



jamk

Sosiaalinen media osana varhaisnuorten arkea

Valtteri Wahlman

Opinnäytetyö, AMK
Tammikuu 2024
Sosionomin tutkinto-ohjelma

Wahlman, Valteri

Sosiaalinen media osana varhaisnuorten arkea

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. **Tammikuu 2024**, 42 sivua.

Sosionomin tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö AMK.

Julkaisun kieli: suomi

Julkaisulupa avoimessa verkossa: kyllä

Tiivistelmä

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia, millainen rooli sosiaalisella medially on varhaisnuorten arjessa, sekä selvittää, millaisia vaikutuksia sosiaalisen median käytöllä on varhaisnuorten psykososiaaliseen kehitykseen. Taustaa tutkimukselle antoi sosiaalisen median leviäminen ilmiönä, sekä henkilökohtainen mielenkiinto lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin ja sen tukemiseen.

Tutkimus toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Kirjallisuuskatsauksen tutkimusaineistot valikoitiin rajattujen kriteerien perusteella, ja aineistot käytiin läpi teemoittelun, sekä aineiston analyysin avulla. Aineistoihin kuului jo toteutettuja tutkimuksia aiheesta, joita vertailtiin keskenään. Aineiston analyysissä nousseet pääteemat luokiteltiin neljään kategoriaan, joiden avulla muodostettiin opinnäytetyön tutkittavat tulokset. Kirjallisuuskatsauksen aineistona oli neljä tutkimusta, sekä yksi kirja.

Tutkimuksen teoriaosassa tutkimusaihetta käsiteltiin yleisellä tasolla kiinnittäen huomiota varhaisnuorten sosiaalisen median käyttötarkoituksiin. Teoriaosassa huomiotiin myös sosiaalisen median rooli varhaisnuorten psykososiaalisen kehityksen näkökulmasta. Aihetta tutkittiin myös mediakasvatuksesta näkökulmasta ja teoriapohjaa käytettiin viitekehystenä tutkimuksen luotettavuuden lisäämiseksi.

Tutkimuksessa käytettyjen ajankohtaisten aineistojen avulla saatiin selvitettyä, miten sosiaalisen median vaikutus näkyy varhaisnuorten arjessa, sekä sosiaalisissa suhteissa. Tutkimustulokset syvensivät käsitystä sosiaalisen median roolista ja merkityksellisyydestä varhaisnuorten keskuudessa, sekä osoittivat jo tiedostettujen mahdollisuuksien, ja riskien vaikutukset varhaisnuorten hyvinvoinnille. Tulokset korostivat sosiaalisen median keskeisyyttä sosiaalisten suhteiden muodostuksessa, sekä ylläpitämisessä. Tutkimustulokset osoittivat myös joitain ristiriitaisuuksia varhaisnuorten ja aikuisten näkemysten välillä sosiaalisen median käytöstä ja vaikutuksista, mutta erityisesti vanhempien suhtautuminen varhaisnuorten sosiaalisen median käyttöön on muuttunut sallivammaksi.

Avainsanat (asiasanat)

varhaisnuoret, lapset, sosiaalinen media, psykososiaalinen kehitys, mediakasvatus

Muut tiedot (salassa pidettävät liitteet)

-

Wahlman, Valteri

Social media in the everyday lives of early adolescents

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, January 2024, 42 pages.

Degree Programme in Social services. Bachelor's thesis.

Permission for open access publication: Yes

Language of publication: Finnish

Abstract

The purpose of the thesis was to investigate the role of social media in the everyday lives of early adolescents, and to find out the effects of social media use on the psychosocial development of early adolescents. The background for the research was the spread of social media as a global phenomenon, and the personal interest in supporting the psychological well-being of children and young people.

The research was conducted as a descriptive literature review. The research materials for the literature review were selected on the basis of limited criteria. The research materials were subjected to thematic analysis and data analysis. The materials included existing studies on the topic, which were compared with each other. The main themes that emerged from the analysis of the research material were classified into four main categories, which were used to form the results of the thesis. The literature review was based on four studies and one book.

The theoretical part of the research dealt with the research topic at a more general level, focusing on the uses of social media by early adolescents. The theoretical part also considered the role of social media in the psychosocial development of early adolescents. The topic was also examined from a media education perspective and the theoretical basis was used as a reference framework to ensure the reliability of the research.

The relevant data gathered in the research were used to find out how the impact of social media is reflected in the everyday lives of early adolescents as well as their social relationships. The results deepened the understanding of the relevance of social media among early adolescents and proved the effects of already identified opportunities and risks of social media on the well-being of early adolescents. The results highlighted the importance of social media in forming and maintaining social relationships. The results also showed some conflict between the views of early adolescents and adults on the use and the effects of social media, but in particular, parents' attitudes towards early adolescents' social media usage have become more permissive.

Keywords/tags (subjects)

preteens, early adolescents, children, social media, psychosocial development, media education

Miscellaneous (Confidential information)

-

Sisältö

1	Johdanto	5
2	Sosiaalinen media lasten ja nuorten arjessa	7
2.1	Lasten ja nuorten suosimat digialustat sosiaalisessa mediassa.....	8
2.2	Sosiaalisen median mahdollisuudet ja riskit	10
3	Lasten ja nuorten psykososiaalinen kehitys	13
3.1	Sosiaalinen media suhteessa lasten ja nuorten minäkuvaan	14
3.2	Sosiaalinen media osana vuorovaikutusta	15
3.3	Sosiaalinen media psykososiaalista kehitystä vahvistavana tekijänä.....	17
4	Mediakasvatuksen rooli psykososiaalisen kehityksen tukena	18
4.1	Mediakasvatus kotona	19
4.2	Mediakasvatus kouluissa.....	20
5	Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimustehtävä	22
6	Toteutus	23
6.1	Menetelmänä kuvaileva kirjallisuuskatsaus.....	23
6.2	Tutkimusaineiston keruu.....	23
6.3	Aineiston rajaus.....	24
6.4	Aineistonhankinta	25
6.5	Aineiston kuvailu ja analyysi	26
7	Opinnäytetyön tulokset	30
7.1	Sosiaalisen median rooli on kasvava ilmiö varhaisnuorten arjessa	31
7.2	Sosiaalisen median vaikutus varhaisnuorten tunne-elämään	31
7.3	Sosiaalinen media osana kaverisuhteiden ylläpitoa	32
7.4	Vanhempien rooli varhaisnuorten sosiaalisen median käytössä.....	32
8	Johtopäätökset	33
9	Pohdinta	35
10	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	36
	Lähteet	38

Taulukot

Taulukko 1	AINEISTON SISÄÄNOTTO- JA POISSULKUKRITEERIT	24
Taulukko 2	TIETOKANTA JA KIRJALLISUUSHAKU	25
Taulukko 3	AINEISTOJEN TEEMOITTELU	27
Taulukko 4	VALITUN AINEISTON KUVAUS	28

1 Johdanto

Sosiaalisen median rooli on yleistynyt digitalisaation vaikutuksesta, ja yhä useammat lapset ja nuoret viettävät aikaa sosiaalisen median parissa. Lapsuus.ouka (N.d.) sivuston mukaan ”Media on kaikkialla, ja näin ollen myös väistämättä osa lasten arkea”. Sosiaalinen media on maailmanlaajuisesti ihmisiä yhdistävä tekijä, joka kattaa monenlaisia digialustoja melkein kaiken ikäisille. Ajankohittaisena puheenaihe sosiaalinen media on ajatuksia herättävä ja mielipiteitä jakava. Erityisesti viime vuosina sosiaalisella medialla on ollut suurta vaikuttavuutta monien arkipäiväisessä elämässä. Sosiaalinen media on valtavan laaja käsite, jonka moni omaksuu yleisesti digitaalisena vuorovaikutuksellisenä alustana. Sosiaalinen media on yhdistävä tekijä lasten ja nuorten keskuudessa, ja monille sosiaalinen media voi olla suuri tekijä esimerkiksi kaverisuhteiden ylläpitämisessä, sekä vuorovaikutuksellisessa itseilmaisussa.

SoMe ja nuoret 2015 tutkimusjulkaisussa käsitellään juuri sosiaalisen median merkitystä. Nuorten sosiaalisen median käytön motiivina pidetään tutkimusten mukaan ajankulutusta, tiedonhakuja, sekä sosiaalisten suhteiden ylläpitämistä. Koska sosiaalinen media on niin aktiivisessa käytössä nuorten keskuudessa, sovelluksia otetaan helposti käyttöön ”koska muutkin niitä käyttävät”. Monille nuorille sosiaalisen median eri palvelut täydentävät elämän sosiaalista viestintää ja kanssakäymistä. (SoMe ja nuoret, 2015.)

Viimeisimmän vuonna 2022 toteutetun SoMe ja Nuoret- tutkimuksen mukaan sosiaalisen median alustojen käyttö on määrällisesti lisääntynyt entisestään aikaisempiin vuosiin verrattuna. Tuloksista selvisi, että sosiaalisen median eri alustojen käytön lisääntymisen seurauksena myös kiusaaminen sosiaalisen median alustoilla on lisääntynyt viime vuosista. Huomattavin muutos on tuloksien mukaan kuitenkin nuorten ilon ja itsevarmuuden lisääntyminen aikaisemmista tutkimuksista. Tutkimusjulkaisussa mainitaan, kuinka viestintä ja muu sosiaalinen toiminta digiympäristössä vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta, sekä lisää positiivisia tuntemuksia ja tällä on selkeä vaikutus nuorten yleiseen hyvinvointiin. (SoMe ja Nuoret, 2022.)

Opinnäytetyön tarkoituksena on käsitellä varhaisnuorten sosiaalisen median käyttöä osana heidän arkeaan. Keskeisimpänä tavoitteena on tutkia kriittisesti ja monipuolisesti varhaisnuorten arkista sosiaalisen median käyttöä ja sosiaalisen median käytön vaikutusta suhteessa varhaisnuorten psykososiaaliseen kehitykseen. Opinnäytetyö pyrkii tuomaan esille varhaisnuorten psykososiaalisen kehityksen osa-alueita, sekä sosiaalisen median roolia kehitykseen vaikuttajana eri näkökulmista.

Opinnäytetyön teoriaosuudessa käytettävien aineistojen haussa kiinnitetään huomiota aineiston soveltavuuteen ja relevanttiuteen opinnäytetyön tutkimusaiheen kannalta. Opinnäytetyön teoriapohjan tarkoituksena on tukea opinnäytetyön aiheen tutkittavuutta, sekä teoreettisen viitekehityksen avulla mahdollistaa tutkittavuus luotettavasti, sekä mahdollisimman monipuolisesti.

Opinnäytetyön kirjallisuuskatsaukseen sisällytettävien tutkimusaineistojen haussa hyödynnetään eri tieteellisiä, sekä eri sosiaali- ja terveysalojen tietokantoja. Tutkimusaineistojen haussa käytettäviä tietokantoja ovat esimerkiksi Janet Finna, CINAHL Ultimate, ERIC (EBSCO), sekä ProQuest eBook Central. Tutkimusaineistojen haussa käytetään sekä suomenkielisiä, että vastaavia englanninkielisiä hakusanoja. Käytettäviä hakusanoja ovat esimerkiksi: *”sosiaalinen media”*, *”lapset”*, *”preteens”*, *”psychosocial development”*, sekä *”media education”*

2 Sosiaalinen media lasten ja nuorten arjessa

Viime vuosina sosiaalisen median käyttö on yleistynyt valtavasti kaikissa ikäryhmissä. Sosiaalinen media on kaikille tuttu käsite, mutta mitä sosiaalinen media käytännössä on? Tanner, Radwan, Korhonen & Mustonen (2020, 11) kirjoituksen mukaan sosiaalinen media on Web 2.0 teknologiaa hyödyntävä palveluverkosto, jossa verkoston käyttäjät osallistuvat yhteistyössä sisällön tuottoon, muokkaukseen, ja jakamiseen.

Yleisesti sosiaalinen media mielletään avoimena interaktiivisena digialustana, jossa käyttäjät luovat ja jakavat omaa sisältöään muitten nähtäväksi, ja luettavaksi. Sosiaalinen media vaikuttaa maailmanlaajuisesti kaikissa ikäryhmissä ja monilla digialustojen esteettömyyden myötä sosiaalisen median käyttö on lisääntynyt viime vuosina runsaasti.

Datareportal sivustolta löytyy Simon Kempin (2023) huhtikuussa toteutettu raportti sosiaalisen median käytöstä ja tilastojen mukaan huhtikuussa 2023 sosiaalisen median eri alustoilla saavutettiin 4.80 miljardin käyttäjämäärä. Erityishuomiona se, että kyseinen tulos ei välttämättä edusta yksittäisiä käyttäjiä. Viimeisen vuoden aikana uusia sosiaalisen median käyttäjiä on arvioitu olevan 150 miljoona, joka tarkoittaa 3,2 % vuosittaista käyttäjäkasvua vuodesta 2022. (Kemp, 2023.)

Sosiaalisesta mediasta voi löytää paljon sisältöä, joka kiinnittää myös nuorempien sosiaalisen median käyttäjien huomion. Esimerkiksi sarjat, videopelit, muoti, taide, ruoka ja eläimet ovat varmasti nuorimmille tuttuja sosiaalisen median aihepiirejä. Monille käyttäjille sosiaalinen media on osa kaveripiireihin osallistumista ja joukkoon kuulumista. Lasten ja nuorten monet yhtenäiset puheenaiheet saattavat pyöriä juuri sosiaalisessa mediassa nähtyjen aihepiirien ympärillä. Aiemmin nähdyt videopelipäivitykset, viimeisimmät muoti-ilmiöt, tai suosittu sarjan juonenkäänteet saattavat nousta puheenaiheiksi kaveriporukassa. Vuorovaikutuksellinen kanssakäyminen mielekkäistä aiheista kavereiden kesken tuo lapsia ja nuoria yhteen, ja jaettu ymmärrys kyseisistä teemoista edistää kohtaamista, sekä lisää osallisuutta ryhmässä. Nuoret ja osallisuus sivustolla vuorovaikutuksien kriteerien mukaan vuorovaikutus vaatii jaettua ymmärrystä ja kohtaamista. (Nuoret ja osallisuus, N.d.)

Lapset ja nuoret päätyvät älylaitteiden ääreen yhä nuoremmalla iällä, ja sosiaalisen median käyttö alkaa monilla jo varhain. Varhaisella iällä alkanut sosiaalisen median ja älylaitteiden käyttö yleisesti korostaa sosiaalisen median merkitystä heidän arjessaan. Älylaitteet, sosiaalinen media, videopelit ja digimaailma yleisesti voi helposti sivuuttaa perinteiset harrastukset ja muut mielekkäät ajanvietteet. Nykyisin monet varhaisteini-ikäiset lapset ja nuoret ovat sosiaalisen median suurkuluttajia, ja viestittely, sekä vapaamuotoinen selailu on monille lapsille ja nuorille osa päivärutiinia.

Lapsi sosiaalisessa mediassa kirjoituksen mukaan lapsille ja nuorille sosiaalinen media on yksi paikka muiden joukossa, jossa he pääsevät sosialisoitumaan toisten kanssa. Sosiaalisessa mediassa vaihdellaan kuulumisia, sekä iloitaan, vaikutetaan ja osallistutaan yhdessä. Kirjoituksessa korostetaan, että sosiaalinen media ei ole erillään lasten ja nuorten sosiaalisesta elämästä, vaan tiivis osa sitä. (Lapsi sosiaalisessa mediassa, 2023.)

Tilastokeskuksen Tieto & Trendit sivustolla Ella Pitkäsen ja Kaisa Saarenmaan artikkeli Mobiiliteknologia mullisti lasten arjen – nettiin ei mennä, vaan siellä ollaan (2021), kuvailee valtavaa muutosta älylaitteiden käytössä erityisesti nuoremmassa ikäluokissa. Nuorten ja myös vanhempien keskuudessa älylaitteet ovat sivuuttaneet perinteiset viestintämuodot, ja sosiaalisen median rooli arjessa on entistä keskeisempää nuorten elämässä. Artikkelissa viitataan myös tilastokeskuksen vuonna 2017 toteutettuun vapaa-aikatutkimukseen, jossa oli selvinnyt, että kaikilla tutkimukseen osallistuneilla 10–14-vuotiailla lapsilla oli käytössä älypuhelin, tai muu älylaite. Eri ikäryhmien välillä 10–14 ja 15–19-vuotiaiden keskuudessa älypuhelimien suosio on kaikista suurin. Artikkelissa korostuu juuri audiovisuaalisten kanavien valtavasti lisääntynyt suosio viimeisen vuosikymmenen aikana. Artikkelissa pohditaan myös lisääntyneen netinkäytön haittoja. Pitkänen & Saarenmaa (2021) tuo esille, kuinka lasten ruutuajan valtava lisääntyminen viime vuosikymmenen ajan on suhteessa muiden aktiviteettien, kuten liikunnan ja lukemisen vähenemiseen.

2.1 Lasten ja nuorten suosimat digialustat sosiaalisessa mediassa

Sosiaalinen media ja sen eri alustat ovat suuressa roolissa lasten ja nuorten kaverisuhteiden vuorovaikutuksellisuudessa. Monet lapset ja nuoret viestittelevät, sekä jakavat kuvia ja videoita toisilleen juuri kyseisten sovellusten kautta. Voisi kuvitella, että sosiaalisen median helppokäyttöisyys ja

vaivattomuus on yksi niistä tekijöistä, joka tekee sosiaalisesta mediasta monien lasten ja nuorten suosiman digialustan.

Sosiaalisessa mediassa nuoria kiinnostaa erityisesti kuva- ja videoperäiset alustat, sekä viestintäsovellukset. WhatsApp, Instagram, Snapchat, TikTok, YouTube, sekä Twitter, ovat monille tutuimmat ja käytetyimmät alustat etenkin nuorten keskuudessa. YouTube on edelleen maailmanlaajuisesti käytetyin digialusta lasten keskuudessa. Tilastojen mukaan 32,46 % lapsista maailmanlaajuisesti on käyttänyt aktiivisesti YouTube-videopalvelua toukokuun 2022 ja toukokuun 2023 välisenä aikana. Erityisesti viime aikoina sosiaalisessa mediassa valtavan suosion kerännyt videoalusta TikTok, on ollut lasten ja nuorten sosiaalisen median käytön keskipisteessä maailmanlaajuisesti. Tilastot osoittavat, että maailmanlaajuisesti 18,42 % lapsista on käyttänyt TikTok-videoalustaa toukokuun 2022–2023 aikana. (Statista, 2023.)

TikTok on lyhytvideoiden luomiseen, sekä jakamiseen tarkoitettu sovellus, jota käytetään pääsääntöisesti mobiililaitteilla. TikTok:illa on noin 3 miljardia latausta maailmanlaajuisesti, sekä noin miljardi aktiivista käyttäjää kuukausittain. Erityisesti luovan sisällön luomisen helppous on kasvattanut TikTok:in suosiota valtavasti. (Geyser, 2022.)

Omanlaisen sisällön tuottaminen on tehty helpommaksi kuin koskaan, ja sovelluksen sisäinen algoritmi oppii juuri sinulle mielekkäistä aiheista, kun seuraat käyttäjiä, katsot videoita, sekä tykkäät julkaisuista. Tällöin käyttäjälle muodostuu ”For You” eli ”Sinulle” räätälöity sisältösivu, joka vastaa juuri sinun mielenkiintosi kohteita. Kohdennettu sisältö on varmasti se tekijä, mikä vetää lapsia ja nuoria puoleensa. Kaverisuhteiden ylläpitämisessä varhaisemmalla iällä valtavan suurena tekijänä ovat yhteiset mielenkiinnon kohteet. TikTok on hyvä esimerkki siitä, kuinka videopohjainen digialusta voi tuoda ihmisiä yhteen samankaltaisten mielenkiinnon kohteiden kautta.

TikTok:in ikäraja on asetettu 13 ikävuoteen mutta sovellusta pääsee käyttämään nuoremmatkin vanhemman valvonnan alaisena. Sovellukselle voi asettaa myös perheasetuksista tietynlaisen sisällön suodattamia nuoremman selailijan käyttäjäkokemuksen turvaamiseksi. (TikTok, 2023).

Someturva.fi sivustolla kehoitetaan opettamaan nuorempaa TikTok käyttäjää piilottamaan ja estämään epäsoveliaan sisällön tarjoaminen käyttäjäasetuksista, sekä pyytämään vanhemmilta apua tarvittaessa, jos turvallisuusasetukset eivät pysty täysin piilottamaan kaikkea ikävää sisältöä. (Someturva, N.d.) Näin nuorimmille sosiaalisen median käyttäjille voidaan varmistaa paras mahdollinen TikTok-käyttökokemus rajoittamatta heidän osallisuuttaan.

2.2 Sosiaalisen median mahdollisuudet ja riskit

Sosiaalinen media tuo juuri esteettömyytensä vuoksi valtavan määrän mahdollisuuksia lapsille ja nuorille toteuttaa kaverisuhteitaan, sekä omia mielenkiinnon kohteitaan. Materiaalin rajattomuuden takia jokaiselle lapselle ja nuorelle löytyy varmasti paljon mielenkiintoa herättävää materiaalia, joilla kyseiset lapset ja nuoret pääsevät toteuttamaan itseään mieluisalla tavalla.

Sosiaalinen media on monille kasvaville lapsille ja nuorille esimerkillinen roolimalli, josta käyttäjät saavat tiedostamattaankin sekä positiivisia, että negatiivisia vaikutteita. Sosiaalisen median alustojen vaikuttavuus nuorella iällä voi olla lasten ja nuorten hyvinvoinnin kannalta kasvua tukeva, sekä hyvinvointia vaarantava tekijä. Salokoski & Mustonen (2007, 53–59) mukaan sosiaalisen median tarjoamat kokemukset ja mahdollisuudet harjoitella esimerkiksi tunnekokemuksia, ja roolinottotaitoja vaikuttaa varhaisnuorten identiteetin rakentumiseen, sekä sosiaalisiin taitoihin. Näihin vaikutteisiin sisältyy sekä kasvua edistäviä, kuten tunnetaitojen opettelua ja itseilmaisua, että kasvua haittaavia tekijöitä, kuten negatiivisia roolimalleja ja ikätasoisesti soveltumatonta mediasisältöä.

Sosiaalisen median riskit

Sosiaalinen media on riskialtis monille eri lapsen ja nuoren turvallisuutta ja hyvinvointia haittaaville tekijöille. MLL:n sivuilta löytyvässä julkaisussa *Lapsi sosiaalisessa mediassa (2023)*, tuotiin päällimmäisiksi haasteiksi henkilökohtaisten tietojen leviäminen, nettikiusaaminen, ajankäytölliset haasteet, joilla vaikutusta muilla elämän osa-alueilla kuten uni ja koulu, eri nettihuijaukset, sekä mm. netissä tapahtuva ”grooming” eli seksuaalisen hyväksikäytön valmistelu ja viettely. Jalonen, Kokkola, Kaartemo, & Vähämaa (2021, 7), tutkimuksessa tuotiin esille sosiaalisen median haittatekijöinä someriippuvuus, emotionaalinen pahoinvointi ja psykologiset ongelmat, sekä esimerkiksi ulkopuolisuuden tunne. Myös Haidt (2023), mukaan sosiaalisen median käytön yleistymisen on

ollut suuri masennuksen ja muiden mielenterveyden haasteiden aiheuttaja varhaisnuorten, sekä erityisesti nuorten tyttöjen keskuudessa. Nämä kyseiset riskitekijät ovat jatkuva huolenaihe, kun yhä nuoremmat lapset vuosien saatossa ovat itsenäistyneet sosiaalisen median-, sekä eri digialustojen käytössä.

Myös nettikiusaaminen ja nettihuijaukset ovat ajankohtaisia mediakasvatukseen liittyviä aiheita erityisesti riskinäkökulmasta. MySafety:n (2021) tutkimuksen mukaan yli 10-vuotiaista suomalaisista useampi kuin joka neljäs on joutunut kokemaan nettikiusaamista jossain muodossa. Tästä syystä on tärkeää, että riskitekijöitä korostetaan. Myös tietoisuutta kyseisistä aiheista tulisi lisätä lasten ja nuorten, sekä myös vanhempien ja ammattilaisten keskuudessa sosiaalisen median ollessa yhä keskeisempi ilmiö lasten ja nuorten arjessa.

Sosiaalisen median rooli, on olla ihmistä helpottava työkalu muun elämän ohella. Sosiaalisen median eri alustojen avulla voimme tavoittaa läheiset, sekä muut tuttavat helpommin, ja nopeammin. Sosiaalisen median avulla voimme jakaa kuvia, videoita, sekä ääniviestejä ihmisille toisella puolella maailmaa. Sosiaalisen median alustat tuovat ihmisiä yhteen, ja mahdollistavat esteettömän kommunikoinnin suurista etäisyyksistä huolimatta. Kyseistä aihetta voidaan tarkastella riski-, sekä hyötynäkökulmasta sillä sosiaalisen median käyttöön liittyy haitta- ja hyötytekijöitä. Sosiaalinen media voi olla monille meistä paljon aikaa vievä tekijä ja monille sosiaalisen median alustat ovat osa päivittäistä arkea. Sosiaalisen median helppous ja rajattomuus kouruttaakin meitä usein ruudun ääreen. Jatkuva sosiaalisen median materiaalisyöte herättää mielenkiintoa, ja lisää halua nähdä, lukea, ja kuulla enemmän.

Valmius.fi sivusto käsittelee aihetta molemmista näkökulmista. OmaValmiuden potilasasiamies ja sairaanhoitaja Birgitta Brusilan (2022) artikkelissa Sosiaalisen median vaikutus ihmiseen – potilasasiamiehemme pohdintoja ja huolta, todetaan, että sosiaalisen median käytöllä on paljon käytännöllisiä etuja, ja monet saavat hyödyllistä tietoa, sekä tukea sosiaalisen median yhteisöistä. Artikkelissaan tuodaan myös esille se, miten tietyistä asioista voi olla helpompi puhua sosiaalisessa mediassa, kuin kasvotusten. Sosiaalisen median helppouden ja laajan ulottuvuuden takia sosiaalisen median rooli ihmisten arjessa kasvaa jatkuvasti. Artikkelissa pohditaan, että mitä suuremman roolin sosiaalinen media saa päivittäisestä rutiinista, sitä enemmän olemme emotionaalisesti ja psykologisesti kiinnittyneitä sosiaalisen median käyttöön. (Brusila, 2022.)

Erityisesti sosiaalisen median koukuttava luonne, voi koitua riskitekijäksi tarkastellessamme esimerkiksi lasten ja nuorten keskittymistä, sekä arjenhallintaa. Sosiaalinen media omalta osaltaan voi viedä paljonkin aikaa muulta toiminnalta, kuten koulutehtäviltä, kotitöiltä sekä harrastuksilta. Tuomo Aro (2021), nostaa artikkelissaan Älylaitteiden vaikutus lasten ja nuorten itsesäätelyyn, esille mm. juuri arjenhallintaan ja esimerkiksi tarkkaavaisuuteen liittyviä haasteita älylaitteiden liikkakäytön seurauksena. Aro mainitsee, kuinka älylaitteiden runsas käyttö voi hankaloittaa keskittymistä arjessa, sekä vaikeuttaa koulunkäyntiä. Aron (2021, 43) mukaan Rosen, Carrier, ja Cheever (2013) tutkimuksessa oli selvinnyt, että keskiverto opiskelija pystyy keskittymään yhtäjaksoisesti vain 3–5 minuutin ajan.

Sosiaalisen median mahdollisuudet

Sosiaalisen media rajattomuus ja suuri määrä eri alustoja, mahdollistaa kaikkien käyttäjien aktiivisen osallistumisen heille mielenkiintoisten aiheiden parissa. Mahdollisuuksia olla ja osallistua sosiaalisessa mediassa on juuri helppokäyttöisyyden ja esteettömyyden kautta melkein loputtomasti. Uusien ihmisten tapaaminen sekä vuorovaikutussuhteiden muodostaminen ja näiden helppo ylläpitäminen, yleisen tiedon saatavuus oppimisen näkökulmasta, sekä esimerkiksi omien harrastuksien tai mielenkiinnonkohteiden laajentaminen sosiaalisen median kautta, ovat asioita, joita sosiaalinen media tukee ja mahdollistaa entistä paremmin. Tanner ym. (2020, 23–24) korostaa kirjassaan myös sosiaalisen median myönteisiä psykososiaalisia vaikutuksia. Kirjassa tuodaan esille sosiaalisen median merkitys ”kohtaamispaikkana”, ja kuinka sosiaalisen median merkitys on tasaisesti jatkuvassa nousussa vuorovaikutuksellisten ihmissuhteiden luomisessa ja ylläpidossa kaikkien ikäryhmien, mutta varsinkin nuorempien keskuudessa.

Sosiaalialoilla erityisesti esteettömyys, sekä palveluiden saatavuus on puhuttu aihe, ja tätä poh-tiessa eri sosiaalisen median alustat vaikuttavat erinomaiselta työvälilineeltä varsinkin vuorovaiku-tussuhteiden ylläpitämisen tukemisessa. Sosiaalisen median alustat ovat kaikille älylaitteiden omaaville ihmisille täysin avoimia, ja usein vaatii vain käyttäjätunnuksen luomisen. Käyttäjän luo-minen onnistuu kaikilta joko sähköpostiosoitteen tai puhelinnumeron avulla, ja näin jokainen halu-kas voi vapaasti osallistua sosiaalisessa mediassa eri alustoilla, oman mielenkiinnon mukaan.

Kuten aiemmin mainitussa SoMe ja Nuoret 2022 tutkimuksessa oli selvinnyt, sosiaalinen media voi tuoda myös positiivisia asioita arkeen. Ulkonäköpaineiden ja kiusaamisen vastapainoksi sosiaalinen media tarjoaa yhteistä ajanviettoa kavereiden kanssa, sosialisoitumista mieleisten aiheiden parissa, sekä myös itsetuntoa kohentavia kokemuksia. Erityistä huomiota SoMe ja nuoret 2022 tutkimustuloksissa kiinnitti maininta siitä, kuinka ujomprien lasten ja nuorten osallisuus on sosiaalisen median avulla lisääntynyt valtavasti. Tutkimusten mukaan 37 % vastaajista kertoi olevansa sosiaalisempia sosiaalisen median välityksellä (SoMe ja nuoret, 2022.)

Vaikka aihe voi herättää huolta esimerkiksi netin ulkopuolisen sosiaalisen elämän vähentymisestä, on juuri sosiaalisen median osallistava puoli suuri apu niille nuorille, joille sosialisoituminen kasvotusten voi olla hyvinkin haasteellista.

3 Lasten ja nuorten psykososiaalinen kehitys

Varhaisnuoruus on hyvin tapahtumarikas elämänvaihe. Psykososiaalinen kehitys käsittää lapsen ja nuoren sosiaaliset vuorovaikutustaidot ja toimintakyvyn eri sosiaalisissa ympäristöissä kuten kotona, koulussa, sekä vapaa-ajalla. Virva-Liisa Pekkarisen mukaan lasten psykososiaalisessa kehityksessä korostuu yksilöllisyyden hahmottaminen, persoonallisuuden muokkaantuminen suhteessa vuorovaikutukseen läheisten ja ympäristön kanssa, sekä käsitys omasta itsestään. (Pekkarinen, V-L., 2007). Tässä ikävaiheessa pyritään usein kokeilemaan rajojaan, sekä löytämään itsensä yksilönä muiden joukossa. Kyseisessä varhaisnuoruuden ikävaiheessa monet lapset haluavat tehdä asioita itsenäisesti ja vanhemman rooli ei ole yhtä keskeinen kuin aikaisemmin.

Lasten ja nuorten psykososiaalisessa kehityksessä korostuu erityisesti kaverisuhteiden rooli. MLL:n sivustolta löytyy julkaisu 9–12-vuotiaiden sosiaalisesta kehityksestä ja sivustolla korostuu lapsen itsenäistyminen, kaverisuhteet, sekä kavereiden mielipiteiden merkitys. Lapsi etääntyessään vanhemmistaan tukeutuu entistä enemmän ikätovereihinsa, ja joukkoon kuulumisen tunne ohjaa lapsen kokemusta itsestään sosiaalisena yksilönä. (9–12-vuotiaan sosiaalinen kehitys, N.d.)

3.1 Sosiaalinen media suhteessa lasten ja nuorten minäkuvaan

Sosiaalinen media on vaikuttavana tekijänä, kun lapsen ja nuoren itsetunto, sekä minäkuvan muodostuminen ovat vielä kehitysvaiheessa. Aron artikkelin mukaan viimeisen kymmenen vuoden aikana älylaitteet ja sosiaalisen median käyttö on yleistynyt niin paljon, että lähes jokainen kouluikäinen omistaa älypuhelimien. (Aro, 2021, 39). Nykyisin sosiaalisen median rooli on siis vielä suurempi osa varhaisnuorten psykososiaalista, sekä yksilötason, kuten esimerkiksi minäkuvan kehitystä.

MLL:n Lapsen itsetunnon tukeminen (N.d.) julkaisun mukaan itsetunto käsitetään lapsen ja nuoren todenmukaisina käsityksinä omista taidoistaan ja ominaisuuksistaan. Julkaisun sanoin itsetunto on *”itsensä tuntemista ja itsensä hyväksymistä”*. Sosiaalisen median stereotyyppiset ihanteet ja mallit heijastuvat usein alustoja käyttävien käytöksessä ja kokemuksessa itsestään. Tällä on suuri korrelaatio myös esimerkiksi lasten ja nuorten itsetunnon ja minäkuvan muodostumiseen.

Kirjoitus MLL:n sivustoilla 9–12-vuotiaan persoonallisuuden kehitys (N.d.), tuo esille ikävaiheeseen kuuluvan lapsen muutoksen kriittisemmäksi itseään kohtaan. Tyytymättömyys itseensä heijastuu esim. vertailuina muihin ja itsensä vähättelynä ja tällä on entisestään vaikutusta siihen, miten lapsi kokee itsensä muiden joukossa. Sosiaalisen median sisältöä katsoessaan monilla nuorilla saattaa syntyä suoritus- sekä ulkonäköpaineita johtuen sosiaalisen median luomista ihannearvoista ja -malleista. Lapset helposti vertailevat itseään netissä näkemäänsä sisältöön ja monille tämä voi olla itsetuntoa heikentävä tekijä.

Minäkuvan muodostumisvaiheessa lapset ja nuoret hakevat peilikuvia itselleen usein juuri sosiaalisesta mediasta ja ihannoimistaan sosiaalisen median vaikuttajista. Salokoski & Mustonen (2007, 60), kirjoittavat julkaisussaan, kuinka varhaisnuoruus on aikaa, joka sisältää paljon fyysistä ja emotionaalista muutosta, sekä sopeutumista. Julkaisussa mainitaan, kuinka mediassa esiintyvät ihanteet eivät välttämättä lapsen ja nuoren identiteetin rakentuessa ole itsetunnon kehityksen kannalta suotuisia. Julkaisussa kuvataan median epärealististen roolimallien vaikutuksista lasten ja nuorten kehonkuviin ja *”minäihanteisiin”*.

Lasten ja nuorten suosimat sosiaalisen median alustat, kuten TikTok ja Instagram nousevat esille, kun puhutaan itsetunnon muodostumisesta ja kehityksestä suhteessa sosiaalisen median luomiin arvoihin ja ihanteisiin. Sosiaalisessa mediassa saatu hyväksyntä, tykkäykset ja kehut muovaavat lasten ja nuorten kokemusta itsestään yksilönä muiden joukossa ja siitä, miten muut suhtautuvat heihin. TervePerhe.fi kirjoituksessa kerrotaan, kuinka Doven teettämän tutkimuksen mukaan jopa puolet nuorista tytöistä käyttää ulkonäköä muokkaavia filttäreitä näyttääkseen paremmalta sosiaalisessa mediassa. Sosiaalisen median kuvamaailma luo epärealistisia ihanteita, jotka aiheuttavat nuorille mm. ulkonäköpaineita ja itsetunnon heikentymistä (TervePerhe.fi, N.d.)

Minäkokemus ja itsetunto, ovat suuria tekijöitä sosiaalisten suhteiden muodostusvaiheessa, sekä vuorovaikutuksellisessa kanssakäymisessä, ja lapsille sekä nuorille ikätovereiden hyväksyntä on erittäin tärkeää. Myös kavereiden mielipiteet korostuvat omien mielipiteiden muodostuksessa. Onnistuneet kokemukset ja positiivinen palaute on oleellista lapsen ja nuoren itsetunnon rakentumisessa, sillä varhaisnuoruus on aikaa, jolloin lapsi muuttuu kriittisemmäksi itseään kohtaan. Itsetunnon epävarmuus, on Innocas-sivuston mukaan tyyppillistä, ja itsekriittisyys kuuluu keskeisesti kasvuvaiheeseen. Lapset ja nuoret kokevat epävarmuutta itsestään, ja etsivät ympäristöstään ja ikätovereistaan vihjeitä siitä, miten muut kokevat heidät. Tällöin hyväksytyksi tulemisen tarve korostuu entisestään. (Innocas, 2023) Nämä samat asiat esiintyvät vahvasti myös sosiaalisessa mediassa juuri seuraajien, tykkäyksien, ja digitaalisen yhteenkuuluvuuden muodossa.

3.2 Sosiaalinen media osana vuorovaikutusta

Sosiaalinen media on ollut valtavan puhuttu aihe erityisesti kasvatusaloilla, sekä koulumaailmassa. Veteli & Palokangas (2019) artikkelissa *Lasten ja nuorten mediakasvatus valistaa sosiaalisen median vaaroista*, kerrotaan 9–12-vuotiaille suunnatuista mediakasvatusmateriaaleista, ja materiaaleissa oli korostunut erityisesti sosiaalisen median vaaratekijät. Artikkelissa tuodaan esille nuorten käyttäjien kannalta ajankohtaisia teemoja, kuten omien rajojen ja ymmärryksen tiedostaminen, sekä kriittisyys kaikkea sisältöä kohtaan.

MLL:n Lapsi sosiaalisessa mediassa (2023), kirjoituksessa korostuu sosiaalisen median tärkeä rooli etenkin vuorovaikutussuhteissa. Erityisesti huomion kiinnitti kirjoituksessa esille tuodut keinot, joilla lapsen sosiaalisen median käyttöä voisi tukea vanhemman kautta. Hyviä nostoja vanhemmille

oli esimerkiksi vanhemman kiinnostus lapsen netinkäytöstä, erilaisten alustojen yhdessä tutkiminen, vanhemman rooli tiedottaa lasta netin vaaroista, turvakäytänteet, sekä tutustuminen yksityisyysasetuksiin yhdessä lapsen kanssa. Myös rohkeasti kysyminen lapselta mitä he tekevät netissä ja millaisia alustoja he käyttävät nostettiin keinona lisätä vanhemman tietoisuutta lapsensa sosiaalisen median käytöstä.

Vanhemman tietoisuus on suuri osa lasten suojelua, ja omalta osaltaan tukee lasten ja nuorten turvallista kasvua sosiaalisen median parissa. Tietoisuutta ja turvallisuuden varmistamista ei tulisi verrata urkkimiseen eikä negatiivissävytteiseen kontrolloimiseen, sillä myös vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus sosiaalisen median käytöstä, on osana lapsen turvallista psykososiaalista kehitystä.

Itsesäätely on osa varhaisnuoren psyykkistä kehitystä, ja kattaa mm. ajatuksien ja tunteiden hallintaa, sekä käyttäytymisen muokkaamista. Aro mainitsee artikkelissaan, kuinka lasten ja nuorten älylaitteiden ja sosiaalisen median käyttöön tulisi yleisesti kiinnittää enemmän huomiota, erityisesti tapauksissa, joissa lapsella tai nuorella esiintyy arjenhallintaan, tai itsesäätelyyn liittyviä haasteita sosiaalisen median käytön seurauksena. (Aro, 2021, 43). Tällä voisi olla myös vaikutusta varhaisnuorten vuorovaikutussuhteissa, sekä perusolemuksessa. Aiheesta herää kysymyksiä siitä, voiko esimerkiksi sosiaalisen median liikkakäyttö aiheuttaa muutoksia varhaisnuoren käytöksessä. Vaikuttaako sosiaalisen median käyttö varhaisnuoren vuorovaikutuksellisuuteen ja sosiaalisiin suhteisiin positiivisesti, vai negatiivisesti?

Netin välityksellä tapahtuva vuorovaikutus saattaa monille nuorille olla helpompi ja vaivattomampi tapa sosialisoida toisten kanssa. Tällöin sosiaalisen median käytön seurauksena kasvatusten tapahtuva vuorovaikutus voi vähentyä, sillä sosiaalisen median välityksellä tapahtuva viestintä ikään kuin ”korvaa” esimerkiksi kaverien tapaamisen ulkona. Toisilla sosiaalinen media saattaa taas tukea heidän vuorovaikutuksellisuuttaan, ja tällöin myös mahdollistaa heille vuorovaikutussuhteiden muodostamisen, ja ylläpitämisen. Aron mukaan tavoitteena on, että lapset ja nuoret löytävät itselleen sopivimman tavan käyttää älylaitteita siten, ettei älylaitteiden ja esimerkiksi sosiaalisen median käytöllä ole lapselle tai nuorelle haitallisia vaikutuksia heidän vuorovaikutussuhteissaan tai käytöksessään.

3.3 Sosiaalinen media psykososiaalista kehitystä vahvistavana tekijänä

Sosiaalisessa mediassa on valtava määrä negatiivisuutta, nettikiusaamista, ja muita lapsen ja nuoren psyykkistä kehitystä vaarantavia tekijöitä. Erityisesti haasteet ja riskitekijät nousevat esille sosiaalista mediaa kriittisesti tutkittaessa ja arvioitaessa, kun asiaa tutkitaan varsinkin nuorempien käyttäjien näkökulmasta. Tämä ajatus on taustasyynä sille, miksi tavoitteena on löytää sosiaalisen median hyviä puolia, ja pyrkiä tuomaan esille niitä tekijöitä, jotka tukevat lasten ja nuorten arjen hyvinvointia, sekä psykososiaalista kehitystä.

Sosiaalipsykologi ja Someturva-palvelun perustaja Suvi Uski korostaa kuinka oikeaoppinen sosiaalisen median käyttö ja siihen perehtyminen mahdollistaa sosiaalisen median hyvät puolet. Uskin mukaan sosiaalinen media on iso mahdollisuus lapsille löytää seuraa ja ystäviä, sekä mahdollistaa eri intressiryhmien ympärillä tapahtuvan vuorovaikutuksen. Uski tuo esille myös oman identiteetin rakentumisen sosiaalisen median avulla. (Lehtinen, 2022).

Sosiaalisen median tarjoamat mahdollisuudet toteuttaa itseään ovat loputtomat. Jokainen sosiaalisessa mediassa sisältöä luova nuori toivoo saavansa hyväksyntää ja positiivista palautetta ikätovereiltaan, sekä muilta kanssakäyttäjiltä. Lapsilla ja nuorilla on suuri tarve vuorovaikutus- sekä kaverisuhteille omassa ikäryhmässään, ja vuorovaikutussuhteet ovat vahvasti läsnä identiteetin rakentuessa. Laura Korhosen (2021), artikkeli Kasvu ja kehitys eri ikäkausina, tuo esille kaverisuhteiden merkityksen 6–12-vuotiaiden ikäryhmässä. Korhonen korostaa juuri kavereiden mielipiteiden merkitystä, sekä hyväksytyksi tulemisen tarvetta suhteessa kokemukseen lapsen omasta itsestään.

Positiivisten kokemusten luominen ja positiivisen palautteen antaminen suhteessa lapsen ja nuoren itsetuntoon ja kokemukseen itsestään, on oman henkilökohtaisen työkokemuksen kautta osoittautunut valtavasti tärkeäksi lasten ja nuorten kanssa työskenneltäessä. Voisi kuvitella, että positiivisen palautteen, sekä kannustuksen saaminen ja onnistumisen kokemukset netissä ovat monille lapsille ja nuorille yhtä arvokkaita, kuin positiivisen palautteen saaminen kasvotusten.

Kasvatustieteen tohtori ja erityispedagogi Erja Sandberg, kirjoittaa artikkelissaan innostavan ja motivoivan palautteen antamisen merkityksestä. Sandberg korostaa aikuisen palautteen roolia lapsen itsetunnon kehityksen kannalta. Sandberg tuo kirjoituksessaan esille positiivisen palautteen antamista, sillä positiivinen palaute rohkaisee ja motivoi lasta yrittämään epäonnistumisista huolimatta. Positiivinen palaute myös epäonnistumistilanteissa on oleellista lapsen itsetunnon kehityksen, sekä sinnikkyuden ja motivaation kannalta. (Sandberg, N.d.)

4 Mediakasvatuksen rooli psykososiaalisen kehityksen tukena

Medialukutaidon ja mediakriittisyyden merkitys on suuri lasten ja nuorten psyykkisen kehityksen turvaajana. Lasten ja nuorten psyykkisessä kehitysvaiheessa kriittinen ajattelu ja medialukutaidot eivät välttämättä ole kehittyneet sosiaalisen median vaatimalle tasolle. Sosiaalisen median alustojen ikärajoja ei juurikaan valvota, vaikka ikäsuosituksia asetetaan tiettyihin sovelluksiin ja tämä aiheuttaa huolta erityisesti nuorempien lasten hyvinvoinnista digiympäristöissä.

Pelastakaa Lapset-sivustolta löytyy kirjoituksia lasten digiturvallisuudesta ja hyvinvoinnista. Tukea huoltajille osiossa tuodaan esille digilaitteiden merkitystä ja mahdollisuuksia lapsille oppia ja tutkia uusia asioita. Laitteiden avulla lapsille aukeaa myös samalla pääsy hyvinvointia haittaaville teki-
jöille. Huoltajien velvollisuutena on suojella lapsia digimaailman haitoilta, ja lapset tarvitsevat digitaalisten taitojen opettelussa huoltajien aktiivista tukea. (Tukea huoltajille, N.d.)

Lapset & media - kasvattajan opas kirjassa pohditaan lapsille soveltuvan ja soveltumattoman sisällön käsittelyä. Kirjassa kehoitetaan pohtimaan perheiden sisäisesti mitä kanavia lapset käyttävät, miten he niitä käyttävät, ja mitä sisältöä tulisi välttää. Kaikkea sisältöä ei ole merkitty ikärajoin, joten eri media alustojen soveltuvuuksissa voi perheiden sisällä olla näkemyseroja. Lapset voivat oppia median välityksellä huonoja käytöstapoja, sekä nähdä aihepiireiltään soveltumatonta sisältöä, ja siksi on tärkeää, että vanhemmat ovat tietoisia siitä, mihin median alustoihin heidän lapsillaan on vapaa pääsy. (Lapset & media, 2016, 11) Myös lastensuojelulaissa on lakipykälä, jonka mukaan lapsille ja nuorille on turvattava heidän tasapainoinen kehityksensä, sekä varmistettava ikätasoinen valvonta ja huolenpito (Lastensuojelulaki 417/2007, 4 §.)

Nuorisolääketieteen dosentti Silja Kosola nostaa kirjoituksessaan esille kasvattajien roolin ja vastuun mediakasvatuksen toteutuksessa. Kosolan mukaan kasvattajien tehtävä on huolehtia siitä, että nuoret oppivat eri taitoja erilaisissa mediaympäristöissä. Kosolan mukaan mediakasvatus vaatii ammattilaisilta kunnioittavia kohtaamistaitoja, sillä lasten ja nuorten henkilökohtaiset suhteet mediaan ja median käyttöön ovat hyvin yksilöllisiä. (Kosola, N.d.)

Sosiaalinen media on merkittävä tekijä varhaisnuorten sosiaalisten suhteiden ylläpidossa ja myös Kosola mainitsee, kuinka monille nuorille sosiaalisen median kautta syntyvät onnistumiset ja ihmissuhteet ovat hyvinkin tärkeitä nuoren psyykkisen hyvinvoinnin, sekä sosiaalisten suhteiden kannalta. Kosolan mukaan vain nuorelta kysymällä, ja nuorta kuuntelemalla voidaan ymmärtää nuoren media-arkea, jonka avulla hänelle voidaan tarjota paras mahdollinen tuki ja apu mediakasvatuksen yhteydessä. (Kosola, N.d.)

4.1 Mediakasvatus kotona

Mediakasvatuksessa tulee huomioida ikätasoinen medialukutaito, ja asianmukainen ohjaus, joka varmistaisi nuorimpien käyttäjien turvallisen sosiaalisen median käyttökokemuksen. Medialukutaitojen opetus ja nuorimpien käyttäjien omien valmiuksien muodostuminen sosiaalisen median turvalliseen käyttöön saattaa usein olla vanhempien ohjauksen vastuulla. Telian sivuilta, löytyy digitaalinen vanhemmuuspakkaus, joka tukee vanhempien osallisuutta ja roolia lasten turvallisessa netinkäytössä. Sivusto nostaa esille tärkeitä teemoja, jotka tulee ottaa huomioon, kun lapsi pääsee osallistumaan digialustoilla älylaitteiden avulla. Vanhemmuuspakkauksessa korostuu juuri tietoturva ja yksityisyys, medialukutaito, mitä kaikkea maailmalla tapahtuu ja miten aiheita tulisi käsitellä, sekä pelimaailma ja lasten oikeudet digimaailmassa. (Digitaalinen vanhemmuuspakkaus, N.d.)

Vanhempien rooli korostuu erityisesti silloin, kun lapsella itsellään ei ole muodostunut tarvittavia medialukutaitoja, sekä mediakriittisyyttä. Tietosuoja, sekä tietoturva-asetukset olisi hyvä käydä läpi vanhempien kanssa ennen käyttöä. Vanhemmat voivat tukea lapsiaan turvalliseen media-alustojen käyttöön myös käymällä läpi hyviä käytänteitä, turvallisuussääntöjä, sekä esimerkiksi keskustella medialukutaitoihin liittyvistä tärkeistä aiheista. Yleiskäsitys median ulottuvuuksista, ja ymmärrys riskeistä ja vaaroista, on tärkeää lapsen hyvinvoinnin kannalta. Myös Telian digitaalinen

vanhemmuuspakkaus korostaa vanhempien roolia, ja tietoisuuden merkitystä digialustojen käytöstä. Vanhempien on helpompaa tukea lasten digiharrastuksia, kun he ovat tietoisia siitä, miten lapset digialustoja käyttävät. (Digitaalinen vanhemmuuspakkaus, N.d.)

4.2 Mediakasvatus kouluissa

Mediakasvatuksen roolia tulee korostaa myös koulumaailmassa, jotta jokainen lapsi ja nuori saisi tasavertaista tukea ja ohjausta sosiaalisen median turvalliseen käyttöön. Koulujen ja muiden yleisten sosiaali- ja terveystilojen seinillä ja infotauluilla näkyy usein mediakasvatusaiheisia julisteita, mutta mediakasvatuksen rooli tulee näkyä tiiviisti myös opetuksessa.

Sosiaalipsykologi Suvi Uskin mukaan sosiaalista mediaa tulisi alkaa käsitellä kouluissa mahdollisimman aikaisin. Uski perustelee tätä teknisten taitojen, sekä digitaalisten vuorovaikutustaitojen olevan tärkeä osa kasvatusta. Uskin sanoin ”*pieni ihminen tarvitsee tuekseen vanhemman*” ja tämä on keskiössä myös silloin, kun lapsi tutustuu digitaaliseen maailmaan ensimmäistä kertaa. (Lehtinen, 2022.)

Mediakasvatus on saanut isompaa roolia myös opetussuunnitelmassa vuosien saatossa. Opetushallituksen sivuilta löytyy kattavasti tietoa siitä, miten mediakasvatusta pyritään sisällyttämään opinnoissa kaikilla vuositasoilla ikätasoisesti sovelletusti. Perusopetuksen suunnitelman perusteet 2014 mukaan perusopetuksen opetussuunnitelmassa mediakasvatusta sisällytetään laaja-alaisen osaamisen osiossa, jossa korostetaan kouluikäisten lasten ja nuorten oppimista, arvoja, sekä tietoja ja taitoja.

Julkaisussa tuodaan esille mm. monilukutaito, sekä tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen. Monilukutaidolla tarkoitetaan eri tekstien tulkitsemis- sekä arviointitaitoja. Monilukutaito on oleellista, jotta nuori kykenee ymmärtämään eri moninaisia kulttuurisia viestinnän muotoja. Monilukutaito perustuu laaja-alaiseen käsitykseen esimerkiksi tekstin, videoiden, äänen, tai kuvien välityksellä tuotetusta sisällöstä. Julkaisun mukaan oppilaiden monilukutaitoa kehitetään kaikissa oppiaineissa. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet, 2014, L4)

Tieto- ja viestintäteknologista (TVT) osaamista kehitetään opetushallituksen mukaan neljällä eri pääalueella ikätasoisesti kaikilla vuosiluokilla. Pääalueet ovat: 1. Ymmärrys tieto- ja viestintäteknologian käytöstä, toimintaperiaatteista, ja keskeisistä käsitteistä, sekä käytännön TVT-taitojen kehitys, 2. TVT:n oikeaoppinen, vastuullinen ja turvallinen käyttö, 3. TVT:n käyttö tiedonhallinnassa sekä tutkivassa ja luovassa työskentelyssä, ja 4. TVT-taitojen käyttäminen vuorovaikutuksessa ja verkostoitumisessa. Opetussuunnitelmassa oppilaita pyritään tutustuttamaan eri TVT:n sovelluksiin ja niiden käyttötarkoituksiin, sekä lisäämään heidän ymmärrystään näiden sovelluksien merkityksestä arjessa, sekä ihmisten välisissä vuorovaikutussuhteissa. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet, 2014, L5.)

5 Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimustehtävä

Opinnäytetyön tarkoituksena on lisätä vanhempien, sosiaalialan työntekijöiden, sekä koulujen ymmärrystä sosiaalisesta mediasta ja sen roolista lasten ja nuorten keskuudessa. Opinnäytetyön tavoitteena on kirjallisuuskatsauksen avulla selvittää sosiaalisen median merkitystä, sekä näkyvyyttä varhaisnuorten arjessa, ja samalla tutkia millaisia vaikutuksia sosiaalisella medially on varhaisnuorten sosiaalisiin suhteisiin sekä psykososiaaliseen kehitykseen.

Opinnäytetyön tutkimuskysymykset ovat:

Miten sosiaalinen media esiintyy varhaisnuorten arjessa?

Miten sosiaalinen media näyttäytyy varhaisnuorten psykososiaalisessa kehityksessä?

6 Toteutus

Opinnäytetyö toteutetaan kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena on kehittää olemassa olevaa teoriaa ja tätä kautta rakentaa myös uutta teoriaa. Kirjallisuuskatsauksen avulla voidaan myös arvioida teoriaa, sekä rakentaa suurempaa kokonaiskuvaa valituista aiheista. Kirjallisuuskatsaus pyrkii myös tunnistamaan ongelmia sekä mahdollistaa teorian kehitystä. (Salminen, A. 2011, 3).

6.1 Menetelmänä kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Kangasniemen, Utraisen, Ahosen, Pietilän, Jääskeläisen & Liikasen (2013) kirjan mukaan kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena on kuvata opinnäytetyössä valitun aiheen laajaa kokonaisuutta. Kirjallisuuskatsauksen tavoitteena on kuvailla jonkin ajankohtaisen ilmiön tai aiheen tutkimuksellista tarvetta sekä hyödyntää saatuja tuloksia esim. palveluiden kehityksessä. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus sisältää neljä vaihetta, joihin kuuluu yhden tai useamman tutkimuskysymyksen muodostaminen, aineiston keräys, sekä kuvauksen rakennus ja tuloksien tarkempi analysointi, sekä tarkastelu. Tarkoituksena on rajata tutkimuskysymykset tarkasti, jotta tutkittavuus säilyisi. Kirjallisuuskatsauksen aineisto pyritään valitsemaan perustuen siihen, kuinka hyvin aineistojen sisältö vastaa tutkimuskysymykseen. Aineistoa haetaan tieteellisistä julkaisuista, sekä digitaalisista tieteellisistä tietokannoista. (Kangasniemi ym. 2013, 292–295.)

6.2 Tutkimusaineiston keruu

Aloitin tiedonhakuprosessin kartoittamalla mitä kuvaileva kirjallisuuskatsaus pitää sisällään, sekä tutustumalla jo olevassa oleviin tutkimuksiin, jotka ovat toteutettu kirjallisuuskatsauksena. Aineistoa kerättiin mm. ERIC (EBSCO):n, ProQuest eBook Centralin, sekä Janet Finnan ja CINAHL Ultimate-tietokannoista. Näistä tietokannoista etsittiin eri avainsanoilla ajankohtaisia ja tuoreita artikkeleita ja kirjoitelmia noudattaen lähdekriittisyyttä ja valikoiden aineistoa perustuen aineistojen sisältöön ja merkittävyyteen opinnäytetyön tutkimuskysymyksen kannalta.

Aineiston keruussa tavoitteena on käyttää lähdeaineistoa monipuolisesti kirjoituksen viitekehyyksenä, mutta kiinnittäen huomiota erityisesti teoriapohjaisten lähteiden luotettavuuteen, ajankoh-taisuuteen, sekä relevanttiuteen tekstiä rinnastaessa. Kangasniemen ym. mukaan kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa tärkeintä on käsittelyosuuden muodostus, perimmäisenä tarkoituksena vastata valittuihin tutkimuskysymyksiin kuvauksen ja tehtyjen johtopäätöksien avulla. (Kangasniemi ym. 2013, 296).

Tutkimuskysymykset ohjaavat aineiston valintaa aineiston kartoitusvaiheessa. Aineiston luotetta-vuuteen taas vaikuttaa valitut tutkimuskysymykset, sekä aineiston valinta suhteessa tutkimuskysy-myksiin. Luotettavuuden ja eettisyyden, sekä näiden huomiointi ja arviointi, tulisi olla mukana jo-kaisessa työvaiheessa, jotta tutkimuksen luotettavuus ei heikkene. (Kangasniemi ym. 2013, 297–299.)

6.3 Aineiston rajaus

Ennen opinnäytetyön kirjallisuushakua tutkimusaineistolle määritettiin sisäänotto- sekä poissulku-kriteerit. Kirjallisuuskatsauksen sisäänotto- ja poissulkukriteerit rajaavat aineistohakua ja aineis-tojen määrää. Kirjallisuushaussa saadut tutkimukset, jotka eivät ole aikaväliltä 2019–2023 rajattiin pois. Kirjallisuuskatsauksesta jätettiin pois tutkimukset, jotka eivät olleet suomen, tai englanninkie-lisiä. Poissulkukriteerinä oli myös aineiston sisältö, jota arvioitiin aineistoihin pintapuolisesti tutus-tumalla. Katsauksesta rajattiin pois myös ne tutkimukset, jotka eivät vastanneet sisällöllisesti opin-näytetyön tutkimuskysymystä. Kirjallisuuskatsaukseen sisällytettiin vain ne aineistot, jotka käsittelevät sosiaalista mediaa, mediakasvatusta, sekä varhaisnuorten psykososiaalista kehitystä. Sisäänotto- ja poissulkukriteerit ovat taulukoitu seuraavasti:

Taulukko 1 AINEISTON SISÄÄNOTTO- JA POISSULKUKRITEERIT

Sisäänottokriteerit	Poissulkukriteerit
Julkaisujen aikaväli 2019–2023	Julkaistu ennen vuotta 2019

Tutkimuskieli suomi tai englanti	Ei suomen- tai englanninkielinen
Käsittelee sosiaalista mediaa, mediakasvatausta, tai lasten sekä nuorten psykososiaalista kehitystä ja hyvinvointia.	Ei käsittele sosiaalista mediaa, mediakasvatausta, eikä lasten ja nuorten psykososiaalista kehitystä, sekä hyvinvointia.
Vastaa sisällöltään opinnäytetyön tutkimuskysymyksiä.	Ei vastaa sisällöllisesti opinnäytetyön tutkimuskysymyksiä.

6.4 Aineistonhankinta

Opinnäytetyön kirjallisuuskatsauksen aineistonhankinnassa käytettiin seuraavia suomenkielisiä, sekä englanninkielisiä hakusanoja: *”sosiaalinen media”, ”lapset”, ”social media”, ”children”, ”pre-teens”, ”psychosocial development”, sekä ”media education”*. Hakusanat muotoiltiin osuviksi hakutulosten saatavuuden varmistamiseksi. Kirjallisuuskatsauksen aineistojen keruussa käytetyt tietokannat, sekä tietokantojen hakujen yhteydessä käytetyt hakusanat, hakutuloksien määrät, sekä kirjallisuuskatsaukseen hyväksytyjen aineistojen määrät on taulukoitu seuraavasti:

Taulukko 2 TIETOKANTA JA KIRJALLISUUSHAKU

Tietokanta	Hakusanat	Hakutulokset	Hyväksytyt aineistot otsikon ja/tai sisällön perusteella
ERIC (EBSCO)	social media AND media education AND preteens	168	1

ProQuest Ebook Central	social media AND psychosocial development AND preteens	22	1
Janet Finna	sosiaalinen media AND lapset	18	1
CINAHL Ultimate	social media AND children AND psychosocial development	6	1
	children AND social media	3889	1

Kirjallisuushauissa, joissa hakusanoja ja sisäänottokriteereitä vastaavia hakutuloksia oli suuri määrä, rajattiin ensimmäisellä 10 sivulla saataviin teoksiin. Rajausta tehtiin, jotta kirjallisuuskatsauksen aineistonhaku ei olisi määrällisesti liian suuri suhteessa valittujen tutkimusaineistojen otantaan. Tutkittaviksi ja kuvailtaviksi aineistoiksi valikoidut teokset käytiin läpi, ja luokiteltiin päälimmäisten ja tärkeimpien teemojen perusteella. Valitut teokset teemoiteltiin ensin neljään pääkategoriaan.

6.5 Aineiston kuvailu ja analyysi

Kirjallisuuskatsauksen tutkimusaineistoksi valikoitui neljä ulkomaista tutkimusartikkelia, ja yksi kotimainen kirja. Ulkomaiset tutkimusartikkelit olivat USA:ssa, Kanadassa, sekä Australiassa toteutettuja tutkimuksia. Tutkimusaineistoiksi valitut teokset teemoiteltiin opinnäytetyön kannalta teosten sisällön ja osuvuuden perusteella. Aineiston teemoittelua ohjasi opinnäytetyön tutkimuskysymykset, sekä kerättyjen aineistojen keskeisimmät teemat. Teemoitteluvaiheessa kirjallisuuskatsauksen valitut teokset luokiteltiin seuraavien teemojen perusteella:

Taulukko 3 AINEISTOJEN TEEMOITTELU

Teemat	Teemoja vastaavat aineistot
varhaisnuorten sosiaalisen median käyttö	5
sosiaalinen media ja varhaisnuorten psyykinen hyvinvointi	3
varhaisnuorten vuorovaikutussuhteet sosiaalisessa mediassa	3
mediakasvatus ja vanhemmuuden rooli	4

Kirjallisuuskatsauksessa valittua aineistoa arvioidaan sisällön analyysin, sekä teemoittelun avulla. Sisältöä analysoidaan opinnäytetyön rajausnäkökulmista ja teemoittelun avulla opinnäytetyön aineistosta pyritään löytämään opinnäytetyön aiheen kannalta olennaisimmat aiheet. Teemoittelulla tarkoitetaan tutkimuksen kannalta oleellisimpien aiheiden paikantamista. (Eskola & Suoranta, 2008, 174–180).

Sisällönanalyysissä aineistoista nousi esille selkeät pääteemat, jotka vastasivat opinnäytetyön tutkimuskysymyksiä. Teemoitteluvaiheessa kirjallisuuskatsauksen pääteemat valittiin perustuen kyseisten aiheiden merkittävyyteen ja keskeisyyteen itse tutkimusaineistoissa. Teorialähtöisiä pääteemoja olivat sosiaalisen median rooli osana varhaisnuorten arkea, sosiaalinen media suhteessa varhaisnuorten psyykkiseen hyvinvointiin, sekä varhaisnuorten vuorovaikutuksellisuus sosiaalisessa mediassa. Varhaisnuorten vanhempien rooli osana varhaisnuorten sosiaalisen median käyttöä, sekä mediakasvatuksellinen näkökulma korostui aineistolähtöisenä teemana.

Lopullisen tutkimusaineiston keräämisvaiheessa kirjallisuuskatsaukseen valitut teokset, jotka vastasivat kirjallisuuskatsauksen sisäänottokriteereitä taulukoitiin. Valittujen aineistojen alkuperäisten tutkimusten tarkoitusperät, aineistoissa esitetyt alkuperäiset tutkimusmenetelmät, sekä aineistoista saadut keskeisimmät tutkimustulokset on myös kuvattu tiivistetysti taulukkoon.

Kirjallisuuskatsauksen tutkimusaineistot on taulukoitu seuraavasti:

Taulukko 4 VALITUN AINEISTON KUVAUS

Otsikko, vuosi	Tekijä(t)	Aineiston tarkoitus	Tutkimusmenetelmät	Keskeisimmät tulokset
Educating 21 st Century Children. Emotional Well-being in the Digital Age. 2019	Burns, T., Gottschalk F.	Tutkia modernia lapsuutta, sekä lasten emotionaalista hyvinvointia suhteessa digitalisaatioon. Tutkii lapsia ”digikansalaisina”, ja pyrkii löytämään keinoja, miten netistä saisi mahdollisimman paljon hyötyä irti minimoimalla riskit.	Kyselytutkimuksia toteutettu 25 eri maassa, tutkimuksessa ollut mukana suuri määrä moniammatillisia työryhmiä	Yhä nuoremmat lapset käyttävät itsenäisemmin ja aktiivisemmin nettiä ja sosiaalista mediaa, entistä pidempiä aikoja kerralla, monipuolisempiin tarkoituksiin. Lasten ja nuorten mielenterveyshaasteet kuten masennus ovat keskimääräisesti yleistyneet, mutta muut tunne-elämän vaikeudet ovat selkeästi vähentyneet.
Social Media and Online Gaming with Friends: Implications for Children’s Academic, Social, and Emotional Experiences in Third- through Sixth-Grade Students. 2021	Eckardt, P.N., Eaton, C., Craig, M., & Patterson, K. M.	Selvittää miten sosiaalinen media ja videopelit ystävien kanssa vaikuttavat 3–6-luokkalaisten lasten sosiaalisiin ja emotionaalisiin kokemuksiin, sekä opiskeluun. Tavoitteena auttaa kouluja, sekä vanhempia ymmärtämään eri digialustojen vaikutus lasten kasvuun ja kehitykseen.	Vapaaehtoinen kyselytutkimus 3–6-luokkalaisten lapsille ja heidän huoltajilleen/vanhemmilleen	Digialustoilla tapahtuvan sosialisoitumisen merkitys nuorille on kasvanut huomattavasti. Kavereiden kanssa vietetään paljon aikaa digitaaliossa muodossa. Osalla nuorista voi esiintyä ajoittaisia käyttäytymisongelmia, sekä negatiivisia tunnelatauksia älylaitteiden käytön rajoittamisen yhteydessä. Vanhempien ja lasten näkemys erot sosiaalisen median käytöstä ja videopeleistä suhteessa lasten koulunkäyntiin ja hyvinvointiin vaatii lisää

				avointa vanhemman ja lapsen välistä keskustelua aiheista.
Media lapsiperheessä. 2021	Lahikainen A.R., Mälkiä, T., Repo, K., & Arminen, I.	Tarkastella monitieteellisellä otteella median ja perhe-elämän leikkauspintoja. Tavoitteena tuottaa tärkeää tietoa sosiaaliteiden opiskelijoille, mediakasvatuksen ammattilaisille sekä perheiden ja lasten kanssa työskenteleville.	Kuvatut videomateriaalit ja perheenjäsenten haastattelut 26 lapsiperheessä.	Perheet ja kodit ovat entistä tietoteknisempiä. Älylaitteet eriyttävät lapsia perheen yhteisestä ajasta. esim. pienten lasten kanssa tapahtuva ruokailu perinteistä, varhaisnuorten kanssa yksin ruokailu älylaitteiden kera huomattavasi yleisempää. Tietokoneen käyttö vie monissa perheissä lasten aikaa muilta tehtäviltä kuten läksyiltä ja kotitöiltä. Vanhempien älylaitteiden käyttö voi viedä huomion pienemmiltä lapsilta, kun lapset haluaisivat tehdä asioita vanhemman kanssa
Social Media Use Subgroups Differentially Predict Psychosocial Well-Being During Early Adolescence. 2019	Vanucci, A., McCauley Ohannesian, C.	Tavoitteena tutkia onko eri sosiaalisen median alustojen käytöllä sekä käytön määrällä vaikutusta varhaisnuorten psyykkiseen ja psykososiaaliseen toimintakykyyn, sekä hyvinvointiin.	Kyselytutkimus, johon osallistui 1205 lasta ja nuorta. Tilanekartoitus osallistuneiden psyykkisestä hyvinvoinnista ja sen mahdollisista muutoksista 6 kuukauden kuluessa.	Varhaisnuoret käyttävät keskimäärin 3–5 tuntia sosiaalista mediaa päivässä, ja keskimäärin kolmea eri sosiaalisen median alustaa. Varhaisnuorten iän myötä älylaitteiden käyttöaika lisääntyy. Paljon sosiaalista mediaa käyttävillä nuorilla esiintyy enemmän psyykkisiä haasteita kuten masennusta. Eri alustojen käyttö vaikuttaa vaihtelevasti nuorten sosiaaliseen kanssakäymiseen ja ko-

				kemukseen sosiaalisista suhteista perheen ja ystävien kanssa.
'This is your brain on devices': Media accounts of young children's use of digital technologies and implications for parents and teachers, 2019	Laidlaw, L., O'Mara, J., Wong, S.	Tavoitteena tutkia lasten ja nuorten kasvua osana digitaalista maailmaa, sekä mobiililaitteiden ja sosiaalisen median vaikutusta lasten ja nuorten kielellisyyteen. Tutkimuksessa käsitellään myös vanhempien ja kasvattajien näkökulmaa median vaikutukseen lasten ja nuorten kasvussa ja kehityksessä.	2013–2018 välisenä aikana kerätty yhteensä 565 artikkelin tutkimusaineisto, jotka peräisin suosituista lähteistä kuten uutisista, kasvatuslehdistä, vanhempainblogeista, sekä käytetyimmistä sosiaalisen median alustoista.	Sosiaalisen median ja digialustojen positiivisia puolia tuodaan netissä esille huomattavasti riskejä ja vaaroja vähemmän. Sosiaalisen median sisällön julkinen näkyvyys vaikuttaa kasvattajien näkemyskseen. Ajankohtaisuus lasten ja nuorten mediakasvatuksessa on erityisen tärkeää, vanhempien ja opettajien tulisi olla tietoisia nykyajan digi-ilmiöistä. Sosiaalisen median ja digialustojen opetus ja käyttö tulisi olla keskeinen osa kasvatusta, ei sivuutettuna.

7 Opinnäytetyön tulokset

Kirjallisuuskatsauksen aineistoanalyysissä teemoiksi nousseet ilmiöt ovat keskiössä, kun pyritään vastaamaan opinnäytetyön tutkimuskysymyksiin. Varhaisnuorten sosiaalisen median käyttö, sekä vanhemmuuden rooli osana mediakasvatusta, ovat teemoja, jotka vastaavat opinnäytetyön ensimmäiseen tutkimuskysymykseen: *Miten sosiaalinen media esiintyy varhaisnuorten arjessa?*

Aineistoanalyysissä luokitelluista teemoista sosiaalisen media vaikutus varhaisnuorten psyykkiseen hyvinvointiin, sekä varhaisnuorten sosiaalisen median vuorovaikutussuhteet vastaavat opinnäytetyön toiseen tutkimuskysymykseen: *Miten sosiaalinen media näyttäytyy varhaisnuorten psykososiaalisessa kehityksessä?*

7.1 Sosiaalisen median rooli on kasvava ilmiö varhaisnuorten arjessa

Kaikki kirjallisuuskatsaukseen sisällytetyt tutkimukset osoittavat, että varhaisnuorten sosiaalisen median käyttö on lisääntynyt huomattavasti viime vuosien aikana ja ilmiönä hyvin keskeinen osa varhaisnuorten arkea. Eckardt, Eaton, Craig, & Patterson (2021) mukaan myös digialustoilla tapahtuvan sosialisoinnin merkitys varhaisnuorille on kasvanut huomattavasti. Sosiaalisen median ja digikanavien merkitys korostuu entisestään varhaisnuorten arjessa yleisenä ajanvietteenä, sekä vuorovaikutuksellisessa kanssakäymisessä. Laidlaw, O'Mara & Wong (2019) ovat todenneet, että digivallankumous ja älylaitteet, sekä eri sosiaalisen median alustat nostattavat suosiotaan nopealla tahdilla yhä nuoremmissa ikäryhmissä.

Lahikainen, Mälkiä, Repo, & Arminen (2021) mukaan lisääntyneet älylaitteet, sekä myös ajankäytöllisesti lisääntynyt ruutu-aika perheissä, vievät paljon aikaa varhaisnuorten arjesta. Älylaitteiden käyttö ja sosiaalisen median selailu on Lahikaisen ym. mukaan pois esim. kotitöistä, harrastuksilta, sekä koulutehtäviltä. Vanucci & McCauley Ohannessian (2019) ovat selvittäneet, että varhaisnuoret käyttävät keskimäärin 3–5 tuntia päivässä sosiaalisessa mediassa, käyttäen useita eri sosiaalisen median alustoja.

7.2 Sosiaalisen median vaikutus varhaisnuorten tunne-elämään

Sosiaalisen median ollessa yhä tiiviimpi ja keskeisempi osa varhaisnuorten arkea, on sosiaalisella medalla ja sen käytöllä vaikutusta myös varhaisnuorten psyykkiseen hyvinvointiin. Burns & Gottschalk (2019) tulokset osoittivat, että varhaisnuorten sosiaalisen median käytön lisääntymisen seurauksena myös lasten ja nuorten psyykkisessä hyvinvoinnissa on tapahtunut muutosta. Mielenterveyden haasteet, kuten masennus ja muut mielialaa alentavat tekijät ovat määrällisesti olleet nousussa. Myös Vanucci & McCauley Ohannessian (2019) mukaan sosiaalisen median käytön yleistyminen ja varhaisnuorten sosiaalisen median käytön määrä on verrattavissa psyykkisten haasteiden, kuten masennuksen lisääntymiseen.

Laidlaw ym. (2019) tutkimus on osoittanut, että sosiaalisen median positiivisia vaikutuksia tuodaan julkisesti esille negatiivisia vaikutuksia huomattavasti vähemmän. Riskitekijöiden korostaminen ikään kuin hukuttaa positiiviset vaikutukset, sekä sosiaalisen median tarjoamat mahdollisuudet toimia ja osallistua. Laidlaw ym. (2019) tutkimustulokset osoittavat myös, että sosiaalisen median

käyttö on selkeästi yhteydessä varhaisnuorten käyttäytymiseen, keskittymiseen, sekä mielialaan, ja tästä syystä kriittisempää ja huolehtivaa riskinäkökulmaa nostetaan julkisesti esille aktiivisemmin.

7.3 Sosiaalinen media osana kaverisuhteiden ylläpitoa

Eckardt ym. mukaan varhaisnuoret viettävät paljon aikaa kavereiden kanssa esim. sosiaalisen median, sekä videopelien avulla. Monet lapset ja nuoret osallistuvat yhteiseen toimintaan ikätovereidensä kanssa keskeisesti sosiaalisen median alustojen, sekä yhteisten videopelien avulla. Tällä on tutkimusten mukaan ollut suuri merkitys lasten ja nuorten kaverisuhteiden ylläpitoon, sekä kokemukseen joukkoon kuulumisesta ja yhteisöllisyydestä. Tulokset korostavat entisestään sosiaalisen median sekä muiden älylaitteiden merkitystä lasten ja nuorten vuorovaikutussuhteiden muodostumisessa. (Eckardt ym. 2021.)

Vanuccin & McCauley Ohannessian (2019) tutkimusten mukaan eri sosiaalisen median alustat ja niiden käyttö vaikuttavat varhaisnuorten henkilökohtaiseen kokemukseen kaverisuhteiden laadusta ja määrästä. Tutkimusten mukaan kuva- ja videopohjaiset alustat kuten Snapchat ja Instagram, ovat kaverisuhteita vahvistavia alustoja nuorten käyttäjien omien kokemusten perusteella. Kavereiden näkeminen etäältä kuva- ja videopohjaisten alustojen avulla vahvistaa aitoa kokemusta kaverisuhteista, vaikka vuorovaikutus tapahtuu älylaitteiden välityksellä.

7.4 Vanhempien rooli varhaisnuorten sosiaalisen median käytössä

Vanhempien näkemys varhaisnuorten sosiaalisen median käytöstä on Eckardt ym. mukaan vaihtelevaa. Eckardt ym. tutkimukset ovat osoittaneet, että erityisesti vanhempien näkemys varhaisnuortensosiaalisen median käytöstä suhteessa esim. koulumenestykseen vaatii avointa keskustelua lasten ja vanhempien välillä. Näkemuserojen takia älylaitteiden käytön rajoittamistilanteissa saattaa varhaisnuorilla esiintyä myös negatiivisia tunnelatauksia. (Eckardt ym. 2021.)

Laidlaw ym. tutkimusartikkelit ovat osoittaneet, että nuoremmilla lapsilla on usein vähintään yhtä hyvät, jopa paremmat digitaaliset taidot kuin heidän vanhemmillaan, sekä opettajillaan. Tutkimuksista oli selvinnyt myös näkyvä muutos suhtautumisessa yleisesti varhaisnuorten sosiaalisen median käyttöön, sekä mediankäytön rajoitukseen. Lasten ja nuorten pääsyä media-alustoille ei enää

estetä, vaan sitä pyritään ohjaamaan turvalliseen suuntaan lasten ja nuorten mediataitoja hyödyntäen, sekä kehittäen. (Laidlaw, O'Mara, & Wong, 2019.)

Lahikaisen ym. mukaan lasten ja nuorten oma mediankäyttö ei ole ainoa huolenaihe sosiaalisen median käytön vaikutuksista. Teoksessa tuotiin esille myös vanhempien oma sosiaalisen median käyttö ja sen vaikutus lapsiin ja nuoriin. Vanhempien sosiaalisen median käyttö, voi Lahikaisen ym. mukaan ajoittain muuttua jopa esteeksi lasten ja vanhempien välille, jos vanhempien oma sosiaalisen median selailu on pois lasten ja vanhempien yhteisestä ajasta, sekä sivuuttaa vanhemman roolia. (Lahikainen ym. 2021.)

Laidlaw ym. tutkimuksesta on selvinnyt, että sosiaalisessa mediassa saatu kuva sosiaalisesta mediasta vaikuttaa vanhempien, ja kasvattajien näkemykseen aiheesta. Nämä käsitykset ovat ristiriidassa usein varhaisnuorten saaman käyttökokemuksen kanssa ja Laidlaw ym. korostavat digialustojen, sekä sosiaalisen median käytön ohjausta ja opettelua, sekä niiden merkitystä tiiviinä ja keskeisenä osana lasten ja nuorten kasvatusta. (Laidlaw ym. 2019.)

8 Johtopäätökset

Kirjallisuuskatsauksessa selvisi, että sosiaalisen median vaikutus ja rooli varhaisnuorten arjessa on laajeneva, ja yleistynyt ilmiö. Sosiaalisen median merkitys varhaisnuorten keskuudessa korostuu erityisesti digitaalisen vuorovaikutuksellisuuden lisääntymisellä, ja on selvää, että omistettujen älylaitteiden määrän kasvu, sekä varhaisnuorten pidentyneet yhtäjaksoiset, sekä päivittäiset käyttöajat korostavat sosiaalisen median roolia osana heidän päivittäistä arkeaan.

Eckardt ym. (2021) tutkimustulokset korostivat sosiaalisen median ja muiden digialustojen merkitystä erityisesti varhaisnuorten kaverisuhteiden muodostamisessa, sekä sosiaalisten suhteiden ylläpitämisessä. Tämä tukee Tanner ym. (2020, 23–24) kirjassa esille tuotua väitettä siitä, että sosiaalisen median ollessa monille nuorille kohtaamispaikka, korostuu sosiaalisen median merkitys varhaisnuorten keskuudessa erityisesti kaverisuhteiden luomisessa, sekä ylläpidossa. Sosiaalisen median esteettömyys vuorovaikutuksellisuuteen ympäri maailmaa on myös tekijä, joka tulee todennäköisimmin ylläpitämään sosiaalisen median suosiota maailmanlaajuisesti eri ikäryhmien keskuudessa.

Tutkimustulosten perusteella kuva- sekä videopohjaiset sosiaalisen median alustat ollessa kaikkein suosituimpia varhaisnuorten keskuudessa, on visuaalisuus keskeisesti taustalla varhaisnuorten sosiaalisen median käytössä. Vanucci & McCauley Ohannessian (2019) tutkimustuloksista selvinnyt tieto siitä, että eri sosiaalisen median alustat vaikuttavat varhaisnuorten kokemukseen kaverisuhteista on oleellista, kun tutkitaan varhaisnuorten vuorovaikutuksellisuutta, sekä kaverisuhteita ja niiden muodostumista.

Vanhempien rooli korostui opinnäytetyön tuloksista erityisesti mediakasvatuksellisesta näkökulmasta mutta myös vanhempien omaan sosiaalisen median käyttöön otettiin kantaa. Lahikainen ym. (2021) kirjassa mainittiin kuinka vanhempien omalla sosiaalisen median käytöllä voi olla haittavaikutuksia vanhempien ja lasten välillä, jos sosiaalisen median käyttö vie liikaa aikaa puolin ja toisin. Laidlaw ym. (2019) taas toivat esille varhaisnuorten omien kokemusten ristiriitaisuudet sosiaalisen median käytöstä, suhteessa vanhempien käsitykseen aiheesta. Tämä viittaisi vahvasti siihen, että lapsilla, sekä vanhemmilla on eri käsitys sosiaalisen median vaikutuksista. Tästä syystä Laidlaw ym. korostivat digialustojen ja sosiaalisen median käytön opettelua ja ohjausta yhdessä, jotta ymmärrys lasten ja vanhempien välillä sosiaalisen median roolista arjessa ei olisi ristiriidassa keskenään.

Burns & Gottschalk (2019) tutkimukset osoittivat sosiaalisen median vaikutuksia suhteessa varhaisnuorten mielialan vaihteluihin. Myös Haidt (2023) toteaa, että sosiaalisen median käytöllä on yhteys varhaisnuorten psyykkiseen hyvinvointiin, ja esimerkiksi masentuneisuutta esiintyy monilla varhaisnuorilla, erityisesti nuorilla tytöillä.

Saaduista tuloksista merkittävin huomio on se, kuinka tärkeä ja keskeinen osa sosiaalinen media on varhaisnuorten kaverisuhteiden muodostuksessa, sekä ylläpidossa. Erityistä huolta taas aiheuttaa sosiaalisen median vaikutus varhaisnuorten itsetuntoon, sekä minäkuvan muodostumiseen ja yleistyneeseen masentuneisuuteen. Vanucci & McCauley Ohannessian (2019) tutkimukset osoittivat, että sosiaalisessa mediassa saatu hyväksyntä on suhteessa varhaisnuorten kokemukseen itseltään fyysisellä, sekä psyykkisellä tasolla ja tämä on suuri huolenaihe varhaisnuorten yleisen hyvinvoinnin kannalta.

9 Pohdinta

Työn tarkoituksena on lisätä lasten vanhempien, sekä koulujen ja lastensuojelupalveluiden työntekijöiden ymmärrystä sosiaalisen median roolista ja vaikuttavuudesta varhaisnuorten arjessa. Opinnäytetyön aihe ja työstö lähti liikkeelle omasta mielenkiinnosta sosiaalisen median vaikuttavuuden jatkuvaa kasvua kohtaan. Erityisesti mielenkiintoa aiheista herättää sosiaalisen median alustojen käyttö ja sen yleistyminen nuorimpien ikäryhmien keskuudessa, sekä näiden tekijöiden vaikutus lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin ja kehitykseen. Aiheesta pohdituttaa myös tulevaisuuden mahdollisuudet sille, miten sosiaalisen median käyttö muuttuu, ja voidaanko haitallisten vaikutusten ja riskien vastapainoksi löytää uusia tapoja tukea hyvinvointia ja kasvua digialustojen avulla.

Kirjallisuuskatsauksen tiedonhaun aloittaessa heräsi huoli siitä, löytyykö määrällisesti ja laadullisesti soveltuvaa aineistoa tarpeeksi. Kirjallisuuskatsauksen rajallinen tutkimusaineisto voi vaikuttaa esimerkiksi tutkimuksen luotettavuuteen. Katsauksen avulla saatiin kuitenkin pintapuolista kuvaa siitä, miten sosiaalisen median rooli ja vaikutus näkyy varhaisnuorten arjessa ja miten se esiintyy esimerkiksi varhaisnuorten psyykkiseen hyvinvointiin vaikuttavana tekijänä.

Opinnäytetyön tekeminen on lisännyt osaamista ja ymmärrystä kirjallisuuskatsauksen rakenteesta, sekä toteutuksesta. Myös aihe, jokseenkin ennestään jo itselle hyvin tuttu, syvensi ymmärrystä sosiaalisen median yleisyydestä ja merkityksestä nuorimpien käyttäjien keskuudessa. Opinnäytetyön toteutus ja työstö on opettanut itselle kärsivällisyyttä, sekä epäonnistumisen sietämistä. Kirjallisuuskatsauksen laaja, sekä valikoiva toteutus on auttanut itseä rajaamaan osa-alueita, sekä etsimään valikoidusti tietoa suurista aineistomääristä.

Opinnäytetyön tuloksia voitaisiin ennen kaikkea hyödyntää aiheen tutkittavuuden lisäämiseksi. Opinnäytetyö voisi herätellä tutkimusaiheiden tarkasteluun, sekä näkökulmien laajentamiseen. Toteutetun opinnäytetyön tulokset vahvistavat jo tehtyjen tutkimusten tuloksia, sekä tukee jo olemassa olevaa käsitystä sosiaalisen median roolista varhaisnuorten arjessa, sekä sen vaikutuksista varhaisnuorten psykososiaaliseen kehitykseen. Tulokset voisivat myös edistää mediakasvatuksellista näkökulmaa sosiaalisen median ilmiön käsittelyssä ja kasvatuksessa erityisesti nuorempien ikäryhmien keskuudessa. Tulokset lisäävät ymmärrystä sosiaalisen median merkityksellisyydestä varhaisnuorten arjessa, sekä heidän sosiaalisten suhteiden ylläpidossa.

Aihe on erityisesti kasvatuksellisesta näkökulmasta keskeinen vanhempien, sekä koulujen osalta, kun lasten ja nuorten käyttämät digialustat yleistyvät niin kotona, kuin kouluympäristöissä. Tuloksien vahvistaessa jo olemassa olevaa käsitystä sosiaalisen median mahdollisuuksista, sekä riskitekijöistä, on tärkeää, että opinnäytetyön teemoja käsiteltäisiin nuorimpien digikäyttäjien kanssa heidän hyvinvointinsa turvaamiseksi, sekä edistämiseksi. Sosiaalisen median ja älylaitteiden ollessa keskeinen arjen työväline varhaisnuorten keskuudessa, on oleellista myös erottaa sosiaalisen median käyttö ajanvietteenä esimerkiksi kouluympäristöissä. Lasten ja nuorten tulee myös tiedostaa, ettei puhelinta ja sosiaalista mediaa tule jatkuvasti käyttää muun toiminnan ohella. Tällöin nuoret pystyvät aktiivisesti keskittymään työskentelyyn tai muuhun toimintaan ilman häiriötekijöitä. Osana kasvatuksellista näkökulmaa on yhteiset pelisäännöt ja kun niistä pidetään kiinni, voidaan tukea ja mahdollistaa varhaisnuorille tasapainoinen kasvu mediapainotteisessa arjessa.

Jatkotutkimusideaksi ehdottaisin erityisesti sosiaalisen median jatkuvan kehityksen takia sosiaalisen median kerroksien syvällisempää tarkastelua suhteessa lasten ja nuorten sosiaalisen median käyttöön ja käytön vaikutuksiin. Jatkuvalle syötteelle syntyvät uudet sosiaalisen median alustat ja ilmiöt ovat nykypäivää, ja näiden vaikutuksen tutkiminen on mielestäni erityisen tärkeää nuorimpien psyykkisen kehityksen ja hyvinvoinnin turvaamiseksi nyt, sekä myös tulevaisuudessa.

10 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuus kuvaa sitä, miten onnistuneesti tutkimuksessa on pystytty kuvaamaan tutkimuksen kohdetta. Tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa halutaan tietää, onko toteutettu tutkimus tutkimuskysymyksen mukainen. Tutkimuksen laadun määrittelee koko tutkimuksen rakenne ja kokonaisuus. (Ronkainen, Pehkonen, Lindblom-Yläne & Paavilainen 2014, 131.)

Tässä kirjallisuuskatsauksessa aineistonvalinnassa kiinnitetään huomiota valitun aineiston sisältöön, ajankohtaisuuteen, relevanttiuteen, sekä tieteelliseen viitekehukseen luotettavuuden lisäämiseksi. Kirjallisuuskatsauksen tavoitteena on tuoda esiin kirjallisuuskatsauksessa käytettyjen aineistojen tulokset mahdollisimman autenttisesti ja läpinäkyvästi. Aineiston valinnassa pyritään huomioimaan aineistojen näkökulmat suhteessa opinnäytetyön sisäänotto- ja poissulkukriteereihin. Tutkimuksen luotettavuutta pohdittaessa tulee huomioida myös opinnäytetyön laajuus. Aineistonvalinnassa tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttaa valittujen tutkimusaineistojen laadun lisäksi myös määrä.

Tutkimuskysymyksiin vastattiin luotettavilla ja relevanteilla aineistoilla lähdekriittisyys ja hyvät tieteellisen tutkimuksen käytänteet huomioiden. Kirjallisuuskatsaukseen valitut ja hyväksytyt aineistot käytiin läpi huolellisesti. Kirjallisuuskatsauksen aineistot valittiin niiden sisällön perusteella suhteessa opinnäytetyön tutkimuskysymyksiin. Aineistojen keskeisimpiä teemoja rajattiin ja valikoitiin opinnäytetyön tutkimusaihetta vastaavaksi.

Opinnäytetyön prosessin aikana eettisyyttä, ja hyviä käytänteitä noudatettiin parhaan mukaan. Tutkimuksen toteutuksen ollessa kuvaileva kirjallisuuskatsaus, tulee eettisyyttä pohtia erityisesti raportoinnin kautta hyviin tieteellisiin käytäntöihin peilaten. Kallisen & Kinnusen mukaan hyviin tieteellisiin käytäntöihin kuuluu rehellisyys, huolellisuus, ja tarkkuus tutkimuksen jokaisessa vaiheessa. (Kallinen, T. & Kinnunen T., N.d.) Lähdeviittaukset on tuotu esiin koko opinnäytetyön ajan, jotta viittaukset pystytään erottamaan itse tuotetusta tekstistä. Opinnäytetyön jokaisessa vaiheessa tutkimustulokset on esitetty autenttisesti tuloksia muuttamatta, tai osaa tuloksista pois jättämättä. Opinnäytetyön toteutuksen aikana ei esiintynyt eettisiä pulmatilanteita, joten toiminnanohjaus eettisestä näkökulmasta oli selkeää.

Lähteet

- Aro, T., 2021. Älylaitteiden vaikutus lasten ja nuorten itsesäätelyyn. e-Erika. Julkaistu e-Erikan numerossa 1/2021. Viitattu 6.10.2023. Saatavilla: <https://journals.helsinki.fi/e-erika/article/view/1592/1509>
- Brusila, B., 2022. Sosiaalisen median vaikutus ihmiseen – potilasasiamiehemme pohdintoja ja huolta. Artikkelit sivustolla Valmius.fi. Viitattu 19.9.2023. Saatavilla: <https://valmius.fi/2022/02/19/sosiaalisen-median-vaikutus-ihmiseen-potilasasiamiehemme-pohdintoja-ja-huolta/>
- Burns, T., Gottschalk F., 2019. Educating 21st Century Children. Emotional Well-being in the Digital Age. Viitattu 21.11.2023. Saatavilla: <https://www.oecd.org/education/educating-21st-century-children-b7f33425-en.htm>
- Digitaalinen vanhemmuuspakkaus. N.d. Telia.fi. Viitattu 5.12.2023. Saatavilla: https://www.telia.fi/telia-yrityksena/yritysvastuu/digitaalinen-vanhemmuuspakkaus?utm_source=sfmc&utm_medium=email&utm_campaign=&utm_content=cta_digitaalinen_vanhemmuuspakkaus&sfmc_s=248504602&utm_source=sfmc&utm_term=cta_digitaalinen_vanhemmuuspakkaus&utm_content=126314&utm_id=c6da0a0a-0599-4111-9fd4-b36b2f886268&sfmc_id=248504602&sfmc_activityid=669e7fc7-8fe7-4ca3-954b-6f570a38559d&utm_medium=email&utm_campaign=Perheen%20digihyvintointi%20teemakirje%20-%20Telia%20Brand%20-%20vko%2047%202023#tietoturva
- Eckardt, P.N., Eaton, C., Craig, M., & Patterson, K. M., 2021. Social Media and Online Gaming with Friends: Implications for Children’s Academic, Social, and Emotional Experiences in Third- through Sixth-Grade Students. Viitattu 21.11.2023. Saatavilla: <https://eric.ed.gov/?id=EJ1302868>
- Eskola, J., & Suoranta, J., 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 8. painos. Tampere. Vastapaino.
- Geysler, W., 2022. What Is Tiktok? – Everything You Need to Know in 2023. Influencer Marketing-Hub. Viitattu 3.10.2023. Saatavilla <https://influencermarketinghub.com/what-is-tiktok/>
- Haidt, J., 2023. Social Media is a Major Cause of the Mental Illness Epidemic in Teen Girls. Here’s the Evidence. After Babel. Viitattu 16.1.2024. Saatavilla: <https://www.afterbabel.com/p/social-media-mental-illness-epidemic>
- Innocas.fi. 2023. Itsetunto - Miten tukea lasta ja nuorta itsetunnon vahvistamisessa. Viitattu 5.12.2023. Saatavilla: <https://innocas.fi/itsetunto-miten-tukea-lasta-ja-nuorta-itsetunnon-vahvistamisessa/>
- Jalonen, H., Kokkola, J., Kaartemo, V. & Vähämaa, M. 2021. Sosiaalisen median hyödyntäminen nuorten palvelujen yhteiskehittämisessä. journal.fi ISSN 0359-6680 eISSN 2343-4309. Viitattu 30.8.2023. Saatavilla: <https://journal.fi/hallinnontutkimus/article/view/107611>

- Kallinen, T., & Kinnunen, T., N.d. Etnografia teoksessa Jaana Vuori (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 1.1.2024. Saatavilla: <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/tutkimusetiikka/tutkimusetiikka-ihmistieteissa/>
- Kangasniemi, M., Utriainen, K., Ahonen, S-M., Pietilä, A-M., Jääskeläinen, P. & Liikanen, E. 2013. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon. Hoitotiede 2013.
- Kemp, S., 2023. Digital 2023 April Global Statshot Report. DATAREPORTAL. Kepios. Viitattu 2.10.2023. Saatavilla: <https://datareportal.com/social-media-users>
- Korhonen, L., 2021. Kasvu ja kehitys eri ikäkausina. Pulassa lapsen kanssa. Duodecim Terveyskirjasto. Artikkelin tunnus: pla00018 (018.000) Viitattu 19.9.2023. Saatavilla: <https://www.terveyskirjasto.fi/pla00018#s4>
- Kosola, S., N.d. Näin mediakasvatus edistää nuorten digihyvintointia. Tasapainoinen media-arki. Mediakasvatus seura ry. Viitattu 8.11.2023. Saatavilla: <https://mediakasvatus.fi/nakokulma/2019/11/nain-mediakasvatus-edistaa-nuorten-digihyvintointia/>
- Lahikainen A.R., Mälkiä, T., Repo, K., & Arminen, I., 2021. Media lapsiperheessä. Viitattu 23.11.2023. Saatavilla: <https://www.ellibslibrary.com/book/9789517689168>
- Laidlaw, L., O'Mara, J., & Wong S.S.H, 2019. 'This is your brain on devices': Media accounts of young children's use of digital technologies and implications for parents and teachers. Contemporary Issues in Early Childhood. SageJournals. Viitattu 7.12.2023. Saatavilla: <https://journals-sagepub-com.ezproxy.jamk.fi:2443/doi/full/10.1177/1463949119867400>
- Lapset ja media. N.d. Kirjoitus Lapsuus.ouka sivustolla osiossa Mietityttääkö? Lapsuus.ouka.fi. Viitattu 16.1.2024. Saatavilla: <https://lapsuus.ouka.fi/mietityttaako/lapset-ja-media/>
- Lapset & media - Kasvattajan opas, 2016. Kansallisen audiovisuaalisen instituutin julkaisu. ISBN 978-952-68501-4-6. Viitattu 3.10.2023. Saatavilla: <https://www.mediataitokoulu.fi/lapsetjamedia.pdf>
- Lastensuojelulaki 417/2007. Annettu Helsingissä: 13.4.2007. Viitattu 24.8.2023. Saatavilla: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>
- Lapsi sosiaalisessa mediassa, 2023. Kirjoitus MLL:n Vanhempainnetissä. Osiossa Lapset ja Media. Viitattu 4.12.2023. Saatavilla: <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-ja-media/lapsi-sosiaalisessa-mediassa/>
- Lapsen itsetunnon tukeminen, 2023. Artikkel MLL:n Vanhempainnetissä. Osiossa Lapsen kasvu ja kehitys. Viitattu 13.9.2023 Saatavilla: <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/lapsen-itsetunnon-tukeminen/>

- Lehtinen, N., 2022. Lasten ja nuorten vuorovaikutus sosiaalisessa mediassa. WilmaCast. Viitattu 5.12.2022. Saatavilla: <https://www.wilma.fi/ajankohtaista/lasten-ja-nuorten-vuorovaikutus-sosiaalisessa-mediassa/>
- MySafety, 2021. Nettikiusaaminen Suomessa. Tutkimus: Noin 40 prosenttia suomalaisista kokee nettikiusaamisen raastuneen viime aikoina. Viitattu 16.1.2024. Saatavilla: <https://www.mysafety.fi/tietoa-nettirikollisuudesta/nettikiusaaminen/tutkittua-tietoa>
- Nuoret ja osallisuus, N.d. Nuoren kohtaaminen on kuuntelevaa. Kriteeri 1: Vuorovaikutus. Viitattu 16.12.2023. Saatavilla: <https://nuoretjaosallisuus.fi/kriteeri-1/>
- Pekkarinen, V-L., 2007. Elämänkaaren eri vaiheet. Jyväskylän Ammattikorkeakoulu. Viitattu 9.10.2023. Saatavilla: https://oppimateriaalit.jamk.fi/elinikainenohjaus/files/2015/06/elamankaaren_eri_vaiheet.pdf
- Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 104/011/2014, 2014. ePerusteet sivustolla osiossa Perusopetuksen tehtävä ja yleiset tavoitteet. Tavoitteena laaja-alainen osaaminen. Viitattu 9.10.2023. Saatavilla: <https://eperusteet.opintopolku.fi/#/fi/perusopetus/419550/tekstikappale/428611>
- Pitkänen, E., Saarenmaa, K., 2021. Mobiiliteknologia mullisti lasten arjen – nettiin ei mennä, vaan siellä ollaan. Tieto & Trendit. Asiantuntija-artikkelit ja ajankohtaisblogit. Tilastokeskus. Viitattu 9.10.2023. Saatavilla: <https://www.stat.fi/tietotrendit/artikkelit/2021/mobiiliteknologia-mullisti-lasten-arjen-nettiin-ei-menna-vaan-siella-ollaan/>
- Ronkainen, S., Pehkonen, L., Lindblom-Ylänne, S. & Paavilainen, E. 2014. Tutkimuksen voimasanat. Helsinki. Sanoma Pro Oy.
- Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Opetusjulkaisuja 62. Julkisjohtaminen 4. Vaasan yliopisto. Vaasa. Viitattu 22.8.2023. Saatavilla: https://www.uwasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf
- Salokoski, T., Mustonen, A. 2007. Median vaikutukset lapsiin ja nuoriin — katsaus tutkimuksiin sekä kansainvälisiin mediakasvatuksen ja -sääntelyn käytäntöihin. Mediakasvatusseuran julkaisuja 2/2007. ISBN 978-952-99964-2-1 (PDF). Viitattu 7.11.2023. Saatavilla: <https://mediakasvatus.fi/wp-content/uploads/2018/06/ISBN978-952-99964-2-1.pdf>
- Sandberg, E., N.d. Innostavan ja motivoivan palautteen antaminen. Artikkelit MLL:n Ammattilaisille sivustolla osiossa Kouluille ja oppilaitoksille, Koulun kerhotoiminta. Viitattu 19.9.2023. Saatavilla: <https://www.mll.fi/ammattilaisille/kouluille-ja-oppilaitoksille/koulun-kerhotoiminta/innostavan-ja-motivoivan-palautteen-antaminen/>
- SoMe ja Nuoret 2015. Sosiaalisen median merkityksellisyys. Suomessa asuvien 13–29-vuotiaiden nuorten sosiaalisen median palveluiden käyttäminen ja läsnäolo (2015) Ebrand Suomi Oy & Oulun kaupungin sivistys- ja kulttuuripalvelut. Viitattu 5.10.2023. Saatavilla: <https://wordpress.ebrand.fi/somejanuoret2015/4-sosiaalisen-median-merkityksellisyys/>

SoMe ja Nuoret 2022. Katsaus nuorten sosiaalisen median käytöstä. Suomessa asuvien 13–29-vuotiaiden nuorten sosiaalisen median palveluiden käyttäminen ja läsnäolo (2022) Ebrand Group Oy & Oulun kaupungin sivistys- ja kulttuuripalvelut. Viitattu 5.11.2023. Saatavilla:

<https://wordpress.ebrand.fi/somejanuoret2022/4-sosiaalisen-median-merkityksellisyys-ja-kiusaminen-sosiaalisessa-mediassa/>

Someturva, N.d. Vanhemman turvaopas – TikTok. Someturva.fi. Viitattu 3.10.2023. Saatavilla

https://www.someturva.fi/some/tiktok_6211a5112c35bdc646328c4ce88a30fd

Statista, 2023. Most popular mobile apps among children worldwide from May 2022 to May 2023.

Viitattu 4.12.2023. Saatavilla: <https://www.statista.com/statistics/1345374/top-apps-among-global-kids/>

Tanner, N., Radwan, R., Korhonen, H., Mustonen, T. 2020. Sosiaalinen media, ongelmallisen sosiaalisen median käyttö ja someriippuvuus. Sosiaalipedagogiikan säätiö 2020. www.somerajaton.fi.

ISBN 978-952-68636-9-6. Viitattu 28.8.2023. Saatavilla:

https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=OstzEAAQ-BAJ&oi=fnd&pg=PA4&dq=sosiaalinen+media&ots=EghE3NkDg&sig=HWumZD2wenOHlrXg4uQ28KUACkg&redir_esc=y#v=onepage&q=sosiaalinen%20media&f=false

TikTok, 2023. Guardian's Guide. Viitattu 4.12.2022. Saatavilla: <https://www.tiktok.com/safety/en/guardians-guide/>

Tukea huoltajille. N.d. Julkaisu Pelastakaa Lapset-sivustolla osiossa Digitaalinen lapsuus, digitaalinen hyvinvointi ja turvallisuus. Viitattu 20.1.2024. Saatavilla: <https://www.pelastakaaalapset.fi/tyomme/mita-teemme/digitaalinen-lapsuus/digitaalinen-hyvinvointi-ja-turvallisuus/tukea-huoltajalle/>

Vanucci, A., McCauley Ohannessian, C., 2019. Social Media Use Subgroups Differentially Predict Psychosocial Well-Being During Early Adolescence. Viitattu 3.12.2023. Saatavilla: <https://web-pubscohost-com.ezproxy.jamk.fi:2443/ehost/detail/detail?vid=8&sid=0819a806-499e-4bba-b888-6748e5f8e240%40redis&bdata=JnNpdGU9ZWhvc3QtbGl2ZQ%3d%3d#AN=31256313&db=cmedm>

Veteli, A., Palokangas, T. 2019. Lasten ja nuorten mediakasvatus valistaa sosiaalisen median vaaroista. Viitattu 22.8.2023. Saatavilla: <https://www.oamk.fi/epooki/index.php?cID=1569#cite-text-0-5>

9–12-vuotiaan persoonallisuuden kehitys. N.d. Julkaisu MLL:n Vanhempainnetissä. Osiossa Lapsen kasvu ja kehitys. Viitattu 13.9.2023. Saatavilla: <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/9-12-v/9-12-vuotiaan-persoonallisuuden-kehitys/>

9–12-vuotiaan sosiaalinen kehitys. N.d. Julkaisu MLL:n Vanhempainnetissä. Osiossa Lapsen kasvu ja kehitys. Viitattu 13.9.2023. Saatavilla: <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/9-12-v/9-12-vuotiaan-sosiaalinen-kehitys/>

9–12-vuotias ja median käyttö. N.d. Julkaisu MLL:n Vanhempainnetissä. Osiossa Lapsen kasvu ja kehitys. Viitattu 13.9.2023 Saatavilla: <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/9-12-v/9-12-vuotias-ja-median-kaytto/>