisesti johda sidoksen muodostumiseen. Muun muassa symboliset tai hoivaan perustuvat siteet voivat olla perusta äitiydelle, sillä aina lapsi ei elä juridisesti määritellyn tai biologisen äitinsä kanssa. Eri kulttuureissa elävien äitien siteissä lapsiinsa voi myös esiintyä vaihtelevuutta. Hoitotilanteet, jotka tapahtuvat kasvokkaisessa vuorovaikutuksessa lapsen kanssa, sekä imetys ja siihen kytkeytyvä ruumiillinen side, ovat äideille tyyppisiä suomalaisessa kulttuurissa.

### 3.2 Äitiyden kulttuuri

Bergin (2008, 15) mukaan äitiyden kulttuuri määrittää, mitä äitinä oleminen tarkoittaa ja millaiset arvot tai normit ovat äidille yleisesti hyväksytyjä. Uskonnolliset yhteisöt, eri alojen ammattilaiset ja poliittiset piirit ovat esimerkkejä tahoista, joissa äitiyttä määritellään. Tämän lisäksi nämä tahot arvottavat ja tulkitsevat äitiyttä. Määritettyjen normien valossa nainen pohtii omaa äitiyttään ja sen kokemista. Äitiyden henkilökohtainen pohdinta on yleistä ja siinä luodaan käsitystä omasta itsestään vertailemalla itseään muihin. Äitiyden tiedostaminen ja tarkastelu ovat lisääntyneet viime vuosikymmenillä. Syynä voidaan pitää esimerkiksi median kautta tulleita malleja ja tutkimustiedon lisääntymistä. (Arponen-Aaltonen 2009, 15.)

Länsimaisessa kulttuurissa äitiys on nostettu naisen suurimmaksi tehtäväksi. Naisen asema on romantisoitu nimenomaan äitinä olemiseen sekä lapsista ja kodinhoidosta huolehtimiseen. (Berg 2008, 19, 28.) Äitiyden kulttuurista ja siihen liittyvistä

ristiriidoista on alettu puhua entistä enemmän. Etenkin äitien kokemus väsymys on nostettu tarkastelun kohteeksi. Berg (2008, 37) kuvaa tätä nimenomaan suomalaisena ja laajemmalti tarkasteltuna myös länsimaisena ilmiönä. Jokisen (1997) sekä Janhusen & Saloheimon (2008, 37) tutkimusmateriaaleista käy ilmi äitien itse kertomana, miten kaikista tunteista juuri väsymys vie voiton. Jokisen (1997, 177) mukaan se on yhteydessä yksin oloon ja yksinäisyyden tunteeseen. Myös Törrönen (2015, 50–51) tukee tätä ajatusta kuvatessaan äitiyden kulttuurin historiaa yksinäisenä.

Sama ilmiö nousee tarkastelun kohteeksi Röngän & Kinnusen (2002, 52) pohdinnoissa, tuleeko äidin pärjätä yhteiskunnassa yksin. Sukulaissuhteet saattavat olla kaukaiset eikä ystävistäkään välttämättä ole äidille päivittäistä seuraa tai tukea. Sosiaalisen elämän tapahtuessa lähinnä kotona, voi ammattilaisen olla vaikea tukea ja tunnistaa äidin yksinäisyyttä (Cacciatore & Janhunen 2008, 26). Näistä syistä olisi tärkeä kiinnittää huomiota äitien hyvinvointiin sekä myös isän vanhemmuuden tukemiseen. Perheessä toinen vanhempi voi olla merkittävä apu myös äidin jaksamisen kannalta.

Normit ohjaavat olemaan tietynlainen, mutta äidit oman toimintansa kautta myös hajottavat ja uudelleenjäsentävät niitä. Suomalaisten normien mukaan äitejä pidetään itsenäisesti pärjäävinä, minkä seurauksena äidit saattavat olla myös yksinäisiä. (Berg 2008, 15.) Joukko äitejä on kehittänyt ”Hätäkahvit” -toimintatavan rikkomaan yksin pärjäämisen normia. Hätäkahveilla tarkoitetaan sosiaalisen median väylää, johon vanhemmat voivat liittyä saamaan ja antamaan tukea toisilleen. Tuen tarkoituksena on antaa väsyneiden ja kiireisten vanhempien arjen keskelle sellainen kohtaamispaikka, joka voi auttaa jaksamaan pahimman hädän yli. Hätäkahvi-ryhmien suosio on suuri ja ryhmiä on perustettu ympäri Suomen. (Pölkki 10.12.2014.)

Väsymyksen tunteen ohella äitiys sisältää onneksi myös iloa ja onnea. Nämä koetaan kantavana voimana (Härkälä 2006, 58; Törrönen 2015, 52). Härkälän (2006, 59) tutkimustuloksista selviää, miten lapset ovat äideille heidän elämässään tärkeintä ja heidän välinen suhteensa on yksi äidin kantavimmista ihmissuhteista. Äitiydessä esiintyvien haasteiden keskellä äidin ja lapsen tiivis suhde on merkittävä voimavara. Onnistumiset ja hyvät asiat äitiydessä vahvistavat henkilökohtaisen äitiyden kokemista positiivisena.

### 3.3 Äitiyden ihanteet ja paineet

Reenkolan (2012, 56, 59–60) mukaan äitiyteen liittyy odotuksia, jotka kulttuuri ja aikakausi sanelevat. Odotukset ja niihin liittyvät ihanteet siirtyvät äidiltä toiselle. Kulttuurin lisäksi naisen sen hetkinen asema yhteiskunnassa muokkaa ihanneäitiyttä. Äidin kotona oleminen ja lastenhoito on nähty yhtenä äitiyteen liittyvänä ihanteena, mutta myöhemmin äitiyttä ruvettiin pitämään vain yhtenä naisen elämänvaiheista. Kellokumpu (2006, 33–35) kuvaa, kuinka toisen maailmansodan aikaan (1939–1945) naisten palkkatyöhön osallistuminen yleistyi. Kun miehet lähtivät sotaan, oli heidän työpaikkansa korvattava naistyövoimalla. Naisia tarvittiin työelämässä myös sodan jälkeen, kun elinkeinorakenne muuttui teollisuus- ja palveluyhteiskunnaksi. Lisäksi hyvinvointivaltion kehittäminen ja hyvinvointipalvelujen laajeneminen houkutteli naisia osallistumaan entistä enemmän ansiotyöhön. Vähitellen nainen ja äiti alettiin nähdä suomalaisessa kulttuurissa erillisinä toisistaan. Vastoin aiempaa käsitystä naisen ansiotyössä käymistä ei ajateltu äitiyttä haittaavana tekijänä. (Arponen-Aaltonen 2009, 14.) Vaikka työssäkäynti lisääntyi, odotukset lastenhoitoon liittyen pysyivät entisellään (Berg 2008, 32). Kotiäitiyden ihanteen rinnalle muodostui kuva äidistä uranaaisena. Nykyajan jälkimoderni yhteiskunta korostaa yksilökeskeisyyttä, minkä vuoksi myös äitien henkilökohtaiset tarpeet ja itsensä toteuttaminen nähdään tavoittelemisen arvoisena. (Reenkola 2012, 56, 59–60.)

Puhuttaessa äitiyteen kohdistuvista odotuksista on taustalla ajatus ihanneäitiydestä. Ihanteet ohjaavat äitejä kohti toivottuja ominaisuuksia, joilla pyritään lapsen parhaaseen. Tämä voidaan nähdä ihanteiden positiivisena puolena. Ihanneäitiys luo kuitenkin paineita olla tietynlainen. Liian suuret odotukset ja tavoitteet, jotka eivät toteudu, tuottavat pettymystä, pahaa oloa ja itsensä halveksimista (Cacciatore & Janhunen 2008, 12). Paineet saattavat siis olla raskaita ja aiheuttaa erimielisyyksiä äitien keskuudessa. Törrönen sekä Reenkola mieltävät ihanteista aiheutuvat negatiiviset vaikutukset toisinaan liian raadollisiksi. Äidin tulisi olla virheetön, vain lastaan varten elävä ja laittaa lapsi aina omien tarpeidensa edelle. (Reenkola 2012, 56–57; Törrönen 2015, 46, 63.)

Ihanteet ohjaavat äitiä vertaamaan itseään muihin äiteihin. Ihminen on luontaisesti kiinnostunut muista yksilöistä ja heidän tekemisistään. Mikäli vertailu yltyy liian kovaksi, on sillä negatiivisia ilmentymiä. Nämä näkyvät äidin tavassa ajatella itseään



huonommaksi äidiksi kuin muut. Omasta elämästä tuodaan usein esiin vain myönteiset asiat, mikä vääristää todellisuutta äitiydestä. Epävarmuus omasta toiminnasta ja alttius vaikutuksille on yleistä etenkin juuri lapsen saaneella. (Cacciatore & Janhunen 2008,12, 14.)

## 4 ÄIDIN JA VAUVAN VÄLINEN SUHDE

### 4.1 Perustana vuorovaikutus

Vuorovaikutus vauvan ja äidin välillä alkaa jo raskauden aikana. Pohja lapsen kehitykselle on varhainen vuorovaikutus, joka tarkoittaa vanhemman ja vauvan sosiaalista kanssakäymistä. Tuoreiden tutkimustietojen valossa voidaan todeta, että onnistunut varhainen vuorovaikutus on yhteydessä vauvan hyvinvointiin. Sen vaikutukset ulottuvat persoonallisuuden kehittymiseen ja perusturvallisuuden kokemukseen. (Hermanson & Martsola 2006, 45–46; Kallio 2012; Mäntymaa 2006, 16.) Äidin ja lapsen varhaisen vuorovaikutuksen laatuun vaikuttavat äidin kokemat psykologiset muutokset ja uuteen elämäntilanteeseen sopeutuminen (Mäntymaa 2006, 17).

Lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus syntyy, kun aikuinen on läsnä ja vastaa lapsen tarpeisiin. Pieni vauva ilmaisee tarpeitaan itkulla, johon aikuisen tulee osata reagoida huolehtimalla lapsestaan esimerkiksi ruokkimalla ja hoivaamalla häntä. Lapsen tarve ja aikuisen reaktio siihen muodostavat heidän välilleen kielen ja vuorovaikutussuhteen. (Becker-Weidman & Shell 2008, 42–43.) Salosen (2010, 13) mukaan vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus kehittyy jatkuvasti. Se voi auttaa vanhempaa tunnistamaan vauvan tarpeita ja vastaamaan niihin. Tätä kautta vanhempi pystyy tarjoamaan vauvan kehitykselle myönteisen kasvuympäristön. Mäntymaa (2006, 22) toteaa, että perinteisesti on kiinnitetty enemmän huomiota äidin rooliin vuorovaikutuksen rakentajana, mutta näyttöä on myös siitä, että lapsella on tärkeä rooli ylläpitää tai parantaa vuorovaikutuksen laatua. Lapsen viestit ja vaatimukset saavat äidin reagoimaan tilanteisiin aktiivisemmin.

Vauvan psyykkiselle kehitykselle olennaisia tekijöitä ovat suhde häntä hoitavaan ihmiseen ja sen mukanaan tuoma vuorovaikutus. Tavallisimmin varhainen hoitaja lapselle on oma biologinen äiti. On tutkittu, että juuri äiti on lapselle erityisen merkittävä henkilö. Tämä osaltaan perustuu ajatukseen imetyksen tärkeydestä, jota myös Reenkola (2012, 40) korostaa äidin ja vauvan välisessä suhteessa. Äidin tulisi olla valppaana vastaamaan vauvan tarpeisiin joka hetki. Äidin merkitys vauvalle on sama yhteisöstä riippumatta. (Rotkirch 2014, 20.) Vauvalle ei ole kuitenkaan tärkeintä äidin biologisuus vaan se, että hän saa tarvitsemansa hoivan ja pysyvyyden.

Vauvaperheen arjen tulee muodostua sitoutuneesta hoidosta ja lapsilähtöisyydestä. Nämä seikat ovat tärkeitä paitsi pikkulapsi-iässä myös kauaskantoisesti katsottaessa. (Reenkola 2012, 13, 40.)

Vauvan oma itseys ja persoonallisuus kehittyvät hänen ollessa vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Vanhemman rooli on rakentaa turvallinen ja hyvä ilmapiiri, jossa vuorovaikutus mahdollistuu. Tämä onnistuu, kun sosiaalinen kanssakäyminen on vastavuoroista ja vanhempi reagoi vauvan tunteisiin sekä vaatimuksiin. Lapselle tärkeää on luottamuksellinen suhde vanhempaansa. Nämä toimivat alustana lapsen psyykkiselle ja sosiaaliselle terveydelle. (Klemetti & Hakulinen-Viitanen 2013, 32–33.)

## 4.2 Kiintymyssuhteen merkitys

Kiintymyssuhteella tarkoitetaan lapsen ja häntä vauvasta saakka hoitaneen henkilön, yleensä oman vanhemman, välistä emotionaalista sitoutumista toisiinsa. Erityisesti lapsen kokiessa uhkaa tai pelkoa, hän turvautuu luotettavimpana pitämäänsä ihmiseen. (Rusanen 2011, 27.) Kiintymyssuhteen mallin ajatellaan periytyvän sukupolvelta toiselle. Turvallinen kiintymyssuhde auttaa lasta tunnistamaan, ilmaisemaan ja säätelemään tunteita sekä toimintaa. Lisäksi se edesauttaa oppimista ja liittyy sosiaalisten taitojen kehittymiseen ja stressinsietokykyyn. Turvallinen kiintymyssuhde antaa näin ollen hyvän pohjan elämälle. (Kanninen & Sigfrids 2012, 30, 32.) Suhde vanhemman ja lapsen välillä on yhteydessä lapsen moraalien kehittymiseen ja elämänvalintoihin (Austin 2007, 2).

Kiintymyssuhdeteorian luoja voidaan Rusasen (2011, 27) sekä Keltinkangas-Järvisen (2012, 28) mukaan pitää 1900-luvulla vaikuttanutta psykiatri ja psykoanalyttikko John Bowlbya. Bowlbyn näkemyksen mukaan ihmislapsi valikoi ympäriltään ne henkilöt, joihin hän kiintyy. Edellytyksenä lapsen hyvälle kehitykselle ovat hänelle tärkeiden aikuisten pysyvyys päivittäisessä elämässä.

Kiintymyssuhde määrittellen yksilön taipumukseksi muodostaa tunnesiteitä toisiin ihmisiin (Sinkkonen 2004, 1866). Lapsen kiintyminen tapahtuu yleensä ensisijaisesti häntä hoitavaan aikuiseen ja toissijaisesti muihin ympärillä oleviin henkilöihin, mikäli

hoiva täyttää tietyt ehdot. Aikuisella on kyky suojella lasta vaaroilta ja opettaa lapselle hänen tarvitsemiaan taitoja. Keltinkangas-Järvinen (2012, 26) pitää kiintymyssuhdetta pohjana lapsen kognitiiviselle ja sosiaaliselle kehitykselle. Myös lapsen valmius kiintyä muihin takaa yksilön selviämisen hengissä ja tälle ajatukselle kiintymyssuhde pohjautuu myös Lahikaisen ja Pirttilä-Backmanin (2007, 111) sekä Kannisen ja Sigfridsin (2012, 28) mielestä.

Anttila ym. (2007, 60) perustelevat kiintymistä synnyntäisellä valmiudella, joka vakiintuu noin kahdeksan kuukauden ikäisenä. Kiintymyssuhdetta voidaan verrata eläinten leimautumiseen, sillä se luo vauvalle turvallisuuden tunnetta uusissa tilanteissa ja tämän myötä tarjoaa lapselle mahdollisuuden tutkia ympäristöä. Lahikainen ja Pirttilä-Backman (2007, 111–112) toteavat kuitenkin, että ihmisen kiintymistä toiseen ei voida havaita yhtä helposti kuin eläinten leimautumista, koska ihmisen kiintymysprosessi on monimutkaisempi. Lapsen kiintymiseen vaikuttavat suurilta osin oppimiskokemukset.

Onnistunut kiintymyssuhde mahdollistaa lapsen hyvän itseluottamuksen synnyn ja kehittää vähitellen hänen itsehallintaansa. Lapsen kiintymyssuhde muodostuu sisäiseksi malliksi ja hänen kasvaessaan kiintymyssuhde kehittyy samanaikaisesti. Vanhempi tai hoitaja luo turvan, johon lapsi sopeutuu. Lisäksi kiintymyssuhde muokkaa esimerkiksi lapsen ajattelua ja oppimista. Lapsen ilmaistessa häntä, esimerkiksi itkemällä, vanhemman tulee reagoida siihen lohduttaen häntä. Kun vanhempi on vastannut lapsen tunneilmaisuuksiin, tämä kokee turvallisuutta. Tällaiset toistuvat hyvät kokemukset mahdollistavat turvallisen kiintymyssuhteen. Turvallinen kiintymyssuhde ei poista elämän kolhuja, mutta antaa eväitä kohdata niitä. (Kanninen & Sigfrids 2012, 30, 32.)

Lahikaisen ja Pirttilä-Backmanin (2007, 112) mukaan kiintymyssuhteen vakiintumiselle otollinen ajanjakso on vauvan kolme ensimmäistä ikävuotta. Varhaisia kokemuksia ei voi täysin korvata uusilla, joten perusturvallisuuden tunteen luomiseksi lasta ei voi helliä liikaa hänen ensimmäisinä ikävuosinaan. Rusanen (2011, 28) korostaa viittä ensimmäistä ikävuotta, mihin asti lapsella on erityisen herkkyyden kausi turvallisen kiintymyssuhteen luomiseen aikuista kohtaan. Lapsen turvallisuuden lisääntymiseen tai vähentymiseen vaikuttaa merkittävästi se, minkälaisista hoivista hän

saa leikki-ikäisenä. Myös Kanninen ja Sigfrids (2012, 27) pitävät tärkeänä lapsen ensimmäisiä ikävuosia, koska tällöin erityisesti aivot ovat vasta muovautumassa.

Kiintymyssuhdetta katsottaessa äidin näkökulmasta, voidaan Rotkirchin (2014, 30) mukaan todeta, ettei kiintyminen ole itsestäänselvyys. Kiintymys koostuu äitiyden fyysisistä ja psyykkisistä olosuhteista. Raskaudesta alkaen kaikki vauvaan liittyvät kokemukset ja tuntemukset lisäävät kiintymystä. Näistä kiintymystä tukevista vaiheista muodostuu ”ketju”, joka mahdollistaa äidinvaiston olemassa olon.

## 5 NYKYAJAN ÄITIYDEN PIIRTEITÄ

### 5.1 Vertaistuki hyvinvoinnin edistäjänä

Ihmisten välillä on aina ollut vertaistuellisia suhteita. Olemme huomanneet, miten kasvokkain tapahtuvat tuen rinnalle on tullut verkossa tapahtuva vertaisten kohtaaminen. Älylaitteiden ja sosiaalisen median yleistymisen myötä vertaistuen saaminen internetin välityksellä on helpottunut.

Vertaistuella tarkoitetaan kahden tai useamman henkilön välistä vuorovaikutusta, jossa osapuolet jakavat ajatuksiaan, kuuntelevat ja antavat tukea toisilleen. Heitä yhdistää samankaltainen elämänvaihe tai läpikäyty kokemus. Tuen pohjana toimii luottamuksellinen suhde osapuolten välillä. Esimerkkejä toteuttamistavoista ovat vertaistukiryhmät ja verkossa toimiva vertaistuki. (Huuskonen 2015.)

Ihmisellä on sisäinen tarve olla osana yhteisöä, eli kuulua johonkin. Sosiaalisten suhteiden luominen kanssaihmisiin on luontaista ja niiden vaikutukset ovat yhteydessä hyvinvointiin. Tunne oman elämän hallittavuudesta lisääntyy ja stressi vähenee vuorovaikutussuhteissa. Myös stressin aiheuttamat negatiiviset vaikutukset vanhemmuuteen lievenevät hyvien ihmissuhteiden ja niistä saadun tuen myötä (Kinunen 2006, 35–39; Jantunen 2008, 20–24; Mäntymaa 2006, 27.) Sosiaalista tukea on Mäntymaan (2006, 27) mukaan esimerkiksi henkinen tai konkreettinen apu, joita voivat antaa esimerkiksi puoliso, sukulaiset tai ystävät. Henkisellä avulla tarkoitetaan muun muassa kuuntelemista, keskustelua ja aitoa läsnäoloa. Konkreettista apua puolestaan voi olla arjen askareissa auttaminen.

Rotkirch ja Saloheimo (2008, 83) korostavat äitien saaman vertaistuen positiivisia vaikutuksia. Vertaistuellisista suhteista äidit saavat apua vauvan hoidossa. Tämän lisäksi vertaistuki antaa mahdollisuuden jakaa omia tunteja ja kokemuksia saman elämäntilanteen omaavien ihmisten kanssa. Reenkola (2012, 79) kuvaa, että vertaistuellisissa ryhmissä äidit voivat käsitellä äitiyteen ja lapseen liittyviä asioita. Äitiyteen liittyvistä ongelmista saattaa olla hankala puhua, koska niihin voi liittyä häpeää ja huonommuuden tunnetta. Äitiyteen kohdistuvista ihanteista ja odotuksista

saattaa aiheutua liikaa paineita. Nykypäivänä näistä haasteista on alettu keskustella enemmän myös mediassa ja internetissä.

Internetissä on saatavilla erilaisia keskustelupalstoja, jossa vanhemmat voivat purkaa tuntojaan. Tämä on tärkeä väylä vertaistukeen ja mikä parasta, avun voi saada vaikka keskellä yötä. (Törrönen 2015, 8, 15; Ferrante 2010.) Mykkänen-Hänninen ja Kääriäinen (2009, 10) puoltavat ajatusta yhteisten kokemusten jakamisesta ja sen hyvistä puolista. Tämä edesauttaa uudenlaisen elämäntilanteen konkretisoitumisessa. Törrönen tuo esiin varjopuolena kuitenkin sen, että nimimerkin takaa saataan väheksyä ja arvostella hyvinkin ankarasti muita tai heidän tapaansa menetellä, mikäli se ei vastaa omia toimintaperiaatteita.

## 5.2 Älylaite osana arkea

Älylaite on terminä vakiintunut arkipuheeseen. Tässä opinnäytetyössä älylaitteiksi miellämme älypuhelimet, tabletit, äly-tv:t ja tietokoneet (kannettavat- sekä pöytäkooneet). Älylaitteet määritellään edellä mainittuina nykyaikaisina laitteina, jotka sisältävät internetin käyttömahdollisuuden. Internetin ja kehittyneen teknologian avulla näillä laitteilla mahdollistuu muun muassa tiedonhaku ja sosiaalisen median käyttäminen.

Yleisesti tunnettu fakta on, että ihmisten välisen kasvokkaisen kanssakäymisen positiiviset vaikutukset yksilöön ovat kiistattomia. Kasvokkain tapahtuva kanssakäyminen luo syvällisiä suhteita, joiden vaikutukset ulottuvat tunne-elämään saakka. Nykypäivän teknologisoitumisen myötä kontaktissa oleminen kasvotusten sekä sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ovat jääneet vähemmälle. Teknologian avulla ihmiset kommunikoivat ja pitävät yhteyttä toisiinsa virtuaalisesti. Yhteys saattaa kuitenkin jäädä vain pintapuoliseksi, jolloin samat merkitykset kuin kasvokkain tapahtuvassa vuorovaikutuksessa eivät mahdollistu. Älylaitteet avaavat väylän nopeaan viestimiseen ja monen toiminnan samanaikaiseen suorittamiseen. Tämän vuoksi syntyy kuvitelma konkreettisesta suhteesta toiseen ihmiseen, mikä ei kuitenkaan toteudu fyysisen ja emotionaalisen yhteyden puuttuessa. (Johnson 2015, 207.)

Nykypäivänä erilaiset älylaitteet, etenkin älypuhelimet, ovat saaneet suuren roolin päivittäisissä toimissa. Niiden vaikutukset näkyvät myös esimerkiksi sosiaalisissa toimintatavoissa ja aikakäsityksessä. Älylaite mahdollistaa nopean asioista sopimisen ja samalla odotetaan toisen vastaavan yhtä nopeasti. Älylaitteen myötä mahdollistunut aina tavoitettavissa oleminen sekä nopea vastaaminen on muodostunut jopa sosiaalisiksi normiksi. Vastaamatta jättäminen tai vastauksen viipyminen voi aiheuttaa ihmetystä ja ristiriitoja, jos nämä normit eivät kohtaa eri ihmisten välillä. (Mantere & Raudaskoski 2015, 225.)

Helsingin Sanomien uutisessa (Vihavainen 20.7.2015) sosiaalipsykologi ja yhteiskuntatieteiden tohtori Sanna Raudaskoski esittelee Tampereen yliopistossa tehdyn tuoreen tutkimuksensa tuloksia. Siinä kuvataan vanhempien älylaitteiden käyttöä ja sen vaikutuksia lapseen. Hän ottaa esimerkiksi puhelimen ja tabletin ja kuvaa, miten niiden käyttö saattaa olla haitallista vanhempien ja lapsen väliselle vuorovaikutukselle. Hänen mukaansa vaikutukset voivat ulottua jopa lapsen sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen kehitykseen. Nykypäivänä myös pienten lasten puhumattomuus on yleistynyt ilmiö, mikä on ilmennyt puheterapeuttien vastaanotoilla. Ammatillaiset pitävät tähän yhtenä mahdollisena tekijänä nimenomaan arkisten vuorovaikutustilanteiden vähenemistä lapsen ja vanhemman välillä. Tämän ajan on korvannut älylaitteilla vietetty aika. (Haapakoski 6.10.2015.)

Mikäli älylaite vie toisen osapuolen huomion vuorovaikutustilanteessa, jää vastavuoroinen osallistuminen vaillinaiseksi. Johdonmukaisuus ja molemminpuolinen osallistuminen vuorovaikutustilanteissa ovat Raudaskosken mukaan merkittäviä tekijöitä. Etenkin pienen lapsen on vaikeaa ymmärtää, miksi hän ei saa vanhemmalta haluamaansa huomiota tai se on niukkaa. Haitallista tämä on erityisesti tilanteiden ollessa toistuvia, mikä voi olla riski turvallisen kiintymyssuhteen muodostumiselle.

Lisäksi Raudaskoski pohtii, onko älylaitteiden käyttö yhteydessä keskittymis- ja empatiakykyyn. Hänen mielestään ilmiötä tulisi tutkia enemmän, erityisesti vauvan jouduessa taistelemaan vanhemman huomiosta älylaitetta vastaan. Vanhempien tulisi reagoida vauvan tarpeisiin oikealla hetkellä, mikä ei välttämättä toteudu älylaitteiden läsnä ollessa. Vanhemman omilla valinnoilla on huomattava merkitys lapsen kehitykselle. Erityisopettaja Eeva-Liisa Ukkonen toteaa Yle:n uutisessa, että vanhemman valinnalla jutella arkisissa tilanteissa lapselleen on suuri merkitys lapsen kielen



kehitykselle. Esimerkiksi ulkoilutilanteessa lapsen istuessa rattaissa vanhempi saattaa keskittyä älylaitteeseensa sen sijaan, että olisi vuorovaikutuksessa lapsensa kanssa. Tällainen tilanne voi vaikuttaa lapsen kielen kehitykseen merkittävän negatiivisesti. (Haapakoski 6.10.2015.)

### 5.3 Sosiaalisen median rooli

Media tarkoittaa viestimisen välinettä, jonka ilmenemismuotoja ovat esimerkiksi lehdet, televisio, radio ja internet. Se voi olla myös erilaisia kohderyhmiä tavoitteleva mainosväline kuten tienvarsimainos tai tapahtumajuliste. (Wiio 2006, 19–20.) Media kokonaisuutena on merkittävä äitiyden ihanteiden luoja ja ylläpitäjä. Tämä korostuu erityisesti, kun mediasta esiin tulleet viestit liittyvät yksilön identiteettiin ja henkilökohtaisiin ominaisuuksiin. Nämä kohdat ovat ihmiselle usein herkkiä tai niistä koetaan epävarmuutta. Mediassa esiintyvät ihanteet aiheuttavat entistä enemmän paineita, mikäli yksilö ei sovi sen asettamiin vaatimuksiin. (Mustonen 2001, 131–132.) Berg (2008, 36) toteaa, että etenkin julkisuuden henkilöiden yksityiselämän kuvaaminen mediassa voi aiheuttaa paineita, kun omat elämäntavat nähdään niihin verrattuna tylsinä. Asioista ei kuitenkaan aina kerrota totuudenmukaisesti, minkä vuoksi mediatekstin lukeminen vaatii sen vastaanottajalta suodatustaitoja. Suhde tekstin tuottajan sekä vastaanottajan välillä on epäsuora, mikä voi johtaa väärinymmärryksiin lukijan tehdessä omia päätelmiään tekstistä.

Sosiaalinen media tarkoittaa viestinnän välinettä, joka on riippuvainen tietoverkoista ja tietotekniikasta. Siellä käyttäjät viestivät ja ovat vuorovaikutuksessa keskenään erilaisten verkkopalveluiden avulla. Näitä ovat esimerkiksi sisällönjakopalvelut, verkkoyhteisöpalvelut ja keskustelupalstat. (Sanastokeskus TSK 2010, 14.) Muun muassa Facebook, Whatsapp, Instagram ja Twitter ovat sosiaalisen median käyttökohteita. Lisäksi blogien kirjoittaminen ja seuraaminen on melko yleistä. Sosiaalinen media on muodostunut lähivuosina internetin käytetyimmäksi toiminnoksi. Qualman (2009, 1-2) kuvaa sosiaalista mediaa vastauksena ihmisen luontaiseen tarpeeseen olla sekä yksilöllinen toimija että osallisena suuremmissa sosiaalisissa kokonaisuuksissa. Sosiaalinen media mahdollistaa verkostojen luomisen ja yhteydenpidon kanssaihmiisiin, mikä täyttää ihmisen hyväksytyksi tulemiseen tarvetta.

Älylaitteiden yleistymisen myötä sosiaalinen media on yleistynyt entistä enemmän nykypäivän arkisissakin tilanteissa. Ennen älylaitteita ja sosiaalista mediaa esimerkiksi naistenlehdet olivat se median kanava, jonka välityksellä naiset saivat osakseen paineita. Niiden kautta saatiin tietää miten naisen kuuluisi elää ja miten tulla paremmaksi äidiksi. Naistenlehdet mahdollistivat aikanaan sosiaalisten kontaktien luomisen ja oman elämän vertailun muihin. Kuitenkin yleistä oli, että vertailunkohteina esiteltiin rikkaita ja kuuluisia ihmisiä, jolloin niin sanotun tavallisen yksilön oli hankala suhteuttaa elämäntapaansa näihin ihanteisiin. Sama ilmiö on nykypäivänä näkyvillä sosiaalisessa mediassa. (Berg 2008, 35–36.)

2000-luvun alussa äitiyden ristiriidoista puhuttiin erityisesti naistenlehdissä. Niin kutsuttuina asiantuntijoina esiintyivät julkisuudenhenkilöt, joiden mielipiteitä pidettiin arvossa. Mielipiteistä muodostui uusia äitiysihanteita ja käytäntöjä. (Berg 2008, 37–38.) Nykyään tämän kaltainen toiminta näyttäytyy muun muassa internetissä olevien blogien kautta. Äitiyteen liittyvissä blogeissa kirjoitetaan ajankohtaisista asioista, sekä kuvataan äitiyttä ja vauva-arkea. Lukijalle jää vastuu ihanteiden omaksumisesta ja niiden soveltamisesta omaan elämäänsä.

## 6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

### 6.1 Laadullinen tutkimus

Tekemämme tutkimuksen aiheeksi valitsimme älylaitteiden ja sosiaalisen median merkityksen vauva-arjessa. Tarkoituksenamme oli tutkia ilmiötä, josta ei ole vielä runsaasti aikaisempia tutkimuksia. Sen vuoksi päädyimme käyttämään tutkimuksessamme kvalitatiivisia menetelmiä. Halusimme saada mahdollisimman kattavan kokonaiskuvan erityisesti älylaitteiden roolista vauva-arjessa. Lähestyimme ilmiötä monimenetelmällisesti eli triangulaatiota hyödyntäen, mikä tarkoittaa eri menetelmien yhdistämistä tutkimusprosessissa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 143). Tutkimuksessamme tämä näkyy siten, että metodeina käytimme teemahaastattelua ja havainnointilomaketta. Monimenetelmällisyyttä tukee myös kahden tutkijan näkökulmien ja toimintatyylien yhdistyminen. Tarkastelemme aihetta monelta eri katsontakannalta. Päänäkökantana ovat äitien kokemukset. Lisäksi äidit kertoivat havaintojensa pohjalta älylaitteiden vaikutuksista vauvojen elämään. Olemme huomioineet myös ilmiön merkitykset yhteisölle ja yhteiskunnalle opinnäytetyössämme. Nämä seikat mahdollistavat kokonaisuuden hahmottamisen älylaitteiden roolista vauva-arjessa.

Tutkimuksessamme ei etsitty yhtä oikeaa vastausta, vaan äitien omia kokemuksia ja mielipiteitä tutkittavasta aiheesta. Tämä on laadulliselle tutkimukselle ominaista ja se asettaa tutkimushenkilöt asiantuntijan asemaan. Yritimme etsiä haastateltavia ensin internetin kautta, muun muassa Facebookista. Ryhmät olivat kuitenkin suljettuja, mutta internetin välityksellä löytyi Seinäjoen seudulta kerhoja, joissa kokoontuvat vanhemmat vauvoineen. Selvitimme kerhojen henkilökunnalta mahdollisuutta päästä esittelemään tutkimusta asiakkaille. Kävimme kahdessa kerhossa, joissa moni äiti osoitti kiinnostuksensa tutkimustamme kohtaan. Tutkimusryhmä rajautui lopulta 0-1-vuotiaiden vauvojen äiteihin. Kerroimme äideille työstämme ja annoimme saatekirjeen (Liite 1). Lisäksi löysimme tutkimushenkilöitä omien tuttavapiirienne kautta.

Laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimusotteessa tutkimuksen tarkoituksena on ymmärtää, mistä tutkittavassa ilmiössä on kysymys. Tärkeässä roolissa on tulkinta.

Teorian ja käytännön suhde on induktiivinen, mikä tarkoittaa, että järjestys on käytännöstä teoriaan. Aineistona käytetään määrällisten suureiden sijaan tekstiä. (Kananen 2011, 15.) Alasuutarin (2011, 24) mukaan laadullisessa tutkimusprosessissa hyödynnetään jo olemassa olevia sääntöjä sekä muodostetaan uusia. Lisäksi jokainen prosessi voidaan mieltää ainutkertaiseksi.

Laadullinen tutkimus selvittää ilmiön, siihen vaikuttavia tekijöitä ja niiden välisiä riippuvuussuhteita. Se antaa tutkijalle mahdollisuuden edetä ja toimia monin eri tavoin tutkimusmallin joustavuuden ansiosta. Tämä voi kuitenkin olla myös haaste työssä etenemisessä. Tutkimusaineisto ei sisällä numeraalista aineistoa, vaan se pohjautuu teksteihin ja puheisiin. Tutkijan omat ajatukset ja kiinnostuksen kohteet vaikuttavat siihen, miten hän tulkitsee tutkimusaineistoa. Tästä syystä eri tutkijat voivat tulkita samaa aineistoa hyvinkin eri tavoin. Laadullisessa tutkimuksessa ei etsitä yhtä oikeaa vastausta. (Kananen 2011, 15, 17, 19.)

Kananen (2014, 17) pitää laadullista tutkimusta oivana menetelmänä, mikäli tutkimuksen kohteesta ei ole aiempaa tutkimusta, mallia tai teoriaa. Laadullinen tutkimus tarjoaa vastauksen siihen, mistä koko ilmiössä on ylipäätään kysymys. Näin ollen saadaan selvitettyä mitkä ovat ilmiön elementit ja miten nämä elementit ovat vaikutuksessa toisiinsa. Kvalitatiivista tutkimusta käytetään erityisesti silloin, kun halutaan saada ilmiöstä syvälinen kuva. Säännöksi voidaan ajatella, että se on aina uusien teorioiden ja mallien pohjana. Kananen mukaan laadullinen tutkimus on kaiken tutkimuksen ”äiti”.

## 6.2 Teemahaastattelu

Tutkimusmenetelmänä käytimme teemahaastattelua, koska koimme sen antavan haastattelulle tietyt raamit, mutta samalla se antoi haastateltaville mahdollisuuden kuvata ilmiötä omin sanoin. Haastateltavat, tässä tapauksessa äidit, olivat asiantuntijan roolissa. Haastattelutilanteissa korostimme, että ei ole olemassa niin sanottuja oikeita tai vääriä vastauksia, vaan äitien omat kokemukset ja ajatukset kiinnostivat meitä.

Haastattelut suoritimme kesä-heinäkuussa 2015 ja teimme yhteensä 11 haastattelua. Teemahaastattelu, jossa ei ollut tarkkaa järjestystä etenemisestä ja sisällöstä, osoittautui onnistuneeksi menetelmäksi. Haastattelurunko ohjasi keskustelua ja teki siitä luontevaa. Nauhoitimme haastattelut ja ne kestivät keskimäärin noin 45 minuuttia henkilöstä riippuen. Haastattelut suoritimme kahviloissa, haastateltavien kotona sekä meistä toisen kotona. Nämä olivat äitien itse valitsemia paikkoja. Osan haastatteluista suoritimme yhdessä, osan yksin.

Hirsjärvi ja Hurme (2004, 58; 2011, 47–48) kuvaavat teoksessaan teemahaastattelua puolistrukturoituna haastattelumenetelmänä. Tämä siitä syystä, että haastattelun pohjana olevat teemat ovat kaikille tutkittaville samat. Teemahaastattelulle keskeisiä piirteitä ovat haastateltavan henkilökohtaiset kokemukset ja tietynlaiset teemat, jotka ohjaavat haastattelua. Tutkimusmenetelmän tarkoituksena on antaa tutkittaville enemmän mahdollisuuksia saada äänensä kuuluviin, tuoden omat tulkinnat ja käsitykset tutkittavasta aiheesta esille. Tässä menetelmässä ei ole tarkkoja muo-  
dollisuuksia tai sääntöjä kysymysten suhteen, vaan tutkittavalla on vapaat kädet ohjata keskustelua haluamaansa suuntaan. Ei ole olemassa tiettyä standardia määrää, kuinka paljon tutkittavia pitäisi olla. Jokainen tutkimus on erilainen ja tutkittavien määrä riippuu siitä mihin tarkoitukseen tutkimus tehdään. Kun aineistoa on riittävästi, eivätkä lisähaastattelut tuo uutta tietoa, on haastateltavien määrä sopiva. Teemahaastattelun tuloksia analysoitaessa tulee välttää irrallisuutta ja nähdä ne osana laajempaa kokonaisuutta (Hirsjärvi & Hurme 2004, 135).

### **6.3 Havainnointilomake**

Havainnointi on yksi laadullisen tutkimusotteen tiedonkeruutavoista. Tuomi ja Sarajärvi (2009, 81) pitävät havainnointia hyvänä aineistonkeruumenetelmänä, mikäli se yhdistetään johonkin toiseen menetelmään esimerkiksi haastatteluun. Pelkästään havainnoinnin käyttäminen aineiston hankkimiseen, tuottaa heidän mukaansa analyysivaiheessa haasteita. Mikäli tutkittavasta asiasta on vain vähän tutkimustietoa, voidaan havainnointia käyttää menetelmänä. Tutkittavaa ilmiötä havainnoidaan sille ominaisessa miljöössä. Havainnoinnin lähtötilanteessa ilmiö on usein vielä vaikeasti

määriteltävä ja tuntematon. Tavoitteena on saada hyvä kokonaiskuva, jota pystytään tutkimaan vielä myöhemmissäkin vaiheissa ja uusissa tutkimuksissa. (Kananen 2014, 65–67.)

Omaa tutkimustamme varten laadimme haastattelujen lisäksi havainnointilomakkeen (Liite 3), jonka esittelimme ja annoimme tutkimushenkilöille haastattelujen yhteydessä. Havainnointilomake käsitteli älylaitteen käyttöä arkisissa tilanteissa vauvan läsnä ollessa. Lomakkeeseen oli eritelty älylaitteiden käyttötilanteet ja – tarkoitukset. Käyttötilanteisiin olimme eritelleet muun muassa ruokailun, leikkimisen ja lenkillä käymisen lapsen kanssa. Käyttötarkoituksia olimme lomakkeeseen määritelleet kolme. Nämä olivat sosiaalisten suhteiden ylläpito, tiedonhaku lasta koskevissa asioissa sekä muu surffailu, mihin äidit saivat omien mieltymystensä mukaan liittää kaiken, mikä heidän mielestään sopi tähän.

Havainnoinnille keskeisellä tavalla myös lomake oli laadittu siten, että se kohdistuu tutkittavien luonnolliseen elinympäristöön. Äidit havainnoivat toimintaansa viikon ajan. Tavoitteena oli saada käsitys siitä, mihin ja missä äidit käyttävät älylaitteita. Tässä tutkimuksessa toisarvoisena on älylaitteiden käyttöön kulutettu aika. Kananen (2014, 67) kuvaus strukturoidusta havainnoinnista, jossa tutkimusongelma määrittää havainnoin kohteet, oli myös meidän tutkimuksessamme havainnoinnin perustana. Havainnointi kokonaisuudessaan oli hyvä lisä tutkimukseen, mutta suurin painoarvo on haastatteluista saaduilla tuloksilla.

Havainnointilomakkeet palautettiin sähköisesti tai postitse tutkimushenkilöiden haluamalla tavalla. Uuden tapaamisajan sopiminen pelkästään lomakkeen palautuksen vuoksi, olisi ollut haastavaa. Tutkimushenkilöitä ei myöskään veloitettu palauttamaan lomakkeita kerhoihin, jottei heidän yksityisyytensä paljastuisi muille, eikä kerhojen henkilökunnalle tulisi tästä ylimääräistä työtä. Tutkimushenkilöitä oli siis 11, mutta havainnointilomakkeita palautettiin 10.

## 6.4 Tutkimusaineiston analysointi

Laadullista tutkimusotetta käyttäessä oli mielestämme luontevaa valita analyysimenetelmäksi haastatteluaineiston litterointi ja teemoittelu. Tutkimuksessa litterointi tapahtui, kun kaikki haastattelut oli suoritettu. Kirjoitimme äänitetyt haastattelut sanalliseen muotoon, jotta aineiston hahmottaminen kokonaisuutena oli helpompaa. Litterointi on mahdollista toteuttaa koko haastattelukeskustelusta, pelkistä teema-alueista tai haastateltavan sanomisista (Hirsjärvi & Hurme 2004, 138). Tässä tutkimuksessa valitsimme näistä viimeisen vaihtoehdon, koska se tuntui sopivalta ja haastatteluissa esitettiin avoimia kysymyksiä johdattelematta tiettyihin vastauksiin.

Kun haastattelut oli kirjoitettu auki, aloimme etsiä niistä yhtäläisyyksiä ja poikkeavuuksia käyttäen menetelmänä teemoittelua. Paneuduimme tutkimusaineistoon hyvin pian haastattelujen jälkeen. Tällöin haastattelutilanteet olivat vielä tuoreessa muistissamme, mikä helpotti aineiston analysointia. Tätä ajatusta tukevat Hirsjärvi ja Hurme (2004, 135) teoksessaan. Teemoittelun pohjana meillä oli jo ennen haastatteluja rakennettu runko teemoista, eli tutkimukselle merkityksellisistä aihealueista. Pääteemoja oli viisi: älylaitteiden käyttö, älylaite arjen apurina, älylaite häiriötekijänä, sosiaalinen media ja vertaistuki. Litteroidun haastattelumateriaalin teemoittelu oli analyysimenetelmänä mielestämme toimiva. Haastattelujen avoimuus mahdollisti sen, että haastateltavat saivat kertoa kokemuksistaan omin sanoin. Tämä voi olla myös haastavaa aineiston tulkinnan kannalta. Teemoittelun käyttö poisti tämän ongelman.

Hirsjärvi ja Hurme (2004, 173) tarkoittavat teemoittelulla aineiston läpi käymistä samalla nostaen sieltä esiin sellaisia tunnusmerkkejä, jotka toistuvat useissa haastatteluissa. Teemoittelussa esiin nousseet asiat voivat liittyä ainakin pääosin teema-haastattelussa jo valmiiksi asetettuihin aiheisiin. Myös uusien, haastatteluista nousvien teemojen muodostuminen voi olla yleistä. Analysoinnista nousseet teemat ovat tutkijan tulkintoja siitä, mitä haastateltavat ovat sanoneet. Haastateltavat eivät välttämättä ole siis puhuneet samoin sanoin, vaikka kertovatkin samasta aiheesta. Tällöin tutkijan tehtävä on yhdistellä eli teemoitella näitä aiheita.

Havainnointilomakkeiden tulosten analysoimisen toteutimme laskemalla käyttöker-  
tojen määriä yhteen. Laskimme ensin jokaisesta lomakkeesta sen, kuinka monta

kertaa tutkimushenkilö oli käyttänyt älylaitteita tietyissä tilanteissa tiettyihin tarkoituksiin. Käytännössä tämä tarkoitti sitä, että laskimme esimerkiksi miten monesti äiti oli käyttänyt laitteita viikon aikana vaikkapa sosiaalisten suhteiden ylläpitämiseen lapsen leikkiessä. Kävimme jokaisen käyttötarkoituksen ja – tilanteen läpi yksitellen. Tämän jälkeen nostimme jokaisesta lomakkeesta esiin ne kohdat, joissa käyttöä oli ollut selkeästi eniten. Vertailimme lomakkeiden tuloksia toisiinsa ja huomasimme yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia. Lomakkeiden analysoinnissa selvisi, että äitien älylaitteiden käyttö oli ollut suurimmaksi osaksi samankaltaista keskenään.

## 6.5 Eettisyys ja luotettavuus

Eettisyyteen olemme kiinnittäneet huomiota tutkimuksen alusta lähtien. Prosessin alkuvaiheessa kävimme esittelemässä tutkimusaihetta vauvakerhoissa ja samalla keräsimme kiinnostuneiden äitien yhteystiedot. Näiden tietojen keräämiseen käytimme pieniä lappuja, joissa äidit saivat ilmoittaa haluavatko tai eivätkö halua osallistua tutkimukseemme. Tutkimuksesta kiinnostuneet äidit saivat lisäksi kirjoittaa yhteystietonsa lappuun. Äitien ei tarvinnut kertoa lappuissa nimiään, joten heidän yksityisyytensä säilyi. Äidit eivät myöskään saaneet tietää ketkä osallistuivat tutkimukseen, mikäli he eivät sitä itse halunneet tuoda ilmi.

Kiinnostuneisiin äiteihin otimme yhteyttä sähköpostin kautta käyttäen asetuksia, joiden avulla viestin vastaanottajat eivät nähneet toistensa sähköpostiosoitteita. Haastattelut äänitimme sanelukoneiden avulla ja äänitteet latusimme henkilökohtaisille tietokoneillemme, josta ne tullaan poistamaan opinnäytteen valmistuttua. Näin pidämme huolen siitä, etteivät haastattelumateriaalit joudu ulkopuolisten käsiin. Ennen haastattelujen suorittamista perehdyimme aiheeseen liittyvään taustateoriaan selvittämällä äitiyteen liittyviä asioita nykyajan Suomessa. Tämä tapahtui tutustumalla tuoreeseen kirjallisuuteen aiheesta ja tutkimalla internetin keskustelupalstoja. Se osaltaan mahdollisti äitien luontevan kohtaamisen haastatteluissa. Eettisyyden huomioimme haastattelutilanteissa pitämällä äidit keskiössä ja olemalla itse enemmänkin kuuntelijan roolissa. Tutkimushenkilöt saivat tuoda omat näkemyksensä ja kokemuksensa esille ilman tuomitsemisen pelkoa.



Tutkimusta tehdessä olemme sen jokaisessa vaiheessa kiinnittäneet huomiota eettisyyteen. Tutkijan etiikkaa koetellaan tutkimusprosessin aikana useasti etenkin, kun hänen täytyy tehdä tutkimukseensa liittyviä päätöksiä. Tutkimusprosessin eettiset kysymykset liittyvät muun muassa tutkimuslupaun, tutkimusaineiston keruuseen, tutkimushenkilöiden osallistumiseen sekä tutkimuksesta tiedottamiseen. Tutkijan tulee omata hyvä ammattietiikka, jotta eettiset ongelmat kyetään tunnistamaan ja ne pystytään välttämään. Tutkijan herkkyyden edesauttaa ongelmien ratkaisussa, hänen huomioidessaan tutkimukseensa liittyviä ongelmakohtia. Eettinen ja epäeettinen toiminta voivat olla hankala erotella toisistaan, minkä vuoksi herkkyyden merkitys korostuu. (Eskola & Suoranta 1998, 14, 59.)

Eettisyys on liitännäinen tutkimuksen laatuun. Hyvän ja luotettavan tutkimuksen kriteerinä voidaan pitää eettisyyteen pohjautuvaa tutkimusotetta, minkä tulisi kulkea työn mukana alusta loppuun saakka. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 127.) Tässä tutkimuksessa ei kysytty missään vaiheessa äitien tai vauvojen nimiä, mikä myös osaltaan mahdollisti anonymiteetin säilymisen. Litterointi ja teemoittelu- vaiheessa käytimme haastatteluista kirjain- ja numeroyhdistelmiä. Tämä helpotti tutkimustulokset osion jäsentämistä ja kirjoittamista. Jo saatekirjeessä kuvasimme työn tarkoituksen ja kerroimme yksityisyyden kunnioittamisesta. Valmis opinnäytetyö on julkisesti luettavana ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden verkkosivusto Theseuksessa, josta mainitsimme tutkimushenkilöille. Julkinen ja kommentoitavissa oleva työ lisää tutkimuksen luotettavuutta (Tuomi & Sarajärvi 2009, 142).

Käytimme tutkimuksessa aineistonkeruumenetelminä teemahaastattelua sekä havainnointilomaketta, joten lähestyimme tutkimusaihetta triangulaation avulla. Tuomi ja Sarajärvi (2009, 140, 143) pitävät tällaista toimintamallia yhtenä luotettavuuden kriteerinä. Triangulaatiota käyttämällä tutkijalla on parempi mahdollisuus tarkastella tutkittavaa ilmiötä useammasta näkökulmasta. Käytössämme olleet toimintatavat koko tutkimusprosessin aikana tukevat luotettavuutta laadullisessa tutkimuksessa. Tutkimusprosessin vaiheet olivat kaikille tutkimukseen osallistuneille selkeitä, koska keskustelimme niistä avoimesti ja annoimme mahdollisille lisäkysymyksille tilaa. Raportissa kuvaamme mahdollisimman tarkasti työn etenemistä.

Opinnäytetyössämme kunnioitetaan alkuperäislähteitä. Työssämme ei ole plagiointia, vaan omin sanoin kirjoitettua tekstiä, jossa lähdemerkintöjen oikeellisuus on

huomioitu. Lähteinä olemme hyödyntäneet pääsääntöisesti tuoreita teoksia. Tutkimuksemme on tehty tavoilla, joilla sen uudelleen toteuttaminen ja jatkotutkimukset ovat mahdollisia. Tätä edistää se, että työmme haastattelurunko (Liite 2) ja havainnointilomake (Liite 3) ovat liitettynä työmme loppuun ja ovat siten julkisesti saatavilla myös jatkossa.

## 7 TUTKIMUSTULOKSET

### 7.1 Älylaitteiden käyttö

Tutkimuksemme tulokset osoittivat, että siihen osallistuneet äidit käyttivät älylaitteina älypuhelinta, tablettia, kannettavaa tietokonetta ja äly-tv:tä. Osa äideistä mainitsi käyttävänsä myös pöytäkoneita. Kertomansa mukaan he eivät kuitenkaan mieltäneet tätä älylaitteeksi. Syytä tähän he eivät maininneet.

Ajankohdat, jolloin äidit käyttivät älylaitteita, ajoittuvat lähinnä siihen, kun vauva nukkuu. Vauvan läsnä ollessa käyttö oli enemmänkin lyhytkestoista. Muutamat äidit kertoivat älylaitteiden, etenkin puhelimen, käytön olleen runsaampaa odotus- ja pikkuvauva-aikana. Varsinkin imettäessä selailu oli joillekin automaatio.

Aluksi varsinkin, ku vauvaa imetti pitkiä aikoja ja se nukku sylis paljo, nii sillon imettäessä. Mutta sillä tuli jossain vaiheessa semmonen, varmaan parin kuukauden iäs tuli sellanen, että rupes kattelee mua sieltä alhaalta. Ja jos mä keskityin vaan puhelimeen, nii se lopetti heti syömisen. Niinku protestoi, että siihen piti keskittyä ja silitellä. Et sit se loppu niin ku imetyksen aikana. H4.

Meitä kiinnosti, mihin äidit käyttävät älylaitteitaan vauva-arjen keskellä. Kaikki tutkimushenkilöt kertoivat käyttävänsä laitteita tiedonhakuun erityisesti vauvaa koskevissa asioissa. Näitä olivat vauvan ikäkehitykseen ja ruokailuun liittyvät kysymykset ja hätätilanteissa yhteystietojen etsiminen. Utisten seuraaminen, sääennusteen tarkistaminen ja vauvan viihdyttäminen muun muassa näyttämällä kuvia ja videoita tai soittamalla musiikkia, olivat keskeisiä käyttökohteita. Lisäksi jokainen äiti kertoi käyttävänsä älylaitetta vauvan kuvaamiseen.

Yksi yleisimmistä käyttökohteista älylaitteille oli myös yhteydenpito läheisten kanssa. Tästä esimerkkinä perheet, joissa sukulaiset asuvat kauempana. Tällöin hekin pysyvät ajan tasalla vauvan kehityksessä ja perheen uusimmissa kuulumisissa. Toisiin äiteihin ollaan yhteydessä puheluiden, viestien ja ryhmäkeskustelujen avulla. Äidit kokivat tämän vertaistuellisena.

Monet tutkimukseen osallistuneista äideistä olivat osallisina sosiaalisessa mediassa (suosituimpina Facebook ja Instagram). Osa heistä oli aktiivisia ”somettaja” eli päivittivät arjestaan ja vauvastaan kuvien ja tekstien muodossa. Toiset taas olivat passiivisempia sosiaalisen median käyttäjiä ja lähinnä seurailivat muita. Tiedon jakaminen vauvasta herätti äideissä erilaisia mielipiteitä. Keskusteluun nousi erityisesti se, mitä lapsesta voi jakaa. Joku ei halunnut laittaa lapsestaan kuvaa ollenkaan internettiin, toinen taas päivitti näitä useamman kerran viikossa. Äideistä oli tärkeää se, ettei lapsesta jaeta kuvia, joissa lapsi esiintyy alasti. Myöskään ”pissa- kakka- jutut” eivät ole soveliaita. Pohdinnat perustuivat ajatukseen, että kaikki mitä nettiin laittaa myös jää sinne. Eräs äideistä mietti, miten asiaan tullaan suhtautumaan tulevaisuudessa.

Toisaalta ei voi tietää millanen maailma on, kun ne on aikuisia ja että vaikka 20 vuoden päästä, onko se tosi outoa jos ei ookkaan niitä lapsuuden kuvia (netissä). Että mietitään, että mitä sun vanhemmat on halunnu pimittää. Voihan se kääntyä sellaseks, että tulee julkisuus normaalimmaks asiaks. H6.

## 7.2 Älylaite apurina vai häiriötekijänä

Tutkimusta aloittaessa meidän taustaoletuksemme oli, että älylaitteet ovat enemmänkin häiriötekijöinä vauva-arjessa. Ajattelimme laitteiden käytön vaikuttavan negatiivisesti vuorovaikutukseen äidin ja lapsen välillä. Tutkimustuloksista kävi kuitenkin ilmi, että äidit itse kokivat älylaitteet monine mahdollisuuksineen enemmänkin hyödyllisinä arjen apureina. He korostivat sitä, että käytön tulee olla hallittua eikä se saa mennä lapsen edelle.

Pidän hyvänä asiana, niin kauan ku se pysyy sellaaiss rajoos, ettei se määrittele sitä sun ajankäyttöä niin ku muuten kotona ja tekemistä. Ei sekään oo sitte oikein, jos lapsi vaan laitetaan sitteriin istumaan, että äiti täs ny hetkiaikaa pelaaloo jotaki. Hyvis rajoos olevana, hyvänä asiana nään. H1.

Äitien mukaan älylaitteet ovat nopeita, helppoja ja aina kädenulottuvilla sekä näppärästi mukana kuljetettavia. Näistä syistä he mielsivät älylaitteet erityisen hyödyllisiksi. Aiemmassa kappaleessa toimme esiin sen, mihin äidit käyttivät älylaitteitaan. Nämä samat käyttötarkoitukset äidit kokivat arkeaan helpottavina. Tutkimukseen

osallistuneet äidit olivat olleet kotona pienen vauvan kanssa monia kuukausia. Toisen vanhemman ollessa töissä äidit kaipasivat vauvan lisäksi myös aikuisen juttuseuraa. Älylaite mahdollistaa tämän. Äidit toivat esille myös, miten olivat hyödyntäneet laitteita lapsen terveyttä koskevissa tilanteissa. Nopean tiedonhaun vuoksi ei tarvitse enää soittaa neuvolaan pikkuasioista.

Lapsen viihdyttämisessä älylaite ei ollut ensisijaisena vaihtoehtona, mutta siitä voi äitien mukaan olla tietyissä tilanteissa hyötyä. Haastavat tilanteet, joissa lapsi on turhautunut, kuten pitkät automatkat ja ruoanlaitto ovat esimerkkejä, joissa älylaite on toiminut lapsen viihdykkeenä. Vauvoille on soitettu musiikkia, näytetty videoita tai kuvakirjaa netistä. Äideistä moni kertoi, että he eivät käytä itse älylaitteita vauvan viihdyttämiseen kovinkaan usein, mutta perheiden isät ovat olleet tässä tilanteessa aktiivisempia.

Mä en kyl oo, mut mun mies on on näyttäny sille valokuvia, jos on selanen hetki, et toi pitää saada istuu sylissä, et ei jaksu sen kaa, nii mä oon huomannu et se tekee sitä, mut mul ei oo kyl ollu tapana. H10.

Toisaalta ne käyttöhetket tulee väärin aikoihin, ku vois olla vauvan kanssa. Mut toisaalta ne kaikki mitä siitä tulee, se hyöty, on kyllä ihan merkittävä. Paljon parempi se ehkä on et mul on se kännykkä ja mä voin istua lattialla vauvan kanssa, ku se että mä menisin jonneki kirjoituspöydän ääreen naputtelemaan tietokonetta. Lähempänä mä pystyn olemaan ja semmosia nopeempia vilkasuja. Lusikallisten välissä voin kattoo nopeesti jonku asian, mikä täytyy heti tietää. H6.

Äitien mukaan älylaitteiden käytön yksi haittapuoli oli, että tiedonhausta saatavaa tietoa ei voi suoraan pitää faktatietona. Tiedonhakijalta vaaditaan kriittisyyttä ja suodattamiskykyä. ”Mielummin sit kysyn ihan elävältä ihmiseltä, ku joltain nimimerkiltä. Siel on myös kaikkee tutkimatonta tietoo, mut jos on jotain vakavampaa, niin soitan neuvolaan” (H4).

Äidit nimesivät älylaitteen kokoaikaisen läsnäolon positiiviseksi asiaksi, mutta toisinaan se myös koetaan häiriöksi. Älylaitteen piipatessa viestiä koetaan velvollisuudeksi vastata. Paineita aiheuttavat erityisesti ryhmäkeskustelut. ”Mun pitäis nukkua, mut sitte on päivän viestit vastaamatta. Sit sängyssä ihan väsyneenä vastaa niihin. Vaikka ei olis pakko, niin on joku velvollisuus” (H4).

Äideillä ilmeni omien sanojen mukaan syyllisyyden tunnetta ja huonoa omaatuntoa, jos he oleilivat älylaitteilla vauvan läsnä ollessa. Suurin osa korosti, että lapsi menee tietysti laitteiden edelle. Muutamat toivat esiin älylaitteiden käytön haittapuolena sen ”koukuttavuuden”.

Jos mä oon laitteilla, niin vauva on mustasukkanen puhelimelle, et kyllä oon sortunu siihen, et oon ehkä vähä liian kiinni ollu siinä kännykäs. Jos mä oon vaikka vieny sen nukkumaan ja mä oon menny vaikka viestitteleen ja sit vauva alkaa itkemään, niin mä en malta lopettaa sitä juttuu. Sit mä vaan annan sen huutaa vähä aikaa, ennen ku mä maltan laskee sen kännykän alas ja meen kattoo sitä. Mut en mä ainakaan sillai voi tehdä, et toinen käsi kännykäs ja toisella kädellä yrität vauvaa hoitaa. Et keskittyminen pitää olla niinku joko tai. Ei siitä muuten mitään tuu. Mut joskus se on kyllä vieny huomion vauvasta vähä liian paljon. H3.

Haastatteluiden tuloksista kävi ilmi, että älylaitteiden käytön haittoja äidin ja vauvan vuorovaikutukseen on pohdittu. Äideistä osan mukaan vauva ei reagoi vielä mitenkään äidin laitteiden käyttöön. Kuitenkin muutamat ilmaisivat tiedostavansa liiallisen käytön negatiiviset vaikutukset. Voisi jopa käyttää termiä ”paikalla muttei läsnä”. Lapsi saattoi kitistä, hakea katsekontaktia ja kiivetä syliin huomiota kaivaten.

Sit ollaan joskus sorruttu siihen, et ollaan kotona sohvalla, tv auki ja vauva jommankumman sylissä tai siinä vieres makoilee ja molemmat räplää puhelinta yhtä aikaa. Sit sillee ”huomaatsä mitä me tehdään?”. Et kyllä siihen on kiinnittäny huomiota. Molemmat kyllä tietää sen. Ja siinä on sellanen syyllisyyden olo, ku sen puhelimen ottaa, ku toi on hereillä. H4.

Ja ehkä se vähä joo, että jos on vaikka niin, että kännykällä jotaki selaa ja se siinä leikkii, niin se ei saa sitä vuorovaikutusta. Mut sit ku siihen menee, nii se on niin ilonen ja hakee heti katsekontaktia. Monesti sitä miettii, et jos se vaa olis ja leikkis ni jäis vuorovaikutus kokonaan pois. Pakko siinä on itteki olla läsnä ja olla mukana siinä. Ei riitä, et se vaa on, makoilee ja leikkii ittekseen. H2.

Äitien mukaan älylaitteiden käytöstä aiheutuvia negatiivisia ilmentymiä on hyvä pohdita myös parisuhteen kannalta. Älylaitteilla vietetty aika on pois paitsi vauvalta myös puolisolta. Muutama äideistä kertoi, että heidän puolisonsa oli kiinnittänyt huomiota heidän älylaitteiden käyttönsä runsauteen.

### 7.3 Sosiaalisen median luoma kuva nykypäivän äitiydestä

Tutkimuksessa halusimme selvittää sosiaalisen median roolia äitiyden määrittäjänä. Älylaitteita käytetään suurelta osin sosiaaliseen mediaan ja siellä tapahtuvaan vuorovaikutukseen. Tutkimustuloksista selviää, että sosiaalinen media luo äideille paineita ja vaatimuksia. Vaatimukset kohdistuvat ihanneäitiyteen ja materiaan. Erilaiset blogit, keskustelupalstat ja sosiaalisen median yhteisöt, joissa äidit ovat osallisina, luovat kuvaa tämän ajan ihanneäitiydestä.

Sosiaalisessa mediassa näkyy äitien keskinäinen kilpailu. Tutkimukseen osallistuneet äidit kertoivat, miten siellä korostetaan ihanneäidin ”kaikkivoipaisuutta”. Hän pystyy lasten hoidon ja kasvatuksen lisäksi huolehtimaan kodistaan, omasta kunnostaan ja harrastuksistaan. Tämän hetken trendeihin kuuluu, että ihanneäiti valmistaa soseet itse ja vieläpä luomuraaka-aineista sekä käyttää lapsella kestovaippoja. Imetystä ja sen onnistumista pidetään arvossa sosiaalisen median mukaan. Äiti on menestyvä urallaan ja häntä voidaan pitää ”superäitinä”. Osa äideistä nosti esiin materiaan liittyvät paineet. Lapselle tulisi pystyä hankkimaan varallisuudesta huolimatta merkkivaatteet ja – vaunut. Äidit kertoivat, että sosiaaliseen mediaan jaeetaan kuvia lähinnä positiivisista asioista. Tämä saattaa värittää todellisuutta rutiinien määrittämisestä pikkuvauva-arjesta.

Ehkä se some ja media muutenki asettaa semmoset paineet, että pitäis olla hirveen tehokas ja just ei ehkä sitte uskalleta olla niin helposti sellasia ku ollaan. Ei uskalleta olla väsyneitä ja jotenki epätäydellisiä äitejä. Ainakin nykyään on mun mielestä tosi paljon pinnalla se, että äiti ei sais näyttää äidiltä. Pitäis näyttää hirveen treenatulta, kauniilta ja energiseltä. Se on ihan täys mahdottomuus, et sä joka päivä onnistuisit noissa kaikissa. Sit jos epäonnistuu niin sitä ei saa sanoa ainakaan ääneen. Muuten sä oot huono äiti (naurua). H5.

Vaikka äidit nostivat haastatteluissa esiin monenlaisia sosiaalisen median luomia paineita, suurin osa ei kokenut näiden vaikuttavan heidän äitiyteensä kovinkaan vahvasti. ”En mä tiä toiset on niin kovii ottaa paineita. Et eihän se niinku tarvii olla sillee. Eihän me äiteinä olla kukaan sen kummempia ku tavallisena ihmisenäkään ja parhaansa varmaan kaikki tekee.” (H10). He kertoivat, miten odotusaikana ja vauvan ollessa vastasyntynyt, oli vielä epävarma omasta äitiydestään antaen odotusten

vaikuttaa itseensä. Tätä mieltä olivat etenkin tutkimukseen osallistuneet esikoisvauvojen äidit. Heidän mukaansa nyt vauvan ollessa lähempänä vuoden ikää alkaa varmuus omasta äitiydestä vahvistua.

Äidit kuvasivat sosiaalisessa mediassa käyttäytymistä useimmiten julmana. Siellä voi helposti piiloutua nimimerkin taakse ja arvostella ilkeäänkin sävyyn toisten mielipiteitä. Arvostelijat ovat useimmiten toisia äitejä, jotka pitävät omaa tyyliään ainoana oikeana.

#### **7.4 Vertaistukea äidiltä äidille**

Vaikka työmme tutkimustuloksissa on nostettu esiin sosiaalisen median negatiiviset puolet, kokivat äidit saavansa sieltä kuitenkin vertaistuellistakin hyötyä. Keskusteltaessa älylaitteiden ja sosiaalisen median hyvistä puolista, suurin osa tutkimukseen osallistuneista äideistä otti esiin vertaistuelliset mahdollisuudet. He mainitsivat muun muassa Facebookin ja Whatsappin, joissa molemmissa esiintyy erilaisia ryhmiä. Nämä ryhmät koettiin vertaistuellisina. Ryhmien jäseninä ovat yleisimmin muut äidit, jotka jakavat samankaltaiset elämäntilanteet keskenään.

Kun vauva syntyy, nii oli täällä neljän seinän sisällä yksin kahden lapsen kans, nii se yhteydenpito siinäkin, et sai vähä purkaa niitä paineita ja tunteita. Mammaryhmä siellä oli tosi tärkeä, että sen kautta sitten kans. H7.

Internetistä löytyy runsaasti erilaisia vertaistuellisia ryhmiä, jotka omaavat tietyt ideologiat. Äidit kertoivat saavansa ryhmistä sellaista tietoa, joka tukee heidän omia valintoja. Tämän ajateltiin olevan hyväksi etenkin silloin, kun valinnat ovat valtavirrasta poikkeavia.

Sosiaalisen median ja älylaitteiden hyöty vertaistuellisessa merkityksessä on tulosten mukaan myös se, että niiden avulla tuki on nopeasti saatavilla. Lisäksi laitteita käytetään tapaamisten sopimiseen, joissa varsinainen vertaistuki sitten toteutuu. Eräs äideistä korosti tiiviimpien ryhmien tärkeyttä, joissa jäsenet tuntevat toisensa. Äiti kuvasi sen olevan juuri sitä parasta vertaistukea.



Onhan se myös vertaistuellista. Et sitte ku on ne perhevalmennukset ohi, niin on sellanen ryhmäneuvola kerran viikossa lopun ajan odottajille. Niiden kans ystävystyttiin, nii perustettiin sellanen Facebookki ja Whatsapp- ryhmä. Se on just sitä parasta vertaistukea. H4.

## 7.5 Älylaite kasvatuksessa

Tutkimustuloksistamme käy ilmi, että tutkimushenkilöiden lapsista osa oli kiinnostunut älylaitteista. He ilmensivät kiinnostustaan muun muassa hamuamalla laitteita itselleen. Etenkin kirkkaat värit ja valot näytöllä kiinnostivat vauvaa. Haastatteluissa äidit kertoivat isien olevan aktiivisempia käyttämään älylaitetta vauvan viihdyttämiseen. Äidit taas eivät kokeneet niitä erityisen tarpeelliseksi pienen lapsen leikeissä. Tämä tulee ajankohtaiseksi vasta myöhemmin ja etenkin lapsen ollessa lähellä kouluikää. Äitien mukaan todennäköistä on, että yhteiskunta muuttuu ja heidän lastensa ollessa koulussa, kirjat on korvattu moderneilla elektronisilla laitteilla.

Tutkimustuloksista on nähtävissä, että äidit ajattelivat lapsen älylaitteiden käytöstä neutraalisti. Heidän mukaansa sen käyttö ei ole haitallista, mikäli se tapahtuu hyvissä rajoissa ja lapselle sopivalla tavalla. Muutama äideistä pohti ruutuajan rajoittamisen tärkeyttä. Sovitaan esimerkiksi tietty aika, jonka lapsi saa käyttää älylaitteilla. Tämä voi heidän mielestään olla haastavaa tulevaisuudessa. Lisäksi lapsi ei saisi mennä sivustoille, jotka eivät ole suunnattuja hänen ikäiselleen.

No mun mielestä se on siis hyödyllinen taito, koska ei tää maailma nyt siihen suuntaan oo menossa, että niitä ei tarvittaisi. Ja se on melkein niin, että jos sen jo kaikki tarhassa ja koulussakin osaa, niin miksi olisit sitten, että meillä sitä ei saa käyttää. Kyl mä oon ihan sen kannalla, että saa olla muutakin virikettä. Ja saa opetella motorisia taitoja sun muita, että ei oo vaan sitä että istutaan passiivisesti ja leikitään tabletilla. Saa ihan oppia leikkimään hippaa ja polttopalloa. H11.

Suurin osa tutkimuksemme äideistä oli sitä mieltä, että tämän ajan perheessä älylaite on tärkeä väline arjessa. Se ei ole välttämättömyys, mutta ilman sitä on haastavaa toimia nykypäivän yhteiskunnassa. Ajatellessa lapsen tulevaisuutta äidit pohivat, että joutuuko lapsi ulkopuoliseksi, mikäli hän ei omista laitetta tai hallitse sen käyttöä.

No ei se nyt mikään välttämättömyys oo, mut kyl se on nykypäivää kumminki. Et eipä sitä oikee voi välttääkkään, ku ajattelee puhelimia, niin ne on älypuhelimia nykyään. Mut en mä nää, et mikään tabletti esimerkiksi olis sellanen, et se täytyy olla jokasella. H2.

## 7.6 Havainnoinnin tulokset

Havainnointilomakkeiden avulla saamamme tiedot antavat suuntaa äitien älylaitteiden käytöstä. Yhdestätoista tutkimushenkilöstä 10 palautti lomakkeen. Heistä yli puolet eivät kokeneet käytössään muutoksia viikon havainnoinnin aikana. Tuloksista ilmenee, että älylaitteiden käyttöä esiintyi eniten lapsen nukkuessa. Tällöin äidit käyttivät laitetta ”sosiaalisten suhteiden ylläpitoon”, ”tiedonhankintaan lasta koskeviin asioihin” sekä ”muuhun surffailuun” (uutisten luku, kuvien ottaminen, pelaaminen ja niin edelleen). Toiseksi eniten käyttötilanteet kohdistuivat aikoihin, jolloin lapsi leikki tai äiti oli vauvan kanssa lenkillä. Näissä kohdissa tiedonhankinnan osuus oli vähäinen sosiaalisten suhteiden ylläpitoon ja muuhun surffailuun nähden. Lisäksi tutkimustuloksista voimme todeta, että äidit käyttivät älylaitteita imettäessään. Näissäkin tilanteissa korostui sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ja muu surffailu. Haastatteluissa suurin osa äideistä korosti tiedonhakua älylaitteiden hyötyinä. Havainnointilomakkeiden tuloksista käy kuitenkin ilmi, että tiedonhankinnan osuus jäi vähäiseksi.

Annoimme tutkimushenkilöille mahdollisuuden täydentää lomaketta, jos he katsoivat jonkin kohdan puuttuvan. Vain yksi henkilö lisäsi ”autolla matkustaessa” -kohdan, jossa älylaitteiden käyttö oli hänen kohdallaan huomattavaa. Lomakkeen lopussa oli tila avoimelle vastaukselle ja mielipiteelle, miten tutkimushenkilö havainnoinnin koki. Vaikka suurin osa äideistä ei ajatellut havainnoinnin vaikuttavan heidän älylaitteiden käyttöön, olivat he kuitenkin kiinnittäneet huomiota käyttömääriin, tilanteisiin ja niiden vaikutuksiin.

Pidin havainnointia mielenkiintoisena! Älylaitteiden käytöstä on tullut selvästi rutiini, jonka tarpeellisuutta tai yhtäläillä tarpeettomuutta tällainen havainnointi laittaa ajattelemaan.

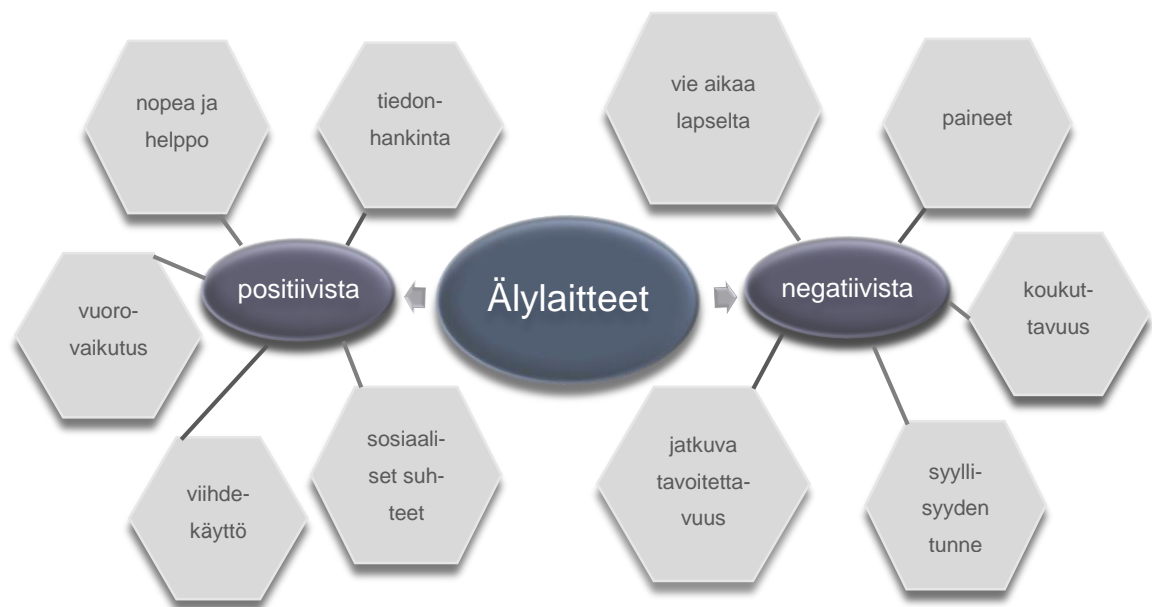
Huomasin täyttäväni hiljaisia hetkiä älypuhelimella surffaillessa. Olin tyytyväinen, kun huomasin kuinka harvoin käytän älylaitetta imettäessä.

Koin havainnoinnin hyödylliseksi. Viikon aikana tuli enemmän kiinnitettyä huomiota älylaitteiden käyttöön ja myös vähennettyä puhelimen käyttöä. Havainnointi osoitti myös kuinka moniin eri asioihin älylaitetta käyttää arjessa.

Lomakkeen laadinnassa teimme tietoisesti valinnan jättää älylaitteisiin käytetyn ajan merkitseminen pois. Tämä siitä syystä, että se olisi saattanut olla haastavaa, eikä ajan arviointi olisi välttämättä ollut todenmukaista. Lisäksi se olisi aiheuttanut lisää vaivaa jo muutenkin hektisessä vauva-arjessa. Ajankäytön määrittelyn tarpeellisuudesta nousi kommenttiosiossa eriäviä mielipiteitä. Osa piti ratkaisua hyvänä, mutta toiset kritisoivat, että tällä mallilla lyhytkin käyttökerta sai saman merkityksen kuin pidempikestoinen.

## 8 YHTEENVETO TUTKIMUSTULOKSISTA

Tutkimustuloksista tekemiemme havaintojen perusteella äidit olivat pohtineet älylaitteiden käyttöä ja sen vaikutuksia itseensä ja lapseen jo ennen tutkimusta. Aihe herätti keskustelua äitien keskuudessa jo tulevaa opinnäytetyötämme esiteltäessä. Tutkimusaihe osoittautui ajankohtaiseksi ja jokaisella tuntui olevan siitä jokin kokemus tai mielipide. Haastattelujen ja havainnoinnin pohjalta tekemämme tutkimustulokset osoittavat, että tutkimukseen osallistuneet äidit näkivät älylaitteiden ja sitä mukaa myös sosiaalisen median vaikutukset sekä positiivisina että negatiivisina.



Kuvio 1. Älylaitteiden käytön positiiviset ja negatiiviset vaikutukset

Yllä oleva kaavio osoittaa, että älylaitteiden käytön positiivisia vaikutuksia olivat esimerkiksi sosiaalisten suhteiden ylläpito. Tähän liittyy oleellisenä myös vertaistuen osuus, joka nousi haastattelujen jälkeen yhdeksi tutkimuksemme teemoista. Tutkimustuloksiin perustuen voimme todeta, että vertaistuellisia vaikutuksia äitien elämään tuli älylaitteiden mahdollistamien väylien kautta. Näistä esimerkkinä WhatsApp ja Facebook -ryhmät.

Yksi älylaitteiden käytön negatiivisista vaikutuksista liittyi sosiaalisen median tuomiin äiti-ihanteisiin. Taustaoletuksemme eli hypoteesina oli, että sosiaalinen me-

dia aiheuttaa äideille haastavasti täytettäviä vaatimuksia. Tutkimustulokset vahvistivat oletuksen todelliseksi. Cacciatore ja Janhunen (2008, 12) puoltavat samaa ajatusta ihanteiden ja odotusten aiheuttamista pettymyksistä, kun odotuksiin ei kyetäkään vastaamaan vaaditulla tavalla.

Tutkimuskysymykseemme, onko älylaite äidin ja vauvan arjessa apuri vai häiriötekijä, saimme tutkimuksemme myötä vastauksen, että laite on siis näitä molempia. Äidit kokivat älylaitteiden monipuoliset mahdollisuudet arkeaan helpottavina. Etenkin runsaasti käytettyinä älylaitteet kuitenkin koettiin enemmänkin häiriöksi. Äidit osasivat kuitenkin omien sanojensa mukaan laittaa laitteet syrjään, jos niiden koettiin aiheuttavan liikaa häiriötä arjen keskellä.

Itse ajattelemme, että haastattelutilanteissa tutkittavien henkilöiden vastauksiin saattaa vaikuttaa haastattelijan omat asenteet, olemus tai sanavalinnat. Mikäli haastattelijä tuo näitä asioita esille haastattelutilanteissa, saattavat ne johdatella haastateltavaa vastaamaan kysymyksiin tietyllä tavalla. Haastattelutilanteissa pyrimme kiinnittämään huomiota näihin seikkoihin ja olemaan ohjailematta haastateltavia. Siitä huolimatta joistakin haastattelutilanteista jäi sellainen tunne, että haastateltava vastasi siten, kuinka oletti olevan "oikein". Tuomi & Sarajärvi (2009, 81) toteavat, että haastatteluvastauksiin voi vaikuttaa myös aiheeseen liittyvät normit. Näiden normien toteutuminen käyttäytymisessä ei ole itsestään selvää. Tämän kaltaisen ristiriita saattaa nousta esiin havainnoinnin myötä. Teimme tutkimuksetamme vastaavanlaisen havainnon:

- ➔ Haastatteluissa äidit korostivat, kuinka älylaite on hyödyllinen nimenomaan tiedonhakuun lasta koskevista asioista ja sitä tulee tehtyä paljon
- ➔ Havainnointilomakkeista käy ilmi, että juuri tiedonhaku on saanut vähiten rasteja
- ➔ On kuitenkin mahdollista, että tuloksiin vaikutti vain viikon kestävä havainnointiaika

Haastattelujen lisäksi keräsimme tutkimustietoa havainnointilomakkeiden avulla. Yhdestätoista lomakkeesta palautui kymmenen. Yhden puuttumisesta huolimatta pidämme tutkimustuloksia luotettavina. Havainnoinnin rooli tutkimuksessa oli vähäi-

sempi haastatteluihin nähden ja kymmenen havainnoijan tulokset olivat melko samankaltaisia. Keskeinen tulos havainnoinneista on, että äidit käyttivät älylaitteita eniten lapsen nukkuessa. Tällöin laitetta käytettiin sosiaalisten suhteiden ylläpitoon, tiedonhankintaan lasta koskevissa asioissa sekä muuhun surffailuun. Tämä tulos oli rinnastettavissa haastatteluista saatuihin tutkimustuloksiin.

Aiemmin on kiinnitetty huomiota lähinnä lasten ja nuorten älylaitteiden käyttöön ja sen rajoittamiseen. Myös haastatteluissa äidit pohtivat, millainen tilanne tulee olemaan oman lapsen ollessa siinä iässä, jolloin älylaitteiden käyttö tulee ajankoh- taiseksi. Lasten ja nuorten lisäksi myös aikuiset käyttävät älylaitteita runsaasti. Haastatteluiden tuloksista selviää, miten osa äideistä kuvaa laitteita koukuttavina. Koukuttavuuden vuoksi laite saattaa viedä huomion lapselta, mikä aiheuttaa syyllisyyden tunnetta ja huonoa omaatuntoa äideille. Mustonen (2001, 167) nostaa esiin, että suurella osalla laitteiden käyttäjistä esiintyy ajanjaksoja, jolloin käyttö on normaalitasoa huomattavasti suurempaa. Tätä ei vielä kutsuta riippuvuudeksi. Riippuvuudesta voidaan puhua käytön ollessa elämää hallitsevaa ja kontrolloimatonta, ja kun laitteen pois pistäminen tuottaa vaikeuksia. Älylaitteiden runsas käyttö saattaa kuitenkin johtaa riippuvuuteen.

Tutkimuksessamme yksi tutkimuskysymyksistämme perustui äidin ja vauvan väli- seen vuorovaikutukseen älylaitteen läsnä ollessa. Älylaitteen merkitystä vuorovai- kutukseen on kuitenkin melko haastavaa tutkia käyttämillämme menetelmillä. Tutki- mustuloksista selviää, että älylaite saattaa tulla äidin ja lapsen vuorovaikutuksen väliin haitallisena. Toisaalta sitä voidaan käyttää vuorovaikutusta ylläpitävänä väli- neenä, esimerkiksi kuuntelemalla musiikkia tai katselemalla videoita lapsen kanssa. Äidit kertoivat, että laitteen viedessä liikaa huomiota lapselta, tulee äidille huono omatunto ja he kokevat syyllisyydentunnetta. Raudaskosken (9.7.2015) tutkimustu- lokset älylaitteiden vaikutuksista vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen ovat osaltaan samankaltaiset kuin meidänkin tutkimuksestamme saadut tulokset. Muutama tutkimukseemme osallistuneista äideistä kertoi, että saattoi välillä jättää lapsen vähemmälle huomiolle, kun keskittyi viettämään aikaansa älylaitteella. Tämä on rinnastettavissa Raudaskosken tuloksiin, miten nykypäivänä älylaite vie helposti äidin huomion vauvasta.

Sosiaalisesta mediasta nousevia ihanteita ja niistä aiheutuvia paineita tutkimukseen osallistuneet äidit toivat runsaasti esiin. Vastaus tutkimuskysymykseemme, joka käsittelee näitä paineita, on, että tämän hetken trendinä äidit nähdään kutsuttuina ”superäitinä”. Superäitinä olemiseen liittyviä odotuksia on tutkimushenkilöiden mukaan haastava täyttää, mikä aiheuttaa varmasti joillekin henkilöille paineita äitiyteen. Tutkimukseemme osallistuneet äidit eivät kuitenkaan kokeneet näiden paineiden vaikuttavan heidän henkilökohtaiseen äitiyteensä. Äidit kertoivat haastatteluissa, että yleensä sosiaalisessa mediassa kerrotaan vain positiivisia asioita arjesta, mikä voi aiheuttaa huonommuudentunnetta ja oma arki nähdään tylsänä. Myös Cacciatore ja Janhunen (2008, 12) ovat tehneet saman havainnon. Tällöin todellinen kuva äitiydestä saattaa vääristyä ja aiheuttaa paineita entistä enemmän. Mielestämme tämän päivän äitiyteen kohdistuvat ihanteet ja paineet ovat huolestuttavan suuria. Äidin tulisi saada nauttia vauvastaan ja äitiydestään sellaisena kuin sen itse kokee, eikä antaa ihanteiden ja paineiden vaikuttaa itseensä, mikäli tuntee onnistuvansa henkilökohtaisessa äitiydessään. Äitiydessä onnistuminen ja hyvien asioiden kokeminen vahvistavat Härkälän (2006, 59) mukaan juuri henkilökohtaisen äitiyden tuntemista positiivisena.

## 9 POHDINTA

Alkuvuodesta 2015 meillä molemmilla oli haasteita löytää mielenkiintoinen ja toteuttavissa oleva tutkimusaihe. Päädyimme lopulta aloittamaan opinnäytetyöprosessin yhdessä. Aiheeksi muotoutui älylaitteiden merkitys äidin ja vauvan arjessa ja vuorovaikutuksessa. Tässä vaiheessa ajattelimme, että hankkisimme tutkimusaineiston haastatteleamalla 0-3-vuotiaiden lasten äitejä sekä neuvolan työntekijöitä. Haastateltavat haalisimme juurikin neuvolan avustuksella. Tutkimushenkilöiksi valikoimme äidit, koska vielä tänä päivänä he ovat pääsääntöisesti vauvan ensisijaisia hoitajia. Ajattelimme, että saisimme sen vuoksi äideiltä monipuolisemman ja kattavamman aineiston kuin isiltä.

Lähetimme sähköpostia neuvolaan, jossa ideaa pidettiin toteuttamiskelpoisena ja mielenkiintoisena. Sähköpostissa kerrottiin, että meihin tullaan ottamaan yhteyttä aiheen tiimoilta lähiaikoina. Viestiä emme kuitenkaan saaneet ja meilläkin suunnitelmat työtämme kohtaan olivat jo hieman muuttuneet. Olimme etsineet tutkimushenkilöitä internetin välityksellä ja löytäneet vanhempi-lapsi kerhoja, joihin sovimme menevämmesittelemään opinnäytetyömme aiheita ja hankkimaan tutkimukseen osallistuvia henkilöitä. Alkuperäisenkin ajatuksemme oli, että halusimme saada työhömme nimenomaan äitien näkökulmaa, mutta myös se, että kerhoissa ei ollut isiä, rajasi lopullista kohderyhmäämme. Olimme myös päättäneet rajata tutkimushenkilöt vain 0-1vuotiaiden äiteihin, koska tämän ikäisenä lapsen vuorovaikutussuhde ja kiintyminen häntä hoivaavaan aikuiseen alkaa kehittyä.

Kävimme kerhoissa esittelemässä työmme aiheita ja olimme positiivisesti yllättyneitä äitien asenteestaan sitä kohtaan. Ajattelimme aluksi, ettei aihe herätä mielenkiintoa tai äidit kokevat, että syyllistämme heitä älylaitteiden käytöstä. Halusimme kuitenkin saada aiheesta heidän aitoja mielipiteitään ja kokemuksiaan. Tästä syystä päätimme myös lopulta jättää neuvolan työntekijöiden haastattelut pois tutkimuksestamme. Pohdimme, että jos heidän mielipiteitään olisi ollut osana tutkimustamme, olisivat äidit saattaneet kokea myös ammattilaisten näkökulman esiin nostamisen syyllistävänä.

Kerhoissa olleista äideistä moni innostui tutkimukseemme aiheesta alkuolettamuksestamme poiketen. Pohdimme syytä innostukseen ja tulimme siihen tulokseen,



että koska pienten vauvojen äidit ovat paljon kotona, heillä saattaisi myös tästä syystä olla aikaa osallistua tämän kaltaiseen toimintaan. Tutkimukseen osallistuminen ja omista kokemuksista kertominen saattoi tuoda pienen piristyksen rutiininomaiseen vauva-arkeen. Kiinnostuneista äideistä osa karsiutui kuitenkin pois. Tämän epäilimme johtuvan esimerkiksi siitä, että haastattelut kohdentuivat juhannuksen tienoille, eli yhteistä aikaa oli haasteellista löytää. Sovimme haastatteluajat sähköpostitse, eli vähemmän sähköpostia käyttävältä saattoi jäädä viesti huomaamatta. Me olimme laatineet tietyn aikataulun työmme etenemisestä, jota halusimme noudattaa.

Teimme kuitenkin yhteensä 11 haastattelua, jotka sujuivat mielestämme hyvin. Pidimme teema-haastattelusta, jossa ei ollut tarkkaa järjestystä etenemisestä ja sisällöstä. Mitä enemmän haastatteluja teki, sitä helpommaksi niiden tekeminen muodostui. Koimme haastattelut hyvänä työmuotona ja myös äidit tuntuivat pitävän siitä. Haastattelut suoritettiin kahviloissa sekä haastateltavien ja toisen meistä kotona. Haastattelutilanteet olivat toisiinsa nähden hyvin erilaisia. Vastausten laatuun saattoi vaikuttaa esimerkiksi se, että osalla äideistä lapsi oli mukana, toisilla taas ei. Havaitsimme, että lapsen rauhattomuus tai kitinä saattoi vaikuttaa äidin keskittymiskyvyn herpaantumiseen. Ilman lapsen läsnäoloa tehdyt haastattelut koimme rauhallisempina ja ne olivat myös pidempiä. Mielestämme eri haastattelupaikkojen vaikutukset eivät kuitenkaan oleellisesti näkyneet tuloksia vertailtaessa.

Halusimme käyttää tutkimusaineiston keruuseen myös havainnointilomaketta, joka toisi tutkimustuloksiin syvyyttä. Tuloksia analysoitaessa oli mielestämme tärkeä huomioida, että ihmisen havainnoidessa omaa toimintaansa on se aina subjektiivinen kokemus ja siinä on vaarana, että havainnoija kaunistelee todellisuutta. Mielestämme havainnointilomakkeen käyttö oli sopiva lisä tutkimukseemme, eikä se ei vienyt ajallisesti merkittävästi äitien resursseja.

Ennen tutkimuksen toteuttamista perehdyimme nykyajan äitiyttä kuvaavaan kirjallisuuteen. Tämä siitä syystä, että meillä olisi jo jonkinlainen taustatieto aiheesta haastattelutilanteisiin mentäessä. Haastattelut suoritimme kesän aikana ja varsinaisen teorian kirjoittaminen työhömmä alkoi vasta niiden jälkeen. Mielestämme se oli hyvä ratkaisu, sillä muutoin olisimme saattaneet kirjoittaa ”aiheen vierestä”. Nyt teoria

keskustelee sujuvasti tutkimuksista saatujen tulosten kanssa. Syksyllä 2015 panostimme teorian työstämiseen ja koko opinnäytetyön yhteen kokoamiseen.

Opinnäytetyöprosessin aikana tutkimuskysymyksemme ovat muokkautuneet. Alussa tärkeässä osassa oli äidin ja vauvan välinen vuorovaikutussuhde. Halusimme tutkia miten älylaite siihen vaikuttaa. Osittain onnistuimme tavoitteessamme, mutta näin pienellä laadullisella tutkimuksella seikkaperäinen vuorovaikutuksen tarkastelu olisi täysi mahdottomuus. Haastattelujen myötä vuorovaikutuksen rinnalle muodostui kaksi muuta oleellista teemaa: sosiaalinen media ja vertaistuki, joita äidit nostivat haastatteluissa esiin erityisen paljon.

Oma taustaoletuksemme älylaitteiden merkityksestä vauva-arjessa oli opinnäytetyöprosessin alussa negatiivinen. Ajattelimme siitä olevan ehdottomasti enemmän haittaa, kuin hyötyä. Tästä syystä halusimme selvittää, kokevatko äidit älylaitteen enemmän arjen apurina vai häiriötekijänä. Tutkimuksemme on osoittanut taustaoletuksemme kuitenkin melko mustavalkoiseksi. Tutkimustulokset osoittavat, että äitien mukaan älylaitteista on haittapuolien lisäksi myös paljon hyötyä.

Mietimme työhömmme sopivia jatkotutkimusaiheita jo prosessimme aikana. Mielestämme tulisi tutkia myös sellaisia perheitä, joissa älylaitteiden käytöstä on kieltäytytty tietoisesti. Miten he pärjäävät nyky-yhteiskunnassa, jossa erilaisten älylaitteiden rooli on jo huomattavan suuri? Meidän tutkimuksessamme kaikki äidit käyttivät älylaitteita, eikä heillä ollut mitään erityistä ideologiaa sen taustalla. Osa äideistä kertoi kuitenkin käyttävänsä älylaitteita melko vähän, minkä vuoksi he pohtivat sopivuuttaan tutkimushenkilöiksemme. Koimme kuitenkin saavamme kattavat vastaukset myös näiltä äideiltä, jotka eivät omasta mielestään osanneet hyödyntää kaikkia älylaitteiden tarjoamia monipuolisia mahdollisuuksia. Mielestämme olisi myös mielenkiintoista tutkia, miten älylaitteet vaikuttavat perheissä, joissa on vanhempia lapsia. Meidän tutkimukseemme osallistuneiden äitien lapset olivat kuitenkin vasta alle yksi-vuotiaita, joten he eivät vielä olleet siinä iässä, että älylaitteet olisivat heille merkittäviä välineitä arjessa. Lisäksi älylaitteiden vaikutuksia vuorovaikutukseen voitaisiin tutkia syvällisemmin esimerkiksi pitkittäistutkimuksen avulla.

Opinnäytetyömme myötä olemme saavuttaneet paljon laajemman käsityksen älylaitteista ja sosiaalisesta mediasta osana vauva-arkea. Näin ollen uskomme pystyvämme sosionomeina tukemaan niitä perheitä, jotka kamppailevat näihin liittyvissä asioissa. Oma oletuksemme on, että älylaitteiden mukanaan tuomat haasteet, esimerkiksi vanhemmuudessa tulevat tulevaisuudessa lisääntymään. Osaltaan älylaitteita voitaisiin mielestämme hyödyntää myös perheiden kanssa tehtävässä työssä. Esimerkiksi juuri älylaitteista saatu vertaistuellinen hyöty, jota tutkimushenkilömme nostivat esiin, on merkittävä positiivinen puoli älylaitteissa. Tätä voitaisiin kehittää entisestään. Nykypäivän äitiyteen liittyvät ihanteet ja niiden aiheuttamat paineet ovat mielestämme myös sosiaalialan ammattilaisina tärkeä tiedostaa. Tutkimuksemme myötä olemme saaneet monipuolisen kuvan siitä, millainen äidin tulee olla tämän päivän Suomessa sosiaalisen median asettamien ihanteiden mukaan. Olemme mielestämme onnistuneet tavoitteessamme lisätä tietoa ilmiöstä, joka on tänä päivänä niin suuressa roolissa monen meistä elämässä.

## LÄHTEET

- Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. 4. painos. Tampere: Vastapaino.
- Anttila, R., Eronen, S., Kallio, M., Kanninen, K., Kauppinen, L., Paavilainen, P. & Salo, S. 2007. Persoona 2: Kehityopsykologia. 3.-5. painos. Helsinki: Edita Publishing Oy.
- Arponen-Aaltonen, A.-L. 2009. Äitiys, positiot ja muutos: diskurssianalyttinen tarkastelu äitien positioista perhekeskusteluissa. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Helsingin yliopisto. Kasvatustieteen laitos. Pro gradu-tutkielma. [Viitattu 29.9.2015]. Saatavana: [http://www.kriti.fi/document.php/1/141/itiys\\_positiot\\_ja\\_muutos/a91b232a1748d2fc4dd93cbe851b3e1f](http://www.kriti.fi/document.php/1/141/itiys_positiot_ja_muutos/a91b232a1748d2fc4dd93cbe851b3e1f)
- Austin, M. 2007. Conceptions of parenthood: ethics and the family. [Verkkokirja]. Hampshire: Ashgate Publishing. [Viitattu 28.9.2015]. Saatavana Ebrary-tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Becker-Weidman, A. & Shell, D. 2008. Auta lasta kiintymään: vuorovaikutteinen kehityopsykoterapia traumaperäisen kiintymyshäiriön hoidossa. Tampere: PT-Kustannus.
- Berg, K. 2008. Äitiys kulttuurisina odotuksina. Helsinki: Väestöliitto. Väestötutkimuslaitoksen julkaisusarja D. 48/2008.
- Cacciatore, R. & Janhunen, K. 2008. Täydelliset äidit - 11 myyttiä. Teoksessa: Janhunen, K. & Oulasmaa, M. (toim.) Äidin kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto, 12–27.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 4. painos. Tampere: Vastapaino.
- Ferrante, A. 2010. Äitiyden tummempi puoli. [Verkkolehtiartikkeli]. Terveystietä! (3). [Viitattu 12.9.2015]. Saatavana: <http://www.apteekki.fi/terveydeksi/mielessa/aitiyden-tummempi-puoli.html>
- Haapakoski, K. 6.10.2015. Puhumattomat kolmevuotiaat uusi ilmiö: some varastaa vanhempien huomion. [Verkkouutinen]. Yle uutiset. [Viitattu 8.10.2015]. Saatavana: [http://yle.fi/uutiset/puhumattomat\\_kolmevuotiaat\\_uusi\\_ilmio\\_some\\_varastaa\\_vanhempien\\_ajan/8356936](http://yle.fi/uutiset/puhumattomat_kolmevuotiaat_uusi_ilmio_some_varastaa_vanhempien_ajan/8356936)
- Hermanson, E. 1.7.2012. Isän osallistuminen ja sitoutuminen lapsen hoitoon. [Verkkosivu]. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, Terveyskirjasto. [Viitattu 24.10.2015]. Saatavana: [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=kot00202](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kot00202)

- Hermanson, E. & Martsola, R. 2006. Aikuinen vanhemmuus: katoavan kasvatuksen jäljillä. Helsinki: Kirjapaja Oy.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2004. Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: University Press.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2011. Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Lisäpainos. Helsinki: Gaudeamus.
- Huuskonen, P. 24.7.2015. Vertaistuki. [Verkkosivu]. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. [Viitattu 29.7.2015]. Saatavana: <https://www.thl.fi/fi/web/vammais-palvelujen-kasikirja/itsenaisen-elaman-tuki/vertaistuki>
- Härkälä, A. 2006. Kertomuksia äitiydestä: narratiivinen tutkimus äitiyden kulttuurisesta rakentumisesta. [Verkojulkaisu]. Tampere: Tampereen yliopisto. Sosiaalityön ja sosiaalipolitiikan laitos. Pro gradu-tutkielma. [Viitattu 11.10.2015]. Saatavana: <https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/93318/gradu00986.pdf?sequence=1>
- Janhunen, K. & Saloheimo, A. 2008. Äitiyden tunnepakkaus. Teoksessa: Janhunen, K. & Oulasmaa, M. (toim.) Äidin kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto, 28–53.
- Jantunen, E. 2008. Osalliseksi tuleminen: masentuneiden vertaistukea jäsentävä substanttiivinen teoria. Tampere: Diakonia-ammattikorkeakoulu. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja. A tutkimuksia 18.
- Johnson, S. 2015. Suojelen sinua kaikelta: kuinka rakastaa ja tulla rakastetuksi. Suomentaja Petri Auvinen. Helsinki: Hogrefe Psykologien Kustannus.
- Jokinen, E. 1997. Väsynyt äiti: äitiyden omaelämäkerrallisia esityksiä. 2. painos. Helsinki: Gaudeamus.
- Kallio, M. 20.11.2012. Huomio varhaiseen vuorovaikutukseen jo ennen vauvan syntymää. [Verkkosivu]. Helsinki: Väestöliitto. [Viitattu 12.9.2015]. Saatavana: <https://www.perheaikaa.fi/jutut/lapsi-tulossa/vanhemmuus/huomio-varhaiseen-vuorovaikutukseen-jo-ennen-vauvan-syntymaa/>
- Kananen, J. 2011. KVANTTI: Kvantitatiivisen opinnäytetyön kirjoittamisen käytännön opas. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 118.
- Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä: miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 176.

- Kanninen, K. & Sigfrids, A. 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kauppinen, S. & Romunen, S. 1997. Lastensukupuoliroolit. Kasvatus 28 (3), 254–264.
- Kellokumpu, J. 2006. Lasten vaikutus äidin palkkaan. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Palkansaajien tutkimuslaitos. Tutkimuksia 103. [Viitattu 7.11.2015]. Saatavana: [http://www.etla.fi/to/perhejaura/muuta/103\\_web.pdf](http://www.etla.fi/to/perhejaura/muuta/103_web.pdf)
- Keltinkangas-Järvinen, L. 2012. Pienen lapsen sosiaalisuus. Helsinki: WSOY.
- Klemetti, R. & Hakulinen- Viitanen, T. 2013. Äitiysneuvolaopas: suosituksia äitiysneuvolatoimintaan. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 12.9.2015]. Saatavana: [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110521/THL\\_OPA2013\\_029\\_verkko.pdf?sequence=1](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110521/THL_OPA2013_029_verkko.pdf?sequence=1)
- Kinnunen, T. 2006. Vertaistuki erityislapsen vanhempien voimavarana. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja. B raportteja 33.
- Lahikainen, A. & Pirttilä-Backman, A-M. 2007. Sosiaalipsykologian perusteet. 1.-7. painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.
- Mantere, E. & Raudaskoski, S. 2015. Kun matkapuhelin vie vanhemman huomion. Teoksessa: Lahikainen, A., Mälkiä, T. & Repo, K. Media lapsiperheessä. Tampere: Vastapaino, 205–226.
- Martiskainen, H. 2014. Kaikkien sidosten äiti: äitiyden sidosten tutkimisesta. Sosiologia 51 (2), 161–167.
- Mustonen, A. 2001. Media-psykologia. Helsinki: WSOY.
- Mykkänen-Hänninen, R. & Kääriäinen, A. 2009. Vertaisuus ja vertaistuki eroauttamisessa. Helsinki: Lastensuojelun Keskusliitto/Neuvo-projekti.
- Mäntymaa, M. 2006. Early mother-infant interaction: determinants and predictivity.[Verkkojulkaisu]. Tampere: Tampereen yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta. Pro gradu-tutkielma. [Viitattu 26.9.2015]. Saatavana: <http://tam-pub.uta.fi/bitstream/handle/10024/67591/951-44-6604-7.pdf?sequence=1>
- Qualman, E. 2009. Socialnomics: how social media transforms the way we live and do business. Chichester: John Wiley.

- Raudaskoski, S. 9.7.2015. Tahmea media haastaa normaalin vuorovaikutuksen. [Verkkosivu]. Uutistamo. [Viitattu 25.10.2015]. Saatavana: <http://www.uutistamo.fi/tahmea-media-haastaa-normaalin-vuorovaikutuksen/>
- Reenkola, E. 2012. Äidin valta ja voima. Helsinki: Minerva Kustannus Oy.
- Rotkirch, A. 2014. Yhdessä: lapsen kasvatus ei ole yksilölaji. Helsinki: WSOY.
- Rotkirch, A. & Saloheimo, A. 2008. Yksin kotona? Teoksessa: Janhunen, K. & Oulasmaa, M. (toim.) Äidin kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto, 72–85.
- Rusanen, E. 2011. Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys. Helsinki: Oy Finn Lectura Ab.
- Rönkä, A. & Kinnunen, U. 2002 Perhe ja vanhemmuus: suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Vihavainen, S. 20.7.2015. Tutkimus: Vanhempien älypuhelimien räplääminen voi haitata lapsen kehitystä. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Helsingin Sanomat [Viitattu 20.8.2015]. Saatavana: <http://www.hs.fi/kotimaa/a1437356510858>
- Salmi, M., Lammi-Taskula, J. & Närvi, J. 2009. Perhevapaat ja työelämän tasa-arvo. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Edita Publishing Oy. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja 24/2009. [Viitattu 7.11.2015]. Saatavana: [http://www.tem.fi/files/22983/TEM\\_24\\_2009\\_tyo\\_ja\\_yrittajyys.pdf](http://www.tem.fi/files/22983/TEM_24_2009_tyo_ja_yrittajyys.pdf)
- Salonen, A. 2010. Parenting Satisfaction and Parenting Self-Efficacy during the Postpartum Period: Evaluation of an internet-based intervention. [Verkkojulkaisu]. Tampere: Tampereen yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta. Pro gradu-tutkielma. [Viitattu 27.9.2015]. Saatavana: <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/66655/978-951-44-8203-8.pdf?sequence=1>
- Sanastokeskus TSK. 14.5.2010. Sosiaalisen median sanasto. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Sanastokeskus TSK ry. [Viitattu 29.7.2015]. Saatavana: [http://www.tsk.fi/tiedostot/pdf/Sosiaalisen\\_medan\\_sanasto](http://www.tsk.fi/tiedostot/pdf/Sosiaalisen_medan_sanasto)
- Sinkkonen, J. 2004. Kiintymyssuhdeteoria: tutkimuslöydöksiä käytännön sovelluksiin. Duodecim. 120 (15), 1866-1873.
- Suoninen, A. 2004. Mediakielitaidon jäljillä: lapset ja nuoret valikoivina median käyttäjinä. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Nykykulttuurin tutkimuskeskuksen julkaisuja 81.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 5. uudistettu painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Törrönen, H. 2015. Vauvan kanssa vanhemmiksi: selviytymisen ja ilon kirja. Helsinki: Kirjapaja.

Wiio, J. 2006. Media uudistuvassa yhteiskunnassa: median muuttuvat pelisäännöt. [Verkojulkaisu]. Helsinki: Sitra. Sitran raportteja 65. [Viitattu 7.10.2015]. Saatavana: <http://www.sitra.fi/julkaisut/raportti65.pdf>



## **LIITTEET**

Liite 1. Saatekirje

Liite 2. Haastattelurunko

Liite 3. Havainnointilomake

## LIITE 1 Saatekirje

## Älylaitteiden merkitys äidin ja vauvan vuorovaikutuksessa

Hei!

Miten Sinä äitinä koet älypuhelimien, netin ym. - apurina vai häiriötekijänä? Mitä hyötyä tai haittaa niiden käytöstä koet olevan? Näitä kysymyksiä haluamme selvittää tutkimuksessamme, johon tarvitsemme myös Sinun kokemuksiasi.

Tutkimuksen aiheena on siis älylaitteiden merkitys vauva-arjessa ja teemme sen sosionomi (AMK) -tutkimomme opinnäytteenä. Tänä päivänä älylaitteet ovat osa meidän jokaisen arkea. Tästä syystä myös niiden käytön havainnoiminen on tärkeää.

Toiveenamme on löytää 0-1 -vuotiaiden vauvojen äitejä, jotka ovat halukkaita yhteistyöhön kanssamme.

Tutkimusaineiston kerääminen tapahtuu Sinua haastatteleamalla mieleisessäsi paikassa. Haastattelun lisäksi sinun tulisi havainnoida älylaitteiden käyttöäsi viikon ajan. Havainnoinnin avuksi annamme sinulle lomakkeen. Sinua ei tulla missään työmme vaiheessa tunnistamaan vastaustesi perusteella eli takaamme anonymiteetin säilymistä. Haastattelut ja havainnoinnit suoritettaisiin kesä-heinäkuussa.

Vastaamme mielellämme lisäkysymyksiin aihetta koskien.

Aurinkoisin terveisin,

Anniina Karjalainen  
[anniina.karjalainen@seamk.fi](mailto:anniina.karjalainen@seamk.fi)

Maija Virtanen  
[maija.virtanen@seamk.fi](mailto:maija.virtanen@seamk.fi)



## **HAASTATTELURUNKO**

### **Älylaitteet**

- Käytössä olevat älylaitteet
- Mihin tarkoitukseen älylaitteet ovat (sosiaalinen media, tiedonhaku, kuvaaminen, yhteydenpito jne.)
- Syyt, miksi käyttää älylaitteita
- Ajankohdat, milloin käyttää älylaitteita

### **Älylaitteiden hyödyt ja haitat**

- Apuri vai häiriötekijä, perustelut
- Tilanteet, joissa ollut erityisesti apuna
- Tilanteet, joissa ollut erityisesti häiriötekijä
- Älylaitteen käyttäminen vauvan tarpeisiin (viihdytys, tiedonhankinta jne.)

### **Vaikutus vauvan ja äidin vuorovaikutukseen**

- Millaisia vaikutuksia huomioon
- Lapsen käyttäytyminen, kun äiti älylaitteella
- Miten itse käyttäytyy, kun lapsi keskeyttää älylaitteella meneillään olevan toiminnan

### **Äitinä nykypäivän Suomessa**

- Sosiaalisen median luoma kuva nykypäivän äideistä
- Mielenpide nykypäivän ihanneäitiydestä
- Elämän ja vauva-arjen tuominen julkiseksi sosiaalisessa mediassa, mielipiteet tästä

LIITE 3 Havainnointilomake

## **Älylaitteet äidin arjessa – havainnointilomake**

Tämän lomakkeen avulla voit havainnoida älylaitteidesi käyttöä vauvan läsnä ollessa. Lomakkeen saatuasi aloita havainnoiminen seuraavan viikon maanantaina. Vastaaminen tapahtuu yksinkertaisesti merkitsemällä rasti sopivaan kohtaan. Havainnointimateriaalit käsitellään nimettöminä, mikä takaa anonymiteettisi säilymisen.

Kiitos osallistumisestasi!

**Maanantai**

	Sosiaalisten suhteiden ylläpito	Tiedonhankinta lapsen asioissa	Muu (surffailu, uutiset yms.)
Imetys			
Ruokatilanne lapsen kanssa			
Lenkillä (lapsi vaunuissa/rattaissa)			
Linja-autossa/junassa			
Lapsen nukkuessa			
Lapsen leikkiessä			
Odotustiloissa			
Kaupassa			
Hätätilanteessa lapsen kanssa			

**Tiistai**

	Sosiaalisten suhteiden ylläpito	Tiedonhankinta lapsen asioissa	Muu (surffailu, uutiset yms.)
Imetys			
Ruokatilanne lapsen kanssa			
Lenkillä (lapsi vaunuissa/rattaissa)			
Linja-autossa/junassa			
Lapsen nukkuessa			
Lapsen leikkiessä			
Odotustiloissa			
Kaupassa			
Hätätilanteessa lapsen kanssa			

**Keskiviikko**

	Sosiaalisten suhteiden ylläpito	Tiedonhankinta lapsen asioissa	Muu (surffailu, uutiset yms.)
Imetys			
Ruokatilanne lap- sen kanssa			
Lenkillä (lapsi vaunuissa/ rattaissa)			
Linja-autossa/ junassa			
Lapsen nukkuessa			
Lapsen leikki- essä			
Odotustiloissa			
Kaupassa			
Hätätilanteessa lapsen kanssa			

**Torstai**

	Sosiaalisten suhteiden ylläpito	Tiedonhankinta lapsen asioissa	Muu (surffailu, uutiset yms.)
Imetys			
Ruokatilanne lap- sen kanssa			
Lenkillä (lapsi vaunuissa/ rattaissa)			
Linja-autossa/ junassa			
Lapsen nukkuessa			
Lapsen leikki- essä			
Odotustiloissa			
Kaupassa			
Hätätilanteessa lapsen kanssa			

**Perjantai**

	Sosiaalisten suhteiden ylläpito	Tiedonhankinta lapsen asioissa	Muu (surffailu, uutiset yms.)
Imetys			
Ruokatilanne lapsen kanssa			
Lenkillä (lapsi vaunuissa/rattaissa)			
Linja-autossa/junassa			
Lapsen nukkuessa			
Lapsen leikkessä			
Odotustiloissa			
Kaupassa			
Hätätilanteessa lapsen kanssa			

**Lauantai**

	Sosiaalisten suhteiden ylläpito	Tiedonhankinta lapsen asioissa	Muu (surffailu, uutiset yms.)
Imetys			
Ruokatilanne lapsen kanssa			
Lenkillä (lapsi vaunuissa/rattaissa)			
Linja-autossa/junassa			
Lapsen nukkuessa			
Lapsen leikkessä			
Odotustiloissa			
Kaupassa			
Hätätilanteessa lapsen kanssa			

**Sunnuntai**

	Sosiaalisten suhteiden ylläpito	Tiedonhankinta lapsen asioissa	Muu (surffailu, uutiset yms.)
Imetys			
Ruokatilanne lapsen kanssa			
Lenkillä (lapsi vaunuissa/ rattaissa)			
Linja-autossa/ junassa			
Lapsen nukkuessa			
Lapsen leikkiessä			
Odotustiloissa			
Kaupassa			
Hätätilanteessa lapsen kanssa			

Oletko huomannut muutoksia älylaitteiden käytössäsi kahden viikon aikana?

Kyllä  Ei

Kerro omin sanoin, millaisena koit havainnoimisen:

---



---



---



---



---