



**UNIVERSITY
OF TURKU**

VÄLÄHDYKSIÄ VANHEMMUUDESTA SOMEN TÄYTTÄMÄN ARJEN KESKELLÄ

Narratiivinen tutkimus nuorten somen käytön vaikutuksista vanhemmuuteen

Marjo Jussila
Pro gradu -tutkielma
Turun yliopisto
Sosiaalitieteen laitos
Sosiaalityö
Syyskuu 2021

Turun yliopiston laatujärjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin
OriginalityCheck -järjestelmällä.

TURUN YLIOPISTO
YHTEISKUNTATIETEELLINEN TIEDEKUNTA

JUSSILA, MARJO: Välähdyksiä vanhemmuudesta somen täyttämän arjen keskellä. Narratiivinen tutkimus nuorten somen käytön vaikutuksista vanhemmuuteen.

Pro gradu –tutkielma, 76 sivua, 1 liitesivu

Sosiaalityö

Syyskuu 2021

Pro gradu- tutkielmassani tarkastelen nuorten sosiaalisen median eli somen käytön merkitystä perhearkeen vanhempien kokemana. Aihetta on tärkeä tutkia, koska tällä hetkellä murrosikäisten lasten vanhempina olevien aikuisten sukupolvi ei ole omassa nuoruudessaan käyttänyt somea ja he ovat siksi aivan uudenlaisten ilmiöiden äärellä.

Tutkimus on toteutettu kirjoituspyynnöllä, johon on vastannut 19 nuorten vanhempaa. Vastaajien lapset ovat iältään 12–21-vuotiaita ja vastaukset koskevat 11 tyttöä ja 17 poikaa. Aineiston analyysin olen toteuttanut narratiivianalyysin kautta, jolloin esiin nousevat vanhempien itse nostamat teemat- välähdykset somen täyttämästä arjesta. Teemojen synteessin pohjalta muodostan kolme erilaista moniäänistä tarinaa liittyen perheiden nuorten somen käyttöön ja sen vaikutuksiin vanhemmuudessa. Tarinat ovat nimeltään ”Somen negatiiviset vaikutukset torjuvan vanhemman tarina”, ”Someen varovaisesti suhtautuvan ja tietoa etsivän vanhemman tarina” ja ”Someen luottavaisesti suhtautuneen, mutta ikävästi yllätetyn vanhemman tarina”. Some itsessään on neutraali ja sen vaikutukset perheen elämään riippuvat kohteestaan. Nuorten sosiaalinen pääoma vaikuttaa osaltaan siihen ovatko somen vaikutukset nuoren elämään positiivisia vai negatiivisia. Vaikeuksista ja tunteista avoimesti puhuminen ja merkityksien antaminen tapahtumille yhdessä, kertoo perheen hyvästä resilienssi-kyvystä, jota hyvä mentalisaatiokyky osaltaan tukee. Vanhempien häpeän ja epäonnistumisen kokemukset voivat vaikeuttaa alkuun mahdollisten vastoinkäymisten läpikäymistä. Aktiivisen työskentelyn kautta vaikeatkin kokemukset on kuitenkin mahdollista liittää omaan elämäntarinaan, ja korostaa selviämisosaa vahvistaen samalla perheen keskinäistä yhteyttä.

Tutkimukseni keskeisinä tuloksina on, että tieto, jonka pohjalta vanhemmat muodostavat omia mielipiteitään nuorten somen käytöstä on hyvin sattumanvaraista. Vanhemmat kokevat somen hyödyllisenä ja arkeaan rikastuttavana ja toteavat sen tuovan paljon iloa perheeseen, lisäten perheen kommunikointia ja yhdessä olemisen tapoja. Huoli, joka toistuu jokaisen vanhemman vastauksissa, koskee nuorten someen käyttämää aikaa. Vanhemmat kokevat rajaamisen vaikeana, mutta kannattavana. Tärkeää olisi lisätä julkista keskustelua siitä, miten nuorille voisi opettaa oman toiminnan ohjausta ja järkevää ajankäytön hallintaan somen suhteen. Nuorten itsesäätelytaito on vielä kehittämätön ja he tarvitsevat siihen aikuisen apua.

Myös somen sisällölliset seikat huolestuttavat vanhempia. Vanhemmat kokevat jäävänsä some-asioissa usein yksin ilman riittävää tietoa ja kenenkään tukea. Vertaistukea on vaikeaa saada, vaikka sitä kaivataan. Vain 2/19 vastaajista kokee saaneensa riittävästi tukea lapsensa koululta. Nuorten someen liittyvät ongelmat nähdään usein yksilön omasta toiminnasta johtuvina, eikä niiden syytä nähdä lainkaan kulttuurisina tai osin institutionaalisista rakenteista kumpuavina.

Asiasanat: sosiaalinen media, some, murrosikä, vertaistuki, perheen resilienssi, mentalisaatiokyky, narratiivianalyysi, vanhemmuus

JUSSILA, MARJO: Flashes of parenthood in an everyday life filled up by social media. A narrative study on the impact of youth's use of social media on parenthood.

Master's thesis, 76 pages, 1 appendix page

Social work

September 2021

In my master's thesis I explore the impact that youth use of social media has on the everyday family life as experienced by parents. It is important to examine this topic, as the current generation of parents to teenaged children has not used social media in their own youth and is therefore facing a new situation in their family.

The study was undertaken through a writing request, to which 19 parents of youth answered. The children of the respondents are between 12-21 years old and the answers received concern 11 girls and 17 boys. Analysis of the data was done by using narrative analysis. The themes raised up by the parents themselves - flashes from the everyday life filled up by the use of social media. Based on a synthesis of the themes I developed three different narrative stories on youth use of social media and the impact it has on parenthood. The stories are called "Story of a parent denying the negative impact of social media", "Story of a parent relating cautiously to and seeking information on social media", and "Story of a parent relating trustfully to social media but getting caught by a negative surprise".

Social media itself is neutral and the impact it has on family life depends on the user. The social capital acquired by youth determines whether the impact of social media on the life of an adolescent is positive or negative. Speaking openly about difficulties and feelings and giving meaning to events together indicates a high capacity for resilience within the family, which is supported by a strong mentalization ability.

Parents' experiences of shame and failure may initially hamper the process of dealing with possible setbacks.

However, active processing enables linking even difficult experiences to one's own life story and highlights the survival part while simultaneously strengthening the mutual connection within the family.

The key results of my research include that information, based on which parents form their own opinions regarding young peoples' use of social media, is very scattered. Parents feel that social media is useful and it enriches their life. It also brings a lot of joy to the family as it increases communication and the ways of spending time together. The worry that is repeated by every parent is related to the amount of time that young people use on social media. Limiting it feels difficult but worth doing.

It would be important to increase public discussion on how young people could be taught to control their own actions and to sensibly manage the time used on social media. The self-regulation skills of adolescents are underdeveloped and therefore they need the support of adults.

The contents of social media is another topic of concern to parents. Parents often feel they are left alone with social media related issues without the necessary information and support. It is difficult to get peer support, even if it is needed. Only 2 out of 19 respondents felt they had received enough support from the child's school. The problems related to young people and social media are commonly seen to be caused by the individual's own actions, and their origins are not considered to be stemming from cultural or partly institutional structures.

Keywords: social media, adolescence, peer support, family resilience, mentalization ability, narrative analysis, parenthood

SISÄLLYSLUETTELO

1	JOHDANTO	5
2	NUORTEN SOMEN KÄYTTÖ	7
2.1	Some on yhtä tärkeä nuorille kuin koti ja koulu	7
2.2	Tutkimustietoa somen liiallisesta käytöstä nuorten kohdalla	10
2.3	Someajan merkitys vuorovaikutusilmiöihin	14
3	MURROSIKÄISEN NUOREN VANHEMMUUS	16
4	TUTKIMUSASETELMA	21
4.1	Tutkimuskysymys	21
4.2	Aineiston kuvaus	22
4.3	Aineiston koonti	24
5	AINEISTON ANALYYSIN KUVAUS	26
6	TULOKSET	28
6.1	WhatsApp tuo iloa perheisiin	28
6.2	Nuorten someen käytävä aika on kasvussa	30
6.3	Tyttöjen ja poikien vanhempia huolestuttavat somessa eri asiat	35
6.4	Vanhempien mielestä nuorten somea koskevat rajoitukset kannattavat	41
6.5	Nuori oppii parhaiten vanhempien esimerkistä	43
6.6	Vanhemmat kokevat jäävänsä ilman tukea some- asioissa	44
6.7	Vanhempien mielipiteet perheen sisälläkin vaihtelevat	48
6.8	Some häiritsee fyysisiä tapaamisia	51
7	KOLME ERILAISTA TARINAA VANHEMMUUDESTA SOMEN TÄYTTÄMÄN ARJEN KESKELLÄ	54
8	POHDINTAA	65
9	LOPUKSI	75
	LÄHTEET	77
	LIITE 1:	84

1 JOHDANTO

Olen valinnut tutkimukseni kohteeksi nuorten sosiaalisen median (jatkossa some) käytön vaikutuksien tutkimisen nykypäivän vanhemmuudessa. Pro gradu- tutkimuksessani olen kerännyt kirjoituspyynnöllä nuorten vanhempien kokemuksia siitä, millaisia vaikutuksia nuorten somen käytöllä on heidän vanhemmuuteensa heidän omasta mielestään. Olen omien murrosikäisten lasteni kanssa huomannut käytännössä, miten some lisää vanhemmuuden ulottuvuuksia monella tapaa ja siksi tämä aihe kiinnosti minua. Koska tiesin aiheesta etukäteen todella vähän, on aiheeseen perehtyminen ollut itsellenikin vaikuttava tutkimusmatka. Somen kasvokkaiinkin keskusteluihin tuomat uudet ulottuvuudet ja niiden sisäistäminen voi auttaa vanhempia ymmärtämään tämän päivän nuoria entistä paremmin arjessa. Nimenomaan arkisessa vuorovaikutuksessa rakennetaan kaikelle sosiaaliselle toiminnalle välttämätön jaettu ymmärrys. (Raudaskoski, Mantere & Valkonen 2019, 3.)

Nykypäivän vanhempien tulisi olla itse kartalla someen liittyvistä erilaisista ilmiöistä. Tämä haastaa vanhemmuutta, koska some ilmiönä on uusi, eikä monelle murrosikäisen vanhemmalle ole kertynyt omakohtaisia kokemuksia somemaailmasta omasta nuoruudestaan. Nykyisten vanhempien nuoruudessa ei ole vaadittu samanlaisia mediataitoja, kuin nykyisiltä nuorilta vaaditaan. Vanhempien tehtävä auttaa omaa nuortaan turvallisessa navigoinnissa somemaailmassa edellyttää vanhemmilta omien mediakasvatustaitojen kartuttamista. Neutraalia tietoa aiheesta on vain vähän saatavilla ja asenteet somea kohtaan ovat helposti korostuneen positiivisia tai negatiivisia.

Tutkielmani aluksi esittelen lyhyesti nuorten somen käyttöön yleisesti liitettäviä positiivisia ja negatiivisia piirteitä. Some ja nuoret kuuluvat nykyään erottamattomasti yhteen ja virtuaalimaailmat ovatkin nuorille yhtä vaikutusvaltaisia ympäristöjä kuin koti ja koulu (Jokinen 2009). Somen kautta nuoret saavat rajattomasti tietoa itseään kiinnostavista aihepiireistä ja samanaikaisesti viestivät toistensa kanssa ja viettävät vapaa- aikaansa eri tavoin erilaisissa ryhmissä (Haasio 2016). Osa nuorista kokee somen hyvin voimaannuttavana, globaalina ja rajattomasti uusia, sosiaalisia verkostoja synnyttävänä mahdollisuutena itsensä ilmaisuun. Somessa voi tavata kaltaisiaan nuoria ajasta ja paikasta riippumatta ja se tasavertaistaakin nuorten mahdollisuuksia itsenäisinä toimijoina. Tällaiset nuoret ovat somessa aktiivisia toimijoita, jotka välineellistävät somessa omia sosiaalisia suhteitaan ja muokkaavat omaa minäkuvaansa tavoitteisiinsa pyrkiessään. (Dhir 2016.)

Vähemmistölle nuorista some ei kuitenkaan tarjoa sosiaalisen aseman vahvistusta. He saattavat joutua siellä alttiiksi vääränlaisille mediasisällöille ja kiusauksen kohteeksi tai jopa hyväksikäytetyksi. (Dhir 2016.) Nuorten sosiaalinen pääoma vaikuttaa merkittävästi siihen millaisia toimintamahdollisuuksia yksilölle sosiaalisessa mediassa muodostuu (Ahn 2012). Nuoret, jotka kärsivät psyykkisistä häiriöistä, ovat erityisen haavoittuvassa asemassa ja alttiita ongelmallisen älylaitteiden käytön kehittymiselle. Internetympäristön kautta tapahtuva vuorovaikutus voi tuntua helpommalta ja tavoiteltavampana kuin kasvokkain tapahtuva vuorovaikutus. (Männikkö & Korkeila 2019, 66–67.)

Myös vanhempien omat voimavarat ja vanhemmuuden taidot asettavat nuoret erilaisiin positioihin (Mäkelä 2012). Murrosikä itsessään saa perhesysteemissä aikaan eräänlaisen käymistilan, joka vaatii vanhemmilta uudenlaiseen rooliin sopeutumista, luottamusta, joustavuutta, sekä oman vanhemmuutensa uudelleen hahmottamista (Steinberg & Silk 2002). Tämän kehityskriisin onnistuneessa läpikäynnissä vanhemman omat, lapsuudessa saadut kiintymyssuhdemallit ja resilienssikyky ovat keskeisessä roolissa (Rusanen 2011; Lipponen 2020).

Mielipiteet nuorten somen käytöstä ja sen mahdollisuuksista ja vaaroista jakautuvat ja vaikka tutkittua tietoa aiheesta on saatavilla paljon, se ei välttämättä tavoita vanhempia. Tieto voi olla myös ristiriitaista. Halusin tutkielmassani antaa vanhempien omille kokemuksille äänen ja selvittää, mitä hyvää some heidän kokemanaan tuo nuorten ja heidän vanhempiensa elämään, sekä millaisia ovat sen mukanaan tuomat haasteet perheiden arjessa. Narratiivinen tutkimus antaa lähtökohtaisesti vanhemmille itselleen mahdollisuuden sanoittaa vapaasti heille itselleen merkityksellisiä asioita ja tarjoaa samalla kanavan jäsentää ja kiteyttää näkemyksensä itselleen osaksi oman perheensä tarinaa. Tutkimukseni tavoitteena onkin ollut tavoittaa näitä välähdyksiä somen täyttämästä perhearjesta. Koen, että nimenomaan narratiivien kautta on mahdollista tavoittaa vanhempien tarinoiden todellinen moniäänisyys ja antaa tilaa myös valtavirrasta poikkeaville vaihtoehtoisille kertomuksille.

Toteutin analyysini kategorisen narratiivianalyysin kautta, jossa aluksi kiinnitin huomioni Kaasilan (2008, 46) ohjeita seuraten vanhempien kuvaamaan ilmiöön heidän kirjoituksistaan löytyneiden teemojen kautta. Tällä tavoin pyrin antamaan lukijalle kattavan käsityksen aineistosta ja lisätä tutkimukseni luotettavuutta. Tutkijan eettinen velvollisuus on myös pyrkiä sellaiseen tulkintaan, että tarinan omistaja voi tunnistaa sen omakseen (Hänninen 2000, 34). Tästä syystä tutkielmassani on

paljon lainauksia varsinaisesta tutkimusaineistosta, jotta vuoropuhelu, jota tuloksia esitellessäni käyn teemoihin sopivan teorian kanssa, näyttäytyy todistettavasti aineistolähtöisenä. Olen pyrkinyt tutkielmassani tulosten esittelyssä mahdollisimman neutraaliin lähestymistapaan siten, että kaikki positiiviseksi tai negatiiviseksi määriteltävä liittyen nuorten somen käyttöön, on nostettu tarkasteluun aineiston kautta.

Tutkittavien ilmiöiden ymmärtämiseen ja tutkijan tekemiin ratkaisuihin vaikuttavat aina tutkijan omat arvolähtökohdat (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2003,154–155). Uskon, että tekemieni ratkaisujen taustalla vaikuttaa vahvasti se, että olen 2000-luvun alussa alkaneen työurani aikana ollut vahvasti tekemisissä perheiden ja vanhemmuuden kanssa ensin päiväkodissa, sitten sijaisperheiden kanssa ja nyt viimeiseksi päihdeongelmaisten vauvaperheiden kanssa. Narratiivinen tutkimus ei pyri itsessään objektiiviseen tai yleistettävään tietoon (Hatch & Wisniewski 1995,118). Tieto muodostuu moniäänisenä siksikin, että pohjautuessaan vanhempien kirjoittamiin tarinoihin se saa lopullisen muotonsa vasta analyysissäni. Tutkimukseni itsessäänkin tuottaa siten uudenlaisen kertomuksen maailmasta, joka ei pohjaudu yksinomaan kenenkään tutkimukseen osallistuneen vanhemman tarinaan vaan muodostuu palasista, joita olen koonnut eri tarinoista muodostaakseni synteesinä lopuksi kolme erilaista tarinaa vanhemmuudesta somen täyttämän arjen keskellä. (Heikkinen 2002, 185.)

2 NUORTEN SOMEN KÄYTTÖ

Tässä luvussa kuvaan lyhyesti nuorten somen käyttöön liittyviä erilaisia tekijöitä ja näkökulmia.

2.1 Some on yhtä tärkeä nuorille kuin koti ja koulu

Internet ja sosiaalinen media pystyvät tarjoamaan nykynuorille paljon. Nuorten arkea ja sosiaalisia suhteita ajatellen virtuaaliympäristöt ovat vähintään yhtä vaikutusvaltaisia kuin koti ja koulu. Ne eivät muodosta erillistä, tarkasti rajattua saarekettä vaan ovat mukana kaikkialla, missä nuoretkin ja asettuvat vanhojen auktoriteettien rinnalle. Nuorille mediamaailma tarjoaa oivallisia toimijuuden mahdollisuuksia ja identiteetin rakennusaineiksia, mutta vanhemmille virtuaaliympäristöt voivat

edustaa myös hämmennyksen ja paheksunnan aiheuttajaa, joka kyseenalaistaa perheen säännöt ja yhteisyyden ja jonka vaikutuksesta perheeseen neuvotellaan koko ajan. Yksi selkeä virtuaaliympäristöjen mukanaan tuoma muutos onkin nuorten entistä vahvempi rooli perhe-elämän symbolisesta järjestyksestä käytävissä neuvotteluissa ja kodin perinteisesti ja hierarkkisesti muodostuneiden perheen sisäisten suhteiden kyseenalaistaminen. (Jokinen 2009, 191–194, 216.)

Somen avulla nuoret pitävät yhteyttä ystäviin, etsivät tietoa ja löytävät vertaistukea omille ajatuksilleen (Haasio 2016, 15). 9–16-vuotiaita eurooppalaisia lapsia ja nuoria tarkastellut EU Kids Online-tutkimusaineiston perusteella suomalaisnuorten pääasiallinen syy käyttää nettiä ja mediaa on nimenomaan juuri viihtyminen (Uusitalo, Vehmas & Kupiainen 2011, 98). Nuori voi löytää itselleen sopivan tavan käyttää somea omaa toimijuuttaan tukemaan. Noppari ja Kupiainen (2015) toteavatkin, että Kankaan ja Cavén-Pöysän mukaan nuoret netinkäyttäjät voidaan jakaa viiteen eri ryhmään. Näitä ryhmiä ovat kehittäjät, jotka tuottavat aktiivisesti materiaalia ja julkaisevat sitä, kriitikot, jotka arvioivat ja rikastavat muiden jakamaa materiaalia, keräilijät, jotka etsivät itseään kiinnostavia sisältöjä omaan käyttöönsä, linkkaajat, jotka ovat aktiivisia yhteisöpalveluiden käyttäjiä ja kutsuvat myös toisia käyttämiinsä palveluihin, sekä kuluttajat, jotka ovat aktiivisia käyttäjiä, mutta eivät halua rekisteröityä palveluihin tai tuottaa sisältöjä itse. (Noppari & Kupiainen 2015, 115.)

Sosiaalinen media voi tarjota nuorille myös uudenlaisia mahdollisuuksia harjoitella tunteiden ymmärtämistä ja niiden jakamista, sekä tukea tällä tavoin empatiataitojen kehittymistä. Esimerkiksi hollantilaistutkimuksessa on seurattu vuoden ajan tuhannen 10–14-vuotiaan nuoren sosiaalisen median käyttöä ja sen yhteyksiä empatiataitoihin. Tässä tutkimuksessa havaittiin, että sosiaalista mediaa enemmän käyttävät nuoret olivat vuoden kuluttua muita taitavampia ymmärtämään toisten tunteita ja eläytymään toisten kokemuksiin. (Saarikivi & Martikainen 2019, 35.)

Dhir (2016) on osoittanut somen käytöllä olevan positiivisia vaikutuksia teini-ikäisten terveyteen ja kehitykseen. Hänen mukaansa somen kautta tapahtuva sosiaalinen verkostoituminen edesauttaa teini-ikäisten yhteenkuuluvuuden tunnetta ja luo heille mahdollisuuden oppia toisiltaan. Some voi toimia lapsia ja nuoria tukevana ympäristönä, missä on mahdollista kokea ystävyyttä ja ihastumista, ja samalla vaihtaa mielipiteitä musiikista, televisiosarjoista ja elokuvista, videopeleistä ja muista teinikulttuuriin kuuluvista asioista. Some ja sosiaaliset verkostot saattavat myös auttaa

marginalisoituneita nuoria löytämään sellaista tukea netin kautta, mitä he eivät saa tavallisessa kanssakäymisessä aikuisten ja oman ikäistensä parissa. Tästä esimerkkinä ovat seksuaalisiin vähemmistöihin kuuluvat nuoret, vammaiset ja pitkäaikaissairaat nuoret, sekä he, jotka tuntevat itsensä sosiaalisesti syrjäytyneiksi. (Dhir 2016.) Myös Moisala ja Lonka (2019) ovat todenneet teini-ikäisten aivojen olevan erityisen herkistyneitä sosiaaliselle palautteelle ja tämän pätevän myös somen kautta tapahtuvassa vuorovaikutuksessa. Koska nuorten aivot reagoivat voimakkaammin mielihyvää tuottaviin signaaleihin, ne saattavat olla jopa herkempiä myös virtuaalisille palkinnoille kuten tykkäyksille ja positiivisille kommentteille. (em. 2019, 17.)

Sosiaalisella pääomalla tarkoitetaan yleensä joko 1.) yhteisön sisäistä jäsenten välistä kykyä toimia keskenään ja erityisesti luottamusta toisiinsa, tai 2.) henkilön toimintaa yhteisössä edistäviä sosiaalisia suhteita. Sosiaalisen pääoman teorian mukaan yksilön sosiaaliset suhteet vaikuttavat positiivisesti hänen elämäänsä ja lisäävät sekä yksilön että yhteisön toimintamahdollisuuksia (Portes 1998). Teorian oppi-isän Putnamin (2000) mukaan ihmissuhteet tulee nähdä siltoina, sekä yksilöitä ja yhteisöjä yhdessä pitävänä liimana. Siltana toimivat suhteet muodostuvat sellaisten tuttavien kesken, jotka tuntevat toisensa mutta eivät ole kovin läheisiä. Tämänkaltaiset suhteet luovat yhteyksiä suuremman yhteisön sisällä elävien yksilöiden välille. Tiiviimmät liimana toimivat suhteet muodostuvat läheisistä suhteista, ja ne tuovat usein mukanaan sosiaalista ja emotionaalista tukea. Putnam itse suhtautui sähköiseen viestintään kriittisesti ja uskoi sen vähentävän kasvokkaista vuorovaikutusta ja vähentävän sosiaalisen pääoman karttumista. (Putnam 2000.) Koska some edesauttaa ihmissuhteiden luomista, tarjoaa se kuitenkin joidenkin tutkijoiden mukaan luonnollisen mahdollisuuden sosiaalisen pääoman kehittymiselle.

Ahn (2012) on tutkinut Yhdysvalloissa laajasti lasten ja nuorten somen käyttöä, sekä heidän kokemuksiaan sosiaalisesta verkostoitumisesta. Hänen teini-ikäisten nuorten keskuudessa tekemänsä tutkimuksen tulosten mukaan lapset ja nuoret, jotka käyttivät Facebookia ja Myspacea raportoivat omaavansa suuremman määrän sosiaalista pääomaa sekä omassa koulussaan että online-yhteisöissä tapahtuvissa suhteissaan. Myös hänen analyysinsä mukaan somessa käytetty aika luo siltoja suuremman online-yhteisön sisällä elävien nuorten välille. Ahnin mukaan somen käytöllä voi siis olla positiivisia vaikutuksia nuorille. Vanhempien pelko siitä, että lapset ja nuoret automaattisesti ajautuvat somessa vahingolliseen kanssakäymiseen ei pidä paikkaansa vaan nuorilla on myös

mahdollisuus luoda positiivisia suhteita ja kerryttää sosiaalista pääomaansa osallistumalla sosiaaliseen verkostoitumiseen. (Ahn 2012.)

Tutkimustulosten mukaan tietoverkkoihin ja älylaitteisiin perustuvat oppimissovellukset voivat parantaa myös nuorten oppimistuloksia, sillä ne kehittävät nuorten ajattelua ymmärrystä lisäämällä, parantavat keskinäistä tiedon jakamista, merkityksellistä vuorovaikutusta ja verkostoitumista (Häkkinen 2019, 91–93).

2.2 Tutkimustietoa somen liiallisesta käytöstä nuorten kohdalla

Some on mielenkiintoinen alusta ja tuonut elämäämme esimerkiksi nyt koronakriisin ja rajoitusten aikana paljon hyvää. Tutkimuksin on osoitettu, että pienelle joukolle nuorista älylaitteen käytöstä kuitenkin aiheutuu ongelmia. Ongelmia voi aiheutua nuorelle monella eri elämän osa-alueella ja julkisuudessa liiallisen käytön terveydelliset haitat ovat usein niiden sosiaalisia ulottuvuuksia enemmän esillä. Tässä kappaleessa yritän keskittyä niihin ongelmiin, joilla on sosiaalisia ulottuvuuksia juuri perhe-elämän kannalta. Täysin tässä rajauksessa on kuitenkin mahdotonta onnistua, sillä ihmisen kokonaisyhyvinvointi koostuu sekä sosiaalisista ja psyykkisistä että fyysisistä elementeistä.

Nuoren ongelmalliselle älylaitteen käytölle tyypillistä on, että nuori käyttää laitteen tai laitteiden palveluja toistuvasti ja yhä enemmän. Käyttö voi lopulta johtaa siihen, että se ei ole enää hallinnassa ja äärimmäisissä tapauksissa nuori voi korvata päivittäiseen elämäänsä liittyviä velvollisuuksia älylaitteeseen liittyvillä toiminnoilla, joilla voi olla vaikutuksia opiskelumenestykseen, fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin, sekä perhe- ja ystävyys-suhteisiin. Laitteiden käyttämisellä voidaan pyrkiä välttämään myös haasteiden ja epämiellyttävien tunteiden kohtaamista omassa elämässä. Nuoret, jotka kärsivät psyykkisistä häiriöistä, ovat erityisen haavoittuvassa asemassa ja alttiita ongelmallisen älylaitteiden käytön kehittymiselle. Internetympäristön kautta tapahtuva vuorovaikutus voi tuntua helpommalta ja tavoiteltavampana kuin kasvokkain tapahtuva vuorovaikutus. (Männikkö & Korkeila 2019, 66–67.)

Amerikkalainen lastenpsykiatri Duckley (2015) on tutkinut vakavista mielenterveysongelmista ja tunneperäisistä häiriöistä kärsiviä lapsia ja havainnut, että interaktiivinen ruutu-aika aiheuttaa ylivirittyneisyyttä stressi-kortisolivasteeseen ja palkinto-dopamiinivasteeseen, jotka ovat aivojen viestijärjestelmiä. Lasten aivoja kuvantaessa on videopelien todettu vapauttavan dopamiinin määrän huumeiden käyttöön verrattavissa olevalle tasolle. Duckleyn teorian mukaan sellaiseen dopamiinitulvaan tottunut lapsi ei todennäköisesti kohta enää hakeudu tilanteisiin, jossa dopamiinia erittyy hillitymmin, kuten käy tavallisessa, sosiaalisessa kanssakäymisessä. Hän on havainnut kliinisessä käytännössä digitaalivieroitukseksi kutsumallaan hoitomuodolla olevan positiivisia vaikutuksia tällaisten lasten käytökseen. (Duckley 2015.)

Valkenburg (2015), joka on tutkinut mediavaikutuksia, on verrannut suurinta osaa lapsista voikukiksi, jotka ovat sitkeitä ja joustavia ja pystyvät kukoistamaan monenlaisissa ympäristöissä. Hän tituleeraa osaa lapsista kuitenkin herkiksi orkideoiksi. Jos heidän ympäristötekijöissään on puutteita, he altistuvat voimakkaasti vakaville haittavaikutuksille. Valkenburg onkin tullut siihen johtopäätökseen, että median vaikutukset riippuvat täysin kohteestaan. (em.)

Someriippuvuus on ilmiönä tuore ja vaikka sitä tutkitaan toiminnallisena riippuvuutena, ei ole vielä määritelty, täyttääkö se kaikki riippuvuutta aiheuttavan käyttäytymisen kriteerit. Riippuvuuksia tutkinut Simojoki (2019) ei tiedä pitäisikö puhua somen kohdalla riippuvuudesta vai koukuttumisen aiheuttamasta häiriöstä. Selkeästi eri tutkimuksissa on kuitenkin jo osoitettu, että somen liiallisella käytöllä on samanlaisia haittoja kuin päihderiippuvuuksilla. Oma riippuvuuden astettaan on Simojoen mukaan hyvä välillä tutkia. Käyttäytymistään voi pohtia viimeisen vuoden aikana somea kohtaan tuntemansa lisääntyneen kiinnostuksen, toleranssin kasvamisen ja käytön vähentämisen aiheuttamien vieroitusoireiden kautta. Tärkeää olisi myös miettiä, ovatko somen käytön mahdolliset rajoitusyritykset onnistuneet ja onko some auttanut pakenemaan kielteisiä tunteita ja henkilökohtaisia ongelmia tai aiheuttanut niitä omalta osaltaan lisää. (em. 2019.)

Simojoki (2019) kuvaa kännykän käytön näyttävän ulospäin harmittomalta, mutta haastaa vanhempia provosoivasti miettimään, antaisivatko he nuortensa viettää tuon saman ajan esimerkiksi olutpullon seurassa. Simojoen mukaan vanhempien omalla somen käytön mallilla on suuri merkitys, joka voi toimia myös suojatekijänä nuorelle. Someen liittyvässä riippuvuudessa on Simojoen mukaan

ongelmallista se, että some ei ole koskaan kiinni kuten vaikkapa ALKO sen sijaan on. Vanhempien on välttämätöntä rajata nuoria. Yhdysvaltalaisten tutkimusten mukaan tällä hetkellä noin 10 prosenttia teineistä täyttää somen käytön riippuvuuden kriteerit ja somea eniten käyttävien ryhmässä on selkeästi näkyvissä yhteys heikentyneeseen hyvinvointiin. Vertaisryhmän ja yhteiskunnan asennoituminen digitaalisuuteen on tällä hetkellä myönteinen. Digitaalisuuden mukanaan tuomat hyödyt ovat kiistattomia. Simojoki uskoo positiivisesti vastaiskun somen lisääntyvälle käytölle tulevaisuudessa tulevan, mutta pohtii, onko esimerkiksi Suomella varaa hukata yksi sukupolvi someen. (em. 2019.)

Älylaitteiden ongelmallisessa käytössä on todettu toiminnallisten riippuvuuksien piirteitä kuten ennen käyttäytymisen toteutumista kasvava sisäinen jännitys, joka helpottuu toiminnan aikana, sekä toiminnan aiheuttama päihtymisen kaltainen mielialan nousu. Myös ristiriidat läheisissä ihmissuhteissa helposti lisääntyvät, kun toiminnan estyminen laskee mielialaa ja aiemmin koettuun mielihyvään ja mielialan nousuun tarvittava käyttäytymisen intensiteetti kasvaa. (Männikkö & Korkeila 2019, 67–68.) Yhteiskunnallisesti somen haitallisuutta ei ole tunnistettu, joten mahdollisia haittavaikutuksia ei vielä täysin tiedosteta ja niihin on vaikea saada apua. Ammatillaiset itsekään eivät ole pysyneet nopean teknologisen kehityksen mukana. Vaikka lukuisat tutkimukset kiistatta esittävätkin, että elektronisen median käytön seuraukset sosiaalisille suhteille olisivat enimmäkseen kielteisiä, ei luotettavaa tietoa ole vielä olemassa. Männikkö ja Korkeila (2019) toteavatkin, että älylaitteen arvo on siinä tavassa, jolla sitä käytetään ja niissä asioissa, jotka se tekee mahdolliseksi. Älylaitteen käytön ei nähdä olevan vain seuraus jo olemassa olevista ongelmista, vaan usein sen toistuva, pitkittynyt käyttö voi tuoda aivan uudenlaisia ongelmia nuoren elämään. (em. 77.)

Aivotutkijat ovat huolissaan nykykehityksestä. Esimerkiksi Huotilainen (2019) on huolissaan erityisesti siitä, mitä teknologia tekee lapsen aivojen kehitykselle ja terveydelle. Lapsen keskushermoston kehittyminen on vielä kesken, joten hän on aikuisia alttiimpi sosiaalisen median erilaisiin alustoihin koukuttumiselle. Sovellusten kehittäjäyritysten palkkalistoilta löytyy lukuisia käyttäytymistieteen ammattilaisia, kuten kognitiotieteilijöitä, psykologeja ja aivotutkijoita, joiden kaikkien tavoite on saada käyttäjä käyttämään sovelluksia yhä enemmän. Nuoret ovat riippuvuuden kehittymiselle erityisen alttiita. (em. 2019.)

Teknologian mukanaan tuomat houkutukset vaikeuttavat oppimista, sillä oppiminen vaatisi keskittymistä, jonka some ja pelit saattavat keskeyttää koko ajan. Nykyään puhutaankin teknostressistä, jota nuorille aiheuttavat jatkuvasti heidän tekemisensä keskeyttävät ilmoitukset, teknologinen turvattomuus ja sosiaalisten verkostopalveluiden tuomat itsetuntopaineet. (Salo & Pirkkalainen 2019, 79.) Lisääntynyt somen käyttö vaikuttaa myös kotien arkielämään ja köyhdyttää kotien sosiaalista kanssakäymistä, vuorovaikutusta ja omalta osaltaan lisää haasteita vanhemmuudessa. Somen käyttöä on hankala valvoa, vaikka siihenkin tarkoitukseen löytyy erilaisia ohjelmia. Väkivaltaa sisältävät pelit eivät tee kenestäkään väkivaltaista. Silti tutkijat (mm. Salokoski 2005; Andersson ym. 2008; Sillantaus 2008) ovat sitä mieltä, että myös mediaväkivalta on väkivaltaa. Se aiheuttaa pelkoa ja ahdistusta sitä enemmän, mitä nuorempi lapsi on, ja sillä on myös fysiologisia vaikutuksia katselijaansa. Toistuvan altistuksen seurauksena pelaajan aivot ja muu keho reagoivat entistä vaimeammin myös todellisessa elämässä esiintyvään väkivaltaan.

Some altistaa lapset ja nuoret myös uudentyypiseen vaaraan tulla kiusatuksi ja hyväksikäytetyksi. Dhirin (2016) mukaan lapset ja nuoret ovat aina kiusanneet ja tulleet kiusatuiksi, mutta somen aikakaudella heillä on paljon uusia mahdollisuuksia ja väyliä tehdä niin. Vihapuheen levittäminen on helpompaa ympäristössä, missä voi piiloutua anonyymin identiteetin taakse. Väkivaltaisten kuvien ja videoiden levittäminen on nopeaa ja tehokasta. Henkilökohtaisen tiedon ja kuvien jakaminen somessa luo riskin niiden väärinkäytölle ja lasten ja nuorten hyväksikäytölle. Somen käytöllä saattaa olla myös negatiivisia emotionaalisia vaikutuksia lapsiin, jotka kärsivät huonosta itsetunnosta; he määrittävät suosionsa sen mukaan, kuinka monta ystävää heillä on Facebookissa, tai sillä, mihin ryhmiin heidät on kutsuttu mukaan. Jonkun ryhmän ulkopuolelle jääminen saattaa ennestään laskea näiden nuorten itseluottamusta. Dhir painottaa, että vaikka suurella osaa somen nuorista käyttäjistä on paljon ystäviä ja hyvät välit vanhempiin, somea eniten käyttävät teini-ikäiset ovat vähemmän tyytyväisiä ja he raportoivat joutuvansa usein hankaluuksiin, olevansa surullisia ja onnettomia, sekä tylsistyneitä. (Dhir 2016.) Somen ulkonäköä painottavassa kulttuurissa minäkuva voi myös visualisoitua liiaksi, niin että muut piirteet ja vahvuudet jäävät ikään kuin sen varjoon. Kauniit kuvat ja ihanan elämän kuvailu voivat synnyttää paineita ja vääristää käsityksen todellisesta arjesta. (Noppari & Kupiainen 2015, 127.)

Some itsessään ei ole hyvä tai paha. Medialukutaidon merkitys korostuu somessa ja vaatii siksi vanhemmilta uudenlaisia mediakasvatustaitoja. Nuorten somen käyttöä tulisi ohjata rakentavasti

keskustellen oikeaan suuntaan ja kannustaa viettämään aikaansa sellaisen somemateriaalin parissa, joka ei edusta nuorten kannalta kielteisiä asenteita tai arvoja. Rasismi ja ääriliikkeiden edustamat poliittiset kannanotot voivat esimerkiksi vaikuttaa vahingollisesti nuoren maailmankuvan muotoutumiseen. Nuoren maailmankuva tai arvomaailma ei kuitenkaan ole yksinomaan netistä lähtöisin, vaan se toimii korkeintaan jo näitä olemassa olevia arvoja ja asenteita vahvistavana tekijänä. (Haasio 2016, 16.)

2.3 Someajan merkitys vuorovaikutusilmiöihin

Älypuhelinajan vuorovaikutusilmiöitä nimenomaan kasvokkaisessa keskustelussa ovat tutkineet esimerkiksi Raudaskoski, Mantere ja Valkonen (2019). He ovat kartoittaneet tutkimustaan varten älypuhelinien yleisyyttä ja todenneet, että 9-vuotiailla ja sitä vanhemmilla lapsilla lähes kaikilla on älypuhelin ja etenkin nuoret käyttävät internetiä pääasiallisesti nimenomaan älypuhelimensa kautta. Älypuhelimet ovat siis yhä useammin läsnä kasvokkaisissa keskusteluissa ja niiden käyttäminen keskellä kasvokkaista vuorovaikutusta on yleisesti hyväksyttävää. Raudaskoski, ym. (2019) ovat nimenneet kaksi älypuhelimien käyttöön liittyvää vuorovaikutusilmiötä: Sivustakatsojan pimennon ja Tahmean medialaitteen. Sivustakatsojan pimento tarkoittaa sitä, että henkilön katsoessa omaa kännykkäänsä, ei toinen samassa tilassa fyysisesti oleva ihminen voi tietää, mitä kyseinen henkilö on tekemässä ja voiko hänet mahdollisesti keskeyttää. Jos fyysisesti samassa tilassa oleva ihminen jää ilman vastausta esittämäänsä kysymykseen, ärsyttää vastaamattomuus kännykän vuoksi enemmän kuin vaikkapa lehden lukemisen vuoksi. Lehden lukemisen ihminen voi omin silmin havaita. Toisen katsellessa kännykän ruutua, ei samassa tilassa olevalle välity, mitä ruudun kautta tehdään. Oleellinen ero on siinä, että sivustakatsojan pimennon vuoksi ilman vastausta jäänyt henkilö ei tiedä, eikä ymmärrä, minkä vuoksi toinen ei vastaa ja kauanko vastaamista pitäisi olettaa joutuvan odottamaan. (em. 4,6, 18–19.)

Tahmea medialaite kuvaa nimensä kaltaisesti vuorovaikutustilannetta, jossa älypuhelinia käyttävää henkilöä on vaikea saada mukaan keskusteluun tai pitää häntä mukana kasvokkaisessa keskustelussa ilman, että hänen huomionsa ei irtoa tai kiinnity heti uudelleen ”tahmeaan laitteeseen”. Älypuhelimella kesken olevalla toiminnalla on käyttäjälle vuorovaikutuksellista pakottavuutta, mikä tekee laitteesta hankalasti hylättävän. Meneillään olevaan kasvokkaiseen vuorovaikutukseen

kännykän samanaikainen käyttö tuo ”viipymisiä, takelteluja ja uudelleen aloituksia” sitä hankaloittaen. (Raudaskoski, ym. 2019, 4–7.)

Raudaskoski, ym. (2019) ovat todenneetkin, että etenkin nuoret, jotka käyttävät aktiivisesti omaa älypuheliniaan reagoivat nopeasti puhelimen erilaisiin merkkiäniin, jopa niin että ne ohittavat tärkeydessään meneillään olevan kasvokkaisen keskustelun. Nuorten keskuudessa tätä tilannetta ei pidetä ongelmallisena ja keskustelutilanteissa he pystyvät tutkimusten mukaan sujuvasti osallistumaan kahdessa toisiinsa limittyvässä tilanteessa usein riittävällä tavalla. Nuorisokulttuurin ulkopuolella ilmiöt voivat kuitenkin herättää ärtymystä ja erilaisia ulos jäämisen kokemuksia. Raudaskoski, ym. nostavatkin ilmiön yhteydessä esiin Garfinkelin (2002) ajatuksen vuorovaikutuksen tutkimisen tärkeydestä koko yhteiskuntaa ajatellen. Kaikelle sosiaaliselle toiminnalle välttämätön jaettu ymmärrys rakennetaan nimenomaan arkisessa vuorovaikutuksessa. (Raudaskoski, ym. 2019, 3.)

Kolmas älylaitteiden vuorovaikutukseen tuoma ulottuvuus on ”älypuhelinajan kasvotyö” normi. Sillä tarkoitetaan sitä, että kännykän käyttö kesken meneillään olevaa keskustelua, on yleisesti sallittua ja hyväksyttyä, vaikka se tosiasiallisesti herättäisikin itsessä ärsytystä ja merkityksettömyyden tuntemuksia. Normin vastaista ei suinkaan siis ole laitteen käyttö kesken keskustelun, vaan sen käytön paheksuminen tai osoittaminen jonkinlaiseksi ongelmaksi. (Raudaskoski, ym. 2019, 24.)

Nämä kaikki älylaitteiden käyttöön liittyvät ilmiöt ja niihin liittyvät mahdolliset ongelmat kasvokkaisessa vuorovaikutuksessa voivat olla vain välivaihe, joka poistuu uusien sukupolvien varttuessa aikuisiksi ja tottuessa uudenaikaiseen keskustelukulttuuriin. Toisaalta esimerkiksi Sivustakatsojan pimento on vauvoille erittäin ongelmallinen, sillä heille nimenomaan katsekontakti hoitavan henkilön kanssa on kehityksen kannalta erityisen tärkeä. (Raudaskoski, ym. 2019, 27–28.)

3 MURROSikäISEN NUOREN VANHEMMUUS

Sosiaalityössä perhettä on nykyisin totuttu tarkastelemaan systeemisenä kokonaisuutena tai yksikkönä, jossa mahdollisia esiin tulevia ongelmia ratkaistaan yhteistyössä koko perheen kanssa ja, jossa muutos yhdessä perheen osasessa, käynnistää muutoksen koko systeemissä (esim. Lahtinen ym. 2017; Aaltio & Isokuorti 2019). Perheyhteisyydessä on kyse tietynlaisesta yhteishengestä ja perheen totutuista tavoista ja yhteisesti rakentuneista rutiineista.

Jallinoja (2009) ja Ketokivi (2010) ovat tarkastelleet perhettä koskettavia kriisejä tai häiriötekijöitä ja niiden merkitystä perheeseen. Jallinoja (2009) käyttää käsitettä ”vieras”, kun perheen totuttua systeemiä uhkaa jokin ulkopuolinen tekijä, joka pyritään torjumaan. Tekijä voi olla jonkun perheen jäsenen sairastuminen, työttömyys tai jokin muu perheen arkea mullistava tekijä. Perheiden tavat reagoida vieraaseen, totuttua arkea uhkaavaan tekijään, ovat perhekohtaisia ja vaihtelevat paljon. Vierasta voidaan yrittää torjua tai vältellä ja sen kohtaamiseen liittyy paljon erilaisia tunteita. Osa tunteista voi olla negatiivisia kuten kiusaantuneisuutta, pelkoa tai inhoa. Toisaalta vieras tekijä voidaan myös hyväksyä ja sovittaa osaksi perhettä ja sen kanssa voidaan oppia elämään. (em. 2009, 18.) Murrosikäinen nuori on omaksunut omassa perheessään kasvaessaan vanhempiensa arvoja, asenteita ja roolimalleja. Murrosikä käynnistää nuorena oman identiteetin löytämisen prosessin, jonka yhteydessä oman vertaisryhmän, eli toisten nuorten, merkitys kasvaa. Tämä helpottaa nuoren irtautumista vanhemmistaan. Mielestäni voisi perustellusti väittää, että laajasti ajateltuna murrosikä voidaan nähdä alkuun tällaisena vieraana tekijänä perheessä, ja se voi hämmäntää vanhempia. Rönkä (2002, 58) toteaa, että vanhemman tehtävänä on antaa murrosikäiselle nuorelle vähitellen lisää liikkumatilaa ja vastuuta. Steinberg (2001) on osuvasti kuvannut murrosikäisen perhesysteemin olevan käymistilassa. Murrosikä vaatii vanhemmilta uudenlaiseen rooliin sopeutumista, luottamusta, joustavuutta, sekä oman vanhemmuuden uudelleen hahmottamista. (Steingerg & Silk 2002.)

Resilienssi voidaan ymmärtää kykynä sopeutua muutoksiin, kehittyä niiden seurauksena ja hyväksyä vaikeudet osaksi onnellista elämää, sekä kykynä saada omat ja ympäristön selviämiskeinot ja voimavarat käyttöön vaikeuksia kohdatessa. Resilienssi eli selviämiskyky voidaan nähdä toisaalta yksilön ominaisuutena tai jonkin yksikön, kuten perheen tai yhteisön ominaisuutena. (Lipponen

2020.) Vanhempien resilienssiä eli kykyä selvitä vanhemmuuden haasteista on tutkittu valitettavan vähän.

Lipposen (2019) mukaan Walsh on luonut perheen resilienssille määritelmän, jossa ajatellaan perheen sisäisen resilienssin rakentuvan kolmen tekijän ympärille. Ensimmäinen tekijä on perheen toiminta- ja ajattelutavat, joilla perhe ymmärtää kokemansa vaikeuden, sen merkityksen omassa elämässään ja mahdollisuutensa selviytyä tästä perhettä kohdanneesta vaikeudesta huolimatta. Kyse on paljon hyväksymisen kyvystä ja optimismista, toivon ylläpitämisestä siinä, että vaikeudesta huolimatta hyvä elämä on mahdollista tulevaisuudessakin. Olennaista on, että suhtautumistapa on perheen sisällä yhteisesti muotoutunut ja kaikkien sen jäsenten kesken jaettu. Toinen tekijä Walshin määritelmän mukaan on perheen kyky toimia joustavasti toisistaan huolehtien ja kyky liittyä perhettä ympäröiviin yhteisöihin. Yhteinen toiminta ja avoimuus mahdollistavat resurssien lisääntymisen. Kolmas tekijä on avoin, selkeä ja joustava vuorovaikutus ja yhteistyö. Vaikeuksista puhuminen ja niiden nimeäminen ääneen luo turvaa ja huolenpitoa. Perheen vuorovaikutus perheen ulkopuolisiin toimijoihin kuten kouluun tai sosiaalipalveluihin on myös merkittävässä asemassa. Näissä kaikissa edellä mainituissa osatekijöissä on kyse dynaamisista prosesseista, joihin sisältyy ajatus kasvusta ja oman tarinan tunnistamisesta ja sen vahvistumisesta. (Lipponen 2020, 255–257.)

Erilaisten elämään kuuluvien vastoinkäymisten kohdalla oleellista resilienssi-kyvyille on se, miten perhe löytää sille merkityksen omassa elämässään. Vanhempien kyky selittää asioita, kertoa omia havaintojaan, auttaa lasta ymmärtämään tapahtumia ja luoda hankalalle tilanteelle jokin merkitys, auttaa lasta kestämään vastoinkäymisen paremmin. Oleellista resilienssi-kyvyn vahvistumiselle on se, että perhettä kohdannut haaste kohdataan yhdessä perheenä, sen toisiin jäseniin luottaen. Onnistuneesti läpikäyty kriisi voi osaltaan vahvistaa perhettä ja tehdä sen jäsenistä itsevarmempia. Nuoria koskevissa kriiseissä, kuten kiusaamistilanteissa, olisikin oleellista tukea vanhempia heidän vanhemmuudessaan. Perheiden palvelut, jotka ovat perhekeskeisiä ja vahvuuspohjaisia, tukevat parhaiten vanhempien pystyvyyden tunteita ja auttavat osaltaan rakentamaan edelleen paremmin myös lasten pystyvyyttä ja luottamusta tulevaan ja toisiin ihmisiin. Interventioiden tulisikin perustua perheiden yksilöllisiin tarpeisiin ja kohdentua siten, että perheiden omat resurssit ja kyvyt otettaisiin käyttöön ja niitä kehitettäisiin edelleen. Yhteisöpohjaiset, resilienssisuuntautuneet lähestymistavat korostavat rohkeutta ja sikeyttä rinnakkain kohdatun vastoinkäymisen, eli kärsimyksen kanssa.

Toiveikkuutta vahvistavat yhteistyössä kehitetyt vaihtoehtoiset merkitykset hälventävät tapahtuneeseen liittyviä stigmatisoivia tunteita kuten häpeää ja syyllisyyttä. (Poijula 2018, 162–169.)

Mäkelä (2012) puhuu yhteistoiminnallisen vanhemmuuden puolesta. Hänen mielestään vanhemmuuden tehtävien jakaminen on nähtävä välttämättömänä voimavarana. Vanhemman onnistuminen kasvatustehtävässään liittyy hänen käytettävissä oleviin voimavaroihinsa ja tuen saaminen tässä tehtävässä lisää vanhemman omia toimintamahdollisuuksia. (Mäkelä 2012.) Jokainen murrosikäisen nuoren vanhempi on itsekin ollut jonkun lapsi. Omia lapsuudessa saatuja kiintymysmalleja ei ole välttämättä pysähdetty pohtimaan aikaisemmin. Murrosikä tarjoaa tähän uuden oivallisen mahdollisuuden, jonka käyttäminen hyödyttää sekä vanhempaa että lasta. Rusanen (2011) on tutkinut laajasti kiintymyssuhdeteoriaa ja todennut, että lapsuudessa tapahtuvalla kommunikoinnilla on selkeä vaikutus ihmissuhteisiin tavalla, joka näkyy myös aikuisiällä. Esimerkiksi lapsuuden huono tunnesuhde vanhempiin ennustaa nuoruudessa heikentyntä kommunikointia ja konflikteja vanhempien kanssa ja edelleen heikentyntä kumppanisuhdetta varhaisaikuisuudessa ja sitä kautta tyytymättömyyttä elämään. Kiintymystyyllillä on todettu olevan myös yhteys kykyyn tuntea myötätuntoa ja haluun auttaa toisia, sekä kykyyn hakea ja vastaanottaa tukea itse. (Rusanen 2011, 276, 280.)

Useat tutkijat ovat tutkineet vanhempien kiintymysmallien merkitystä pienten lasten vanhemmuudessa ja todenneet aikuisten lapsuudessaan itse kokemansa kiintymysmallien olevan suhteellisen pysyviä (Main 2000; Rusanen 2011, 286; Brown & Elliot 2016; Miculincer & Shaver 2016). Siksi pidän relevanttina nostaa ne myös tässä yhteydessä tarkasteluun, vaikka käsittelenkin murrosikäisen nuoren vanhemmuutta. Kiintymysmallit aktivoituvat läheisissä ihmissuhteissa ja vaikuttavat siihen, miten ihminen hakee turvaa ja miten reagoi hankalissa ja stressaavissa tilanteissa. Aikuisen kiintymystyyllit voidaan jakaa neljään: ”jumiutuneeksi”, ”etäistäväksi”, ”pelokkaaksi” ja ”turvalliseksi”. (em.)

Stressaavassa tilanteessa jumiutunut kiintymysmalli sisältää vanhemmuuden malleista eniten tarvitsevuutta. Vanhempikin voi silloin kaivata läheisiltään paljon tukea tilanteiden ja omien hankalien tunteiden käsittelyssä, mutta kokea silti jatkuvasti jäävänsä sitä ilman. Kun läheiset eivät osaa vastata jumiutuneen vanhemman tarpeisiin hänen mielestään oikein, hän voi torjua heidät ja

heidän yrityksensä auttaa. Etäistävissä kiintymysmallissa vanhemman on vaikea kertoa tai näyttää omia tunteitaan, eikä hän usein tunnista niitä itsessäänkään. Hän ei pidä tunteiden merkitystä elämässä tärkeänä vaan ratkaisee ongelmat mieluummin järjellä. Varsinkin kielteiset tunteet tuntuvat vaikeilta ja niiden sijaan on helpompi keskittyä muuhun toimintaan. Tällainen vanhempi kannustaa nuorta helposti liialliseen itsenäisyyteen. Myös pelokkaassa kiintymysmallissa vanhemman on vaikeaa näyttää tunteitaan ja tuen tarvitsemista, mutta syynä on tunteiden ilmaisun vaikeus, sekä pelko ja kyvyttömyys luottaa läheisiinkään. Vanhempi kokee helposti häpeää ja syyllisyyttä tilanteissa ja voi jopa lamaanua täysin kokiessaan pahaa mieltä. Pelokkaassa vanhemmuudessa on vaarana ylisuojeleva asenne itsenäistymään pyrkivää nuorta kohtaan tai vanhemman oma ylikuormittuminen. Turvallisessa kiintymysmallissa vanhemman on helppo kertoa avoimesti tunteistaan ja hän tekee sen luottaen sekä omiin tulkintoihinsa tunteistaan että muilta samaansa tukeen. Tällainen vanhempi rauhoittuu helposti saadessaan tukea ja kykenee antamaan tukea myös muille kuormittumatta itse liikaa. (Main 2000; Rusanen 2011, 286; Brown & Elliot 2016; Miculincer & Shaver 2016.) Vanhempien kannattaisikin pysähtyä tutkimaan omia kiintymysrakenteita pohtien samalla millaisia kiintymysmalleja toivoisi omille lapsilleen siirtävänsä.

Tutkimusten mukaan vanhemman vuorovaikutustapaa on tehokkainta muuttaa hänen mentalisaatiokykyään vahvistamalla. Mentalisaatiokyky on yksilön kykyä pohtia sekä omaa että toisen näkökulmaa ja kokemusta. Hyvä mentalisaatiokyky auttaa ihmistä säätelemään omia tunnetiloja, luo vakautta ihmissuhteisiin ja edistää kommunikaatiokykyä perheissä. Vastaavasti se vähentää konfliktien aiheuttamaa stressiä ja traumatisoivaa vaikutusta. Mentalisaatiokyky on psyykkisen hyvinvoinnin kulmakivi, sekä suojaava tekijä ihmissuhteissa ja kriisitilanteissa. Nuoruusikä on mentalisaation kehityksessä erityisen haasteellinen vaihe, koska pienetkin ympäristön ärsykkeet voivat saada murrosikäisessä aikaan hyvin voimakkaan tunnereaktion ja tunteiden hallinta vaikeutuu. Omien voimakkaiden, hallitsemattomien tunteiden, vuoksi mentalisaatiolle ominainen havainnoiva pohdinta ja kyky eläytyä toisten kokemuksiin vaikeutuu. Vanhempien kyky tukea murrosikäistä lasta voi vaihdella erilaisissa stressaavissa tilanteissa ja elämänvaiheissa. Esimerkiksi kriisitilanteessa vanhemmankin mentalisaatiokyky voi hetkellisesti romahtaa ja häpeän ja nöyryyksen tunteet voivat näyttäytyä uhkana omalle identiteetille. Kuitenkin mentalisaatiokyvyn palautuessa vanhempi pystyy pysähtymään ja pohtimaan tapahtumia toisen ihmisen perspektiivistä ja mallittamaan tätä myös lapselleen. Se parantaa kykyä säädellä omia tunnetiloja ja rauhoittaa itseään ja luo vakautta ja joustavuutta ihmissuhteisiin. (Pajulo, Salo & Pyykkönen 2015.) Mentalisaatiokyvyn

vahvistumisen kannalta olisi hyvä, että murrosikäisen vanhempi pääsisi jakamaan omia kokemuksiaan ja refleктоimaan ajatuksiaan.

Kaiken kaikkiaan lasten ja nuorten kehitykseen vaikuttavia tekijöitä voidaan ryhmitellä eri tavoin. Yksi tapa on luokitella vaikutuksia myönteisiin ja kielteisiin. Kielteisiä vaikutustapoja voidaan kutsua riskitekijöiksi, joita voi olla sekä nuoren ympäristössä tai hänen omissa ominaisuuksissaan. Näiden riskitekijöiden ohella voidaan puhua myös haavoittuvuustekijöistä, jotka kuvaavat alttiutta kielteisille vaikutuksille olosuhteissa, joissa riskejä on paljon. Vaikeissa oloissa elävä nuori onkin haavoittuvammassa asemassa kuin toiset, verrokkinuoret. Aikaisemmin esitelty resilienssikyky auttaa nuoria selviämään vastoinkäymisien keskellä. Selviytymistä tukevat myös muut, suojaavat tekijät, joilla on puskurivaikutusta riskejä vastaan. (Pulkkinen 2002, 15–16.)

Nykyään vanhemmuuskeskustelussa on esiintynyt termi ”laatu aika”, jota perheet viettävät yhdessä. Itse ymmärrän termin tarkoittavan perheen laadullisesti yhdessä viettämän ajan olevan tärkeämpää kuin yhdessä vietetyn ajan määrän. Rönkä, Viherkoski & Poikkeus (2002) kuvaavat määritelmää tarkemmin Galinskyn (2000) mukaan, joka näkee kehityksen kannalta sekä joutilaan yhdessäolon että vanhempien koko huomion suuntaamista lapseen yhtä tärkeänä. Rönkä ym. (2002) tähdentävätkin, että laatu ei kumpua niinkään virikkeistä vaan siitä, että vanhemmat ja nuori kohtaavat toisensa. Heidän tutkimukseensa haastattelemansa nuoret kaipasivat sitä, että vanhemmat oikeasti kuuntelisivat, mitä nuorilla on sanottavanaan. (em. 2002, 55.) Hokkanen (2002, 129) toteaa, että hänen tutkimuksensa mukaan nuoret eivät kaivanneet niinkään laatu aikaa, vaan ihan arkista yhdessäoloa yhdessä vanhempien kanssa.

Eroperheitä ja eron vaikutusta lapsiin on tutkittu paljon (esim. Hokkanen, 2002). Yhteisvanhemmuuden sujuvuuden tärkeydestä lapsen ja nuoren kehitykselle on tutkimuksellista näyttöä. Kuitenkin myös ydinperheiden sisällä vanhempien kasvatustyyli voi poiketa toisistaan paljon. Vanhempien ristiriitaiset mielipiteet ja toisistaan poikkeavat säännöt ja ohjeet voivat vaikuttaa syvästikin murrosikäiseen nuoreen, joka voi joutua lojaliteettiristiriitaan ja valitsemaan puolensa perheen sisällä tai toimimaan tasapainottajana vanhempien keskinäisessä suhteessa. Notko ja Sevón (2018) ovat tutkineet perheen sisäisten konfliktitilanteiden vaikutusta lapsiin ja nuoriin. He toteavat, että ristiriitatilanteet perhesuhteissa synnyttävät ambivalentteja tunteita lapsissa ja voivat olla uhka

emotionaalisille turvallisuudelle ja lasten omalle toimijuudelle ja tunteiden ilmaisulle. Toisaalta vanhempien välinen konflikti voi saada aikaan myös yrityksen toimijuuden haltuunotosta ja hallinnan tunteen saavuttamisesta selittämällä vallitsevaa tilannetta, tunnetyötä tekemällä ja yrityksillä vaikuttaa itse konfliktin lopputulokseen. (em. 2018, 85.)

Lapset ja nuoret pitävät läheisiä ihmissuhteita erittäin tärkeinä hyvinvointinsa lähteinä. Perhe- ja ystävyysuhteet ovat heille paljon tärkeämpiä tekijöitä merkityksellisyydessään kuin esimerkiksi taloudelliset tekijät. Empiirisesti on osoitettu, että itse valittujen ystävyysuhteiden ja verkostojen merkitys kasvaa vähitellen syntymässä annettujen perhesuhteiden merkitystä tärkeämmäksi. Niistä on tullut myös joustavampia ja helpompia sekä muodostaa että purkaa. (Jokinen & Mikats 2018, 49,51–52.) Sinänsä yllättävää on se, että Suomessa 2010–2013 tehdyssä tutkimuksessa, jossa tutkittiin kännykkäpäiväkirjamenetelmällä 10–13-vuotiaiden lasten omia näkemyksiä heidän sosiaalisista maailmoistaan, ei somea mainittu vielä kertaakaan, vaikka nettisurffailu ja pelaaminen kyllä mainittiin. Sen sijaan ulkoilu, lautapeliä pelaaminen ja vain oleilu ja kasvokkaiset vapaamuotoiset hetket mainittiin useastikin. Tämä on yllättävää ja kertoo omaa kieltään mielestäni siitä, miten nopeaa somemaailmaan liittyvä muutos on ollut. (em. 2018.)

4 TUTKIMUSASETELMA

4.1 Tutkimuskysymys

Tässä pro gradu- tutkielmassani olen tutkinut nuorten sosiaalisen median eli somen käyttöä vanhempien kokemuksen kautta. Tarkoitukseni on ollut selvittää, millaisia ajatuksia ja tunteita nuorten somen käyttö vanhemmissa itsessään herättää.

Tutkimuskysymykseni on:

Miten nuorten sosiaalisen median käyttö vaikuttaa nykypäivän vanhemmuuteen ja perhearkeen vanhemman kokemana?

Tutkimusaineistoni olen kerännyt kirjoituspyynnöllä. Tarkoitukseni on ollut antaa vanhemmille vapaus valita itse oma lähestymistapansa aiheeseen ja se, mitä asioita he itse pitävät oleellisimpina aiheen kannalta, ja mistä he haluavat kirjoittaa. Narratiivisessa aineistossa jokaisen vanhemman tarina omalta osaltaan vaikuttaa siihen millainen moniääninen kokonaisuus analyysissä aineistosta rakentuu oman tulkintani kautta. Jakamani kirjoituspyyntö löytyy LIITTEESTÄ 1.

4.2 Aineiston kuvaus

Tutkimusaineistoni koostuu 19 vanhemman kirjoituksesta, jotka on kirjoittanut 17 äitiä ja kaksi isää. Vastaajien lapset ovat iältään 12–21-vuotiaita ja vastaukset koskivat 11 tyttöä ja 17 poikaa. Vaikka kaikkien määritelmien mukaan 21-vuotias ei olekaan enää murrosikäinen vaan jo aikuinen, halusin sisällyttää myös tämän ikäistä nuorta koskevan kirjoituksen tutkimukseeni. Ajattelen, että koska ”nuoren aikuisenkin” -käsite on ajassa muuttuva, niin miksei sitä voisi sitten olla murrosikäisenkin. Kaikki ihmiset kuitenkin kehittyvät yksilöllisesti, omaan tahtiinsa. WHO määrittelee 10–19-vuotiaat murrosikäisiksi (adolescents), 15–24-vuotiaat nuoriksi (youth) ja 10–24-vuotiaat nuoruusikäisiksi (young people). YK määrittelee nuoriksi kaikki alle 24-vuotiaat. Tutkimukseeni onkin sisällytetty kaikki saamani vastaukset, myös 12-vuotiaiden vanhempien, vaikka heidän eivät virallisesti, yhden määritelmän mukaan, ole vielä varsinaisesti teini-ikäisiä.

Analyysini edetessä totesin myös, että omalta osaltaan juuri tämä 21-vuotiaan vanhempi valaa omalla kirjoituksellaan muihin rohkeutta asettaa rajoja, sekä antaa sitä kautta toivoa muille, ehkä haasteellisessa elämänvaiheessa elävälle vanhemmille, siinä, että koskaan ei ole myöhäistä muuttaa suuntaa. Vielä täysi-ikäisenäkin se on mahdollista, kuten alla oleva sitaatti osoittaa:

Vastaaja 14: ”Olen huomauttanut puhelimen tuijottamisen vähentämisestä väsymykseen saakka ja pinna asian suhteen alkoi olla todella kireällä. Tämän vuoksi tyttären ollessa 18 v päätin, että hänen tulee luovuttaa puhelimensa joka ilta klo 21. Koin, että tällä tavoin ohjaan häntä tekemään jotain muutakin. Hän alkoikin muutaman viikon paikallaan olon/ensi järkytyksen jälkeen maalaamaan tauluja. Olin todella iloinen asiasta ja kerroin sen hänelle. Tänä talvena mukaan on tullut myös esim. luistelemassa käynti. Olen äimystynyt.”

Olin taustakysymyksinä kysynyt vastaajan asuinpaikan ja vastaajien perheeseen kuuluvien muiden kuin murrosikäisten sisarusten iät. Nämä tiedot rajautuivat tutkimuksen ulkopuolelle, koska niillä ei vaikuttanut olevan mitään merkitystä vastauksissa. Kukaan vastaajista ei maininnut asuinpaikalla olevan merkitystä tai kuvannut eri ikäisten lasten aiheuttavan perheen sisällä keskusteluja tai ristiriitoja someen liittyen. Alla olevasta taulukosta 1. saa selkeämmän käsityksen tutkimusaineistostani.

TAULUKKO 1. Tutkimusaineisto

Vastaajasta käytetty nimitys Vastaajan sukupuoli Lasten iät ja sukupuoli

Vastaaja 1	Nainen	Poika 13-v.
Vastaaja 2	Nainen	Poika 16-v. ja poika 14-v.
Vastaaja 3	Nainen	Tytär 20-v., poika 18-v. ja poika 13-v.
Vastaaja 4	Nainen	Poika 14-v.
Vastaaja 5	Nainen	Poika 12-v.
Vastaaja 6	Nainen	Tytär 14-v.
Vastaaja 7	Nainen	Poika 15-v.
Vastaaja 8	Nainen	Poika 15-v. ja tytär 14-v.
Vastaaja 9	Nainen	Tytär 13-v.
Vastaaja 10	Nainen	Poika 15-v. ja poika 13-v.
Vastaaja 11	Nainen	Poika 15-v. ja poika 14-v.
Vastaaja 12	Nainen	Tytär 12-v.
Vastaaja 13	Nainen	Poika 15-v.
Vastaaja 14	Nainen	Tytär 21-v.
Vastaaja 15	Nainen	Tytär 17-v. ja poika 15-v.
Vastaaja 16	Nainen	Tytär 15-v.
Vastaaja 17	Mies	Tytär 17-v. ja tytär 14-v.
Vastaaja 18	Mies	Poika 15-v. ja poika 13-v.
Vastaaja 19	Nainen	Tytär 16-v.

Kirjoituspyyntöni vastasi 19 vanhempaa. Jotkut kirjoituksista eivät olleet essee muodossa vaan esittämiini apukysymyksiin oli suoraan vastattu ranskalaisilla viivoilla. Se ei haitannut, sillä ranskalaisten viivojenkin avulla sain käsityksen somen vaikutuksesta perheen arkeen. Jokainen vastaus auttoi omalta osaltaan kylläännyttämään aineistoa ja antoi siihen jotain tärkeää tietoa. Koko aineistoni käsitti Times New Romanilla, fontilla 12 ja rivivälillä 1,5 kirjoitettuna noin 34 sivua. Lyhyin saamani vastaus oli noin 0,5 sivua ja pisin noin 4,5 sivua. Eniten oli noin yhden sivun mittaisia vastauksia, joita oli seitsemän. Yli kaksi sivua kirjoittaneita vastaajia aineistoni käsitti viisi.

4.3 Aineiston koonti

Alun perin tarkoitukseni oli kerätä tutkimusaineisto NNKY:n Kamalat äidit-murrosikäisten äitien vertaistukiryhmän sisällä. NNKY on Suomeen 1896 perustettu Nuorten Naisten Kristillinen Yhdistys, joka nimestään huolimatta tekee paljon uskonnosta erotettua työtä eri-ikäisten naisten aseman parantamisen hyväksi. Olin aiemmin osallistunut itse murrosikäisten vertaistukiryhmään ja kouluttautunut sen jälkeen itse vertaisohjaajaksi. Ajattelin saavani ryhmään osallistuvien keskuudesta helposti vastauksia, koska aihepiiri koskettaisi kaikkia osallistuneita. NNKY suhtautui kannustavasti ja kiinnostuneesti pro gradu- tutkielmani aiheeseen. Myös ryhmissä, missä otin tutkimuksen puheeksi, vanhemmat pitivät aihetta tärkeänä ja hyvänä.

Lyhyesti vertaistukiryhmien taustasta kerrottuna NNKY on käynnistänyt jo vuonna 2005 valtakunnallisesti Kamalat äidit-murrosikäisten äitien vertaistukiryhmätoiminnan. Rahoitusta toiminta on saanut Raha-automaattiyhdistykseltä ja sittemmin STEAlta. Vaikka taustalla on kristillinen organisaatio NNKY, on toiminta erotettu varsinaisesta kristillisestä toiminnasta. Se ei sisällä uskonnollista sisältöä ja on avointa kaikille. Vauvaperheet saavat aktiivista vertaistukea seurakuntien ja kaupunkien järjestämien vauvakerhojen ja muun vauvaperheille suunnatun vapaaehtoistoiminnan kautta. Uusi elämänvaihe yhdistää tuoreita vanhempia ja saatu vertaistuki auttaa selviämään uudessa elämänvaiheessa. Murrosikäisen vanhempi on myös uuden elämänvaiheen edessä ja epävarmuus muuttuneesta tilanteesta ja ristiriita-altis perhearke voi lisätä vanhemmuuden stressikokemuksia. Murrosikäisten nuorten vanhemmille on kuitenkin vain vähän tarjolla vertaistukea. Vertaistuen saaminen näyttää murrosikäisten nuorten vanhempien kohdalla monin

paikoin sattumanvaraiselta ja hajanaiselta. Tähän tarpeeseen NNKY pyrkii toiminnallaan vastaamaan.

Vuoden 2021 alussa jaoin kirjoituspyyntöni NNKY:n Kamalat äidit-murrosikäisten lasten äitien vertaistukiryhmiin osallistuneille. Kirjoituspyyntöni vastasi kuitenkin 31.01.2021 mennessä vain yksi äiti. Jaoin kirjoituspyynnön 31.01.2021 siksi myös Facebookissa Teinien vanhempien tukiryhmässä ja omilla sivuillani, joilla pyysin myös ystäviäni jakamaan kirjoituspyyntöä eteenpäin omien kanaviensa kautta. Vastausaikaa oli 14.02.2021 saakka ja tämä poiki 14 vastausta. Uusin myös kirjoituspyyntöni Kamalat äitien ryhmiin osallistuneille 08.02.2021 ja lupasin suklaapalkinnon 14.02.2021 mennessä vastanneille. Sain ryhmistä yhden vastauksen lisää. Koska saamissani vastauksissani ei ollut yhdenkään isän kirjoitusta, päädyin jakamaan kirjoituspyynnön vielä kerran Facebookissa 19.02.2021 ja kohdentaa kirjoituspyyntöni tällä kertaa vain murrosikäisten lasten isille. Tämän seurauksena sain kahden isän kirjoitukset aineistooni mukaan. 8.04 - 17.06.2021 ohjaamassani Kamalat äidit-vertaistukiryhmästä sain vielä yhden vastauksen lisää. Kaiken kaikkiaan aineistosta 3/19 vanhempaa oli osallistunut murrosikäisten lasten vanhempien vertaistukiryhmään. Määrä on niin vähäinen, että vaikka mainitsenkin vertaistukiryhmän tutkielmassani, ei sen roolista tullut niin merkittävää kuin alun perin olin suunnitellut ja kuvitellut.

Olen miettinyt syitä siihen, miksi vanhemmat, jotka olivat osallistuneet vertaistukiryhmiin, eivät lähteneet tutkimukseeni mukaan. Syy voi olla puhtaasti ajankäyttöön liittyvä ja ihmiset liian kiireisiä. Tutkimukseeni osallistumisesta olisi ollut vaivaa. Toisaalta myös huoli siitä, että omasta vastauksestaan voi tulla tunnistetuksi, on saattanut vaikuttaa, vaikka tutkimuksessani yhden vastaajan tunnistaminen onkin mahdotonta. Aiheesta kirjoittaminen edes minulle, tutkijan roolissa, edellyttää avoimuutta ja itsensä alttiiksi laittamista. Aiheena vanhemmuus ja nuorten somen käyttö on herkästi erilaisia tunteita herättävä, kuten Tulokset- luvusta käy ilmi. Sensitiivisistä aiheista ei ole helppo kertoa kenellekään. Vastaamisen vaikeuteen on voinut vaikuttaa myös se seikka, että vanhempi itseään ei ole muodostanut aiheesta välttämättä selkeää mielipidettä.

5 AINEISTON ANALYYSIN KUVAUS

Tässä kappaleessa kuvaan teorioita, joiden pohjalta olen rakentanut analyysiani ja perustelen niiden valinnan. Olen valinnut oman haastatteluaineistoni analyysiksi narratiivisen analyysin. Heikkisen (2015, 171) mukaan ihminen on olemukseltaan kertova ihminen- homo narrans ja kertomus on inhimillisen tulkinnan perusmuoto, johon kokemuksemme elämästä luonnostaan kietoutuu. Siksi kun pyrkimyksenä on ymmärtää ihmistä ja heidän toimintaansa, kertominen ja kertomusten tutkiminen on luontainen tapa tehdä tutkimusta. Valitsin analyysini menetelmäksi nimenomaan narratiivisen analyysin, koska se tuo mielestäni eniten painoarvoa tutkimukseen osallistuvien omakohtaisille kokemuksille ja pohdinnoille, jotka ovat mielestäni ratkaisevassa asemassa vanhempien pohtiessa omaa vanhemmuuttaan ja somen merkitystä oman nuorensa ja perheensä kohdalla.

Narratiivinen tutkimus on väljä metodinen viitekehys ikään kuin sateenvarjo, jonka alla huomio kohdistetaan kertomuksiin tiedon, todellisuuden ja merkitysten välittäjänä ja tuottajana (Hänninen 2002, 18). Tarina syntyy ihmisen tulkitsessa perättäisten tapahtumien ketjua, johon kulttuurissamme tarjolla olevat tarinamallit heijastuvat. Narratiivisessa lähestymistavassa kertomuksen sisältä voidaan löytää monta tarinaa ja tutkijan valittavana on monta eri tulkintaa. (em. 2002, 20) Tämä tulee mielestäni hyvin esille omassa pro gradu- tutkimuksessanikin, jota tulkitsen aineistolähtöisesti aivan erilaisten teorioiden valossa kuin mitä alun perin olin ehkä ajatellut. Minua kiinnostavat aineiston tarjoamat lähes rajattomat mahdollisuudet.

Jokaisen yksilön kokemus on ainutkertainen ja sinällään jo arvokas, mutta samalla se osallistuu yleisemmin jaetun ja hyväksytyyn tiedon rakentumiseen. Minua kiinnostaa tässä analyysissäni tutkia nuorten somen käyttöä vanhemman kokemuksen kautta. Tutkimuskysymyksenäni on: ”Miten nuorten somen käyttö vaikuttaa nykypäivän vanhemmuuteen ja perhearkeen vanhemman kokemana”. Tarkenuksena olen valinnut menetelmätavakseni kategorisen narratiivianalyysin ja aloitin analyysini Polkinghornea mukaillen. Kategorisessa narratiivianalyysissä tutkijan päähuomio kohdistuu ilmiöön, joka on yhteinen jollekin ihmisryhmälle. Analyysissä jokainen kertomus jaetaan osiin ja eri kertojien tuottamat tiettyyn kategoriaan eli teemaan kuuluvat katkelmat kootaan yhteen. Polkinghornen mukaan vertailemalla systemaattisesti aineistokatkelmia, pyritään narratiivien joukosta löytämään yleisempiä käsitteellisiä ilmenemismuotoja. (Kaasila 2008, 46.)

Tulkinnan on sanottu olevan aina osa sosiaalista, kulttuurista ja historiallista kontekstia (Lawler, 2008). Tämä tulee mielestäni hyvin esille kirjoituksissa, joissa kukin kirjoittaja on luonut nuorten somen käytölle aivan omanlaisiaan merkityksiä omassa elämässään. Nämä merkitykset ovat omalta osaltaan muokanneet heidän yksilöllistä tarinaansa vanhemman roolissa. Paitsi pyrkimyksessäni etsiä kirjoituksista yleisempiä käsitteellisiä ilmenemismuotoja, olen pyrkinyt alleviivaamaan myös vaihtoehtoiset kertomisen tavat eli vaihtoehto- tai vastakertomukset. Konstruktivismin perusajatuksena on, että ihminen muodostaa tietonsa aikaisemman tietonsa ja kokemustensa varaan. Ihmiset konstruoivat oman tietonsa ja identiteettinsä. Tieto maailmasta, samoin kuin käsitys omasta itsestä, on alati kehittyvä kertomus, joka rakentuu ja muuttaa muotoaan jatkuvasti. Mielenkiintoni on ensisijaisesti siinä, miten todellisuutta konstruoidaan narratiivisessa diskurssissa, eikä siinä, mitä ”todella tapahtui” ihmisen elämässä. (Heikkinen 2015, 155–157.)

Analyysissäni sovelsin alkuun Polkinghornen jalanjäljillä holistista lähestymistapaa juonentamalla keräämäni aineistoa. Juonentamiseni tavoitteena oli retrospektiivisen, eli taaksepäin katsovan selityksen tunnistaminen kustakin kirjoituksesta. Siksi pyrin niiden osien tunnistamiseen, joilla näytti olevan kussakin kirjoituksessa eniten merkitystä kirjoittajan omassa vanhemmuudessa. Retrospektiivinen selitys on enemmän kuin tapahtumien ja kokemusten luottelemista aikajärjestyksessä, sillä keskeistä on yksittäistenkin tapahtumien suhde koko kokemuksen tuottamaan merkitykseen laajemmin. Analyysini toisessa vaiheessa kategorioidessani aineistoa, vertailin kirjoituksia keskeisten teemojen osalta. Näitä teemoja olivat somen tuomat ilon aiheet vanhemman ja koko perheen elämässä, somen tuottamat haasteet ja huolet, sekä mahdolliset uhkakuvat, omien kokemusten aiheuttamien tunteiden tunnistaminen ja niiden vaikutukset omassa ja perheen elämässä. Merkityksellisiä olivat teemoina myös itsensä vertaaminen ”muihin”, itsestä jotenkin eroaviin vanhempiin, mahdolliset toiveet someen liittyen, sekä aikakaudelle tyypillisesti, koronan vaikutukset someen liittyvien kokemusten suhteen. Pyrkimyksenäni oli kirjoitusten sisältämien yhteisten piirteiden, teemojen, huomattavien erojen ja säännönmukaisuuksien löytäminen.

Lawlerin (2008) mukaan jokainen kokemus on kulttuurisesti väritynyt, joten siksi olen analyysissäni pyrkinyt etsimään sitä, miten kirjoittajat kokevat ja kertovat omasta suhteestaan kulttuuriin ja normatiivisiin käsityksiin ”hyvästä vanhemmuudesta”. Olen pyrkinyt jokaisen kirjoituksen kohdalla myös pohtimaan, miksi kirjoittaja kertoo tarinansa siten kuin kertoo ja kenelle se on ensisijaisesti osoitettu. Analyysini viimeisessä vaiheessa pyrin ensisijaisesti nostamaan jokaisesta kirjoituksesta

esiin kohdat, joista olisi eniten hyötyä kunkin ihmisen identiteettityössä, jotta sirpalemaisestakin tarinasta voitaisiin koota ehjempi kokonaisuus ja lisätä kirjoittajan omaa elämänhallinnan tunnetta ja myönteisempää minäkäsitystä rakentavaa tarinaa. (Heikkinen 2015,162.) Uskon, että tällaisesta narratiivisesta lähestymistavasta voisi olla tulevaisuudessa sosiaalityössä paljon hyötyä, koska työskennellessämme usein asiakasryhmien parissa, joiden elämässä voi olla monenlaista hankaluutta, on heidän vahvistamisensa ja voimaantumisen hyvin merkityksellisessä asemassa elämänsuunnan muuttamisessa.

6 TULOKSET

Tässä kappaleessa esittelen saamiani tuloksia vastauksista poimittujen teemojen kautta. Pyrin kuljettamaan vanhempien kirjoituksista keräämiäni otteita yhdessä aiheesta löytämäni teorian kanssa rinnakkain. Olen kirjoittaessani ajatellut, että koska kyseiset teemat koskivat niin monia minulle vastanneita vanhempia, ne saattaisivat kiinnostaa myös muitakin tutkielmaani lukevia vanhempia ja tarjota heille osaltaan jotain uutta tietoa aiheesta. Tarkoitukseni on tuottaa lukijalle vanhempien kokemukset välähdyksinä heidän arjestaan. Teoria, jota kuljetan yhdessä saamieni teemojen kanssa ei ole kattavaa ja se on pitkälti sattumanvaraista ja valikoitunut teemojen ja omien mielenkiintojeni pohjalta. Se, että olisin tehnyt jokaisesta teemasta tarkkaa kirjallisuuskatsausta, olisi tutkielmani narratiivisen luonteen huomioon ottaen liian työlästä ja tekisi samalla siitä myös liian laajan. Lisäksi ajattelen, että toisaalta tällainen lähestymistapa on perusteltua, koska vanhempien vastauksien pohjalta nousi hyvin esiin se, että tieto, minkä pohjalta vanhemmat itsekin muodostavat mielipiteitään nuorten somen käytöstä, on hyvin sattumanvaraista. Olen siis yrittänyt löytää aineistolähtöisesti sopivia aineistoja. Koska narratiivit ovat osa sosiaalista, kulttuurista ja historiallista kontekstia, olen liittänyt lainauksiin paitsi teoreettista tietoa myös löytämiäni sopivia kulttuurillisia elementtejä.

6.1 WhatsApp tuo iloa perheisiin

WhatsApp nousi kirjoituspyyntöön vastanneiden vanhempien kirjoituksissa perheissä eniten iloa tuottavaksi some-kanavaksi (11/19 vastaajaa). Se, että kaikissa vastauksissa ei WhatsAppia erikseen mainittu, ei kuitenkaan tarkoita sitä, että se ei olisi perheessä käytössä.

Vastaaja 2: ”Meillä on oma perheryhmä, johon on kiva laittaa mukavia kuvia ja juttuja kaikkien iloksi. Pojat laittavat melkein päivittäin myös yksityisviestillä toiveitaan ruuan suhteen, ostettavia asioita tai ihan vain kuulumisiaan. WhatsAppin kautta nuoren tavoittaa helposti ja ollaan käsitelty isojakin asioita tekstaamalla.”

Vastaaja 17: ”Meidän perheessämme some auttaa pitämään yhteyttä silloin kun etäisyys on pitkä ja aikaero suuri. Käyn paljon työmatkoilla mm Hong Kongissa ja sieltä käsin ja sinne on paitsi ketterää, myös edullista olla yhteydessä vaikkapa WhatsAppilla. Kuinka helppoa onkaan paikallisessa vaatekaupassa laittaa kuvia tai videota tarjolla olevista tuliaisehdotuksista ja saada niille hyväksyntä tai hylkäys vielä kauppareissun aikana. Ei olisi onnistunut ennen vanhaan!”

Monet perheistä olivat luoneet oman sisäisen perheryhmän, ja tämä tarjosi uudenlaisen kanavan pitää yhteyttä toisiin perhejäseniin helposti ja nopeasti. Myös kavereihin pidettiin yhteyttä WhatsAppin avulla. Myös Tiktok, Instagram, Twitter ja Youtube mainittiin perheissä iloa tuottaviksi somekanaviksi:

Vastaaja 1: ”Positiivisena asiana olemme huomanneet, että teinimme viettää aikaa myös pikkusiskonsa kanssa useammin, kun he tekevät yhdessä erilaisia Tik-tok-tansseja. Meidän perheessä some siis yhdistää eri-ikäiset ja -luonteiset sisarukset touhuamaan yhdessä. Vanhempana on mukava nähdä, miten siskokset nauttivat yhteisestä ”someajasta”.

Vastaaja 9: ”Some on tuonut lapsemme arkeen ilonaiheita, jotka heijastuvat myös vanhemmuuteen ja perheemme arkeen. Konkreettisimpana niistä ovat IG:ssä julkaistut projektit. Tytär esim. tekee omia korviksia, joita myy. Hän saa paljon kannustavaa palautetta, ja seuraajiakin on melko paljon.”

Vanhemmat kokivat erilaiset somealustat hyödyllisinä ja iloa tuottavina. Niiden avulla keksittiin uudenlaista, yhteistä tekemistä, sekä saatiin uusia ideoita ja toteutettiin itseään luovasti tai vietettiin vain aikaa yhdessä hausalla tavalla. Myös se, että some lisää nuorten tietoutta erilaisista aihepiireistä nähtiin tärkeänä ja hyvänä asiana. Monien somekanavien kautta nuoret saavat tänä päivänä saman tiedon kuin heidän vanhempansa ehkä osittain vielä sanomalehtien kautta. Tietoa on somen kautta saatavilla kuitenkin nopeammin, helpommin ja enemmän kuin aikaisemmin:

Vastaaja 1: ”Instagramin avulla tyttäreemme on löytänyt vertaistukea toisinaan päätään nostavaan syömishäiriöön. Hänelle on tehnyt hyvää huomata, että on muitakin samanlaisessa tilanteessa olevia nuoria ja somen välityksellä he voivat anonyymeinä kannustaa ja tukea toisiaan.”

Vastaaja 8: ”Lapset ovat oppineet taitaviksi älylaitteiden käyttäjiksi ja opettavat välillä meitä vanhempiakin esim. älypuhelimien käytössä. Molemmat lapset oppivat paljon englantia erilaisissa peleissä ja sovelluksissa. Poika pelaa välillä ulkomaalaisten kanssa ja siinä oppii myös hyvin kieltä.”

Vaikka siis toisaalta ajatellaan, että some vähentää kommunikointia, niin kirjoituspyyntöön vastanneista vanhemmista monet toivat esille sitä, että parhaillaan some ruokki ja lisäsi perheen kommunikointia tuoden siihen uudenlaisia tapoja olla yhdessä. Nuoret saivat myös onnistumisen kokemuksia kyetessään välillä ylittämään tiedoillaan ja taidoillaan vanhempansa esimerkiksi älylaitteiden käytössä. Myös se, että nuoret oppivat englantia, sekä muita kieliä ja pystyivät pitämään yhteyttä helposti eri puolella maapalloa asuviin ystäviinsä, nähtiin plussana. Myös vertaistukea on tarjolla somessa helposti ja anonyymisti, mikä voi olla nuorelle hyvinkin tärkeää, kun identiteetti on vielä muodostumassa. Mikäli nuorella on esimerkiksi harvinaissairaus tai syömishäiriö kuten tutkimukseen osallistuneissa perheissä, pystyi somesta löytämään vertaistukea, jota välttämättä ei ole helppo kasvokkain saada. Monta kertaa hankalistakin asioista on helpompaa puhua somessa kuin kasvokkain.

Suomi on väkiluvultaan pieni ja toisinaan samanhenkisiä ihmisiä on vaikea löytää maan sisältä. Samanhenkisten löytäminen paljon laajemmasta somemaailmasta on kuitenkin mahdollista. Esimerkiksi Hantula ja Korkman (2018) esittävät esimerkin ”bronyista”, jotka ovat My Little Pony-sarjasta kiinnostuneita miehiä. Sarjan on luonut Hasbro ja se on alun perin pienille tytöille suunnattu piirretty. Miehet eroavat alkuperäisestä kohdeyleisöstä ja ilman heille suunnattuja fanisivustoja ja Facebook-ryhmiä, ”bronyjen” olisikin voinut olla hankala löytää kaltaisiaan. Yhteisöön kuuluminen somessa antaa ehkä aikanaan miehille lisää rohkeutta asettua alttiiksi ulkopuolisten ihmettelylle somemaailman ulkopuolellakin.

6.2 Nuorten someen käyttävä aika on kasvussa

Saamieni tulosten mukaan some tuo perheisiin mukanaan monenlaisia ilon hetkiä. Silti valtaosaa vanhemmista kokee somen käyttöön liittyvän myös ongelmia. Kaikkein eniten vanhempia huolestutti nuorilla someen kuluva aika. Tämä nostettiin jossain muodossa esille kaikissa saamissani vastauksissa (19/19):

Vastaaja 14: ”Lisäksi koska puhelin on kädessä 16h/vrk, on huomio siinä ja sen sisällössä 110%. Jos ”ulkopuolelta” kyselee jotain tai jopa pyytää pientä palvelusta roskien viennin muodossa, on vastaanotto aika ärtynyt. Aivan kuin tulisi pahasti keskeytetyksi. Tuntuu myös, ettei hän enää puhelimen tuijotuksen lisäksi osaa tehdä muuta kuin käydä vessassa, suihkussa ja syödä. Mitään muuta tekemistä ei ole ainakaan minun nähden tehty.”

Vastaaja 10: ”Huolena näin vanhempana on someen käytettävä aika. Some on nykyään saumaton osa nuoren arkea, että en edes usko, että he itse tajuaavat kuinka paljon he huomaamattaan viettävät somessa aikaa. Somen käyttö vie aikaa varmasti yllättävän paljon ja yht’äkkiä lapsi onkin roikkunut somessa pari tuntia, vaikka piti vain yksi juttu vilkaista.”

Tutkimusten mukaan aikuisten itse on usein hyvin vaikea kontrolloida omaa somen käyttöään. Silti siitä, miten nuorille voisi opettaa oman toiminnan ohjausta ja järkevää ajankäyttöä somen suhtaan, ei Suomessa puhuta juuri lainkaan. Esimerkiksi Yhdysvalloissa psykologiliiton vuotuisessa valtakunnallisessa stressitutkimuksessa vuonna 2017 lähes kaksi kolmasosaa tutkituista täysi-ikäisistä oli sitä mieltä, että ”nettipaasto” tai ”somalakko” tekisi heille hyvää, mutta vain harva heistä oli sitä kokeillut (Price 2018,15). Samoin julkisuudessa nousee aika ajoin median nostattamana esiin tieto, jonka mukaan iPhonen kehittäjä, Steve Jobs ja Microsoftin perustaja Bill Gates rajoittavat lastensa ruutu-aikaa ja pyrkivät pitämään heidät poissa älysovelluksien piiristä pitkälle teini-ikään, koska tiedostavat älypuheliiniin liittyvän riippuvuusriskin (em. 2018, 31–32).

Älypuhelimet ja sen sovellukset on tarkoituksella suunniteltu sellaiseksi, etteivät ne anna mitään merkkiä siitä, milloin käyttö olisi syytä lopettaa. Syynä ei ole tahdonvoima, joka ei olisi riittävä saadakseen meidät lopettamaan puhelimen selaamisen, vaan se tosiasia, että laitteen suunnittelijat ovat tarkoituksella pyrkineet manipuloimaan aivojemme dopamiinitasoa siten, että lopettaminen olisi mahdollisimman vaikeaa. Esimerkiksi aivohakkeroinnin mahdollistavaa koodia myyvän yhdysvaltalaisen startup-yhtiön perustaja, Ramsay Brown on kertonut Instagramin pihtaavan aluksi käyttäjän saamia tykkäyksiä ja algoritmin julkaisevan ne tehokkaimmalla mahdollisella hetkellä, joka saa käyttäjän poistumisen sijaan jatkamaan sovelluksen käyttämistä. (Price 2018, 37–38.)

Jotkut nuoret koukuttuvat omien julkaisujensa tykkäysmäärien seuraamiseen. Jo varhaiset tutkimustulokset osoittavat, että eläimien kuten ihmistenkin aivot tuottavat paljon enemmän dopamiinia silloin, kun palkinnon saaminen on ennakoimaton, kuin silloin jos se olisi ollut ennustettavissa. Tätä tietoa käyttävät hyväkseen esimerkiksi Facebook, Instagram ja Twitter, jotka muuttivat sovelluksiaan siten, että ne eivät enää tarjonneet passiivista mahdollisuutta seurata ihmisiä, vaan lisäsivät julkaisuihin ”tykkäys”- ulottuvuuden, joka lisäsi käyttäjien koukuttumista sovelluksiin. Onhan ihmisillä loputon tarve vertailla itseään muihin ja kielteisen palautteen saamisen pelko on niin vahva, että se synnyttää tarpeen muokata julkaistavia kuvia paremmaksi versioksi itsestään. (Alter 2017, 106–107, 175.)

Koska tykkäysmäärien seuraamisen tiedetään yleisesti tuottavan mielenterveydellisiä haittoja, on ongelman poistamiseksi ollut erinäisiä yrityksiä. Esimerkiksi ”Lovematically” oli sovellus, jonka kehittäjä piti ”tykkäämisiä” ensimmäisenä kulttuuriamme hallitsevana digitaalisena huumeena. Ohjelma tykkäsi automaattisesti kaikista sen ladanneen henkilön syötteeseen tulevasta julkaisusta ja lisäsi hyvää mieltä sovelluksessa. Instagram kuitenkin sulki Lovematicallyn vain kahden tunnin käytön jälkeen sosiaalisen verkoston käyttöehtojen rikkomisen vuoksi. (Alter 2017, 108.) Tykkäysmäärien seuraamisesta aiheutuvaa pahoinvointia estämään on kehitetty myös selaimessa toimiva lisäosa, joka löytyy netistä hakusanalla ”demetricator”. Se poistaa esimerkiksi Facebookin laskuritoiminnon kokonaan näkyvistä ja ilmoittaa vain, että julkaisustasi on tykätty. (Alter 2017.) Lisäosa ei valitettavasti toimi älypuhelimessa, mutta on omalta osaltaan hyvä osoitus siitä, että sovelluksista olisi mahdollista suunnitella ja kehittää nykyistä eettisempiä ja mielenterveyttä paremmin huomioivampia, mikäli koko ala ei olisi niin vahvasti tiettyjen yhtiöiden ja markkinavoimien ohjaamaa.

Huomiostamme on tullut somessa lähinnä kauppatavaraa ja valitettavan moni ei edes tiedosta, että vaarana on addiktion kehittyminen. Ilmiötä luonnehtii Patinon (2020) mukaan kolme erillistä elementtiä: toleranssi, kompulsio ja riippuvuus. Toleranssi tarkoittaa, että organismin on pakko suurentaa annoksia säännöllisesti saadakseen samanlaisen tyydytyksen kuin ennen. Kompulsio merkitsee yksilön kyvyttömyyttä vastustaa haluaan. Riippuvuus merkitsee halua, joka lopulta täyttää koko elämän. Nämä kolme yhdistettynä ovat pikkuhiljaa saaneet aikaan aivan uudenlaisia vaivoja kuten ahdistussyndrooma, profiiliskitsofrenia, atasagorafobia ja synkistyminen. (em. 2020, 21)

Ahdistussyndrooma ilmenee alituisena tarpeena jakaa oman elämän eri hetket ja vetää puoleensa riittävästi huomiota ja hyväksyntää. Tarpeen mukana tuleva ahdistus syntyy pelosta, ettei postattavaksi löydykään ”oikeaa hetkeä” ja huolesta ettei oma julkaisu kerääkään riittävästi hyväksyviä reaktioita. Menestyneinkin julkaisu antaa vain väliaikaisen tyydytyksen, sillä ahdistus keksiä jotain uutta, tulee melko pian. Esimerkiksi niin kutsutut ”selfie”- onnettomuudet ovat ääri ilmenemiä sosiaalisesta ahdistuksesta. (Patino 2020, 21–23.)

”Selfie”- onnettomuudet tarkoittavat onnettomuuksia, joita syntyy, kun ihmiset yrittävät ottaa selfiekuvia itsestään vaarallisissa paikoissa tavoitellen yhä useampia tykkäyksiä julkaisuilleen.

Salmelan (2018) uutisessa intialaisten tutkijoiden mukaan vuosina 2011–2018 259 ihmistä on kuollut ottaessaan itsestään selfiekuva vaarallisessa paikassa. Vaikka tutkimuksessa onkin mukana joitakin epäselviä tapauksia, on luku kuitenkin iso. Yleisin kuolinsyy selfieonnettomuudessa oli hukkuminen, liikkuminen paikasta toiseen tai putoaminen. Liikkuminen paikasta toiseen tarkoittaa selfie ottamista esimerkiksi autoa ajaessa tai liikkuvan junan lähestyessä. Ongelman tiedostamisen jälkeen useissa paikoissa on selfieiden otto kielletty kokonaan. (em. 2018.)

Profiiliskitsofrenia iskee niihin, jotka somessa ja sovelluksissa leikittelevät eri identiteeteillä, mutta eivät lopulta osaa erottaa valitsemiaan identiteettejä omasta persoonallisuudestaan ja tosielämän kohtaamiset vaikeutuvat. Atasagrafobia merkitsee pelkoa joutua vertaistensa unohtamaksi. Synkistyminen kertoo siitä, miten turhaa on yrittää löytää joku yksilö sosiaalisessa mediassa, sillä etsijä vain tulee sairaaksi. Ihmiset ovat muuttuneet digisaaliiksi, joiden jäljet ovat epätodellisia ja joiden analysointi välimatkan päästä on mahdotonta. Todellisuuden vääristämät pelit saavat aikaan pakkomielteitä löytää lisää linkkejä, mutta johtavat yhä kasvavaan tyytymättömyyteen ja ”synkistymiseen”, joka muistuttaa depressiivistä tilaa. (Patino 2020, 21–23.)

FOMO eli ”fear of missing out” on psykologinen ilmiö, joka on tullut älypuhelimien myötä entistä tunnetummaksi, vaikka se onkin ollut olemassa jo ennen some-aikaa. Ilmiön voi suomentaa paitsi jäämisen peloksi. Przyblyski (2013) on selvittänyt omassa tutkimuksessaan, että paitsi jäämisen pelosta eniten kärsiville on yhteistä juuri nuori ikä. Some on siis omiaan ruokkimaan nuorten keskuudessa ilmiötä, jossa itsellä on jatkuvasti käsitys, että toisilla on palkitsevia kokemuksia, joista itse jää jatkuvasti paitsi, onhan se tehnyt ihmiset yhä tietoisemmaksi siitä, mitä muut tekevät juuri tällä hetkellä. Älypuhelin on suunniteltu herättämään levottomuutta, kun sen jokaisella avauskerralla saamme jotain uutta tietoa ja levottomuus siitä, että jotain kiinnostavaa jää näkemättä, iskee heti kun puhelimen laittaa pois.

Someen käytetty aika on luonnollisesti jostain muusta ajasta pois. Monet vanhemmat toivat esille sitä, että some häiritsee keskittymistä ja vie kiinnostavuudessaan voiton esimerkiksi koulutehtävistä tai ulkoilusta:

Vastaaja 10: ”Lisäksi se, että some on koko ajan läsnä, vie varmasti keskittymiskykyä pois esim. koulutehtävistä tai kokeeseen lukemisesta. Puhelin kun on helposti koko ajan vieressä ja piippaa viestistä yms.”

Vastaaja 8: ”Olemme taistelleet kouluun menemisen kanssa molempien lasten kohdalla. Tällä hetkellä käyvät koulua, mutta poika myöhästyy lähes joka ikinen päivä. Lapsilla koulunumerot ovat pudonneet huomattavasti ala-asteen muututtua yläasteeksi. Kurssien arvosanat olivat aiemmin luokkaa 6–8, nyt 4–6. Poika on siirtynyt pienluokalle. Tytär sinnittelee vielä normaaliluokalla. Poika ei tuo koulukirjojaan kotiin lainkaan. Tytär tekaisee läksyt heti koulun jälkeen. Kokeisiin lukee, jos lukee, ei halua keskustella lukusuunnitelmasta ja tietokoneajan vähentämisestä kokeita ennen.”

Vastaaja 17: ”sometus on pahimmillaan aiheuttanut hieman lamaantuneen ja apaattisen olotilan lapsille/nuorille, kännykällä olo aika ajoin syrjäytti kavereiden kanssa olon fyysisesti ja pahimmillaan saattoi johtaa ärtyneisyyteen, nukahtamisvaikeuksiin sekä huonoon unen laatuun ja muihin vastaaviin yleisesti tunnettuihin sometusten haittoihin. Myös ulkoilu on välillä jäänyt kakkoseksi kännykälle ja somettamiselle.”

Some suorastaan yllyttää nuoria multitaskaamiseen. Multitaskaminen tarkoittaa usean eri kognitiivista eli keskittymistä, muistia ja ajattelua vaativan asian tai tehtävän tekemistä samanaikaisesti. Kokeiden luvun ohessa voi esimerkiksi aina säännöllisin väliajoin tarkistaa somen, varsinkin jos opiskeltava aihe ei kuulu kiinnostavimpiin. Nass (2009) on ensimmäisinä tutkinut multitaskamista olettaen sen harjoittamisen kehittävän aivojen tiettyjä osa-alueita. Tulokset olivat kuitenkin valitettavasti päin vastaisia. Tutkimukseen osallistuneiden multitaskaajien keskuudessa tutkittavat eivät osanneet erotella olennaista tietoa epäolennaisesta, tehtävästä toiseen siirtyminen oli hankalaa ja asioiden muistaminen vaikeaa, koska työmuisti oli jatkuvasti niin kuormittunut. Loppupäätelmänä Nassin ryhmällä oli, että paitsi että älypuhelin vaurioittaa kykyämme keskittyä yhteen tehtävään kerrallaan, sen liiallinen käyttö heikentää myös muistia ja keskittymiskykyä. (Ophir, Nass & Wagner 2009.) Myös Moisala (2018) on tutkimuksessaan esittänyt, että jatkuvasti lisääntyvä teknologian parissa vietetty aika on yksi niistä ympäristökijöistä, jotka vaikuttavat kognitiivisiin toimintoihin kuten keskittymiseen yhteen tehtävään kerrallaan ja tiedon ylläpitämiseen lyhytkestoisessa muistissa. Taipumus käyttää montaa mediaa samanaikaisesti oli tutkimuksen mukaan yhteydessä suurempaan häiriintymiseen. Moisalan tutkimuksessa todettiin, että teknologian käyttötapojen ja kognitiivisen suoriutumisen välillä on havaittavia yhteyksiä jo nuoruusiällä. (Moisala 2017, 6.)

Se, että somea voi käyttää hyvinkin luovasti tuli hyvin esiin jo edellisen luvun esimerkeissä. Kuitenkin vastauksissa tuotiin esille myös sitä, että se voi näyttäytyä myös luovuutta ehkäisevänä

lähinnä sen kautta, että välillä ”tylsyys” voisi saada lapsen tai nuoren kehittämään jotain uutta, ihan omaa toimintaa:

Vastaaja 10: ”Lisäksi viihdettä on koko ajan saatavilla. Olisiko parempi, jos välillä olisi tylsää ja joutuisi keksimään jotain tekemistä. Olisiko se parempi luovalle ajattelulle?”

Vastaaja 6: ”Mä ajattelen, että some merkitsee eniten yhteydenpitoa kavereihin. Se on niin kuin osa normaalia arkea nuorille. Se on myös vähän niin, että sen avulla tapetaan kaiken aikaa tylsyyttä. Siihen saadaan kulumaan kaikki aika. Sillä korvataan ulkoilu ja sosiaalinen kanssakäyminen, niin kuin oikeiden kavereiden kanssa monesti. Mä oon sitä mieltä, että some tavallaan tappaa sosiaalisuutta ihmisissä. Se niin kuin ehdottomasti vähentää vuorovaikutusta. Niin kuin aitoa sellaista. Somessa kun ei olla vaikka tavattu koko ihmistä ikinä liveinä, niin ei sitä voi tuntea kunnolla tai voi luottaa siihen. Silti nuoret niin kuin luulee helposti, että niin voi tehdä.”

Monet vanhemmista olivatkin huolissaan siitä, että some täytti heidän nuoriensa arjessa kaikki ”vapaat” ja ”tyhjät” hetket.

6.3 Tyttöjen ja poikien vanhempia huolestuttavat somessa eri asiat

Tyttöjen ja poikien vanhemmilla huolen sisällölliset aiheet aikaa lukuun ottamatta erosivat selkeästi. Tytöille some tuntui aiheuttavan vanhempien mielestä ulkonäköpaineita, sopimattomia lähestymisyrittäksiä etenkin vanhemmilta miehiltä ja kiusaamisilmiöitä. Poikien vanhempia huolettivat sen sijaan enemmän esimerkiksi pelaaminen ja päihteet. Kuitenkin on tärkeää alleviivata, että pelaaminen koskettaa ongelmana molempia sukupuolia, kuten yhden teini-ikäisen tytön vanhemman vastaus osoittaa:

Vastaaja 8: ”Tytär pelaa nyt tietokoneella lähes rajattomasti iltaisin ja viikonloppuisin. Hän kertoi jopa meille kuulevansa ääniä ja lopulta joutui kahdeksi vuorokaudeksi nuorisopsykiatrian osastolle. Viestitti sieltä minulle keksineensä äänet, jotta saisi olla rauhassa peleillään ja puhelimillaan.”

Pelaamisessa poikien vanhempia mietitytti eniten siihen helposti kuluvan ajan lisäksi myös pelien väkivaltaisuus:

Vastaaja 8: ”Poika pelasi aluksi lähes rajattomasti, lukuun ottamatta koulu-aikaa ja yötä, koska harjoitteli kuulemma e-urheilijan uralle. Paitsi liiallinen pelaaminen, huolenani on pelien väkivaltaisuus: en voi sille mitään, että katsellessani pojan intohimoista pelaamista ja kiihtynyttä huutamista kaverille mikin kautta ja ruudussa tapahtuvaa tappamista ja väkivaltaa, tulee mieleen, mitä vaikutuksia jatkuvalla väkivaltapeleihin uppoutumisella on nuoren mieleen ja aivoihin.”

Vastaaja 11: ”Tiettyjen pelien aiheuttama turhautuminen ja jopa suorasanainen viha on jollain tapaa vaikeaa ymmärtää. Ehkä johtuu siitä, että itse ei koskaan ole siinä määrin pelannut, jotta olisi päässyt siihen maailmaan uppoutumaan. Tuo viha ja ärsytys on sellainen asia, johon on vaikea suhtautua ja olisi kaivannut neuvoja, miten näissä tilanteissa toimitaan. Itse olen huomannut, että jos puuttuu näihin tilanteisiin niin se vain lisää turhautumista ja tietynlaista aggressiota.”

Vaikka pelaamisesta saa yllä olevien lainauksien kautta varsin negatiivisen kuvan, on pelaamisella osoitettu olevan myös hyötyjäkin. Moisala (2018) on todennut tutkimuksessaan pelaamisen olevan esimerkiksi yhteydessä parempaan työmuistisuoritukseen. Toisaalta pelaaminen on myös hyvin koukuttavaa. Esimerkiksi World of Warcraft-verkkoroolipeli, jossa pelaajien avatarit eri puolilta maailmaa muodostavat kiltoja, jotka ratkaisevat kilpailutehtäviä yhdessä, on tituleerattu kiistatta maailman addiktiivisimmaksi peliksi. Noin 40 prosentille pelaajista kehittyy addiktio peliin. (Alter 2017, 23–24.) World of Warcraftin koukuttavuus on harkittua, sillä sen pelaajat maksavat joka kuukausi siitä, että saavat jatkaa pelin pelaamista. Tämä on aiheuttanut myös pelinjärjestäjien sääntöjen vastaista toimintaa siten, että verkossa on erilaisia kauppapaikkoja, joissa on myytävänä kokonaisia pelitilejä World of Warcraftiin pelaajille, jotka eivät halua käyttää useita kuukausia aikaansa aloittaakseen pelin alusta ja päästäkseen tietylle tasolle. (Kinnunen 2010, 114–115.) Yhdysvalloissa pelivalmistajat ovat vetäneet pelejään pois markkinoiltakin siksi, että ne ovat sisällöltään niin addiktiivisia. Ongelman tiedostaminen voi osaltaan johtaa siihen, että suunnittelijat haluavat tulevaisuudessa suunnitella aiempaa eettisemmin toteutettavampia pelejä. (Alter 2017, 43.)

Lasten ja nuorten itsesäätelytaito on vielä kehittymätön, ja he voivat tarvita aikuisen apua pelaamisen rajoittamisessa. Kuitenkin, vaikka pelaaminen olisin runsastakin, olisi tärkeää huomioida koko kokonaisuus nuoren elämässä. Mikäli nuori hoitaa koulunsa, harrastaa, syö ja nukkuu hyvin, ei syytä varsinaiseen huoleen ole. Varsinaisten peliongelmiensa takana löytyy usein muita syitä kuten kiusaamista, perheväkivaltaa ja masennusta. Todellisten ongelmien ilmetessä, olisi hyvä pysähtyä pohtimaan perheen ihmissuhteiden laatua ja määrää kokonaisuutena. (Irisvik & Utriainen 2017, 115–116.)

Vanhemmille pelien maailma itsessään ei ole välttämättä kovin tuttu ja siksi sitä voi olla vaikea ymmärtää. Yksi tällainen oivallus on käsittää, että pelien maailmassa on mahdotonta saada ilmaiseksi hyvää ja kehittäväää. Ilmaispelien yleinen keino rahoittaa peliä, on mainonta. Mainoksien sisältö taas ei välttämättä ole lapsille tai nuorille sopivaa, eikä niiden sisältöön voi itse vaikuttaa. Toinen yleinen

keino tuottoihin ilmaispeleissä on se, että peleissä etenemiseen ja sen nopeuttamiseen voi pelin edetessä kuitenkin tarvita rahaa. Ilman rahallista panostamista voi pelien pelaaminen muuttua turhauttavaksi. Lisäksi ilmaispeleiden kautta voidaan kerätä tietoa pelaajista ja sitä kautta kehittää niistä entistä enemmän käyttäjiä houkuttelevampia. (Irsvik & Utriainen 2017, 66–72.)

Facebookin ilmaispeleiden suosio perustuu siihen, että niihin on integroitu myös sosiaalinen ulottuvuus ja siellä ystävät voivat antaa toisilleen virtuaalisia lahjoja ja auttaa toisiaan etenemään peleissä. Yksittäiset pelisessiot eivät välttämättä vie kauan, mutta eteneminen esimerkiksi Facebookin suositussa FarmVille pelissä edellyttää säännöllisyyttä. Pelimaailman kehittyessä ja virtuaalisesti rakennetun maatilankasvaessa, pelin hylkääminen ja pelisessioista irrottautuminen on entistä vaikeampaa. FarmVillessäkin pelaaja pystyy kuitenkin pyytämään jotakin ystävistään huolehtimaan omasta maatilastaan esimerkiksi lomamatkan aikana. (Kinnunen, 126–127.)

Poikien vanhemmat kuvasivat myös sitä, miten väkivalta kiehtoo muutenkin kuin vain pelien muodossa, ja poikien keskuudessa somen kautta leviävät myös uhkarohkeat haasteet, joihin huimapäisimmät nuoret tarttuvat. Poikien kulttuurissa myös päihteiden käyttöä ihailaan enemmän. Alla olevat sitaattit kuvaavat poikien vanhempien vastauksia:

Vastaaja 11: ”Myös päihteiden käyttöä jaetaan somessa, jopa hyvinkin nuoret voivat jakaa omia videoita, jossa tupakoivat tai käyttävät päihteitä.”

Vastaaja 10: ”Lisäksi somessa on vaikka ja mitä sisältöä. Lapset eivät välttämättä osaa vielä arvioida kriittisesti sisältöä. Kuten on maailmallakin nähty, somen kautta on levinnyt hurjia haasteita, joihin nuoret ovat lähteneet mukaan. Tässä on vanhemmille haaste, että osaa kertoa lapselle, miten suhtautua kriittisesti sisältöihin.”

Vastaaja 18: ”Nuoret hakevat sosiaalista hyväksyntää, arvostusta ja ”mainetta” tekemällä somessa toinen toistaan hurjempia temppuja saaden niille mahdollisimman paljon tykkäyksiä. Toisten vastaavien temppujen katselu innoittaa itseään aina vain hurjempiin suorituksiin, jossa ei välttämättä sitten aina käy hyvin. Vaikka omat taidot olisivat todella hyvät, niin sosiaalinen paine ja toisten yllytys ajaa niiden ääri rajoille ja välillä jopa niiden ylikin. Aikaisemmin omista saavutuksistaan saattoi olla eri tavalla pitempään ansaitusti ylpeä. Nyt somessa on aina tarjolla jotain hienompaa ja ”kovempaa”. Mikään ei riitä.”

Tänä vuonna uutisiin on päätynyt esimerkiksi TikTokissa leviävä Blackout- haaste, jossa yllytetään käyttäjiä kuvaamaan ja tukahduttamaan itseään, kunnes he menettävät tajuntansa. Tällaisen haasteen seurauksena Italiassa on tietävästi kuollut yksi 10- vuotias tyttö ja kolme yhdysvaltalaisista poikaa. (Linnake 2021.) Tällaiset haasteet ovat levinneet Suomeenkin, sillä tänä syksynä yläasteikäinen tyttö

loukkaantui vakavasti sähköiskun seurauksena kiivettyään junan katolle somehaasteen yllyttämänä (Heikkilä 2021). Poliisi on varoittanut myös Youtube- ja Tik Tok- videoista, joissa opastetaan nuoria valmistamaan itse ”pullopommeja” (Ripaoja 2021).

Tyttöjen vanhempien vastauksissa kaikissa käsiteltiin ulkonäköpaineita jossain muodossa. Somen nähtiin aiheuttavan niitä herkkää elämänvaihetta elävälle nuorelle helposti lisää kuten alla olevat sitaattit kuvaavat:

Vastaaja 6: ”Ulkonäköpaineet/suosio, valokuvia jaetaan paljon itsestä ja niitä muokataan. Muokatut kuvat antaa vääristyneen kuvan nuorelle. Se vaikuttaa omaan minäkuvaan, joka on vasta muovautumassa.”

Vastaaja 1: ”Yleisesti ottaen olen kuitenkin äitinä vähän huolissani, että somen epätodellisten ja pinnallisten viestien kautta turhat ulkonäköpaineet saattavat myös vahvistua.”

Israelissa on säädetty vuonna 2015 laki, joka velvoittaa ilmoittamaan, mikäli mallien muotikuvia on muokattu esimerkiksi laihemmiksi. Sama laki astui voimaan myös Ranskassa vuonna 2017. (HS.Nyt.fi) Ulkonäköpaineiden yleisyyttä pohtiessa, onkin hämmästyttävää, että Pohjoismaista toistaiseksi vain Norja on edes harkinnut lakia, jonka mukaan somevaikuttajien ja mainostajien on merkittävä muokkaamansa kuvat. Tämän tänä kesänä tehdyn lakialoitteen tarkoituksena on taistella epärealistisia kauneusstandardeja vastaan. Vaikka lakialoitus on jo hyväksytty, pitää Norjan kuninkaan vielä päättää milloin se konkreettisesti tulee käyttöön. (Hasala 2021.)

Hantula ja Korkman (2018, 132) kirjoittavat informaatioteknologian professorin Krasnovan (2013) kuvaamasta kateuden spiraalista, joka juontaa juurensa kuvien jatkuvasta muokkaamisesta. Se syntyy, kun somessa näkökenttäämme tulvii jatkuvasti tuttaviemme toinen toistaan onnellisempia ja elämäniloa uhkuvia statuspäivityksiä, jolloin puolustusreaktiomme on lähteä kaunistelemaan omaakin elämäämme somessa. Tästä on seurauksena sosiaalinen kilpajuoksu, jossa vuorottelevat kateus ja itsensä markkinointi, joka vain vahvistuu jatkuessaan.

Vaikka jatkuva itsensä vertailu muihin voi olla uuvuttavaa, se ei kuitenkaan saa meitä muuttumaan sen itsekeskeisimmiksi tai masentuneemmaksi kuin mitä olisimme ilman somea. Kanadan

terveysviranomaisten seurantatutkimuksessa yläasteikäisille nuorille tehtiin kyselyitä usean vuoden ajan. Tuloksien mukaan somen käyttö ei näyttänyt ennustavan myöhemmin puhkeavia masennusoireita. Tutkimuksen mukaan yhteys oli olemassa toiseen suuntaan, sillä tytöillä olemassa olevat masennusoireet näyttivät lisäävän somen käyttöä. (Pullinen 2019, 157.)

Myös somessa tapahtuva kiusaaminen näytteli tyttöjen vanhempien vastauksissa suurempaa roolia, vaikka sitä esiintyikin sekä tyttöjen että poikien vanhempien vastauksissa. Alla olevat lainaukset käsittelevät somen kautta tapahtuvaa kiusaamista:

Vastaaja 9: ”Syksyllä tyttäreni suljettiin yhdestä kaveriporukasta koulussa pois. Somessa se näkyi niin, että yksi kiusaajista ei enää avannut tyttäreni lähettämiä snappejä tai että muut julkaisivat itsestään yhdessä kuvia tekemässä jotain kivaa.”

Vastaaja 9: ”Jo pari vuotta sitten oli tyypillistä jatkaa jonkin koulussa alkaneen konfliktin käsittelyä koko ilta ja lähettää vaikka uhkausviestejä WA:ssa: ”Jos et vastaa, teen itselleni jotain.”

Huhtalan (2015) mukaan yleisimmät kiusaamisen muodot ovat: pilkkaavat kommentit ja viestit, juoruilu ja henkilökohtaisten tietojen levittäminen, valokuvien manipulointi ja levittäminen, toisen nimellä esiintyminen, salasanojen huijaaminen, eristäminen, eli sulkeminen virtuaalisen ryhmän ulkopuolelle ja uhkailevat viestit. Nettikiusaamisen erityispiirteitä ovat somen suuri ja osin tuntematon yleisö, kasvottomuus, anonyymius ja vaikeus saada kiusaamiseen käytettyä materiaalia poistettua netistä. Kiusaajasta ei voida välttämättä olla varmoja ja kiusaajasta kiinnijäämisen riski voi tuntua pieneltä. Myös se, että kiusaaja ei näe kiusatun rektioita voi laskea kynnystä kiusaamiseen. (Noppi & Kupiainen 2015, 122–123.)

Grooming eli aikuisen suorittama manipulatiivinen prosessi, jossa hän valmisteleo lapsen seksuaalista hyväksikäyttöä luomalla lapsen kiintymys- ja luottamussuhteen, tuli esille vain tyttöjen vanhempien vastauksissa. Tässä prosessissa tyypillisiä ja yleisiä alkamistapoja ovat lapsen kehuminen ja lapsen kuvan kommentointi. Alla olevat sitaatit kuvaavat groomingia ja kyselyyn vastanneiden vanhempien kokemuksia siitä:

Vastaaja 6: ”Tytöt saattaa näyttää meikattuina paljon vanhemmilta, joka taas saattaa herättää seksuaalista mielenkiintoa myös vanhemmissa miehissä. Meidän tytär loi 12-vuotiaana valeprofiiileja täysi-ikäisenä monelle eri seuranhaku sivustolle omalla kuvalla ja omilla tiedoilla. Siellä hän kirjoitteli eri ikäisten aikuisten miesten kanssa viestejä, joissa miehet kehuivat häntä kauniiksi jne.”

Vastaaja 9: ” Tällä hetkellä, siis 12–13-vuotiaana, osa luokkalaisista saattaa julkaista omalla nimellä ja omalla naamalla lähes lapsipornon kriteerit täyttävää materiaalia. Grooming on kuulemma tuttua.”

Vastaaja 1: ”Tyttäreemme sai pari vuotta sitten yhteydenoton englanniksi joltain tuntemattomalta, joka kehui häntä kauniiksi ja yritti saada vuorovaikutusta aikaan yhteydenotollaan. Onneksi tytär tuossa kohtaa tuli kertomaan asiasta ja osasi itsekkin olla epäileväinen.”

Heinäkuussa 2021 tehdyn uutisoinnin mukaan keskisuomalaisista miestä epäillään jopa 200 alakoululaisen seksuaalisesta hyväksikäytöstä. Epäillyt rikokset olivat tapahtuneet vuosina 2019–2021 somessa. Huolestuttavinta uutisessa oli poliisin mukaan se, että uhrien määrästä huolimatta rikosilmoituksia miehestä oli tehty vain yksi. Pelastakaa lapset-yhdistyksen alkuvuonna 2021 tekemän kyselytutkimuksen mukaan yli puolet 11–17-vuotiaista vastaajista sai ainakin kuukausittain seksuaalisia viestejä aikuisilta, eikä kolmannes heistä ollut kertonut niistä kenellekään. (Kerkelä 2021.) Luvut kertovat karua kieltä siitä, miten vaietusta aiheesta on kyse. Vanhemmat eivät osaa kysyä aiheesta, jota pitävät itse kiusallisena eivätkä nuoret kerro itse, koska vaistoavat vanhempien asenteet. Aiheesta tulisikin puhua nykyistä avoimemmin ja useamman kanavan kautta. Poliisin mukaan syynä kertomatta jättämiseen on usein häpeä ja syyllisyys. Aina ei nuori myöskään tunnista tapahtunutta rikokseksi ja siksi poliisi neuvookin vanhempia kysymään reaali maailman kuulumisten lisäksi myös some kuulumiset erikseen. (em. 2021.)

Myös ikäraajat mietityttivät vanhempia. Haastavaksi sen arvioimisen, sopiiko jokin some-kanava omalle lapselle, tekee tietämyksen puute, somekanaville asetetut suositukset ikäraajat ja se tosiasia, että lähes kaikki nuoret käyttävät some-kanavia huomattavasti nuorempina. Esimerkiksi WhatsAppin suositusikä on 13-vuotta ja EU:n alueella jopa 16-vuotta. Sitä nuoremmat voivat kuitenkin käyttää WhatsAppia vanhempien luvalla. Pelkästään tähän epämääräisyyteen liittyy jo monen vanhemman mielestä ongelmia, jotka voivat ilmetä joko oman nuoren rajoittamisessa tai toimintatapojen eroissa nuoren kavereiden perheissä kuten alla olevat sitaatit osoittavat:

Vastaaja 12: ”Haastavaa asiasta tekee esimerkiksi se, että vaikka monessa some-kanavassa on suositus ikäraja, käytännössä lähes kaikilla nuorilla on esim. Snap-chat, TikTok tai oma Instagram tili. Toki muissakin asioissa jokainen vanhempi miettii omille lapsilleen sopivia rajoja itse ja heidän kanssaan, mutta somen käyttöä mietittäessä pitää huomioida myös se, että uhkien ja vaarojen, sekä kasvavan ruutuajan ohella some on nuorille tapa pitää yhteyttä omiin ystäviinsä, saada uusia ystäviä, pysyä kartalla siitä ”mistä kaikki puhuu”, olla luova, pitää hauskaa jne.”

Vastaaja 6: ”Ala-asteella jo oikeastaan itsekkin tuskastu, kun tuli joku 300 whatsappii päivässä. Se niin kuin pimputteli ihan koko ajan, päivällä, illalla ja yölläkin. Siihen niin kuin kyllästyi

täysin. Ihan turhanpäiväistä viestii niin kuin ”Moi” ja ”Kukkuu”. En mä todellakaan usko, että kenenkään vanhemmat mitenkään paljon sitä kommunikointia seurasi tai pyrki rajoittamaan ja opettamaan hyviä tapoja sen käyttöön.”

6.4 Vanhempien mielestä nuorten somea koskevat rajoitukset kannattavat

Kukaan vastanneista vanhemmista ei kokenut nuoren somen käytön rajaamista helppona. Erilaiset aikaperustaiset rajoitusmenetelmät olivat yleisiä vanhemmilla käytössä. Osassa perheissä oli tehty myös sopimuksia siitä, mihin aikaan kännykän tai tietokoneen käyttö arki- iltaisain lopetetaan:

Vastaaja 5: ”Pari vuotta sitten hankimme mieheni puhelimeen F-Securen Safe- ohjelman, jolla lastemme peli- ja ruutu-aikaa voi rajoittaa. Sillä voi myös blokata tiettyjä sisältöjä netistä.”

Vastaaja 4: ”Meillä on sopimus, että arki-iltoina kone sammuu viimeistään klo 22. Taukoja pidetään mikäli pelaaminen kestää pitkään. Kotityöt, esim. roskien vieminen, on sellainen hyvä hetken keskeytys, vähän raitista ilmaa yhdistettynä kotitöihin.”

Suurin osa vanhemmista koki, että somen rajoittaminen oli kannattavaa. Vaikka osassa vastauksissa tuli selkeästi ilmi, että somesta ja sen rajoittamisesta oli käyty tiukkojakin keskusteluja, niin ne, jotka olivat sitä selkeästi rajoittaneet, olivat rajoituksiinsa tyytyväisiä. Vastauksista kävi ilmi, että rajoittamisen aloittamisen voi tehdä vielä varsinaisen murrosiän jälkeenkin ja päästä hyviin tuloksiin. Tämä voi luoda toiveikkuutta muille vanhemmille, jotka kokevat nykyisessä elämänvaiheessaan rajoittamisen vaikeaksi:

Vastaaja 13: ”Vanhemmat ovat kiinnostuneita lastensa asioista ja tällöin loput hoituu melko hyvin omalla painollaan. Vanhemmat laittavat rajat, jos lipsumista havaitaan. Olen itse ”tiukka” kasvattaja. Ppoika on sanonut minua natsiksi. Tässä tilanteessa olen ylpeä itsestäni.”

Vastaaja 6: ”Jotenkin tuli sellainen outo tunne siitä tytön puhelimen käytöstä, että päätettiin vaan yllättäin ratsata se sen puhelin. Ja sitten vaikka se ehtikin jotain viestittelyjä sieltä poistaa, selvisi, että se on luonut sellaisia seuranhaku profileja. Silloin aluksi rajattiin järkytyksessä kaikki some kanavat tytöltä pois. Oli se semmoinen shokki meille kaikille. Sitten kun alettiin jo vanhempinakin olla sitä mieltä, että kyllä ne pitää saada sille uudelleen käyttöön jo kavereidenkin takia, niin ei se pitkään aikaan itse kuitenkaan halunnut. Mä luulen, että se niin kuin itsekin tajusi, että siellä se vaara on sitten paljon suurempi. Niin kuin joutua kiusatuksi tai sellaisen epäsovivan materiaalin kanssa tekemisiin.”

Vastaaja 9: ”On ollut koko ajan selvää, että lapsemme ei saa näyttää kasvojaan tai julkaista nimeään tai mitään selvästi tunnistettavaa maisemaa. Asiasta on käyty myös tappeluita, mutta tänä talvena tytär on kiittänyt tiukasta linjasta.”

Vastaaja 18: ”Yritämme kannustaa ja motivoida lasta säätelemään itse somen käyttöönsä. Olemme esimerkiksi muutaman kerran maksaneet ”some- vapaasta viikosta”. Silloin käytössä on

ollut vanha Nokialainen, jolla voi soittaa tai tekstata, ei muuta. En näe tässä mitään moraalista ongelmaa, koska saavathan lapset joissakin perheessä taskurahaa kotitöistäkin. Parasta on ollut huomata, että ilman someakin osataan olla, jos vain halutaan. Tilalle on tullut silloin muuta puuhaa kuten ihan perinteistä juttelua enemmän, kavereiden kanssa ulkoilua, leipomista ja siskonkin huomioimista. Parasta tietenkin oli, että nuori ihan itsekin totesi viikon aikana, että on paremmalla tuulella ja huomasi tekevänsä enemmän eri asioita, kun some ei viekään kaikkea vapaa- aikaa. ”

Vastaaja 14: ”Olen huomauttanut puhelimen tuijottamisen vähentämisestä väsymykseen saakka ja pinna asian suhteen alkoi olla todella kireällä. Tämän vuoksi tyttären ollessa 18-v. päätin, että hänen tulee luovuttaa puhelimensa joka ilta klo 21. Koin, että tällä tavoin ohjaan häntä tekemään jotain muutakin. Hän alkoikin muutaman viikon paikallaan olon/ensi järkytyksen jälkeen maalaamaan tauluja. Olin todella iloinen asiasta ja kerroin sen hänelle. Tänä talvena mukaan on tullut myös esim. luistelemassa käynti. Olen äimystynyt.”

Yhdessä vastauksessa vanhempi kertoi nuorten aloittaneen rajoittamaan omaa some- aikaansa aivan itse, oma- aloitteisesti ja omista tarpeistaan käsin ja keksineet siihen vieläpä oivallisen keinon:

Vastaaja 17: ”Meillä tytöt miettii nykyään rajoituksia someihuun itse. He ovat asettaneet toisilleen ristiinrajoitukset. Tietyn aikarajan jälkeen tietyt sovellukset lukkiutuu ja niiden avaamiseen tarvitaan koodi, jonka vain toinen tietää. Perustellusta syystä tarpeeseen toista voi pyytää purkamaan koodin ja saada itselleen vaikka 15 minuuttia lisäaikaa. Tytöt itse ovat sanoneet aloittaneensa sen alkuun ihan huvin vuoksi, mutta todenneet sitten itse, että 2,5h päivässä on ihan riittävä aika tictocissa. Jos aikaa ei mitenkään kontrolloi, voi heidän itsensä mukaan videoita jämähtää tuijottamaan moneksi tunniksi.”

Leppänen & Rautio (2020) ovat omassa pro gradu- tutkielmassaan tutkineet lappilaisnuorten käsityksiä koskien omaa ruutuaikaansa. Heidän tuloksiansa mukaan tutkimukseen osallistuneista nuorista kaksi kolmasosaa koki itse käyttävänsä laitettaan yli suositusten. (Leppänen & Rautio 2020.) Tämän päivän nuoret ovat hyvin tiedostavia ja heillä on helposti saatavilla paljon tietoa aiheesta kuin aiheesta. Nuoret ovat kiinnostuneita ilmastonmuutoksesta ja ympäristön suojelemisesta. Ei ole yllättävää, jos he itse tulevaisuudessa haluavat laittaa pisteen nykyisen kaltaiselle huomiotaloudelle, jos heidän kanssaan vain aidosti pysähtyy pohtimaan asioita, syitä ja vaikuttimia erilaisten toimien takana. Kaupallisuus on syrjäyttänyt yhteiskunnallisuuden merkittävyyden ohjaavana arvona kaikissa länsimaissa. Yhteiskunnallisen toimijan, tapahtuman tai ilmiön julkista statusta tai asemaa julkisuudessa ei enää määrittele yhteiskunnallinen merkittävyys vaan sitä useammin kiinnostavuus ja yllätysarvo. Tiedotusvälineiden roolin muuttumisen myötä kaupalliset lähtökohdat törmäävät demokratian ideaaleihin, kun kansalaisten sijaan jopa uutisia tehdään kuluttajille. (Pernaa & Pitkänen 2010, 195.)

6.5 Nuori oppii parhaiten vanhempien esimerkistä

Mitä vanhemmat sanovat nuorilleen on yksi asia, mutta tärkeämpää on se, miten he itse käyttäytyvät. Roolimallin antaminen on tärkeä osa vanhempien kasvatustehtävää. Jos vanhempi valittaa nuoren uppoutuvan liiaksi someen, mutta somettaa itse kuitenkin tiiviisti iltaisin, niin kieltämättä tietty ristiriita on olemassa. Monet vanhemmat kuitenkin tiedostivat tämän ja nostivat sen esiin omista vastauksissaan:

Vastaaja 13: "Kaikki ovat liikaa somessa ja sillä täytetään liian herkästi vapaa- aikaa."

Vastaaja 7: "Vanhempi helposti seuraa nuoren somen käyttöä ja sanoo asiasta. Mutta vanhempi itse syyllistyy samaan, josta saattaa nuori itse huomauttaa."

Vastaaja 4: "En tiedä kumpi meistä somettaa enemmän."

Edellisistä vastauksista käy hyvin ilmi, että oman somen käytön rajoittaminen ei aina ole helppoa vanhemmille itselleenkin. Tähän voisi hyvin pysähtyä nuoren itsensä kanssa ja pohtia yhdessä, mikä somen käytön rajoittamisessa on niin vaikeaa ja mistä se voisi johtua. Pohtiessaan vanhemman vaikeutta rajoittaa omaa somen käyttöään, saa nuori samalla tilaisuuden reflektoida myös omaa käyttäytymistään. Vanhemmat eivät ole täydellisiä ja sen voi aivan hyvin myöntää myös nuorille ääneen. (Huges 2011, 192.) Tällä tavoin vanhemmat osoittavat, että omista tekemisistä kannetaan vastuuta ja nuorta arvostetaan siinä määrin, että vanhempi pyytää tarvittaessa myös omaa käytöstään anteeksi. Kun vanhempi osoittaa olevansa aktiivisesti kiinnostunut omasta sisäisestä maailmastaan, nuori havainnoi tätä ja kiinnostuu samalla tavalla omasta sisäisestä maailmastaan. (em. 2011, 167.) Yhteisissä keskusteluissa on mahdollista olla asioista eriävääkin mieltä, jos vanhempi kuvaa selkeästi omia pyrkimyksiään, tunteitaan ja ajatuksiaan, joiden avulla nuori voi paremmin ymmärtää syyt ja merkityksen vanhempansa käytöksen takana (em. 2011,168).

Nuoret ovat luonnostaan kiinnostuneita sisäisestä ja ulkoisesta maailmasta. Nuori oppii vanhempien tavasta jäsentää fyysistä maailmaansa psykologisten ja kulttuuristen tekijöiden kanssa. Se, miten hyvin nuori oppii navigoimaan perheensä ja yhteisönsä psykologisessa ja kulttuurisessa maailmassa ratkaisee hyvin pitkälle, miten tyytyväinen ja kyvykäs hänestä kehittyy. Kun nuorta autetaan kehittämään pohdintataitojaan, lisää se hänen elämänsä affektiivisten ja reflektiivisten kokemusten rikkautta. Tämä edellyttää vanhemmilta nimenomaan pohdiskelevaa elämänasennetta. Sellaisenaan

se houkuttelee nuorta itseäänkin tutkimaan, jäsentämään ja tunnistamaan omia käsityksiään itsestään ja muista. (Huges 2011, 165–167.)

Vastaaja 9: ”Muuten saatamme useinkin analysoida jonkun tietoisesti rakentamaa henkilöbrändiä esim. IG:ssä, mainoksia virrassa tms. On myös kiinnostavaa, keitä tai mitä itse seuraa; sehän on kuin peili mm. omista arvoista.”

Vastaaja 10: ”Olen huomannut, että osa vanhemmista itse käyttäytyy huonosti somessa ja se vaikuttaa myös lapsiin.”

Vastaaja 18: ”En itse käytä somea ollenkaan. En tarvitse sitä mihinkään. Vaimo käyttää jonkin verran ja joskus olen hänellekin siitä huomautellut. Toisaalta on ihan hyvä, että joku perheestä on perillä vähän some- maailmasta. Olen urheilullinen ja perheemme liikkuu paljon yhdessä. Toivon, että osaltani onnistun jotenkin siirtämään sitä mallia, että todellisuus on kuitenkin se, joka merkitsee loppujen lopuksi some- maailmaa enemmän. Ajattelen, että: ”some on hyvä renki, mutta huono isäntä.”

Se, että vanhemmat puhuvat ääneen someen liittyvistä mielikuvista ja niiden luomisen tavoitehakuisuudesta on hyvin tärkeää. Samalla nuorten oma kriittinen ajattelutapa kehittyy. Oman perheen arvomaailma on kuitenkin se, jonka nuori imee itseensä kaikkein vahvemmin. Jos perhe harrastaa yhdessä, ei ole todennäköistä, että somen liiallinen käyttö muodostuisi ongelmaksi. Nuoret ovat kuitenkin eriarvoisissa asemissa siinä, onko perheen vanhemmilla aikaa ja resursseja harrastaa yhdessä nuortensa kanssa ja kuinka merkityksellisenä tällainen nähdään. Myöskään omia harrastuksia ei kaikilla nuorilla ole. Se, keskustellaanko somessa olevista ilmiöistä kodeissa riittävästi, vaihtelee myös. Kaikkien vanhempien tarjoama oma esimerkki somen käytössä ei aina ole rakentavaa. Esimerkiksi vihapuhe on somessa lisääntynyt ja koventunut Suomessa viime vuosina. Jyväskylän yliopistossa on käynnistynyt Vihan verkot, valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan rahoittava hanke, jonka tarkoituksena on tutkia tulevana vuosina vihapuheen tuottajia ja levittäjiä tarkemmin. Hankkeessa tuotetaan tietoa vihapuheen levittäjien motiiveista, verkostoista sekä vihapuheen levittämisen keinoista ja alustoista. (Jyväskylän yliopisto)

6.6 Vanhemmat kokevat jäävänsä ilman tukea some- asioissa

Some on läsnä lähes jokaisen suomalaisen elämässä jollakin tapaa. Somen sisällöistä ja vaikutuksista nuoriin löytyy varmasti paljon tietoa. Kuitenkin vanhemmat kokivat monissa vastauksissa, että heille sopivaa tietoa ei ole tarpeeksi saatavilla tai se ei ole tavoittanut ainakaan heitä:

Vastaaja 14: "Koen, että asiasta ja vinkeistä asian suhteen ei ole tarjolla tietoa lähes ollenkaan. Se on kummallista, koska oli aika kun 2h ruutu-aikaa /vrk pidettiin hyvin tärkeänä ja kaikkea muuta paheksuttiin."

Vastaaja 1: "Äidistä, joka on oman nuoruutensa elänyt ennen somea, moni mediaan liittyvä asia tuntuu pelottavalta ja vieraalta. Itse en välttämättä ymmärrä varoitella kaikista somessa vaanivista vaaroista."

Vastaaja 3: "Omaa tietämystään pitää päivittää jatkuvasti, jos haluaa pysyä kartalla millä alustalla nuoret kommunikoivat. Ehkä vanhemmille voisi olla "tietopankki", mistä voisi päivittää tietojaan, mikä juttu on ajankohtainen. Usein voi olla niin, että kun itsellä on pieni tieto asiasta, on helpompi kysyä ja saada vastaus omalta nuorelta. Jos ei osaa kysyä oikeita kysymyksiä, ei aina saa selityksiä asioista."

Vanhemmat kokivat jäävänsä some-asioissa aivan yksin ilman kenenkään tukea. Vertaistukea toisiltakaan vanhemmilta ei välttämättä ollut tarjolla. Vastauksista tuli vaikutelma, että vanhemmat kokivat tiedon löytämisen työläänä ja vaikeana. Osa vanhemmista myös koki, että kulttuurisesti ajatellaan, että somessa ei ole mitään vikaa ja digiaikana lasten ja nuorten kuuluu osata käyttää sitä "oikein" jotenkin luonnostaan. Kun sitten jotain someen liittyviä ongelmia ilmeni, niin osassa vanhemmissa se herätti vahvan puolustusreaktion ja jopa kieltämisen ja välien viilenemisen. Joissakin vastauksissa näkyi myös ajatus siitä, että ongelmia on vain "muiden lapsilla", ja niistä puhuttiin ainoastaan yleisellä tasolla, mutta omien nuorten kohdalla suurempaa huolta ei kuitenkaan ollut. Myös toisten vanhempien rajoituksiin saatetaan suhtautua "hymähdellen" ja ymmärtämättömästi:

Vastaaja 9: "Kun tällaisista tapauksista oli yhteydessä kyseisten lasten vanhempiin, nämä suuttuivat ja kielsivät asian, vaikka todistusaineisto oli olemassa kaikkien nähtävillä netissä.... Kuitenkin puuttuminen kavereiden juttuihin on katkaissut välit kokonaan yhden perheen kanssa."

Vastaaja 6: "Nuorten somen käyttöä ei ole mun mielestä helppoa rajoittaa. Ja jos sitä rajoittaa, niin joutuu ihan hirveesti perustelemaan muille jotenkin, miksi haluaa pitää tiukkana ne rajat. Ja jotenkin tietää, että kuuluu vaan siihen vähemmistöön, että tietää, että aika vähän niin kuin kasiluokkalaisten vanhemmat niin kuin rajoittaa yhtään mitään. Mä ajattelen, että nuoret on ihan liikaa somessa ja tosi harva vanhempi siihen puuttuu. Se on niin kuin tosi vapaamuotoista. Mä oon sitä mieltä, että suurin osa vanhemmista ei oo yhtään tietoisia siitä, mitä niiden nuoret siellä somessa tekee. Ja se on musta tosi huolestuttavaa. Koska se on musta tosi haastavaa just tämän ikäisillä nuorilla se valvonta. Ja mihin sen rajan sitten vetää, milloin sulla on vielä oikeus mennä sen nuoren kännykkää tutkimaan?"

Vastaaja 6: "Kyllä niin kuin nuorten tekemisistä pitäisi vanhempien tietää enemmän. Mutta on munkin kavereista moni sanonut, että onneksi mun lapsi ei tee tollasta. Mä aina siinä ajattelen, että niinhän mäkin aina luulin. Että kyllä sitä aika korkeelta tippui silloin kun sai tietää, että mitä se siellä oikeestaan puuhas."

Näissä yllä olevista vastauksista tulee hyvin esille se, kuinka someen liittyvät ongelmat pidetään yksilön toiminnasta itsestään johtuvina, eikä niitä halutakaan pohtia yleisellä tasolla rakenteellisina tai yhteiskunnallisina, kaikkia mahdollisesti koskettavana ongelmana. Suomalaisessa yhteiskunnassa siedetään erimielisyyksiä kehnosti, eikä sitä arvosteta ja nähdä rakentavana väittely oikeutena. Tähän tulokseen ovat tulleet esimerkiksi Souto, Honkasalo ja Suurpää (2019), jotka ovat tutkineet rasismia, joka on kiistelty yhteiskunnallinen käsite ja ilmiö, jota on vaikea määritellä selkeästi ja, josta on mahdotonta olla samaa mieltä. Mielestäni rasismi on vastaavanlainen salattu, hävetty ja vaiettu asia kuin somemaailmassa yksilön omasta tai toisen toiminnasta johtuva epäonnistumisen kokemus. Molempiin liittyy erityisellä tavalla häpeää, leimautumisen pelkoa ja haavoittuvuuden tunnetta. Lisäksi rasismia on myös somessa, mutta siitäkään ei julkisessa keskustelussa juuri puhuta. Kiilakoski (2009) käyttää osuvaa käsitettä hiljaisuuden koodi nuoren ja aikuisen kohtaamattomuuden välillä. (Souto, ym. 2019, 136–137.)

Tässä kohtaamattomuudessa keskeisin avain olisi nuoren arkipäivän kokemuksen kuunteleminen ja sen hyväksyminen ilman tarvetta puhua asia ”kauniimmaksi” sitä vähätellen tai täysin kiistäen. Samoin kuin someen liittyvät ongelmat on rasismikin yhtä aikaa ylinäkyvä ja näkymätön. Sitä kokeneet nuoret välttelevät puhumasta omista kokemuksistaan aikuisille tai edes ystävilleen, koska kokemukset ovat intiimejä ja satuttavia ja niistä kertominen vaikeaa. Yksi syy voi olla juuri Souton ym. (2019) mainitsemassa pelossa, että tapahtuma saatetaan palauttaa yksittäiseksi, henkilökohtaiseksi kokemukseksi ilman, että laajemmin mietittäisiin suomalaista kulttuuria tai institutionaalisia rakenteita. (em. 138–39.)

Rasismi-ilmiön äärellä Souto ym. (2019, 141) nostavat esiin relevantin, metodologisen kysymyksen siitä, millaisen tiedon varassa ongelmaa pyritään tarkastelemaan ja kenen tieto tulee kuulluksi ja kenen ääni jää paitsioon. Tätä tulee väkisinkin miettineeksi lukiessani yllä olevien vanhempien vastauksia. Se, että joillakin vanhemmilla on rohkeutta esittää ääneen valtavirran myhäilystä poikkeavia soraääniä ja puhua siitä, että kaikki someen liittyvä ei ole nuorillemme hyväksi ja, että kaikki nuoret eivät siellä toimi kuten pitäisi, on ehkä sisällöltään jotain sellaista, jolta moni vanhempi sulkisi vain silmänsä. Yhteiskunnan tehtävä olisikin luoda vanhempien keskuuteen tilaisuuksia kuulla myös vastapuhe, joka haastaa perinteisiä ja vakiintuneita tapoja nähdä, kuulla, puhua ja toimia, ilman, että se vaiennetaan tai vanhempi joutuu kärsimään ulostulonsa seurauksista. (em. 2019, 144–145.)

Yksi kirjoituspyyntöni vastanneista kertoi vastauksessaan etsineensä somessa tapahtuneesta seksuaalisesta häirinnästä paljon tietoa. Vastauksen kautta tulin tietoiseksi audiokilpailu, Shortdoxin vuoden 2020 voittajasta, Nea Lundströmistä teoksellaan #HUORA. Lundström käsitteli ääniteoksessaan pysäyttävästi henkistä ja seksuaalista väkivaltaa, jota oli joutunut kokemaan jouduttuaan kotibileissä 16-vuotiaana alkoholin vaikutuksen alla harrastamaan seksiä vastoin tahtoaan ja muiden paikalla olleiden videoissa ja jakaessa videon tapahtuneesta somessa. Häpeä ja syyllisyys tapahtumista hiljensivät Lundströmin tehokkaasti, ja hän pystyi puhumaan tapahtuneesta vanhemmilleenkin vasta vuoden kuluttua ahdistuksen kasvettua kestävämmäksi. Ulostulon jälkeen Lundström pääsi terapiaan ja tie tapahtumista toipumiseen löytyi. Nykyisin Lundström on 22-vuotias media-alan yrittäjä, joka haluaa edelleenkin auttaa somerikoksia ja seksuaaliväkivaltaa kokeneita pääsemään yli tapahtuneesta. (Rantanen 2020.)

Julkaistu äänidokumentti oli mielestäni koskettava selviytymistarina, joka herkistää. Se myös mielestäni rohkaisee muita nuoria hakemaan tarvittaessa apua ja antaa uskoa siihen, että vaikeistakin asioista voi selvitä. Siksi minut tekikin surulliseksi vanhemman tarinassa osio, jossa hän kertoi tarjonneensa tietoa esimerkiksi vanhempainiltaan ja tulleen torjutuksi aggressiivisesti. Esimerkki osoittaa hyvin, miten kaikkia kokemuksia ei haluta jakaa tai edes myöntää niiden olemassaoloa, vaan mieluummin ummistetaan asioilta silmät. Tämän kohdalla pysähtyy vain pohtimaan, miten helppoa nuoren on sellaisessa kasvatusilmapiirissä tulla kertomaan mahdollisesti kohtaamistaan ongelmista missään ympäristössä.

Vertaistuki toisilta vanhemmilta koettiin hyvin arvokkaaksi, jos sitä oli saatu. Yksi murrosikäisten lasten äitien vertaistuki-ryhmään osallistunut äiti oli iloinen, kun oli ymmärtänyt, että ei ole ongelmiensa kanssa yksin vaan muitakin samojen asioiden kanssa painiskelevia löytyy. Myös omien kokemusten jakaminen ja kuulluksi tuleminen pelkästään saattoi helpottaa omaa oloa, vaikka se ei muuttaisikaan mitään:

Vastaaja 8: "Kamalat äidit-ryhmästä on ollut apua. On kuullut, että muillakin on samoja ongelmia. Niin murrosikään kuin älylaitteisiin ja parisuhteeseenkin liittyen. Kiitos kun sain kirjoittaa ja osallistua."

Tulevaisuudessa olisikin entistä tärkeämpää tarjota entistä enemmän vertaistuen paikkoja myös murrosikäisten vanhemmille matalalla kynnyksellä. Tähän tarpeeseen olisi mahdollista vastata esimerkiksi järjestöjen, seurakuntien tai perhekahviloiden toimesta. Korona-aikana ainakin NNKY käytti hyvin menestyksellisesti omissa murrosikäisten lasten vanhempien vertaistukiryhmissä virtuaalisia alustoja, joten teknologia mahdollistaisi yhä useampien vanhempien tavoittamisen ilman, että se edellyttäisi siirtymistä. Tällöin vanhemmat myös syrjäseuduilla voisivat saada vertaistukea elämäntilanteeseensa. Se on selvää, että myös sosiaalialan ammattilaisten tulisi saada enemmän tietoa somen käyttämiseen liittyvistä käyttäytymisaddiktion vaaroista:

Vastaaja 8: ”Ai että missä tilanteessa olisin kaivannut vanhempana enemmän tukea ja keneltä? Todellakin. Aviomieheltä, XXX kunnan lasten ja nuorten someillaan vetäjiltä, opettajilta, koululääkäriltä, koulupsykologilta, koulukuraattorilta, perheneuvolan ja nuorisoneuvolan työntekijöiltä. XXX lääkäreiltä, hoitajilta ja psykologilta. Perhetyöntekijöiltä. Toki olen saanut tukea ja neuvoja, mutta enemmän olisin kaivannut. Useissa tapaamisissa olen tuntenut olevani heikoilla, kun olen ottanut esiin lasten hurjat ruutuajat. On tuntunut, että työntekijät ovat enemmän isän näkemyksen puolella; tietokoneet ovat nykyaikaa, ja siihen on sopeuduttava äidinkin. ”

Yllä olevasta lainauksesta paistaa vanhemman oikeutetusti nuorten tilanteesta tuntema toivottomuus ja turhautuminen. Surullista on, että valtavasta tukitahojen määrästä huolimatta, kukaan ammattilaisista ei vaikuttanut tunnistavan nuoren ongelmaa, joka voisi hyvin olla lähtöisin myös huonosti tunnistetusta käyttäytymisaddiktiosta.

6.7 Vanhempien mielipiteet perheen sisälläkin vaihtelevat

Some liukuu helposti perheen elämään lapsen saadessa älypuhelimien. Siihen saatetaan helposti hankkia sovelluksia muiden perheiden esimerkkiä seuraten ilman omaa perehtymistä aiheeseen ja ilman, että tarkemmin pysähdytään yhdessä vanhempina pohtimaan yhteisiä arvoja ja tavoitteita kasvavan lapsen some-käyttämiseen. Jossain vaiheessa, kun tilanne sitten vaatii jotain välitöntä reagointia, voidaan huomata someen liittyvien näkemysten ja ajatusten olevan hyvinkin ristiriitaisia. Perheestä riippuen tämä voi aiheuttaa mielipahaa, konflikteja ja lisää ristiriitoja perheen arkeen. Toisessa perheessä voidaan sen sijaan olla etulyönti asemassa esimerkiksi vanhemman ammatin ansiosta tai muuten aiheeseen perehtyneisyyden kautta. Se osaltaan auttaa suhtautumisessa ja tiedon etsimisessä:

Vastaaja 9: ”Vanhempana olen vähän erityistilanteessa, koska opetan äikkää lukiassa. Se tarkoittaa, että olen ollut somekanavista kartalla jo ennen lastani. Nyt toki hän opettaa minua, koska someaailma muuttuu nopeammin kuin oppikirjat ehtivät mukaan. Joskus olen teettänyt samoja tehtäviä kuin lukiolaisten kirjoissa on. Ne ovat lukiolaisille vähän noloja, mutta juuri sopivia alakoululaisille. Me aikuiset tulemme jäljessä, se on selvä. ”

Vastaaja 13: ”Äiti joutuu yksin pitämään ”jöötä”, ettei puhelin ja tabletti kuulu ruokapöytään. Ja osaan muuten siitä pitää huolen!”

Vastaaja 8: ”Tämä sekasotku on todella rankasti stressannut myös parisuhdettamme. Mieheni on ollut aloitteentekijänä siinä, että älylaitteet viimeistä huutoa, lasten mielen mukaan, toisensa jälkeen ovat tulleet perheeseemme. Varsinkin pelikoneiden tultua ja ruutuajan lisääntyttyä lähes kaiken lastemme vapaa- ajan vieden, emme pystyneet mieheni kanssa sopimaan säännöistä. Minä olin jämptien sääntöjen kannalla; tietyt aikarajat, koulu hoidettava ja ulkoilua ja liikuntaa myös. Olisin halunnut perhepalavereita asiasta, mutta miehen mielestä ne olisivat menneet vain jankutukseksi, eivätkä olisi tuottaneet tulosta. Mies oli sitä mieltä, että päivä kerrallaan ja joustavasti. Niinpä rajoittaminen on mielestäni ollut lähinnä sitä, että yöllä ei olla laitteilla. Joskus poika, jonka vuorokausirytmä on varsinkin viikonloppuina ja lomilla usein hukassa, on puhelimella ja pelaa tietokoneella yölläkin.”

On ongelmallista, jos vanhemmat ja heidän kasvattamansa nuoret elävät ympäristöissä, joissa vaikuttavat erilaiset ajattelu- ja toimintatavat, sillä vaarana on, että rakentavan kasvatuksellisen vuoropuhelun mahdollisuudet kuihtuvat sitä helpommin, mitä vähemmän yhteistä tarttumapintaa on sukupolvien välillä (Jaakkola 2010, 39). Aikuisen kasvatusrooli onkin mielestäni määritelty hyvin muuttuneen tietoauktoriteetista keskustelijaksi. Nuoret voivat hyvin toimia digitaalisen ympäristön asiantuntijoina analogisen viestintäkokemuksestaan tuntemattomaan ympäristöön ponnistaville vanhemmilleen. Paras lopputulos saavutettaisiin sukupolvien välille syntyvän rakentavan, voimaannuttavan ja ymmärtävän dialogin avulla. Tällöin nuoret eivät joutuisi kasvattamaan itse itseään pelkän vertaisryhmänsä varassa, mutta säännöt eivät olisi vain aikuisten muodostamia ilman riittävää toimintaympäristön tuntemusta. Kysymys onkin ennen kaikkea yhteisestä oppimisesta, jossa aikuisten on mahdollista päästä korjaamaan aukkoja tiedollistaidollisissa kyvyissään ja vuoropuhelu edesauttaisi luottamuksen rakentumista siten, että nuorten ei tarvitsisi salailla tekemisiään vanhempien kontrollin pelossa. (Jaakkola 2010, 56–57.) Yhteisissä keskusteluissa toteutuisi myös sosiaalisen hyödyn näkökulma, kun nuoret oppisivat perustelevaan mielipiteitään ja kuuntelemaan vastakkaisia ajatuksia parhaimmillaan rakentavassa ilmapiirissä.

Koulun roolia ei voi ohittaa, sillä se vaikuttaa vahvasti jokaisen suomalaisen nuoren elämässä. Korona vaikutti jokaisen vanhemman vastauksissa some-aikaa lisäämällä, mutta koulun ja kavereiden suhteen koronan vaikutukset saattoivat olla positiivisiakin kuten lainauksista käy ilmi:

Vastaaja 13: ”suoriutui etäkoulusta hyvin, koska etätunnilla tapahtui häirintää normaalia vähemmän ja hän pystyi paremmin keskittymään.”

Vastaaja 18: ”Korona aikana nuorten somen käyttö on lisääntynyt. Sehän on selvä. On se ollut hyväkin asia. Uskon, että jos tällainen eristäytyminen olisi tapahtunut ennen some-aikaa, olisi nuorten tilanne käynyt paljon raskaammaksi. Koska ne muutenkin on toistensa kanssa paljon somessa, on yhteyttä toisiin voinut pitää edes sitä kautta.”

Vastanneista vanhemmista 2/19 kokee lapsensa saaneen tai saaneensa itse riittävästi ja ajan tasalla olevaa sometietoutta oman nuorensa koulusta. Enemmistö näkee kuitenkin, että parannettavaa someen liittyvässä yhteistyössä kodin ja koulun välillä on:

Vastaaja 9: ” Olemme käsitelleet aihetta paljon kotona, koska koulu ei ole ollut aiemmin halukas puuttumaan somemaailmassa tapahtuvaan häirintään. Olen huomannut, että suhtautuminen on tosin täysin opettajakohtaista. Yksi huolenaihe on se, että somekasvatusta ei ole koulussa tarpeeksi.”

Vastaaja 6: ”Kyllä koulussa on jotain puhetta kännykän käytöstä ollut. Vanhemmat oli niin kuin huolissaan siitä, että monella tunnilla kännykkä niin kuin olisi hyvä olla, mutta ei niin kuin pakollinen. Monet vanhemmat oli tosi pöyristyneitä siitä, että opettajat ei mitenkään valvo sitä, mitä sillä kännykällä siellä tunnilla sitten niin kuin tehdään oikeesti. Että jos joku lukee siellä tekstareita koko tunnin, niin sitte se vaan niin kuin on niin. Mutta miten ne opettajat niin kuin voiskaan, kun ei aina vanhemmatkaan voi. Helpompaa olisi, ett ne kännykät vaan jäis kotiin”

Vastaaja 18: ”Minulla on kaksi lasta yläasteella ja yksi ala-asteella. Täytyy kyllä sanoa, että minkäänlaista some-tietoutta ei ole koulun kautta ollut saatavilla. Olen myös suorastaan ihmetellytkin sitä, että kaikkien lasten kohdalla on koulun toimesta perustettu erilaisia WhatsApp-ryhmiä, ikään kuin se nykypäivänä olisi aina itsestään selvää, että lapsella sellainen on. Suorastaan toivoisin, että koulukin rajoittaisi somen käyttöä edes koulupäivien aikana, mutta sielläkin sen jokapäiväinen käyttäminen on nykyään täysin päivän selvää. Kun omat tehtävät on tunnilla hoidettu, niin sitten saa olla vapaasti kännykällä. Kuinkakohan syvällistä se keskittyminen siinä sitten on ja kuka kuitenkaan oikeasti valvoo, mitä sillä puhelimella tehdään?!”

Kouluissa tulisi opettaa nykypäivän nuorille entistä enemmän lähdekriittisyyttä ja monilukutaitoa. Nuorten somen käyttö on runsasta, mutta ei monipuolista. He hallitsevat somen viihdekäytön ja yhteydenpidon kavereihinsa, mutta opiskelussa ja työssä tarvittavat sometaidot puuttuvat, kunnes niitä opetetaan koulussa. Koska some on nykyään läsnä kaikkialla, olisi tärkeää, että nuorille opetettaisiin tuntemaan sen ympäristö ja verkossa toimimisen sosiaaliset taidot. Somessa keskiössä ovat vuorovaikutus ihmisten kesken ja sosiaaliset suhteet erilaisissa verkostoissa. Nuorille olisikin tärkeää opettaa sosiaalisia prosesseja kuten ryhmäytymistä, yhteisöllisyyttä ja verkostoitumista. Myös yksityisyyden suojaamista ja turvallisuustaitoja olisi tärkeää opettaa. Lisäksi kykyä nähdä medioiden tuottamien tarinoiden takana oleviin arvoihin ja intresseihin tulisi kehittää. (Pönkä 2017, 7, 9–13.)

On kiistaton fakta, että somen avulla voidaan luoda verkkoympäristöjä, jotka edesauttavat oppimista ja oppilaan metakognitiivisiakin taitoja voidaan tulevaisuudessa mitata erilaisten sensorien avulla. Esimerkiksi Oeschin (2007) mukaan somen avulla kyetään parhaimmillaan voimaannuttamaan ihminen oman elämänsä hallinnassa. Näitä oppimisen ulottuvuuksia ovat hänen mukaansa yksilöllisen oppimisen kehitys kokeilevaksi, tutkivaksi, elinikäiseksi ja jopa maailmanlaajuiseksi ryhmäoppimiseksi, yksisuuntaisen viestinnän kehittyminen vuorovaikutteiseksi globaaliksi virtuaaliseksi yhteisöllisyydeksi ja tietämyksen hankinnaksi ja luomiseksi. (Oesch 2007.)

Kuitenkin somesta innostuneen oppimistutkija, Larun (2017) kommentti vaikuttaa ummistavan silmät älypuhelimien haittavaikutuksilta täysin: ”On naurettava ajatus, että kännykät kerättäisiin opetustilanteissa pois. Niillä voidaan tehdä vaikka mitä: ottaa kuvia ja videoita, tehdä digitarinoita, pelata oppimispelejä ja niin edelleen” (Pönkä 2017,75). Kännykän liiallisesta käytöstä huolestuneiden nuorten vanhempien vastauksista piirtyi toisenlainen kuva todellisuudesta koululuokissa. Sitä, mitä kännyköillä luokassa todellisuudessa tehdään, on opettajan mahdotonta valvoa isoissa ryhmissä. Vaikka ajatustasolla kännykkää olisi tarkoitus käyttää hyödyksi opetuksessa, jää vastuu todellisen käytön sisällöstä yksinomaan nuorille itselleen. Ovatko kaikki nuoret todella kyllin kypsiä kantamaan tällaista vastuuta? Myös vanhemmat kokevat jäävänsä some sisältöjen opettamisessa liian yksin ja toivoisivat enemmän vastuun siirtämistä kouluihin, joissa opetus tavoittaisi saman sisältöisenä koko ikäluokan.

6.8 Some häiritsee fyysisiä tapaamisia

Monet kirjoituspyyntöön vastanneista vanhemmista iloitsivat, että yhteydenpito kauempana oleviin sukulaisiin ja ystäviin on somen myötä helpottanut. Kuitenkin lähellä olevien ihmisten kanssa kommunikoinnista some kuitenkin tuntuu häiritsevän, kuten alla olevista sitaateista käy ilmi:

Vastaaja 10: ”Läsnäoloa myös kavereiden fyysisissä tapaamisissa varmasti häiritsee somen käyttö. Lapset helposti ovat jokainen omalla puhelimellaan, kun he tapaavat toisiaan. Huolestuttaa se, että lapset eivät osaa pian olla lainkaan läsnä ilman, että koko ajan on puhelin kädessä.”

Vastaaja 8: ”Kommunikointi nuorten kanssa on hankalaa, koska kuuloke on melkein aina korvassa. Poika nykyään ottaa sen monesti pois, tai ainakin äänen pois, kun haluan keskustella. Tytär yleensä jatkaa puhelimen tai tietokoneen ruutuun tuijottamista eikä aina välttämättä raota

kuuloketta kuullakseen puheeni. Päinvastoin alkaa puhua puheeni päälle, joko todelliselle tai keksitylle puhokumppanille tai itselleen.”

Vastaaja 18: ”On ärsyttävää, että puhelimen käyttöä esimerkiksi ruokapöydässä pitää jatkuvasti valvoa. Joskus tuntuu, että nuorista olisi täysin luontevaa syödä hiljaisuuden vallitessa kukin oman puhelimensa maailmaan uppoutuneena. Tätä siis kyllä näkee aikuisten pariskuntienkin harrastavan ihan ravintoloissa. Välillä kun kavereita on kylässä, niin joskus kun käy heitä moikkaamassa pojan huoneessa, niin jokainen istuu jossain ja tuijottaa omaa puhelintaan. Kyllähän ne välillä kommentoikin ääneen niitä juttuja ja katsoo jotain ihan samasta puhelimestakin, mutta on se silti musta ihan käsittämätöntä.”

Someen liittyvät ihmissuhteet ovat usein pakottavampia kuin reaali maailman suhteet ja sillä voi olla vaikutusta siihen, että vanhemmat kokevat reaali maailman suhteiden jäävän usein somesuhteiden paitsioon. Somessa ihmissuhteet ovat mitattavia ja seurattavia, ja niillä on iso vaikutus elämäämme, tiedostimme me sitten sen vaikutusta tai emme. Esimerkiksi nuorten suosimaan Snapchat sovellukseen liitettiin 2016 mittari, joka kertoo, kuinka monena peräkkäisenä päivänä kaksi eri käyttäjää olivat lähettäneet toisilleen valokuvan eli ”snapin”. Tämän Snapstreakin eli snäppiputken ansiosta käyttäjä näki kaverilistassaan jokaisen vakituisen viestikaverinsa kohdalla lieska-emojin ja numeron. Numero kertoi, kuinka monta päivää peräkkäin he olivat toisilleen viestitelleet. (Pullinen 2019,73.)

Vastaaja 9: ”Omassa arjessa somen käyttö näkyy esim. rutiinina lähettää streakit snapissä illan päätteeksi. Jos se on unohtunut, joku kaveri on saattanut jopa suuttua. Sekin voi liittyä ikään, koska ketjun katkeaminen ei ole enää yhtä vakavaa kuin pari vuotta sitten.”

Yllä oleva vanhemman esimerkki kuvaa hyvin sitä, miten somemaailman ihmissuhteet tunkeutuvat kodin alueelle ja saattavat häiritä siellä reaaliaikaisia ihmissuhteita riippuen siitä millainen tilanne kotona illalla kulloinkin on. Someen liittyvä pakko voi kuitenkin kärjistä tilanteita kotona ja aiheuttaa konflikteja helpoimmin silloin kun vanhempi ei ymmärrä nuoren maailmaa ja siihen nykyisin aukottomasti liittyviä some-ilmiöitä. Pullisen (2019,75) mielestä Snapstreakit kuvaavatkin oivallisesti aikaamme, jossa jatkuva viestintä ihmissuhteissa on eräänlainen oletus.

Some onkin lisännyt niin kutsuttuja heikkoja yhteyksiämme maailmaan. Jo vuonna 1973 Granovetter jakoi ihmisten väliset suhteet heikkoihin ja vahvoihin yhteyksiin. Heikot yhteydet ovat puolittuja, joita emme näe usein ja joiden kanssa jaamme ajatuksiamme vain pintapuolisesti. Vahvat yhteydet muodostuvat ihmisiin, joita tapaamme usein ja joiden kanssa jaamme arkemme. Some on mullistanut asetelman ja asettanut Granovetterin hahmotelman toiseen potenssiin, sillä sen ansiosta tiedämme

puolituttujen ihmisten asioista enemmän ja nopeammin kuin koskaan aiemmin. Päivittäin käsittelemiemme signaalien määrä on lisääntynyt valtavasti. (Pullinen 2019, 62–63, 65.)

Dencik (2005) on mallittanut postmodernin ajan perhettä ja todennut nykyperheitä yhdistävän voimakas yksilöityminen perheiden eri jäsenten tarpeiden mukaan ja globalisaation mukanaan tuoma liikkuvuus ja epävarmuus. Hänen mukaansa perheen sisäisten suhteiden laadullisuuden merkitys on tätä kautta pikemminkin vain kasvanut ja korostunut kuin menettänyt merkitystään, sillä jatkuvien muutosten vastapainoksi perheet hakevat läheisyyttä, latautumispaiikkaa, pysyvyyttä ja luottamuksellisuutta. Jokaisen perheen jäsenen uppoutuessa omaan somemaailmaansa on vaarana Dencikin kuvaama heikko ”pyöröoviperhe” (revolving doors family), jossa yksilölliset tarpeet ja pyrkimykset korostuvat yhteisöllisyyden kustannuksella ja perheenjäsenet kohtaavat toisiaan vain hetkittäin. (Rönkä, Malinen & Lämsä 2009, 16–17.)

Ajan ilmiöihin pureutuva Mazzarella (2020) on todennut, että nykyajan kommunikaatiota leimaa paradoksi, jossa olemme poissaolevampia suhteessa niihin, jotka ovat fyysisesti meitä lähimpänä. Yhdessä olevat ystävykset voivat suhtautua toisiinsa hajamielisesti ja uppoutua puhelimeensa, mutta loukkaantua toisilleen elleivät saa erossa ollessaan viesteihinsä nopeasti vastausta. Tilastokeskuksen mukaan 15–19-vuotiaista nuorista 65 prosenttia sanoo olevansa somessa kaiken aikaa. Mazzarella on pannut merkille, että vanhemmatkaan eivät kiinnitä kotona oleviin lapsiinsa huomiota, mutta heidän ollessa poissa kotoa, vahtivat tarkasti missä he ovat ja mitä tekevät. Reaalimaailmassa tapahtuvan sosiaalisen kanssakäymisen puute on tehnyt ihmisistä aikaisempaa empatiakyvyttömämpiä. Puhelimen kanssa symbioosissa elävälle, toiset ihmiset muuttuvat jotenkin epäinhimillisiksi. (em. 2020, 190–193.)

Mazzarella lainaa psykologia ja sosiologia, Turklea, joka oli pitkään innostunut digitaalisen tekniikan mahdollisuuksista, mutta jonka innostus on vaihtunut huoleen. Huolen aiheena on kasvokkain käytävän, elävän keskustelun, menettäminen. Keskusteluiden pakoilu juontaa juurensa siitä, että nykynuorten mukaan meilailu, viestittely ja chattaaminen ovat nekin hyväksyttävää ”puhumista”, vaikkakin myöntävät digitaaliseen kommunikaatioon vahvasti sisältyvän väärin ymmärtämisen vaaran. Digitaalinen kommunikointi nähdään kuitenkin nuorten keskuudessa yhtä merkityksellisenä kuin muu kanssakäyminen. Se on luonut uudenlaisia, yleisesti hyväksytyjä käyttäytymisnormeja.

Yksi tällainen on ”kolmen sääntö”, jossa joukossa ihmisiä, on pidettävä huoli, että vähintään kolme muuta on nostanut katseensa puhelimestaan ja osallistuu keskusteluun, ennen kuin on lupa syventyä taas omaan puhelimeensa. Tällöin keskustelu pysyy käynnissä, vaikka eri ihmiset keskustelevat ja katsovat toisiinsa eri aikoina. Myös palavereissa aikuisten kesken on hyväksyttävää, että moni nostaa katseensa puhelimestaan vain oman puheenvuoronsa aikana. (Mazzarella 2020, 187–189.)

Se, mitä somesta seuraamme ei ole yhdentekevää vaan vaikuttaa mieleemme. Verkon kautta näkemämme tunteet tarttuvat meihin. Jos kulutamme aikaa ryhmissä, joiden ilmapiiri on vihainen, muutumme itsekin vihaisiksi. Cornellin yliopisto ja Facebook ovat tehneet tutkimuksen, jonka tulosten mukaan oma mielialamme muuttuu, jos someympäristömme muuttuu. Tutkimuksessa manipuloitiin Facebookin luvalla satojentuhansien ihmisten näkemää uutisvirtaa. Tutkijat poistivat käyttäjiltä muiden positiivisia viestejä ja heidän näkemänsä uutisvirta muuttui todellista synkemmäksi. Tämän seurauksena tutkittavat itsekin alkoivat päivittää sivustolle synkempiä asioita. Sama toimi myös käänteisenä, joten positiivisemmän virran eteensä saaneet ihmiset päivittivät itsekin positiivisia asioita. (Pullinen 2019, 67.)

7 KOLME ERILAISTA TARINAA VANHEMMUUDESTA SOMEN TÄYTTÄMÄN ARJEN KESKELLÄ

Edellisessä kappaleessa olen hajottanut aineistoni osiin ja esitellyt saamani tulokset: ”vanhempien arjestaan tarjoamat välähdykset” eri teemojen kautta. Tässä kappaleessa kuvaan, miten olen koonnut osaset uudelleen yhteen ja muodostanut niiden synteessin pohjalta kolme erilaista tarinaa vanhemmuudesta somen täyttämän arjen keskellä. Saamistani kirjoituksista nousi mielestäni selkeästi esiin kolme erilaista tarinaa liittyen perheen nuorten somen käyttöön ja sen vaikutuksiin vanhemmuudessa. Nämä tarinat olen nimennyt: ”Somen negatiiviset vaikutukset torjuvan vanhemman tarinaksi”, ”Someen varovaisesti suhtautuvan ja tietoa etsivän vanhemman tarinaksi” ja ”Luottavaisesti someen suhtautuneen, mutta ikävästi yllätetyn vanhemman tarinaksi”. Tutkijat ovat käyttäneet narratiivisesta tutkimuksesta termejä kertomus, tarina ja narratiivi, joita he ovat voineet tarkoittaa käsitteinä toistensa synonyymeiksi tai toisistaan erillisiksi käsitteiksi (Heikkinen 2000, 48;

Hänninen 2000, 16–18). Itse puhun tässä kappaleessa tarinoista, koska ajattelen, että ne ovat kirjoituspyyntöni vastanneiden vanhempien teksteistä omassa analyysissäni muodostuneita tarinoita, omanlaisiaan välähdyksiä arjesta. Tällaisia itsellisiä tarinoita jokaisen on mahdollista liittää loputtomasti oman elämänsä kertomukseen, jonka itse miellän kokonaisuudeksi, jolla on selkeästi alku ja loppu.

Näistä muodostamistani tarinoista ei ole mahdollista löytää ketään tutkimukseeni vastanneista vanhemmista puhtaasti, vaan kaikki muodostamani narratiivit ovat aivan uusia ja syntyneet tutkimuksen koko aineiston muodostaman kokonaisuuden kautta omassa päässäni. Nämä narratiivit eivät ole myöskään toisiaan poissulkevia, vaan on mahdollista, että myös joku tutkielmaani lukeva vanhempi löytää itsensä niistä jokaisesta. Kaikki ihmisten kokema on jaettavissa, vaikka kokemukset olisivatkin hyvin erilaisia. Yksittäiset kokemukset ja niistä kertovat tarinat syventävät yleistä ymmärrystä tilanteista, joissa ihmiset toimivat. (Erkkilä 2005, 204.) Näissä tarinoissa toteutuikin mielestäni hyvin tutkimuksen moniäänisyys, sillä vaikka tämä luku on kirjoitettu ja luotu omista tulkinnoistani käsin, sen raaka-aineita ovat tuottaneet kaikki tutkimukseeni osallistuneet vanhemmat (Hatch & Wisniewski 1995, 117).

Tarinat muodostuivat sellaiseksi kuin muodostuivat eniten juuri persoonallisten tekijöitteni kautta. Esimerkiksi Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara (2003, 154–155) ovat todenneet, että tutkijan työhön ja tutkittavan ilmiön ymmärtämiseen vaikuttavat aina tutkijan omat arvolähtökohdat. Rikkaasta aineistosta tarinoita olisi ollut löydettävissä enemmänkin tai ne olisivat voineet muodostua täysin erilaisiksi. Viehätyin narratiivisesta metodista alun perinkin osin myös siksi, että sain analyysin tässä vaiheessa tilaisuuden luoda jotain täysin uutta, jotain sellaista, jota aineistossa ei valmiiksi ollut. Lisäksi toivon, että ammattilaiset, jotka lukevat tutkielmaani voisivat saada ideoita siihen, miten narratiivista lähestymistapaa olisi mahdollista käyttää sanoittamaan asiakkaiden tarinoita ja tekemään niistä uudella tavalla merkityksellisiä.

Ensimmäisen tarinan olen nimennyt: ”**Somen negatiiviset vaikutukset torjuvan vanhemman tarinaksi**”. Tämä tarina syntyi osaksi niiden vanhempien tarinoiden innoittamana, jotka kuvasivat kokemaansa ”toiseutta” ja ”alemmuutta” suhteessa muihin murrosikäisten vanhempiin. Halusin tavallaan muuttaa näkökulmaa ja tarjota toisenlaisen vastatarinan. Narratiiveissa huomio voidaan

kiinnittää myös asioihin, mitä ei sanoiteta kirjoituksissa ääneen. Tässä tarinassa olenkin rohkeasti lähtenyt leikittelemään pohdinnoilla siitä, millaiset tekijät mahdollisesti tuottavat joillakin vanhemmilla niin vahvaa kieltämistä, torjuntaa ja jopa aggressiivista suhtautumista, kuin mitä jotkut vanhemmat kirjoituksissaan kuvasivat kokeneensa. Tämän tarinan taustalla omassa tulkinnassani on vahvasti vaikuttanut työkokemukseni pohjalta sisäistämäni käsitys perheen sisäisistä kiintymyssuhteista ja ylisukupolvisista siirtymistä. Kuvassa 1. olen kuvannut tekijöitä, jotka aineistostani nostettuina ovat olleet muodostamassa tätä tarinaa, jota tarkemmin kuvaan seuraavaksi.



Kuva 1. Somen negatiiviset vaikutukset torjuvan vanhemman tarinan taustalla olevat tekijät

Tässä tarinassa huomioni kiinnittyi siihen, että somessa ei nähty nuorten kannalta mitään negatiivista, ei omalla kohdalla omassa perheessä, mutta ei juurikaan myöskään yleisellä tasolla, ellei someen kuluva aikaa ei oteta huomioon. Tässä tarinassa nuoret ovat ilmeisen vahvoilla sosiaalisen pääoman suhteen ja koulunkäynti sujuu hyvin. Vanhemmalla ei ole nuoresta lainkaan huolta. Voisi ajatella, että tarinan perheessä menee kadehdittavan hyvin ja vanhemmat ovat poikkeuksellisen hyvin onnistuneet omassa kasvatustehtävässään. Se, että tarinassa on poikkeuksellisen positiivinen asenne someen, saa kuitenkin omassa analyysissäni miettimään myös suomalaisen identiteettiä edelleen

taustalla vaikuttavan Nokian aikaisemman menestystarinan merkitystä teknologian ihannoimisessa, sekä suomalaisen yksilökeskeisen kulttuurin vaikutusta. Suomalaisten sosiaaliset verkostot ovat väljiä ja lisäksi kasvatustyylinäkin on pitkään ollut oletus siitä, että myös lapset pärjäävät yksin ja osaavat pitää huolta itsestään jo melko pienestä. Seuraavaksi liitän tähän kaksi esimerkkiä lainauksista, joista olen koonnut tähän tarinaan aineksia.

Vastaaja 2: ”Somen käytössä arjessa on sellainen haitta ollut, että sitä on helppo juuttua tuijottamaan hyvinkin myöhään ja nukkumaan meneminen viivästyy helposti. Tästä olemme puhuneet ja tällä hetkellä tuntuu, että pojat ymmärtävät asian. Pojilla on kännykät huoneissaan ja en valvo niiden käyttöä mitenkään. Yritän opettaa heidät itse huolehtimaan siitä, että menevät ajoissa nukkumaan. Ovat kuitenkin sen verran isoja, että luotan heidän omaan arvostelukykyyn.”

Vastaaja 6: ”Nuorten somen käyttöä ei ole mun mielestä helppoa rajoittaa. Ja jos sitä rajoittaa, niin joutuu ihan hirveesti perustelemaan muille jotenkin, miksi haluaa pitää tiukkana ne rajat. Ja jotenkin tietää, että kuuluu vaan siihen vähemmistöön, että tietää, että aika vähän niin kuin kasiluokkalaisten vanhemmat niin kuin rajoittaa yhtään mitään.”

Tässä tarinassa korostuu mielestäni vanhemman etäistävä kiintymystyyli (Main 2000; Brown & Elliot 2016; Miculincer & Shaver 2016), jossa mahdolliset ongelmat ikään kuin lakaistaan näkymättömiin maton alle ilman, että niistä puhutaan ääneen. Omassa lapsuudenperheessä on voitu tottua siihen, että oma elämä halutaan nähdä itse ja näyttää myös ulkopuolelle mahdollisimman onnellisena. Kaikenlainen riita tai eripura koetaan pienenä katastrofina tai epäonnistumisena, koska se tuo mukanaan pintaan kaikkea ikävää, vältettyä ja mieltä kuohuttavaa. Somen käytön rajoittaminen koetaan ehkä jo siksi vältettävänä asiana, että se toisi mukanaan konflikteja perheen sisälle. Tässä tarinassa omat lapset koetaan hyvin pärjääviksi ja kyvykkäiksi. Vaikka he vilpittömästi sitä olisivatkin, esiintyy toisenlaisissa tarinoissa myös vanhempien sanoittamaa aitoa ja läpikäytyä kirjoitusta oman nuoren heikkouksista ja jo läpikäydyistä tai edessä olevista kehityshaasteista, joita meillä kaikilla elämän mittaan on.

Toinen vaihtoehto on käyttää Baumrindin (1989) vanhemmasta teoriasta peräisin olevaa termiä salliva vanhemmuustyyli. Siinä kasvatustyyllissä vanhempi välttää kontrolloimasta lastaan ja antaa lapsensa säännellä omaa käyttäytymistään. Salliva vanhempi saattaa olla myös epävarma siitä, miten ja milloin lapsen käytökseen tulisi puuttua. Vanhemmuustyylin on todettu olevan vanhemmalla suhteellisen pysyvä ominaisuus ja toimivan pohjana tilannekohtaisille kasvatuskäytännöille. (Aunola 2005.)

Se, että nuoret keskittyvät someen, voi tuntua vanhemmasta myös helpottavalta, sillä se vie aikaa aidolta vuorovaikutukselta ja mahdolliselta tunteiden kohtaamiselta. Aiemmin on puhuttu myös välttelevästä kiintymyssuhteesta, joka on suomalaisessa kulttuurissa periytynyt sukupolvelta toiselle, ja jonka juuret ovat sota-ajan vaikeissa kokemuksissa, joita oli ymmärrettävästi vaikea sanoittaa. Kuitenkin kun tällaisessa välttelevässä kiintymyssuhteessa kasvanut lapsi tulee helposti kerta toisensa jälkeen torjutuksi ja hylätyksi tunteineen, hän voi kadottaa yhteyden omiin tunteisiinsa. Hänestä voi varttua suojausmekanismien varassa toimiva järkevä, kylmänviileä ja toimiva aikuinen. Tällainen vanhempi saattaa yrittää näyttää oman rakkautensa lapsilleen esimerkiksi siivoamalla tai leipomalla sen sijaan, että näyttäisi tunteensa ja välittämisenä avoimesti teoillaan ja niitä ääneen sanoittaen. (Hiilamo & Pruuki 2020.)

Mielestäni on perusteltua väittää, että tähän tarina-ryhmään kuuluvia vanhempia on Suomessa paljon. Esimerkiksi toukokuussa 2021 yhden vanhemman jaettua Facebookin Teinien vanhempien tukiryhmässä väsymystään ainaisesta tietokoneella pelaamisen rajaamisesta yöaikaan, esitti niin moni vanhemmista aloittajalle hyökkäviä kommentteja ja kysymyksiä siitä, olisiko aloituksen tehneestä vanhemmasta parempi, että teini-ikäiset pelaamisen sijasta käyttäisivät päihteitä kaupungilla, että koko ketju jouduttiin lopulta poistamaan ylläpidon toimesta. Tällainen vastakkainasettelu on mielestäni kuitenkin täysin tarpeetonta ja liittyy siihen, miten vanhemmat selittävät itselleen ikään kuin suojelevansa omaa nuortaan joltain paljon pahemmalta salliessaan esimerkiksi rajoituksettoman pelaamisen.

Tutkimuksin on myös todettu, että kouluikäisten perheiden arjessa haasteellisinta vanhempien mielestä ovat jatkuva kiireisyys, työaikojen ja perheenjäsenten omien aikataulujen yhteensopimattomuus, sekä vanhempien väsymys. Yhteiskunnan 24 tuntia painottunut aukiolo on lisännyt vanhempien ilta- ja yötoiden määrää. Vanhempia kuormittavat oman työn lisäksi kotityöt ja lasten harrastukset kuljetuksineen. (Rönkä, Kinnunen & Sallinen 2005; Sallinen 2006.) Aalto (2021) kritisoi kuitenkin julkista keskustelua nykyvanhempien jatkuvasta kiireestä ja vanhempien aidon läsnäolon puutteesta usein turhankin syyllistävänä ”nostalgia-ansana” todeten, että vaikka nykyaikaa leimaakin vanhempien poissaolevuus, ei ilmiö ole uusi vaan vanhempien poissaolon olemus on historiallinen ja sen juuret syvät. Vanhempien emotionaalinen tavoittamattomuus on ollut tuttua jo aikana ennen sähköistä mediaa, ja sitä on leimannut ennemmin turvallisuuden varmistaminen kuin suhteeseen syventyminen. (Aalto 2021, 325–327, 339.)

Tämä tieto taustalla on ihan ymmärrettävääkin, että nuori, joka viattoman oloisesti kuluttaa aikaa somessa voi ajoittain tuntua työvoitolta arjen haasteiden keskellä. Oman, mahdollisesti kuormittavan työpäivän jälkeen, voi vanhemman oma mukavuudenhalukin nostaa päätään. Hän voi aiheellisesti miettiä jaksako aloittaa nuoren kanssa rakentavan keskustelun someen käytettävästä ajasta, joka koettiin haasteelliseksi aiheeksi kaikissa tutkimukseeni osallistuneissa perheissä. Toisaalta tutkimukseni tehtiin myös aikana, jolloin rajoitukset koronan vuoksi olivat käytössä. Vanhempien etätöiden määrä oli lisääntynyt ja työn ja vapaa-ajan rajasta oli tullut entistäkin häilyvämpi. Yhteiskunnan kaiken kaikkiaan positiivinen asennoituminen älypuhelimien ja somen käyttöön voi myös edesauttaa tällaisten vanhemmuuden tarinamallien lisääntymistä.

Viimeiseksi toivoisin tämän tarina-mallini rohkaisevan vanhempia tarkastelemaan asioita ulkokuoren takaa. Somemaailma on nykyään täynnä siloiteltuja ja kiiltokuvamaisia kuvauksia ihmisten arjesta, myös perhearjesta. Siksi olisi mielestäni tärkeää pysähtyä miettimään, että todellisuudessa se, mikä näyttää alkuun hyvältä ja kadehdittavalta, voikin tarjota sisimmässään jotain muuta. Silloin menestystarinalta alkuun näytävä tarina muotoutuu aivan erilaiseksi vastatarinaksi.

Toinen tarina- tyyppi on ”**Someen varovaisesti suhtautuvan ja tietoa etsivän vanhemman tarina**”. Tässä tarinassa vanhempi on hyvin selvillä someen liittyvistä mahdollisuuksista ja uhkista ja haluaa myös kasvattaa omaa some-tietouttaan reaaliaikaisesti lapsen kasvaessa edelleen yhdessä tämän kanssa ja tämän rinnalla. Oma ajoittainen tietämättömyys joistakin asiasisällöistä tunnustetaan ja uskalletaan samalla myöntää oma keskeneräisyys. Tällaisen keskeneräisyyden tunnistaminen mahdollistaa myös mielestäni hyvin elinikäisen oppimisen ja kehittymisen ihmisenä laajemmin, mutta myös vanhempana.

Tässä tarinassa vanhemman mediataidot voivat olla aivan eri tasolla kuin useimpien nykypäivän vanhempien. Syy tähän varhaiseen valistuneisuuteen saattaa löytyä ymmärrettävästi oman ammatin tarjoamasta lisätiedosta tai omasta kiinnostuksesta aihepiiriin. Tämä tarina osaltaan kuvaa hyvin mielestäni sitä tosiasiaa, että kukaan meistä ei synny medialukutaidon kanssa, eivätkä kaikki tämän hetken vanhemmat ole saaneet siitä harjoitusta myöskään omassa nuoruudessaan. Tämä olisi hyvä tiedostaa sekä yhteiskunnallisesti että myös perheissä ja kouluissa. Vastauksista sain sen käsityksen, että koulujen kyky opettaa lapsille ja nuorille some-tietoutta on hyvin sattumanvaraista ja opettaja-

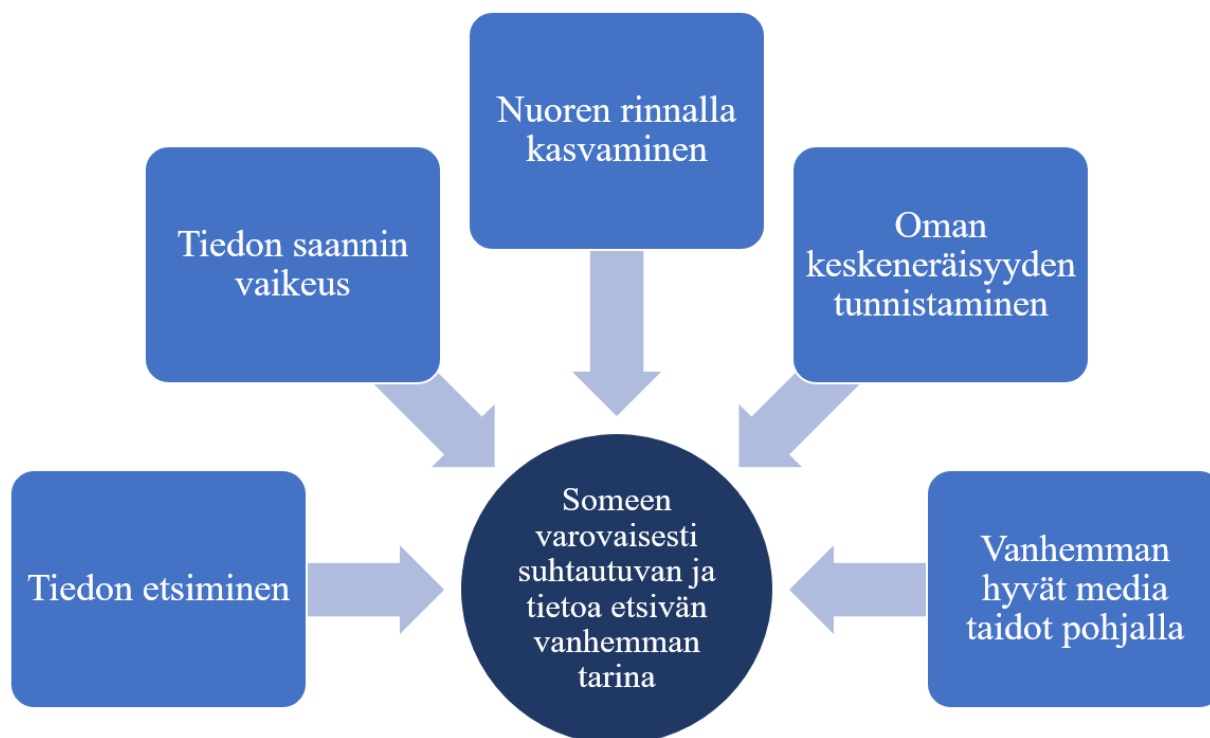
kohtaista ja asettaa perheet hyvin eriarvoiseen asemaan, vaikka opetussuunnitelmassa puhutaankin esimerkiksi koulun ja kotien yhteisistä älypuhelimien käytön pelisäännöistä. Suurin osa vastaajista koki, ettei ollut saanut koulusta mitään tukea tähän. Käytännössä vanhemmat jäävät siis kantamaan vastuuta hyvin yksin riippumatta siitä olisiko heillä resursseja tähän. Seuraavaksi muutama lainaus tähän tarinamalliin sopivista vanhempien tekstipätkistä:

Vastaaja 9: ”Vanhempana olen vähän erityistilanteessa, koska opetan äikkää lukiassa. Se tarkoittaa, että olen ollut somekanavista kartalla jo ennen lastani. Nyt toki hän opettaa minua, koska somemaailma muuttuu nopeammin kuin oppikirjat ehtivät mukaan. Joskus olen teettänyt samoja tehtäviä kuin lukiolaisten kirjoissa on. Ne ovat lukiolaisille vähän noloja, mutta juuri sopivia alakoululaisille. Me aikuiset tulemme jäljessä, se on selvä. ”

Vastaaja 9: ”Olemme käsitelleet aihetta (somekiusaamista) paljon, koska koulu ei ole halukas puuttumaan somemaailmassa tapahtuvaan häirintään. Olen huomannut, että suhtautuminen on täysin opettajakohtaista. Yksi huolenaihe on se, että somekasvatusta ei ole kouluissa tarpeeksi. Vastuu on pääasiassa kodilla.

Vastaaja 3: ”Omaa tietämystään pitää päivittää jatkuvasti, jos haluaa olla kartalla millä alustalla nuoret kommunikoivat. Ehkä vanhemmille voisi olla ”tietopankki” mistä voisi päivittää tietojaan, mikä juttu on ajankohtainen.”

Mielestäni tämä tarinatyyppi on aliedustettuna suomalaisten vanhempien tavassa suhtautua someen yksinkertaisesti siitä syystä, että vanhemmilla ei ole riittävästi tietoa aiheesta tai mielenkiintoa tai taitoa etsiä ja käyttää sitä. Sille olisi paljon tehtävissä nimenomaan rakenteellisen sosiaalityön keinoin ja tuomalla vanhempien tietoon aktiivisesti someen liittyviä riskejä ja vaaranpaikkoja, sekä lisätä keskustelunpaikkoja ja yhteyttä myös toisiin saman ikäisten lasten vanhempiin. Kun aiheesta olisi riittävästi neutraalia tietoa saatavilla, olisi vanhempien paljon nykyistä helpompaa muodostaa omia, perusteltuja mielipiteitä tästäkin aiheesta. Kuvassa 2. olen kuvannut tekijöitä, jotka ovat olleet tämän tarinamallin pohjana.



Kuva 2. Someen varovaisesti suhtautuvan ja tietoa etsivän vanhemman tarinan taustalla olevat tekijät

Kokemuksen käsite on ollut hyvin keskeisellä sijalla narratiivisessa tutkimuksessa. Kertojan kuvatessa kokemuksiaan ulkopuoliselle, ne kerrotaan tarinana tai kertomuksena. Näiden tarinoiden kautta pyrimme antamaan selityksiä ja tarkoituksia kokemallemme. (Clandinin & Connelly 1994.) Narratiiveissa ei olekaan siksi niin tärkeää, mitä kerrotaan, vaan millaisia merkityksiä omille kokemuksille annetaan tarinoiden avulla (Hatch & Wisniewski 1995,115). Kolmannessa tarinamallissa olenkin halunnut antaa merkityksen joidenkin vanhempien kuvaamille häpeän ja epäonnistumisen kokemuksille. Uskon, että taustalla on voinut vaikuttaa osaltaan myös haluni osoittaa, miten narratiiveja on mahdollista hyödyntää sosiaalityön kentällä. Tähän tarinaan olen sijoittanut myös näkyvimmin perheen sisäisen resilienssin ja tuen merkityksen, sekä nuorten kokemusten kuuntelemisen ja sen kuinka epäonnistumisenkin kokemusten kautta on mahdollista rakentaa entistä parempaa yhteyttä, avoimuutta ja luottamusta perheenjäsenten kesken.

Kolmas nimeämäni tarina- tyyppi on: **”Luottavaisesti someen suhtautuneen, mutta ikävästi yllätetyn vanhemman tarina”**. Tässä tarinassa someen on suhtauduttu alun perin tietämättömän luottavaisesti tai toisaalta myös vaarat hyvinkin tiedostaen. Kuitenkin siten, että vanhemman kertomuksessa vanhempi oli tullut jollain tapaa ikävästi ja radikaalimmin yllätetyksi nuoren somen

käytön suhteen. Tämän tapahtuman myötä suhtautuminen someen on jollain tapaa muuttunut. Tässä tarinatyypissä vanhemmat herättivät minussa eniten myötätuntoa. Uskon, että tämän tarinan taustalla on osittain myös toive, että voisin tällä mallilla omalta osaltani lisätä vanhempien itseään kohtaan tuntevaa armollisuutta. Koen, että häpeän ja epäonnistumisen kokemukset vanhemmuudessa ovat hyvin raskaita kantaa. Toisaalta ne ovat aivan turhia, sillä aina on olemassa uusi mahdollisuus muutokseen ja toisin toimimiseen jatkossa ja sitä mahdollisuutta haluan tällä mallilla tulkinnassani ehkä myös korostaa.

Tähän ryhmään kuuluvien vanhempien tarinoissa oli mielestäni kuultavissa, kuinka vanhempi ei ole välttämättä takertunut omiin käsityksiinsä, vaan suhtautunut nuoren kokemuksiin myötätuntoisesti ja pohtinut tapahtumia yhdessä nuoren kanssa. Virheet yhdessä kokemalla ja niistä oppimalla nuori saa mahdollisuuden oppia ja omaksua todella hyödyllisiä taitoja kuten resilienssiä ja vaikeuksien keskellä toisiinsa tukeutumista tulevaisuuttaan varten. Nuori on voinut myös oppia pohtimaan elämää, jotain tiettyä ilmiötä, ja analysoimaan myös omaa osuuttaan siinä. Vanhemmalle tällainen tapahtuma on voinut omalta osaltaan aluksi tuottaa epäonnistumisen ja häpeän tunteita suhteessa omaan kykyynsä suojella lastaan vanhempana, mutta näitä tunteita on vanhempi itsekkin aktiivisesti käsitellyt, ja niistä on päästy yli. Seuraavaksi esittelen yhden vanhemman kirjoitusotteen, joka mielestäni sopi hyvin tähän tarinamalliin:

Vastaaja 1: ”Olemme todenneet, että lasten ja nuorten kanssa on hyvä puhua somen vaaroista jo hyvissä ajoin ja selittää, miksi on erittäin tärkeää, että kaikesta epäilyttävästä kerrotaan vanhemmille. Meille tuli yksi tuollainen keskustelu hyvinkin ajankohtaiseksi, kun tyttäremme sai pari vuotta sitten yhteydenoton englanniksi joltain tuntemattomalta, joka kehui häntä kauniiksi ja yritti saada vuorovaikutusta aikaan yhteydenotoillaan. Onneksi tytär tuossa kohtaa tuli kertomaan asiasta ja osasi itsekkin olla epäileväinen. Keskustelimme yhdessä asiasta ja kävimme läpi, että nimimerkin ja kuvan takana voi olla kuka tahansa ja aiheet eivät välttämättä ole aina hyviä. Laitoimme kaikki tilit yksityisiksi ja sovimme, että niihin tietoihin, jotka näkyvät julkisesti, ei laiteta asuinpaikkaa eikä harrastusseuraa tms.”

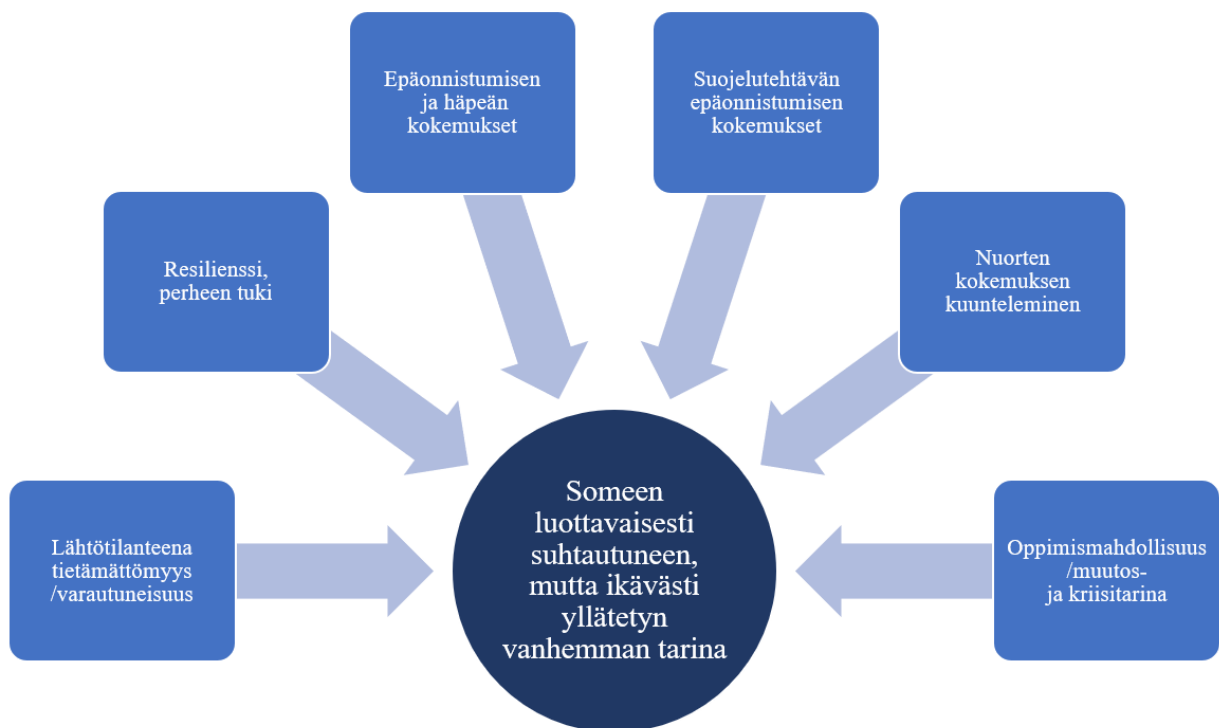
Härkönen, Suoninen ja Raudaskoski (2018) ovat todenneet, että kännyköiden käyttö on yleinen riidanaihe perheissä. Heidän mukaansa julkinen ja tutkijoiden parissa käyty keskustelu on kuitenkin polarisoitunut mustavalkoiseksi siten, että nuorten kännykän käyttöön suhtaudutaan joko korostuneen positiivisesti tai huolestuneesti. Näissä keskusteluissa nuorten oma näkökulma jää valitettavan usein puuttumaan. (em. 2018.) Härkönen ym. ovat kartoittaneet tutkimuksessaan nuorten omia tapoja jäsentää vanhempien kanssa käytäviä keskusteluja kännykän käytön rajoittamisesta. He ovat huomanneet, että perheiden tavassa ottaa kännykän käyttö puheeksi, varsinkin silloin kun sen

käyttöön liittyy selkeitä kipupisteitä tai ristiriitoja perheen sisällä, on eroja. Nuorten kannalta heidän maailmaansa ankkuroituminen ja asian puheeksi ottaminen varovaisesti ja ystävällisesti nähtiin kaikkein toimivampana yhteisymmärryksen saavuttamiseksi. Tällainen puheeksi ottamisen tapa edellytti nuorelle tärkeiden asioiden ymmärtämistä nuoren omasta merkity maailmasta käsin tai vähintään aitoa kiinnostusta kuulla ja huomioida myös nuorten omia näkemyksiä ja ajatuksia. Tältä kannalta ajateltuna korostuu vanhemman ja nuoren jatkuvan ja aidon vuorovaikutussuhteen merkitys. (em. 2018.)

Omaan tarinaan on tärkeää voida liittää onnistumisia ja hyviä ominaisuuksia, jotka vaikuttavat siihen miten oma elämäntarina mielletään vastoin käymisestä huolimatta sellaiseksi, että oma rooli siinä ilmaisee pystyvyyttä ja kykyä. Tällaista voimaannuttavaa työskentelyä ja kerronnassa pienien onnistumisien kohtien huomaamista tarvittaisiin myös sosiaalityöhön lisää. Lipponen (2020) toteaa, että tarinallisuus tarkoittaa sen tutkimista, millainen tarina omasta kokemuksesta muodostuu, miten ihminen sijoittaa itsensä siihen ja miten vaikeatkin kokemukset voidaan jäsentää osaksi omaa elämäntarinaa. Resilienssiä vaativissa tilanteissa kyse on usein muutos- tai kriisitarinasta, jossa korostuu sen selviämisenosa. Vanhempien perheestään kirjoittamat tarinat ovat ikään kuin perheen yhteisiä ja niissä välitetään perheen tapaa sanoittaa oma kokemus ja korostaa sen tiettyjä puolia. (Lipponen 2020, 130.) Myös Poijula (2018) toteaa, että elämässä vastaantulevat haasteet voivat olla jopa energisoivia, jos ihminen pystyy näkemään ne oppimismahdollisuutena. Tällainen asennoituminen auttaa itsesäätelyssä ja toipumaan kohdatusta vastoin käymisestä nopeammin ja on yhteydessä toivoon ja optimismiin kokemuksiin. (em. 2018, 222.)

Mäkelä (2020) on tutkinut journalismissa somessa nopeasti leviäviä niin sanottuja mallitarinoita, jotka ovat kulttuuriimme sidottuja kertomusmuotteja, jotka on helpompi tulkita ja omaksua tutun oloisen formaatin vuoksi kuin siitä vahvasti poikkeavat, toisenlaiset tarinat. Aikakaudellemme tyypilliset mallitarinat sisältävät samaistuttavia yksityiskohtia ja voimakkaita tunteita herättäviä yksilökokemuksia. Yksi tällainen helposti tunnistettava mallitarina on Mäkelän mukaan esimerkkikertomus, jossa on mukana selvä opetus. (em. 2020, 23–24.) Tunnistan tästä Mäkelän mallitarinasta löytyvät piirteet ja kaavan myös tästä analyysini kolmannesta tarinasta. Someen voi pettyä monella tavalla, mutta pettymyksen kautta on mahdollista oppia jotain uutta yhdessä perheenä.

Toisaalta, jos vanhempi on jäänyt itsekin tilanteessa ilman riittävää ulkopuolista tukea, on se voinut lisätä hänen tuntemaansa vanhemmuuden stressiä ja nuoren tilanne on ehkä vaikeutunut ennestään ja perhe ilmapiiri ajautunut sitä kautta pitkäksi aikaa haasteelliseksi. Hyvin merkittävässä asemassa on myös se, ovatko vanhemmat kasvatuksessaan samoilla linjoilla. Tutkimuksin on osoitettu, että yksi tärkeimmistä lapsiperheiden hyvinvoinnin edellytyksistä yksittäisen perheen tasolla on se, että perheen jäsenet toimivat yhdessä tiiminä. Jaettu vanhemmuus tuo molemmille vanhemmille tyydytystä, sekä tukee vanhempana jaksamista ja vanhemmuudesta nauttimista. (Rönkä, Malinen, Sevón, Kinnunen, Poikonen & Lämsä 2009.) Mikäli vanhemmat ovat hyvin eri linjoilla esimerkiksi someen liittyvien linjauksien kanssa, voi se omalta osaltaan lisätä vanhemman voimattomuuden kokemuksia ja lisätä tyytymättömyyttä yhteiseen arkeen. Tätä olisi mielenkiintoista tutkia vielä lisää. Myös se, että vanhempi suhtautuisi nuoren kokemaan ikävään kokemukseen syyllistäen tai vihastuen synnyttäisi aivan erilaisen tarinan, mutta onneksi sellaisten tarinoiden ituja ei aineistoni sisältänyt. Kuvassa 3. olen esittänyt tämän tarinamallin pohjana olleita tekijöitä.



Kuva 3. Someen luottavaisesti suhtautuneen, mutta ikävästi yllätetyn vanhemman tarinan taustalla olevat tekijät

8 POHDINTAA

Keräämäni vanhempien tarinat osoittavat hyvin sen, millainen merkitys ihmisten omilla tarinoilla vanhemmuuden kokemuksistaan yhteiskunnalle ja heille itselleen on. Ymmärrys ja tieto erilaisista ongelmien vaikutuksista yksittäisen ihmisen elämään lisääntyy tarinoiden avulla. Kun pyritään uhrin roolista eroon ja tavoitellaan aktiivisen toimijan roolia, voi narratiivinen lähestymistapa auttaa. Tarinat kuuluvat olennaisena ihmisyyteen. Tarinoiden kautta ihminen voi löytää uusia merkityksiä elämälleen ja muotoilla elämäntarinaansa aivan uudenlaisen juonen jotakin tapahtumaa tai kokemusta painottamalla. Tarinasta voidaan etsiä kohtia, jotka osoittavat omaa pystyvyyttä ja yhteisen tarkastelun kautta ne luovat ihmisen tilanteeseen toivoa ja merkityksellisyyttä. Ihmisen minuus voi jopa lisääntyä ikävistäkin tapahtumista huolimatta tai jopa niiden kautta. Ilman narratiivista lähestymistapaa tämä voi jäädä kokonaan huomaamatta.

Minusta nuorten somen käytön merkitystä nykypäivän vanhemmuuteen on tärkeää tutkia ja aineistoni valossa tämä ajatukseni on vain vahvistunut ennestään. Tällä hetkellä murrosikäisten lasten vanhempina olevien aikuisten sukupolvi ei ole omassa nuoruudessaan käyttänyt somea, eikä ole perillä kaikista siihen liittyvistä asioista ja ilmiöistä. Muutos on ollut niin nopea, että en usko, että tutkijat tai yhteiskunnan päättäjätkään ovat selvillä kaikista vaikutuksista, joita nuorten lisääntyneellä somen käytöllä on. Minusta koulujen pitäisi ottaa nykyistä suurempaa roolia mediakasvatuksesta ja auttaa vanhempia löytämään kanavia keskustella aiheesta, toisiltaan vertaistukea saaden.

Olen itse ohjannut NNKY:n kamalat äidit- murrosikäisten lasten äitien vertaisryhmää. Keväällä 2021 toteutuneessa ryhmässä moni oli joutunut etsimään itselleen aktiivisesti vertaistukea pitkään ja se oli vienyt voimavaroja. Mikkonen (2011) on todennut, että myönteistä identiteettiä rakennetaan kuitenkin juuri yhteisösuhteiden avulla. Se tarkoittaa käytännössä hyväksynnän ja tuen saamista toisilta ja uskon palautumista omaan itseen. (em.) Vertaisryhmässä saatu emotionaalinen tuki, mahdollisuus prosessoida hyväksyvässä ilmapiirissä erilaisia arjessa syntyviä, negatiivisiakin tunteita, sekä ryhmäläisten kokemusten kautta mahdollisuus oman tilanteen peilaamiseen ja oman perhearjen näkemiseen uudesta perspektiivistä, pitäisi ulottaa entistä useamman vanhemman saataville. Tunne omien perheongelmien ainutkertaisuudesta hälvenee vertaisryhmässä. Vertaistoiminta on kasvattanut suosiotaan Suomessa vuosi vuodelta. Se kertoo omaa tarinaa siitä,

kuinka ihmisillä on kasvava tarve jakaa kokemuksiaan ja saada tietoa samankaltaisessa elämäntilanteessa olevilta. (Nylund 2005, 195.)

Murrosikää edeltänyt vaihe vanhemmuudessa on voinut näyttäytyä rauhallisena ja seesteisenä. Murrosiän rajuus on voinut yllättää vanhemmat, ja he voivat tuntea tilanteessa myös häpeää ja epäonnistumista. Tukea vanhemmuuteen ei ole tarjolla samalla tapaa matalalla kynnyksellä kuin vauvan vasta synnyttyä perheeseen. Usein on niin, että apua pitää etsiä ja sen hakemiseen on oltava syy. Siksi monet vanhemmat jäävät murrosikään liittyvien ongelmien kanssa yksin. Heidän mahdollisesti tilanteestaan tuntema häpeä hidastaa avun piiriin hakeutumista ja voi myös estää sen kokonaan. Vertaistuen avulla häpeän kokemukset voivat väistyä ja itse ongelmaa olisi mahdollista päästä työstämään. Brown (2015) on tutkinut häpeää ja sen ilmenemistä. Häpeän nimeäminen ja siitä puhuminen tuo häpeän kokemuksen paremmin esiin. Koska esille tuotu asia ei enää ole vaiettu salaisuus, sillä ei myöskään ole enää samanlaista valtaa ihmiseen kuin aikaisemmin. Vertaistukiryhmässä on erityisen hyvä tilaisuus käsitellä kokemaansa häpeää, koska voi kokea tulevansa kuulluksi, nähdyksi ja empaattisesti kohdatuksi. Koska häpeä näyttäytyy aina suhteessa muihin ihmisiin, on sen käsittely myös hedelmällisintä muiden ihmisten kanssa. Toisilta saatavan empatian lisäksi on myös tärkeää olla lempeä ja myötätuntoinen itselleen. Siten vahvistaa omaa kykyään sietää häpeää paremmin myös tulevaisuudessa. (Brown 2015, 73–74, 81.)

Muilta samankaltaisia asioita kokeneilta vanhemmilta voi saada hyviä neuvoja siinä, miten tilanteessa voisi myös kokeilla menetellä. Se parantaa vanhemman uskoa omaan kykyihinsä vanhempana. Kun pienten lasten äitien vertaistukiryhmiä on tutkittu, on todettu, että netissä äidit voivat jakaa toistensa kanssa dialogissa asioita, joista eivät ikinä puhuisi ääneen hiekkalaatikolla. Myös pahimmatkin tunteet on luvallista jakaa myötätuntoisessa ja ymmärtävässä ryhmässä toisille. Tutkimukseen osallistuvat äidit ovat kuvanneet keskustelujen muokanneen omaa äitiyttä positiiviseen suuntaan ja avartaneen omia näkemyksiä ja todenneet, että samanlaista yhteisöllisyyttä ei ole mahdollista saavuttaa neuvolassa. (Munnukka, Kiikkala & Valkama 2005, 240–245.)

Vertaistuen yksi ulottuvuus on se, että se on yksi palvelumuoto muiden joukossa. Se palvelee asiakkaiden muuttuneita tarpeita, lisää valinnanvapautta ja mahdollisuutta määritellä itse, milloin, kenen kanssa ja miten omia ongelmiaan haluaa käsitellä ja millaista apua ja tukea on valmis ottamaan

vastaan. Koska vertaistuki rakentuu vastavuoroisuudelle, voi apua tarvitsevan positio muuntua apua antavan positioksi. Palvelujärjestelmässä tällainen position vaihtuminen ja toimijuuden lisääntyminen ei olisi samalla tapaa mahdollista. Vertaistukijoiden itse organisoima toiminta lisää oman toimijuuden kokemuksia, mutta se ei ole mahdollista täysin ilman palvelujärjestelmää. Palvelujärjestelmä voi kuitenkin luoda edellytyksiä ja edistää vertaistoiminnan muotoja esimerkiksi tarjoamalla käytettäväksi toiminnassa omia tilojaan, välineitään ja taloudellisia resurssejaan. (Hyväri 2005, 217–219.)

Mönkkönen (2002, 282) summaa toiminnallista vaikuttumista siten, että ihminen, joka ulkoistaa toimintansa syitä itsensä ulkopuolelle, on täysin ulkoisten ärsykkeiden armoilla vailla valinnan varaa. Sen sijaan toimijana hän on tilanteessa, jossa tekee itse valintoja ja kantaa myös niistä vastuun. Toimiessaan hänellä on käytössään vaihtoehtoisia toimintatapoja, eikä hän ole enää ärsykkeiden tai pakkojen armoilla. Tätä ajatusta vasten on hyvin perusteltua luoda sosiaalityöhön rakenteita, jotka edesauttavat myös murrosikäisten lasten vanhempia löytämään itselleen vertaistuen paikkoja. Kaikki elämänkriisit eivät vaadi ammattiosaamista, vaan olisi nähtävä tavallisten ihmisten tavallisia mahdollisuuksia auttaa toisiaan. (Mönkkönen 2002, 299.)

Nuoret ovat erilaisissa positioissa suhteessa siihen, tuoko some mukanaan heidän elämäänsä positiivisia vai negatiivisia tekijöitä. Some voi toimia osallisuuden areenana ja tarjota nuorelle väylän etsiä tietoa ja vaikuttaa itsekkin aktiivisesti asioihin. Somen kautta on mahdollista löytää uusia, samanhenkisiä vertaisryhmiä omaa maailmankatsomusta tukemaan. Positiivisen palautteen saaminen ja sen aktiivinen antaminen muille voi voimaannuttaa ja kasvattaa omaa itsetuntoa. Vaaroja nuoret voivat kohdata elämässään muutenkin kuin vain somessa. Tärkeää onkin opettaa heitä suhtautumaan siten, että heidän epäonnistuessaan välttämään mahdollisia vaaroja, voisivat negatiivisetkin kokemukset vahvistaa heidän omaa resilienssikykyään ja kykyä oppia erehdyksistä ja mahdollisuutta toimia jatkossa toisin. Koska nuorten oma toiminnanohjaus on vielä kehittymässä, nuoria voidaan parhaiten auttaa tukemalla vanhempia heidän kasvatustehtävässään.

Mielestäni olisi todella tärkeää nimenomaan rakenteellisen sosiaalityön keinoin luoda uusia menetelmiä ja työvälineitä kodin ja koulun yhteistyökentälle, jotta vanhemmat voisivat saada nykyistä enemmän kaipaamaansa tietoa nuorten somen käyttöön liittyvien asioiden käsittelyyn ja

tukea omien päätöksiensä ja ratkaisukeinojensa pohjalle. Osa vanhemmista toimii luontaisesti oikein ja heillä on takanaan turvallisia, omilta vanhemmilta perittyjä käyttäytymis- ja reagoimismalleja, mutta osa tarvitsee kasvatustehtävässään enemmän tukea kokemansa vanhemmuuden stressin tai omien lähtökohtiensa vuoksi. Tämä mielestäni ennaltaehkäisisi vaikeampien ongelmien muodostumista, joita somen käyttö kiistatta osalle nuorista aiheuttaa. Mielestäni on tärkeää muistaa kaikessa someen liittyvässä keskustelussa, että some ei ole automaattisesti hyvä tai paha. Tärkeintä on painottaa someen liittyvässä keskustelussa enemmän sen laatua kuin määrää. Korona-aika on osoittanut, että teknologian kehittämisestä on ollut meille hyötyä. Se on luonut meille uusia mahdollisuuksia ja kauempana asuviin läheisiin on voinut pitää yhteyttä virtuaalisesti. Tällaiselle somen käytölle tuskin kukaan tutkija pystyy esittämään mitään negatiivista vaikutusta.

Varsinkin perheneuvoloissa olisi tärkeää perehtyä somen mukanaan tuomiin mahdollisiin haittavaikutuksiin ja niihin liittyvään tutkimukseen. Yksi tutkimukseeni osallistuneista vanhemmista oli kokenut oman huolensa somen vaikutuksista jääneen kokonaan kuulematta perheneuvolassa. Vanhemmat ovat oman nuorensa parhaat asiantuntijat ja heidän huolensa tulee ottaa vakavasti. Tällä hetkellä somen liiallisen käytön aiheuttamat haitat tulevat vain yksilölle itselleen kannettavaksi. Yhteiskunnalla ei mielestäni ole varaa ummistaa silmiä mahdollisilta liialliseen käyttöön liittyviltä ongelmilta. Ongelmien kehittymistä tulisi ennaltaehkäistä nyt, kun tilanne ei ole päässyt niin pahaksi kuin joissakin muissa maissa. Apu ei saisi olla ongelmakeskeistä, vaan sen tulisi keskittyä ennaltaehkäiseviin palveluihin, voimavaroihin, suojaavien tekijöiden lisäämiseen ja tutkitun tiedon levittämiseen koko yhteiskunnan tasolla.

Ehdottoman tärkeää olisi keskustella aiheesta myös nuorten itsensä kanssa. Minulla oli tutkimukseni alussa haave keskustella saamistani tuloksista dialogissa tutkimukseen osallistuneiden vanhempien lapsista koostuvan pienen joukon kanssa ja kerätä myös heidän ajatuksiaan tutkimukseen ja vanhempien kirjoituksiin liittyen. Nytkin pienessä otoksessani kävi ilmi, että osa nuorista oli aloittanut oman somen käyttönsä rajoittamisen itsenäisesti ilman vanhempiensa vaikutusta. Tämä mielestäni osoittaa jo sen, että nuoret itsekin pohtivat aktiivisesti kuinka paljon somen käyttöä itselle on riittävästi tai liikaa ja mitä liiallinen käyttö itselle aiheuttaa. Nuoria tuleekin opettaa asettamaan itse itselleen rajoja ja sitä kautta itsesääteilyä. Tähän vanhemmat voivat ohjata heitä keskustelemalla monipuolisesti aiheesta. Myös nuorten elämään vahvasti vaikuttavat somejulkikset ja tubettajat vaikuttavat mielipiteillään. Tutkimuksessani yksi nuori oli erään tubettajan positiivisesta esimerkistä

alkanut käyttämään korona aikana välttämätöntä maskia, jonka aikaisemmin koki epämiellyttäväksi. Olisi mahtavaa, jos joku tällainen nuorten elämässä muutenkin vaikuttava taho pohtisi näitä someenkin liittyviä asioita vakavasti. Uskon, että siihen liittyy kuitenkin se hankaluus, että tubettajien tulot ovat riippuvaisia aktiivisista seuraajista. Nuorten omia mielipiteitä somen käyttöön liittyen olisi tärkeää tutkia. Valitettavasti tämän tutkimuksen puitteissa tämä ei kuitenkaan ollut mahdollista. Minusta tutkimuksen tuloksia nuorten kanssa läpikäymällä olisi kuitenkin mahdollista avata keskustelua nuoren kanssa someen liittyvistä teemoista ja saada konkreettinen mahdollisuus kurkistaa hänen mielipiteisiinsä ja ajatuksiinsa someen liittyen. Itse ajattelen, että keskustelut yleisellä tasolla olisivat hyödyllisiä siinä vaiheessa, kun omassa perheessä aiheeseen liittyvät teemat eivät ole akuutteja.

Kun aikoinaan 2000-luvun alussa pohdittiin kännykän ja urbaanin elämäntavan vaikutusten ituja jokapäiväisessä arjessa, todettiin sen tuskin muuttavan ihmisten tarvetta kohdata kasvokkain, vaikka se teknistikin osaltaan kanssakäymistä. Silloin ounasteltiin pikemminkin livenä tapahtuvan kanssakäymisen renesanssia kuin sen korvautumista virtuaalimaailmoilla. Samassa yhteydessä odotettiin omaehtoisen elämänhallinnan merkityksen korostumista tulevaisuudessa sekä ajallisesti että paikallisesti. Kännykällä nähtiin olevan merkitystä omien mahdollisuuksien lisääntymiseen elämässä ja pyrkimyksenä vähentää tunnetta, että saatettaisiin menettää ja jäädä paitsi jostakin. (Mäenpää 2000, 134, 146–149.) Kun nyt miettii näitä sen aikaisia ajatuksia tulevaisuudesta voi todeta niiden olleen sekä oikeassa että väärässä. Nuorten kanssakäyminen on siirtynyt yhä enenevässä määrin someen. Se on vapauttanut nuoret aikaan ja paikkaan liittyvistä rajoituksista. Toisaalta se on tuonut myös uudenlaisia haasteita nuorille itselleen. Miten saada aika riittämään? Miten selvitä muista arjen velvollisuuksista, kun virtuaalimaailma vetää puoleensa selkeästi ympäri vuorokauden? Tämä kaikki lisää omalta osaltaan myös vanhemmuuteen liittyviä vaateita. Miten oppia rajoittamaan nuorten some-aikaa siten, että se tyydyttää kaikkia ja aikaa jää muuhunkin. Yhteiskunnan pitää mielestäni ottaa myös nykyistä enemmän kantaa aiheeseen ja tukea vanhempia heidän kasvatustehtävässään. Toivoisin kuitenkin, että livenä tapahtuvan kanssakäymisen renesanssi olisi meillä vielä edessä joskus tulevaisuudessa.

Sosiaalityön kentällä on mahdollista käsitellä vanhemmuustaitoja monipuolisesti. Esimerkiksi Mannerheimin Lastensuojeluliitto, MLL on julkaissut aiheeseen liittyvän työkirjan: Epätäydellisten vanhempien lapset osana Vanhemmat ja itsenäistyvä nuori-projektia vuosina 2007–2009. Työkirjan

tavoitteena on erotella, lapset, vanhemmat ja isovanhemmat, sekä auttaa tämän päivän vanhempia määrittelemään omaa vanhemmuuttaan sukupolvien ketjussa. Vaikka historia sitookin nämä kolme sukupolvea yhteen, on jokaisella sukupolvella mahdollisuus tehdä asioita toisin ja luoda ihan uudenlainen suhde seuraavaan sukupolveen. (MLL, 2007–2009.) Mielestäni tämä työkirja on hyvä esimerkki siitä, miten vanhemmuus ei ole sarja jotakin tiettyjä toimintoja tai malleja, joita toistamalla roolista selviytyy. Tärkeintä on pysähtyä miettimään erilaisia arkisia tilanteita yhdessä nuoren kanssa ja hänenkin näkemyksiään kuunnellen ja arvostaen. Someen liittyviä kaikille sopivia toimintatapoja ei varmasti pystytä esittämään, mutta keskustelukulttuuria siihen liittyen voidaan sosiaalityön keinoin kodeissa tukea.

Vaikka pro graduuni liittynyt tutkimus jätti jälkeensä ehkä enemmän kysymyksiä kuin mitä se tarjosi vastauksia, niin koen silti vahvasti, että se omalta osaltaan puolustaa paikkaansa siinä, että aihetta on tärkeää nostattaa enenevässä määrin julkiseen keskusteluun mahdollisimman laaja-alaisesti ja neutraalisti. Pösö (2012) on tarkastellut sosiaalityöhön keskeisesti liittyviä osin sisällöltään ja tarkoitukseltaan melko epäselviäkin käsitteitä kuten lapsen etu, oikeudet ja näkökulma. Hänen mukaansa elämään ja yhteiskuntaan liittyviä asioita tulisi aina tarkastella lasten kannalta unohtamatta sitä, miten vahvoja yhteiskunnallisen keskustelun ja politiikan välineitä yllä mainitut käsitteet aina julkisessa keskustelussa esiintyessään ovat. Mielestäni olisi kuitenkin tärkeää ja aiheellista tämänkin aiheen osalta tarkastella somen käyttöön liittyviä teemoja tulevaisuudessa myös juuri sosiaalityöhön läheisesti liittyvän lasten ja nuorten oman näkökulman kautta. Pösö (2012, 92–93) toteaa, että lapsi on aina riippuvainen ympäristöstään, sosiaalisista yhteyksistään, kulttuurista ja kulloisestakin ajan hengestä. Näillä tekijöillä on aivan yhtä lailla merkitystä, kun mietitään somen vaikutuksia nuoriimme ja sitä kautta myös heidän omaan vanhemmuuteensa tulevaisuudessa.

Myös riskien ymmärtäminen tässä yhteydessä on aivan yhtä relevanttia kuin lastensuojelussa yleensäkin. Nuorten somen käyttöön liittyvien mahdollisten riskien tunnistaminen ja niistä avoimesti ääneen puhuminen tulevaisuudessa on entistäkin tärkeämpää, jotta vakavimmilta lasten etua haittaavilta seuraamuksilta vältytään. Lastensuojelulaissa (417/2007) todetaan muun muassa, että lain tarkoituksena on turvata lapsen oikeus turvalliseen kasvu-ympäristöön, tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen ja erityiseen suojeluun ja että lasten ja perheiden kanssa toimivien viranomaisten on tuettava vanhempia ja huoltajia heidän kasvatustehtävässään ja pyrittävä tarjoamaan perheelle tarpeellista apua riittävän varhain. Aivan kuten niin usein lastensuojelussakin,

ovat somenkin käytön suhteen lapsen etu ja hänen oikeutensa ristiriidassa keskenään. Vaikka nuoren omia mielipiteitä ja toivomuksia sekä hänen oikeuksiaan osallistumiseen ja vaikuttamiseen omissa asioissaan on kunnioitettava myös somen käytön suhteen, on aivan yhtä tärkeää tiedostaa toiminnallisten riippuvuuksien luonne ja nuorten erityinen herkkyys kaikenlaisille riippuvuuksille keskushermoston kehittymättömyyden vuoksi ja tunnistettava nuorten eroavaisuudet someen liittyvien riskien suhteen. Tällä hetkellä esimerkiksi sijoitettujen lasten osalta ei sijaisvanhempien ole mahdollista juurikaan rajoittaa älypuhelimien käyttöä:

Vastaaja 19: ”Esimerkiksi klassinen ”rankaisu” teineille, puhelimen poisottaminen, ei ole sijoitetuille lapsille sallittua, koska heillä pitää olla oikeus yhteydenpitoon biologiseen perheeseen.”

Mielestäni tätäkin rajoitusmahdollisuutta olisi hyvä tarkastella koko ajan lisääntyvän tiedon valossa ja pysähtyä miettimään altistetaanko tässä jo valmiiksi haavoittuvammassa olevia nuoria entisestään kiistattoman käyttäytymisaddiktion ja riippuvuus uhan alle. Yhteydenpitoa nuoren biologiseen perheeseen on kuitenkin mahdollista toteuttaa muidenkin kanavien kuin älypuhelimien kautta.

Mielenkiintoista on myös se, että kun on kiistatta todettu 12–17-vuotiaiden nuorten psykiatristen ja neurokognitiivisten häiriöiden diagnoosien lisääntyneen 50 prosenttia viimeisen kymmenen vuoden aikana, pohditaan syynä tähän usein nuorten psyykkisten häiriöiden aikaisempaa parempaa tunnistamista tai lähetekäytäntöjen muutosta ja lisääntynyttä avoimuutta häiriöistä. (Esim. Gyllenberg 2019, Tolmunen 2019.) Kuitenkin jo nykyään esimerkiksi Tampereen yliopistollisen sairaalan, TAYSin sivuilla todetaan, että: ”Monet psykiatrisista häiriöistä kärsivät nuoret nukkuvat ja liikkuvat aivan liian vähän, kun some täyttää nuorten yöt ja vapaa-ajan. Puhelin pitäisi pystyä ottamaan yöksi pois, jotta nuori eläisi ilman virikkeitä edes öisin (tays.fi).” Some ei todellakaan tue kaikkien nuorten hyvää kehitystä ja tämä olisi syytä uskaltaa sanoa yhä useammin ääneen.

Nuorten kannalta oleellista on toiminta samanaikaisesti sekä mikro- että makrotasolla. Mikrotasolla vanhempien ja koulun pitäisi yhteistyössä pyrkiä somen eettisesti terveeseen käyttöön nuorten keskuudessa. Makrotasollakin on kuitenkin merkitystä. Some-alustoja käyttävien yhtiöiden ja yhteiskunnan tulisi myös kantaa enemmän vastuuta siitä, mihin digitaalisia ympäristöjä käytetään. Tähän on kuitenkin vaikea päästä ennen kuin someen liittyvistä ilmiöistä pystytään keskustelemaan

leimaamatta ja syyllistämättä yksin yksilöä. Itse koen, että tällä hetkellä julkisessa keskustelussa nähdään kaikki someen liittyvät ongelmat lähinnä yksilön omasta toiminnasta johtuvina ja korostetaan yksilön omaa vastuuta tilanteestaan. Silti nuoret itse eivätkä heidän vanhempansa saa riittävästi neutraalia tietoa aiheesta, joka koskettaa tänä päivänä ihan jokaista. Usein ilmiöstä on nuorten kanssa ensin helpompi keskustella yleisellä tasolla ja toisten kohdalla tapahtuvana ja siirtää vasta sitten pikkuhiljaa fokus itseen ja omaan toimintaan. Olen myös Alterin (2017) kanssa samaa mieltä siitä, että käyttäytymisaddiktion torjuminen yksinomaan lääketieteellisin keinoin on virhe. Käyttäytymisaddiktiolla on aina sosiaalinen ulottuvuus, jota voi ennalta ehkäistä rakenteellisia rajoituksia säätämällä ja tasapainottavia sääntöjä sopimalla. (em. 2017, 28–29.)

Itse uskon vakaasti, että juuri sosiaalityöllä on tilaisuus olla mukana some- aikaan liittyvässä muutoksessa. Sosiaalityön keskiössä on juuri ihmisen sosiaalisuus, vuorovaikutus ja kohtaaminen. Vaikka teknologian kehittyminen ja some sisältöineen on tuonut nykyisenkaltaiseen elämäämme paljon hyvää ja vapauttanut meidät monella tapaa ajan ja paikan kahleista, se on myös osin lisännyt pahaa oloa, tehnyt meistä riippuvaisia älypuhelimestamme ja hankaloittanut läheisiä ihmissuhteitamme ja tuonut niihin uusia jännitteitä teknologiasta vapaan ajan ja paikan määrittämisestä. Esimerkiksi Hantula ja Korkman (2018) ehdottavat, että voimavarat voitaisiin ohjata pohtimaan miten nykyinen teknologia voisi paremmin mukautua niihin sosiaalisiin tilanteisiin, joissa se tällä hetkellä aiheuttaa vielä jännitteitä. Tärkeää olisi keskittää mielenkiinto siihen, miten sisältöjä voi hallita ja rajoittaa siten, että tasapaino muun sosiaalisen elämän ja somemaailman kesken löytyisi. (em. 2018, 136,196.)

Myös Patino (2020) esittää, että tulevaisuudessa olisi entistä tärkeämpää luoda virtuaalisuudesta vapaita ympäristöjä, sekä aikaan että paikkaan perustuvia. Kun esimerkiksi nykyään Facebook ilmoittaa viesteillään, että sinulla on ystäväsi julkaisuja näkemättä, se voisi tulevaisuudessa ehdottaa sen sijaan, että voisikin olla aika pitää muutama päivä kokonaan taukoa somesta. Myös kouluissa voisi opettaa somen oikeanlaista käyttöä ja neuvoa tapoja välttää riippuvuusmekanismit aivan samaan tapaan kuin nuoria nykyään opetetaan välttämään sukupuolitauteja. Meillä on edelleen mahdollisuus vallata somelle menettämämme aika takaisin ja tavoittaa hiljaiset hetket ilman katkoksia ja sähköisiä ärsykeitä. (Patino 2020, 113–115.)

Asenteemme addiktiivisiin kokemuksiin on kulttuurilähtöistä ja jos vallitseva kulttuurimme vain antaisi tilaa lepoajalle, joka olisi vapaa työstä, peleistä ja näytöistä, olisi lastemme helpompi tulevaisuudessa vastustaa käyttäytymisaddiktion houkutusta (Alter 2017, 251). Lapset eivät synny teknologiaa janoten, vaan ovat syntymästään saakka valmiita kasvokkaiseen vuorovaikutukseen kehittyäkseen parhaalla mahdollisella tavalla. Kulttuurisesti näytämme hyväksyneen vallitsevan tilan, jossa lasten sosiaalinen elämä siirtyy tosimaailmasta digitaaliseen maailmaan vähitellen, kun he oppivat pitämään sitä yhtä välttämättömänä, kuin heitä ympäröivät aikuiset näyttävät tekevän. Tauon pitäminen ei ole nuorille enää vaihtoehto, koska some maailmasta nuoret hakevat hyväksyntää ja ystävyyttä. (em. 2017, 39.)

Saariluoman ja Onikki- Rantajääskön (2021) mukaan ihmistieteiden merkitys tulevaisuudessa vain kasvaa älyteknologioiden kehittämisessä. Älykkäät teknologiat muodostavat tulevaisuudessa yhteiskunnan uudistumisen ytimen ja niiden vaikutuksia on verrattu maanviljelyksen ja industrialismin syntyyn. Ihmistieteisiin kuuluvien tieteenalojen kysymykset ovat tämän muutoksen hallinnassa avainasemassa, jotta edessämme oleva muutos olisi eettisesti ja sosiaalisesti kestävä. (em. 2021.)

Verkkoyhteisöissä pätevät pitkälle samat asiat kuin yhteiskunnassa yleensäkin. Nykyään yhteisöjen sekä verkkoyhteisöissä että yhteiskunnassa, raja-aidat ovat matalammalla kuin koskaan aikaisemmin historiassamme eikä niiden jäsenten välille välttämättä muodostu enää tiukkoja sidoksia. Nuorilla on valta päättää entistä enemmän itse siitä, millaisiin yhteisöihin he haluavat itse kuulua. Samalla yksilölle on säilytetty entistä enemmän vastuuta oman identiteettinsä muokkauksesta. Se luo nuorille vapauden valita, millaiseksi he haluavat kehittyä, kun perinteisenlaiset yhteisöt eivät ole rajoittamassa valintoja. Toisaalta, kun yhteisöt eivät myöskään ole tukemassa valintaa, aiheuttaa se nuorille pakon valita itse elämänsä suunta. Kaikilla nuorilla ei ole yhtä hyviä lähtökohtia ja resursseja valintojen tekemiseen, vaikka valinnan pakko ja vapaus koskevat kaikkia. Jotta nuorten verkossa toimimista voisi valvoa ja ohjata, täytyy mennä sinne, missä nuoret ovat. On aivan liian helppoa päästää nuoret virtuaaliseen tilaan heidän toimintaansa valvomatta tai toisaalta ongelmien pelossa rajoittaa heidän toimintaansa liikaa. Kokonaisvaltainen yhdessäolo edellyttää sitä, että nuoret ja vanhemmat toimisivat yhdessä myös virtuaalisessa ympäristössä. (Kinnunen 2010, 121–122, 130.)

Suomessa on totuttu puhumaan päihde- ja peliriippuvuuksista. Näistä riippuvuuksista kärsivien elämää on pyritty helpottamaan säätelemällä lakeja, jotka rajoittavat päihteiden myyntiä ja karsimalla paikkoja, joissa uhkapelejä voi pelata, samoin kuin lisäämällä tunnistautumista pelaamisen yhteydessä. Käyttäytymisaddiktioksi asti äityvä somettamisesta tai verkkopelaamisesta on paljon vaikeampi vierottua, sillä älypuhelin ei rajaudu aikaan eikä paikkaan, vaan yksilö on koko ajan alttiina kiusaukselleen. Kiinassa ja Yhdysvalloissa on olemassa jo nuorille suunnattuja vieroitusklinikoita, jotka pyrkivät opettamaan potilaitaan käyttämään internetiä kestävästi, eivätkä edellytä välttämään sitä kokonaan, sillä käytännössä se tuskin olisi mahdollistakaan. (Alter 2017, 57,200.) Toivoisin, että voisimme ottaa mallia valtioista, joissa nuorten pelaaminen on jo edennyt paljon pitemmälle kuin meillä. Esimerkiksi Kiina on säätänyt vuonna 2019 lain, joka kieltää alle 18-vuotiailta pelaamisen iltakymmenen ja aamukahdeksan välillä. Myös pelaamiseen käytettävää päivittäistä kokonaisaikaa ja pelaamiseen kuluva rahaa rajoitetaan tunnistautumisen avulla. (Rimaila 2019.) En kannata ihmisen oman valinnan rajoittamista varsinaisesti lailla, mutta olen sitä mieltä, että tarvittaessa aikuisen tehtävä on suojella lasta ja nuorta, jos tämän toiminta on vaaraksi itselleen. On paljon helpompi estää ihmisten addiktioiden kehittyminen, kuin korjata jo olemassa olevia huonoja tapoja. Siksi muutoksen tulee alkaa juuri nuorista ja varoittavia esimerkkejä maailmalta ei kannata jättää huomioimatta.

Pelkkä pelaaminen tai somettaminen yksinomaan ei kuitenkaan tee kenestäkään addiktoitunutta. Mikä tahansa toiminta, osallistuminen tai tuntemus, jota yksilö pitää riittävän mukaansa tempaavana, voi kehittyä addiktioksi asti. Addiktio tulisikin ymmärtää kokonaisvaltaisena kokemuksena, joka sopii kyseisen ihmisen elämäntilanteeseen ja kulloisiinkin tarpeisiin. Pikkuhiljaa ihminen oppii käyttämään tiettyä käyttäytymistä psykologisten ongelmiansa, kuten ahdistuneisuutensa, masentuneisuutensa tai yksinäisyytensä, ratkaisemiseen. (Alter 2017, 65,69.) On tietenkin hyvä, että yksinäinen nuori voi löytää itselleen seuraa verkosta, mutta se ei poista sitä ongelmaa, että hän on reaali maailmassa yksinäinen. Tältä todelliselta ongelmalta emme voi ummistaa silmiämme perustelemalla somen ylivertaisuutta kaikilla osa-alueilla.

9 LOPUKSI

Tämän pro gradu- tutkielman tekeminen on ollut minusta todella antoisaa. Aihe on minusta äärimmäisen tärkeä ja olen innostunut siitä aina uudestaan paneutuessani siihen. Työnteon, perheen ja opiskelun yhdistäminen ei kuitenkaan ole aina ollut helppoa. Välillä olen kokenut syyllisyyttä siitä, että en kykene sukeltamaan niin syvälle aihepiiriin kuin olisin halunnut. Myös tekemäni valinta tutkimustavasta, sai minut välillä turhautuneeksi, sillä olisin kaivannut joissakin kohdin mahdollisuutta tehdä kirjoituspyyntöön vastanneille vanhemmille lisäkysymyksiä. Soimasin itseäni, että en sittenkään valinnut tutkimusmenetelmäksi haastattelua. Tutkijana olen kuitenkin vasta raakile ja opin lisää koko ajan. Uskon myös, että kaikilla kokeiluilla ja yrityksillä on joku merkityksensä. Olen tässä tutkielmassani yrittänyt kiteyttää laajasta aiheesta tutkimukseni kannalta sen keskeisimmät asiat ja luottaa siihen, että se omalta osaltaan innostaisi muita sukeltamaan aiheeseen syvemmälle ja tuottamaan yhä enemmän tietoa. Ennen kaikkea toivon, että se antaisi vanhemmille ajattelemisen aihetta juuri nykyisen kaltaisen somemaailman keskellä tuottaen tietoa siitä, kuinka perheiden on mahdollista määritellä nuortensa ja oman perheensä ”somettumisen” astetta paljon tietoisempina someen liittyvistä ilmiöistä. Toivon, että pro gradu- tutkielmani toimisi alustuksena mielenkiintoisille keskusteluille nuorten itsensä keskuudessa ja antaisi oman panoksensa nykyisen tilanteen muuttumiselle ja avoimen keskustelukulttuurin lisääntymiselle tästä aiheesta.

Tähän loppuun haluan liittää Alisa Martikaisen aiheeseen osuvasti liittyvän runon, jonka hän on julkaissut 20.07.2021 omalla ”Sinä olet minun kaunein runoni”- sivustollaan. Runon yhteyteen Martikainen oli kirjoittanut someahdistuksesta, jonka valtaan hän ajoittain joutuu. Runo sai hetkessä 752 tykkäystä, kirvoitti 43 Martikaista kannustavaa kommenttia. Runoa myös jaettiin 108 kertaa. Siksi se mielestäni sanoittaakin oivallisesti monen vanhemman tuntoja tällä hetkellä nuorten somen käyttöön liittyen:

TÄSSÄ TÄYDELLISTEN ULKOKUORTEN
 MAAILMASSA
 TÄYNNÄ SOMETILEJÄ JA
 KIILTOKUVIA
 MINÄ KUISKAAN ILMAAN TOIVEEN:
 KUNPA OMANI OPPISI KUITENKIN

OPPISI SEN MITÄ ON ELÄMÄ
 TODELLISUUS KIILTOKUVIEN TAKANA
 NÄKISI ULKOKUORTEN ALLE
 ELÄISI TAKKI JA SYDÄN AVOINNA

JAKSAISI VIRHEITÄ JA KAATUMISTA
 YLPEYTENSÄ NIELEMISTÄ
 KITKERIÄ KYYNELIÄ JA
 NÖYRÄNÄ ANTEEKSI PYYTÄMISTÄ

KESTÄISI TAHROJA VAATTEISSAAN JA
 HAAVOJA IHOLLAAN
 PELKOJA
 JA KIPUA

JA JÄRJETÖNTÄ ILOA
 HARMAITA PÄIVIÄ JA
 HAURASTA ONNEA
 KESKEN JÄÄNEITÄ UNELMIA
 RIKKI MENNEITÄ IHMISIÄ

MINÄ KUISKAAN ILMAAN TOIVEEN
 KUNPA OMANI OPPISI KUITENKIN
 NÄKISI KIILTOKUVIEN TAAKSE

USKALTAISI ELÄÄ
 HAAVOITTUVIN SYDÄMIN

LÄHTEET

- Ahn, J. (2011) The effect of social network sites on adolescents' academic and social development: Current theories and controversies. *Journal of the American Society for Information Science & Technology* 62(8):1435–45.
- Ahn, J. (2012) Teenagers' Experiences With Social Network Sites: Relationships to Bridging and Bonding Social Capital, *The Information Society*, 28:2, 99-109.
- Aaltio, E & Isokuortti, N. (2019) Systeemisen lastensuojelun toimintamallin ydinelementit Kuvaus asiakastason ydinelementeistä, tavoitteista ja toimintamekanismeista. THL työpaperi 33/2019
- Aalto, I. (2021) Kiireen tyrannisoimat perheet. Teoksessa: Ilmakunnas, J. & Lahtinen, A. Perheen jäljillä. Perhesuhteiden moninaisuus Pohjolassa 1400–2020. Vastapaino: Tallinna. 317–344.
- Alter, A. (2017) Vastustamaton. Miksi emme pysty lopettamaan tsekkaamista, skrollaamista, klikkaamista ja seuraamista. Terra Cognita Oy: Libris.
- Andersson, CA., Sakamoto, A., Gentile, DA. (2008) Longitudinal effects of violent video games on aggression in Japan and the United States. *Pediatrics* 2008; 122:1067–72.
- Aunola, K. (2005) Kasvatus ja vanhemmuus: Tutkimuksen traditiot ja haasteet. *Psykologia*, 40, 356–369
- Baumrind, D. (1989) Rearing competent children. Teoksessa Damon, W. (toim.) *Child Development Today and Tomorrow*. San Francisco: Jossey- Bass. 349–378
- Brown, B. (2015) Uskalla haavoittua. Elä rohkeasti täydellä sydämellä. 2. painos. Tallinna: Raamatutrükikoja OÜ.
- Brown, D. & Elliott, D. (2016). *Attachment Disturbances in Adults. Treatment for Comprehensive Repair*. New York: Norton.
- Dencik, L. (2005) *Researching Modern Family Life- A Confrontation with Epistemological and Methodological Challenges*.
- Dhir, S. (2016) Effect of Social Sites on Adolescent. *International Research Journal of Management Sociology & Humanity (IRJMSH)*. Vol 7 Issue 3 (Year 2016), 267-271.
- Duckley, V. (2015) *Reset Your Child's Brain: A Four- Week Plan to End Meltdowns, Raise Grades, and Boost Social Skills by Reversing the Effects of Electronic Screen- Time*. Novato, CA: New World Library.
- Gyllenberg, D. (2019) Psykkiset häiriöt nuoruusiässä. Miten tunnistaminen on muuttunut kymmenessä vuodessa? *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim*. 2019;135(15):1321–3.
- Haasio, A. (2016) *Koukussa nettiin. Lapset, nuoret ja verkon vaarat*. Avain. BTJ Finland Oy. Viro

- Hatch, J. A., & Wisniewski, R. (1995). Life history and narrative: questions, issues, and exemplary works. In J. A. Hatch & R. Wisniewski (eds.) *Life History and Narrative*. London, Washington D.C.: The Falmer Press, 113–135.
- Hantula, K. & Korkman, O. (2018) *Tutkimusmatka teknolandiaan eli miten internet, älypuhelin ja henkilöauto ovat muuttaneet ihmissuhteitasi ja elämääsi*. Alice Labs Publishing: Helsinki.
- Hasala, I. (2021) Norjassa uudistettu laki vaatii kertomaan kuvan muokkauksesta sosiaalisen median kaupallisissa sisällöissä. *Helsingin Sanomat*. Ulkomaat. [Norjassa uudistettu laki vaatii kertomaan kuvan muokkauksesta sosiaalisen median kaupallisissa sisällöissä - Ulkomaat | HS.fi](#) (viitattu 10.07.2021.)
- Heikkinen, H. L. T. (2000). Tarinan mahti. *Narratiivisuuden teemoja ja muunnelmia*. *Tiedepolitiikka* 4, 47–58.
- Heikkinen, Hannu L. T. (2002). Narratiivisuus – ei yksi vaan monta tarinaa. Teoksessa H. L. T. Heikkinen & L. Syrjälä (toim.) *Minussa elää monta tarinaa*. Kirjoituksia opettajuudesta. Kasanvalistusseura: Helsinki. 184–197.
- Heikkinen, H. (2015) *Kerronnallinen tutkimus*. Teoksessa valli, R., Aaltola, J. (toim). *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2*. PS- kustannus. Juva. 149–167.
- Heikkilä, J (2021) Poliisi: Somehaaste sai nuoren tytön kiipeämään junan katolle- loukkaantui hengenvaarallisesti: ”Satakertainen jännite pistorasiaan verrattuna, vaikkei koskisi sähkölankoihin.” *MTV uutiset*. [Nuori tyttö sai sähköiskun kiivettyään junan katolle Tampereella: ”Satakertainen jännite kodin pistorasiaan verrattuna” - MTVuutiset.fi](#) (viitattu 04.09.2021.)
- Hiilamo, K. & Pruuki, H. (2020) *Aina tytär, aina äiti. Aikuisen naisen suhde äitiin*. Kirjapaja: Forssa
- Hirsjärvi, S., Remes, P., & Sajavaara, P. (2003). *Tutki ja kirjoita*. Tammi: Helsinki.
- Hokkanen, T. (2002) ”Sitä eletään eronneen perheen elämää” *Vanhempien ja lasten väliset suhteet*. Teoksessa Rönkä, A. & Kinnunen, U. (toim.) *Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen*. PS- kustannus: Keuruu. 119–141.
- HS.Nyt : [Sairaalloisen laihaksi muokattujen mallien muotikuvat tulevat nyt varoitusleimalla – Ranskan uusi terveyslaki astui voimaan - Nyt.fi | HS.fi](#) (viitattu 01.08.2021)
- Huges, D. (2009) *Kiintymyskeskeinen vanhemmuus. Toimivuutta kasvatukseen*. PT- Kustannus: Tampere.
- Hänninen, V. (2002) *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. (2. p.). Acta Universitatis Tamperensis. Tampere
- Härkönen, S., Suoninen, E. & Raudaskoski S. (2018) *Nuoren kännykän käytön rajoittamisen puhekesiotto*. Vanhemman kanssa käytävän keskustelun haasteet nuorten kertomuksissa.

- Teoksessa Eskola, J., Nikanto, I. & Virtanen, S. (toim.) Aikamme kasvatusta: vain muutos on pysyvää? – 14 eläytymismenetelmätutkimusta. Tampere University Press. Tampere 73–92
- Huotilainen, M. (2019) Näin aivot oppivat. PS- kustannus
- Hyväri, S. (2005) Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet. Teoksessa: Nylund, M. & Yeung, A. B. (toim.) Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Vastapaino: Tampere. 214–235.
- Häkkinen, P. (2019) Älylaitteet oppimisen välineinä: Teknologia voi tukea ajattelun kehittymistä ja vuorovaikutusta. Teoksessa Kosola, S., Moisala, M. & Ruokoniemi, P. (toim) Lapset, nuoret ja älylaitteet. Taiten tasapainoon. Duodecim: Tallinna. 91–102.
- Hänninen, V. (2000). Sisäinen tarina, elämä ja muutos. (2. p.). Tampereen yliopisto. Acta Universitatis Tamperensis 696.
- Irisvik, S. & Utriainen, J. (2017) Kuinka kasvattaa diginatiivi. S&S: Helsinki.
- Jaakkola, M. (2010) UUDen julkisuuden sääntöjä luomassa. Keskustelevat vuorovaikutussuhteet keinona sukupolvien välisen digitaalisen kuilun kaventamiseen. Teoksessa Meriranta, M. (toim.). Mediakasvatuksen käsikirja. Unipress. Painettu EU:ssa. 37–62.
- Jallinoja, R. (2009) Vieras perheessä: suhteen hahmotus. Teoksessa Jallinoja, R. (toim.) Vieras perheessä. Gaudeamus: Tampere. 11–31.
- Jokinen, K. & Mitkas, J. (2018) Lähi-suhteet lasten arjessa. Teoksessa: Eerola, P. & Pirskanen H. (toim.) Perhe ja tunteet. Gaudeamus: Tallinna. 49–66.
- Jokinen, K. (2009) Virtuaaliympäristöt lapsen kotina. Teoksessa: Jallinoja, R. (toim.) Vieras perheessä. Gaudeamus: Tampere. 191–218
- Jyväskylän yliopisto. (2021–2022) Vihan verkot. [Vihan verkot: Vihapuheen tuottajien ja levittäjien motiivit, verkostot ja toimintamuodot - Valtioneuvoston kanslia \(vnk.fi\)](#) (viitattu 01.08.2021.)
- Kerkelä, L. (2021) 20-vuotiasta keskisuomalaisesta miestä epäillään mahdollisesti jopa kahdensadan alakouluikäisen lapsen hyväksikäytöstä. Helsingin Sanomat. [20-vuotiasta keskisuomalaisesta miehestä epäillään mahdollisesti jopa kahdensadan alakouluikäisen lapsen hyväksikäytöstä - Kotimaa | HS.fi](#) (viitattu 01.08.2021.)
- Kinnunen, J. (2010) Verkkopeli sosiaalisena ympäristössä. Teoksessa Meriranta, M. (toim.). Mediakasvatuksen käsikirja. Unipress. Painettu EU:ssa. 103–134.
- Lahtinen, P., Männistö, L. & Raivio, M. (2017) Kohti suomalaista systeemiä lastensuojelun toimintamallia. Keskeisiä periaatteita ja reunaehtoja. THL Työpaperi 7/2017
- Lawler, S. (2008) Stories and the Social World. Research Methods for Cultural Studies. Edinburgh University Press, 2008. p. 32–49.

- Linnake, T. (2021) 12-vuotias poika menehtyi Tik Tok- haasteeseen. Ilta- Sanomat. [12-vuotias poika kuoli TikTokin Blackout-haasteeseen - Mobiili - Ilta-Sanomat \(is.fi\)](#) (viitattu 28.07.2021.)
- Lipponen, K. (2020) Resilienssi arjessa. Onni- sarja. Helsinki: Duodecim
- Main, M. (2000) The Organized Categories of Infant, Child, and Adult Attachment: Flexible Vs. Inflexible Attention Under Attachment-Related Stress. *Journal of the American Psychoanalytic Association*. 2000;48(4):1055-1096.
- Mazzarella, M. (2020) Emmekö voisi elää sovussa? Esseitä ajastamme. Tammi: Helsinki.
- Miculincer, M. & Shaver, P. (2016). *Attachment in Adulthood. Structure, Dynamics & Change*. New York: The Guildfrod Press.
- Mikkonen, I. (2011) Vertaistuki osana sosiaalista vahvistamista. Teoksessa Lundbom, P. & Herranen, J. (toim.) *Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä*. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Sarja C. Oppimateriaaleja 26, 2011. s.204–222
- MLL, (2007–2009) Epätäydellisten vanhempien lapset. Vanhempainnetti- aineistoon liittyvä työkirja, joka liittyy Vanhemmat ja itsenäistynvä nuori projektiin vuosina 2007–2009. [VIN-Epätäydellisten-vanhempien-lapset-web.pdf \(mll.fi\)](#)
- Moisala, M & Lonka, K (2019) Älylaitteet ja aivojen kehitys: Aivot kehittyvät vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Teoksessa: Kosola, S., Moisala, M. & Ruokoniemi, P. (toim.) *Lapset, nuoret ja älylaitteet. Taiten tasapainoon*. Helsinki: Duodecim.
- Moisala, M. (2018) Brain activations related to attention and working memory and their association with technologymediated activities. Department of Psychology and Logopedics Faculty of Medicine. University of Helsinki.
- Munnukka, T., Kiikkala, I. & Valkama, K. (2005) Vertaiset verkossa. Nettiäidit virtuaalihiekkalaatikolla. Teoksessa: Nylund, M. & Yeung, A. B. (toim.) *Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus*. Vastapaino: Tampere. 236–254.
- Mäenpää, P. (2000) Digitaalisen arjen ituja. Kännykkä ja urbaani elämäntapa. Teoksessa 2000- luvun elämä. Sosiologisia teorioita vuosituhaten vaihteesta. Tampere: Gaudeamus. 132–151
- Mäkelä, J. (2012) Perheneuvolaverkoston koulutus- ja kehittämispäivä 08.10.2012. Esitys diat.
- Mäkelä, M. (2020) Aikamme mallitarinoita. Teoksessa Mäkelä, M., Björninn, S., Hämäläinen, V., Karttunen, L., Nurminen, M., Raipola, J. & Rantanen, T. (Toim.) *Kertomuksen vaarat. Kriittisiä ääniä tarinatalouteen*. Vastapaino: Tampere. 23–40.
- Männikkö, N. & Korkeila, J. (2019) Älylaitteet ja riippuvuus: Mitä on ongelmallinen käyttö ja kuinka sitä voi ennaltaehkäistä? Teoksessa Kosola, S., Moisala, M. & Ruokoniemi, P. (toim) *Lapset, nuoret ja älylaitteet. Taiten tasapainoon*. Duodecim. Tallinna. 65–78.

- Mönkkönen, K. (2002) Toiminnallinen vaikuttaminen. Maallikkous vuorovaikutuksen energialähteenä. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A.B. (Toim.) Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Vastapaino: Tampere. 277–304.
- Noppiari, E. & Kupiainen, R. (2015) Somelainen nuori. Teoksessa Martikainen, L. (toim.) Mitä se sulle kuuluu? Nuoren elämän valinnat puntarissa. United Press Global: EU. s. 113–133.
- Nylund, M. (2005) Vertaisryhmät kokemuksen ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A.B. (Toim.) Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Vastapaino: Tampere. 195–213.
- Ophir, E., Nass, C. & Wagner, A. (2009) Cognitive control in media multitaskers. Research Article. PNAS. Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America.
- Pajulo, M., Salo, S. & Pyykkönen, N. (2015) Mentalisaatio ihmistä suojaavana tekijänä. *Duodecim*. 2015; 131:1050–7, 1050–1057
- Patino, B. (2020) Levottomat. Huomiotalous ja keskittymiskyvyttömyys. Eurooppalaisen filosofian seura ry: Tampere.
- Pernaa, V. & Pitkänen, V. (2010) Median ja politiikan muuttuvat suhteet. Teoksessa Meriranta, M. (toim.). Mediakasvatuksen käsikirja. Unipress. Painettu EU:ssa. 195–226.
- Pojjula, S. (2018) Resilienssi. Muutosten kohtaamisen taito. Helsinki: Kirjapaja
- Portes, A. (1998) Social capital: Its origins and applications in modern sociology. *Annual Review of Sociology* 24:1–24.
- Price, C. (2018) Kuinka päästä irti puhelimesta. Otava: Helsinki.
- Przyblyski, A. (2013) Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*. Volume 29, issue 4, July 2013, Pages 1841–1848.
- Pulkkinen, L. (2002) Koti, koulu ja yksityinen elämänpääpiiri hyvän elämän ankkureina. Teoksessa Rönkä, A. & Kinnunen, U. (toim.) Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe- elämä ja sen tukeminen. PS- kustannus: Keuruu. 14–29.
- Putnam, R. D. (2000) *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. New York, NY: Simon & Schuster.
- Oesch, K. (2007) Virtuaalinen voimaantuminen- Tapaustutkimus ammattikasvatuksen oppimisympäristön toimintaedellytysten ja tietokäytäntöjen kehitysmahdollisuuksista vuorovaikutteisen tieto- ja viestintäteknologian näkökulmasta. Tampere: Tampere University Press.
- Pönkä, H. (2017) *Open somekirja. Sosiaalisen median oppimisympäristöt ja menetelmät*. Docendo. Painettu EU:ssa.

- Pösö, T. (2012) Lapsen etu, oikeudet ja näkökulma moraalisisina kannanottoina. Teoksessa Forsberg, H. & Autonen- Vaaraniemi, L. Kiistanalainen perhe, moraalinen järkeily & sosiaalityö. Tampere: Vastapaino. 75–97.
- Rantanen, L. (2020) Huora. Iltalehti. [Nea Lundströmistä kuvattiin seksivideo, jonka näkivät kaikki – hän uskoi vuosia, että on täysin arvoton \(iltalehti.fi\)](#) (Viitattu 27.08.2021.)
- Raudaskoski, S., Mantere, E. & Valkonen, S. (2019) Älypuhelin ja kasvokkaisen vuorovaikutuksen muuttuvat käytänteet. *Sosiologia*.2019.56(3), 282–299.
- Rimaila, E. (2019) Peliriippuvuudesta huolestunut Kiina asetti lapsille ja nuorille ”kotiintuloajat” verkon pelimaailmasta. HS. Ulkomaat. [Peliriippuvuudesta huolestunut Kiina asetti lapsille ja nuorille ”kotiintuloajat” verkon pelimaailmasta - Ulkomaat | HS.fi](#) (viitattu 101.08.2021.)
- Ripaoja, A. (2021) Poliisi varoittaa edesvastuuttomasta ilmiöstä Nuorten keskuudessa- “Aiheuttavat vakavan vaaran”. Iltä-Sanomat. Kotimaa. [Poliisi: Pullopommin rakentaminen on edesvastuutonta ja vaarallista - Kotimaa - Iltä-Sanomat](#) (viitattu 24.09.2021.)
- Rusanen, E. (2011) Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys. Porvoo: Finn Lectura.
- Rönkä, A., Kinnunen, U. & Sallinen, M. (2005) Lapset, vanhempien työ ja perheen arki. Teoksessa Kinnunen, U., Feldt, T. & Mauno, S. (toim.) Työ leipälajina. Työ- ja organisaatiopsykologian perusreseptit. Jyväskylä: PS- kustannus. 287–309
- Rönkä, A., Malinen, K., Sevón E., Kinnunen, U., Poikonen, P.-L. & Lämsä, T. (2009) Arki elämänalueiden leikkauspisteessä: Johtopäätökset ja ehdotuksia perheiden arjen tukemiseksi. Teoksessa. Rönkä, A., Malinen, K. & Lämsä, T. (toim.) Perhe- elämän paletti: Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Jyväskylä: PS- kustannus. 273–295
- Rönkä, A., Malinen, K. & Lämsä, T. (2009) Pikkulapsiperheiden arjen paletti. Teoksessa A. Rönkä, K. Malinen & T. Lämsä. (toim.) Perhe-elämän paletti: vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Jyväskylä: PS-kustannus, 11–21.
- Rönkä, A., Viheräkoski, J., Litsilä, R. & Poikkeus, A. (2002) Nuoret ja vanhemmat perhesuhteiden muutoksessa. Teoksessa Rönkä, A. & Kinnunen, U. (toim.) Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe- elämä ja sen tukeminen. PS- kustannus: Keuruu. 51–71.
- Saarikivi, K. & Martikainen, S. (2019) Älylaitteet, tunteet, empatia ja vuorovaikutus. Teoksessa Kosola, S., Moisala, M. & Ruokoniemi, P. (toim) Lapset, nuoret ja älylaitteet. Taiten tasapainoon. Duodecim. Tallinna. 22–42.
- Saariluoma, P. & Onikki- Rantajääskö, T. (2021) Ihmistieteiden merkitys kasvaa älyteknologioiden kehittämisessä. HS. 02.08.2021
- Salmela, J. (2018) Tutkimus: Selfien ottaminen on koitunut kuolemaksi yli 200 kertaa tällä vuosikymmenellä. HS, ulkomaat 04.10.2018

- Sallinen, M. (2006) Nuoret perheessä: päiväkirjatutkimus perheen arjesta työssäkäyvien vanhempien ja heidän kouluikäisten lastensa kokemana. Teoksessa Wilska, T.- A. & Lähteenmaa, J. (toim.) Kultainen nuoruus. Kurkistuksia nuorten hyvinvointiin ja sen tutkimukseen. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, verkkojulkaisusarja. 83-98.
- Salo, M. & Pirkkalainen, H. (2019) Älylaitteet ja stressi: Aiheuttajat, seuraukset ja hallintakeinot. Teoksessa Kosola, S., Moisala, M. & Ruokoniemi, P. (toim) Lapset, nuoret ja älylaitteet. Taiten tasapainoon. Duodecim. Tallinna. 79–90.
- Salokoski, T. (2005) Tietokonepelit ja niiden pelaaminen. Väitöskirja. Jyväskylän Yliopisto.
- Sillantaus, T. (2008) Toisessa maailmassa. Helsingin Sanomat kuukausiliite joulukuu 2008:34–40.
- Simojoki, K. (2019) Some- riippuvuus. Aalto- yliopiston informaatioverkostojen koulutusohjelman avoin luentosarja. [Some-riippuvuus – Kaarlo Simojoki - YouTube](#) Viitattu 10.03.2021
- Souto, A-M., Honkasalo, V. & Suurpää, L. (2019) Kuuntelemista, sanoittamista ja näkyväksi tekemistä. Tutkijat kiistellyn rasismien äärellä. Teoksessa Häkkinen, A. & Salasuo, M. (toim.) Salattu, hävetty, vaiettu. Miten tutkia piilossa olevia ilmiöitä? Vastapaino: Tampere. 136–162.
- Steinberg, L. (2001) We Know Some Things: Parent- Adolescent Relationships in Retrospect and Prospect. *Journal of Research of Adolescence* 11(1), 1–19.
- Steinberg L & Silk J.S. 2002. Parenting adolescents. Teoksessa Bornstein, M. H. (toim.) *Handbook of parenting: Volume 1: Children and parenting*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 103–133.
- Uusitalo, N., Vehmas, S. & Kupiainen, R. (2011) Naamatusten verkossa. Lasten ja nuorten mediaympäristön muutos. Osa 2. Journalismin tutkimusyksikkö. Tampereen yliopisto. Viestinnän, median ja teatterin yksikkö. Juvenes Print Oy. Tampere
- Valkenburg, P. & Piotrowski, J. (2015) Finding Orchids in a Field of Dandelions: Understanding Children`s Differential Susceptibility to Media Effects. *American Behavioral Scientist* 59. 1776–1789. Doi: 10.1177/0002764215596552.

LIITE 1:

KIRJOITUSPYYNTÖ MURROSIKÄISTEN LASTEN VANHEMMILLE

Teen sosiaalityön pro gradu- tutkielmaa Turun yliopistossa valtiotieteiden maisteriohjelmassa. Tutkimusaiheenani on nuorten sosiaalisen median (jatkossa somen) käytön vaikutukset nykypäivän vanhemmuuteen ja perhearkeen vanhemman kokemana. Tutkielmani ohjaajana toimii Turun yliopiston professori, Merja Anis.

Toivoisin sinun, murrosikäisen lapsen vanhempana, vastaavan kirjoituspyyntööni. Voit lähestyä aihetta juuri siitä näkökulmasta, joka sinulle itsellesi tuntuu merkitykselliseltä ja kirjoittaa täysin vapaamuotoisesti. Kirjoittamisen aloittaminen voi tuntua vaikealta ja alkuun sinua voi auttaa alla olevien näkökulmien pohtiminen.

Voit esimerkiksi miettiä nuoren somen käyttöön liittyen:

- ilon aiheita, joita nuoren somen käyttö on tuonut vanhemmuuteen ja perheenne arkeen.
- haasteita ja huolia, joita nuoren somen käyttö on tuonut vanhemmuuteen ja perheenne arkeen
- yleisellä tasolla perheenne arkea tai jakaa yksittäisiä oivalluksiasi ja kokemuksiasi.
- keskusteluja, joita olette perheessänne käyneet yhdessä nuoren kanssa.
- hyväksi havaitsemianne käytäntöjä ja sopimuksia teidän perheessänne.
- millaisissa tilanteissa olisit itse kaivannut vanhempana enemmän tukea ja keneltä?
- onko korona- tilanne on mielestäsi vaikuttanut perheessäsi?

Taustatiedoiksi pyytäisin sinua lisäämään kirjoitukseesi tiedon **asuinkunnasta, perheeseesi kuuluvien lasten iät, sekä oman että lapsesi sukupuolen**, mikäli haluat ne kertoa. Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja tutkimuksen teossa noudatetaan tieteellisen tutkimuksen eettisiä periaatteita (<http://www.tenk.fi/>). Yksittäistä vastaajaa ei ole mahdollista tunnistaa lopullisesta tutkielmasta ja vastaajan anonymisuus taataan noudattamalla EU:n yleistä tietosuojasetusta (EU) 2016/679 ja Suomen tietosuojalakia 5.12.2018/1050. Anonymisoitu tutkimusaineisto tallennetaan Yhteiskunnalliseen tietoarkistoon mahdollista jatkokäyttöä varten.

Lähetä kirjoituksesi minulle sähköpostitse: mkjuss@utu.fi

Vastausaikaa on 31.1.21 saakka!

Vastaan mielelläni mahdollisiin tutkimukseeni liittyviin lisäkysymyksiin.

Ystävällisin terveisin
 Marjo Jussila
 Turun yliopisto
mkjuss@utu.fi (045 633 9883)