



VIDEOPELIENTEN VAIKUTUKSET 7- 18 -VUOTIAIDEN PSYKKISEEN JA SOSIAALISEEN TERVEYTEEN

kirjallisuuskatsaus

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Koulutusohjelma Hoitotyön koulutusohjelma	
Työn tekijä(t) Miika Alastalo ja Jere Tiilikainen	
Työn nimi Videopelien vaikutukset alaikäisen psyykkisen ja sosiaaliseen terveyteen	
Päiväys 12.2.2014	Sivumäärä/Liitteet 37/2
Ohjaaja(t) Päivi Tiilikainen	
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Savonia ammattikorkeakoulu	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää kirjallisuuskatsauksen keinoin, mitä psyykkisiä ja sosiaalisia terveys-hyötyjä ja terveyshaittoja videopelaamisella on alaikäiseen lapseen ja nuoreen. Opinnäytetyön tarkoituksena oli antaa tutkittuun tietoon perustuvia tuloksia videopelaamisen hyödyistä ja haitoista. Tavoitteena oli, että kirjallisuuskatsauksen tuloksia voitaisiin käyttää tulevaisuudessa lasten- ja nuorten videopelivalistuksessa.</p> <p>Kirjallisuuskatsauksessa oli kaksi tutkimuskysymystä: Mitä terveyshaittoja videopelaamisella on alaikäisen psyykkisen ja sosiaaliseen hyvinvointiin? Mitä terveyshyötyjä videopelaamisella on alaikäisen psyykkisen ja sosiaaliseen hyvinvointiin? Tutkimusmenetelmänä tässä opinnäytetyössä käytettiin perinteistä kirjallisuuskatsausta.</p> <p>Tutkimusaineistoksi valikoitui aineiston valintaprosessin jälkeen neljä tieteellistä tutkimusta ja yksi tieteellinen artikkeli. Aineistoja haettiin useasta erilaisesta sähköisestä tietokannasta ja tämän lisäksi hakua tehtiin myös manuaalisesti. Hakuprosessi toteutettiin systemaattisesti sisäänotto- ja poissulkukriteereitä käyttäen. Valikoituneet aineistot olivat tehty ympäri maailmaa ja vuosilta 2007-2013. Kaikki tutkimukset olivat englanninkielisiä. Tutkimusten otosryhmien vaihteli suuresti, pienimmän ollessa 70 ja suurimman 11014.</p> <p>Kirjallisuuskatsaukseen valittuja aineistoja analysoitiin ensin erikseen ja niiden luotettavuutta tarkasteltiin. Tämän jälkeen tutkimusten tulososioita analysoitiin, tehden niistä sisällönanalyysiä ja synteesiä, jossa yhdistettiin samalaisuuksia ja tuotiin esille niiden ristiriitoja. Tämän tarkastelun jälkeen saatiin kirjallisuuskatsauksen tulokset.</p> <p>Kirjallisuuskatsauksen tuloksina todettiin opetuspelien, tai pelien joissa on jonkinlaista oppisisältöä, olevan yhteydessä hyvään koulumenestykseen. Videopelien sisällöstä riippumatta suuret pelimäärät aiheuttivat aggressiota. Väkivaltapelien huomattiin aiheuttavan lisääntyneitä käytöshäiriöitä. Prososiaaliset pelit lisäsivät lasten ja nuorten prososiaalista käyttäytymistä, kun taas väkivaltapelit aiheuttivat antisosiaalista käytöstä. Tuloksissa ei tullut selvästi esille, johtuuko ongelmallinen käytös pelaamisesta vai pelaavatko ongelmallisesti käyttäytyvät lapset ja nuoret enemmän.</p>	
Avainsanat	
Videopelit, Videopelaaminen, terveyshyödyt, terveyshaitat, hyvinvointi, psyykkinen, sosiaalinen, käytös	

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programme Degree Programme of Nursing			
Author(s) Miika Alastalo ja Jere Tiilikainen			
Title of Thesis Video gaming influences to underage childrens psychic and social health			
Date	12.2.2014	Pages/Appendices	37/2
Supervisor(s) Päivi Tiilikainen			
Client Organisation /Partners Savonia University of Applied Sciences			
<p>Abstract</p> <p>The purpose of this thesis was to find out by the means of literature review what kind of psychic and social health benefits and health harms video gaming has for under aged children's and adolescents. The purpose of this thesis was to give evidence based results of video gaming health benefits and health harms. The purpose was also that thesis results can be used in future for video gaming education to children's and adolescents.</p> <p>There were two research questions in this literature review: what kind of health harms has video gaming for under aged children's and adolescents psychic and social health? What kind of health benefits has video gaming for under aged children's and adolescents psychic and social health? The research method in this thesis was traditional literature review.</p> <p>After research material selection process there was four scientific researches and one scientific article. Materials were searched in several kinds of databases and addition to that manual search was used. Search process was executed using systematically using intake and exclusion criteria. Selected materials were made all over the world and they war made between years 2007-2013. All the materials were written in English. Study samples varied a lot. Smallest study sample was 70 and largest 11014.</p> <p>Materials that were selected to this literature review were first analyzed separately and their reliability was checked. Content analysis and synthesis were made of all selected materials. We tried to find similarities and contradictions of selected materials. After this process the results of literature view were exposed.</p> <p>The main results of this literature were that educational video games (edugames) or video games that had some kind of learning content were connected to good school performances. Large amount of time spent on video games caused aggression regardless of video game content. Violent video games were related to increased behavioral problems. Prosocial games increased children's and adolescents prosocial behavior while violent videogames caused antisocial behavior. Results does not clearly indicate if the problematic behavior is caused by video games or if the children and the adolescents that are showing problematic behavior just play video games.</p>			
Keywords video games, video gaming, health benefits, health harms, psychich, social, behavior			

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	5
2	KESKEISTEN KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY	7
3	VIDEOPELIT- HISTORIA JA NYKYPÄVÄ.....	8
4	LAPSEN- JA NUOREN KEHITYKSEN VAIHEET	10
4.1	7–9-vuotiaan lapsen kehitys	10
4.2	9–12-vuotiaan lapsen kehitys.....	11
4.3	12–15-vuotiaan nuoren kehitys.....	12
4.4	15–18-vuotiaan nuoren kehitys.....	13
5	TYÖN TOTEUTTAMINEN	14
6	KIRJALLISUUSKATSAUS MENETELMÄNÄ.....	15
6.1	Perinteinen kirjallisuuskatsaus.....	15
6.2	Kirjallisuuskatsauksen työvaiheet	15
6.3	Sisällönanalyysi.....	16
7	AINEISTON KERUU JA VALINTA.....	18
8	VALITTUJEN AINEISTOJEN ESITTELY.....	24
8.1	Do television and electronic games predict children's psychosocial adjustment? (Parkes, Sweeting, Wight & Henderson 2013)	25
8.2	The Effects of Prosocial Video Games on Prosocial Behaviors: International Evidence from Correlational, Longitudinal, and Experimental Studies (Yukawa, Ihori, Shibuya & Sakamoto, Singapore 2009).....	25
8.3	The Video Game Debate: Bad for Behaviour, Good for Learning? (Canadian Council On Learning 2009)	26
8.4	The Effects of Pathological gaming on aggression (Lemmens, Valkenberg & Peter, Hollanti 2010)	26
8.5	Young Children's Video/Computer Game Use: Relations with School Performance and Behavior (Hastings, Tamara, Winsler, Way, Madigan & Tyler, Yhdysvallat 2009)	27
9	POHDINTA.....	28
9.1	Kirjallisuuskatsauksen tulokset.....	28
9.2	Tulosten pohdinta	28
9.3	Kirjallisuuskatsauksen luotettavuus ja eettisyys.....	29
9.4	Ammatillisen kehittymisen ja työskentelyn pohdinta	30
9.5	Jatkotutkimusaiheet.....	31
7	LÄHTEET	32

1 JOHDANTO

Videopelaaminen on tilastokeskuksen mukaan viime vuosina yleistynyt voimakkaasti Suomessa (Tilastokeskus 2009) ja ulkomailla (Statista 2014). Se on yleinen ajanviete niin nuorilla kuin vanhemmillakin. Lapset ja nuoret katsovat televisioita, surffailevat netissä ja pelaavat videopelejä yhä enenevässä määrin. Se on ajankäytöllisesti iso osa alaikäisen päiväohjelmassa (Tilastokeskus 2009.) Videopelaaminen integroituu lasten- ja nuorten elämään keinoilla, joista vanhemmilla ei ole välttämättä riittävää ymmärrystä. Videopelaaminen mielletään usein virheellisesti vain lasten ja nuorten harrastukseksi, vaikka videopelaajien keski-ikä tutkimuksen mukaan on 36,9 vuotta (Karvinen ja Mäyrä 2011, 20-21).

Nykyisin monen alaikäisen taskusta löytyy älypuhelin tai jokin kannettava videopelaamiseen sopiva laite (Sony Vita, Nintendo 3DS, Gameboy), joka mahdollistaa videopelaamisen käytännössä missä vain. Kannettavien pelilaitteiden suoritusnopeus on kasvanut merkittävästi, joten niiden tuottama graafinen immersio voi olla hyvin aidon tuntuinen. Iso osa pelaamisesta tapahtuu myös kotona olevilla pelikonsoleilla tai pc:lla. Tässä kirjallisuuskatsauksessa videopelaamisella tarkoitetaan kaikkea digitaalista pelaamista, joissa käytetään keskusyksikköä ja näyttöpäätettä.

Videopelaamista ja sen terveysvaikutuksia on tutkittu Suomessa vähän. Maailmalla aihetta on tutkittu suhteellisen laajasti monesta eri näkökulmasta. Tutkimukset ovat selvästi yleistyneet videopelaamisen yleistymisen myötä, ja selvä trendi tutkimusten lisääntymisessä on tapahtunut myös 2000-luvulla. Videopelaamisen terveysvaikutuksista on yleisesti medioissa paljon ristiriitaista tietoa. Usein videopelaaminen nousee esiin negaation valossa, osatekijänä huonoon koulumenestykseen, väkivaltaan tai jopa koulusurmiin (Pasanen ja Arjoranta 2013).

Videopelaamisesta tulisi ymmärtää sen keskeiset hyödyt ja haitat. Tässä kirjallisuuskatsauksessa keskitytään psyykkisiin ja sosiaalisiin terveyshaittoihin ja -hyötyihin, joten fyysinen puoli videopelaamisesta on jätetty kirjallisuuskatsauksen ulkopuolelle, jotta työ saataisiin vastaamaan opinnäytetyön laajuutta. Psyykinen ja sosiaalinen hyvinvointi on hankala erottaa toisistaan, joten kirjallisuuskatsauksessa käsitellään myös sosiaalista hyvinvointia. Työssä keskitytään alaikäisiin eli alle 18-vuotiaisiin lapsiin ja nuoriin.

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on selvittää, mitä psyykkisiä ja sosiaalisia terveyshyötyjä ja terveyshaittoja videopelaamisella on alaikäiseen lapseen ja nuoreen. Lopputuotoksena on tarkoitus saada mahdollisimman objektiivinen kuvaus videopelaamisen vaikutuksesta psyykkiseen ja sosiaaliseen terveyteen, mitä asioita videopelaamisessa tulee kenties välttää ja mihin siinä kannattaa panostaa?

Kirjallisuuskatsaus nostaa valituista tutkimuksista esiin pääkohtia, eroavaisuuksia ja samanlaisuuksia. Näin ollen kirjallisuuskatsauksen tuloksia voivat hyödyntää aiheesta kiinnostuneet henkilöt, kuten lasten huoltajat, kasvattajat, ammattikasvattajat, hoitoalan työntekijät ja mahdollisesti myös videopelialan yritykset. Tätä kirjallisuuskatsausta voi käyttää hyödyksi esimerkiksi videopelivalistusta antavan oppaan tekemisessä tai sen tuloksia voi käyttää apuna tehtäessä videopelaamisen hyödyistä

ja haitoista ohjeistusta jaettavaksi kouluihin. Tämä kirjallisuuskatsaus ei tuota konkreettistä opasta, vaan vastaukset asetettuihin tutkimuskysymyksiin, joita edellä mainitut tahot voivat tarvittaessa käyttää.

2 KESKEISTEN KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY

Tässä kirjallisuuskatsauksessa käytetään joitakin käsitteitä, jotka on katsauksen lukemisen kannalta tärkeä ymmärtää. Käsitteet on selitetty pelkistetysti ja yleistetysti. Osalle niistä on annettu jokin tietty spesifi merkitys tässä työssä.

Terveys: WHO:n (World Health Organization 2003) määritelmän mukaan tarkoittaa täydellistä sosiaalista, fyysistä ja psyykkistä hyvinvointia.

Terveysvaikutus: Kaikenlainen vaikutus yksilön terveyteen (Kielitoimiston sanakirja 2013). Tässä kirjallisuuskatsauksessa sanalla terveysvaikutus tarkoitetaan psyykkistä terveysvaikutusta. Se pitää sisällään sanat terveyshyödyt ja terveyshaitat.

Opetuspeli: Oppimispeli (eng. edugame tai educational game) on peli johon on upotettu jonkinlaista oppisisältöä. Oppimispelien tarkoituksena on ensisijaisesti viihdyttää sitä pelaavaa henkilöä ja varsinainen pelin opetuksellinen osa tulee ikään kuin huomaamatta pelaajalle (Saarenpää & Niemi, 2004.)

Prososiaalisuus: *”Tarkoittaa käyttäytymistä, jolla on myönteisiä seurauksia. Prososiaalinen käyttäytyminen parantaa toisten ihmisten psyykkistä tai fyysistä hyvinvointia”* (YSA).

Patologinen pelaaminen: Tarkoittaa toiminnallista riippuvuutta pelaamisesta. Videopelien patologista pelaamista ei ole määritetty ICD-10 -tautiluokituksessa. Patologinen pelaaminen asettuu kuitenkin kriteereiltään samaan luokkaan kuin Pelihimo (F63.0) (THL 2013.)

Psyykinen: Tarkoittaa ihmisen henkistä ja sielullista elämää. Vastakohta ruumiilliselle (Valpola 2001, 543).

3 VIDEOPELIT- HISTORIA JA NYKYPÄVÄ

Videopelaamisen historia alkaa tietokoneohjelmista, jotka pelasivat ristinollaa ja shakkia, ja joilla tutkittiin tekoälyä ja interaktiivisuutta. William Higinbotham, joka oli mukana rakentamassa ensimmäistä ydinasetta, kehitteli vuonna 1958 oskillaattorilla pelattavan tennispelin. Ajatuksen television kautta pelattavasta videopelistä esitteli jo vuonna 1951 saksalainen keksijä Ralph Baer. Idea ei kuitenkaan realisoitunut kuin vasta vuonna 1968, jolloin hän esitteli prototyypin konsolista, jolla voi pelata useita erilaisia pelejä. Ennen häntä, vuonna 1962, Massachusetts Institute of Technologyn opiskelijat loivat ensimmäisen, oikeaa videografiikkaa käyttävän Spacewar-tietokonepelin (liite 1) Tietokoneen, joka pyöritti Spacewar-peliä, myyntihinta oli vuonna 1962 120000 Yhdysvaltain dollaria (Classic gaming museum 2014.) Nykyrahaksi inflaatiolaskurilla (Bureau of Labor Statistics 2014) muutettuna 940000 dollaria eli 694152 euroa.

Tietokoneiden korkea hinta hidasti videopelaamisen kehitystä. Ns. minitietokoneiden yleistyminen 60- ja 70-luvuilla toi tietokonepelit pelihalleihin. Ennen minitietokoneita tietokoneet olivat jättimäisiä ja veivät paljon tilaa. Nyt kyettiin rakentamaan järkevän kokoisia tietokoneita, jolloin videopelit saivat hiukan laajemman yleisön. Ensimmäinen kaupallinen tietokonepeli, Computer Space, julkaistiin marraskuussa 1971 ja sitä myytiin 1500 yksikköä (Atari 2014.) Vuotta myöhemmin, Computer Spacen luoja, Nolan Bushnell perusti Atarin ja julkaisi Pongin. Pong oli ensimmäinen suosittu konsolipeli ja loi pohjan kotona tapahtuvalle videopelaamiselle. Sitä myytiin 19000 yksikköä. (Atari 2014) Atarin Pong ei kuitenkaan ollut ensimmäinen kotona pelattava konsoli. Magnavox Odyssey julkaistiin toukokuussa 1972. Siitä ei kuitenkaan tullut samanlaista kaupallista menestystä kuin Pongista. Tiukoista teknologisista rajoituksista johtuen, pelit olivat yksinkertaisia avaruuslento- tai pöytätennispelejä.

Vuonna 1975 ilmestyi ensimmäinen mikroprosessoria hyödyntävä peli, GunFight. Se oli ensimmäisiä pelejä tunnistettavilla hahmoilla, sisälsi selkeää väkivaltaa (hahmot yrittävät ampua toisensa) sekä antoi mahdollisuuden kahden pelaajan taistella vastakkain. GunFight antoi innostuksen käyttää mikroprosessoria myös ikonisen Space Invaders -pelin teossa. Videopeliala kohtasi 1970-luvun lopussa kuitenkin taantuman, johtuen loputtomasta Pong-kopioinnista (Classic Gaming Museum 2014.)

Seuraavan nousun katsotaan alkaneen Space Invadersin suosioista. Peli sai suuren määrän matkijoi- ta, siitä kirjoitettiin sanomalehdissä sekä uutisoitiin televisiossa. Space Invadersin suosio sai Arcadepelit ilmestymään ostoskeskuksiin, ravintoloihin sekä jopa kauppojen auloihin (Edge 2007.) Space Invaders oli peli joka popularisoi videopelaamisen harrastuksena. Sittemmin, konsolipelaaminen on kokenut suuria muutoksia. Pelaaminen on integroitunut tärkeäksi osaksi 1970–1980 -luvulla syntyneiden elämää.

Vuonna 2000 ilmestynyttä Sonyn Playstation 2 -konsolia myytiin yli 150 miljoonaa kappaletta. Nykyisin konsolit jaetaan sukupolviin. Ensimmäiseen sukupolveen luetaan Magnavox Odyssey ja Pong-laitteet. Nintendon NES-konsoli, jota on myyty maailmanlaajuisesti Statistic Brainin (Statistic Brain 2013) mukaan 61.91 miljoonaa kappaletta, kuuluu kolmanteen sukupolveen. Vuoden 2013 lopussa ilmestyneet PlayStation 4, Xbox One ja Wii U kuuluvat kahdeksanteen sukupolveen. Seitsemännen ja

kahdeksannen sukupolven aikana pelien graafinen ulkomuoto on muuttunut realistiseksi (liite 2) teknisen kehityksen myötä. Uusien konsolien ominaisuuksiin kuuluu reaaliajassa pelikuvan jakaminen verkon kautta, sosiaaliset ominaisuudet sekä ääniohjaus.

Videopelaaminen on kehittynyt 1980-luvun videopelihalleista olohuoneessa tapahtuvaksi sosiaaliseksi toiminnaksi. Verkko- ja moninpelaaminen ovat monessa pelissä yksinpeliä tärkeämpi ominaisuus. Pelaaminen on myös ammattimaista. Ammattipelaajat kiertävät turnauksia joissa palkintorahat ovat suuria, kuten vuoden 2014 Call of Duty -mestaruuskisat, jossa palkintorahaa jaetaan miljoona dollareita (Tyson 2014). Major League Gaming -sivustolle on rekisteröitynyt yli yhdeksän miljoonaa käyttäjää, jotka pelaavat rahapalkinnoista (MLG 2014). Vuodesta 2013 Yhdysvallat on myöntänyt urheiluisumeita ammattipelaajille, eli pelaaminen rinnastetaan Yhdysvalloissa mihin tahansa ammattiurheiluun (Lejacq 2013).

4 LAPSEN- JA NUOREN KEHITYKSEN VAIHEET

Kirjallisuuskatsaukseen valittujen tutkimusten aineisto on kerätty 7-18 -vuotialta. Kohdehenkilöihin liittyy olennaisena osana myös normaali lapsen ja nuoren kehityskaari, jonka ymmärtäminen on olennainen osa tämän kirjallisuuskatsauksen tekemisessä. Tässä kappaleessa käsitellään yleisellä tasolla tiivistetysti painottaen lapsen henkisiä ja sosiaalisia kehitysvaiheita keskittyen ajatuksen ja moraalien kehittymiseen 7- ikävuodesta 18- ikävuoteen. Jokaisen ikävaiheen henkisten ja sosiaalisten kehitysvaiheiden jälkeen on oma kappaleensa tarkemmin median käytöstä. Jokainen lapsi on yksilö ja kehittyä omaan tahtiinsa, joten alla mainitut iät ja niiden kehitysvaiheet ovat suuntaa antavia.

4.1 7–9-vuotiaan lapsen kehitys

Koulun alkaminen on suuri asia lapselle ja perheelle. Lapsi on innokas, seesteinen ja oppii uutta nopeasti. Lapsi on aikaisempaa itsenäisempi, mutta kuitenkin usein vielä vanhempiin tukeutuva ja tarkertuva. Hän voi toisinaan olla uhmakas ja kaipaa tukea erityisesti uusissa haasteissa. Tunteet saattavat olla vaikeasti hallittavissa ja ne saattavat ailahtella voimakkaasti. Hän tykkää tehdä sopivan mittaisia koulutehtäviä ja kykenee toisinaan saattamaan tehtävät itsenäisesti loppuun. Omaehtoinen puuhastelu ja leikki ovat myös yhä tärkeitä koulun rinnalla. Kavereiden merkitys kasvaa ja heidän kanssaan erilaiset pelit ja tavaroiden vaihtaminen on lapsesta mielekästä (MLL 2013, A.)

Säännöistä neuvotteleminen sääntöleikeissä on tärkeää ja erilaisissa peleissä häviäminen saattaa olla vaikeaa. Lapsi miettii sääntöjä ja oikeasta sekä väärästä alkaa muodostua hyvä kuva. Pojat ja tytöt ovat vielä keskenään kavereita. Ensimmäisten kouluvuosien ajan poikien ja tyttöjen väliset kaverilliset suhteet vaihtuvat usein omaa sukupuolta edustaviin kavereihin (MLL 2013, A.) Kuulomisella johonkin ryhmään, kavereiden mielipiteillä ja hyväksytyksi tulemisella on suuri merkitys (Turunen 1996, 80). Tärkeä auktoriteetti hänelle on opettaja, joka saattaa olla myös ihailun kohde. Lapsi saattaa arvostella vanhempiaan, mutta silti he ovat lapselle erittäin tärkeitä. Lapsen ajattelu on konkreettista, joten hän ajattelee asioita, joita voi käsitellä, tuntea tai nähdä (MLL 2013, A.) Hän on altis vastaanottamaan opetuksen esimerkiksi arvoista ja maailmakatsomuksesta. Lapsi haluaa olla pääsääntöisesti hyvä olento ja yleensä hän osaa erottaa hyvän pahasta. Lapsen ympäristössä elävät negatiiviset ja huonosti käyttäytyvät esikuvat vaikuttavat lapseen ja saattavat kuitenkin aiheuttaa ongelmia käytöksessä (Turunen 1996, 82–83.)

Käsitys ajasta kasvaa. Lapsen hahmottaminen paranee, jonka vuoksi lapsi hahmottaa paremmin todellisuutta. Uskomukset ja mielikuviutus saattavat vielä sekoittaa tosiasioihin (MLL 2013, A.) Ajattelu nojaa vahvasti vielä mielikuviin (Turunen 1996, 73). Nukkumisen tarve vaihtelee jonkin verran. Opiakseen ja uusissa haasteissa jaksakseen lapsen täytyy saada tarpeeksi unta. Keskimääräinen unen tarve vuorokaudessa on noin 10 tuntia. Ekaluokkalaisista 10 % kastelee päivisin tai öisin, joka saattaa olla lapsen mielestä noloa. Hän on aktiivinen liikunnallisesti ja tähän ikävaiheeseen liittyy myös usein uhkarohkeutta ja huimapäisyyttä (MLL 2013, A.) Tässä iässä pitkäaikainen liikkumattomuus on lapselle vaikeaa, koska lapselle on tässä vaiheessa luonnollista oppia tekemällä (Turunen 1996, 79). Sorminäppäryys kehittyy, joka antaa mahdollisuuden esimerkiksi kirjoittamiseen, soitta-

miseen ja piirtämiseen. Lapsi tekee asioita vanhempia miellyttääkseen. Lapsi ei osaa kunnolla arvioida kykyjään tai jaksamistaan (MLL 2013, A.)

7-9 vuotias lapsi saattaa viettää aikaa kotona ilman vanhempia. Tärkeää on, että perheessä laaditaan sääntöjä erilaisten medioiden käytöstä kuten videopelaamisesta, internetistä sekä kännykän käytöstä. Lapsi voi olla teknisesti erittäin etevä käyttämään medialaitteita, mutta niiden sisältöjen ymmärtäminen ei kehity samaan tahtiin laitteiden käytön ohessa. Ystävien mielipiteet vaikuttavat suuresti lapsen median käyttöön kuten siihen minkälaisia videopelejä hän haluaa pelata, miten käyttää internettiä ja minkälaiset ohjelmat ovat mielekkäitä (MLL 2013, B.)

4.2 9–12-vuotiaan lapsen kehitys

9-12 vuotiaana lapsi on hyvin usein tasapainoinen, sosiaalinen, aktiivinen ja on usein kiinnostunut erilaisista asioista. Varhaislapsuuden sopeutumisen vaikeudet on ohitettu. Lapsen elämä on tässä ikävaiheessa huoletonta, touhukasta ja mahdollisuuksia täynnä. Hän haluaa tuntea itsensä tarpeelliseksi ja luotettavaksi. Yksilöllisyys vahvistuu, jonka vuoksi lapsi saattaa arvostella vanhempia, koulua tai opettajaa (MLL 2013, C.) Hän alkaa kokea, että on jotenkin erilainen tai eri ihminen kuin vanhempansa. Lapsi ei kuitenkaan tee tätä kovin tietoisesti eikä välttämättä ymmärrä ajatuksiaan (Turunen 1996, 84.) Lapsi saattaa toisinaan viihtyä omissa oloissaan ja kokea tyytymättömyyttä itseensä. Hän saattaa kokea ulkopuolisena olemista ja miettiä suuria kysymyksiä esimerkiksi maailmankaikkeutta (MLL 2013, C.)

Lapsessa saattaa olla varhaisen murrosiän merkkejä, kuten kömpelyyttä, huolimattomuutta, uhmakuutta, herkkyyttä ja rauhattomuutta. Kaverit ovat aikaisempaa ikävaihetta vieläkin tärkeämpiä ja heidän mielipiteensä tärkeitä, lapsi kokee tärkeäksi tulla hyväksytyksi. Roolileikit, liikunnalliset ja älylliset pelit ovat tämän ikäiselle mieluisaa ajanvietettä. Pojat ja tytöt ovat usein omissa leikkiporukoissaan ja pojat arvostelevat tyttöjä ja tytöt poikia (MLL 2013, C.)

Vanhempien kanssa vietetty aika on tärkeää. Lapsi kykenee ymmärtämään toisten tunteita, aikoja, ajatuksia ja hän pystyy entistä paremmin hallitsemaan tunteitaan. Ryhmissä keksitään omia sääntöjä. Päätöksiä tehdään pelien ja leikkien avulla esimerkiksi käyttämällä jotakin lorua. Päätöksiä tehdään myös rationaalisesti esimerkiksi äänestämällä. Lapsi tarkastelee vanhoja sääntöjä ja saattaa yrittää muuttaa niitä järkisyihin vedoten (MLL 2013, C.) Järkiperäisten tavoitteiden ymmärtäminen paranee, joten lapsen kanssa täytyy neuvotella ja tehdä sopimuksia. Tässä vaiheessa lapsi tarvitsee perusteluita asioille (Turunen 1996, 91.) Lapsen ohjaaminen ulkopuolelta on tässä vaiheessa vielä suhteellisen helppoa, vaikka hän kokeekin hieman erillisyyttä (Turunen 1996, 86).

Syysuhde ajattelu kehittyy ja lapsi pystyy entistä paremmin suunnittelemaan ja ymmärtämään toimintaansa (MLL 2013, C). Jos lapsen perheen elämä on säännöllistä, hän omaksuu vallitsevan elämänmuodon sekä sen vaatimukset, joihin reagoi ja usein saattaa kokea häpeää, jos niissä tapahtuu poikkeamia (Turunen 1996, 87). Lapsi tykkää tarinoista, joissa päähenkilönä on usein nokkela ja it-

senäisesti tilanteista selviävä lapsi. Harrastukset saattavat muuttua ja niistä voi tulla entistä kilpailullisempaa (MLL 2013, C.)

Suosikkipelit, -kirjat, -yhtyeet, sarjat ovat tämän ikäiselle tärkeitä. Kaveripiirissä yhteiset mielenkiinnon kohteet luovat yhteenkuuluvuuden tunnetta, joten kaveripiirissä olevien ystävien mielipiteillä on suuri merkitys siihen, minkälaisia videopelejä hän haluaa pelata, millä tavalla internettiä tulisi käyttää ja minkälaisia ohjelmia hän haluaa katsoa. Tässäkin ikävaiheessa aikuisen on edelleen huolehdittava lapsen mediankäytöstä. Selkeiden sääntöjen luominen on tärkeää ja mediankäyttöä tulisi rajoittaa niin ajallisesti kuin sisällöllisestikin (MLL 2013, D.)

4.3 12–15-vuotiaan nuoren kehitys

Missään muussa vaiheessa lapsen elämää ei tapahdu näin laaja-alaista ja nopeaa kehitystä kuin murrosiässä. Lapsen keho muuttuu aikuisen mittoihin, tunne-elämä on aaltoilevaa ja seksuaalisuus voimistuu. Ajattelutaidot kehittyvät ja ne avaavat uuden maailman. Suhteet muihin ihmisiin kuten nuoren vanhempiin muuttuvat suuresti (MLL 2013, E.) Suhde vanhempiin vaihtelee, välillä hän haluaa korostaa itsenäisyyttään ja toisinaan käyttäytyä lapsenomaisesti. Hän korostaa itsenäisyyttään mm. etsimällä kaveripiirinsä kodin ulkopuolelta, pitämällä ajatuksia itsellään ja jättämällä asioita kertomatta vanhemmilleen. Vanhemmat tuntuvat itsekkäiltä ja suvaitsemattomilta; he saattavat tuntua olevan kasvun esteenä. Varhaisnuori tarvitsee tuekseen muita nuoria sekä aikuisia perheen ulkopuolelta (Aalberg ja Siimes 2007, 69.)

Varhaisessa nuoruudessa aivot kehittyvät ja nuoren ajattelutaito kehittyy. Tässä vaiheessa nuori ymmärtää usein hyvin abstraktejakin käsitteitä. Kriittisyys ja aiemmin opetun tiedon kyseenalaistaminen ovat yleisiä tässä kehitysvaiheessa, jolloin harjoitellaan ajatteluun itsenäisesti (MLL 2013, F.) Itsenäistyminen tuo mukanaan myös vihan tunteita, jotka yleensä liittyvät valtasuhteisiin, jossa nuori ottaa yhä enemmän valtaa itselleen elämästään. Toisinaan nuoren viha kestää viikkoja tai jopa kuukausia, minkä jälkeen vihantunteet häviävät (Turunen 1996, 107-108.) Ajatus on usein tässä vaiheessa kovin mustavalkoista, jolloin asiat nähdään joko pahoina tai hyvinä. Moraalijattelu kehittyy ja nuori pystyy ajattelemaan asioita muiden ihmisten näkökulmasta. Lojaalisuuden ja luottamuksen ylläpitäminen on tärkeää kaverisuhteissa (MLL 2013, F.) Tämä aiheuttaa hämmennystä nuoressa sekä hänen vanhemmissaan. Nuoren mielessä pyörii kysymyksiä: mitä minulle tapahtuu? Olenko normaali? (MLL 2013, E.)

Lapsen lähestyessä murrosikää kasvaa median vaikutus oman identiteetin rakentumiseen. Tv-ohjelmien, internetsisältöjen, elokuvien ja videopelien kautta nuori tutkii omaa suhdettaan maailmaan, joka saattaa aiheuttaa ulkonäkö- ja aikuistumispaineita. Identiteetin rakentuminen ja sen pelaaminen muihin on tärkeää, se antaa avaimet tarkastella maailmaa erilaisissa rooleissa. Sankarit, esikuvat ja idolit ovat tärkeitä, ne saattavat olla julkkiksia, fiktiivisiä hahmoja tai arjen sankareita. Internet on nuorille tärkeä ystävyysuhteiden kannalta. Yhteisöpalvelut auttavat luomaan uusia ystäviä ja niitä käyttämällä ylläpidetään ystävyysuhteita (MLL 2013, G.)

4.4 15–18-vuotiaan nuoren kehitys

Täysi-ikäisyyttä lähestyttäessä murrosikään liittyneet tunnekuohut ovat jo laantuneet. Nuori etsii vahvasti omaa identiteettiään ja yrittää totuttautua muuttuneeseen olemukseen. Nuoren irtiotto vanhemmistaan on osa tätä vaihetta, jossa muovautuu uudenlainen suhde äitiin ja isään. Itsenäistymiseen nuori tarvitsee tilaa, mutta aikaa ja tukea tarvitaan vanhemmilta edelleen (MLL 2013, H.) Ryhmä on nuoren identiteetin kannalta välttämätön. Se auttaa monilla tavoin tunteiden, kuten tuskastumisen ja impulsiivisuuden hallinnassa. Ryhmässä täytyy toimia sen asettamilla ehdoilla. Nuoren samaistumisen tarve kuulua johonkin ryhmään on niin vahva, että nuoren omat kriittisetkin mielipiteet ryhmän toiminnasta vaimenevat (Aalberg ja Siimes 2007, 72.)

Ajattelutaito kehittyy entisestään ja nuori pohtii erilaisia käsitteitä ja ideologioita kriittisesti ja voimakkaasti, omista näkemyksistä pidetään vahvasti kiinni. Nuori haluaa kohteen, jonka arvoihin voisi sitoutua. Moraaliajattelu kehittyy myös ja nuori alkaa miettiä moraalikäsitteitä yksilön ja laajemmin yhteiskunnan kannalta (MLL 2013, H.) Tunteet ovat vahvasti nuoren omia ja niitä pidetään usein omana tietona (Turunen 1996, 110). Hänellä saattaa esiintyä tunne-elämän ongelmia, jotka voivat johtua esimerkiksi perheoloista, kasvustaustasta tai erilaisista kokemuksista aikaisemmin (Turunen 1996, 111). Jonkinlainen kapina ja omien rajojen asettaminen kuuluu olennaisena osana nuoruuteen (Turunen 1996, 122).

Tossavaisen (2008) mukaan medioiden käyttö on yleistä ja usein sosiaalista. Internetissä tavatut kaverit muuttuvat "oikeiksi" kavereiksi, joiden tapaaminen kasvotusten on yleistä, lähes puolet 16–18-vuotiaista on tavannut internet-tuttujaan kasvotusten. Internetin käyttäminen lisääntyy huomattavasti. 18-vuotiaana käytetään aikaa internetissä olemiseen keskimäärin 10 tuntia viikossa ja videopelaamiseen käytetty aika kasvaa useaan tuntiin viikossa (Tossavainen 2008.)

5 TYÖN TOTEUTTAMINEN

Tässä kappaleessa esitellään tiivistetysti työn toteuttamisen vaiheet ja sen tekemisessä apuna käytetyt teokset. Tarkemmin kirjallisuuskatsauksen prosessin eri vaiheet käsitellään omissa kappaleissaan.

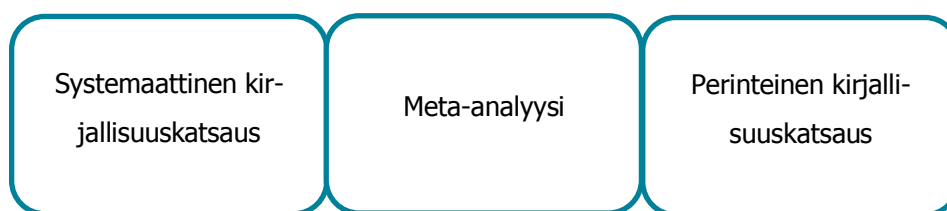
Työ toteutetaan kuvailevalla kirjallisuuskatsauksella, josta käytetään myös nimitystä perinteinen/traditionaalinen kirjallisuuskatsaus. Työ suhteutetaan ammattikorkeakoulun opinnäytetyön laajuuteen. Aineisto ja työhön käytettävä materiaali etsitään tietokannoista, kuten Google Scholar, Linda ja ERIC. Aineistomme on suomen- ja englanninkielistä, joten systemaattisen kirjallisuuskatsauksen kriteerit eivät täyty.

Kirjallisuuskatsaukseen valikoituvan aineiston rajaaminen tapahtuu tarkoin sisäänotto- ja poissulkukriteereiden avulla. Apuna kirjallisuuskatsauksen teossa on englanninkielinen aputeos *Review in Nursing, Health and Social Care* (Coughlan, Cronin ja Ryan 2013) sekä Tuomen ja Sarajärven kirja *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi* (Tuomi ja Sarajärvi 2002), jotka antavat käytännön ohjeita ja käsitteistöä liittyen tutkimukseen. Salmisen (2011) *Mikä kirjallisuuskatsaus?* -julkaisu avaa kirjallisuuskatsausta tutkimusmenetelmänä, joten sitä käytetään teoriapohjan rakentamiseen tässä katsauksessa. Apuna käytetään myös Johansonin (Johansson, Axelin, Stolt & Ääri (toim.) 2007) kirjaa *Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen*, joka antaa ohjeita systemaattisen tiedonhaun toteuttamiseen.

Kirjallisuuskatsauksessa käytetään väitöskirjoja, tutkimuksia ja julkaisuja, joten aineiston jäsentelyyn ja erittelyyn sisällönanalyysi sopii tässä tapauksessa parhaiten. Teoreettisena viitekehystenä työssä kerrotaan lasten- ja nuorten psyykkisistä ja sosiaalisista kehitysvaiheista seitsemästä ikävuodesta 18 ikävuoteen. Keskeiset käsitteet selitetään tiivistetysti ja videopelaamista ilmiönä sekä sen historiaa käsitellään myös omassa kappaleessaan.

6 KIRJALLISUUSKATSAUS MENETELMÄNÄ

Yleisesti kirjallisuuskatsaus mielletään tutkimustekniikaksi ja suunnitelmalliseksi menettelytavaksi, jolla tutkitaan tutkimusta. Kirjallisuuskatsaus jaetaan kolmeen eri perustyyppiin (kuvio 1.) Sitä apuna käyttäen voidaan toteuttaa ”tutkimusta tutkimuksista”, josta kootaan usean eri tutkimuksen tuloksia, jotka luovat pohjan uusille tutkimustuloksille (Salminen 2011, 1.) Kirjallisuuskatsaus terminä vaatii täsmennystä. Suomen kielessä sana kirjallisuuskatsaus on hieman epätarkka. Sana katsaus tarkoittaa lyhyehköä esittelyä jostakin aiheesta ilman sen tarkempaa analyysiä. Englannin kielessä kirjallisuuskatsaus on ”literature review”. Termi ”review” tarkoittaa arviointia tai selontekoa, joka kuvaa paremmin kirjallisuuskatsauksen tarkoitusta (Salminen 2011, 5.)



KUVIO 1. Kirjallisuuskatsauksen kolme perustyyppiä (Salminen 2011, 6.)

6.1 Perinteinen kirjallisuuskatsaus

Yksi yleisin käytetyistä kirjallisuuskatsauksen tyypeistä on perinteinen kirjallisuuskatsaus, josta käytetään myös nimeä kuvaileva kirjallisuuskatsaus. Sitä luonnehditaan yleiskatsaukseksi ilman tarkkoja tai tiukkoja sääntöjä. Aineistoja käytetään laajasti ja niiden valintaa ei rajaa menetelmälliset säännöt. Tutkittava asia onnistutaan kuitenkin esittämään laajasti ja tarpeen vaatiessa luokittelemaan tutkittavan asian ominaisuuksia. Tutkimuskysymykset ovat avarampia kuin meta-analyysissä tai systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa. Se toimii myös itsenäisenä menetelmänä, joka tarjoaa uusia tutkittavia asioita esimerkiksi systemaattiseen kirjallisuuskatsaukseen (Salminen 2011, 6.) Tähän työhön valittiin perinteinen kirjallisuuskatsaus menetelmä, koska menetelmä antaa käyttää laajasti erilaisia aineistoja kirjallisuuskatsauksen tekoon. Sitä käyttämällä aineiston analyysi ja synteesi on vapaamuotoisempaa. Se antaa myös enemmän väljyyttä tutkimuskysymysten noudattamiseen kuin meta-analyysi tai systemaattinen kirjallisuuskatsaus (Salminen 2011, 6.)

6.2 Kirjallisuuskatsauksen työvaiheet

Kirjallisuuskatsaus on loogisesti etenevä prosessi (kuvio 2.) Kirjallisuuskatsaus voidaan jakaa kolmeen vaiheeseen. Ensimmäinen vaihe sisältää katsauksen suunnittelun, toinen vaihe kirjallisuuskatsauksen teon hakuprosesseineen, synteeseineen ja analysointeineen. Kolmannessa vaiheessa suoritetaan raportointi (Johansson ym. 2007, 5.)

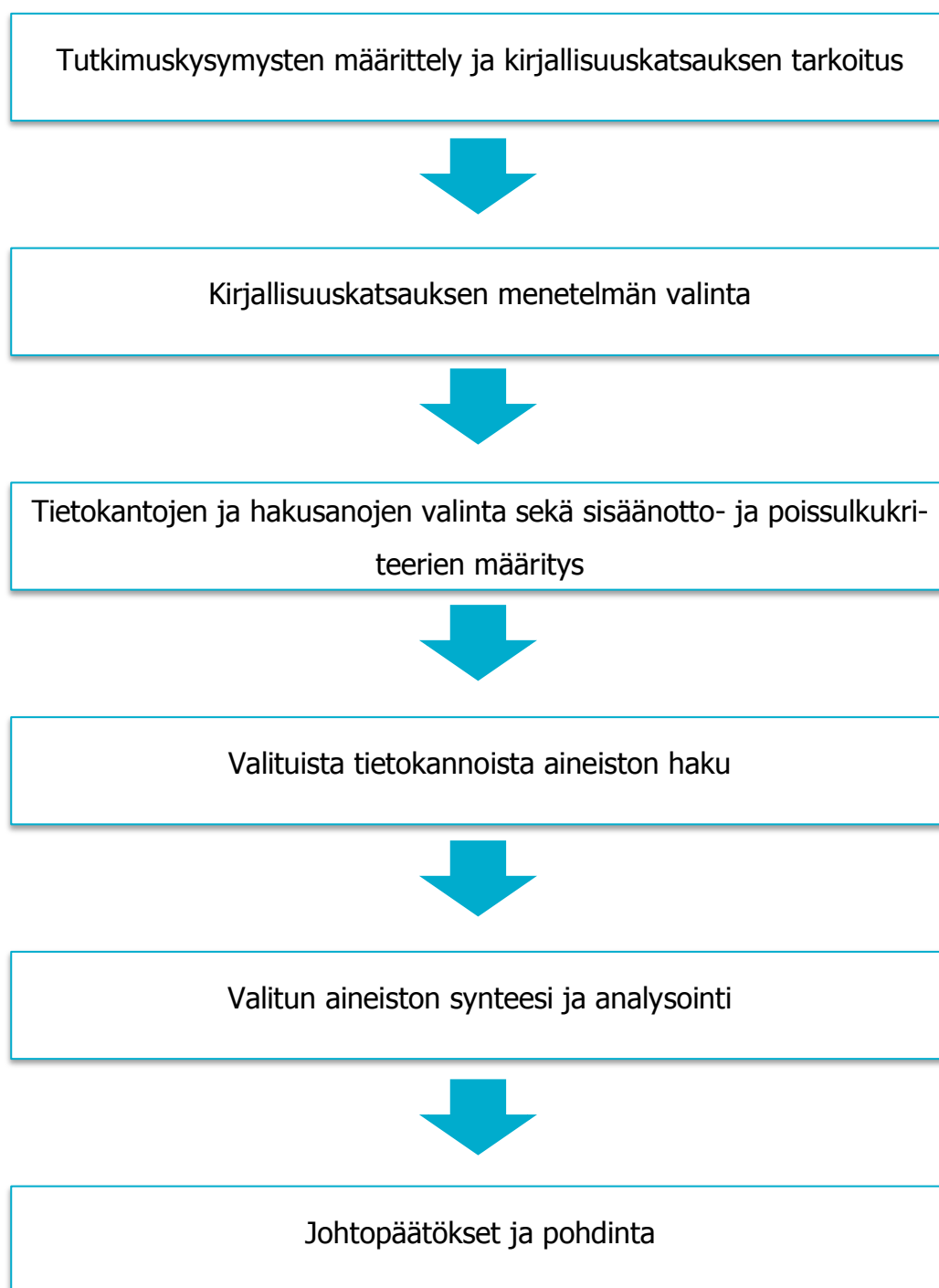
Ensimmäisessä vaiheessa tutustutaan aikaisempiin tutkimuksiin aiheesta ja tarkastellaan kirjallisuuskatsauksen tarvetta. Näiden pohjalta tehdään tutkimussuunnitelma, jossa kerrotaan tutkimuskysymykset. Kysymysten tulee olla selkeitä ja niitä voi olla maksimissaan kolme. Tutkimuskysymysten määrittämisen jälkeen valitaan ja pohditaan menetelmät kirjallisuuskatsaukseen. Menetelmät sisältävät hakutermien pohtimisen ja niiden valinnan sekä aineiston hakemiseen valitut tietokannat. Tutkimusten valinnassa käytetään tarkoin määriteltyjä sisäänotto- ja poissulkukriteereitä. Ne voivat kohdistua esimerkiksi tutkimusasetelmaan, interventioon, kohdejoukkoon tai tuloksiin (Johansson ym. 2007, 6.)

Toisessa vaiheessa edetään tutkimussuunnitelman mukaisesti keräämällä ja valikoimalla kirjallisuuskatsaukseen otettavat tutkimukset. Näistä tehdään analyysia ja synteisiä erikseen ja keskenään. Tässä vaiheessa prosessia, kaikki relevantti tieto tulisi olla kerättyä. Aineistoa tarkastellaan kriittisesti ja analyttisesti. Tekstiä analysoitaessa on tärkeää, että tekstiä on käsitelty kriittisesti, eikä vain kuvaillen. Löydökset esitetään loogisessa järjestyksessä, verraten ja asettaen kontrastiin. Löydösten käsittelyyn voi liittää uusia, työn aikana löytyneitä näkökulmia, jos mahdollista. (Coughlan ym. 2013, 6.) Kirjaaminen eri vaiheista on tärkeää kirjallisuuskatsauksen onnistumisen kannalta ja tulosten relevanttiuden havainnollistamiseksi (Johansson ym. 2007, 6.)

Kolmannessa vaiheessa kerrotaan työn tulokset ja tehdään johtopäätökset (Johansson ym. 2007, 7). Tulokset-osio on ytimekäs yhteenveto tärkeimmistä löydöksistä, jotka ovat nousseet esiin aineistoa arvioitaessa. Arvioijat voivat esittää tulokset tutkimuskysymysten valossa, kysyen työn lopussa uudestaan tutkimuskysymykset ja verraten niitä saatuun tietoon. Tätä voi seurata lyhyt tiivistelmä jo olemassa olevasta tiedosta. Tuloksissa paljastetaan aineiston sisältämät epäjohtonmukaisuudet. Tuloksia ilmoittaessa on olennaista vastata alkuperäiseen tutkimuskysymykseen. (Coughlan ym. 2013, 115.)

6.3 Sisällönanalyysi

Sisällönanalyysissä aineistoa tiivistetään, eritellään, sekä etsitään yhtäläisyyksiä ja eroja. Sisällönanalyysi on tekstianalyysia valmiista tekstistä tai sellaiseksi muutetusta aineistosta. Tekstit voivat olla melkein mitä tahansa: päiväkirjoja, keskusteluja, haastatteluja ja tutkimuksia. Sisällönanalyysillä pyritään tuottamaan tiivis kuvaus, joka yhdistää tulokset suureen kokonaisuuteen ja muihin tutkimuksiin. Sisällönanalyysistä voidaan käsitteenä puhua tarkoittaen niin sisällönanalyysia kuin sisällön erittelyäkin. Sisällön erittely tarkoittaa kvantitatiivista dokumenttien analyysia, kuvaten tekstin tai dokumentin sisältöä. Esimerkiksi joissain tapauksissa voidaan laskea sanojen esiintymistiheyttä useista eri tutkimuksista. Sisällön määrällistä erittelyä ja laadullista voi käyttää yhtä aikaa ja rinnakkain analysoidessa aineistoa (Tuomi ja Sarajärvi 2002, 105-116.) Tässä opinnäytetyössä kirjallisuuskatsauksen tulokset saatiin käyttämällä laadullista sisällönanalyysimenetelmää, jolla tutkimusten tulososioista etsittiin yhteneväisyyksiä ja eroavaisuuksia.



KUVIO 2. Kirjallisuuskatsauksen prosessin eteneminen (Johansson ym. 2007, 5-7.)

7 AINEISTON KERUU JA VALINTA

Kirjallisuuskatsauksen suunnitelun alkuvaiheessa etsittiin aiheeseen liittyvää kirjallisuutta erilaisista sähköisistä tietokannoista suomen- ja englannin kielellä. Tietoa kartoitettiin useista eri tietokannoista alustavilla hakusanoilla kuten "videopelit", "videopelit JA lapset", "video games", "video games AND children" (Taulukko 4.) Hakusanoja kombinoitiin, jolla yritettiin saada mahdollisimman spesifejä hakutuloksia ja näin ollen saada esiin kirjallisuuskatsauksen kannalta merkittävät aineistot. Kaikki hakusanat ja niiden yhdistelmät ja hakutulokset on taulukoitu (Taulukko 4.) Asiasanat tarkistettiin yleisestä suomalaisesta asiasanastosta (YSA) sekä Medical Subject Headings (MeSH) tietokannasta. Näitä hakusanoja käyttämällä saatiin kokonaiskuva siitä, mitä tietokantoja olisi järkevintä käyttää. Useasta tietokannasta (Medic, CINAHL, Cochrane) hakutuloksia saatiin vain muutamia kymmeniä, jotka otsikoiden perusteella eivät vastanneet kirjallisuuskatsauksen kriteereihin, joten näin ollen ei ollut relevanttia kyseisiä tietokantoja käyttää.

Useassa tietokannassa ongelmaksi muodostui tutkimusten maksullisuus. Joidenkin aineistojen fyysinen sijainti teki aineiston saamisen mahdottomaksi. Tämän alustavan tietokantojen karsintaprosessin jälkeen päädyttiin käyttämään neljää eri aineistotietokantaa (Taulukko 3) ja manuaalihakua.

TAULUKKO 3. Tietokantojen esittely.

ERIC	Kansainvälinen tietokanta joka sisältää koulu- ja kasvatustieteen kirjallisuutta. Suurin osa tietokannan kirjallisuudesta on artikkeleita asiantuntija- ja lehdistä. Sisältää myös viitteitä väitöskirjoista, tutkimusraporteista ym. Tietokanta päivitetään kerran kuussa (Johansson ym. 2007, 33.)
LINDA	Melinda on suomalaisten kirjastojen yhteistietokanta. Se sisältää Suomen kansallisbibliografian sekä viitetiedot yliopistokirjastojen, yhteiskirjastojen, Eduskunnan kirjaston, Varastokirjaston ja Tilastokirjaston tietokantoihin sisältyvistä aineistoista.
Google Scholar	Hakukonejätti Googlen tarjoama ilmainen hakukone, jolla voi etsiä tieteellisiä julkaisuja. Etsii monesta eri tietokannasta aineistoa. Tarkkaa tietoa siitä kuinka monesta tietokannasta Scholar etsii ei ole saatavilla.
Pubmed	Ilmainen hakukone joka etsii pääasiallisesti MEDLINE- tietokannasta. Hakukonetta ylläpitää yhdysvaltojen kansallinen lääketieteellinen kirjasto (Pubmed 2013)

Videopelaamista pelaamisen muotona, kulttuurisena ilmiönä ja esimerkiksi videopelien tekemistä on tutkittu suhteellisen paljon, mutta videopelaamista ja terveysvaikutusten suhdetta on maailmalla tutkittu suhteellisen vähän, joka voidaan nähdä hakutulosten määrästä eri tietokannoista (Taulukko 4.) Tutkimusten määrä aiheesta on kasvanut nopeaan tahtiin 2000- luvulla ja suurin osa löydetyistä tutkimuksista oli julkaistu sen jälkeen. Tämän selittää videopelaamisen suosion kasvu, videopelien tarjonnan kasvu sekä mahdollisuus pelata niitä usealla eri laitteella. Erilaiset väkivallanteot ja koulusurmat ovat nostaneet kiinnostusta aiheeseen, koska moni koulusurmaaja oli pelannut jotakin väkivaltaista videopeliä ja tämä on nostanut esiin kysymyksiä videopelien ja surmatekojen yhteydestä. Suomessa asiaa on tutkittu vähän, joka näkyy hakutuloksissa.

TAULUKKO 4. Hakutulokset eri hakusanoilla valituista tietokannoista. Hakupäivä 10.12.2013

Hakusana	Eric	Linda	Google Scholar	PubMed
video games	1631	451	5900	2507
video gaming	245	71	749	397
video games AND aggression	77	-	141	153
Video games AND adolescents	224	-	74000	1002
Video games AND children	25	-	251	954
Video games AND influences	16	-	9	58
Video gaming influences	30	1	5	5
Video games AND mental	54	-	13	190
video games AND behavior	240	-	109	1146
Video games AND affective	23	-	9	35
Video games AND health	123	4	78	892
video games AND mood	10	-	14	157
Video games AND empathy	12	-	8	19
pelaaminen	-	356	20	-
videopel?	-	439	-	-
videopel? laps?	-	43	-	-
videopelit	-	414	-	-
videopel? vaikut?	-	61	-	-
videopel? JA vaikut?	-	18	-	-
videopel? JA aggre?	-	2	-	-
videopel? JA käyt?	-	36	-	-
videopel? JA terveys	-	4	-	-
Yhteensä	2710	1900	81306	7515

Sisäänotto- ja poissulkukriteerit (Taulukko 5) määritettiin tarkoin ennen hakuprosessin aloittamista. Kriteereitä sovellettiin haun eri vaiheissa, jotta relevantit tutkimukset eivät jäisi hakuteknisistä syistä huomioimatta. Ensimmäisellä hakukerralla käytettiin tietokantoihin sisäänottokriteereitä kuten julkaisuvoittoa ja julkaistukieltä. Näistä saadut hakutulokset katsottiin ja luettiin läpi, jonka jälkeen ne suodatettiin poissulkukriteerien mukaisesti. Tämän aineiston valintaprosessin jälkeen saatiin aineistot, jotka otettiin mukaan kirjallisuuskatsaukseen (Taulukko 6).

TAULUKKO 5. Sisäänotto- ja poissulkukriteerit.

Sisäänottokriteerit	Poissulkukriteerit
Julkaistu 2000 vuonna tai sen jälkeen	Julkaistu ennen vuotta 2000
Julkaisukielenä Suomi tai Englanti	Julkaisukielenä muu vieras kieli
Koko teksti saatavilla ilmaiseksi tai tutkimuksesta esillä kattava artikkeli	Aineisto maksullinen
Väitöstutkimus, tieteellinen artikkeli, lisensiaattityö, Pro Gradu	Theseus, lähteetön artikkeli tai uutinen, meta-analyysi
Tutkimus tehty oletusarvoltaan terveillä lapsilla	Tutkimus tehty sairailta lapsilla
Otsikon perusteella aiheeseen liittyvä	Otsikon perusteella ei liity aiheeseen
Vastaa tutkimuskysymyksiin	Ei vastaa tutkimuskysymyksiin
Tutkimus käsittelee alle 18-vuotiaita	Tutkimus tehty yli 18-vuotiailla

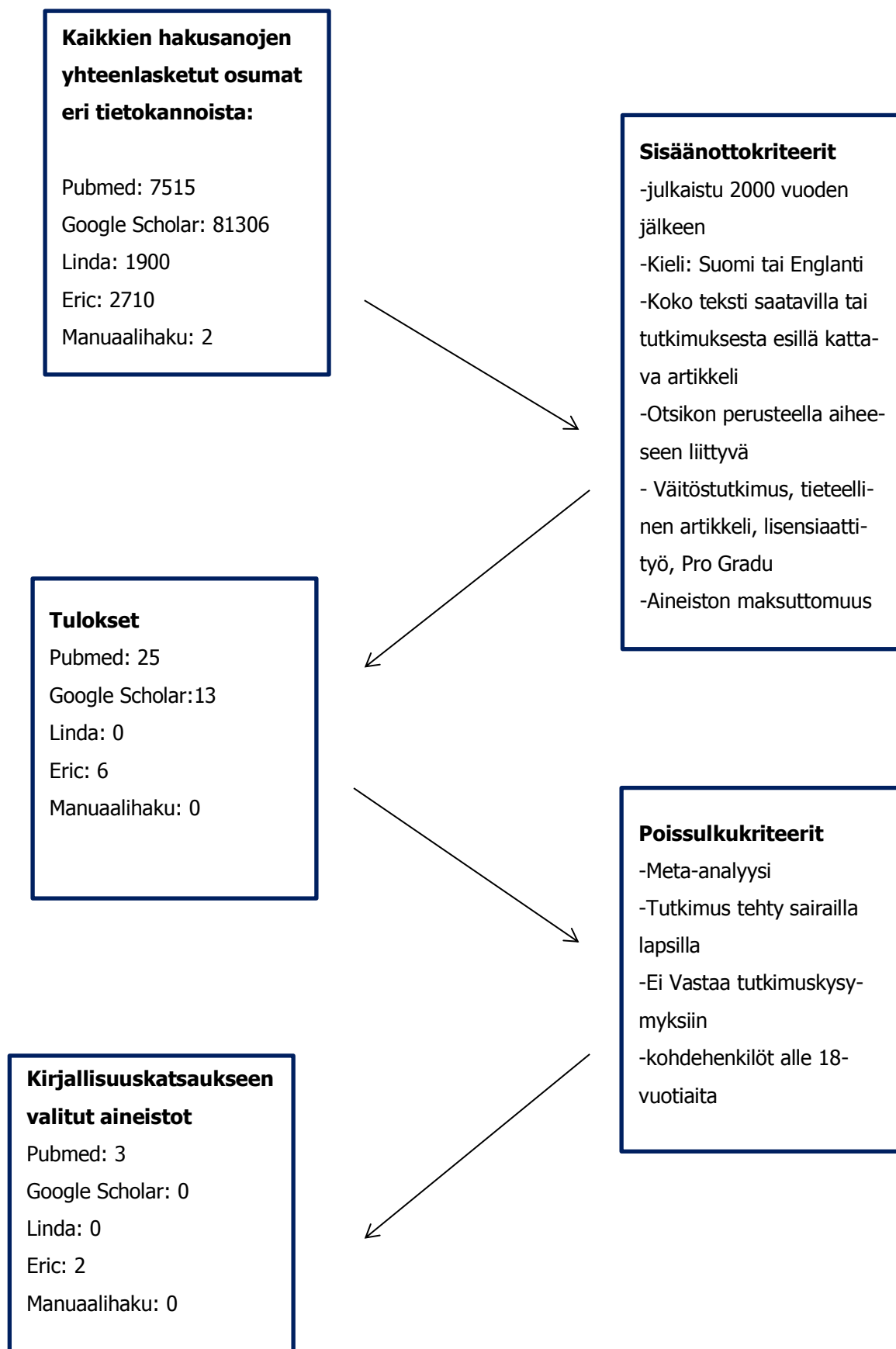
Ensimmäisenä kaikkiin valittuihin tietokantoihin ja manuaalihakuun käytettiin valittuja sisäänottokriteereitä (Taulukko 5.) Suurimmassa osassa tietokannoista oli helppo laittaa kriteerit suoraan hakukoneen hakukriteereihin, toisissa sisäänottokriteerien mukainen haku vaati aineistojen selaamista manuaalisesti. Hakuprosessi aloitettiin käyttämällä kombinoituja englannin kielisiä hakusanoja, joilla saatiin tutkimuskysymyksiä vastaavat aineistot esille. Englannin kielisinä hakusanoina käytettiin "video games AND aggression", "video games AND behaviour", "video games AND health" ja "video games AND empathy". Suomenkieliset hakusanat olivat "videopel? JA vaikut?", "videopel? JA vaikut?", "videopel? ja terveys", "videopel? ja aggre" ja "videopel? ja käyt". Kaikista tietokannoista (Taulukko 4) haettiin englannin- ja suomenkielisillä hakusanoilla. Google Scholarista haettaessa ei käytetty "AND" tai "JA" sanaa hakuteknisistä syistä.

Ensimmäisen kierroksen sisäänottokriteerit olivat: aineistojen julkaisukieli englanti tai suomi, julkaistu vuoden 2000 jälkeen ja koko teksti saatavilla tai tutkimuksesta on esillä kattava artikkeli. Aineiston täytyi myös olla maksuton. Kirjallisuuskatsaukseen kelpuutettiin väitöstutkimuksia, tieteellisiä artikkeleita, lisensiaattitöitä tai Pro Graduja. Tutkimuksen täytyi otsikon perusteella vaikuttaa aiheeseen sopivalta, jotta se voitiin kelputtaa mukaan toiselle hakukierrokselle. Näitä sisäänottokriteereitä käyttäen jokaiseen valittuun tietokantaan haun tulokseksi saatiin yhteensä 44 kappaletta (Taulukko 6.) Pubmedista löytyi 25 kappaletta, Google Scholarista 13 kappaletta, Ericistä 6 kappaletta. Lindan

ja manuaalihaun tulos ei tuottanut varteenotettavia tuloksia, joten niistä ei enää etsitty materiaalia seuraavalla hakukierroksella.

Toisella hakukierroksella käytettiin poissulkukriteereitä, joita käytettiin ensimmäisen kierroksen hakutulosten seulomiseen. Aineistot jätettiin pois, jos ne olivat meta-analyysyjä, tutkimus käsitteli yli 18-vuotiaita tai jos kohdehenkilöllä oli valmiiksi diagnosoitu jokin psyykkinen sairaus, kuten esimerkiksi käytös- tai tarkkaavaisuushäiriöitä. Viimeisellä poissulkukriteerillä oli tarkoitus varmistaa että tutkimus vastaa tarpeeksi adekvaatisti asetettuihin tutkimuskysymyksiin. Tämän hakuprosessin jälkeen kirjallisuuskatsaukseen valikoitui viisi tutkimusta (Taulukko 7).

KUVIO 6. Aineiston valintaprosessi.



Kirjallisuuskatsaukseen valikoitui aineistoja Pubmedistä (3 kappaletta) ja Ericistä (2 kappaletta.) Kaikki viisi tutkimusta olivat englannin kielisiä. Aineistoista neljä oli tutkimuksia ja yksi tieteellinen artikkeli. Kaksi niistä oli tehty vuonna 2009. Yksi tutkimuksista oli julkaistu 2010, yksi 2007 ja kaikista aineistoista valikoitu myös verrattain tuore tutkimus vuodelta 2013. Aineistot koostuivat ympäri maapalloa olevista tutkimuksista, Singaporesta, Yhdysvalloista, Kanadasta, Hollannista ja Englannista. Ne ovat kaikki laajasti luettavissa, osa tutkimuksista kokonaan, toisista taas esillä kattava yhteenveto, joka katsottiin riittäväksi tähän kirjallisuuskatsaukseen.

TAULUKKO 7. Kirjallisuuskatsaukseen valitut aineistot.

TUTKIMUKSEN NIMI JA JULKAISUVUOSI	TEKIJÄT
Do television and electronic games predict children's psychosocial adjustment? Longitudinal research using the UK Millennium Cohort Study. 2013.	Alison Parkes, Helen Sweeting, Daniel Wight ja Marion Henderson.
The Effects of Prosocial Video Games on Prosocial Behaviors: International Evidence from Correlational, Longitudinal, and Experimental Studies. 2007.	Shintaro Yukawa, Nobuko Ithori, Lim Kam Ming, Akiko Shibuya, A, Angeline Khoo ja Akira Sakamoto.
The Video Game Debate: Bad for Behaviour, Good for Learning? 2009.	Canadian Council on Learning
Young Children's Video/Computer Game Use: Relations with School Performance and Behavior. 2009.	Erin C. Hastings, Tamara L. Karas, Adam Winsler, Erin Way, Amy Madigan ja Shannon Tyler.
The Effects of Pathological Gaming on Aggressive Behavior. 2010.	Jeroen S. Lemmens, Patti M. Valkenburg ja Jochen Peter

8 VALITTUJEN AINEISTOJEN ESITTELY

Tässä osiossa esitellään tarkemmin valitut aineistot jotka on jaettu omiin kappaleisiin. Jokaisen aineiston esittelyn jälkeen valittu aineisto analysoidaan, luotettavuutta tarkastellaan ja näiden pohjalta tehdään johtopäätöksiä. Alla olevaan taulukkoon (Taulukko 8) on koottu tiivistetysti tutkimusten tekijät, tutkimuspaikat- ja vuodet, tarkoitus, aineisto, sen keruu sekä keskeiset tulokset.

TAULUKKO 8. Tutkimuksen tekijät, tutkimuspaikat ja – vuodet, tarkoitus, aineisto, sen keruu sekä keskeiset tulokset

Tekijä(t), tutkimuspaikka ja julkaisuvuosi	Tarkoitus	Aineisto, aineiston keruu	Keskeiset tulokset
Parkes, Sweeting, Wight ja Henderson, Englanti 2013	Tutkii videopelaamisen ja television katsomisen psykososiaalisia vaikutuksia lapsiin	N=11014 7-vuotiaat Sukupuolijakaumaa ei ilmoiteta Kysely	Videopelaamisella ja käytöshäiriöillä ei todettu selvää yhteyttä
Yukawa, Ihuri, Ming, Shibuya, Liao, Khoo ja Sakamoto, Singapore 2009	Tutkii videopelitalojen ja prososiaalisen käyttäytymisen yhtettä	N=727 nuorta keski-ikä 13 vuotta 73 % miehiä Kysely	Pelaajilla, jotka pelasivat prososiaalisia videopelejä, havaittiin positiivinen yhteys prososiaaliseen käytökseen. Nuorilla, jotka pelasivat väkivaltapelejä, vaikutukset olivat päinvastaiset
Canadian Council on Learning, Kanada 2009	Taustoittaa videopelien negatiivisia ja positiivisia vaikutuksia	Kokoavaa tietoa eri lähteistä ja Kanadan opetushallituksen omaa päätelmää tuloksista	Väkivaltapelien pelaajilla havaittiin heikeneviä koulutuloksia ja sosiaaliset kontaktit vähenivät, kun taas opetuspelien pelaaminen oli hyödyllistä nuorille
Hastings, Tamara, Winsler, Way ja Tyler, USA 2009	Tutkii videopelien yhteyttä kouluarvosanoihin ja käyttäytymiseen. Vanhempien valvonnan yhteyttä tutkittiin myös	N=70 6-10 vuotiaita 50 % poikia Kysely	Pelaamiseen käytetty aika oli yhteydessä huonoon koulumenestykseen ja aggressioon. Väkivaltaisten videopelien pelaamisella ja keskittymishäiriöllä havaittiin yhteys. Opetuspelit olivat yhteydessä hyvään koulumenestykseen.
Lemmens, Valkenberg ja Peter, Hollanti 2010	Tutkii johtaako patologinen pelaaminen fyysisen aggression lisääntymiseen	N=851, Poikia 51 % 11–17 vuotiaita Kysely	Patologinen pelaamisen havaittiin lisäävän fyysistä aggressiota. Tutkimus ei ota kantaa siihen, onko kyseessä pelaamisesta johtuva ongelma vai onko pelaaminen vain oire.

8.1 Do television and electronic games predict children's psychosocial adjustment? (Parkes, Sweeting, Wight & Henderson 2013)

Vuonna 2013 julkaistu tutkimus, joka on osa suurta Millennium Cohort Study –tutkimusta. Tutkimus tutkii, kuinka paljon videopelien pelaaminen ja TV:n katsominen vaikuttaa psykososiaalisesti lapsiin. Kohderyhmänä tutkimuksessa oli 11 014 kpl 5-vuotiaasta lasta Yhdistyneestä Kuningaskunnasta. Tutkimuksen alkaessa lapset olivat 5-vuotiaita, jolloin lasten äidit täyttivät kyselylomakkeen. Lasten täyttäessä seitsemän vuotta, lasten äidit vastasivat samaan kyselylomakkeeseen uudelleen. Näitä tietoja verrattiin keskenään, joista tutkimustulokset saatiin. Tutkimuksen mukaan yli kolme tuntia päivässä televisiota katsovilla lapsilla käytöshäiriöt lisääntyivät seitsemään ikävuoteen mennessä. Tulokset saatiin, kun tutkittavia verrattiin niihin lapsiin, jotka katsoivat televisiota alle tunnin päivässä. Videopelaamisella ja käytöshäiriöillä ei todettu selvää yhteyttä. Yhteyttä ei löydetty myöskään yliaktiivisuuteen, keskittymishäiriöihin, emotionaalisiin oireisiin, prososiaaliseen käytökseen tai käytösongelmiin oman ikäisten lasten kanssa (Millennium Cohort Study 2013, 1-2.)

Tutkimus on osa Englantilaisista kohorttitutkimusta ja yksi noin 300 tutkimuksesta, jotka ovat tuotettu tutkimusmateriaalista. Nimenomaan pelaamista käsittelevä tutkimus on huomioitu laajasti suomalaisessakin mediassa, johtuen osin varmasti otoksen laajuudesta (11014) ja sen tuomasta luotettavuudesta. Tuloksen ollessa videopelilyönteinen, vastoin yleistä linjaa, lehdistö on uutisoinut tutkimuksesta laajasti. Tutkimuksen kohdehenkilöiden ollessa vasta 7- vuotiaita herää kysymys siitä, että ovatko videopelaamiseen liitetyt ongelmat (aggressio, käytöshäiriöt ym.) vasta tulossa myöhemmällä iällä näkyviin.

8.2 The Effects of Prosocial Video Games on Prosocial Behaviors: International Evidence from Correlational, Longitudinal, and Experimental Studies (Yukawa, Ihori, Shibuya & Sakamoto, Singapore 2009)

Singaporelainen tutkimus vuodelta 2009, joka kokosi yhteen kolme videopeliihanteista tutkimusta. Tästä katsauksesta valittiin tutkimus 1, joka ei ollut saatavana maksuttomana mistään muualta.

Tutkimus on tehty Singaporessa 2007. Tutkii videopelitalojen ja prososiaalisen käyttäytymisen yhteyttä. Kohderyhmänä oli 727 yläaste-ikäistä singaporelaista nuorta, joista 73 % oli miehiä. Keski-ikä kohdehenkilöillä oli 13 vuotta. Tutkimus suoritettiin kyselytutkimuksena. Kyselylomakkeita oli käytössä useita ja niissä kysyttiin kysymyksiä liittyen mm. empatiaan, aggression hyväksymiseen, prososiaaliseen käyttäytymiseen sekä videopelisiin. Videopelaamisesta pyydettiin listaamaan suosikkipelejä, kuinka monta tuntia viikossa kutakin peliä pelasi, kuinka monesti he pelissä satuttivat tai tappoivat toisen pelaajan ja vastavuoroisesti, kuinka usein auttoivat toista pelaajaa pelissä. Peliä ja se mitä videopeliä pelattiin, kerrottiin tietyllä kertoimella. Niillä nuorilla, jotka pelasivat prososiaalisia pelejä, oli positiivinen yhteys prososiaaliseen käytökseen. Nuorilla, jotka pelasivat väkivaltapelejä, vaikutukset olivat päinvastaiset. Siihen, oliko väkivaltapeleillä ja siihen käytetyllä ajalla merkitystä tutkimustuloksiin ei voitu suoraan toteen näyttää (Yukawa, Ihori, Ming, Shibuya ja Sakamoto 2009, 4-5.)

Tutkimus on tehty suurelle otannalle. Miesten suuren osuuden tutkimuksessa selittänee se, että miehillä videopelien pelaaminen on yleisempää kuin naisilla. Kyselylomakkeita tutkimuksessa oli useita ja niissä kysyttiin hyvinkin spesifejä asioita videopelaamiseen ja käytökseen liittyen. Tutkittava asiaa oli tarkasteltu monesta näkökulmasta. Kuitenkin syy- seurassuhteet jäävät tutkimuksessa epäselviksi, pelaavatko jo valmiiksi prososiaaliset ihmiset prososiaalisia pelejä vai aiheuttaako prososiaalinen pelaaminen prososiaalista käytöstä? Sama johdannaisuus pätee väkivaltapeleihin; pelaavatko jo valmiiksi väkivaltaan taipuvaiset ihmiset väkivaltaisista pelejä vai aiheuttaako väkivaltainen pelaaminen väkivaltaa?

8.3 The Video Game Debate: Bad for Behaviour, Good for Learning? (Canadian Council On Learning 2009)

Kanadalainen artikkeli vuodelta 2009 tutkii väkivaltaisen käytöksen ja videopelien yhteyttä. Sen mukaan (Canadian council on learning 2009, 2) väkivaltapeleillä ja aggressiivisella käytöksellä on vahva yhteys. Julkaisu on asiantuntija-artikkeli, jossa lainataan useita tieteellisiä tutkimuksia.

Artikkeli taustoittaa videopelien pelaamisen positiivisia ja negatiivisia vaikutuksia. Teksti kokoaa tietoa, todeten väkivaltapelien aiheuttavan huononevia koulutuloksia sekä vähentävän sosiaalisia suhteita. Artikkelin kertoo kuitenkin tietynlaisten pelien kuten opetuspelien, olevan hyödyllisiä nuorille. Tulokset esittävät videopelien olevan äärimmäisen suosittuja, joten niiden valjastaminen oppimiskäyttöön olisi hyödyllistä (Canadian council on learning 2009, 2-3.)

Artikkeliin on yhdistetty tiiviisti ja helppolukuisesti useita tutkimuksia, joista on poimittu olennaisia asioita pelaamisesta. Pelaamisen hyödyt opiskelua ajatellen on nostettu esiin ja esitely vaihtoehtoja, kuinka hyötyä siitä. Artikkelin käsittelee pelaamisesta vahvasti koulun ja oppimisen näkökulmasta, joten se käsittelee vähemmän pelaamisen syy- seuraussuhteita.

Artikkelin on tehnyt Kanadan opetushallitus, joka on poliittisesti sitoutumaton ja voittoa tavoittelematon järjestö. Näin ollen artikkelilla ei näyttäisi olevan piilotettua agenda, jolla ajettaisiin hallituksen tiettyä opetukseen käytettävää linjaa. Artikkelissa apuna käytetään tutkimuksia, jotka tuovat esiin videopelaamisen hyötyjä ja haittoja monesta näkökulmasta. Näistä tuloksista on tehty oppaanomainen teos opettajille.

8.4 The Effects of Pathological gaming on aggression (Lemmens, Valkenberg & Peter, Hollanti 2010)

Hollantilainen vuonna 2010 tehty pitkittäistutkimus toteutettiin kaksiosaisena kyselytutkimuksena, selvitti lisääkö patologinen pelaaminen pelaamiseen käytettyä aikaa ja johtaako se fyysisen aggression lisääntymiseen. Tutkimukseen osallistui 851, 11–17 -vuotiasta Hollantilaista nuorta. Nuoret olivat erilaisista sosioekonomisista luokista. Naisten osuus oli 49 %. Osallistuneista 540, joista 30 % naisia, pelasi videopelejä. Kyselyjen välillä patologisesti pelaavien pelaamiseen käyttämä aika oli noussut. Erityisesti väkivaltapelejä pelanneiden pelimäärät korreloivat fyysisen aggression kanssa. Tutkimus toteaa vaikea-asteisen patologisen pelaamisen, riippumatta pelien sisällöstä, aiheuttavan

aggressiota pojissa, poikien ollessa väkivaltapelien suurin kuluttajaryhmä. Aggression katsotaan johtuvat samankaltaisista mekanismeista kuin muissakin riippuvuuksissa (Lemmens, Valkenburg & Jochen 2010.)

Tutkijoiden pääasiallinen kiinnostuksen kohde tässä tutkimuksessa oli tutkia, kasvaako pelaamiseen käytetty aika ongelmapelaajilla. Aihetta ei ole tutkittu ennen tätä. Tutkimus osoittaa, kuten olettaa saattaa, patologisen pelaamisen johtavan yhä kasvaviin pelimääriin tunneissa mitattuna. Tutkimuksessa on otettu huomioon sukupuolijakauma, joka antaa selkeästi viitteitä pelaamisen suosioista poikien keskuudessa. Tulokset, jotka osoittavat väkivaltaisten taipumusten esiintyvän vain pojilla, eivät tutkijoiden mukaan vähennä tulosten arvoa, sillä tytöt eivät yksinkertaisesti pelaa väkivaltapelejä samoja tuntimääriä poikien kanssa (Lemmens, Valkenburg ja Jochen 2010.)

Tutkimus on tehty verrattain suurelle otannalle. Kaksiosaisen kyselytutkimuksen ensimmäisestä osiosta, johon vastasi 1024 nuorta, määrä pieneni toisessa kyselyssä 540 pelaavaan nuoreen. Nuoria oli otettu mukaan kyselyyn kaikista sosioekonomisista luokista. Tutkimus oli luotettava ja siitä saatu tieto vahvisti ennako-olettamuksia videopelien ja aggression välisestä suhteesta.

8.5 Young Children's Video/Computer Game Use: Relations with School Performance and Behavior (Hastings, Tamara, Winsler, Way, Madigan & Tyler, Yhdysvallat 2009)

Yhdysvaltalainen tutkimus vuodelta 2009. Tutkimus tutki videopelaamisen yhteyttä kouluarvosanoihin ja käyttäytymiseen. Yhteyttä vanhempien valvontaan, lapsen sukupuoleen ja pelaamisen kontekstiin tutkittiin. Kohderyhmänä 70 kpl 6-10 vuotiaita lapsia joista 50 % oli poikia. Suurin osa oli keskiluokkaista perheistä ja suurin osa perheistä (97 %) asui yhdessä. Lasten äideille lähetettiin kyselylomake kotiin. Kyselylomakeessa kysyttiin mm. vanhempien valvontaa, koulumenestystä, median sisältöä ja tyyppiä, aikaa jonka lapset käyttivät peleihin ja muihin harrastuksiin, lapsen käyttäytymiseen liittyviä kysymyksiä ja sosiaalisia yhteyksiä. Pelaamiseen käytetty aika oli yhteydessä huonoon koulumenestykseen ja aggression. Väkivaltaisten videopelien pelaamisella ja keskittymishäiriöllä löydettiin yhteys. Opetuspelit olivat yhteydessä hyvään koulumenestykseen. Sukupuolella tai vanhempien valvonnalla ei löytynyt merkittävää yhteyttä tuloksiin (Hastings, Tamara, Winsler, Way, Madigan ja Tyler 2009, 1.)

Tutkimus ei löytänyt merkitystä vanhempien valvonnalla. Erityisesti Suomessa Mediakasvatuksen (Mediakasvatus 2013) mukaan vanhempien valvonnan merkitystä videopelien valitsemisessa ja pelaamisessa painotetaan. Tarkoittaisiko vanhempien valvonta sitä, ettei alaikäiset pelaisi ikäisiltään kiellettyjä pelejä, vai pelaisivatko vanhemmat lastensa kanssa. Luonnollisesti vanhempien läsnäolo ei muuta suuresti lapsen kokemusta väkivaltaisesta pelistä. Kuitenkin aiempi tutkimustieto osoittaa vanhempien valvonnan olevan merkittävä tekijä lapsen pelaamisessa sekä käytöksessä perheissä, joissa vanhemmat valvovat ja rajoittavat pelaamista, lapsi ei altistu ikäisilleen sopimattomille peleille ja täten negatiiviset vaikutukset 2004 vuonna tehdyn (Gentile, Lynch, Linder, ja Walsch 2004) tutkimuksen mukaan saattavat jäädä pienemmiksi.

9 POHDINTA

9.1 Kirjallisuuskatsauksen tulokset

Kirjallisuuskatsauksen tulokset saatiin tekemällä sisällönanalyysiä, jolla kuvaamme sanallisesti valittujen aineistojen tulososioiden sisältöä. Haimme tulososioista yhteneväisyyksiä. Tulososioiden teksteistä esiin nousi käsitteet videopelien sisältö, koulumenestys, aggressio, väkivalta, käytöshäiriöt, pelaamisen käytetty aika, prososiaalisuus ja ongelmanratkaisu. Käsitteet ja niiden konteksti tekstissä syntetisoitiin ja aseteltiin siten, että se vastaisi asetettuihin tutkimuskysymyksiin Mitä terveyshaittoja videopelaamisella on alaikäisen psyykkisen ja sosiaaliseen terveyteen? Mitä terveyshyötyjä videopelaamisella on alaikäisen psyykkisen ja sosiaaliseen terveyteen?

Opetuspelit tai pelit, joissa on jonkinäköistä oppisisältöä ovat yhteydessä hyvään koulumenestykseen (Canadian Council On Learning 2009; Hastings ym. 2009.) Matemaattisten opetuspelien pelaaminen on yhteydessä parantuneeseen matemaattiseen ongelmaratkaisukykyyn (Canadian Council On Learning 2009). Videopelien sisällöstä riippumatta videopelaamiseen käytetty liiallinen aika on yhteydessä huonoon koulumenestykseen (Hastings ym. 2009; Parkes ym. 2013) sekä aggression lisääntymiseen (Hastings ym. 2009; Lemmens ym. 2010; Yukawa ym. 2009).

Lasten- ja nuorten käytöshäiriöt näyttäisivät lisääntyvän iän myötä (Yukawa ym. 2009; Hastings ym. 2009; Lemmens ym. 2010) kun taas Parkesin ym. erittäin laajassa (N=11014) kohorttitutkimuksessa seitsemän vuotiaiden videopelaamisella ja käytöshäiriöillä ei todettu selvää yhteyttä. Prososiaaliset pelit lisäävät Yukawan ym. mukaan prososiaalista käytöstä kun taas väkivaltaiset pelit johtivat alaikäisten antisosiaaliseen käytökseen (Yukawa ym. 2009; Canadian Council On Learning 2009.) Parkes ym. kuitenkin toteaa tutkimuksessaan, ettei pelaaminen aiheuttanut prososiaalista käyttäytymistä (Parkes ym. 2013). Sukupuolella ei koettu olevan merkitystä tuloksiin (Parkes ym. 2013; Hastings ym. 2009.)

9.2 Tulosten pohdinta

Videopelit esitetään Pasasen ja Arjorannan (Pasanen ja Arjoranta 2013) mukaan usein negatiivisessa valossa. Tutkimukset osoittavat kuitenkin kategorisesti, että opetus- sekä prososiaaliset pelit tuottavat positiivisia tuloksia lapsen elämässä. Lapsi on esiteini-iässä altis niin hyvälle kuin huonoillekin vaikutuksille. Esiteini-ikäisen tunnekontrolli ei ole vielä kehittynyt, mikä lisää impulsiivisuuden riskiä. Impulsiivisuus yhdistettynä ikäryhmälle sopimattomiin videopelieihin on usein huono yhdistelmä. (MLL 2013, D.) Kuitenkin nuoren lähestyessä täysi-ikäisyyttä moraalijattelu kehittyy ja nuori kykenee ajattelemaan asioita laajemmin (MLL 2013, H). Tämä moraalijattelun kehittyminen voi tarjota nuorelle avaimet käsitellä myös ikäryhmälle sopimattomia peleissä esiintyviä teemoja, kuten väkivaltaa, seksiä, kauhua tai eettisesti arveluttavia sisältöjä. Empatian, ratkaisukykyyn sekä sosiaalisuuden

kehittyminen ovat myös pelaamisen sivuvaikutuksia. Esille nousee kuitenkin usein negatiiviset asiat, positiivisten jäädessä tutkijoiden tuloksiin. Suomessakin tapahtuneet koulusurmat nostavat usein videopelit julkiseen keskusteluun. Tällöin tarvitaan objektiivista, tutkittua ja faktapohjaista tietoa videopelaamisen vaikutuksista.

Lapsi voi altistua itselleen sopimattomille sisällöille kaveripiirinsä kautta. Vaikka lapsi kokisi materiaalin itsellensä sopimattomaksi, pelottavaksi tai jopa ahdistavaksi, voi lapsi pitää sitä pakollisena ryhmään kuuluakseen.

Kirjallisuuskatsaksessakin mainitut (Hastings ym. 2009; Parkes ym. 2013) tutkimukset esittävät videopelien pelaamisen heikentävän koulumenestystä. Näitä tuloksia arvioitaessa, tulisi kysyä, pelaavatko heikosti koulussa menestyvät lapset paljon videopelejä vai johtuuko heikko koulumenestys videopelien pelaamisesta.

Videopelejä pelaavan lapsen tai nuoren aggressio ei välttämättä liity itse videopelaamiseen, vaan voi olla osa normaalia kasvukehitystä. Vihantunteet ja aggressio liittyvät Turusen (1996, 107-108) mukaan murrosikäisen tarpeeseen itsenäistyä ja vallan ottamiseen omasta elämästään.

Usean tutkimuksen tulokset esittävät ongelmien kasvavan pelaamisen käytetyn ajan kasvaessa. Vaikka suuret pelimäärät antavat joskus viitteitä ongelmista, aina näin ei ole. Pelaaminen voi olla vakavasti otettava harrastus, johon pelaaja haluaa panostaa ja josta voi jopa tulla ammatti. Oleellista onkin tarkkailla elämänlaatua, aiheuttaako harrastus ongelmia tai onko pelaamisessa pakonomaisia piirteitä. Pelimaailmaan voi paeta todellisen elämän murheita ja epäilyn ongelmista herätessä, tulisikin pohtia miksi pelataan ja koetaanko se itse ongelmaksi. Pelataanko murheiden unohtamiseksi, vai aiheutuvatko murheet pelaamisesta?

9.3 Kirjallisuuskatsauksen luotettavuus ja eettisyys

Kirjallisuuskatsauksen aihepiiri oli suhteellisen kapea, joten tutkittua tietoa löytyi suhteellisen vähän. Tietokannoista haku onnistui ongelmitta ja hakusanojen yhdistäminen toimi kaikissa tietokannoissa. Käytetyt tietokannat olivat laajoja ja suurin osa kansainvälisesti merkittäviä. Hakusanoilla löydettiin useita aiheeseen sopivia tutkimuksia, mutta niistä verrattain pieni osa täytti kirjallisuuskatsauksen valintakriteerit.

Ennen hakuprosessia tehtiin tarkat sisäänotto- ja poissulkukriteerit, jotta aineistojen valinta kohdistuisi katsauksen tarkoitusta vastaaviin aineistoihin. Tarkoilla sisäänottokriteereillä (Khan, Kunz, Kleijnen & Antes 2011, 35) mukaan minimoidaan haun tekijän subjektiivinen valikoitumisharha mahdollisimman pieneksi. Hakuprosessi suoritettiin mahdollisimman järjestelmällisesti, jotta mahdolliset kiinnostavat aineistot eivät jäisi huomioimatta hakuprosessissa, mutta on mahdollista, että hakuteknisistä tai tutkijoista johtuvista syistä jotkin varteenotettavat aineistot jäivät huomioimatta. Manuaalihaikua käytettiin hakuprosessin yhtenä osana, joka (Johansson ym. 2007, 67) mukaan lisää katsauksen

luotettavuutta. Katsauksessa käytettiin vain suomen- ja englanninkielistä materiaalia, jonka vuoksi työn kannalta kiinnostavat aineistot ovat saattaneet jäädä kirjallisuuskatsauksen ulkopuolelle. Suurin yksittäinen kriteeri, joka poissulki valideja aineistoja, oli niiden maksullisuus. Nämä maksulliset aineistot (6 kpl) vastasivat täysin kirjallisuuskatsauksen kriteereitä ja niiden pois jäänti vaikutti suuresti kirjallisuuskatsauksen laajuuteen sekä luotettavuuteen.

Kirjallisuuskatsaukseen valitut aineistot olivat kaikki julkaistuja korkeatasoisia lähteitä, jotka nousivat useasti muissakin tutkimuksissa käytettyinä lähteinä. Valitut tutkimukset oli tehty ympäri maailmaa Pohjois-amerikassa, Euroopassa ja Aasiassa joten kulttuurilliset varianssit ovat saattaneet vaikuttaa tuloksiin. Tutkimusten otosryhmät vaihtelivat suuresti. Pienin otosryhmä oli 70 henkilöä ja suurin 11014 henkilöä. Vaikka pieni otosryhmä ei ole suoraan verrattavissa tutkimuksen luotettavuuteen, voidaan kuitenkin olettaa että 70 henkilön otosryhmällä verrattuna 11014 otosryhmään on vaikutus tutkimuksen yleistettävyyteen ja validiteettiin. Näin ollen huomattavasti suurempi otosryhmä lisää tutkimuksen painoarvoa ja se näkyi myös katsauksen tuloksissa. Tutkimusten ikähaitari oli seitsemästä ikävuodesta 18-ikävuoteen, joka vastasi kirjallisuuskatsauksen alaikäisyys-kriteeriä hyvin. Tutkimuksia valikoitui kuitenkin niukasti lopulliseen katsaukseen, joten jonkin tietyn ikäjakson videopelien psyykkisiä ja sosiaalisia terveysvaikutuksia kuvasi vain yksi tutkimus, joka laskee katsauksen luotettavuutta. Kaikki katsaukseen valitut aineistot olivat englanninkielisiä, joten niiden suomenkielelle kääntämisessä on saattanut tapahtua joitain pieniä asiavirheitä.

Katsaukseen valikoituneissa tutkimuksissa käytettiin yleisesti validoituja kyselylomakkeita ja mittareita sekä tutkijoiden tekemiä kyselylomakkeita, joilla pyrittiin saamaan mahdollisimman objektiivisiä tutkimustuloksia. Tämä lisäsi katsaukseen valittujen tutkimusten kredibiliteettiä.

Tutkijoiden näkemykset tai mielipiteet yritettiin minimoida jotta ne eivät vaikuttaisi kirjallisuuskatsauksen tuloksiin. Lähdeaineistoja kunnioitettiin ja plagionti minimoitiin. Työssä käytettyjä kuvia käytettiin tekijänoikeuslain mukaisesti.

9.4 Ammatillisen kehittymisen ja työskentelyn pohdinta

Kirjallisuuskatsauksen tekeminen oli tekijöille uutta, eikä kumpikaan tutkijoista ollut aikaisemmin tehnyt näin laajaa kirjallista työtä. Katsauksen aihetta ja tutkimuskysymysten asettamista jouduttiin alussa miettimään paljon. Työssä toteutettiin systemaattista tiedonhakuja, joka oli tutkijoille uutta. Tutkijoilla oli kuitenkin käytössään hakuun liittyvää kirjallisuutta, joka antoi tarvittavan teknisen tiedon aineiston haun toteuttamiseksi. Tekeminen oli aluksi hidasta ja aikaa meni paljon siihen, että tutkijat yrittivät valita sopivan tutkimustekniikan työnsä toteuttamiseksi.

Kirjallisuuskatsaus osoittautui paljon monimutkaisemmaksi alkuperäisestä olettamuksesta. Tieteellisen tekstin kirjoittaminen ja erilaisten lähdemerkintöjen käyttäminen tuotti vaikeuksia. Prosessin edetessä tekstin käsittely ja kirjoittaminen nopeutui huomattavasti. Suurin osa opinnäytetyössä käy-

tetyistä lähteistä oli englanninkielisiä, joka toisinaan osoittautui haasteelliseksi suomeksi käännettäessä.

Opinnäytetyöhön aikataulus oli tiukka ja se toi haastetta ohjauksen järjestämiseen sekä erinäisiin työtä auttavien pajoihin osallistumiseen. Ohjaava opettaja oli tarvittaessa tavattavissa, jota useaan otteeseen käytettiin työhön liittyvissä kysymyksissä. Tilaajan puuttuminen työstä toi tekijöille vapaut kädet aikatauluttaa tekemistä, tämä nopeutti työn etenemistä. Tutkijoiden välinen kommunikointi toimi kiitettävästi ja työ toteutettiin tasapuolisesti.

9.5 Jatkotutkimusaiheet

Jatkotutkimuksena systemaattisen kirjallisuuskatsauksen tekeminen olisi aiheellista. Tarkempi rajaus ikävuosiin ja tutkimusten määrän kasvattaminen toisivat lisää tarkkuutta tuloksiin ja niiden luotettavuuteen. Tarkempi tutkimus videopelaamisen psyykkisistä ja sosiaalisista syy-seuraussuhteista olisi aiheellinen.

AALBERG, Veikko ja SIIMES, Martti 1999 ja 2007. Lapsesta aikuiseksi. Jyväskylä.

Atari 2014. Atari History [verkkajulkaisu]. [Viitattu 23-01-2014.] Saatavissa:

<http://www.atari.com/history/arcadecoin-op>

Canadian Council on Learning 2009. The Video Game Debate: Bad for Behaviour, Good for Learning? [verkkajulkaisu]. Kanada. [Viitattu 10-01-2014.] Saatavissa:

<http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED515672.pdf>

Classic Gaming Museum 2014. Videopelaamisen historia. [Viitattu 23-01-2014.] Saatavissa:

<http://classicgaming.gamespy.com/View.php?view=ConsoleMuseum.Detail&id=3&game=12>

COUGHLAN, Michael, CRONIN, Patricia ja RYAN, Frances 2013. Doing a Literature Review in Nursing, Health and Social Care. London SAGE.

Edge 2007. The 30 defining moments in gaming. [Viitattu 23-01-2014.] Saatavissa:

<http://www.edge-online.com/features/30-defining-moments-gaming/>

FIGUEROA, Jorge 2013-08-02. Kuva Bioshock Infinite- videopelistä [digikuva]. Flickr [verkkajulkaisu]. Sijainti: http://farm9.staticflickr.com/8249/8661735192_2864cfe6ae_o.jpg

GENTILE, Douglas, LYNCH, Paul, LINDER, Jennifer ja WALSH, David 2004. The effects of violent video game habits on adolescent hostility, aggressive behaviors, and school performance. [Viitattu 12-01-2014] Saatavissa: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15013257/>

GRAINGER, Mark 2012-26-9. Changing the reputation of video gaming starts with better PR. Independent. [Viitattu 08-02-2014.] Saatavissa: <http://blogs.independent.co.uk/2012/09/27/changing-the-reputation-of-video-gaming-starts-with-better-pr/>

HASTINGS, Erin C. TAMARA, L. Karas, WINSLER, Adam, WAY, Erin, MADIGAN, Amy ja TYLER, Shannon 2009. Young Children's Video/Computer Game Use: Relations with School Performance and Behavior. [Verkkajulkaisu] University of Florida. [Viitattu 01-01-2014.] Saatavissa:

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3041171/>

HAUGE, Marny, R. ja GENTILE, Douglas, A. 2003. Video Game Addiction Among Adolescents: Associations with Academic Performance and Aggression. [Verkkajulkaisu] Minnesota School on Professional Psychology, Argosy University. [Viitattu 15-01-2014.] Saatavissa:

<http://www.psychology.iastate.edu/~dgentile/SRCD%20Video%20Game%20Addiction.pdf>

JOHANSSON, Kirsi, AXELIN, Anna, STOLTA, Minna, ÄÄRI, Riitta-Liisa (toim.) 2007. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Turun Yliopiston hoitotieteen laitoksen julkaisuja; tutkimuksia ja raportteja A:51/2007, Turku. Digipaino-Turun yliopisto.

KARVINEN, Juho ja MÄYRÄ, Frans 2011. Pelaajabarometri 2011; Pelaamisen muutos. Tampereen yliopiston tutkimusraportti. [verkkojulkaisu]. Informaatiotietouden yksikkö. [Viitattu 17-12-2013.] Saatavissa: http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/65502/pelaajabarometri_2011.pdf?sequen

KHAN, Khalid, KUNZ, Regina, KLEIJNEN, Jos, ANTES, Gerd 2003 & 2011. Systematic reviews to support evidence-based medicine. How to review and apply findings of healthcare research. 2.painos. Lontoo: Hodder & Stoughton Ltd. [Viitattu 04-02-2014.] Saatavissa: [http://sgh.org.sa/Portals/0/Articles/Systematic%20reviews%20to%20support%20evidence-based%20medicine%20\(2nd%20edition\).pdf](http://sgh.org.sa/Portals/0/Articles/Systematic%20reviews%20to%20support%20evidence-based%20medicine%20(2nd%20edition).pdf)

Kielitoimiston sanakirja 2013. [Viitattu 10-12-2013.] hakusanalla "videopeli".

Saatavissa:

<http://mot.kielikone.fi.ezproxy.savoniaamk.fi:2048/mot/savonia/netmot.exe?motportal=80>

LEJACQ, Yannick 2013. NBC News. [Viitattu 13-1-2014] Saatavilla:

<http://www.nbcnews.com/technology/score-professional-video-gamers-awarded-athletic-visas-6C10679998>

LEMMENS, Jeroen, VALKENBURG, Patti ja JOCHEN, Peter 2010. The Effects of Pathological Gaming on Aggressive Behavior. The Amsterdam School of Communication Research ASCoR, University of Amsterdam. [Viitattu 09-01-2014.] Saatavissa: <http://link.springer.com/article/10.1007%2Fs10964-010-9558-x/fulltext.html>

Mediakasvatus 2013. Mediakasvatusseura ry. [Viitattu 12-01-2014.] Saatavissa:

http://www.mediakasvatus.fi/files/pienetlapset_nettiin2013.pdf

MLG. Major League Gaming 2014. [Viitattu 23-1-2014] Saatavissa:

<http://www.majorleaguegaming.com/mlg/about>

MLL 2013. Mannerheimin lastensuojeluliiton vanhempainnetti. A. [Viitattu 19-01-2014.] Saatavissa:

http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/7_9-vuotias/

MLL 2013. Mannerheimin lastensuojeluliiton vanhempainnetti. B. [Viitattu 19-01-2014.] Saatavissa:

http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/7_9-vuotias/media/

MLL 2013. Mannerheimin lastensuojeluliiton vanhempainnetti. C. [Viitattu 19-01-2014] Saatavissa:

http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/9_12-vuotias/

MLL 2013. Mannerheimin lastensuojeluliiton vanhempainnetti. D. [Viitattu 19-01-2014.] Saatavissa: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/9_12-vuotias/media/

MLL 2013. Mannerheimin lastensuojeluliiton vanhempainnetti. E. [Viitattu 19-01-2014.] Saatavissa: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/12_15-vuotias/

MLL 2013. Mannerheimin lastensuojeluliiton vanhempainnetti. F. [Viitattu 19-01-2014.] Saatavissa: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/12_15-vuotias/ajattelun_ja_moraalin_kehitys/

MLL 2013. Mannerheimin lastensuojeluliiton vanhempainnetti. G. [Viitattu 19-01-2014.] Saatavissa: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/12_15-vuotias/media/

PARKES, Alison, SWEETING, Helen, WIGHT, Daniel ja HENDERSON, Marion 2013. Do television and electronic games predict children's psychosocial adjustment? Longitudinal research using the UK Millennium Cohort Study. [Viitattu 10-01-2014.] Saatavissa: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3625829/>

PASANEN, Tero ja ARJORANTA, Jonne 2013. Kuka tarvitsee netin sotapelejä? JULKAISUSSA: SUOMINEN, Jaakko, KOSKIMAA, Raine, MÄYRÄ, Frans, SAARIKOSKI, Petri, SOTAMAA, Olli (toim.) Pelitutkimuksen vuosikirja 2013 29 – 58. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 19-01-2014.] Saatavissa: <http://www.pelitutkimus.fi/vuosikirja2013/ptvk2013.pdf>

Pubmed- hakukone 2013. United States National Library of Medicine (NLM). [Viitattu 12-12-2013.] Saatavissa: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>

SAARENPÄÄ, Hannamari ja NIEMI, Hanna 2004. Verkkopelien oppimisympäristöt- Ongelmat ja hyödyt. Seminaariesitelmä. Informaatitieteiden yksikkö. Tampereen yliopisto. [Viitattu 19-1-2013.] Saatavissa: <http://www.cs.uta.fi/ipopp/www/ipopp2004/nisa/>

SALMINEN, Ari 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyyppeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan Yliopisto. Vaasan yliopiston julkaisuja. [Viitattu 26-11-2013.] Saatavissa: http://www.uva.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf.

Statistic Brain institute 2013. Nintendo company statistics.. [Viitattu 24-2-2014] Saatavilla: <http://www.statisticbrain.com/nintendo-company-statistics/>

Statista 2014. The Statistics Portal. [Viitattu 1-2-2014.] Saatavissa: <http://www.statista.com/statistics/186960/time-spent-with-videogames-in-the-us-since-2002/>

THL 2013. Kansainväliset tautiluokitukset peliriippuvuudelle. [Viitattu 9-1-2014.] Saatavissa: http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/aiheet/tietopakettit/pelihaitat/rahapeliongelman_hoito_ja_tuki/peliriippuvuus/tautiluokitukset

THL 2014. Mitä on eriarvoisuus hyvinvoinnissa. [Viitattu 8-2-2014.] Saatavissa: http://www.thl.fi/fi_FI/web/kaventaja-fi/eriarvoisuus/hyvinvointi

TIILIKAINEN, Jere. 2014-2-2. Kuvankaappaus Spacewar!-pelistä [digikuva]. Picasa kotialbumi [verkojulkaisu]. Sijainti: Kuopio: Tekijän sähköiset kokoelmat.

Tilastokeskus 2009. Ajankäyttötutkimus 1979-2009. [Viitattu 16-1-2014.] Saatavissa: http://www.stat.fi/til/akay/2009/02/akay_2009_02_2011-02-17_kat_002_fi.html

TOSSAVAINEN, Tommi 2008. Toinen Elämä-hanke. [Viitattu 12-1-2014.] Saatavissa: <http://www.ehkapa.fi/toinenelama/images/selvitys.pdf>

TUOMI, Jouni ja SARAJÄRVI, Anneli 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

TURUNEN, Kari E. 1996. Elämänkaari ja kriisit. 1. Jyväskylä.

TYSON, Mark 2014. Hexus. [Viitattu 24.1.2014] Saatavilla: <http://hexus.net/gaming/news/industry/64765-call-duty-championship-2014-offers-1-million-prizes/>

United States Department of Labor. Bureau of Labor Statistics. CPI inflation calculator. [Viitattu 14-1-2014.] Saatavissa: http://www.bls.gov/data/inflation_calculator.htm

VALPOLA, Veli 2001. Sivistysanikirja. JULKAISUSSA: KOUKKUNEN, Kalevi, HOSIA, Vuokko, KERÄNEN, Jukka ja VIRTAMO, Tuija (toim.) Sivistyssanakirja 2001. Juva.

World Health Organization 2003. WHO definition of health. [Viitattu 10-12-2013.] Saatavissa: <http://www.who.int/about/definition/en/print.html>

YSA. Yleinen suomalainen asiasanasto 2013. [Viitattu 19-12-2013.] Saatavissa: <http://vesa.lib.helsinki.fi/cgi-bin/ysa.pl?h=prososiaalisuus>

YUKAWA, Shintaro, IHORI, Nobuko, MING, Lim Kam, SHIBUYA, Akiko ja SAKAMOTO, Akira 2009. The Effects of Prosocial Video Games on Prosocial Behaviors: International Evidence from Correlational, Longitudinal, and Experimental Studies. [Viitattu 9-1-2014.] Saatavissa: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2678173/>

LIITE 1 KUVANKAAPPAUS VUONNA 1962 JULKAISTUSTA SPACEWAR-PELISTÄ (Tiilikainen 2014.)



LIITTE 2 KUVANKAAPPAUS BIOSHOCK INFINITE- PELISTÄ VUODELTA 2013 (Figueroa 2013.)

