



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Digipelaaminen ja seniorit

- Case ENTER ry

Tuohimaa, Ilse

2016 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

Digipelaaminen ja seniorit - Case ENTER ry

Ilse Tuohimaa
Tietojenkäsittelyn koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Toukokuu, 2016

Ilse Tuohimaa

Digipelaaminen ja seniorit - Case ENTER ry

Vuosi 2016

Sivumäärä 34

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa toimeksiantaja ENTER ry:lle kehitysehdotuksia, joilla voidaan edistää seniorijäsenten digipelaamiseen liittyvää toimintaa. ENTER ry on yhdistys tietotekniikasta kiinnostuneille tai siitä opastusta kaipaaville senioreille.

Menetelminä opinnäytetyössä käytettiin tutkimuksiin ja kirjallisuuteen tutustumista sekä kyselyä ENTER ry:n jäsenille. Työtä varten tarkasteltiin aiemmin tehtyjä tutkimuksia senioreiden digipelaamisesta ja digipelien vaikutuksista ikäihmisiin. Kvantitatiivinen kysely valikoitui menetelmäksi, koska sillä otos jäsenten peliharrastuneisuudesta saatiin mahdollisimman kattavaksi. 725 ENTER ry:n jäsenestä 120 vastasi lähetettyyn sähköiseen kyselyyn. Kysymyksillä tutkittiin mm. jäsenten asenteita digipelaamiseen, pelitottumuksia sekä peliharrastuneisuutta. Saadut tiedot analysoitiin.

Opinnäytetyön tuloksena toimeksiantaja sai käytännönläheisiä ehdotuksia, siitä kuinka ENTER ry voisi tulevaisuudessa kehittää toiminnallaan senioreiden digipelaamisharrastusta. Kehitysehdotukset on tarkemmin esitelty opinnäytetyön lopussa. Niissä ehdotetaan mm. yhteistyön laajentamista paikallisten kirjastojen kanssa liikunnallisten konsolipelien käytössä, erilaisten pelikerhojen järjestämistä, eritasoisia luentoja digipeleistä jäsentapahtumina ja että yhdistyksen järjestämiin vertaisopastuksiin voisi lisätä peliopastamisen. Lisäksi toimeksiantajan kannattaa jatkaa vuosittaisia senioreille suunnattuja digipelitapahtumia ja niiden markkinointia.

Asiasanat: digitaaliset pelit, pelaaminen, eläkeläiset, ikääntyneet, videopelit

Ilse Tuohimaa

Digital Gaming and Elderly People - A Case Study of ENTER ry

Year	2016	Pages	34
------	------	-------	----

The purpose of this thesis was to give suggestions how ENTER ry could improve digital gaming activities directed to their members. ENTER ry is an association for elderly people who are interested in ICT and want to learn more about it.

The research of previous studies about digital gaming and the effects of digital games on elderly was used as a method of research in this thesis with a questionnaire sent to the members of ENTER ry. Quantitative research method was chosen because it gave a chance to examine opinions of as many members as possible. 120 of 725 ENTER ry members answered the questionnaire sent to them via email. The questions were related to gaming hobby and attitudes towards digital gaming. The answers from the questionnaire were analysed.

Practical ideas about developing digital gaming activities for elderly in future were given to ENTER ry. These ideas are explained in more detailed way at the end of the thesis. Some of the ideas were that ENTER ry will extend their co-operation with libraries which own a gaming console to improve exergaming activities, organizing lectures about digital games, arranging other gaming activities on a regular basis and that peer-to-peer guidance about ICT would include digital games. It was also noted that ENTER ry should continue organizing annual gaming events and continue marketing them.

Keywords: digital games, gaming, elderly, older adults, video games

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Tavoitteet ja menetelmät.....	7
3	Seniorit ja ikääntyminen.....	7
	3.1 Ikääntymisen määrittely.....	8
	3.2 Ikääntymisen fysiologiset muutokset.....	8
4	Pelikulttuuri ja teknologia.....	9
	4.1 Ikäihmisten suhtautuminen teknologiaan.....	10
	4.2 Pelisuunnittelu ikäihmisille.....	10
5	Pelaamisen hyödyt.....	11
	5.1 Kognitiiviset taidot ja sosiaalisuus.....	12
	5.2 Liikunnalliset pelit.....	12
6	Pelaaminen ja pelit eri alustoilla.....	13
	6.1 Konsolipelit.....	14
	6.2 Tietokonepelit.....	14
	6.3 Mobiilipelit.....	15
7	Tutkimustulokset ja tulosten analysointi.....	16
	7.1 Kyselyn tulokset.....	16
	7.2 Kyselytulosten vertailu edellisen kyselyn kanssa.....	22
8	Kehitysehdotukset.....	24
9	Johtopäätökset ja tarve lisätutkimukselle.....	26
	Lähteet.....	28
	Kuviot.....	31
	Liitteet.....	32

1 Johdanto

Teknologian käyttö on viime vuosina kasvanut sekä työpaikoilla että vapaa-ajalla. On siis todennäköistä, että yhä kasvava joukko ikääntyvästä väestöstä on jo tekemisissä teknologian kanssa. Jopa suuri osa palveluista on siirtynyt verkkoon, mikä pakottaa osan ihmisistä tutustumaan teknologian tarjoamiin mahdollisuuksiin. Kun yhä suurempi osa arkipäiväisistä askareista suoritetaan tietokoneella tai mobiililaitteella, on loogista että teknologian kanssa on tekemisissä myös vapaa-ajalla. Tietokonepasiانسseja ja sosiaalisessa mediassa pelattavia pikkupelejä saattaa olla hankala mieltää digitaaliseksi pelaamiseksi, mutta ilmiössä on kyse juuri siitä.

Digitaalinen pelaaminen eli digipelaaminen tarkoittaa sähköisellä laitteella, esimerkiksi tietokoneella, mobiililaitteella tai pelikonsolilla, tapahtuvaa pelaamista. Digipelit kattavat siis tietokone- ja videopelit ja näitä termejä voidaan osittain käyttää synonyymeinä toisilleen. Digipelaamista puhuttaessa voidaan kuitenkin ottaa kaikki virtuaaliset pelit huomioon laitteesta riippumatta. Vaikka nuorten pelaamiseen kiinnitetään useimmin huomiota, digipelaaminen on harrastus, joka koskettaa kaikkia ikäluokkia.

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii ENTER ry, joka on yhdistys eläkkeelle siirtyville ja eläkkeelle jääneille tietotekniikasta kiinnostuneille tai tietoteknistä opastusta haluaville ihmisille. Yhdistys järjestää muuan muassa maksutonta tietotekniikan vertaisopastusta pääkaupunkiseudun kirjastoissa ja palvelukeskuksissa. ENTER ry on ollut järjestämässä kahta senioreille suunnattua pelitapahtumaa, joissa osallistujat ovat päässeet kokeilemaan ja oppimaan uutta digipeleistä.

Teknologian käyttöä ikäihmisten hoidossa ja kuntoutuksessa on tutkittu paljon, mutta teknologiaan liittyvään harrastustoimintaan on kiinnitetty vähemmän huomiota. Tutkimukset osoittavat että seniorit ovat kiinnostuneita digitaalisista peleistä, mutta senioreille suunnattuja pelejä ei juurikaan ole markkinoilla. Ikäihmisten kuntouttavaa pelaamista tutkittaessa on kehitetty pelejä eri pelialustoille, mutta ne eivät ole edenneet yleiseen jakeluun. Senioreiden keskuudessa fyysiset ja kognitiiviset taidot vaihtelevat suuresti, mikä tarkoittaa että eri pelien soveltuvuudet ovat yksilöllisiä.

Pelaamisella on tutkitusti positiivisia vaikutuksia esimerkiksi muistin ja liikuntakyvyn ylläpidon kannalta. Seniorikansalaisia olisi siis hyvä saada enemmän digipelaamisen pariin, mutta kynnyks pelaaamisen aloittamiseen saattaa kuitenkin olla korkealla, jos tieto sopivista ja mielenkiintoisista peleistä sekä laitteet ovat tuntemattomia. Pelaamiseen voi liittyä myös negatiivisia ennakkoluuloja tai pelkoja esimerkiksi riippuvuudesta. Kartoittamalla ENTER ry:n jäsenten pelikokemuksia ja asenteita digipelejä kohtaan on mahdollista tarjota paremmin räätälöityjä ja enemmän jäseniä hyödyttäviä pelaamiseen liittyviä tapahtumia.

2 Tavoitteet ja menetelmät

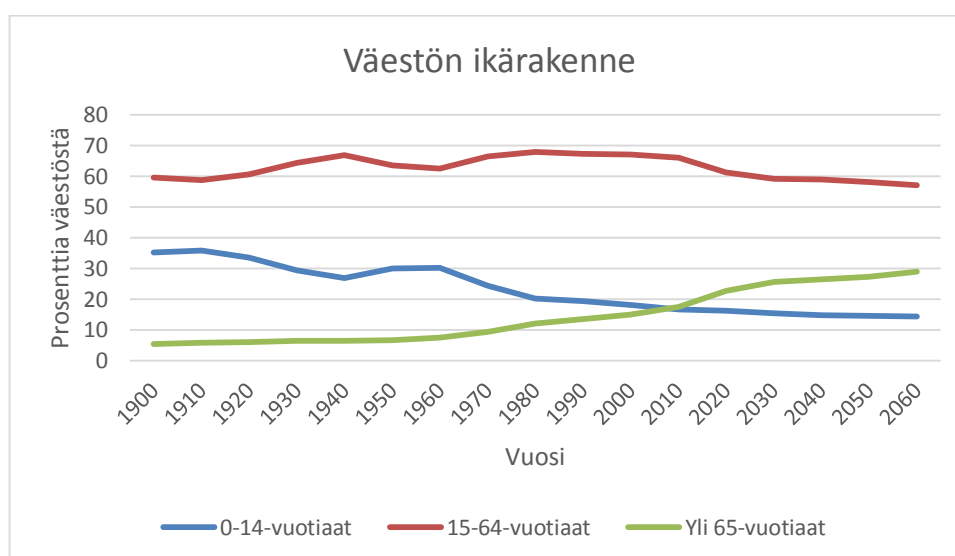
Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa toimeksiantaja ENTER ry:lle kehitysehdotuksia, joilla voidaan edistää seniorijäsenten digipelaamiseen liittyvää toimintaa.

Tarpeeksi kattavan pohjatiedon hankintaan ikäihmisten digipelaamisesta käytettiin ensisijaisena menetelmänä aiheeseen liittyvien tutkimusten ja kirjallisuuden tutkimista. Koska tarkoituksena oli tarjota mahdollisimman hyvin ENTER ry:n jäsenille suunnattua toimintaa, jäseniltä päädyttiin keräämään tarvittavaa dataa kyselylomakkeella ja kvantitatiivinen datankeruu sopi tähän tarkoitukseen. Kyselylomakkeessa oli sekä monivalintakysymyksiä että vapaita tekstikenttiä vastaajien omille mielipiteille ja kommentteille.

ENTER ry:n jäsenille, 725 henkilölle, lähetettiin sähköpostitse vastauslinkki sähköiseen kyselyyn digipeleistä ja -pelaamisesta. Kysely oli avoinna kymmenen päivää. Kysymyksillä tutkittiin muun muassa jäsenten asenteita digipelaamista kohtaan, pelitottumuksia sekä peliharrastuneisuutta.

3 Seniorit ja ikääntyminen

Tilastoissa väestö yleensä jaetaan karkeasti lapsiin, työikäisiin ja eläkeläisiin (Tilastokeskus 2015). Suomessa eläkkeelle siirrytään 63-68-vuoden iässä ja kansaneläkkeen vanhuuseläkettä on mahdollista nostaa 65-vuoden iässä (Eläkeikä lähestyy 2014). Eläkeläisen määrittely on siis yksinkertaista, mutta yleisesti ikääntyneisiin henkilöihin käytettävä termistö on hankalampaa saada yksiselitteiseksi.



Kuvio 1: Väestön ikärakenne ja ennuste muutoksista (Tiedot: Väestöennuste 2015)

Viidentoista vuoden sisällä eläkeläisten määrän ennustetaan nousevan Suomessa 6% nykyisestä tilanteesta, mikä tarkoittaa että joka neljännes kansalainen olisi yli 65-vuotias (Kuvio 1). Väestön ikääntyminen ei koske vain Suomea vaan kasvusuunta on sama myös muualla länsimaissa (World population ageing: 1950-2050 2002).

3.1 Ikääntymisen määrittely

Termeille seniori, ikäihminen tai vanhus ei ole olemassa tarkkaa määritelmää. Lakiin ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvuluista on kirjattu että ikääntyneellä väestöllä tarkoitetaan ”vanhuuseläkkeeseen oikeuttavassa iässä olevaa väestöä” ja että iäkkäällä henkilöllä tarkoitetaan ”henkilöä, jonka fyysinen, kognitiivinen, psyykkinen tai sosiaalinen toimintakyky on heikentynyt korkean iän myötä alkaneiden, lisääntyneiden tai pahentuneiden sairauksien tai vammojen vuoksi taikka korkeaan ikään liittyvän rappeutumisen johdosta” (Laki 980/2012 §3).

Eloisa ikä - projektissa eri ikäisiä ihmisiä pyydettiin määrittelemään mistä iästä vanhuus alkaa ja mikä olisi sopiva termi tälle vanhemmalle ikäryhmälle. Vanhemmat ihmiset määrittivät vanhuuden alkavaksi 80 ikävuoden jälkeen kun taas nuoret pitivät 65-vuotiaita vanhuksina. Ikäryhmästä riippumatta seniori ja ikäihminen olivat suosituimpia termejä kuvastamaan vanhempaan ikäryhmään kuuluvaa henkilöä (Rahkonen 2013). Tässä opinnäytetyössä käytetään näitä termejä kuvaamaan iäkkäitä henkilöitä.

3.2 Ikääntymisen fysiologiset muutokset

Ikääntymisen myötä monet kehon toiminnot heikkenevät. Nivelien liikelaajuus rajoittuu, lihasmassa vähenee, reaktionopeus alenee sekä tasapaino-ongelmia alkaa ilmetä. Myös näkö- ja kuuloaisti huonontuvat (Ikääntymisen vaikutukset elimistöön 2013). Ikääntyessä värejä ja niiden välisiä kontrasteja on vaikeampi erottaa, pimeänäkö heikentyy ja näön heikentyessä pieniä kohteita on vaikeampi erottaa. Kuuloaisti heikentyy varsinkin korkeataajuuksien äänten osalta. (Ijsselsteijn 2007)

Kognitiiviset taidot, kuten uuden oppiminen ja mieleen painaminen sekä uusien muistojen mieleen palauttaminen, heikentyvät myös iän myötä (Tuomainen 1999). Kehon muutokset eivät ole sidottuja tiettyyn ikään vaan muutokset tapahtuvat yksilöllisesti laajassa ikähaarukassa. Esimerkiksi elämäntavat, kunto, harrastukset sekä perintötekijät vaikuttavat siihen milloin ja miten muutokset vaikuttavat toimintoihin.

Harrastamalla säännöllisesti liikuntaa voidaan hidastaa lihasten rappeutumista ja parantaa nivelten liikkuvuutta (Ikääntymisen vaikutukset elimistöön 2013). Kognitiivisia toimintoja voi ylläpitää muun muassa luovuutta, muistia ja päättelyä vaativien harrastusten kautta (Tuomainen 1999).

4 Pelikulttuuri ja teknologia

Varsinkin digitaalisten pelien osalta pelikulttuuri on totuttu yhdistämään lapsiin, nuoriin ja nuoriin aikuisiin. 2013 pelaajabarometrin mukaan kuitenkin keskimääräinen digipelaaja on yli 37-vuotias. Tietokonepasianssit, mobiilipelit ja selainpohjaiset rahapelit ovat nimettyjen suosikkipelien listalla kärkisijoilla (Mäyrä 2014).

Pelaamiseen liittyy paljon hyviä puolia, mutta myös riskejä. Intohimoinen digipelaaminen saattaa muuttua peliriippuvuudeksi eli addiktioksi. Addiktoituneen yksilön aivojen palkitsemisjärjestelmässä on tutkimuksissa todettu olevan toiminnallisia häiriöitä. Kun ihminen kokee jotakin palkitsevaa, mielihyvähormoni dopamiinin erityis lisääntyy. Ihminen voi oppia yhdistämään mielihyvän haitalliseen kohteeseen, jolloin syntyy riippuvuus. Peliriippuvaisuus on useasti kytköksissä muihin riippuvuuksiin ja mielenterveyshäiriöihin kuten masennukseen. (Peliriippuvuuden biologiset taustatekijät 2015) Tutkimuksissa on myös todettu että digipeleistä addiktoituneet nuoret kärsivät masennuksen lisäksi usein sosiaalisista ongelmista kuten yksinäisyydestä sekä huonosta itsetunnosta (van Rooij 2010). Suuri osa ikäihmisistä kokee yksinäisyyttä Suomessa (Pitkälä 2012), joten pelaamisesta saatetaan hakea helpotusta yksinäisyydentunteeseen myös ikäihmisten parissa.

Digitaalisia pelejä on saatavilla paljon, joten yksilön mieltymyksiin sopiva peli on todennäköisesti löydettävissä. Myös monet lauta- ja korttipelit on siirretty digitaaliseen muotoon, joten pelataksaan digipelejä ei välttämättä tarvitse opetella kokonaan uutta pelimekaniikkaa. Pelaamista voi harrastaa yksin tai yhdessä tuttujen tai tuntemattomien ihmisten kanssa. Digitaalista peliä pelattaessa ihmisten ei tarvitse olla samassa tilassa toistensa kanssa vaan yhteys voidaan muodostaa verkon välityksellä. Tämä mahdollistaa pelaamisen sellaisten ihmisten kanssa, joilla muuten voisi olla haasteena tavata fyysisesti esimerkiksi välimatkan tai liikuntaesteiden takia. Digipelejä on mahdollista pelata myös toisen kanssa fyysisesti samassa tilassa esimerkiksi jaetun verkkoyhteyden kanssa tai samalla laitteella. Monet pelit mahdollistavat pelikokemuksen samassa tilassa olevien ihmisten kanssa.

4.1 Ikäihmisten suhtautuminen teknologiaan

Tyypillisesti ikäihmisten suhtautumista tietotekniikkaa kohtaan pidetään vastahakoisempana kuin nuorempien suhtautumista. KÄKÄTE (käyttäjälle kätevä teknologia) - projekti kartoitti 2013 vuoden lopussa 75-89 -vuotiaiden tietoteknologian käyttöön liittyviä mielipiteitä ja asenteita. 33% vastaajista omisti tietokoneen ja heistä suurimmalla osalla oli internetyhteys käytössä. 70% tietokonetta käyttävistä ei koe tarpeelliseksi lisätä omaa tietokoneen käyttöä, joka saattaa osittain johtua siitä, että puolet tietokonetta käyttävistä kokee laitteiden ja ohjelmien käytön vaikeana eikä halua opetella lisää. Vastaajista ne, jotka olivat kiinnostuneita teknologiasta, olivat jo hankkineet laitteita ja opetelleet käyttämään niitä. (Nordlund 2014)

Toisessa KÄKÄTE-projektin tutkimuksessa kartoitettiin palvelutalossa asuvien ikäihmisten suhtautumista teknologiaan. Koettiin, että jos teknologia helpottaa arkielämää tai luo turvallisuuden tunnetta, se on käytön opettelemisen arvoista. Toisaalta osa koki esimerkiksi tietokoneen käytön liian haastavaksi opeteltavaksi. Jos seniorilla ei ole sopivaa läheistä neuvomaan uuden teknologian käytössä, on vaarana että opettelu kariutuu siihen. Teknologian käyttämättömyyden haasteet nostettiin esiin, koska nyky-yhteiskunnassa turvataan yhä enemmän teknologiaan. Kuilu iäkkäiden ja nuorten välillä siis on tällä saralla kasvussa ja jättää teknologian suhteen taitamattomat eriarvoiseen asemaan muihin nähden (Wessman 2013).

Ikäihmisten suhtautuminen teknologiaan vaihtelee, kuten myös muissa ikäluokissa, mutta hajonta on yleisesti ottaen suurempaa mitä vanhempaan ikäluokkaan siirrytään (Intosalmi 2013). Teknologisten laitteiden käytön opastukseen ja oikean tiedon levittämiseen kannattaa siis panostaa, jotta myös iäkkäämmät kansalaiset saadaan innostumaan teknologian tuomista mahdollisuuksista.

Vertaisopastamisen on todettu olevan tehokasta varsinkin ikääntyneiden tietotekniikan oppimisessa. Vertaisopastustilanteessa ei opastajan ja oppilaan välillä ole arvoeroa, joten ilma-
piiri on usein paljon rennompi kuin se olisi auktoriteettieron kanssa. (Saajanaho 2008) Tästä syystä onkin erinomaista, että ENTER ry:n opastustoiminta toimii vertaisopastamisen avulla.

4.2 Pelisuunnittelu ikäihmisille

Vaikka seniorit voivat omien mieltymyksiensä mukaan pelata mitä tahansa markkinoilla olevia digipelejä, osa ikäihmisistä on kiinnostunut peleistä ainoastaan, jos ne tarjoavat jotakin omia kykyjä kehittävä. Alkava innostus saattaa myös lopahtaa, jos pelissä tulee vastaan ylittämättömän este, esimerkiksi liian vaativa reaktiotehtävä. Liian pienet yksityiskohdat ja tekstit, matalakonstrastiset värimaailmat, liian nopea tempo ja suurta motorista tarkkuutta vaati-

vat tehtävät voivat tehdä pelistä käytettävyydeltä ikääntyneille mahdolloman pelattavan. Senioreille ei välttämättä tarvitse luoda omia pelejä, mutta nämä käytettävyyseikat tulisi ottaa huomioon missä tahansa pelisuunnittelussa.

Lapin ammattikorkeakoulun julkaisemassa Etäpelejä ikääntyville (EPI) -esiselvityshankkeessa tiivistettiin mitä täytyy ottaa huomioon senioreille suunnatun pelin kehityksessä. Ikääntyneiden erityistarpeet pitää huomioida terveyspeliä kehittäessä, käyttöliittymien täytyy olla helpokäyttöisiä, liikunnallisten pelien kehittäessä ikääntyneiden kaatumisriski on otettava huomioon, pelien kontrollit tulee suunnitella pelaajalähtöisesti, pelien ohjeistuksen tulisi olla pelaajan äidinkielellä ja yksinäisyyden tunteen vähentämiseksi pelissä tulisi olla mukana sosiaalinen puoli. (Arolaakso-Ahola 2014)

Yhdysvalloissa tehdyssä tutkimuksessa tarkkailtiin senioreiden Boom Blox -pelin pelaamista Wii-pelikonsolilla. Tutkimuksen aikana tehtiin useita käytettävyyteen liittyviä havaintoja. Useat videopelit luottavat pelaajan kykyyn muistaa pelin aikana toistuvien symbolien merkitykset, mutta Boom Bloxissa pelaajan oli mahdollista saada luettavaksi kuvakkeen tiedot jos pelikursoria piti kuvakkeen päällä. Tutkimukseen osallistujilla oli kuitenkin vaikeuksia saada pidettyä kursoria kuvakkeen päällä tietojen lukemiseen tarvittavan ajan. Pelissä vaihtelevat kuvakkeiden interaktiokeinot hämmensivät myös osallistujia. Pelaajan toimista annettu pelin sisäinen palaute taas koettiin positiivisesti ja kannustavat viestit antoivat onnistumisen tunteita pelaajille. (McLaughlin 2012)

Hoitokodissa asuvien ikäihmisten aktivointipelien kehitystä varten tehdyn tutkimuksen tuloksena laadittiin ohjenuoria joilla liikunnallisten pelien käytettävyyttä voisi parantaa. Saadut tulokset tukevat edellä mainittujen tutkimusten tuloksia. Koska ikäihmisillä on erilaisia liikerajoitteita, pelin toimintoihin liittyvien liikeratojen tulisi olla muokattavissa. Myös pelin vaikeustason ja nopeuden sekä keston pitäisi olla muokattavissa. Pelin käyttöliittymän pitäisi olla selkeä, käytössä olevien toimintojen tulisi olla loogisia ja pelaajan olisi hyvä saada peliltä apua toimintojen oppimiseen ja muistamiseen. (Gerling 2012)

5 Pelaamisen hyödyt

Digitaalisten pelien pelaamisella voi olla sosiaalisia, kognitiivisia ja liikunnallisia hyötyjä niiden viihdearvon lisäksi.

5.1 Kognitiiviset taidot ja sosiaalisuus

Eräässä tutkimuksessa testattiin parantaako roolipeli World of Warcraftin (WoW) pelaaminen ikääntyneen henkilön kognitiivisia taitoja. Pelissä vaaditaan useiden kognitiivisten kykyjen samanaikaista käyttöä, joten se valittiin koekäyttöön haastavuutensa takia. Peli itsessään on suunniteltu haastamaan pelaajaa tämän kehittyessä ja edetessä tehtävissä pelissä. Testiryhmän jäsenet pelasivat noin tunnin päivässä kahden viikon ajan ja jo tässä ajassa heidän kognitiiviset taitonsa olivat parantuneet alkutilanteeseen verrattuna (Whitlock 2012). Samanlaisia tuloksia saatiin myös toisessa tutkimuksessa, jossa testiryhmän koko ja ikähaarukka olivat suurempia. Tässä tutkimuksessa ei myöskään määrätty yhtä tiettyä peliä testattavaksi vaan testaajat pelasivat erilaisia videopelejä. Videopelien positiiviset vaikutukset korostuivat varsinkin iäkkäämmillä, 70-80-vuotiailla, testaajilla, joiden kognitiiviset kyvyt ovat oletettavasti iän myötä alentuneet enemmän kuin nuoremmilla, 60-70-vuotiailla, testaajilla (Toril 2014).

Jatkuvalla harjoittelulla voidaan vaikuttaa merkittävästi aivojen tiedonkäsittelyyn. Yhdysvalloissa tehdyssä tutkimuksessa testattiin useiden samanaikaisten tehtävien suorittamiseen (multitasking) liittyviä aivotoimintoja 20-79-vuotiailla. Osallistujat pelasivat 3 tuntia viikossa kuukauden ajan tutkimusta varten kehitettyä peliä. Ikäihmisillä aivojen moniajotoimintoihin käyttämät resurssit vähentyivät huomattavasti, tulokset olivat havaittavissa vielä puoli vuotta harjoittelun lopettamisen jälkeen. Aktiivisella harjoittelulla ikäihmisten aivotoiminta oli tehokkaampaa kuin 20-vuotiailla verrokkiryhmäläisillä jotka eivät olleet pelanneet multitasking-taitoja harjoitettavaa peliä. (Anguera 2013)

Monet digipelit perustuvat siihen että onnistuessaan etenemään pelissä pelaaja saa jonkin palkinnon, joka kannustaa jatkamaan pelaamista. Tämä siis tarkoittaa, että kunhan pelattava peli ei ole liian yksinkertainen pelaajalle, digipelien pelaamisella voi olla jo lyhyellä aikavälillä positiivisia vaikutuksia muun muassa muistiin ja avaruudelliseen hahmottamiskykyyn.

5.2 Liikunnalliset pelit

Liikunnallisilla peleillä tarkoitetaan pelejä, joiden tavoitteena on tukea, ylläpitää ja kehittää liikuntaharrastusta. Liikunnallisten pelien vaikutusta muun muassa liikuntakykyyn ylläpitoon on tarkasteltu useissa tutkimuksissa. Exergames For Elderly -tutkimuksessa on pohdittu muutamia liikuntapeleihin liittyviä näkökulmia. Jos kynnys poistua omasta asunnosta liikuntaharrastuksen pariin on suuri, pelikonsoli saattaa tarjota avun kunnan ylläpitoon liikuntapelin avulla. Useimmat pelikonsolit voi kytkeä verkkoon, jolloin myös pelaaminen muiden ihmisten kanssa verkon välityksellä on mahdollista. Suuri osa ikäihmisistä kuitenkin koki pelaamisen olevan hausempaa yhdessä toisen kanssa, jolloin liikuntapelin pelaamisella saadaan ylläpidettyä myös sosiaalisia suhteita. (Bronx 2011)

Singaporissa tehdyssä tutkimuksessa verrattiin Wii-pelien sekä perinteisten lautapelien vaikutusta hoitokodissa asuvien ikäihmisten hyvinvoinnin parantamiseksi. Tutkimuksessa käytettiin Wii Sports ja Cooking Mama -konsolipelejä sekä perinteisistä lautapeleistä muun muassa Jengaa, muistipelejä ja UNO-korttipeliä. Wii-konsolipelejä pelanneet seniorit kokivat itsensä enemmän yksinäisiksi, mutta heidän itsetuntonsa sekä fyysinen kuntonsa oli kohonnut enemmän kuin lautapelejä pelanneilla ikäihmisillä. (Jung 2009)

Monet liikunnalliset pelit tarjoavat useita lajimahdollisuuksia, muun muassa golfia, keilausta, jalkapalloa, pingistä ja nyrkkeilyä. Ikäihmisille parhaiten sopivissa lajeissa ei tarvita äkkinäisiä liikkeitä eikä tehtävissä ole aikarajoitteita. Jos yksi laji tuntuu liian hektiseltä, on riskinä että huonot kokemukset estävät mieltymyksiin paremmin sopivan pelin kokeilemisen.

6 Pelaaminen ja pelit eri alustoilla

Digipelejä löytyy valtavasti alustasta riippumatta. Eri alustoilla on etuja ja haittoja toisiinsa verrattuna ja mielekkään pelialustan löytäminen riippuu yksilöstä.

Kaikilta pelialustoilta löytyy pelejä eri peligenreistä. Peligenret ovat hankalasti määriteltävissä, sillä vakiintuneita termejä on käytössä niukasti. Pelien julkaisijat saattavat myös käyttää peliensä kuvailussa eri termejä kuin vakiintuneet pelaajat. Useat pelit sijoittuvat myös useampaan genreen.

Jaakko Kemppainen on peligenretutkimuksessaan tarkastellut eri sivustoilla käytössä olevia genrenimikkeitä ja koonnut listan yleisimmistä genrenimikkeistä. Viiteenkymmeneen nimikkeeseen karsittu genrelista antaa kattavan kuvan pelien sisältämistä elementeistä. Genretutkimuksessa selvisi myös, että eri genrenimikkeet eivät välttämättä ole rinnasteisia toistensa kanssa vaan voivat esimerkiksi kertoa pelin tunnelmasta, teemasta tai pelillisyydestä. Yleisimmät genrenimikkeet tutkimuksen mukaan olivat toimintapelit, seikkailupelit, roolipelit, strategiapelit, simulaatiopelit, urheilupelit, ajopelit, pulmapelit sekä ampumipelit. (Kemppainen 2012)

Pelien toiminnollisuuden monimutkaisuus vaihtelee myös suuresti. Yhdessä pelissä saattaa riittää että hiiren osoittimen vie oikeaan kohtaan pelissä, toisessa pelissä käytetään useita näppäimiä sekä hiirtä samaan aikaan. Pelin yksinkertainen ohjattavuus ei kuitenkaan takaa, että se olisi tarinaltaan tai mekaniikaltaan yksinkertainen eikä laaja ohjattavuus todista että peli olisi monimutkainen ymmärrettävyydeltään.

6.1 Konsolipelit

Konsolipeleissä toimintaa ohjataan erillisellä peliohjaimella, jossa on vain muutama näppäin, erotuksena tietokoneen hiiren ja näppäimistön yhteiskäytölle peleissä. Osaa konsolipeleistä voi ohjata myös pelkän liikkeen avulla. Varsinkin Nintendo Wii ja Wii U -pelikonsolit ovat liikuntapelien (eng. exergames) pelaamiseen soveltuvia, sillä niiden käyttö perustuu liiketunnisteeseen teknologiaan.

Wii pelikonsolin, sekä uudemman versiomalli Wii U:n, perusohjaimessa on sensori, joka rekisteröi sijaintinsa konsolin mukana tulevan sensoripalkin kanssa. Sensoripalkki sijoitetaan mahdollisimman lähelle televisioruutua, jolloin rekisteröidyt liikkeet siirtyvät pelattavaan peliin mahdollisimman tarkasti. Myös Microsoft Xbox ja Sony Playstation pelikonsoleilla on mahdollista pelata liiketunnisteisia pelejä, mutta, konsolin versiosta riippuen, ne saattavat vaatia lisävarusteita.

Pelikonsolien käyttöönotto vaatii yleensä opastamista, jos konsolit eivät ole ennestään tuttuja. Liiketunnistimen kalibroinnin kanssa saattaa myös ilmetä ongelmia, jos ei ymmärrä sen toimintaperiaatteita, esimerkiksi sopivan välimatkan ja kallistuskulman etsimiseen voi mennä aikaa. Jos sensoripalkki on väärin kalibroitu, pelaaminen ei onnistu, jolloin konsoliin turhautuu helposti. Useimmat pelikonsolit on kuitenkin rakennettu koko perheen käytettäväksi, joten kunhan on oppinut käsittelyn alkeet, käytön pitäisi olla yksinkertaista.

Jani Toivola esittelee opinnäytetyössään useita senioreille soveltuvia konsolipelejä ja erittelee näiden hyötyjä ja riskejä. Arvioitujen liikuntapelien joukossa olivat Kinect sports keilaus, Kinect Sports: Season Two, Wii Fit Plus, Xbox 360 Kinect Body and brain connection ja Your Shape. Fysioterapeutin haastattelun perusteella näistä parhaiten sopivimmat pelit olivat Wii Fit Plus, Your Shape ja Body and Brain Connection. Arvioitujen pulmapelien joukossa olivat Xbox Live Arcade: UNO, Buzz: Suomen neropatti, Buku Sudoku, Tetris Evolution ja Pure Chess. Muistihoitajan haastattelun perusteella ikääntyneille sopivimmat pelit olivat Pure Chess ja Xbox Live Arcade: UNO. (Toivola 2014)

6.2 Tietokonepelit

Tietokonepelit voivat olla erikseen koneelle asennettavia tai jo koneelle asennettuja pelejä tai internetselaimella pelattavia pelejä. Tietokonepelien kirjo on ehdottomasti laajin ja monipuolisin kaikista pelialustoista. Eri käyttöliittymien välillä on tietenkin eroja eivätkä kaikki pelit toimi kaikilla tietokonekoonpanoilla, mutta varsinkin selainpohjaiset pelit toimivat lähes kaikilla tietokoneilla. Monet pelit ovat pelattavissa ilmaiseksi, joten aloittelijan on helppo lähteä mukaan harrastukseen myös vähillä resursseilla.

Pelejä voi ostaa fyysisinä tai digitaalisina kopioina. Fyysinen kopio tarkoittaa erillistä cd-rom levyä, jolta peli asennetaan koneelle. Digitaalinen kopio taas yleisimmin hankitaan digitaaliselta pelien jakelualustalta, johon luodaan käyttäjätili. Peli asennetaan tämän jakelualustan kautta ja tiedot pelin hankinnasta jäävät käyttäjätilille muistiin. Tunnettuja jakelualustoja ovat muuan muassa Valven ylläpitämä Steam, Electronic Artsin Origin sekä GOG.com. Digitaalisen pelikirjaston hallinta on kätevää, sillä jos pelit on hankittu samalta alustalta, ne löytyvät helposti käyttäjätililtä. Jakelualustan käyttöönotto saattaa kuitenkin vaatia ylimääräistä totuttelua ja hankitut pelit täytyy lunastaa verkkomaksulla tai luottokortilla. Fyysisen pelikopion voi hankkia uutena esimerkiksi tavaratalosta tai pelikaupasta. Fyysinen pelikopio on mahdollista hankkia myös käytettynä, jolloin hintakin on alhaisempi kuin uudella pelillä. Digikopiot ovat yleensä sidottuja yhteen käyttäjätiliin, jolloin niiden luovuttaminen toiselle pelaajalle on mahdotonta.

Ikääntyville kehitettyjä suomenkielisiä ilmaispelejä on saatavilla jonkin verran. Vanhustyön keskusliiton Vahvike-sivustolle on koottu useita hyödyllisiä senioreille suunnattuja pelivinkkejä (Digitaaliset pelit 2015). Miina Sillanpään säätiön sivuilta löytyy useita senioreille suunnattuja kognitiivisia toimintoja vahvistavia minipelejä, joita voi pelata tietokoneella (Forum-harjoitukset). Älypää-sivustolla on valikoimissa useita suomenkielisiä tietovisoja ja muita älypelejä, jotka soveltuvat ikäihmisille (Älypää 2016).

6.3 Mobiilipelit

Mobiilipeleillä tarkoitetaan joko älypuhelimella tai taulutietokoneella (tabletilta) pelattavia pelejä. Usein väliaikaiseksi ajankuluksi suunniteltuja pelejä voi ladata mobiililaitteen käyttöliittymälle suunnitellusta ja käyttöliittymästä löytyvästä ohjelmistokaupasta. Yleisimpien mobiiliohjelmistotalustojen ohjelmistojakelualustat ovat Google Play -kauppa (Android), App-store (iOS) ja Windows phone -kauppa (Windows).

Mobiilialustat päivittyvät tiheään tahtiin ja monet ohjelmistot lopettavat toimintansa jos käyttöliittymän versio on liian vanha. Mobiiliohjelmistojen saatavuuksilla eri käyttöjärjestelmien välillä saattaa olla suuria eroja. Peli saattaa olla suunniteltu esimerkiksi vain iOS järjestelmille, eikä vastaavaa ole saatavilla Android laitteelle. Laitteiden eroavaisuudet voivat näin sulkea osan joukosta sosiaalisen pelaamisen piiristä. Opastaminen saattaa myös hankaloitua, jos ei ole varmuutta kuin yhden laitteen toiminnasta ja ohjelmistokaupan valikoimasta.

Monet mobiilipelit on suunniteltu niin että yksi pelikerta jää lyhyeksi. Pelissä voi esimerkiksi olla useita kenttiä, jotka pelaajan täytyy läpäistä, mutta yhden kentän läpäisyyn ei kulu paljon aikaa. Peleissä saattaa olla myös aikaraja, joka määrää yhden pelikerran keston tarkasti.

Vaikka suurimmassa osassa mobiilipelejä on mahdollisuus pelinsisäiseen ohjeistukseen, niin monet peleistä ovat käytännössä kielivapaita eli pelin edistyminen ei riipu luetun ymmärtämisestä.

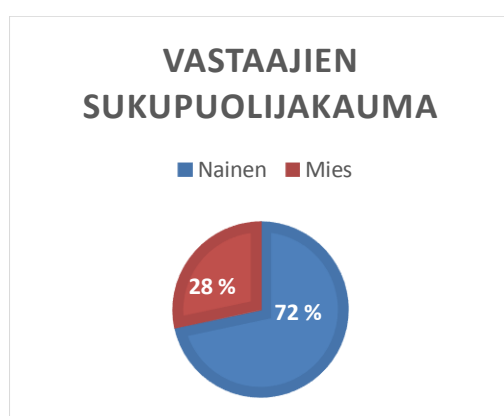
Senioreille suunnattuja suomenkielisiä mobiilipelejä ei vielä ole monia kehitetty. Muistiliiton Aivoterveystyöskirja muistinvirkistyssovellusta kannattaa kokeilla, jos käytössä on iOS-laite (Aivoterveystyöskirja! 2015). Senioriverkko-projekti on koontanut senioreita mahdollisesti kiinnostavia hauskoja ja hyödyllisiä Iphone ja Ipad-sovelluksia (Apps for elderly 2016).

7 Tutkimustulokset ja tulosten analysointi

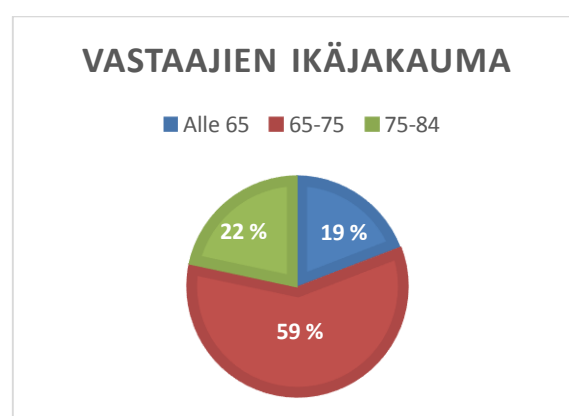
Jotta ENTER ry:n jäsenille voitaisiin tarjota parhaiten sopivaa ohjelmaa, laadittiin kyselylomake, jossa kartoitettiin jäsenten kiinnostusta ja panostamishalua digipeliharrastukseen. Kysely laadittiin sähköisenä E-lomake -palvelun avulla, mutta kysymykset on kopioitu tämän raportin liitteisiin (Liite 1). Tähän kyselyyn lähetettiin sähköpostitse vastauslinkki ENTER ry:n jäsenille, joita on noin 725. Kyselyyn oli mahdollista vastata kymmenen päivän ajan maaliskuun alkuun, minkä aikana vastauksia saatiin 120 kappaletta. Kyselyn vastausprosentti oli siis 16%.

7.1 Kyselyn tulokset

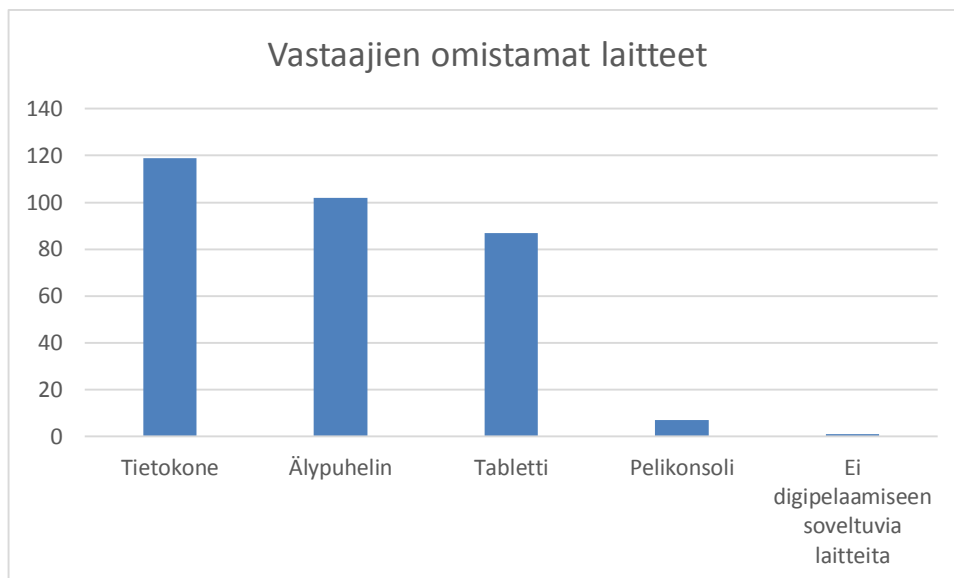
Kyselyn taustatieto-osuudessa kartoitettiin vastaajien sukupuoli, ikä ja mitä digipelaamisen mahdollistavia laitteita he omistavat. Vastanneista 120 henkilöstä 34 oli miehiä ja 86 naisia (Kuvio 2). Alle 65-vuotiaita vastaajia oli 23 kpl, 65-75-vuotiaita 71 kpl ja 75-84 -vuotiaita 26 kpl. Yksikään vastaajista ei ilmoittanut iäkseen yli 85 vuotta (Kuvio 3).



Kuvio 2: Kyselyn sukupuolijakauma

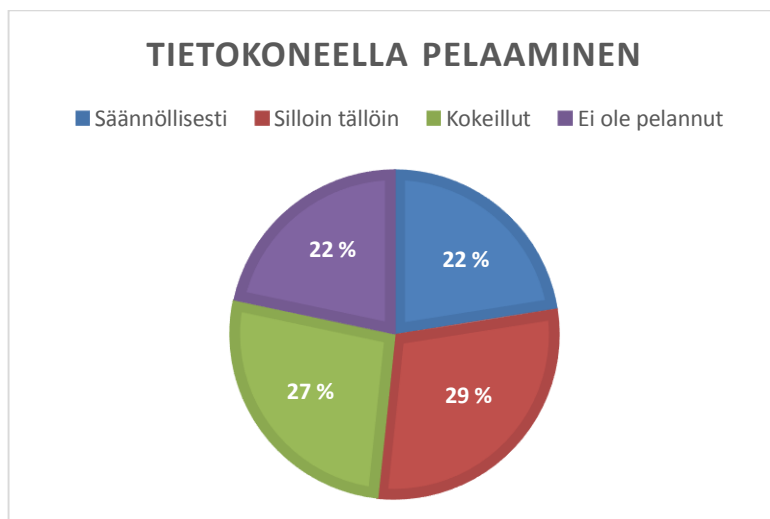


Kuvio 3: Kyselyn ikäjakauma

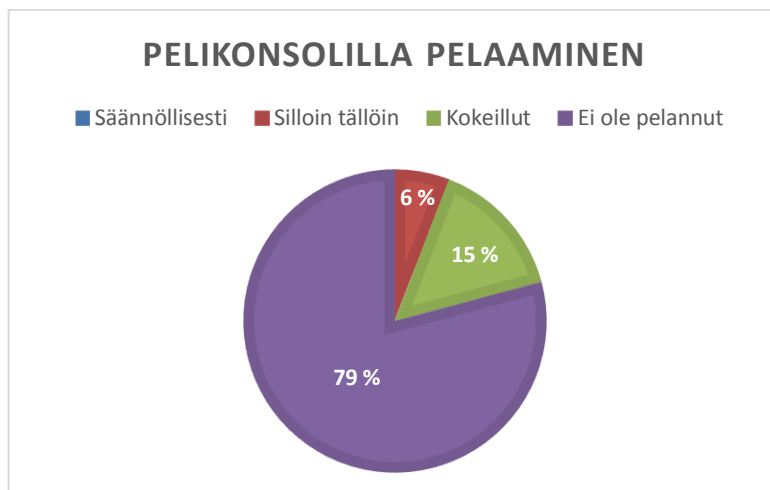


Kuvio 4: Kyselyyn vastanneiden omistamat digipelaamiseen soveltuvat laitteet

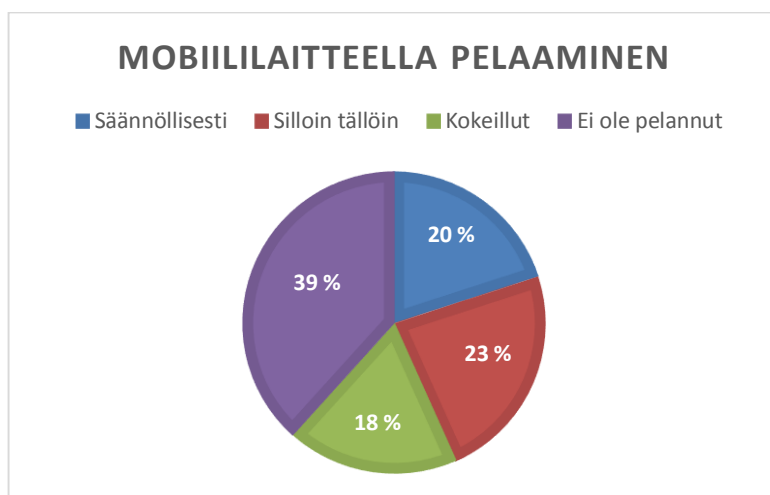
87 vastaajaa omisti tabletin, 102 vastaajaa omisti älypuhelimien, kun taas ainoastaan 7 vastaajaa ilmoitti omistavansa pelikonsolin. Yksi vastaajista ilmoitti, ettei omista lainkaan digipelaamiseen käytettäviä laitteita, loput 119 vastaajaa ilmoitti omistavansa tietokoneen. (Kuvio 4)



Kuvio 5: Yhteenveto siitä kuinka moni vastaajista on pelannut tietokonepelejä

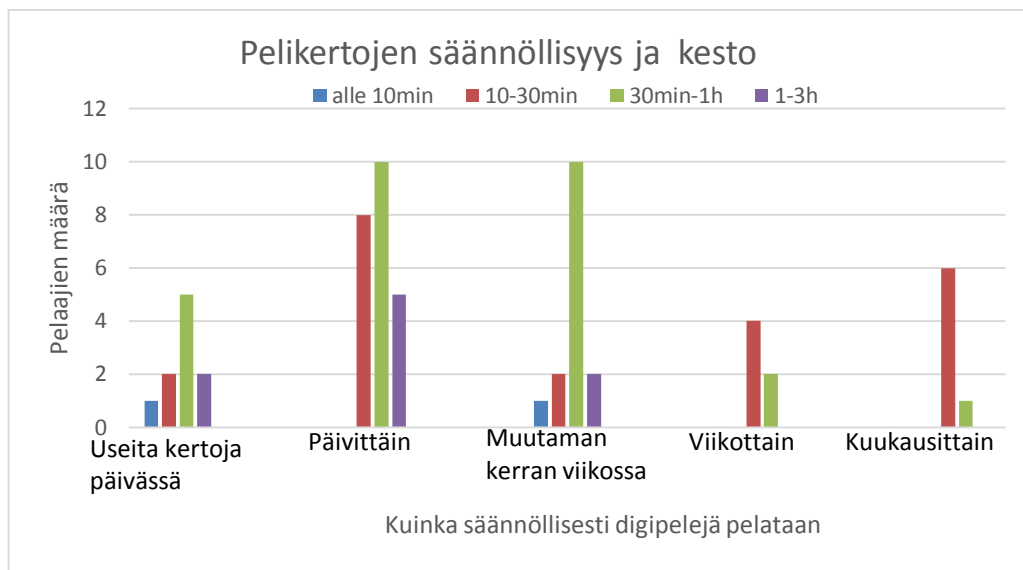


Kuvio 6: Yhteenveto siitä kuinka moni vastaajista on pelannut konsolipelejä



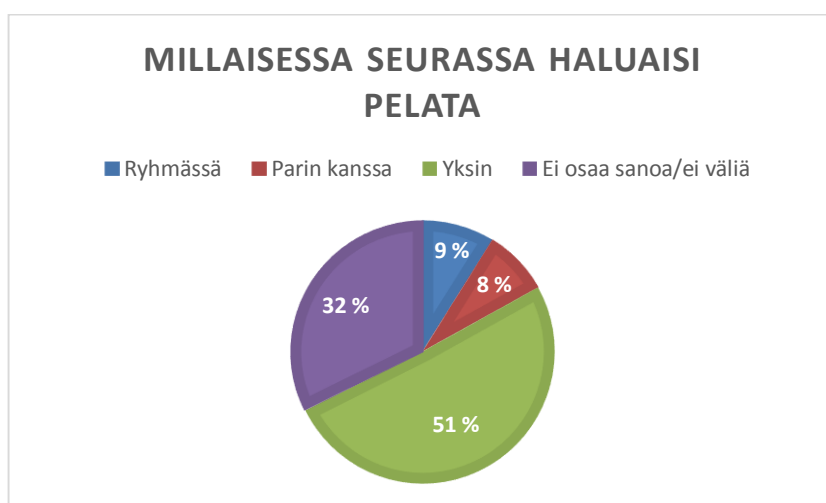
Kuvio 7: Yhteenveto siitä kuinka moni vastaajista on pelannut mobiilipelejä

Kartoitettaessa vastaajien kokemusta digipeleistä, kysyttiin pelikokemusta tietokoneella pelaamisesta, konsolilla pelaamisesta sekä mobiililaitteella pelaamisesta. 27 vastaajaa ilmoitti pelaavansa tietokoneella säännöllisesti, 35 ilmoitti pelaavansa tietokoneella silloin tällöin, 32 ilmoitti kokeilleensa pelaamista tietokoneella ja 26 vastaajaa ilmoitti ettei ole koskaan pelannut tietokoneella (Kuvio 5). Pelikonsolilla pelaaminen oli harvinaisempaa vastaajien keskuudessa, sillä kukaan ei ilmoittanut pelaavansa konsolipelejä säännöllisesti. 7 vastaajaa ilmoitti pelaavansa konsolilla silloin tällöin, 18 oli kokeillut konsolilla pelaamista ja 95 vastaajaa ilmoitti ettei ole koskaan kokeillut konsolipelejä. (Kuvio 6) Mobiilipelaaminen oli lähes yhtä suosittua kuin tietokoneella pelaaminen. 24 vastaajaa kertoi pelaavansa mobiililaitteella säännöllisesti, 28 ilmoitti pelaavansa mobiililaitteella silloin tällöin, 22 vastaajaa oli kokeillut mobiililaitteella pelaamista ja 46 vastaajaa ei koskaan ollut kokeillut pelaamista mobiililaitteella (Kuvio 7).



Kuvio 8: Yhteenveto vastaajien yhden pelikerran kestosta ja siitä kuinka usein pelataan

Niiltä vastaajilta, jotka ilmoittivat pelaavansa digipelejä säännöllisesti, kysyttiin vielä kuinka usein he pelaavat ja mikä on pelisession keskimääräinen kesto. 10 vastaajaa ilmoitti pelaavansa useita kertoja päivässä. Yhden pelisession kestoksi arvioitiin alle 10min (1 kpl), 10-30min (2 kpl), 30min-1h (5 kpl), 1-3h (2 kpl). 23 vastaajaa ilmoitti pelaavansa päivittäin ja yhden pelisession kestoksi arvioitiin 10-30min (8 kpl), 30min-1h (10 kpl), 1h-3h (5 kpl). 15 vastaajaa ilmoitti pelaavansa muutaman kerran viikossa ja pelikerran kestoksi arvioitiin alle 10min (1 kpl), 10-30min (2 kpl), 30min-1h (10 kpl), 1-3h (2 kpl). 6 vastaajaa ilmoitti pelaavansa viikottain ja yhden pelikerran kestoksi arvioitiin 10-30min (4 kpl), 30min-1h (2 kpl). 7 vastaajaa ilmoitti pelaavansa kuukausittain ja pelikertojen kestoksi arvioitiin 10-30min (6 kpl) ja 30min-1h (1 kpl). (Kuvio 8)

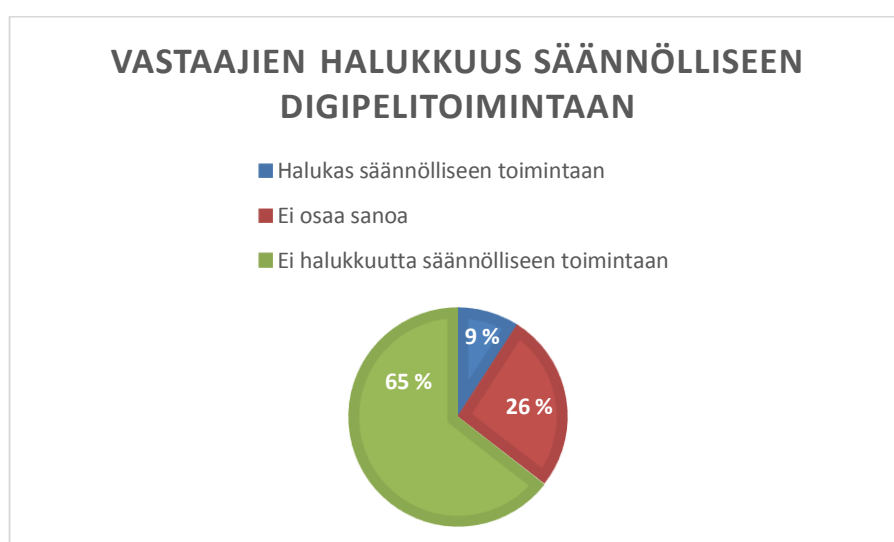


Kuvio 9: Vastaajien halukkuus pelaamiseen yksin tai seurassa

Vastaajilta kysyttiin haluaisivatko he pelata digipelejä mieluummin yksin, parin kanssa vai ryhmässä. 69 vastasi haluavansa pelata yksin, 11 parin kanssa, 12 ryhmässä ja 44 ei osannut sanoa / ei ollut väliä. (Kuvio 9)

Kyselyyn vastanneet saivat vapaasti kertoa minkälaisista peleistä he olisivat kiinnostuneita tai minkälaisia pelejä jo pelasivat. Pulmapelit kiinnostivat vastaajia ehdottomasti eniten, yli puolet kohtaan vastanneista mainitsi tavalla tai toisella pulmapelit. Yleisesti genrenä oltiin kiinnostuneita myös strategia-, rooli- ja liikuntapeleistä. Myös toimintapelit ja simulaatiopelit mainittiin. Useampaan kertaan mainittuja pelejä olivat erilaiset korttipelit, sudokut, mahjong, sanapelit, Angry Birds, Hay Day, muistipelit, tietovisat sekä shakki.

Vastaajat saivat myös kertoa mitä ajatuksia digipelit heissä herättävät. Vastaukset vaihtelivat laidasta toiseen, positiivisia miellelyhtymiä oli kuitenkin enemmän kuin negatiivisia. Osalla vastaajista ei ollut erityistä mielipidettä digipeleistä. Vastauksista tuli esille seuraavia seikkoja: pelättiin että niihin jää koukkuun tai että ne vievät aikaa muulta puuhalta. Lasten pelaamiseen käyttämästä ajasta oltiin myös huolissaan. Toivottiin että vanhemmille henkilöille suunnattuja pelejä olisi enemmän ja että heitä otettaisiin mukaan pelien kehittämiseen. Pelien väkivaltaisuus mainittiin myös huolenaiheena. Digipelit ajantappona matkoilla koettiin positiiviseksi sekä negatiiviseksi asiaksi. Pelaaminen miellettiin myös hyväksi keinoksi yhdistää sukupolvia. Pelien koettiin parantavan taitoja, muun muassa reaktiokykyä. Pelien maksuttomuus koettiin positiiviseksi asiaksi. Digipelit koettiin myös kokeilunarvoiseksi ja uusiin peleihin haluttiin tutustua. Moni vastaaja totesi, että pelaaminen on mukavaa ajanvietettä.

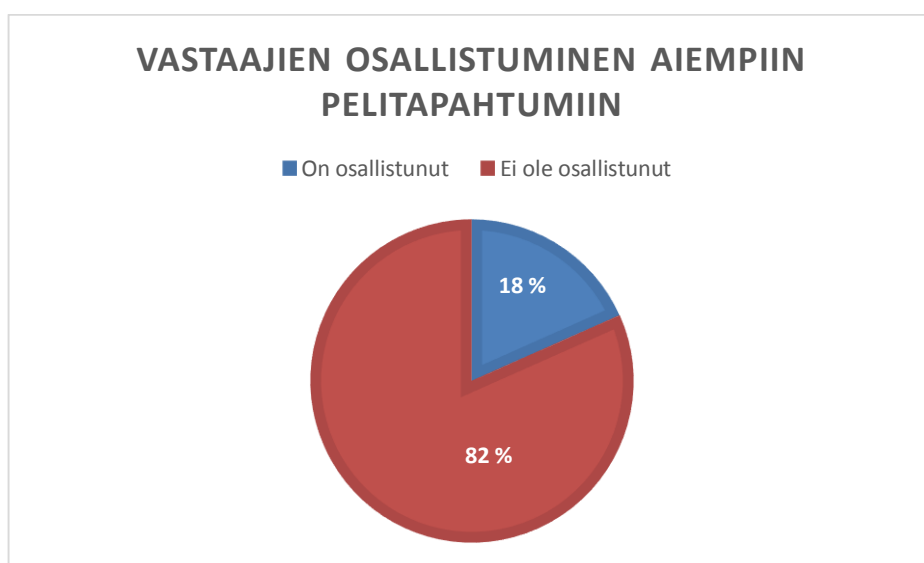


Kuvio 10: Vastaajien halukkuus ENTER ry:n järjestämään säännölliseen digipelitoimintaan

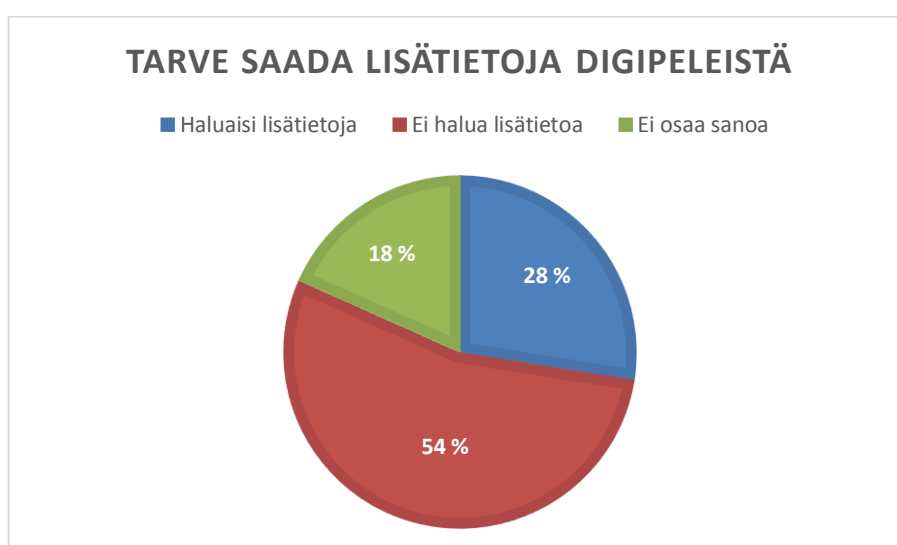
Vastaajista 11 haluaisi osallistua säännölliseen digipelaamista koskevaan toimintaan, joista viisi (5 kpl) ilmoitti halukkuuden viikoittaiseen-kuukausittaiseen tapahtumaan. Vastauksissa

ilmaistiin halukkuutta uusien pelien opetteluun sekä yhdessä pelaamiseen. 31 vastaajaa ei osannut kertoa halukkuudestaan säännölliseen pelitoimintaan, mutta yksittäisiin pelitapahtumiin sekä ryhmässä pelaamiseen ja uusien pelien opetteluun ilmaistiin kiinnostusta. 78 vastaajaa ei halunnut osallistua säännölliseen pelitoimintaan, mutta kertaluontoisiin peliesiteltyihin oli halukkuutta myös tässä ryhmässä, tosin hyvin pienenä vähemmistönä. (Kuvio 10)

Koska ENTER ry on ollut järjestämässä senioreille suunnattuja pelitapahtumia, kartoitettiin olivatko vastaajat osallistuneet johonkin näistä tapahtumista. 22 vastaajaa ilmoitti osallistuneensa ainakin yhteen järjestettyyn pelitapahtumaan (Kuvio 11).



Kuvio 11: Vastaajien osallistuminen aiempiin ENTER ry:n järjestämiin digipelaamiseen liittyviin tapahtumiin



Kuvio 12: Halukkuus digipelaamista koskevaan lisätietoon

33 vastaajaa ilmoitti haluavansa lisää tietoa digipeleistä, 22 ei osannut sanoa ja 65 vastaajaa ilmoitti ettei halua lisätietoa digipeleistä (Kuvio 12).

Yleisimmät aiheet, joista haluttiin lisätietoja, olivat ikäihmisille sopivat/hyödylliset pelit, uusien pelien löytäminen ja opetteleminen sekä pelaamisen vaikutuksista. Muita aihe-ehdotuksia olivat vertaiskokemukset pelaamisesta, digipelaamisen perusteet esimerkiksi mistä peleistä on kysymys ja mistä niitä löytää.

7.2 Kyselytulosten vertailu edellisen kyselyn kanssa

ENTER ry:n lähetti jäsenilleen digipelejä ja -pelaamista käsittelevän kyselyn lokakuussa 2014. (Andersson 2014) Joulukuussa 2014 järjestettiin ensimmäinen senioreille suunnattu digipelaamista käsittelevä tapahtuma Kampin palvelukeskuksessa, jossa kyselyn tulokset esiteltiin. Vaikka kyselyssä oli jokseenkin eri lähestymiskulma pelaamiseen, vuosien 2014 ja 2016 kyselyn tulokset ovat karkeasti vertailukelpoisia toistensa kanssa.

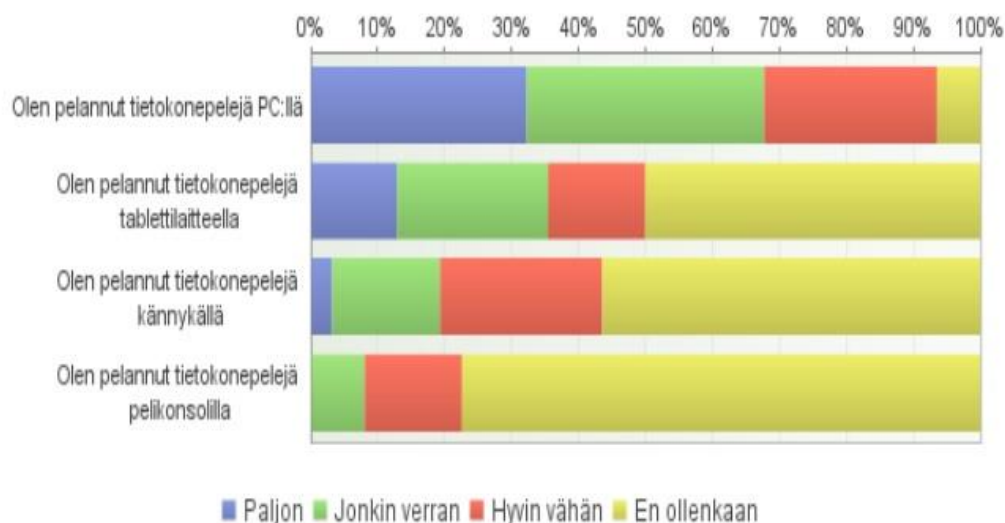
Vuoden 2014 kyselyyn vastasi 125 henkilöä, joten vertailtaessa vastausten määriä 2014 ja 2016 kyselyiden välillä, voidaan niitä pitää vertailukelpoisina sellaisenaan. 2014 kyselyssä 68% vastaajista oli naisia kun taas 2016 kyselyssä naisten osuus oli noussut 72 prosenttiin.

Jo vuoden 2014 lopulla toivottiin, että järjestetyssä opastuksessa voisi oppia pelin alkeet. Suosituksia, arvosteluja, lisätietoja ja käytännön neuvoja peleistä kaivattiin myös silloin. Samoja asioita toivottiin 2016 kyselyssä, joten digipelaamisen alkeiskurssille olisi tarvetta.

Kokemattomuus eri laitteilla pelaamisesta on pysynyt suurin piirtein samoissa lukemissa 2014 ja 2016 kyselyissä (Kuviot 5,6,7,13). 2014 kyselyssä laitekohtaiseen pelikokemuskysymykseen vastasi vain puolet vastaajista (Kuvio 13), joten ei voida tietää olisiko pelaamisen suhteen kokemattomien määrä ollut suurempi kuin tilastossa näkyy. On kuitenkin todennäköisempää, että kokemattomat pelaajat ovat jättäneet vastaamatta kysymykseen kuin pelaamista eri laitteilla kokeilleet seniorit.

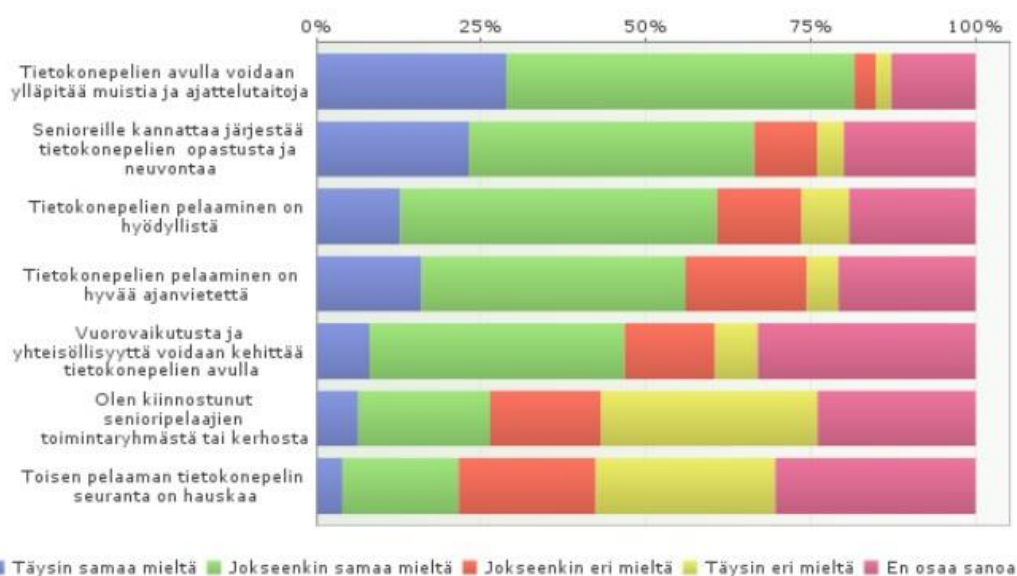
2014 yli puolet vastaajista uskoi, että tietokonepelien pelaaminen olisi hyvää ja hyödyllistä ajanvietettä senioreille (Kuvio 14). 2016 kyselyssä vastaajat saivat vapaasti kertoa omia näkemyksiään digipelaamisen positiivisista tai negatiivisista puolista. Monen mielestä pelaaminen oli rentouttavaa ja hauskaa ajanvietettä sekä hyvää aivojumppaa. Toisaalta monen mielestä pelaaminen oli turhan aikaa vievää, stressaavaa, koukuttavaa ja passivoivaa. Pelaamisen kuitenkin koettiin olevan hyväksi yksinäisille ja liikuntarajoitteisille. Osa vastaajista koki, että lihakset jumiutuvat pelatessa kun taas osa vastasi että pelaaminen vetreyttää.

Olen pelannut tietokonepelejä eri laitteilla seuraavasti (62 vast.)



Kuvio 13: ENTERin 2014 tekemän kyselyn pelikokemukset eri laitteilla (Andersson 2014)

Mielipiteet seuraavista väittämistä



Kuvio 14: ENTERin 2014 tekemän kyselyn väittämien tulokset (Andersson 2014)

2014 kyselyssä kartoitettiin myös kiinnostusta digipeleihin liittyvän kerhotoimintaan (Kuvio 14). Neljäsosa vastaajista oli ainakin joksikin kiinnostunut ajatuksesta, mikä vastaisi 2016 tehdyn kyselyn tuloksia (Kuvio 10) jos kantaa ottamattomat lasketaan mukaan positiiviseen tulokseen. Vuoden 2016 tutkimuksessa oli ainoastaan kyllä, ei ja en osaa sanoa -vaihtoehdot, joten tuloksia ei tässä tapauksessa voi verrata keskenään. Ehdottomasti kiinnostuneiden vastaajien määrä kuitenkin pysyi samana kummassakin kyselyssä. 2014 kyselyssä valtaosa vastaajista oli sitä mieltä että senioreille kannattaa järjestää peleihin liittyvää opastusta ja pelaamisella koettiin olevan ainakin osittain positiivisia vaikutuksia kognitiivisiin toimintoihin (Kuvio 14). Tähän tulokseen verrattuna vuoden 2016 kyselyyn vastanneet olivat skeptisempiä pelaamisen hyödyistä.

Vastaajien pelaamat pelit olivat samankaltaisia kummassakin kyselyssä. Pulmapelit, pasianssit ja sanapelit säilyivät suosikkeina. Digipelaamisessa askarruttavat kysymykset olivat myös samoista aiheista vuosina 2014 ja 2016. ENTER ry on näiden kahden kyselyn välissä järjestänyt kaksi digipelitapahtumaa, joissa on ollut mahdollisuus saada vastauksia digipelaamiseen liittyviin kysymyksiin ja kokeilla pelaamista eri laitteilla. On harmillista, jos tapahtumat eivät ole tavoittaneet kokonaan kohderyhmäänsä.

8 Kehitysehdotukset

Tehdyn kyselyn perusteella usealla vastanneella oli kiinnostusta liikunnallisia pelejä kohtaan, vähintäänkin niistä haluttiin kuulla lisää ja päästä kokeilemaan pelaamista. Suurin osa liikunnallisista peleistä tarvitsee pelikonsolin, jota ei monelta ikäihmiseltä löydy. Suuresta osasta HelMet-kirjastoja löytyy ainakin jokin pelikonsoli ja kirjastoilla on myös useita liikuntapelejä valikoimissaan. ENTER ry tekee jo tällä hetkellä yhteistyötä pääkaupunkiseudun kirjastojen kanssa, joten yhteistyön laajentaminen myös tiloihin ja oikeuteen käyttää pelikonsoleita ei varmastikaan olisi mahdottomuus.

Suurimman hyödyn liikuntaharrastuksesta saa, jos toiminta on säännöllistä esimerkiksi kerran viikossa tapahtuvaa. Yhteistyön liikuntapelien parissa voisi aloittaa parilla yksittäisellä pelitapahtumalla ja jatkaa siitä kävijöiden toiveiden ja järjestäjien resurssien mukaan eteenpäin. Kirjaston henkilökunnalta on mahdollista saada myös opastusta konsolin käyttöön, jos kyseessä olevalla pelikonsolilla pelaaminen on opastajille vielä vierasta. Kirjaston puolesta saattaa jopa olla mahdollista saada neuvontaa sopivien konsoli- ja muiden pelien valinnasta.

Huomattavan suuri osa vastanneista halusi tietää perustietoja digipelaamisesta, joten tällaiselle yleisluonnolliselle luennolle olisi tarvetta. Luennolla voisi esimerkiksi selittää mitä digipelaaminen tarkoittaa, millä laitteilla voi pelata, mistä varsinkin ilmaiselejä voi hankkia,

mitä hyötyä pelaamisesta voi olla, mitä eri peligenret ovat ja suositella senioreille suunnattuja pelejä. Luento olisi hyvä pitää kevyenä pintaraapaisuna pelaamisen mahdollisuuksiin, sillä syvällisemmin aiheeseen voidaan keskittyä muilla kerroilla, kuten yksilöopastuksessa tai jos järjestetään useampia eri luentoja pelikulttuurista.

Yksittäisiä luentoja kannattaisi ehdottomasti harkita, jos aiheesta kiinnostuneita vapaaehtoisia löytyy. Luennoilla voisi esimerkiksi keskittyä tiettyyn peligenreen ja esitellä siihen liittyviä pelejä tai keskittyä yhteen laitteeseen ja opastaa yksityiskohtaisesti miten esimerkiksi App-storesta voidaan löytää pelejä ja kuinka niitä asennetaan. Älypuhelinien käyttöliittymät eroavat sen verran toisistaan, että voisi olla mielekästä järjestää oma luento yleisimmille malleille, kuten Androidille, iOSille ja Windows-puhelimille. Vähintäänkin tietokonepainotteinen luento olisi kannattavaa järjestää, sillä useat seniorit käyttävät tietokonetta säännöllisesti vaikka muiden tietoteknisten laitteiden käyttö olisi vähäistä.

Pelaamisesta kertovan yleisluennon voisi suunnitella paketiksi, jota voisi esittää sellaisenaan useaan otteeseen. Näin saataisiin digitaaliseen pelaamiseen liittyvää perustietoutta levitettyä mahdollisimman monelle ikäihmiselle ja mahdollisesti alennettua kynnystä kokeilla pelamista sekä häivytettyä pelaamiseen liittyviä ennakkoluuloja. Yksittäiset luennot voisi taas nimensä mukaisesti suunnitella kerran tai kaksi pidettäväksi ellei suurta tarvetta luentoaiheelle ilmesty. Näiden luentojen tavoitteena olisi valistaa jo pelaamisesta innostuneita ja auttaa heitä saamaan harrastuksesta enemmän irti.

Koska säännölliseen yhdessä pelaamiseen oli halukkuutta jäsenten joukossa, senioreille suunnatulle digipelikerholle olisi kysyntää. Alussa kannattaa kokeilla minkälainen toiminta jäseniä kiinnostaa: yhdessä pelaaminen, keskustelu peleistä, pelisuositukset vai peliopastukset. Tällaisesta kerhotyylisestä toiminnasta kiinnostuneilla jäsenillä on todennäköisesti innostusta eri osa-alueille, joten teemoittain kiertävä aikataulu voisi sopia ideaan. Yhdessä oleminen ja toisten kanssa kommunikoiminen on tärkeä osa säännöllistä pelitoimintaa, oli teema mikä tahansa. Toimintaa voi harjoittaa myös etänä toisista esimerkiksi Skypen tai Google Hangoutsin välityksellä.

Tälläkin hetkellä ympäri pääkaupunkiseutua tapahtuvaa tietoteknisten laitteiden vertaisopastamista voisi laajentaa peleihin, jos opastajilla olisi tällaiseen toimintaan halukkuutta. Kaikille senioreille avoimissa opastustilaisuuksissa neuvoa tarvitseva voi tulla paikalle oman laitteensa kanssa ja vertaisopastaja pohtii tämän kanssa yhdessä ratkaisua laitteeseen liittyvään ongelmaan. Vertaisopastaja ei välttämättä aina pysty auttamaan ongelmassa, mutta hän tarjoaa niin paljon neuvoja kuin pystyy. Tällä hetkellä esimerkiksi mobiilipelin lataaminen älypuhelimeen voi olla ongelma johon voi tulla hakemaan henkilökohtaista opastusta. Peleihin liittyvää opastusta ei kuitenkaan ole erikseen mainittu opastuksiin liittyvissä tietoiskuissa, joten

opastukseen saapuville ei välttämättä tule mieleen kysyä asiasta. Jos peliopastamista markkinoitaisiin myös vertaisopastustilaisuuksien yhteyteen, voisi peliharrastuksesta kiinnostuneilla olla matalampi kynnys kysyä tietoa askarruttavista asioista. Opastajilla voisi olla myös lista suositelluista peleistä, josta voisi antaa vinkkejä aloitteleville pelaajille.

ENTER ry on jo kahtena vuotena järjestänyt senioreille suunnatun digipelitapahtuman, jossa ikäihmiset ovat päässeet tutustumaan erilaisiin digipeleihin. Vuonna 2015 tapahtumaan osallistui noin 150 senioria (Tietokonepelit ja seniorit kohtasivat Kampin palvelukeskuksessa 2015). Tapahtuma on otettu hyvin vastaan senioreiden keskuudessa ja ENTER ry:n kannattaa jatkaa tällaisen vuosittaisen suur tapahtuman järjestämistä. Tapahtuman markkinointiin kannattaa panostaa, jotta informaatio leviää laajemmalle ja pelitietoutta saadaan jaettua yhä suuremmalle osalle kohderyhmää.

9 Johtopäätökset ja tarve lisätutkimukselle

Tietoteknologian käyttö ei ole vierasta senioreiden keskuudessa, mutta osa ikäihmisistä kokee sen vaivalloiseksi ja epämiellyttäväksi. Myös digitaalisten pelien pelaamiseen liittyy yhä vahvoja ennakkokäsityksiä eikä pelaamista mielletä hyödylliseksi ajanvietoksi. Pelaamisella kuitenkin on todettu olevan fyysisiä, psyykkisiä sekä sosiaalisia kykyjä parantavia vaikutuksia, joista pitäisi saada tiedotettua senioreille. Heille pitäisi tarjota enemmän mahdollisuuksia kokeilla digipelaamista kannustavassa ympäristössä ja erilaisilla laitteilla, sillä varsinkin konsolipelaaminen on vierasta ikäihmisten keskuudessa.

Digipelaamista tukevaa toimintaa voidaan järjestää samalla konseptilla kuin opastusta tietoteknisten laitteiden kanssa. Säännölliseen toimintaan tarvitaan kuitenkin innostuneita ryhmänvetäjiä sekä aktiivisia jäseniä. Tutkimusta varten lähetetyn kyselylomakkeen vastausten perusteella jäsenillä olisi kiinnostusta säännölliseen pelitoimintaan.

ENTER ry:lle lähetetty kysely oli suunnattu juuri yhdistyksen jäsenille, jotka profiloituvat edes jollakin tasolla teknologiasta kiinnostuneiksi, osa jäsenistä kokeekin teknologian taakaksi, mutta haluaa silti oppia selviämään sen kanssa. Kyselyn tuloksia ei voi siis yleistää koskemaan Suomen senioreiden kantaa digipelaamista kohtaan.

Yli 65-vuotiaiden tietoisuutta digipeleistä voisi yrittää nostaa kansallisesti eikä ainoastaan rajatulle kohderyhmälle. Jos pelaamisesta olisi saatavilla valmis infopaketti verkossa, kiinnostuneet ikäihmiset voisivat tutustua aiheeseen itsenäisesti ja senioreiden parissa työskentelevät voisivat kerätä tarkoituksiinsa sopivan kokonaisuuden käyttöönsä. Tällä hetkellä senioreiden digipelaamisesta löytyvä tieto on hajanaista eikä sitä ole kovin helppoa löytää. Aiheeseen liittyvälle tutkimukselle olisi myös tarvetta.

Senioreita pitäisi ottaa osaksi pelikehitystä ja iäkkäille suunnattuja videopelejä pitäisi tuoda markkinoille. Videopelitalous kukoistaa myös Suomessa ja tällaisille peleille olisi kysyntää myös kansainvälisesti. Tähän mennessä ikäihmisille suunnattuja pelejä on tuotettu lähinnä palvelutalojen ja terveydenhuollon ammattilaisten käyttöön, joten helposti saatavia tai ilmaisia pelejä on vain vähän.

Lähteet

Anguera, J.A., Boccanfuso, J., Rintoul, J.L., Al-Hashimi, O., Faraji, F., Janowich, J., Kong, E., Larraburo, Y., Rolle, C., Johnston, E. & Gazzaley, A. 2013. Video game training enhances cognitive control in older adults. *Nature*. 2013 Sep 5; 501(7465): 97-101.

Aivoterveysteeksi! 2015. Muistiliitto. Viitattu 16.5.2016. <http://www.muistiliitto.fi/fi/tuki-ja-palvelut/luettavaa-ja-tekemista/aivoterveysteeksi/>

Andersson, J., Anttila, R., Lahti, K. & Venäläinen, H. Tietokonepelit - Kampin palvelukeskus 3.12.2014. [ENTERin kysely tietokonepeleistä - tulosten esittely] Saatavissa: <https://ENTERsenior-fi-bin.directo.fi/@Bin/26b94ae9f292e6bf935abdf30dcc4/1461633014/application/pdf/1310936/ENTERin-pelikysely-2014-yhteenveto.pdf>

Apps for elderly -sovelluksia senioreille. 2016. Senioriverkko-projekti. Viitattu 16.5.2016. <http://www.scoop.it/t/appsforelderly>

Arolaakso-Ahola, S., Hirvonen, J. & Könni, P. (toim.) 2014. Etäpeliä ikääntyville - EPI -esiselityshanke. Rovaniemi: Lapin ammattikorkeakoulu. Saatavissa: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/85021/Arolaakso-Ahola%20Hirvonen%20Konni%20B%2024%202014.pdf?sequence=1>

Brox, E., Luque, L. F., Evertsen, G. J. & Hernández, J. E. G. [2011]. Exergames For Elderly. Social exergames to persuade seniors to increase physical activity. *Pervasive Computing Technologies for Healthcare (PervasiveHealth)*, 23-26 May 2011, pages 546-549. Saatavissa: <http://www.helmholtz-muenchen.de/fileadmin/JOIN/PDF/PID1790829-Exergames.pdf>

Digitaaliset pelit. 2015. Vanhustyön keskusliitto. Viitattu 16.5.2016. <http://www.vahvike.fi/fi/tietokoneet/digitaaliset-pelit>

Eläkeikä lähestyy. 2014. Kansaneläkelaitos. Viitattu: 15.5.2016. <http://www.kela.fi/elakeikalahesty>

Foramen-harjoitukset. Miina Sillanpään säätiö. Viitattu 16.5.2016. <https://www.miinasillanpaa.fi/foramen/>

Gerling, K. M., Livingston, I. J., Nacke, L. E. & Mandryk, R. L. 2012. Full-Body Motion-Based Game Interaction for Older Adults. CHI'12, May 5-10, 2012. USA. Saatavissa: http://eprints.lincoln.ac.uk/13643/1/_ddat02_staffhome_jpartridge_p1873-gerling.pdf

Ikääntymisen vaikutukset elimistöön. 2013. Suomen terveystieteiden instituutti. Viitattu 23.4.2016. Saatavissa: <http://www.terveysverkko.fi/tietopankki/senioreille/ikaantymisen-vaikutukset-elimistoon>

Ijsselsteijn, W., Nap, H., Kort, Y. & Poels, K. 2007. Digital Game Design for Elderly Users. *FuturePlay 2007*, November 15-17, 2007, Canada. Saatavilla: <http://163.22.236.168/yip1/Paper/Digital%20game%20design%20for%20elderly%20users.pdf>

Intosalmi, H., Nykänen, J. & Stenberg, L. 2013. Teknologian käyttö ja asenteet 75-89-vuotiailla - Raportti kyselytutkimuksesta. KÄKETE-projekti. Saatavissa: http://www.ikateknologia.fi/images/stories/Julkaisut/kakate_teknologian_kaytto_asenteet_75_89_netti.pdf

Jung, Y., Koay, J. L., Ng., J. S., Wong, G. L. C., & Lee, K. M. 2009. Games for a better life : effects of playing wii games on the well-being of seniors in a long-term care facility. *Proceedings of the 6th Australasian Conference on Interactive Entertainment 2009 (IE 2009)*, Australia. Saatavissa: https://dr.ntu.edu.sg/bitstream/handle/10220/18214/manuscript_fi-nal_elderly_videogame_jungetal2009.pdf?sequence=1

Kempainen, J. 2012. Genremetsä - peligenrejen käyttö digitaalisissa palveluissa. Pelitutkimuksen vuosikirja 2012, s. 56-70. Saatavissa: <http://www.pelitutkimus.fi/vuosikirja2012/ptvk2012-06.pdf>

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista, 980/2012. 2012. Oikeusministeriö.

McLaughlin, A., Gandy, M., Allaire, J. & Whitlock, L. 2012. Putting Fun into Video Games for Older Adults. Ergonomics in Design: The Quarterly of Human Factors Applications 2012 20: 13. Saatavissa: <http://www4.ncsu.edu/~acmclaug/pubs/McLaughlin-Gandy-Allaire-Whitlock-2012.pdf>

Mäyrä, F. & Ermi, L. 2014. Pelaajabarometri 2013 - Mobiilipelaamisen nousu. Tampereen yliopisto Research Reports 11. Saatavissa: http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/95150/pelaajabarometri_2013.pdf?sequence=1

Nordlund, M., Stenberg, L. & Lempola, H. 2014. Tietoteknologian käyttö ja käyttämättömyyden syyt 75-89-vuotiailla. Kooste kyselytutkimuksesta. KÄKETE-projekti. Saatavissa: http://www.ikateknologia.fi/images/stories/Julkaisut/Gallup-kooste_172x248_net.fi.pdf

Peliriippuvuuden biologiset taustatekijät. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2015. Viitattu 22.4.2016. <https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/rahapelit/julkaisut/kootut-asiantuntijakirjoitukset/peliriippuvuuden-biologiset-taustatekijat>

Rahkonen, J. & Mäkinen, M. 2013. Eloisa ikä -ohjelman kyselytutkimus. Saatavissa: <http://eloisika-fi-bin.directo.fi/@Bin/814caee80de2291f28652111fc574567/1463361562/application/pdf/71037/Embargo%20-%2018112013%20klo%200915%20Eloisan%20ik%C3%A4gal-lup%20.pdf>

van Rooij, A., Schoenmakers, T., Vermulst, A., van den Eijnden, R. & van de Mheen, D. Online video game addiction: identification of addicted adolescent gamers. 2010. Saatavissa: <https://sites.oxy.edu/clint/physio/article/Onlinevideogameaddictionidentificationofaddictedadolescentgamers.pdf>

Pitkälä, K. & Routasalo, P. 2012. Ryhmästä apua vanhusten yksinäisyyteen. Saatavissa: http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/arkisto?p_p_id=Article_WAR_DL6_Articleportlet&p_p_action=1&p_p_state=maximized&p_p_mode=view&p_p_col_id=column-1&p_p_col_count=1&viewType=viewArticle&tunnus=duo10334

Saajanaho, M. 2008. ”Oikeen huomaa et me ollaan niinku samaa porukkaa” -Vertaisuus ikääntyvien tietotekniikan oppimisen kokonaisuudessa. Pro gradu -tutkielma, Jyväskylän yliopisto. Saatavissa: https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/18848/URN_NBN_fi_jyu-200808145652.pdf?sequence=1

Tietokonepelit ja seniorit kohtasivat Kampin palvelukeskuksessa. 2015. ENTER ry. Viitattu 16.5.2016. <http://ikinortti.blogspot.fi/2015/12/tietokonepelit-ja-seniorit-kohtasivat.html>

Toivola, J. 2014. Ikäihmisten aktiivisuus ja hyvinvointi paremmaksi konsolipelien avulla - Gamified Solutions in Healthcare -hanke. Opinnäytetyö. Turun ammattikorkeakoulu. Turku. Saatavissa: http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/77160/opari_jani_toivola.pdf?sequence=1

Toril, P., Reales, J. & Ballesteros, S. 2014. Video Game Training Enhances Cognition of Older Adults: A Meta-Analytic Study. Psychology and Aging 2014, vol. 29, No. 3, 706-716.

Tuomainen, S. & Hänninen, T. 1999. Kognitiivinen ikääntyminen. Saatavissa: <http://www.terveyskirjasto.fi/xmedia/duo/duo91584.pdf>

Wessman, J., Erhola, K., Meriläinen-Porras, S., Pieper, R. & Luoma, M. 2013. Ikääntynyt ja teknologia - Kokemuksiani teknologian käytöstä. KÄKÄTE-tutkimuksia 2/2013. Saatavissa: http://www.ikateknologia.fi/images/stories/Julkaisut/ikaantynyt_ja_teknologia_tutkimus_netti.pdf

Whitlock, L. A., Collins McLaughlin, A. & Allaire, J. C. 2012. Individual differences in response to cognitive training: Using a multi-modal, attentionally demanding game-based intervention for older adults. *Computers in Human Behavior* 28 (2012) 1091-1096. Saatavissa: <http://www.gainsthroughgaming.org/wp-content/uploads/2012/07/WoW-study1.pdf>

World population ageing: 1950-2050. 2002. New York, United Nations, 15. Saatavissa: <http://www.un.org/esa/population/publications/worldageing19502050/pdf/81chapteriii.pdf>

Väestöennuste 2015. Tilastokeskus. Viitattu 22.4.2016. http://tilastokeskus.fi/til/vaenn/2015/vaenn_2015_2015-10-30_tie_001_fi.html

Väestörakenne. 2015. Tilastokeskus. Viitattu: 15.5.2016. <http://tilastokeskus.fi/meta/til/vaerak.html>

Älypää. 2016. Sanoma Games. Viitattu: 16.5.2016. <http://alypaa.com/>

Kuviot

Kuvio 1: Väestön ikärakenne ja ennuste muutoksista (Tiedot: Väestöennuste 2015).....	7
Kuvio 2: Kyselyn sukupuolijakauma Kuvio 3: Kyselyn ikäjakauma	16
Kuvio 4: Kyselyyn vastanneiden omistamat digipelaamiseen soveltuvat laitteet	17
Kuvio 5: Yhteenveto siitä kuinka moni vastaajista on pelannut tietokonepelejä	17
Kuvio 6: Yhteenveto siitä kuinka moni vastaajista on pelannut konsolipelejä.....	18
Kuvio 7: Yhteenveto siitä kuinka moni vastaajista on pelannut mobiilipelejä.....	18
Kuvio 8: Yhteenveto vastaajien yhden pelikerran kestosta ja siitä kuinka usein pelataan .	19
Kuvio 9: Vastaajien halukkuus pelaamiseen yksin tai seurassa	19
Kuvio 10: Vastaajien halukkuus ENTER ry:n järjestämään säännölliseen digipelitoimintaan	20
Kuvio 11: Vastaajien osallistuminen aiempiin ENTER ry:n järjestämiin digipelaamiseen liittyviin tapahtumiin.....	21
Kuvio 12: Halukkuus digipelaamista koskevaan lisätietoon.....	21
Kuvio 13: ENTERin 2014 tekemän kyselyn pelikokemukset eri laitteilla (Andersson 2014) .	23
Kuvio 14: ENTERin 2014 tekemän kyselyn väittämien tulokset (Andersson 2014).....	23

Liitteet

Liite 1: Sähköisesti toteutetun kyselylomakkeen kysymykset.....	33
---	----

Liite 1: Sähköisesti toteutetun kyselylomakkeen kysymykset

Digipeleillä tarkoitetaan sähköisillä laitteilla esim. tietokoneella, tabletilla ja pelikonsolilla pelattavia pelejä. Digipelaaminen voi olla myös muuta kuin pidempikestoinen strategia- tai sotapeli. Internetselaimessa täytetyt sudokut, sanapelit ja tietovisat, tietokoneella nopeasti pelattu pasianssi tai mahjong-peli sekä kännykällä pelattu matopeli kuuluvat esimerkiksi myös digipeleihin. Kyselyyn voi myös vastata jos ei harrasta lainkaan digipelaamista.

Taustatiedot

Sukupuoli: Mies Nainen
Ikä: alle 65 65-74 75-84 yli 85

Mitä laitteita omistat? Voit valita useamman vaihtoehdon:

- Tietokoneen
 Tabletin
 Älypuhelimien
 Pelikonsolin
 Ei mitään ylläolevista

Kokemukset pelaamisesta

Kuinka usein pelaat / oletko kokeillut pelaamista seuraavilla laitteilla?

	en ole kokeillut pelaamista	olen kokeillut pelaamista kerran tai kaksi	pelaan silloin tällöin	pelaan säännöllisesti
Tietokoneella pelaaminen (esim. selainpelit, Windows pasianssit)				
Pelikonsolilla pelaaminen (esim. Wii, Xbox, Playstation)				
Mobiilipelien pelaaminen (esim. älypuhelimella tai tabletilla)				

Jos pelaat säännöllisesti, kuinka usein pelaat?

- Useita kertoja päivässä
 Päivittäin
 Muutaman kerran viikossa
 Viikoittain
 Kuukausittain
 En pelaa säännöllisesti

Jos pelaat digipelejä, kuinka pitkä on keskimääräinen pelikerta?

- alle 10min
 10-30min
 30min-1h
 1-3h
 yli 3h
 en pelaa digipelejä

Jos pelikerran pituus vaihtelee pelatun pelin mukaan, voit valita yleisimmän ajan ja haluessasi kertoa vaihtelusta tarkemmin alla olevaan kenttään

Pelaatko / haluaisitko pelata digipelejä mieluiten? Voit valita useamman vaihtoehdon.

- Yksin
- Parin kanssa
- Ryhmässä
- Ei väliä

Mielipiteitä pelaamisesta

Miksi pelaat / et pelaa digipelejä?

Koetko että digipelien pelaamisella on positiivisia / negatiivia vaikutuksia? Millaisia?

Millaisista peleistä olet / olisit kiinnostunut? (esim. pulmapelit, strategiapelit, liikunnalliset pelit, roolipelit, toimintapelit)

Mitä muita ajatuksia digipelit sinussa herättävät?

Digipelaamiseen liittyvät tapahtumat ja opastus

Kaipaisitko lisätietoja digipeleistä?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

Minkälaista lisätietoa haluaisit digipeleistä?

Haluaisitko opastusta digipelien pelaamiseen liittyvissä kysymyksissä? Voit valita useamman vaihtoehdon.

- Kyllä, ryhmässä
- Kyllä, yksilöopastusta
- Kyllä, yksin tai ryhmässä
- En
- En osaa sanoa

Oletko osallistunut ENTER ry:n järjestämiin peleihin liittyviin tapahtumiin?

- Kyllä
- En

Haluaisitko osallistua säännölliseen digipelejä koskevaan toimintaan esim. pelikerho?

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa

Minkälaiseen toimintaan haluaisit osallistua ja kuinka usein?

Muuta

Jos aiheesta heräsi vielä muita kommentteja, niitä voi kirjoittaa tähän.
