

VIRTUAALIHIEKKALAAHIKKO

ÄITIEN KOKEMUKSIA INTERNETIN POSTITUSLISTOISTA ARJEN APUNA

JOHDANTO

Internetin tietoverkot edistävät viestinnän painopisteen siirtymistä kohti vuorovaikutuksellisuutta, konsultointia ja keskustelua. Sähköposti ja Internetin www-sivut¹ ovat nykyisin yleisesti käytettyjä vuorovaikutuksellisen tietoteknologian välineitä. R. Savolaisen (1998) mukaan Internetin käytön lopullinen läpimurto Suomessa ajoittuukin juuri 2000-luvun alkuun.

Internet antaa laajat keskustelumahdollisuudet erilaisten foorumien ja sähköpostin kautta. Lukiijat voivat vastata kommentein ja kysymyksiin lähetettyihin viesteihin, ja eri aikoina mukaan tulevat keskustelijat voivat seurata keskustelua ja osallistua siihen. Parhaimmillaan keskusteluryhmät tarjoavat mahdollisuuden jakaa kokemuksia, ratkaista pulmia ja työstää niitä ryhmässä. Tällaisten verkkoyhteisöjen jäsenten väliset siteet voivat olla hyvin kiinteitä, mistä varsinkin verkon itsehoitoryhmät ovat hyvä esimerkki (Rafaeli & al. 1998; Soronen 2000a & b).

Internetin verkkopalvelujen käyttö on laajentunut monipuoliseksi. D. McQuail (1994, 320) ja Savolainen (1998, 15–16, 64–65) tunnistivat käyttötarkoituksia, joiden mukaan tietoverkoista ja keskustelupalstoilta etsitään tukea, tietoa ja neuvoja sekä apua epävarmuuteen. Tieto- ja kes-

kustelupalstat antavat oppimisen välineitä, ja niiden avulla löydetään vihjeitä erilaisiin elämänsymyksiin. Keskustelu tietoverkoissa merkitsee kokemusten jakamista ja myötäelämistä, yksinäisyyden kokemusten lievittymistä, ajanviettoa ja rentoutumista. Joillekin verkkoyhteyksistä on tullut merkitykseltään ritualistisia tapahtumia. Sähköisen viestinnän nopeus ja vaivattomuus ovat verkkopalvelujen erityinen vahvuus, samoin mahdollisuus lähettää viestejä itselle parhaiten sopivana aikana (Savolainen 1998, 79).

Suomessa julkaistun tutkimusraportin mukaan sähköisten verkostojen käyttäjistä 46 prosenttia on naisia (Rautio & Kolari 1999, 9–10). Tavallisin käytetään sähköpostia, jonka viestit ovat uusia. Savolaisen (1998, 62) mukaan naiset ovat verrattain uskollisia sähköpostin käyttäjiä. Sähköpostin käyttöön sisältyy uteliaisuutta, minkä lisäksi sähköposti mahdollistaa jatkuvan dialogin. Käytön aloittamisen kannalta merkittävää on se, että käsitelty aihepiiri vastaa käyttäjän kiinnostuksen kohdetta. Kyse on välinearvosta, joka tyydyttää arkisia tarpeita (Savolainen 1998, 190–194). Monilla äideillä on nykyisin pitkä koulutus ja he ovat olleet työelämässä ennen lasten hankkimista (Tarkka 1996). He ovat tottuneet käyttämään erilaisia tieto- ja kommunikaatioteknologisia välineitä jo opiskeluaikana tai työssään. Tällaisille äideille on luontevaa etsiä tietoteknologian avulla kontakteja myös äitiyslomalla tai etätyössä. Elämäntilanteen muutos merkitsee monille äideille uudenlaista tehtävää kotona lapsen tai lasten kanssa. Nämä muutokset ovat synnyttäneet tarpeen tutkia Internetin keskustelupalstoja käyttävien äitien keskustelua ja odotuksia sekä verkkokeskustelun merkityksiä.

Tämän artikkelin lähtökohtana on käytännön havainto siitä, miten luontevasti pienten lasten äidit käyttävät verkkoyhteyksiä keskinäisessä vuorovaikutuksessaan. Nykyaikainen tieto- ja kom-

¹Vapaat keskustelupalstat ovat palstoja, joille kuka tahansa voi kirjoittaa ja käydä keskustelua (Rapola 1998). Postituslista on eräänlainen ohjelma, jota ylläpidetään jollain suurella julkisella palvelimella. Lista tilataan ilmoittamalla oma sähköpostiosoite listan palvelimelle. Listalle kirjoitettaessa oma viesti lähetetään palvelimen sähköpostiosoitteeseen ja palvelin lähettää sen edelleen kaikille listan tilaajille tavallisena sähköpostiviestinä. Tässä artikkelissa käytetään rinnakkain termejä ”postituslista”, ”sähköpostilista”, ”keskustelulista” ja keskusteluryhmä”.

munikaatioteknologia mahdollistaa uudenlaisen toimintatavan, joka näyttää vastaavan äitien odotuksiin. Havainnon perusteella päädyttiin pyytämään äideiltä kuvauksia Internetin kautta saatusta vertaistuesta. Tämän artikkelin tarkoituksena on tuottaa tietoa tästä ajankohtaisesta alueesta ja kuvata Internetin keskustelupalstojen käytön mahdollisuuksia, tarkoitusta ja merkityksiä sekä sitä, miten äidit arjessa kommunikoivat yhteisöllisyyttä tuottaen. Artikkelissa kuvataan äitien vertaisauttamista, joka tapahtuu vertaisten kesken Internetin postituslistoilla. Internetin mahdollisuuksia käyttäviä äitejä kutsutaan tässä artikkelissa ”nettiäideiksi”.

ÄITIEN VÄLINEN VERTAISTUKI

Erilaisia oma-apuryhmiä, tukiryhmiä ja vertaisryhmiä on Suomessa ollut jo muutaman vuosikymmenen ajan. Vertaisryhmiä² on tutkittu lähinnä vuorovaikutuksen edistäjinä. Vertaisryhmissä asiakkailta on mahdollisuus keskustella sekä asiantuntijoiden että vertaisperheiden ja -henkilöiden kanssa. T. Borkmanin (1976, 445) mukaan oma-apuryhmät koostuvat ihmisistä, joilla on yhteinen pulma ja jotka yrittävät löytää yhdessä ratkaisun elämäntilanteeseensa. Ryhmän jäsenet ovat sekä avunantajia että avun vastaanottajia. Tässä artikkelissa äitien asioiminen Internetin keskustelupalstoilla rinnastetaan Borkmanin (1976, 445) ja M. Nylundin (1996) määrittely³ mukaiseksi oma-aputoiminnaksi.

Seurakunnat, neuvolat, erilaiset järjestöt ja vapaa yhteisöt ovat myös perustaneet äideille suunnattuja ryhmiä. Lisäksi äitiryhmiä syntyy spontaanisti ilman ulkopuolisten järjestäjien tukea, ohjausta ja valvontaa (Vanhanen-Silvendoin 1996, 227). N. J. Penderin (1996) mukaan vertaisryhmiin osallistujat jakavat kokemuksiaan arjisista asioista, mikä merkitsee jaettua äitiyttä,

josta tulee vertaisryhmältä saatavan tuen perusta.

Äitien vertaistuen tarve on ilmeinen, sillä pienn lasten äidit ovat enemmän yksin kuin missään muussa elämäntilanteessaan. Heillä ei välttämättä ole seuraa tai mahdollisuutta osallistua aikuisten tavanomaisiin kontakteihin. (Ks. Härkönen 1994; Jokinen 1996.) Sosiaalisen tuen vaikutus äitiyden kehitykseen on todettu merkittäväksi. Varsinkin ensisynnyttäjät voivat kokea huolta ja ahdistusta imetyksestä tai lastenhoidosta selviytymisestä (Tarkka 1996). Myös selvää mielialan laskua ja toimintakykyä haittaavaa väsymystä esiintyy ensimmäisinä synnytyksen jälkeisinä kuukausina yli puolella äideistä, ja 10–15 prosentilla äideistä on oireita vielä kuuden kuukauden kuluttuakin. Masentunut äiti tarvitsee kokonaisvaltaista apua, ja tässä vertaisryhmät ovat osoittautuneet tehokkaiksi. Yli lapsen vauvaiän kestäneet äitien väliset yhteydet ovat osoittautuneet hyödyllisiksi (Simmons 1994; Langford & al. 1997; Viisainen 1999, 103–107).

Lastenneuvoloiden vanhempainryhmistä saatuja kokemuksia on tutkittu ja todettu, että vanhempainryhmän tuki näytti hyödyttävän erityisesti äitejä (Järvinen & al. 2000). Äidit toivoivat, että heille olisi osoitettu paikka, jossa he olisivat voineet jatkaa kokoontumisia; toisin sanoen he toivoivat siirtymistä johdetusta vertaisryhmästä oma-apuryhmään. Äitiryhmät mahdollistavat naisten keskinäisen vuorovaikutuksen, joka muokkaa äitiyden työstämistä ja lisää omakohtaisen tiedon haltuunottoa. Ryhmien toiminnassa on tavallisesti kyse tiedonvaihdesta ja omien kokemusten jakamisesta. Onkin ehdotettu ryhmätoiminnan tutkimista siten, että tutkimus katkaisi koko maan (Järvinen & al. 2000).

Äitiys- ja lastenneuvolatyön tavoitteena on turvata jokaisen lapsen ja perheen paras mahdollinen terveys sekä edistää ja tukea lapsen kasvua ja kehitystä erilaisin käytössä olevin keinoin (Lastenneuvolaopas, 1991; Lastensuojelusta..., 1995). Uusi vuosituhat on jälleen asettanut äitiys- ja lastenneuvolatoiminnan uusien haasteiden eteen. Perheiden pulmat ovat muuttuneet, vanhempien tieto- ja taitotaso on varsin vaihteleva, neuvolapalvelujen laatu vaihtelee, eivätkä asiakkaat kokemuksensa mukaan saa riittävästi vaikuttaa neuvolan toimintaan. Synnyttäjänä naiset ovat myös erilaisia kuin neuvoloiden perustamisen aikaan. He ovat entistä koulutetumpia ja synnyttävät iäkkäimpinä kuin ennen. Lisäksi erilaisia uusperheitä on entistä enemmän, joten neuvoloihin

²Vertaisryhmää vetää yleensä asiantuntija, esim. sosiaalityöntekijä tai terveydenhoitaja. Vertaisryhmät voivat jatkaa ns. oma-apuryhminä (Kivimäki & al. 1998; Aalto & al. 2000; Laiho 2000).

³Oma-apuryhmän muodostavat henkilöt, joilla on yhteinen ongelma tai jotka ovat samanlaisessa elämäntilanteessa. Heillä on halu jakaa kokemuksiaan muiden kanssa ja tällä tavoin pyrkiä keskinäisesti ratkaisemaan tai lievittämään henkilökohtaista ongelmaansa tai elämäntilannettaan (Nylund 1996, 194).

kohdistuvat haasteet ovat varsin monimuotoisia (Tarkka 1996; Kouri & Saarikoski 2001; Kouri & al. 2001). Vanhemmat arvostavat sellaista tietoa, joka lisää heidän varmuuttaan pienten lasten vanhempina. Epäkohdiksi neuvolan ohjauksessa mainitaan ohjeiden niukkuus ja epämääräisyys, ristiriitaisuus, persoonattomuus ja vanhentunut tieto (Kaila-Behm 1997, 31–32). Toisaalta neuvolaan kohdistuvat odotukset kertovat suomalaisen yhteiskunnan uskosta asiantuntijoihin.

Kuopiossa on vuonna 1999 käynnistynyt Kotineuvola-niminen verkkoklinikakokeilu (<http://www.kotineuvola.net>). Aikaan ja paikkaan sitoutumattomana se palvelee myös maaseudun perheitä ja ulkomailla asuvia neuvolan asiakkaita (Viialainen 2000). Sen lähtökohtana ovat lasta odottavan perheen näkökulma, tieto- ja viestintänäkökulma sekä tietotekniikan ja sen lainsäädännön kehittäminen (Kouri & Saarikoski 2001; Kouri & al. 2001). Kotineuvolan asiakkaila on mahdollisuus keskustella sekä asiantuntijoiden että vertaisperheiden kanssa. Nettineuvola tyydyttää perheiden monenlaisia tiedontarpeita (Hiltunen 1999; Palomäki-Jägerroos 2000; Palomäki-Jägerroos & al. 2001).

KESKUSTELURYHMIEN KOOSTUMUS

Kaikki 58 tiedonantajaa olivat äitejä.⁴ Valtaosa heistä (44/58) oli 26–35-vuotiaita. Äideillä (49/58) oli 1–2 lasta ja yhteensä lapsia oli 109. Äideistä viisi oli parhaillaan raskaana. Suurin osa oli kotityössä, koska he olivat joko äitiyslomalla tai hoitovapaalla. Työhön tai opiskelemaan palaavien äitien määrä oli kuitenkin huomattava, jos mukaan lasketaan vielä kokonaan tai osa-aikaisesti etätöitä tekevät äidit. Kaikilla vastaajilla oli kotona tietokone ja Internet-yhteys, ja kahdeksalla äidillä oli lisäksi mahdollisuus käyttää työpaikan Internet-yhteyksiä. Tieto- ja kommunikaatioteknologian käyttäminen kuuluu enenevässä määrin nykyaikaan. Se on työväline, jota monet tiedonantajat olivat käyttäneet jo ennen äitiyslomaa. Työväline oli heille tuttu ja siitä koettiin olevan nyt hyötyä.

Internetin käyttöön tottuneet äidit käyttivät monia sähköpostilistoja: 23 äitiä osallistui 1–3 listaan, 28 äitiä osallistui 4–10 listaan, ja loput seitsemän äitiä osallistuivat yli kymmeneen listaan. Erilaisia postituslistoja mainittiin 138. Niistä suomenkielisiä oli 114, ruotsinkielisiä 4 ja englannin-

kielisiä 20. Nettiäidit käyttivät runsaasti ulkomaisia postituslistoja, erilaisia ammatillisia tai tutkimusryhmien listoja. Listojen kuvauksista voitiin päätellä, että äitien koulutustaso oli varsin korkea. Tehtäviksi, joista äidit olivat äitiyslomansa ajaksi luopuneet, mainittiin mm. yrittäjäyys, opiskelu, opettaminen tai tutkimustyö, ja osa äideistä kertoi olevansa terveydenhuollon ammattilaisia.

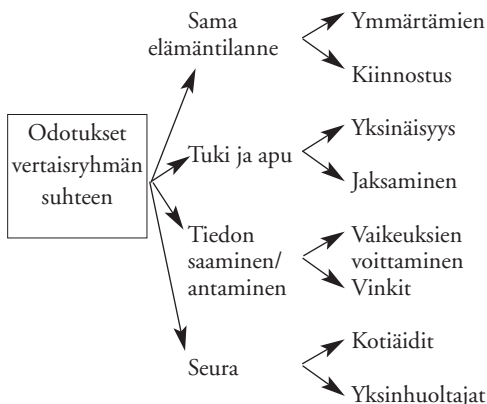
Äideiltä kysyttiin, mistä he olivat saaneet tiedon käyttämistään keskustelupalstoista. Useissa vastauksissa (27) mainittiin Vauva-lehti 10/2000, jossa oli H. Jalovaaran kirjoitus ”Synnytystietoa Internetissä”. Artikkelissa esiteltiin sekä suomalaisia että ulkomaisia nettilistojen ja keskustelupalstojen osoitteita ja Verkkoklinikkaa, josta voi kysyä asiantuntijoiden neuvoja, sekä Aktiivinen synnytys ry:n kotisivuja. Äidit löysivät postituslistat etsiessään apua johonkin ajankohtaiseen pulmaan (13) erilaisia hakusanoja käyttämällä. Joskus taas ystävä, tuttava tai puoliso neuvoi hakemaan apua Internetin kautta (14). Neuvola ja synnytysairaala oli toiminut tietolähteenä neljälle äidille.

MITÄ POSTITUSLISTOJEN KAUTTA SAATAVALTA VERTAISTUELTA ODOTETTIIN?

Äitejä pyydettiin kommentoimaan odotuksiaan postituslistojen suhteen. Kymmenellä äidillä ei ollut mitään odotuksia, mutta 48 äitiä tuotti yh-

⁴Äideille esitettiin 31.7.2001 vertaisen kautta 11 kysymystä, joihin he saivat vastata vapaamuotoisesti. Ne olivat seuraavat: Miten löysit postituslistat? Monellako olet mukana? Nimet? Miksi etsit kyseistä listaa/listoja? Mitä odotuksia sinulla oli kontakteista? Saitko sen, mitä odotit? Millaisia asioita listoilla pohditaan? Miksi netissä eikä esim. neuvolassa? Oletko osallistunut tapaamisiin? Mikä on tapaamisten merkitys sinulle? Mitä muuta haluat kertoa? Kysymykset esitettiin seuraavien postituslistojen käyttäjille: Imetystukilista (<http://www.lapsiperhe.net/imetystukilista>), Mammaturkilista (<http://groups.yahoo.com/group/mammaturki>), Taaperoimetyslista (<http://groups.yahoo.com/group/taaperoimetys>), Kotiäidit-lista (<http://groups.yahoo.com/group/kotiäidit>), Vauvat-lista (<http://groups.yahoo.com/group/vauvat>) ja Naperot-lista (<http://groups.yahoo.com/group/naperot>). Listojen tilaajat lähettivät pyyntöä ja teemoja eteenpäin, koska vastauksia tuli myös sellaisilta listoilta, joille pyyntöä ei ollut lähetetty. Vastauksia saatiin viikon aikana 130 sivua, yhteensä 58 äidiltä. Aineisto analysoitiin laadullisella sisällön analyysillä.

Kaavio 1. Äitien Internetin vertaisryhmään kohdistamat odotukset



teensä 123 erilaista mainintaa. Keskeisin toive oli löytää samassa elämäntilanteessa olevia äitejä eli vertaisia. Vastaajat halusivat vaihtaa ajatuksia ja kokemuksia sekä antaa ja saada tietoa nykyisestä elämäntilanteestaan. Vertaistuen, avun ja ymmärryksen tarve tuotiin selvästi esiin. Tärkeimpiä keskustelunaiheina mainittiin halu puhua arkisista asioista, imetyksen, vauvan hoidon ja perheen pulmista. Avun ja tuen saaminen oli tärkeää, sillä vastaajat odottivat vinkkejä tai tukea yksinäisyyteen tai masennukseen. Monet etsivät uusia ystäviä, juttuseuraa tai kontaktia. Osa äideistä etsi tietoa voidakseen ennakoita tulevia tilanteita ja voidakseen ratkaista vauvan hoitoon liittyviä vaikeuksia. Moni kaipasi ajatusten vaihtoa ja rupattelua, mutta myös ammatillinen tai poliittinen kiinnostus äitien asioihin tuli esille. Jotkut vastaajat olivat ”törmänneet” postituslistoihin sattumalta. (Kaavio 1.)

Pienten lasten äitien odotukset ilmaisevat tarvetta ympäristöön, johon voi kiinnittyä. Useat nettiäidit kokivat, ettei heillä ollut aikuisen seuraa ja tukea, eräänlaista kiinni pitävää ympäristöä (myös Jokinen 1996). Yksinäisyyden kokeminen sisältyy ilmiöön, jota R. Nätkin (1994) kuvaa ”suomalaisen naisen pakkoraoksi”. Siinä yksinäisyys ja vahvan naisen mielikuva ovat kietoutuneet toisiinsa monin eri tavoin. Naistutkimuksessa on puhuttu kahtia jakautuneesta kansalaisuudesta, palkkatyöläisyydestä ja äitikansalaisuudesta. (Anttonen 1994; Jokinen 1996; Vuori 2001, 29–32.) Nettiäidit elivät äitikansalaisen vaihetta, mutta heillä oli käytössään nykyajan vaatima viestimisen taito ja mahdollisuudet. On mahdollista, että

kehittyvät sähköiset välineet auttavat tulevaisuudessa säilyttämään monia yhteyksiä jopa palkkatyöläisyyden ja äitikansalaisuuden välillä.

NETTIÄITIEN VERTAISTUEN TEEMAT INTERNETIN POSTITUSLISTOILLA

Lasten ja oman terveyden edistämisessä nettiäidit korostivat terveyttä positiivisena elämän voimavarana sekä osana arkisia valintoja sekä elämän kokonaisuutta. Tämä nettiäitien kehittämä oma-aputoiminta ilmentää merkittävästi uudenlaista voimavaroja korostavaa lähestymistapaa ja kansalaistoimintaa.

Seuraavassa esittelemme näytteitä äitien kirjoituksista:

”Heti imetystukilistalla tajusin, että tämä viestintä- ja tukimuoto on JUURI MINUA VARTEN. Olen aina ollut tietofriikki – minulla on tarve jakaa elämäni muiden kanssa – (kun olen yksinäinen vanhempi eli ei ole toista vanhempaa, joka jakaisi arkea kanssani) että voi tuntea olevani hyödyksi muille ihmisille.”

”Olen etsinyt listoja, jotka helpottavat elämää tai joista voisi löytää yhteisön, johon tuntisin kuuluvani.”

”Imetystukilistalta etsin selkeitä neuvoja, koska en kokenut neuvolan neuvoista olevan mitään apua, päinvastoin. Mammatuesta hain vahvistusta ajatukselle, etten ole masennuksen kanssa yksin ja että siitä voi toipua. Muilta listoilta hain lähinnä keskustelua ja mielipiteiden/vinkkien/ajatusten vaihtoa (MOBIsta ja ICANista tukea).”

”Että löytyisi samassa tilanteessa olevia ihmisiä, jotka tietäisivät mitä tarkoitan, kun puhun lapsiperheen arjesta yms.”

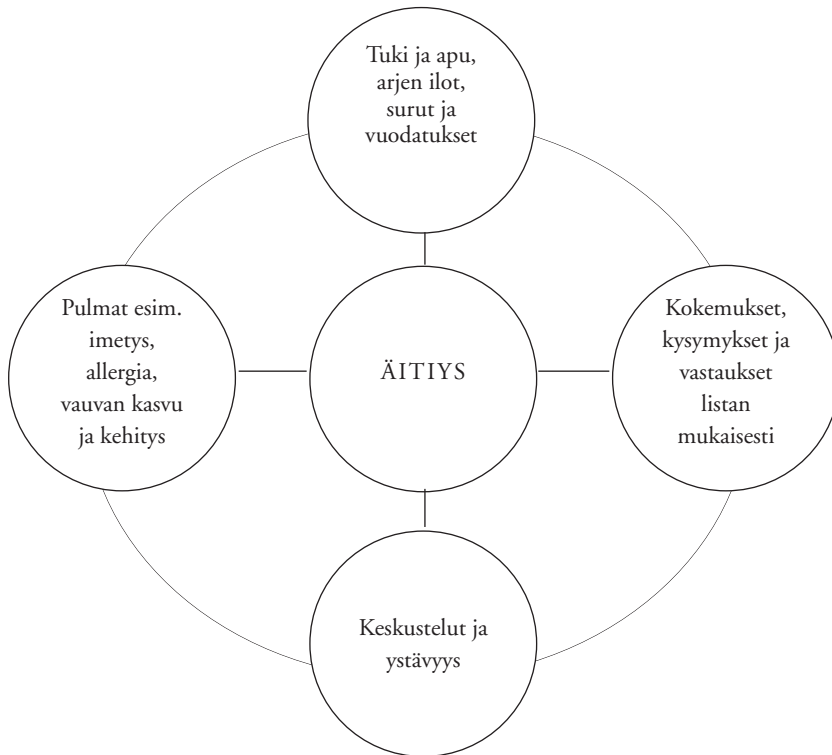
Äitien vertaistuen teemat on koottu kaavioon 2. Yhteisenä tekijänä toisiinsa kietoutuneissa teemoissa on äitiys. Äidit kirjoittivat monenlaisista asioista, mutta keskustelun keskiössä oli kuitenkin äitiys.

Imetys oli äideille tärkeä vertaisavun ja tuen teema. Jotkut nettiäideistä kuvasivat omaa toimintaansa imetyksen ohjaajina tai muuta osallistumistaan äitien ohjaustoimintaan:

” – niin paljon tietoa kuin monilla listalaisilla imetyksestä on, ei liene monellakaan Suomen neuvoloiden terveydenhoitajista!”

”Itsellä alkoi pahimpien imetysvaikeuksien aikana koliikkilapsen huutaessa usko hiipua neuvolan ’neuvoihin’. Tuntuu, että neuvoloissa ei oikein olla ajan tasalla uusimpien imetyks- ja lastenhoitotapojen suhteen.”

”Toisilla aika rajatusti pääidean mukaan esim. taaperoimetyslistalla kaikkea isomman lapsen imetykseen.”



Nettiäitien imetystä tukeva oma-aputoiminta ker- too merkittävästi uudenaikaisesta, omia voima- varoja korostavasta lähestymistavasta ja kansalais- toiminnasta. Vertaistuen avulla äidit saivat tukea valinnoilleen esimerkiksi vauvan mahdollisim- man pitkän imetyksen suhteen.

Vertaistukea ja vastauksia kysymyksiin saatiin myös seuraamalla keskusteluita. Jotkut äidit kuva- sivat osallistumisestaan siten, että he löysivät itsel- leen apua ja kokivat samastumista kirjoittajiin pelkästään lukemalla listoja. Vertaisauttaminen oli antanut neuvoja, vinkkejä, lohdutusta, kri- tiikkiä ja apua kasvatuskysymyksiin. Keskustelun aiheet liittyivät yleisesti lasten kasvatukseen tai erityisesti äidin elämäntilanteeseen. Myös tavalliset käytännön tilanteet, kuten lasten syöminen tai sairaudet, olivat usein toistuvia aiheita:

”Ihan mitä vain! Viikon sisällä on tullut seuraavia ai- heita: omien vanhempien hoitaminen – – naisten ja tyttöjen – – raskauden aikaiset tutkimukset, maidon riittämättömyys – – allergiaoireiden tulkitseminen, koliikki, kaupassakäynti 2-vuotiaan kanssa – – karkit – – liian lyhyen kielijälkeen yhteys imetysoongelmiin, arat

näninpäät, äidinmaidossa olevat vasta-aineet, naisen hedelmällisyys ja sen seuraaminen – – läheltä piti -ti- lanteet lasten kanssa, mammografia imettävälle naisel- le, minkä ikäisen voi jättää hoitamaan nuorempaa las- ta, velkasaneeraus – – rintatulehduksen hoitaminen, synnytyksestä jäänyt paha mieli, äidin lyhyt pinna kun vauva muuttuu uteliaaksi taaperoksi – –”

Äitiyden kokemusten, ajatusten ja tunteiden ja- kaminen ja vertailu voivat tarkoittaa myös konk- reettisia käytäntöjä, kuten yhdessäoloa tai äidin- maidon ja vaatteiden kierrätystä. Oma-apuryh- missä lähdettiin yhdenvertaisten ihmisten omista lähtökohdista ja vertaisten oikea-aikaisesta autta- misesta.

Professionaalisen tiedon ja vertaisauttamisen ristiriidat nousivat esille, kun vastaajat kuvasivat Internet-keskustelujen suhdetta julkisen tervey- denhuollon ylläpitämään neuvolatoimintaan. Äi- dit arvelivat, että neuvola kuormittuisi, jos se to- della toimisi äitien tuen tarpeiden ja odotusten mukaisesti. Monet ehdottivat yhteistyötä ja tie- tojen vaihtoa neuvolan kanssa. Toisaalta äidit ko- kivat, etteivät he aina tulleet neuvolassa kuulluiksi

tietoineen ja ehdotuksineen. Äidit ihmettelivät, miksei neuvola käytä sähköpostia työvälineenään, vaikka se on nykyaikainen tiedonvälitystapa, jota pitäisi kehittää ja tukea.

Lastenneuvolan toiminnasta tunnistettiin pulmia, jotka koskivat toisaalta terveydenhoitajaa ja toisaalta organisaatiota. Vaihtuva terveydenhoitaja merkitsi sitä, ettei hoitosuhdetta ja jatkuvuutta muodostunut. Jatkuva kiire esti kysymysten tekemisen ja siten tarkoituksenmukaisen keskustelun. Myös terveydenhoitajien ammattitaitoa kritisoitiin. Äidit ajattelivat, että neuvolan terveydenhoitajalla on vain ”amatillinen kirjatie-to”, mutta ei kokemustietoa, ja neuvolatoiminnan katsottiin liittyvän liiaksi sairaanhoitoon ja tutkimuksiin.

” – Äidit jopa printtaavat netistä uusia tutkimustuloksia ja vievät neuvolaan ja lääkärille – – Nettiäitien tapaaminen – – on usein haaste henkilökunnalle – – tuore, uusi näkökulma asioiden hoitoon lisää sekä ylläpitää molemminpuolista tiedon jakoa ja hyödyttää kaikkia osapuolia sekä tuo tasa-arvoa hoitosuhteeseen.”

” – Mielestäni on upeaa, että Suomessa on kattava systeemi, mutta tällä herkellä neuvoloiden tietotaitotaso on hyvin kirjava. – – tietysti myös listojen kautta saadun tiedon luotettavuus täytyy punnita – – haetaan Journal of Human Lactationista ja tieteellisistä tutkimuksista ja sitten vielä tutkitaan, kuka on tutkimuksen rahoittaja – –”

Internetin vertaistuen vertaaminen julkiseen lastenneuvolaan oli äitien mielestä yksi peruste postituslistojen käytölle. Sähköposti on aina lähellä, se on nopea ja aina auki. Internetin kautta on saatavissa uusinta tietoa ja monipuolista asiantuntemusta. Myös kokemuksellinen puoli saa tilaa ja asianmukaisen merkityksen, ja tukea on tarjolla, sillä ”joku äiti on aina paikalla”. Tämä viittaa selvästi puutteellisiin yhteyksiin julkisen neuvolatoiminnan ja sähköisen vertaistukitoiminnan välillä, mikä asettaa neuvolat ja synnytys sairaalat uusien ohjaushaasteiden äärelle.

R. Järvinen (1993, 69–74) erottaa asiakastyötä tekevien naisten kuvauksissa kolmenlaisia suhteita asiakkaisiin. Asiakassuhde voi olla 1. elämän kokemukseen perustuva auttamissuhde, 2. tasaveroisuutta korostava kaverisuhde ja 3. asiantuntijuuteen perustuva palvelusuhde. M. Kurosen (1995, 118) mukaan neuvolan asiakassuhteet näyttivät olevan sekoitus virallisesta, amatillisesta ja naisten välisestä ystävyyssuhteesta. Nettiäitien kuvauksissa löytyi äiti–terveydenhoitajasuhteita, jotka täyttivät Järvisen määritelmän,

mutta useimmiten äidit kokivat suhteen ei-tyydyttävänä ja käyttivät terveydenhoitajasta nimitystä ”neuvolan täti”. Nimitys voi viestiä monia merkityksiä, muttei juuri viittaa yhdenvertaiseen kaveri- tai palvelusuhteeseen. Neuvolaan perustettavia ryhmiä äidit pitivät ”virkamiesvetoisina” tai ”viranomaisina” (myös Matthies 1990, 40), mikä kertoo neuvoloiden kulttuurista.

”Neuvolan tms. järjestämiin ryhmätapaamisiin tuskin tulisi lähdettyä, koska sieltä ei tunne ketään. Postituslistojen tapaamisiin on ’helppo’ mennä, koska ihmiset ja asiat on tuttuja jo listan kautta.”

Naiseutta, parisuhdetta ja vanhemmuutta käsittelevissä kannanotoissa välittyvä äitien yhteisöllisyyden ajattelun laajuus vertaistuessa. Laajoja periaatteellisia teemoja olivat vanhemmuuteen ja ihmisuhteisiin liittyvät aiheet. Eri keskustelutasojen aiheet nivoutuivat ja sekoittuivat kuitenkin toisiinsa, ja tärkeintä oli aiheesta kirjoittaminen tai puhuminen.

Nettiäitien kuvaama tapa jäsentää asioita itselleen on yhteneväinen E. Suomisen (1993) ja S. Vanhanen-Silvendoin (1996) tutkimustulosten kanssa.

” – vanhemmuuteen liittyvillä listoilla ammatti ja asuinpaikkakunta ja yhteiskuntaluokka ja ikä häviävät useimmiten. Samalla listalla voi olla teiniäiti ja isoäiti, maalainen ja kaupunkilainen, vannoutunut kotiäiti ja uraohjus, kristitty ja muslimi ja juutalainen.”

”Omalla äitiporukallamme kaikkea mahdollista mitä ystävysten kesken vain voi pohtia: lapsista, parisuhteesta, seksistä, anopista, lastenkasvatuksesta, raha-asioista, omasta jaksamisesta, terveydestä, sairaudesta, säästä, ruuasta jne.”

Äitien yhteisöllisyys toteutui myös *tapaamisten* avulla, sillä tutkimuksen nettiäidit eivät tyytyneet pelkästään sähköiseen viestintään, vaan sopivat henkilökohtaisia tapaamisia. Kaikista 58 vastajasta 47 oli joko osallistunut tai aikoi osallistua tapaamisiin. Henkilökohtaiset tapaamiset merkitsivät sitä, että äidit kohtaavat jo tuntemansa henkilöt, saavat ”kasvot tutuille”. Yhteenkuuluvuudentunne ja ystävyyssuhteiden solmiminen olivat merkittäviä tapaamisen syitä. Tapaamisten yhteydessä tavattiin myös lapset, jotka saivat samalla kavereita. Tapaamiset tarjosivat tien ulkomailmaan, vertaisten joukkoon. Moni äiti oli osallistunut henkilökohtaisten tapaamisten järjestämiseen:

Taulukko 1. Nettiäitien kymmenen käytetyintä listaa

Listan nimi	Vastanneista äideistä (N = 58) listan mainitsi	Viestien lukumäärä esimerkiksi maaliskuu-, huhti- ja toukokuussa 2001		
		Maaliskuu	Huhtikuu	Toukokuu
Imetystukilista ¹	33	1 041	814	928
Vauvat	23	622	266	471
Naperot	20	113	133	211
Lapsiperhelista	15	967	548	1 043
Taaperoimetyalista	12	92	193	245
Haikaralista	12	584	397	221
Allergialista	7	1 193	1 048	1 540
Kotiäidit	7	84	343	447
Laihislista	7	70	43	52
Mammatuki	7	16	30	23

¹ Imetystukilista on syksyllä 1997 perustettu Internetin postituslista, jolla keskustellaan imetyksestä ja siihen liittyvistä aiheista. Lista toimii tukiryhmänä imettäville äideille.

”Listatapaamisen voi järjestää vaikka näin: Ensin joku heittää idean tapaamisesta listalle. Sitten aletaan suunnittelemaan, että missä ja milloin ja ketkä tahtoo tulla. Kun tiedetään nuo asiat, joku/t tapaamispaikkakunnalla asuva alkaa etsiä sopivaa paikkaa, jos kenenkään kotiin ei mahduta. Tarjoilupuuhioidetaan nyyttäriperiaatteella, jokainen tuo ennalta ilmoittamansa ’eväät’ (ettei kaikki tuo samaa) ja joskus paikalliset on tehneet porukalla esim. keittoa tai jotain laatikkoa lämpimäksi ruuaksi (riippuen tietysti tapaamispaikasta).”

”Oli mukava nähdä kasvoja rivien takaa. Meitä oli paikalla n. 15 äitiä ja 25 lasta, joten hulinaa riitti –.”

”En ole kyennyt valitettavasti vielä. Olen ulkosuomalainen.”

”Olen osallistunut kaikkiin imetystukilistan tapaamisiin – ja lisäksi tavannut eri listojen ihmisiä muissa merkeissä yksityisesti. Olen myös tavannut ulkomaisia listatuttuja esim. tänä kesänä eräs amerikkalainen perhe tuli käymään meillä ja olen itse vierailut Hollannissa listatutun kotona.”

Jaettu äitiys auttoi kotona työskenteleviä nettiäitejä näkemään omaan äitiyteensä liittyvät ristiriidat uudella tavalla. He huomasivat, että pulmat voivat ainakin osittain olla äitiyteen liittyviä, yhteisiä ja yhteiskunnallisia yleisiä epäkohtia. Keskusteluryhmien toiminta vaikutti moniääniseltä, yksilölliseltä ja ei-yhtenäistävältä äitiyden tukemiselta. Jokainen äiti sai tukea omaan äitiyteensä ja siihen, että oli maailman paras äiti lapselleen. Tämä tulos on samansuuntainen Vanhanen-Silvendoin (1996) tutkimuksen kanssa, jossa tutkittiin kolmen keskenään erilaisen ryhmän äitejä.

Taulukosta 1 nähdään, että erilaisista pulmista, kuten imetyksestä ja allergioista, keskusteltiin eni-

ten maaliskuu–toukokuussa 2001. Vauvan kasvuun ja kehitykseen liittyi paljon kysymyksiä, vastauksia ja kunkin listan mukaista kokemusten jakamista, mutta myös tukea, apua, iloja ja suruja. Naiseuteen, parisuhteisiin ja vanhemmuuteen liittyvistä aiheista keskusteltiin lapsiperhe-, laihdutus- tai mammatukilistalla. Lapsen odotus korostui Haikaralistan keskusteluissa. (Ks. taulukko 1.)

POSTITUSLISTOJEN MERKITYS

Äideistä 30 kirjoitti vertaisryhmän merkityksestä ja jotkut esittivät myös suosituksia. Internetin postituslistoja pidettiin henkireikäinä, virtuaali-hiekkalaatikkona, jossa kenenkään ongelmia ei vähätellä. Postituslistat ovat ikkuna maailmaan ja lapsen kanssa kotona ollessa tärkeä osa elämää. Ne koettiin niin tärkeiksi, että ilman näitä henkireikiä ei olisi tultu toimeen äitiysloman aikana. Sähköpostilista merkitsi kanavaa tavata muita äitejä ja ihmisiä. Erityisen tärkeä tämä kanava oli yksinhuoltajille, uudelle paikkakunnalle tai ulkomaille muuttaneille. Postituslista antoi mahdollisuuden tavata eri alojen ammattilaisia, jotka jakoivat tietoaan ja kokemuksiaan vapaaehtoisesti ja mielellään. Listat ja niistä saadut vihjeet antoivat tukea valinnoille, vaikka ne eivät olisikaan koskettaneet omaa ongelmaa.

Sähköpostilistat olivat osa elämää ja arkea tai harrastusmuoto. Pienten lasten äitien on vaikea lähteä kotoa esimerkiksi lasten sairastelun takia, joten postituslistat mahdollistivat vuoroaiku-

tuksen ulkopuolisten kanssa. Äitien mukaan postituslistat ovat todella hyvä vaihtoehto, jos välimatkat ovat pitkiä. Niiden etuna ja voimana ovat asioiden käsittelyn vaivattomuus ja riippumattomuus kellonajasta. Imetyskin sujuu sähköpostin ääressä. Eräs vastaaja pohti, että postituslistat ovat tärkeitä lasten ollessa pieniä, mutta että ”niihin voi jäädä koukkuun tai niihin voi hurauttaa”:

”Vaikka monen mielestä Internetin keskusteluryhmät ovat täyttä roskaa ja turhaa ajan tuhlausta, minulle ne ovat ainakin suuri henkireikä tämän hetken elämäntilanteeseeni, että ilman en tulisi toimeen.”

Vastaajat antoivat myös suosituksia postituslistojen käytöstä. Koska Internetin kautta tapahtuvan vertaistuen merkitystä juuri äitiysloman aikana pidettiin erityisen merkittävänä, pitäisi ”tietokone ja modeemi saada äitiyspakkauksen mukana”. Nykyisin jo käytössä olevaa tieto- ja kommunikatioteknologiaa pidettiin työvälineenä, johon neuvoloiden ja sairaaloiden pitäisi kiinnittää enemmän huomiota, ja neuvolan pitäisi vastaa- jien mielestä ohjata äitejä käyttämään Internet-yhteyksiä. Keskustelupalstojen ajateltiin hyödyttävän myös terveydenhuollon ammattilaisia. Niissä käytyjen keskustelujen perusteella saa tietoa ajankohtaisista asioista ja niissä välittyy kokemuksellinen tieto:

”Tiedon kulku ja välitys on molemminpuolista ja ammattitaitoinen ja työhönsä vakavasti suhtautuva neuvolan työntekijä, oli pa hän lääkäri, kättilö tai terveydenhoitaja, pitää ottaa ilman muuta äitien tieto ja palaute vakavasti vastaan ja oppia niistä. Tiedot ovat usein juuri sitä viimeistä tieteellistä tutkimusta, jota neuvolassa tarvitaan.”

Terveyteen ja sairauteen liittyvän tiedon julkaiseminen Internetissä on vapaata, ja informaation tarjoajat vaihtelevat kaupallisista yrityksistä julkishallintoon ja korkeakouluista yhdistyksiin ja yksityisiin henkilöihin. Tästä seuraa, että tiedon käyttäjien harjoittama kriittinen laatu-arvio on välttämätöntä, kuten tämänkin tutkimuksen vastaajat totesivat. Internetin tarjoaman tiedon laatu-arviossa etuina mainitaan riippumattomuus ja joustavuus, haittoina puolestaan runsas ajan kuluminen ja perehtymisen vaatimus (esim. Romanov 1999). Tähän tutkimukseen osallistuneet äidit arvioivat Internetiin tuotettua tietoa kriittisesti. He käyttivät postituslistoja määrätietoisesti omiin tarpeisiinsa, mutta pyrkivät myös autta-

maan toisia. Tarvittaessa asiantuntija-äidit oikaisivat virheellisiä tietoja ja etsivät uusimmat tutkimustulokset perustelujensa tueksi.

POHDINTA

Tässä artikkelissa on kuvattu äitien kokemuksia Internetin postituslistoista sekä sitä, miten ja millaisissa asioissa he kokivat saaneensa apua ja tukea vertaisiltaan. Katkelmat alkuperäisistä kirjoituksista tuovat nettiäitien oman äänen kuuluville. Tutkimuksessa tarkasteltiin nykyaikaisen työvälineen käyttöä ja niitä asiasisältöjä, joihin uusia sähköisiä välineitä käyttävät äidit haluavat keskittyä.

Nettiäidit arvioivat neuvolan toimintaa kriittisesti. Moni äiti ”jättää neuvolan omaan arvoonsa”. Neuvoloissa ei ole aikaa keskusteluihin tai tilaa kokemustiedolle, vaikka nettiäidit pitävät kokemustietoa rinnakkaisena asiantuntijatiedon kanssa. Kummallakin tiedon lajilla on merkityksensä, mikä merkitsee haastetta toimintatapojen kehittämiseksi (myös Vanhanen-Silvendoin 1996). Aikaisempien tutkimusten mukaan perheet ovat suhteellisen tyytyväisiä lastenneuvolapalveluihin (esim. Viljanen 1993 & 1999), mutta myös kritiikkiä ja odotusten ja vaatimusten muutoksia on yhä enemmän näkyvissä (myös Viljanen 1993; Pelkonen 1994). Vaikka tämän tutkimuksen vastaajat eivät kokeneet saavansa tarvitsemaansa ajankohtaista apua neuvolasta, he kävivät kuitenkin punnituttamassa, mittauttamassa ja rokotuttamassa lapsensa siellä. Äidit arvelivat, että nettiäiti on haaste neuvolalle.

Perheiden yhteyksien ja lähiyhteisöjen huomiointiin ottaminen on edellytys menestykselliselle lapsi- ja perhetyölle. Verkostoon suuntautuneessa työskentelyssä keskitytään perheiden laajempiin yhteyksiin ja niiden vaikutuksiin. Verkoston tarkoitus on toimia apuna perheen pulmien ratkaisussa. (Seikkula 1994; Piha 2000.) Myös terveydenhuollon toimijoiden tulisi huomata äitien spontaanit verkostot, ja ammattitaitoa tulisi laajentaa sosiaalisten suhteiden tukemiseen ja verkostojen luomiseen. Parhaimmillaan verkostotyöskentely tarkoittaa eri ryhmien kuulemista ja tilan tekemistä uusille näkökulmille.

Äitien kuvaus postituslistojen käyttötarkoituksista oli yhdenmukainen aikaisempien tutkimusten kanssa (McQuail 1994; Savolainen 1998). Postituslistat mahdollistivat uuden tiedon ja neu-

vojen saamisen sekä uudet kontaktit ja tarvittu tuen saamisen. Tämän tutkimuksen äidit olivat ottaneet uuden tietoteknologian hyödyt nopeasti ja vaivattomasti käyttöön. Äitien uudella ”net-tisukupolvella” on hyvät tiedot ja kyky hankkia tietoa. Julkisen palvelujärjestelmän henkilöstön tulee tiedostaa uusi tilanne ja käynnistää uudenlainen yhteistyö kansalaisten ja asiakkaiden kanssa (myös Nylund 2000, 43–45; Syrjänen 2000).

Julkisella terveydenhuollolla on tällä hetkellä meneillään ansiokkaita kokeiluja ja kehittäjiä, kuten Kuopion Nettineuvola (Viialainen 2000;

Kouri & al. 2001; Palomäki-Jägerroos 2000; Palomäki-Jägerroos & al. 2001) tai Stakesin Varttua-hanke, jonka tarkoituksena on koota varhaiskasvatuksen tietovarastoa (<http://www.stakes.fi/varttua>). Näistä kehityshankkeista huolimatta on edelleen tarpeen korostaa ”nettiäitien” arvokkaaksi kokemaa oma-aputyötä, jonka avulla he tukevat toisiaan yhteiseksi koetussa elämäntilanteessa. Tähän oma-aputoimintaan tulisi vastaisuudessa liittää mahdollisuus konsultoida ammattilaisia ja käydä yhdenvertaisina keskustelua, jossa on tilaa kokemukselliselle tiedolle.

KIRJALLISUUS

Aalto, K. & Hyvönen, R. & Lokka, H.: Vertaisryhmä kasvatuksen ja vanhemmuuden tukena. *Terveydenhoitaja* 33 (2000): 6, 30–32

Anttonen, A.: Hyvinvointivaltion naisystävälliset kasvot. S. 203–226. Teoksessa: Anttonen, A. & Henriksson, L. & Nätkin, R. (toim.): Naisten hyvinvointivaltio. Tampere: Vastapaino, 1994

Borkman, T.: Experimental Knowledge: A New Concept for the Analysis of Self-help Groups. *Social Service Review* 50 (1976), 445–456

Hiltunen, A.: Verkkoneuvola ohjaa omatoimisuuteen. *Lapsen maailma* 58 (1999): 12, 13

Härkönen, H.: 'Vauvajengi' – tapaustutkimus nuorten äitien ja heidän lastensa toimintaryhmästä ja ryhmän merkityksestä. Pro gradu -tutkielma. Sosiaalipolitiikan koulutusohjelma. Sosiaalityön suuntautumisvaihtoehto. Tampere: Tampereen yliopisto, 1994

Jalovaara, H.: Synnytystietoa Internetissä. *Vauva & leikki-ikä* 10/2000, 54

Jokinen, E.: Väsynyt äiti, äitiyden omaelämäkerrallisia esityksiä. Tampere: Gaudeamus, 1996

Järvinen, R.: Vuorovaikutusta ja tilannetajua. Asiakastyö – naisten työkulttuurin jäsentämänä. Sosiologian lisensiaatin tutkimus. Tampere: Tampereen yliopisto, 1993

Järvinen, R. & Åstedt-Kurki, P. & Tarkka, M.-T. & Paavilainen, E.: Helpotusta pienten lasten perheiden arkeen: kokemuksia lastenneuvolan vanhempainryhmästä. *Hoitotiede* 12 (2000): 5, 270–280

Kaila-Behm, A.: Miehestä esiköisen isäksi. Kuopion yliopiston julkaisu E. Yhteiskuntatieteet 49. Kuopio: Kuopion yliopisto, Hoitotieteen laitos, 1997

Kivimäki, L. & Raivio, M. & Salin, A.-M.: Kauniit ja rohkeat Raumalla. *Sosiaaliturva* 86 (1998): 10, 20–21

Kouri, P. & Saarikoski, S.: Nettineuvola. *Sairaala* 2001: 1–2, 32–33

Kouri, P. & Saarikoski, S. & Jauhiainen, H. & Heiskanen, P. & Kulin, H.: Nettineuvola osana äitiyshuollon palvelua. *Kättilölehti* 2/2001, 53–55

Kuronen, M.: Naiset kohtaavat neuvolassa. S. 111–131. Teoksessa: Eräsaari, L. & Julkunen, R. & Silius, H. (toim.): Naiset yksityisen ja julkisen rajalla. Tampere: Vastapaino, 1995

Laiho, M.: Tietotoimistona äitiryhmä. *Lapsen maailma* 59 (2000): 10, 4–6

Langford, C. & Bowsher, J. & Maloney, J. & Lillis, P.: Social support: a conceptual analysis. *Journal of Advanced Nursing* 1997: 25, 95–100

Lastenneuvolaopas. Lääkintöhallituksen opassarja 7. Helsinki: Valtion painatuskeskus, 1991

Lastensuojelusta kohti lapsipolitiikkaa. Valtioneuvoston selonteko Eduskunnalle 11.10.1995. Helsinki 1995

Matthies, A.-L.: Kapinasta muutokseen. Vaihtoehtoinen sosiaalityö Suomessa. Helsinki: Hanki ja Jää, 1990

McQuail, D.: Mass Communication Theory. An introduction. 3. edition. London: Sage, 1994

Nylund, M.: Suomalaisia oma-apuryhmiä. S. 193–205. Teoksessa: Matthies, A.-L. & Kotakari, U. & Nylund, M. (toim.): Välittävät verkostot. Jyväskylä: Vastapaino, 1996

Nylund M.: Variations of mutual support and voluntary action. A study of Finnish self-help groups and volunteers. Helsinki: The Finnish Federation of Social Welfare and Health, 2000

Nätkin, R.: Väestöpolitiikka, abortti ja äitiys – hyvinvointivaltion ammattilaisten ja naisten suhteen tarkastelua. S. 129–156. Teoksessa: Anttonen, A. & Henriksson, L. & Nätkin, R. (toim.): Naisten hyvinvointivaltio. Tampere: Vastapaino, 1994

Palomäki-Jägerroos, T.: Äitiyshuollon työntekijöiden kokemuksia Kotineuvola-verkkopalvelusta sen käyttöönottovaiheessa. Pro gradu -työ. Kuopio: Kuopion yliopisto, Hoitotieteen laitos, 2000

Palomäki-Jägerroos, T. & Kouri, P. & Antikainen, I. & Turunen, H.: Nettineuvola äitiyshuollon uutena palvelumuotona ja asiantuntijatyön tukena. *Terveydenhoitaja* 34 (2001): 1, 5–8

Pelkonen, M.: Lapsiperheiden voimavarat ja niiden vahvistaminen hoitotyön keinoin. Kuopion yliopiston julkaisu E, Yhteiskuntatieteet 18. Kuopio: Kuopion yliopiston painatuskeskus, 1994

Pender, N. J.: Health Promotion in Nursing Practice. 3. edition. Stanford, Connecticut: Appleton & Lange, 1996

Piha, J.: Osastohoito. Teoksessa: Räsänen, E. & Moilanen, I. & Tamminen, T. & Almqvist, F. (toim.): Las-

ten- ja nuorisopsykiatria. Toinen painos. Jyväskylä: Gummerus, 2000

Rafaeli, S. & McLaughlin, M. & Subweeks, F.: Introduction. In: Subweeks, F. & McLaughlin, M. & Rafaeli, S. (eds.): Network and Netplay. Virtual groups on the Internet. Menlo Park: AAAI Press /The Mit Press, 1998

Rapola, J.: Käypä hoito – netissäkö? Duodecim 114 (1998): 23, 2487–2491

Rautio, K. & Kolari, J.: Netti ja naiset. Jyväskylä: Gummerus, 1999

Romanov, K.: Internetin tietopalvelujen laadunarviointi. Suomen lääkärilehti 54 (1999): 24, 2827–2828

Savolainen, R.: Tietoverkot kansalaisten käytössä. Internet ja suomalaisen tietoyhteiskunnan arki. Finnish International Studies 12. Tampere: Tampereen yliopisto, 1998

Seikkula, J.: Sosiaaliset verkostot. Ammattiauttaja voimavara kriiseissä. Tampere: Tammerpaino Oy, 1994

Simmons, S.: Social networks: their relevance to mental health nursing. Journal of Advanced Nursing 1994: 19, 281–289

Soronen, H.: Keskustelua netissä. Psykologi 2000: 4, 30–31. 2000a

Soronen, H.: Internet ja minän muovaajat. Psykologi 2000: 9, 26. 2000b

Suominen, E.: Mistä on perheenäidit tehty? Haastattelupuheen analyysi. Teoksessa: Jokinen, A. & Juhi-la, K. & Suominen, E.: Diskurssianalyysin aakkoset. Tampere: Vastapaino, 1993

Syrjänen, E.: Terveyspalveluita Internetissä. Sairaala 2000: 6–7, 60–62

Tarkka, M.-T.: Äitiys ja sosiaalinen tuki. Acta Universitatis Tamperensis ser A vol 518. Tampere: Tampereen yliopisto, 1996

Vanhanen-Silvendoin, S.: Äitien vuoroaikutusryh-mät. S. 227–239. Teoksessa: Matthies, A.-L. & Kotakari, U. & Nylund, M. (toim.): Välittävät verkostot. Jyväskylä: Vastapaino, 1996

Viialainen, R.: Nettineuvola muuttaa neuvolan toi-mintaa. Dialogi 10 (2000): 4, 26–27

Viisainen, K.: Seulontatutkimukset ja yhteistyö äiti-yshuollossa. Suositukset 1999. Stakesin perhe-suunnitelun ja äitiyshuollon asiantuntijat. Oppaita 34. Jyväskylä: Stakes, 1999

Viljanen, K.: Perhekeskeinen lastenneuvolatyö – kä-siteanalyysi perhekeskeisyydestä. Lisensiaatin tutkimus. Turku: Turun yliopisto, 1993

Viljanen, K.: Perhekeskeinen lastenneuvolatyö. S. 290–306. Teoksessa: Paunonen, M. & Vehviläinen-Julkunen, K. (toim.): Perhe hoitotyössä – teoria, tutkimus ja käytäntö. Porvoo: WSOY, 1999

Viljanen, K. & Lauri, S.: Perhekeskeisyys lastenneu-volatyössä. Lääkintöhallituksen julkaisuja 157. Helsin-ki 1990

Vuori, J.: Äidit, isät ja ammattilaiset. Sukupuoli, toisto ja muunnelmat asiantuntijoiden kirjoituksissa. Akateeminen väitöskirja. Tampere: Tampereen yliopis-to, 2001.

ENGLISH SUMMARY

Terttu Munnukka & Irma Kiikkala: Virtual sandbox. Mothers' experiences of how Internet mailing lists can help in everyday life (Virtuaalibiekkalaatikko. Äitien kokemuksia Internetin postituslistoista arjen apuna)

Our purpose was to find out what mothers of small children think about Internet mailing lists and their different uses, their expectations with regard to these sites, and the topics covered on them. We also wanted to shed light on different methods of peer support, i.e. on the way that mothers communicate with one another via the Internet. The material was collected via e-mail in August 2001. Mothers using Internet mailing lists were sent questions in the form of themes; 58 mothers replied during one week. Their accounts were examined using the method of qualitative content analysis.

Mothers who used Internet mailing lists expected to receive help and support from these lists, information, company and the friendship of peers. The opportunity to exchange views and opinions with another person in the same life situation was considered im-

portant. Their discussions touched upon different aspects of maternity, such as breastfeeding and child care, womanhood, couple relationships and the joys and sorrows of everyday life. In addition, 'web mothers' met one another personally, exchanged goods and experiences. Participation in Internet mailing lists was a significant addition and to some extent even an alternative to the services provided by the public mother and child clinic system. The criticisms levelled at that system challenge personnel to develop their services with a view to meeting current demands.

Peer support among mothers provides important clues for the development of self-help activities, the operation of mother and child clinics and the guidance offered by maternity hospitals. Information and communication technology should be put to better use and mechanisms should be further improved so that people in the same life situation can support one another. It makes sense to integrate public and voluntary activities into a coherent system because this helps to avoid many of the conflicts between professional helping and peer support.

KEY WORDS:

Internet, mailing lists, mothers of small children, peer support, self-help, mother and child clinics