



Kohhti

POSITIIVISTA PUHETTA DIGIPELAAMISESTA

OPAS SOSIAALI- JA TERVEYSALAN SEKÄ
TYÖLLISYYSPALVELUIDEN AMMATTILAISILLE

Katja Kokkinen, Paula Piitulainen, Tiia Luotojoki ja Tuomas Rauhansalo



jamk

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020





Kohti

POSITIIVISTA PUHETTA DIGIPELAAMISESTA

OPAS SOSIAALI- JA TERVEYSALAN SEKÄ
TYÖLLISYYPALVELUIDEN AMMATTILAISILLE

Katja Kokkinen, Paula Piitulainen, Tiia Luotojoki ja Tuomas Rauhansalo

©2023 Tekijät & Jyväskylän ammattikorkeakoulu

ULKOASU, KUVITUS JA TAITTO Anne-Mari Ohra-aho www.anne-mari.net

PAINO Grano Jyväskylä

KUSTANTAJA Jyväskylän ammattikorkeakoulu 2023

ISBN 978-951-830-749-8 [Painettu]

ISBN 978-951-830-750-4 [PDF]



Tämä teos on lisensoitu Creative Commons Nimeä 4.0 Kansainvälinen -lisenssillä



Lukijalle

Tämä opas on suunnattu ennen kaikkea sosiaali-, terveys- sekä työllisyyspalveluiden ammattilaisille, jotka kohtaavat työelämän ulkopuolella olevia, digipelaavia nuoria ja nuoria aikuisia työssään. Informatiiviseen oppaaseen on koottu tietoa digipelaamisesta sekä pelaajien kokemuksia pelaamisen merkityksistä arjessa sekä pelaamisen tarjoamista mahdollisuuksista. Lisäksi oppaassa kuvataan työelämän ulkopuolella olevien, digipelaavien nuorten ja nuorten aikuisten kokemuksia pelaamiseen suhtautumisesta erilaisissa palveluissa, sekä annetaan vinkkejä näihin kohtaamisiin.

Opas on tuotettu osana Euroopan sosiaalirahaston rahoittamaa Pelaten duuniin! -projektia, joka toteutettiin 2021-2023. Projektin tavoitteena on ollut kehittää uudenlaisia digipelaamista hyödyntäviä ja osallisuutta tukevia toimintamalleja. Lisäksi tavoitteena on ollut vahvistaa sosiaali-, terveys- sekä työllisyyspalveluiden ammattilaisten osaamista uudenlaisten, digipelaamista hyödyntävien työmenetelmien käyttöönotossa ja käytössä.

Projektissa on toteutettu pelivalmennusryhmiä, joihin on nivottu työelämä- ja/tai hyvinvointivalmennuksellisia sisältöjä. Valmennusten kohderyhmä ovat olleet 16–29-vuotiaat, työelämän ulkopuolella olevat, digipelaamisesta kiinnostuneet nuoret ja nuoret aikuiset. Valmennusten keskiössä on ollut positiivinen ja kunnioittava puhe digipelaamisesta sekä pelaamiseen liittyvien mahdollisuuksien ja merkitysten tunnistaminen. Projektissa on kerätty kokemuksia ja tietoa näihin teemoihin liittyen haastattelemalla valmennusten osallistujia (12 ryhmähaastattelua, yhteensä 44 vastaajaa).

Oppaassa pääsevät ääneen ennen kaikkea Pelaten duuniin! -projektin valmennuksiin osallistuneet nuoret ja nuoret aikuiset. Tekstissä käytetään paljon suoria lainauksia, jotta osallistujien viesti oppaan teemoista tulisi aidosti näkyväksi. Kuvauksissa ei kuitenkaan mainita oikeita nimiä tai mitään tunnistetietoja. Näin on turvattu osallistujien anonymiteetti. Kaikki tiedonkeruuseen ja toimintaan osallistuneet ovat antaneet suostumuksensa materiaalin käyttöön.

Oppaan sisältöjä ovat olleet mukana tuottamassa ja kommentoimassa valmennuksiin osallistuneet kokemustoimijat Mira ja Leena, jotka halusivat kertoa tarinansa omilla nimillään. Heille lämmin kiitos avoimuudesta ja vilpittömästä halusta olla viemässä tätä tärkeää asiaa eteenpäin. Kiitos myös kaikille projektin valmennustoimintaan osallistuneille, jotka ovat halunneet jakaa pelitarinoitaan. On ollut suuri kunnia saada kuulla niitä.

Lisätietoa projektin pelivalmennuksista ja toiminnasta www.jamk.fi/pelatenduuniin

Pelaten duuniin -projektitiimi
Katja Kokkinen, Paula Piitulainen, Tiia Luotojoki ja Tuomas Rauhansalo



Miksi opas kannattaa lukea?

"Pelaaminen on kasvava osa nykykulttuuria, iästä tai sukupuolesta riippumatta. On hyvä huomioida, että pelaamiseen käytettävä aika ja sen merkityksellisyys ovat yksilöllistä. Olisikin tosi tärkeää, että meitä kohtaavilla ammattilaisilla olisi ymmärrystä siitä, että miksi me pelaamme tai mitä pelaamiseen liittyy. Eikä ainakaan kannata syyllistää, jos ei ymmärrä. Meidän mielestämme pelaaminen voisi auttaa yhteyden luomista nuoriin ja samaan aikaan positiivinen suhtautuminen peliharrastukseen voisi tuoda uutta buustia keskusteluihin. Anna siis mahdollisuus uusille ajatuksille ja näe pelaamisen tarjoamia mahdollisuuksia!"

**Kokemustoimijat
Mira ja Leena**

Sisällys

1 / Ammattilaiset ja digipelaaminen.....	8
2 / Yleistä digipelaamisesta	10
3 / Pelaamisen merkitys osallistujien arjessa.....	12
4 / Osallistujien peliyhteisöt ja osallisuuden kokemukset.....	16
5 / Digipelaaminen osaamisen ja taitojen kehittäjänä	20
6 / Ammattilainen digipelaajan kohtaajana	23
7 / Pelaajien toiveita kohtaamisille	28
8 / Vinkkejä positiivisempaan puheeseen digipelaamisesta	31
9 / Lopuksi	32
10 / Lähteet.....	33

1 / Ammattilaiset ja digipelaaminen

Digipelaaminen on keskeinen osa tämän päivän mediakulutusta ja suosittu viihdemuoto Suomessa. Ainakin joskus digitaalisia pelejä pelaa 80 % suomalaisista ja pelaamiseen käytetään keskimäärin noin seitsemän tuntia viikossa. Myös pelaamiseen liittyvien sisältöjen, kuten striimaamiseen ja striimien katseluun käytetyssä ajassa näkyvä nousua viime vuosien aikana, erityisesti alle 30-vuotiaiden joukossa. Näyttääkin sille, että digitaalinen pelaaminen on vakiintunut osaksi eri ikäisten suomalaisten arkea ja elämää. ^[1]

Työelämän ja koulutuksen ulkopuolella olevien 18–24-vuotiaiden nuorten määrä Suomessa oli 12 % vuonna 2021 ^[2]. Samaan aikaan erityisesti nuorten hyvinvoinnin haasteet ja ahdistuneisuuden kokemukset ovat yleistyneet ^[3]. Digipelaavien ja peli- ja digisisältöjä paljon kuluttavien joukossa onkin väistämättä työelämän ja koulutuksen ulkopuolella olevia nuoria ja nuoria aikuisia, joilla on koettua yksinäisyyttä, elämäntilanteen pulmia sekä muita tekijöitä, jotka vaikuttavat heidän hyvinvointiinsa, arjenhallintaan, toiminta- ja työkykyyn sekä työllistymisen mahdollisuuksiin.

Pelaamiseen liittyviä asenteita on tutkittu lähinnä vanhempien näkökulmasta. Vanhempien positiivinen suhtautuminen yhdessä selkeiden pelaamisen suhteen asetettujen rajojen kanssa tukevat nuoren kasvua ja vahvistavat tasapainoista suhdetta pelaamiseen myös myöhemmin elämässä. Liiallinen pelaamisen kontrollointi voi tutkimusten mukaan puolestaan olla yhteydessä haitalliseen pelaamiseen. ^[4] Kontrolloinnin takaa voi löytyä hyvin inhimillisiä tekijöitä, kuten huoli pelaamisen ja pelien sisältöjen mahdollisista negatiivisista vaikutuksista lapsen kehitykseen ^[5].

Nuoret toivovat itsekkin vanhempien jossain määrin rajoittavan pelaamista ja puuttuvan pelaamisen aiheuttamiin ongelmiin ^[6]. Samaan aikaan he haluaisivat vanhempien antavan nuorelle iän mukaisesti vastuuta ja vapautta pelaamisen suhteen. Lisäksi he toivovat kannustavaa suhtautumista ja kiinnostusta pelaamiseen sekä esimerkiksi yhdessä pelaamista ^[6].

Näitä huomioita voidaan tarkastella myös palveluiden ja ammattilaisten näkökulmasta. Pelaamisen yleisyydestä huolimatta pelaamista saatetaan pitää turhana, lapsellisenä tai ajanhukkana. Myös ruutu-aika sekä median luomat mielikuvat ja ääritarinat värittävät pelaamiseen liittyvää keskustelua. Ammattilaisilla saattaa olla pelaamiseen liittyviä negatiivisia asenteita ja ennakkoluuloja eikä pelaamisen merkitystä osana asiakkaan elämää ymmärretä ^[7]. Näin ollen ammattilaisten digipelaamiseen liittyvässä puheessa voi korostua ongelmat sekä huolipuhe. Lisäksi pelaaminen saatetaan tarjota läheisten taholta ammattilaisille usein ongelmana, joka heidän pitäisi ratkaista ^[8].

Tieto ja ymmärrys digitaalisesta pelaamisesta ja peleistä näyttäisivät muuttavan suhtautumista hyväksyvämpään suuntaan ^[6]. Niin kutsutulla pelisivistyksellä tarkoitetaankin valmiutta käsitellä pelaamiseen liittyviä kysymyksiä, aiheen kriittistä pohdintaa sekä monipuolista tietoutta, vaatimatta kuitenkaan teknistä osaamista tai peliharrastuneisuutta ^[6; 9]. Siksi onkin tärkeää vahvistaa ammattilaisten pelisivistystä. Sosiaali-, terveys- ja kuntoutusalan ammattilaiset tunnistavat pelaamisen hyötyjä ja mahdollisuuksia, mutta kokevat usein, ettei heillä ole riittävää osaamista ^[8; 10; 7; 11]. Ammattilaiset kaipaavat myös konkreettisia malleja pelaamisen puheeksi ottamiseen sekä tietoa digipelaamisen hyödyntämisen mahdollisuuksista omassa työssään ^[8].

Tällä oppaalla halutaan rohkaista sosiaali- terveys- ja työllisyyspalveluissa toimivia ammattilaisia puhumaan peleistä tarjoamalla ideoita ja työkaluja digipelaamisen hyödyntämiseen omassa asiakastyössään.



Pohdittavaksi

Miten digipelaaminen näyttäytyy sinun työssäsi?
Onko se lähtökohtaisesti ratkaistava ongelma vai mahdollisuus?
Minkälainen sinun mielestäsi on tyypillinen pelaaja?



2 / Yleistä digipelaamisesta

Digitaalinen pelaaminen on yleisintä nuorempien ikäluokassa. Alle 20-vuotiaista jotakin viihdepeliä päivittäin pelaavien osuus on 42 % ja viikoittain pelaavien osuus on 76 %. Muissa ikäluokissa päivittäin pelaavien osuus on noin viidennes ja viikoittain pelaavien osuus noin puolet. Koronavuosien jälkeen pelaamisen yleisyydessä on tapahtunut lievää laskua, lukuun ottamatta nelikymppisten ikäluokkaa, jossa viikoittain pelaavien määrä on merkitsevästi kasvanut. Onkin hyvä tiedostaa pelaajien moninaisuus: suomalaisten digipelaajien keski-ikä on noin 40 vuotta. ^[1] Vaikka nuoret pelaavat eniten, pelaaminen ei ole pelkästään lasten ja nuorten juttu, vaan kaiken ikäiset pelaavat, myös digipelejä.

Digipelaaminen on käsitteenä laaja ja moniulotteinen. Digipelaamisesta voidaan käyttää myös esimerkiksi käsitteitä digitaalinen pelaaminen ja videopelaaminen. Digipelaaminen tapahtuu erilaisilla pelialustoilla. Yleisintä on pelaaminen mobiililaitteilla, tietokoneella ja pelikonsoleilla. Käsikonsolipelaaminen on yleistynyt merkittävästi viime vuosina ja niitä pelataan jo enemmän kuin esimerkiksi Facebook-pelejä. ^[1]

Mycös pelilajityyppejä on lukuisia, esimerkiksi seikkailu-, toiminta-, ammuskelu-, pulma- ja simulaatiopelit, ja erilaisten pelien kirjo on laaja. Pelaajabarometrin (2022) mukaan suomalaiset pelaavat monipuolisesti kaiken tyyppisiä digitaalisia pelejä ^[1].

”Sä olet nainen ja sä pelaat!?” Tilastollisesti miehet pelaavat digitaalisia pelejä edelleen hieman enemmän kuin naiset. Viime vuosina erot nais- ja miespelaajien määrässä ovat kuitenkin kaventuneet merkittävästi. ^[1] Osa naispelaajista pelaa tavoitteellisesti ja sen vuoksi on tärkeää kysyä myös naisilta pelaamisesta sekä siihen liittyvistä tekijöistä.

Digipelaamista kuvaillaan usein vuorovaikutteisena median muotona. Digipelaaminen voi olla satunnaista pelailua, säännöllinen harrastus tai tavoitteellista kilpapelaaamista. Pelaajat voivat pelata yksin, aiemmin tuntemattomien muiden pelaajien kanssa tai tutulla porukalla. Pelata voi yhdessä verkossa tai fyysisesti samassa paikassa, kuten yhteisöllisessä pelitilassa tai LAN-tapahtumissa.

Pelaaminen tapahtuu myös varsinaisen pelimaailman ulkopuolella. Pelaamisen harrastaminen onkin paljon laajempaa ja moninaisempaa kuin ainoastaan pelaamista. Siihen liittyy yhdessä pelaamisen lisäksi muun muassa pelikokemusten, peleihin ja laitteistoihin liittyvän tiedon, oheisilmiöiden ja striimien jakaminen. ^[12] Pelaamisen striimaamisen suosio onkin kasvanut merkittävästi viime vuosina. Ainakin joskus pelistriimejä katselee jo lähes kolmannes suomalaisista ^[1].

Pelaamisessa on monia ulottuvuuksia ja se tarjoaa yksilön näkökulmasta mielenkiintoisia mahdollisuuksia sekä monenlaisia kokemuksia esimerkiksi kilpailullisuuden, seikkailun ja moninpelaamisen kautta. Pelaamiseen liittyy myös erilaisia tunteita, toiveita ja ajatuksia.

Tämä näyttäytyy hyvin seuraavassa osallistujan lainauksessa siitä, miten fiilikset vaikuttavat pelaamiseen:

Mirka

Mulla se vähän riippuu että mitä pelaa, että jossain peleissä mennään aika kovalla meiningillä ja sitten joissain peleissä voidaan ottaa chillisti ja tyyliin vaikka rakennella vain jotain mökkiä.



Pohdittavaksi

Voiko pelaaminen olla sinun mielestäsi harrastus?
Minkälainen aikaraja pelaamiselle on hyvä?
Miksi ihmiset mielestäsi pelaavat?



3 / Pelaamisen merkitys osallistujien arjessa

Pelaaminen on pelaajalle merkityksellistä toimintaa ja on sanottu, että pelaaminen vastaa pelaajan psykologisiin perustarpeisiin. Näitä ovat itseohjautuvuusteorian mukaan autonomia, kyvykkyyt ja yhteys toisiin ihmisiin ^[13]. Pelien myötä myös syntyy ja pysyy yllä sosiaalisia verkostoja ^[9]. Lisäksi pelit kehittävät erilaisia taitoja ^[14], tuottavat onnistumisen kokemuksia ^[15] ja voivat edesauttaa oppimista ^[16] sekä tunteiden säätelyä ^[17].

Digipelaamisen merkityksellisyys korostuu ennen kaikkea silloin, kun arki ja pelimaailman ulkopuolinen elämä haastaa tai ei tarjoa onnistumisen kokemuksia, mahdollisuuksia tai mielekästä tekemistä. Pelaten duuniin! -valmennuksiin osallistuneiden haastatteluissa pelaamista kuvattiinkin ajanvietteenä, harrastuksena ja elämänsisältönä. Pelaaminen oli tärkeä tapa rentoutua. Se on myös positiivista tekemistä, joka auttaa irtautumaan hetkeksi arjesta ja viettämään aikaa, vaikka kavereiden kanssa. Osalle osallistujista pelaaminen oli tavoitteellinen harrastus ja siihen liittyi vahvasti kilpaileminen, haasteiden kohtaaminen sekä itsensä johtaminen omia tavoitteita kohti. Osa vastaajista koki pelaamisen vieläkin merkityksellisemmäksi eli elämäntavaksi ja arjesta selviytymistä ylläpitäväksi tukipilariksi.

Valmennuksiin osallistujien tunnistamia pelaamisen merkityksiä

Kaverisuhteet ja niiden ylläpitäminen. Pelaaminen on ajanviettoa ja yhteistä tekemistä kavereiden kanssa. Pelaamisen kautta pidetään yhteyttä välimatkasta huolimatta ja sen ohella vaihdetaan kuulumisia sekä pidetään hauskaa. Huumori onkin tärkeä osa kavereiden kanssa pelaamista.

Paikka sosiaalisille kontakteille. Pelatessa voi tavata uusia ihmisiä ja tutustua hyvin erilaisiin ihmisiin, myös sellaisiin, joihin ei muuten tutustuisi. Pelaaminen on ylipäänsä keino nähdä muita silloin, kun ei jaksaisi tai pysty lähtemään pois kotoa. Yhteisössä pelaaminen poistaa yksinäisyyden kokemuksia ja mahdollistaa porukkaan kuulumisen. Se voi olla myös muiden pelaamisen seuraamista, jos ei itse jaksaisi tai halua pelata.

Onnistumisen kokemukset. Pelaaminen mahdollistaa erilaisia saavutuksia; voi voittaa tai tehdä hyvän suorituksen. Nämä ovat merkityksellisiä kokemuksia. Pelikavereilta saadut kehu ja positiivinen palaute ovat tärkeitä ja on myös hienoa päästä jakamaan onnistumisia kanssapelaajien kanssa.

Selviytymiskeino. Pelaaminen on monitasoinen selviytymiskeino. Se voi auttaa isossa mitakaavassa maailman kriisitilanteissa (esim. koronapandemian eristäytyminen) pitämään yhteyttä muihin ja mahdollistamaan mielekästä tekemistä. Toisaalta se voi olla päivittäinen selviytymiskeino omassa arjessa. Tällöin pelaaminen tuo siihen mielekkyyttä tai keinon paeta hankalia tilanteita. Lisäksi oman pelihahmon kautta voi kokea hyviä ja omaa elämää mukavampia tai mielenkiintoisempia hetkiä. Pelaaminen näyttäytyy tässä osallistujajoukossa myös pelistäjänä, syynä pysyä hengissä, lohdutuksena ja tukiverkoston tarjoajana.

Luovuuden mahdollistaja. Pelaaminen on tämän ajan tapa nauttia kulttuurista ja olla osa nykypäivän kulttuurituotantoa. Pelatessa voi myös olla luova, kokeilla erilaisia rooleja sekä rakentaa esimerkiksi uutta sisältöä pelissä.

Osaamisen kartuttaja. Pelatessa voi kehittää itseään monipuolisesti. Se voi olla väline oppia uusia asioita, vahvistaa erilaisia taitoja ja seurata omaa kehittymistä. Pelaamisen kautta voi myös harjoitella itsehallintakeinoja ja itesesätelyä.

Stressin hallinta. Pelatessa voi uppoutua ja saada vastapainoa velvollisuuksille. Se on keino maadoittaa itseään ja saada ajatukset muualle, purkaa ja säädellä tunteita sekä rentoutua. Pelaaminen voi olla myös apu keskittymiseen.

Tunne-elämykset. Pelaaminen voi tarjota erilaisia tunnekokemuksia jännityksestä helpotukseen ja kauhusta riemuun. Lisäksi pelaamisen kautta voi päästä flow-tilaan.

Itseilmaisu: Pelaamisen tarjoama yhteisöllisyys on hyvä keino sekä päästä vuorovaikutukseen että harjoitella sitä. Lisäksi pelaamista voi käyttää kommunikaation apuvälineenä erilaisissa tilanteissa.

Osa tulevaisuuden suunnitelmia. Pelit ja pelaaminen voi olla reitti opintoihin tai työllistymiseen.

Osallistujien kokemusten perusteella digipeliharrastus on joskus ainoa merkityksellinen asia asiakkaan elämässä. Samaa aikaan merkityksellisyys voi olla eri pelaajille hyvin erilaista ja myös samalla pelaajalla pelaamisen merkitys voi vaihdella eri elämäntilanteissa ja -vaiheissa.

Mico

No mä sanoisin melkein, että mulla on pelaaminen mun elämän keskipiste tällä hetkellä. Mutta jos minulla on jotain asioita yms. pitää olla jossain, kyllä mä sitten meen, että se ei silleen, et mulla ei jää hommat hoitamatta sen takia.



Tutustu seuraavaksi Henkan ja Micon pelitarinoihin. Pohdi lukiessasi, kuinka sinä lähestyisit Henkkaa ja Micoa asiakkaina. Mitä haluaisit kysyä heidän pelaamisestaan tai pelaamisen merkityksestä heille?

Henkka 23 vuotta

Henkka on peruskoulun jälkeen lähinnä pelannut. Hänen sosiaalinen verkostonsa koostuu pelikavereista ympäri maailmaa. Mikään opintoihin tai työelämään liittyvä suunnitelma ei ole tuntunut riittävän motivoivalta.

Henkalla on taustalla koko peruskoulun ajan ollut yksinäisyyttä ja rajua koulukiusaamista sekä syrjimistä. Henkan vanhemmat painottivat aina "oikean elämän" ja koulukavereiden tärkeyttä. Pelaamiseen he suhtautuivat kuin se olisi ollut arvontonta ja tyhjäänpäiväistä, parempi olisi ollut mennä ulos juoksemaan ja potkimaan vaikka kiviä. Pelaamiseen häntä ei koskaan tuettu ja sitä yritettiin lähinnä estää. Pelaamisen taustalla oleviin syihin ei koskaan pysähdytty.

Henkalla on aina ollut kokemus, että kukaan ei ymmärrä hänen pelaamistaan ja siihen liittyvää sosiaalista aspektia. Tiimin kanssa pelaaminen on ollut Henkalle yksi harvoista tavoista olla positiivisesti kanssakäymisissä muiden ihmisten kanssa. Pelaaminen on ollut mieluisaa tekemistä, jonka avulla on saanut ajatuksia pois ympäröivästä arjesta sekä onnistumisen kokemuksia. Hän on todella taitava pelaaja. Henkka kokee, että peliyhteisössä kuunnellaan ja hän saa pelikavereilta tukea sekä konkreettisia neuvoja elämäntilanteeseensa.

Henkan kokemukset pelaamisen merkityksestä kiteytyvät tähän:



Jos ei olisi pelaamista, en olisi täällä tänään. Eli aika usein teki mieli tehdä jotain itselleni... mutta päätin pelata, ja se oli niin tärkeää, että se auttoi minua selviytymään seuraavaan päivään...

Mico 21 vuotta

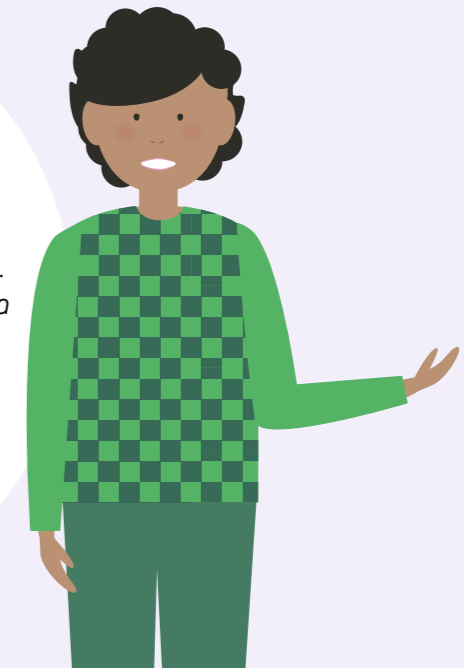
Mico on pelannut lapsesta saakka tietokoneella ja pelaaminen on hänelle tavoitteellinen harrastus. Hänellä on paljon pelaamisen kautta syntyneitä kaverisuhteita ja hän tapaa heitä sekä pelatessa, että pelimaailman ulkopuolella.

Micon vanhemmat ovat aina tukeneet peliharrastusta, kunhan hän on harrastanut muutakin pelaamisen ohella. Hänellä on ollut asianmukaiset laitteet ja perhe on osittanut synttəri- tai joululahjaksi aina pelejä tai pelilaitteistoa.

Nyt Mico on ollut ammattikoulun jälkeen työttömänä ja pohtii mitä haluaisi tehdä seuraavaksi. Hän oli pitkään lukossa mahdollisuuksien suhteen, mutta nyt hänelle on kirkastunut, että hän haluaa tavoitella kilpauraa pelaajana: *"koen että siinä ois itellä mahkut, niinku saada ammatti"*. Hän kuvaa itseään hyvin kilpailullisena pelaajana ja kokee, että voiton ja kehittymisen halusta on hyötynyt uralla etenemisessä. Pelaaminen on harrastus ja laji, jossa hän haluaa kehittyä ja työllistyä tulevaisuudessa.

Micon kokema ristiriita pelaamisen merkityksestä:

Siis kun mä ilmottauduin työnhakijaksi, niin sitten siinä oli että minkälaista työtä haet, niin siinä oli niinkun koodaaja, ohjelmistokehittäjä ja jotakin tämmöstä, mutta siellä ei ollut vaikka pelinkehittäjää. Siellä ei ollut, että pelinkehittäjän hommaa haen. Siellä ei voi myöskään ryhtyä kilpapelaksi tai mitään. Kun kirjottaa siihen, että peli, niin sieltä tulee kapelimestari ja konstaapeli, mutta ei tule, että pelinkehittäjä tai pelaaja tai muuta tämmöstä.



Pohdittavaksi

Mitä ajatuksia sinulle heräsi pelaamisen merkityksestä?
Voiko pelaamisen yhteydessä saada oikeita kavereita?
Entä mitä ajattelet pelaamisesta yhteisöllisenä toimintana?

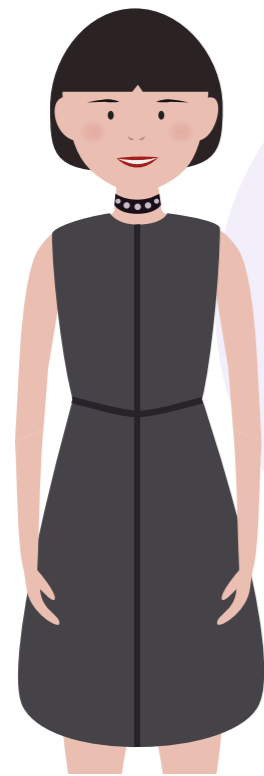


4 / Osallistujien peliyhteisöt ja osallisuuden kokemukset

Osallisuus on liittymistä, suhteissa olemista, kuulumista, yhteisyyttä, yhteensopivuutta, mukaan ottamista, osallistumista ja siihen liittyen vaikuttamista [18]. Lisäksi osallisuuteen kuuluu vaikuttamista oman elämänsä kulkuun, mahdollisuuksiin, toimintoihin, palveluihin ja joihinkin yhteisiin asioihin [19]. Se on aktiivista toimijuutta ja myös tunne siitä, että kuuluu johonkin.

Työelämän ulkopuolella olevilla nuorilla ja nuorilla aikuisilla osallisuuden kokemukset saattavat olla hyvin hataria tai ne puuttuvat kokonaan IRL (=todellisessa elämässä). Heillä ei ole luontaista työ- tai opiskeluyhteisöä, taloudellinen tilanne kaventaa mahdollisuuksia ja voimavarat saattavat mennä päivästä toiseen sinnittelyyn. Silloin pelaaminen voi olla ainoa kanava saada osallisuuden kokemuksia. Sitä kautta voi löytää merkityksellisiä yhteisöjä, joihin voi kokea kuuluvansa. Projektin haastatteluissa peliyhteisö onkin rinnastettu jopa perheeseen sen merkityksellisyydessä.

Samaan aikaan pelaamiseen liitetään usein ajatus siitä, että pelaajat ovat yksinäisiä ja tämä "viesti" nousi vahvasti esiin osallistujien haastatteluissa. Osalle pelaaminen oli vastaus yksinäisyyteen, osalla ei puolestaan ollut minkäänlaisia yksinäisyyden kokemuksia. Yhteistä kaikille oli se, että heidät usein määriteltiin ulkopuolelta yksinäisiksi.



Mirka

No vähän just se, että ehkä ihmisillä on väärä näkemys siitä pelaamisesta just siitä, että se olisi vähän yksinäistä hommaa. Ja ehkä tällaista pitäisi tehdä enemmänkin ja tuoda näkyviin sitä niinku sosiaalista puolta siitä ja sitten miettiä, että miten sitä voisi käyttää sitä pelaamista hyödyksi just vaikka opetukseen tai ryhmäytymiseen tai työelämässä ylipäätään.

Todellisuudessa pelimaailma oli monelle osallistujalle se paikka, jossa voi olla aidosti osallinen. Pelimaailmassa liittyy muihin pelaajiin ja tuntee yhteisyyttä sekä yhteenkuuluvuutta. Lisäksi pelatessa on mukana erilaisissa suhteissa muihin pelaajiin, on aktiivinen osallistuja ja pelatessa voi vaikuttaa yhteiseen päätöksentekoon sekä toimintaa.

Kipa

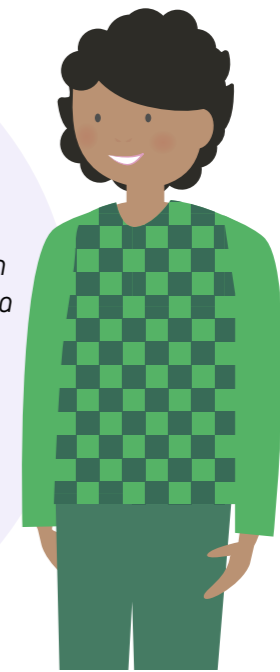
Nopeasti huomaat, et ne tavallaan niinku hyväksyy sut tai ottavat sut tiimiin sellaisena kuin olet... Ja puhuu sun kanssa... Ja olet ihan että mitä? Olet niin paljon osa sitä tiimiä. Ja se ei ole sinä plus muut, se on enemmän. Mä ja ne yhdessä tavallaan.



Valmennuksiin osallistuneet kuvaavat vahvoja yhteisöllisyyden kokemuksia puhuessaan omasta pelaamisestaan. Pelaamisen kautta ollaan tekemisissä hyvin erilaisten ihmisten kanssa, myös sellaisten, joiden kanssa ei oltaisi muuten. Pelaaminen mahdollistaa sosiaaliset kontaktit, yhteisön ja mielekästä tekemistä silloinkin, kun ympäristö ei sitä mahdollista.

Mico

Se on just että pelaajilla tai niinku että jos ns. normaaleilla ihmisillä on tapana mennä vaikka kaveriporukalla kahville niin sitten pelaajilla voi olla just se, että mennään sitten pelaamaan yhdessä peliä tai mennään vaikka sinne discordiin muuten vaan juttelee. Niin käytännössä se on samaa kuin menis sinne kahville, mutta sä et niinku fyysisesti mee sinne niin se voi siinä mielessä näyttäytyä niinku yksinäisyytenä tai silleen että niinku kaikki on vaan kotonansa vaikka todellisuudessa niinku ollaan yhdessä.



Valmennuksiin osallistujien kuvausten perusteella pelaamiseen liittyvä yhteisöllisyys on monitasoista ja näyttäytyy sekä pelitilanteessa että pelitilanteen ulkopuolella. Pelaaminen on keino pitää yhteyttä jo olemassa oleviin kavereihin ja läheisiin tai sitten muodostaa suhteita uusiin ihmisiin. **Lisäksi pelitilanteen ulkopuolella pelaaminen voi olla yhdistävä teema ja keskustelun apuväline.**



Ilona

Wau, mun peli, että minä tiedän tämän pelin, oletko sinäkin pelannut sitä? Sellainen ja sitten niinku mitä kaverit nytten vieläkin amiksesta kun tuntee ja puhuu niitten kanssa paljon niin justinsa paljon niitten pelien kautta: Hei sä oot pelannu Hadesta. Sit mä oon sillei kyllä, se oli täydellinen peli ja sitten tulee puhuttua vieläkin siitä kaikkea tällaista että niinku sen kautta on tullut sitä tosi syvää connectionia.

Sen lisäksi, että peliyhteisöistä haetaan itselle myönteisiä kokemuksia, valmennuksiin osallistujat kuvasivat, että peliyhteisön kautta voi tehdä toiselle hyvää, mikä mahdollistaa itsensä tärkeäksi tuntemisen:



Kipa

No, meidän peliporukassa oli ainakin yksi, joka oli melko yksinäinen. Sillä oli ongelmia alkon kanssa, joten se on tosiaan ollut kiitollinen ja onnellinen, että löysi meidät, koska muuten hän joisi aina yksin kotona.

Osallistujat nostivat esiin, että on tärkeää pitää huolta myös muista kaverisuhteista ja vaikuttaa tavata pelin kautta tulleita kavereita myös pelin ulkopuolella.

HUOMIO!

On kuitenkin hyvä muistaa, että pelaaminen ei automaattisesti ratkaise yksinäisyyden ongelmia. Se, että joku pelaa, ei poista mahdollista yksinäisyyttä pelimaailman ulkopuolella. Myös pelimaailmaan liittyvä toksisuus voi vaikuttaa siihen, että pelataan yksin ja vältellään moninpelejä, koska pelätään muiden pelaajien itseen tai omaan pelaamiseen kohdistuvaa väheksyvää kommentointia. Toksisuuteen osallistujat kertoivat liittyvän erilaista haukkumista, "pään aukomista" ja ajoittain jopa uhkailua. Osin tämä tapahtui huumorin varjolla, mutta ajoittain "negatiiviset hitit" loukkasivat oikeasti. Välillä tilanteet saattavat mennä tunteisiin ja niissä tilanteissa oli parasta sulkea mikki ja päättää että en kuuntele. Osallistujat tunnistivat, että näissä tilanteissa suojaava tekijä oli muistutella itselleen tämän kaiken liittyvän vain pelaamiseen, ei omiin henkilökohtaisiin ominaisuuksiin. Osa oli ratkonut tämän niin, että pelasi vain tutulla kaveriporukalla, koska silloin on helpompi ottaa asioita huumorilla. Tai sitten pelattiin sellaisia pelejä, joissa ilmapiiri oli mukavampi.

Case

Pelaten duuniin! -projektin valmennuksissa on hyödynnetty vahvasti yhteisöllistä pelaamista toimintaa ohjaavana periaatteena⁽²⁰⁾. Ajatuksena on ollut, että valmennusryhmät kokoontuvat pelitiloissa ja pelataan fyysisesti yhdessä. Valmennuksiin tultiin, koska kyse oli yhdessä pelaamisesta. Henkan sanoin: "Kerrankin on jotain itseään kiinnostavaa toimintaa tarjolla". Valmennusten aluksi pelaajat halusivat usein pelata yksinpelejä, koska moninpeleissä saattaa olla toksinen ilmapiiri. Kannustus ja ohjaus yhteiseen pelaamiseen oli monelle positiivinen kokemus. Yhdessä pelatessa harjoiteltiin mm. kommunikaatiota ja kunnioittavaa puhetapaa kanssapelaajia kohtaan.

Pohdittavaksi

Mitä mahdollisuuksia sinä näkisit pelaamisella syrjäytymisen ehkäisemiseksi? Miten pelaamista voisi sinun työssäsi hyödyntää asiakkaan osallisuuden vahvistamisessa? Mitä taitoja pelaamalla voi saada?



5 / Digipelaaminen osaamisen ja taitojen kehittäjänä



Vaikka digipelit ovat usein tapa viettää aikaa, niin niillä on myös potentiaalia kehittää tärkeitä taitoja ja valmiuksia, joita tarvitaan esimerkiksi opinnoissa ja työelämässä. Aiempien tutkimusten perusteella digipelaaminen voi kehittää esimerkiksi ongelmanratkaisu- ja päätöksentekokykyä, tiimityöskentelytaitoja, luovuutta ja innovatiivista ajattelua, tunteiden- ja stressinhallintaitoja, keskittymiskykyä sekä kielitaitoa [21; 15; 9; 22].

Pelaten duuniin! -projektin työelämävalmennuksissa kiinnitettiin erityistä huomiota osallistujien pelaamisen kautta oppimisiin ja kehittyviin taitoihin. Valmennuksissa osallistujia autettiin sanoittamaan tätä osaamista sekä kannustettiin tunnistamaan, miten näitä taitoja voisi hyödyntää opinnoissa tai työelämässä. Pelaamisen kautta hankittuja taitoja harjoiteltiin myös konkreettisesti yhdessä pelaamalla, esimerkiksi vastuiden ja roolien jakamisen, tiimikommunikaation, palautteen antamisen ja -vastaanottamisen sekä haastavien pelitilanteiden tunne- säätelyn kautta.

Osallistujat tunnistivat valtavasti pelaamisen kautta kertyneitä kykyjä ja taitoja

Ymmärrys tietokoneista ja niiden toiminnasta

Pelialaan liittyvää tietotaitoa

(esimerkiksi pelitekniikat ja pelitestaus: miten pelit toimivat, bugien löytäminen)

Sosiaaliset taidot

(kanssakäyminen, kommunikaatio- ja vuorovaikutustaidot, avoimuus muita ihmisiä kohtaan)

Kulttuurinen ymmärrys

(tietämys eri kulttuureista ja historiasta, pelaaminen erilaisten ihmisten kanssa)

Tiimityötaidot (yhdessä tekeminen ja ryhmäytyminen)

Paineensietokyky ja tehokkuus

Ohjeiden vastaanottaminen ja noudattaminen

Englannin kielitaito

Keskittymiskyky

Havainnointikyky

Luovuus, ongelmanratkaisutaidot

Päätöksentekokyky

Refleksit, reaktionopeus ja silmä-käsikoordinaatio

Lisäksi esiin nousi hyvin konkreettisia ja erikoisiakin asioita, joita he olivat oppineet pelaamisen kautta.

Ilona

Peleistä pystyy varsinkin oikeasti paljon oppimaan niinku tosi erilaista ja moninaista tietoa, jota pystyy sitten varmasti myöskin soveltamaan oikeassa elämässä.

Tietää

ja ymmärtää ja tota respectaa eri kulttuureita ja niitä heidän tapoja ja heidän niinku tuota perinteitä, historiaa.



Henkka

Kyllähän tietynlaiset pelit antaa myöskin siis niinku semmoisia käytännön taitoja, opettaa, että esimerkiksi mähän opin justiin sitä kautta, että oon pelannut tota Red Dead Redemptionia, niin sitä kautta on oppinut että miten joku saaliseläin vaikka justiin nyljetään niinku oikeaoppisesti.

Myös Pelaten duuniin! -projektin pelivalmennuksiin yhdistetyissä hyvinvointivalmennuksissa osallistujille kertyi uusia oivalluksia itsestä ja omaan hyvinvointiin vaikuttavien asioiden yhteyksistä. Moni sai tukea unirytmien löytymiseen, arkiliikunnan lisäämiseen ja pelaamisen tuottamiseen. Motivaationa muutoksiin oli oman hyvinvoinnin lisäksi pelitehokkuuden lisääminen. Osallistujat kuvasivat virkeyden ja jaksamisen lisääntymisestä, mielialan parantumisesta, omien rauhoittumiskeinojen monipuolistumista ja kunnon kohentumisesta. On merkityksellistä huomioida, että osallistujat painottivat, etteivät olisi lähteneet pelkkään hyvinvointivalmennukseen, mutta pelaaminen motivoi heitä osallistumaan.

Pohdittavaksi



Oletko sinä oppinut jotain pelien avulla?
Miten digipelaavien nuorten ja nuorten aikuisten pelaamisen kautta hankittuja taitoja ja osaamista huomioidaan palveluissa?
Suhtaudutaanko pelaamiseen ylipäänsä mahdollistajana?

6 / Ammattilainen digipelaajan kohtaajana

Seuraavaksi Pelaten duuniin! valmennuksiin osallistuneet kokemustoimijat Leena ja Mira kertovat omat tarinansa, kuinka ovat kokeneet tullessa pelaajina kohdatuiksi sosiaali- ja terveyspalveluissa.

Case

Leena, kokemustoimija

Leena sairastui masennukseen täysi-ikäisyyden kynnyksellä ja aloitti käynnit mielenterveyspalveluissa. Leena on pelannut lapsuudesta asti, mutta pelaaminen nousi voimavaraksi masennuksen ollessa pahimmillaan. Pelaaminen oli syy nousta ylös sängystä. Oma pelikilta (=peliyhteisö) oli tärkeä tukipilari. Leena kertoo olleensa aina ensimmäisenä paikalla ja lähti aina viimeisenä. Toisinaan Leenalla ei ollut fiilistä olla aktiivinen pelissä, mutta liittyi peliin kirjoitellakseen muille ja saadakseen sosiaalisia kontakteja, joskus jopa 10 tuntia putkeen.

Leena muistelee, että työntekijät tekivät pelaamisesta syyppään hänen masennukselleen. Sitä ei koskaan sanottu suoraan, vaan enemmänkin kierrellen: "sun pitäisi vähentää sitä pelaamista, se ei johda mihinkään". Se mitä pelaamisesta kysyttiin, liittyi siihen, miten paljon tai usein hän pelaa, mutta koskaan ei kysytty miksi hän pelaa.

Ristiriitaa Leena koki siinä, että työntekijöiden mukaan pelaamista olisi pitänyt vähentää, mutta hänelle ei ehdotettu mitään muita ajanviettotapoja tai ehdotettu tekemistä pelaamisen tilalle. Leena tunsikin jatkuvaa syyllisyyttä pelaamisestaan, vaikka samaan aikaan se oli hänelle aktivoivaa toimintaa sekä kontakti muihin ihmisiin. Peliyhteisön kautta syntyi myös merkityksellisiä ihmissuhteita ja Leena tapasi puolisonsakin pelaamisen kautta.

Mitä Leena olisi toivonut työntekijöiltä?

"Kannattaa jättää puuttumatta kokonaan, jos ei ole mitään kannustavaa sanottavaa tai jos jo lähtökohtaisesti suhtautuu pelaamiseen negatiivisella asenteella. Toisaalta taas se, että olisi kysynyt mitä pelaaminen minulle merkitsee, olisi ollut käännteentekevää. Pelaaminen oli ja on niin tärkeä asia omassa elämässä, että olisin halunnut sen tulevan kuulluksi ja ymmärretyksi."

Case

Mira, kokemustoimija

Mira on aktiivinen digipelaaja ja hänen intohimensa ovat pc-pelit. Miralla on taustalla päihderiippuvuus, jonka vuoksi aloitti käynnit päihdehoitajalla. Mira kertoo, että työntekijä otti sellaisen asenteen hänen pelaamiseensa, että vaikka ei itse pelaamista ymmärrä, niin ei ota siihen kantaakaan.

Miran mukaan pelipuhe oli tärkeää yhteyden luomisessa. Hän koki saavansa vapaasti kertoa joka tapaamisen alussa omasta peliharrastuksesta ja siihen liittyvistä ajankohtaisista asioista ja työntekijä ei koskaan tuominnut tai kieltänyt häntä pelaamasta. Päinvastoin hän suhtautui siihen uteliaasti ja seuraillen. Pelaamisen kautta tarkasteltiin myös riippuvuutta ilmiönä ja sen avulla harjoiteltiin itsehallintaa ja oman pelaamisen hallintaa. Pelaaminen on myös yksi Miran keinoista pysyä raittiina.

Mira kertoo olleensa introvertti ja sen vuoksi työntekijä näki mahdollisuuksia pelaamisessa sosiaalisena kanavana. Hän kannustikin Miraa pitämään pelaamisen kautta yhteyttä muihin ihmisiin.

Mitä Mira antaisi vinkiksi?

"Vaikka työntekijää itseään ei kiinnosta pelaaminen tai ei ole koskaan pelannut, niin voihan sitä pelipuhetta seuralla. Voi kannustaa ja kysyä, sitä kautta pääsee käsiksi myös muihin asioihin. Eikä siinä tarvitse olla asiantuntijana! Jos ei tiedä jotain, ei kannata lähteä pätemään vaan kysyä siltä asiakkaalta mitä tarkoittit."

Osallistujat tunnistivat myös sen, kun pelaaminen menee yli

Huolestuttavin merkki on se, kun kaikki muut arjen asiat jäävät hoitamatta pelaamisen vuoksi. Silloin tilanteeseen olisi tärkeä puuttua ja yrittää löytää keinoja motivoida kiinnittämään huomiota pelimaailman ulkopuolisiin asioihin. Osallistujat nostivatkin esiin, että ammattilaisen on tärkeä pohtia pelaajan kanssa yhdessä keinoja niihin tilanteisiin, kun pelaaminen ottaa liian suuren roolin elämästä. Ulkoapäin annetut neuvot ja ohjeet eivät auta. Lisäksi tukena voisi hyödyntää kokemustoimijuutta ja aiemmin paljon pelanneiden nuorten tarinoita omasta pelaamisestaan.

Työelämän ulkopuolella olevat nuoret ja nuoret aikuiset käyttävät erilaisia sosiaali- ja terveydenhuollon sekä työllistymispalveluita. Valmennusten osallistujat kertoivat haastattelussa kokemuksiaan siitä, kuinka pelaamiseen on suhtauduttu sekä eri palveluissa että myös koulu- tai opiskeluympäristöissä. Haastattelussa nousi esiin kolme suhtautumistapaa pelaamiseen; negatiivinen ja mitätöivä, välinpitämätön ja välttelevä, sekä kannustava ja kiinnostunut suhtautuminen.

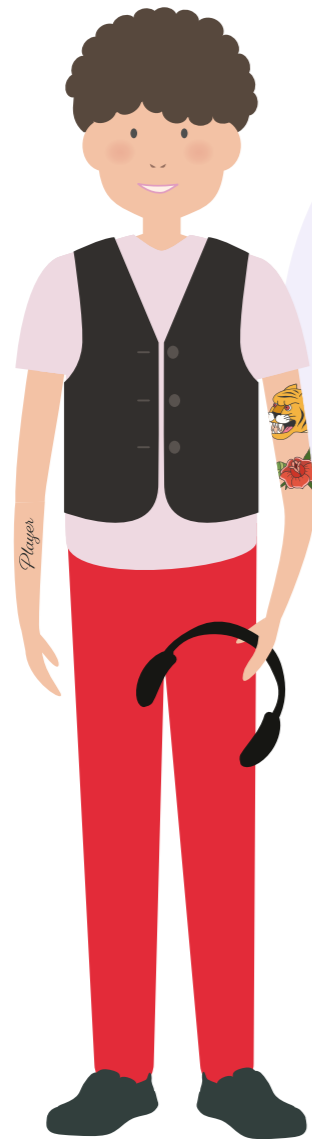
1. Negatiivinen ja mitätöivä suhtautuminen pelaamiseen

Osallistujien kokemuksissa korostui melko vahvasti ammattilaisten negatiivinen suhtautuminen pelaamiseen. Pelaamisesta puhuttaessa otettiin vahvasti kantaa pelaamisen aiheuttamiin haittoihin ja arvotettiin pelaamista huonona vaihtoehtona. Se näkyi puheessa siten, että pelaamiseen käytettiin liikaa aikaa eikä sitä huomioitu järkevänä harrastuksena tai tapana viettää aikaa. Pelaaminen määriteltiin turhana / turhakkeena ja siitä puhuessa korostettiin, että olisi parempi tehdä jotain muuta. Äärimmillään suhtautuminen oli pelaamista stigmatisoivaa. Pelaaminen nähtiin syynä kaikkiin ongelmiin ja esimerkiksi ADHD-diagnoosiin liittyvät pulmat selitettiin kokonaan pelaamisella. Osallistujat tunnistivat myös pelottelua ja kieltämistä sekä stereotyyppisiä käsityksiä: syrjäytyt, kun pelaat. Osallistujille oli puhuttu pelaamisesta riippuvuutena ja hoidoksi oli ehdotettu äärimmäisyyksiä: *"Niin mullekin ehdotettiin, että pitäisikö mun mennä pakkohoitoon kuukaudeksi ilman tietokonetta, ku pelasin liikaa."*



2. Välinpitämätön ja välttelevä suhtautuminen pelaamiseen

Osallistajat kuvasivat tilanteita, joissa kokivat tulleen ohitetuiksi. Kohtaamistilanteissa pelaaminen ei tullut useinkaan ammattilaisen taholta puheeksi. Joissain tilanteissa pelaaminen huomioitiin harrastuksena, mutta siitä ei kuitenkaan puhuttu sen enempää tai kysytty tarkentavia kysymyksiä. Hyvänä esimerkkinä olivat tilanteet, joissa aktiivinen pelaaja oli itse nostanut esiin pelaamiseen liittyviä fyysisiä haittoja. Näissä tilanteissa oli kehoitettu vähentämään pelaamista, mutta muuten aihetta ei käsitelty tai siihen ei otettu sen enempää kantaa. Valmennuksiin osallistujat tulksivat ammattilaisten vaikenemisen ja puheenaiheen vaihtamisen vaikeutena tai mielenkiinnottomuutena puhua aiheesta.

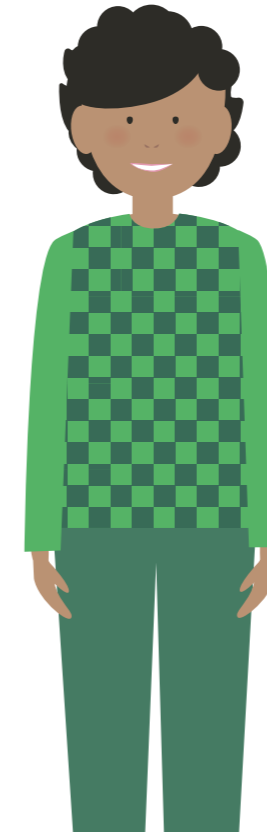


Henkka

Reippailemassa ulkona tai... en tiedä, jossain muualla. Älkää pelatko, se on ihan tyhmää. Ja se ehkä kantautui niinku siellä tota julkisissa palveluissa, niinku esimerkiksi lääkärissäkin tai niinku mun henkilökohtaisessa tota keskustelu tämmöisessä sessiossa, että No mitä sä teet? No mä pelaan kotona. No onko sulla jotain oikeata harrastusta? Mä oon silleen hmmm... eikö se muka oo? Ne vähän hiljenee sen jälkeen.. no sitten vaihtuu puheenvuoro. Tää on siis niinku aina."

3. Kannustava ja kiinnostunut suhtautuminen

Osallistujilla oli myös hyviä esimerkkejä siitä, kuinka pelaaminen oli otettu puheeksi ja huomioitu esimerkiksi työpaatoiminnassa: "Sinulla on varmasti tietoteknistä osaamista". Ne hetket, kun ammattilainen oli ollut kiinnostunut pelaamisesta ja siihen liittyvistä mahdollisuuksista, koettiin merkityksellisiksi. Mielenkiinnon osoittaminen pelaamista kohtaan vaikutti myös omaan suhtautumiseen ammattilaiseen. Osallistajat kuvasivat, että silloin uskaltaa puhua pelaamisesta ja on helpottavaa, kun sitä ei tarvitse pitää salassa. Erityisen merkityksellisiä olivat ne kohtaamiset, joissa myös ammattilainen pelasi itse ja kertoi siitä. Sen kautta koettiin syntyvän hyvä kontakti, koska on jotain, josta on yhteinen ymmärrys ja vaikka arjen asioissa sitä ei olisi. Osallistajat nostivatkin esiin, että ei tarvitse olla samaa mieltä, mutta kun on yhteys niin asioista voi puhua tai niitä voi työstä. Hyvänä esimerkkinä kannustavasta suhtautumisesta nousi esiin, kuinka pelaamista oli käytetty kouluaikoina motivaattorina:



Mico

Mä pidin siitä mitä meidän yläasteen aikainen opettaja teki eli jos riittävän korkean pistemäärän jonkin tyyppisestä testistä sai, se palkinto ei ollut pelkästään hyvä numero vaan se, että hänet pääsi NHL:ssä haastamaan xboxilla luokahuoneessa, valkokankaalla. Kukaan ei ikinä päihittänyt häntä siinä. Se työstäytyi tavallaan yhtä lailla palkintona, jota päin pystyi työstäytymään ja joka niinku oli itsessään massiivinen motivoija yhteen aikaan siinä. Itsekään en ikinä pärjännyt häntä vastaan, mutta se toimi hyvänä motivaattorina."

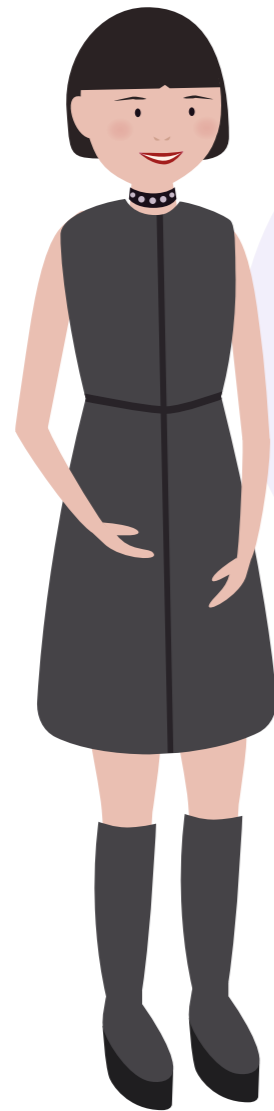
Pohdittavaksi

Mitä ajatuksia tarinat sinussa herättivät?
Miten sinä suhtaudut digipelaamiseen?
Entä miten työyhteisössäsi suhtaudutaan siihen?



7 / Pelaajien toiveita kohtaamisille

Pelaten duuniin! -valmennuksiin osallistujilla oli kokemus, että suhtautuminen pelaamiseen on hieman muuttunut ajan saatossa. Heillä oli myös vahva luottamus siihen, että puhumisen tapa muuttuu, kun ammattilaisten tieto lisääntyy vielä entisestään. On hyvä, että yksittäiset työntekijät ovat kiinnostuneita ja tietävät asioista. Osallistujien mukaan se ei kuitenkaan ole vielä riittävää, vaan tarvitaan asennekulttuurin muutosta institutionaalisella tasolla. Tämä mahdollistaisi heidän yhteisen toiveen siitä, että pelaamisesta ylipäänsä puhutaan palveluissa. Puheen ei tarvitse olla hyötykeskeistä, myös haitat voi ja pitääkin nostaa esiin, mutta sen voi tehdä pelaajaa kunnioittaen. Osallistajat kuvasivat, että puhumattomuus, välinpitämättömyys ja vähättely olivat kaikkein ikävempiä vaihtoehtoja.



Mirka

Ehkä ei välttämättä samalla tavalla ruotimisella pikemmin käännettäis, sitä ei niinku kuvailtais sellaisena huonona tapana joka niinku vie liikaa aikaa päivästä näin, vaan pikemminkin se, että pohditaan sitä, että kuinka paljon se niinku orkeen tuo täytettä tai miten se toimii voimauttavana asiana ylipäätään elämässä. Miten sitä voi, miten sitä voi niinku käyttää työkaluna arjessa.

Osallistujien toiveita kunnioittavaan ja positiivisempaan pelipuheeseen

Suhtaudu peliharrastukseen positiivisesti, vaikka et itse sitä ymmärrä.

Asenne ratkaisee, ei peliosaaminen.

Pohdi yhdessä asiakkaan kanssa merkityksiä pelaamisen taustalla.

Tee tämä oikea-aikaisesti ja sovi asiakkaan kanssa, milloin on hyvä hetki tällaiselle keskustelulle. Pelaamisen aikana ei välttämättä keskustelu onnistu, koska kaikkia pelejä ei voi "pausettaa" tuosta vaan.

Tiedosta pelaamiseen liittyvä ajankäyttö, koska pelaamiseen menee aikaa.

Ajankäytön kauhistelun sijaan ole kiinnostunut mitä asiakas tekee pelissä, ja mitä hän on saanut aikaan kymmenessä pelitunnissa.

Lähesty pelaamista asiakkaan arkeen ja elämään sisältöä tuottavana voimavarana.

Arvosta pelaamista yhtenä kulttuurin muotona, ihan niin kuin elokuvat ja tv-sarjatkin ovat.

Haittojen sijaan osoita, että ymmärrät pelaamisen olevan hyvä tapa viettää aikaa.

Jotta pelaajana voisi puolestaan kehittyä, on tärkeää huolehtia myös riittävästi itsestään.

Anna pelaamiselle mahdollisuus.

Pelaaminen voi kehittää erilaisia taitoja ja on harrastus siinä missä muutkin.

Heittäydä mukaan pelikeskusteluun.

Käännä asiantuntijuus ohjattavan vahvuudeksi ja asetu itse "ohjattavaksi"

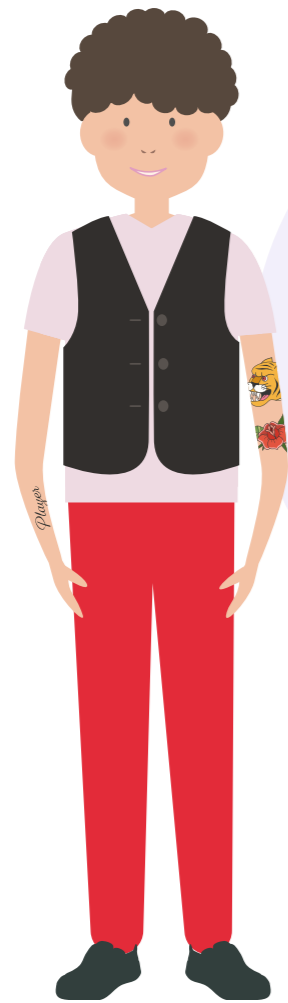
Mieti sanavalintojasi ja kuinka ilmaiset asiiasi.

Puhu pelaamisesta ja peliyhteisöistä arvostavasti. Huonosti asetellut miksi kysymykset voivat tuntua pelaajasta syyllistäviltä tai vähätteleviltä ja saattavat johtaa keskustelun sijaan puolustautumiseen.

Luovuus, sosiaalisuus ja vuorovaikutus voivat olla pelaamisen pääpointti.

Ole armollinen.

Jos unohtuu yhtenä päivänä pelaamaan, niin maailma ei kaadu. Tiskata voi huomenna.



Henkka

Mun mielestä kiva ainakin näin, että jos on osa ihmisistä, mä tiedän että mä oon varsinkin, jos miettii pari vuotta takaperin ja tää ois ollu mulle semmoinen ainut tapa miten mut sais kotoa pois, koska mä olin kotona vaan koneella sekin että mä en etes hakenut kouluihin tai mihinkään. Mä vaan istuin ja pelasin. Mä en olisi lähtenyt mihinkään, mutta sitten... Nyt mä tulin vaan sen takia että mun etsivä sanoi, että sää tiiät näistä et mee auttaa sinne et sä voit kertoa vinkkejä.

Jos pelaaminen huolettaa, ota huoli asiakasta ja hänen harrastuksestaan kunnioittavasti puheeksi.

Tiedosta toksisuuden, kiusaamisen ja syrjinnän esiintyminen.

Se on monia koskettava asia ja asiakkaasi voi tarvita tukea käsittelemään peliyhteisön tapahtumia. Näitä teemoja on tärkeää ottaa puheeksi.

Luo luottamuksellinen suhde kontrollon sijaan.

Pelaamisessa tulee putkia, auta asiakasta kartoittamaan ja tunnistamaan nämä hetket ja pohtikaa työkaluja tauottamiselle, syömiselle ja asioiden hoitamiseksi.

Pelaaminen on oiva apuväline tunnetyöskentelylle.

Hyödynnä sen luomia mahdollisuuksia asiakastyössä esim. milloin kannattaa pelaaminen lopettaa.

8 / Vinkkejä positiivisempaan puheeseen digipelaamisesta

"Jotta pääsisit vauhtiin pelaamisesta puhumisessa omien asiakkaidesi kanssa, niin me mietittiin muutamia kysymyksiä sulle avuksi. Itse ainakin vastattaisiin mielellämme näihin kysymyksiin!"

Kokemustoimijat Mira ja Leena

10 kysymystä pelaamisesta

Pelaatko?
Mitä pelaat?

Mikä on sinun lempipelisi?
Minkälaisista peleistä tykkäät?
Mitä peligenrejä tykkäät pelata?

Minkälainen pelaaja olet?

Mikä peleissä kiinnostaa?

Kenen kanssa tai minkälaisissa porukoissa pelaat?

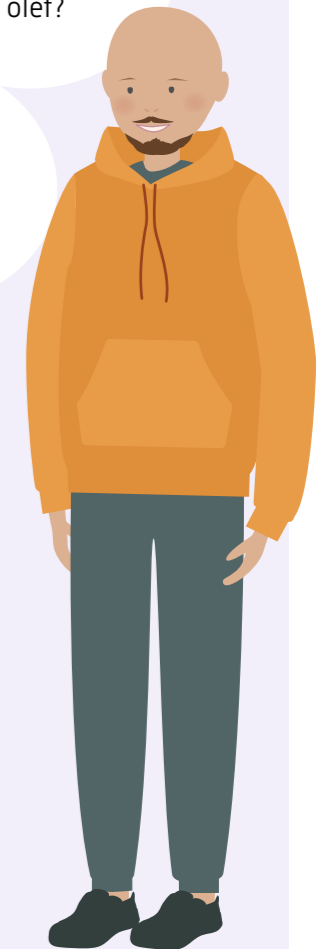
Mikä merkitys pelaamisella on sinulle?

Mitä hyvää pelaaminen on tuonut tai tuo sinulle?
Kerro joku esimerkki.

Mitä negatiivista pelaaminen on tuonut tai tuo sinulle?
Kerro joku esimerkki.

Miten muut suhtautuvat pelaamiseesi?
Miltä suhtautuminen on sinusta tuntunut?

Mitä olet oppinut pelatessa?
Minkälaisia taitoja olet kehittänyt pelaamisen myötä?



9 / Lopuksi

Ammattilaisella olisi hyvä olla valmiuksia käsitellä pelaamista laaja-alaisesti, ja tarvittaessa myös kriittisesti. On tärkeä muistaa, että puhe pelaamisesta ei vaadi teknistä osaamista tai omaa peliharrastusta. Kiinnostus ilmiötä ja pelaajan kokemuksia kohtaan on riittävä pohja^[9]. Kannustava puhe pelaamisesta tukee asiakassuhteen kehittymistä, kun taas liiallinen kontrollointi ja uhkakuvien painottaminen voi saada asiakkaan sulkeutumaan, eikä luottamusta synny.

Pelaamisen kautta voi oppia ja harjoitella monenlaisia elämässä ja arjessa tarvittavia taitoja. Se on myös tärkeä kanava toteuttaa itseään, olla luova ja ennen kaikkea olla kontaktissa muihin ihmisiin. Työelämän ulkopuolella olevien, paljon pelaavien nuorten toiveena on, että heille tärkeään harrastukseen ja vapaa-ajan sisältöön suhtauduttaisiin kunnioituksella ja syyllistämättä. Pelaamiseen liittyvistä haaveista, toiveista ja mahdollisuuksista on tärkeää keskustella, unohtamatta myöskään pelaamiseen liittyviä pulmia ja haittoja. Pidetään mieli avoinna ja luodaan ilmapiiriä, jossa myös digipelaamisesta voidaan puhua positiivisesti.

Antoisia keskusteluita pelaamisesta!



Pohdittavaksi

Mitä ajatuksia sinulle heräsi opasta lukiessasi?
Miten voisit soveltaa lukemaasi omassa työssäsi?
Entä minkä viestin oppaasta haluaisit viedä työyhteisöösi?

10 / Lähteet

1. Kinnunen, J, Tuomela, M & Mäyrä, F. 2022. Pelaajabarometri 2022. Kohti uutta normaalia. Tampereen yliopisto. TRIM Research Reports 31.
2. Opetus ja kulttuuriministeriön tiedote 3.10.2022. OECD-vertailu: suomalaisten nuorten koulutustaso laskenut keskitason alapuolelle. [Viitattu 5.10.2023] <https://valtioneuvosto.fi/-/1410845/oecd-vertailu-suomalaisten-nuorten-koulutustaso-laskenut-keskitason-alapuolelle>
3. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Lasten ja nuorten hyvinvointi - Kouluterveyskysely 2023. Tilastoraportti 28/2023.
4. Van Petegem, S, de Ferrer, E, Soenens, B ym. 2019. Parents' Degree and Style of Restrictive Mediation of Young Children's Digital Gaming: Associations with Parental Attitudes and Perceived Child Adjustment. *Journal of Child and Family Studies* 28, ss. 1379–1391. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01368-x>
5. Fidan, A, Günes, H & Yilmaz, T. 2021. Investigating the Digital Parenting Behaviors of Parents on Children's Digital Game Play. *Cukurova University Faculty of Education Journal*, 50(2), 833–857. <https://doi.org/10.14812/cuefd.933215>
6. Meriläinen, M. 2021. Crooked Views and Relaxed Rules: How Teenage Boys Experience Parents' Handling of Digital Gaming. *Media and Communication* 9(1). <https://doi.org/10.17645/mac.v9i1.3193>
7. Hopia, H & Raitio, K. 2016. Gamification in Healthcare: Perspectives of Mental Health Service Users and Health Professionals. *Issues in Mental Health Nursing* 37(12), ss. 894–902. <https://doi.org/10.1080/01612840.2016.1233595>
8. Kokkinen, K ja Luotojoki, T. Nuorten ja nuorten aikuisten digipelaaminen: uhka vai mahdollisuus? - Ammattilaisten näkökulmia digipelaamiseen osana omaa työtään. Nuorisotutkimus, hyväksytty julkaistavaksi. 2023.
9. Meriläinen, M. 2020. Towards being gaming literate: Youth digital gaming and adverse consequences as a parenting issue. Doctoral dissertation, University of Helsinki.
10. Raitio, K, Siitonen, M & Hopia, H. 2020. Utilizing games in the co-production of mental health services. *Finnish Journal of EHealth and EWellfare*. 2020, 12(2), ss. 117–126. <https://doi.org/10.23996/fjhw.89600>
11. Hicks, B, Karim, A, Jones, E, Burgin, M, Cutler, C, Tang, W, Thomas, S & Nyman SR. 2022. Care home practitioners' perceptions of the barriers and facilitators for using off-the-shelf gaming technology with people with dementia. *Dementia* 21(5), ss. 1532–1555. <https://doi.org/10.1177/14713012221085229>.

- 12.** Kerttula, T. 2022. Pelaamisen harrastaminen ulottuu itse pelaamista syvemmälle. Pelitutkimuksen vuosikirja, ss. 111–114. Noudettu osoitteesta <https://pelitutkimus.journal.fi/article/view/115006>
- 13.** Ryan, R M & Deci, E L. 2017. Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness. New York, NY: Guilford Press.
- 14.** Ferguson R, Coughlan T, Egelandsdal K, Gaved M, Herodotou C, Hillaire G, ym. (2019) Innovating Pedagogy. The Open University Innovation Report 7. Milton Keynes. Ferguson R, Coughlan T, Egelandsdal K, Gaved M, Herodotou C, Hillaire G, ym. 2019. Innovating Pedagogy. The Open University Innovation Report 7. Milton Keynes.
- 15.** Granic, I, Lobel, A, & Engels, RCME. 2014. The benefits of playing video games. American Psychologist 69(1), ss. 66–78. <https://doi.org/10.1037/a0034857>
- 16.** Martinez, L, Gimenes, M & Lambert, E. 2022. Entertainment Video Games for Academic Learning: A Systematic Review. Journal of Educational Computing Research 60(5), ss. 1083–1109. <https://doi.org/10.1177/07356331211053848>
- 17.** Villani, D, Carissoli, C, Triberti, S, Marchetti, A, Gilli, G & Riva, G. Videogames for Emotion Regulation: A Systematic Review. Games for Health Journal 7(2), ss. 85–99. <https://doi.org/10.1089/g4h.2017.0108>
- 18.** Isola, A-M, Kaartinen, H, Leemann, L, Lääperi, R, Schneider, T, Valtari, S, Keto-Tokoi, A. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Työpäperi 33/2017
- 19.** Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke – Sokra 2014–2023. [Viitattu: 5.10.2023.] <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sokra>.
- 20.** Kokkinen, K & Rauhansalo, T. 2023. Yhteisölliset pelitilaratkaisut tarjoavat mahdollisuuksia kohtaamisille. TiKI-Talk, JAMK:n hyvinvointiyksikön hanke- ja palvelutoiminnan blogi.
- 21.** Chaarani, B, Ortigara, J, Yuan, D, Loso, H, Potter, A & Garavan HP. 2022. Association of Video Gaming With Cognitive Performance Among Children. JAMA Network Open 5(10), e2235721. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2022.35721>
- 22.** Meriläinen, M & Ruotsalainen, M. 2023. The light, the dark, and everything else: making sense of young people's digital gaming. Frontiers in Psychology 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1164992>

Kirjoittajat

Katja Kokkinen

lehtori & projektipäällikkö
Jyväskylän ammattikorkeakoulu
Hyvinvointiyksikkö

Paula Piitulainen

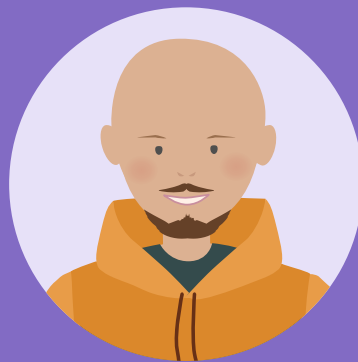
Tuomas Rauhansalo
vanhempi asiantuntija
Jyväskylän ammattikorkeakoulu
Liiketoimintayksikkö

Mæaret Rutanen

lehtori & asiantuntija
Jyväskylän ammattikorkeakoulu
Hyvinvointiyksikkö

Tiia Luotojoki

lehtori & asiantuntija
Jyväskylän ammattikorkeakoulu
Hyvinvointiyksikkö



Kohhti

POSITIIVISTA PUHETTA
DIGIPELAAMISESTA



jamk

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020

