



Pelillisuus ensimmäistä lastaan odottavien vanhemmuuteen valmistautumisen tukena

Opinnäytetyö

Essi Kurkinen

Opinnäytetyö, ylempi AMK

Helmikuu 2025

Sosiaali- ja terveysala

Sairaanhoitaja (ylempi AMK), Terveyden edistäminen YAMK

Kurkinen, Essi

Pelillisuus ensimmäistä lastaan odottavien vanhemmuuteen valmistautumisen tukena.

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Helmikuu 2025, 42 sivua.

Terveyden edistämisen tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö YAMK.

Julkaisun kieli: suomi

Julkaisulupa avoimessa verkossa: kyllä

Tiivistelmä

Vanhemmaksi tuleminen ja erityisesti ensimmäisen lapsen syntymä on aikuisen yksi merkittävimpiä ja haasteellisimpia elämänvaiheita. Tulevat vanhemmat tarvitsevat paljon tukea sekä sosiaalisilta verkostoilta että yhteiskunnan palvelujärjestelmältä. Opinnäytetyön tavoitteena oli kuvata ensimmäistä lastaan odottavien vanhempien kokemuksia oppimispelin pelaamisesta pelillisessä verkkovalmennuksessa. Tarkoituksena oli lisätä ymmärrystä digitaalisen oppimispelin käyttömahdollisuuksista ensimmäistä lastaan odottavien vanhempien vanhemmuuden tukena.

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena, ja se on osa Suomen Akatemian rahoittamaa Co-paGloba -tutkimushanketta. Aineisto kerättiin VauvaPolku -oppimispeliä hyödyntäen kevään 2021 aikana ensimmäistä lastaan odottavilta vanhemmilta, jotka osallistuivat Pelaamalla yhteiseen vanhemmuuteen -verkkovalmennusryhmiin. Verkkovalmennuskertoja toteutui yhteensä kuusi, ja ne toteutettiin Teams-etäyhteydellä. Jokaisessa ryhmässä oli kahdesta kahdeksaan osallistujaa. Aineiston analysointimenetelmänä käytettiin teemoittelua.

Ensimmäistä lastaan odottavat vanhemmat kokivat VauvaPolku -oppimispelin käytettävyydeltään vanhemmuuteen valmistautumisen tukena toimivaksi ja hyödylliseksi. Oppimispelin pelaaminen mahdollisti hyvän vuorovaikutuskokemuksen ja toi vanhemmille käsiteltäväksi uusia teemoja. Ryhmässä pelaaminen ja yhteinen keskustelu auttoivat osallistujia hahmottamaan uusia lähestymistapoja vanhemmuuteen ja parisuhteeseen. Verkkovalmennuksen vetäjänä toimiva ohjaaja oli keskeisessä roolissa keskustelun syntymisessä ja ohjaamisessa. Koronarajoitusten aikana pelaaminen tarjosi myös arvokkaan mahdollisuuden sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja vertaistukeen. Johtopäätöksinä voidaan todeta, että digitaalista oppimispeliä ja yhdessä pelaamista voidaan hyödyntää ensimmäistä lastaan odottavien vanhempien vanhemmuuteen valmistautumisen tukena osana muita odottaville vanhemmille tarjottavia palveluita. Digitaalista oppimispeliä hyödyntämällä voidaan palveluita kehittää joustavammiksi, saavutettavammiksi ja samalla lisätä käyttäjän motivaatiota sekä oppimista. Pelillinen verkkovalmennus ja yhdessä pelaaminen voivat tarjota tehokkaan ja vaihtoehtoisen keinon myös vertaistuen ja tiedon lisäämiseen. Ne voivat toimia osana laajempaa palvelukonaisuutta, ja edistää samalla digitaalisten palveluiden laajentumista perheiden palveluissa. Jatkotutkimuksissa olisi hyödyllistä selvittää digitaalisten oppimispelien vaikutuksia sosiaali- ja terveydenhuollon palveluiden käyttöön sekä niiden mahdollisia kustannussäästöjä ja resurssitarpeen vähentämistä. Lisäksi tulisi tarkastella ammattilaisten valmiuksia ja motivaatiota hyödyntää digitaalisia oppimispelisiä työssään.

Avainsanat (asiasanat)

ensimmäistä lastaan odottavat vanhemmat, vanhemmuuden tuki, pelillisuus, digitaalinen oppimispeli, verkkovalmennus, laadullinen tutkimus

Kurkinen, Essi

Gamification supporting first-time expectant parents' preparation for parenthood.

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, February 2025, 42 pages.

Health and welfare. Master's Degree Programme in Health Care and Social Services. Master's thesis.

Permission for open access publication: Yes

Language of publication: Finnish

Abstract

Becoming a parent, especially the birth of first child, is one of the most significant and challenging stage for an adult's life. New parents need a lot of support, both from their social networks and from society's service systems. The aim of this thesis was to describe the experiences of parents expecting their first child for playing an educational game as part of an online parenting group. The purpose of the study was to increase understanding of the potential uses of a digital educational game as parenting support for parents expecting their first child.

The thesis was conducted as a qualitative study, and it was part of the CopaGloba research project funded by the Academy of Finland. The data was collected during the spring of 2021 in the online game-based parenting group sessions. First-time expectant parents played an educational game called BabyTrail together to support the discussion. There were six online sessions by Teams-connection. Each group had two to eight participants. Thematic analysis was used as the method for analyzing the data.

First-time expectant parents found the educational game to be user-friendly and useful as a tool for preparing for parenthood. Playing the educational game facilitated a positive interactive experience and introduced new topics for parents to discuss. Playing in a group and having a joint discussions helped participants explore new approaches to parenthood and relationships. The moderator of the online session played a key role in creating and guiding the discussion. During the COVID-19 restrictions, playing the game also provided a valuable opportunity for social interaction and peer support. In conclusion, digital educational games and playing together can be used as support for first-time expectant parents in preparing for parenthood, as part of other services offered to expectant parents. By utilizing digital educational games, services can be made more flexible, accessible, and motivating for users, while also increase learning. Game-based online parenting groups and playing together can offer an effective and alternative way to increase peer support and knowledge. They can function as part of a wider service package and promote the expansion of digital services in family services. Further research should explore the impact of digital educational games on the use of social and healthcare services, as well as their potential for cost savings and reducing resource needs. There should also be research about professionals' readiness and motivation to use digital educational games in their work.

Keywords/tags (subjects)

first-time expectant parents, parenting support, gamification, digital game-based learning, digital educational game, online coaching, qualitative research

Sisältö

1	Johdanto	3
2	Vanhemmuuteen siirtyminen	5
2.1	Ensimmäistä lastaan odottavien vanhemmuus	6
2.2	Vanhemmuuden tukeminen	7
3	Pelillisuus ja pelillinen oppiminen vanhemmuuden tukena	9
3.1	Digitaaliset oppimispelit.....	10
4	Tutkimuksen tavoite, tarkoitus ja tutkimuskysymys	13
5	Tutkimuksen toteutus	13
5.1	Menetelmälliset lähtökohdat tutkimuksen toteutuksessa	13
5.2	Teoreettisen tiedonhaun kuvaus	14
5.3	Tutkimusaineiston keruu.....	15
5.4	Aineiston analysointi	20
6	Tutkimustulokset	22
6.1	Tutkimukseen osallistuneet	22
6.2	Verkkovalmennukseen osallistuneiden vanhempien kokemukset pelillisyydestä vanhemmuuden tukena	23
6.2.1	Oppimispelin käytettävyys.....	24
6.2.2	Oppimispelin hyödyt.....	25
6.2.3	Yhteinen keskustelu vuorovaikutuskokemuksena	26
6.2.4	Yhdessä pelaamisen merkitys.....	27
7	Pohdinta	29
7.1	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	29
7.2	Tutkimustulosten tarkastelua	31
7.3	Johtopäätökset.....	34
	Lähteet	36
	Liitteet	43
	Liite 1. Tiedote tutkimukseen osallistuville vanhemmille	43

Kuviot

Kuvio 1. Tutkimukseen osallistuneet	23
Kuvio 2. Teemakartta	24

Taulukot

Taulukko 1. Avoimet haastattelukysymykset	19
Taulukko 2. Esimerkki teemoittelusta	22

1 Johdanto

Vanhemmaksi tuleminen on yksi merkittävimpiä ja haasteellisimpia elämänvaiheita, joka edellyttää uudenlaisen tiedon omaksumista, roolien ja identiteettien muokkaamista sekä valmiuksia uudenlaiseen vastuuseen. Ensimmäisen lapsen odottaminen on erityinen vaihe, joka herättää tulevissa vanhemmissa monenlaisia tunteita ja pohdintoja, mutta samalla myös tarvetta tuelle ja ohjaukselle. (Kuersten-Hogan & McHale 2021; Schmitt & Piha 2008, 6–12.) Vanhemmuuteen siirtyminen tuo mukanaan sekä iloa että läheisyyttä, mutta myös paljon väsymystä ja jaksamisen haasteita (Russell, Adamsons, Hutchison & Francis 2022). Ensimmäisen lapsen syntymä muuttaa myös vanhempien vuorovaikutussuhdetta, kun kahden aikuisen välinen vuorovaikutus muuttuu kolmen ihmisen väliseksi. Tämä on uusi elämäntilanne, jossa on tärkeää huomioida myös parisuhde. (Klemetti & Hakulinen-Viitanen 2013, 31–33.)

Suomessa neuvolapalvelut ovat saatavilla kaikille raskaana oleville naisille, lasta odottaville perheille sekä alle kouluikäisille lapsille ja heidän perheilleen. Neuvola huolehtii raskaana olevan seurannan ja synnyttäneen naisen terveyden tukemisen lisäksi myös sikiön ja lapsen terveen kasvun, kehityksen ja hyvinvoinnin edistämisestä ja seurannasta. Tärkeässä roolissa on myös vanhemmuuden tukeminen sekä koko perheen hyvinvoinnin edistäminen. (Neurolat 2024.)

Erilaiset digitaaliset ratkaisut, kuten oppimispelit, tarjoavat uusia mahdollisuuksia ensimmäistä lastaan odottavien vanhempien tukemiseen. Tällaiset menetelmät voivat lisätä perheiden tietoa, edistää vuorovaikutusta ja tarjota keinoja vanhemmuuteen valmistautumiseen. Erityisesti pelillisuus on noussut kiinnostavaksi lähestymistavaksi, koska se yhdistää oppimisen ja vuorovaikutuksen mielekkäällä tavalla. (Krath ym. 2021; Raitio ym. 2019.) Kiinnostus terveydenhuollossa ja terveyden edistämisessä hyödynnettäviä digitaalisia oppimispelejä kohtaan on kasvanut, ja niiden mahdollisuudet sekä edut pelaajan terveyskäyttäytymisen vaikuttamiseen ja hyvinvoinnin parantamiseen tunnustetaan (Boyle, Hainey, Connolly, Gray, Earp, Ott, Lim, Ninaus, Ribeiro, & Pereira 2016). Terveysteknologiassa käytetään jo verrattain paljon pelillistettyjä hyötysovelluksia (Järvensivu 2017, 256), joita myös ammattilaiset voivat hyödyntää asiakkaan aktiivisen toimijuuden, hyvinvointinsa edistämisen ja itseohjautuvuuden tukemisessa (Punna & Raitio 2016, 228).

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on kuvata ensimmäistä lastaan odottavien vanhempien kokemuksia oppimispelin pelaamisesta pelillisessä verkkovalmennuksessa. Tutkimuksen tarkoituksena

on lisätä ymmärrystä VauvaPolku -oppimispelin käyttömahdollisuuksista ensimmäistä lastaan odottavien vanhempien vanhemmuuden tukena. Opinnäytetyö on osa aiemmin toteutettua laajempaa "CopaGloba Learning to coparent" -tutkimushanketta, joka keskittyi vauvaperheiden yhteisvanhemmuuteen, sen oppimiseen ja vanhemmuuteen siirtymiseen kansainvälisessä kontekstissa. Tutkimusaineisto kerättiin kevään 2021 aikana pelillisen verkkovalmennuksen avulla.

Aihe on ajankohtainen ja merkityksellinen, sillä digitaalisten menetelmien käyttö vanhemmuuden tukemisessa kasvaa jatkuvasti, ja niitä voidaan hyödyntää tulevaisuudessa laajemmin palveluiden kehittämisessä. Sosiaali- ja terveysministeriön laatiman digitalisaation ja tiedonhallinnan strategian visiona on, että digitaalisuus toimii tulevaisuudessa sosiaali- ja terveydenhuollon kivijalkana. Se tavoittelee asiakkaalle entistä parempia mahdollisuuksia omatoimiseen terveyden ja hyvinvoinnin ylläpitämiseen, parempaa sosiaali- ja terveydenhuollon palveluiden tehokkuutta ja joustavuutta, sekä henkilöstön työkuorman vähentämistä. Strategian toimeenpanosta on linjattu hallitusohjelmassa, ja sen edistymistä arvioidaan hallituskauden puolivälissä sekä lopussa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2023, 7, 19, 23.)

Pelillisuus ja digitaaliset oppimispelit tarjoavat uusia tapoja edistää vanhemmuuteen valmistautumista, mikä voi parantaa perheiden hyvinvointia ja tukea heitä tässä elämänmuutoksessa. Opinnäytetyön tulokset voivat tarjota hyödyllistä tietoa palveluiden suunnitteluun ja kehittämiseen erityisesti terveydenhuollon ja perhepalveluiden kontekstissa.

2 Vanhemmuuteen siirtyminen

Schmitt sekä Piha (2008) kuvaavat artikkelissaan vanhemmuuden, vanhempana olemisen ja vanhempana toimimisen käsitteitä. Vanhemmaksi tuleminen käynnistää psyykkisen prosessin, jonka myötä kehittyä vanhempana olemisen mielentila. Vanhempana toimiminen taas viittaa konkreettisiin tapoihin ja käyttäytymismalleihin, joilla vanhempi tukee lapsensa kasvua ja kehitystä. (Schmitt & Piha 2008, 6 – 12.) Vanhemmuus ei ole kuitenkaan pelkästään tiedollinen tehtävä, vaan siihen vaikuttavat myös vanhemman suhde itseensä ja muihin. Se on ihmissuhde, jossa lapsen ja vanhemman välillä on jatkuvaa vuoropuhelua, ja jossa molemmat osapuolet vaikuttavat toisiinsa. Vanhemmuus sisältää monenlaisia tunteita, kuten onnistumisen ja epäonnistumisen kokemuksia sekä ymmärryksen ja ymmärtämättömyyden hetkiä. (Kolbe & Järvinen, 2002, s. 39–41; Pöyhönen & Livingston, 2023, s. 18–21, 24, 28.) Vanhemmuus on yksi monimutkaisimmista ja haastavimmista rooleista, joita elämässämme kohtaamme (Pöyhönen & Livingston 2023, 16, 19). Pulkkinen (2022, 171) näkemyksen mukaan vanhempana toimiminen on aikuisiän keskeisin henkilökohtainen tehtävä.

Siirtymä vanhemmuuteen on yksi merkittävin ja haastavin muutosprosessi aikuisen elämässä, joka vaatii uuden tiedon omaksumista sekä roolien, identiteetin ja toimintatapojen muokkaamista (Kuersten-Hogan & McHale, 2021; Schmitt & Piha 2008, 6 – 12). Tämä siirtymä tuo mukanaan sekä iloa että läheisyyttä, mutta myös paljon väsymystä ja jaksamisen haasteita (Russell, Adamson, Hutchison & Francis 2022). Tapio ja tutkimuskumppanit (2010) kuvaavat vanhemmaksi tulemistä merkittävänä elämänmuutoksena, jonka luonteeseen vaikuttaa myös se, onko vanhemmuus suunniteltua vai yllättävää. Uuteen tilanteeseen voi liittyä pelkoa ja epävarmuutta erityisesti silloin, kun vanhemmilla ei ole aiempaa kokemusta lapsista tai heidän hoitamisestaan. Myös odotusaikana koetut tunteet saavat usein vaikutteita vanhempien omasta lapsuudesta ja siihen liittyvistä kokemuksista. (Tapio, Seppänen, Hyppönen, Janhunen, Prusila, Salo, Toivanen & Vilèn 2010, 126.) Vanhemmaksi kasvamisen hidaskas prosessi alkaakin jo raskauden varhaisessa vaiheessa, ja jatkuu lapsen synnyttyä koko elämän ajan. Vanhemmuuteen kasvuun vaikuttavat molempien vanhempien omat lapsuuden kokemukset ja kasvu ympäristö, sekä vanhemmuuden malli, joka on saatu omilta vanhemmilta. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 80, 83; Hellström 2010, 249.) Lapsuuden omien kokemusten lisäksi myös vanhemman oma mielenterveys vaikuttaa keskeisesti siihen, miten hän toimii ja kehittyä vanhempana (Schmitt & Piha 2008, 6 – 12).

Törrösen (2015, 21) mukaan jo pelkkä ajatus vauvan syntymästä muuttaa tulevien vanhempien ajattelua ja heidän tapansa nähdä maailma. Trogenin (2021) pohdinnan mukaan elämä lapsen kanssa alkaa hahmottua jo raskauden suunnitteluvaiheessa, ja nämä mielikuvat voivat ohjata vanhemmuuteen siirtymistä. Vanhemmaksi kasvaminen on yksilöllinen prosessi, johon vaikuttavat monet tekijät, kuten oma menneisyys, parisuhteen tila, elämänvaihe ja raskauden alkamistapa. Odotusaikana heräävät tunteet ovat kaikki sallittuja, mutta niiden käsittely on tärkeää, jotta pelot eivät hallitse odotusaikaa. Vanhemmaksi kasvu tapahtuu vähitellen ja vaatii aikaa sekä armollisuutta itseä kohtaan. (Trogen 2021, 17–19.)

2.1 Ensimmäistä lastaan odottavien vanhemmuus

Ensimmäisen lapsen syntymä muuttaa koko perheen elämäntilannetta monella tavalla. Vanhemmaksi tuleminen vaikuttaa vanhempien ajankäyttöön, ihmissuhteisiin, taloudelliseen tilanteeseen ja parisuhteeseen. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 80, 83; Hellström 2010, 249.) Lapsen saaminen voi tuoda puolisoina vanhemmille uudenlaisia psykologisia, sosiaalisia ja filosofisia kehityshaasteita (Klemetti & Hakulinen-Viitanen 2013, 26; Punamäki 2011, 95; Broden 2008, 23–25). Ensimmäisen lapsen saaminen saa aikaan muutoksia persoonassa, ja aikuisen on kohdattava itsessään sellaisia puolia, joita ei ole halunnut ehkä tuoda aikaisemmin esille. Ensimmäisen lapsen odotus herättää erityisesti pohdintoja omasta vanhemmuudesta, sukupuoleen liittyvästä vanhemmuudesta sekä siitä, mitä vanhemmuus merkitsee toiselle osapuolelle. Onkin selvää, että perheen sisäiset prosessit ovat monimuotoisia, ja lapsen syntymä tuo väistämättä mukanaan perheen uudelleen järjestäytymisen. Vaikka kaikki perheet käyvät läpi samankaltaisia vaiheita, jokainen kokee ne omalla tavallaan, sillä jokainen perhe on omalla tavallaan ainutlaatuinen. (Savio 2017, 149.)

Deave, Johnson ja Ingram (2008) toteavat useiden tutkimusten osoittaneen, että juuri ensimmäisen lapsen syntymä ja siitä seuraava vanhemmuus on stressaavaa aikaa, joka aiheuttaa eniten ja syvällisempiä muutoksia perheeseen kuin mitkään muut perheen kehitysvaiheet. Molempien aikuisten tulee sitoutua vanhemmuuteen, sekä kasvettava äitiyteen ja isyyteen. Ensimmäisen lapsen syntymä muuttaa myös vanhempien vuorovaikutussuhdetta. Lapsen syntymää edeltävä vuorovaikutus on tapahtunut kahden aikuisen välillä, mutta lapsen syntymän myötä siitä kehittyy kolmen ihmisen välinen vuorovaikutussuhde ja elämäntilanteen muutos, jossa on tärkeää huomioida myös parisuhde. (Klemetti & Hakulinen-Viitanen 2013, 31–33.)

Hartleyn ja kumppaneiden (2011) tutkimusartikkelissa todetaan vanhempien välisen suhteen laadun vaikuttavan ratkaisevasti siihen, millaisena he kokevat vanhemmuuden. Parisuhdetyytyväisyydeltään keskimääräistä alhaisemmassa tilanteessa olevat vanhemmat kohtaavat usein enemmän vanhemmuuteen liittyviä kuormituksia kuin ne, jotka ovat tyytyväisiä parisuhteeseensa. Hyvin toimiva parisuhde tarjoaa tärkeän tuen, joka auttaa jaksamaan vanhempana, kun taas ongelmallinen parisuhde voi lisätä stressiä ja ahdistusta, mikä puolestaan voi kasvattaa vanhemmuuden kuormittavuutta entisestään. (Hartley, Barker, Seltzer, Greenberg & Floyd 2011, 81–91.)

Sekä Majamaa ja Makkonen (2023, 7) että Törrönen (2015, 23–25) kuvaavat vanhemmaksi tuloa elämää mullistavaksi kokemukseksi. Vaikka vanhemmuuteen kuuluu paljon positiivista, herättää se myös vahvoja ja ristiriitaisiakin tunteita, sillä todellisuus harvoin vastaa etukäteen muodostettuja käsityksiä tulevasta vanhemmuudesta ja vauva-arjesta. Törrösen (2015, 23–25) mukaan jotkut vanhemmat voivat uupua kohdatessaan kaiken uuden, tuntemattoman ja pelottavan. Tällaisessa tilanteessa vauvan hoidosta saatetaan huolehtia, mutta samalla puoliso jää vaille huomiota, mikä voi johtaa toistuviin riitoihin ja väittelyihin. Vanhemmat tarvitsevat paitsi myötätuntoa ja ymmärrystä myös tukea säilyttääkseen aikuisuuden sekä suhteessa vauvaan että kumppaniinsa.

2.2 Vanhemmuuden tukeminen

Ensimmäisen lapsen syntymän jälkeen perheelle alkaa uusi elämänvaihe, joka vaatii paljon tukea sekä sosiaalisilta verkostoilta että yhteiskunnan palvelujärjestelmältä (Rautio 2016, 26). Uudet vanhemmat tarvitsevat erityisen paljon tukea, sillä heillä ei ole vielä kokemusta lapsista tai lastenhoidosta, mikä voi aiheuttaa pelkoa ja epävarmuutta (Tapio, Seppänen, Hyppönen, Janhunen, Prusila, Salo, Toivanen & Vilèn 2010, 126). Juuri ensimmäistä lastaan odottavat vanhemmat ovat kuitenkin otollisessa vaiheessa tarvitessaan tietoa ja tukea oman vanhemmuutensa rakentamiseen (Kluwer, 2010) ja ovat silloin myös valmiita sitä vastaanottamaan ja hyödyntämään omassa vanhemmuuteen kasvussa (Deave, Johnson & Ingram, 2008; Entsieh & Hallström, 2016).

Bennetin ja kumppaneiden (2017) mukaan vanhempien ympäriltään saaman emotionaalisen ja käytännön tuen, eli sosiaalisen tuen, määrä ja laatu vaikuttavat vanhempien toiminnan lisäksi lapsen kehitykseen. Vanhemmuuteen siirryttäessä yhteiskunnalliset yhteydet ovat tärkeitä, sillä ne parantavat terveyttä ja edistävät hyvinvointia. Perheiden ja vanhempien kohdalla sosiaaliset yhteydet voivat vaikuttaa lapsen kehitykseen myönteisesti. Vanhempien sosiaalisen yhteydenpidon

puute voi heikentää vanhempien sekä lasten henkistä, emotionaalista ja fyysistä hyvinvointia. (Bennett, Buchan, Letourneau, Shanker, Fenwick, Smith-Chant & Gilmer 2017.)

Vanhemmuuden tuki voidaan jakaa kolmeen pääryhmään: universaali, kohdennettu ja intensiivinen tuki. Universaali tuki on suunnattu kaikille vanhemmille, ja sen tavoitteena on edistää lapsen ja vanhemman hyvinvointia sekä havaita ajoissa lisätuen tarpeet. Suomessa neuvolapalvelut tarjoavat universaalista tukea kaikille lasta odottaville perheille. Kohdennettu tuki puolestaan kohdistuu perheille, jotka kuuluvat riskiryhmään tai joissa lapsella on erityistarpeita kasvuun tai kehitykseen liittyen. Tämä tuki voi toteutua esimerkiksi ryhmätoimintana vanhemmille tai perheneuvoloiden tarjoamana apuna. Intensiivinen tuki on tarkoitettu perheille, joissa vanhemmilla on vakavia haasteita, kuten mielenterveys- tai päihdeongelmia, tai tilanteita, jotka voivat vaarantaa lapsen terveyden ja kehityksen. (Kalland & Salo 2020.)

Äitiys- ja lastenneuvolatoiminta on Suomessa säädetty terveydenhuoltolaissa, ja sen ohjauksesta ja valvonnasta vastaa Sosiaali- ja terveysministeriö. Neuvolapalvelut ovat saatavilla kaikille raskaana oleville naisille, lasta odottaville perheille sekä alle kouluikäisille lapsille ja heidän perheilleen. Neuvolatoimintaan kuuluu sikiön ja lapsen terveen kasvun, kehityksen ja hyvinvoinnin edistäminen ja seuranta. Neuvola huolehtii myös raskaana olevan seurannasta ja synnyttäneen naisen terveyden tukemisesta. Tärkeässä roolissa on myös vanhemmuuden tukeminen sekä koko perheen hyvinvoinnin edistäminen. (Neurolat 2024.) Äitiysneuvolan tehtävänä on järjestää lasta odottaville vanhemmille moniammatillista perhevalmennusta, johon sisältyy myös vertaistuen mahdollistava vanhempainryhmätoiminta. Suomessa perhevalmennus tavoittaa valtaosan ensimmäistä lastaan odottavista vanhemmista. (Klemetti & Haulinen-Viitanen 2013, 17, 78.)

Bondaksen (2002) tekemä havainto suomalaisia vastasyntyttäneitä äitejä tutkiessaan oli, etteivät he saaneet riittävästi tietoa vanhemmuudesta, imetyksestä, vauvan hoidosta ja vauvaperhe-elämästä. Äidit toivoivat erityisesti mahdollisuuksia keskustella ammattilaisten ja vertaisten kanssa, sekä saada ammattilaisten neuvoja terveystottumusten muuttamiseen ja tukea valmistautuakseen vanhemmuuteen riittävän ajoissa. Myös Deaven ja kumppaneiden (2008) tutkimuksessa korostui tulevien vanhempien liian vähäinen valmistautuminen vanhemmuuteen. On tärkeää tarjota riittävästi tietoa ja neuvontaa siirtymäkauden aikana ja luoda luottamuksellinen suhde terveydenhuol-

lon ammattilaisten ja perheen välille. Oleellista heidän mukaansa on tutkia ja ottaa käyttöön sellaisia menetelmiä, joilla uusille vanhemmille voidaan tarjota lisätietoa ja tukea ilman lisätyön aiheutumista terveydenhuollon ammattilaisille. (Deave, Johnson & Ingram, 2008.)

Plantin ja Danebackin (2009) katsauksen mukaan vanhempien saama tuki omilta vanhemmilta, sukulaisilta ja ystäviltä on vähentynyt, joten nuoret vanhemmat hyödyntävät enemmän sähköisiä kanavia tiedon ja tuen lähteenä. Erityisesti 30-35 -vuotiaat ensimmäistä lastaan odottavat naiset käyttivät internetiä vanhemmuuteen liittyvän tiedon etsimisessä. (Plantin & Daneback 2009.) Erilaiset digitaaliset ratkaisut tarjoavat uusia mahdollisuuksia myös virtuaalisen äitiysneuvonnan toteuttamiseen (Pehl, Smith & Moniz 2020) sekä ensimmäistä kertaa vanhemmaksi tulevien vanhemmuuden tukemiseen (van den Heuvel, Groenhof, Veerbeek, van Solinge, Lely, Franx & Bekker 2018). Nykyisin vanhemmat käyttävät yhä enemmän erilaisia mobiilisovelluksia oman vanhemmuutensa tueksi (Lupton & Pedersen, 2016) ja mobiilisovellusten on osoitettu olevan siihen toimivia (Davis, Logsdon, Vogt, Rushton, Myers, Lauf & Hogan 2017). Digitaaliset menetelmät tuovat vanhemmuuden tukemiseen tehokkuutta erityisesti silloin, kun siihen yhdistetään ammattilaisten henkilökohtainen ohjaus (Gilmer ym. 2016).

3 Pelillisuus ja pelillinen oppiminen vanhemmuuden tukena

Krathin, Schürmannin ja von Korfleschin (2021) mukaan pelillistäminen ja pelillinen oppiminen ovat käsitteitä, joilla pyritään saavuttamaan todellisia tavoitteita hyödyntämällä viihdyttäviä ja pelillisiä kokemuksia. Pelillistämisen termiä kuvataan usein peleissä olevien elementtien käyttönä ei-pelillisessä kontekstissa (Deterding, Khaled, Nacke & Dixon 2011). Näitä elementtejä voivat olla pisteiden keruu, palaute, tasot, pistetaulukot, haasteet, merkit, avatarit, kilpailu ja yhteistyö (Klock, Gasparini, Pimenta & Hamari 2020).

Pelillistämisen tarkoituksena on lisätä käyttäjän motivaatiota, sitoutumista, oppimista ja ongelmanratkaisutaitoja (Koivisto & Hamari, 2019), ja sen avulla voidaan vahvistaa terveyttä edistävän toiminnan noudattamisen edistymistä sekä sitoutumisen ylläpitämistä. Pelillistämisen avulla on mahdollista lisätä käyttäjien motivaation lisäksi myös positiivisia tunne-elämyksiä sekä vahvistaa itsetuntoa. (Sardi, Idri & Fernandez-Aleman, 2017.) Hytin ja Kähkösen (2019) näkemyksen mukaan

pelillisyyttä hyödyntävän ryhmätoiminnan kautta elämään voi tulla uudenlaista positiivisuutta, aktiivisuutta, uusia ystävyysuhteita ja arjen sisältöä. Pelillisyydestä voi saada uutta näkökulmaa ja mielekkyyttä palveluiden käyttäjien lisäksi myös työntekijät. (Hytti & Kähkönen 2019, 4–5.)

Toisinaan pelillisyyden yhteydessä käytetään myös termiä hyötypelit. Määritelmässä hyötypelien katsotaan pyrkivän enemmän hyötyyn kuin viihdyttämiseen, ja tähtäävät pelillistämisen kanssa samoin jonkin sellaisen edistämiseen, joka on hyödyllistä myös pelin ulkopuolella. (Leväsluoto, Heikkilä, Tuovinen & Viitanen 2016.) Nämä pelit hyödyntävät sääntöjä ja mekaniikkoja luodakseen mukaansatempaavia pelielämyksiä, edistäen samalla oppimista tarjoamalla realistisia tarinoita ja palautteeseen perustuvia kokemuksia, jotka tukevat tiedon omaksumista. Hyötypelien tehokkuus riippuu usein siitä, kuinka hyvin ne on mukautettu käyttäjäryhmän tarpeisiin ja pelimekaniikkoihin, jotka houkuttelevat pitkäkestoista sitoutumista. (Sardi, Idri & Fernandez-Aleman, 2017.) Suomalaisen katsauksen mukaan hyötypelejä käytetään jo melko aktiivisesti perusopetuksessa, sekä ammatillisessa ja terveydenhuollon koulutuksessa (Holvikivi, Joensuu, Nuorteva & Suutari 2017). Korhosen ja Halosen (2017) katsauksessa käy ilmi, että terveydenhuollossa käytetyt hyötypelit keskittyvät ammattilaisten tai potilaiden koulutukseen, fyysisen aktiivisuuden lisäämiseen, kognitiivisten toimintojen parantamiseen tai ylläpitämiseen, mielenterveyden hoitoon, sekä psyykkiseen ja fyysiseen kuntoutukseen (Korhonen & Halonen 2017, 362).

Pelaamisen tutkimuksessa kiinnostus on kohdistunut viime aikoina erityisesti pelillistämiseen ja pelilliseen oppimiseen (Krath ym. 2021) sekä digitaalisiin peleihin (Stenros 2015, 23). Nykyään pelit jo toimivat menetelmällisenä lähestymistapana, mutta pelillistäminen ja hyötypelit ovat tutkimusalueina edelleen melko uusia (Järvensivu 2017, 257).

3.1 Digitaaliset oppimispelit

Oppimispeliksi voidaan kutsua peliä, joka sijoittuu pelien ja pedagogiikan välimaastoon. Tällaisissa peleissä hyödynnetään niiden kokemuksellisuutta ja uppoutumista samalla, kun käsitellään opittavaa sisältöä. (Vesterinen & Mylläri 2014, 57.) Oppimispelit suunnitellaan opettamaan tai harjoittamaan jotakin valikoitua tietoa, taitoa tai asennetta. Myös viihdepelejä voidaan hyödyntää tavoitteellisessa opetuksessa, mutta ne tarvitsevat tuekseen pedagogisen rakenteen, koska niitä ei ole tehty opetustarkoituksiin. (Soanjärvi & Harviainen 2019, 140.)

Apostolin ja kumppaneiden (2013) havainnon mukaan oppimispelissä on tunnistettavissa yleensä kahdeksan pelillistä ominaisuutta. Näitä ominaisuuksia ovat säännöt, tavoitteet ja selkeä tulos, palaute ja palkinnot, ongelmanratkaisu, tarina, pelaaja/pelaajat, turvallinen ympäristö sekä hallinnan tunne. (Apostol, Zarearescu & Alexe 2013.) Oppimispelissä tulee olla pelillisistä ominaisuuksista haasteet, tavoitteet, palaute sekä pelin tarina, jolloin se pystytään määrittelemään peliksi (Ibrahim, Yusoff, Mohamed-Omar & Jaafar 2011). Kiilin (2007) selvityksen mukaan tehokkaan oppimispelin tärkeimmät ominaisuudet ovat aitous, yhteistyö ja tekemällä oppiminen. Jotta peli motivoi pelaajaansa riittävästi, tulee sen olla tarpeeksi haastava, kiinnostava, hallittava ja kuvitteellinen (Apostol ym. 2013).

Pelit tarjoavat tehokkaita tapoja oppimisen tukemiseen, sillä ne tyydyttävät psykologisia perustarpeita ainutlaatuisen nopeasti ja ennustettavasti. Pelit, joissa on sosiaalisia elementtejä, voivat edistää oppimista tarjoamalla vuorovaikutusmahdollisuuksia ja yhteisöllisiä kokemuksia. (Tulevaisuusvaliokunta 2013, 62-63.) Myös Pivecin (2007) mukaan pelit voivat auttaa luomaan vuoropuhelua sekä murtamaan sosiaalisia ja kulttuurisia rajoja. Peleistä voi olla hyötyä myös henkilökohtaisessa kehittämisessä ja pelaajan, eli oppijan, itsetunnon parantumisessa (Pivec 2007, 390).

Oppimispeleillä voidaan tukea aiemmin opitun tiedon soveltamista, ongelmanratkaisutaitojen kehittymistä sekä syy-seuraussuhteiden ymmärtämistä (Kiili 2007). Oppimista tehostavat erityisesti sellaiset pelit, joissa oppimateriaali on kytketty osaksi pelimekanismia. Hyvin suunnitellut pelit pitävät pelaajan flow-tilassa tarjoamalla sopivasti haastetta ja palkitsemalla edistymisestä kolmella erilaisella palautetyypillä: välittömällä, jatkuvalla ja kumulatiivisella palautteella. Välitön palaute, esimerkiksi ääniefektit tai litteään poljetut pelihahmot, antaa nopeaa tyydytystä. Pisteiden kertyminen taas antaa jatkuvaa palautetta omasta kehittämisestä. Kumulatiivista palautetta puolestaan antaa tasonousu tai oman pelihahmon kehitys, mikä lisää entisestään kokemusta yksilöllisestä kasvusta ja oppimisesta. (Tulevaisuusvaliokunta 2013, 62-63.)

Digitaaliset oppimispelit ovat ihanteellisia ympäristöjä uuden oppimiseen niiden sisältämien motivoivien kannustimien vuoksi. Digitaaliset oppimispelit mahdollistavat sosiaalisen yhdessä pelaamisen sekä tiimityöskentelyn, ja ne antavat myös pelaajille tilaisuuden kokeilla uusia asioita, ottaa riskejä ja oppia epäonnistumaan turvallisessa ympäristössä. Tutkimukset osoittavat, että digitaali-

set oppimispelit voivat motivoida oppijoita, kehittää yhteistyökykyä, ongelmanratkaisutaitoja, luovuutta sekä omaa identiteettiä. (Ferguson, Coughlan, Egeland, Gaved, Herodotou, Hillaire & Whitelock 2019, 9.) Lisäksi digitaalisen pelaamisen etuna on se, ettei se ole sidottu aikaan ja paikkaan. Se on myös vapaaehtoista ja siten tukee hallinnan ja itseohjautuvuuden tunnetta. (Meriläinen 2023.)

Digitaalisia pelejä käytetään esimerkiksi opetuksessa kuitenkin edelleen rajallisesti. Tämä saattaa johtua siitä, että ei täysin ymmärretä, miten pelaajat oppivat samalla kun pelaavat. Muita syitä voivat olla joidenkin pelien ja laitteistojen korkea hinta. (Ferguson, Coughlan, Egeland, Gaved, Herodotou, Hillaire & Whitelock 2019, 9.)

Digitaaliset oppimispelit terveydenhuollossa

Kiinnostus terveydenhuollossa ja terveyden edistämässä hyödynnettäviä digitaalisia oppimispelisiä kohtaan on kasvanut, ja nykyisin niiden mahdollisuudet sekä edut tunnustetaan. Nämä pelit muodostivat Boylen ja kumppaneiden (2016) laajassa katsauksessa toiseksi suurimman ryhmän oppimistarkoitukseen suunnitelluista peleistä, joissa tavoitteena on pelaajan terveyskäyttäytymiseen vaikuttamalla parantaa hyvinvointia (Boyle, Hainey, Connolly, Gray, Earp, Ott, Lim, Ninaus, Ribeiro, & Pereira 2016). Männikkö (2012) käyttää tutkimus- ja kehityshanketta varten toteuttamassaan kartoituksessa digitaalisista hyvinvointia edistävästä peleistä käsitettä hyvinvointipelit. Nämä pelit ovat yleensä helposti omaksuttavia ja interaktiivisia, ja niiden käytöllä tavoitellaan konkreettisia terveyshyötyjä. Hyvinvointipelien pelaaminen voi parantaa terveydenlukutaitoa, edistää elämäntapamuutoksia ja täydentää alan ammattilaisten osaamista. Männikkö jaottelee digitaaliset hyvinvointipelit kolmeen päätuotetyyppiin: 1. videopelit, 2. simulaatio-oppimisympäristöt ja 3. virtuaaliset maailmat. Viime vuosina virtuaaliset maailmat ja verkostopeleissä pelattavat pelit ovat kasvattaneet suosiotaan perinteisten videopelien ja simulaatio-oppimisympäristöjen rinnalla. (Männikkö 2012.)

Järvensivun (2017, 256) mukaan terveysteknologiassa käytetään jo verrattain paljon pelillistettyjä hyötysovelluksia. Näitä sovelluksia myös ammattilaiset voivat hyödyntää asiakkaan aktiivisen toimijuuden, hyvinvointinsa edistämisen ja itseohjautuvuuden tukemisessa (Punna & Raitio 2016,

228). Digitaaliset menetelmät ovat toimivia vanhempien tiedon lisäämisessä, varsinkin yhdistettynä ammattilaisen antamaan henkilökohtaiseen ohjaukseen (Gilmer, Buchan, Letourneau, Bennett, Shanker, Fenwick & Smith-Chant 2016).

Vaikka digitaalisten pelien on todettu olevan hyödyllisiä terveydenhuollon koulutuksessa, ovat ne edelleen vain vähän hyödynnettyjä vanhemmuuden tukemisessa (Kokkinen, Malinen, Sevon, Hämmäläinen & Rönkä 2024, 2). Ruotsalaisessa tutkimuksessa Bäckström, Rolfson, Engström, Knez sekä Larsson (2022) tekivät kuitenkin havainnon, että digitaalinen oppimispeli Childbirth Journey täydensi ammatillista tukea parantamalla odottavien vanhempien tietämystä ja ymmärrystä, sekä edistämällä vanhemmuuteen valmistautumista.

4 Tutkimuksen tavoite, tarkoitus ja tutkimuskysymys

Tutkimuksen tavoitteena on kuvata ensimmäistä lastaan odottavien vanhempien kokemuksia oppimispelin pelaamisesta pelillisessä verkkovalmennuksessa. Tutkimuksen tarkoituksena on lisätä ymmärrystä oppimispelin käyttömahdollisuuksista ensimmäistä lastaan odottavien vanhempien vanhemmuuden tukena.

Tutkimuksen tutkimuskysymys on:

1. Kuinka ensimmäistä lastaan odottavat vanhemmat kokivat oppimispelin pelaamisen pelillisessä verkkovalmennuksessa

5 Tutkimuksen toteutus

5.1 Menetelmälliset lähtökohdat tutkimuksen toteutuksessa

Opinnäytetyö on osa aiemmin toteutettua laajempaa "CopaGloba Learning to coparent" -tutkimushanketta, joka keskittyi vauvaperheiden yhteisvanhemmuuteen, sen oppimiseen ja vanhemmuuteen siirtymiseen. CopaGloba-tutkimuksen tavoitteena oli tutkia, miten vanhempien välinen yhteistyö kehittyy vauvaperheissä ja millaisia haasteita siihen liittyy. Lisäksi tutkimuksessa pyrittiin selvittämään, kuinka neuvolat ja muut palvelut voivat tukea vanhempien välistä yhteistyötä eri maissa, ja miten perhe- ja työpolitiikka, perhepalvelut sekä vallitsevat odotukset vaikuttavat vanhempien yhteistyön kehitykseen. Kyseessä oli kansainvälinen tutkimus, jossa oli Suomen lisäksi

mukana Japani ja Portugali. Osatutkimus toteutettiin vuosien 2019–2023 aikana, ja tutkimusta johtivat Jyväskylän ammattikorkeakoulu ja Jyväskylän yliopisto yhteistyössä Terveiden- ja hyvinvointilaitoksen sekä kansainvälisten kumppaneiden kanssa. Suomen Akatemia toimi tutkimuksen rahoittajana. (CopaGloba-tutkimushanke, 2023.)

Hakalan mukaan (2018) asetettu tutkimusongelma määrittää millaiseksi tutkimusasetelma muodostuu eli millaista aineistoa tarvitaan, ja mitkä menetelmät soveltuvat sen keräämiseen parhaiten. Tämä opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena, koska pelillisyyden hyödyntämisestä verkkovalmennuksissa ja vanhemmuuden tukena tiedetään vielä melko vähän, ja halutaan selvittää tietyn rajatun ihmisryhmän omia tulkintoja ja käsityksiä tutkittavasta aiheesta tai ilmiöstä (Hakala 2014, 61; Hirsjärvi & Hurme 2015, 27).

Laadullisen tutkimuksen tavoitteena on saavuttaa syvälinen ymmärrys tietystä aiheesta (Clark, Foster, Sloan & Bryman 2021, 350). Laadullisessa lähestymistavassa pyritään kerätystä aineistosta löytämään yleisimmät yhtäläisyydet, jolloin saadaan alustavia ehdotuksia käsitteistä ja päädytään käsitteen määrittelyssä yhtenäisyyteen (Janhonen & Nikkonen 2001, 15). Kyngäs (2019, 5) ja Kananen (2014, 61, 64) puolestaan molemmat toteavat, että laadullisen tutkimuksen tarkoituksena on tutkia tai kuvata ihmisten kokemuksia ja näkemyksiä, mutta samalla välttää yleistysten tekemistä.

Kun yksittäistä ilmiötä tai tapausta tutkitaan syvälinisesti, paljastuvat ne tekijät, jotka ovat kyseisessä tapauksessa tai ilmiössä merkittäviä. Lisäksi saadaan tietoa siitä, mitä voitaisiin havaita myös laajemmalla tasolla. (Hakala & Vesa 2013, 222.) Laadullisen tutkimuksen tekeminen vaatii haastatteluiden ohella myös muunlaista aineistoa. Tutkimuksen aiheeseen perehtyminen jo tehtyjen tutkimuksien ja kirjallisuuden avulla luodaan tutkimukselle viitekehys eli teoriaosa (Kananen 2014, 66).

5.2 Teoreettisen tiedonhaun kuvaus

Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys muodostui vanhemmuuteen siirtymisen ja vanhemmuuden tukemisen, sekä pelillisyyden ja pelillisen oppimisen teemoista. Tiedonhaun pyrkimyksenä oli muodostaa kattava käsitys aiheista, sekä selvittää millaista tutkimustietoa aihealueista on jo tuotettu.

Opinnäytetyön teoreettisen aineiston keruuseen käytettiin useampia eri tietokantoja, kuten Medic, PubMed, Google Scholar, Chinal, Medline, Eric, Proquest, DOAJ. Hausa käytettiin myös Jyväskylän ammattikorkeakoulun Janet Finna verkkokirjastoa painettujen ja sähköisten aineistojen haakuun. Käytettyjä hakusanoja olivat vanhemmuus, vanhemmuuteen siirtyminen, vanhemmuuden tuki, ensimmäinen lapsi, esikoinen, pelillisuus, oppimispeli, digitaalinen oppimispeli ja pelillinen oppiminen.

Englanninkielisiä hakusanoja olivat parenthood, parenting support, gamification, learning game, digital learning game and playful learning. Sopivia lähdeaineistoja etsittiin myös aiheeseen sopivien väitöskirjojen ja julkaistujen artikkeleiden lähdeluetteloista.

Lähdeaineiston sopivuuden arvioinnissa noudatettiin kriittisyyttä, eikä lähteiksi valikoitu yamk-opinnäytetöitä tai pro gradu -tutkimuksia. Lähteiksi hyväksyttiin vertaisarvioituja suomalaisia ja kansainvälisiä väitöskirjoja ja artikkeleita sekä sosiaali- ja terveysministeriön verkkosivusto, joiden katsottiin aiheen soveltuvuuden sekä luotettavuuden osalta täyttävän sopivuuden kriteerit. Pelillisyydestä ja pelillisestä oppimisesta löytyy jo hyvin tutkimusmateriaalia sekä kirjallisuutta, mutta niiden sen hyödyntämisestä vanhemmuuden tukemisessa tietoa löytyy vielä selvästi vähemmän. Tässä opinnäytetyössä on käytetty vanhempiakin lähteitä, koska niissä toteutuu yhä pelillisen oppimisen peruseräatteen.

5.3 Tutkimusaineiston keruu

Aineiston keruun menetelmät

Laadullisessa tutkimuksessa käytetyin tiedonkeruun menetelmä on teemahaastattelu, joka voidaan toteuttaa yksilö- tai ryhmähaastatteluna (Eskola, Lätti & Vastamäki 2018; Kananen 2014, 65). Haastatteluteemojen tulee perustua valittuun ilmiöön (Eskola ym. 2018; Kananen 2014, 83, 91), ja haastateltavien tulee olla henkilöitä, joilla on kokemusta tai tietoa aiheesta, ja joita ilmiö koskettaa (Eskola ym. 2018).

Ryhmähaastattelussa tutkijan rooli eroaa merkittävästi yksilöhaastattelusta. Ryhmätilanteessa vastaajat saattavat reagoida toistensa kommentteihin, jolloin tutkijan rooli voi jäädä taka-alalle, kun taas yksilöhaastattelussa tutkija toimii enemmän ohjaavassa roolissa. Ryhmähaastattelu mahdollistaa ryhmän vuorovaikutuksen tutkimisen ja tarjoaa monipuolisempia näkökulmia. Haasteena

voivat olla dominoivat osallistujat, jotka voivat hiljentää vähemmän puheliaat. Ryhmähaastattelua on vaikea ennakoida täysin, ja yllätyksiä voi esiintyä, mikä voi tarkoittaa, että tutkija ei aina ehdi reagoida kaikkeen. (Pietilä 2017, 114–115.) Tutkija voi kuitenkin vaikuttaa keskustelun kulkuun esittämällä lisäkysymyksiä tietyistä teemoista ja sivuuttaen toisia (Valtonen & Viitanen 2020, 119).

Etäryhmähaastattelu menetelmänä mukailee vahvasti perinteistä ryhmämuotoista teemahaastattelua, jossa käsiteltävät teemat on valittu jo etukäteen. Haastattelun aikana tutkija ohjailee keskustelua haluamaansa suuntaan, antaen kuitenkin osallistujille mahdollisuuden tuoda haastattelun aikana esille omia kokemuksia ja määritelmiä käsiteltävistä aiheista. (Eskola, Lätti & Vastamäki 2018; Hirsjärvi & Hurme 2015, 48; Puusa & Juuti 2020.) Kuten ryhmähaastattelunkin, myös etäryhmähaastattelun etuna voidaan pitää tiedon saaminen samaan aikaan useammalta vastaajalta (Hirsjärvi & Hurme 2015, 63). Suositeltavaa on testata haastattelurunko pilottiryhmällä, ja tehdä sen perusteella tarvittavat muutokset varsinaisiin haastatteluihin (Hirsjärvi & Hurme 2015, 72-73). Etähaastattelun toteuttaminen vaatii sekä tutkijalta että tutkittavalta perinteiseen kasvotusten toteutettuun haastatteluun verraten erilaisia teknisiä ratkaisuja. Reaaliaikaiseen ja kaksisuuntaiseen tiedon, puheen ja kuvan välittämiseen tarvitaan erillisiä ohjelmistoja ja laitteita. (Kananen 2014, 81, 84.) Etänä tehdyt haastattelut eivät myöskään mahdollista haastateltavien eleiden tarkkailua, tai muita kasvokkain tapahtuvan haastattelun hyviä puolia (Kananen 2014, 81; Eskola, Lätti & Vastamäki 2018).

Internet mahdollistaa nykyisin paljon erilaisia välineitä tutkimuksen tekijöille, ja lähtökohtaisesti kaikkia perinteisiä tiedonkeruumenetelmiä pystytään hyödyntämään myös verkossa. Uusien medioiden, sovellusten ja videoneuvottelutyökalujen lisääntyminen mahdollistavat verkossa myös kasvokkain toteutetun kaltaisen tiedonkeruun, ja videoneuvottelun käyttö esimerkiksi yritysmaailmassa kasvaa koko ajan. Kananen toteaa videoneuvottelun olevan kasvotusten tapahtuvan haastattelun jälkeen toimivin vaihtoehto tavoitellessa hyvää haastattelutilannetta. (Kananen 2014, 24-25.)

Pelillinen verkkovalmennus tutkimuksen aineistonkeruumenetelmänä on vielä harvinainen, ja verkossa tapahtuvien pelien käytöstä aineistonkeruussa on verrattain vähän tutkimustietoa (Järven-sivu 2017, 256). Tässä opinnäytetyössä ja laajemmassa osatutkimuksessa aineiston keruuseen käytettiin VauvaPolku oppimispeliä, joka mahdollistaa yhteisen pelaamisen verkossa. Tutkittavat

voivat pelata oppimispeliä ja osallistua tutkimukseen samanaikaisesti paikasta riippumatta, ja oppimispeli toimii samalla myös osallistamisen sekä vuorovaikutuksen vahvistamisen välineenä.

VauvaPolku -digitaalinen oppimispeli

VauvaPolku on ensimmäistä lasta odottaville vanhemmille suunnattu digitaalinen oppimispeli, mutta se soveltuu kaikenlaisille perheille, jotka odottavat vauvaa. Oppimispeli pohjautuu tutkittuun tietoon ja sen viisi teemaa on suunniteltu valmistamaan perheitä vauvaperhe-elämään ja vanhemmuuteen; vanhemmuustaipale, työraitti, vauvapuisto, kumppanuuspolku ja verkostokuja. Pelaamalla VauvaPolkua perheet voivat saada tietoa perheen hyvinvoinnista, perhe-elämästä ja vanhemmuudesta etenemällä pelissä tasolta toiselle. Oppimispeli kannustaa pelaajia pohtimaan omaa vanhemmuuttaan voimavaralähtöisesti erilaisten harjoitteiden, visailujen, vinkkien sekä saadun palautteen avulla. Tärkeässä roolissa on myös teemoista keskustelu eri osapuolten näkökulmasta, sekä pelin tarinallisuus, joka tarjoaa elämyksiä ja motivoi oppimaan. Oppimispelin suunnittelussa on huomioitu sen soveltuvuus monenlaisille perheille, ja sitä voi pelata joko yksin tai yhdessä, itsenäisesti tai ohjatusti (Raitio, Sevõn, & Rõnkä 2019, 11-12.)

VauvaPolku-oppimispeli vaikuttaa lupaavalta uudelta menetelmältä osaksi laajempaa palvelutarjontaa perhepalveluissa, sillä vanhemmat ovat kokeneet sen hyödylliseksi ja helppokäyttöiseksi. Ammatillaiset näkevät oppimispelin tarpeellisena uutena menetelmänä, ja se voisi kehittää perhevalmennusta vastavuoroisemmaksi ja osallistavammaksi, sekä vahvistaa ryhmän vuorovaikutusta. (Raitio ym. 2019, 22, 32, 35.)

Aineistonkeruun toteutus

Tutkimuksen aineisto kerättiin VauvaPolku -oppimispeliä hyödyntäen vuoden 2021 maaliskuun ja toukokuun välisenä aikana ensimmäistä lastaan odottavilta vanhemmilta, jotka osallistuivat Pelamalla yhteiseen vanhemmuuteen -verkkovalmennusryhmiin. Jokaisen verkkovalmennusryhmän aikana osallistujat pelasivat ohjattuna VauvaPolku -oppimispeliä, joka tuotti kysymyksiä ja teemoja yhteisen keskustelun pohjaksi. Pelaamisen lisäksi ryhmälle esitettiin verkkovalmennuksen aikana valmiiksi laadittuja avoimia haastattelukysymyksiä yhdessä pelaamisen kokemuksesta. Aineiston

ainutlaatuisuus syntyi yhdistämällä yhdessä pelaamisen aikana kerätty aineisto ja yhteisen pelaamisen lopuksi kerätty ryhmähaastatteluaineisto pelaamiskokemuksesta.

Verkkovalmennukseen osallistujia haettiin julkaisemalla sosiaalisessa mediassa (Facebook ja Instagram) ilmoituksia, joissa kerrottiin tutkimuksesta ja kutsuttiin yhdessä pelaamisesta kiinnostuneita vanhempia mukaan. Tutkimus toteutettiin ja markkinoitiin suomen kielellä. Koska opinnäyte työ toteutettiin osana laajempaa CopaGloba -tutkimushanketta, oli sille jo toteutettu Jyväskylän yliopiston eettinen arviointi.

Osallistujat ilmoittautuivat kertaluontoisiin verkkovalmennuksiin ennakkoon Webropol 3.0 -kyselytyökalun avulla, ja valitsivat heille sopivan ajankohdan annetuista vaihtoehdoista. Ennen verkkovalmennusta osallistujat saivat sähköpostitse tutkimustiedotteen ja taustatietolomakkeen. Osallistujille annettiin tarvittavat tiedot CopaGloba-tutkimushankkeesta ja sen osatutkimuksesta. Osallistujilta pyydettiin myös kirjallinen suostumus tutkimukseen (Liite 1) Webropolissa. Kaikille kyselyn täyttäneille ja suostumuksensa antaneille osallistujille lähetettiin sähköpostitse linkki Microsoft Teams -tapaamiseen ja tarkempaa tietoa verkkovalmennuksesta.

Verkossa pelaaminen mahdollisti tutkittavien osallistumisen samanaikaisesti eri puolilta maata. Verkkovalmennus-ryhmiä toteutui kuusi, joista ensimmäinen ryhmä toimi pilottiryhmänä. Pilotoinnin jälkeen tehtiin muutoksia pelirakenteeseen, mutta haastattelukysymykset säilyivät ennallaan. Pilottiryhmältä kerätty aineisto sisällytettiin lopulliseen aineistoon. Jokaisessa ryhmässä oli mukana kahdesta kahdeksaan osallistujaa, ja osallistumiskriteerinä oli ensimmäinen lapsen odottaminen. Ryhmään sai osallistua kumppanin kanssa tai ilman.

Pelillisen verkkovalmennuksen eteneminen

Verkkovalmennuskertoja toteutui yhteensä kuusi, ja ne kestivät noin kaksi tuntia per kerta. Kaikki valmennuksien aikana käydyt keskustelut äänitettiin ulkoisella nauhurilla. Teams-tapaamisia ei tallennettu. Vetovastuussa olivat kaksi moderaattoria, joista toinen väitöskirjatutkija ja toinen opinnäytetyötä tekevä ylemmän ammattikorkeakoulun opiskelija. Jokainen verkkovalmennus sisälsi ensin peliosuuden ja sen jälkeen haastattelun (taulukko 1). Väitöskirjatutkija ohjasi oppimispeliä näytön jakamisen avulla. Ennen pelaamisen alkamista käytiin vielä suullisesti läpi tutkimukseen

osallistumisen keskeiset periaatteet: osallistuminen on vapaaehtoista, sen voi keskeyttää milloin tahansa, ja osallistujien anonymiteetti taataan niin, ettei heidän henkilöllisyyttään voida tunnistaa tutkimustuloksista. Lisäksi alussa käytiin yhteisesti läpi verkkovalmennuksen kulku ja yleiset säännöt, kuten luottamuksellisuus. Jokainen osallistuja sai itse määrittää kuinka paljon tietoja itsestään toisille jakaa ja käyttääkö kameraa verkkovalmennuksen aikana. Osallistuvat saivat halutessaan kertoa raskauden keston viikoissa, jotta tiedettiin ovatko osallistujat samassa vaiheessa raskautta.

Verkkovalmennuksessa pelattiin 60 min ajan Vauvapolku -oppimispeliä. Peli arpoi kaikkien verkkovalmennuksien kysymykset, joten niiden sisältö ei ollut myöskään tutkijoilla ennakkoon tiedossa. Pelin sulkemisen jälkeen keskustelua jatkettiin avoimien haastattelukysymyksien tuella (taulukko 1). Lopuksi osallistujat saivat esittää verkkovalmennuksesta ja pelaamisesta esiin nousseita kysymyksiä tai tuntemuksia. Palautekysely (Webropol 3.0) verkkovalmennuksesta ja yhdessä pelaamisesta lähetettiin osallistujille sähköpostitse viikon kuluttua verkkovalmennuksen jälkeen. Kiitokseksi osallistumisesta jokainen osallistuja sai kevään 2021 aikana 10€ lahjakortin.

Taulukko 1. Avoimet haastattelukysymykset

Avoimet haastattelukysymykset

- Mitä ajatuksia teillä heräsi VauvaPolun pelaamisesta? Minkälainen kokemus tämä oli?
- Mitä asioita tai teemoja pelistä tai pelaamisesta jäi mieleen, jota voisit hyödyntää omassa tulevassa vanhemmuudessasi?
- Mitä ajatuksia muiden samassa elämäntilanteessa olevien kanssa verkossa yhdessä pelaaminen teissä herätti?
- Millä tavalla pelaaminen olisi ollut erilaista, jos olisit pelannut oman kumppanisi tai vaikka ystäväsi kanssa kaksin? Olisiko se jotenkin muuttanut pelaamista?
- Millaisia muita kokemuksia teillä on verkossa tapahtuvasta vertaistuesta tai muiden samassa elämäntilanteessa olevien tuesta?
- Miten tällaista verkossa tapahtuvaa vertaisuutta voisi hyödyntää ensimmäistä lasta odottavien vanhempien tukemisessa tai palveluissa jatkossa?

5.4 Aineiston analysointi

Tutkimuksen aineiston analysointimenetelmänä käytettiin teemoittelua. Olennaista analysointimenetelmän valinnassa on huomioida menetelmän sopivuus suhteessa tutkimuksen tavoitteisiin. Aineiston analyysin kautta aineisto jäsennetään merkitykselliseksi kokonaisuudeksi, mikä puolestaan mahdollistaa syvällisen tulkinnan sekä tutkittavan ilmiön johtopäätösten tekemisen. (Puusa & Juuti 2020.)

Teemoittelun tarkoituksena on tunnistaa aineistosta suoraan tai epäsuorasti ilmenevät teemat, ymmärtää ja tulkita ihmisten kokemuksia sekä analysoida heidän antamia merkityksiä tutkittavalle ilmiölle. Teemoittelu edellyttää tutkijalta prosessiin sitoutumista ja aineiston tulkitsemisen taitoa. (Guest, MacQueen & Namey 2014, 10-12.) Braunin ja Clarken (2006) mukaan teemoittelun avulla aineistosta voidaan etsiä laaja-alainen kokonaiskuva tai keskittyä tarkastelemaan sen tiettyjä yksityiskohtia sekä tunnistaa siinä piileviä teemoja (Braun & Clarke 2006, 84-87).

Vaismoradi, Turunen ja Bondas (2013) kuvaavat kvalitatiivista sisällönanalyysia ja teemoittelua arvioivassa artikkelissaan teemoittelua joustavaksi ja hyödylliseksi menetelmäksi, joka mahdollistaa aineiston rikkaan ja yksityiskohtaisen analyysin. Teemoittelu auttaa tunnistamaan ja ymmärtämään yleisiä teemoja aineistossa, lisäten näin tutkittavan ilmiön ymmärrystä ja tukien tutkimuskysymyksiin vastaamista. Menetelmän selkeät analyysivaiheet tekevät siitä käyttäjäystävällisen ja helposti omaksuttavan. Joskus yksinkertaisenakin pidetty menetelmä voi tuottaa merkityksellisiä ja syvällisiä tutkimustuloksia, kun tutkija reflektoi ja käy aineiston läpi huolellisesti. (Vaismoradi, Turunen & Bondas 2013, 403-404.)

Teemoittelun aikana aineistoa tarkastellaan useaan otteeseen, ja prosessissa liikutaan teemojen välillä edestakaisin. Tämän aikana voi nousta esiin uusia teemoja, ja osa alkuperäisistä teemoista voi kadota pois. (Braun & Clarke 2006, 91-92.) Oleellinen tieto aineistosta selviää tarkastelemalla teemojen sopivuutta otsikoiden alle, niiden erillisyyttä tai yhteyksiä toisiin teemoihin sekä teemojen kattavuutta suhteessa aineistoon. Tämän prosessin läpikäyminen auttaa löytämään tutkimuksen kannalta tärkeimmät tiedot. Lopuksi aineistosta syntyy looginen kokonaisuus, jossa alustavat teemat hiotaan lopullisiksi ja päällekkäisyydet poistetaan. (Braun & Clarke 2006, 94-98.)

Kerätty aineisto muutettiin tekstimuotoon eli litteroitiin hyvin pian verkkovalmennusten jälkeen. Litterointi sujuvoittaa tutkimusaineiston järjestelmällistä tarkastelua sekä luokittelua, ja litteroinnin tarkkuus puolestaan vahvistaa tutkimuksen luotettavuutta (Vilkkä 2015, 137-138). Litterointi toteutettiin huolellisuutta noudattaen niin, että kaikki kuultu litteroitiin. Tarkkuuden tasoksi valittiin sanatarkka litterointi, mutta niin, ettei taukoja tai erilaisia äänenpainoja huomioitu (Kananen 2014, 108-109). Litteroitua aineistoa tuli yhteensä 125 sivua fonttikoolla 11 ja rivivälillä 1. Litteroinnin jälkeen alkuperäiset verkkovalmennusten tallenteet hävitettiin asianmukaisesti.

Litteroitu aineisto analysoitiin Braunin ja Clarken (2006, 87) teemoittelun vaiheiden mukaisesti:

1. Aineistoon tutustuminen perusteellisesti
2. Alkukoodien luominen
3. Teemojen etsiminen
4. Teemojen tarkastelu
5. Teemojen määrittely ja nimeäminen
6. Raportin tuottaminen

Aineisto luettiin läpi useampaan kertaan, jonka aikana kiinnitettiin jo huomiota toistuvuuksiin ja erityisen mielenkiintoisiin kohtiin. Tämän vaiheen jälkeen aineisto käytiin läpi systemaattisesti ja aloitettiin tutkimuskysymyksen kautta nousevien merkittävien lauseiden, lauseen osien, sanojen ja ajatusten koodaaminen. Koodaamisessa käytettiin tietokonetta ja koodaaminen suoritettiin värikoodein. Osa koodauksista oli päällekkäisiä, eli sama kohta liittyi useampaan koodiin. Koodattua aineistoa tarkasteltiin etsien koodien välisiä mahdollisia yhteyksiä ja samankaltaisuuksia. Tämän jälkeen löydetyt samankaltaisuudet koottiin taulukkoon ja yksinkertaistettiin alustavien teemojen luomiseksi. Tämän jälkeen alustavia teemoja tarkasteltiin edelleen tutkimuskysymykseen peilaten, ja niiden määrä väheni tarkemman tarkastelun ja yhdistelemisen vuoksi. Samankaltaisuuksia sisältävät alateemat yhdistettiin edelleen teemoiksi. Analyysin tuloksena muodostui lopulta 15 alateemaa ja neljä pääteemaa, joilla pyrittiin vastaamaan tutkimuskysymykseen. Analyysin viimeinen vaihe koostui raportin laatimisesta, eli tulokset kirjoitettiin auki teemoittain.

Taulukko 2. Esimerkki teemoittelusta

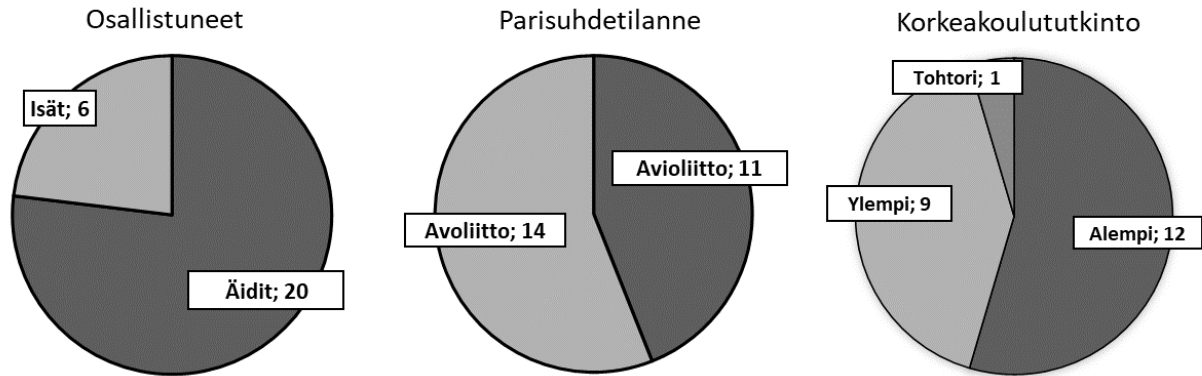
Alkuperäinen lause, lauseen osa, sana tai ajatus	Teeman aihe, alustava teema	Alateema	Yläteema
mä tykkäisin että tää tulisi silleen että suurem- paan eikä tarvitsisi klipsutella paitoja tai pöllöjä tai muuta, että joo ei ihan ollu mun juttu. Et mä tykkään siitä et menee asiat silleen rivakasti yk- sinkertaisesti eteenpäin	Ei saisi olla ylimääräisiä toimin- toja, toivotaan nopeaa ja yksiker- taista etenemistä	Pelin eteneminen	Oppimispelin käytettävyys
eteni kauhean jouhevasti ja luontevasti	Jouheva ja luonteva eteneminen		
mä just pidän siitä että ne asiat tulee niinku sel- keästi aina seuraava kupla eteenpäin	Selkeä eteneminen seuraavaan aiheeseen		
helppo työkalu	Helppokäyttöinen	Helppokäyttöi- syys	
vaatii juuri että annetaan niitä aihealueita että niitä keskustellaan	Valmiita keskusteltavia aihealu- eita	Keskustelun oh- jaaminen	
hyvä kun on aihealueet mistä me että mistä kes- kustellaan ja näin niin se niinku helppoa mitä aihe niin siitä on helppo siinä keskustella	Valmiit aihealueet helpottavat ja tukevat keskustelua		
näitä asioita niin keskusteltu tai ei kukaan ehdot- tanut mun mielest keskustelemaan missään koko mun raskausaikana	Uusia keskusteltavia asioita		
hyvä kun on aihealueet mistä me että mistä kes- kustellaan ja näin niin se niinku helppoa mitä aihe niin siitä on helppo siinä keskustella	Valmiit aihealueet helpottavat ja tukevat keskustelua		
pakottaa käymään niitä läpi ettei voi vaan niinku mennä silleen et en halua vastata tähän tai en halua keskustella tästä et se niinku, pieni tällä- nen painostus	Etenemisen johtaminen painos- tettuna		
kiva osallistua ku johdetaan sitä niinkun etene- mistä	Etenemisen johtaminen miellyt- tävää		
keskustelua ohjaava työkalu	Ohjaa keskustelua		

6 Tutkimustulokset

6.1 Tutkimukseen osallistuneet

Tutkimukseen ja pelilliseen verkkovalmennukseen osallistui 26 vanhempaa. Näistä osallistujista 20 oli äitejä ja kuusi isää. Osallistujien keski-ikä oli noin 33 vuotta, ja heidän ikänsä vaihteli 24 ja 45 vuoden välillä. Valtaosa osallistujista (n=15) oli raskauden toisella kolmanneksella, ja kahdeksan

osallistujaa oli raskauden viimeisellä kolmanneksella. Lähes kaikki osallistajat (n=25) olivat parisuh- teessa, joista suurin osa avioliitossa (n=14) ja loput avioliitossa (n=11). Suurimmalla osalla osallistu- jista (n=22) oli korkeakoulututkinto, joista yleisin oli alempi korkeakoulututkinto (n=12). Lisäksi mukana oli ylemmän korkeakoulu- ja tohtorin tutkinnon suorittaneita (n=10).



Kuvio 1. Tutkimukseen osallistuneet

6.2 Verkkovalmennukseen osallistuneiden vanhempien kokemukset pelillisyydestä vanhemmuuden tukena

Verkkovalmennukseen osallistuneiden vanhempien kokemuksista pelillisyydestä vanhemmuuden tukena muodostui lopulta neljä pääteemaa, joista kuvattiin myös teemakartta (kuvio 2). Päätee- mat olivat oppimispelin käytettävyys, oppimispelin hyödyt, yhteinen keskustelu vuorovaikutusko- kemuksena ja yhdessä pelaamisen merkitys. Jokainen pääteema kuvataan tässä luvussa tarkem- min.



Kuvio 2. Teemakartta

6.2.1 Oppimispelin käytettävyys

Osallistujien mielestä peli tuntui pääosin helppokäyttöiseltä ja verkkovalmennustilanteeseen toimivalta menetelmältä. Yleinen kokemus oli, että pelin eteneminen kysymyksestä ja aiheesta seuraavaan pöllön esittämän puhekuplan avulla oli selkeää ja sujuvaa. Helppokäyttöisyys sai kiitosta, mikä on erityisen tärkeää verkkovalmennuksen käytettävyyden kannalta. Osallistujien keskuudessa oltiin toisaalta myös sitä mieltä, että oppimispelin eteneminen olisi voinut olla vielä suoraviivaisempaa, eli käsiteltävät kysymykset voisivat tulla pelaajalle suoraan pohdittaviksi ilman ylimääräisiä toimintoja, kuten klikkauksia. Tämä kokemus korostaa tarvetta virtaviivaistaa pelin käyttöliittymää ja parantaa käyttökokemusta.

”... mä tykkäisin että tää tulisi silleen että suurempaan eikä tarvitsisi klipsutella paitoja tai pöllöjä tai muuta, että joo ei ihan ollu mun juttu. Et mä tykkään siitä et mene asiat silleen rivakasti yksinkertaisesti eteenpäin.” (K1V1)

Oppimispelin valmiit aihealueet sekä tarkat kysymykset helpottivat ja tukivat osallistujien välisen keskustelun syntymistä sekä pelaamisen etenemistä. Tämä voi auttaa etenkin sellaisia osallistujia,

jotka saattavat muuten epäröidä keskustelun aloittamista. Verkkovalmennuksen vetäjän, eli pe-
luuttajan roolin merkitystä korostettiin keskustelun ohjaamisessa, jotta kaikki aihealueet ja kysy-
mykset tulee käytyä keskustellen lävitse. Yksi osallistujista kuitenkin koki, että oppimispelin anta-
mat valmiit kysymykset ja johdettu eteneminen loivat painostuksen keskustella jokaisesta
aiheesta, vaikkei siihen olisi välttämättä ollut halukas. Tämä voi vaikuttaa siihen, kuinka avoimesti
osallistujat jakavat ajatuksiaan, ja siksi olisi hyödyllistä lisätä mahdollisuus ohittaa kysymyksiä, joita
ei haluta käsitellä. Vaikka vetäjän roolia ja pelin johtamaa etenemistä arvostettiin, tulisi harkita,
kuinka varmistetaan, että osallistujat kokevat keskustelun vapaamuotoiseksi, eivätkä myöskään
koe painetta vastata kaikkiin kysymyksiin. Osallistujien kokemuksista nousi kuitenkin pääosin esille
tyytyväisyys pelaamisen aikana käsiteltyjen asioiden läpikäymisestä, sekä vetäjän läsnäolosta. Joi-
denkin osallistujien mukaan pelissä käsiteltiin teemoja, joita ei ollut nostettu esille muissa raskau-
teen liittyvissä palveluissa tai ohjausmateriaaleissa, mikä teki kokemuksesta erityisen arvokkaan.

*”Mutta myös se että en mä näitä asioita niin keskusteltu tai ei kukaan ehdottanut
mun mielest keskustelemaan missään koko mun raskausaikana.” (K3V3)*

6.2.2 Oppimispelin hyödyt

Osallistujat kokivat käsitellyt teemat tärkeiksi ja itselle hyödyllisiksi vanhemmuuteen valmistautu-
misessa. Oppimispelin kysymykset saivat osallistujien omat ajatukset vanhemmuuteen valmistau-
tumisesta heräämään ja kehittymään samalla kun niitä pohdittiin yhdessä. Pelin kysymysten jou-
kossa oli mukana osallistujille myös uusia aiheita, joita eivät olleet vielä itse tai puolison kanssa
pohtineet raskauden aikana. Toisten ajatusten ja uusien näkökulmien kuuleminen syvensi ryhmän
yhteistä keskustelua, minkä koettiin tukevan myös omaa vanhemmuuteen ja parisuhteeseen liitty-
vää pohdintaa myöhemmässäkin vaiheessa. Tämä osoittaa, että oppimispeli ei toiminut vain tie-
don jakajana, vaan myös reflektiivisenä välineenä, joka tukee osallistujien ajattelun kehittymistä.
Yhteinen keskustelu ryhmässä toimi merkittävänä oman ajattelun rikastuttajana. Toisten näkökul-
mien kuuleminen ei ainoastaan syventänyt ryhmäkeskustelua, vaan myös auttoi osallistujia hah-
mottamaan uusia lähestymistapoja vanhemmuuteen ja parisuhteeseen.

*”...hyviä asioita käydä läpi ja pohtia niitä alitajunnan asioita ja siellä herää uusia asi-
oita, et lähtee ajatus sillai kypsyy...” (H1V9)*

Oppimispeli tarjosi osallistujille uutta tietoa vanhemmuuteen valmistautumisen teemoista, ja tiedon löytymistä yhdestä paikasta arvostettiin. Omatoimisesti tähän mennessä tietoa oli haettu lukemalla kirjoja, katsomalla nettivideoita sekä kuuntelemalla podcasteja. Osallistujat pitivät oppimispeliä näille hyvänä vaihtoehtoisena tapana saada uutta tietoa. Oppimispelin pelillinen lähestymistapa sai osallistujilta kiitosta sen käytön helppoudesta verrattuna esimerkiksi kirjojen lukemiseen. Oppimispeli tarjosi osallistujille vaihtoehtoisen, saavutettavan tavan saada tietoa ja reflektoida asioita ilman suurta aikataulutusta tai valmistautumista. Vaikka osallistujat pitivät oppimispelin sisältöä hyödyllisenä, osa kaipasi syvällisempää tietoa tietyistä teemoista. Tämä viittaa tarpeeseen lisätä pelin yhteyteen esimerkiksi syventäviä materiaaleja tai linkkejä muihin tiedonlähteisiin.

”Että tää tapa sit taas periaatteessa että ne on kaikki yksi paikkaa jossa sitten löytää kaiken että jos sinne vaan menis niin sitten ois niinku sillee tosi hieno idea.” (H3V2)

6.2.3 Yhteinen keskustelu vuorovaikutuskokemuksena

Osallistujien kokemuksista nousi esille, että pelaamisen aikainen yhteinen keskustelu mahdollisti hyvän vuorovaikutuskokemuksen. Pelaamisen aikana ilmapiiri pysyi avoimena, ja se tuki hyvän keskustelun syntymistä. Pelaaminen myös mahdollisti muiden kohtaamisen ja yhteisen keskustelun samassa elämäntilanteessa olevien kanssa koronarajoituksista huolimatta, eli tarjosi arvokkaan mahdollisuuden sosiaaliseen vuorovaikutukseen, joka oli muutoin rajoitettua pandemian aikana. Vaikka osallistujat olivat toisilleen vieraita, koettiin yhdessä pelaaminen luontevana tapana keskustella vanhemmuuteen liittyvistä teemoista. Osallistujat kuvasivat keskustelua ja yhdessä pelaamista yleisesti mielekkääksi kokemukseksi, joka jätti heille hyvän fiiliksen, mikä korostaa kokemuksen emotionaalista arvoa osallistujille.

”...sellanen ilmapiiri, että kaikki me suhtaudutaan tosi ruususten lasien läpi tähän aiheeseen, niin tota, siit tulee niinku hyvä fiilis jutella...” (Y4V5)

Osallistujat kokivat yhteisen keskustelun turvalliseksi sekä luottamukselliseksi, mikä mahdollisti avoimen vuorovaikutuksen. Osallistujien kokemuksista voidaan päätellä, että luottamus oli keskeinen tekijä keskustelun onnistumiselle. Joidenkin osallistujien mukaan omista tuntemuksista ja kokemuksista kertominen toisille tuntui helpolta, ja vieraiden ihmisten läsnäolon jopa vähentävän

jännittämistä ja sen myötä helpottavan vanhemmuuteen liittyvistä teemoista keskustelua. Tämä voi osoittaa, että vieras ryhmä ja pelillinen verkkovalmennus voi tarjota ainutlaatuisen turvallisuuden tunteen keskustelun ja vuorovaikutuksen pohjaksi, joka ei välttämättä synny tutussa ympäristössä.

”Mä luulen, että se voi olla jopa helpottava tekijä, et ei tunne toista, ettei tarvii jännittää sitä toista ihmistä sillai ihan samalla tavalla.” (Y2V3)

6.2.4 Yhdessä pelaamisen merkitys

Muiden samassa elämäntilanteessa olevien ajatusten ja kokemusten kuuleminen yhdessä pelaamisen aikana koettiin erityisen tärkeäksi ja mielenkiintoiseksi. Erityisesti itselle uusiin asioihin ja teemoihin liittyen arvostettiin muilta saatuja erilaisia ajatuksia ja näkökulmia. Osallistujien kokemuksista nousi lisäksi esille, että tuntemattomien näkökulmat auttoivat laajentamaan omaa ajattelua, mikä olisi vaikeampaa tutussa kontekstissa.

”Että ei vaan niinku et keskustele kaverin kanssa niist asioista mistö itse haluaa keskustella, vaan niinku nimenomaan just tolleen tuo peli on ihan sika jotenkin mielenkiintoinen ja hyviä kysymyksiä.” (M1V6)

Osa huomasi korona-aikana alkaneensa kaipaaman enemmän toisten ihmisten kohtaamisia, ja yhdessä pelaamisen toimivan tässä mahdollistavana elementtinä, vaikka asuinpaikka olisi missä päin Suomea tahansa. Osallistujien mielestä keskustelijoiden erilaiset näkökulmat käsiteltäviin teemoihin nousivat hyvin pelaamisen aikana esille, ja keskustelut tarjosivat myös uusia keinoja reflektoida omaa elämäntilannetta vertaamalla sitä muiden kokemuksiin. Pelaajien lukumäärän kasvu koettiin näkökulmien määrää lisäävänä tekijänä, ja sen myötä rikastavan keskustelua. Yksi osallistujista koki, että oma puoliso osallistuisi yhdessä pelaamiseen helpommin silloin, kun mukana on useampi pelaaja sekä keskustelu olisi selkeästi ohjattua jonkun toimesta.

”... mutta uskon, että hän taas helpommin tulis mukaan että selkeesti ohjattu ja johdatellaan niinku niihin kysymyksiin ja myöskin silleen että on useempi henkilö mukana.” (M2V11)

Osallistujat kokivat saaneensa pelaamisen aikana toisilta ensimmäistä lastaan odottavilta vanhemmilta tukea omille ajatuksilleen vanhemmuuteen valmistautumisessa. Osallistujat kuvasivat pystyneensä vertaamaan omia ajatuksiaan ja elämäntilannettaan toisten samassa elämäntilanteessa olevien kokemuksiin pelaamisen aikana, ja saaneensa siitä vertaistukea. Saatu vertaistuki auttoi osallistujia näkemään samankaltaisuuksia muiden odottajien kanssa, mutta myös arvostamaan eriäviä näkemyksiä. Vertaistuki selvästi voimaannutti osallistujia ja vahvisti heidän uskoaan omaan valmistautumiseensa vanhemmuuteen.

Pelaamista pidettiin konkreettisenä apuvälineenä keskusteluille, joita muuten olisi ehkä vaikea aloittaa tai käsitellä. Pelaaminen toimi myös ohjaavana ja strukturoivana elementtinä, joka teki keskusteluista luontevampia ja kattavampia. Ryhmässä pelaaminen ja toisten samassa elämäntilanteessa olevien ajatusten jakaminen herätteli odottajia myös oman parisuhteen pohdintaan. Toisilta oppimista tapahtui oman toiminnan ja parisuhteen tarkastelun sekä arvioinnin kautta. Osallistujat kuvailivat pelaamisen aikana nousseista ajatuksista, että mitä voisi tehdä toisin ja missä voisi oppia toisilta. Toisten kokemusten kautta osa taas koki saaneensa vahvistusta omalle tai yhteiselle toiminnalle tai ajatuksille. Jotkut osallistujat kokivat, että parisuhteessa keskustelemattomat teemat nousivat pelaamisen kautta esille, ja pitivät erityisen arvokkaana sitä, että pelin kysymykset loivat tilaa syvemmälle keskustelulle. Kokemuksista voidaan päätellä, että pelaamisen aikainen yhteinen keskustelu ja pohdinta syvensivät keskinäistä ymmärrystä oman puolison kanssa. Osa kuvaili käsiteltyjen aiheiden olleen sellaisia, joita olivat jo aikaisemmin käyneet yhdessä puolison kanssa keskustellen läpi, mutta osa kertoi saaneensa kotiin vietäväksi täysin uusiakin aiheita. Lähtökohtaisesti keskustelemattomia asioita haluttiin käydä yhdessä läpi vielä myöhemmin kotona, ja keskustelujen vaikutukset ulottuivat osalla pidemmälle tulevaisuuteen.

”... kumppanin kanssa on vielä jotakin asioita vielä keskustelemattakin tai et vois vielä tarkemmin puida vielä jotakin juttuja...” (M4V5)

Osa ensimmäistä lastaan odottavista vanhemmista tunsu yhteisen keskustelun voimaannuttavana kokemuksena, erityisesti kun sitä verrattiin sosiaalisen median vertaisryhmissä käytyihin keskusteluihin, joissa keskustelut eivät aina ole yhtä syvällisiä tai tuettuja. Keskustelun mielekkyys ja pelin tarjoama keveys edistivät rentoa ja positiivista ilmapiiriä, mikä itsessään tuki voimaantumista

”... verrattuna siihen facebookin vauvaryhmiin niin, tota tuli paljon sellanen voimaannuttavampi olo tästä keskustelu ja positiivisia fiiliksiä kaiken kaikkiaan...” (M5V1)

7 Pohdinta

7.1 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Puusan ja Juutin (2020) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan arvioida uskottavuuden, luotettavuuden ja eettisyyden käsitteiden avulla. Uskottavuutta tarkastellessa pohditaan, hyväksytäänkö saadut tutkimustulokset todeksi, sekä onko aineiston kerääminen ja analysointi toteutettu asianmukaisesti ja huolellisesti. Luotettavuuden arvioinnissa on pohdittava, onko tutkija valinnut ja käyttänyt perusteltuja tutkimusmenetelmiä tutkimusongelman ratkaisemiseksi ja koko tutkimuksen toteuttamiseksi. Tämän edellytyksenä on, että tutkija pystyy kuvailemaan tutkimuksen etenemisen kaikki vaiheet sellaisina kuin ne oikeasti ovat toteutuneet. Eettisyys tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa tarkoittaa puolestaan sitä, että tutkija on toiminut kaikkien eettisten periaatteiden mukaisesti koko tutkimuksen tekemisen ajan. (Puusa & Juuti 2020.)

Hakalan (2018) näkemyksen mukaan tutkimuksen luotettavuutta arvioidaan sisäisen ja ulkoisen luotettavuuden näkökulmasta. Sisäinen luotettavuus kuvastaa sitä, miten tarkasti kootut tiedot kuvastavat tutkittavaa ilmiötä ja teemaa, johon tutkimuksessa on tarkoitus perehtyä. Ulkoisella luotettavuudella voidaan arvioida, onko valittujen ja käytettyjen menetelmien avulla saatujen tietojen avulla mahdollista tuottaa yleisiä päätelmiä. (Hakala 2018.)

Tässä tutkimuksessa eettisyys ja luotettavuus on pyritty varmistamaan noudattamalla opinnäytetyön prosessin kaikissa vaiheissa Tutkimuseettisen neuvottelukunnan Hyvää tieteellistä käytäntöä (2023), sekä noudattamalla tutkimuksen tekemisen eettisiä periaatteita (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa 2023, 11-14). CopaGloba-tutkimuskokonaisuuksella on lisäksi Jyväskylän yliopiston myöntämä eettinen ennakoarvio.

Tutkimuksen tekemisessä edettiin järjestelmällisesti ja prosessin eri vaiheet pyrittiin kuvaamaan huolellisesti auki. Teoriaan perehtymällä luotiin ennakkokäsitys tutkittavasta aiheesta, ja teoreettisen viitekehyksen avulla haluttiin nivoa pelillisyyttä ja oppimispelien käyttöä vanhemmuuden tukemi-

seen. Tiedonhaku tehtiin useista eri tietokannoista ja tutkimuskysymyksen kautta valikoitiin opinäytetyöhön parhaiten soveltuva lähdemateriaali. Tutkimuskysymyksen tarkentumisen jälkeen suoritettiin vielä täydentävä tiedonhaku teoriaosuuden täydentämiseksi ja täsmentämiseksi. Opinäytetyön tekemisessä pyrittiin kiinnittämään erityistä huomiota lähteiden valintaan ja käyttöön, sillä tutkimuksen luotettavuutta lisää alkuperäisten ja laadukkaiden lähteiden käyttö (Tuomi & Sarajarvi 2018). Tutkimuksen tekemisessä hyödynnettiin OpenAI:n luomaa ChatGPT tekoälymallia selaimella artikkeleissa esiintyneiden tutkijalle vieraiden termien kääntämisessä, synonyymien luomisessa sekä lauserakenteiden korjaamisessa.

Tutkimukseen ja verkkovalmennukseen osallistuminen perustui vapaaehtoisuuteen, ja osallistujille annettiin etukäteen kirjallisesti tietoa toteutuksesta sekä pyydettiin heidän tietoinen suostumuksensa. Verkkovalmennuksien alussa osallistujille kerrottiin vielä tutkimuksen toteutuksesta ja mahdollistettiin kysymysten esittäminen. Verkkovalmennuksessa käytyjen keskusteluiden nauhoittamiseen erillisellä äänen tallentimella pyydettiin lupa, ja osallistumisen sai missä vaiheessa tahansa keskeyttää. Osallistujat saivat valita kertovatko oikean nimensä vai osallistuvatko nimimerkillä. Myös kameran käyttö oli vapaaehtoista. Ryhmän sisäistä luottamusta korostettiin ja selvennettiin, ettei yhteisesti jaettuja kokemuksia ole luvallista jakaa ryhmän ulkopuolella. Osallistujille informoitiin myös, ettei jo kerätyjä aineistoja poisteta yksittäisen vastaajan osalta verkkovalmennuksen jälkeen.

Tutkimukseen osallistuminen vei osallistujilta aikaa n. 2 tuntia, sekä ajan mikä kului taustatietolomakkeen ja palautekyselyn täyttämiseen. Tutkimusaineiston keruu, käsittely ja lopullinen raportointi toteutettiin niin, ettei tutkimukseen osallistuneiden henkilöllisyys tule ilmi missään vaiheessa. Litteroinnin yhteydessä henkilökohtaiset tiedot anonymisoitiin ennalta sovitun anonymisointikäytännön mukaan. Näin varmistettiin, että yksittäistä vastaajaa ei voi tunnistaa aineistosta. Osallistujille luotiin koodit, joilla vastaukset koodattiin. Osallistujien henkilötietoja (nimi ja yhteystiedot) käsitteli ainoastaan väitöskirjatutkija, joka myös lähetti tutkimuksen päätyttyä osallistujille luvatut lahjakortit. Muille tutkijoille osallistujien henkilötiedot eivät olleet saatavilla.

Tämän tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa on hyvä tarkastella myös verkkovalmennusta ja yhdessä pelaamista aineiston keruun toteutustapana. Tutkijoille etälaitteiden ja ohjelmien käyttö oli tuttua, vaikka tutkimusaineiston keräämisen kontekstina se oli uusi. Etätoteutus voi kuitenkin

vaikuttaa tutkimuksen luotettavuuteen. Koska tutkijat ja osallistujat eivät voi varmistaa, kuunteleeko keskustelua joku ulkopuolinen, etätoteutus saattaa joko helpottaa tai vaikeuttaa osallistujien avointa keskustelua käsiteltävistä aiheista. Verkkovalmennuksen tekniset olosuhteet olivat pääosin kunnossa, eikä osallistuminen estynyt teknisten ongelmien vuoksi. Ajoittain ilmeni kuitenkin pientä äänen kuuluvuuden heikkoutta joidenkin osallistujien kohdalla. Tämä saattaa herättää kysymyksiä luotettavuudesta, sillä heikko äänenlaatu voi vaikeuttaa osallistujien ilmaisemista tai tutkijoiden ymmärrystä vastauksista. Vaikka aineistosta ei ole havaittavissa merkkejä siitä, että etäyhteys olisi häirinnyt tai muuttanut vastauksia, on mahdollista, että tekniset häiriöt ovat voineet vaikuttaa joidenkin osallistujien halukkuuteen jakaa ajatuksiaan. Aineistosta käy ilmi osallistujien kokemusten perusteella, että verkkovalmennus koettiin turvalliseksi ja osallistujat luottivat siihen, että keskustelut pysyvät ryhmän sisällä. Haastattelijoiden kamerat olivat koko verkkovalmennuksen ajan päällä, mikä osaltaan vahvisti vuorovaikutusta. Oppimispelin käyttö ja pelaaminen sujivat vetäjän johdolla suunnitellusti kaikissa ryhmissä ilman ongelmia.

7.2 Tutkimustulosten tarkastelua

Tutkimustulosten perusteella ensimmäistä lastaan odottavat vanhemmat kokivat VauvaPolku -oppimispelin käytettävyydeltään vanhemmuuteen valmistautumisen tukena pääosin toimivaksi ja hyödylliseksi, mutta siinä on myös kehittämiskohteita. Samankaltaisia havaintoja VauvaPolku -oppimispelin käytettävyydestä ovat tehneet myös Kokkinen tutkimuskumppaneineen (2024), sekä Raitio, Sevón ja Rönkä (2019) selvittäessään oppimispelin hyötyjä ja soveltuvuutta perhevalmennukseen. Oppimispeli toimi tehokkaana yhteisen keskustelun herättäjänä ja auttoi osallistujia pohtimaan teemoja, joita he eivät ehkä muutoin huomioisi. Oppimispelin valmiit aihealueet ja tarkat kysymykset tukivat yhteisen keskustelun syntymistä ja etenemistä, ja osallistujat arvostivat näitä ominaisuuksia. Tämä voi auttaa etenkin sellaisia osallistujia, jotka saattavat muuten epäröidä keskustelun aloittamista. Vaikka oppimispelin eteneminen selkeiden kysymysten ja aiheiden kautta tuki tulosten mukaan sen käytettävyyttä, kaipaava käyttöliittymä kuitenkin virtaviivaistamista, jotta eteneminen olisi suoraviivaisempaa ja vähemmän riippuvaista ylimääräisistä toiminnoista, kuten klikkauksista. Valmiit kysymykset ja aihealueet auttoivat keskustelun aloittamisessa, mutta niiden koettiin myös luovan painetta käsitellä kaikki aiheet. Tämä saattaa aiheuttaa turhaa stressiä tai ahdistusta osallistujille, kun he kokevat velvollisuutta käsitellä kaikki aiheet, vaikka se ei välttämättä olisi heille tarpeellista tai mieluista. Lisäksi se voi heikentää keskustelun luontevuutta ja jousa-

vuutta, jos keskustelijat keskittyvät liikaa valmiiden kysymysten läpikäymiseen sen sijaan, että etenisivät omien tarpeidensa ja kiinnostustensa mukaan. Tulosten mukaan verkkovalmennuksen vetäjänä toimiva ohjaaja oli keskeisessä roolissa keskustelun syntymisessä ja ohjaamisessa. Sama huomio ohjaajan läsnäolon tärkeydestä verkkokoulutuksessa on tehty myös aiemmissa tutkimuksissa (Martin & Bolliger 2018; Kokkinen ym. 2024, 9). Osa arvostaa yksityiskohtaista ohjausta, kun taas toiset haluaisivat etenemisen olevan nopeampaa ja vapaampaa. Nämä seikat korostavat sitä, että oppimispelin ja pelillisen verkkovalmennuksen tulisi olla muokattavissa käyttäjän tarpeiden mukaisesti, jotta sitä halutaan käyttää.

Tulosten mukaan oppimispelin pelaaminen toi ensimmäistä lastaan odottaville vanhemmille käsiteltäväksi uusia teemoja, joita ei ollut aiemmin nostettu keskusteluun odottajien käyttämissä palveluissa tai materiaaleissa. Tämä voi lisätä oppimispelin käyttöarvoa hyödyllisyyden näkökulmasta, ja vahvistaa oppimispelin potentiaalia täyttää tiettyjä aukkoja lapsen odotukseen liittyvässä valmennuksessa. Myös Bäckström kumppaneineen (2022) havaitsi samankaltaista pelipohjaista tutkimusta tehdessään, että oppimispeli toimii hyödyllisenä tiedon lähteenä vanhemmuuteen valmistautumisen teemoissa, ja odottavat vanhemmat arvostivat pelin tarjoamaa tietoa. Vaikka tässä tutkimuksessa osa odottajista piti oppimispeliä hyvänä vaihtoehtoisena tapana saada uutta tietoa vanhemmuuteen valmistautumisen tueksi, olisivat toiset kaivanneet oppimispelin joistakin aiheista vieläkin tarkempaa tietoa. VauvaPolku -oppimispelin päätarkoitus ei kuitenkaan ole tiedon välittäminen, vaan toimia reflektiivisenä välineenä ja haastaa ensimmäistä lastaan odottavat vanhemmat pohtimaan vauvan saamiseen ja tulevaan vanhemmuuteen liittyviä asioita syvemmillä tasolla. Tässä tarkoituksessa tulosten mukaan onnistuttiin, koska oppimispelin kysymykset saivat osallistujien omat ajatukset vanhemmuuteen valmistautumisesta heräämään ja rikastumaan yhteisen pohdinnan kautta. Tulosten mukaan voidaan myös todeta, että toisten näkökulmien kuuleminen ei ainoastaan syventänyt ryhmäkeskustelua, vaan myös auttoi osallistujia hahmottamaan uusia lähestymistapoja vanhemmuuteen ja parisuhteeseen. Pelillisen verkkovalmennuksen ryhmässä syntynyt turvallisuuden tunne ja avoimuus tukivat keskustelujen syvyyttä. Vetäjän rooli tässä oli keskeinen, mutta oppimispeli itsessään voisi vielä sisältää elementtejä, jotka edistävät ryhmädynamiikan syntymistä.

Yhteinen keskustelu oppimispelin pelaamisen aikana tarjosi osallistujille avoimen ja luottamuksellisen ilmapiirin, mikä mahdollisti hyvän vuorovaikutuskokemuksen. Pelaaminen koettiin mielekkäänä tapana keskustella vanhemmuuteen liittyvistä teemoista myös vieraiden ihmisten kanssa, ja sen myötä jännitys vähentyi. Oppimispeli auttoi pelaajien välisen vuoropuhelun syntymisessä, mikä mukailee myös Pivecin (2007) tekemää havaintoa pelien mahdollisuudesta vuoropuhelun luomisen tukena. Pelillisen verkkovalmennuksen luoma avoin ja luottamuksellinen ilmapiiri tuki osallistujia jakamaan omia tuntemuksiaan ja kokemuksiaan vaikeistakin aiheista rohkeasti, mikä on mielenkiintoinen havainto. On tärkeää huomioida, että tutkimus toteutettiin koronapandemian ja rajoitusten aikana, jolloin pelaaminen tarjosi arvokkaan mahdollisuuden sosiaaliseen vuorovaikutukseen, mikä lisäsi kokemuksen emotionaalista arvoa. Osallistujat pitivät vieraiden ihmisten muodostamaa ryhmää turvallisena ja keskustelua edistävänä ympäristönä. Haarasan (2012, 89) havainnon mukaan ryhmän jäsenten välille syntyvä yhteenkuuluvuuden tunne tuo myönteisiä muutoksia sekä vanhemmille että heidän lapsilleen. Mielenkiintoinen havainto tässä tutkimuksessa oli myös se, että pelaajien isompi lukumäärä ryhmässä ja useampi erilainen näkökulma rikastutti osallistujien mukaan keskustelua. Useamman pelaajan läsnäolo, vieras ryhmä sekä johdettu eteneminen voivat siis lisätä halukkuutta osallistua yhdessä pelattavan oppimispelin pelaamiseen.

Tulosten mukaan yhdessä pelaaminen mahdollisti ensimmäistä lastaan odottaville vanhemmille vertaistuen saamisen ja sitä kautta vahvistusta omalle toiminnalle ja ajatuksille. Tulos on samankaltainen kuin Pivecin (2007) tekemä havainto, että peleistä voi olla hyötyä myös henkilökohtaisessa kehittämisessä ja pelaajan itsetunnon parantumisessa. Tämän tutkimuksen tulokset osoittivat, että tuntemattomien näkökulmat auttoivat laajentamaan omaa ajattelua, sekä tarjosivat uusia keinoja reflektoida omaa elämäntilannetta vertaamalla sitä muiden kokemuksiin. Tämä olisi voinut olla haastavampaa tutussa ympäristössä. Tulosten mukaan saatu vertaistuki selvästi voimaannutti osallistujia ja vahvisti heidän uskoaan omaan valmistautumiseensa vanhemmuuteen.

Ryhmässä pelaaminen ja toisten samassa elämäntilanteessa olevien ajatusten jakaminen herätteli odottajia myös oman parisuhteen pohdintaan. Aiempien tutkimusten perusteella hyvä parisuhde luo perustan perheen hyvinvoinnille myös vauvan syntymän jälkeen (Hakulinen 2019, 21) ja auttaa jaksamaan vanhempana (Hartley ym. 2011, 81–91). Tutkimukseen osallistujat kokivat, että pelaamisen aikainen yhteinen keskustelu ja pohdinta syvensivät keskinäistä ymmärrystä puolison kanssa, mikä voi tukea parisuhteen vahvistumista ja yhteistä valmistautumista vanhemmuuteen.

Vaikka pelaamisen aikana käsitellyt aiheet olivat tulosten mukaan sellaisia, joita odottajat olivat jo aikaisemmin käyneet yhdessä puolison kanssa keskustellen läpi, saatiin niistä myös kotiin vietäväksi täysin uusia ja tärkeiksi koettuja aiheita. Törrösen (2015, 23–25) sekä Majamaan ja Makkosen (2023, 7) havaintojen mukaan vanhemmuudesta ja vauva-arjesta etukäteen muodostetut käsitukset harvoin vastaavat todellisuutta. Erityisesti ensimmäistä lastaan odottavien tiedetään tarvitsevan paljon tukea sekä sosiaalisilta verkostoilta että yhteiskunnan palvelujärjestelmältä (Tapiio ym. 2010, 126; Rautio 2016, 26). Koska nykypäivän vanhemmat arvostavat verkosta saatavia palveluja (Ramaekers & Hodgson 2020; Virani, Duffett-Leger & Letourneau 2020) ja käyttävät yhä enemmän esimerkiksi mobiilisovelluksia vanhemmuuden tueksi (Lupton & Pedersen 2016), on tärkeää tarkastella uusia ja vaihtoehtoisia tapoja tarjota palveluja ja tukea. Erilaisten digitaalisten ratkaisujen mahdollisuudet ensimmäistä lastaan odottavien vanhempien tukemisessa on jo tunnistettu (van den Heuvel ym. 2018). Tämä tukee myös tämän tutkimuksen tuloksia, jotka osoittavat, että yhdessä pelaamisen ja oppimispelin avulla voidaan tukea vanhempia vanhemmuuteen valmistautumisessa. Myös Punna ja Raitio (2016, 228) toteavat, että pelillistettyjä sovelluksia voidaan hyödyntää käyttäjän aktiivisen toimijuuden, hyvinvoinnin edistämisen ja itseohjautuvuuden tukemisessa. Tuloksia tukee myös Bäckströmin ja kumppaneiden (2022) havainto, jonka mukaan digitaalinen oppimispeli täydensi ammatillista tukea parantamalla odottavien vanhempien tietämystä ja ymmärrystä, sekä edistämällä vanhemmuuteen valmistautumista. Tutkimuksessa oppimispeliä pelattiin vetäjän johdolla, mikä osaltaan vahvisti sen tehokkuutta ja hyötyjä. Gilmerin ja kumppaneiden (2016) mukaan digitaaliset menetelmät tehostavat vanhemmuuden tukemista erityisesti silloin, kun niitä täydennetään ammattilaisten henkilökohtaisella ohjauksella.

7.3 Johtopäätökset

Tämän tutkimuksen tulosten mukaan digitaalista oppimispeliä ja yhdessä pelaamista voidaan hyödyntää ensimmäistä lastaan odottavien vanhempien vanhemmuuteen valmistautumisen tukena osana muita odottaville vanhemmille tarjottavia palveluita. Digitaalista oppimispeliä hyödyntämällä voidaan palveluita kehittää joustavammiksi, saavutettavammiksi ja samalla lisätä käyttäjän motivaatiota sekä oppimista. Oppimispelien käytettävyys ja pelaamisesta saavutettavat hyödyt tulee kuitenkin aina arvioida tarkkaan, jotta niistä saadaan lisäarvoa sekä asiakkaille että ammattilaisille.

Tässä tutkimuksessa oppimispelin merkittävin arvo ei ollut tiedonvälityksessä, vaan reflektiivisenä välineenä, joka syvensi osallistujien käsityksiä vanhemmuudesta ja parisuhteesta. Oppimispelin selkeät kysymykset ja valmiit aihealueet tukivat keskustelun etenemistä ja tarjosivat osallistujille välineitä aiemmin käsittelemättömien aiheiden syvällisempään pohdintaan. Pelillinen verkkovalmennus ja yhdessä pelaaminen voivat tarjota tehokkaan ja vaihtoehtoisen keinon myös vertais-tuen ja tiedon lisäämiseen. Ne voivat toimia osana laajempaa palvelukokonaisuutta, ja edistää samalla digitaalisten palveluiden laajentumista perheiden palveluissa.

Jatkotutkimusaiheena olisi hyödyllistä tarkastella tarkemmin digitaalisten oppimispelien ja pelaamisen vaikutuksia sosiaali- ja terveydenhuollon muiden palveluiden käyttöön. Palveluiden tuottajan näkökulmasta voitaisiin selvittää, vähentääkö oppimispelien käyttö ammattilaisten resurssitarvetta ja tuottaako se kustannussäästöjä esimerkiksi hyvinvointialueille. Tärkeää olisi myös selvittää sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten kyvykkyyttä ja motivaatiota digitaalisten oppimispelien hyödyntämiseen.

Lähteet

Apostol, S., Zarauscu, L. & Alexe, I. 2013. Gamification of learning and educational games. The International Scientific Conference eLearning and Software for Education, 2, 67–72.

BabyTrail Oppimispeli – Polku hyvinvoivaan vauvaperhe-elämään. 2017. Jyväskylän yliopisto: Family Support House oy, Caffeine Overdose Oy. Viitattu 21.6.2024. <https://babytrail.app/#etusivu>.

Bennett, C., Buchan, J., Letourneau, N., Shanker, S., Fenwick, A., Smith-Chant, B & Gilmer, C. 2017. A realist synthesis of social connectivity interventions during transition to parenthood: The value on relationships. Applied Nursing Research 34/2017, 12–23. Viitattu 7.8.2024. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0897189716303032?via%3Dihub>

Bondas, T. 2002. Finnish women’s experiences of antenatal care. Midwifery 18 (1), 61–71.

Boyle, E.; Hailey, T.; Connolly, T.; Gray, G.; Earp, J.; Ott, M.; Lim, T.; Ninaus, M.; Ribeiro, C. & Pereira, J. 2016. An update to the systematic literature review of empirical evidence of the impacts and outcomes of computer games and serious games. Computers & Education. No 94/2016, 178–192.

Broden, M. 2008. Raskausajan mahdollisuudet - kun suhteet syntyvät ja kehittyvät. Therapie – säätiö. Kolmas painos. Helsinki.

Bäckström, C., Rolfson, T., Engström, H., Knez, R., & Larsson, M. 2022. Expecting parents’ perceptions of the Digital parental support “childbirth journey” constructed as a serious game-an intervention study. Digital Health, Volume 8. <https://doi.org/10.1177/20552076221097776>

CopaGloba-tutkimushanke. 2023. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 14.6.2024. [Yhteisvanhemmuuteen oppimassa: Vertaileva pitkittäistutkimus yhteisvanhemmuuden rakentumisesta vanhemmuuteen siirtymävaiheessa \(CopaGloba\) | Jyväskylän yliopisto \(jyu.fi\)](https://www.jyu.fi/yhteisvanhemmuuteen/oppimassa/Vertaileva_pitkittäistutkimus_yhteisvanhemmuuden_rakentumisesta_vanhemmuuteen_siirtymävaiheessa_CopaGloba_Jyvaskylan_yliopisto_jyu.fi)

Davis, D. W., Logsdon, M. C., Vogt, K., Rushton, J., Myers, J., Lauf, A. & Hogan, F. 2017. Parent education is changing: A review of smartphone Apps. MCN. The American Journal of Maternal Child Nursing, 42 (5), 248–256. <https://doi.org/10.1097/NMC.0000000000000353>

Deave, T., Johnson, D & Ingram, J. 2008. BMC Pregnancy and Childbirth. Transition to parenthood: the needs of parents in pregnancy and early parenthood. Research article. 29 July 2008, 1–11. Viitattu 19.7.2024. <https://bmcpregnancychildbirth.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/1471-2393-8-30>

Deterding, S., Khaled, R., Nacke, L., & Dixon, D. 2011. Gamification: Toward a definition. CHI 2011. Gamification Workshop Proceedings, 12-15.

Entsieh, A.A. & Hallström, I.K. 2016. First-time parents’ prenatal needs for early parenthood preparation-A systematic review and meta-synthesis of qualitative literature. Midwifery 39, 1–11.

Eskola, J., Lätti, J. & Vastamäki, J. 2018. Teemahaastattelu: lyhyt selviytymisopas. Teoksessa: Ikkunoita tutkimusmetodeihin. 1, Metodin valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalla tutkijalle. (Toim) Valli, R. Viitattu 15.6.2024. <https://janet.finna.fi>, Ellibslibrary.

Ferguson, R., Coughlan, T., Egelanddal, K., Gaved, M., Herodotou, C., Hillaire, G. & Whitelock, D. 2019. Innovating Pedagogy 2019: Open University Innovation Report 7. Institute of Educational Technology. Milton Keynes: The Open University. https://www.open.edu/openlearn/plugin-file.php/2569410/mod_resource/content/1/innovating-pedagogy-2019.pdf

Gilmer, C., Buchan, J. L., Letourneau, N., Bennett, C. T., Shanker, S. G., Fenwick, A. & Smith-Chant, B. 2016. Parent education interventions designed to support the transition to parenthood: A realist review. *International Journal of Nursing Studies*, 59, 118–133. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2016.03.015>

Haaranen, A. 2012. Realistinen arviointi lapsiperheiden vanhempainryhmistä: Muutokset perheen terveydessä ja vaikuttavuutta edistävät toiminnot. Väitöskirja. Itä-Suomen yliopisto, terveystieteiden tiedekunta. Kuopio: Itä-Suomen yliopisto. Viitattu 28.1.2025. <https://erepo.uef.fi/series/api/core/bitstreams/d4fc63c8-7548-46f6-955b-e636de56a24e/content>

Hakala, J. T. 2018. Toimivan tutkimusmenetelmän löytäminen. Teoksessa: Ikkunoita tutkimusmetodeihin. 1, Metodin valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalla tutkijalle. (Toim) Valli, R. Viitattu 15.6.2024. <https://janet.finna.fi>, Ellibslibrary.

Hakala, S. & Vesa, J. 2013. Verkkokeskustelut ja sisällön erittely. Toim. S-M., Laaksonen, J., Matikainen & M., Tikka. Julkaisussa Otteita verkosta. Verkon ja sosiaalisen median tutkimusmenetelmät. Tampere: Vastapaino.

Hartley, S., Barker, E., Seltzer, M., Greenberg, J., & Floyd, F. 2011. Marital satisfaction and parenting experiences of mothers and fathers of adolescents and adults with autism. Viitattu 20.1.2025. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3059595/>

Hellström, M. 2010. Sata sanaa kasvatuksesta. Jyväskylä. PS-kustannus.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2015. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Gaeudeamus Helsinki University Press.

Holvikivi, J., Joensuu, J., Nuorteva, M. & Suutari, S. 2017. Hyötypelit Suomessa. Tilanne vuonna 2017. EduDigi-hankkeen katsaus. <https://www.metropolia.fi/sites/default/files/images/content/content-files/Hyo%CC%88typelit.pdf>

Hytti, T. & Kähkönen, P. 2019. Pelillisuus ja leikillisuus aikuissosiaalityössä. Socca-Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus. Saatavissa: http://www.socca.fi/files/8590/Pelillisuus_ja_leikillisuus_aikuissosiaalityossa_opas.pdf. viitattu 16.7.2024.

Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan THK-ohje 2023. Viitattu 19.6.2024. https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf

Ibrahim, R., Yusoff, R., Mohamed-Omar, H. & Jaafar, A. 2011. Students perceptions on using educational games to learn introductory programming. *Computer and Information Science* 4 (1), 205–316.

Järvensivu, A. 2017. Pelillistäminen ja digitaaliset pelit työelämän kehittämismenetelminä. *Aikuis-
kasvatus*, 37 (4), 256–269. Viitattu 15.6.2024. <https://journal.fi/aikuiskasvatus/article/view/88440>

Kalland, M. & Salo, S. 2020. Vanhemmuuden tukeminen vauva- ja lapsiperheissä. *Duodecim*. Viitattu 20.1.2025. <https://www.duodecimlehti.fi/duo15527>

Kananen, J. 2014. Verkkotutkimus opinnäytetyönä. Laadullisen ja määrällisen verkkotutkimuksen opas. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu

Kiili, K. 2007. Foundation for problem-based gaming. *British Journal of Educational Technology*, 38(3), 394-404.

Klemetti, R. & Haulinen-Viitanen, T. 2013 (toim). Äitiysneuvolaopas. Suosituksia äitiysneuvolotoimintaan. Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy. Tampere 2013. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110521/THL_OPA2013_029_verkko.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Klock, A. C. T., Gasparini, I., Pimenta, M. S., & Hamari, J. 2020. Tailored gamification: A review of literature. *International Journal of Human-Computer Studies*, Volume 144, 102495. <https://doi.org/10.1016/j.ijhcs.2020.102495>

Kluwer, E. 2010. From partnership to parenthood: a review of marital change across the transition to parenthood. *Journal of Family Theory & Review* 2, 105-125.

Koivisto, J. & Hamari, J. 2019. The rise of motivational information systems: A review of gamification research. *International Journal of Information Management*, Volume 45, 191–210. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2018.10.013>

Kokkinen, K., Malinen, K., Sevon, E., Hämäläinen, R. & Rönkä, A. 2024. Online Game-Based Parental Groups: The Experiences of First-Time Expectant Parents. *Journal of Perinatal Education*, 0(0), 1–14, <http://dx.doi.org/10.1891/JPE-2023-0017>

Kolbe L. & Järvinen K. (toim.) 2002. Onks ketään kotona? Kasvatuksen suuntaa etsimässä. Helsinki. Tammi.

Korhonen, T. & Halonen, R. 2017. Serious Games in Healthcare: Results from a Systematic Mapping Study. *BLED 2017 Proceedings*. 26. <http://aisel.aisnet.org/bled2017/26>

Koskela, H. 2010. Mielenpöytä pelaamalla. Laatupeli vanhusten tulkkina. *Yhteiskuntapolitiikka* 75 (4). Viitattu 14.6.2024. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/101656/koskela.pdf?sequence=1>.

Koskinen, A., McMullen, J., Hannula-Sormunen, M., Ninaus, M., & Kiili, K. 2023. The strength and direction of the difficulty adaptation affect situational interest in game-based learning. *Computers & Education*, Volume 194, 104694. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2022.104694>

Krath, J., Schürmann, L., & von Korflesch, H. F. O. 2021. Revealing the theoretical basis of gamification: A systematic review and analysis of theory in research on gamification, serious games and game-based learning. *Computers in Human Behavior*, Volume 125, 106963. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106963>

Kuersten-Hogan, R. & McHale, J. 2021. The transition to parenthood: A theoretical and empirical overview. Teoksessa R. Kuersten-Hogan & J. McHale (toim.), *Prenatal family dynamics: Couple and coparenting relationships during and postpregnancy* (pp. 3–21). Springer Nature. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-51988-9>

Kyngäs, H. 2019. Qualitative research and content analysis. Teoksessa *The application of content analysis in nursing science research*. Viitattu 16.6.2024. <https://ja-net.finna.fi/>, Ebscohost, eBook.

Leväsluoto, J., Heikkilä, J., Tuovinen, J. & Viitanen, K. 2016. Gamification as an Enabler of Mutual Learning in Complex Health Care Systems. *International Journal of E-Services and Mobile Applications* 8(4), 35–47.

Lupton, D. & Pedersen, S. 2016. An Australian survey of women's use of pregnancy and parenting apps. *Women and Birth*, 29 (4), 368–375. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2016.01.008>

Majamaa, M. & Makkonen, N. 2023. *Voi vauva! Eka vuosi vanhempana ja kuinka siitä selvitään*. Kirjapaja.

Martin, F. & Bolliger, D. U. 2018. Engagement matters: Student perceptions on the importance of engagement strategies in the online learning environment. *Online Learning*, 22(1), 205–222. <https://doi.org/10.24059/olj.v22i1.1092>

Meriläinen, M. 2023. Young people's engagement with digital gaming cultures – validating and developing the digital gaming relationship theory. *Entertainment Computing*, Volume 44, 100538. <https://doi.org/10.1016/j.entcom.2022.100538>

Männikkö, N. 2012. *Oppia ja huvia digitaalisista hyvinvointipeleistä*. Artikkelijulkaisu Oulun seudun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehitystyön julkaisut. Oulu. Viitattu 10.8.2024. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/48501/oamk_tkjulkaisu_13_2012.pdf?sequence=1

Neuvolat. 2024. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 27.12.2024. <https://stm.fi/neuvolat>.

Peahl, A. F., Smith, R. D. & Moniz, M. H. 2020. Prenatal care redesign: Creating flexible maternity care models through virtual care. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 223 (3), 389. <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2020.05.029>

Pietilä, I. 2017. *Ryhmäkeskustelu*. Tutkimushaastattelun käsikirja. Toim. M. Hyvärinen, P. Nikander & J. Ruusuvaori. Tampere: Vastapaino.

- Pivec, M. 2007. Editorial: Play and learn: potentials of game-based learning. *British Journal of Educational Technology* Vol 38 No 3 2007, 387–393. Viitattu 21.12.2024
<https://bera-journals.onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/j.1467-8535.2007.00722.x>
- Plantin, L., & Daneback, K. 2009. Parenthood, information and support on the internet. A literature review of research on parents and professionals online. *BMC Family Practice*, 10 (34).
<https://doi.org/10.1186/1471-2296-10-34>
- Pulkkinen, L. 2022. Lapsen hyvinvointi alkaa kodista. PS-kustannus
- Punamäki, R-L. 2011. Vanhemmuuteen siirtyminen: raskausajan ja ensimmäisen vuoden kiintymyssuhteet. Teoksessa Sinkkonen J. & Kalland M. (toim) *Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen*. Porvoo. WSOYpro, 95-114.
- Punna, M. & Raitio, K. 2016. Mobiilimenetelmät ja pelillisuus työmenetelminä sosiaali- ja terveysalan asiakastyössä. *Finnish Journal of EHealth and EWelfare* 8 (4), 224–230. Viitattu 15.6.2022.
<https://journal.fi/finjehew/article/view/60199>.
- Puusa, A. & Juuti, P. 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Gaudeamus Oy. E-kirja.
- Pöyhönen J. ja Livingston H. 2023. Hyvän vanhemman salaisuus. Jyväskylä. Tuuma-kustannus.
- Raitio, K., Sevón, E. & Rönkä, A. 2019. Digitaalinen oppimispeli VauvaPolku: Vanhemmuuteen valmistautumista pelillisen oppimisen keinoin. Kunnallisen kehittämissäätiön Julkaisu 21/2019. Viitattu 12.7.2024
https://kaks.fi/wp-content/uploads/2019/04/vauvapolku_julkaisu.pdf
- Ramaekers, S. & Hodgson, N. 2020. Parenting apps and the depoliticization of the parent. *Families, Relationships and Societies*, 9(1), 107–124. <https://doi.org/10.1332/204674319X15681326073976>
- Rautio, S. 2016. Neuvolan perhetyö vanhemmuuden varhaisena tukena ja yhteistyönä. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Jyväskylän yliopisto. Väitöskirja. Viitattu 7.8.2024.
https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/49289/978-951-39-6578-5_vaitos23042016.pdf?sequence=1
- Russell, B. S., Adamsons, K., Hutchison, M. & Francis, J. 2022. Parents' well-being and emotion regulation during infancy: The mediating effects of coping. *The Family Journal*, 30(1), 4–13.
<https://doi.org/10.1177/10664807211022230>
- Sardi, L., Idri, A. & Fernandez-Aleman, J. L. 2017. A Systematic Review of gamification in e-Health. *Journal of Biomedical Informatics* 71, 31–48. Saatavissa: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28536062/>. viitattu 16.7.2024.
- Savio, M. 2017. Vauvaperheen perhedynamiikka: monimenetelmäinen tapaustutkimus perhesuh-teista ja vuorovaikutuksesta lapsen ensimmäisen elinvuoden aikana (Jyväskylä studies in education, psychology and social reseach 597) [väitöskirja, Jyväskylän yliopisto]. JYX.
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-8862-3>

Schmitt, F & Piha, J. Vanhemmuudesta – vanhempana oleminen ja vanhempana toimiminen. Perheterapia 2/2008. 24. Vuosikerta.

Soanjärvi, N. & Harviainen, J.T. 2019. Pelaamalla oppiminen ja pelien opetuskäyttö. Teoksessa: Pelikasvattajan käsikirja 2. Painopaikka: AM Digipaino / AM Print Oy. Helsinki 2019.
<https://pelikasvatus.fi/pelikasvattajankasikirja2.pdf>

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena. Viitattu 7.8.2024.
<http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74223/Opp200414.pdf>

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2023. Digitaalisuus sosiaali- ja terveydenhuollon kivijalaksi. Sosiaali- ja terveydenhuollon digitalisaation ja tiedonhallinnan strategia 2023–2035. Helsinki. Viitattu 16.2.2025. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165288/STM_2023_32.pdf?sequence=1

Stenros, J. 2015. Playfulness, Play, and Games: A Constructionist Ludology Approach. Academic dissertation. School of Information Sciences. Tampere: University of Tampere. Viitattu 7.8.2024.
<https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/96986/978-951-44-9788-9.pdf?sequence=1&isAlloved=y>

Tapio, N., Seppänen, P., Hyppönen, T., Janhunen, T., Prusila, L., Salo, S., Toivanen, R. & Vilen, M. 2010. Parisuhde ja vanhemmuus. Teoksessa M. Vilen, P. Seppänen, N. Tapio & R. Toivanen (toim.) Kohtaamia lapsiperheissä menetelmiä perhetyöhön. Helsinki. Kirjapaja, 102-167.

Trogen, T. 2021. Ilo olla yhdessä: Positiivisen vanhemmuuden voima. Kirjapaja.

Tulevaisuusvaliokunta. 2013. Uusi oppiminen. Eduskunnan tulevaisuusvaliokunnan julkaisu 8/2013. Helsinki. https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/julkaisut/Documents/tuvj_8+2013.pdf

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 1. Uudistettu painos. Tampere: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

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

Vaismoradi, M., Turunen, H. & Bondas, T. 2013. Content analysis and thematic analysis: Implications for conducting a qualitative descriptive study. Nursing and Health Sciences. 2013, 15, 398–405.

Valli, R. & Perkkilä, P. 2018. Sähköinen kyselylomake ja sosiaalinen media aineistonkeruussa. Teoksessa: Ikkunoita tutkimusmetodeihin. 1, Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. (Toim) Valli, R. Viitattu 25.6.2024. <https://janet.finna.fi>, Elliblibrary.

van den Heuvel, J. F., Groenhof, T. K., Veerbeek, J. H., van Solinge, W. W., Lely, A. T., Franx, A. & Bekker, M. N. 2018. eHealth as the next-generation perinatal care: An overview of the literature. Journal of Medical Internet Research, 20 (6), e202. <https://doi.org/10.2196/jmir.9262>

Valtonen, A. & Viitanen, M. 2020. Ryhmäkeskustelut laadullisena tutkimusmetodina. Julkaisussa Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Toim. A. Puusa & P. Juuti. Tallinna: Gaudeamus.

Vesterinen, O. & Mylläri, J. 2014. Peleistä pelillisyyteen. Julkaisussa Oppiminen pelissä; Pelit, pelillisyyttä ja leikillisyyttä opetuksessa. Toim. L. Krokfors., M. Kangas. & K. Kopisto. Vastapaino. Tampere.

Virani, A., Duffett-Leger, L. & Letourneau, N. 2020. Parents perspectives of parenting app use. *Journal of Informatics Nursing*, 5(1), 8-18.

Liitteet

Liite 1. Tiedote tutkimukseen osallistuville vanhemmille

TIEDOTE TUTKIMUKSESTA PELILLISEEN VANHEMMUUSVALMENNUKSEEN / VANHEMPIEN RYHMÄHAASTATTELUUN OSALLISTUVILLE VANHEMMILLE

(1.12.2020)

Tutkimuksen nimi ja rekisterinpitäjä

Tämä tiedote koskee Yhteisvanhemmuuteen oppimassa: vertaileva pitkittäistutkimus yhteisvanhemmuuden rakentumisesta vanhemmuuteen siirtymävaiheessa (Co-paGloba) -tutki-musta.

Tutkimusrekisterin pitäjiä ovat Jyväskylän yliopisto ja Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Pyyntö osallistua tutkimukseen

Sinua pyydetään mukaan tutkimukseen, jossa pyrkimyksenä on saada uutta tietoa yhteisvanhemmuuden merkityksestä ja yhteisvanhemmuuden kehitystä vahvistavista ja heikentävistä tekijöistä. Sinua pyydetään tutkimukseen, koska perheeseen on syntymässä tai syntynyt esikoinen. Tämä tiedote kuvaa tutkimusta ja siihen osallistumista. Tutkimuksessa kerättävien henkilötietojen käsittely on kuvattu erillisessä tietosuojailmoituksessa.

Vapaaehtoisuus

Tähän tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Voit kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen tai keskeyttää osallistumisen missä tahansa vaiheessa tutkimuksen aineistonkeruuta.

Tutkimuksen kulku

Tässä osatutkimuksessa tarkastellaan ensimmäistä lastaan odottavien kokemuksia pelillisestä vanhemmuusvalmennuksesta sekä yhteisvanhemmuuteen valmistautumisesta VauvaPolku-oppimispelin avulla. Tutkimus toteutetaan ryhmähaastatteluna pelillisessä vanhemmuusvalmennuksessa etäyhteyksillä (Teams).

Pelillisissä vanhemmuusvalmennuksissa pelataan keskustelun virikkeenä VauvaPolku-oppimispeliä. Tämän jälkeen keskustelun (ryhmähaastattelun) teemat liittyvät yhteisvanhemmuuteen valmistautumiseen, pelilliseen oppimiseen, oppimispelin käyttöön sekä vertaisuuden merkitykseen yhteisvanhemmuuteen valmistautumisessa.

Tutkimukseen pyydetään mukaan kaiken kaikkiaan noin 30 ensimmäistä lastaan odottavaa vanhempaa. Yhteen valmennuskertaan osallistuu 6–8 vanhempaa ja tilaisuuden kesto on noin 1,5 tuntia. Tutkimukseen osallistuminen edellyttää osallistujilta vain yhteen valmennukseen osallistumista sekä oppimispelin pelaamiseen liittyvään jälkikyselyyn vastaamista.

Tutkimukseen osallistumisen hyödyt

Osallistumalla olet mukana kansallisesti ja kansainvälisesti ainutlaatuisessa tutkimushankkeessa, joka tuottaa uutta tietoa vauvaperheiden hyvinvoinnista ja yhteisvanhemmuutta vahvistavista ja heikentävistä tekijöistä. Tutkimustulokset lisäävät ymmärrystä nykyvanhemmuudesta ja vanhempien tuen tarpeista ja niitä hyödynnetään kehitettäessä vauvaperheiden palveluita.

Tutkimuksesta mahdollisesti aiheutuvat haitat ja epämukavuudet

Tutkimukseen osallistumisesta ei pääsääntöisesti aiheudu haittaa haastatteluihin osallistumiseen kuluvaan ajanmenetystä lukuun ottamatta. On kuitenkin mahdollista, että tutkimuksen teemat/kysymykset voivat herättää joissakin tutkittavissa kielteisiä tunteita. Tutkimusmateriaalit on kuitenkin muotoiltu niin, että tällaisten vaikutusten voidaan olettaa jäävän vähäisiksi.

Tutkimuksen kustannukset

Tutkimusta rahoittaa Suomen Akatemia.

Tutkimustuloksista tiedottaminen ja tutkimustulokset

Tutkimuksen aineistoja käsitellään ja sen tuloksia raportoidaan hyvää tieteellistä käytäntöä noudattaen. Tutkimuksen tulokset raportoidaan niin, että tutkimukseen osallistuneiden henkilöllisyyksiä ei tuoda missään vaiheessa esiin. Etäryhmähaastattelutilanteessa osallistujat tulevat tietoisiksi muista haastatteluun osallistujista, ja siksi heiltä pyydetään suullinen suostumus siihen, etteivät he paljasta toistensa henkilöllisyyksiä ja muiden haastattelussa esille tuomia asioita.

Tutkimuksesta valmistuu väitöskirjan osatutkimuksia ja muita opinnäytetöitä, tieteellisiä julkaisuja sekä kongressi- ja seminaariesityksiä. Tutkimuksen tuloksista raportoidaan myös ei-tieteellisissä julkaisuissa, kuten ammattilehdissä. Tutkimusaineistoa voidaan hyödyntää koulutuksessa ja opetuksessa.

Lisätietojen antajien yhteystiedot

Poistettu