



XAMK

Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu

KUVALLISUUS JA PELILLISYYS TUPAKOINNIN EHKÄISYSSÄ

– Menetelmäkokeiluja
yläkoulussa ja toisella asteella

Kirsi Purhonen &
Marja-Leena
Kauronen (toim)

Kouvola 2019

Xamk Kehittää 85
© Tekijät ja Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu

Taitto: Vinkeä Design Oy, Petri Hurme
Etu- ja takakannen kuvat:
Miikka-Petteri Lesonen ja Quynh Ngô
Paino: Grano Oy

ISBN: 978-952-344-189-7(Nid.)
ISBN: 978-952-344-190-3(PDF)
ISSN: 2489-2467 (Nid.)
ISSN 2489-3102 (verkkojulkaisu)

julkaisut@xamk.fi



Kirjoittajat

Marja-Leena Kauronen, Terveystieteen tohtori, yliopettaja, on toiminut Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulussa Terveyden edistämisen (YAMK) koulutusohjelmavastaavana. Lisäksi hänellä on ollut tehtäviä useissa, eri ikäryhmiä koskevissa terveyden edistämisen hankkeissa Xamkissa. Hänen asiantuntija-alueenaan on paikallistason terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen ja terveyden edistämisen menetelmien kehittäminen.

Olli Lehtonen, FT, dosentti (talousmaantiede), toimii tutkijatohtorina Itä-Suomen yliopiston Historia- ja maantieteiden laitoksella. Lehtonen on erikoistunut tilastolliseen mallintamiseen, tiedonlouhintaan, geospaatialiseen analyysiin ja geoinformatiikkaan. Hänen ydinosaamisensa keskittyy R-ohjelmointiin ja sen hyödyntämiseen tutkimuksissa. Tässä hankkeessa Lehtonen on vastannut tekstinlouhinnasta ja sen sovellutuksista sekä tilastollisesta mallintamisesta. Hänen tutkimusintressinsä liittyvät tieteenalat ylittäviin soveltaviin tutkimuksiin ja tiedon lisäämiseen yhteiskunnallisen päätöksenteon taustalla.

Terveyden
edistämisen
määräraha



Miikka-Petteri Lesonen, Medianomi (AMK), toimii TKI-asiantuntijana Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulussa Luovien alojen tutkimusyksikössä pelillisyyteen liittyvissä hankkeissa. Versus-hankkeessa hän on vastannut pelillisyyden ja pelikehityksen ohjaamisesta ja tuotannosta. Hänen osaamisalueensa keskittyy vahvasti pelinkehityksen, pelillisyyden ja kulttuurin lisäksi myös visuaalisen ilmeen toteuttamiseen. Hänen kiinnostuksensa kohteena on löytää pelillisyyden kautta yhdyspintoja oppimisen, hyötypelien, viihteellisuuden sekä tarinallisuuden välillä.

Angelika Polak, Yhteiskuntatieteiden maisteri (YTM) toimii projektityöntekijänä Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulussa Luovilla aloilla eri hankkeissa, tällä hetkellä Versus- ja PANU-hankkeissa. Hänen vahvuutena ovat yhteiskunnan kokonaisuuden ymmärrys sekä kvalitatiivinen ja kvantitatiivinen tutkimus. Sanonta, ”Everybody knows that some things are simply impossible until somebody, who doesn’t know that, makes them possible” (unknown), kuvaa Polakin ajattelua.

Kirsi Purhonen, Yhteisöpedagogi (YAMK), ammatillinen opettaja, opinto-ohjaaja, toimii projektipäällikkönä Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulussa nuorisoalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Juveniassa. Versus-hankkeessa hän on vastannut hankkeen toimeenpanosta ja monialaisen työryhmän koordinoinnista. Purhonen on toiminut työuransa aikana useissa, monialaisissa kehittämishankkeissa nuoriso-, sosiaali- ja kirjastoalojen yhdyspinnoilla. Hänen kiinnostuksensa kohteena ovat monitieteisyys ja luovien menetelmien hyödyntäminen vaikuttamisen välineinä.

KIITOKSET

Versus-hankkeen työryhmä on koostunut kirjoittajien lisäksi monialaisesta osaajajoukosta, jotka ovat antaneet ison työpanoksensa hankkeeseen. Heistä mainittakoon erityisesti hanketta aiemmin johtanut Valdemar Kallunki ja hankkeen ohjausryhmän jäsenet Tuulikki Komulainen, Petri Vainikka, Sari Metso, Samuel Malk, Jari-Matti Kähärä, Laura Sillanpää, Tiina Keinänen, Minttu Tavia, Hanne Munter, Jasmina Khabbal, Elias Tenkanen, Hanna Brotkin, Anni Helldan ja hankkeen loppupäätä johtanut Jussi Ronkainen. Kehittämistä on vienyt eteenpäin myös arviointiryhmä ja iso joukko tunti- ja projektityöntekijöitä, monialaisia opiskelijoita ja vapaaehtoisia. Suuri kiitos myös kaikille nuorille ja heidän opettajilleen, jotka ovat ottaneet meidät vastaan oppitunneille ja auttaneet meitä kehittämistyössä.



Alkusanat

Tupakointi on vähentynyt nuorten keskuudessa, mutta muiden tupakkatuotteiden, kuten nuuskan, käyttö on kouluterveyskyselyjen mukaan lisääntynyt (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos). Kymenlaaksossa nuorten tupakkatuotteiden käyttö on ollut muuta maata korkeampaa. Alueen oppilaitoksissa ongelma on tunnistettu, ja alueen perusopetuksen yläkoulut, ammatilliset oppilaitokset, nuorisopalvelut ja seurakunta ovat olleet arvokkaita kehittäjäkumppaneita etsiessämme uusia, luovia ratkaisuja nuorten tupakkatuotteiden käytön ehkäisyyn. Hankkeen koulutus ja yhteistyötilaisuuksiin on osallistunut yli 200 ammattilaista ja eri alojen opiskelijaa.

Koulujen terveystiedon opetus ja ehkäisevän päihdetyön tekemä työ on monipuolista, ja nuorilla on vankka tietopohja tupakointiin liittyvistä haitoista. Nuorten tupakoinnattomuutta tuetaan parhaiten monikanavaisesti: tiedon jakamisen lisäksi haastetaan nuoret asian äärelle erilaisin menetelmin ja kytketään keskusteluun nuorten sosiaaliset verkostot ja yhteisöt.

Versus-hankkeen tavoitteena on ollut kehittää terveystiedon opetuksen tueksi monialaisia menetelmiä, joilla halutaan vaikuttaa nuorten ryhmä- ja yksilötason käyttäytymiseen sosioekologisin keinoin. Menetelmien kehittäminen kiinnittyy aikaan, jossa pelillisuus, pelaaminen, digitaalisuus ja kuvallisuus ovat vahvassa roolissa osana nuorten kulttuuria.

Kehitettävät menetelmät perustuvat kuvallisiin, digitaalisiin ja pelillisiin menetelmiin ja ovat edellyttäneet monialaisen työryhmän osaamisen yhdistämistä. Menetelmien tutkiminen ja kehittäminen on tapahtunut osana perusopetuksen ja toisen asteen ammatillisen koulutuksen terveystiedon tunteja sekä rippikoulu- ja nuorisotyötä. Ikäryhmään kuuluvat nuoret ovat olleet mukana kehittämässä ja arvioimassa menetelmiä. Hankkeessa on kohdattu yli 2 200 nuorta.

Hankkeessa pelillisyyden ja kuvallisuuden käyttäminen tupakkatuotteiden käytön ehkäisyssä on moniulotteinen tapa lähestyä nuoria. Pelillisyyteen ja kuvallisuuteen pohjautuvien menetelmien avulla on rakennettu vuorovaikutusta nuorten, tiedon ja luokkayhteisön välille. Tähän raporttiin on koottu hankkeen monialaisen tutkimus- ja kehittämistyön tulokset. Lisätietoja hankkeesta ja sen tuloksista saa sähköpostitse hankkeen projektipäälliköltä (kirsi.purhonen@xamk.fi).

Monialaisen projektiryhmän puolesta
Kirsi Purhonen, projektipäällikkö

Tiivistelmä

Versus-hankkeessa kehitettiin tupakkatuotteiden käytön ehkäisyssä käytettäviä pelillisen vertaisvaikuttamisen menetelmiä yläkoulun 9.-luokkalaisten ja toisen asteen ammatillisen koulutuksen opiskelijoiden terveystiedon opetuksessa. Tavoitteena oli muuttaa nuorten tupakointia tukevia asenteita, heikentää tupakointiin liittyviä sosiaalisia hyötyjä ja vahvistaa tupakoimattomuutta.

Kyselytutkimusaineistot kerättiin kuvamateriaalia käyttäen luokkatilanteissa tai vastaavissa olosuhteissa, verkon välityksellä sekä hankkeessa kehitetyn pelisovelluksen kautta. Aineistojen analyyseissa käytettiin tekstinlouhintaa, PLS-DA-erotteluanalyysia, regressioanalyysia ja korrelogrammeja. Lisäksi analysoinnissa hyödynnettiin permutaatiotestausta erottelu- ja regressioanalyysin yhteydessä. Analyysit tehtiin R-ohjelmalla.

Mallit tunnistivat yli 90 prosenttia tupakoimattomista nuorista kaikissa aineistoissa. Tupakoivia nuoria mallit tunnistavat heikommin, sillä kaikissa malleissa tupakoivista nuorista tunnistettiin alle 80 prosenttia. Pelien avulla voidaan vahvistaa tupakoinnilta suojaavia tekijöitä erityisesti tupakoimattomien nuorten keskuudessa. Tupakoivilla nuorilla peli vahvistaa tupakoinnin kokemista ongelmaksi.

Kuvallisia tutkimusmenetelmiä käyttämällä voidaan ymmärtää nuorten tupakointia ja siihen liittyviä sosiaalisia konteksteja. Kuvallisuuden eri muotoja voidaan soveltaa terveyden edistämisen interventioissa stigmatisoimatta kohderyhmää. Kuvalliset menetelmät sopivat tupakoinnin ehkäisyyn erilaisissa nuorten yhteisöissä. Pelien, tarinallisuuden ja keskustelumenetelmien yhdistelmät interventioissa ovat suositeltavia, koska ne lisäävät kriittistä ajattelua ja osallisuutta. Lisäksi ne ovat nuorten kulttuuriin sopiva lähestymistapa tupakkatuotteiden käytön ehkäisyssä.

Avainsanat: tupakoinnin ehkäisy, nuoret, hyötypelit, kuvalliset tutkimusmenetelmät

Sisällysluettelo



I TUTKIMUS- JA KEHITTÄMISOSIO

| | |
|---|----|
| Terveyden edistämisen mallin soveltaminen Versus-hankkeen interventioissa..... | 10 |
| Visuaalisen ja kuvallisen tutkimusmenetelmän kehittäminen nuorten tupakkatuotteiden käytön ehkäisyyn..... | 24 |
| Kuvakysely nuorten tupakoinnin tunnistajana..... | 41 |
| Kuvakyselyn ja tavallisen, tekstipohjaisen kyselyn erot pyrittäessä tunnistamaan nuorten tupakointia..... | 48 |

II PELIEN KEHITTÄMINEN TUPAKOINNIN EHKÄISEMISEKSI

| | |
|--|----|
| Pelillisyyden hyödyntäminen tupakoinnin ehkäisymenetelmien kehittämisessä..... | 64 |
| Vertaisten vaikutus ja digitaalisten pelien käyttö tupakoinnin ehkäisyssä..... | 70 |
| Versus-hankkeen pelillisyyden hyödyntäminen ja pelien kehittäminen nuorten tupakkatuotteiden käytön ehkäisyyn..... | 77 |

III TUPAKOINNIN

EHKÄISYMETELEMÄT NUORTEN KESKUUDESSA

| | |
|--|-----|
| Hyötypelit tupakoinnin ehkäisyssä..... | 100 |
| Tarinalliset ja vuorovaikutteiset menetelmät nuorten tupakoinnin ehkäisyssä..... | 112 |

IV SYNTEESI: TUPAKOINNIN EHKÄISY JA PELILLISYYS

| | |
|---------------------|-----|
| Johtopäätökset..... | 159 |
|---------------------|-----|



I TUTKIMUS- JA
KEHITTÄMISOSIO



TERVEYDEN EDISTÄMISEN MALLIN SOVELTAMINEN VERSUS-HANKKEEN INTERVENTIOISSA

Tausta

Terveyden edistämisen ja koulujen välinen suhde on yleensä ollut vahva, eri toimintoihin ulottuva ja merkityksellinen (McQueen 2010, 30). Viimeaikaiset, kansainväliset, kouluihin kohdistuneet interventiot eivät kuitenkaan ole päihteiden käytön ehkäisyn osalta tuottaneet riittäviä tuloksia, ja yhteisöjä sitouttavat toimenpiteet ovat olleet heikkoja käyttäytymismuutoksiin kannustamisessa (Langford ym. 2017). Optimaalisessa tilanteessa terveyden edistämisen toiminnot sisältyvät koulun toimintaan matriisimaisesti (McQueen 2010, 31), jolloin kosketuspinta oppilaisiin on säännöllisesti toistuvaa ja opetussuunnitelman mukaista.

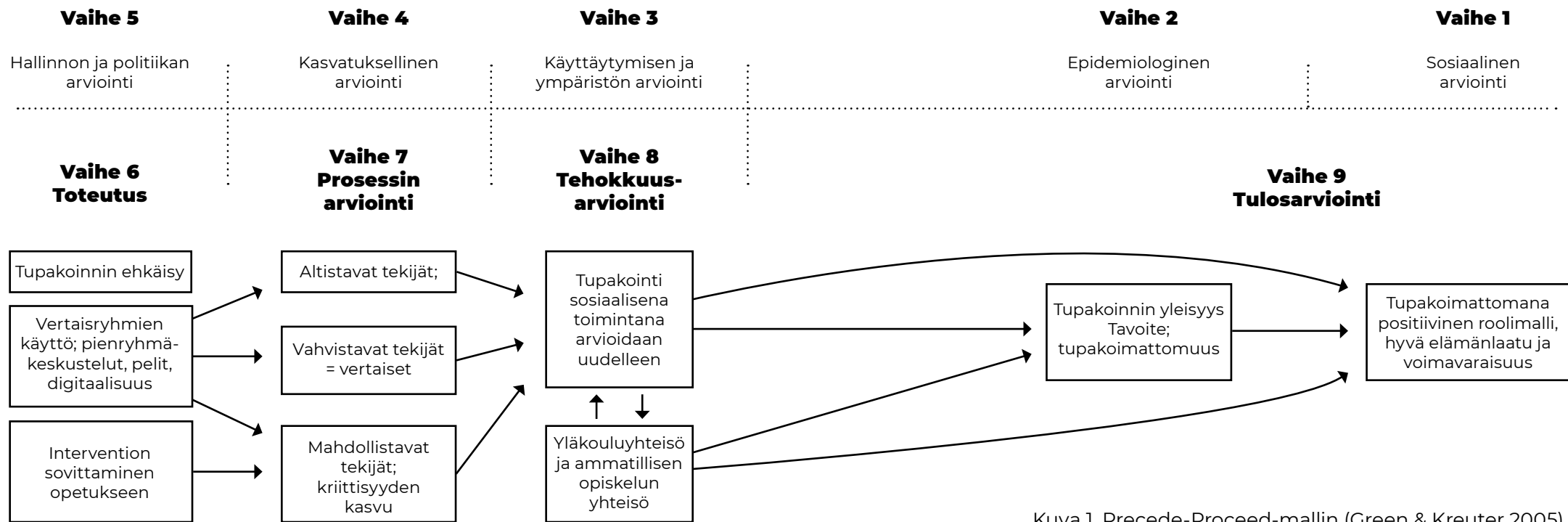
Versus-hankkeessa kehitettiin tupakoinnin ehkäisemiseksi vertaisvaikuttamiseen perustuvia menetelmiä, joita kokeiltiin Kymenlaakson alueella perusopetuksessa ja ammatillisessa koulutuksessa. Lähestymistapana hankkeessa oli sosioekologinen vaikuttaminen, jossa tavoitteena on muuttaa nuorten tupakkatuotteiden käyttöä tukevia arvoja, asenteita ja uskomuksia niin, että nuoret arvioivat tupakointiin liittyviä sosiaalisia hyötyjä uudelleen. Hankkeen interventio-osassa sovellettiin Precede-Proceed- ja sosioekologista terveyden edistämisen mallia.

Precede-Proceed-mallin soveltaminen hankkeeseen

Versus-hankkeen taustalla on yhteisön toimintaan perustuva terveyden edistämisen malli Precede-Proceed (Green & Kreuter 2005), josta hankkeessa sovelletaan osia. Mallia (kuva 1) käytetään terveyden edistämisen ohjelmien suunnittelussa ja arvioinnissa, kun pyritään vaikuttamaan yhteisöjen terveyskäyttäytymiseen. Erityisesti se sopii silloin, kun terveyden edistäminen tukee yhteisön kasvatuksellisia ja käyttäytymisen tavoitteita tai kun yhteisön organisaatorakenne tai sen toiminnot tukevat interventiota. Hyviä esimerkkejä ovat koulu-, opiskelu- ja työpaikkayhteisöt. Malli sopii käytettäväksi myös silloin, kun yhteisön arvoja pyritään muuttamaan tai kun yhteisön jäsenistä osa tarjoaa hyväksyttävän terveyskäyttäytymisen mallin. (Green 2006; Green & Ottoson 2006.)

Mallin vaiheet

Mallissa on kaksi osaa: ensimmäinen, Precede, on kohdetta koskeva arviointivaihe (vaiheet 1–5) ennen interventiota ja toinen, Proceed, intervention toteutusvaihe, joka sisältää vaiheet 6–9 (kuva 1). Precede-vaiheen osat ovat 1. sosiaalinen arviointi, 2. epidemiologinen arviointi, 3. käyttäytymisen ja ympäristön arviointi, 4. kasvatuksen ja organisaation arviointi sekä 5. hallinnon ja politiikan arviointi. Proceed-vaihe käsittää intervention toteutuksen sekä prosessin, vaikutusten ja tulosten arvioinnin. (Green 2006; Green & Ottoson 2006.) Precede-Proceed-mallin soveltaminen Versus-hankkeeseen käy ilmi kuvasta 1, jossa interventioon sovelletut osat on korostettu värillä. Hankkeessa hyödynnettiin mallin sosiaalista arviointia, käyttäytymisen ja ympäristön arviointia sekä kasvatuksellista arviointia. Hallinnon arviointia hyödynnettiin intervention suunnittelussa (vaihe 6). Myös prosessin arviointi (vaihe 7) sisältyi interventioon, ja kehitettyjä menetelmiä arvioitiin. Sen sijaan tupakoinnin määrällisiä tuloksia ei arvioitu, koska tupakointia koskevat kysymykset sisältyvät kouluterveyskyselyyn.



Kuva 1. Precede-Proceed-mallin (Green & Kreuter 2005) soveltaminen Versus-hankkeeseen.

Sosiaalinen arviointi

Precede-Proceed-mallin sosiaalisessa arvioinnissa selvitetään kohderyhmän sosiaalisia, elämänlaatuun ja interventio-tilanteeseen liittyviä tekijöitä. Koulu- ja opiskeluyhteisön sekä perheiden arvot, asenteet ja normit säätelevät nuorten käyttäytymistä. (Green & Kreuter 2005.)

Hankkeessa sosiaalinen arviointi tapahtui keskustelujen avulla koulujen rehtoreiden, opettajien, oppilaiden ja opiskelijoiden kanssa. Keskusteluja opettajien kanssa käytiin hanketta aloitettaessa ja interventiota suunniteltaessa. Oppilaiden kanssa keskusteltiin kuvakyselyjen ja pelin testauksien yhteyksissä eri vaiheissa hanketta. Lisäksi kolmen Terveyden edistämisen YAMK -koulutusohjelman opiskelijan opinnäytetyöt tuottivat ikäryhmästä sosiaalista arviointia.

Ahon (2018) opinnäytetyössä selvitettiin elämänlaatuun liittyviä tekijöitä osallistavaa menetelmää käyttäen eräässä yläkoulussa. Osallistavassa tutkimuksessa 7. luokan oppilaat ottivat kuvia itselleen merkityksellisistä kohteista koulussa ja kouluympäristöstä. Sen jälkeen he nimesivät kuvat ja/tai kertoivat parilla sanalla, miksi kuvan kohde oli heille merkityksellinen. Aineisto analysoitiin kuva- ja tekstianalyysia käyttäen. Tulosten mukaan nuoret pitivät merkityksellisinä asioina koulussa kouluympäristöä, koulu-yhteisöä sekä omaa terveyttään. Kouluympäristössä merkityksellisiä asioita olivat tauko, välitunti, virkistys, keskittyminen ja viihtyvyys. Koulu-yhteisöstä nousevia merkityksiä olivat läheisyys, vertaistuki, ystävyyssuhteet ja keskustelu. Elämänlaatua kuvaavia merkityksiä olivat onnistumisen kokemus, hyvä olo, ylpeys ja käsillä tekeminen. Sosiaalisen arvioinnin tuloksia käytettiin intervention sovittamiseen koulu-yhteisöön.

Pelisovellukseen sisältyvä sosiaalinen arviointi

Hankkeessa kehitetyn pelin testaamisessa ja pelaamisessa nuoret joutuivat arvioimaan sosiaalisen ja fyysisen ympäristön vaikutusta tupakointiin pelin juoneen sisällytettynä. Tupakointi sosiaalisena toimintana ja sen kritiikille altistaminen tulevat esiin pelin hahmoissa, joihin pelaaja voi samaistua. Peliin on rakennettu hahmojen sosiaalista toimintaa, ystävyyssuhteiden luomista, tupakointiin liittyvää kriittisyyttä ja asenteiden muuttumista sosiaalisessa kontekstissa. Pelissä on käytetty opinnäytetöiden (Aho 2018; Haukijärvi 2018; Tähkänen 2018) tuloksia nuorten sosiaalisesta toiminnasta ja tupakointikokeiluista. Interventiossa on hyödynnetty sosioekologista mallia. Pelin kautta nuori tarkastelee omaa sosiaalista ympäristöään ja samalla tupakointikokeiluihin tai tupakointiin liittyviä tekijöitä.

Tähkäsen (2018) opinnäytetyössä selvitettiin kirjallisuuskatsauksen avulla vertaissuhteiden ja uskomusten vaikutusta nuorten tupakointikäyttäytymiseen. Tulosten mukaan nuoret ovat hyvin tietoisia tupakoinnin aiheuttamista terveyshaitoista, mutta mielikuvat ja uskomukset tupakoinnin hyödyistä vaikuttavat usein enemmän tupakointia aloitettaessa. Ystävillä on suuri merkitys sekä nuorten tupakointikokeiluissa että tupakoimattomuuteen tukemisessa. Nuori saa usein ensimmäisen tupakan ystävältään ja alkaa tupakoida, koska kaveripiiri, johon hän haluaa kuulua, tupakoi. Vertaisten keskuudessa ei koeta sosiaalista painostusta tupakoinnin aloittamiseen, mutta tupakoimattomien nuorten ryhmissä on sosiaalista painostusta pysyä tupakoimattomana. (Tähkänen 2018.)

Haukijärven (2018) opinnäytetyössä selvitettiin tyttöjen välisiä ystävyyssuhteita ja psykososiaalisia tekijöitä. Tulosten mukaan ryhmään kuuluminen ja yhteenkuuluvuuden tunne ovat tytöille tärkeitä psykososiaalista terveyttä suojaavia tekijöitä. Ryhmän ulkopuolelle jääminen ja vertaisten torjunta haittaavat psykososiaalista terveyttä aiheuttaen mielialuongelmia. Halu yhdenmukaisuuteen vertaistensa kanssa saa tytöt noudattamaan epäterveellistä käyttäytymistä, käyttämään päihteitä tai osallistumaan riskikäyttäytymiseen. (Haukijärvi 2018.)

Käyttäytymisen ja ympäristön arviointi

Käyttäytymisen arviointiin Precede-Proceed-mallissa sisältyy fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen ympäristön arviointi (Green & Ottoson 2006). Vaikka mallin toimintasuunnitelman pohjana onkin jokin kohderyhmän odotettu terveyskäyttäytymisen alue (Green & Kreuter 2005), tässä siis tupakoimattomuus, hankkeessa ei kuitenkaan asetettu määrällisiä tavoitteita tupakoinnin vähenemiseen. Tavoitteena sen sijaan oli tupakointiin liittyvien arvojen, asenteiden ja uskomuksien muuttuminen kohderyhmässä.

Kohderyhmän käyttäytymistä kouluympäristössä arvioitiin tupakoinnin ehkäisyn menetelmien kehittämisen näkökulmasta opinnäytetyössä (Aho 2018) ja opettajien tapaamisissa. Ahon (2018) opinnäytetyön aineiston keruussa yläkoulun oppilaat kuvasivat koulurakennuksessa ja sen ympäristössä itselleen merkityksellisiä kohteita ja paikkoja. Näitä olivat muun muassa erilaiset välituntien viettopaikat, kuten kahviautomaattialue, sohva, nurkkaus, jossa oli oppilaiden kuvaamataidon tunnilla tekemiä tuotoksia ja kotitalousluokan ovi. Tulosten mukaan fyysinen ympäristö tuki oppilaiden sosiaalista kanssakäymistä ja mahdollisti vertaisvaikutuksen.

Käyttäytymisen arviointiin osallistui myös yläkoulun ja ammatillisen koulun opettajia, kun intervention pienryhmäkeskustelujen aiheita suunniteltiin yhteisissä tapaamisissa. Koulujen tupakointirajoituksia valvottiin sekä yläkoulussa että ammatillisessa koulutuksessa. Yläkoulussa oli sovitut menetelmät tilanteisiin, joissa oppilaalla havaittiin olevan tupakointivälineitä tai tämän nähtiin tupakoivan. Kaupunkiympäristössä kuitenkin nuorten oleskelupaikat, erilaiset asuinalueet ja niiden kulttuurit voivat mahdollistaa tai rajoittaa nuorten tupakointia.

Epidemiologinen arviointi

Hankkeen kohderyhmässä, yläkouluikäisten ja ammatillista koulutusta aloittavien nuorten keskuudessa, ongelmana oli kouluterveyskyselyn mukaan tupakointikokeilujen alkaminen ja niiden eteneminen satunnaisesti, myöhemmin päivittäiseksi tupakoinniksi. Epidemiologista arviointia (kuva 1) interventiossa ei erikseen suoritettu, koska kouluterveystutkimus antoi Kymenlaakson alueen tupakointia koskevat tunnusluvut sekä

yläkoulun että ammatillisen koulutuksen osalta suoraan ja tupakoinnin eskaloitumisesta käytettiin tutkimustietoa (Brown ym. 2011; Hertel & Mermelstein 2012; Kvaavik ym. 2014). Vuonna 2017 Kymenlaaksossa ammatillisen koulutuksen opiskelijoista tupakoi päivittäin 19,6 prosenttia ja perusasteen 8.–9.-luokkalaisista 9,6 prosenttia (Tilastotietoja suomalaisten terveydestä ja hyvinvoinnista 2019).

Kasvatuksellinen arviointi

Precede-Proceed-mallissa kasvatuksellinen arviointi käsittää altistavat, vahvistavat ja mahdollistavat tekijät (taulukko 1), joihin kaikkiin onnistuneen intervention tulisi vaikuttaa (Green 2006). *Altistavia tekijöitä* koulu yhteisössä ovat terveystiedon opetuksessa annettu tieto tupakoinnin vaaroista, koulu yhteisön arvot, uskomukset ja koulun toimintatavat tupakoinnin ehkäisyssä. Ahon (2018) opinnäytetyössä tulivat esiin myös koulu ympäristön luomat mahdollisuudet nuorten sosiaaliseen kanssakäymiseen ja ryhmäytymiseen välitunneilla ja sitä kautta itseluottamuksen lisääntymiseen.

Vahvistavia tekijöitä ovat vertaisten tupakoimattomuus, koulussa tapahtuva tupakoinnin valvonta ja menettelytavat vanhempien kanssa tupakointikieltoja rikottaessa. Myös opettajien rohkaiseva palaute terveellisistä elämäntavoista, vanhempien ja muiden perheenjäsenten kielteinen suhtautuminen tupakointikokeiluihin sekä harrastusten antamat voimavarat ja tuki ryhmäytymiseen toimivat vahvistavina tekijöinä.

Mahdollistavia tekijöitä ovat saatavilla olevat voimavarat ja taidot, jotka ehkäisevät tupakointikokeiluja, kuten tupakointiin liittyvien riskien opetus terveystiedon oppiaineessa, matala kynnys tupakointikokeiluihin puuttumisessa ja siinä vanhempien kanssa tapahtuva yhteistyö. Näiden tekijöiden oletetaan vaikuttavan nuoren kriittisyyden kasvuun. Ammatillisessa koulutuksessa mahdollistavia tekijöitä ovat sosiaalisten taitojen kasvun mahdollistaminen koulu yhteisössä, työelämävalmiuksien tukeminen ja tupakoimattomuuden arvon näkyväksi tekeminen työelämään siirtäessä sekä henkilökohtaisen hyvinvoinnin ohjaus.

Taulukko 1. Precede-Proceed-mallin kasvatuksellinen arviointi.

| | Yksilötaso | Yhteisötaso |
|------------------------|---|--|
| Altistavat tekijät | Tupakointiin liittyvien riskien opetus terveystiedossa. Tiedon omaksuminen yksilötasolla tupakoinnin vaaroista. Tupakoinnin vastaisten asenteiden kehittyminen. Kriittisyyden kasvu. | Koulu yhteisön arvot, uskomukset ja koulun toimintatavat. Koulu ympäristön luomat mahdollisuudet nuorten kanssakäymiseen ja ryhmäytymiseen. |
| Vahvistavat tekijät | Opettajien rohkaiseva palaute tupakoimattomuudesta ja terveellisistä elämäntavoista. Vanhempien ja muiden perheenjäsenten kielteinen suhtautuminen tupakointikokeiluihin. Harrastusten antamat voimavarat ja tuki ryhmäytymiseen. | Vertaisten tupakoimattomuus. Yhteistyömalli vanhempien kanssa tupakointikieltoja rikottaessa. Harrastuksiin ohjaaminen ja niiden tukeminen perheessä. Koulussa tapahtuva tupakoinnin valvonta. |
| Mahdollistavat tekijät | Voimavarat ja taidot. Vanhempien tuki nuorten sosiaalisten taitojen kasvuun. Itsenäisten päätösten arvostaminen ja kyvykkyys kieltäytyä kokeiluista. | Matala kynnys tupakointikokeiluihin puuttumisessa. Nuorten kriittisyyden ja tupakoinnin vastaisten asenteiden lisääntyminen vertaisten keskuudessa. Ammatillisessa koulutuksessa tupakoimattomuuden arvo työtä hakiessa. |

Sosioekologisen terveyden edistämisen mallin soveltaminen hankkeeseen

Sosiaaliseen arviointiin ja ympäristön arviointiin hankkeessa sovellettiin myös Dahlgrenin ja Whiteheadin (2007) sosioekologista terveyden edistämisen mallia (kuva 2). Mallin avulla voidaan tarkastella yksilön ja yhteisön vastavuoroista vaikuttamista arvoihin, asenteisiin, uskomuksiin ja terveyskäyttäytymiseen. Malli kuvaa yksilön elinympäristössä olevia, koko elämänkaaren ajan terveyteen vaikuttavia tekijöitä kerrostuneen kehäkuivon avulla. Kuviossa sisimpänä ovat yksilön sisäiset tekijät, seuraavassa kehässä sosiaalinen ja fyysinen ympäristö ja uloimpana makrotaso, jossa vaikuttavat yhteiskunnalliset ja kansalliset tekijät sekä kansainväliset ilmiöt.

Sisäiset tekijät ovat joko yksilöllisiä (esim. luonteenpiirteet, itsetunto, motiivit, uskomukset, asenteet, sosiaaliset taidot, koulutustaso ja perhetausta) tai yksilöiden välisiä (esim. ystävien väliset suhteet, vertaisten vaikutus ja sosiaalinen tuki). Sosiaaliseen ympäristöön liittyviä tekijöitä hankkeen kohderyhmässä ovat yläkoulujen luokkayhteisöt ja ammatillisten koulujen opiskelijaryhmien yhteisöt, koulutyöhön ja oppimisympäristöön liittyvät menettelytavat sekä vapaa-ajan yhteisöt. Näihin sisältyvät vertaisten taholta tuleva sosiaalinen paine aloittaa tupakointikokeilut, tupakointi erottelevana tekijänä ryhmissä ja ryhmien kulttuuriset normit. (Dahlgren & Whitehead 2007; Scriven 2017, 6.)

Fyysinen ympäristö vaikuttaa tupakkatuotteiden saatavuuteen ja tupakointiin. Kymenlaaksossa saatavuuteen vaikuttaa sijainti lähellä rajaa, mikä helpottaa tupakkatuotteiden saantia. Koulualueilla tupakointi on tupakkalain mukaan kielletty, minkä vuoksi tupakointi on erityisesti ammatillisessa koulutuksessa siirtynyt koulualueen rajojen ulkopuolelle.

Vaikutukset yksilön käyttäytymiseen tulevat myös laajemmalta taholta; yhteiskunnan poliittinen ja taloudellinen tilanne vaikuttavat tupakkalainsäädäntöön, hintasäätelyyn ja tupakoinnin rajoittamiseen yleisillä paikoilla ja sitä kautta ryhmien ja yksilöiden tupakointiin. Toisaalta yhteiskunnan taloudellinen tilanne vaikuttaa myös opettajien ja muun henkilöstön määrään ja sitä kautta nuorten yksilölliseen tukemiseen koulu yhteisössä. (Green & Kreuter 2005; Scriven 2017, 6.)



Kuva 2. Sosioekologinen malli (Dahlgren & Whitehead 2007) tupakoinnin ehkäisyyn sovellettuna.

Intervention toteuttaminen

Precede-Proceed-mallin taustaolettamuksena on, että yksilön terveys ja sen riskitekijät ovat monen tekijän tulos. Sen vuoksi myös toimenpiteiden, joilla terveystietämiseen vaikutetaan, on oltava monitahoisia. (Green & Ottoson 2006.) Mallin mukaisesti tupakoinnin ehkäisy pohjautui ole-massa olevaan toimintaan, tässä tapauksessa koulun opetussuunnitelmaan ja opetuskäytäntöihin. Malli antaa kuitenkin liikkumavaraa intervention sisällön muokkaamiseen yhteisön tarpeiden mukaisesti. Se myös sallii useiden terveyden edistämisen menetelmien käytön yhteisön olosuhteista ja tilanteesta riippuen. (Green & Kreuter 2005; Green & Ottoson 2006.)

Interventiosuunnitelmaan (kuva 1) kuuluivat pelisovelluksen kehittäminen, siihen sisältyvät kuvakyselyt, pelin testaaminen ja erilaiset

ryhmämenetelmät perusasteen yläkouluissa Kouvolassa ja ammatillisessa koulutuksessa Kymenlaaksossa. Interventio sovitettiin opetussuunnitelmiin terveystiedon tunneilla pidettäväksi. Interventiot suunniteltiin opetussuunnitelmiin ja koulutyöhön sopiviksi.

Kouluyhteisön sitoutuminen interventioon

Precede-Proceed-malli on vahvasti yhteisöä osallistava mutta edellyttää sen sitoutumista valittuun terveyden edistämisen aiheeseen (Green & Ottoson 2006). Versus-hankkeen aiheeseen sitouduttiin sekä perusasteella että ammatillisessa koulussa jo hankkeen hakuvaiheessa.

Yhteisön sitoutumisen edellytykset täyttyivät hankkeessa hyvin, kun hanketta aloitettaessa sitä päästiin esittelemään rehtoreiden kokoukseen. Jo tässä vaiheessa osa kouluista ilmoitti tulevansa mukaan hankkeeseen. Tieto hankkeen tavoitteista ja intervention suunnittelusta levisi hyvin perusopetuksen yläkouluissa opetuksen johdon, rehtoreiden ja opettajien kautta. Suunnittelukokouksiin osallistuminen oli aktiivista, ja muun muassa aineistojen keruu kouluista sekä pelitestaukset onnistuivat luontevasti. Ammatillisessa koulutuksessa sitoutuminen tapahtui sitä mukaa kuin interventioon sopiva opetuksen hyvinvointitiimi tavoitettiin ja opetussuunnitelman mukaisesti ohjautuvat opiskelijaryhmät vahvistuivat. Opettajat osallistuivat hankkeen toteutukseen aktiivisesti. Hankkeen ohjausryhmä muodostettiin perusasteen yläkoulujen rehtoreista tai opettajista sekä ammatillisen koulutuksen hyvinvointitiimin ja terveystiedon opettajista. Interventioita koskeviin kokouksiin olivat tervetulleita kaikki opettajat, joita aihe kiinnosti.

Arviointi

Precede-Proceed-malli tarjoaa järjestelmällisen pohjan toteutetun ohjelman raportointiin ja intervention arviointiin. Arviointi voi olla monitahoista tai keskittyneenä tiettyihin osiin, arvioinnin mittarit voidaan valita ja arvioinnin toteuttamisessa voidaan tehdä yhteistyötä yhteisön sisällä. Koska vaikuttavuuden arviointiin liittyvät tunnusluvut eivät välttämättä heti

kerro tapahtuvaa muutosta, arvioinnissa huomioi voi keskittyä prosessin arviointiin. (Green & Kreuter 2005; Green & Ottoson 2006).

Sosioekologista mallia hyödynnettiin arvioinnissa tarkasteltaessa yksilön ja yhteisön vastavuoroista vaikuttamista arvoihin, asenteisiin, uskomuksiin ja terveyskäyttäytymiseen sekä yksilön elinympäristössä olevien tekijöiden vaikutusta yksilöön. Tietoa menetelmien vaikuttavuudesta uskomuksiin, asenteisiin ja arvoihin perusasteen yläkoulujen oppilaiden keskuudessa saatiin pienryhmäkeskustelujen analyysin kautta, mistä on raportoitu artikkelissa *Nuorten pienryhmäkeskustelut tupakoinnin ehkäisyssä*.

Hankkeessa laadittiin arviointisuunnitelma ja varattiin resurssit toteutuksesta vastaavien henkilöiden ulkopuolelta. Arviointia tehtiin sekä väli- että loppuarviointina. Arviointitietoa kerättiin verkkopohjaisilla kyselyillä ohjausryhmältä sekä vapaasti vastattavilla, avoimilla kysymyksillä toteutuksen avainhenkilöiltä. Arvioinnissa käytettiin myös kyselyä seurakunnan rippikouluista vastaaville henkilöille. Siinä arvioinnin osa-alueina olivat intervention vastaavuus tupakoinnin ehkäisyn tarpeeseen, menetelmien soveltuvuus rippikoulun muihin opetussisältöihin, käytettyjen menetelmien vaikutukset rippikoululaisissa, menetelmien hyväksyttävyyys seurakuntayhteisössä, menetelmien käyttökelpoisuus seurakunnan henkilöstön toteuttamina ja menetelmien siirrettävyys.

Prosessin ja tulosten arviointia varten kokoonnuttiin kouluissa ja otettiin suullista palautetta opettajilta. Etukäteisarviointia menetelmän soveltuvuudesta saatiin perusopetuksen ja ammatillisen opetuksen opettajilta ennen pienryhmämenetelmän käyttöä, kun tarkasteltiin pienryhmille keskusteluaiheiksi annettavia kysymyksiä.

Precede-Proceed-mallia on viime aikoina käytetty terveyden edistämisen eri alueilla, kuten lasten hampaiden ja suun terveyden edistämiseen kouluissa (Dimitropoulos ym. 2018) ja nuorten aikuisten ruokailutottumuksia koskevassa interventiossa (Whatnall ym. 2019). Mallin rakennetta on puolestaan hyödynnetty lasten lihavuuden tutkimuksessa, jossa on tarkasteltu myös sosioekologisia tekijöitä (Garcia ym. 2019).

Lähteet

- Aho, M. 2018. Kuvattuja merkityksiä. 7.-luokkalaisten merkitykselliset asiat koulussa. Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu. Terveiden edistäminen YAMK. Opinnäytetyö. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201804114438> [viitattu 17.6.2019].
- Brown, A. E., Carpenter, M. J. & Sutfin, E. L. 2011. Occasional smoking in college. Who, what, when and why? *Addictive Behaviors*. Vsk. 36 (12), 1199–1204.
- Dahlgren, G. & Whitehead, M. 2007. Policies and strategies to promote social equity in health. Background document to WHO – strategy paper for Europe. Työraportti. Institutet för Framtidsstudier 2007:14.
- Dimitropoulos, Y., Holden, A., Gwynne, K., Irving, M., Binge, N. & Blinkhorn, A. 2018. An assessment of strategies to control dental caries in Aboriginal children living in rural and remote communities in New South Wales, Australia. *BMC Oral Health*. Vsk. 18 (1), 177.
- Garcia, M. L., Gatdula, N., Bonilla, E., Frank, G. C., Bird, M., Rascón, M. S. & Rios-Ellis, B. 2019. Engaging intergenerational Hispanics/Latinos to examine factors influencing childhood obesity using the PRECEDE-PROCEED model. *Maternal Child Health J*. Vsk. 23 (6), 802–810.
- Green, L. W. 2006. A framework for planning and evaluation: Precede-Proceed. Evolution and application of the model. 23.8.2006. Tampereen yliopisto. Terveystieteen laitos.
- Green, L. W. & Kreuter, M. W. 2005. Health program planning. An educational and ecological approach. New York: McGraw-Hill.
- Green, L. W. & Ottoson, J. M. 2006. From health promotion planning to health program planning. 23.–24.8.2006. Tampereen yliopisto. Terveystieteen laitos.
- Haukijärvi, L. 2018. 11–18-vuotiaiden tyttöjen ystävyysuhteet ja psykososiaalinen terveys. Suojaavat ja haittaavat tekijät. Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu. Terveiden edistäminen YAMK. Opinnäytetyö.
- Hertel, A. W. & Mermelstein, R. J. 2012. Smoker identity and smoking escalation among adolescents. *Health Psychology* 31, 467–475.
- Kvaavik, E., Scheffels, J. & Lund, M. 2014. Occasional smoking in Norway. *Tidsskrift Norske Laegeforen* 28. Vsk. 134 (2), 163–167.
- Langford, R., Bonell, C., Komro, K., Murphy, S., Magnus, D. Waters, E., Gibbs, L. & Campbell, R. 2017. The health promoting schools framework. Known unknowns and an agenda for future research. *Health Education & Behavior*. Vsk. 44 (3).
- McQueen, D. 2010. Critical issues in theory in health promotion. Teoksessa McQueen, D. & Kickbush, I. Health modernity. 21–42.
- Scriven, A. 2017. Ewles & Simnett’s promoting health. A practical guide. 7. painos. Elsevier.
- Tilastotietoja suomalaisten terveydestä ja hyvinvoinnista. 2019. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/index> [viitattu 18.6.2019].
- Tähkänen, S. 2018. Vertaissuhteiden ja uskomusten vaikutus nuorten tupakointikäyttäytymiseen. Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu. Terveiden edistäminen YAMK. Opinnäytetyö. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.theseus.fi/handle/10024/142951> [viitattu 17.6.2019].
- Whatnall, M., Patterson, A. & Hutchesson, M. 2019. A brief web-based nutrition intervention for young adult university students. Development and evaluation protocol using the PRECEDE-PROCEED model. *JMIR Research Protocols*. Vsk. 8 (3), e11992.

VISUAALISEN JA KUVALLISEN TUTKIMUSMENETELMÄN KEHITTÄMINEN NUORTEN TUPAKKATUOTTEIDEN KÄYTÖN EHKÄISYYN



Kehittämisen taustalla olevia tekijöitä

Sanontaa ”yksi kuva kertoo enemmän kuin tuhat sanaa” on hyödynnetty Versus-hankkeessa, joka on nuorten tupakkatuotteiden käytön ehkäisyyn liittyvä tutkimus- ja kehittämishanke. Visuaalisuuteen perustuviin tutkimuksiin (Visual Research Methods, VRM) liittyy myös paljon kritiikkiä; kuvat sisältävät aina erilaisia tulkintoja tai kulttuurisia merkityksiä eri ihmisille, eikä niiden merkityksiä voida arvottaa. Visuaalisuuteen perustuvissa tutkimuksissa laadullista ja määrällistä tutkimusta pidetään usein kilpailevina menetelminä, kuten Rose (2001) ja Luke ym. (2001) tutkimuksissaan toteavat. Versus-hankkeen tutkimus hyödyntää monimene-
telmällisesti sekä laadullista että määrällistä tietoa. Vaikka kehittämisen ja tutkimisen painopiste on ollut määrällisen aineiston keräämisessä, laadullista aineistoa on tarvittu muun muassa varmentamaan kehitettävän menetelmän luotettavuutta.

Kuvien avulla viestiminen on tavanomaista nykyisessä kulttuurissamme; elämme kuvien ympäröimässä teknologisessa maailmassa (Stafford 1991; Rose 2001). Kuvallisuutta hyödynnetään myös päihdevalistuksessa, muun muassa Euroopan unionin laatiman tupakkatuotedirektiivin ohjeen mukaan (Euroopan parlamentin ja neuvoston direktiivi 2014/40/EU). Euroopan unionin edellyttämät teksti- ja kuvavaroitukset ilmestyivät savukeaskeihin Suomen tupakkalain uudistuessa vuonna 2016. Kuvien ja varoitusten tavoitteena on ehkäistä tuotteesta nousevien myönteisten mielikuvien ja väärin terveysvaikutelmien muodostumista (Tupakkalaki 549/2016.)

On kuitenkin huomioitava, että pelkkien realististen kuvien käyttäminen ei ratkaise mielikuvia, vaan vaikuttavan terveysviestinnän yhtälö rakentuu tiedosta, tunteesta ja toiminnasta. Näin ollen tupakkatuotteisiin liitetty pelotteleva kuvallinen ja sanallinen terveysriskien informaatio ei tuota käyttäjässään muutosta. Pikemminkin käyttäjä voi sulkea riskit itsensä ulkopuolelle ja kieltäytyä ajattelemasta koko asiaa. (Puuronen 2012.) Pakkauksiin liitetty kuvallinen informaatio terveysriskeistä tarvitsee rinnalleen myös muita intervention menetelmiä, jotka perustuvat esimerkiksi yhteisöjen asenteisiin ja arvoihin (Galán ym. 2012; Kuipers ym. 2016), kriittisen ajattelun kasvattamiseen tai vertaispaineen (Moran ym. 2017) käsittelyyn.

Nuorten vapaa-aika sisältää paljon sosiaaliseen mediaan ja teknologiaan pohjautuvia viestintäkanavia. 12–17-vuotiaista nuorista 80–90 prosenttia käyttää viestintäkanavinaan sovelluksia, joihin voidaan liittää kuvia. Näitä kanavia ovat muun muassa WhatsApp, YouTube ja Instagram (Pönkä 2017). Mediaan liitetyt tupakointia vahvistavat tarinat, kuten elokuvahahmojen tupakointi, lisäävät ja aktivoivat nuoria käyttämään tupakkatuotteita (Dalton ym. 2009). Toisaalta kuviin perustuva media on nuorille luontainen kommunikointitapa, jota voidaan hyödyntää myös nuorille suunnatun ehkäisevän päihdetyön ja terveyskäyttäytymisen muutoksen (Ramo ym. 2014) välineenä. Myös Puurosen (2012, 85) tutkimuksessa todettiin, että nuorten kulttuuriin ja medioihin sisällytetyt terveyskäyttäytymisen muutosta tukevat kampanjat tai interventiot huomataan paremmin, vaikka ne olisivat lomittaisia, päällekkäisiä tai sekoittuneita muuhun viestintään.

Ehkäisevä päihdetyö ja tupakkatuotteiden käyttöön liittyvät kampanjat tai interventiot toimivat parhaiten silloin, kun niillä on nuorisokulttuurinen tausta-ajatus (Soikkeli ym. 2015). Leimaavien ja negatiivisten

valistuskuvien sijaan ehkäisevässä työssä tulisikin hyödyntää enemmän positiivista kuvallisuutta: tarjota riskiryhmille positiivisia ja nuorten kulttuuriin liittyviä kuvallisia ”porkkanoita” vaihtoehtoisena tekemisenä tupakoinnin sijaan (Luke ym. 2001). Yhteisön ja kuvallisuuden hyödyntäminen (Brazg ym. 2011) tupakkatuotteiden käytössä tai käyttämättä jättämisessä on myös vaikuttamista yhteisön jäsenten asenteisiin ja nuorten kriittisen ajattelun kasvattamista.

Versus-hankkeessa kuvallisuutta tutkimalla kehitettiin menetelmä, jolla voidaan muutaman kuvan avulla tunnistaa sekä nuorten kuvallista ympäristöä ja kuviin liittyviä merkityksiä että riskiryhmään kuuluvia nuoria. Kuvallisuutta hyödynnettiin, kun kehitettiin pelillisiä ja kuvallisia interventiomenetelmiä, jotka tukevat nuorten tupakkatuotteisiin liittyvän terveyskäyttäytymisen muutosta.

Tavoitteena oli kehittää menetelmää, jolla pystytään tunnistamaan nuorten tupakkatuotteisiin liittyviä visuaalisia konteksteja. Kehittämistyö aloitettiin tutkimalla kuvia, joiden avulla voidaan tunnistaa tupakkatuotteita käyttävien ja tupakoimattomien nuorten kuvallista ympäristöä ja niihin liittyviä merkityksiä. Kuvien valikoinnissa hyödynnettiin aikaisempaa tutkimusta nuorten tupakkatuotteiden käyttöön liittyvistä taustatekijöistä (taulukko 1). Menetelmän avulla pyrittiin osoittamaan se, että nuorten tupakkatuotteiden käyttöön liittyvät teoreettiset taustatekijät pystytään ilmaisemaan kuvien avulla ja nuorten ajattelua voidaan todentaa tilastollisen kuvakyselyn perusteella. Teoreettisen viitekehysten alaluokkia (taulukko 1) hyödynnettiin koko menetelmän kehittämisen ajan, ja kehittämisprosessin loppuvaiheessa alaluokat saatiin sijoitetuiksi pääluokkiin.

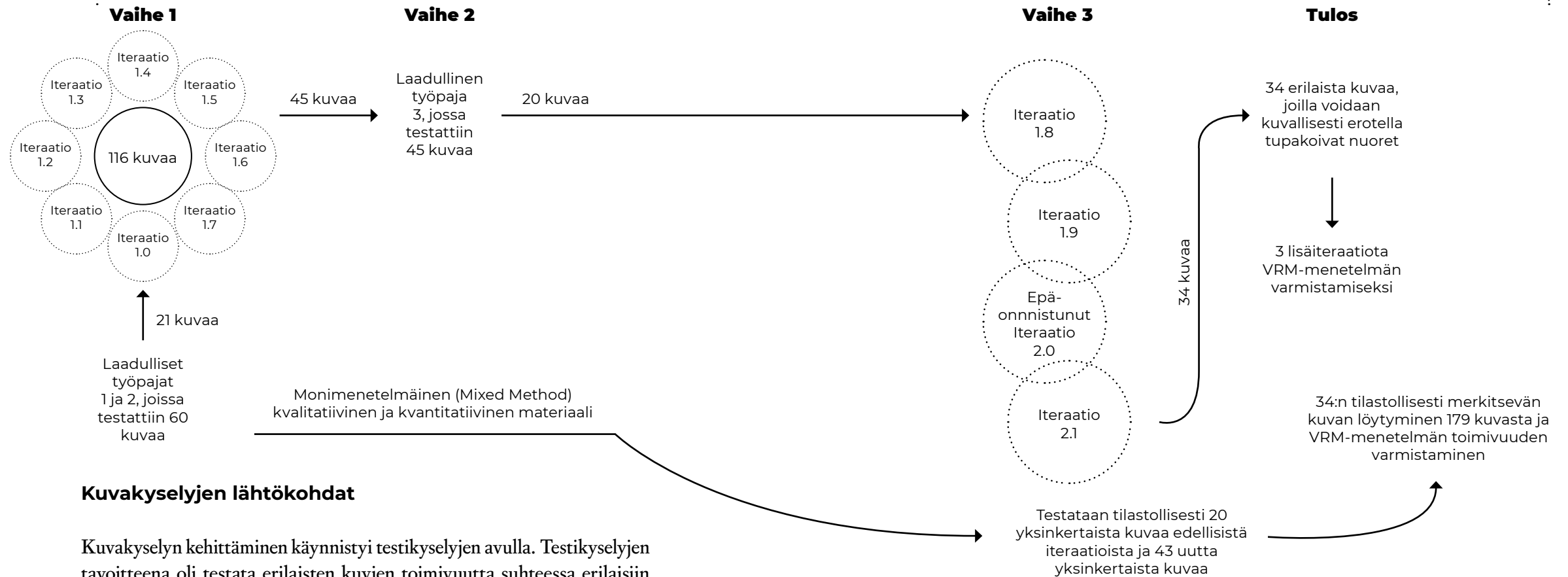
Ammattilaisten lisäksi nuoret ovat olleet kehittämisessä mukana sekä informantteina että kehittäjinä. Nuorten ääntä pyrittiin ottamaan huomioon mahdollisimman paljon, jotta kuvakyselyn kuvat ja kysymykset vastaisivat nuorten kulttuurista maailmaa. Lisäksi haluttiin, että kuvakyselyn kysymykset olisivat nuorille ymmärrettäviä. Versus-hankkeen kuvallisuuden tutkiminen ja kehittäminen toteutettiin systemaattisesti ja prosessimaisesti hyödyntäen monimenetelmällisyyttä (Purhonen ym. 2019) kuvassa 1 esitetyn prosessikaavion mukaisesti.

Taulukko 1. Teoreettinen viitekehys kuvien valinnoissa.

| Pääluokka | Alaluokka | Lähteet |
|--|--|---|
| Sosiaaliset normit ja ympäristöt | Sosiaaliset normit ja sosiaaliset ympäristöt | Moran ym. 2017; Vallentin-Holbech ym. 2017; Tombor ym. 2015; Sutfin ym. 2012; Pender 2011 |
| | Asenteet | Pender 2011; Moran ym. 2017 |
| | Uskomukset | Pender 2011 |
| Tilannetekijät | Roolimallit | Moran ym. 2017; Sutfin ym. 2012; Pender 2011; Sussman ym. 2006 |
| | Nuorten käyttäytyminen | Vallentin-Holbech ym. 2017; Moran ym. 2017; Pender 2011; Kim ym. 2015; Sussman ym. 2006 |
| | Ystävät ja kaverit | Moran ym. 2017; Kim ym. 2015; Sussman ym. 2006 |
| | Fyysiset ympäristöt ja paikat | Haines-Saah ym. 2013; Sutfin ym. 2012; Sussman ym. 2006 |
| | Tilanteet, päätöksenteko | Daly ym. 2016; de Blois & Kubzansky 2016; Wills & AINETTE 2008; Sussman ym. 2006; Pender 2011 |
| | Identiteetti | Tombor ym. 2015; Rosa & Aloise-Young 2015; Moran ym. 2017; Hertel & Mermelstein 2012; Brown ym. 2011; Berg ym. 2009 |
| Yksilölliset tekijät | Tulevaisuus-ajatelu vs. ongelmat | Bashore ym. 2017; Daly ym. 2016 |
| | Harrastukset | Sussman ym. 2006; |
| | Talous | Daly ym. 2016; Hill & Maggi 2011; Wills & AINETTE 2008 |
| | Tunteet | Dunne ym. 2017 |
| Terveellinen vs. epäterveellinen elämäntapa | Sosiaaliset taidot | Bashore ym. 2017; Kim ym. 2015 |
| | Terveellisyys | Moran ym. 2017; Haines-Saah ym. 2013; Sussman ym. 2006 |
| | Tupakoinnin riskitekijät | Hertel & Mermelstein 2012; Tombor ym. 2015 |

Tavoite: tupakoivien ja tupakoimattomien nuorten tupakointiin liittyvien taustatekijöiden ymmärtäminen ja tunnistaminen

Teoreettinen viitekehys: sosiaaliset normit ja sosiaalinen ympäristö, tilannetekijät, yksilölliset tekijät, terveellinen/epäterveellinen elämäntapa



Kuvakyselyjen lähtökohdat

Kuvakyselyn kehittäminen käynnistyi testikyselyjen avulla. Testikyselyjen tavoitteena oli testata erilaisten kuvien toimivuutta suhteessa erilaisiin aihealueisiin (taulukko 1). Kysymyksillä ja kuvilla haettiin vastausta siihen, tuleeko kuvan ilmaista tupakointia konkreettisesti vai löytyykö intuitiivisesta ajattelusta viitteitä tupakoinnin taustalla oleviin syihin, kuten käyttäytymiseen, ryhmäpaineeseen tai nuoren ja vanhempien asenteisiin (mm. Defoe ym. 2016; Lindström & Rosvall 2015). Kuvakokeiluissa kysyttiin muun muassa sitä, kuinka hyvin kuvavaihtoehdot kuvaavat erilaisia konkreettisia tai abstraktimpia aiheita. Kokeiluissa myös testattiin valokuvien, piirroskuvien ja kyselylomakkeen toimivuutta. Testikyselyihin valittiin intuitiivisesti erilaisia kuvia kuvapankkien valokuvista ja vektorikuvista kuvaamaan tupakointia (kuva 2).

Kuva 1. Monimenetelmäinen, visuaalinen ja kuvallinen tutkimusprosessi tupakoimattomien ja tupakoivien nuorten tupakkatuotteen käytön ehkäisyssä (Purhonen ym. 2019).



Kuva 2. Mikä kuva edustaa mielestäsi parhaiten tupakoimista? Testikyselyn tupakointiin liittyvien miellelyhtymien etsimistä kuvien avulla. Kuvat: Pixabay.

Testikyselyjä toteutettiin yhteensä kaksi, minkä jälkeen etsittiin seuraavia kuvia testattaviksi. Kuvien valintaperusteena hyödynnettiin aiemman tutkimustiedon lisäksi kouluterveystiedon kyselyn (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2017) kysymyksistä saatuja aihe sanoja ja niihin liitettyjä yksinkertaisia kuvia ja kysymyksiä. Esimerkiksi kouluterveyskyselyn kysymyksessä ”Kuinka usein perheenne syö yhteisen ilta-aterian kouluviikon aikana?” (kuva 3) kuvan hakusanoina olivat food and family. Tämän jälkeen kysymys muotoiltiin kuvakyselyyn siten, että vastaaja vastasi kysymykseen etsien mielikuvia perheensä yhdessäolosta ja aterioimisesta: Miten hyvin kuva kuvaa perhettäsi?

Testikyselyt toteutettiin jalkautumalla nuorten pariin kaupungille ja sosiaaliseen mediaan. Testikyselyjen jälkeen toteutettiin kaksi laadullista työpajaa. Niiden tavoitteena oli tarkistaa, vastasivatko kuvat työpajaan osallistuneiden mielestä niitä visuaalisia konteksteja, joihin tutkijat olivat yhdistäneet kuvat. Lisäksi haluttiin tietää, minkälaisia muita merkityksiä työpajaan osallistujat löytävät kuvista.

Ensimmäinen laadullinen työpaja toteutettiin tutkijoiden keskuudessa sähköisen kyselylomakkeen avulla. Kyselyssä oli 60 kuvaa, joiden mer-



Kuva 3. Kouluterveyskyselyn kysymyksen ”Kuinka usein perheenne syö yhteisen ilta-aterian kouluviikon aikana?” visualisoiminen. Kuva: Pixabay.

kityksiä kuusi työpajaan osallistunutta tutkijaa kuvasi lyhyesti. Kyselyn 40 kuvalle löytyi yhteneväisiä merkityksiä. Seuraavaan työpajaan valittiin kuvista 37 ja kyselyyn lisättiin 20 uutta kuvaa.

Toinen laadullinen kuvatyöpaja toteutettiin noin 15-vuotiaiden nuorten keskuudessa nuorisotilassa tablettitietokoneiden avulla. Työpajaan osallistui yhteensä 14 nuorta. Työpajan tavoitteena oli selvittää, vastaavatko tutkijoiden testaamat kuvat nuorten mielikuvia kuvista. Kyselyssä testattiin muun muassa symboliikkaa esittäviä kuvia, taulukko 1:n teemoihin liittyviä kuvia sekä uutena vaihtoehtona kuvakollaaseja. Kuvakollaasien avulla pyrittiin löytämään kuvallisesti tupakoinnin taustalla olevia tiedostamattomia syy-seuraussuhteita. Kuvakollaaseissa esiintyi muun muassa tupakointia ja raikas metsä, savuke ja ruokaa tai tupakointia ja ystäviä. Yli 50 prosentin vastaavuuksilla olevia kuvia tai kuvapareja löytyi yhteensä 16 kappaletta ja ≥ 40 prosentin vastaavuuksilla olevia kuvia viisi kappaletta. Kuvat liittyivät nuorten mielestä talouteen, perhesuhteisiin, auktoriteetteihin, omaan tai joukon käyttäytymiseen ja terveyteen. Työpajojen tuloksena voitiin todeta se, että tupakoinnin taustalla olevan tutkimustiedon (taulukko 1) muuntaminen kuvalliseen muotoon oli mahdollista.

Laadullisten kuvatyöpajojen jälkeen 21 kuvaa siirrettiin kyselylomakkeelle, jonka asteikkona oli Likertin asteikko 1–6. Kyselyjä toteutettiin yhteensä kahdeksan. Iteraatioiden aikana testattiin yhteensä 116 kuvaa. Kyselylomakkeissa oli kuvallisten kysymysten lisäksi neljä taustatietoihin liittyvää kysymystä; ikä, sukupuoli, oma tupakkatuotteiden käyttö ja kaverin tupakkatuotteiden käyttö. Kuvakyselyihin vastanneet nuoret tavoitettiin joko perusopetuksen tai ammatillisen toisen asteen oppilaitosten kautta. Vastaaajien ikä perusasteella oli 15–16 vuotta, ja toisella asteella kyselyihin vastanneet nuoret olivat noin 16–18-vuotiaita.

Ensimmäisessä vaiheessa (kuva 1) toteutetun kuvakyselyjen iteraatioprosessin tavoitteena oli testata kuvien ja kysymysten yhdistelmiä, tutkia kuviin ja kuvapareihin liittyviä tilastollisia merkitsevyyksiä ja testata, miten hyvin kvantitatiivinen menetelmä pystyy erottelemaan tupakoivien ja tupakoimattomien nuorten kuvatulkinnot. Iteraatioprosessin aikana (kuva 1, kuvakyselyt 1.0–1.7) tilastollisesti merkitseviä kuvia ($p \leq 0,05$) löytyi 45. Ne esiintyivät satunnaisesti eri kuvakyselyjen yhteydessä.

Kuvien visuaaliset kontekstit ja tulkinnot vaihtelivat tupakoitsijoiden ja tupakoimattomien nuorten välillä paljon. Vaihtelevuuteen vaikutti myös kuviin liittynyt kysymyksenasettelu, jota kehitettiin koko iteraatioprosessin aikana. Esimerkiksi metaforiseen susi ulvoo kuuta -kuvaan (kuva 4) liitettiin neljä eri kysymystä, jotta kuvan visuaalinen konteksti löytyisi: ”Miten paljon kuva kertoo sinusta?” ”Kuinka hyvin kuva vastaa ihmissuhteitasi?” ”Kuinka paljon kuva kuvaa terveyttäsi?” tai ”Kuinka paljon kuva kertoo olotilastasi?” Kuvan visuaalisen kontekstin ajateltiin liittyvän muun muassa nuoren tulevaisuusorientaatioon ja kykyyn muodostaa sosiaalisia suhteita (Bashore ym. 2017; Daly ym. 2016). Sen avulla voitiin myös pohtia, miten tupakointi ja nuoren identiteetti näkyvät visuaalisten kontekstien kautta (Tombor ym. 2015).

Ensimmäisen vaiheen iteraatioprosessin aikana löytyi viitteitä siitä, että yksinkertaiset ja selkeät kuvat antavat paremman tuloksen. Niinpä kuvien visuaalisia konteksteja suhteessa taustateoriaan tulee yksinkertaistaa ja selkeyttää. Iteraatioiden jälkeen oli havaittavissa, että nuorten tupakkatuotteiden käyttöä erottelava visuaalinen konteksti liittyy mahdollisesti yksilöllisiin tekijöihin (mm. Tombor ym. 2015), sosiaalisiin normeihin ja

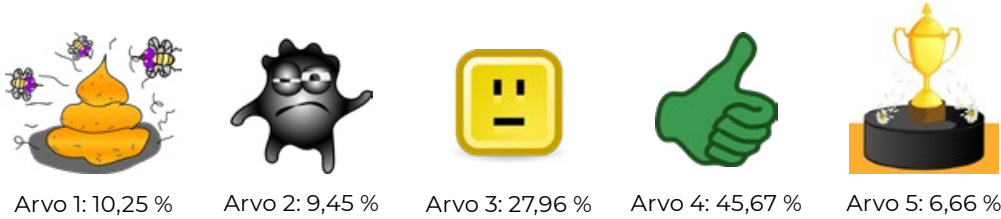


Kuva 4. Kuvakyselyn kysymys K0015a: Miten paljon kuva kertoo sinusta? Kuva: Pixabay.

tilannetekijöihin (Moran ym. 2017). Tulos oli kuitenkin satunnainen, eikä kuvien toistuvuus ollut systemaattista.

Kuvakyselyjen loppuun lisättiin mielipidekysely, jolla nuoret saivat antaa palautetta kuvakyselyn toimivuudesta sekä kiinnostuksestaan tämäntapaista tiedon keruuta, tutkimista ja kehittämistä kohtaan. Palautekysely rakennettiin kuvalliseen muotoon ja nuorten kuvakielelle emoji-vaihtoehtojen avulla (kuva 5). Palautekyselyn tavoitteena oli houkutella nuoria osallistumaan ja vaikuttamaan aidosti kehittämistyöhön. Palautekyselyyn vastasi iteraatioiden aikana 751 nuorta. Vastaaajista noin 52 prosenttia asemoi kuvakyselyn toimivuuden arvoihin 4 ja 5.

Kyselyssä oli myös avoin vastaus, jossa nuoret toivoivat kysymysten yksinkertaistamista. Palautteen perusteella kuvakyselyn kysymyksenasettelua yksinkertaistettiin ja selkeytettiin.



Kuva 5. Nuorten mielipiteitä kuvakyselyn toimivuudesta.
Kuvat: Pixabay.

Laadullinen työpaja kehittämisen välineenä

Vaiheen 1 iteraatioiden jälkeen otettiin tarkasteluun vihjeet, joita kierros oli tuottanut: kuvien visuaalista kontekstia tulee yksinkertaistaa ja alustavasti löydettyjä merkityksiä vahvistaa. Kuvakyselyn kehittämisessä toteutettiin kolmas laadullinen työpaja kuvien visuaalisten kontekstien tunnistamiseksi (kuva 1, vaihe 2).

Kuvatyöpajassa tutkittiin yhteensä 45 selkokielistä ja yksiselitteistä kuvaa. Kuvien teemat edustivat yksilöllisiä tekijöitä, terveellistä tai epäterveellistä elämäntapaa ja nuorten käyttäytymistä. Kuvat olivat mahdollisimman yksinkertaisia. Osa niistä oli haettu selkokielistä kuvapankista Papunetistä ja loput Pixabayn kuvapankista. Kuvatyöpajaan osallistui yhdeksän tutkijaa, joista osa oli myös itse etsinyt kuvia annettuihin teemoihin.

Kuvatyöpajassa tutkittiin ensin pöydälle sijoitettuja kuvia intuitiivisesti ja nopeasti. Kuvien taakse kirjoitettiin yhdellä tai muutamalla sanalla, mitä kuva esitti. Tässä vaiheessa 22 kuvalle saatiin hyvin yksiselitteinen ja yhteneväinen tulkinta. Seuraavaksi tutkittiin työpajaan osallistujien valitsemia kuvia. Tutkittavia kuvia oli yhteensä kahdeksan. Kuvia näytettiin osallistujille yksi kerrallaan, ja osallistujat kirjoittivat itselleen kuvakohtaisesti muistiin lyhyesti, mitä kuva esitti. Kuvien jälkeen käytiin yhteenvetokeskustelu kuvien tulkinnasta. Työpajaan osallistuneiden omista kuvista neljälle muodostui yhteneväinen tulkinta.

Työpajan johtopäätöksenä vahvistui se, että yksiselitteiset kuvat toimivat ja niiden visuaalinen konteksti on määriteltävissä ja sanoitettavissa samalla tavalla. Työpajan jälkeen kuvista valittiin 20 parhaiten toiminutta

seuraavan vaiheen testaukseen. Osa työpajassa käytetyistä valokuvista päätettiin myös yksinkertaistaa ja muuttaa graafisiksi kuviksi.

Kuvien iterointi

Vaiheessa 3 (kuva 1) kuvakyselyjen iteraatioiden tavoitteena oli testata ja vahvistaa olettamusta siitä, että yksinkertaiset ja graafiset kuvat toimivat parhaiten. Lisäksi haluttiin varmistaa, että kuvakyselyjen avulla pystytään tilastollisesti erottelemaan tupakoivien ja tupakoimattomien nuorten kuviin liittämät visuaaliset kontekstit.

Kuvakyselyjen kysymyksenasettelua muutettiin siten, että osa kysymyksistä kohdentui selkeästi kuvan sisältöön ja osa oli abstraktimpia. Kuvakyselyjen perustiedot noudattivat aikaisempien kuvien perustietoja. Kuvakyselyjen tiedonkeruu toteutettiin perusopetuksen 9.-luokkalaisille ja toisen asteen opiskelijoille.

Vaiheessa 3 (kuva 1) ensimmäiseen kuvakyselyyn (1.8) sijoitettiin kaikki edellisen vaiheen työpajassa löydettyt kuvat ja jatkettiin niiden testausta. Iteraatioiden aikana testattiin myös uusia, visuaaliselta kontekstiltään yksinkertaisia kuvia. Iteraatiot etenivät siten, että edellisen vaiheen tilastollisesti merkitsevät kuvat jätettiin seuraaviin kuvakyselyihin ja kyselyjä täydennettiin samoihin teemoihin liittyvillä lisäkuvilla. Kyselyjen tulokset vahvistivat vähitellen tietoa siitä, minkälaiset kuviin liittyvät kontekstit toimivat kuvakyselyissä erottelevina tekijöinä. Kuvat, joissa esiintyy tunneliloja, sosiaalisia suhteita sekä nautintoihin ja käyttäytymiseen liittyviä tekijöitä, erottelivat parhaiten tupakoimattomien ja tupakoivien nuorten visuaalisia konteksteja.

Iteraatioiden aikana yksi kysely (1.9) epäonnistui, koska kyselyyn vastanneista ei löytynyt riittävää määrää tupakoitsijoita. Kysely toteutettiin seurakunnan rippileirillä, joka oli painottunut liikunnallisesti. Viimeiseen kyselyyn (2.1) koottiin kaikki, koko tutkimusprosessin aikana löydetty tilastollisesti merkitsevät kuvat. Kyselyn tuloksena oletamus kuvien toimivuudesta ja visuaalisten kontekstien löytymisestä vahvistui. Vaiheissa 1 ja 3 testattiin tilastollisesti yhteensä 179 kuvaa. Kuvamäärästä löytyi yhteensä 34 kuvaa, joiden avulla voitiin erotella tupakoivien ja tupakoimattomien nuorten visuaalinen konteksti.

Kehitetyn menetelmän varmistaminen

Artikkelin alussa esitetty ajatus teoriaan perustuvien tekijöiden (taulukko 1) muuttamisesta visuaaliseen muotoon vahvistui. Lisäksi tutkimuksen aikana löydetty pääteemat muodostuivat taulukossa esiintyneiden alaluokkien avulla. Nuorten tupakkatuotteiden käyttöä erottelevat visuaaliset faktorit tunnistettiin ja nimettiin seuraavasti: sosiaaliset normit ja ympäristöt, tilanetekijät, yksilölliset tekijät sekä terveellinen vs. epäterveellinen elämäntapa.

Visuaalisiin konteksteihin ja tilastollisuuteen perustuvaa kuvakyselymenetelmän (Kallunki ym. 2019) toimivuutta varmistettiin vielä kolmen iteraation avulla. Varmistus toteutettiin vaiheittain kuvan 6 mukaisesti.

Ensimmäisessä varmistuksessa a) testattiin aiemmin testattujen 34 kuvan merkityksiä nuorilla. Nuorille näytettiin jokaista kuvaa neljä sekuntia, minkä jälkeen he kirjasiivat vastauksensa lomakkeelle. Varmistuksessa myös b) testattiin kuvien merkitsevyys tilastollisella kuvakyselyllä ja c) toteutettiin pelkkiin sanoihin liittyvä kysely, jossa kuviin aiemmin liitettyjä merkityksiä arvioitiin Likertin asteikolla. Vastausten avulla pystyttiin vertaamaan sanallisen kyselyn ja kuvakyselyn välisiä eroja. Niitä esitellään Olli Lehtosen artikkelissa *Kuvakyselyn ja tavallisen, tekstipohjaisen kyselyn erot pyrittäessä tunnistamaan nuorten tupakointia*.

Koko kehittämissuorituksen tuloksena voitiin todeta, että kuvalliseen ja tilastolliseen aineistoon perustuva kysely on menetelmällisesti toimiva. Sen avulla voidaan erotella tupakoivien ja tupakoimattomien nuorten visuaaliset kontekstit. Kehittämissuorituksen tilastolliset analyysit on esitelty Olli Lehtosen artikkelissa *Kuvakysely nuorten tupakoinnin tunnistajana*. Kehittämissuorituksen aikana testattu kuvakyselyyn perustuva menetelmä siirrettiin hankkeessa kehitettyyn Smoke 'em Out -peliin, jonka tulokset esitellään Miikka-Petteri Lesosen ja Olli Lehtosen artikkelissa *Hyötypelit tupakoinnin ehkäisyssä*.

Vaihe A

Kirjoita korkeintaan muutamalla sanalla, mistä kuva pääasiallisesti kertoo? Keskity kuvan tärkeimpään viestiin.

Kuvaa (valitse)

KUVA 1 (K0119.2)
[Kirjoita vastaus]

KUVA 2 (K0174)*
[Kirjoita vastaus]

Vaihe B

K0124 Kuinka paljon kuva kertoo suhteestasi lukemiseen?*



1 2 3 4 5 6

Ei lainkaan Erittäin paljon

Vaihe C

3. Arvioi asteikolla 1-6 miten seuraavat sanat yhdistyvät mielestäsi lukemiseen (K0124)

| | 1 Ei lainkaan | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 Erittäin paljon |
|-------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Ajattelu | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Miettiminen | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Opiskelu | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Koulu | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Työvälist | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Stressi | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Välik | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Tutka | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ahdistus | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Kuva 6. Monimenetelmäisen kuvakyselyprosessin varmistus.
Kuva: Papunet.

Lähteet

- Bashore, L., Alexander, G., Jackson, D. & Mauch, P. 2017. Improving health in at-risk youth through Photovoice. *Journal of Child Health Care*. Vsk. 21 (4), 463–475.
- Berg C., Lust K.A., Sanem J.R., et al. 2009. Smoker Self-Identification Versus Recent Smoking Among College Students. *American Journal of Preventive Medicine*, 36:333-336.
- Brazg, T., Bekemeier, B., Spigner, C. & Huebner, C. E. 2011. Our community in focus. The use of photovoice for youth-driven substance abuse assessment and health promotion. *Health Promotion Practice*. Vsk. 12 (4).
- Brown, A.E., Carpenter, M.J., & Sutfin, E.L. (2011). Occasional smoking in college: who, what, when and why? *Addict Behav.*, 36(12):1199-204.
- Dalton, M. A., Beach, M. L., Adachi-Mejia, A. M., Longacre, M. R., Matzkin, A. L., Sargent, J. D., Heatherton, T. F & Titus-Ernstoff, L. 2009. Early exposure to movie smoking predicts established smoking by older teens and young adults. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2758519/> [viitattu 3.7.2019].
- Daly, M., Egan, M., Quigley, J., Delaney, L. & Baumeister, R. F. 2016. Childhood self-control predicts smoking throughout life. Evidence from 21,000 cohort study participants. *Health Psychology*. Vsk. 35 (11), 1254–1263.
- deBlois, M.E., & Kubzansky, L.D. (2016). Childhood self-regulatory skills predict adolescent smoking behavior. *Psychol Health Med.*, 21(2):138-51.
- Defoe, I. N., Dubas, J. S., Somerville, L. H., Lugtig, P. & van Aken, M. A. G. 2016. The unique roles of intrapersonal and social factors in adolescent smoking development. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://pdfs.semanticscholar.org/b602/f21380ba8c154e26b02ff7235957f214f90c.pdf?_ga=2.7591601.2051591704.1562073446-178576048.1562073446 [viitattu 2.7.2019].
- Dunne, T., Bishop, L., Avery, S. & Darcy, S. 2017. A review of effective youth engagement strategies for mental health and substance use interventions. *Journal of Adolescent Health*. Vsk. 60 (5), 487–512.
- Euroopan parlamentin ja neuvoston direktiivi 2014/40/EU. *Euroopan unionin virallinen lehti* L 127/1. Verkkolehti. Saatavissa: https://eur-lex.europa.eu/legal-content/FI/TXT/PDF/?uri=OJ:L_2014_127_R_0001&from=EN [viitattu 2.7.2019].
- Galán, I., Díez-Ganán, L., Gandarillas, A., Canteo, J. L. & Durbán, M. 2012. Individual and contextual factors associated to smoking on school premises. *Nicotine & Tobacco Research*. Vsk. 14 (4), 495–500.
- Haines-Saah R.J., Oliffe J.L., White CF, Bottorff J.L. 2013. “It is just not part of the culture here”: Young adults’ photo-narratives about smoking, quitting, and healthy lifestyles in Vancouver, Canada. *Health & Place*, 22:19-28.
- Hertel A.W. & Mermelstein R.J. 2012. Smoker identity and smoking escalation among adolescents. *Health Psychology*, 31:467-475.
- Hill, E.M. & Maggi, S. 2011. Emotional intelligence and smoking: Protective and risk factors among Canadian young adults. *Personality and Individual Differences* 51(1):45-50.
- Kim, B., Gloppen, K., Rhew, I., Oesterle, S., & Hawkins, J. 2015. Effects of the Communities That Care Prevention System on Youth Reports of Protective Factors. *Prevention Science* 16, 5: 652-662.
- Kallunki, V., Kauronen, M.-L., Lehtonen, O., Purhonen, K. & Polak, A. 2019. Picture-based recognition of smokers. A novel visual method for health promotion. *Health Communication*. (lähetetty).
- Kuipers, M. A. G., Robert, P.-O., Richter, M., Rathmann, K., Rimpelä, A. H., Perelman, J., Federico, B., Lorant, V. & Kunst, A. E. 2016. Individual and contextual determinants of perceived peer smoking prevalence among adolescents in six European cities. *Preventive Medicine* 88, 168–175.
- Lindström, M. & Rosvall, M. 2015. Daily tobacco smoking, heavy alcohol use, and hashish use among adolescents in southern Sweden. A population-based multilevel study. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://core.ac.uk/download/pdf/82066502.pdf> [viitattu 2.7.2019].
- Luke, D., Allen, P., Arian, G., Crawford, M., Headen, S., Spigner, A. C., Tassler, P. & Ureda, J. 2001. Teens’ images of smoking and smokers. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1913674/> [viitattu 2.7.2019].
- Moran, M. B., Walker, M. W., Alexander, T. N., Jordan, J. W. & Wagner, D. E. 2017. Why peer crowds matter? Incorporating youth subcultures and values in health education campaigns. *American Journal of Public Health*. Vsk. 107 (3), 389–395.
- Pender, N.J. 2011. The Health Promotion Model. Manual. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://deepblue.lib.umich.edu/bitstream/handle/2027.42/85350/HEALTH_PROMOTION_MANUAL_Rev_5-2011.pdf [viitattu 2.7.2019]
- Purhonen, K., Kauronen, M.-L., Lehtonen, O., Polak, A. & Kallunki, V. 2019. Visual research in mixed methods studies. Recognising social identities and behaviour of non-smokers and smokers. *Journal of Mixed Methods Research*. (lähetetty).
- Puuronen, A. 2012. Ei pala, palaa, ei pala. Laadullinen tutkimus nuorten tupakointimattomuuden edistämisestä. Julkaisuja 126. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura.

Pönkä, H. 2017. Sosiaalisen median katsaus 12/2017. Blogi. Päivitetty 5.12.2017. Saatavissa: <https://harto.wordpress.com/2017/12/05/sosiaalisen-median-katsaus-12-2017/> [viitattu 1.7.2019].

Ramo, D. E., Rodriguez, T. M. S., Chavez, K., Sommer, M. J. & Prochaska, J. J. 2014. Facebook recruitment of young adult smokers for a cessation trial. Methods, metrics, and lessons learned. *Internet Interventions*. Vsk. 1 (2), 58–64.

Rosa, J.D. & Aloise-Young, P. 2015. A Qualitative Study of Smoker Identity Among College Student Smokers. *Subst Use Misuse*, 50(12):1510-7.

Rose, G. 2001. Visual methodologies. An introduction to the interpretation of visual materials. Lontoo: Sage Publications.

Soikkeli, M., Salasuo, M., Puuronen, A. & Piispa, M. 2015. Se toimii sittenkin. PDF-dokumentti. Saatavissa: http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/se_toimii_sittenkin.pdf [viitattu 1.7.2019].

Stafford, B. M. 1991. Body criticism. Imaging the unseen in enlightenment art and science. Lontoo: MIT Press.

Sutfin, E. L., McCoy, T. P., Berg, C. J., Champion, H., Helme, D. W., O'Brien, M. C., & Wolfson, M. 2012. Tobacco use by college students: a comparison of daily and nondaily smokers. *American journal of health behavior*, 36(2), 218-29.

Sussman, S., Pokhrel, P., Ashmore, R. D., & Brown, B. B. 2006. Adolescent peer group identification and characteristics: a review of the literature. *Addictive behaviors*, 32(8), 1602-27.

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. 2017. Kouluterveystiedon kysely 2017. [www-dokumentti](http://www.dokumentti.fi). Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tutkimustuloksia> [viitattu 1.7.2019].

Tombor, I., Shahab, L., Herbec, A., Neale, J., Michie, S. & West, R. 2015. Smoker identity and its potential role in young adults' smoking behavior. A meta-ethnography. *Health Psychology*. Vsk. 34 (10), 992–1003.

Tupakkalaki 549/2016. [www-dokumentti](http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20160549). Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20160549> [viitattu 1.7.2019].

Wills, T.A. & Ainette, M.G. 2008. Good Self-Control as a Buffering Agent for Adolescent Substance Use - An Investigation in Early Adolescence with Time-Varying Covariates. *Psychology of Addictive Behaviors* 22(4): 459–471.

Vallentin-Holbech, L., Rasmussen, B.M. & Stock, C. 2017. Are perceptions of social norms regarding peer alcohol and other drug use associated with personal use in Danish adolescents? *Scandinavian Journal of Public Health* 45, 8: 757-764.

Olli Lehtonen, tutkijatohtori



KUVAKYSELY NUORTEN TUPAKOINNIN TUNNISTAJANA

Tausta: Miksi kuvakyselyjä nuorille?

Tässä luvussa tutkitaan tilastollisilla menetelmillä sitä, miten hyvin kuvakyselyllä voidaan tunnistaa nuorten tupakointikäyttäytymistä. Tavoitteena on tarkastella, miten hyvin kuvilla esitettävät visuaaliset kontekstit selittävät nuorten tupakointikäyttäytymistä. Tietämys kuvakyselyn mahdollisuuksista tunnistaa nuorten tupakointia on tärkeää, jotta kuvilla operationalisoituja visuaalisia konteksteja voidaan käyttää visuaalisuutta hyödyntävissä ennaltaehkäisy menetelmissä. Oletuksena on, että kuvakyselyllä on mahdollista osoittaa visuaalisia sosiaalisia ja ympäristöllisiä tekijöitä, jotka vaikuttavat nuorten tupakointiin. Viimeisten tutkimusten perusteella visuaalisilla tekijöillä voidaan tunnistaa nuorten tupakointikäyttäytymistä jopa tehokkaammin kuin perinteisemmällä, sanallisilla kyselylomakkeilla (Kallunki ym. 2019). Kuvallisten, visuaalisten menetelmien etuna on se, että ne pystyvät korostamaan tiedostamattomaan terveystyökaluun liittyviä tekijöitä ja tilanteita paremmin kuin sanalliset kyselylomakkeet.

Visuaalisia menetelmiä on käytetty terveystietämisen edistämiseksi suhteellisen vähän. Aikaisemmissa tutkimuksissa visuaalisia menetelmiä on hyödynnetty osoittamaan tupakointiin liittyviä tiedostamattomia sosiaalisia näkökulmia. Kanadassa tehdyssä tutkimuksessa tupakoivat nuoret olivat tupakoimattomien nuorten keskuudessa vähemmän suosittuja ja eivätkä niin sosiaalisesti hyväksytyjä kuin tupakoimattomat nuoret (Woodgate & Busolo 2015). Toisessa tutkimuksessa valokuvilla on osoitettu, että tupakoitsijoiden käsitykset heidän omasta tupakoinnistaan liittyvät siihen, että tupakoinnilla on mahdollista solmia ihmissuhteita (Haines-Saah ym. 2013). Näitä tupakointiin liittyviä tekijöitä on pyritty tunnistamaan tässä tutkimushankkeessa kuvakyselyillä, mutta tässä luvussa keskitytään siihen, kuinka hyvin kuvakyselyllä voidaan tunnistaa nuorten tupakointia.

Kuvakyselyn tilastollinen mallintaminen

Menetelmällisesti analyysi pohjautuu PLS-DA-erotteluanalyysiin, jolla tutkitaan sitä, kuinka hyvin kuvakyselyllä voidaan tunnistaa tupakoivia ja tupakoimattomia nuoria. PLS-DA kuuluu erotteluanalyysin menetelmäperheeseen. Se pohjautuu osittaisen pienimmän neliön regressiomallien komponentteihin, joita käytetään erotteluanalyysin funktiona (ks. menetelmästä Nocairi ym. 2005). Menetelmässä aineistosta muodostetaan lineaarisia latenteja muuttujia, joilla pyritään erottelamaan selitettävää muuttujaa. Aineistona PLS-DA-analyysissä käytettiin kuvakyselyitä 1.8, 1.9 ja 2.1. Nämä kuvakyselyt ja niiden teemat on esitelty tarkemmin tämän raportin artikkelissa *Visuaalisen ja kuvallisen tutkimusmenetelmän kehittäminen nuorten tupakkatuotteiden käytön ehkäisyyn*.

PLS-DA-analyysissä selitettävä muuttuja on kaksiluokkainen. Se oli luokiteltu tupakoiviin ja tupakoimattomiin nuoriin. Analyysissä pyrittiin kuvakyselyn vastausten perusteella ennustamaan, kumpaan luokkaan nuori kuuluu. Menetelmällä oli siis mahdollista tutkia sitä, kuinka hyvin kuvakyselyllä voidaan tunnistaa nuorten tupakointikäyttäytymistä. Analyysissä käytettiin R-tilasto-ohjelmaa ja sen caret-kirjastoa.

Aineisto jaettiin harjoitus- ja validaatioaineistoihin satunnaisesti siten, että 65 prosenttia aineistosta kuului harjoitusaineistoon ja 35 prosenttia validaatioaineistoon, josta arvioitiin mallien suoriutumista. Aineistoi-

Taulukko 1. PLS-DA-mallien sensitiivisyys, spesifisyys ja tarkkuus. Luvut ovat keskiarvoja 100 permutaatiosta.

| Parametri | Data 1.7 | | Data 1.8 | | Data 2.1 | |
|----------------|-------------|------------|-------------|------------|-------------|------------|
| | Kalibrointi | Validointi | Kalibrointi | Validointi | Kalibrointi | Validointi |
| Sensitiivisyys | 0,956 | 0,926 | 0,960 | 0,907 | 0,974 | 0,940 |
| Spesifisyys | 0,385 | 0,282 | 0,758 | 0,683 | 0,650 | 0,480 |
| Tarkkuus | 0,833 | 0,779 | 0,877 | 0,818 | 0,932 | 0,873 |

hin jako tehtiin niin, että molemmissa aineistoissa tupakoitsijoiden ja tupakoimattomien nuorten osuudet säilyivät alkuperäisinä. Analyysissä hyödynnettiin permutointia: aineistojen jakaminen satunnaisesti kahteen osaan toistettiin 100 kertaa, jolloin yksittäisen aineiston jakamisen merkitys tuloksissa pienenee. Tuloksissa esitetyt luvut (sensitiivisyys, spesifisyys ja tarkkuus) on laskettu 100 permutaation keskiarvoina.

Kuvakysely nuorten tupakoinnin tunnistajana: PLS-DA-mallinnuksen tulokset

PLS-DA-mallinnusta käytettiin tunnistamaan tupakoivia ja tupakoimattomia nuoria kuvakyselyn aineistoista 1.8, 1.9 ja 2.1. Mallinnukseen otettiin mukaan vain ne kysymykset, joissa tupakoivat ja tupakoimattomat nuoret erosivat toisistaan. Mallinnuksessa aineistoja arvioitiin kolmella parametrilla: sensitiivisyys, spesifisyys ja tarkkuus, jotka on esitetty aineistoittain taulukossa 1.

Yleisesti PLS-DA-mallit ennustivat tarkemmin tupakoimattomia kuin tupakoivia nuoria, koska sensitiivisyysarvot olivat aineistoissa korkeammat

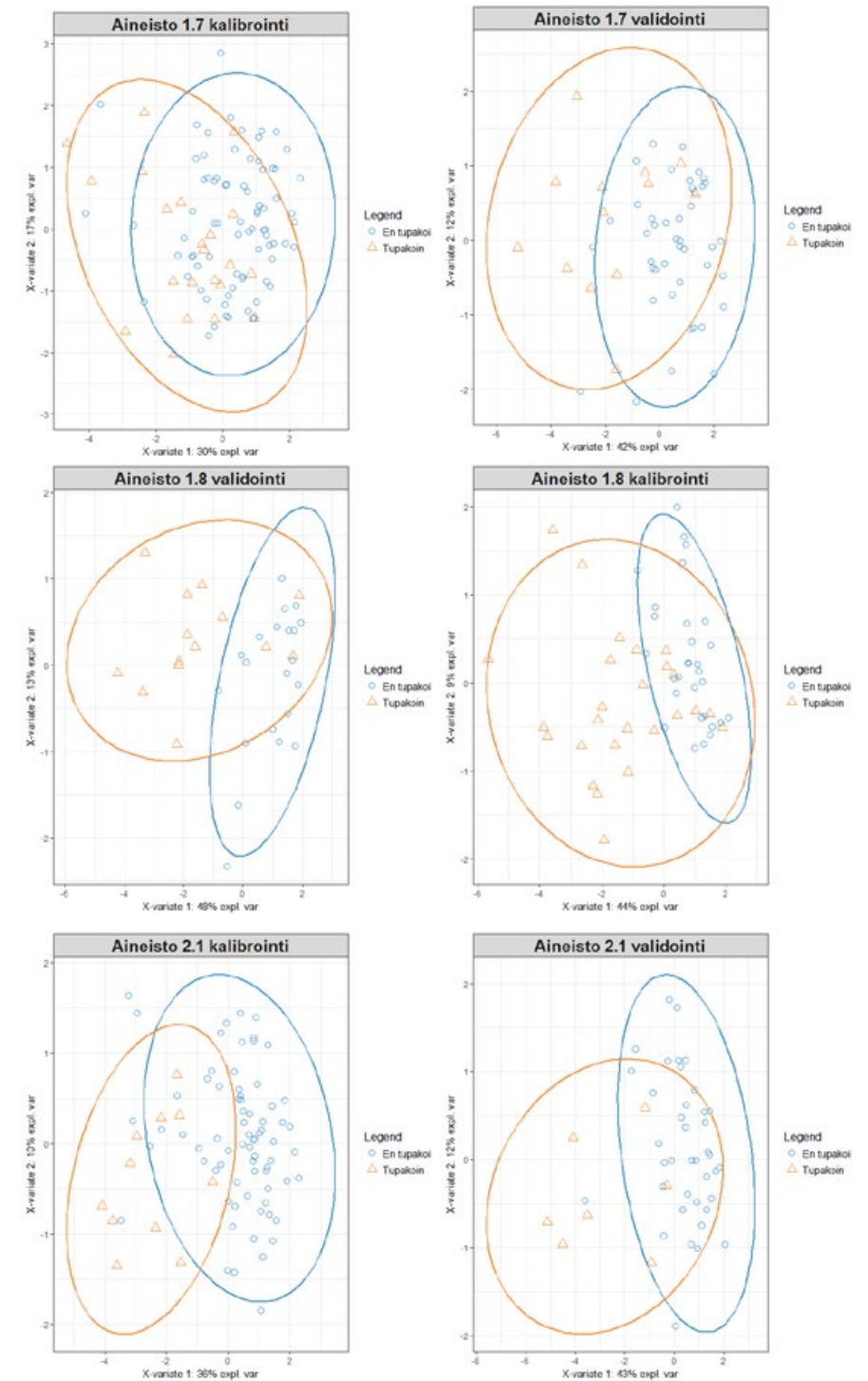
kuin spesifisyysarvot. Mallit tunnistivat yli 90 prosenttia tupakoimattomista nuorista kaikissa aineistoissa. Tupakoivia nuoria mallit tunnistivat heikommin, sillä kaikissa malleissa tupakoivista nuorista tunnistettiin alle 80 prosenttia. Spesifisyysarvot vaihtelivat aineistoissa huomattavasti: alimmillaan arvo oli 28 prosenttia ja korkeimmillaan 76 prosenttia. Tästä huolimatta tarkkuus aineistossa on melko korkea, koska alimmillaankin PLS-DA-mallit luokittelevat oikein noin 78 prosenttia nuorista. Erot tarkkuudessa mallien välillä ovat melko pieniä, ja tarkkuus paranee aineistosta 1.8 aineistoon 2.1.

Kuvassa 1 aineistojen kalibraatio- ja validaatioaineistot on projisoitu PLS-DA-mallin kahden ensimmäisen komponentin suhteen. Kuvasta nähdään, että tupakoitsijoiden ja tupakoimattomien nuorten välillä ei ole kaikissa aineistoissa selkeää eroa ja vastaajat luokittelevat osin päällekkäin. Validaatioaineisto aineistosta 2.1 tunnistaa selvimmin tupakoitsijat ja tupakoimattomat nuoret. Aineistoissa 1.7 ja 1.8 komponenttien määrittämät alatilat menevät eniten päällekkäin. Tämä kuvastaa sitä, että osalla tupakoimattomista nuorista tupakoinnin todennäköisyys on samalla tasolla kuin tupakoitsijoilla. Siksi luokittelu ei tunnista näitä nuoria oikein. Toisaalta jälleen kerran iterointi näyttää parantavan aineistoa, sillä aineistossa 2.1 erot tupakoivien ja tupakoimattomien välillä ovat suurimmat.

Taulukkoon 2 on koottu PLS-DA-mallien VIP-kertoimet, jotka kuvaavat yksittäisten muuttujien tärkeyttä selitettäessä nuorten tupakointia. Mitä korkeampia arvoja muuttujan VIP-kerroin saa, sitä tärkeämpi se on tunnistettaessa nuorten tupakointia. Kun nuoria luokitellaan tupakoiviin ja tupakoimattomiin, tärkeimmät erottelevat kuvat ovat tulosten perusteella sellaiset, jotka esittävät tölkkettä ja oluttuoppeja sekä sisältävät tupakointiin viittaavia elementtejä. Näiden kuvien VIP-kertoimien keskiarvot ovat korkeimpia 100 permutaation laskennassa.

Yhteenveto

Tavoitteena tässä luvussa oli tutkia kuvakyselyn mahdollisuuksia tunnistaa nuorten tupakointikäyttäytymistä. Tulosten perusteella kuvakyselyllä pystyttiin tunnistamaan nuorten tupakointia hyvin, sillä PLS-DA-analyseissa tupakointikäyttäytyminen ennustettiin kuvakyselyssä oikein parhaimmillaan yli 90 prosentilla nuorista. Tupakoivien ja tupakoimattomien välillä



Kuva 1. Hajontakuviot PLS-DA-mallin kahdesta ensimmäisestä komponentista. Jokainen piste kuvastaa yhtä vastaajaa.

| VIP | Data 1.7 | | Data 1.8 | | Data 2.1 | |
|--------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| | Kalibrointi | Validointi | Kalibrointi | Validointi | Kalibrointi | Validointi |
| K0111b | - | - | - | - | 0,0422 | 0,0427 |
| K0119 | 0,0615 | 0,0644 | 0,0510 | 0,0519 | 0,0640 | 0,0649 |
| K0120 | 0,0364 | 0,0369 | 0,0393 | 0,0431 | 0,0300 | 0,0285 |
| K0124 | 0,0351 | 0,0354 | - | - | - | - |
| K0130 | 0,0507 | 0,0527 | 0,0742 | 0,0707 | 0,0521 | 0,0599 |
| K0131 | 0,0581 | 0,0619 | 0,1035 | 0,1063 | - | - |
| K0133 | 0,0355 | 0,0397 | 0,0460 | 0,0540 | - | - |
| K0135 | 0,0413 | 0,0413 | - | - | - | - |
| K0136 | - | - | 0,0604 | 0,0614 | - | - |
| K0140 | - | - | 0,0449 | 0,0457 | - | - |
| K0150 | - | - | 0,0700 | 0,0687 | 0,0359 | 0,0396 |
| K0165 | - | - | - | - | 0,0333 | 0,0373 |
| K0174 | - | - | - | - | 0,0401 | 0,0402 |
| K0175 | - | - | - | - | 0,0296 | 0,0322 |

Taulukko 2. PLS-DA-mallien VIP-kertoimien keskiarvot. Tulokset on laskettu keskiarvona 100 permutaatiosta.

oli kuitenkin isoja eroja siinä, miten heidän käyttäytymistään pystyttiin mallintamaan kuvakyselyllä. Parhaiten kuvakyselyllä tunnistettiin tupakoimattomat, alhaisen tupakointiriskin nuoret, joista kuvakysely tunnisti noin 90 prosenttia. Tupakoivia nuoria tunnistettiin heikommin, sillä heistä vain hieman yli puolet tunnistettiin PLS-DA-mallilla.

Tulosten perusteella kuvien esittämien visuaalisten kontekstien välillä oli eroja siinä, miten hyvin ne erottelivat nuoria tupakoiviin ja tupakoimattomiin. Tärkeimmät erottelevat kuvat esittivät tölkkejä ja oluttuoppeja tai sisälsivät tupakointiin viittaavia elementtejä tai konteksteja. Näiden kuvien suhteen tupakoivan ja tupakoimattoman nuoren reaktiot olivat erilaiset, minkä vuoksi kuvat erottelivat heidät.

Tulokset vahvistivat näkemystä siitä, että kuvien visuaaliset kontekstit näyttävät olevan tehokkaita indikaattoreita tunnistamaan nuorten tupakointikäyttäytymistä. Siksi visuaalisia konteksteja voitaisiin hyödyntää nykyistä enemmän tupakoinnin interventioissa ja pyrittäessä vaikuttamaan nuorten tupakointiin.

Lähteet

- Haines-Saah, R. J., Oliffe, J. L., White, C. F. & Bottorff, J. L. 2013. "It is just not part of the culture here." Young adults' photo-narratives about smoking, quitting, and healthy lifestyles in Vancouver, Canada. *Health & Place* 22, 19–28.
- Kallunki, V., Kauronen, M.-L., Lehtonen, O., Purhonen, K. & Polak, A. 2019. Picture-based recognition of smokers. A novel visual method for health promotion. *Health Communication*. (lähetetty).
- Nocairi, H., Qannari, E. M., Vigneau, E. & Bertrand, D. 2005. Discrimination on latent components with respect to patterns. Application to multicollinear data. *Computational Statistics & Data Analysis* 48, 139–147.
- Woodgate, R. L. & Busolo, D. S. 2015. A qualitative study on Canadian youth's perspectives of peers who smoke. An opportunity for health promotion. *BMC Public Health* 15, 1301.

KUVAKYSELYN JA TAVALLISEN, TEKSTIPOHJAISEN KYSELYN EROT PYRITTÄESSÄ TUNNISTAMAAN NUORTEN TUPAKOINTIA



Tausta

Tässä luvussa tutkitaan, millaisia eroja kuvakyselyllä ja perinteisellä, tekstipohjaisella kyselyllä on pyrittäessä tunnistamaan nuorten tupakointia. Luvussa analysoidaan kuvakyselyn vahvuuksia ja heikkouksia suhteessa tekstipohjaiseen kyselyyn. Vertailu on tärkeää, koska tutkimusta kuvakyselyjen käytöstä terveystietämisen tunnistamisessa on tehty suhteellisen vähän, vaikka edellisessä luvussa osoitettiin, että kuvakyselyillä voidaan tunnistaa nuorten tupakointikäyttäytymistä tehokkaasti. Menetelmällisesti tämä luku perustuu laadulliseen tekstinlouhintaan ja tilastolliseen mallintamiseen. Luvussa esitetyt tulokset auttavat ymmärtämään, millainen merkitys kuvallisilla menetelmillä ja niiden tunnistamalla sosiaalisilla konteksteilla on nuorten tupakoinnin selittäjänä. Uusi tietämys on tärkeää syvennettäessä ymmärrystä tupakoinnin sosiaalisista konteksteista (Poland ym. 2006).

Aineistot kyselyistä

Kuva- ja tekstikyselyn eroavaisuuksia tutkittiin kahdella kyselyllä. Ensimmäisessä kyselyssä ammattikoulun opiskelijoita pyydettiin kirjoittamaan lyhyesti, mitä he tulkitsevat olevan 40 kuvassa, joita heille näytettiin kyselyssä. Käytetyt 40 kuvaa kuvasivat erilaisia asioita sosiaalisista suhteista ja tunteista aina fyysiseen ympäristöön. Kuvien teemat pohjautuivat aikaisempiin tutkimuksiin, joissa oli havaittu eroavaisuuksia tupakoivien ja tupakoimattomien välillä (Berg ym. 2009; Slater & Hayes 2010). Kyselyssä kuvaa näytettiin opiskelijoille neljän sekunnin ajan. Sen jälkeen opiskelijat kirjoittivat oman tulkintansa siitä, mitä kuva tarkoittaa. Kyselyyn osallistui yhteensä 120 opiskelijaa. Heistä 72 prosenttia ($n = 86$) kertoi olevansa tupakoimattomia ja 18 prosenttia ($n = 13$) puolestaan kertoi tupakoivansa.

Toisessa aineistonkeruuvaiheessa 40 kuvasta valittiin kolme merkittävintä kuvaa – oluttuoppi, lukeminen ja tupakointi – tarkempiin analyyseihin toiselle kyselykierrokselle. Toinen kyselykierros jakautui kahteen osaan. Ensimmäisessä osassa opiskelijoita pyydettiin vastaamaan, kuinka paljon he kokivat valittujen kuvien kuvastavan heidän omaa elämäänsä, mielipidettään tai heille tärkeää ilmiötä. Toisessa osassa opiskelijoille esitettiin sanoja valituista kolmesta kuvasta. Sanoista muodostettiin perinteinen kysely, jossa opiskelijoita pyydettiin vastaamaan, kuinka paljon he kokivat sanan kuvastavan heidän omaa elämäänsä, mielipidettään tai heille tärkeää ilmiötä. Perinteisen kyselyn tarkoituksena oli kysyä täsmälleen samoja asioita kuin kuvakyselyssä, mutta kuvien sijaan kysymyksissä käytettiin yksittäisiä sanoja ja merkityksiä (kuva 1).

Toinen aineistonkeruuvaihe suoritettiin ammattikoulun opiskelijoilla siten, että opiskelijat vastasivat kyselyihin joko koululla tai kotonaan. Molemmissa kyselyissä käytettiin kuusiportaista Likert-asteikkoa ja vastaukset kerättiin Google Forms -lomakkeella. Yhteensä kyselylomakkeisiin vastasi 82 opiskelijaa. Heistä 52 prosenttia ($n = 43$) ilmoitti, että ei käytä tupakkatuotteita, 39 prosenttia ($n = 34$) ilmoitti tupakoivansa säännöllisesti ja 9 prosenttia ($n = 7$) ilmoitti tupakoivansa satunnaisesti.

Ensimmäinen kysely

Kirjoita korkeintaan muutamalla sanalla, mistä kuva pääasiallisesti kertoo? Keskity kuvan tärkeimpään viestiin.

Description (optional)

KUVA 1 (K0119.2)

Short answer text

KUVA 2 (K0174)*

Short answer text

Toinen kysely

K0124 Kuinka paljon kuva kertoo suhteestasi lukemiseen? *



1 2 3 4 5 6

Eläinkaan Erittäin paljon

Kuva 1. Kuvakaappaus ensimmäisen ja toisen kyselyn lomakkeista.

Menetelmät kyselyjen vertailuun

Kuvakyselyn ja tavallisen tekstikyselyn välisiä eroja tutkittiin kolmessa eri vaiheessa. Ensimmäisessä vaiheessa analysoinnissa hyödynnettiin tekstimassan louhintaa, jolla muodostettiin vertailevat sanapilvet erikseen tupakoiville ja tupakoimattomille nuorille. Vertailusanapilvillä pyrittiin tunnistamaan kuvakyselyn kuviin liittyviä visuaalisia konteksteja, jotka olisivat tunnusomaisia vain tupakoiville tai tupakoimattomille nuorille. Tavoitteena oli myös poimia jatkoanalyysiin kolme kuvaa, joissa tupakoivien ja tupakoimattomien nuorten visuaaliset kontekstit olisivat mahdollisimman erilaiset. Vertailupilvi vertaa kuhunkin kuvaan liittyvien termien suhteellista frekvenssiä. Se ei yksinkertaisesti yhdistä kahta sanapilveä vaan pikemminkin kuvaa sanan käyttöerot tupakoimattomien ja tupakoitsijoiden välillä. Vertailupilvifunktio löytyy R-tilasto-ohjelman wordcloud-paketista (Fellows 2015).

Analyysin toisessa vaiheessa tarkasteltiin korrelogrammilla kuvakyselyn ja sanallisen kyselyn vastauksien samankaltaisuutta. Korrelogrammilla

visualisoitiin kuvakyselyn vastausten korrelaatiota sanapilvissä esille nousseiden, kuviin liitettyjen käsitteiden kanssa. Visualisointi tehtiin erikseen tupakoivien ja tupakoimattomien nuorten osalta. Korrelogrammi visualisoi kuvakyselyn ja sanojen välisiä yhteyksiä mutta samalla paljastaa kuvien visuaalisissa tulkinnoissa esiintyvät erot tupakoivien ja tupakoimattomien nuorten välillä. Myös korrelogrammit tehtiin R-tilasto-ohjelmalla käyttäen corrplot-kirjastoa (Wei 2017).

Analysoinnin kolmannessa vaiheessa tutkittiin regressiomallinnuksella kuvakyselyn ja tekstikyselyn kykyjä tunnistaa tupakoivat ja tupakoimattomat nuoret. Analyysissa käytettiin kahta regressiomallia: yksi malli kuvakyselylle ja toinen tekstikyselylle. Tekstikyselyssä hyödynnettiin permutaatiota, koska kuva- ja tekstikyselyssä oli mukana eri määrä kysymyksiä. Permutaatiota hyödynnettiin valitsemaan regressiomallinnukseen nuorten tupakointikäyttäytymistä selittäviä kysymyksiä sama määrä kuin kuvakyselyssä oli kysymyksiä. Mallien vertailu perustuu Nagelkerken valeselitysasteeseen ja luokittelutarkkuuteen. Yksinkertaistettuna permutaation vaiheet voidaan kuvata seuraavasti: (1) otetaan otos (satunnaisesti tai todennäköisyyksillä) selittävästä muuttujasta, (2) sovitaan regressiomalli otokseen, (3) tallennetaan tulos (Nagelkerke R^2 ja luokittelutarkkuus), (4) toistetaan vaiheet 1–3 yhteensä 2 000 kertaa sekä (5) visualisoidaan ja kuvataan tulokset (Kleiber & Zeileis 2008, 222; Jones ym. 2009, 472). Vaiheessa 2 regressiomallinnukseen käytettiin yleistettyjä pienimmän neliösumman malleja, joissa oli binomijakauma (Faraway 2006, 301; Aitkin ym. 2009, 576).

Tulokset: kyselyjen väliset erot

TUPAKOINTIIN LIITETYT VISUAALISET KONTEKSTIT

Ensimmäisessä vaiheessa kartoitettiin kuvakyselyssä esitettyjen kuvien visuaalisia konteksteja. Kartoitus tehtiin analysoimalla sanapilvillä tekstin louhinnalla saatuja tekstipohjaisen kyselyn tuloksia. Kuvissa 2–4 on esitetty tupakoivien ja tupakoimattomien tekstipohjaisen kyselyn yleisimmät käsitteet ($n > 2$). Kuvista havaittavat erot kuvaavat tupakoivien ja tupakoimattomien nuorten eroja kuviin liitettyissä visuaalisissa konteksteissa.



Kuva 2. Tupakoivien ja tupakoimattomien sanapilvet oluttuoppia esittävästä kuvasta.

Kuva 3. Tupakoivien ja tupakoimattomien sanapilvet lukemista esittävästä kuvasta.

Oluttuoppia esittävän kuvan suhteen tupakoivien ja tupakoimattomien välillä on jonkin verran eroja, sillä tupakoivilla esille nousee sana ”känni” ja tupakoimattomilla sana ”alkoholi” (kuva 2). Myös lukemista esittävässä kuvassa ryhmien väliset erot ovat selviä, sillä tupakoivilla kuvasta ”ei tule mitään ideaa” mieleen, kun taas tupakoimattomilla kuvan tulkinnoissa nousevat esille sanat ”ajatukset”, ”lukee”, ”ajattelu”, ”kirja”, ”opiskelu” ja ”stressi” (kuva 3). Myös tupakointia esittävässä kuvassa tupakoivien ja tupakoimattomien sanapilvet näyttävät erilaisilta, vaikka molempien ryhmien sanapilvissä on yhteisiäkin tupakointia kuvaavia sanoja. Tupakoivilla tulkinnoissa korostuu sana ”gangsta” ja tupakoimattomilla sanat ”polttaminen” ja ”kova” (kuva 4).

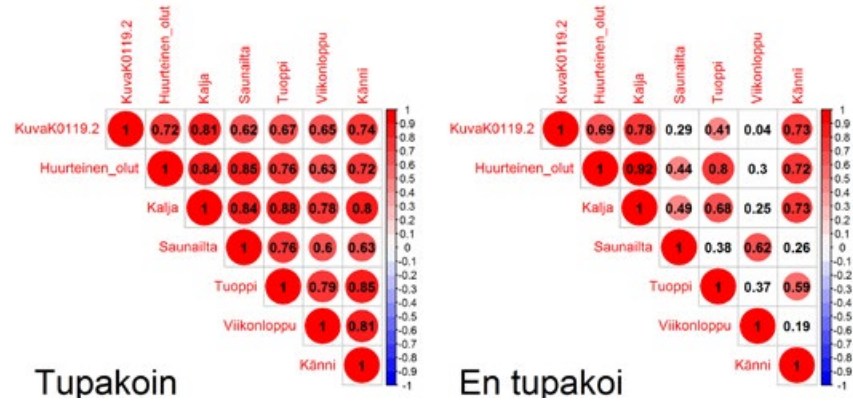
Visuaalisten kontekstien tutkimisen toisessa vaiheessa tutkimuksessa hyödynnettiin vertailupilviä. Ne nostavat esille niitä kuviin liittyviä käsitteitä, jotka ovat mahdollisimman erilaiset tupakoitsijoiden ja tupakoimat-



Kuva 4. Tupakoivien ja tupakoimattomien sanapilvet tupakointia esittävästä kuvasta.

tomien ryhmissä. Näin voidaan syventää tulkintaa nuorten tupakointiin liitetystä visuaalisista konteksteista. Kaikkiaan vertailupilviä luotiin 40, mutta vain kolme kuvaa valittiin näiden perusteella jatkoanalyysiin. Valitut kuvat olivat oluttuoppi, lukeminen ja tupakointi. Kuvien valinta tehtiin vertailupilvien ja tilastollisten testien (t-testi) perusteella siten, että valituissa kuvissa tupakoitsijoiden ja tupakoimattomien nuorten väliset erot ovat mahdollisimman suuria.

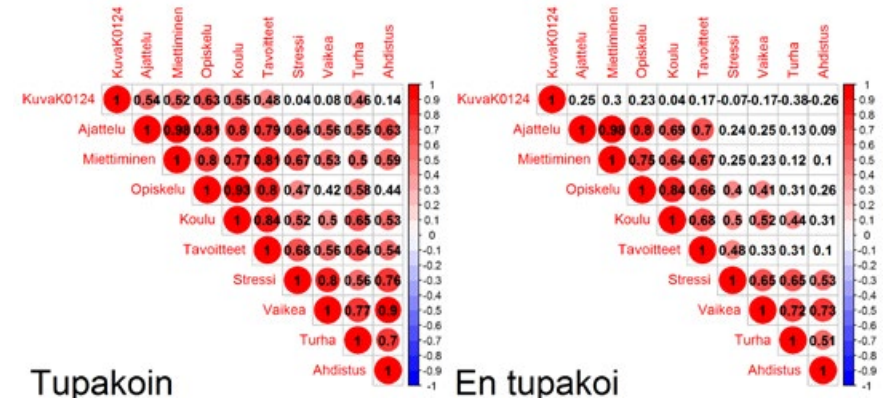
Vertailupilvet on esitetty kuvissa 5–7. Oluttuoppi-kuvaan tupakoivat yhdistivät tupakoimattomia yleisemmin sanat ”perjantai”, ”känni” ja ”olipa kaljaa”, kun taas tupakoimattomat yhdistivät kuvaan tupakoitsijoita useammin sanat ”olut” ja ”alkoholi” (kuva 5). Lukemista esittävään kuvaan tupakoitsijat yhdistävät tunnusomaisesti sanat ”ei tule mitään mieleen”, kun vastaavasti tupakoimattomat yhdistivät kuvan ajatuksiin, ajatteluun ja lukemiseen (kuva 6). Tupakoivaa naista esittävässä kuvassa tupakoit-



Kuva 8. Korrelogrammi oluttuoppia esittävästä kuvasta tupakoi- villä ja tupakoimattomilla nuorilla. Pallon väri ja koko kuvaavat korrelaation voimakkuutta ja tilastollista merkitsevyyttä. Jos korrelogrammin luku ei ole väritetyn pallon sisällä, korrelaatio ei ole tilastollisesti merkitsevä.

rogeenisesti. Tupakoitsijoilla puolestaan tulkinta kuvan ja sanojen kesken on homogeenisempi, sillä kuva korreloi sanojen ”ajatuksia”, ”ajattelua”, ”opiskelu”, ”koulu”, ”tavoite” ja ”hyödytön” kanssa. Korrelogrammi myös tukee sitä, että tupakoi- villä nuorilla on negatiivisempi tulkinta lukemista esittävän kuvan visuaalisesta kontekstista kuin tupakoimattomilla nuorilla.

Tupakointikuvan korrelogrammissa ero tupakoi- viden ja tupakoimatto- mien nuorten välillä on selkeä. Tupakoivat nuoret yhdistävät kuvan ainoas- taan sanaan ”masentunut”, kun taas tupakoimattomat nuoret yhdistävät kuvan sanoihin ”koulu”, ”kovis” ja ”syöpä” (kuva 10). Lyhyesti nämä erot

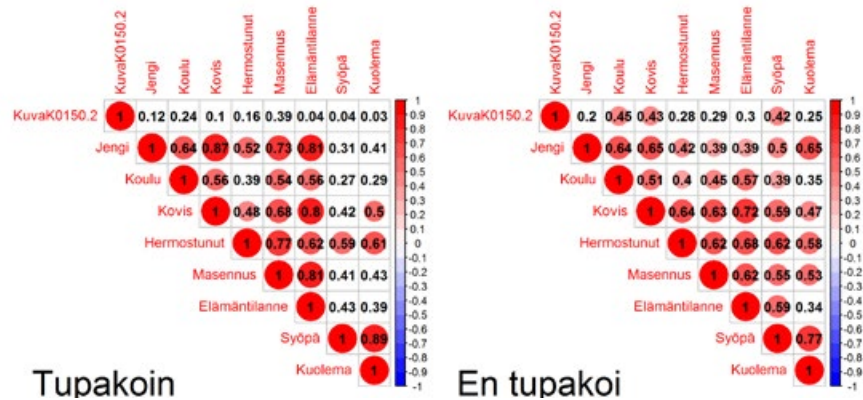


Kuva 9. Korrelogrammi lukemista esittävästä kuvasta tupakoi- villä ja tupakoimattomilla nuorilla.

havainnollistavat tupakoi- viden ja tupakoimattomien nuoren väliset erot kuvaan liittyvissä visuaalisissa konteksteissa.

KYSELYJEN KYKY TUNNISTAA NUORTEN TUPAKOINTIA

Analyysin kolmannessa vaiheessa verrataan regressiomallinnuksella kuva- kyselyn ja tavallisen kyselyn kyvykkyyttä ennustaa nuorten tupakointia. Taulukossa 1 esitetyt tulokset osoittavat, että kolmella kuvalla – oluttuop- pia, lukemista ja tupakointia esittävillä kuvilla – voidaan ennustaa nuorten tupakointikäyttäytymistä. Jos oluttuoppia esittävän kuvan visuaalinen



Kuva 10. Korrelogrammi tupakointia esittävästä kuvasta tupakoivilla ja tupakoimattomilla nuorilla.

konteksti liittyy nuoren mielestä vapaa-aikaan tai jos tupakointia esittävän kuvan visuaalinen konteksti heijastuu suoraan tupakointiin, nuori on todennäköisesti tupakoitsija tai hänen riskinsä aloittaa tupakointi on korkea.

Tulokset osoittavat myös, että jos lukemista esittävän kuvan visuaalinen konteksti liittyy nuorella lukemiseen, hänen tupakointiriskinsä on alhaisempi. Nuo kolme kuvaa selittävät pseudoselityksasteen perusteella nuorten tupakointikäyttäytymisestä noin 45 prosenttia (Nagelkerke pseudo-R²; taulukko 1). Sitä voidaan pitää kohtuullisena selityksasteena, kun otetaan huomioon selittävien kuvien alhainen lukumäärä regressiomallissa. Todennäköisyysrajalla 0,5 regressiomallin oikeinluokitusaste on melkein

| Muuttuja | Kuvakysely | | | Tekstipohjaisen kyselyn paras malli | | |
|-----------------------------------|--------------|---------------|-------------------|-------------------------------------|--------------|-------------------|
| | B | z-arvo | p-arvo | B | z-arvo | p-arvo |
| Vakio | -2,632 | -2,854 | 0,004 | 0,3770 | 0,453 | 0,650 |
| Oluttuoppi K0119 / (teksti v1) | 0,764 | 3,418 | < 0,001 | 1,181 | 3,773 | < 0,001 |
| Lukeminen K0124 / (teksti v2) | -0,267 | -1,466 | 0,142 | -0,441 | -2,178 | 0,029 |
| Tupakointi K0150 / (teksti v3) | 0,528 | 2,833 | 0,004 | -0,494 | -2,429 | 0,015 |
| Pseudo-selitysaste R ² | 0,446 | | | 0,421 | | |
| Luokitusaste (luokitusraja 0,5) | 0,805 | | | 0,792 | | |

| Muuttuja | Tekstipohjaisen kyselyn keskimääräinen malli | | |
|-----------------------------------|--|--------------|-------------------|
| | B | z-arvo | p-arvo |
| Vakio | -0,520 | -0,632 | 0,527 |
| Oluttuoppi K0119 / (teksti v1) | 1,012 | 3,457 | < 0,001 |
| Lukeminen K0124 / (teksti v2) | -0,367 | -1,974 | 0,048 |
| Tupakointi K0150 / (teksti v3) | -0,049 | -0,230 | 0,817 |
| Pseudo-selitysaste R ² | 0,362 | | |
| Luokitusaste (luokitusraja 0,5) | 0,743 | | |

Taulukko 1. Logistisen regressiomallin tulokset ennustettaessa nuorten tupakointia. Tekstipohjaiset regressiomallit sisältävät yhden muuttujan (sanan) jokaisesta kuvasta (n = 82). Parhaan regressiomallin selittävien muuttujien valinta tehtiin RSS-menetelmällä hyödyntäen R-tilasto-ohjelman leaps-kirjastoa (Lumley 2017).

81 prosenttia, joten regressiomalli on huomattavasti tarkempi kuin nuorten satunnainen luokittelu tupakoiviin ja tupakoimattomiin.

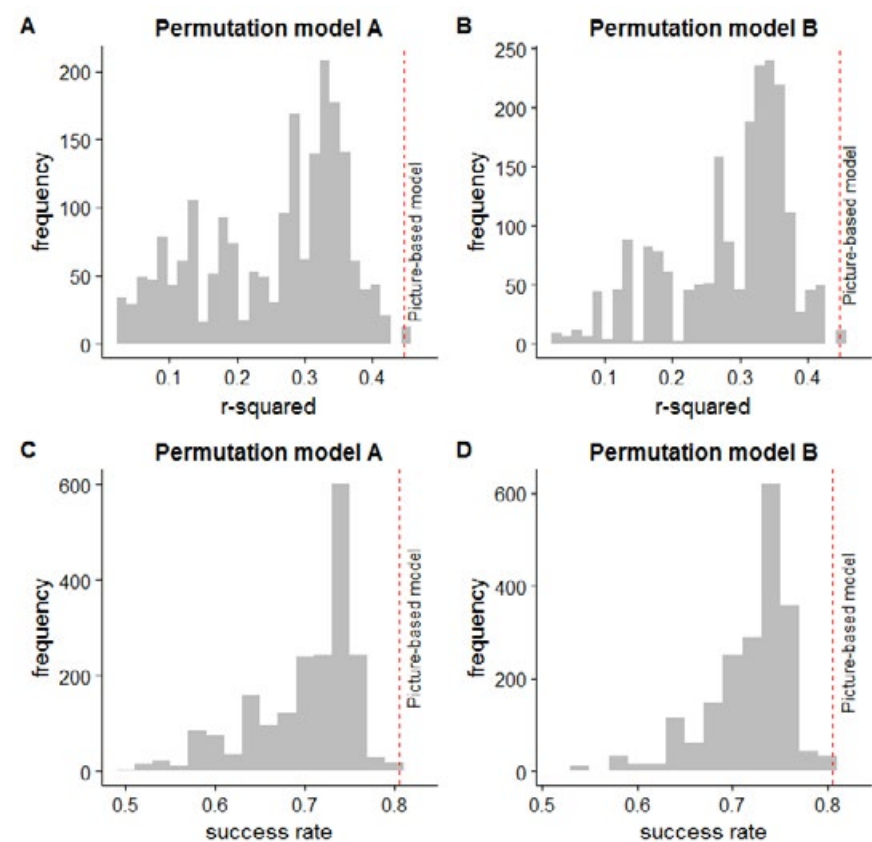
Taulukossa 1 on esitetty myös regressiomallinnuksen tulokset perinteisistä, tekstipohjaisista kyselyistä, joissa on käytetty kuvien sijaan sanallisia kysymyksiä. Sanallisista vastauksista muodostettu paras regressiomalli on selitysasteen ja oikeinluokitusasteen perusteella lähellä kuvakyselyä, sillä sen selitysaste on kaksi prosenttia ja oikeinluokitusaste prosentin alhaisempi kuin kuvakyselyn vastaavat luvut. Taulukossa on myös keskimääräisen tekstipohjaisen kyselyn regressiomallin tulokset, joissa selitysaste ja oikeinluokitusaste ovat huomattavasti kuvakyselyä heikommat. Keskimääräisen regressiomallin muuttujat ja tulokset pohjautuvat 2 000 permutaatioon, joissa kuvia vastaavat sanat valittiin satunnaisesti sanajoukosta.

Kuvassa 11 on esitetty permutaatiotestauksen tulokset tekstipohjaisista regressiomalleista. Kuvassa mallissa A selittävät muuttujat on valittu satunnaisesti tekstipohjaisesta kyselylomakkeesta. Mallissa B sen sijaan selittävien muuttujien valinta on tehty perustuen todennäköisyysotantaan, jossa otantatodennäköisyyksinä on käytetty kuvakyselyn ja tekstipohjaisen kyselyn välistä korrelaatiostatistiikkaa.

Permutaation tulokset kuvassa 11 osoittavat, että kuvakysely mallintaa nuorten tupakointia tekstipohjaista kyselyä paremmin. Esimerkiksi permutaatiomallissa A pseudoselitysaste tekstipohjaisessa regressiomallissa on 2 000 permutaatiossa vain kolme kertaa korkeampi kuin kuvakyselyssä. Siten on hyvin epätodennäköistä, että tekstipohjaisella kyselyllä olisi pystytty ennustamaan nuorten tupakointia paremmin.

Yhteenveto tuloksista

Tämän luvun tulokset osoittavat, että kuvakyselyllä voidaan tunnistaa nuorten tupakointia tehokkaasti; se voi olla jopa tehokkaampi tutkimusväline kuin perinteinen, tekstipohjainen kysely. Tulokset vahvistavat näkemystä, että kuvallisiin menetelmiin liittyy paljon potentiaalia. Niillä voidaan tulevaisuudessa ymmärtää tupakointia ja siihen liittyviä sosiaalisia konteksteja paremmin. Kuvakyselyn vahvuudet liittyvät muun muassa siihen, että sen avulla voidaan terveyden edistämiseksi kehittää interventioita, jotka eivät stigmatisoi interventoryhmää.



Kuva 11. Histogrammit permutoitujen regressiomallien pseudoselitysasteista ja oikeinluokitusasteista. Vertikaaliset katkoviivat esittävät kuvakyselyn pseudoselitysasteen ja oikeinluokitusasteen.

Lähteet

- Aitkin, M., Francis, R., Hinde, J. & Darnell, R. 2009. Statistical modelling in R. Oxford Statistical Science Series 35. Oxford University.
- Berg, C. J., Lust, K. A., Sanem, J. R., Kirch, M. A., Rudie, M., Ehlinger, E., Ahluwalia, J. S. & An, L. C. 2009. Smoker self-identification versus recent smoking among college students. *American Journal of Preventive Medicine* 36, 333–336.
- Faraway, J. J. 2006. Extending the linear model with R. Generalized linear, mixed effects and nonparametric regression models. Boca Raton: Chapman & Hall / CRC.
- Fellows, I., 2015. Package wordcloud, version 2.5. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://cran.r-project.org/web/packages/wordcloud/wordcloud.pdf> [viitattu 16.8.2018].
- Jones, O., Maillardet, R. & Robinson, A. 2009. Scientific programming and simulation using R. Boca Raton: Taylor & Hall / CRC.
- Kleiber, C. & Zeileis, A. 2008. Applied econometrics with R. New York: Springer.
- Lumley, T. 2017. Leaps. Regression subset selection. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://cran.r-project.org/web/packages/leaps/index.html> [viitattu 16.8.2018].
- Poland, B., Frohlich, K., Haines, R. J., Mykhalovskiy, E., Rock, M. & Sparks, R. 2006. The social context of smoking. The next frontier in tobacco control? *Tobacco Control* 15, 59–63.
- Slater, M. D. & Hayes, A. F. 2010. The influence of youth music television viewership on changes in cigarette use and association with smoking peers. A social identity, reinforcing spirals perspective. *Communication Research* 37, 751–773.
- Wei, T. 2017. Package “corrplot”. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://cran.r-project.org/web/packages/corrplot/corrplot.pdf> [viitattu 16.8.2018].

II PELIEN KEHITTÄMINEN TUPAKOINNIN EHKÄISEMISEKSI

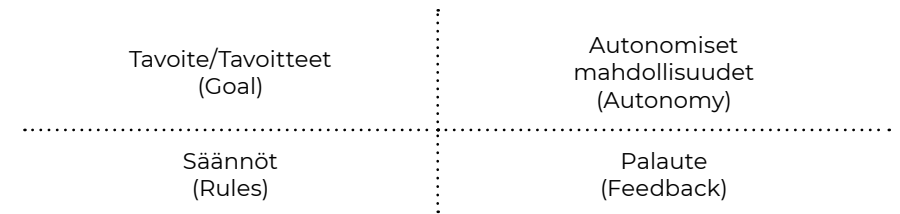


PELILLISYYDEN HYÖDYNTÄMINEN TUPAKOINNIN EHKÄISYMNENETELMIEN KEHITTÄMISESSÄ



Pelillisuus ja pelit

Pelillistäminen tarkoittaa sitä, että peleissä esiintyviä mekaniikkoja ja ominaisuuksia käytetään ratkottaessa erilaisia ongelmia tai liitettäessä edellä mainittuja ominaisuuksia konteksteihin, jotka eivät liity peleihin. Kyseessä voi olla esimerkiksi koulutuksen tai verkkoympäristön uudistaminen käyttäen peleissä esiintyviä elementtejä, jotta halutut tulokset parantuisivat kohdeyleisön keskuudessa. Pelillisuus on siis pähkinänkuoressa sitä, että ratkaistaan jokin ongelma hyödyntämällä peleissä esiintyviä mekaniikkoja tai yritetään sitouttaa käyttäjä mahdollisimman hyvin mukaan toimintaan. Pelillisuus on myös sitä, että pelin elementtejä käytetään ympäristöissä, jotka eivät liity millään tavalla suoraan peleihin (Adamou 2019, 70).



- » **Tavoitteet** ovat tärkeitä motivaation kannalta. Pitää olla jotakin saavutettavaa.
 - » **Autonomiset mahdollisuudet** antavat vapauden tehdä asioita ja kokea vapaaehtoisuus luontevalla tavalla.
 - » **Säännöt** antavat selkeän tavoitteen ja raamit sille, mitä voi ja mitä ei voi tehdä.
 - » **Palaute** antaa tietoa siitä, miten kokemus on ylipäänsä mennyt.
- (Adamou 2019, 45.)

Taulukko 1. Pelillisyyden pääkomponentit (Adamou 2019, 45).

Pelilliset keinot ilmenevät pistelaskureina, tulostauluina, saavutuksina tai vaikkapa jonkinlaisena tunnustuksena tai kunniamerkkinä. Monesti pelillisyyden, hyötypelien, tutkimuspelien, opetuspelien tai yleisesti pelien ja viihteellisuuden sisällöt menevät limittäin. Suurimpana erona varsinaisen pelillisyyden ja pelin välillä on se, että pelillisuus pyrkii ensisijaisesti vaikuttamaan käyttäjään ulkoapäin, kun taas peli pyrkii vaikuttamaan käyttäjään sisältäpäin (Adamou 2019, 78).

Jotta pelillisyyttä voidaan ymmärtää, pitää käsittää neljä erilaista komponenttia, joista pelillisuus koostuu ja pelin kehitys yleensä rakentuu (taulukko 1).

Pelit ja pelillisuus eivät siis tarkoita suoraan samaa asiaa. Palautelomakkeeseen lisätty kuva tai interaktiivisuus ei tarkoita sitä, että palautelomake on tuolloin peli tai pelillistetty lomake. Vaikka kyseessä on pelielementin sijoittaminen uuteen ympäristöön, se ei välttämättä suoraan riitä pelillisyyden määrittelyyn. Peli- ja pelillisuus-termejä käytetään usein väärin, mistä syntyy väärinkäsityksiä. Molemmissa käsitteissä on kuitenkin toisiinsa liittyviä elementtejä, ja kuten nimistä voi todeta, pelillisuus lainaa elementtejä peleistä. Interaktiivista lomaketta voidaan vahingossa kutsua

löyhästi peliksi, vaikka se ei muuten sisällä mitään pelin ominaisuuksia. (Adamou 2019, 42.) Pelillisyyden juuria pitää ymmärtää: miten pelit oikein toimivat, ja miksi niistä lainataan elementtejä eri metodeihin? Tässä tilanteessa ei kuitenkaan haittaa, että pelillisuus ja pelit kulkevat limittäin.

Pelien vaikutuksia pelaajaan

Pelillisyyden ja pelien yksi parhaimmista lopputuloksista on – oikein käytettynä – juuri niiden käyttäjille antama motivaatio ja sitoutuminen. Pelit ovat mukaansatempaavia, ja ne ruokkivat ihmisten psykologisia tarpeita. Sisältäpäin syntyviä tarpeita on tutkittu, ja ne voidaan listata neljäksi komponentiksi, joita pelit tuovat käyttäjille: kompetenssi, autonomia, tarkoitus ja suhde.

- **Kompetenssi** tarkoittaa sitä, että ihmisellä on tavoite kehittyä jossakin ja hallita ympäristöään mahdollisimman hyvin.
- **Autonomia** antaa pelissä vapauden tunteen ja mahdollisuuden tehdä asioita tietyissä raameissa.
- **Tarkoitus** antaa syyn pelata peliä ja tavoitteita pelin etenemiseksi.
- **Suhde** antaa yhteenkuuluvuuden tunteen, jolloin ihminen esimerkiksi auttaa muita saavuttamaan tavoitteita.

(Adamou 2019, 48.)

Kun ihminen saavuttaa omia psykologisia tarpeitaan, hänen aivonsa tuottavat kemikaaleja, kuten serotoniinia, dopamiinia, endorfiinia ja oksitosiinia. Näitä kemikaaleja yhdistää mielihyvän tunteen tuominen ihmisessä. Kun pelissä saavuttaa tavoitteen, aivot tuottavat dopamiinia saavutuksesta riippuen. Pienet haasteet antavat pieniä sykäyksiä, kun taas isommat suurempia. Aivot tuottavat dopamiinia myös pelin etenemisen aikana, jos pelikokemus on positiivinen ja pelaaja tavoitteellinen. Pelejä hyödyntävien tutkimusten perusteella voidaankin sanoa, että dopamiinin vaikutukset ovat hyödyllisiä pelaajille. Dopamiinin vaikutuksen alaisena ihmisen motivaatio, muisti, kognitiiviset kyvyt, keskittyminen ja tarkkaavaisuus ovat parempia. (Adamou 2019, 51.)

Terveyden ja hyvinvoinnin alueella on käytetty funktionaalisia pelejä. Esimerkiksi valmiiksi tehtyjä pelejä, kuten Tetrystä, on hyödynnetty lääkäreiden hoidossa. Potilaille on tehty rentouttavia pelejä pelattavaksi ennen leikkausoperaatiota, minkä ansiosta heidän stressitasoaan on saatu laskettua 40 prosentilla. (Adamou 2019, 153.) SuperBetter-peliä on käytetty masennusta ja ahdistuneisuutta sairastavien henkilöiden hoidossa. Heidän sosiaalista osallisuuttaan on tuettu antamalla heille erilaisia tavoitteita. Nintendo Wii -pelikonsolille kehitettyjä pelejä on hyödynnetty ikäihmisten motoriikan parantamisessa. Pelit kannustavat pelaajaa liikkumaan, ja niillä on todettu olevan positiivisia vaikutuksia muistiin ja mielialaan. (Adamou 2019, 153–154.) Pelejä on käytetty ja hyödynnetty tutkimuksissa, kuten Harvardin yliopistossa nuoriin kohdistuneessa tutkimuksessa sekä Cambridgessa tutkimusdatan lähteenä (Adamou 2019, 154).

Pelin elementeistä pelillisyydessä

Estetiikka ja narratiivinen kokemus ovat osa pelillisyyttä ja yleensäkin pelejä. Jos taas mieltii palaute- tai kyselylomakkeita, mieleen tulee tietynlainen kaavamainen mielikuva. Visuaalisuus ja esteettinen ulkoasu auttavat ihmisiä muistamaan ja erottelemaan tietynlaiset muistot, jolloin visuaalisuudesta jää muistiin vahvempi jälki. (Adamou 2019, 53.) Peleissä visuaalisuus on vahva elementti, vaikkakin on olemassa pelejä, jotka ovat täysin tekstipohjaisia. Sellainen on esimerkiksi Will Crowtherin kehittämä peli Colossal Cave Adventure vuodelta 1977. Visuaalisesti vahvoja tyylejä on puolestaan Gearbox Softwaren kehittämässä Borderlands-pelisarjassa. Lisäksi monet japanilaiset konsolipelit ovat vahvasti visuaalisuudella ja värikkyydellä höystettyjä.

Ihmiset kertovat toisilleen tarinoita ja kokevat niitä erilaisin keinoin: esimerkiksi kirjojen, elokuvien, tv-sarjojen, näytelmien ja pelien avulla. Ihmiset uneksivat jatkuvasti ja pohtivat tulevaisuuttaan. Tällainen ajattelu on luontaista ihmisluonteelle. (Adamou 2019, 58.) Pelillisyydessä narratiiviset ominaisuudet toimivat voimakkaasti, sillä tarinat – niin todellisuuteen kuin fantasiaankin perustuvat – ovat yleisesti kaikille ihmisille tuttuja. Kiinnostava tarina saa ihmisen mukaansa ja lisää osallistuneisuutta. Tämä on huomattavaa esimerkiksi Telltale Games -pelistudion peleissä, jotka perustuvat vahvasti pelin tarinaan. Esimerkkinä on kuvassa 1 näkyvä



Kuva 1. Kuvakaappaus Telltale Games -yrityksen kehittämästä tarinapohjaisesta Tales from the Borderlands -pelistä, jossa tarkoituksena on tehdä dialogivalintoja tarinan edetessä.

Kuva: Telltale Games.

kuvakaappaus pelistä Tales from the Borderlands. Telltale Gamesin peleissä pelaaja voi jatkuvasti tehdä valintoja ja vaikuttaa tarinaan, mikä tekee peleistä hyvin immersivisiä. Narratiivisuuden hyödyntämistä Versus-hankkeessa käsitellään tarkemmin artikkelissa Tarinalliset ja vuorovaikutteiset menetelmät nuorten tupakoinnin ehkäisyssä.

Immersio on yksi vahvimista pelikokemuksista. Immersio tarkoittaa sitä, että pelaajan ja pelimaailman välinen raja tulee häilyväksi. Pelaaja ikään kuin uppoaa pelimaailmaan niin vahvasti, että tuntee olonsa merkitykselliseksi pelissä – pelaaja kokee olevansa pelissä. Immersio siis tapahtuu, kun pelaajan kokemus peilaa pelihahmon kokemusta. (Sylvester 2013, 41.) Flow-tila, mielenkiinnon herääminen ja fiktio ovat ainesosat, jotka autta-

vat immersion saavuttamisessa. Jos pelaaja kokee pelin hyväksi ja reiluksi omaan taitotasoonsa nähden, hän pääsee luontevasti flow-tilaan ja etenee pelissä sujuvasti. Mielenkiinto herää yleensä hyvistä ja kiinnostavista pelimekaniikoista. Fiktio antaa lihaa luiden päälle esimerkiksi ohjaamalla pelaajan tilanteeseen, jossa hänen pitää selviytyä ja jossa tunteet, kuten pelko, voivat nousta pinnalle. Kun nämä komponentit yhdistyvät pelikokemuksessa, pelaaja ikään kuin siirtää oman tietoisuutensa pelimaailmaan ja näin immersoittuu peliin. (Sylvester 2013, 43.)

Versus-hankkeessa pyrittiin käyttämään kaikkia edellä mainittuja elementtejä, kun kehitettiin pelillisiä ja visuaalisia ratkaisuja. Pelillisuus, estetiikka, narratiivisuus ja viihteellisyys ovat pääasiallisia komponentteja kehitetyissä ratkaisuissa ja lopullisissa tuotoksissa, joista voi olla hyötyä kouluympäristössä ja opetuksessa.

Mitä pelaajat haluavat? Pelaajat haluavat hyviä pelejä ja pelihahmoja, joiden pitäisi täyttää pelaajan toiveet. Pelin tulisi antaa pelaajan kokea jotakin, mikä ei ole mahdollista oikeassa elämässä: voimaa, viisautta, viekkautta, menestystä, rikkautta, pahuutta tai sankarillisuutta. Pelit voivat herättää pelaajassa pelkoa, vihaa, ylpeyttä, iloa, surua ja innostuneisuutta. Pelkoa herättävät yleensä kauhupelit, kun taas moninpeleissä voi syntyä vihastumista ja tuskastumista, jos siinä pärjää huonosti. Onnistuessaan pelaaja taas voi kokea jopa liikaa ylpeyttä. Ilo on yleisin pelien synnyttämä asia, ja yleensä peli onkin tarkoitus rakentaa niin, että se on hauska. Surullisuuden saavuttaminen on vaikeaa, koska silloin pelin pitää vedota tunteisiin. Yleensä vain tarinapohjaiset pelit pystyvät siihen. (Dillon 2010, 7–9.)

Lähteet

- Adamou, B. 2019. Games and gamification in market research increasing consumer engagement in research for business success. Lontoo: Kogan Page.
- Dillon, R. 2010. On the way to fun. An emotion-based approach to successful game design. Natick: A K Peters.
- Sylvester, T. 2013. Designing games. A guide to engineering experiences. Sebastopol: O'Reilly Media.



VERTAISTEN VAIKUTUS JA DIGITAALISTEN PELIEN KÄYTTÖ TUPAKOINNIN EHKÄISYSSÄ

Vertaisten vaikutus tupakointiin

Vertaisten vaikutus nuorten tupakointiin on todettu tilastollisesti merkittäväksi useissa Euroopan maissa. Vaikutus on suurempi sukupuolten sisällä kuin niiden välillä. (McVicar 2011.) Tupakoivien vertaisten on havaittu vaikuttavan tupakoinnin aloittamiseen varhaisnuoruudesta alkaen varhaiseen aikuisuuteen saakka, ikävuosien 12–22 aikana. Suurin vaikutus vertaisilla on varhaisnuoruudessa. Vertaiset eivät tutkimusten mukaan kuitenkaan vaikuta kaikkiin nuoriin samalla tavalla. Tilanteeseen myös liittyy useita välittäviä tekijöitä, kuten suosio ystävien keskuudessa. (Van Ryzin ym. 2012.) Lisäksi tupakoivien vertaisten vaikutus nuoren tupakointiin vähenee varhaisnuoruudesta keskinuoruuteen (Villanti ym. 2011).

Vertaisvaikuttamiseen liittyvät tutkimustulokset ovat kuitenkin ristiriitaisia. Vertaisten vaikutuksen nuorten tupakointiin on todettu olevan heikompaa kuin on oletettu. Tutkimusten mukaan tupakoijan ja tupakoimattoman rooli muodostuu sen mukaan, kuuluuko nuori alun perin tupakoivien vai tupakoimattomien ryhmään. Mikäli nuori vaihtaa ryhmää, valinta tapahtuu hänen oman tupakointikäyttäytymisensä mukaisesti. (Go ym. 2010.)

Tupakoinnin sosiaalinen konteksti on liittynyt tupakoiviin ystäviin, sisaruksiin ja vanhempiin (Van Ryzin ym. 2012; Kaai ym. 2014). Tupakoimattomien läsnäolo on vähentänyt nuorten tupakointia, mutta tupakoimattomien vertaisten kehotukset olla tupakoimatta eivät ole vaikuttaneet tupakointiin vähentävästi (Harakeh & Vollebergh 2011). Vertaisilta tullut tupakoinnin paheksuminen on kuitenkin ollut yhteydessä pienempään tupakoinnin aloittamisen riskiin (Page ym. 2012).

Tilanne- ja hetkelliset tekijät (esim. ryhmään kuulumisen tarve) ja hetkellisesti sosiaaliseen kontekstiin liittyvät tekijät (esim. alkoholin käyttö) vaikuttavat tupakointiin. Myös sekä positiiviset että negatiiviset tunteet voivat vaikuttaa tupakointiin. Kuitenkin tupakoivan nuoren identiteetin kehittyminen vie aikaa ja tupakointi voi edelleen olla tilannesidonnaista. (Tombor ym. 2015.)

Nuorten alttiuteen aloittaa tupakointi vaikuttavat myös heikko itse-tunto ja positiivinen asenne tupakointiin (Kaai ym. 2014). Nuoren identiteetin kehitys on yhteydessä tupakointiin siten, että mitä enemmän nuori määrittelee omaa identiteettiään tupakoinnin kautta, sitä todennäköisemmin hän aloittaa tupakoinnin (Hertel & Mermelstein 2012). Tupakoinnin hyväksyvät asenteet, tupakoivien aikuisten määrä yhteisössä ja tupakoinnin sallittavuus kotona lisäävät nuorten tupakointia (Kaai ym. 2014, Thrul ym. 2014).

Pojilla aktiivinen urheilu ennustaa vähäisempää tupakointia, kun taas tytöillä vähäisempää tupakointia ennustavat kouluun liittyvät vapaa-ajan aktiviteetit (Metzger ym. 2011). Nuorten yhteisöissä tupakoinnin ehkäisy tulisi kohdistua ei-tupakoivan ryhmäidentiteetin tukemiseen. Viimeaikaisissa, varhaisnuorille (9–10-vuotiaat) suunnatuissa ehkäisyohjelmissä onkin käytetty vertaisten vahvistamista, suostuttelumenetelmää ja tiedon antamista yhdessä. Tavoitteena on ollut nuoren etukäteispäätös omasta tupakoimattomuudestaan. (McGee ym. 2016.)

Digitaalisten pelien hyödyntäminen tupakoinnin ehkäisyssä

Digitaalisten pelien pelaamisella on todettu olevan vaikutuksia havaitsemiseen, tiedon käsittelyyn, tunteisiin, motivaatioon ja käyttäytymiseen

(Connolly ym. 2012). Terveyttä edistävien pelien avulla voidaan lisätä tietoa, kehittää taitoja ja muuttaa asenteita (Papastergiou 2009). Elintapojen muutoksiin tähtäävät digitaaliset pelit lisäävät pelaajan motivaatiota ja sitoutumista terveellisiin elämäntapoihin, parantavat oppimista sekä edistävät käyttäytymisen muutoksia (Gao ym. 2015; Lieberman 2015; Edwards ym. 2018).

Terveyskäyttäytymisen muutoksen aikaansaamiseksi sovelluksissa on käytetty tavoitteiden asettelua, suunnitelman laatimista, seuranta, palautetta, palkitsemista ja uhkaa. Edwardsin ym. (2016) mukaan yhdessä sovelluksessa on käytetty keskimäärin 14:ää tekniikkaa. Yksilöllisistä tekniikoista yleisimmät ovat olleet käyttäytymisen omaseuranta, palkitseminen, sosiaalinen tuki, kannustimet ja aiemman onnistumisen hyödyntäminen (Edwards ym. 2016). Viimeaikaiset liikunnan lisäämiseen tarkoitettut sovellukset ovat tukeneet motivaatiota, päätöksentekoa, tavoitteen asettelua ja tehtyjen muutosten seuranta (Triantafyllidis ym. 2018).

Koska tavoitelähtöinen muutosprosessi edellyttää useita vaiheita, pelillistämistä on sisällytetty koulun opetussuunnitelmiin. Tavoitteena on ollut lisätä nuoren oppimista, ongelmanratkaisutaitoja ja kykyä itsesäätelyyn sekä siirtää nuoren oppimat käsitteet hänen omaan muutossuunnitelmaansa (Ennis 2013). Videopelien onkin todettu parantavan liikunta-aktiivisuutta ja terveystottumuksia kouluympäristössä toteutetuissa interventioissa (Norris ym. 2016).

Tupakoinnin lopettamiseen tarkoitetuissa peleissä pelaaja saa ohjeita, joiden tarkoitus on parantaa hänen sitoutumistaan ja motivaatiotaan tupakoinnin lopettamiseen (Edwards ym. 2018). Lopettamiseen tähtävissä simuloivissa peleissä pelihahmot aiheuttavat pelaajassa stressiä, psykologista vastarintaa ja tietoista heräämistä omaan tupakointikäyttäytymiseen. Lisäksi ne suuntaavat pelaajan keskittymistä havainnoimaan omaa tupakointikäyttäytymistään ja parantamaan tietoisuuttaan itsestään. (Park ym. 2017.) Pelisovelluksilla on myös yritetty vaikuttaa lopettamiseen liittyvään voimakkaaseen tupakan mielihaluun, mutta pelien vaikutukset siihen ovat olleet vähäisiä (DeLaughter ym. 2016).

Edellä kuvattua kognitiivista lähestymistapaa, jossa korostuvat yksilöpsykologiset tekijät, on kuitenkin kritisoitu siitä, että ihminen ei aina toimi loogisesti tai ei prosessoi tietoa rationaalisella tavalla (Corcoran 2010, 25). Pelillisten tupakoinnin ehkäisymenetelmien kehittämisessä onkin todettu

sitouttavien ja vaikuttavien pelien tarve sekä sellaisten strategioiden puute, joilla voitaisiin arvioida pelien laatua ja vaikutusta (Hall ym. 2015).

Nuorille suunnatuissa tupakoinnin ehkäisyypeleissä tupakointia suositellaan lähestyttävän hienotunteisesti, nuorten perspektiivistä ja tupakointimattomuuden positiivisia seurauksia korostaen. Pelien tulisi olla älyllisesti haastavia, stimuloivia, huumoria sisältäviä sekä grafiikaltaan ja sisällöltään runsaita. (Parisod ym. 2017.) Peleissä tulisi myös pyrkiä vaikuttamaan nuoren tupakoinnin vastaisiin asenteisiin (Parisod ym. 2018). Lisäksi tupakoinnin ehkäisyohjelmiin suositellaan yleensä sosiaalisten normien sisällyttämistä (Page ym. 2012).

Sosiaaliset tekijät pelillisyyden taustalla Versus-hankkeessa

Versus-hankkeessa pelien kehittämisessä hyödynnetään vertaisvaikutusta, kuten nuorten sosiaalisia suhteita ja normeja sekä asenteiden muuttamista (vrt. Corcoran 2010, 22). Koulu tukee nuorten tupakointimattomuuteen asetettuja pitkäaikaisia tavoitteita fyysisenä ja sosiaalisena ympäristönä. Siihen vaikuttavat erityisesti terveystiedon opetus, tupakointikielto, valvonta, puuttumismenettely ja tiedottaminen nuoren rikkeistä hänen vanhemmilleen. (Vrt. Corcoran 2010, 22.)

Koska sosiaaliset tekijät, kuten ryhmäytyminen ja läheiset ystävyys-suhteet, vaikuttavat nuoren tupakointikokeiluihin ja satunnaiseen tupakointiin (Hertel & Mermelstein 2012; Kvaavik ym. 2014; Tähkänen 2018), oletamme, että vastaavasti myös tupakoinnin ehkäisyn kannalta vertaisten asenteilla, uskomuksilla ja toiminnalla on vaikutusta tupakointikokeiluihin. Vaikka nuoret eivät varsinaisesti kehottaisikaan ystäviään pidättäytymään tupakoinnista, he voivat vaikuttaa asenteisiin ja uskomuksiin yhteisötasolla.

Oletuksena on, että digitaalisilla peleillä voi olla vaikutusta nuoren asenteisiin, uskomuksiin ja kriittisen ajattelun kehittymiseen yksilö- ja yhteisötasolla. Peli toimii nuorelle houkuttelevana kanavana, joka toisaalta välittää ystävyys-suhteisiin liittyviä tekijöitä ja nuoren omia pyrkimyksiä. Toisaalta taas peli tuo esiin tupakoinnin merkitystä sosiaalisten suhteiden muodostamisessa ja ylläpitämisessä. Tupakoinnin ehkäisy perustuu pelissä osittain kuvitteelliseen vuorovaikutukseen pelihahmojen kanssa, osittain

tietoiseen itsereflektioon. Peli välittää pelaajalle myös non-verbaalisia, suostuttelevia ja itsereflektiota aktivoivia viestejä painottamatta tupakoinnin terveysthaittoja. (Vrt. Corcoran 2010, 22–23.)

Suostuttelumalli (McGuire 2001) nostaa esiin yksilön sisäiset, toimintaa ohjaavat tekijät (esim. asenteet ja uskomukset) sekä sisäiset dynaamiset tekijät (esim. väestöryhmien kulttuurisesti erilaiset ominaisuudet), jotka vaikuttavat viesteihin tai muuttavat niitä. Pelin tarkoitus on herättää pelaajassa kriittisyyttä tupakointia kohtaan. Tämä puolestaan saa aikaan keskustelua vertaisten joukossa ja voi muuttaa suhtautumista tupakointikokeiluihin ja tupakointituotteiden käyttöön.

Lähteet

Connolly, T. M., Boyle, E. A., MacArthur, E., Hainey, T. & Boyle, J. M. 2012. A systematic literature review of empirical evidence on computer games and serious games. *Computers & Education*. Vsk. 59 (2), 661–686.

Corcoran, N. 2010. Theories and models in communicating health messages. Teoksessa Corcoran, N. (toim.) *Communicating health strategies for health promotion*. Lontoo: Sage, 5–31.

DeLaughter, K. L., Sadasivam, R. S., Kamberi, A., English, T. M., Seward, G. L., Chan, S. W., Volkman, J. E., Amante, D. J. & Houston, T. K. 2016. Crave-out. A distraction/motivation mobile game to assist in smoking cessation. *JMIR Serious Games*. Vsk. 4 (1), e3.

Edwards, E. A., Caton, H., Lumsden, J., Rivas, C., Steed, L., Pirunsarn, Y., Jumbe, S., Newby, C., Shenvi, A., Mazumdar, S., Smith, J. Q., Greenhill, D., Griffiths, C. J., Walton, R. T. 2018. Creating a theoretically grounded, gamified health app. Lessons from developing the Cigbreak smoking cessation mobile phone game. *JMIR Serious Games*. Vsk. 6 (4), e10252.

Edwards, E. A., Lumsden, J., Rivas, C., Steed, L., Edwards, L. A., Thiyagarajan, A., Sohanpal, R., Caton, H., Griffiths, C. J., Munafo, M. R., Taylor, S. & Walton, R. T. 2016. Gamification for health promotion. Systematic review of behaviour change techniques in smartphone apps. *BMJ Open*. Vsk. 6 (10), e012447.

Ennis, C. D. 2013. Implications of exergaming for the physical education curriculum in the 21st century. *Journal of Sport and Health Science*. Vsk. 2 (3), 152–157.

Gao, Z., Chen, S., Pasco, D. & Pope, Z. 2015. A meta analysis of active video games on health outcomes among children and adolescents. *Pediatric Health Promotion*.

Vsk. 16 (9), 783–794.

Go, M.-H., Green, H. D., Kennedy, D. P., Pollard, M. & Tucker, J. S. 2010. Peer influence and selection effects on adolescent smoking. *Drug and Alcohol Dependence*. Vsk. 109 (1–3), 239–242.

Hall, A. K., Mercado, R., Anderson-Lewis, C., Darville, G. & Bernhardt, J. M. 2015. How to design tobacco prevention and control games for youth and adolescents. A qualitative analysis of expert interviews. *Games for Health Journal*. Vsk. 4 (6).

Harakeh, Z. & Vollebergh, W. A. M. 2011. The impact of active and passive peer influence on young adult smoking. An experimental study. *Drug and Alcohol Dependence*. Vsk. 121 (3), 220–223.

Hertel, A. W. & Mermelstein, R. J. 2012. Smoker identity and smoking escalation among adolescents. *Health Psychology* 31, 467–475.

Kaai, S. C., Brown, K. S., Leatherdale, S. T., Manske, S. R. & Murnaghan, D. 2014. We do not smoke but some of us are more susceptible than others. A multilevel analysis of a sample of Canadian youth in grades 9 to 12. *Addictive Behaviors*. Vsk. 39 (9), 1329–1336.

Kvaavik, E., Scheffels, J. & Lund, M. 2014. Occasional smoking in Norway. *Tidsskrift Norske Laegeforen* 28. Vsk. 134 (2), 163–167.

Lieberman, D. A. 2015. Using digital games to promote health behavior change. Teoksessa Shyam Sundar, S. (toim.) *The handbook of the psychology of communication technology*.

McGee, C. E., Trigwell, J., Fairclough, S. J., Murphy, R. C., Porcellato, L., Ussher, M. & Fowweather, L. 2016. Effect of a sport-for-health intervention (SmokeFree Sports) on smoking-related intentions and cognitions among 9–10 year old primary school children. A controlled trial. *BMC Public Health* 16, 445.

McGuire, W. J. 2001. Input and output variables currently promising for constructing persuasive communications. Teoksessa Rice, R. E. & Atkin, C. K. (toim.) *Public communication campaigns*. 3. painos. Kalifornia: Sage, 22–48.

McVicar, D. 2011. Estimates of peer effects in adolescent smoking across twenty six European countries. *Social Science & Medicine*. Vsk. 73 (8), 1186–1193.

Metzger, A., Dawes, N., Mermelstein, R. & Wakschlag, L. 2011. Longitudinal modeling of adolescents' activity involvement, problem peer associations, and youth smoking. *Journal of Applied Developmental Psychology*. Vsk. 32 (1), 1–9.

Norris, E., Hamer, M. & Stamatakis, E. 2016. Active video games in schools and effects on physical activity and health. A systematic review. *The Journal of Pediatrics*. Vsk. 172 (40–46), e5.

Page, R. M., Suwanteerangkul, J., Sloan, A., Kironde, J. & West, J. 2012. Thai adolescents' normative beliefs of the popularity of smoking among peers, adults, the successful and elite, and parents. *Social Development*. Vsk. 21 (4), 849–867.

Papastergiou, M. 2009. Exploring the potential of computer and video games for health and physical education. A literature review. *Computers & Education*. Vsk. 53 (3), 603–622.

Parisod, H., Pakarinen, A., Axelin, A., Danielsson-Ojala, R., Smed, J. & Salanterä, S. 2017. Designing a health-game intervention supporting health literacy and a tobacco-free life in early adolescence. *Games for Health Journal*. Vsk. 6 (4).

Parisod, H., Pakarinen, A., Axelin, A., Löyttyniemi, E., Smed, J. & Salanterä, S. 2018. Feasibility of mobile health game “Fume” in supporting tobacco-related health literacy among early adolescents. A three-armed cluster randomized design. *International Journal of Medical Informatics* 113, 26–37.

Park, S.-M., Jang, H.-J. & Noh, G.-Y. 2017. Effects of psychological resistance on smoking behavior in smoking simulation game. *Journal of The Korean Society for Computer Games*. Vsk. 30 (2), 77–86.

Thrul, J., Lipperman-Kreda, S., Grube, J. W. & Friend, K. B. 2014. Community-level adult daily smoking prevalence moderates the association between adolescents' cigarette smoking and perceived smoking by friends. *Journal of Youth and Adolescence*. Vsk. 43 (9), 1527–1535.

Tombor, I., Shahab, L., Herbec, A., Neale, J., Michie, S., & West, R. 2015. Smoker identity and its potential role in young adults' smoking behavior. A meta-ethnography. *Health Psychology*. Vsk. 34 (10), 992–1003.

Triantafyllidis, A., Filos, D., Claes, J., Buys, R., Cornelissen, V., Kouidi, E., Chouvarda, I. & Maglaveras, N. 2018. Computerised decision support in physical activity interventions. A systematic literature review. *International Journal of Medical Informatics* 111, 7–16.

Tähkänen, S. 2018. Vertaisuuhteiden ja uskomusten vaikutus nuorten tupakointikäyttäytymiseen. Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu. Terveyden edistäminen YAMK. Opinnäytetyö. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.theseus.fi/handle/10024/142951> [viitattu 3.9.2019].

Van Ryzin, M. J., Fosco, G. M. & Dishion, T. J. 2012. Family and peer predictors of substance use from early adolescence to early adulthood. An 11-year prospective analysis. *Addictive Behaviors*. Vsk. 37 (12), 1314–1324.

Villanti, A., Boulay, M. & Juon, H.-S. 2011. Peer, parent and media influences on adolescent smoking by developmental stage. *Addictive Behaviors*. Vsk. 36 (1–2), 133–136.

Miikka-Petteri Lesonen, TKI-asiantuntija

VERSUS-HANKKEEN PELILLISYYDEN HYÖDYNTÄMINEN JA PELIEN KEHITTÄMINEN NUORTEN TUPAKKATUOTTEIDEN KÄYTÖN EHKÄISYYN



Pelillisten ratkaisujen suunnittelua ja kokeilua

Versus-hankkeen alussa, kun nuorille toteutettiin kuvakyselyitä, hankkeeseen ei vielä ollut pelillistä näkökulmaa. Kun hankkeelle luotiin visuaalista materiaalia, kuvituskuvana käytettiin kuvaa kamerasta, joka oli alustassa. Kameran linssi oli ikään kuin tarkkaileva silmä. Tästä syntyi ajatus, voisiko kameran linssi, silmä, olla jonkinlainen hankkeen symboli (kuva 1). Symboli puolestaan herätti ajatuksen peleissä esiintyvistä maskottihahmosta. Näin Versus-hankkeelle syntyi maskotti: pieni, maailmaa tarkkaileva, ystävällinen ja utelias hämähäkkirobotti.

Pelin ensimmäinen versio liittyi kuvakyselyn pelillistämiseen. Kuvakyselyä tehtiin Google Forms -alustalla, ja samalla mietittiin, miten ajatusta



Kuva 1. Versus-hankkeen sivustolla käytetty banneri.
Kuva: Manu Eloaho.

voisi kehittää enemmän pelimuotoon. Kuvakyselyformaattia kokeiltiin Google Formsin lisäksi Kahoot-alustalla, ja myöhemmin tehtiin erilaisia prototyyppikokeiluja Construct 2 -ohjelmistolla.

Ensimmäinen peliversio liittyi salapoliisiyöhön (kuva 2). Tässä vaiheessa Versus-hankkeella ei vielä ollut varsinaista visuaalista ilmettä tai tarinaa. Pelin idea oli sattumanvarainen kokeilu, ja tavoitteena oli keksiä, miten kuvakyselyä voisi toteuttaa eri tavalla. Mukana oli hieman pelillisiä elementtejä: aiheena oli ”etsivä tutkii kuva-aineistoa”.

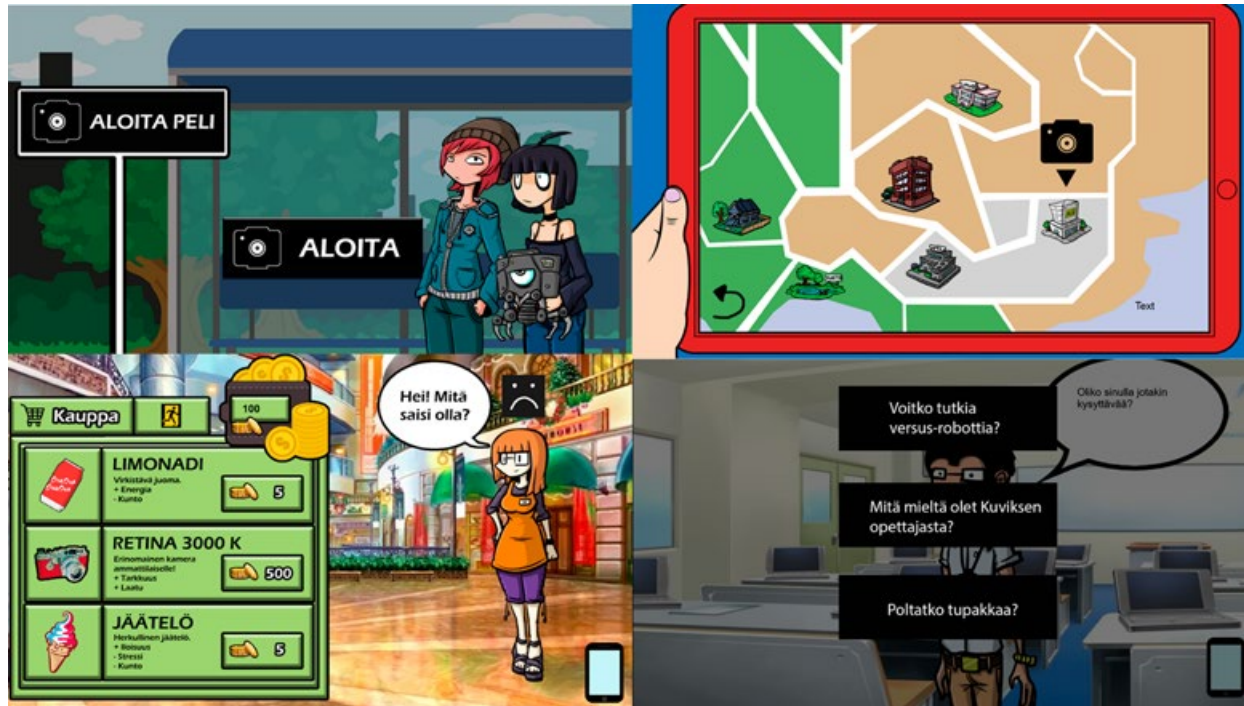
Kun käsikirjoitusta alettiin toteuttaa, kehiteltiin tupakka-aiheeseen liittyvä minipeli. Pelillä alkoi olla jo jonkinlainen ilme, yksinkertainen pelattavuus ja pistelaskuri. Toisen peliversion ja pelin aihe liittyi parveke-tupakointiin. Se näkyy pelitilanteen kuvakaappauksessa kuvassa 3. Pelin tavoitteena oli eliminoida ne henkilöt, jotka tupakoivat parvekkeella. Peli oli yksinkertainen, mutta sen tarina oli vielä hyvin väljä. Pelin avulla pystyttiin kuitenkin asettamaan rajoja ja hahmotelmia pelin kokonaisuudesta. Pian pelin kehittämisen jälkeen alkoikin sitten tarinan vieminen eteenpäin pelin muodossa.



Kuva 2. Pelikonsepti salapoliisipelistä, jossa tutkitaan kuvapareja.
Kuva: Pixabay & Miikka-Petteri Lesonen.



Kuva 3. Versus Smokebusters -minipelin kuvakaappaus kehitysvaiheessa. Kuva: Miikka-Petteri Lesonen & Juuso Myllylä.



Kuva 4. Kuvakaappauskokoelma Versus-hankkeen Kuntolan kaupunkiin sijoittuvan visual novel -pelin kehitysvaiheesta. Kuva: Miikka-Petteri Lesonen & Juuso Myllylä.

Kolmas peliversio oli tarinallinen kokonaisuus, johon kirjoitettiin alustava käsikirjoitus. Pelillä alkoi olla jonkinlainen juoni ja hahmot, joita pelaaja voi seurata. Peli sijoittui Kuntolan kaupunkiin, missä oli mahdollista tutkia kouluja, kauppakeskusta jne. Pelin tyyli oli visual novel, mikä ilmenee pelin kuvakaappauskokoelmasta (kuva 4).

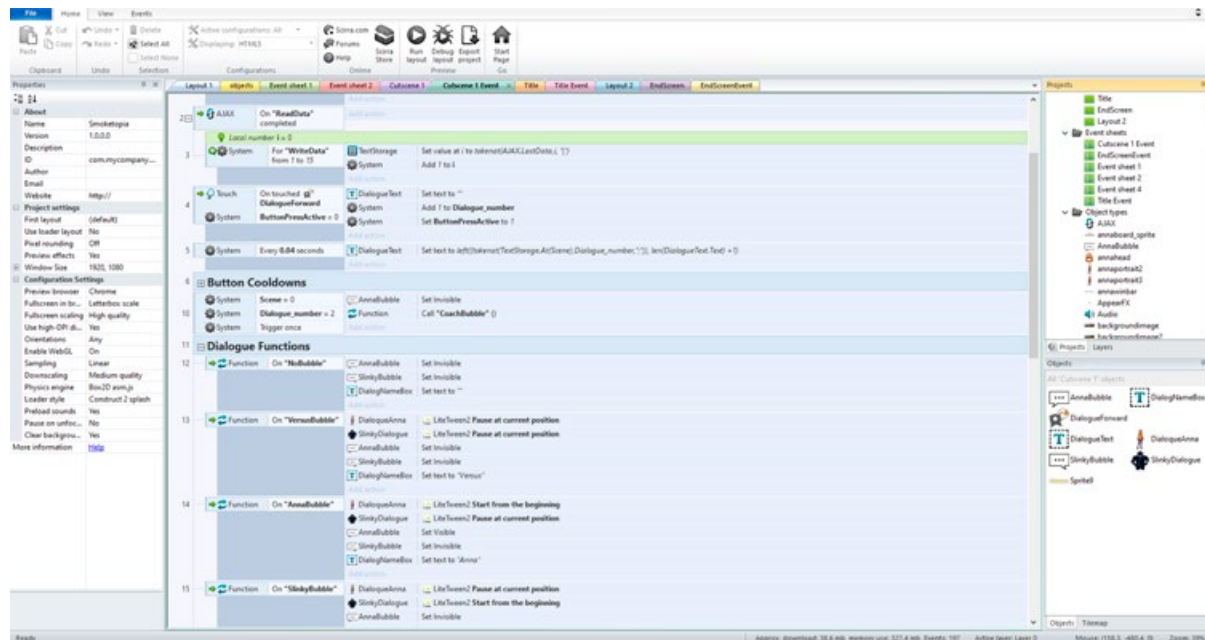
Pelaaja voi itse tehdä pelin kulkuun vaikuttavia valintoja. Se onnistuu monivalintakysymyksillä tai muunlaisella vuorovaikutuksella peliympäristön tai pelissä esiintyvien hahmojen kanssa. Visual novel -tyyliin peli keskittyy perinteistä videopeliä enemmän tunnelmaan, henkilöihin ja tarinaan. Vaikka maailmaa voikin tutkia, paikkasijainnit ovat rajatut. Visual novel -pelissä käytetty interaktiivinen menetelmä sopii hyvin kuvakyselyformaattiin, sillä hankkeen aikana nuorille tehdään paljon

Kuva 5. Smoke 'em Out -pelin kehitysversion kuvakaappauksia. Kuva: Miikka-Petteri Lesonen & Juuso Myllylä.

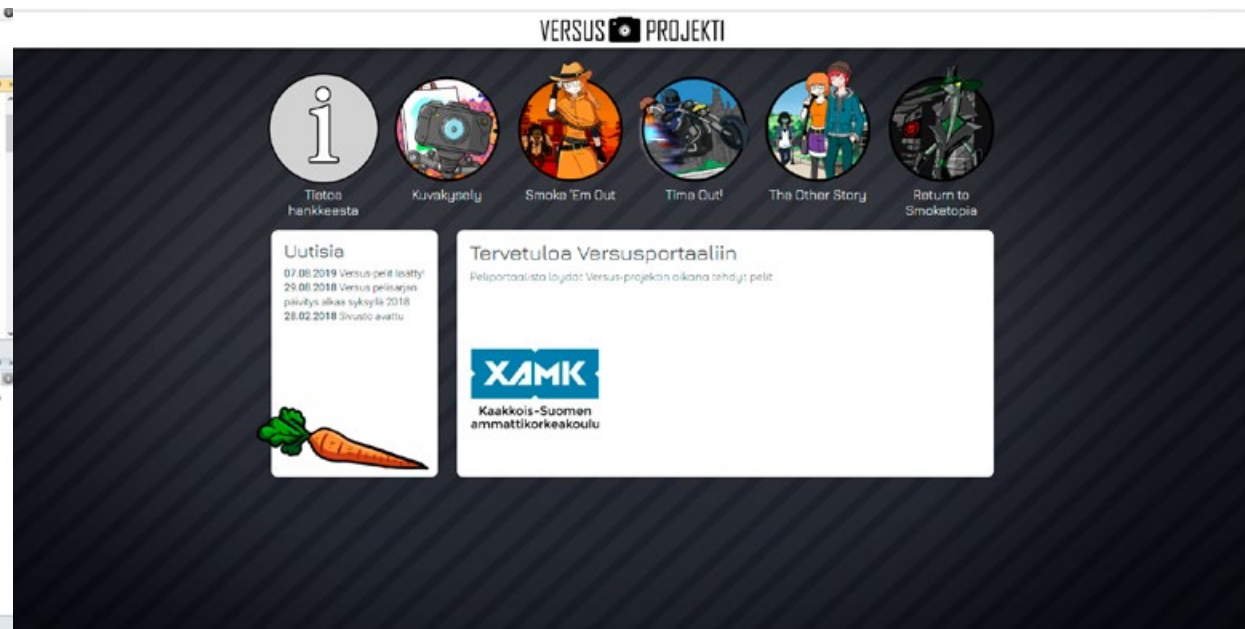
kysymyksiä. Menetelmästä huolimatta kyseistä peliä ei käytetty kouluympäristöissä, vaan se jäi prototyyppiä ja malliksi myöhemmin hankkeen aikana julkaistua Other Story -peliä varten.

Neljäs peliversio oli Smoke 'em Out (kuva 5), joka muovautui lopulta pelisarjan ensimmäiseksi ja viralliseksi pilottipeliksi. Sitä lähdettiin testaamaan kouluympäristöön ja erilaisiin tapahtumiin, joissa oli mukana nuoria ja koululaisia. Pelin tarina alkoi olla yhtenäinen, ja pelikehityksellä oli selvä suunta.

Kaikki Versus-sarjan pelit on kehitetty Construct 2 -pelimoottorilla, joka näkyy kuvakaappauksessa kuvassa 6. Construct 2 tukee HTML5-tekniologiaa, eli pelit ovat pelattavissa suoraan tietokoneen tai mobiililaitteen selaimella. Peliin visuaalisuutta Versus-hankkeen aikana on edistänyt työryhmä, johon kuuluu niin työntekijöitä, harjoittelijoita kuin tuntityö-



Kuva 6. Kuvakaappaus Construct 2 -projektin työstönäkymästä (Scirra Ltd). Kuva: Miikka-Petteri Lesonen.



Kuva 7. Kuvakaappaus peliportaalin etusivusta ja pelinäköymästä. Kuva: Minna Porvari & Miikka-Petteri Lesonen.

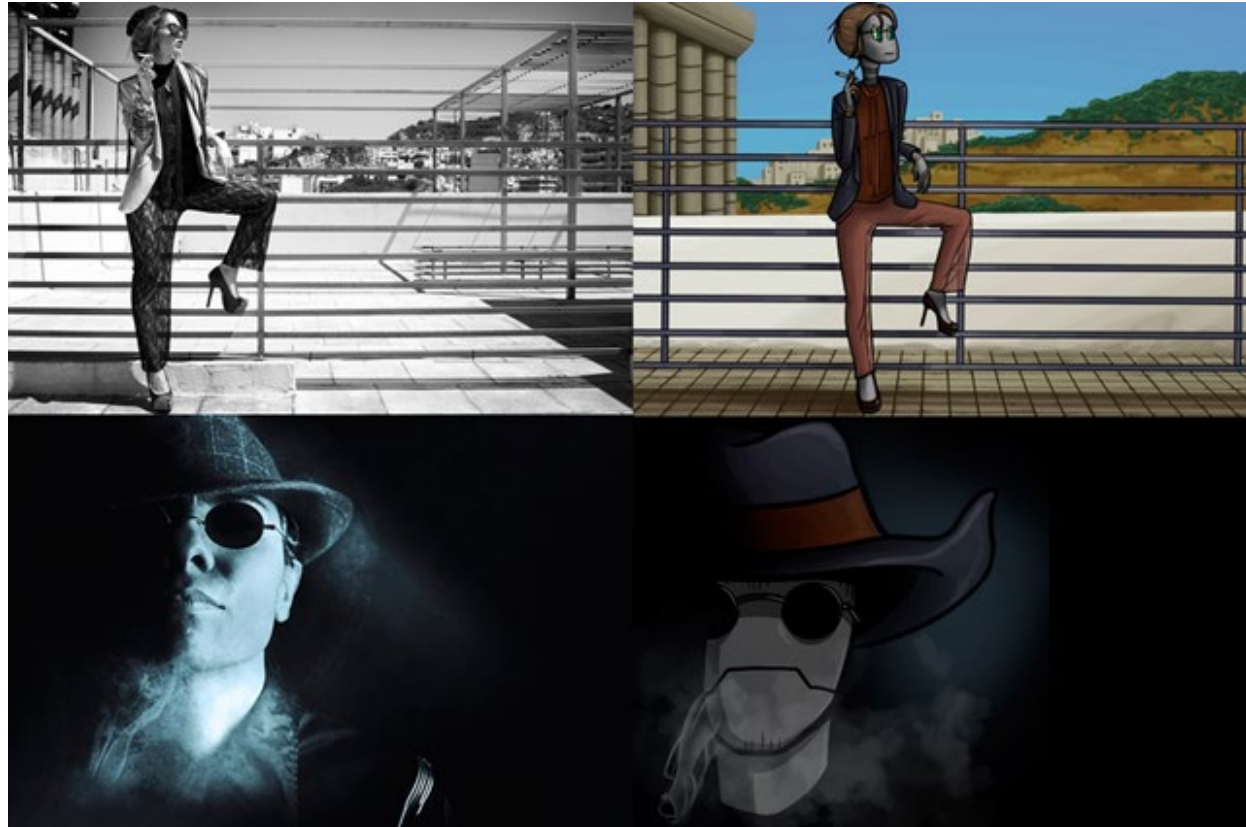
läisiäkin. Sarjan pelit noudattavat tiettyä visuaalista tyyliä, jotta ne kaikki myös näyttäisivät kuuluvan samaan sarjaan.

Pelitarinan avaa alkuanimaatio, minkä jälkeen pelejä voi pelata haluamassaan järjestyksessä. Tarinan kannalta pelit on kuitenkin suositeltavaa pelata kronologisessa eli siinä järjestyksessä, missä ne esiintyvät Versusportaalissa. Kaikki sisältö on löydettävissä osoitteesta <http://versusportaaali.fi> (kuva 7). Pohdimme myös, sopisiko hankkeen peleille paremmin verkkoportaali vai Google Play -kauppa. Päädyimme verkkoportaaliin, koska HTML5-pelit toimivat niissä hyvin ja vastaavanlaisia pelejä on julkaistu erilaisille verkkoportaaleille, kuten Kongregatelle ja Scirra Arcadelle (Dillon 2014, 201–202).

Kuullisuus pelin kehittämisessä

Hankkeessa käytettiin erittäin paljon erilaisia kuvapankin kuvia, joita hyödyntämällä tehtiin kuvakyselyjä. Kuvat sisältävät kuvitettuja ja piirrettyjä kuvia sekä valokuvamateriaalia. Kuvien määrä oli valtava, joten niistä sai hyvän aineiston pelin konseptoinnin näkökulmasta. Jokaista kuvaa ei käytetty pelin kehittämisessä, mutta monet valikoituivat jonkinlaisiksi elementeiksi peleihin, yleensä kuvaan liittyvän symboliikan kautta. Osa kuvista kuvitettiin uudelleen tutkimusta varten. Näin lisättiin yhteys pelillisyyteen, kuten kuvasta 8 näkyy.

Aiemmassa artikkelissa *Visuaalisen ja kuvallisen tutkimusmenetelmän kehittäminen nuorten tupakkatuotteiden käytön ehkäisyyn* esitelty teoreettinen viitekehys sisältää teemat, joiden mukaan kuvakyselyn kuvat valittiin (taulukko 1). Kuvakyselyistä valikoitui aiheita peliin, ja niitä



Kuva 8. Kuvakyselyssä käytettyjä valokuvia ja niiden piirrosversiot heijastamassa yhteyttä Versus-pelisarjaan. Kuva: Pixabay & Minna Porvari.

käytettiin pelin tarinaa suunniteltaessa. Pelin suunnittelussa hyödynnettiin viitekehyksessä esitettyjä teemoja, jolloin tupakointi yhdistettiin kriittiseen ajatteluun, positiivisten mielikuvien lisäämiseen ja tupakoimattomuuden vahvistamiseen positiivisessa valossa. Pelissä hyödynnettiin joitakin kuvakyselyissä käytetyistä kuvista, kuten kuvaa koviksesta yhdistettynä moottoripyöräkuvaan – lopputuloksena oli Koutsi-pelihahmo, joka toimii tietynlaisena pelihahmojen esikuvana.

Pelin kärkiteemoja ovat ystävyys, oppiminen ja kriittisen ajattelun kehittyminen tarinan kautta. Kaikkia kuvakyselyissä käytettyjä teemoja ja kuvia on hyödynnetty sisällön tuottamisessa hahmojen profiileista aina pelin tapahtumapaikkoihin. Niihin lukeutuvat myös historialliset ajat, moderni nykyaika ja tulevaisuus.

Taulukko 1. Teoreettisen viitekehyn sisällyttäminen peleihin.

| | |
|---|--|
| Sosiaaliset normit ja sosiaaliset ympäristöt | Pelihahmoilla esiintyy hyväksytyjä käyttäytymistapoja ja ajatusmalleja, ja pelissä esiintyvät robottihahmot luovat vastakkainasettelua sosiaalisille normeille (rikovat sääntöjä tai tekevät muuta epämiellyttävää). |
| Asenteet | Pelihahmojen asenteet muuttuvat tarinan edetessä → negatiivinen asenne löytää lopulta positiivisuutta → interventio → muutos asenteeseen. |
| Uskomukset | Tupakoivista ihmisistä tai pahishahmoista voi tulla tietynlaisia uskomuksia → tupakoivat ihmiset eivät ole kuitenkaan automaattisesti pahoja vaan voivat tehdä vääriä valintoja kuten kaikki ihmiset (pahisten kääntyminen hyvien puolelle). |
| Roolimallit | Pelin roolimalliksi valikoitui Koutsi-niminen pelihahmo, joka on radikaali pahis, pääpahiksen kakkoskäytyri → interventio → hahmonkehitys ja roolimalli Annalle muutokseen liittyen. |
| Nuorten käyttäytyminen | Other Story -pelissä käydään vuorovaikutusta vertaisryhmän kanssa. Tässä pelissä nuorten käyttäytyminen on enemmän pääosassa kuin muissa sarjan peleissä. |
| Ystävät ja kaverit | Yksi kärkiteemoista pelisarjassa. Anna tutustuu pelin aikana uusiin ystäviin. Peleissä on näkökulmana myös se, että tupakoimattomuus voi luoda ystävyysuhteita (lopetetaan yhdessä tupakointi ja mennään kohti tulevaisuutta). |
| Fyysiset ympäristöt ja paikat | Kuvakyselyissä esiintyneistä kuvista etsittiin inspiraatiota ja tietynlaisia aiheita, joita hyödynnettiin pelin konseptoinnissa (etenkin Other Story -pelejä kehitettäessä). |
| Tilanteet, päätöksenteko | Other Story -pelin pääteemana ovat valinnat, päätöksenteko sekä erilaiset tilanteet, joihin kuuluvat muiden tupakkakäyttämiseen vaikuttaminen ja muiden auttaminen. |

| | |
|--|---|
| Identiteetti | Pelin päähahmon identiteetti kehittyi pelin aikana ja saavuttaa huippunsa pelin lopussa. |
| Tulevaisuus-ajattelu vs. ongelmat | Pelin päätarina on tulevaisuuteen vaikuttaminen ja siellä olevan ongelman ratkaiseminen. Nuoret ovat huolissaan tulevaisuudesta, ja niin on myös pelin päähahmo Anna. |
| Harrastukset | Pelin hahmoille on kirjoitettu harrastuksia taustatarinaan, mutta ne eivät varsinaisesti aktualisoituneet peleissä. |
| Talous | Tätä aspektia ei käsitelty missään pelissä, paitsi tarinallisesti pääpahiksen tupakkabisnekseen liittyen. |
| Tunteet | Tunnetiloja esiintyy pelin alkuanimaatiossa sekä pelisarjan eri peleissä, eniten Other Story -pelissä, joka on tarinapohjaisin. |
| Sosiaaliset taidot | Sosiaaliset taidot linkittyvät eniten Other Story -pelin tarinankerrontaan ja dialogivalintoihin (kuinka valitsen tilanteeseen sopivan vaihtoehdon?). |
| Terveyllisyys | Terveys on kärkitekiä. Pelien tavoitteena on muistuttaa terveellisistä elämäntavoista ilman tupakkaa. Fyysisen terveyden lisäksi henkinen terveys on tärkeää. Siihen kuuluu ystävyyttä ja positiivista asennetta. |
| Tupakoinnin riskitekijät | Tähän luokituu erilaisia ympäristöjä, pelihahmoja ja pelin historiallisia kohteita. |

Pelin tarinan käsikirjoitus

Pelin käsikirjoitusvaiheessa tarinan päähenkilönä toimi Versus-robotti. Tarina oli yksinkertainen: pieni robotti tutki ympäröivää maailmaa ja



Kuva 9. Versus-pelin alustava kuvakäsikirjoitus pelin alkutarinaan. Kuva: Miikka-Petteri Lesonen & Juuso Myllylä.

mielti, kuinka voisi saada ystäviä. Tarinaa jalostettiin eteenpäin lisäämällä siihen samaistuttavia ihmishahmoja, jotka kulkivat robotin mukana. Päähahmoiksi muodostuivat kaksi kaverusta, Oliver ja Iris, jotka näkyvät pelin kuvakäsikirjoituksessa kuvassa 9.

Kuntolan kaupungissa asuvat Oliver ja Iris ovat opiskelijoita, jotka seikkailevat ympäri kaupunkia. Oliver on liikunnallinen poika, joka on kiinnostunut robotiikasta. Iris on nuori nainen, joka on kiinnostunut valokuvaamisesta. He löytävät eksyneen oloisen Versus-robotin, johon he tutustuvat. Versus kertoo omasta tehtävästään, ja nuoret ottavat sekä robotin että tehtävän siipiensä suojaan. Pelin tarinassa on tarkoitus tutustua Kuntolan kaupungin eri hahmoihin ja vaikuttaa Kuntolassa vallitsevaan tupakointikäyttäytymiseen. Kaupungissa asuu myös kaupassa työskentelevä nuori nainen nimeltä Anna, josta myöhemmin kehittyi koko Versus-pelisarjan päähenkilö.

Käsikirjoitus meni uusiksi, sillä pelin aihe oli hyvin lähellä normaalia, modernia maailmaa. Aiemmassa artikkelissa *Pelillisyyden hyödyntäminen tupakoinnin ehkäisyssä* on maininta siitä, että immersoitumisen tärkeä komponentti on fiktio. Tämän takia peliin mietittiin hieman enemmän mielikuvituksellista ja fantasiaan pohjautuvaa sisältöä. Pelin etuna onkin mahdollisuus tarjota pelaajalle kokemus pelimaailmasta, joka olisi värikäs, kiinnostava ja aiheiltaan rikas. Aloimme käsikirjoittaa tarinaa fantasia-pohjalta viitaten oikeisiin historiallisiin paikkoihin. Otimme aiheeksi aikamatkustuksen, jota on yleensä vaikeaa käsikirjoittaa, mutta se mahdollisti pelisarjan pelien erilaisuuden ja uniikin ilmeen. Pelin päähahmoksi valikoitui nuori kauppias Anna, jonka taustatarinaa syvennettiin. Oliverin taipumus robotiikkaan lisättiinkin Annan luonteeseen, ja Annasta tuli Versus-robotin ykköskumppani.

Pelin päähahmo Anna on nuori nainen, joka polttaa tupakkaa. Hän tutustuu pieneen Versus-robottiin, joka on tullut tulevaisuudesta. Tämä kaksikko, joka näkyy kuvassa 10, lähtee yhdessä seikkailuun eri aikakausille. Matkoillaan he tutustuvat uusiin ystäviin ja kohtaavat Slinky-nimisen pahiksen, joka hankaa pahasti sankareiden omia arvoja vastaan. Versus-robotti tuntee Slinkyyn tulevaisuudesta ja tietää, että Slinky tukee hyvin kyseenalaisia arvoja.

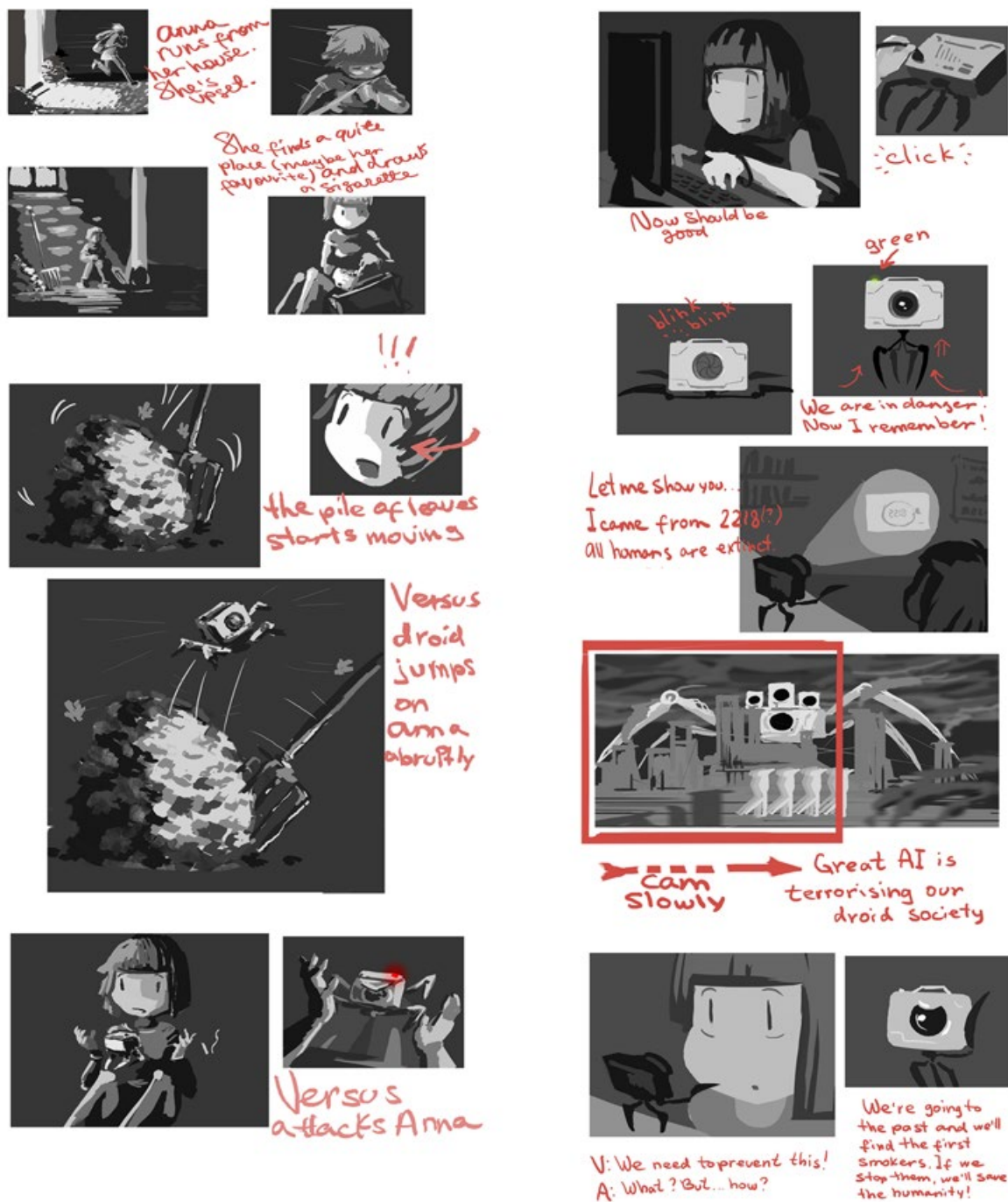
Pelin alkuanimaatio

Pelin alkutarina (kuva 11) kerrotaan menetelmällä, jossa ei käytetä lainkaan puhetta eikä tekstiä. Tarina on taiteellinen ja jokaisen yksilön uniikisti tul-



Anna on tavallinen tyttö, mutta kohdattuaan Versus-robotin, hänen elämänsä muuttuu jännittäväksi. Versus tulee tulevaisuudesta ja tarvitsee Annan apua tulevaisuuden korjaamiseen.

Kuva 10. Kuvakaappaus Smoke 'em Out -pelin alkutarinan väli-näytöksestä. Kuva: Miikka-Petteri Lesonen, Juuso Myllylä, Minna Porvari & Ksenia Shanina.



Kuva 11. Kuvakäsikirjoitus animaation alkukohtauksesta.
Kuva: Ksenia Shanina.



Kuva 12. Kuvakaappauksia Versus-pelisarjan alkuanimaatiosta. Kuva: Ronja Pölkki.

kitsema kokemus pelin alusta. Animaatiota lähdettiin suunnittelemaan pelin tarinan alustukseksi. Aluksi ajatuksena oli toteuttaa animaation sisälle peli, mutta eheyden vuoksi alkuanimaatio pysyi vain yhdessä formaatissa. Animaatio pyrkii avaamaan pelin alkua ja luomaan aiheeseen liittyvää tunnelmaa.

Alkuanimaatio on toteutettu Adobe After Effects -ohjelmistolla kuvakäsikirjoituksen pohjalta. Animaation eri vaiheita näkyy kuvakaappauskokoelmassa kuvassa 12. Animaatio alkaa, kun pelin päähahmo Anna juoksee pois kotoaan surullisena. Hän yrittää parantaa oloaan ottamalla tupakan mutta kohtaa pian pienen robotin. Anna säikähtää robotia ja äkkinäisessä tilanteessa vahingoittaa sitä. Robotti pakenee mutta menee lopulta epäkuntoon, jolloin Anna saa sen kiinni. Anna korjaa ja uudelleenohjelmoi robotin, ja se näyttää Annalle viestin tulevaisuudesta. Uudet kumppanukset lähtevät yhdessä aikamatkustusseikkailuun, ja siitä pelisarjan ensimmäinen peli Smoke 'em Out alkaa.

tietovisoja. Kouluissa kerätyissä palautteissa keskityttiin pelin toimintoihin ja pelattavuuteen. Pelissä kysyttiin myös avoimia kysymyksiä, joihin sai antaa kirjallista palautetta. Seuraavassa pelitestaajien antama palaute:

Pelitestaajat (n = 46)

1. Olivatko pelin kentät mielestäsi

liian vaikeita (3) 6,5 %

sopivan haastavia (29) 63 %

liian helppoja (14) 30,4 %

2. Mitä mieltä olet pelattavuudesta?

Liian hankala tai monimutkainen (2) 4,3 %

Ei ongelmia (20) 43,5 %

Peli oli helppo oppia (24) 52,2 %

3. Tupakointi esiintyy pelissä

edustavana (31) 67,4 %

neutraalina (12) 26,1 %

tupakanvastaisena (31) 67,4 %

4. Miten mielestäsi pelissä pitäisi laskea pisteitä?

Kimmotuksesta saa pisteitä (7) 15,2 %

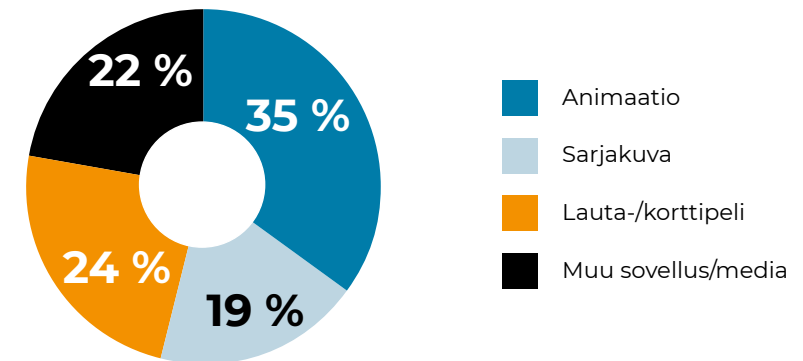
Luotien säästämisestä saa pisteitä (32) 69,6 %

Pelissä ei tarvitse olla pisteitä (7) 15,2 %

Avoimeen palautteeseen vastanneista suurin osa antoi positiivista palautetta, kuten sanapilvi osoittaa (kuva 14). Palautteissa toistuivat muun muassa pelin hauskuus, tupakanvastaisuus positiivisena ominaisuutena, helppous, hyvä grafiikka, pelin helppous ja hyvä tarina. Peli koettiin yleisesti toimivaksi ja hyväksi; suurimmalla osalla testaajista ei ollut ongelmia pelin kanssa. Neutraali tai negatiivinen palaute oli harvassaan ja yleisesti ”en tiedä” -vastauksia. Osa piti peliä liian lyhyenä tai yksinkertaisena.

Palautteen lopussa testaajilta kysyttiin kiinnostusta Versus-sarjaa kohtaan muuten kuin peliformaatissa. Kuvasta 15 käy ilmi vastaajien halukkuus nähdä Versus-sarjaa muissakin formaateissa kuin peleissä. Toive toteutui lopulta animaation muodossa Versus-pelitarinan avaukseen.

Jos Versus-pelisarjasta tehtäisiin joku muu kuin digitaalinen peli, mikä se olisi?



Kuva 15. Testaajien mielipiteitä Versus-hankkeessa kehitettävistä menetelmistä.

Smoke 'em Out -pelin formaatti otettiin käyttöön menetelmänä, jota hyödynnetään kaikkien Versus-hankkeen hyötypelien kehittämisessä. Pelit tulevat lopulta osaksi koulun terveystiedon tuntien materiaalia.

TIME OUT

19. vuosisadalla, Villin lännen aikana, eurooppalaiset ja intiaanit polttivat tupakkaa. Tutkimme historiaa pintapuolisesti ja saimme siitä aiheita pelin aikamatkustusteemaan. Historiantutkimusta käytettiin myös Time Out -pelin suunnittelussa (kuva 16). Peliin valikoitui 1700-luvun historiallista Ranskaa – nuuska oli silloin todella suosittua. Pelin tarina sijoittuikin aikamatkalle Villistä lännestä historialliseen Ranskaan. Tavoitteena on estää nuuskalähetys ja sen leviäminen.

Time Out -pelissä Anna, Versus ja Koutsi seikkailevat eri aikakausilla moottoripyörän selässä jahdaten Slinkyä. Slinky suunnitelmissa on levittää nuuskaa historiallisessa Ranskassa, jossa nuuskan käyttö oli yleistä. Pelin lopussakaan ystävykset eivät vielä saa Slinkyä kiinni, mutta he saavat kuitenkin hänen juonensa estettyä. Seuraavaksi he suuntaavat nykyaikaan, jossa Slinky yrittää vaikuttaa koulun oppilaisiin suoraan kouluympäristössä.



Kuva 16. Kuvakaappauskokoelma Villiin länteen ja historialliseen Ranskaan liittyvästä Time Out -pelistä. Kuva: Miikka-Petteri Lesonen, Juuso Myllylä, Minna Porvari, Ronja Pölkki, Quayn Ngó, Nina Nylander & Jori Pahtaharju.

OTHER STORY

Other Story -pelissä (kuva 17) päähahmot ovat tulleet nykyaikaan. Versus-robotti on heijastanut heille virtuaalitodellisuuden, jossa he näkevät erilaisia nykyaikaan liittyviä skenaarioita, joita Slinky salaa hallitsee. Pelin tarkoitus on keskustella erilaisten hahmojen kanssa. Aihealueita on monia: ne liittyvät esimerkiksi omiin arvoihin ja sähkö tupakan käyttöön. Hahmot esittävät erilaisia kysymyksiä, joihin pelaaja voi vastata tilanteen mukaan. Pelin lopuksi tarina johdattelee kohti päätösosaa. Siellä käydään tulevaisuudessa lopullinen taistelu Slinky hallitsemassa kaupungissa, Smoketopiassa.



Kuva 17. Kuvakaappauskokoelma tutkimuspelistä Other Story. Kuva: Valdemar Kallunki, Kirsi Purhonen, Marja-Leena Kauronen, Olli Lehtonen, Angelika Polak, Miikka-Petteri Lesonen, Juuso Myllylä, Ronja Pölkki, Minna Porvari, Lauri Rinne & Quayn Ngó.

Other Story -peliä käytettiin hankkeeseen liittyvän tutkimusaineiston keräämisen työkaluna kouluvierailujen yhteydessä alkuvuodesta 2018. Datankeruuliitännäisen on toteuttanut Goodlife Technologies. Liitännäinen lisättiin peliin, jotta se voisi kerätä dataa käyttäjien valinnoista pelissä. Pelin data on anonymisoitua, eli se kerää vain anonyymeja tietoja muun muassa pelaajan valinnoista, sukupuolesta ja tupakointitottumuksista. Pelaajaa ei pysty tunnistamaan tutkimusdatan perusteella, sillä datankeruu perustuu selaimen istuntotietojen automaattisesti luomaan anonymisoituun ns. session ID -järjestelmään, joka koostuu satunnaisista numeroista, kirjaimista ja merkeistä.



Kuva 18. Return to Smoketopia -pelin kuvakaappauskokoelma, jossa näkyy pelin eri osioita. Kuva: Miikka-Petteri Lesonen, Ronja Pölkki, Nina Nylander & Jori Pahtaharju.

RETURN TO SMOKETOPIA

Return to Smoketopia -pelissä Anna, Versus ja Koutsi ovat tulleet tulevaisuuteen, Smoketopian savunkatkuiseen, dystooppiseen kaupunkiin. Pelissä on tarkoitus saada enemmän suosiota kuin Slinky ja tuoda tulevaisuuteen raikkaampi ulkoasu (kuva 18). Pelin aikana kerätään rahaa ja yritetään saada Slinkyn apureita vaihtamaan puolta, jotta Slinky saadaan lopulta voitettua.

Lähteet

Dillon, R. 2014. HTML5 game development from the ground up with Construct 2. Abingdon: Taylor & Francis Group.



III TUPAKOINNIN EHKÄISYMENETELMÄT NUORTEN KESKUUDESSA

HYÖTYPELIT TUPAKOINNIN EHKÄISYSSÄ



Other Story on tutkimuspeli, jota hyödynnettiin alkuvuonna 2019 tehdyissä tutkimuksissa. Niihin osallistui eri kouluasteita ympäri Kymenlaaksoa. Other Story on visual novel -peli, joka on yhdistelmä seikkailupeliä ja interaktiivista fiktiota. Pelin konseptia käytiin alustavasti läpi artikkelin *Versus-hankkeen pelillisyyden hyödyntäminen sekä pelien kehittäminen nuorten tupakkatuotteiden käytön ehkäisyyn* pelien esittelyosiossa.

Pelin alkuasetelma

Pelin alkutarina asettaa pelaajat tilanteeseen, jossa pelin päähahmo Anna yhdessä Versus-robotin ja Koutsin kanssa jahtaa pelin pääpahista Slinkyä. Peli on suora jatko-osa Versus-sarjan Time Out -pelille, mutta se toimii myös itsenäisenä pelinä eikä sitä varten ole tarvinnut pelata muita sarjan pelejä. Other Story -pelin tarina alkaa siitä, kun Versus-robotti projisoi Annalle kuvitteellisen rinnakkaistodellisuuden, johon Slinky on mennyt punomaan juoniaan modernin koulun rehtorina. Slinky on saanut rinnakkaistodellisuudessa aikaan tilanteen, jossa tupakointi on riistäytynyt käsistä. Anna ja kumppanit pyrkivät auttamaan koulun oppilaita antamalla heille tupakointikäyttäytymiseen liittyvää keskusteluapua.

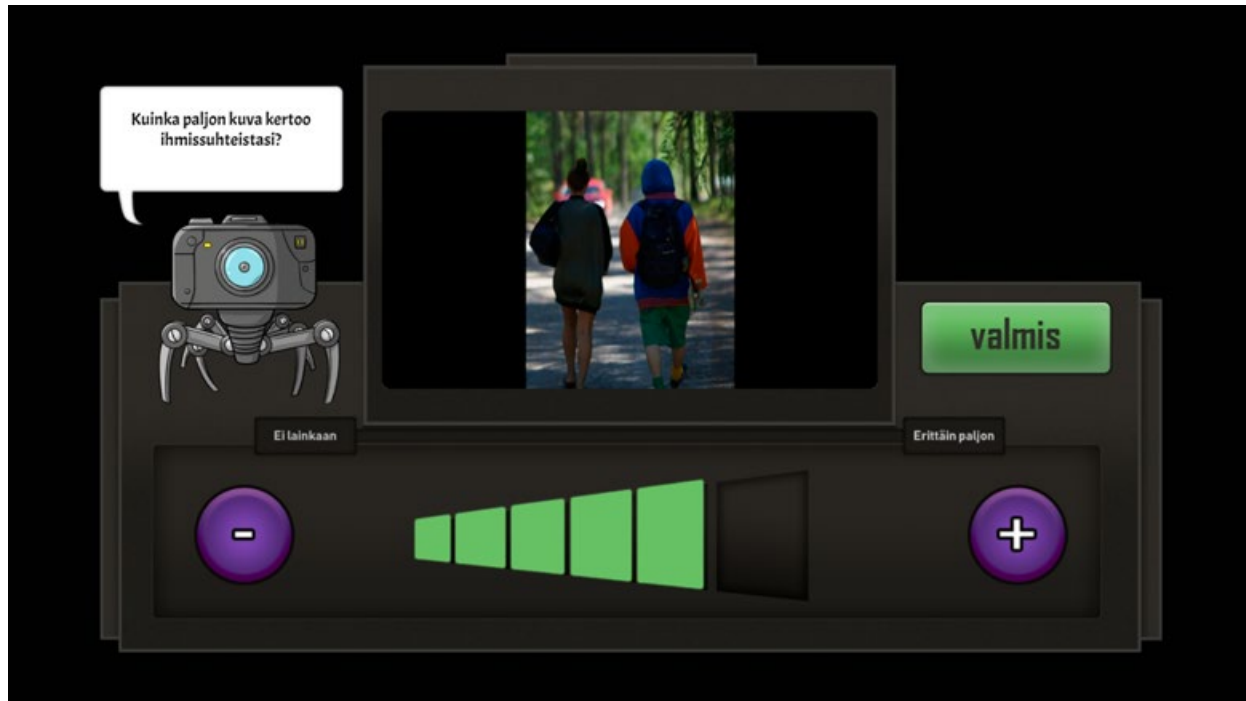
Peli ohjaa pelaajan kahdelle mahdolliselle reitille riippuen pelin alussa esitetystä kuvakyselystä ja siihen annetuista vastauksista. Jos kuvakyselyn tulokset osoittavat pelaajan kuuluvan tupakoinnin riskiryhmään, hänet sijoitetaan peliskenaarioon, jossa hänen kohtaamansa pelihahmot ovat lopettamassa tupakointia ja tarvitsevat siihen liittyvää apua ja ohjeistusta. Tämä polku nimettiin pelissä utopiapoluksi. Jos pelaaja ei kuulu kuvakyselyn perusteella riskiryhmään, hänet sijoitetaan peliskenaarioon, jossa hänen kohtaamansa pelihahmot tupakoivat ja ovat vastahakoisia häntä kohtaan. Tästä pelipolusta käytetään nimitystä dystopia.

Tarina etenee näissä kahdessa polussa lineaarisesti, mutta hahmojen dialogit ja käytös poikkeavat toisistaan kuvakyselyn pohjalta määritetystä pelipolkuvalinnasta riippuen. Pelin lopuksi kohdataan Slinky, jonka kanssa käytävä dialogi on sama polusta riippumatta. Pelin tarina jatkuu pelisarjan viimeisessä osassa Return to Smoketopia, jossa tarina saa päätöksensä.

Pelissä pelaajalle annetaan mahdollisuus kommentoida, keskustella pelihahmojen kanssa ja kokea tilanne, jossa hän auttaa vertaisiaan eli tässä tapauksessa koulumaaailmassa olevia koululaisia. Pelin valinnoilla ei ole suoranaista merkitystä tarinan kulkuun, sillä peliin käsikirjoitetut skenaarit ovat ennalta määrättyjä ja liittyvät pelissä tehtävään tutkimukseen. Osa pelaajista kylläkin toivoi Other Story -pelin palauteosiossa enemmän merkitystä tehdyille valinnoille, mistä on tarkempi katsaus arviointiartikkelissa. Syinä kiinteään skenaarioon olivat tutkimukseen liittyvät seikat, kuten tutkimustulosten monimutkaistuminen ja monitulkintaisuus. Niinpä päädyttiin kompromissiratkaisuun, ja peli pyrittiin pitämään yksinkertaisena kuten muutkin sarjan pelit.

Construct 2 -pelimoottorilla kehitettyyn Other Story -peliin liitettiin Goodlife Technologies -yrityksen toimittama tiedonkeruuliitännäinen. Se mahdollisti anonymisoidun tiedon keräämisen kohderyhmältä aineistonkeruutilaisuuksissa. Other Story -pelin sisään rakennettiin kuvakyselyformaatti. Se pisteyttää käyttäjiä logiikalla, joka kehitettiin aiempien tutkimustulosten pohjalta. Lopputuloksena peli määrittelee pelaajalle peliskenaarion kahdesta eri vaihtoehdosta sen mukaan, millaisiin kuviin pelaaja vastaa myönteisesti.

Peliskenaarit jakautuvat siis kuvakyselyn vastausten perusteella (kuva 1). Pelin skenaarit ovat dystooppinen kuva koulusta, jossa kaikki



Kuva 1. Other Story -pelin kuvakaappaus kuvakyselyn valintalanteesta. Kuva: Valdemar Kallunki, Kirsi Purhonen, Marja-Leena Kauronen, Olli Lehtonen, Angelika Polak, Miikka-Petteri Lesonen, Juuso Myllylä, Minna Porvari, Lauri Rinne & Quayhn Ngó.

tupakoivat, ja kontrastina utopistisempi kuva koulusta, jossa tupakointi on vähentynyt ja jossa pyritään auttamaan tupakoinnin lopettamisessa. Dystooppisen kuvitelman maailmassa tupakointi on laajempi ongelma ja pelaajan kohtaamat pelihahmot ovat vastahakoisempia muuttamaan omaa tupakkakäyttötymistään. Utopistisessa skenaariossa tilanne toisenlainen: siellä ei suoranaisesti korjata tupakointiin liittyviä asenteita vaan pyritään vaikuttamaan lopettamiseen muulla tavalla.

Hyötypeleihin lukeutuvassa tutkimuspelin kehittämisessä on hyödynnetty paljon pelillisyyttä ja sen alakäsitteitä. Hyötypelejä lähdetään kehittämään yleensä täysin päinvastaisesti kuin viihdepelejä. Tutkimuspelissä varsinainen lopputulos on jo selvillä ja pelin avulla havainnoidaan pelaajien käyttäytymistä. Viihdepelissä jo pelaajan käyttäytyminen itsessään määrit-

tää pelin arvon – onko peli hauska tai viihdyttävä (Adamou 2019, 79–81). Viihdepelejä kehitetään yleensä pelimekaniikkojen tai narratiivien mukaan. Lopputulokseksi toivotaan viihdyttävää ja yleisesti hyvää pelikokemusta. Lopullinen tavoite voi olla jonkinlainen arvio tulevasta myynnistä tai yllätyksellinen suosio, jollaisen esimerkiksi Nintendon kehittämä mobiilipeli Pokemon GO onnistui saavuttamaan. Sensaatiomaisia onnistumisia onkin enimmäkseen ollut juuri viihdepeliteollisuudessa, sillä hyötypelit on tehty suhteessa paljon pienemmälle ja kohdistetulle yleisölle – yleensä työkaluksi jonkin ohelle.

Hyötypelejä lähdetään kehittämään käänteisestä näkökulmasta: pelin tarkoitus tiedetään jo ennakkoon. Hyötypelejä kehitetään usein rinnastaa tietynlaiseen takaisinmallintamiseen, jossa pelinkehitys tehdään lopusta alkuun. Tässä tilanteessa mietitään, miten peliä voisi hyödyntää tutkimustyökaluna (Adamou 2019, 79). Other Story -pelin toteutuksessa hyödynnettiin olemassa olevan pelisarjan tarinaa ja pelimekaniikkoja. Pelissä huomioitiin myös audiovisuaalinen kokemus sisällyttämällä peliin musiikkia. Tarkoituksena oli luoda pelisarjaan peli, joka toimii sekä yksin että myös kokonaisuudessa. Tutkimuselementin sisällyttäminen peliin ja sen toimivuuden varmistaminen oli tosin haastavaa.

Tutkimuspelin kehittämisessä otettiin se riski, että pelihahmo ei ole itse pelaaja. Tutkimuksissa ja mielipidekyselyissä on yleensä tilanne, jossa kysyjä itse vastaa hänelle asetettuihin kysymyksiin. Pelilliset keinot, joita tutkimuspelissä käytettiin, olivat tarinankerronta, roolipelielementit ja kysymysminipelit, jotka ovat tutkimuspelin metodeja. (Adamou 2019, 97.) Valinnassa huomioitiin se, että pelaaja uppoutuisi peliin ja reflektoisi omaa ajatusmaailmaansa suhteessa peliin. Kohteliaat ihmiset käyttäytyvät yleensä pelissäkin kohteliaasti, ja huonokäyttöisyys heijastuu yleensä oman pelihahmon valinnoissa.

Roolipelitilanteessa on kuitenkin riski, että pelaaja samaistuu hahmoon ja tekee valintoja, jotka ovat hyviä hänen näkökulmastaan. Vaihtoehtoisesti hän pyrkii vaikuttamaan pelin hahmoihin negatiivisesti yksinkertaisesti siitä syystä, että siihen on mahdollisuus – hän haluaa nähdä, mitä pelissä tapahtuu. Tutkimustyökalu, joka pyritään pelillistämään häivyttämään työkälusta peliksi, sisältää myös sellaisen riskin, että pelin tavoite jää pelaajalle epäselväksi. Onko käyttäjä vastaamassa tutkimuskysymyksiin, pitääkö hän pelin tarinaa merkityksellisempänä kuin omia vastauksiaan tai ymmärtääkö

hän, kenen puolesta pelissä pitää vastata? Koulutilanteessa oppilaat voivat myös ymmärtää niin, että pelissä pitää vastata oikein, vaikka tutkimuksessa olleita on kehoitettu vastaamaan rehellisesti. Pelissä kun ei ole oikeita eikä vääriä vastauksia – vain erilaisia mielipiteitä.

Tutkimuspelin tuloksellisuus nuorten tupakoinnin ehkäisyssä

Pelissä tupakoitsijat ohjattiin pelaamaan utopiapolulle ja ei-tupakoitsijat vastaavasti dystopiapolulle. Pelaajien jaottelu pelipolkuihin perustui kuvakyselyyn, jonka tavoitteena oli tunnistaa nuorten tupakointiriskiä kuvallisin keinoin. Tunnistaminen kuvakyselyllä tehtiin, jotta nuori voitiin ohjata pelissä oikealle pelipolulle: joko kyseenalaistamaan nuorten tupakointia tai vahvistamaan tupakoimattomuutta. Kuvakysely perustui tutkimustuloksiin, joista on raportoitu tarkemmin Purhosen ym. (2019) artikkelissa. Kuvakyselyssä käytettiin neljää kuvapakettia, joissa kussakin oli viisi kuvaa.

Pelin alussa tehdyssä kuvakyselyssä tunnistettiin tupakoimattomat nuoret tai matalan riskin nuoret melko hyvin (taulukko 1), sillä tupakoimattomista nuorista 89,4 prosenttia ohjautui pelissä dystopiapolulle. Tupakoimattomat nuoret pelasivat siis pääsääntöisesti dystopiapolkua. Tupakoitsijat tunnistettiin hieman heikommin, sillä heistä puolet ohjautui pelissä pelaamaan utopiapolkua ja puolet dystopiapolkua. Tulos tarkoittaa, että kuvakyselyllä pystyttiin ennustamaan erityisesti nuorten alhaista tupakointiriskiä. Tätä tukevat myös tulokset ristiintaulukoinnista (χ^2 40,577, p-arvo < 0,001), jonka mukaan pelattu pelipolku on yhteydessä nuoren tupakointiin. Pelikyselyyn vastanneista nuorista 87,4 prosenttia ilmoitti, että ei tupakoi, ja 12,6 prosenttia ilmoitti tupakoivansa.

Pelissä pelatulla polulla on tulosten perusteella yhteys myös siihen, miten nuoret suhtautuvat tupakointiin. Pelin aluksi nuorilta kysyttiin heidän suhtautumisestaan kolmeen asiaan: 1) kuinka paljon haittoja he näkevät satunnaisessa tupakoinnissa, 2) onko koulussa käytäntöjä, jotka mahdollistavat tupakoinnin ja 3) kuinka paljon haittoja he näkevät kaveripiirinsä tupakoinnissa. Pelin lopuksi nuorilta kysyttiin uudelleen samat kysymykset. He saivat vaihtaa alkuperäistä vastaustaan pelin jälkeen, jos heidän näkemyksensä oli muuttunut.

Taulukko 1. Nuorten tupakointi ja ohjautuminen pelissä dystopia- ja utopiapoluille.

| | | Pelissä pelattu polku | | Yhteensä |
|------------|------------|-----------------------|--------|----------|
| | | Dystopia | Utopia | |
| Tupakointi | En tupakoi | 262 | 31 | 293 |
| | Tupakoin | 21 | 21 | 42 |
| Yhteensä | | 283 | 52 | 335 |

Taulukkoon 2 on koottu pelipoluittain keskiarvot suhtautumisessa tupakointiin (sarake Lopputilanne) ja suhtautumisessa tapahtunut muutos (sarake Muutos). Tilastollisesti merkitseviä eroja pelipolkujen välillä on tupakointiin liitetyissä haitoissa ja vanhempien puuttumisessa tupakointikokeiluihin. Pelin pelaamisen aikana dystopiapolun pelanneiden nuorten näkemykset muuttuivat tupakointivastaisemmiksi verrattuna utopiapolun pelanneiden vastaajien näkemyksiin. Utopiapolun pelanneiden suhtautuminen oli itse asiassa hieman positiivisempi pelin pelaamisen jälkeen.

Taulukossa 2 on huomattavaa, että dystopiapolun pelanneilla suhtautuminen tupakoinnin haittoihin on lopputilanteessakin kriittisempi kuin utopiapolun pelanneilla nuorilla. Ero on myös tilastollisesti merkitsevä. Samansuuntainen ero on myös näkemyksessä vanhempien puuttumisesta tupakointikokeiluihin: dystopiapolun pelanneet nuoret ovat enemmän vahvistaneet näkemystään siitä, että vanhemmat puuttuisivat heidän tupakointikokeiluihinsa. Tässäkin kysymyksessä tilastollinen testaaminen antaa viitteitä sille, että dystopiapolun pelanneet nuoret kokevat utopiapolun pelanneita vastaajia vahvemmin vanhempiensa puuttuvan tupakointikokeiluihin myös lopputilanteessa. Sen sijaan kysymys ”miten paljon parhaat ystäväsi vaikuttavat siihen, että vältät tupakointikokeilua” ei aiheuttanut pelipolkujen välisiä eroavaisuuksia nuorten suhtautumisessa lopputilanteessa eikä muutoksessa.

Taulukkoon 3 on koottu lukumääriä siitä, kuinka moni nuori muutti suhtautumistaan pelin alku- ja lopputilanteessa esitettyihin kysymyksiin.

Taulukko 2. Nuorten näkemysten keskiarvoissa tapahtuneet muutokset pelissä esitetyissä alku- ja loppukysymyksissä pelipoluittain.

| Väittäjä | Lopputilanne | | | |
|---|---------------|---------------|--------------|-------------------|
| | Dystopia | Utopia | t-arvo | p-arvo |
| Kuinka paljon haittoja näet satunnaisessa tupakoinnissa? | 69,958 | 46,722 | 5,399 | < 0,001 |
| Onko koulussa käytäntöjä, jotka mahdollistavat tupakoinnin? | 15,468 | 18,759 | -0,881 | 0,381 |
| Kuinka paljon haittoja näet kaveripiirisi tupakoinnissa? | 45,420 | 36,981 | 1,708 | 0,091 |

| | Muutos | | | |
|---|--------------|---------------|--------------|--------------|
| | Dystopia | Utopia | t-arvo | p-arvo |
| Kuinka paljon haittoja näet satunnaisessa tupakoinnissa? | 0,868 | -1,722 | 2,478 | 0,015 |
| Onko koulussa käytäntöjä, jotka mahdollistavat tupakoinnin? | 0,031 | -0,129 | 0,291 | 0,771 |
| Kuinka paljon haittoja näet kaveripiirisi tupakoinnissa? | 1,590 | 0,074 | 2,238 | 0,025 |

Kysymysten välillä on selkeitä eroja. Suhteellisesti eniten nuoret vaihtoivat näkemystään kysymyksessä, joka koski sitä, kuinka paljon he näkevät haittoja kaveripiirinsä tupakoinnissa. Tähän kysymykseen näkemystään muutti pelaamisen jälkeen 12,3 prosenttia vastaajista. Heistä 8,8 prosentilla näkemys tupakoinnin haitoista vahvistui pelaamisen jälkeen. Vastaavasti 3,5 prosentilla vastaajista näkemys tupakoinnin haitoista heikentyi pelaamisen jälkeen. Suurin osa vastaajista ei kuitenkaan muuttanut näkemystään esitettyihin kysymyksiin pelaamisen jälkeen: heidän osuutensa vastaajista oli 87,7 prosenttia. Myöskään muissa esitetyissä väittämissä suurin osa vastaajista ei vaihtanut näkemystään pelaamisen jälkeen: satunnaista tupakointia koskevassa väittämässä osuus oli 88,6 prosenttia ja koulun käytäntöjä koskevassa väittämässä 90,4 prosenttia.

Taulukkoon 3 on myös koottu pelipoluittain vastaukset esitettyihin väittämiin ennen pelikokemusta ja sen jälkeen. Ristiintaulukoinnin tulokset vahvistavat edellä tehtyjä havaintoja, että pelipolkujen välillä on eroja siinä, miten vastaajat ovat muuttaneet näkemyksiään pelaamisen jälkeen. Erityisesti dystopiapolun pelanneet vastaajat ovat vahvistaneet näkemystään sekä satunnaisten että kaveripiirinsä tupakoinnin haitoista. Esimerkiksi hieman yli 10 prosenttia dystopiapolun vastaajista on pelin pelaamisen jälkeen vahvistanut näkemystään siitä, kuinka paljon he näkevät haittoja kaveripiirinsä tupakoinnissa.

Vertailun vuoksi: Utopiapolun pelanneista vastaajista vain 1,8 prosenttia vahvisti tässä kysymyksessä näkemystään pelin pelaamisen jälkeen. Itse asiassa useampi heistä heikensi kuin vahvisti näkemystään tupakoinnin haitoista. Esimerkiksi kysymyksessä ”kuinka paljon haittoja näet satunnaisessa tupakoinnissa” yli 9 prosenttia utopiapolun pelanneista vastaajista heikensi näkemystään satunnaisten tupakoinnin haitoista. Tulokset viittaavat siihen, etteivät utopiapolun pelanneet nuoret kokeneet peliä niin vaikuttavana kuin dystopiapolun pelanneet.

Pelin sisällä olevien tutkimuskysymysten (neljä kysymystä, taulukko 4) vastaukset eroavat osittain eri polun pelanneiden nuorten kesken. Erityisesti kysymyksessä, jossa kysyttiin, miten paljon parhaat ystävät vaikuttavat tupakointikokeilujen välttämiseen, erot pelipolkujen välillä ovat suuret. Dystopiapolun pelanneilla vastaajilla parhaiden ystävien merkitys on suurempi kuin utopiapolun pelanneilla vastaajilla. Myös vanhempien

Taulukko 3. Nuorten näkemyksissä tapahtuneet muutokset pelissä esitetyissä alku- ja loppukysymyksissä pelipoluittain.

| Väittäjä | Näkemyksväittäjä | Pelipolku | | Yhteensä | Khi ² | p-arvo |
|---|------------------|-----------|--------|----------|------------------|--------|
| | | Dystopia | Utopia | | | |
| Kuinka paljon haittoja näet satunnaisessa tupakoinnissa? | Heikentynyt | 255 | 48 | 303 | 4,465 | 0,107 |
| | Ennallaan | 12 | 5 | 17 | | |
| | Vahvistunut | 21 | 1 | 22 | | |
| Onko koulussa käytäntöjä, jotka mahdollistavat tupakoinnin? | Heikentynyt | 259 | 50 | 309 | 0,483 | 0,785 |
| | Ennallaan | 19 | 3 | 22 | | |
| | Vahvistunut | 10 | 1 | 11 | | |
| Kuinka paljon haittoja näet kaveripiirisi tupakoinnissa? | Heikentynyt | 248 | 52 | 300 | 4,540 | 0,103 |
| | Ennallaan | 11 | 1 | 12 | | |
| | Vahvistunut | 29 | 1 | 30 | | |

puuttumisella tupakointiin on 10 prosentin merkitsevyystasolla suurempi merkitys dystopiapolun kuin utopiapolun pelanneille vastaajille. Tilastollisesti heikkoja merkkejä on myös siitä, että ystävä- ja kaveripiirin tupakoimattomuudella on suurempi merkitys dystopiapolun pelanneiden mielestä kuin utopiapolun pelanneiden mielestä.

Myös pelaamisen aikana esitetyissä kysymyksissä on selkeitä eroja pelipoluittain (taulukko 5). Utopiapolon pelanneista vastaajista 31,5 prosenttia kokee tupakoinnin ongelmaksi itselleen, kun vastaava osuus dystopiapolun pelanneilla on 7,6 prosenttia. Ristiintaulukointi vahvistaa riippuvuuden eli

Taulukko 4. Nuorten tupakointiin vaikuttavien tekijöiden erot pelipoluittain.

| Väittäjä | Keskiarvo | | t-arvo | p-arvo |
|--|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | Dystopia | Utopia | | |
| Minkälainen merkitys tupakoinnilla on ystävä-/kaveripiirissäsi? | 2,142 | 2,222 | -0,419 | 0,676 |
| Miten paljon parhaat ystäväsi vaikuttavat siihen, että vältät tupakointikokeiluja? | 3,354 | 2,759 | 2,268 | 0,026 |
| Miten paljon vanhemmasi puuttuisivat tupakointikokeiluihin? | 5,215 | 4,814 | 1,800 | 0,076 |
| Minkälainen merkitys tupakoimattomuudella on ystävä-/kaveripiirissäsi? | 3,684 | 3,241 | 1,600 | 0,113 |

sen, että utopiapolun pelanneet kokevat tupakoinnin ongelmaksi useammin. Pelipolkujen pelaajat eroavat toisistaan myös siinä, että utopiapolun pelanneet kieltäytyisivät kaverin tarjoamasta tupakasta harvemmin kuin dystopiapolun pelanneet pelaajat. Utopiapolon pelaajista miltei joka kolmas ei kieltäytyisi tupakasta, mutta dystopiapolun pelaajista vastaava osuus on 11,8 prosenttia. Kolmas polkujen välinen eroavaisuus löytyy suhtautumisesta tupakointiin liittyviin lakeihin. Utopiapolon pelanneista 29,6 prosenttia pitää lakeja hyödyttöminä, kun taas vastaava osuus dystopiapolun pelanneista on 13,8 prosenttia. Suhtautumisero on jälleen ristiintaulukoinnin perusteella peräisin pelipolusta. Muissa taulukossa esitetyissä kysymyksissä ei havaittu eroja pelipolkujen kesken.

Taulukko 5. Erot pelissä esitetyissä kysymyksissä pelipoluittain.

| Kysymys | Pelipolku | | | | Khi ² | p-arvo |
|--|-----------|-----|--------|----|------------------|-------------------|
| | Dystopia | | Utopia | | | |
| | Kyllä | Ei | Kyllä | Ei | | |
| Onko tupakointi ongelma minulle? | 22 | 266 | 17 | 37 | 23,281 | < 0,001 |
| Olenko minä huono ihminen, jos minä tupakoin? | 48 | 240 | 7 | 47 | 0,228 | 0,632 |
| Eikö tupakointi ole jokaisen ihmisen oma päätös? | 259 | 29 | 49 | 5 | < 0,001 | 0,999 |
| Pitäisikö kieltäytyä, jos kaveri kysyy? | 254 | 34 | 39 | 15 | 8,194 | 0,004 |
| Vaikuttavatko asenteet tupakointiin? | 261 | 27 | 49 | 5 | < 0,001 | 0,999 |
| Tupakoinnin juuret ovat syvällä, muutos on mahdoton... | 8 | 280 | 3 | 51 | 0,411 | 0,521 |
| Tupakoinnin avulla saa muodostettua kaverisuhteita... | 79 | 209 | 21 | 33 | 2,358 | 0,124 |
| Tupakointiin liittyvät lait ovat hyödyttömiä... | 40 | 248 | 16 | 38 | 7,118 | 0,007 |
| Tupakkateollisuus ei tule muuttumaan. | 120 | 168 | 27 | 27 | 0,970 | 0,324 |

Yhteenveto pelikyselyn tuloksista

Tulokset pelikyselystä osoittavat, että pelillisyyttä voidaan käyttää vahvistamaan erityisesti niiden nuorten tupakointikäyttäytymistä, joilla on alhainen tupakointiriski. Tässä ryhmässä peli vahvisti nuorten näkemyksiä satunnaisen tupakoinnin ja kaveripiirin tupakoinnin haittavaikutuksista. Tulosten perusteella pelin merkitys korkean tupakointiriskin nuorille oli vähäinen, sillä peli ei tässä ryhmässä vahvistanut näkemyksiä tupakoinnin haitallisuudesta. Havainto korostaa, että pelillisyyttä voidaan hyödyntää erityisesti vahvistamaan nuorten myönteistä terveystietoisuutta. Riskiryhmässä olevien nuorten terveystietoisuuden vahvistaminen edellyttää kuitenkin intensiivisempiä interventioita.

Tulokset nostavat esille tupakoinnilta suojaavia tekijöitä. Kaveripiirin ja vanhempien puuttuminen tupakointiin ovat keskeisiä tupakoinnilta suojaavia tekijöitä, jotka erottavat alhaisen ja korkean tupakointiriskin nuoria toisistaan. Alhaisen tupakointiriskin nuoret pystyvät myös selvästi useammin kieltäytymään tupakoinnista kuin korkeamman tupakointiriskin nuoret, mikä viittaa voimakkaampaan pystyvyyden tunteeseen tupakoinnista kieltäytyttäessä. Havainto osoittaa, että tupakoinnin ennaltaehkäisyssä tulisikin kiinnittää huomiota siihen, että nuorella on pystyvyyttä kieltäytyä tupakasta silloin, kun kaveri sitä tarjoaa.

Kolmas merkittävä havainto tuloksissa on, että korkean tupakointiriskin nuoret pitivät tupakointia ongelmana useammin kuin alhaisemman tupakointiriskin nuoret. Tämä viittaa siihen, että nuoret tunnistavat tupakoinnin ongelmaksi, mutta heillä ei ole riittäviä välineitä ongelman ratkaisemiseksi. Ennaltaehkäisyn näkökulmasta tulos on rohkaiseva, sillä ongelman tiedostaminen on ensimmäinen askel käyttäytymisen muuttamisessa.

Lähteet

Adamou, B. 2019. Games and gamification in market research increasing consumer engagement in research for business success. Lontoo: Kogan Page.

Purhonen, K., Kauronen, M.-L., Lehtonen, O., Polak, A. & Kallunki, V. 2019. Visual research in mixed methods studies. Recognising social identities and behaviour of non-smokers and smokers. *Journal of Mixed Methods Research*. (lähetetty).



TARINALLISET JA VUOROVAIKUTTEISET MENETELMÄT NUORTEN TUPAKOINNIN EHKÄISYSSÄ

Tarinallisuuden ja vuorovaikutuksen mahdollisuuksia

Nuorten ehkäisevää päihdetyötä on kritisoitu muun muassa siitä, että päihdekasvatuksen painopisteenä on aine- ja terveysvaikutuksiin perustuva asiatietous. Ehkäisevän päihdetyön käyttämien menetelmien vaikutuksia on myös kyseenalaistettu ja todettu, että yksittäiset, esimerkiksi valistuskampanjoihin perustuvat, interventiot ovat kalliita ja niiden vaikutukset lyhytaikaisia.

Sen sijaan myönteisimpiä vaikuttavuusarvioita saaneita päihdekasvatusohjelmia yhdistävät muun muassa vuorovaikutteiset menetelmät, sosiaaliset elämäntaitomallit, samojen aiheiden käsittelyn toistuvuus, kohderyhmän osallistaminen, laillisten ja laittomien päihdeiden mukaan ottaminen keskusteluun ja nuorille viestiminen erilaisin menetelmin ja sanomin. (Soikkeli 2015, 38–39.) Myös yhteisön vaikutukset tulisi ottaa ehkäisevässä päihdetyössä huomioon, koska sosiaaliset normit, kontrolli ja arvot elävät yhteisön jäsenten vuorovaikutussuhteissa ja vaikuttavat päihdeiden käytön taustalla oleviin mekanismeihin.

Oleellinen osa ehkäisevän päihdetyön kohdentamista on niiden asiasisältöjen ja näkökulmien valinta, joista nuorten päihdeidenkäyttöä ja sen

aiheuttamia riskejä lähestytään. Aine- tai terveysvaikutuskeskeisyyden sijaan työssä tulisi kiinnittää enemmän huomiota niihin sosiaalisiin tilanteisiin, joihin nuorten päihdeidenkäyttö tai -käyttämättömyys liittyvät. Sosiaaliseen kanssakäymiseen kuuluvat aina myös vertaisryhmiin liittyvä sosiaalinen kontrolli, normit ja arvot, joiden noudattamista kyseisessä yhteisössä odotetaan. Niiden avulla yhteisöt sääntelevät ja ohjaavat myös yksilöiden päihdeisiin liittyvää käyttäytymistä. Sitä ehkäisevän työn kannattaakin hyödyntää erilaisilla vuorovaikutteisilla menetelmillä. (Mm. Viitanen 2010; Moran ym. 2017.)

Nuorten keskusteluissa kuuluu tai näkyy paljon erilaisia tarinoita ja kertomuksia tupakkatuotteiden kokeiluista tai käytöstä. Sosiaalinen media on täynnä nautintoon tai käyttämiseen liittyviä kuvia ja tarinoita huumorin, omakohtaisten kömmähdysten tai opettavaisten varoitusten näkökulmista käsin. Ihmiset elävät hetkessä ja kertomusten maailmassa (Maines 2005), jossa puhutaan paljon omista tekemisistä ja tunteista. Tarinallisuudesta on tullut tapa tai menetelmä oman arjen, kulttuurin, kokemusten tai elämän jäsentäjänä. Tarinallisuuteen liittyy aina vuorovaikutustilanteita – joko itsensä ja käsiteltävän asian välillä tai ihmisten keskuudessa asioita käsitellessä. Tarinallisuudessa on läsnä monenlaisia elementtejä, esimerkiksi historiaa, draamaa, komediaa, keskusteluja, sarjakuvaa, musiikkia ja taidetta (Erol Işik 2015). Tarinallisuuden ydin ei ole sidottu vain historiallisiin tapahtumiin, vaan se elää vahvasti nykyajan ilmiöissä ja yhteiskunnallisissa keskusteluissa sekä toimii tulevaisuuden suunnannäyttäjänä.

Versus-hankkeessa tarinallisuuteen ja vuorovaikutukseen pohjautuvia menetelmiä testattiin ja kehitettiin nuorten tupakkatuotteiden käyttöön liittyvän tutkimuksen ohessa. Hankkeessa hyödynnettiin erilaisia menetelmiä tupakkatuotteiden puheeksioton ja interventioiden välineenä. Monimenetelmällisyys kehittyi hankkeen edetessä nuorten erilaisten ympäristöjen ja heitä ohjaavien ammattilaisten tarpeista käsin.

Monimenetelmällisyydellä pyrittiin hankesuunnitelman raameissa siihen, että aihetta voidaan lähestyä pelillisyyden ja kuvallisuuden avulla hyvinkin eri tavoilla. Jotta nuorille suunnattu päihdekasvatus tai ehkäisevä päihdetyö olisi vaikuttavaa, työn olisi oltava monikanavaista, monipuolista ja usealla tavalla toteutettua. Laadullisesti vaikuttavia työtapoja yhdistävät niiden vuorovaikutteisuus, eriävien käsitysten salliminen, elämäntaitojen vahvistaminen, samojen menetelmien ja mallien toistaminen, nuorten mukaan ottaminen suunnitteluun, päihdeiden monipuolinen käsitteleminen,

myös laittomista päihteistä puhuminen sekä monimuotoisesti viestiminen. (Soikkeli 2015, 37–39.)

Tarinallisuus ja siihen yhdistetty nuorten keskinäinen ja aikuisten kanssa käytävä vuorovaikutus antavat tilaa keskustelulle ja rohkaisevat mielipiteiden ilmaisuun. Tarinoiden kertominen on ilmaisutapa, joka mahdollistaa asioiden käsittelyn tasapuolisesti ja neutraalisti vertaisryhmissä. Tarinallisuus mahdollistaa myös yksilön muutoshalukkuuden. Sitä on helpompi kuvata ulkoistamalla se itsestä ulos, mutta se kietoutuu oman identiteetin menneisyyden ja tulevaisuuden rakentamiseen (Hänninen 2002, 93). Elämänmuutosta käsittelevät tarinat voivat olla myös väline nuoren henkilökohtaisessa ohjauksessa tai yhteisön arvojen käsittelyssä.

Pelkkä tarinallisuus päihteiden käsittelyssä ei riitä, vaan tarinallisuuden on vastuullisesti lisättävä aikuisen ja kasvattajan läsnäolo. Nuorten omaehtoinen tiedonhankinta päihteistä perustuu usein median kertomiin tarinoihin ja vertaisten luomiin uskomuksiin. Median luomat tarinat kasvavat kollektiivisesti ja vääristävät päihteiden mukanaan tuomia haittavaikutuksia. Terveystieto joutuu taistelemaan median ja vertaisuskomusten maailmassa tilastaan kasvattajana ja oikean tiedon lähteenä. Muuttamalla tiedon käsittelyä ja saatavuutta nuorten kulttuuriin ja elämismaailmaan (mm. Puuronen 2015, 35) voidaan luoda kollektiivisia ja yksilön muutosta tukevia menetelmiä tupakkatuotteisiin liittyviin preventioihin ja interventioihin.

Tarinallisuuden toimivuuden kannalta on tärkeää, että henkilö, joka kokee tarinan, pystyy yhtymään sen arvomaailmaan. Tarinoihin sisältyy arvoja, jotka liittyvät muun muassa itsensä löytämiseen, transsendenttisyteen, narratiivisuuteen tai tietoon. Itsensä löytämisessä on kyse siitä, että tarinan avulla ihminen löytää itsestään jotakin uutta. Transsendenttisydessä puolestaan ihminen kokee olevansa osa jotakin suurempaa kokonaisuutta. Narratiivisuudessa taas tarina kuljettaa ihmistä pelin mukana eteenpäin, ja tarinaan liitetyn tiedon avulla ihminen oppii jotakin uutta. (Adamou 2019, 258.) Tarinaan sisältyvät ja rakennetut arvot herättävät nuoret pohtimaan asiaa uudella tavalla ja antavat tilaa nuoren omille mielipiteille. Peleihin tai muihin kuvallisiin menetelmiin sidottu tarinallisuus tuo mahdollisuuden käsitellä vaikeita asioita ja syventyä niihin myös yksilönä ilman vertaisten luomaa painetta.

Versus-hankkeessa kehitettiin ja testattiin vuorovaikutteisia, kuvallisia ja pelillisiä menetelmiä osana hankkeen interventioita. Osa käytetyistä mene-

telmistä muotoutui vasta kehittämisen aikana ja nuorten omien toiveiden perusteella. Hankkeessa kehitettiin muun muassa erilaisia pelejä, sarjakuvaa sekä tietopohjaista, digitaalista ja pelillistettyä vuorovaikutusmenetelmää tupakkatuotteiden käytön ehkäisyyn.

Lähteet

- Adamou, B. 2019. Games and gamification in market research increasing consumer engagement in research for business success. Lontoo: Kogan Page.
- Erol Işık, N. 2015. The role of narrative methods in sociology. Stories as a powerful tool to understand individual and society. *Journal of Sociological Research*. Vsk. 18 (1), 103–125. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://dergipark.org.tr/download/article-file/117727> [viitattu 4.7.2019].
- Hänninen, V. 2002. Sisäinen tarina, elämä ja muutos. Tampereen yliopisto. Väitöskirja. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/67873/951-44-5597-5.pdf?sequence=1> [viitattu 4.7.2019].
- Maines, A. 2005. Narrative's moment and sociology's phenomena. Toward a narrative sociology. *The Sociological Quarterly*. Vsk. 34 (1), 17–38. PDF-dokumentti. Saatavissa: doi:10.1111/j.1533-8525.1993.tb00128.x [viitattu 4.7.2019].
- Moran, M. B., Walker, M. W., Alexander, T. N., Jordan, J. W. & Wagner, D. E. 2017. Why peer crowds matter? Incorporating youth subcultures and values in health education campaigns. *American Journal of Public Health*. Vsk. 107 (3), 389–395.
- Puuronen, A. 2015. Tupakkavalistusta 2000-luvulla. Teoksessa Soikkeli, M., Salasuo, M., Puuronen, A. & Piispa, M. (toim.) *Se toimii sittenkin*. PDF-dokumentti. Saatavissa: http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/se_toimii_sittenkin.pdf [viitattu 4.7.2019].
- Soikkeli, M. 2015. Päihdevalistus tutkimuksen valossa. Teoksessa Soikkeli, M., Salasuo, M., Puuronen, A. & Piispa, M. (toim.) *Se toimii sittenkin*. PDF-dokumentti. Saatavissa: http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/se_toimii_sittenkin.pdf [viitattu 4.7.2019].
- Viitanen, R. 2010. Nuorten päihdevalistuksen sokeat pisteet ja päihdekasvatuksen mahdollisuudet. Teoksessa Kylmäkoski, M., Pyökkänen, S. & Viitanen, R. (toim.) *Yhteisöllisiä näkökulmia nuorten ehkäisevään päihdetyöhön*. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Sarja C. Oppimateriaaleja 23. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.humak.fi/wp-content/uploads/2014/12/yhteisollisia_nakokulmia.pdf [viitattu 9.7.2019].

Kirsi Purhonen, projektipäällikkö,
Angelika Polak, projektityöntekijä &
Miikka-Petteri Lesonen, TKI-asiantuntija

Sarjakuvatarinat nuorten tupakoinnista keskustelun välineenä

Ehkäisevässä päihdetyössä tupakkatuotteiden käyttöä voidaan lähestyä myös sarjakuvan avulla. Sarjakuvan ja tarinoiden avulla saadaan muodostettua käytännönläheinen suhde nuorten arkimaailmaan ja houkutelutua heidät aiheen pariin toiminnallisesti. Sarjakuva tukee nuorten kriittistä ajattelua ja vuorovaikutustaitoja. Menetelmä antaa mahdollisuuden mielipiteen ja ajatusten ilmaisuun kuvallisella ja metaforisella tavalla, joka on yksi tapa käsitellä asioita. Tupakkatuotteiden, samoin kuin muidenkin päihdeiden, käyttöön liittyy aina eriäviä mielipiteitä, jotka voidaan ottaa tutkittaviksi sarjakuvan avulla. Vuorovaikutteinen ja kuvallinen menetelmä tupakkatuotteiden käytön ehkäisyssä on myös tehokkaampi kuin yhdensuuntainen, tietopohjainen, valistava päihdekasvatus. On kuitenkin muistettava, että pelkkä menetelmä ei riitä hyvin toteutetun päihdekasvatuksen kriteeriksi, vaan siihen tulee aina liittää kasvatusta tukeva keskustelutilaisuus. (Puuronen 2015, 38.) Sarjakuvaan liitettävä keskustelutilaisuus mahdollistaa mielipiteen ilmaisun vapautta ja eriävien mielipiteiden tasavertaista tutkimista.

Versus-hankkeen sarjakuvatyöpajan tavoitteena oli pohtia tupakoimisen vaikutuksia, tupakoimiseen liittyvää sosiaalista painetta ja tupakoimattomuuden hyötyjä. Sarjakuvatyöpaja toteutettiin erään perusopetuksen kahdeksannen luokan kanssa kutsutyöpajana. Sarjakuvatyöpajan aikana luotiin omia lyhyitä sarjakuvakertomuksia hankkeen valmista kuvitusta käyttäen. Tarinoiden aiheet liittyivät tupakointikäyttäytymiseen ja siihen, millaisen sanoman tupakoimattomuus voisi antaa lukijalle.

Sarjakuvatyöpaja liittyi Versus-pelien päähahmoon, Annaan. Anna seikkailee sarjassa kavereidensa kanssa erilaisissa tilanteissa ja päättää lopettaa tupakanpolton. Anna kohtaa seikkailunsa aikana erilaisia henkilöitä ja löytää uusia ystäviä. Ystäväjoukkoon lyöttäytyy myös tupakoivia



Kuva 1. Sarjakuvatyöpajan hahmoja.

Kuvat: Miikka-Petteri Lesonen & Ronja Pölkki.

henkilöitä, mutta heitä kaikkia yhdistää yksi asia: he ovat päättäneet vaikuttaa omaan käytökseensä.

Sarjakuvatyöpajaan osallistuneet nuoret ovat jatkaneet tarinaa pohtimalla seuraavia kysymyksiä: Mitä vaikutusta tupakoimattomuudella on meille? Miksi joku tarttuu tupakkaan, kun sitä tarjotaan? Minkälaista hyötyä on siitä, että päättää olla tupakoimatta? Nuoret suunnittelivat omia tarinoitaan kysymysten pohjalta sekä piirsivät ja hyödynsivät hankkeen hahmoja kuvittamisessa. Hahmoja oli mahdollista leikata valmiista kuva-arkista ja liimata omaan sarjakuvatarinaan (kuva 1).

Sarjakuvatarinoiden valmistuttua ne käytiin nuorten kanssa läpi. Työskentely herätti nuorissa paljon keskustelua ja kiinnostusta. Nuoret eivät olleet pelkästään päihdekasvatuksen kohderyhmä, vaan heistä itsestään tuli tiedon tuottajia ja mielipiteidensä ilmaisijoita, mikä tuki heidän osallisuuttaan asian käsittelyssä.

Sarjakuvan osallistava ja toiminnallinen tapa antaa tilaa nuoren omakohtaisille kokemuksille ja näkemyksille, jolloin hän pystyy itse osallistumaan tiedon rakentamiseen (Viitanen 2010; Soikkeli 2015). Sarjakuvatyöpajan palautekyselyssä nuorilta kysyttiin tyytyväisyyttä työskentelyyn. Vastauksista (n = 15) 73 prosenttia koki olevansa täysin tyytyväinen tämännäköiseen työskentelyyn. Kysyttäessä nuorten mielipiteitä siitä, oliko sarjakuva mielenkiintoinen tapa käsitellä tupakointia tai terveyttä, 93 prosenttia

vastasi kysymykseen myönteisesti. Menetelmän etuja oli muun muassa se, että nuori sai käyttää omaa luovuuttaan. Lisäksi tupakointiin liittyvää tietoutta käsiteltiin eri tavalla ja rennommin kuin muutoin koulujen tunneilla. Palautteesta on erityisesti tunnistettavissa se, että sarjakuva työmenetelmänä antaa mahdollisuuden oman tiedon luomiseen, tiedon ymmärtämiseen ja oppimiseen (mm. Soikkeli 2015; Viitanen 2010) ja jopa oman päätöksenteon tukemiseen.

”Ei tuputeta tietoa, vaan oppii sarjakuvien tekemisen kautta.”

“...helposti ymmärrettävä tapa saada ihminen huomioimaan tupakoinnin huonot puolet.”

”Siitä saa syitä tupakoinnin lopettamiseen.”

Työpajaan osallistuneista nuorista 91 prosenttia oli sitä mieltä, että vastaavia työpajoja tulisi järjestää koulussa jatkossakin. Tupakkatuotteiden käsitteleminen oli sarjakuvan avulla erilaista, hauskaa ja opettavaista. Nuorten mielestä myös muita päihteitä voisi käsitellä samalla tavalla.

”Se on hauskaa ja opettaa. Samanlainen voisi olla myös nuuskasta tai alkoholista.”

”Koska sarjakuvatyöpaja on erilaista ja kivaa.”

Suurin osa nuorista tuli työpajaan mielellään, koska se toi vaihtelua koulupäivään ja oppituntien sisältöihin. Toiminnallinen, ryhmissä tapahtunut vakavan aiheen käsittely sarjakuvan keinoin kiinnittyi yhteisön toimintaan ja vuorovaikutuksen rakentamiseen tarinallisuuden avulla. Tällöin myös tupakoinnin taustalla olevat sosiaaliset ja kulttuuriset merkitykset tulevat käsitellyiksi. Sarjakuvatyöpajaan osallistuneiden nuorten antama palaute vahvisti sitä tietoa, joka hankkeessa oli noussut esille jo kouluvierailujen myötä: vaikka ehkäisevän päihdetyön sisällöt nuorten tupakkatuotteiden käytöstä tuntuvat nuorista valistamiselta ja hankalalta aiheelta käsitellä, erilainen lähestymistapa motivoi heitä käsittelemään aihetta. Tarinallisuus motivoi, ja siihen on helppo liittää omat arvonsa.

Sarjakuvatyöpajan avulla pyrittiin myös edistämään positiivisia mielikuvia tupakoimattomuudesta ja terveydestä. Kyselyyn vastanneista nuorista 74 prosenttia koki sarjakuvatyöpajan vaikuttaneen positiivisesti tupakoimattomuuteen ja terveyteen liittyviin mielikuviiin joko paljon tai todella



Kuva 2. Nuorten antama kuvallinen palaute sarjakuvatyöpajan jälkeisestä tunnetilasta. Kuvat: Miikka-Petteri Lesonen & Ronja Pölkki.

paljon. Palautekyselyssä hyödynnettiin myös kuvallisuutta palautteen ilmaisemisessa. Vastaja sai valita työpajan aiheuttamaksi tunnetilakseen neljän eri hahmon ilmeestä. Vastaajista 70 prosenttia valitsi työpajan tunnelmaa kuvaavaksi hahmon ilmeeksi iloisen Anna-hahmon (kuva 2).

Nuorten palautteen perusteella sarjakuvatyöpajan avulla pystyttiin käsittelemään tupakointiin liittyviä asioita oppilaita innostavalla tavalla. Tuloksena oli oppimista ja asioihin suhtautumista kriittisesti – mutta huumorin avulla. Hankkeen tavoitteena on kriittisen ajattelun kasvattamisen lisäksi ollut tupakoimattomuuteen liitettävien positiivisten mielikuvien vahvistaminen. Työpajan avulla aiheen käsittelyyn saatiin luotua positiivinen tunnelma, joka myös vahvisti positiivisia mielikuvia. Menetelmä kannusti jopa tupakoimisen lopettamiseen.

Menetelmä toimiikin hyvin osana perusopetuksen ehkäisevää päihdetyötä. Sitä voidaan toteuttaa myös osana muita kuin terveystiedon oppitunteja. Sarjakuva menetelmänä ja oppimisena liittyy sekä kuvaamataidon että äidinkielen oppitunteihin. Hankkeen suosituksena onkin se, että menetelmiä kannattaa hyödyntää oppiaineita yhdistellen ja käsittelemällä aihepiiriä useamman oppiaineen sisällä. Tällöin ehkäisevän päihdetyön vaikutukset myös mahdollistuvat paremmin, kun sisältöä toistetaan useammin ja eri näkökulmista.

Lähteet

Puuronen, A. 2015. Tupakkavalistusta 2000-luvulla. Teoksessa Soikkeli, M., Salasuo, M., Puuronen, A. & Piispa, M. (toim.) *Se toimii sittenkin*. PDF-dokumentti. Saatavissa: http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/se_toimii_sittenkin.pdf [viitattu 4.7.2019].

Soikkeli, M. 2015. Päihdevalistus tutkimuksen valossa. Teoksessa Soikkeli, M., Salasuo, M., Puuronen, A. & Piispa, M. (toim.) *Se toimii sittenkin*. PDF-dokumentti. Saatavissa: http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/se_toimii_sittenkin.pdf [viitattu 4.7.2019].

Viitanen, R. 2010. Nuorten päihdevalistuksen sokeat pisteet ja päihdekasvatuksen mahdollisuudet. Teoksessa Kylmäkoski, M., Pylkkänen, S. & Viitanen, R. (toim.) *Yhteisöllisiä näkökulmia nuorten ehkäisevään päihdetyöhön*. Humanistinen ammatikorkeakoulu. Sarja C. Oppimateriaaleja 23. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.humak.fi/wp-content/uploads/2014/12/yhteisollisia_nakokulmia1.pdf [viitattu 9.7.2019].

Kirsi Purhonen, projektipäällikkö & Marja-Leena Kauronen, yliopettaja

Rippikoululaisten tupakoinnin ehkäisy tietokilpailun ja kuvakeskustelujen avulla

Rippikouluissa tehtävä kasvatustyö perustuu ihmisen suhteen tutkimiseen omaan itseensä, toisiin ihmisiin ja koko luomakuntaan. Rippikoulun tavoitteena on muun muassa tukea nuorten osallisuutta, vaikuttamisen mahdollisuutta, turvallisuuden tunnetta, vastuunkantoa itsestään ja toisista ihmisistä sekä oman ja kristinuskon välisen suhteen luomista. Rippikoulusuunnitelman sisällöllisten tavoitteiden lisäksi rippikoulun järjestäjien tulee tunnistaa rippikoulujen toteutukseen liittyvät haasteet, nuoruuden monimuotoisuus, kulttuurisuus ja identiteetin rakentamiseen liittyvät lieveilmiöt, kuten päihteidenkäyttö. (Kirkkohallitus 2017.)

Rippikouluja velvoittaa tupakkalaki (549/2016), joka kieltää alle 18-vuotiaiden tupakkatuotteiden hallussapidon ja rajoittaa tupakkatuotteiden käyttöä nuorten ympäristöissä. Tupakkalain mukanaan tuoma velvoite on siis yksi tekijä seurakuntien rippikoulutyössä. Työhön liittyy myös kasvatuksellinen yhteisvastuu. Seurakunnan työ on luonteva tuki koulujen, kotien ja nuorten harrasteyhteisöjen päihdekasvatukselle. Päihdekasvatus sisältyy luontevasti rippikoulun vastuullisuus- ja arvokasvatukseen sekä varhaiseen puuttumiseen ennen rippikoulun alkua.

Versus-hankkeessa kehitettiin menetelmiä rippikoulutyön tueksi aiheesta kiinnostuneen seurakunnan työntekijän toiveesta. Seurakunta kaipasi uudenlaisia lähestymistapoja tupakoinnin käsittelyyn rippileireillä. Tavoitteena oli lähestyä tupakointia ja siihen liittyviä sosiaalisia tekijöitä kvallisten ja pelillisten menetelmien avulla ja liittää menetelmät yhteisölliseen keskusteluun ja arvojen pohdintaan.

Rippikouluun kehitettiin muun muassa pelillinen menetelmä, jossa tupakkatuotteet otettiin puheeksi Kahoot-sovelluksen avulla. Sovellus on nuorille tuttu ja paljon käytetty muun muassa kouluissa. Kahootin kysymykset rakennettiin siten, että niiden tiedot valittiin tupakkatuotteisiin ja hyvinvointiin liittyvästä kouluterveyskyselystä (Terveyden ja

Kysymys 1: Kuinka monta % Kouvolan kaupungin 8.–9. luokkalaisista **EI KÄYTÄ** nuuskaa lainkaan?

Kahoottiin rakennettavat vaihtoehdot: 20%, 30%, 60% tai 80%.
Oikea vastaus pelissä on n. 80%

Tarkka vastaus 1: Kouluterveyskyselyyn Kouvolassa vuonna 2017 vastanneista 8.–9. nuorista 77,3 % ei käytä nuuskaa lainkaan.

Keskustelu: Miten tämä pitää paikkansa omassa kaveripiirissä?
Mistä nuoret saavat nuuskaa?

Tiesitkö:

- » Nuuskan myyminen on ja välittäminen on laitonta Suomessa
- » Nuuska sisältää runsaasti nikotiinia ja nuuskaa käyttävillä nikotiiniannos on keskimäärin suurempi kuin tupakoivilla
- » Nuuskan valmistajat pyrkivät tietoisesti luomaan nuuskasta kuvan savuketta terveellisempänä vaihtoehtona
- » Nuuskan markkinointiin ja tuotteiden houkuttelevaan ulkonäköön panostetaan, jotta tuotteille saataisiin uusia käyttäjiä
- » Haittavaikutusten vertaaminen savukkeeseen ja nuuskan välillä ei ole mielekäästä, sillä kummankin käyttöön liittyy paljon haittoja

Kuva 1. Rakenne Versus-Kahootin kysymyksistä, keskustelusta ja tietopaketista.

hyvinvoinnin laitos 2017). Kuhunkin kysymykseen liitettiin samaa aihetta koskevia keskusteluteemoja ja tietopaketti ohjaajien työn tueksi (kuva 1). Tiedon ja keskustelun avulla pyrittiin muun keskustelun herättämiseen sekä väärän tiedon ja uskomusten oikaisemiseen.

Rippikoulun ryhmätöytunneille suunniteltiin toinen, kuvallisuuteen perustuva keskustelumenetelmä. Kuvallisella keskustelumenetelmällä haluttiin herättää keskustelua tupakoinnin taustalla olevista mielikuvista sekä vahvistaa tupakoimattomuuteen liittyviä positiivisia mielikuvia ja nuorten



Kuva 2. Esimerkkejä keskustelutehtävään liittyvistä kuvista. Kuvat: Pixabay.

välistä vuorovaikutusta. Kuviin liitettiin esimerkiksi seuraavia kysymyksiä: Voisitko itse olla kuvassa? Minkälaisista asioista kuvassa keskustellaan? Mitä ajattelet kuvasta? Sopivia kuvia (kuva 2) etsittiin ilmaisista kuvapankeista hakusanoilla *young people, friends, smoking* ja *together*. Hakusanat liittyvät nuorten tupakkatuotteiden käytön sosiaalisiin taustatekijöihin.

Rippikoulussa toteutettua tupakoinnin ehkäisyä arvioi kaksi rippikoulujen toteutuksesta vastaavaa seurakunnan henkilöä. Arviointitieto kerättiin web-kyselylomakkeella. Arvioijien mielestä tupakoinnin ehkäisy on perusteltua rippikoululaisten keskuudessa, koska rippikouluissa on tupakoitu kielloista huolimatta. Aiemmin rippikouluissa on käytetty tupakoinnin ehkäisyyn valvontaa, tiedotusta, kieltoja ja niiden perustelemista tupakoinnin haitoilla ja tupakkalailla, keskusteluja, erityisjärjestelyjä sekä

myös henkilökohtaisia keskusteluja. Tupakoinnin käsittelyn rippikoulussa nähtiin lisäävän nuoren vastuunottoa omasta terveydestään. Tupakoinnin ehkäisyä katsottiin soveltuvan hyvin rippikoulun opetussisältöihin.

Arvioijien mielestä rippikoululaisten keskuudessa käytetyt tupakoinnin ehkäisymenetelmät olivat positiivisia ja herättivät jonkin verran kriittisyyttä tupakointia kohtaan. Arvioijat olivat sitä mieltä, että käytetyillä menetelmillä voidaan vaikuttaa rippikoululaisten tupakointia koskeviin asenteisiin, mikä rippikoulussa nähtiin tärkeämpänä kuin tiedon antaminen tupakoinnin vaaroista. Arvioijien mielestä vertaisryhmää hyödyntävät menetelmät lisäävät nuorten keskuudessa käsitystä, että tupakointi ei ole hyväksyttävää, ja edistävät nuoren päätöstä lopettaa tupakointikokeilut. Arvioijien mukaan osa tupakoimattomista rippikoulunuorista on huolissaan tupakoivista nuorista.

Arvioijat olivat sitä mieltä, että tupakoinnin ehkäisy sopii myös eettisesti rippikoulun sisältöihin. Sen sisällyttäminen ohjelmaan edellyttää kuitenkin jonkin verran muiden opetussisältöjen mukauttamista. Arvioinnin mukaan tupakointikieltojen valvonta rippikoululeirillä intervention jälkeen on luontevaa. Interventio voi myös pitkällä aikavälillä vähentää tupakointia rippikoululeireillä.

Tupakoinnin ehkäisyä voidaan arvioijien mielestä toteuttaa rippikoulussa olemassa olevan henkilöstön voimin. Henkilöstön on myös helppo sitoutua tupakoinnin ehkäisyn menetelmiin. Arvioijat uskoivat, että myös rippikoululaisten vanhemmat katsovat tupakoinnin ehkäisyn sopivan hyvin rippikoulun opetussisältöihin.

Arvioijien mielestä toteutetut tupakoinnin ehkäisymenetelmät ovat siirrettävissä muihin rippikouluihin samassa seurakunnassa ja myös seurakunnan muuhun nuorten toimintaan. Toteutettuja tupakoinnin ehkäisymenetelmiä voidaan haluttaessa käyttää myös muiden seurakuntien rippikouluissa.



Lähteet

Kirkkohallitus. 2017. Suuri ihme. Rippikoulusuunnitelma 2017. Elämää Jumalan kasvojen edessä. Suomen ev.-lut. kirkon julkaisuja 60. Kirkko ja toiminta. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://evl.fi/documents/1327140/39461555/Suuri+Ihme+-+Rippi-koulusuunnitelma+2017/758d0926-f7b9-3e63-bc2b-93ffaab30f90> [viitattu 10.7.2019].

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. 2017. Kouluterveyskysely 2017. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely> [viitattu 9.7.2019].

Tupakkalaki 549/2016. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20160549> [viitattu 9.7.2019].

Nuorten pienryhmäkeskustelut tupakoinnin ehkäisyssä

LÄHESTYMISTAPA, TAUSTA JA TAVOITTEET

Tupakoinnin ehkäisy perusopetuksessa ja ammatillisessa koulutuksessa on normatiivista, asiantuntijoiden määrittelemää proaktiivista terveyden edistämistä. Terveystiedon opetus sisältyy opetussuunnitelmaan sekä perusopetuksessa että ammatillisessa koulutuksessa. Versus-hankkeeseen liittyvät pienryhmäkeskustelut toteutettiin menetelmällisenä kokeiluna perusasteella yläkoulun 9. luokalla ja ammatillisessa koulutuksessa ensimmäisen vuoden opiskelijaryhmässä tammikuussa 2019. Keskustelut sisällytettiin terveystiedon oppitunteihin.

Pienryhmäkeskustelujen menetelmälliset tavoitteet perustuvat Dahlgrenin ja Whiteheadin (2007) sosioekologiseen malliin, jossa tarkoitus on muuttaa tai vahvistaa tupakointiin liittyviä asenteita ja normeja yhteisötasolla. Oletuksena on, että asenteiden ja normien muutos tapahtuu yhteisön jäsenten keskinäisessä vuorovaikutuksessa. Tällöin ammattilaisen tehtävänä on vain välittää terveyden edistämiseen liittyvä viesti, kuten tieto, virike tai vihje. Tässä virikkeenä toimivat pienryhmille annetut tupakointikokeiluihin ja koulu yhteisöön liittyneet kysymykset. Kysymysten yhteys hankkeen osatavoitteisiin ja sosioekologiseen teoriaan on kuvattu taulukossa 1 (vrt. Bamba ym. 2010).

Terveyden edistämisen menetelmän yksi edellytys on, että se on hyväksyttävä ja yhtäpitävä organisaation muiden tavoitteiden kanssa (Scriven 2010, 67). Kysymysten sopivuus opetussuunnitelman tavoitteisiin ja vastaamaan tupakointikokeilujen tilanteita koulu yhteisöissä varmistettiin sekä perusopetuksen että ammatillisen koulutuksen rehtoreiden ja opettajien tapaamisissa, eikä kysymyksiä tarvinnut muuttaa. Terveyden edistämisen menetelmien muita edellytyksiä ovat helppokäyttöisyys ja edullisuus (Scriven 2010, 68). Pienryhmämenetelmä on kouluissa normaaliin opetukseen

kuuluvaa eikä vaadi muita muutoksia kuin tilajärjestelyjä. Pienryhmäkeskustelun tavoitteet on kirjoitettu taulukkoon 1.

Tavoitteiden tulisi olla tarpeeksi haastavia, saavutettavia, realistisia, relevantteja ja mitattavia (Scriven 2010, 66). Asenteiden, normien, arvojen, mielipiteiden ja uskomusten muuttumisen on todettu olevan hidasta, mutta toisaalta pienryhmäkeskustelujen on katsottu sopivan niiden muuttamiseen (Ewles & Simnett 1995, 91). Tässä pienryhmämenetelmää toteutettiin vain kerran – menetelmällisen kokeilun kannalta, ei mitattavien tulosten aikaansaamiseksi. Perusasteen 9. luokan oppilaiden oletettiin olevan valmiita tupakointikokeiluja koskevaan keskusteluun, koska he olivat tunteneet toisensa edellisiltä luokilta ja pienryhmäkeskustelut toteutettiin lukukauden toisella puoliskolla, kevätlukukaudella. Toisaalta oletettavaa oli, että aihe on arka mutta relevantti, koska kouluterveyskyselyn mukaan osalla oppilaista oli tupakointikokeiluja.

Ammatillisessa koulutuksessa pienryhmäkeskustelujen lähtökohta oli vaativampi. Opiskelijaryhmässä oli eri kulttuuritaustoista tulleita, äidinkielenään eri kieltä puhuvia opiskelijoita, jolloin myös uskomukset, arvot ja asenteet voivat olla erilaisia (Goodfellow & Moorley 2010, 54–55). Arvojen, uskomusten ja asenteiden muuttamisessa on eri vaiheita, jolloin niitä selvennetään ja muotoillaan (Scriven 2010, 67). Se voi myös vaikeuttaa keskustelua, jos kieli on puutteellinen. Ammatillisen koulutuksen opiskelijaryhmä oli aloittanut opiskelun edellisenä syksynä, ja pienryhmäkeskustelu ajoittui tammikuulle. Opiskelijaryhmät muodostuvat kurssitarjonnan ja ohjelmakohtaisten kurssi valintojen perusteella, mikä vaikuttaa ryhmien heterogeenisuuteen ja siihen, että opiskelijat eivät välttämättä ole tuttuja keskenään.

PERUSASTEEN 9.-LUOKKALAISTEN PIENRYHMÄKESKUSTELUT

Pienryhmäkeskustelujen toteuttaminen

Pienryhmäkeskustelu oli osa hankkeen koululuokassa tapahtuvaa tupakoinnin ehkäisyä menetelmäkokeilua. Sille oli kokonaisuudessaan varattu aikaa 45 minuuttia. Pienryhmäkeskustelua edelsi Versus-mobiilisovelluksen testaus, jonka kesto oli noin 20 minuuttia. Pelissä oppilaat vastasivat tupakointikokeiluihin liittyviin kysymyksiin. Tämän jälkeen opettaja jakoi

Taulukko 1. Pienryhmäkeskustelujen kysymykset, tavoitteet ja yhteys sosioekologiseen malliin.

| Pienryhmälle annettu kysymys | Tavoitteet hankkeen työpakettien mukaan | Soveltaminen sosioekologiseen malliin |
|---|--|---|
| Millä perusteella oletat, että ystäväsi tupakoi? Mitä havaintoja olet siitä tehnyt? | Kriittisen ajattelun kasvattaminen. Oman itsen tiedostaminen. Tupakoimattoman roolimallin omaksuminen. | Sosiaalisen ympäristön arviointi. Normit ja asenteet vertaisyhteisössä. |
| Millaiset oppilaat eivät kokeile tupakointia? | Kriittisen ajattelun kasvattaminen. Tupakoimattoman roolimallin omaksuminen. Oman itsen tiedostaminen ja vertaispaineen tunnistaminen. | Sosiaalisen ympäristön arviointi. Vertaispaine luokkayhteisössä. Sosiaalisten normien muodostuminen vertaisten joukossa. |
| Minkälaiset asiat tai tekeminen vahvistavat sinussa tupakoimattomuutta? | Oman itsen tiedostaminen. Positiivisten mielikuvien ja vuorovaikutuksen vahvistaminen. Itsenäisten päätösten vahvistaminen. Tupakoimattoman roolimallin omaksuminen. Kriittisen ajattelun kasvattaminen. | Roolimallit. Sosiaalisen identiteetin rakentuminen. Sosiaalisten verkostojen arviointi. Koulu yhteisön säännöt. |
| Mitä ajattelet siitä, että luokkakaverit tai parhaat ystävät eivät kokeile tupakointia? | Vertaisvaikuttaminen mielikuvien ja tunteiden tasolla. Positiivisten mielikuvien ja vuorovaikutuksen vahvistaminen. Kriittisen ajattelun kasvattaminen, asenteiden ja normien muuttaminen. Tupakoimattoman roolimallin omaksuminen. Itsenäisten päätösten vahvistaminen. | Sosiaalisen ympäristön arviointi. Roolimallit. Sosiaalisen identiteetin rakentuminen. Vertaisuskomukset. Integroituminen sääntöihin. |
| Minkälaisissa tilanteissa olet ollut vahvoilla, kun olet ollut tupakoimaton? | | Palkitseminen tunteiden tasolla. Kriittisen ajattelun kasvattaminen. Tupakoimattoman roolimallin omaksuminen. Itsenäisten päätösten vahvistaminen. Tupakointiin liittyviin uskomuksiin, mieluviin ja normeihin vaikuttaminen. |
| Millaisissa tilanteissa ystävien kesken voi olla riskinä kokeilla tupakointia? | | Tietoisuus ympäristössä vaikuttavista, tupakointikokeiluihin liittyvistä tekijöistä kasvaa. Kriittisen ajattelun kasvattaminen. Tupakointiin liittyviin uskomuksiin, mieluviin ja normeihin vaikuttaminen. |
| Miten voi välttää joutumasta tilanteeseen, jossa on riskinä kokeilla tupakointia? | | Kriittisen ajattelun kasvattaminen. Vahvistetaan itsenäisiä päätöksiä. Tupakoimattoman roolimallin omaksuminen. Normien muuttaminen. |
| | | Toiminnan tilansidonaisuus. Normien vahvistuminen. Koulu yhteisön säännöt normien muodostumisen tukena. Perheen säännöt. Lainsäädäntö. |
| | | Ryhmäpaine. Ystävät. Toiminnan tilansidonaisuus. Normit ja niiden muuttaminen lähiyhteisössä. |
| | | Normien ja asenteiden muuttaminen lähiyhteisössä. Integroituminen lakeihin ja koulu yhteisön sääntöihin. Sosiaalisten verkostojen rakentaminen ja vahvistaminen. |

oppilaat neljään ryhmään, jotka ohjattiin pienryhmäkeskustelua varten eri tiloihin. Yhteen pienryhmään tuli 7–8 oppilasta. Pienryhmäkeskusteluille varattiin aikaa 15–20 minuuttia. Oma opettaja ei ollut läsnä pienryhmätilanteissa, vaan niitä ohjasivat hankkeen työntekijät. Jokaista pienryhmää kohti oli kaksi ohjaajaa, jotka toimivat myös keskustelujen havainnoijina.

Keskustelun virittämiseksi kaikille pienryhmille annettiin samat seitsemän tupakointikokeiluihin liittyvää kysymystä (liite 1) sekä suullisesti että pöydälle laitetulle paperille kirjoitettuna. Kysymykset oli johdettu hankkeen tavoitteista. Tarkoitus oli saada aikaan mahdollisimman paljon keskustelua jokaisesta kysymyksestä. Sen vuoksi kysymykset annettiin yksitellen niin, että seuraava kysymys annettiin vasta sitten, kun edellisen kysymyksen herättämä keskustelu oli päättynyt. Ohjaajat eivät puuttuneet pienryhmien keskusteluihin vaan keskittyivät havainnointiin ja havaintojen merkitsemiseen. Pienryhmäkeskusteluille varattu aika oli riittävä.

Pienryhmäkeskustelujen havainnointi ja analysointi

Jokaisessa pienryhmässä olleet kaksi ohjaajaa havainnoivat ryhmän keskustelua havainnointirungon mukaisesti (liite 1). Havainnointirungossa jokaista kysymystä kohti oli vaihtoehtoja, joihin voi merkitä havaintojen esiintymiskerrat. Lisäksi lomakkeessa oli kohta ”Muuta”, johon merkittiin havainnointirunkoon kuulumattomat havainnot. Myös pienryhmien keskusteluaktiivisuutta havainnoitiin. Keskusteluun osallistuminen pienryhmien kesken vaihteli: joissakin ryhmissä syntyi aktiivista keskustelua, jopa väittelyä, kun taas joissakin ryhmissä keskustelu oli vähäistä.

Laadullisessa analyysissä käytettiin sisällön analyysia ja erittelyä. Havainnointirunkoon tulleet havainnot poimittiin havainnointilomakkeelta jokaisen kysymyksen kohdalta. Kohtaan ”Muuta” tulleet puheenvuorot poimittiin kysymyksittäin. Alkuperäiset ilmaisut eriteltiin aineistosta nousevien teemojen mukaisesti, pelkistettiin ja yhdistettiin alaluokkiin. Alaluokkiin tulleet pelkistetyt ilmaisut laskettiin, ja alaluokkia yhdistettiin yläluokkiin. Muodostuneet yläluokat nimettiin, ja niiden sisään tulleet ilmaisut laskettiin samoin kuin niiden prosentuaaliset osuudet. Alkuperäisiä lauseita käytettiin kuvaamaan tulkintaa. Tulokset raportoidaan tässä kysymyksittäin. Kuvat prosenttijakautumista on esitetty liitteessä 2 tämän artikkelin lopussa.

Kysymys 1. Millä perusteella oletat, että ystäväsi tupakoi?

Mitä havaintoja olet siitä tehnyt?

Ryhmäkeskusteluissa oppilailta kysyttiin, millä perusteella he olettavat koulukaverinsa tupakoivan. Keskusteluissaan oppilaat toivat esiin useita tekijöitä ja merkkejä tupakoinnista (liite 2, kuva 1). Useimmin (28 %) koulukaverin tupakointi paljastui hajun perusteella. Toiseksi useimmin (23 %) tupakointi pääteltiin vieroitusoireista, kuten levottomuudesta, hermostuneisuudesta, keskittymiskyvyn puutteesta ja tarpeesta lähteä pois tilanteesta. Tupakoijan pääteltiin olevan koukussa ja tarvitsevan nikotiinia.

Nuuskan käyttäjät tunnistettiin siitä, että nuuska näkyi pullottavana ylähuulessa (15 %). Myös hampaiden huono kunto ja suun huono hygienia (11 %) olivat merkki tupakkatuotteiden käytöstä samoin kuin tupakkayskä (9 %). Tupakoijalla oli nähty tupakointivälineitä (4 %) mukanaan tai sosiaalisen median kuvissa, hänen oli nähty tupakoivan (2 %), liikkuvan tupakoivien nuorten ryhmässä ja/tai paikoissa (2 %) tai hänellä oli havaittu huono kunto (2 %). Tupakoija saattoi myös vältellä tupakoinnista puhumista (4 %).

Menetelmän arviointi: Pienryhmäkeskustelu paljasti tekijät, joilla tupakoiva tunnistetaan: miten tupakointi näkyy tupakoijan ulkonäössä, olemuksessa tai käyttäytymisessä. Keskustelutilanteessa tupakoijilla oli mahdollisuus tunnistaa ja tiedostaa itsensä samalla, kun tupakoimattomien asema vertaisten keskuudessa nousi esiin. Keskustelu antoi paljon pohjaa kriittiselle ajattelulle.

Kysymys 2. Millaiset oppilaat eivät kokeile tupakointia?

Vastausten (liite 2, kuva 2) mukaan oppilaat tunnistavat koulu yhteisössään tupakoimattomien ja tupakoivien ryhmät, sillä ”tupakoimattomien kaveripiireihin kuuluvat” (23 %) viittasi ryhmiin. Tupakoimattomiin liitetyt ominaisuudet, heidän arvostamansa asiat ja elämäntyyli tulivat vastauksissa hyvin esiin: viisaat ja vastuulliset (20 %), kiltit (18 %), terveydestään välittävät (18 %), kouluun ja harrastuksiin panostavat (9 %) ja itsenäiset (6 %). Myös perheen katsottiin vaikuttavan tupakoimattomuuteen (6 %).

Tupakoimattomien ominaisuudet kuvaavat vastuullisuuden kehittymistä, terveyden arvostamista, tulevaisuuteen panostamista ja harrastuksiin liittyvää elämäntyyliä. Ne ovat esillä koulu yhteisössä roolimallin piirteinä. Tupakoimattomien ”itsenäisyys” voi liittyä pystyvyyteen kieltäytyä tupakoinnista vertaispaineen alla, mikä huomataan koulu yhteisössä.

Menetelmän arviointi: Pienryhmäkeskustelu nosti hyvin esiin tupakoi-
mattoman roolimallin ominaisuuksineen ja vahvisti sitä vertaisjoukossa.
Esille nostetut ominaisuudet antoivat pohjaa tunnistaa ja tiedostaa itsensä
vertaisten joukossa, tehdä kriittistä itsearviointia ja pohtia tupakoimatto-
man roolin arvostusta ja asemaa vertaisjoukossa.

Kysymys 3. Minkälaiset asiat tai tekeminen vahvistavat sinussa tupakoimattomuutta?

Oppilaat mainitsivat seuraavia syitä (liite 2, kuva 3): vaarallisuus terveydelle
(40 %), tupakan aiheuttama paha haju (16 %), tupakoinnista aiheutunut rahan-
meno (15 %), tupakoinnin hyödyttömyys ja järjettömyys (12 %), tupakointi
ei kiinnosta (7 %), tupakointi haittaisi urheilua (4 %), tupakointi haittaisi
ihmissuhteita (4 %) ja tupakointi vaikuttaisi haitallisesti ympäristöön (2 %).

Oppilaiden kriittisyys kohdistui laajasti elämän eri alueille. Alla ole-
vissa lainauksissa tulevat esiin terveyden arvostaminen ja tupakoinnin
negatiivinen vaikutus urheiluun, fyysiseen olemukseen, rahatalouteen ja
tärkeisiin ihmissuhteisiin.

”En tupakoi, sillä se pilaa terveyden.”

”Hampaat menee pilalle.”

”Pilaisi urheiluelämän.”

”Rahat menee turhaan. Haisee pahalle. Ällöä!”

”Siitä ei ole mitään hyötyä.”

”Perhe ei hyväksyisi.”

”Vaikuttaa ympärillä oleviin ihmisiin.”

”Aiheuttaisi ihmissuhdesolmuja.”

Menetelmän arviointi: Pienryhmäkeskustelu nosti esiin useita tupakoin-
nin terveydellisiä sekä harrastuksiin ja ihmissuhteisiin vaikuttavia haittoja.
Myös omaan olemukseen haitallisesti vaikuttavia tekijöitä, jotka voisivat
häiritä kanssakäymistä ja olla tärkeitä tässä kehitysvaiheessa, tuotiin esiin.
Tupakoimattomien vertaisten roolimallit välittyivät keskustelussa hyvin.
Tupakoinnin pitäminen hyödyttömänä ja järjettömänä korosti rationaa-
lisuutta ja kannusti tupakoivia itsenäiseen ajatteluun ja päätöksentekoon.

Kysymys 4: Mitä ajattelet siitä,

että luokkatoverit tai parhaat ystävät eivät kokeile tupakointia?

Pienryhmäkeskustelussa oppilaat toivat avoimesti esiin uskomuksiaan
ja huoliaan ystäviensä mahdollisista tupakointikokeiluista mutta myös
mielipiteitään siitä, miltä tilanne koulu-yhteisössä näytti (liite 2, kuva 4).
Sosiaalisen ympäristön vaikutus tupakointikokeiluihin tuli keskustelussa
hyvin esiin, samoin kuin yksilölliset valinnat.

Tupakoimattomuutta arvostettiin ja pidettiin järkevänä päätöksenä
(55 %). Tupakoimattomuutta pidettiin fiksunä ja positiivisena asiana, koska
se vaikuttaa terveyteen, ystävyys-suhteisiin ja ”kaikeeseen” nuoren elämässä.
Tupakoinnin kokeilua taas pidettiin mahdollisena vaarallisena. Tupakoinnin
katsottiin vaikuttavan negatiivisesti kaverisuhteisiin. Tupakoimattomilla
luokkakavereilla katsottiin olevan vaikutusta siihen, että ne, jotka vielä
eivät tupakoineet, pysyisivätkin tupakoimattomina. Osa oppilaista toi ilmi,
että tupakointi on jokaisen oma asia (31 %), mutta silti kaveripiirin vaiku-
tus tupakoimattomuuteen (14 %) nousi esiin puheenvuoroissa. Seuraavat
aineistolainaukset kuvaavat oppilaiden tupakoimattomuuteen liittyviä
uskomuksia ja asenteita sekä tupakoinnin vaikutuksia:

”Hyvä, jos ei kokeile, koska tupakointi vaikuttaa kaikeeseen.”

”Se on positiivinen asia.”

”Hyvä asia, koska se pitää mutkin erossa huonoista porukoista.”

*”Musta se on ihan loistava juttu, koska tupakointi myös pilaa kaveri-
suhteita ja on epäterveellistä.”*

Myös tunteet olivat mukana keskusteluissa. Osa oppilaista olisi huo-
lissaan koulukavereistaan, jos nämä aloittaisivat tupakoinnin. He voisivat
myös varoittaa kokeiluista: ”En halua, että kaverini terveys on vaarassa
tupakoinnin takia. Voi sanoa kaverille, että älä polta tai nuuskaa.”

Toisaalta oltiin sitä mieltä, että tupakoiva oppilas valitsee tupakoivat
ystävänsä tai päinvastoin – että kaveripiiri vaikuttaa tupakoinnin aloittami-
seen. Koulukaverin varoituksilla ei uskottu kuitenkaan aina olevan vaiku-
tusta tupakointikokeilujen lopettamiseen. Seuraavassa aineistolainauksia:

”Kaverit on suurin syy siihen, miksi kokeilee tai ei.”

”Uskoisin, että kaveripiirin valintaan vaikuttaa tupakointi.”

”Jokainen sen itse päättää, et jos joku on harkitsemassa tai testaamassa, nii vaikka sanois, ettei kannata, nii en usko, et se vaikuttais.”

Menetelmän arviointi: Pienryhmäkeskustelu välitti vertaisten uskomuksia, asenteita ja mielipiteitä. Siten se loi mahdollisuuksia kriittisen ajattelun kasvulle sekä asenteiden ja normien muuttamiselle. Keskustelu nosti esiin kriittisiä kohtia tupakoinnin aloittamisesta. Myös tunteet olivat mukana keskustelussa, ja positiiviset, tupakoimattomat roolimallit korostuivat.

Kysymys 5: Minkälaisissa tilanteissa olet ollut vahvoilla, kun olet ollut tupakoimaton?

Kerrotut tilanteet olivat hyvin monitahoisia. Ne liittyivät tupakointikokeilujen riskitilanteisiin, fyysiseen kuntoon, tupakoinnin terveystaitoihin, kontrollitilanteisiin, rahaan ja stressinhallintatilanteisiin (liite 2, kuva 5). Useimmin vahvuuden tunteen tuonut oli tilanne, jossa nuori oli joutunut painostuksen kohteeksi tupakointikokeiluun ja kieltäytynyt kaverin tarjoamasta savukkeesta (35 %). Hyvä yleisvointi tai fyysinen kunto ja urheiluharrastus (21 %) sekä tupakoinnista johtuvien sairauksien havaitseminen lähiympäristössä (20 %) olivat seuraavaksi yleisimpiä tilanteita, joissa tupakoimattomuuden hyöty tuli esiin. Aineistolainaukset kertovat oppilaiden esittämistä tupakoimattomuuden hyödyistä.

”Fyysinen kunto ja sen tajuaminen.”

”Elämä tuntuu paremmalta.”

”Joka tilanteessa.”

”Kun muut sairastuvat tupakan takia.”

Tupakoimattomuuden vahvuus tuli esiin myös tilanteissa, joissa reppu tarkistettiin kotona mahdollisten tupakkatuotteiden löytämiseksi tai kun reppua oli jouduttu avaamaan koulupäivän aikana (15 %). Lisäksi rahan säästyminen (6 %), kun savukkeisiin ei mennyt rahaa, ja stressinhallintatilanteet ilman tupakkaa (3 %) toivat vahvuuden tunteen esiin.

Menetelmän arviointi: Pienryhmäkeskustelussa tupakoimattomuuden edut tulivat hyvin esiin vertaisten kertomina ja vahvistamina. Ne antoivat

positiivisia vaihtoehtoja tupakoinnille ja kannustivat tupakoimattomuuteen. Oppilaiden kertomiin tilanteisiin liittyi myös onnistumisen ja palkitsevuuden tunteita.

Kysymys 6: Minkälaisissa tilanteissa ystävien kesken voi olla riskinä kokeilla tupakointia?

Yli kaksi kolmasosaa tekijöistä liittyi ystävien tupakointiin (liite 2, kuva 6): koko kaveripiiri tupakoi (29 %), kaverit painostavat aloittamaan tupakoinnin (20 %) sekä tilanne, jossa paras ystävä tarjoaa savuketta (18 %). Myös koviksen esittäminen (9 %), alkoholin nauttiminen (9 %), kokeilunhalu (6 %) ja tupakan hankkiminen tuntemattomilta (6 %) altistavat tupakointikokeilulle. Myös urheiluun liittyvissä yhteisöissä on riski (3 %) joutua tupakointikokeiluihin.

Pienryhmäkeskustelujen puheenvuorojen mukaan lähimmän ystävän tarjoamasta savukkeesta on vaikea kieltäytyä. Myös parhaan ystävän vähättelevä suhtautuminen tupakointikokeiluihin vaikuttaa niin, että kokeilusta kieltäytyminen on vaikeaa. Välitunnit ja juhlat ovat riskitilanteita kokeilulle. Aineistolainauksissa riskitilanteet näyttävät seuraavasti:

”Kaveri sanoo: ”Ei haittaa, jos kokeilet kerran”, niin sitten voi ajatella kokeilemistä.”

”Jos paras kaveri alkaa käyttämään ja tarjoaa itselle.”

”Jos kaverit polttaa, on pienempi kynnys kokeilla itsekin.”

”Jos kaverit painostaa.”

”Välitunti.”

Menetelmän arviointi: Pienryhmäkeskusteluissa välittyivät hyvin ne sosiaaliset tilanteet, joissa painostus tupakointiin ja riski tupakointikokeiluihin oli suuri. Lähimpien ystävien suuri merkitys tupakointikokeiluihin tuli selvästi esiin. Tietoisuus tilanteista ja kokeilun vaaroista muodostui keskustelussa yhteisön tasolla ja antoi pohjaa kriittisyydelle sekä asenteiden ja normien muuttamiselle. Lähimpiin ystävyys-suhteisiin liittyvät tupakointikokeilut herättivät myös tunteita, ja sosiaalisten sidosten merkitys niissä avautui.

Kysymys 7: Miten voi välttää joutumasta tilanteeseen, jossa on riskinä kokeilla tupakointia?

Suurin osa keinoista liittyi sosiaalisessa ympäristössä tapahtuvaan välttelemiseen ja kokeiluista kieltäytymiseen (liite 2, kuva 7). Tupakoivien ystävien ja ryhmien välttäminen (39 %) oli yleisin keino. Rohkea kieltäytyminen houkuttelutilanteessa oli sopiva keino yli kolmanneksen (36 %) mielestä. Sellaisten paikkojen välttäminen, joissa riski kokeiluihin oli suuri, sai lähes viidenneksen (19 %) äänet. Myös alkoholin käytön välttäminen (6 %) nähtiin keinona tupakointikokeilujen välttämiseksi.

Esimerkkinä käytetyistä keinoista alla olevissa sitaateissa näkyy ystäväpiirin jyrkkä rajaaminen. Myös omaan itseen kohdistuvan tupakointiin painostamisen tunnistaminen ja vahva kieltäytyminen tulevat esiin lainauksista.

”Ei ole kavereita sellaisten kanssa, jotka polttaa ja yrittävät saada myös sinut polttamaan.”

”Välttää sellasii kaveriporukoita ja tyyppei, jotka vaikuttaa epäilyttäviltä ja tietää, et ne käyttää tupakkatuotteita.”

”Ei juo alkoholia.”

”Ei mene kemuihin.”

”Ei vaan ota, jos tarjotaan.”

”Ole rohkea ja päättäväinen.”

”Sanoo vaan suoraan sit, että ei halua kokeilla.”

Menetelmän arviointi: Keskustelut kannustivat kriittisyyteen omaa itseään kohtaan, itsenäisiin päätöksiin, rohkeaan kieltäytymiseen ja vahvistamaan omaa tupakoimatonta rooliaan yhteisössä. Vertaisten painostuksen tunnistaminen, kriittisyyden kasvattaminen myös ystäväpiirin suhteen ja vahva itsesäätelyn tarve tulivat esiin puheenvuoroista. Keskustelu kuvasi normien muuttumista vertaisyhteisössä.

Yhteenveto pienryhmäkeskusteluista menetelmänä:

Pienryhmäkeskustelu tupakoinnin ehkäisymenetelmänä sopi hyvin perusteiden 9. luokalle. Valmistelu ja yhteistyö hyvissä ajoin ennen toteutusta varmistivat menetelmän sopivuuden koulun opetussuunnitelmaan ja tiloihin. Pienryhmälle annettavien kysymysten arviointi etukäteen opettajien

kanssa varmisti niiden soveltuvuuden oppilaille. Sama koski tavoitteiden realistisuutta ja saavutettavuutta. Kouluissa käytettävien terveyden edistämisen menetelmien yleiset kriteerit, kuten haastavuus, yhdenmukaisuus organisaation kanssa, hyväksyttävyyys ja helppokäyttöisyys (Ewles & Simnett 1995, 87; Scriven 2010, 68), toteutuivat kokeilussa. Pienryhmäkeskustelujen tuloksia näytettiin rehtoreille ja opettajille, jotka totesivat havainnointitulosten vastaavan luokkayhteisön toimintaa ja nykytilaa.

PIENRYHMÄKESKUSTELUT AMMATILISESSA OPETUKSESSA

Pienryhmäkeskustelut toteutettiin ammatillisessa koulutuksessa osana muita menetelmäkokeiluja. Niitä varten oli varattu 45 minuuttia terveystiedon ja hyvinvoinnin opetuksesta. Kokeilun toteutti hankkeen työntekijä, ja tuntia seurasivat hyvinvointitiimin opettajat. Pienryhmäkeskustelussa käytettiin samoja kysymyksiä kuin perusteella. Noin 25 opiskelijan ryhmä jaettiin pienryhmiin, joihin kuhunkin tuli 3–4 opiskelijaa. Jokaisessa pienryhmässä oli kaksi ohjaajaa, jotka toimivat myös havainnoijina.

Opiskelijaryhmä oli heterogeeninen etnisen taustan, kulttuurin, kielen, iän, aiemman tutkinnon ja opiskelutottumusten suhteen. Yhteistä kieltä, jota kaikki osaisivat puhua sujuvasti, ei ollut. Opiskelijoilla ei ollut aikaisemmin ollut terveystietoa pakollisena oppiaineena koulussa. Se saattoi vaikuttaa siihen, että opiskelijat eivät olleet tottuneet käsittelemään terveyteen liittyvää tietoa, arvioimaan omia elintapojaan ja keskustelemaan niistä opiskeluyhteisössä. Tämä loi pienryhmäkeskusteluille haasteen.

Annetut valmiit kysymykset (taulukko 1) synnyttivät pienryhmissä keskustelua vain vähän, minkä vuoksi tilanteessa madallettiin keskustelujen tavoitteita. Sen sijaan toisen kokeilumenetelmän kuvat (luvussa 2.5.2) käynnistivät ryhmissä mielipiteiden vaihtoa. Ne herättivät pienryhmissä selkeyttävää keskustelua kulttuureiden eroista. Tällainen keskustelu voidaan nähdä alkuna asenteiden ja arvojen uudelleen muotoilulle ja edelleen niiden muuttamiselle (Scriven 2010, 67). Kokeilussa tuli esiin tupakoinnin haittojen vähättely ja tupakoinnin korostaminen yksityisenä asiana, mikä kertoo terveysuskomusten (Corcoran & Corcoran 2010, 41) erilaisuudesta eri kulttuureissa. Niiden muuttaminen edellyttäisi pienryhmässä vahvaa luottamusta ja hyvää ryhmädynamiikkaa reflektion tueksi (Scriven 2010, 59). Se jäi tässä kokeilutilanteessa puuttumaan.

Ammatillisen koulutuksen opiskelijat tulevat eri kulttuureista. Kaikissa kulttuureissa koulutus- tai työelämäinstituutiot (Corcoran & Corcoran 2010, 40–41) eivät tue tupakoimattomuutta, ja niistä voi puuttua tupakointia rajoittava lainsäädäntö. Lisäksi Suomessa toteutettu proaktiivinen, asiantuntijoiden määrittelemä terveyden edistäminen (Ewles & Simnett 1995, 70) ei välttämättä kaikissa maissa ole yhteiskunnan tasolla säädettyä, jolloin yhteiskuntatason arvot eivät ole siirtyneet työ- ja muihin pienyhteisöihin. Tällöin haitallisetkin terveystottumukset, kuten tupakointi, voidaan nähdä yksilövalintana. Myös terveyden edistämisen kapasiteetti (Ubert ym. 2017) jää tällöin rakentumatta sekä pienyhteisön että yksilön tasolla.

Yhteisöllisen kapasiteetin rakentamisella tarkoitetaan terveyden edistämässä strategiaa, jossa paikallinen toiminta kohdistuu esimerkiksi tietoihin, taitoihin, sitoutumiseen, rakenteisiin tai johtamiseen kulloisenkin kohderyhmän hyödyksi. Tämän kokeilun kohderyhmässä kapasiteetin rakentumista auttaisi kaikkinaisen sopeutuminen suomalaiseen kulttuuriin sekä koulu- ja työllisyysjärjestelmään, verkostoituminen koulu- ja asuinyhteisössä sekä omien pienyhteisöjen liittäminen niihin. Terveyden edistämiseen liittyvien tietojen ja taitojen vahvistuminen koulun opetussuunnitelman mukaisesti sekä tietoisuuden lisääntyminen yhteiskunnan ja koulu yhteisön terveyden edistämisen toimenpiteistä toimivat menetelminä uskomusten, arvojen ja asenteiden muuttamiseksi. Koulu yhteisön säännöt, opettajat, muu henkilöstö ja opiskelijat toimivat yhteisön roolimalleina yhteisöllisen kapasiteetin rakentumisessa. (Ubert ym. 2017.)

Johtopäätökset:

Pienryhmäkeskustelut tukevat tupakoimattomuutta 9.-luokkalaisten keskuudessa, ja menetelmä soveltuu yläkouluun.

Ammatillisen koulutuksen niissä ryhmissä, joissa on äskettäin maa-han muuttaneita opiskelijoita, suositellaan integroitumista suomalaiseen yhteiskuntaan ja sen instituutioihin, tupakkalain edellyttämiä toimia koulussa, terveystiedon opetusta ryhmissä ja osallistavien menetelmien käyttöä opetuksessa.

Lähteet

Bambra, C., Gibson, M., Sowden, A., Wright, K., Whitehead, M. & Petticrew, M. 2010. Tackling the wider social determinants of health and health inequalities. Evidence from systematic reviews. *Journal of Epidemiology and Community Health* 64, 284–291.

Corcoran, N. & Corcoran, S. 2010. Social and psychological factors in communication. Teoksessa Corcoran, N. (toim.) *Communicating health strategies for health promotion*. Lontoo: Sage, 32–52.

Dahlgren, G. & Whitehead, M. 2007. Policies and strategies to promote social equity in health. Background document to WHO – strategy paper for Europe. Työraportti. Institutet för Framtidsstudier 2007:14.

Ewles, L. & Simnett, I. 1995. Terveyden edistämisen opas. Sairaanhoidajien koulutussäätö. Keuruu: Otava.

Goodfellow, B. & Moorley, C. 2010. Reaching unreachable groups and crossing cultural barriers in communicating health promotion. Teoksessa Corcoran, N. (toim.) *Communicating health strategies for health promotion*. Lontoo: Sage, 53–72.

Scriven, A. 2010. *Promoting health. A practical guide*. Elsevier.

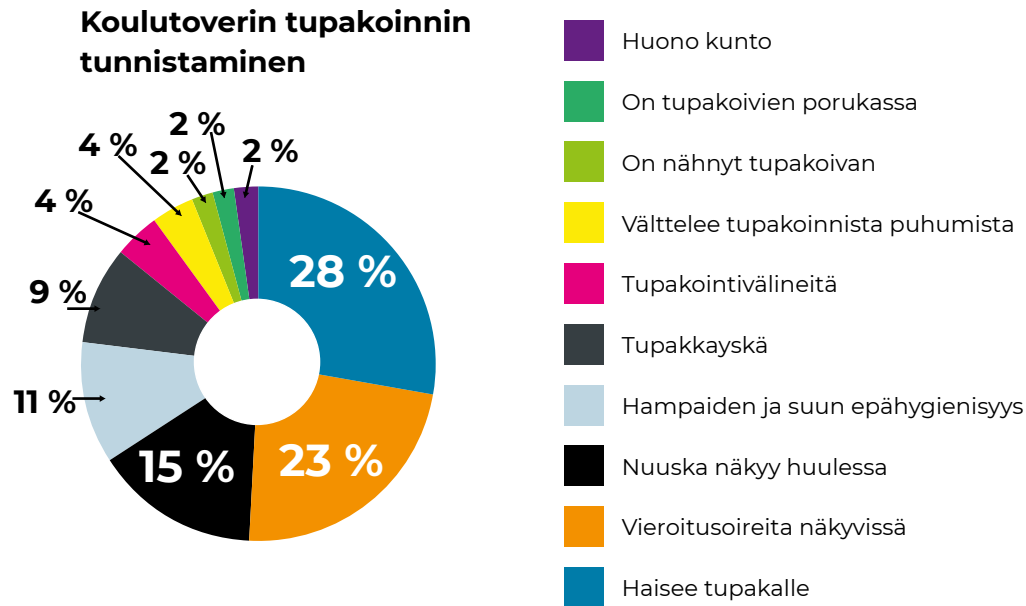
Ubert, T., Forberger, S., Gansefort, D., Zeeb, H. & Brand, T. 2017. Community capacity building for physical activity promotion among older adults. A literature review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Vsk. 14 (9), 1058.

Liite 1. Pienryhmäkeskustelujen havainnointilomake.

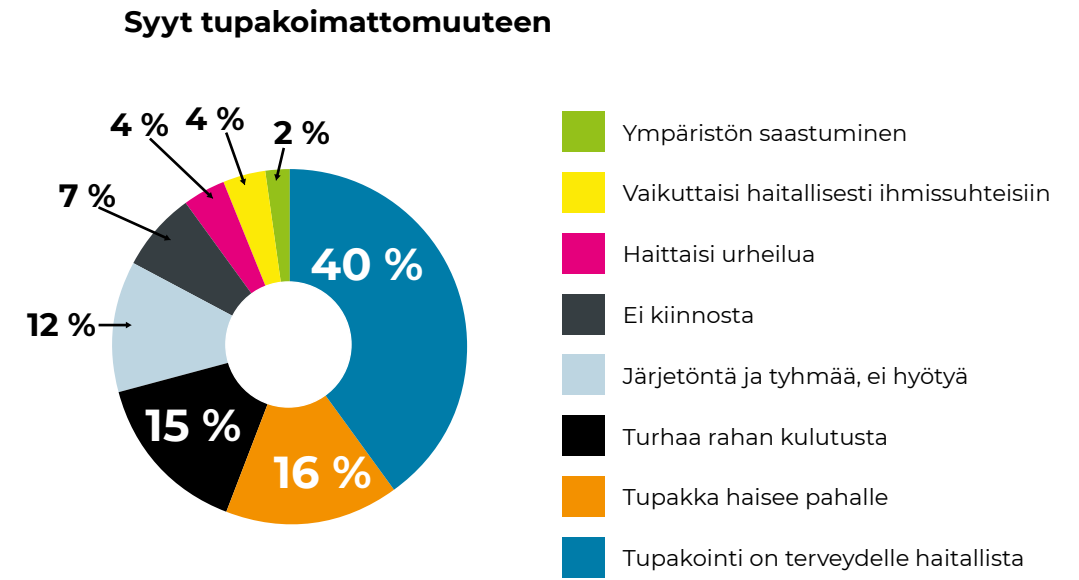
| Haastattelu- kysymys | | | | | | | Muuta: |
|-------------------------|---|--|--|---|--|---|--------|
| 1. | Millä perusteella oletat, että ystäväsi tupakoi? Mitä havaintoja olet siitä tehnyt? | Toiset oppilaat kertovat siitä. | Olen nähnyt hänen tupakoivan. | Olen nähnyt hänellä tupakointivälineitä. Vaatteet haisevat tupakalle. | Kaveri itse isottelee asialla. | Hän liikkuu tupakoivien ryhmissä ja on tupakoivien paikoissa. | Muuta |
| | Ruksaa sopiva kohta: | | | | | | |
| 2. | Millaiset oppilaat eivät kokeile tupakointia? | Jotka urheilevat tai liikkuvat paljon. | Jotka eivät halua tupakoivan nuoren imagoa. | He ovat suosittuja ja hallitsevat sosiaalisia tilanteita. | Joilla on muita mielenkiinnon kohteita tai mielekkäitä harrastuksia. | Perhetausta vaikuttaa tupakoimattomuuteen. | |
| | Ruksaa sopiva kohta: | | | | | | |
| 3. | Minkälaiset asiat tai tekeminen vahvistavat sinussa tupakoimattomuutta? | Urheilu- tai liikunta-harrastus. | Käden taitoihin liittyvät harrastukset: mopon korjaus, soitto-taito jne. | Tupakoi-mattomat ystävät. | Perheeseen liittyvät tekijät. | Hyvä koulu-menestys. | |
| | Ruksaa sopiva kohta: | | | | | | |

| | | | | | | |
|----|---|---|--|---|---|---|
| 4. | Mitä ajattelet siitä, että luokkakaverit tai parhaat ystävät eivät kokeile tupakointia? | On hyvä, että voin olla sellaisessa ryhmässä, jossa ei tupakoita. | Ryhmässä voi silloin puhua omista harrastuksista ja vaikka koulu-asioista. | Välttää tupakoinnin terveysriskeiltä. | Tupakointiin ei liity hyvää imagoa. | Itsekään en haluaisi kokeilla tupakointia. |
| | Ruksaa sopiva kohta: | | | | | |
| 5. | Minkälaisissa tilanteissa olet ollut vahvoilla, kun olet ollut tupakoimaton? | Ei harmita jälkeenkään, että on aloittanut tupakointikokeilut. | Vanhemmilta ei tarvitse piilottaa tupakointivälineitä. | Osa ystäväistäni ei hyväksyisi tupakointiani ja alkaisi vältellä minua. | En haise tupakalle tupakointimattomien seurassa tai kotona. | Ei tarvitse pelätä riippuvuutta eikä terveyshaittoja. |
| | Ruksaa sopiva kohta: | | | | | |
| 6. | Millaisissa tilanteissa ystävien kesken voi olla riskinä kokeilla tupakointia? | Joku ystävästä houkuttelee minut tupakoimaan. | Tupakointi on tapa, jolla voi liittyä hyvin kavერი-ryhmään. | Ystävä, jota arvostan suuresti, on aloittanut tupakoinnin. | Tuntisin itseni ryhmässä ulkopuoliseksi, jos en tupakoisi. | Stressaava olotila. |
| | Ruksaa sopiva kohta: | | | | | |
| 7. | Miten voi välttää joutumasta tilanteeseen, jossa on riskinä kokeilla tupakointia? | Vältän tupakoivien paikkoja ja ryhmiä. | Hakeudun tupakoimattomien keskuuteen. | En ota tupakkaa, jos sitä tarjotaan. | Teen sellaisia asioita, joista pidän. | Ymmärtää tupakoinnin vaarat. |
| | Ruksaa sopiva kohta: | | | | | |

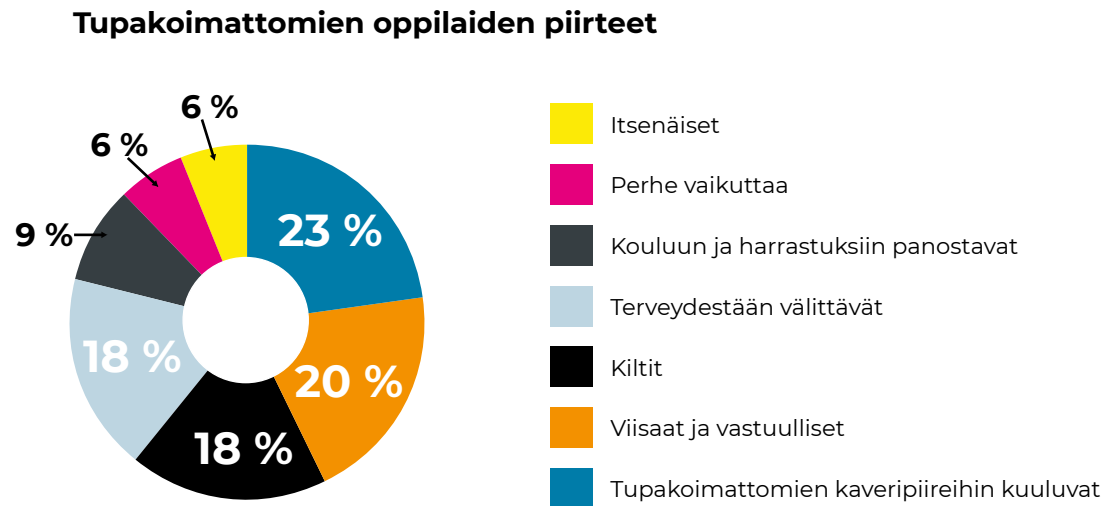
Liite 2. Pienryhmäkeskustelujen tuloksiin liittyvät kuvat.



Kuva 1. Tupakoivan koulutoverin tunnistaminen.



Kuva 3. Tupakoimattomuuden syyt.

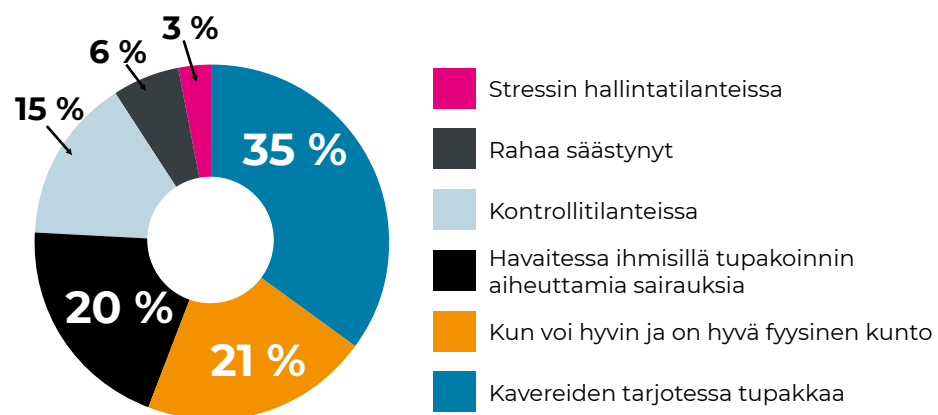


Kuva 2. Tupakoimattomiin koulutovereihin liitetyt tekijät.



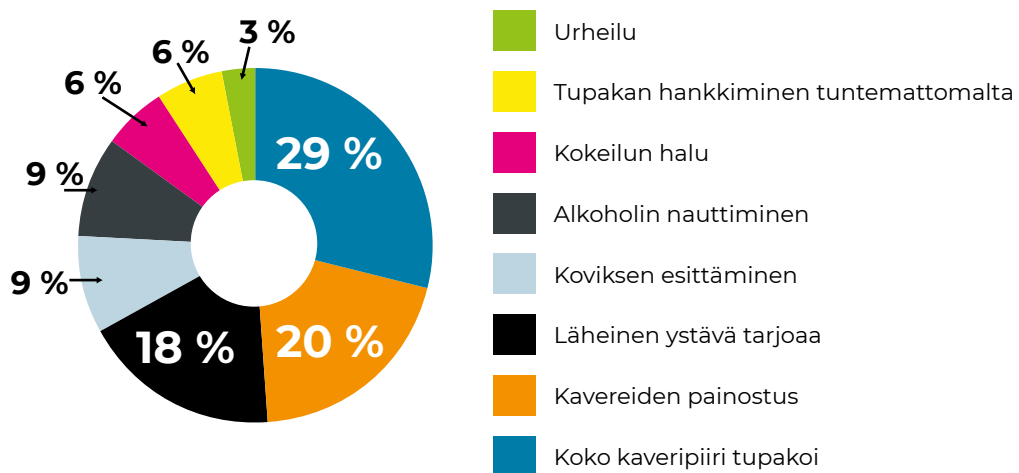
Kuva 4. Mielipiteet tupakoimattomista ystäväistä.

Vahvoilla tupakoimattomana



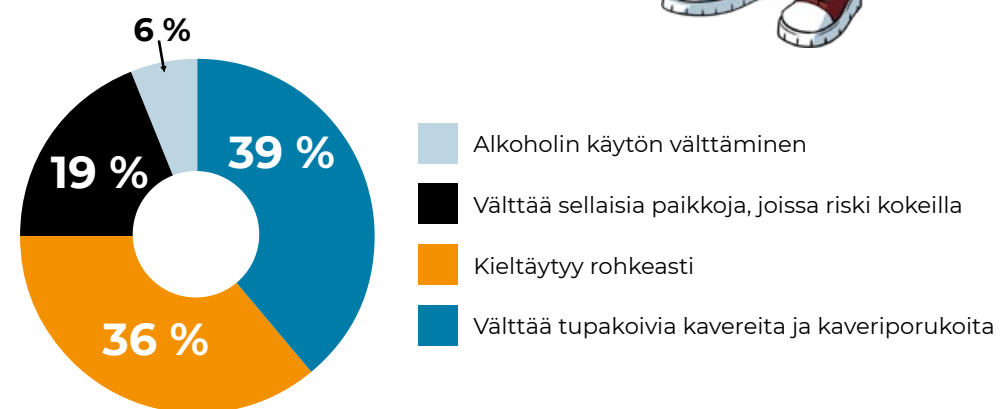
Kuva 5. Tupakoimattomuuden vahvuus eri tilanteissa.

Riskitilanteet tupakointikokeiluille



Kuva 6. Riskitilanteet tupakointikokeiluille.

Riskitilanteiden välttämisen keinot



Kuva 7. Riskitilanteiden välttämisen keinot.



Vuorovaikutteiset digitaaliset ja kuvalliset menetelmät osana terveystiedon oppitunteja

Versus-hankkeessa toteutettiin monimuotoisesti erilaisia menetelmäkokeiluja ja niiden yhdistelmiä osana perusopetuksen ja toisen asteen terveystiedon tunteja. Menetelmäkokeilujen tavoitteena oli tarjota kouluille tehokkaampia ja digitaalisia menetelmiä tupakkatuotteiden käytön ehkäisyyn. Hankkeen kuvallisuuteen liittyvät tutkimustulokset on esitelty tämän kirjan alussa olevissa artikkeleissa *Kuvakysely nuorten tupakoinnin tunnistajana* ja *Kuvakyselyn ja tavallisen, tekstipohjaisen kyselyn erot pyrittäessä tunnistamaan nuorten tupakointia*.

Nuorten arkinen elämäntapa ja vuorovaikutus ystävien kesken kytkeytyy tiiviisti digitaaliseen ja sosiaaliseen mediakulttuuriin ja kuvien käyttämiseen (mm. Shabnoor & Tajinder 2016; Pönkä 2017). Media on läsnä lähes kaikessa, mitä nuoret tekevät vapaa-ajallaan. Nuorten kulttuuriin liittyvien toimintatapojen hyödyntäminen ehkäisevässä päihdetyössä ja koulujen opetuksessa on kannatettavaa, sillä opetuksessa käsiteltävä aihepiiri innostaa nuoria tuttuun ympäristöön istutettuna eri tavalla kuin perinteisillä toimintatavoilla käsiteltynä. On myös muistettava, että aiheen käsittelyn keskiössä ei ole itse menetelmä vaan tupakkatuotteisiin liittyvien asioiden pohtiminen menetelmän avulla, asioista keskusteleminen ja oppimisprosessin käynnistyminen.

Hankkeen aikana toteutettiin useita kouluvierailuja perusopetuksen ja toisen asteen ammatillisiin oppilaitoksiin. Niillä testattiin 45 minuutin ja 1,5 tunnin kouluvierailujen sisältöjä. Molempien kouluasteiden oppituntien sisällöt ovat kuvattuina taulukossa 1.

PERUSOPETUKSESSA TESTATUT DIGITAALISET JA VUOROVAIKUTTEISET MENETELMÄT

Tupakkatuotteiden käytön ehkäisyyn pyrkivät Versus-hankkeen oppitunnit käynnistyivät Other Story -pelin pelaamisella. Pelin juoni ja tarina on esi-

Taulukko 1. Versus-hankkeen terveystiedon tuntien vierailujen sisällöt.

| Kouluaste | Digitaalinen menetelmä | Keskustelumenetelmä |
|---------------------------------------|--|---|
| Perusopetus, 9. luokka | The Other Story -peli | Pienryhmien tehtävät Tehtävien purkaminen yhteiskeskustelulla |
| Toisen asteen ammatillinen oppilaitos | The Other Story -peli Kuvallinen PowerPoint-esitys + yhteiskeskustelu Kahoot | Pienryhmien tehtävät (kuva + kysymys) Tehtävien purkaminen yhteiskeskustelulla |

telty aiemmassa artikkelissa Versus-hankkeen pelit. Peliä pelattaessa nuoria kehoitettiin antamaan toisilleen pelirauha, koska peli sisälsi hyvinkin henkilökohtaisia mielipiteisiin vastaamisen paikkoja. Peli sisältää myös musiikkia, jotta pelikokemus olisi moniaistinen ja peliin voisi keskittyä omassa rauhassa. Pelin pelaaminen saattaa nuoren itsenäisen ajattelun, oman arvomaailmansa ja päätöksenteon äärelle, minkä tavoitteena on vaikuttaa nuoren sisäiseen ja kulttuuriseen maailmaan (Salasuo 2015, 15–18). Peli haastaa nuoren omaa ajattelua suhteessa pelin tarinaan. Nuori joutuu tekemään pelitarinaan ja pelihahmoihin liittyviä arvovalintoja myös peliin liittyvän ryhmäpaineen alla. Peli mahdollistaakin sen, että nuori tiedostaa tupakkatuotteiden käytön aloittamiseen liittyvän ryhmäpaineen ja voi löytää itsestään keinoja sen vastustamiseen ja oman päätöksentekokykynsä kehittämiseen.

Pelin pelaamisen jälkeen jatkettiin nuorten kanssa tupakkatuotteisiin liittyvää keskustelua. Perusopetuksen ryhmäkeskusteluissa käytettiin artikkelissa Nuorten pienryhmäkeskustelut tupakoinnin ehkäisyssä esiteltyä keskustelurunkoa.

Nuorilta kerättiin palautetta terveystiedon oppituntien sisällöistä pelilaten käytettyjä menetelmiä hankkeen tavoitteisiin (kuva 1). Perusopetuksen osalta käytetyt digitaaliset, pelilliset ja vuorovaikutukseen pohjautuvat menetelmät tuntuivat sopivan nuorten (n = 321) mielestä hyvin terveystiedon tuntien sisällöiksi. Hankkeen kaikkien tavoitteiden osalta

Kouluvierailun palaute, perusopetus

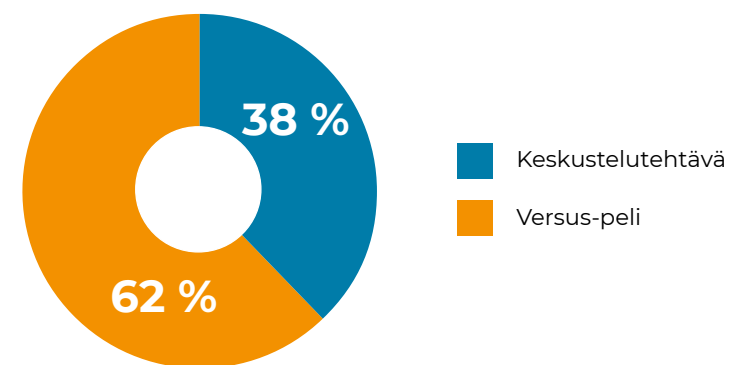


Kuva 1. Perusopetuksen nuorten antamaa palautetta Versus-hankkeen tavoitelluista vaikutuksista.

päästiin yli kolmen keskiarvon. Kuvallisten, pelillisten ja keskusteluun perustuvien menetelmien, jotka liittyvät nuorten tupakointikokeilujen sosiaalisiin konteksteihin, koettiin vahvistavan positiivisia mielikuvia (56 %) ja vuorovaikutusta (34 %). Digitaalinen menetelmä, peli, toimi hyvin asian käsittelyssä (40 %). Menetelmät herättivät ajatuksia ja tukivat nuorten tupakkatuotteiden käytön lopettamista tai vähentämistä (42 %).

Nuoret arvioivat myös tunneilla käytettyjen menetelmien paremmuutta tupakkatuotteiden käytön ehkäisyn käsittelyssä (kuva 2). Vastaajista 62 prosenttia piti peliä parempana menetelmänä, kun taas 38 prosenttia vastaajista arvosti enemmän keskustelutehtävää. Nuorten antama palaute vahvistaa sen, että pelkkä peli menetelmänä ei ole riittävä aiheen käsittelyyn. Hyviin tuloksiin pääseminen vaatii koko ryhmän kanssa tapahtuvaa vuorovaikutusta aiheesta.

Mikä osio oli mielestäsi paras tupakkatuotteiden käytön ehkäisyn käsittelyssä?



Kuva 2. Perusopetuksen nuorten mielipiteitä Versus-hankkeen menetelmien paremmuudesta tupakkatuotteiden käytön ehkäisyssä.

4. Positiiviset mielikuvat



Mitä positiivista on tupakoimattomissa luokkatovereissa ja ystävissä?
Missä tilanteissa olen vahvoilla, kun en kokeile tupakointia?

Kuva 3. Ryhmäkeskusteluun liittyvä tehtävä ja siihen liitetty kuva. Kuva: Pixabay.

AMMATILLISEN TOISEN ASTEEN OPETUKSESSA

TESTATUT DIGITAALISET JA VUOROVAIKUTTEISET MENETELMÄT

Toisen asteen oppilaitosten terveyden edistämisen tunnit käynnistyivät Other Story -pelin pelaamisella. Tämän jälkeen keskustelun tukena käytettiin samaa keskustelurunkoa kuin perusopetuksessa lisäämällä keskusteluaiheisiin sopivia kuvia (kuva 3). Kummankin kouluasteen toteutuksissa nuoret jaettiin 3–4 hengen pienryhmiin ja heille annettiin kysymykset tehtäväpapereilla. Nuoret keskustelivat pienryhmissä aiheesta ja kirjasivat vastaukset papereihin. Pienryhmien ollessa valmiita keskustelut purettiin auki yhdessä.

Toisen asteen terveystiedon tunneilla testattiin pelin ja ryhmäkeskustelun lisäksi kuvallista keskustelupohjaa. Keskustelun tavoitteena oli herättää positiivisia mielikuvia nuorten vertaisryhmien yhdessäolosta ilman tupakkatuotteita. Vertaisryhmiin liitettyjen positiivisten mielikuvien avulla voidaan toteuttaa preventioita ja interventioita, joilla pyritään vaikuttamaan ryhmän kulttuuriseen terveystietoisuuteen, sosiaaliseen identiteettiin ja sosiaalisiin normeihin (Moran ym. 2017). Kuvien avulla yhdessä pohditut sosiaaliset normit muovautuvat mielipiteiden ja vasta-argumenttien avulla ketään syyllistämättä, koska kuviin liittyy aina tulkinnanvaraisuus. Kuvaa ei voi arvottaa, mutta sen tapahtumista voi kertoa mielipiteensä, ja jokainen mielipide on yhtä oikea.

Kuviin perustuva keskustelu toteutettiin PowerPoint-esityksen avulla. Esitykseen koottiin erilaisia nuorten sosiaaliseen kanssakäymiseen liittyviä kuvia. Nuorille näytettiin kuvia yksi kerrallaan. He vastasivat sähköisen lomakkeen kautta kuva kerrallaan kahteen kysymykseen: Voisitko sinä olla kuvassa? Mistä keskustelisitte kavereiden kanssa kuvissa? Lomakkeen täyttämisen jälkeen jokaisen kuvan sisällöstä käytiin yhteiskeskustelu.

Keskustelutilaisuuteen osallistui yhteensä 62 ensimmäisen ja toisen vuoden opiskelijaa eri ryhmistä. Vastaajista 45 prosenttia ei käyttänyt tupakkatuotteita, 36 prosenttia puolestaan käytti. Nuorista 19 prosenttia kuului tupakkatuotteiden käyttäjien riskiryhmään (käyttää satunnaisesti tai kokeilee tupakkatuotteita). Osa tupakkatuotteiden kokeilijoista ei ole jatkanut niiden käyttöä vaan päättänyt, että ei jatka tupakointia.

Kuviin liittyvien sisältöjen tekstit pelkistettiin sanojen perusmuotoihin, ja niistä muodostettiin sanapilviä WordArt-ohjelman avulla. Sanojen koko sanapilvissä kuvaa sanojen toistuvuutta.



Kuva 4. Nuorten naisten ryhmä. Kuva: Pixabay.

Ensimmäisenä näytetyssä kuvassa nuorten naisten ryhmästä (kuva 4) tapahtumat liittyivät nuorten mielikuvissa perusasioista puhumiseen, arkeen ja yhteisen tekemisen suunnitteluun. Vastaajista noin 64 prosenttia asemoi itsensä kuvaan. Kuvaan liittyvä yhteiskeskustelu oli yleissävyltään positiivista, tulevaisuuteen suuntautunutta ja tekemistä etsivää. Osin keskustelu ohjautui kuvan nuorista naisista kuvan taustaan, minkä yhteydessä pohdittiin, altistaako vastaava ympäristö nuorten mielestä tupakoinnille. Nuorten keskusteluissa tuli ilmi, että ympäristö ei itsessään aiheuta halukkuutta tupakointiin, vaan se, onko siellä mitään järkevää tekemistä. Nuorten mielipidettä vahvistaa myös tieto siitä, että ympäristöissä näkyvä sosiaalinen viesti, esimerkiksi yhteisön harrastuneisuus, voi helpottaa tupakoinnin lopettamista tai tupakoimattomuutta (Haines-Saah ym. 2013).

Toisena näytetty kuva kahvihetkestä (kuva 5) liittyi nuorten puheissa kuulumisten vaihtamiseen ja tekemisen suunnitteluun. Vastaajista 74 prosenttia kertoi, että voisi itse olla kuvassa. Keskustelu kuvasta liittyi vahvasti positiiviseen vuorovaikutukseen, nuorten omiin asioihin ja arkeen. Kuvassa esiintyvä kahvihetki koettiin yhteisessä keskustelussa miellyttäväksi ajankuluksi ja suomalaisen keskustelukulttuuriin kuuluvaksi. Nuorten arkisiin ja yhteisöllisiin tiloihin (esim. oppilaitoksiin ja nuorisotiloihin) liitetyt sosiaaliset oleskelupaikat (mm. kahvilat) mahdollistavat tupakoimattoman, päihitteettömän sosiaalisen identiteetin rakentamisen



Kuva 5. Kahvihetki. Kuva: Pixabay.



Kuva 6. Yhteen liitettyt kädet. Kuva: Pixabay.



ja vertaisryhmien terveellisemmän elämän mallin esilletulon. Tällaiset tilat ovat tasa-arvoisia ja neutraaleja, ja niissä myös tupakoivat nuoret voivat vahvistaa tupakoimattomuuttaan ja keskustella arkisista asioista leimaantumatta tupakoitsijoiden joukkoon kuuluvaksi (mm. Frohlich ym. 2012; McVicar 2011).

Seuraavan kuvan (kuva 6) yhteen liittyneisiin käsiin liitettiin vahvoja positiivisia ja yhteisöllisiä sanoja, kuten ”kaikki”, ”rakkaus” ja ”hyvä”. 30 prosenttia vastaajista koki kuuluvansa kuvaan. Yhteisessä keskustelussa nousi esille se, että kuvaan liittyvä kosketus ei ole suomalaisille tavanomaista muualla kuin peleissä tai leireillä. Maahanmuuttajaryhmän kanssa keskustelussa nousivat esille myös sukupuolten väliset kulttuuriset erot. Kulttuuriset säännöt normittavat heidän toimintaansa myös Suomessa: muut kuin oma mies/isä eivät saa koskea naista, mikä poikkeaa suomalaisesta kavereiden tai ystävien välisestä tapakulttuurista.

Seuraavaan kuvaan (kuva 7), joka esitti nuorten miesten ryhmää, liittyivät kuvaesityksen ensimmäiset mielikuvat päihteistä. Vastaajista 30 prosenttia kertoi voivansa kuulua kuvan ryhmään. Kuvan sanomaan yhdistyivät toimetttömyys ja päihteet. Kuvasta käytiin paljon keskustelua ja jopa väittelyä siitä, sisältyykö kuvaan konkreettisesti päihteitä. Kuvan pohjalta käytiin myös herättelevää keskustelua uskomuksista, jotka sisältyvät kuvaan liittyviin olettamuksiin: päihteet ja hengailu liitettiin yhteen,



Kuva 7. Nuorten miesten ryhmä. Kuva: Pixabay.



vaikka kuvassa ei esiinny päihteitä. Kuvan avulla päästiin hyvin kiinni yhteisölliseen vertaisryhmien käyttäytymiseen, päihteiden käyttöön liittyviin mielikuviiin ja sosiaalisiin normeihin (vrt. Vallentin-Holbech ym. 2018). Nuorten yhteiset sopimukset suojelevat ryhmää tupakoinnin aloittamiselta mutta voivat myös olla tehokas intervention väline.

Viimeisenä esitetyn Anna-hahmon kuvan (kuva 8) visuaalinen konteksti oli muihin kuviin verrattuna yksiselitteisempi ja liittyi tupakointiin. Kuvaan pystyi samaistumaan 60 prosenttia vastaajista. Kuvaan liitetyt sanat olivat pohtivia ja vaihtoehtoisuutta puntaroivia. Sanojen sävyt olivat yhtäältä

YHTEENVETO

Digitaaliset ja kuviin perustuvat vuorovaikutteiset menetelmät antavat erilaisen, nuorten kulttuuriin perustuvan mahdollisuuden tupakkatuotteiden käytön ehkäisyn käsittelyyn. Kuvat ja pelillisuus käynnistävät ihmisen ajattelua eri tavalla ja sopivat osalle nuorista paremmin kuin pelkkään keskusteluun pohjautuvat menetelmät.

Digitaaliset menetelmät myös houkuttelevat nuoria keskustelemaan aiheesta uudella tavalla. Samalla mahdollistuu tupakkatuotteita käyttävien nuorten kohtaaminen leimaamattomasti, mikä voi saada aikaan pohdintaa lopettamisesta. Digitaalisuuden ja visualisuuden yhdistelmä edistää juuri näitä henkilökohtaiseen tai yhteisön käyttäytymiseen liittyvien asioiden tutkimista ja kriittisen vuoropuhelun muodostumista (Woodgate & Kreklewetz 2012). Perusopetuksen ikäryhmälle on tärkeää, että nuorelle löytyy kanava, jonka avulla hän voi ilmaista oman mielipiteensä ilman toisten nuorten antamaa kritiikkiä.

Ammatillisen toisen asteen nuorille digitaalisten ja vuorovaikutteisten menetelmien hyödyntämistä tulisikin kehittää esimerkiksi tupakkatuotteiden lopettamista harkitsevien nuorten ryhmämuotoisiksi, sosiaaliseen mediaan perustuviksi interventio-ohjelmiksi. Sosiaaliseen mediaan sidotut, kevyet interventio-ohjelmat olisivat aina helposti saatavilla. Nuori voisi niiden avulla myös peilata omia ajatuksiaan muiden vertaistensa ajatuksiin. Lisäksi intervention luonne tulisi lähelle nuorten kulttuurista maailmaa. (Mm. Ramo ym. 2014; mm. Shabnoor & Tajinder 2016; Pönkä 2017.)

Lähteet

- Brady, S., Mottell, E. R., Song, A. & Halpern-Felsher, B. 2013. Longitudinal study of adolescents' attempts to promote and deter friends' smoking behavior. *Journal of Adolescent Health*. Vsk. 53 (6), 772–777.
- Frohlich, K., Mykhalovskiy, E., Poland, B. & Haines-Saah, R. 2012. Creating the socially marginalised youth smoker. The role of tobacco control. *Sociology of Health & Illness*. Vsk. 34 (7), 978–993.
- Haines-Saah, R. J., Oliffe, J. L., White, C. F. & Bottorff, J. L. 2013. “It is just not part of the culture here.” Young adults' photo-narratives about smoking, quitting, and healthy lifestyles in Vancouver, Canada. *Health & Place* 22, 19–28.
- McVicar, D. 2011. Estimates of peer effects in adolescent smoking across twenty six European countries. *Social Science & Medicine*. Vsk. 73 (8), 1186–1193.
- Moran, M. B., Walker, M. W., Alexander, T. N., Jordan, J. W. & Wagner, D. E. 2017. Why peer crowds matter? Incorporating youth subcultures and values in health education campaigns. *American Journal of Public Health*. Vsk. 107 (3), 389–395.
- Pönkä, H. 2017. Sosiaalisen median katsaus 12/2017. Blogi. Päivitetty 5.12.2017. Saatavissa: <https://harto.wordpress.com/2017/12/05/sosiaalisen-median-katsaus-12-2017/> [viitattu 11.7.2019].
- Ramo, D. E., Rodriguez, T. M. S., Chavez, K., Sommer, M. J. & Prochaska, J. J. 2014. Facebook recruitment of young adult smokers for a cessation trial. Methods, metrics, and lessons learned. *Internet Interventions*. Vsk. 1 (2), 58–64.
- Salasuo, M. 2015. Vaikuttamisen keinot. Teoksessa Soikkeli, M., Salasuo, M., Puuronen, A. & Piispa, M. 2015. (toim.) Se toimii sittenkin. PDF-dokumentti. Saatavissa: http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/se_toimii_sittenkin.pdf [viitattu 11.7.2019].
- Shabnoor, S. N. & Tajinder, S. M. 2016. Social media its impact with positive and negative aspects. *International Journal of Computer Applications Technology and Research*. Vsk. 5 (2), 71–75.
- Vallentin-Holbech, L., Rasmussen, B. & Stock, C. 2018. Effects of the social norms intervention The GOOD Life on norm perceptions, binge drinking and alcohol-related harms. A cluster-randomised controlled trial. *Preventive Medicine Reports* 12, 304–311.
- Woodgate, R. L. & Kreklewetz, C. 2012. Youth's narratives about family members smoking. Parenting the parent – it's not fair! *BMC Public Health* 12, 965.

IV SYNTEESI: TUPAKOINNIN EHKÄISY JA PELILLISYYS

Marja-Leena Kauronen, yliopettaja,
Olli Lehtonen, tutkijatohtori,
Kirsi Purhonen, projektipäällikkö &
Miikka-Petteri Lesonen, TKI-asiantuntija



JOHTOPÄÄTÖKSET

Hankkeen tulokset osoittavat, että nuorten tupakoinnin ehkäisyä voidaan toteuttaa pelillisesti. Pelissä voidaan tunnistaa nuorten tupakointikäyttäytymistä ja ohjata nuori tämän perusteella pelaamaan hänen käyttäytymisensä mukaisesti räätälöityä pelipolkua. Nuorilla tupakointiin liitetyt visuaaliset kontekstit erosivat huomattavasti tupakoivilla ja tupakoimattomilla nuorilla. Toinen keskeinen tulos liittyi pelin vaikuttavuuteen. Pelissä kerätyn aineiston analyysi osoitti, että peli on myös vaikuttava nuorten terveyden edistämisessä, sillä sen avulla voitiin vaikuttaa nuorten näkemyksiin tupakoinnista. Erityisesti tupakoimattomilla nuorilla peli vahvisti käsityksiä tupakoinnin haitallisuudesta ja siten vahvisti tupakoinnin vastaista käyttäytymistä.

Seuraavaksi korostamme tiiviisti hankkeen keskeisiä johtopäätöksiä.

1. Kuvien ja niihin liittyvien kysymysten avulla voidaan erotella tupakoivat ja tupakoimattomat nuoret.
2. Asenteita koskevia kysymyksiä voidaan kerätä pelisovelluksella.
3. Kuvakyselyllä voidaan osoittaa visuaalisia, sosiaalisia ja ympäristöllisiä tekijöitä ja tilanteita, jotka vaikuttavat nuorten tupakointiin. Visuaaliset kontekstit ovat tehokkaita indikaattoreita tunnistamaan nuorten tupakointikäyttäytymistä.
4. Kuvakysely paljastaa nuorten tupakointiin liittyvää tiedostamatonta käyttäytymistä ja tupakoivien nuorten suhtautumista tupakoinnin terveysterveisiin. Käyttäytymiserot tupakoimattomien ja tupakoivien nuorten välillä ovat selkeät.

5. Kuvakysely paljastaa tupakoimattomien ja tupakoivien nuorten visuaalisiin konteksteihin liittyvien käsitteiden eroja.
6. Kuvakysely antaa viitteitä pystyvyyteen liittyvistä tekijöistä.
7. Pelien avulla voidaan nostaa esiin tupakoinnilta suojaavia tekijöitä, kuten vanhempien puuttumista tupakointiin, sekä vahvistaa tupakoimattomien näkemystä satunnaisen tupakoinnin ja kaveripiirin tupakoinnin haittavaikutuksista.
8. Tupakoivien nuorten keskuudessa peli vahvistaa tupakoinnin kokemista ongelmaksi.
9. Kuvallisuutta apuna käyttäen pelihahmojen, tarinan ja niihin liittyvien tunteiden, musiikin ja huumorin avulla voidaan välittää pelaajalle tietoa nuoren sosiaalisen ympäristön tupakointikokeiluihin vaikuttavista tekijöistä.
10. Kuvien käyttö soveltuu tupakoinnin ehkäisymenetelmäksi.
11. Tupakoimattomien nuorten roolimallia voidaan hyödyntää tupakoinnin ehkäisyssä.
12. Kysymyksiin ohjatulla pienryhmätoiminnalla saadaan aikaan kriittistä, tupakointikokeiluja ja sosiaalista ympäristöä koskevaa keskustelua 14–15-vuotiaiden nuorten keskuudessa.
13. Pelien, tarinallisuuden ja keskustelumenetelmien yhdistelmä on ajatuksia herättelevä ja nuorten kulttuuriin sopiva lähestymistapa tupakkatuotteiden käytön ehkäisyn puheeksiotossa.

Suosituksat

Seuraavassa esitetään suosituksia tupakoinnin ehkäisymenetelmien käytäntöön ja niiden kehittämiseen.

Pelien hyödyntäminen nuorten tupakoinnin ehkäisyssä. Pelit antavat pelaajalle yhteenkuuluvuuden, osallisuuden ja merkityksellisyyden tunteen, minkä vuoksi pelillisuus sopii hyvin tupakoinnin ehkäisyyn. Pelillisyyttä

tulisi käyttää yhdessä muiden tupakoinnin ehkäisymenetelmien kanssa. Vaikuttamalla positiivisella tavalla siihen, minkä aseman ja lähtökohdan nuori ottaa tupakoimattomuuteen ja tupakoinnin ehkäisyyn, saavutetaan nuorena neutraali tila käydä läpi omaa tupakointikäyttäytymistään. Kun opetuksen yhteydessä saatu pelikokemus jää muutamaaan pelikertaan, pelikokemukset ovat parhaimpia. Tupakoinnin ehkäisyyn liittyvää pelikasvatusta ja pelien hyödyntämistä kannattaisi markkinoida perusopetuksen ja toisen asteen opettajille.

Tupakoinnin ehkäisyyn tarkoitettujen pelien saatavuuden lisääminen. Hankkeeseen sisältyvien pelitestausten yhteydessä osa nuorista hakeutui verkossa olevaan portaaliin pelaamaan Versus-sarjan muita pelejä, mistä voisi päätellä, että pelilliseen muotoon puettuna tupakoinnin ehkäisy-materiaali kiinnosti nuoria. Pelejä voi käyttää yksin erilaisissa nuorten ryhmissä, eivätkä ne menetelmänä stigmatsoi kohderyhmää.

Muiden mediamuotojen hyödyntäminen tupakoinnin ehkäisyssä. Visuaalisuuden, hyötypelin ja viihteellisyyden yhdistelmä on tulosten mukaan toimiva ja nuoria kiinnostava. Myös animaatioita voitaisiin hyödyntää tupakoinnin ehkäisyssä. Erilaiset mediamuodot tarjoavat asiaan aiemmasta poikkeavan lähestymistavan. Opetuspelien kirjoa voisikin laajentaa koskemaan esimerkiksi nuorten terveyttä edistäviä elämäntapoja tai verkkokäyttäytymisen nettietikettiä.

Tupakoinnin ehkäisyn monikanavaisuus. Monelta taholta tulevat tupakoinnin ehkäisytoimenpiteet ovat välttämättömiä tupakoinnin yleisyyden vuoksi. Hankkeen rippikouluissa toteutetut menetelmäkokeilut kannustavat ehkäisyn toteuttamiseen myös seurakuntatyössä. Rippikoulussa tupakoinnin ehkäisy sivuaa elämän kunnioittamista ja -katsomusta. Tupakoinnin ehkäisy kouluissa voi ylittää oppiainerajat. Näissä yhteyksissä tupakointia kokeilleelle tai tupakoivalle nuorelle tarjoutuu usein myös tupakoimattoman vertaisen roolimalli.

Tupakoinnin ehkäisyn kohdistaminen kaikkiin nuoriin. Hankkeen tulosten mukaan pelit auttavat tupakoimatonta nuorta pysymään tupakoimattomana. Peli nimittäin vahvistaa vanhempien vaikutusta tupakoimat-

tomuuteen, kaverin tarjoamasta tupakasta kieltäytymistä ja tupakoinnin haittojen tiedostamista. Tupakoimattomat nuoret taas toimivat roolimalleina tupakointia kokeileville nuorille. Tupakoinnin pitkän eskaloitumisajan vuoksi aktiivista ehkäisyä on toteutettava myös yläkoulun jälkeen.

Pystyvyyden vahvistamiseen tähtäävien tupakoinnin ehkäisymenetelmien kehittäminen. Tulosten mukaan tupakoivat nuoret tunnistivat tupakoinnin ongelmaksi mutta eivät kyenneet kieltäytymään kaverin tarjoamasta tupakasta tai muuten löytäneet keinoja tupakoinnin lopettamiseen. Tämä edellyttää ammattilaisilta pystyvyyden vahvistamiseen liittyviä intensiivisiä interventioita. Heikko pystyvyys voi olla syynä siihen, että peli ei vaikuttanut tupakoiviin nuoriin yhtä hyvin kuin tupakoimattomiin nuoriin.

Tupakoinnin ehkäisy spatiaalisesta ja kollektiivisesta näkökulmasta. Ammatillisessa koulutuksessa tupakoinnin ehkäisyä voidaan kehittää myös kollektiivisesta ja spatiaalisesta näkökulmasta (Delica 2019). Tällä tarkoitetaan sitä, että koulun tilojen käytön, suunnittelun ja varustuksen kautta parannetaan opiskelijoiden sosiaalisia tarpeita tyydyttäviä toimintoja. Ne puolestaan edistävät opiskelijoiden sosiaalisten suhteiden ja verkostojen muodostumista kouluympäristössä esimerkiksi yhteistyöntekijän tai vertaisohjaajien avulla. Näin kouluympäristö mahdollistaa ja tukee opiskelijoiden kanssakäymistä, yhteistä tekemistä ja sosiaalista turvallisuutta. Kouluympäristön yhteistoiminnallisuutta lisäävät välineistöt, pelit, sisustuselementit ja vapaa tila lisäävät myös opiskelijoiden välistä vuorovaikutusta ja synnyttävät sosiaalisia verkostoja. Opiskelu itsessään mahdollistaa toistuvat tapaamiset ja sosiaalisten suhteiden vahvistumisen. Kouluympäristöön sijoitetut pelit voivat antaa onnistumisen kokemuksia vertaisryhmässä, lisätä pystyvyyden tunnetta sekä täyttää itseilmaisun ja luovuuden tarpeita (Delica 2019). Näin osallistuvuus ja koheesio paikallisessa yhteisössä lisääntyvät.

Tutkimukseen ja kehittämiseen kohdistuvat suositukset

Jatkossa kehittämistä voisi kohdentaa tupakoimattomien vertaisten vaikutuksen lisäämiseen tupakoiviin, esimerkiksi minkälaisilla menetelmillä vaikutusta voidaan lisätä nuorten yhteisöissä ja mitä estäviä tekijöitä siihen liittyy. Toinen hankkeesta nouseva kehittämistarve on pystyvyyden lisääminen 12–15-vuotiaissa nuorissa kohdentuen tupakointikokeiluista kieltäytymistaitoihin, esimerkiksi millä menetelmillä kieltäytymistaidot voisivat vahvistua nuorissa?

Lähteet

Delica, K. 2019. Critical social intervention and health promotion at the local level lessons from the outskirts of Denmark. Luento 12.6.2019. The 9th Nordic Health Promotion Research Conference Roskilde University 12.–14.6.2019.





**XAMK
KEHITTÄÄ**