James Juvonen
Taavi Räihä
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan tutkinto
Sosionomi AMK
Opinnäytetyö, 2021

PELIKASVATUKSELLINEN VANHEMPAINILTA YLÄASTEIKÄISTEN NUORTEN VANHEMMILLE

TIIVISTELMÄ

Juvonen James, Räihä Taavi
Pelikasvatuksellinen vanhempainilta yläasteikäisten nuorten vanhemmille
30 sivua ja 1 liite
Kevätlukukausi, 2021
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomi (AMK)

Toiminnallisen opinnäytetyömme tarkoitus oli järjestää vanhempainilta, ja näin lisätä kasvattajien tietoutta digitaalisesta pelaamisesta ja tukea kasvattajan roolia digitaalisia pelejä harrastavan nuoren elämässä. Digitaalisella pelaamisella tarkoitetaan tietokoneella, konsoleilla ja mobiililaitteilla pelattavia pelejä.

Opinnäytetyön tutkimuksellinen selvitys koostuu digitaaliseen pelaamisen liittyvästä ajankohtaisesta tutkimustiedosta, sekä kevään 2020 aikana toteutetuista teemahaastatteluista. Teemahaastatteluihin osallistui kahdeksan 15–17 -vuotiasta, digitaalista pelaamista harrastavaa nuorta. Haastatteluissa käsiteltiin nuorten digitaalista pelaamista ja siihen liittyviä kokemuksia. Tutkimustyön ja teemahaastatteluiden perusteella järjestettiin vanhempainilta, johon kutsuttiin huoltajia seitsemästä eri Helsingin alueen koulusta.

Tutkimuksellisen selvityksen tulokset esiteltiin vanhempainillassa, jossa osallistujille tarjottiin mahdollisuus tuoda esille kokemuksiaan ja esittää aiheeseen liittyviä kysymyksiä. Vanhempainilta järjestettiin etätoteutuksena ja iltaan osallistui noin 50 huoltajaa. Opinnäytetyössä päästiin tavoitteeseen, jossa huoltajien kasvatustietoutta digitaalisesta pelaamista lisättiin onnistuneesti.

Asiasanat: huoltajat, nuoret, pelikasvatus, pelikulttuuri, teemahaastattelut, vanhempainillat

ABSTRACT

James Juvonen, Taavi Räihä
Parents' evening on game education
30 p., 1 appendix
Spring, 2021
Diaconia University of Applied Sciences
Bachelor's Degree Programme in Social Services
Bachelor of Social Services

The goal of this functional thesis was to organize a parents' night to increase information on digital gaming among guardians of young people. Digital gaming includes gaming on platforms such as computers, game consoles and mobile devices.

Thesis' research report consists of recent studies surrounding digital gaming and the summary of focused interviews conducted during spring of 2020. Interviewees were young people between ages 15 and 17, who were actively engaged in digital gaming. The interviews consisted of questions on the various effects gaming might have on the participants and aimed to collect their lived experiences.

The parents' evening was organized based on the information received from previous research and the interviews, with invitations sent to seven different schools in the Helsinki area. A total of approximately 50 guardians attended the event. In the parents' evening, results of the studies and interviews were presented, and the attendees were offered a chance to raise their concerns, share their stories and ask questions on the topic. The thesis reached its goal of increasing educational knowledge about digital gaming among guardians.

Keywords: guardians, focused interviews, game culture, game education, parent evening, young people

SISÄLLYS

1 JOHDANTO 4

2 DIGITAALINEN PELAAMINEN NUOREN ELÄMÄSSÄ 4
2.1 Digipeliriippuvuus 5
2.2 Pelaamisen yhteys aggressiivisuuteen 5
2.3 Pelaamisen yhteys unen laatuun ja määrään 6
2.4 Kiusaaminen peleissä 7
2.5 Pelaamisen yhteys terveyteen 8
2.6 Pelaamisen hyödyt 9

3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE 11

4 TAUSTA JA YHTEISTYÖKUMPPANI 11

5 PELIHARRASTAVAN NUOREN TEEMAHAASTATTELUT 12
5.1 Pelaaminen kotona 13
5.2 Pelaaminen ja sosiaaliset suhteet 16
5.3 Pelaaminen ja koulunkäynti 17
5.4 Pelaamisen hyödyt ja merkityksellisyys 19

6 VANHEMPAINILTA 23

7 POHDINTA 25

LÄHTEET 28

LIITE 1. TEEMAHAASTATTELU NUOREN KOKEMUKSISTA PELIHARRASTAJANA 31

1 JOHDANTO

Digipelaaminen on harrastus, jota harvoin tuetaan kodin ulkopuolelta harrasteseuran, valmentajan tai muun järjestön kautta. Julkiset digitaaliseen pelaamiseen liittyvät ohjatut harrastetoiminnot löytyvät valtakunnallisesti vain harvoilta nuorisotaloilta. Tämä korostaa kasvattajan roolin merkitystä digitaalisia pelejä harrastavan nuoren elämässä.

Opinnäytetyömme tarkoitus on lisätä huoltajien tietämystä digitaalisesta pelaamisesta ja näin tukea kasvattajan roolia digitaalisia pelejä harrastavan nuoren elämässä. Opinnäytetyötä varten tutkimme ajankohtaista tutkimustietoa lapsiin ja nuoriin vaikuttavista digitaalisen pelaamisen ilmiöistä. Lisäksi haastattelimme kahdeksaa Nuorisotalo Merirastin digitaaliseen pelitoimintaan osallistuvaa nuorta. Haastattelut käsittelivät nuorten kokemuksia digitaalisesta pelaamisesta ja pelaamisen vaikutuksia sosiaalisiin suhteisiin, perhesuhteisiin, koulunkäyntiin, elämäntaitoihin sekä digipelaamisen merkityksellisyyttä nuoren elämässä.

Haastatteluiden ja tutkimustiedon pohjalta toteutimme vanhempainillan yhteistyössä Helsingin Merilahden peruskoulun kanssa. Vanhempainiltaan kutsuttiin Helsingin peruskoulujen oppilaiden vanhempia yhteensä seitsemästä koulusta. Tapahtuma järjestettiin 29.10.2020 etänä Microsoft teams -alustalla, johtuen syksyn 2020 COVID-19 pandemiatilanteesta.

2 DIGITAALINEN PELAAMINEN NUOREN ELÄMÄSSÄ

Seuraavat digitaalisen pelaamisen ilmiöt on valittu opinnäytetyöhön, sillä ne koskettavat kouluikäisten nuorten elämää ja ovat tärkeitä osaamisen alueita kasvattajan roolissa olevalle aikuiselle. Valitut teemat nousivat myös toistuvasti esiin nuorten haastatteluissa ja vanhempainillan kysymyksissä.

2.1 Digipeliriippuvuus

Digipeliriippuvainen ihminen voi hakea pelaamisesta sosiaalisia kontakteja, yhteisöllisyyden tunnetta, mielihyvää ja onnistumisen kokemuksia. Kaikki tämä on tärkeää ja hyödyllistä. Pelaaminen voi kuitenkin muodostua riippuvuudeksi tapauksissa, joissa pelin ulkopuolinen elämä ei enää tarjoa vastaavia kokemuksia. (Päihdelinkki. Tietopankki. Tietoiskut. Pelaaminen. Digipelaaminen) Korvaavan tekemisen löytäminen on tärkeä osa pelaamisen vähentämistä ja digipeliriippuvuuden hoitoa (Lasten ja nuorten digitaalinen peliriippuvuus – verkko-oppimateriaali sairaanhoitajille).

Peliriippuvuus voi näkyä ulospäin elämänhallinnan vaikeuksina koulussa, muutoksissa sosiaalisissa suhteissa tai huonontuneena unen laatuna. Yläasteikäisen nuoren elämässä pelaamiseen käytetty aika voi kasvaa huomattavasti, ja nuoren kyky arvioida pelaamisen käytettyä aikaa heikentyä. Nuori saattaa valehdella tai pyrkiä salaamaan pelaamiseen käytettyä aikaa voidakseen jatkaa pelaamista. Pelaamisen rajaaminen saattaa herättää voimakkaita tunteita nuoressa, sillä samalla rajataan pois nuorelle tärkeää ja mielihyvää tuottavaa toimintaa. (Päihdelinkki. Tietopankki. Tietoiskut. Pelaaminen. Digipelaaminen).

Peliriippuvuuden hoito ja ennaltaehkäisy on yhdistelmä puheeksi ottamista, ymmärrystä nuoren tilanteesta ja siitä, mikä peleissä nuoreen vetoaa, sekä pelaamiseen käytetyn ajan hallintaa. Terveessä digitaalisessa pelaamisessa pelaaja hallitsee pelaamistaan, eikä peli pelaajaa. (Lasten ja nuorten digitaalinen peliriippuvuus – verkko-oppimateriaali sairaanhoitajille)

2.2 Pelaamisen yhteys aggressiivisuuteen

Pelaamisen ympärillä on käyty väittelyä väkivaltaisen median vaikutuksista lapsiin jo 1970–luvulta alkaen. Pelaaminen on etenkin Yhdysvalloissa useasti

yhdistetty äärimmäisiin väkivallan tekoihin uutisartikkeleissa ja tutkimuksissa. (Money. CNN. The long history of blaming video games for mass violence)

Ohion yliopiston tutkimus mittasi valtakunnallisesti mediapsykologien (239 vastaajaa), joukkoviestintätutkijoiden (132 vastaajaa), lastenlääkäreiden (92 vastaajaa) ja vanhempien (268 vastaajaa) näkemystä eri mediamuotojen vaikutuksesta lasten aggressiiviseen käytökseen. Tutkimuksen mukaan vastaajilla on selvä enemmistön kanta siitä, että eri väkivaltaiset median muodot voivat vaikuttavat lapsiin lisäten aggressiivista käyttäytymistä. Videopelien vaikutuksella lapsen aggressiivisen käytöksen kasvuun oli suurin enemmistön kannatus, mutta myös muiden mediamuotojen vaikutuksella aggressiivisen käytöksen kasvuun oli enemmistön tuki. (ResearchGate)

Amerikan Psykologien yhdistys painottaa vuoden 2020 kannanotossaan, että keskustelua videopelien mahdollisista vaikutuksista väkivaltaisuuteen ei saa yksinkertaistaa. Väkivaltainen videopeli ei yksinään tee kenestäkään väkivaltaista, vaan taustalla on aina muita tekijöitä. (APA. Press. Releases. Violent video games behavior)

2.3 Pelaamisen yhteys unen laatuun ja määrään

Hyvä uni on erityisesti nuorille tärkeää kehon palautumisen, koulumenestyksen, sekä fyysisen ja psyykkisen hyvinvoinnin kannalta (Sleep Foundation). School for Mass Communication Research Belgiassa tutki videopelien vaikutusta unen laatuun ja määrään. Tutkimukseen osallistui 844 aikuista. Tutkimus osoitti, että jokaista päivässä videopelaamiseen käytettyä tuntia kohden, osallistuneiden vastaajien nukkumaanmenoaika siirtyi keskimäärin 6,9 minuutilla eteenpäin. Myös aamulla ylös nouseminen siirtyi eteenpäin 13,8 minuuttia. Vastaajien unen laatu kärsi ja jokainen pelaamiseen käytetty tunti nosti huonontuneen unenlaadun mahdollisuutta 31 prosentilla. Runsaasti pelaavilla aikuisilla oli 2,75 kertainen todennäköisyys nukkua huonosti, kun heitä verrattiin alle tunnin päivässä pelaaviin

aikuisiin. (Wiley Online Library. Sleep quality is negatively related to video gaming volume in adults)

Flinders University School of Psychology vertasi Call of Duty -toimintapelin pelaamisen ja Pingviinien marssi- dvd-elokuvan katsomisen vaikutuksia unen laatuun juuri ennen nukkumaanmenoa. Tutkimukseen osallistui kolmetoista keskimäärin 16.6-vuotiasta nuorta. Elokuvan katsominen myöhäisti uneen vaipumista keskimäärin 3 minuuttia, kun taas toimintapelin pelaaminen myöhäisti uneen vaipumista 7.5 minuuttia. Vaikutukset unen rakenteeseen ja laatuun eivät olleet merkittäviä. (NCBI. The Effect of Presleep Video-Game Playing on Adolescent Sleep)

2.4 Kiusaaminen peleissä

“Non–Toxic-syrjimätön pelikulttuuri” on valtakunnallinen hanke, joka pyrkii kehittämään pelitoimintaa ja pelikulttuuria kaikille avoimeksi ja turvalliseksi, sekä vihapuheesta ja häirinnästä vapaaksi alueeksi. Non–Toxic –selvitykseen osallistuneista 156:sta 15–29 –vuotiaasta nuoresta jopa 70 % kertoi joutuneensa vihapuheen tai häirinnän kohteeksi pelimaailmassa. 90 % vastanneista toivoi, että vihapuheeseen ja häirintään puututtaisiin. (Non-Toxic)

Kiusaaminen voidaan nähdä kilpailullisissa peleissä samanlaisena taktikointina, kuin urheiluissa vastustajan häiritseminen. Kiusaamisen aiheet voivat koskea pelin sisältöä (esimerkiksi pelaajan taitoja), mutta voivat olla myös rotuun, seksuaalisuuteen, ulkonäköön tai muihin henkilökohtaisiin asioihin liittyviä. Kiusaamiseen kynnys on matalampi pelimaailmassa, sillä kiusaaja ja kiusattu esiintyvät usein aliaksen tai pelihahmon takana. (Non-Toxic)

Pelaaminen on ollut pitkään miehille ja pojille markkinoitu alusta ja osittain tästä syystä peliharrastuksen pariin löytävät naiset ja tytöt kohtaavat syrjintää ja seksismiä. Non-toxic hankkeen kyselyyn vastanneissa naisissa nousi vahvasti esille sukupuoleen liittyvä väheksyntä ja häirintä, jonka takia useat naispuoliset vastaajat kertoivat salaavansa sukupuolensa peleissä (Non-Toxic).

Pelaavan nuoren kiusaamista voi olla vaikea havaita, sillä kiusaaminen tapahtuu nuoren oman pelilaitteen välityksellä. Nuoren huoltajalla on hyvä mahdollisuus nostaa peleissä tapahtuva häirintä puheenaiheeksi ja ottaa selvää, onko oma nuori kohdannut peleissä häirintää. Useissa peleissä on erilaisia mekanismeja kiusaamisen ja häirinnän vähentämiseksi. Moderneista online-peleistä löytyy lähes poikkeuksetta työkaluja estää muita pelaajia lähettämästä viestejä, mykistää tai raportoida häiriökäyttäytyminen pelin kehittäjille.

2.5 Pelaamisen yhteys terveyteen

Tietokoneen käytön yhteyttä tuki- ja liikuntaelinten ongelmiin tutkittiin suomalaisissa lapsissa. Tutkimukseen osallistui yhteensä 436 iältään 12–16-vuotiasta nuorta. Kyselyssä vastaajat kertoivat ongelmista kehon eri osa-alueilla, joita vertailtiin suhteessa pelaamiseen käytetyn ajan kanssa. Runsaasti tietokoneella aikaa viettävillä esiintyi enemmän kipuja ja vaikeuksia arjessa kehon jokaisella osa-alueella, erityisesti alaselän, pään ja silmien seudulla. Viides vastaajista raportoi voimakkaita kiputiloja pään ja niska-hartiaseudun alueella. Silmien kanssa ongelmia vastaajilla oli noin joka seitsemännellä. Niillä, jotka käyttivät tietokoneella pelaamiseen yli 14–tuntia viikossa, havaittiin moninkertainen määrä ongelmia verrattuna niihin, jotka käyttivät tietokonetta vähemmän kuin 3.6 tuntia viikossa. (US National Library of Medicine)

Vuosien 2013–2018 aikana toteutettiin 26 tutkimusta, joissa tutkittiin videopelaamisen yhteyttä lasten ylipainoon. Tutkimusten välillä ei pystytty muodostamaan konsensusta siitä, että videopelaamista voitaisiin suoraan yhdistää

ylipainoisuuteen. Tutkimuksesta käy kuitenkin ilmi, että yleisesti ottaen kaikki erilainen ruutuaika on yhdistettävissä lasten ylipainoisuuteen. (US National Library of Medicine)

Ruutuaikaa ja pelaamista yhdistävä tekijä on istuminen, jonka on tutkittu olevan yhteydessä monenlaisiin terveysongelmiin. Aikuiset, jotka istuivat keskeyttämättä pitkiä aikoja, saivat huomattavasti heikompia tuloksia kardiometabolista terveyttä mittaavissa testeissä (International Diabetes Federation). Australialaisessa tutkimuksessa niillä, jotka käyttivät yli 2 tuntia päivässä television katselemiseen, oli jopa 80 % korkeampi riski kuolla ennenaikaisesti sydän- ja verisuonisairauksiin huolimatta muista huonoista elintavoista, kuten tupakoinnista (US National Library of Medicine).

Istumisen aiheuttamia alaselän ongelmia voidaan ehkäistä hyvällä ergonomialla. Hyvä asento istua on asettaa monitori silmien korkeudelle, pitää laitteet kuten näppäimistö lähellä ja säätää istumakorkeus sopivaksi. Pitkään yhtäjaksoisen istumisen välttämisen on todistettu myös tuottavan tuloksia selkäkivun ehkäisyssä ja liikkuminen noin 20-minuutin välein ehkäisee huomattavasti selkäkipuja. (Physiopedia)

2.6 Pelaamisen hyödyt

Pelit vaativat oppimaan taitoja ja usein valmistavat pelaajaa jotakin edessä odottavaa tehtävää varten. Oppimisen käyrä on samankaltainen kuin koulumaailmassa. Pelaajalta vaaditaan porrastetusti aina vaativampaa osaamista, sekä kykyä soveltaa aikaisemmin opittua (American Journal of Play). Videopelejä onkin valjastettu käyttöön opetustarkoituksessa kasvavassa määrin (Journal of Education and Practice). Peli voi toimia oppimisen alustana, mutta pelin ensisijainen rooli on olla motivoiva ja virikkeellinen tekijä opetuksen työkaluna (Journal of Education and Practice).

Videopelien on mahdollista vastata ihmisen useaan psykologiseen perustarpeeseen. Näitä tarpeita ovat esimerkiksi itsenäisyyden tunne, usko omaan kykeneväisyyteensä sekä kyky samaistua toisiin ihmisiin. Pelaaminen vapauttaa aivoissa dopamiinia ja muita kemikaaleja, jotka liittyvät mielihyvän tuottamiseen ja oppimisprosesseihin. Kognitiivisia tai havainnollisia kykyjä haastavien pelien pelaaminen edesauttaa vaadittuja kykyjä kehittymään myös pelin ulkopuolella. (American Journal of Play)

Toimintapelien pelaamisen on tutkittu olevan yhteydessä näköaistin kehitykseen. Toimintapelejä pelaavat erottivat tutkimuksessa paremmin harmaan sävyjen värikontrastin. Tämä vaikuttaa esimerkiksi kykyyn hahmottaa eri objektien etäisyyksiä toisistaan ja erottaa objektit taustoja. Pelaajat pystyivät paremmin erottamaan olennaiset asiat ja tarkentamaan yksityiskohtiin silloin, kun näkökentässä oli havaittavissa häiriötekijöitä, tai useita samanaikaisia tapahtumia. Lukihäiriöisillä lapsilla havaittiin parempia tuloksia lukemisen ja kuullun ymmärtämisen testeissä pelaamiseen käytetyn ajan jälkeen. (American Journal of Play)

Reaaliaikaisten strategiapelien (RTS) pelaamisen on tutkittu parantavan työmuistin toimintaa ja tehostavan huomion siirtämistä tehtävästä toiseen. 40 tuntia RTS-pelien pelaamiseen käyttäneet koehenkilöt osoittivat parempaa kognitiivista joustokykyä, jota testattiin vertaamalla tarkkuutta ja nopeutta reagoida erilaisiin tehtäviin. (Glass, Maddox, Love. 2013)

RTS-pelien pelaamisen tutkittiin myös hidastavan iän myötä heikkenevien kognitiivisten kykyjen rappeutumista. 70-vuotiaita, jotka altistettiin pelaamaan RTS-pelejä 23.5 tuntia, verrattiin saman ikäisiin, jotka eivät pelanneet RTS-pelejä ollenkaan. Pelanneet ikäihmiset kykenivät paremmin vaihtamaan keskittymisen kohdetta, kykenivät paremmin abstraktiin ajatteluun ja osoittivat parempia tuloksia työmuistin kannalta. (American Journal of Play)

Digitaalisia pelejä käytetään myös kasvavassa määrin terveydenhoidossa. Pelejä käytetään fyysisessä kuntoutuksessa, terapeuttisina työkaluina ja osana lääketieteellistä koulutusta. Digitaaliset pelit mahdollistavat haastavien työtehtävien virtuaalisen harjoittelun ja tarjoavat mahdollisuuden elämyksiin ja fyysiseen

kuntoutukseen esimerkiksi niille, joiden liikkumiskyky on rajallinen. (Medcity-news. Playing doctor: The evolution of videogames in healthcare)

3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Tarkoituksemme oli edistää kasvatustietoisuutta tarjoamalla vanhemmille ajankohtaista tietoa digipeliharrastuksesta ja sen vaikutuksista yläkouluikäisiin lapsiin. Kasvatustietoisuudella tarkoitetaan tietoisuutta kasvatuksen tavoitteista, menetelmistä ja tuloksista kokonaisuutena (Ruhala, 2010). Vanhempainillan tarkoituksena oli antaa huoltajille paremmat mahdollisuudet ymmärtää, ottaa puheeksi ja käsitellä pelaamiseen liittyviä aiheita nuorten kanssa.

Vanhempainillalla halusimme kannustaa vanhempia osallistumaan nuoren peliharrastuksen, sillä kotona hyvässä kasvuympäristössä vanhempien kiinnostus, kannustus, huolehtivaisuus ja keskustelut tukevat nuoren kasvua ja kehitystä (MLL. Vanhemmille. Tietoa lapsiperheen elämästä). Harrastukseen osallistuminen ei välttämättä tarkoita harrastuksen aloittamista, vaan voi käsittää myös lapsen mielenkiinnon kohteen hyväksymistä, uuden oppimista, yhdessä vietettyä aikaa, harrastuksen ja lapsen hyvinvoinnin valvomista, haittojen ehkäisyä tai rajaamista (MLL. Vanhempainnetti).

4 TAUSTA JA YHTEISTYÖKUMPPANI

Maailman tasolla peliteollisuus on tämän hetken suurin viihteen teollisuudenala. Peliteollisuuden liikevaihto ylitti 152 miljardin dollarin rajan vuonna 2019, ja lähentelee musiikin (53,7 mrd$) ja elokuvateollisuuden (103 mrd$) yhteenlaskettua

liikevaihtoa. Digitaalisia pelejä kuluttavia ihmisiä löytyy maailmasta noin 2,5 miljardia. (Gamingscan. Gaming Statistics)

Digitaalisen pelaamisen suosio on 2000-luvun aikana kasvanut räjähdysmäisesti. Tämän takia etenkin vanhemmilla sukupolvilla on suuria puutteita tietoudessa digitaalisesta pelaamisesta ja sen ilmiöistä. Tampereen yliopiston Pelaajabarometri -kyselyyn vastanneista yli 40-vuotiaista noin neljännes, ja yli 50-vuotiaista puolet, eivät pelanneet lainkaan digitaalisia pelejä (Pelaajabarometri 2018: Monimuotoistuva mobiilipelaaminen).

Opinnäytetyö on toteutettu yhteistyössä Merilahden peruskoulun, sekä peli- ja digitoimintaan erikoistuneen nuorisotalo Merirastin kanssa. Lisäksi asiantuntija-apua opinnäytetyön alkuvaiheessa antoi Oulunkylän Score -pelitalon työryhmä. Pelitalon työryhmä myös suositteli vanhempainiltaa toiminnallisen opinnäytetyön menetelmäksi.

Keskusteluissamme Oulunkylän Score -pelitalon kanssa esiin nousivat pelitalolta peliaiheisissa kysymyksissä, sekä pelaamiseen liittyvissä riitatilanteissa apua soittavat vanhemmat (Hannes Pasanen, henkilökohtainen tiedonanto 18.04.2019). Riitelyn on todettu olevan yhteydessä nuorten masentuneisuuteen erityisesti tilanteissa, joissa vanhemmat eivät anna tilaa nuoren mielipiteiden tai kielteisten tunteiden kasvulle (Sevón, Notko 2008. 48–49). Lisäämällä vanhempien kasvatustietoisuutta pyrimme antamaan vanhemmille työkaluja riitatilanteiden ratkaisemiseksi ja ehkäisemiseksi.

5 PELIHARRASTAVAN NUOREN TEEMAHAASTATTELUT

Opinnäytetyötä varten haastattelimme kahdeksaa 15–17-vuoden ikäistä aktiivisesti digitaalista pelaamista harrastavaa nuorta. Arvioimme vanhempainillan osallistujien olevan kiinnostuneita tutkimuksellisen tiedon lisäksi myös arkisista

elämänkokemuksista sellaisilta nuorilta, jotka ovat samalta alueelta ja lähelle saman ikäisiä kuin heidän omat lapsensa.

Toteutimme haastattelut puolistrukturoidun teemahaastattelun menetelmin. Teemahaastattelu on luonteeltaan keskustelunomainen ja painottaa haastateltavan henkilökohtaista tulkintaa, sekä asialle antamaa merkitystä (Tuomi, Sarajärvi 2009, 75). Teemahaastattelu toimi tarkoitukseemme etsiessämme nuorten omakohtaisia kokemuksia digitaalisesta pelaamisesta.

Kaikki haastatteluihin osallistuneet nuoret olivat asiakkaita pelitoimintaan erikoistuneessa nuorisotalo Merirastissa. Haastateltavien nuorten tuli olla 13–17-vuotiaita aktiivisesti digitaalista pelaamista harrastavia nuoria. Vapaaehtoiset haastateltavat etsittiin mainoksella nuorisotalo Merirastin keskustelualustoilta. Haastateltaviksi valittiin kahdeksan ensimmäistä kriteerit täyttävää nuorta.

Haastattelut toteutettiin anonyymisti keväällä 2020 Discord -keskustelupalvelun välityksellä. Discord on pelaajille kehitetty ja pelaajien suosiossa oleva keskustelualusta (Discord. Company). Jokainen nuori haastateltiin erikseen ja haastattelu kesti puoli tuntia. Haastattelun aikana käsiteltiin digitaalisen pelaamisen näkymistä kotona, pelaamista ja nuoren sosiaalisia suhteita, pelaamista ja koulunkäyntiä, sekä pelaamisesta opittuja taitoja ja pelaamisen merkityksellisyyttä nuoren elämässä. Teemahaastattelun pohja on liitteenä opinnäytetyön lopussa (Liite 1).

5.1 Pelaaminen kotona

Jokaisen haastateltavan perheessä pelaamiseen osallistui joku toinenkin perheenjäsen. Kokemukset yhdessä pelaamisesta miellettiin aina positiivisiksi. Pelaamisen osallistuva perheenjäsen oli useimmiten sisarus, mutta myös neljän nuoren kohdalla vanhemmat osallistuivat pelaamalla itse jotain tai pelaamalla yhdessä nuoren kanssa.

> Ja sit siskon kaa tehään silleen, et jos se pelaa ni istutaan sohvalla ja pelataan Assassins Creedia ja nauretaan sille mitä siel tapahtuu.
>
> Tulee hyvä fiilis, kun muistelee niitä. Kyl se on ihan hauskaa sillon tällön pelata, vaikka ne ei normaalisti pelaakkaan hirveesti mun kanssa.

Pelien ikärajoja valvottiin hyvin eri tavoilla. Suuressa osassa talouksia pelien ikärajoista ja hankinnoista pystyttiin neuvottelemaan ja katsomaan yhdessä esimerkiksi videoita pelin sisällöstä ennen ostoa. Kuitenkin yhdessä haastattelussa nuorelta oli suorin käsin kielletty kaikki ikärajaltaan hänelle liian suuret pelit, kun taas toisessa haastattelussa ei ikärajoja seurattu millään tavalla.

> Sanotaanko näin, et kun mä olin viis, ni mä pyysin syntymäpäivälahjaks Battlefield kakkosta (K16). Ja ne tosiaan osti mulle Dark Messiahan (K18). Joka oli siis ihan eri peli, mut ne ei erottanu sitä. Nyt ku muistelee sitä peliä, ni se on semmonen mis katkotaan päitä – ja tapetaan aika paljon. Ei noitten ikärajojen kans oo koskaan ollu semmosta juttua et ei olis voinu pelaa jotain.
>
> GTA:sta (K18) iskä ties sen verran paljon, et kun sisko halus joskus antaa sen synttärilahjaks ni se ei halunnu oikeen et se antais. Mut kyl se lopulta siihen suostu. Mut ei ne esim seuraa sitä mitä mä ostan. Siis me käytin ostaa Duke Nukem (K16), ja kauppias oli mun äidille et ”kai sä tiedät mikä tää on?” ja mun äiti oli et ”joo joo joku räiskintäpeli.”

Yleisesti melkein kaikissa haastatteluissa vanhemmilla oli perustason tietous siitä, mitä ja minkälaisia pelejä nuoret pelaavat. Useasti pelien hankinnoissa oli keskusteltu aiheesta yhdessä, ja kahdessa haastattelussa nousi esiin myös vanhempien mielenkiinto siitä, kenen kanssa nuori viettää aikaa pelatessaan.

> V: Ei varmaan yhtään mitään. Varmaan vaan kiinnostus puuttuu.
> H: Mitä mieltä oot, oisko vanhempien hyvä tietää lastensa pelaamisesta enemmän?
> V: Kylhän se varmaan olis ihan hyvä, et tietää missä lapset liikkuu ja kenen kanssa liikkuu.

Haastateltavat nuoret kertoivat poikkeuksetta joko vanhempien olleen huolissaan pelaamisesta aikaisemmin, tai olevan huolissaan pelaamisesta tällä hetkellä. Yleisin huolenaihe oli peleihin käytettävä aika.

> Varmaan just se et istuu niin pitkiä aikoja, et tekee huonoa keholle. Ja varmasti tekeekin, mutta en mä niinku ite voi huonosti. Tosiaan ku päivittäin käyn ulkona mahdollisesti ja ite luulen et ainakin oon ihan hyvässä elämäntilanteessa ja kunnossa.

> Sillon ehkä, kun olin pienempi. Sillon 13 -vuotiaana, kun mä sain tietokoneen. Sillon oli ehkä tää et koulu jäis vähän sivuun - ja et se pelaaminen ois tärkeempää mulle. Mut kyl mä oon aika hyvin hoitanut tän koulun käymisen ja pelaamisen. Että ei ole enää.

> No eniten siitä niinku peliajasta, et kuin paljon mä pelaan. Nyt ei ees oo paljoa muuta tekemistä. Ei kaikki kaverit ees tuu ulos ja harvemmin näkee.

Useampi nuori ilmaisi oman huolensa oman digitaalisen pelaamisen määrään, mutta korostivat kuitenkin olevansa hallinnassa tilanteestaan ja pitävänsä harrastuksesta. Etenkin vanhemmat, 16–17-vuotiaat nuoret, kertoivat tehneensä tietoisia valintoja unirytmin ylläpitämiseksi ja pelaamisen vähentämiseksi. Nuoret kertoivat myös vallalla olevan COVID-19-pandemiatilanteen lisänneen pelaamiseen käytettävää aikaa. Kaikkien nuorten mielestä lisääntynyt pelaaminen liikkumisrajoitusten aikana oli kuitenkin hyväksyttävää.

> No kyl se ehkä välillä saattaa mennä vähän yli. Mutta että ohan sekin harrastus siinä missä muutkin. Vaikka ehkä sitten ei tuu liikuttua niin paljoa, kuin jos ois joku erilainen harrastus. Mutta siis se kehittää kumminki erilaisia taitoja.

Pelaamiseen liittyvät riidat kotona liittyivät usein myöhään valvomiseen ja liikaan pelaamiseen. Jokaisella nuorella oli ollut kokemuksia pelaamisen liittyvästä riitelystä ja yksi nuori kertoi riitelyn olevan viikoittaista. Pelaamiseen liittyviä riitoja ratkottiin keskustelemalla ja tekemällä myönnytyksiä vanhempien vaatimuksiin. Yhden nuoren tapauksessa riitatilanteita ja riitoihin johtavia ongelmia ei ratkaistu kuitenkaan loppuun asti, vaan riitelevät osapuolet vetäytyivät huoneisiinsa riidan päätteeksi.

> H: Miten riitatilanteet ratkeavat?
> V: En osaa sanoa, yleensä kaikki vaan sit menee omiin huoneisiinsa ja antaa sen hautua.
> H: Mikä sun mielestä vois auttaa näissä riitatilanteissa?

> V: Just silleen niinku, että kertois enemmän mitä se pelaaminen on, mitä se vois merkitä muille. Esimerkiks just mulle ja varmaan monelle muullekin.

Haastateltavat nuoret pelasivat paljon kilpailullisia pelejä. Kilpailullisissa peleissä pelaamista ei voi usein lopettaa kesken ilman seurauksia, kuten väliaikaisia pelikieltoja. Näissä tilanteissa nuoret kertoivat saavansa vanhemmilta ymmärrystä pelata kilpailullisen pelin loppuun asti.

> Kyl mä oon selittänyt tän aika hyvin, et siitä voi tulla seittemänkin päivän pelikielto, jos jättää sen matsin kesken. Niin se ymmärtää tosi hyvin sit ja antaa yleensä pelata sen loppuun. Kuhan mä meen sen jälkeen nukkumaan.

5.2 Pelaaminen ja sosiaaliset suhteet

Nuoret kertoivat löytäneensä kavereita vuosien varrelta pelien kautta. Uusiin kouluihin mentäessä ryhmäytyminen tapahtui usein pelien kautta ja ala-asteella muodostetut peliryhmät pysyivät elämässä pitkälle läpi teinivuosien.

> Me ollaan pelattu niinko kolmosluokasta lähtien ja pelataan edelleen. Siin mielessä se on pysyny se meidän peliryhmä. Yläasteelle kun mä menin ni löysin heti kans kavereita jotka pelas, ni oon niinku sopeutunu semmoseen ryhmään, jossa ihmiset pelas pelejä.

> Siis monta. Melkeen kymmenen ihmistä kenen kanssa, ei siis kaikkien mut silleen vuorotellen. Ja tunnen kaikki silleen oikees elämässä peruskoulusta asti. Mutta nyt kun on nää lukiot ja amikset alkanu, ni on vähä rikkoutunut se ryhmä. Mut kyl me tavataan ulkona ja mennään pelaamaan korista tai muutenkin. Ja sit tietty pelataan yhessä.

Nuoret kertoivat löytävänsä uusia tuttavuuksia peleistä ja Discord -yhteisöistä. Välillä sattumalta peleistä löydetyt tuttavuudet jäivät pitkäaikaisiksi kavereiksi. Nuoret kertoivat ystävyys- ja kaverisuhteiden muodostuvan yhdessä pelatessa.

> On paljon, siis tosi paljon ihan semmosia läheisiäkin kavereita, kehen vaan verkon kautta tutustunut. Et en oo ikinä tavannu oikeessa elämässä. Ja pelaan usein niiden kanssa.

Kaikki haastateltavat nuoret kuuluivat erilaisiin peliyhteisöihin. Nuorilla oli kavereiden kesken rakennettuja Discord -servereitä, peliklaaneja ja kiltoja, sekä tuttuja pelaamiseen liittyvistä tapahtumista. Peliklaanit- ja killat ovat pelien sisäisiä pelaajien muodostamia ryhmiä.

> No mulla on discordissa serveri jossa on päälle sata ihmistä. Ja sit mä oon ite ollu modina nuorisotalon discordissa, kunnes en ollut enää. On mul aika paljon servuja, esim. se meidän vanha kaveriporukka – ni meil on oma discord servu. Ja oon mä näis Assyn ja OSUN discord servereillä. Twitchissä streamaan sillon tällön.
>
> Assemblyt (suomalainen pelitapahtuma), me käydään siel just meidän vanhan kaveriporukan kaa. Nuorisotalon lanit, riippuen just ihan siitä et missä päin oon.
>
> Se oli kavereitten kilta, mut se oli aika iso. Me ei vedetty vielä mitään raidbosseja, siihenhä tarttee aika paljon sitä niinku järjestelmällisyyttä ja pitäis paljon sopia juttuja etukäteen. Me vedettiin niitä dungeoneja vaan. Se olis tosi siistiä päästä semmoseen kunnon raid -guildiin, vetää niinku jonkun neljänkymmenen ihmisen kanssa niitä bosseja. (nuori kertoo pelinsisäisen killan toiminnasta, jossa yhteistyössä harjoitellaan ja voitetaan pelinsisäisiä haasteita.)

5.3 Pelaaminen ja koulunkäynti

Nuoret kokivat pelaamisella olevan positiivisia ja negatiivisia vaikutuksia koulunkäyntiin. Nuoret kokivat oppineensa englannin kieltä, silmä-käsi-koordinaatiota, historiaa ja maantietoa, sekä kehittyneensä ongelmanratkaisukyvyissä ja yhteistyötaidoissa pelaamisen välityksellä. Nuoret käyttivät pelaamista myös keinona stressin lievittämiseen.

> Auttaa ainakin siinä, että stressi koulun jälkeen. Oon tykänny eka pelata ja sit tehä läksyt. Että pelaaminen auttaa purkamaan sitä stressiä.
>
> Mitä näitä basic juttuja on, mutta varmaan se auttaa tota ongelmanratkaisukykyyn ja tämmöseen niinku loogiseen ajattelemiseen ja sitten Englannin kanssa on... Eli kaikki kielet on parantunu niinku paljon ku pelaa.

> No Assassins Creedi, Rome, Hearts of Iron – tietenki kaikki historialliset jutut oon oppinu peleistä.Oon oppinu paljon hissasta ja meidän hissanopeki joskus kysy, et voinko ehotella mitään pelejä sen lapsille, sit kun niillä on ikää pelata.
>
> No melkeen minkälaiset pelit vaan, et sit jos sulla on joku ongelma jossain sun pitää päästä jostain tasosta läpi, ni sit sä tietenki ratkaset sen. Ja mitä enemmän sä niitä teet, ni sitten käytännössäkin oikeessa elämässä, jos tulee joku samanlainen tilanne vastaan niin sä voit soveltaa niistä peleistä.

Peleillä kerrottiin myös olevan positiivisia vaikutuksia sosiaalisiin kykyihin ja joukkueena työskentelyyn. Useampi nuori kertoi myös löytäneensä pitkäaikaisia kavereita koulusta yhteisen peliharrastuksen kautta.

> Kyllä musta tuntuu, et ne sosiaalisetkin taidot on kehittyny. Vaikka kyl ne kehittyis paremmin tuolla ulkona ku tutustuis ihmisiin. Kyllä mun mielestä peleissäkin ne kehittyy. Että voi puhua ihmisten kanssa, ketä sä et tunne, ihan avoimesti.
>
> Pelaamisen plussissa ainaki cs:ssä (Counter Strike) täytyy tosi paljon pystyy pelaa tai vetää tiiminä. Ja jossai overwatchissa täytyy pysyy tiiminä. Nii osaa kommunikoida ihmisten kanssa. Tai tehä ratkaisuja ja nopeita päätöksiä. Nii se vois ehkä auttaa. Pystyy helpommin koulussa vaikka tehä projekteja tai ryhmätöitä.
>
> Joo kyl mä uskon et se on auttanut. Esimerkiks joku kouluprojekti, missä pitää semmosten ihmisen kanssa ketä sä et oo tavannut ni tehä työtä. Ja muissakin urheilulajeissa, joissa pitää toimia tiiminä, kuin että... Niin enhän mä tiedä sitä, kun mä olen pelannut tosi kauan. Mut musta ainakin tuntuu siltä, et se olis tosi paljon vaikeempaa, kun jos mä en olis pelannut.

Negatiivisista vaikutuksista yleisimpänä koettiin pelaamiseen vaikutus unirytmiin ja unen laatuun. Liika yöllinen pelaaminen johti usealla haastateltavalla myöhästelyihin, poissaoloihin ja väsymykseen koulussa. Kaksi nuorta kertoi myös vaikeuksista keskittyä koulupäivän aikana. Kaksi nuorta mainitsi muun vapaa-ajan harrastamisen vähentyneen pelaamisen takia.

> No en mä koe, että sillä niinku olevan mitään suoria haittavaikutuksia. Mut että kyl se tietenkin, et jos mä pelaan myöhään ni se vaikuttaa mun uneen ja sitten oon väsyny koulussa.
> No sanotaanko näin, että jos mä pelaan tosi isoi sessioita ja mä

> vaikka valvon tosi myöhään. Mä oon tosi väsynyt, mä en jaksa nousta kouluun, mä saatan lintsaa koulupäivän tai sit mä en jaksa vaan tehä koulus mitään. Vaikuttaa selkeesti numeroihin ja kaikkee.
>
> Tai sit jos mä koulutehtävien sijasta vaan meen pelaa tai jotain tämmöstä, nii sit ne jää. En harjoittele kokeisii sen takii et mä pelaan, nii sen takii se voi jäädä. Ainaki mul oli ysil ja kasil tää ongelma, mut mä oon parantanu ja tehny koulun ekana ja sit vast pelannu.
>
> Kyllähän se varmaan tota keskittymistä, ja että ajatukset karkailee just vaikka peleihin ja tämmöstä.
>
> Huonot vaikutukset on niinku unen puute ja se, että mä en oikeen keskity. Koska mä mietin just et millon pääsen taas pelaa ja mä en oikeen käy missään.
>
> Mulla on ollut tosiaan semmosia vaiheita, missä pelaaminen on ollut tärkeempää ku koulu ja treenit. Ja tuli just kinaa siitä et mä en käy treeneissä joskus, koska mä pelasin. Mulla niinku hävii se keskittyminen oikeesta elämästä ja se niinku vastuun tunne. Mut se oli vähän nuoremmassa iässä, kun mä olin just saanu Xboxin. Tietenki mä istun päivät pitkät sillä Xboxilla, kun mä en ollut saanu sitä edellisinä vuosina.

5.4 Pelaamisen hyödyt ja merkityksellisyys

Haastatteluissa kiinnitettiin huomiota pelaamisen merkityksellisyyteen nuorten elämässä. Nuoret kertoivat pelaamisen antavan heille sosiaalisia kontakteja, tavoitteita ja unelmia. Yksi nuori kertoi pelaamisen olevan harvoja keinoja, joilla pystyy olemaan luontevasti sosiaalinen toisten ihmisten kanssa.

Nuorilta kysyttiin, miten pelaamisen rajoittaminen, tai kokonaan lopettaminen, vaikuttaisi heidän sosiaaliseen elämäänsä. Nuoret kokivat, että harrastuksen lopettaminen vaikuttaisi negatiivisesti myös pelaamisen ulkopuoliseen tekemiseen ja sosiaaliseen elämään.

> Viettäsin vähemmän aikaa mun kavereiden kaa. Mä en asu kaikkien kaa tiäks sillee niiku nii lähel et vois kävellä 5 minuuttii ja tavata ne.
>
> Mä haluisin olla streameri nii mä menettäsin sen, mä haluisin olla pro-pelaaja nii mä menettäsin senki. Noi on niiku mun päämäärii, mut

> sitten ne ei enää ois mahollisia. Ja sit mul jäis paljon kaverisuhteita pois, koska suurin osa mun kavereist pelaa tosi paljon. Nii ne jäis pois niiku kokonaan, nii siin vähä niinku katois kaikki.
>
> Se vähän menettäis sen siinä, että mä en muuten pysty olla sosiaalinen tosielämässä. Se menee vähän siihen, että on vähän semmonen ahdistunu olo. Jos on ympäril paljon ihmisii voi olla vaikeeta puhua. Tietokoneella on semmonen, ettei se oo niin iso alue, ettei oo nii paljon ihmisii ympärillä.
>
> H: Löytäisitkö sä sille pelaamiseen käytetylle ajalle jotain muuta tekemistä?
> V: Kyl mä saisin siihen, että. Vois käydä useemmin siellä pelaamassa korista. Tänäänki piti mennä, mut tänään mä en ehi mennä, kun on muutaki tekemistä. Mut koripallo, ihan muuten vaan olla ulkona. Panostaa kouluun enemmän. Mut kyl mä sen tietokoneen takas hankkisin.

Kysyimme nuorilta voiko jokin peli tai pelaamisesta tunnettu henkilö inspiroida samalla tavalla kuin kirja, henkilö, idoli tai elokuva. Nuoret kertoivat mikä ja millaiset henkilöt pelimedian maailmassa inspiroivat. Lähes jokainen nuori pystyi nimeämään jonkun arvostavansa pelimaailman henkilöhahmon. Erityisesti streamaaja Shroud tuli esiin useassa haastattelussa. Streamaus on suuri pelikulttuurin viihdemuoto, jossa streamaaja lähettää videota pelaamisestaan suoratoistopalvelun kautta. Tämän lisäksi mielenkiintoa ja toiveita herättivät e-urheilijat, eli kilpailullisesti tietokonepelejä pelaavat ammattilaiset.

> V: Mä en varsinaisesti ketään ihaile, mutta mä tykkään siitä, miten Shroud osuu päähän aina. Joten silt on hyvä kattoo ja oppii. Se et se ei oo ikin toxic. Se on aina aika positiivisel katseel vaik se häviäis monta pelii putkee.
> H: Voisko Shroudilta ottaa mallia oikeessa elämässä?
> V: Vois. Enemmän kärsivällisyyttä ja vähemmän huutamista. Se positiivisuus ois tosi hyvä omistaa. Mä oon peleis vähän eri ihminen, ku oikees elämäs, mä oon oikees elämäs tosi ystävällinen ja silleen, mut jos pelaamises homma ei suju nii tiimi saa todellaki kuulla asiasta.
>
> Shroud, kuka osaa oikeesti pelaa kaikkii pelei. Ei oikeesti välii kunha se on fps-peli. Nii se on hyvä siin. Et miten rauhallinen se voi olla koko aja, niiku ei mitää välii mitä tapahtuu nii se voi olla koko ajan rauhalline.
>
> Ei silleen niinku suorastaan yks ihminen. En mä niinku esim kato CS turnauksii silleen et katon yhtä ihmistä ja inspiroituisin siitä, mut esim

> perus OSU youtubettajia. Niitkun lähtee kattoo ja ite kun on pelannu peliä kuus tai seittemän vuotta, ni haluis olla yhtä hyvä, kun ne.
>
> On, CS on siis mun helposti pelatuin peli. Ni siellä pari pro-pelaajaa. Kyl mä haluisin olla yhtä hyvä, kun ne on tosi taitavia siinä pelissä. CSGO:sta ni Simple ja Guardian ja Rob, ne on ehkä niinku kolme semmosta mitkä mä eniten muistan.
>
> V: Mua on inspiroinu noi vaikka niiku kuten Metro:ssa (ydinsodan jälkeiseen maailmaan sijoittuva peli), miten maailma vaikka sodan aikana muuttuis. Mitä voi tapahtua minä hetkenä hyvänsä ja miten se voitais siinä huomata.
> H: Ovatko pelit antaneet siis uutta näkökulmaa?
> V: Kyllä. Maailman ongelmiin ja mihin ne voisivat johtaa.

Kysyimme mistä nuoret olivat kiitollisia pelaamiselle. Nuoret kertoivat pelaamisen olevan mielekästä ja hauskaa ajanvietettä. Pelaaminen oli tuottanut yhteisöllisyyden tunnetta ja tarjonnut hyviä kokemuksia kavereiden seurassa. Pelaaminen oli opettanut uusia asioita ja saattanut yhteen uusia tuttavuuksia.

> Kiittäsin, että mä vähän niiku opin semmosii asioita mitä en ennen niiku ollu tienny. Sit noist voice chateista ja muista. Ymmärtämään ihmisiä eri kielellä ja tunteista äänessä.
>
> No hyviä kavereita on niiku tehny. Niiku nettikavereita, kenen kaa tykkää pelailla. Tosi hyvää porukkaa. Et niitä on suurimmaks osaks tavannu sen takii et mä oon pelannu jotain pelejä. Siitä oikeestaan oon kiitollinen.
>
> Joo, tosi kivaa ajanvietettä. Basically mä oon pelaamisesta kaikelle kiitollinen. Se on tuonu mulle aika paljon elämäs et, niiku mä sanoin nii 50% mun elämästä. Kielitaito, osaan suomea ja ruotsia ja englantia ja venäjää. Ja vaik mä sanon et mä suutun niille ihmisille mut niinku, saa pidemmän kärsivällisyyden mitä voi hyödyntää oikeessa elämässä. Ettei suutu niin nopeesti, vaikka ei kaikki menis putkeen. Ja sit justiinsa kommunikointi ja tiimityö, siit mä oon kiitollinen pelaamiselle. Ja kaikist hyvist hetkist mitä se on tuonu.
>
> Suurin osa mun nostalgisista muistoista. Tai no, kaikki mun nostalgiset muistot on tullu pelaamisesta. Kun pelaa kavereitten kaa iltasin ja öisin. Kun on tosi väsyny ja puhuu ihan satunnaisista jutuista. Ni mä oon sille tosi kiitollinen et mul on ollut ne hetket mun elämässä, kun mä oon ollut mun kavereitten kanssa. Koska mun yläasteen kaveriporukka on tosi hajaantunut silleen. Yhellä on huono tilanne, yhellä on koulua ja kolmas on tosi antisosiaaliseks muuttunut – eikä oikeen puhu meille. Ja sit on niinku minä, joka yrittää kutsuu niitä mukaan.

> Yhen kaverin kaa muistellaan just niitä aikoja, kun pelattin kaikki yhessä. Ja yöllä, sitkun yhen faija tuli raivoo meille. Kun pelattiin yöllä ja me naurettiin sille. Tosi paljon nostalgisia muistoja. Ja se mitä kaikkee mä pystyn oppimaan siitä ja miten mä pystyn kehittyy jossain – ni sille mä oon tosi kiitollinen.

Haastattelun lopuksi esitimme kaikille nuorille kysymyksen, mitä he haluaisivat jakaa vanhempainiltaan osallistuville vanhemmille, jos he saisivat sanoa heille jotain. Pääosin nuoret kannustivat vanhempia tukemaan lastaan ja kiinnostumaan heidän harrastuksestaan.

> Pelaaminen on monesti semmosta, että sitä voidaan nähdä väärin. Mun näkökulmasta, että jos on vaikka lapsi tai henkilö, niin stressaantuneena on huono päivä, niin kannattaa hänen ensin antaa pelata, eikä huutaa. Ja sitten vasta kysyä miten päivä meni.
>
> Ettei ala huutamaan siitä liikapelaamisesta heti. Tai antaa siis lapsen niiku pelata. Sitä ei niiku tiedä mitä se siellä harrastaa/tekee, et onks siit vaik kasvamas joku hyvä pelaaja. Ja sil voi olla pelaamisen kautta iso tulevaisuus ja kaikkee, se tuo paljon hyötyä. Mut sit kannattaa kattoa, ettei ihan koulu kuse sen takii et se pelaa. Koska huonot numerot on huono alusta ja myöhemmin elämässä on hankalampaa. Se ois aika semmonen suora viesti. Ja sit myös kysellä silt lapseltansa et mitä se pelaa, mitä se tekee ja vähän olla kiinnostunu siitä kanssa. Se ois mun viesti.
>
> Vähän rajoittais sitä pelaamista, että vähän kattoo paljon pelaa. No jotkut ei saata siitä tykätä, et jotkut on kokonaan vaan sisällä niiku pelaamassa. Ois se nyt ihan hyvä sitä vähän rajottaa ja kattoo, että saa koulutehtävät tehtyä ja on pihalla. Näkee kavereitaki oikeessa elämässä.
>
> Mä haluisin kertoo, että se on harrastus kuin moni muukin. Ja tietenki kaikella on rajansa, mut jos se on nautinnollista ja terveellistä, ni mä ite en ainakaan kieltäis sitä. Terveellinen määrä pelaamista voi jopa auttaa ja kehittää monissa jutuissa.
>
> Antakaa ehkä niiku lapsen pääosin ite valita mitä se haluu tehä. Jos se haluu pelata, nii antaa sen vaa niiku pelata. Kunha vaa se pitää sen unirytmin kunnos ja muistaa syödä. Laittaa sen niiku ulos vaa jossai vaihees. Mut ei koko ajan mitää semmost jankuttamist.
>
> Nosiis, että jos se teidän lapsi haluaa pelata. Niin tosi paljon, ni kyllä sen kannattaa antaa pelata. Yleensä sen muut kaverit pelaa, ja jos se on se joka ei saa pelata, ni se voi tuntuu sille siltä et se on pois siitä ryhmästä… Ja siis pelaaminen on siis tosi hauskaa. Kyl se lapsi tulee tykkäämään siitä. Ei se tuu sen kouluun vaikuttamaan negatiivisesti.

> No varmaan just sitä et kuunnelkaa teidän lapsia. Että millasta se pelaaminen on, miten se vaikuttaa niitten elämään. Ottakaa siitä pelaamisesta selvää mitä se oikeesti on.
>
> Kokeilkaa tekin, ennen kuin tuomitsette.

6 VANHEMPAINILTA

Vanhempainillan alustaksi valikoitui Helsingin koulujen käytössä oleva Microsoft Teams -ohjelma. Etätoteutukseen Teamsin välityksellä päädyttiin, koska Helsingin kaupunki oli asettanut vierasrajoitukset Helsingin koulujen tapahtumille COVID-19 pandemiasta johtuen. Arvioimme myös osan vanhemmista välttävän julkisia tapahtumia pandemia-aikana ja osallistuvan mieluummin etätoteutukseen.

Kutsuimme etätapahtumaan mukaan yhteensä seitsemän koulua. Välitimme vanhempainillan kutsun Helsingin Aurinkolahden koululle, Paloheinän ala-asteelle, Pakilan yläasteen koululle, Pakilan ala-asteelle, Laajasalon peruskoululle, Merilahden peruskoululle ja Maunulan yhteiskoululle. Koulujen rehtorit välittivät kutsut vanhemmille koulujen Wilma -palvelun ja sähköpostin kautta.

Tapahtuman järjestämisessä Teams -alustalla oli aluksi teknisiä ongelmia, jotka havaitsimme vasta sovittuna esityspäivänä. Tekniset ongelmat liittyivät Diakonia -ammattikorkeakoulun omistamaan Microsoft Teams -lisenssiin, joka rajasi tiimiin osallistumista ja chat -toiminnan käyttöä vanhemmilta. Tästä syystä jouduimme siirtämään tapahtumaa viikolla, päivämäärään 29.10.2020. Esityksen siirtäminen saattoi vaikuttaa lopulliseen osallistujamäärään.

Vanhempainiltaa varten valmistimme Powerpoint -esityksen, jossa kokosimme yhteen opinnäytetyön kirjallisen selvityksen löydökset ja haastatteluiden tulokset. Lisäksi laadimme avoimen sivun Padlet -alustalla, johon vanhempainiltaan osallistuvat vanhemmat pystyivät kirjoittamaan kommentteja ja kysymyksiä vanhempainillan aikana. Kaikilla osallistujilla oli myös mahdollisuus käyttää mikrofoneja

kysymysten esittämiseen teams-kokouksessa. Testasimme kutsun toimivuutta, padletin käyttöä ja Powerpoint esitystä useasti ennen esityksen alkua erilaisille selaimilla ja osallistumisvälineillä.

Vanhempainillan runko jakautui kolmeen osioon. Teoria- ja selvitysosioon, teemahaastatteluiden käsittelyyn, sekä keskustelu- ja palauteosioon. Aluksi esittelimme itsemme, kerroimme vanhemmille illan ohjelman ja kertasimme ohjeet Padlet –alustalla kommentointiin, sekä puheyhteyden käyttöön.

Teoriaosuudessa käsittelimme tämän opinnäytetyön kappaleen 2. Digitaalinen pelaaminen nuoren elämässä asiakokonaisuudet. Näitä olivat peliteollisuuden ja peliharrastuksen nykytila, digipeliriippuvuus, harrastuksen yhteys koulumaailmaan ja oppimiseen, yhteys kiusaamiseen, yhteys väkivaltaisuuteen, yhteys nukkumiseen ja yöunen laatuun, sekä yhteys tuki- ja liikuntaelinten terveyteen.

Käsittelimme teemahaastattelut läpi teema kerrallaan ja pysähdyimme jokaisen kohdalla ottamaan kysymyksiä vanhemmilta. Esitystä varten olimme poimineet teemahaastatteluista yksittäisiä vastauksia ja haastatteluiden pohjalta tehtyjä johtopäätöksiä ja pohdintaa. Vanhemmat esittivät kysymyksiä ja vertaisivat haastatteluiden kokemuksia teoriaosuuteen, sekä arkisiin tilanteisiin perhe-elämässään.

Tapahtumaan saapui 47 yksittäistä osallistujaa. Esitys kesti tunnin ja 45 minuuttia, jonka aikana osallistujamäärä pysyi jatkuvasti yli neljässäkymmenessä. Esitys päättyi neljänkymmenen minuutin avoimeen kyselyosuuteen, jonka annoimme jatkua niin kauan kuin kysymyksiä riitti. Tapahtuman aikana saimme monipuolisesti kysymyksiä eri aihealueista. Onnistuimme antamaan jokaiseen kysymykseen vastauksen perustuen opinnäytetyön tutkittuun tietoon ja haastatteluiden löydöksiin. Vanhemmat kommentoivat, keskustelivat ja vastasivat myös toistensa kysymyksiin Padletissa aktiivisesti koko esityksen ajan. Sähköpostilla yhteyttä ottaneet vanhemmat kyselivät mahdollisuutta tapahtuman tallennukselle. Tähän emme voineet suostua, sillä halusimme suojata mahdollisesti vanhempainillassa kysymyksiä esittävien vanhempien yksityisyyttä. Emme halunneet tallentaa ja jakaa videota vanhempainillasta, jossa mahdollisesti käydään läpi nuorten ja vanhempien henkilökohtaisia tilanteita.

Illan päätteeksi saimme vanhemmilta huomattavasti kiittävää palautetta ja kommentteja. Kiitosta tuli usealta vanhemmalta kattavasta ja asiantuntevasta kokonaisuudesta ja esitystä pidettiin mielenkiintoisena. Kukaan vanhempi ei antanut kriittistä tai negatiivista palautetta. Kaikki annettu palaute oli spontaania ja annettiin esityksen jälkeen Padlet -alustalla. Jatkokysymyksiä teemaan liittyen, sekä positiivista palautetta, vastaanotettiin illan jälkeen myös sähköpostitse.

7 POHDINTA

Tarkoituksemme oli lisätä kouluikäisten lasten vanhempien tietämystä digitaalisesta pelaamisesta ja tukea kasvattajan roolia digitaalisia pelejä pelaavan nuoren elämässä. Tavoite saavutettiin tavoittamalla lähes viisikymmentä huoltajaa, joilta saimme palautetta onnistuneesta tapahtumasta, sekä vastaanotimme kysyntää jälkeenpäin tarkasteltavalle materiaalille.

Tutkimuksellinen selvitys digipelaamisen ilmiöihin oli kattava ja sillä vastattiin suoraan vanhempien tarpeeseen. Valitsemamme aiheet herättivät kysymyksiä ja keskustelua vanhemmissa. Aihealueen onnistunut rajaaminen näkyi vanhempainillan palautteessa, jossa saimme kiitosta kattavasta ja asiantuntevasta esityksestä. Aiheen rajaamisessa suurta apua oli antanut Oulunkylän pelikeskus Score.

Näimme henkilökohtaisen kokemuksen peliharrastajina mahdollisena uhkana, sillä henkilökohtaiset mielipiteemme ja kokemuksemme voisivat vaikuttaa opinnäytetyön sisältöön puolueellisesti. Kiinnitimme tähän huomiota läpi opinnäytetyön prosessin. Työtä jälkeenpäin tarkastellessamme arvioimme sekä kirjallisen, että toiminnallisen osuuden, toteutuneen puolueettomasti ja ammattimaisella kriittisyydellä.

Teemahaastattelut tarjosivat vanhempainillan osallistujille paikallisten nuorten kokemuksia digitaalisesta pelaamisesta. Teemahaastatteluissa esiin nousi samoja ilmiöitä, kuin kerätyssä tutkimustiedossa. Tämä vahvisti tutkimustiedon paikkansapitävyyttä. Vanhempainillassa nuorten kertomukset ja kokemukset digipelaamisesta saivat aikaan runsaasti keskustelua.

Teemahaastattelun materiaalia tulkitessa on otettava huomioon, että haastateltavat ovat pieni ja hyvin samankaltainen otanta nuoria. Haastatteluun sai mahdollisuuden osallistua kuka tahansa 13–17-vuotias Merirastin nuorisotalon asiakas. Tästä huolimatta kaikki haastateltavat olivat poikia ja asuivat yhtä poikkeusta lukuun ottamatta samalla alueella Helsingissä. Haastattelun tulosten monipuolisuuden kannalta olisi ollut arvokasta saada haastateltavaksi myös naispuolisia pelaajia. Poikavoittoinen otanta kertoo pelitoiminnan sukupuolittuneesta asiakaskunnasta.

Haastattelut suoritettiin COVID-19-pandemian takia Discord -alustalla. Haastatteluissa käytettiin puheyhteyttä, mutta ei web- kameroita. Etäyhteys teki haastateltavan havainnoinnista vaikeampaa, mutta samalla tarjosi pelatessaan etäyhteyteen ja Discordiin tottuneille haastateltaville turvallisen ja tutun alustan.

30 minuutin haastatteluaika oli myös materiaaliin nähden lyhyt. Haastatteluiden toteutuksen aikana ymmärsimme, että keskustelua olisi saanut usean nuoren kohdalla jatkettua vielä huomattavasti pidemmälle. Pysyimme kuitenkin sovitussa aikarajassa ja käsittelimme jokaisen nuoren kanssa kaikki haastattelukysymykset. Haastatteluista saatiin kuitenkin irti juuri sitä materiaalia, jota oli lähdetty hakemaan. Ajankohtaisia digitaalisia pelejä harrastavan nuoren kokemuksia pelaamisesta, joita verrata ajankohtaiseen tutkimustietoon ja käyttää osana vanhempainiltaa.

Oma taustamme peliharrastajina auttoi haastattelun kysymysten suunnittelussa ja haastateltavan kanssa yhteisen kielen puhumisessa. Nuorten oli selvästi helppo puhua digitaalisesta pelaamisesta haastattelijoille, jotka tunsivat aiheen omasta kokemuksestaan ja tiesivät mistä nuori puhuu. Nuoret saattoivat

haastattelun alussa jännittää tilannetta, mutta haastattelijoina onnistuimme tekemään jokaisesta haastattelusta luontevan ja keskustelunomaisen.
Vanhempainillan aiheista eniten puhuttivat peliriippuvuus, pelaamisen terveysvaikutukset, sosiaaliset suhteet ja pelaamiseen käytettävä aika. Tutkimustieto pelien vaikutuksista nuorten aggressiivisuuteen ei herättänyt yhtään kysymystä. Tästä voimme päätellä, että kysymys pelien aiheuttamasta aggressiivisuudesta ei ollut ajankohtainen aihe vanhempainiltaan osallistuneille.

Vanhempainiltaan saapui 47 osallistujaa. Osallistujamäärästä päätellen peliharrastuksesta informoivalle vanhempainillalle oli kysyntää. Lisäksi saimme yhdeltätoista osallistumasta estyneeltä vanhemmilta sähköpostia, jossa vanhempia kiinnosti jälkeenpäin tarkasteltava tallenne tai materiaalipaketti. Vanhemmille tai kasvatus- ja hoitoalan ammattilaisille suunnatulle materiaalille voisi siis olla jatkotutkimuksen kannalta kysyntää.

Opinnäytetyötä voi jatkossa soveltaa pohjana vastaaville vanhemmille suunnatuille tapahtumille. Osuudet digitaalisen pelaamisen ilmiöistä ja teemahaastatteluista voivat antaa ammattilaisille myös arvokasta näkökulmaa ja tietoa nuorten digitaalisesta pelaamisesta ja digipelaamisen ilmiöiden vaikutuksesta nuorten elämässä.

LÄHTEET

American Journal of Play. Volume 7, number 1. Video Games. Play That Can Do Serious Good. Saatavilla 5.9.2020. https://www.journalofplay.org/sites/www.journalofplay.org/files/pdf-articles/7-1-article-video-games.pdf

APA. Press. Releases. Violent video games behavior. Saatavilla 22.04.2020 https://www.apa.org/news/press/releases/2020/03/violent-video-games-behavior

Discord. Company. Saatavilla 14.11.2020 https://discord.com/company

Gamingscan. Gaming Statistics. Saatavilla 20.1.2020 https://www.gamingscan.com/gaming-statistics/

Glass, B., Maddox, W., Love, B. (2013). Real-Time Strategy Training: Emergence of a Cognitive Flexibility Trait. Saatavilla 23.10.2020 https://www.researchgate.net/publication/255959544_Real-Time_Strategy_Game_Training_Emergence_of_a_Cognitive_Flexibility_Trait

International Diabetes Federation. Diabetes Research And Clinical Practice. Too Much Sitting - A Health Hazard. Saatavilla 15.9.2020 https://www.diabetesresearchclinicalpractice.com/article/S0168-8227%2812%2900208-2/fulltext

Journal of Education and Practice. Gaming in Education: Using Games as a Support Tool to Teach History. Saatavilla 19.9.2020 https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1143830.pdf

Lasten ja nuorten digitaalinen peliriippuvuus - Verkko-oppimateriaali sairaanhoitajaopiskelijoille. Saatavilla 25.11.2020 https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/263542/Lasten%20ja%20nuorten%20digitaalinen%20peliriippuvuus%20-%20Verkko-oppimateriaali%20sairaanhoitajaopiskelijoille.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Medcitynews. Playing doctor: The evolution of videogames in healthcare. Saatavilla 30.11.2020 https://medcitynews.com/2019/05/from-joke-hour-to-digital-therapeutics-an-evolution-of-gaming-in-healthcare/

Mll. Vanhemmille. Tietoa lapsiperheen elämästä. Vanhemmuus ja kasvatus. Lapsen kasvatus. Lapsen kasvatus ja vanhemman kasvatustietoisuus. Saatavilla 28.8.2020 https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/lapsen-kasvatus-ja-vanhemman-kasvatustietoisuus/

Money.CNN. The long history of blaming video games for mass violence. Saatavilla 10.11.2020 https://money.cnn.com/2018/03/08/media/video-game-industry-white-house/index.html

NCBI. PMC. Articles. The Effect of Presleep Video-Game Playing on Adolescent Sleep. Saatavilla 2.8.2020 https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2854707/#

Non Toxic. Selvitys kilpailullisia tietokone- ja konsolipelejä pelaavien nuorten kokemuksista vihapuheesta ja häirinnästä. Alin, Ella. Saatavilla 07.04.2020 https://www.hel.fi/static/nk/Julkaisut/non-toxic.pdf

Pelaajabarometri 2018: Monimuotoistuva mobiilipelaaminen. Saatavilla 11.08.2020 https://trepo.tuni.fi/handle/10024/104293

Physiopedia. Sitting Ergonomics And The Impact On Low Back Pain. Saatavilla 20.9.2020 https://www.physio-pedia.com/Sitting_Ergonomics_And_The_Impact_on_Low_Back_Pain

Päihdelinkki. Tietopankki. Tietoiskut. Pelaaminen. Digipelaaminen. Saatavilla 07.04.2020 https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/pelaaminen/digipelaaminen

ResearchGate. There Is Broad Consensus: Media Researchers Agree That Violent Media Increase Aggression in Children, and Pediatricians and Parents Concur. Saatavilla 18.07.2020 https://www.researchgate.net/profile/Brad_Bushman/publication/280759024_There_is_broad_consensus_Media_researchers_agree_that_violent_media_increase_aggression_in_children_and_pediatricians_and_parents_concur/links/567f4bf708ae19758389a86e/There-is-broad-consensus-Media-researchers-agree-that-violent-media-increase-aggression-in-children-and-pediatricians-and-parents-concur.pdf

Ruhala, A. (2010) Varhaiskasvatuksen ammattilaisen käsityksiä mediakasvatuksesta varhaiskasvatuksessa [Pro gradu -tutkielma, Tampereen

yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta.] https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/81339/gradu04116.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Sevón, E., Notko, M. (2008). Perhesuhteet puntarissa. Tampere: Gaudeamus Helsinki University Press

Sleep Foundation. Teens and Sleep. Saatavilla 12.11.2020 https://www.sleepfoundation.org/articles/teens-and-sleep

Tuomi, J., Sarajärvi, A. (2009). Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

US National Library of Medicine. Musculoskeletal symptoms and computer use among finnish adolescents - pain intensity and inconvenience to everyday life: a cross-sectional study. Saatavilla 15.9.2020 https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3348031/

US National Library of Medicine. Too Much Sitting: The Population-Health Science Of Sedentary Behavior. Saatavilla 15.9.2020 https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3404815/

US National Library of Medicine. Video games, obesity, and children. Saatavilla 15.9.2020 https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7078026/

Wiley Online Library. Sleep quality is negatively related to video gaming volume in adults. Saatavilla 15.7.2020 https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1111/jsr.12255

LIITE 1. TEEMAHAASTATTELU NUOREN KOKEMUKSISTA PELIHARRASTAJANA

Teemahaastattelu peliharrastuksesta, pelikulttuurista, pelien antamista voimavaroista ja positiivisista kokemuksista, pelien negatiivisista vaikutuksista ja negatiivista kokemuksista pelimaailmassa.

Perustietoja

Ikä
Koulu
Perheenjäsenet
Harrastukset ja kiinnostuksen kohteet
Milloin aloitit pelaamisen
Mitä pelaat juuri nyt
Kuinka paljon käytät aikaa pelaamiseen viikossa/päivässä
Mitä muuta pelikulttuuria tai pelimediaa kulutat?

Teema 1: Miten pelaaminen näkyy kotona.

Kuka perheestä osallistuu peliharrastukseen?
Miltä osallistuminen tuntuu?
Onko vanhemmilla huoli pelaamisestasi?
Tietävätkö vanhemmat mitä teet peleissä?
Mitä itse ajattelet omasta pelaamisestasi?
Tuleeko pelaamisesta riitaa ja miten riitatilanteet ratkeavat?

Teema 2: Pelaaminen ja sosiaaliset suhteet.

Onko sinulla kavereita koulussa tai lähialueella, joiden kanssa jaat pelaamisen?
Missä vietätte eniten aikaa?
Onko sinulla ystäviä/kavereita, joihin olet tutustunut yksinomaan verkon kautta, mutta et tunne tosielämässä?
Oletko osa peliyhteisöä?
Kuinka aktiivisesti otat osaa yhteisön toimintaan?
Miten pelaamisen rajoittaminen/lopettaminen vaikuttaisi sosiaaliseen elämääsi?

Teema 3: Pelaaminen ja koulunkäynti.

Miten pelaaminen vaikuttaa koulunkäyntiisi?

Saatko tarpeeksi unta?

Teema 4: Opitut taidot ja merkityksellisyys.

Oletko pelien kautta oppinut jotain, mitä voit hyödyntää pelin ulkopuolella?

Inspiroiko jokin peli sinua samaan tapaan, kuin esimerkiksi kirja, elokuva tai kuuluisa henkilö?

Mistä olet peleille kiitollinen?

Mitä digipelit ovat antaneet sinulle?