

# Kaikki pelaa?

Näkökulmia nuorten pelaamiseen ja pelihaittoihin

---

Pelituki-hanke

Lokakuu 2015



## TIIVISTELMÄ

Pelituki-hankkeen tiedontuotannon tarkoituksena on ollut tuottaa tietoa nuorten pelaamisesta ja siihen liittyvistä ongelmista sekä selvittää nuorten pelaamiseen liittyviä kokemuksia ja pelaamiselle annettuja merkityksiä. Työ jakaantui kahteen vaiheeseen: ensimmäiset aineistot kerättiin syksyn 2012 ja alkuvuoden 2013 aikana, toisen vaiheen keväällä 2015.

Nuorten suosimat pelityypit olivat mobiililaitteiden pelit sekä tietokone- ja konsolipelit, ja aikaa pelaamiseen käytettiin pääsääntöisesti alle 15 tuntia viikossa. Nuoret kertoivat pelaavansa siksi, että pelaaminen on kivaa ja sen avulla on helppo kuluttaa aikaa. Paljon pelaavien nuorten vastauksissa korostuivat lisäksi mm. pelaamisen tavoitteellisuus ja sosiaalinen aspekti. Pelaamiseen liittyvistä haitoista yleisimmät olivat silmien väsyminen ja vuorokausirytmien muutokset, ja paljon pelaavat kokivat haittoja enemmän. Pelityyppien osalta haittoihin yhdistyivät paneutumista ja aikaa vaativat pelit, kuten monen pelaajan verkkopelit.

Ammattilaiset suhtautuivat pelaamiseen melko kriittisesti: pelien parissa vietettiin heidän mielestään liikaa aikaa ja niiden uskottiin aiheuttavan riippuvuutta. Ammattilaisista suurimmalle osalle eri pelityypit olivat tuttuja. Pelejä paremmin tuntevat ja nuoremmat ammattilaiset suhtautuivat myönteisemmin pelaamiseen ja kokivat oman osaamisensa paremmaksi ennaltaehkäisyssä sekä ongelmallisesti pelaavien nuorten auttamisessa. Asiantuntijapaneelin jäsenten näkemyksissä rahapelaaminen erottui selvästi digipelaamisesta aiheuttamiensa taloudellisten haittojen yleisyyden vuoksi, digipelaamisessa korostuivat puolestaan enemmän vuorokausirytmien ja uneen liittyvät haitat.

Vanhemmat suhtautuivat pelaamiseen niin ikään kriittisesti, samoin perustein kuin ammattilaiset. Myös vanhemmat tunsivat pelityyppejä hyvin ja ne vanhemmat, jotka itse pelasivat, suhtautuivat kielteisemmin erilaisiin huolta mittaaviin väittämiin ja positiivisemmin pelaamisen myönteisiin puoliin. Vanhemmat arvioivat lastensa pelaamisen melko haitattomaksi, mutta pelaamiseen enemmän aikaa käyttävien lasten vanhemmat raportoivat haitoista muita vanhempia enemmän. Myös paljon pelaavien nuorten puolisot tunsivat kotona pelattavat pelit, ja he suhtautuivat pelaamiseen pääosin myönteisesti. Haitat nähtiin hyvin vähäisinä pelaamisen hyötyihin verrattuna.

Pelaaminen voidaan määritellä ongelmalliseksi silloin, kun se estää suoriutumisen jokapäiväisistä velvoitteista. Ongelmallisen pelaamisen esiintyvyyttä kartoitettiin rahapelaamisen osalta LieBet-kysymysparin ja digipelaamisen osalta GASA (Game Addiction Scale for Adolescents) -asteikon avulla. Lie-Bet-kysymysparin kysymyksistä (Oletko koskaan tuntenut tarvetta käyttää pelaamiseen yhä enemmän rahaa? Oletko koskaan joutunut valehtelemaan läheisillesi siitä, kuinka paljon pelaat?) toiseen tai molempiin annettu myöntävä vastaus antaa viitteitä pelaamisen ongelmallisuudesta. Molempiin kysymyksiin myöntävästi vastasi 2013 aineistossa 2,3 % ja 2015 aineistossa 3,7 %. GASA-mittaria on muokattu Pelituki-hankkeessa siten, että käytetyssä mittarissa on määritelty ensisijaiset kriteerit, joiden täytyminen viittaa selvimmin ongelmalliseen pelaamiseen, (pelaamisesta valehtelu, velvoitteiden laiminlyönti pelaamisen vuoksi, epäonnistuminen yrityksissä vähentää pelaamista sekä ärsyyntyminen pelaamismahdollisuuksien puuttuessa). Näiden ensisijaisten kriteerien perusteella mitattuna nuorten aineistossa ongelmallisesti pelaavien määrä oli 1,8 %.

Vuonna 2012 ammattilaiset arvioivat omat valmiutensa ehkäistä ja tunnistaa ongelmallista pelaamista ja auttaa ongelmallisesti pelaavaa kohtalaisiksi. Asiantuntijapaneelin jäsenet puolestaan arvioivat omat vastaavat valmiutensa hyväksi. Ongelmapelaajien auttamisessa keskeiseksi nostettiin yhteisen todellisuuden löytäminen pelaajan kanssa, johon liittyy pelaajan arjen kartoittaminen sekä sen täsmentäminen, mitä, miten ja miksi hän pelaa. Ongelmapelaamiseen liittyvistä osaamistarpeista korostettiin peleihin ja pelitapoihin liittyvä tietoa, rohkeutta ja ymmärrystä puuttua ja valistaa ajoissa sekä vanhempien tukemista ja vastuuttamista aktiiviseen rooliin.

# Sisälllys

1. TAVOITTEET JA TOTEUTUS .....	3
2. AINEISTOT .....	5
3. NUORET .....	7
3.1. Mitä pelataan?.....	7
3.2. Pelaamiseen käytetty aika .....	8
3.3. Motiivit, merkitykset ja kokemukset .....	9
3.3.1. Sosiaalisuus osana pelaamista.....	10
3.4. Pelaamisen sääntely .....	11
3.5. Pelihaitat.....	14
3.6. Nuorten rahapelaaminen .....	16
4. AMMATTILAISET .....	18
4.1. Pelituntemus .....	18
4.2. Pelaamisen merkitykset.....	19
4.3. Pelihaitat.....	19
5. LÄHEISET .....	21
5.1. Pelituntemus .....	21
5.2. Pelaamisen merkitykset.....	21
5.3. Pelaamisen sääntely .....	23
5.4. Pelihaitat.....	24
6. ONGELMALLINEN PELAAMINEN .....	24
6.1. Määrittely .....	24
6.2. Esiintyvyys.....	25
6.3. Liitännäisongelmat .....	26
6.4. Keinot irrottautua ongelmallisesta pelaamisesta.....	27
6.5. Raha- ja digipelaamisen eroja ja yhtäläisyyksiä.....	27
7. LOPUKSI .....	29

# 1. TAVOITTEET JA TOTEUTUS

Tiedontuotannolla on Pelituki-hankkeessa ollut keskeinen rooli. Tavoitteena on ollut tuottaa tietoa nuorten pelaamisesta ja siihen liittyvistä ongelmista sekä selvittää nuorten pelaamiseen liittyviä kokemuksia ja pelaamiselle annettuja merkityksiä. Näkökulmana on ollut pelaamisen tarkasteleminen nuorten sosiaalisena, kulttuurisena, kokemuksellisena ja tulkinnallisena ilmiönä. Nämä selvitykset ovat tuottaneet myös tietoa siitä, miten nuorten pelaamista säädellään ja millaisia pelaamiseen liittyviä haittoja nuoret itsessään tunnistavat.

Pelaamista on tarkasteltu paitsi nuorten myös ammattilaisten ja läheisten näkökulmasta. Tarkoituksena on ollut selvittää, mistä pelaamisesta on kysymys, mitä pelaaminen kohderyhmille tarkoittaa ja millaisia tarpeita pelaamisen avulla tyydytetään. Tiedontuotannon toisessa vaiheessa kiinnitettiin erityisesti huomiota ongelmalliseen pelaamiseen ja niihin ilmiöihin, ongelmiin ja olosuhteisiin joihin peliongelmat näyttävät liittyvän. Lisäksi rahapelaaminen nostettiin aiempaa enemmän esille.

Tiedontuotantoa on toteutettu sekä määrällisesti että laadullisesti. Määrälliset kyselyaineistot kerättiin Pelituki-hankkeen eri toimintaympäristöistä (siviilipalveluskeskus, lastensuojelu ja perheet, koulu ja oppilaitokset) systemaattisesti siten, että vertailukelpoisuus huomioitiin. Kyselyaineistoa täydentävää laadullista haastatteluaineistoa kerättiin siviilipalvelusvelvollisilta nuorilta miehiltä sekä paljon pelaavien nuorten puolisoilta. Käsitystä ongelmallisesta pelaamisesta syventävä laadullinen aineisto koottiin liikaa pelaavien kanssa työskentelevien asiantuntijoiden ryhmäkeskusteluista. Laadullista aineistoa on lisäksi kerätty osahankkeissa kehittämistyön tueksi.

Pelituen tiedontuotannon ensimmäisen vaiheen aineistot, nuorten ja ammattilaisten kyselyt, kerättiin pääsääntöisesti syksyn 2012 ja alkuvuoden 2013 aikana. Läheisteemaan liittyen toteutettiin vanhempien kysely syksyllä 2013 sekä puolisohaastatteluita vuosien 2013–2015 aikana. Siviilipalvelusnuorilta kerättiin haastatteluaineisto keväällä 2013. Tiedontuotannon toisessa vaiheessa nuorten kyselyaineistot kerättiin keväällä 2015, samoin kaksivaiheisen asiantuntijapaneelin kysely- ja ryhmäkeskusteluaineistot. Aineistot ovat näytteitä, joten tulosten osalta ei ole tavoiteltu yleistettävyyttä.

## **Nuoret**

Nuorten ensimmäinen aineisto koottiin Pelituki-hankkeen toimintaympäristöistä vaiheittain. Yhteistyöoppilaitosten kautta kyselyt toteutettiin hieman toisistaan poikkeavilla tavoilla joko paperille täytettävänä informoituna kyselynä tai oppilaitosjärjestelmä Wilman kautta sähköisessä muodossa. Oppilaitoksissa aineiston keruu ajoittui aikavälille lokakuu 2012 – helmikuu 2013. Siviilipalveluskeskuksesta aineisto kerättiin paperisena kahdelta koulutuserältä (joulukuu 2012, tammikuu 2013). Kuopion osahankkeen kohderyhmän nuoret vastasivat kyselyyn kasvokkaisissa kohtaamistilanteissa syksyn 2012 ja alkuvuoden 2013 aikana.

Siviilipalvelustaan suorittavilta nuorilta miehiltä kerättiin huhtikuussa 2013 pienimuotoinen haastatteluaineisto syventämään määrällistä aineistoa. Teemahaastatteluina toteutettu tiedonkeruu keskittyi selvittämään paljon pelaavien nuorten ajatuksia pelaamisen merkityksestä. Haastatteluissa oltiin erityisesti kiinnostuneita pelaamisen sosiaalisuudesta ja sen eri muodoista.

Tiedontuotannon toisessa vaiheessa aineisto kerättiin keväällä 2015. Siviilipalveluskeskuksen aineisto kerättiin paperisena kahdelta koulutuserältä (maaliskuun täydennyskoulutuserä ja huhtikuun koulutuserä). Oppilaitoksissa aineistonkeruu ajoittui maaliskuulle. Mukana olleista kuopiolaisista yläkouluista toisessa kysely kerättiin paperisena ja toisessa sähköisenä versiona Webropol-työkalun avulla. Samoin ammattiohjaajien vastaukset saatiin paperilla ja Mikkelin vastaukset sähköisesti.

## **Ammattilaiset**

Ammattilaisten ensimmäinen kyselyaineisto kerättiin vuoden 2012 syksyllä sekä 2013 alussa. Aineisto kerättiin pääsääntöisesti alueellisten verkostojen ja yhteistyökumppaneiden kautta Kuopion osahankkeen verkostoista, Tyynelän osahankkeen verkostoista (Mikkeli, Varkaus ja Savonlinna) Sovatek-säätiön osahankkeen kautta. Sovatek-säätiön osahankkeen aineiston keruu oli poikkeuksellisesti osin valtakunnallista. Aikalisä-toiminnassa mukana olevia Aikalisä-ohjaajia lähestyttiin koko Suomen alueella. Lähes koko aineisto koottiin sähköisessä muodossa Webropol-työkalun avulla. Ammattilaisten kyselyssä keskityttiin tarkastelemaan toisaalta työntekijöiden omaa kokemusta peleistä ja niihin liittyvistä asioista, toisaalta heidän näkemyksiään työnsä kohderyhmästä eli nuorista.

Ammattilaisten tiedontuotannon toinen vaihe keväällä 2015 jakautui kahteen osaan: ensimmäisessä vaiheessa teetettiin kysely, toisessa vaiheessa käytiin kolme ryhmäkeskustelua. Osallistujat olivat asiantuntijoita, joilla on kokemusta asiakastyöstä ongelmallisesti pelaavien parissa. Asiantuntijat rekrytoitiin kutsumenettelyllä. Valituille asiantuntijoille lähetettiin kysely, jonka vastaukset toimivat pohjana toisen vaiheen keskusteluille. Tavoitteena oli tuottaa tietoa, joka tarjoaa vastauksia nimenomaan ongelmallisen pelaamisen kysymyksiin ja nostaa esiin näihin liittyviä kehittämistarpeita. Ensimmäisen vaiheen kysely päättyi huhtikuun alussa 2015. Vastaukset saatiin kaikilta paneelin osallistujilta. Kyselyvastauksista laadittiin lyhyt yhteenveto, jonka pohjalta suunniteltiin paneelikeskustelujen kulku ja teemarunko. Yhteenveto lähetettiin keskusteluun osallistujille kutsun yhteydessä. Paneelikeskustelut järjestettiin huhtikuussa Kuopiossa ja toukokuussa Jyväskylässä ja Helsingissä. Keskustelut videoitiin, lisäksi äänitys varmistettiin yhdellä nauhurilla. Keskustelua ohjasi kaksi puheenjohtajaa, ja lisäksi mukana oli kolmas henkilö, jonka tehtävä oli huolehtia tekniikasta sekä kirjata huomioita keskusteluista.

## **Läheiset**

Vanhempien aineisto kerättiin 7. luokkien vanhempainillassa Leppävirralla ja 7. ja 8. luokkien vanhempainilloissa Savonlinnassa syksyllä 2013. Koulut valikoituivat keräyspaikoiksi Tyynelän osahankkeen verkostoista. Kysely toteutettiin informoituna paperikyselynä. Vastaajia pyydettiin vastaamaan pelaamista koskeviin kysymyksiin sen lapsen kannalta, jonka vanhempainiltaan he keräyshetkellä osallistuivat. Lapsen tarkkaa ikää tai sukupuolta ei kysytty.

Vuoden 2013 aikana läheisteemaa päätettiin laajentaa paljon pelaavien nuorten puolisojen kuulemiseen. Ensimmäinen puolisohaastattelu tehtiin marraskuussa 2013, kaksi seuraavaa joulukuussa 2014 ja viimeinen tammikuun alussa 2015. Pelaavien nuorten puolisojen löytäminen haastatteluihin osoittautui yllättävän haasteelliseksi, mutta lopulta tarvittavat neljä haastateltavaa saatiin mukaan yhteistyöverkostojen kautta. Teemahaastatteluina toteutettu tiedonkeruu keskittyi selvittämään puolisojen pelaamista: mitä pelataan ja kuinka paljon, kuinka pelaaminen näkyy perheen arjessa ja millainen merkitys pelaamisella pelaavalle puolisolalle on. Lisäksi kartoitettiin haastateltavien omaa suhdetta pelaamiseen.

## **Aineiston analyysi**

Kyselylomakkeet pitivät sisällään valinta-, monivalinta- sekä asteikkokysymyksiä sekä muutamia avoimia kysymyksiä. Kyselylomakkeet ovat raportin liitteenä.

Aineistot analysoitiin IBM SPSS Statistics 20.0 -ohjelmalla. Aineistoa analysoitiin kuvailemalla sitä suorien jakaumien (frekvenssit, prosentit, tunnusluvut, kuten esim. keskiarvo, keskihajonta, mediaani, moodi, minimi, maksimi) avulla. Muuttujien välisiä yhteyksiä tutkittiin ristiintaulukoinnin sekä sen yhteydessä tehtyjen  $\chi^2$ -testin, t-testin, varianssianalyysin ja korrelaatiotarkastelujen kautta.

Nuorten kyselyiden osalta ensimmäisen aineiston ja toisen aineiston tuloksia pyrittiin vertailemaan mahdollisuuksien mukaan keskenään, mikä huomioitiin jälkimmäisen aineiston käsittelyssä

analyysivaiheessa: niiltä osin kuin kyselyissä oli samoja teemoja/kysymyksiä, jälkimmäinen aineisto pyrittiin luokittelemaan ensimmäisen aineiston tavoin.

Nuorten pelaamista sekä siihen liittyviä kokemuksia ja haittoja tarkasteltiin kummankin kyselyaineiston analyysivaiheessa mm. sukupuolen, iän, opiskelupaikan sekä pelaamiseen käytetyn ajan mukaan. Sukupuolen, iän ja opiskelupaikan kautta tarkasteltiin myös rahapelaamista. Näissä tarkasteluissa sekä molempien nuorten aineistojen keskinäisessä vertailussa huomioitiin kuitenkin sekä aineistojen sisällölliset että keskinäiset eroavaisuudet. Aineistot poikkesivat jonkin verran toisistaan. Uusimmassa aineistossa esimerkiksi naisten ja ammattiopistossa opiskelevien osuus oli pieni, eikä lukiolaisia ollut uudemmassa aineistossa mukana lainkaan. Sen sijaan peruskoululaisten osuus oli uusimmassa aineistossa huomattavasti suurempi kuin ensimmäisessä.

Laadulliset aineistot (siviilipalvelusmiesten ja paljon pelaavien nuorten puolisoitten haastattelut) nauhoitettiin ja litteroitiin, ja aineistot analysoitiin teemoittelun periaatteita hyödyntämällä.

## 2. AINEISTOT

### Nuoret

Nuorten ensimmäiseen kyselyyn vastasi 732 nuorta. Heistä naisia oli 29 % (214) ja miehiä 71 % (516). Aineisto oli miesvaltainen johtuen siviilipalveluskeskuksen osa-aineistosta (n=318). Kun siviilipalveluskeskuksen aineisto jätettiin huomiotta, muista aineistonkeruun ympäristöistä saatujen vastausten sukupuolittainen jakauma oli tasainen: naisia 214, miehiä 199. Iältään vastaajat olivat keskimäärin 19-vuotiaita (mediaani 18 vuotta). Alle 18-vuotiaita aineistossa oli 44 % (324), täysi-ikäisiä 56 % (406). Näistä nuorista ammattiopistossa opiskeli 28 % (195), lukiossa 22 % (148), peruskoulussa 4 % (28), ja siviilipalvelusta oli suorittamassa 46 % (318).

Vuoden 2013 määrällistä aineistoa syventämään kerättiin haastatteluaineisto viideltä (5) siviilipalvelusta suorittavalta nuorelta, jotka olivat ns. paljon pelaavia nuoria. Miehet olivat iältään 19–25-vuotiaita, ja pelaamiseen käytetty aika vaihteli 14 tunnista yli 60 tuntiin viikossa.

Nuorten toiseen kyselyyn keväällä 2015 vastasi 792 nuorta. Heistä naisia oli 24 % (189) ja miehiä 76 % (594). Miesten osuutta nosti jälleen siviilipalveluskeskuksen osa-aineisto (n=297). Aineiston koko ilman siviilipalveluskeskuksen vastauksia oli 495. Näistä naisia oli 189 ja miehiä 297 eli sukupuolen osalta aineisto ei jakautunut ihan yhtä tasaisesti kuin ensimmäinen nuorten aineisto. Iältään vastaajat olivat keskimäärin 18-vuotiaita (mediaani 16 vuotta). Alle 18-vuotiaita oli aineistossa 59 % (467) ja täysi-ikäisiä 41 % (319). Peruskoulussa opiskeli 46 % (362), ammattiopistossa 17 % (130) ja siviilipalvelusta oli suorittamassa 38 % (296) vastaajista.

### Ammattilaiset

Pelituen ammattilaisten ensimmäiseen kyselyyn vastasi kaikkiaan 336 henkilöä. Heistä 77 % (256) oli naisia ja miehiä 23 % (77). Iältään vastaajat olivat keskimäärin 42-vuotiaita (mediaani 42 vuotta). Naisten keski-ikä oli hiukan alle 42 vuotta (mediaani 41 vuotta), miesten 44 vuotta (mediaani 46 vuotta). Kolme suurinta vastaajien ammattialaa olivat opetus, nuorisotyö ja sosiaalityö. Lisäksi mukana oli ammattilaisia mm. kunnallisesta lastensuojelusta, yksityisestä lastensuojelusta sekä perusterveydenhuollosta.

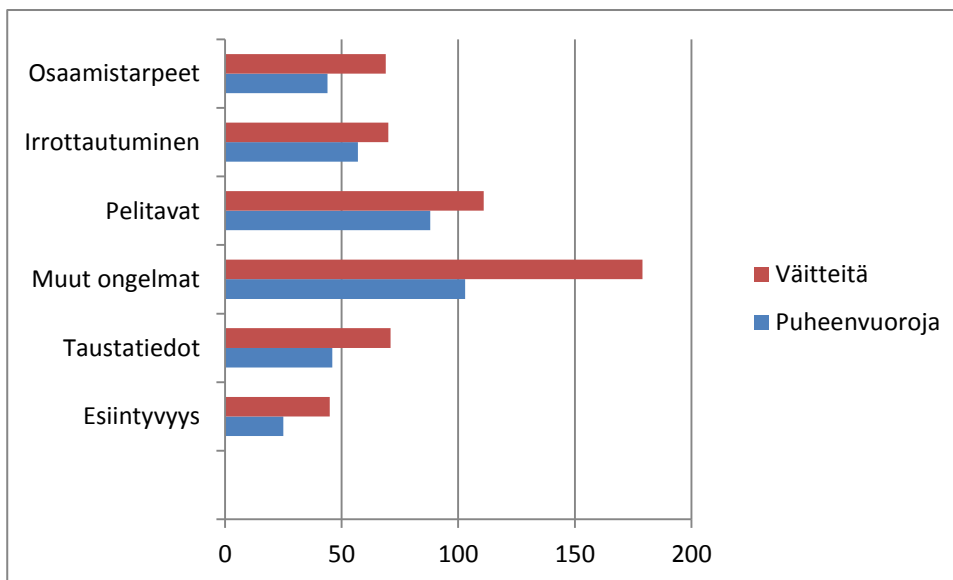
Pelituen asiantuntijaneelin näkemyksiä kokoava aineisto koostuu Webropol-kyselyn vastauksista ja kolmen ryhmäkeskustelun tallenteista (kaikki keskustelut on videoitu, nauhoitettu erikseen ja litteroitu). Aineiston hyödyntämistä ovat rajanneet Pelituki-hankkeen tavoitteet ja resurssit, eikä esim. ryhmäkeskusteluja ole analysoitu vuorovaikutuksen näkökulmasta tai tarkasteltu yksittäisten keskustelijoiden rooleja.

Asiantuntijapaneelin ensimmäisenä vaiheena toteutetussa kyselyssä (N=27) pyrittiin saamaan entistä selvempi käsitys asiakkaista, joille pelaaminen tai netinkäyttö on ongelma, täsmentämään käsitystä pelihaitoista ja eri pelien merkityksestä haittojen aiheuttajina sekä kartoittamaan panelistien koettua osaamista peliongelmiin ehkäisyssä, tunnistamisessa ja hoidossa. Peliongelmaisten asiakkaiden määrästä saatu tieto osoitti vastaajien työskentelevän hyvin erilaisissa paikoissa ja tehtävissä. Osalla ongelmallisesti pelaavia asiakkaita oli hyvin pieni osa kaikista asiakkaista; Peliklinikan kautta tavoitetut puolestaan työskentelivät pelkästään peliasiakkaiden kanssa. Toisaalta mukana oli asiantuntijoita, joiden työssä pelaaminen näkyi, mutta työn tavoite suuntautui kokonaisvaltaisempaan kuntoutukseen ja tukeen.

Ryhmäkeskusteluissa (N=19) pyrittiin syventämään kyselyjen vastauksia. Keskusteluissa oli kolme varsinaista teemaa: asiakkaat, (peli)haitat ja osaaminen. Asiakasteemassa pyrittiin täsmentämään käsitystä peliongelmiin esiintyvyydestä ja siitä, keitä ongelmallisesti pelaavat ovat. Haitat käsiteltiin kyselyn vastauksia pohjana käyttäen, ja tästä teemasta keskustelu jäi kaikilla paikkakunnilla lyhyeksi. Osaamisen kohdalla huomiota kiinnitettiin erityisesti siihen, missä ongelmalliseen pelaamiseen liittyvää osaamista tulisi olla (enemmän).

Keskustelujen analyysissa aineistoa tarkasteltiin kuuden teeman pohjalta. Nämä teemat olivat esiintyvyys, ikä ja sukupuoli, liitännäisongelmat, pelitavat, ongelmapelaamisesta irrottautuminen, ja osaamistarpeet. Teemojen tarkastelussa analyysiyksikköinä käytettiin ko. teemasta kertovia puheenvuoroja, ja puheenvuorojen sisältämiä väitteitä.

Puheenvuorojen ja väitteiden määrät kertovat, minkä verran kustakin teemasta on keskusteltu. Teemojen analyysissä esitetyt väitteet on luokiteltu, ja luokkien sisältämien väitteiden määrän ja laadun perusteella tehdään tulkintoja keskustelijoiden näkemyksistä ja sitä kautta ongelmallisesta pelaamisesta. Käsiteltyjä teemoja sisältäviä puheenvuoroja aineistossa oli yhteensä 363 ja väitteitä 545.



Kuvio 1. Puheenvuorot ja väitteet asiantuntijapaneelin keskusteluissa teemoittain.

### Läheiset

Vanhempien kyselyyn vastasi 223 henkilöä. Vastanneista naisia oli 73 % (162) ja miehiä 27 % (60). Iältään he olivat 31–67-vuotiaita. Vastanneiden keski-ikä oli 43 vuotta, samoin mediaani-ikä oli 43 vuotta. Pääsääntöisesti vastaajat elivät ydinperheissä (71 %). Kyselyssä vanhempien tuli arvioida yläkouluikäisten lastensa pelaamista, mutta 13–15-vuotiaiden lasten lisäksi perheissä oli myös muun ikäisiä lapsia, erityisesti nuorempia.

Läheisteemaa syventämään kerättiin haastatteluaineisto neljältä (4) paljon pelaavan nuoren puolisolta. Haastateltavat olivat iältään 19–29-vuotiaita, heidän puolisonsa 20–30-vuotiaita. Kaikki haastateltavat olivat naisia. Yhdelläkään pariskunnista ei ollut lapsia. Parisuhteet olivat kestäneet 2,5–6 vuotta ja kaikissa parisuhteissa pelaaminen oli ollut läsnä alusta saakka. Yksi haastateltavista oli itsekin aktiivinen pelaaja.

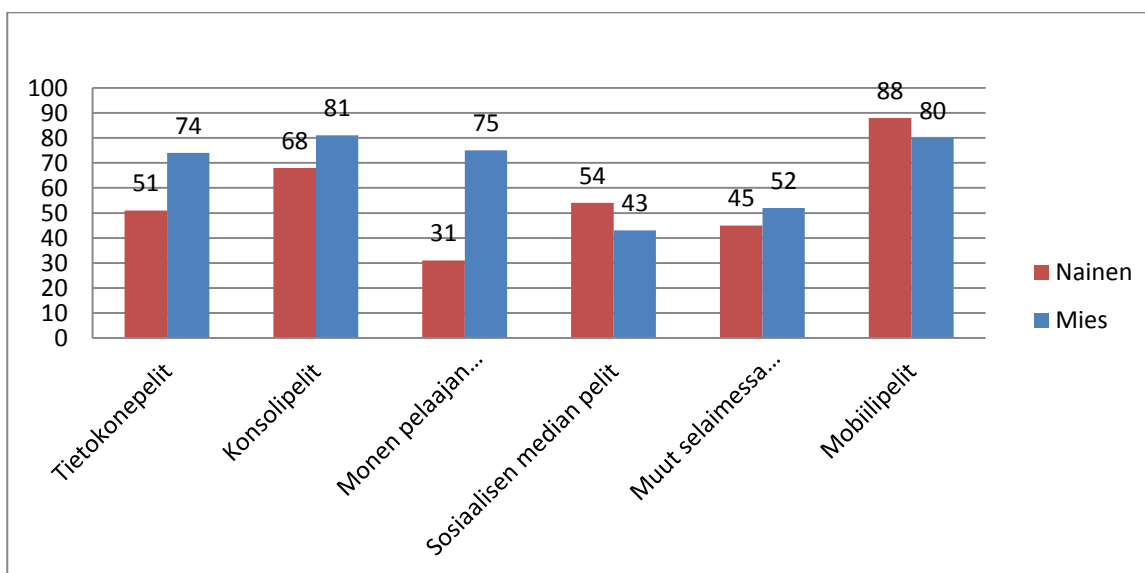
Kaiken kaikkiaan Pelituen kyselyihin on vastannut 1524 nuorta, 363 ammattilaista ja 223 vanhempaa. Syventäviin haastatteluihin on osallistunut 5 nuorta, 4 läheistä (puolisot) ja 19 ammattilaista (asiantuntijapaneeli).

### 3. NUORET

#### 3.1. Mitä pelataan?

Nuorilta kysyttiin, mitä pelityyppejä he pelaavat ja kuinka usein. Vuonna 2015 suosituimpia pelityyppejä olivat mobiililaitteiden pelit, konsolipelit, tietokonepelit ja monen pelaajan verkkopelit. Näistä pelityypeistä jokaista pelasi reilusti yli puolet vastaajista, mobiililaitteiden pelejä ilmoitti pelaavansa jopa 82 % kaikista vastaajista ainakin silloin tällöin. Päivittäisiä pelaajia oli eniten monen pelaajan verkkopeleissä (21 %) sekä mobiililaitteiden peleissä (20 %). Muiden pelien osalta päivittäisiä pelaajia oli melko vähän.

Naiset pelasivat eniten mobiilipelejä, konsolipelejä sekä sosiaalisen median pelejä. Myös tietokonepelejä pelasi ainakin silloin tällöin noin puolet naisista. Miesten suosiossa olivat konsolipelit, mobiilipelit sekä monen pelaajan verkkopelit. Myös tietokonepelejä ja muita selainpelejä pelasi yli puolet miehistä. Sukupuolittain tarkasteltuna suurin ero oli monen pelaajan verkkopeleissä, joka erottautui selkeimmin miesten peliksi. Myös konsoli- ja tietokonepelit olivat enemmän miesten suosimia pelejä. Sen sijaan naiset pelasivat miehiä enemmän sosiaalisen median pelejä sekä mobiilipelejä (kuvio 2).



Kuvio 2. Pelityypit sukupuolen mukaan

Sosiaalisen median pelit ja mobiililaitteiden pelit olivat selkeästi alle 18-vuotiaiden pelejä. Myös konsolipelejä alle 18-vuotiaat pelasivat hieman täysi-ikäisiä enemmän. Pelityypeistä yksikään ei noussut selkeästi täysi-ikäisten peliksi. Täysi-ikäisistä prosentuaalisesti hieman suurempi osa pelasi tietokonepelejä kuin alaikäisistä, mutta päivittäisiä pelaajia tässäkin pelityypissä oli enemmän alle 18-vuotiaiden ryhmässä.

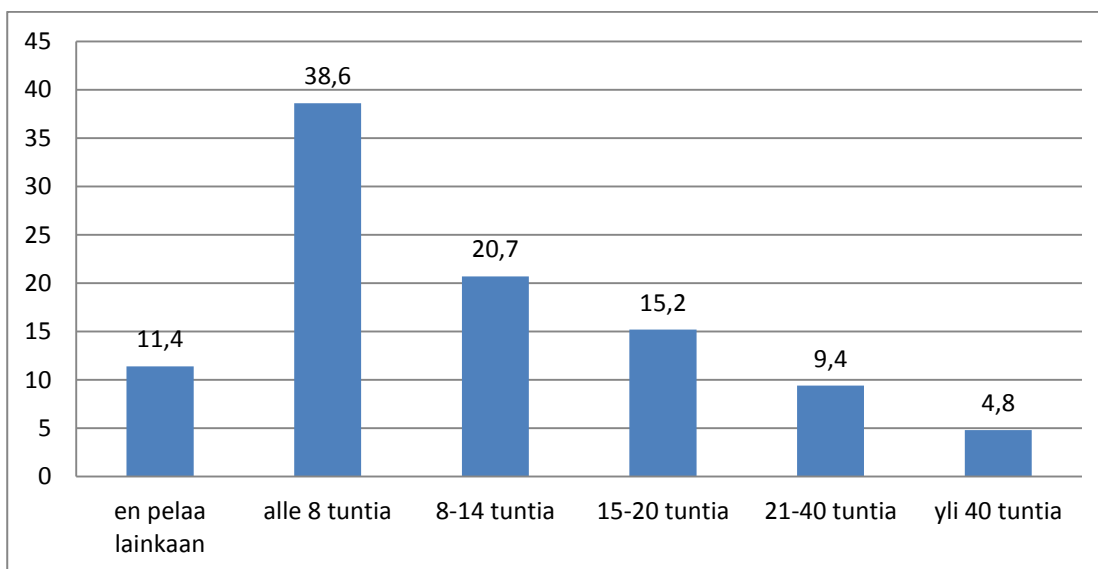


Sosiaalisen median pelejä ja mobiililaitteilla pelattavia pelejä pelattiin eniten peruskoulussa ja ammattiopistossa. Mobiilipelit olivat peruskoululaisten suosiossa erityisesti päivittäin pelattuna pelityypinä: niitä pelasi päivittäin noin 30 % peruskoululaisista, kun ammattiopistossa päivittäisiä pelaajia oli 17 % ja siviilipalveluksessa 8 %. Tietokonepelien ja monen pelaajan verkkopelien päivittäisiä pelaajia oli sitä vastoin eniten ammattiopisto-opiskelijoissa. Muutoin eri pelityyppien suosiossa ei ollut merkittäviä eroja opiskelupaikan mukaan tarkasteltuna.

Tässä nuorten kyselyssä pelityypit oli jaoteltu hieman eri tavoin kuin ensimmäisessä kyselyssä, mutta samat pelityypit kummassakin aineistoissa erottuivat naisten ja miesten suosimina peleinä, päivittäin pelattuina peleinä sekä alle 18-vuotiaiden suosimina peleinä.

### 3.2. Pelaamiseen käytetty aika

Vuoden 2015 kyselyyn vastanneet nuoret käyttivät pelaamiseen aikaa kohtuullisesti. Alle 15 tuntia viikossa pelaavia oli noin 67 prosenttia kaikista pelaajista. Vastanneista noin 11 prosenttia ilmoitti, etteivät he pelaa lainkaan. Noin 5 prosenttia vastaajista arvioi pelaavansa yli 40 tuntia viikossa (kuvio 3).



Kuvio 3. Pelaamiseen käytetty aika

Miehet pelasivat ajallisesti enemmän kuin naiset. Naisista reilusti yli puolet (57 %) ilmoitti pelaavansa alle 8 tuntia viikossa ja 19 prosenttia ilmoitti, ettei pelaa lainkaan. Miehistä 33 prosentilla pelaaminen jäi alle 8 tuntiin viikossa ja 9 prosenttia ilmoitti, ettei pelaa lainkaan. Naisista 2 prosenttia ja miehistä 6 prosenttia ilmoitti pelaavansa yli 40 tuntia viikossa.

Kun pelaamista tarkasteltiin alle 18-vuotiaiden ja täysi-ikäisten välillä, merkittäviä eroja pelaamiseen käytetyn ajan suhteen ei löytynyt. Paljon pelaavissa (21–40h ja yli 40h) täysi-ikäisten osuus oli prosentuaalisesti hieman suurempi, mutta erot eivät olleet tilastollisesti merkitseviä. Tarkempi ikäryhmien luokittelu toi eroja esiin jonkin verran: paljon pelaavissa oli eniten 18–20-vuotiaita nuoria aikuisia, kun kaikista nuorimpien ja kaikista vanhimpien vastaajien pelaaminen oli ajallisesti maltillisinta. Opiskelupaikan mukaan tarkasteltuna ajankäytössä ei löytynyt merkittäviä eroja.

Eri pelityypeillä oli myös yhteyttä ajankäyttöön. Erityisesti monen pelaajan verkkopelit ja tietokonepelit olivat pelejä, joissa paljon pelaavien määrät olivat suuria, kun taas sosiaalisen median peleissä sekä muissa selaimessa pelattavissa peleissä paljon pelaavia oli melko vähän.

Vuoden 2015 kyselyn tulokset pelaamiseen käytetyn ajan suhteen ovat monilta osin samankaltaisia kuin nuorten ensimmäisessä kyselyssä. Kaiken kaikkiaan pelaamiseen käytetään aikaa kohtuullisesti ja miehet pelaavat ajallisesti enemmän kuin naiset. Täysi-ikäiset käyttävät pelaamiseen aikaa hieman enemmän kuin alle 18-vuotiaat kummankin aineiston mukaan. Pelityypit oli jaoteltu aineistoissa

hieman eri tavoin, mutta monen pelaajan verkkopelit ja tietokonepelit nousivat kummassakin aineistossa peleiksi, joissa paljon pelaavien määrät olivat suuria. (Ensimmäisessä aineistossa tällaisia pelityyppejä olivat lisäksi internetistä ladattavat maksulliset pelit sekä rahapelit.) Tiettyjen pelityyppien aktiivisen pelaamisen voidaan päätellä tarkoittavan myös suurempaa ajallista panostusta pelaamiseen.

### **3.3. Motiivit, merkitykset ja kokemukset**

Pelituen tiedontuotannossa on haluttu selvittää nuorten pelaamisen motiiveja ja pelaamiselle annettuja merkityksiä. Ensimmäisessä kyselyssä motiiveja selvitettiin yksinkertaisesti kysymällä: Miksi pelaat? Merkityksiä puolestaan selvitettiin 33-osaisella väittämäpatteristolla. Vuoden 2015 kyselyssä nuorilta kysyttiin, millaisia kokemuksia heillä oli viimeisen 6 kuukauden aikana ollut pelaamiseen liittyen. Kokemuksia kartoitettiin 22-osioisella väittämäpatteristolla, johon sisältyi pääsääntöisesti samat väittämät kuin ensimmäisen kyselyn merkityksiä kartoittavaan osioon. Seuraavassa esitellään nuorten pelaamisen motiiveja ja pelaamiselle annettuja merkityksiä vuoden 2013 aineiston kautta ja pelaamiseen liittyviä kokemuksia vuoden 2015 aineiston kautta.

Nuoret kertoivat pelaavansa ensisijaisesti siksi, että pelaaminen on kivaa tekemistä, ja sen avulla on helppo kuluttaa aikaa. Nämä kaksi syytä esiintyivät aineistossa lähes koko vastaajajoukon yhteisenä kokemuksena. Harrastukseen pelaamisen ilmoitti 44 prosenttia nuorista, hiukan tätä suurempi joukko pelaa, koska se paikkaa tekemisen puutetta. Yksinäisyyden kompensointi näkyy motiiveissa 10 prosentilla vastaajista. Sukupuoli ja pelaamiseen käytetty aika nousivat lähes kaikkien motiivien osalta esille motiiveja erittelevänä muuttujana. Miesten kokemuksissa motiivit korostuivat naisia enemmän. Yksinäisyys tai tekemisen puute eivät kuitenkaan olleet yhteydessä sukupuoleen. Motiivien merkitys vaihteli myös pelaamiseen käytetyn ajan mukaan. Tekemisen puute oli motiiveista ainoa, johon pelaamisen tuntimäärillä ei näyttänyt olevan tilastollisesti merkitsevää yhteyttä, vaikka se prosentuaalisesti näkyikin enemmän yli 40 tuntia viikossa pelaavien vastauksissa. Erojen esiintymättömyys voidaan tulkita viestiksi siitä, että runsaasti aikaansa pelaamiseen käyttävät nuoret eivät pelaa sen vuoksi, ettei heillä olisi muuta tekemistä. Paljon pelaaminen on siten ainakin tämän aineiston valossa mahdollista nähdä valintana, ei olosuhteita kompensoivana tekemisenä.

Facebookin pelit ja kännykkäpelit nousivat esille erityisesti ajankuluna ja vastineena tekemisen puutteeseen. Ajan kulun ja tekemisen puutteen vuoksi pelataan muitakin pelejä, esimerkiksi yksin pelattavia tietokonepelejä, konsolipelejä ja ilmaisia selainpelejä. Pelaamisen sosiaaliset syyt, kaverit ja uudet ihmiset sekä uusien asioiden oppiminen olivat mukana yksin pelattavissa tietokonepeleissä, monen pelaajan verkkopeleissä ja internetin ladattavissa maksullisissa peleissä. Ikävien asioiden unohtamisen tai yksinäisyyden lieventämisen vuoksi pelataan lähes kaikkia pelityyppejä. Muut kuin Facebookin pelit ja kännykkäpelit toimivat jonkinasteisina ikävien asioiden pako- tai taukopaikkoina. Yksinäisyys näkyi pelaamisen syynä erityisesti yksin pelattavissa tietokonepeleissä, monen pelaajan verkkopeleissä ja ilmaisissa selainpeleissä.

Vuoden 2015 kyselyyn vastanneet nuoret kuvasivat pelaamistaan väittämien kautta monin tavoin. Pelaaminen on toimintaa, joka rentouttaa (45 %), jonka tarjoamasta fantasiasta ja tarinasta nautitaan (40 %), ja jolle asetetaan selkeitä tavoitteita (36 %). Pelaaminen koetaan myös piristävänä toimintana (35 %), ja usein pelaamisen aikana tehdään myös jotain muuta (35 %). Toisaalta osa vastaajista keskittyy usein vain pelimaailman tapahtumiin (29 %) ja nauttii sellaisten asioiden tekemisestä, joihin omat taidot tai rahat eivät tosielämässä riittäisi (27 %). Yli puolet vastaajista myös koki, että nykyinen pelaamiseen käytetty aika on heille riittävä. Yritykset vähentää pelaamista, pelaamisen ajattelu pitkin päivää, pelaamattomuudesta ärsyyntyminen sekä pelaamiseen liittyvät erimielisyydet läheisten kanssa olivat sen sijaan kokemuksia, joita kaiken kaikkiaan koettiin hyvin vähän. Tämä kertoo osaltaan pelaamiseen käytetyn ajan kohtuullisuudesta.

Pelien fantasiat ja tarinat sekä pelaamisen piristävä ja rentouttava vaikutus olivat merkityksellisiä kaikille vastaajille riippumatta sukupuolesta, iästä ja opiskelupaikasta tai siitä, kuinka kauan

pelaamiseen käytetään aikaa. Sitä vastoin pelaamisen tavoitteellisuus, pelimaailmaan keskittyminen sekä pelaaminen velvoitteita tauottavana ja paineita helpottavana tekemisenä korostuivat miesten ja paljon pelaavien vastauksissa. Myös täysi-ikäisille pelit merkitsivät aikaa ja paikkaa ilman ulkopuolisia paineita useammin kuin alle 18-vuotiaille. Paljon pelaavat ilmoittivat lisäksi seuraavansa mielellään toisten pelaamista ja pelaisivat itse vielä enemmän, jos ehtisivät, samoin kuin alle 18-vuotiaat vastaajat ja peruskoululaiset. Alle 18-vuotiaat ja peruskoululaiset sitä vastoin ilmoittivat useammin ärsyyntyvänsä, jos he eivät päässeet pelaamaan, ja heitä oli myös useammin kehoitettu vähentämään pelaamista.

Pelaamiseen liittyvien kokemusten väittämätteristosta väite ”pelien sisältämä väkivalta on harmitonta” keräsi paljon mainintoja kaikkien vastaajien osalta riippumatta sukupuolesta, iästä, opiskelupaikasta tai pelaamiseen käytetystä ajasta. Yli puolet (55 %) kaikista nuorista piti pelien sisältämää väkivalta harmittomana melko usein tai erittäin usein ja 71 prosenttia nuorista ainakin joskus. Haitallisimpana pelien väkivallan kokivat naiset ja alle 15 tuntia viikossa pelaavat nuoret, kummassakin ryhmässä hieman yli puolet vastaajista oli sitä mieltä.

Tietyt elementit peleissä ja pelaamisessa näyttäisivät olevan nuorille merkityksellisiä riippumatta sukupuolesta, iästä tai pelaamiseen käytetystä ajasta. Näissä nuorten aineistoissa kuitenkin sukupuoli ja pelaamiseen käytetty aika olivat niitä muuttujia, jotka määrittelivät voimakkaimmin pelaamiseen liittyviä kokemuksia.

### **3.3.1. Sosiaalisuus osana pelaamista**

Pelaamisen sosiaaliseen elementtiin keskityttiin nuorten 2013 aineistossa, jossa aihetta lähestyttiin useamman kysymyksen ja väittämän kautta. Vuoden 2013 aineiston mukaan hieman vajaa kolmannes nuorista pelasi kavereiden kanssa usein sekä kasvokkain että verkossa. Muiden pelaajien kanssa verkossa pelasi samansuuruinen joukko nuoria. Kavereiden kanssa pelaaminen oli suosittua molempien sukupuolten keskuudessa, mutta erityisesti miehet pelaavat usein kavereidensa kanssa yhdessä. Kaikenikäiset vastaajat pelasivat kavereiden kanssa, mutta usein näin tekevien osuus painottui täysi-ikäisiin vastaajiin.

Pelaaminen kavereiden kanssa verkon välityksellä oli tyypillistä etenkin miehille ja paljon pelaaville, erityisesti yli 40 tuntia viikossa pelaaville, joista jopa 80 % kertoi pelaavansa kavereiden kanssa verkon välityksellä. Muiden verkkopelaajien kanssa pelaavat vastaajat olivat samoin useammin miehiä ja paljon pelaavia. Tässäkin yhteydessä yli 40 tuntia viikossa pelaamiseen aikaa käyttävistä vastaajista 80 % ilmoitti pelaavansa muiden verkkopelaajien kanssa usein. Myös yksin pelaaminen oli melko suosittua riippumatta siitä, kuinka paljon pelaamiseen käytettiin aikaa. Mutta nekin nuoret, jotka kertoivat pelaavansa usein yksin, pelasivat myös kavereiden kanssa kasvokkain (91 %) ja verkon välityksellä (67 %) sekä muiden verkkopelaajien kanssa (70 %) ainakin joskus. Jonkun kanssa pelaaminen näyttäisi olevan yleisempää niiden vastaajien joukossa, jotka käyttävät pelaamiseen enemmän aikaa viikossa. Kavereiden kanssa kasvokkain pelasi noin viidennes alle 15 tuntia pelaamiseen viikossa käyttävistä nuorista, enemmän pelaavista noin puolet. Verkkovälitteinen sosiaalisuus näyttäisi kuvaavan paljon pelaavien vastaajien pelaamista.

Kyselyaineiston antamaa kuvaa täsmennettiin vuonna 2013 viidellä siviilipalvelusmiehen haastattelulla. Heistä kaikki olivat tai olivat lähimenneisyydessä olleet ns. paljon pelaavia nuoria, ja heidän avullaan pelaamisen sosiaalisuuden eri aspekteja oli mahdollisuus syventää. Yhteisölliseen tai sosiaaliseen pelaamiseen verkossa liittyy haastateltujen mukaan sosiaalisia rakenteita, sääntelyä, vaatimuksia ja merkityksenantoa, jotka helposti voivat jäädä pelejä tuntemattomalta huomaamatta. Tällaiset rakenteet korostuvat, mikäli pelaaminen on luonteeltaan tavoitteellista, kilpailullista, menestymiseen tähtäävää ja jos peliryhmä ei ole henkilökohtaisesti tuttu. Sen sijaan omista kavereista tai ”oikean elämän tutuista” koostuvissa porukoissa pelaamisen ja olemisen sääntelyä ei heidän mukaansa samalla tavalla ole olemassa.

Pelaaminen suhteutuu pelin luonteen, sen vaatiman sitoutumisen ja yhteisön mukaisesti. Pinnallisemman sosiaalisuuden pelistä on ehkä helpompi irrottautua kuin ns. massiivimoninpeleistä, jotka vaativat usein syvempää sitoutumista ja sen myötä myös laajamittaisempaa ajan käyttöä pelaamiseen. Erityisesti monen pelaajan verkkopeleissä ihmisten aikataulujen yhteensovittaminen, pelin ”loppumattomuus” sekä menestyksen tavoittelu vaativat pelaamiselta sitoutumista. Sitoutuminen näkyy haastateltujen pelaajien mukaan helposti isoina pelaamisen tuntimäärinä ja vuorokausirytmien muutoksina.

Jos irrottautuminen onkin hankalampaa ja vuorokausirytmien muutokset todennäköisempiä, monen pelaajan roolipeleissä sitoutuminen ryhmään on usein syvempää. Tämä näkyy tärkeinä sosiaalisina vuorovaikutussuhteina. Näissä peliyhteisöissä tapahtuu helpommin asioiden ja kokemusten jakamista, ystävyystymistä kuin pinnallisemman sosiaalisuuden peleissä – tiimeistä tai joukoista tulee itselle merkityksellisiä. Sosiaalisuus ei kuitenkaan pelkisty vain yhdessä toimimiseen verkon yli vaan miehet näkivät siinä muitakin puolia. Eräs haastatelluista oli sitä mieltä, että pelikiinnostuneisuudesta voi olla hyötyä uusiin ryhmiin tai yhteisöihin pääsemisessä myös koneiden ulkopuolella ja siksi pelaaminen on hyvä harrastus:

Jos on vaiks joku uus koulu tai jotain, niin jos pelaa, niin se on helppo löytää kavereita. Mulla kävi sillai lukiossa, mutta mä sain sieltä aika nopeeta kavereita, koska nekin pelas.  
(mies, 19 vuotta)

Peleistä puhuminen sekä niihin liittyvien kokemusten jakaminen ovat osa nuorten keskinäistä kanssakäymistä ja vuoropuhelua, myös pelien ulkopuolella. Yhden haastatellun mielestä myös yksinpelattavien pelien pelaaminen on yleensä aina jollakin tavalla sosiaalista:

Et harvoin yksinpeleihin nyt jää koukkuun, et yleensä se on sillä tavalla sosiaalista, että se on antoisaa just nimenomaan se, et sä pelaat jotain, etenet teet ratkaisuja ja sitten keskustelet seuraavana päivänä kaverin kanssa, että mitenäs sää olisit tehnyt ja että olen tässä menossa.  
(mies, 21 vuotta)

Haastatellut miehet olivat melko vahvasti sitä mieltä, että pelien sosiaalisuus on erityislaatuinen sosiaalisuuden muoto. Yhtäältä se on moninaista ja pelaajasta toiseen vaihtelevaa, vahvasti positiivisesti latautunut piirre pelaamisessa, joka motivoi, toisaalta siihen suhtauduttiin myös kriittisesti. Erään haastatellun mielestä pelatessa oppii huonosti sosiaalisuutta. Hänen mukaansa verkkososiaalisuus ylläpitää kontaktiverkkoa, mutta se ei kuitenkaan ole sama asia kuin kasvokkainen kanssakäyminen. Erityislaatuinen sosiaalisuus oli yksi niistä syistä, miksi haastatellut miehet suosittelisivat pelaamista lapsille ja nuorille vähän varoen. Pelaaminen nähtiin hyvänä juttuna, mutta sen kanssa pitää olla tarkkana.

Miesten kertomukset pelaamisesta, sen sosiaalisuuden erilaisista ulottuvuuksista, riskeistä ja haitoista loivat kuvaa siitä, että sosiaalisessa pelaamisessa ryhmät ja niihin kuuluminen ovat rakenteistettuja ja että pelaaminen saa ainakin osittain merkityksensä näistä ryhmäjäsenyyksistä. Pelaavien nuorten yhteisesti jaetut normit ja merkitykset, sekä henkilökohtaiset että kollektiiviset tavoitteet saattavat siten määritellä omaa elämää vahvemmin kuin esimerkiksi vanhempien, koulun tai muiden instituutioiden näkemykset nuoren ”parhaasta”.

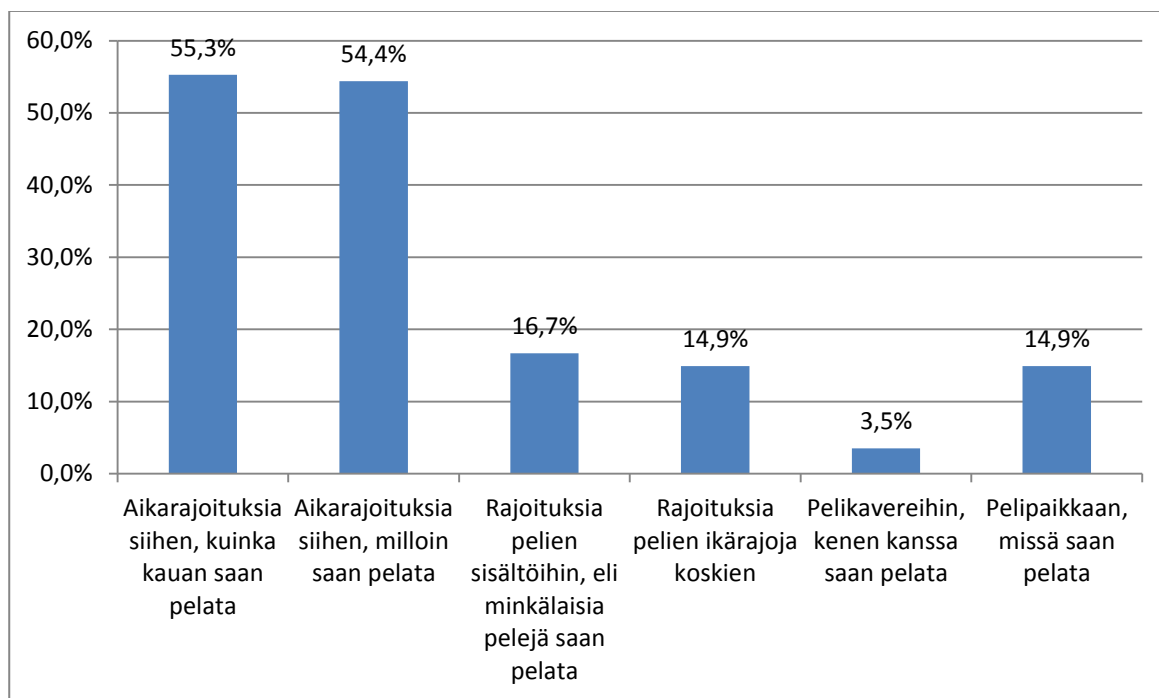
### **3.4. Pelaamisen sääntely**

Vuoden 2015 kyselyssä ei erikseen tarkasteltu pelaamisen rajaamista tai sääntelyä. Pelaamiseen liittyviä kokemuksia käsittelevässä väittämäpatteristossa oli kuitenkin väittämiä, jotka liittyivät toisaalta pelaamisen omaan sääntelyyn ja toisaalta ulkoapäin tulevaan sääntelyyn: pelasin kauemmin kuin suunnittelin, yritykseni vähentää pelaamista on epäonnistunut ja minua on kehoitettu vähentämään pelaamista.

Vastanneista noin 42 prosenttia kertoi ainakin joskus pelanneensa suunniteltua kauemmin, ja toistuvasti näin oli käynyt 16 prosentille vastaajista. Yritys vähentää pelaamista oli epäonnistunut noin 13 prosentilla nuorista, ja kehoituksia vähentää pelaamista oli saanut 24 prosenttia vastaajista, ainakin joskus. Pelaamiseen käytetty aika liittyi tässä pelaamisen sääntelyyn. Liian kauan pelaaminen, epäonnistuneet yritykset vähentää pelaamista ja kehoitukset vähentää pelaamista olivat tutumpia yli 40 tuntia viikossa pelaaville. Tosin niistäkin nuorista, jotka ilmoittivat pelaavansa alle 15 tuntia viikossa, noin kolmannes kertoi joskus pelanneensa suunniteltua kauemmin.

Sukupuolella ei ollut mainittavaa merkitystä pelaamisen sääntelyssä. Samoin iällä ja opiskelupaikalla oli yhteyttä pelaamiseen sääntelyyn ainoastaan yhden väittämän osalta: Alle 18-vuotiaita ja peruskoululaisia oli kehoitettu useammin vähentämään pelaamista kuin täysi-ikäisiä ja ammattiopistossa opiskelevia tai siviilipalvelusta suorittavia, mikä on toisaalta hyvin ymmärrettävää ajatellen esimerkiksi vanhempien taholta tulevaa sääntelyä.

Vuoden 2013 kyselyssä keskityttiin tarkemmin siihen, millaista sääntelyä tai rajoituksia pelaamiseen perheissä on. Nuorista noin 18 prosenttia ilmoitti, että heillä on sääntöjä tai rajoituksia pelaamiseen. Aikaan liittyvät rajoitteet näyttivät olevan ylivoimaisesti käytetyimpiä nuorten arjessa. Sekä aikarajoitukset pelaamiseen käytettyyn aikaan että pelaamisen ajankohtaan liittyen olivat tuttuja yli puolelle niistä vastanneista, joilla sääntöjä oli. Pelisisällöt, ikäraajat sekä pelipaikat olivat säänneltyjä noin 15 prosentilla nuorista. Pelaamisen sosiaalista ympäristöä säädeltiin nuorten kertoman mukaan vähemmän (kuvio 4).



Kuvio 4. Pelaamisen rajoitukset

Nuorten mielestä paras tapa pitää pelaamiseen liittyvät vaikeudet kurissa ovat terveellisestä arjen rytmistä kiinnipitäminen, sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen, säännölliset muut harrastukset sekä kiinnostuksen suuntaaminen muihin asioihin. Pelaamiseen liittyvä hallinnan taito koostuu hyvin yksinkertaisista asioista: ruoka, liikunta, lepo, ystävät sekä monipuolinen harrastaminen ja tekeminen tuovat tasapainoa elämään eikä pelaaminen valtaa siitä liikaa tilaa. Maininnan arvoista on huomata, että varsinaiseen pelaamiseen, pelilaitteisiin ja peleihin liittyvä sääntely olivat vain vähän mainittuja keinoja pelaamisen hallinnassa. Pelaamisen hallinta tuli esille ensisijaisesti arjen hallintana.

Tiedot siitä, kuka tai ketkä nuorten mielestä pelaamiseen erilaisin rajoituksin puuttuvat, selventävät edellä esitettyä sääntelyn kuvaa. Lähes 90 prosenttia kaikista nuorista oli sitä mieltä, että he itse

toimivat pelaamisensa säätelijöinä. Äidit toimivat puuttujina 13 % kohdalla, isät rajoittavat pelaamista noin 10 prosentilla vastaajista. Kavereiden osuus oli noin 3 % ja sisarusten 2 %.

Pelaaminen määrittyi nuorten kertomassa vahvasti itsesääteilyyn nojautuvaksi tekemiseksi. Oman pelaamisen sääteily korostui jonkin verran enemmän naisilla kuin miehillä, alle 15 tuntia pelaavilla sekä 19 vuotta täyttäneillä ja sitä vanhemmilla vastaajilla.

Näkemyksiä siitä, että pelaamisen hallinta on mahdollista pitää omassa käsissä, tuntui olevan nuorille selvä juttu. Itsenäisyys tässä suhteessa on selitettävissä osittain sillä, että kyselyn vastaajajoukko oli pääsääntöisesti nuorista aikuisista koostuva, jolloin on oletettavaa, että esimerkiksi vanhempien rooli tai ylipäätään selvien sääntöjen olemassaolo ovat vähäisemmät. Itsenäistyminen koskee koko elämänsäkirjoa, myös pelaamista. Tätä näkemystä tuki myös nuorten miesten haastatteluaineisto. Jokainen viidestä haastateltavasta otti tavalla tai toisella kantaa siihen, millaiset asiat olivat edesauttaneet heidän kohdallaan pelaamisen ja muiden asioiden yhteensovittamista. Kaikkia miehiä yhdistävänä tekijänä oli mahdollista tunnistaa jonkinlaisen itsesääteilytaidon olemassa olo. Miehet kuvasivat taitoa muun muassa itsensä kuuntelemisena ja siihen reagoimisena:

V: Et ihan automaattisesti on tullut semmonen fiilis, että nyt mä meen ulos.

E: No, mistä sä tunnistat sen, että nyt riittää, nyt mä olen istunut tässä ihan tarpeeksi kauan. Mistä se tulee se fiilis, et nyt pitää lopettaa?

V: Vaikee kysymys, siis se on se fiilis, että nyt mä menen tekemään jotain muuta.  
(mies, 19 vuotta)

Itsesääteily tarkoitti näillä miehillä elämän monipuolisuudesta huolta pitämistä. Toisinaan se saattoi tarkoittaa vastahakoistakin luopumista pelaamisesta tietyllä hetkellä esimerkiksi kavereiden vuoksi. Itsesääteilytaidojen lisäksi sosiaalisuus vaikutti merkitykselliseltä: kaikilla haastatelluilla oli olemassa verkon ulkopuolinen kaveripiiri – osalla nämäkin kaverit pelaavat, osalla ei, mutta heidän kanssaan on paljon yhteistä toimintaa myös verkon ulkopuolella.

Oman toiminnan sääteily oli vaatinut opettelemista ja oppimista. Haastatellut poikkesivat toisistaan siinä, että toisilla oli aiemmin ollut vanhempien asettamia aikarajoituksia pelaamiselle, toisilla ei. Lähtökohtaisesti he ajattelivat, että nuorten elämän sosiaalisia rakenteita huomioimaton puuttuminen tai vaikuttamispyrkimykset eivät tuota toivottua tulosta. Haastateltujen mukaan puuttumisen keinoin pitäisi ensisijaisesti lukea kiinnostus lapsen ja nuoren tekemisiin sekä kiinnostus pyrkiä aitoon vuoropuheluun pelaamisesta, sen tilasta ja mahdollisista säännöistä. Nämä edellyttävät puuttujilta myös halukkuutta tutustua peleihin, niiden luonteeseen ja niiden toimintalogiikoihin, ainakin jossain määrin. Erilaiset rajoitteet nähtiin hyvänä, jos niiden asettamisen taustalla on yhteinen keskustelu peleistä, pelaamisesta ja pelaamisen ajoittamisesta siten, että rajoitteiden asettamisessa huomioidaan sekä nuori että pelikonteksti.

Siinä pitäis varmaan vähän neuvotella, kun yleensäkin se, mitä vanhemmat ei tajua, kun siinä on semmosia ajanjaksoja, milloin sun periaatteessa pitää pelata ja sitten ajanjaksoja, milloin sun ei ole pakko pelata. Ne ajanjaksot, milloin sun pitää pelata, on ne, milloin muutkin pelaa. Ei silloin jos joku äiti tulee siihen mormottaan, että ruotsin koe on huomenna, niin se on ihan yhtä tyhjän kanssa. Et silloin kun pitää pelata, niin silloin pelataan. Mut sitten taas siellä on myös paljon sitä aikaa, milloin ei tarvii [pelata], että siihen varmaan löytyis semmoinen neuvottelumahdollisuus siihen aikaan.

(mies, 21 vuotta)

Verkossa ja peleissä sijaitsevat sosiaaliset suhteet ovat nuorille tärkeitä, niitä vaalitaan ja pyritään ylläpitämään. Ainakin näiden haastatteluiden perusteella suhteissa oli nähtävissä samankaltaisia elementtejä kuin nuorten ryhmissä yleensä. Sovituista asioista halutaan pitää kiinni ja oma rooli ryhmän jäsenenä koetaan tärkeäksi. Tästä syystä paitsi pelien myös vuorovaikutussuhteiden rakenteiden ymmärrys on tärkeää kun pohditaan pelaamiseen vaikuttamista. Pelaamiseen

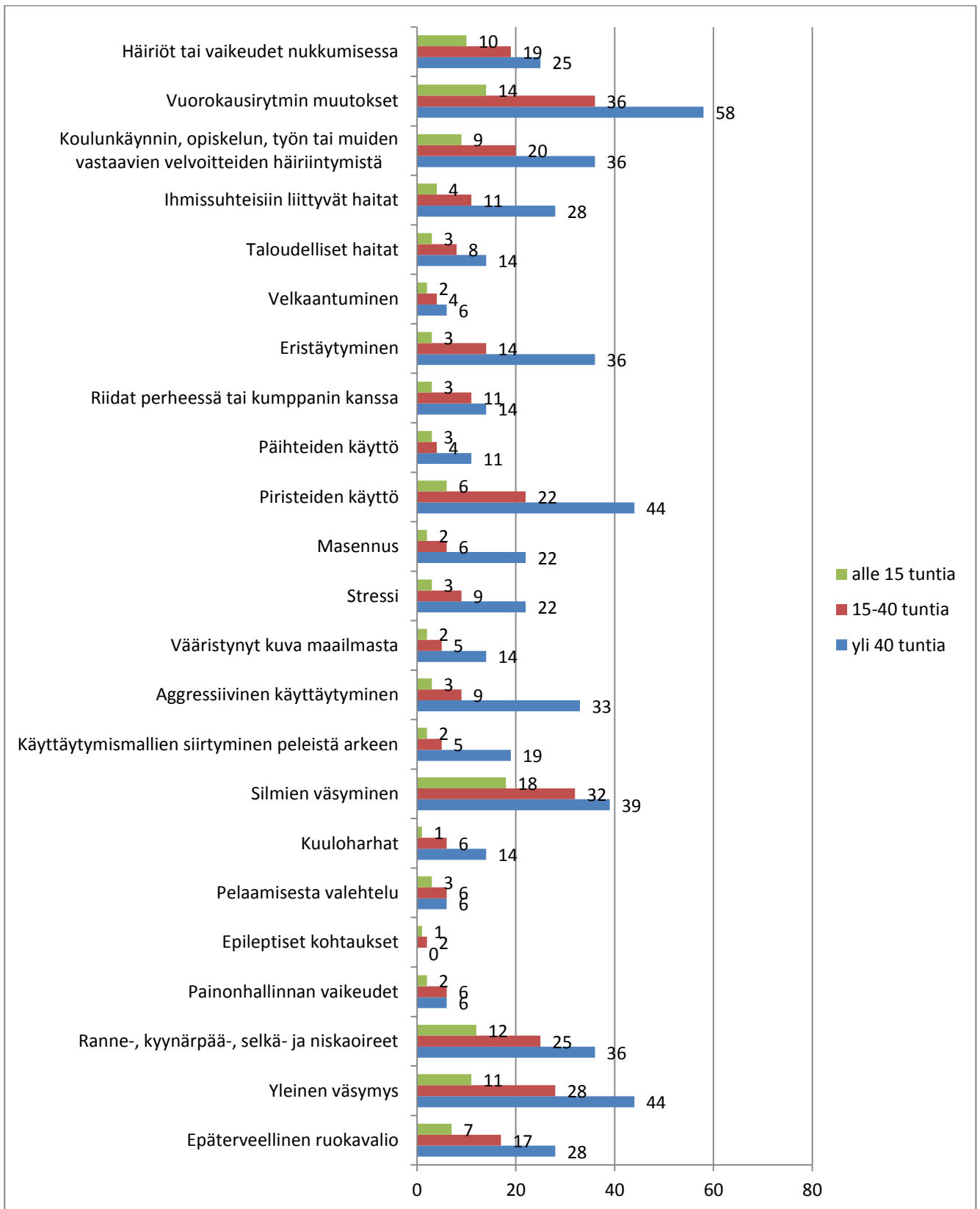
puuttuminen saattaa nuoren näkökulmasta vaarantaa jotakin hänen arvostamistaan asioista: se voi merkitä esimerkiksi itselle merkityksellisistä ihmisistä irtautumista tai tärkeästä ryhmästä eroamista, tai tavoitteista luopumista.

### **3.5. Pelihaitat**

Nuoret kokivat haittoja melko vähän. Silmien väsyminen ja vuorokausirytmien muutokset olivat kaikista yleisimpiä haittoja, niitä koki 22 prosenttia vastaajista ainakin joskus. Seuraavaksi yleisimpinä haittoina raportoitiin yleisestä väsymyksestä (17 %), ranne-, kyynärpää-, selkä- ja niskaoireista (16 %), häiriöistä tai vaikeuksista nukkumisessa (13 %) sekä velvoitteiden hoitamisen häiriintymisestä (13 %). Piristeitä ilmoitti käyttävänsä 12 % vastaajista ainakin joskus. Sen sijaan esimerkiksi velkaantumista ja taloudellisia haittoja, vääristynyttä kuvaa maailmasta, masennusta ja päihteidenkäyttöä koettiin hyvin vähän. Myöskään painonhallinnan vaikeuksista ei juuri raportoitu. Toistuvina kokemuksina eniten mainintoja saivat vuorokausirytmien muutokset (8 %), silmien väsyminen (6 %), yleinen väsymys (5 %) sekä ranne-, kyynärpää-, selkä- ja niskaoireet (5 %). Toisin sanoen haitat painoutuivat fyysisiin ja arjenhallintaan liittyviin haittoihin psyykkisten ja sosiaalisten haittojen jäädessä taka-alalle.

Osa haitoista painottui hieman enemmän miesten kokemiksi (mm. vuorokausirytmien muutokset, piristeiden käyttö ja epäterveellinen ruokavalio), mutta useimpien haittojen osalta ei sukupuolten välillä ollut tilastollisesti merkitseviä eroja. Alle 18-vuotiaat raportoivat jonkin verran enemmän haitoista kuin täysi-ikäiset, mutta iän ja opiskelupaikan mukaan tarkasteltuna ei haittakokemuksissa kaiken kaikkiaan ollut merkittäviä eroja. Muun muassa yleisestä väsymyksestä ja pelaamisesta valehtelusta raportoivat enemmän alle 18-vuotiaat ja peruskoululaiset, kun vuorokausirytmien muutokset sekä ranne- yms. vaivat painoutuivat enemmän täysi-ikäisten kokemina haittoina.

Pelaamiseen käytetyllä ajalla oli sitä vastoin yhteyttä useimpiin haittakokemuksiin. Haittoja kokivat kaiken kaikkiaan enemmän paljon pelaavat, erityisesti yli 40 tuntia viikossa pelaavat. Haittakokemuksia kuitenkin näkyi jo vähemmän pelaavillakin nuorilla (kuvio 5).



Kuvio 5. Koettujen haittojen prosenttiosuudet pelaamiseen käytetyn ajan mukaan

Eri pelityypit olivat myös yhteydessä nuorten haittakokemuksiin. Useimpia haittoja raportoivat monen pelaajan verkkopelejä pelaavat (18 haittaa) ja muita selaimessa pelattavia pelejä pelaavat (12 haittaa). Sosiaalisen median peleihin yhdistyi 6 haittaa, tietokonepeleihin 5 haittaa ja konsolipeleihin yhdistyi 4 haittaa. Mobiilipeleihin yhdistyi vähiten haittoja, lähinnä vuorokausirytmien muutokset ja silmien väsyminen. Vuorokausirytmien muutokset, velvoitteiden häiriintyminen, silmien väsyminen, yleinen väsymys ja piristeiden käyttö olivat yleisimpiä eri pelityyppeihin liittyviä haittoja, kun taas



epileptiset kohtaukset ja käyttäytymismallien siirtyminen peleistä arkeen olivat haittoja, jotka eivät liittyneet yhteenkään pelityyppiin. Haitat näyttivät painottuvan niihin pelityyppeihin, joiden pelaaminen vaatii enemmän paneutumista ja aikaa.

Pelihaittojen yhteydessä nuorilta kysyttiin myös, onko heidän kaveripiirissään sellaisia henkilöitä, jotka pelaavat liikaa. Vastaajista 54 prosenttia kertoi kaveripiiriinsä kuuluvan yhden tai useamman tällaisen henkilön. Naisista 28 prosentilla ja miehistä 62 prosentilla oli yksi tai useampi liikaa pelaava kaveri. Miehistä 47 prosentilla oli useita liikaa pelaavia kavereita, kun naisista vain 14 prosentilla. Täysi-ikäisten sekä ammattiopistossa opiskelevien ja siviilipalvelustaan suorittavien kaveripiireissä oli huomattavasti enemmän useita paljon pelaavia kavereita kuin alle 18-vuotiaiden ja peruskoululaisten kaveripiireissä.

Vuoden 2015 kyselyn tulokset poikkeavat jonkin verran haittakokemusten osalta edellisen kyselyn tuloksista. Aiemmassa aineistossa haitat määrittyivät pääsääntöisesti miesten kokemuksiksi ja ne painottuivat vanhempiin ikäryhmiin 19-vuotiaista ylöspäin. Tuolloin myös asevelvollisuutta suorittavat nuoret ja joissain tapauksissa myös ammattiopistossa opiskelevat nuoret raportoivat haittoista enemmän kuin peruskoululaiset ja lukiolaiset. Uusimmassa aineistossa merkittävimmät erot löytyivät ainoastaan pelaamiseen käytetyn ajan mukaan tarkasteltuna, ja siltä olin tulokset olivat aineistojen välillä yhteneväiset: haitat painottuivat paljon pelaavien kokemuksiksi, erityisesti yli 40 tuntia viikossa pelaavien. Tosin haittoja kokivat myös vähemmän pelaavat kummassakin aineistossa.

Ensimmäisessä kyselyssä pelityypit oli jaoteltu eri tavoin kuin uudemmassa kyselyssä ja tuolloin rahapelit sisältyivät luokitukseen, joten pelihaittojen ja pelityyppien yhteyksien vertailu suoraan aineistojen välillä oli osittain hankalaa. Muun muassa monen pelaajan verkkopelit nousivat kuitenkin kummassakin aineistossa esiin pelihaittoihin yhdistyväinä pelityyppinä.

### **3.6. Nuorten rahapelaaminen**

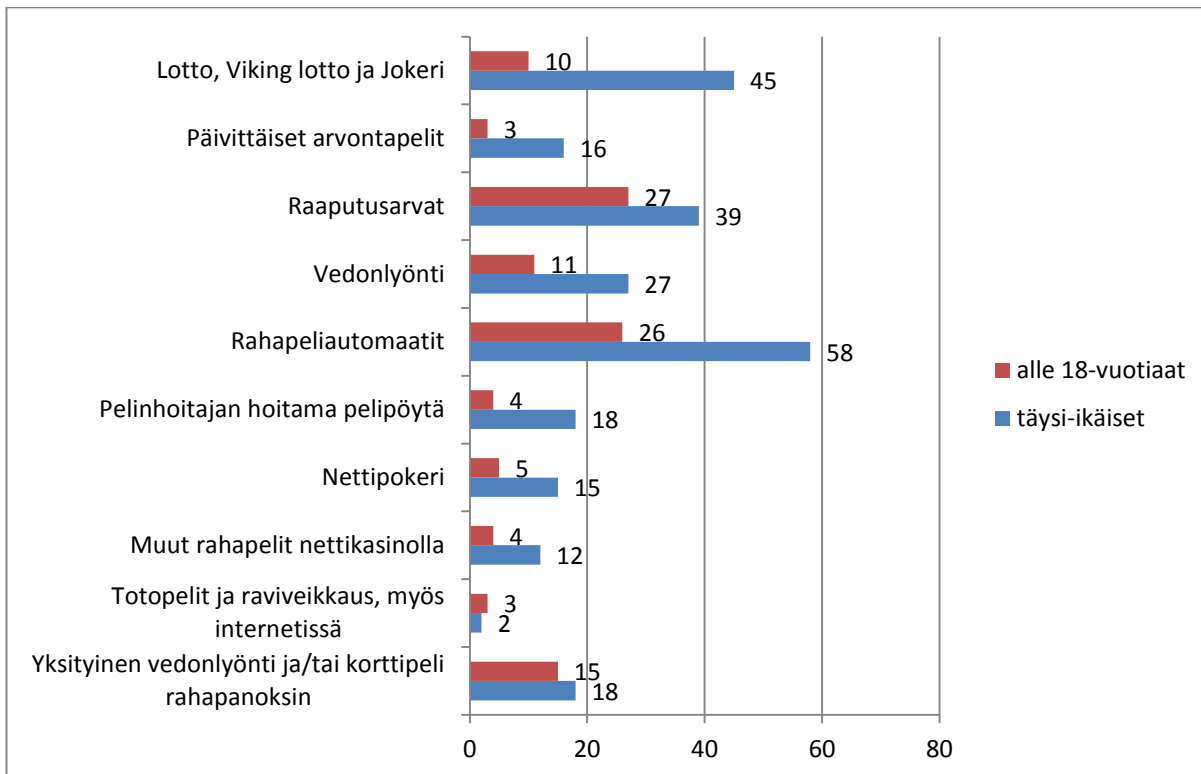
Vuoden 2015 kyselyssä keskityttiin ensimmäistä kyselyä enemmän nuorten rahapelaamiseen. Kyselyssä kartoitettiin suosituimpia rahapelityyppejä, kuinka usein niitä pelataan ja kuinka paljon rahaa pelaamiseen käytetään viikossa. Lisäksi nuorilta kysyttiin, ovatko he tunteneet tarvetta käyttää pelaamiseen yhä enemmän rahaa, ovatko he joutuneet valehtelemaan kavereilleen tai läheisilleen rahapelaamisestaan ja kuuluuko heidän kaveripiiriinsä rahapelejä pelaavia henkilöitä.

Kaikista nuorista 58 prosenttia ilmoitti pelaavansa ainakin jotain rahapeliä. Suosituinta oli pelaaminen rahapeliautomaateilla: nuorista 39 % pelasi niitä ainakin silloin tällöin. Raaputusarpoja raaputti 32 % nuorista ainakin silloin tällöin ja Lottoa, Viking lottoa ja Jokeria pelasi 24 %. Vähiten pelattiin totopelejä ja raviveikkausta: vain 3 % nuorista pelasi näitä vähintään silloin tällöin. Päivittäisiä rahapelaajia ei nuorten joukossa juuri ollut. Lottopelejä, raaputusarpoja ja nettikasinolla pelattavia muita rahapelejä ei pelattu lainkaan päivittäin, muissa rahapeleissä päivittäisiä pelaajia oli noin prosentin verran vastaajista.

Yleisesti ottaen rahapelaaminen oli miesten juttu. Kaikista nuorista oli 8 prosenttia rahapelejä pelaavia naisia ja 49 prosenttia rahapelejä pelaavia miehiä. Rahapelejä pelaavista nuorista oli naisia 14 prosenttia ja miehiä 86 prosenttia. Kaikista naisista noin kolmannes (33 %) ilmoitti pelaavansa rahapelejä. Miehistä vastaavasti reilusti yli puolet (65 %) kertoi pelaavansa rahapelejä. Kuusi miestä ilmoitti pelaavansa jokaista rahapelityyppiä ainakin silloin tällöin.

Miehistä lähes puolet (47 %) ilmoitti pelaavansa raha-automaateilla ainakin silloin tällöin. Hyvänä kakkosena tulivat raaputusarvat (44 %) ja kolmantena Lotto-pelit (31 %). Naisten osalta suosituin pelimuoto olivat raaputusarvat (27 %), toiseksi suosituin rahapeliautomaatit (14 %) ja kolmanneksi suosituin yksityinen vedonlyönti ja/tai korttipeli rahapanoksin (10 %). Täysi-ikäisten vastaajien suosiossa olivat rahapeliautomaatit, lottopelit ja raaputusarvat. Alle 18-vuotiaiden keskuudessa

suosituimmat rahapelit olivat raaputusarvat, rahapeliautomaatit sekä yksityinen vedonlyönti ja/tai korttipeli rahapanoksin (kuvio 6).



Kuvio 6. Rahapelien pelaaminen ikäryhmittäin

Siviilipalvelusta suorittavat nuoret pelasivat kaiken kaikkiaan enemmän rahapelejä kuin peruskoululaiset ja ammattiopistossa opiskelevat.

Rahaa pelaamiseen ilmoitti käyttävänsä 35 prosenttia vastaajista. Rahaa käytettiin pelaamiseen kuitenkin maltilla. Kaikista vastaajista 24 prosenttia ilmoitti käyttävänsä alle 6 euroa viikossa pelaamiseen, rahapelejä pelaavista niin ikään suurin osa (41 %) käytti pelaamiseen rahaa tämän verran. Yli 21 euroa viikossa pelaamiseen kului vain yhdellä prosentilla kaikista vastaajista ja 2 prosentilla rahapelejä pelaavista nuorista.

Miehet ja täysi-ikäiset käyttivät pelaamiseen enemmän rahaa kuin naiset ja alle 18-vuotiaat, mutta alle 18-vuotiaistakin noin 20 prosenttia ilmoitti käyttävänsä rahaa pelaamiseen. Miehet ja täysi-ikäiset käyttivät rahaa pelaamiseen kuitenkin kohtuudella, suurin osa kummassakin ryhmässä alle 6 euroa viikossa. Myös alaikäisten rahankäyttö jäi pääsääntöisesti alle 6 euroon viikossa. Rahallisesti paljon pelaavia (yli 21 euroa viikossa) oli aineistossa vain vähän ja heistäkin suurin osa 30-vuotiaiden ja sitä vanhempien ikäryhmässä. Myös opiskelupaikan mukaan tarkasteltuna rahankäyttö jäi kaikissa ryhmissä pääsääntöisesti alle 6 euroon viikossa. Tätä enemmän rahaa käyttävät olivat lähinnä ammattiopiston ja siviilipalvelukeskuksen nuoria.

Rahapelaamisen yhteydessä nuorilta kysyttiin myös, olivatko he koskaan kokeneet tarvetta käyttää yhä enemmän rahaa pelaamiseen. Suurimmalla osalla nuorista ei ollut ollut tällaista tarvetta: noin 11 prosenttia vastaajista kertoi haluavansa käyttää enemmän rahaa pelaamiseen. Naisista näin raportoi 3 prosenttia ja miehistä 14 prosenttia. Alle 18-vuotiaista 10 prosenttia ja täysi-ikäisistä 13 prosenttia oli tuntenut tarvetta runsaampaan rahankäyttöön. Sen sijaan paljon rahaa käyttävistä nuorista suurin osa olisi halunnut käyttää pelaamiseen vielä enemmän rahaa: 12–21 euroa viikossa pelaavista 57 prosenttia ja yli 21 euroa viikossa pelaavista 55 prosenttia raportoi näin. Heistä, jotka käyttivät rahaa pelaamiseen alle 6 euroa viikossa, noin 14 prosenttia halusi käyttää enemmän.

Nuorista noin 9 prosenttia kertoi joskus valehdelleen läheisilleen tai kavereilleen siitä, kuinka paljon pelaa. Naisista näin oli tehnyt 5 % ja miehistä 11 %. Alle 18-vuotiaat ja peruskoululaiset olivat valehdelleet hieman täysi-ikäisiä ja muualla opiskelevia useammin, mutta erot eivät olleet tilastollisesti merkitseviä. Rahankäytön mukaan tarkasteltuna enemmän rahaa käyttävät olivat myös valehdelleet useammin: 12–21 euroa käyttävistä 38 prosenttia oli valehdellut joskus pelaamisestaan ja yli 21 euroa viikossa käyttävistä 36 prosenttia, kun alle 6 euroa viikossa käyttävistä vain noin 7 prosenttia oli valehdellut pelaamisestaan.

Nuorilta kysyttiin myös, onko heidän kaveripiirissään rahapelejä pelaavia henkilöitä. Vastaajista 39 prosentilla oli useita tällaisia kavereita, miesten kaveripiirissä huomattavasti enemmän kuin naisten. Täysi-ikäisten sekä ammattiopistossa opiskelevien ja siviilipalvelusta suorittavien kavereissa oli samoin enemmän rahapelejä pelaavia henkilöitä kuin alaikäisten ja peruskoululaisten kavereissa. Alle 18-vuotiaistakin kuitenkin 27 prosenttia kertoi tuntevansa useita rahapelejä pelaavia henkilöitä. Enemmän rahaa käyttävät myös tunsivat enemmän rahapelejä pelaavia kavereita kuin vähemmän rahaa käyttävät.

Vuoden 2013 kyselyssä tarkasteltiin myös rahapelaamista, mutta lisäksi myös sitä, mihin rahaa ylipäättään käytettiin. Rahankäyttö ei ollut kovin laajamittaista tuossakaan aineistossa, iso osa nuorista ei oman kertomansa mukaan käyttänyt rahaa peleihin tai pelaamiseen lainkaan. Pelien hankinta oli rahankäyttökohteista yleisin, hiukan reilu neljännes kertoi ostavansa pelejä. Rahapeleihin rahaa käytti 23 prosenttia vastanneista. Miehet käyttivät kautta linjan rahaa pelaamiseen naisia enemmän. Lisäksi aineiston jo 18 vuotta täyttäneet vastaajat käyttivät rahaa nuorempia laajemmin pelien hankintaan, verkkopelien maksuihin sekä rahapeleihin. Noin 11 prosenttia alle 18 vuotiaista vastaajista kertoi käyttävänsä rahaa rahapeleihin. Rahapeleihin rahaa käyttivät kuukausittain tässä aineistossa erityisesti asepalvelustaan suorittavat nuoret sekä ammattiopistossa opiskelevat nuoret.

Uusimmassa aineistossa mielenkiintoista oli se, että 58 prosenttia nuorista pelasi rahapelejä, mutta vain 35 prosenttia ilmoitti käyttävänsä rahaa pelaamiseen. Rahankäytön ja rahapelien pelaamisen välinen ristiriita havaittiin jo aineistonsyöttövaiheessa, kun huomattiin että monet niistä nuorista, jotka ilmoittivat, etteivät käytä rahaa pelaamiseen, olivat aiemmassa vaiheessa kuitenkin kertoneet pelaavansa joitakin rahapelejä. Kyselylomakkeessa ei suoraan kysytty ”Pelaatko rahapelejä?”, mitä näin jälkikäteen ajateltuna olisi ollut hyvä kysyä erillisellä kysymyksellä. Rahapelaajien määrä on selvitetty rahapelityyppejä käsittelevästä kysymyksestä järjestämällä aineisto kyllä/ei-vastusten mukaan tilastollisin menetelmin ja tarkistettu siten.

Myöskään sitä aineisto ei kerro, kenen rahalla alaikäiset pelaavat. Ostavatko esimerkiksi vanhemmat lapsilleen raaputusarpoja tai piipahtavatko lapset vanhempiensa seurassa lähikaupan tai huoltoaseman peliautomaateilla? Toisaalta jotkut vastaajat olivat kertoneet käyttävänsä rahaa pelaamiseen, mutta rahapelityyppejä kartoittavan kysymyksen kohdalla eivät ilmoittaneet pelaavansa mitään mainituista rahapeleistä. Ilmeisesti osa pelkäästään digitaalisia pelejä pelaavista nuorista on vastannut myös rahankäyttöä koskevaan kysymykseen, ja käyttävät rahaa digitaalisiin peleihin, esimerkiksi pelien hankintaan, lisäosiin, mikromaksuihin jne. Kyselylomakkeessa olisi voinut vielä enemmän tarkentaa sitä, milloin on kyse rahapelaamisesta ja rahankäytöstä nimenomaan rahapelaamiseen. Näiltä osin mm. rahankäyttöä koskevat tulokset ainakin vuoden 2015 aineistossa ovat tulkinnanvaraisia ja osin epävarmoja.

## **4. AMMATTILAISET**

### **4.1. Pelituntemus**

Ammattilaisille suunnatussa kyselyssä syksyllä 2012 pyrittiin selvittämään missä määrin ammattilaiset tuntevat erilaisia pelejä. Suurin osa ammattilaisista ilmoitti tuntevansa pelityyppejä, ainakin joitain. Yhteensä 37 (11 %) vastaajaa kertoi, ettei tunne pelejä tai peliluokitukset eivät ole heille tuttuja.

Kaikkein tutuimmat pelityypit olivat musiikki- ja partypelit, tasohyppelypelit, rahapelit, kortti- ja puzzlepelit sekä liikuntapelit. Vähiten tunnettiin strategiapelejä, oppimispelejä, seikkailupelejä ja verkkoroolipelejä. Miehet ja nuoremmat vastaajat tunsivat pelejä paremmin kuin naiset ja iäkkäämmät ammattilaiset. Nuorisotyön ja lastensuojelun ammattilaiset tunsivat pelejä paremmin kuin muut. Kouluympäristössä toimivat ammattilaiset (opetus + oppilashuolto) tunsivat pelejä melko heikosti, samoin päihde- ja mielenterveystyön sekä perusterveydenhuollon ammattilaiset. Päihde- ja mielenterveystyössä rahapelien tuntemus sen sijaan korostui.

Ammattilaisilla pelituntemus näyttäisi olevan merkityksellinen tekijä nuorten pelaamiseen suhtautumisen ja toisaalta oman osaamisen kokemisen kannalta. Pelejä tuntevat ammattilaiset suhtautuivat myönteisemmin pelaamiseen ja kokivat oman osaamisensa paremmaksi ennaltaehkäisyssä sekä ongelmallisesti pelaavan nuoren tukemisessa ja auttamisessa.

Keväällä 2015 toteutetussa asiantuntijapaneelissa pelien tuntemusta ei erikseen kysytty kyselyssä, eikä se ollut omana teemanaan esillä ryhmäkeskusteluissa. Pelien tuntemuksen tarpeellisuus sai kuitenkin vahvistusta myös asiantuntijapaneelin ryhmäkeskusteluissa: pelitietouden kasvattaminen nousi esiin merkittävimpana yksittäisenä kehittämistä vaativana osaamisalueena. Paneelin kyselyssä vastaajat myös luokittelivat pelejä sen mukaan, minkä verran ne aiheuttavat ongelmia, eivätkä vastaajat kokeneet etteivät pysty erittelemään pelejä annetun luokituksen mukaan.

#### **4.2. Pelaamisen merkitykset**

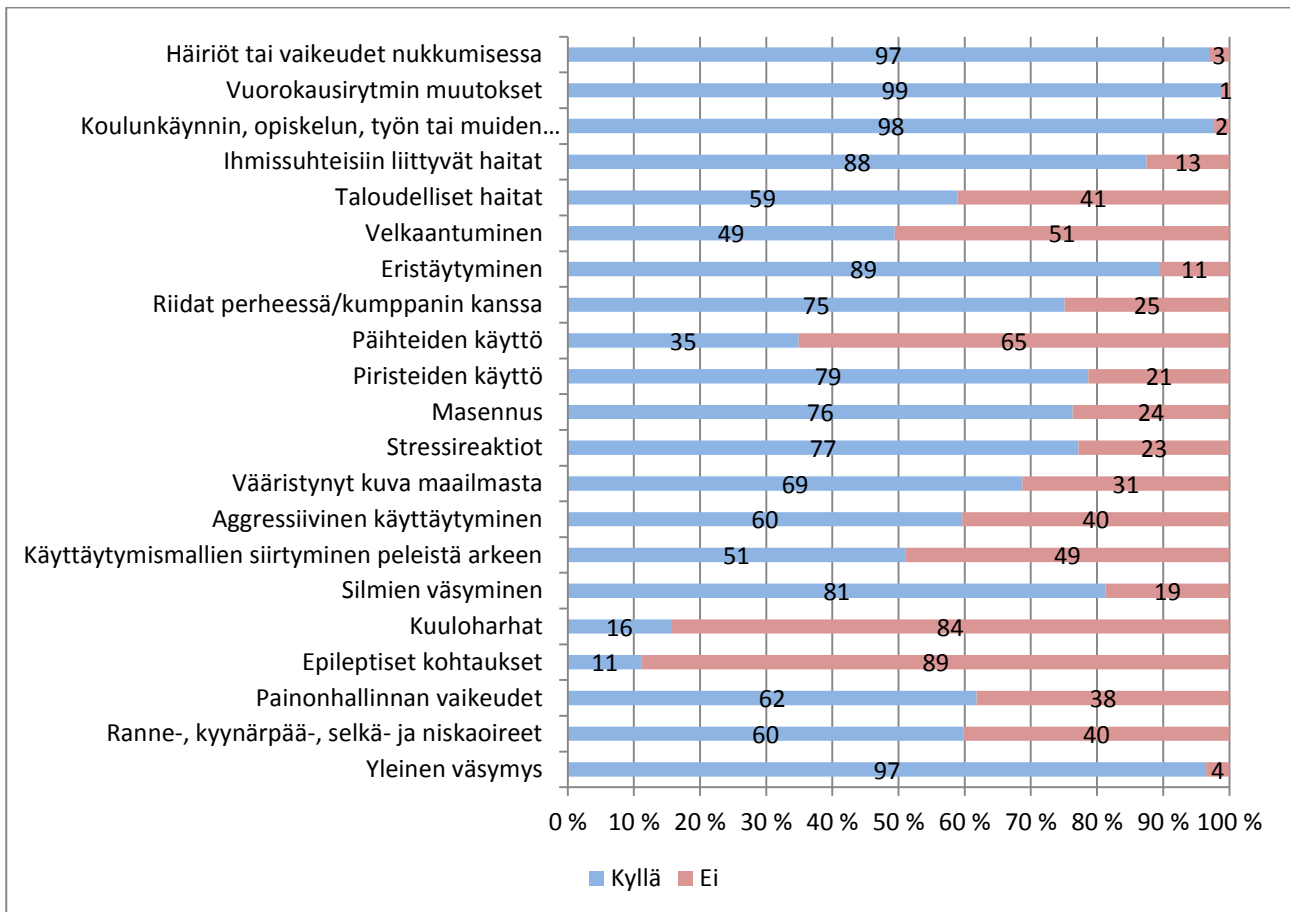
Nuoria työssään kohtaavien ammattilaisten näkemys peleistä nuorten elämässä oli melko kriittinen. 90 prosenttia kaikista vuoden 2012 kyselyyn vastanneista ajatteli, että pelit aiheuttavat riippuvuutta nuorissa. Lähes samansuuruinen joukko vastaajia oli sitä mieltä, että pelien parissa kulutetaan liikaa aikaa. Yli 80 prosenttia vastanneista oli huolissaan siitä, millaisia vaikutuksia peleillä saattaa olla. Sosiaaliset taidot heikentyvät pelien vuoksi, tätä mieltä oli 60 % ammattilaisista.

Ammattilaisista vain 17 prosenttia piti itse digitaalisten pelien pelaamisesta. Jossain määrin peleihin liitettiin myös positiivisia mielikuvia. Ensinnäkin 40 prosenttia vastaajista katsoi pelien olevan nuorille sopivaa viihdettä ja lähes 70 prosenttia oli samaa mieltä pelien merkityksestä nuoren kaveripiirissä. Hiukan vajaa puolet vastanneista ajatteli pelien tarjoavan kokemuksia ja elämyksiä sekä oppimismahdollisuuksia. Yleiskuva muodostui vastausten perusteella kuitenkin negatiivissävytteiseksi.

Kaikkien ammattialojen työntekijöillä oli kohtuullisen suuri huoli niistä vaikutuksista, joita peleillä mahdollisesti on, mutta erityisesti huoli näkyi kunnallisen ja yksityisen lastensuojelun sekä päihde- ja mielenterveystyön ammattilaisilla. Vähiten huolta osoitti nuorisotyö. Huolen esiintymiseen liittyvät vaihtelut saattavat johtua ammattialojen vaihtelevasta työotteesta toisaalta korjaavana, puuttavana ja usein jo syntyneitä ongelmia ratkovana tahona, toisaalta ehkäisevänä, nuorta vahvistamaan pyrkivänä ja vapaa-aikaan liittyvänä työnä.

#### **4.3. Pelihaitat**

Nuoria työssään kohtaavilta ammattilaisilta kysyttiin (syksyn 2012 kyselyssä), mitkä luetelluista haitoista näkyvät ongelmallisesti pelaavilla nuorilla. Vastaajien mukaan vuorokausirytmiin, uneen ja yleiseen väsymykseen liittyvät ongelmat yhdessä opiskelun, työn tms. velvoitteiden laiminlyöntien kanssa koskettivat lähes kaikkia nuoria, joiden pelaaminen arvioitiin ongelmalliseksi. Hyvin yleisiä olivat myös eristäytyminen ja ihmissuhteisiin liittyvät haitat. Fyysisistä haitoista esiin nousi silmien väsyminen (kuvio 7).



Kuvio 7. Pelihaitat ongelmallisesti pelaavilla nuorilla ammattilaisten mukaan.

Kyselyn tulokset ovat suuntaa antavia, koska asteikko oli karkea (kyllä/ei) ja osalla vastaajista kosketus ongelmalliseen pelaamiseen oli ohut, ja vastaukset pelaamiseen liittyvistä haitoista näin ollen perustuivat osin yleistietoon ja mediasta saatuun informaatioon.

Kevään 2015 asiantuntijapaneelissa pelihaittoja kartoitettiin erikseen raha- ja digipelaamisen sekä haitallisen netinkäytön osalta. Luetellut haitat olivat muuten samat kuin aiemmassa kyselyssä, mutta mukaan oli otettu erikseen epäterveellinen ruokavalio. Vastaukset jaoteltiin kolmeen luokkaan, sen mukaan, katsoivatko vastaajat kyseisen haitan liittyvän pelaamiseen lainkaan, harvoin/joskus vai usein.

Rahapelaamiseen liittyivät kaikkien vastanneiden mielestä usein taloudelliset haitat, velkaantuminen, ihmissuhteisiin liittyvät haitat ja riidat perheessä. Hyvin yleisiä olivat myös masennus, stressireaktiot ja opiskelun tai työn laiminlyönti. Vastaavasti digipelaamiseen vastaajat katsoivat yleisimmin liittyvän vuorokausirytmien muutoksia, opiskelun tai työn laiminlyöntejä, ihmissuhteisiin liittyviä haittoja, eristäytymistä ja unihäiriöitä. Varsin yleisesti digipelaamiseen usein liittyviä haittoja ajateltiin olevan myös yleisen väsymyksen, epäterveellisen ruokavalion, riitojen perheessä ja masennuksen. Taloudellisia haittoja digipelaamiseen liittyi vastaajien enemmistön mielestä vain harvoin. Liialliseen internetin käyttöön liittyvät yleisimmin samat haitat kuin digipelaamiseen.

Asiantuntijapaneelin kyselyssä kysyttiin myös sitä, kuinka usein erilaiset raha- ja digipelityypit ovat liittyneet ongelmiin. Rahapelaaminen oli jaettu kymmeneen pelityyppiin, joista usein ongelmia aiheuttivat asiantuntijoiden mukaan rahapeliautomaateilla pelattavat pelit, muut nettikasinoilla pelattavat pelit, nettipokeri ja vedonlyönti. Toisessa ääripäässä olivat Loton ja Jokerin tyyppiset pelit, joiden koettiin aiheuttavan ongelmia vain harvoin tai ei lainkaan.

Digipelaaminen oli jaettu varsin karkeasti kuuteen pelityyppiin, ja luokat eivät sulje toisiaan pois, joten sama peli voi lukeutua useampaan luokkaan. Asiantuntijoiden kokemus oli, että usein

ongelmallisen digipelaamisen taustalla ovat monen pelaajan verkkopelit tai tietokonepelit. Kolmantena yleisesti ongelmia aiheuttavana pelityyppinä pidettiin konsolipelejä, sen sijaan vain harvoin ongelmia aiheuttavina pidettiin sosiaalisen median pelejä ja mobiilipelejä.

Ammattilaiskyselyn vastaajien ja asiantuntijapaneelin osallistujien näkemykset yleisimmistä pelihaitoista ovat yhdensuuntaisia. Rahapelaaminen erottuu selvästi digipelaamisesta aiheuttamiensa taloudellisten haittojen yleisyyden vuoksi, digipelaamisessa korostuvat puolestaan enemmän vuorokausirytyksiin ja uneen liittyvät haitat. Asiantuntijapaneelin keskusteluissa pidettiin kyselyn tuloksia panelistien käytännön kokemuksia vastaavina. Keskusteluissa nousivat ongelmia erityisesti aiheuttavina pelityypeinä rahapeleistä esiin peliautomaatit, joiden kohdalla puhuttiin eläkeläisten ja alaikäisten pelaamisesta, ja nettikasinot, joiden puolestaan nähtiin aiheuttavan ongelmia erityisesti nuorille miehille. Digipelaamisen muotoja ei juuri keskusteluissa eroteltu sen mukaan, minkä verran niiden katsottiin olevan sidoksissa haittoihin. Ongelmalliseen digitaaliseen pelaamiseen liittyvät kuvaukset keskusteluissa viittaavat kuitenkin monen pelaajan verkkopeleihin ja vastaavasti mobiilipelaamista pidettiin arjessa näkyvänä, mutta sitä ei liitetty ongelmalliseen pelaamiseen.

## **5. LÄHEISET**

### **5.1. Pelituntemus**

Vanhempien kyselyssä 2013 tiedusteltiin taustatietoina, kuinka hyvin he tuntevat erilaisia digitaalisia pelejä. Kaiken kaikkiaan peliä tunnettiin hyvin, alkuoletuksiin nähden jopa hämmästyttävän hyvin. Vain 8 vastaajaa (3,6 %) kertoi, ettei tunne pelejä tai peliluokitukset eivät ole tuttuja.

Kaikkein tutuimmat pelityypit olivat tasohyppelypelit, kortti- ja puzzlepelit, musiikki- ja partypelit, liikuntapelit sekä urheilupelit. Vähiten tunnettiin strategiapelejä, seikkailupelejä ja verkkoroolipelejä.

Naisten ja miesten välillä ei esiintynyt juurikaan eroja pelituntemukseen liittyen. Naiset tunsivat miehiä paremmin musiikki- ja partypelejä, miehet puolestaan tunsivat paremmin strategiapelejä. Muiden pelilajityyppien kohdalla eroja ei esiintynyt. Ikä ei ollut kovin merkittävä pelituntemuksen selittäjä. Eroja esiintyi nuorempien vastaajien hyväksi vain liikuntapeliin, musiikki- ja partypeliin sekä oppimis- ja hyötypeliin kohdalla.

Perheen lasten iän merkitystä pelien tuntemuksiin tutkittiin tarkastelemalla lasten iästä suhteessa pelilajityyppisiin. Lasten ikäryhmä näyttäisi olevan yhteydessä muutamiin pelilajityyppisiin. Esimerkiksi urheilupelit, liikuntapelit, musiikki- ja partypelit, ajopelit ja simulaattorit olivat tutumpia niille vastaajille, joiden perheessä oli 10–12-vuotiaita lapsia.

Vanhemmat tunsivat pelejä yleisesti ottaen paremmin kuin ammattilaiset. Pelityypeittäin tuntemus vaihteli. Esimerkiksi verkkoroolipelejä, strategiapelejä ja rahapelejä ammattilaiset tunsivat vanhempia paremmin, sen sijaan vanhemmat kokivat tuntevansa oppimis- ja hyötypelien ammattilaisia paremmin.

Pelaavien nuorten puolisoilta ei erikseen kysytty pelituntemuksesta, mutta se tuli keskusteluissa esiin. Jokainen haastateltu tunsu tai tiesi, mitä oma puoliso pelaa ja sitä paremmin peliä tunnettiin, mitä enemmän itsekin pelattiin. Haastateltujen pelituntemus oli myös kasvanut ja monipuolistunut parisuhteen aikana. Haastateltujen puoliso pelasivat monipuolisesti niin tietokone-, konsoli- kuin verkkopelejäkin. Pelaavan pariskunnan yhteisiin harrastuksiin kuului lisäksi lautapeliin pelaaminen. Myös rahapelit tulivat puheeksi, mutta niitä pelattiin melko vähän. Satunnaisesti pelattiin esimerkiksi raha-automaattipelejä verkossa sekä Veikkauksen pelejä.

### **5.2. Pelaamisen merkitykset**

Vanhempien mielipiteitä, käsityksiä ja kokemuksia pelaamiseen liittyen selvitettiin 17-osioisen väittämäpatteriston avulla. Vanhemmat suhtautuivat pelaamiseen melko kriittisesti: yli 80 prosenttia

heistä oli sitä mieltä, että pelit aiheuttavat riippuvuutta nuorissa ja että pelien parissa vietetään liikaa aikaa. Lähes 70 prosenttia vastaajista oli huolissaan siitä, millaisia vaikutuksia peleillä saattaa olla nuoriin. Pelejä piti sopivana viihteenä 27 prosenttia vanhemmista, 31 prosenttia ajatteli pelaamisen tarjoavan mielenkiintoisia kokemuksia ja elämyksiä nuorille, 33 prosenttia oli samaa mieltä siitä, että peleistä on mahdollista oppia hyödyllisiä asioita. Vanhemmista pienempi osa (13 %) oli sitä mieltä, että pelaaminen rentouttaa nuorta. Vanhemmat, jotka itse pelaavat suhtautuivat kielteisemmin erilaisiin huolta mittaaviin väittämiin ja positiivisemmin pelaamisen myönteisiin puoliin. Vanhempien joukossa pelien vaikutuksiin liittyvä huoli näkyi helposti negatiivisena pelikäsitteenä.

Pelaamiseen liittyviä asenteita mitattiin lähes samalla mittaristolla vanhemmilta ja ammattilaisilta. Vanhempien ja ammattilaisten näkemykset noudattelivat yleisesti ottaen samanlaista linjaa, mutta joillakin osioilla eroja esiintyi. Mielenkiintoinen havainto oli, että ammattilaiset olivat sekä pelaamisen myönteisten että kielteisten osioiden kanssa enemmän samaa mieltä kuin vanhemmat. Ammattilaiset suhtautuivat vanhempia myönteisemmin mm. siihen, että pelit ovat sopivaa viihdettä nuorille, pelaaminen tarjoaa nuorille mielenkiintoisia kokemuksia ja elämyksiä ja että nuoret oppivat peleistä monia hyödyllisiä asioita, mutta samalla he olivat vanhempia vahvemmin sitä mieltä, että pelit heikentävät nuorten sosiaalisia taitoja. Ammattilaisilla oli myös suurempi huoli pelien vaikutuksista nuoriin. Ammattilaisten ääriasenteita selittänevät toisaalta vastaajien ikä, jonka todettiin heijastuvan muun muassa pelituntemukseen ja asenteisiin: nuoremmat ammattilaiset sekä tunsivat pelejä että pelasivat itse enemmän ja suhtautuivat usein pelaamiseenkin myönteisemmin. Toisaalta vastaajien ammattialojen erilaiset työorientaatiotkin voivat vaikuttaa. Nuorisotyön ammattilaiset esimerkiksi osoittivat vähiten huolta nuorten pelaamisesta kohtaan kun taas huoli näkyi erityisesti lastensuojelun sekä päihde- ja mielenterveystyön ammattilaisilla.

Pelaavien nuorten puoliset kertoivat, että pelaaminen on kotona kumppanille paitsi ajanvietettä myös niin sanotusti henkireikä. Pelimaailmaan uppoutuminen on keino unohtaa työasiat ja muu stressi. Eri peleissä viehättävät myös eri asiat: joidenkin pelien sosiaalinen aspekti tekee niistä kiinnostavia, toisissa taas esimerkiksi mahdollisuus kehittää itseään.

Haastatellut kertoivat myös omasta pelaamisestaan. Suurin osa heistä kertoi itse pelaavansa lähinnä kännykkä- ja applikaatiopelejä sekä facebookin pelejä. Yksi mainitsi pelaavansa paljon myös sudokuja, niin paperilla kuin verkossa. Heille pelit olivat lähinnä ajanvietettä ja ensiapua tylsyyteen. Yhdellä haastatelluista oma pelaaminen oli lisääntynyt ja monipuolistunut parisuhteen myötä ja alkanut yleensäkin kiinnostamaan enemmän. Yksi haastatelluista oli aina ollut itsekin aktiivinen pelaaja, ja hän kertoi omaksi suosikikseen pöytäkonepelaamisen, jota hän oli harrastanut peleistä pisimpään. Häntä viehättää pelaamisessa kokemus ”toisessa maailmassa olemisesta”, erikoiset tehtävät pelimaailmassa, joidenkin pelien humoristiset piirteet sekä tunne siitä, että olisi itse mukana elokuvassa. Kauhu- ja sotapelit myös tuottavat adrenaliinia ja pitkäkestoiset pelit taas tarjoavat kehittymismahdollisuuksia. Onnistumisista tulee hyvä tunne.

Yleisesti ottaen pelaaminen nähtiin hyvänä ajanvietteenä ja harrastuksena siinä, missä joku muukin. Erityisesti pelaamisen sosiaalinen aspekti nähtiin hyvänä asiana. Toki pelaamisen mahdolliset haitat myös tiedostettiin.

Haastateltujen omat asenteen pelaamiseen olivat parisuhteen aikana muuttuneet positiivisempaan suuntaan. Tosin pelaavan pariskunnan osalta kummankin asenne oli aina sitä ollutkin. Tieto ja ymmärrys pelaamisesta niin harrastuksena kuin yhteydenpitokanavana olivat kasvaneet ja pelaamisen merkitys puolisolalle ymmärrettiin. Osa naisista myös kertoi, että puolison kautta oli tutustuttu uusiin peleihin ja oma pelivalikoima oli kasvanut. Yhdessäolon myötä myös pelaavan puolison pelaamistottumukset olivat muuttuneet eikä osassa pariskunnista pelaamisesta tarvinnut enää yhtä usein huomauttaa kuin alkuaikoina. Parisuhteen myötä elämään oli tullut jotain lisää eikä pelaaminen ollut puolisolalle ihan yhtä tärkeää kuin aiemmin. Pelaaminen oli kaikissa perheissä osa arkea, mutta ei kuitenkaan täyttänyt sitä.

Sosiaalisuus liittyi kaikilla pelaavilla puolisoilla pelaamiseen, osalla konkreettisen pelaamistoiminnan kautta, osalla aiheen ympärillä käytävien keskustelujen kautta. Monet pitivät myös yhteyttä kavereihinsa pelaamisen kautta. Myös uusia tuttavuuksia oli tullut joillekin puolisoille verkossa pelaamisen kautta, ja pelaamiseen liittyvistä yhteisöistä facebookissa kertoi yksi haastateltu. Hänen mukaansa näissä sosiaalisen median yhteisöissä peleistä keskustellaan, ei niinkään pelata.

### 5.3. Pelaamisen sääntely

Vuonna 2013 vanhemmilta kartoitettiin kokemuksia ja mielipiteitä pelaamisen säännöistä ja rajoituksista. Vastaajista 92 prosenttia ilmoitti, että lapsella on sääntöjä tai rajoituksia pelaamisen suhteen. Samoja asioita kysyttiin tuolloin myös nuorten kyselyssä, ja nuorista 18 prosenttia ilmoitti, että heillä on sääntöjä ja rajoituksia pelaamiseen. Tätä räikeää eroa selittää se, että nuoret vastaajat olivat keskimäärin 19-vuotiaita nuoria aikuisia, kun vanhemmat arvioivat tilannetta 13–15-vuotiaiden lastensa suhteen. Tosin sääntely ei nuorten aineistossa ollut ikäsidonnaista: eri ikäryhmien välillä ei esiintynyt tilastollisesti merkitsevää eroa sen suhteen, oliko heillä ylipäätään sääntöjä tai rajoituksia.

Vanhempien osalta selvästi suosituin rajoittamisen kohde pelaamisessa oli siihen käytetty aika. Pelaamisen ajankohtaan, sisältöihin ja ikärajoihin liittyvät säännöt olivat myös usein mainittuja. Vähiten vanhemmat rajoittivat lastensa pelikavereita. Iältään vanhemmat vastaajat rajoittivat pelikavereita enemmän kuin nuoremmat vastaajat.

Vanhemmilta kysyttiin, mitkä ovat heidän mielestään parhaat tavat hallita pelaamista. Yli 80 prosentilla suosituin vaihtoehto oli terveellisestä arjen rytmistä kiinnipitäminen. Toisena vanhemmat painottivat säännöllisten muiden harrastusten olemassaoloa sekä kolmantena sosiaalisten suhteiden ylläpitämistä pelien ulkopuolella. Neljänneksi suosituin tapa oli luotujen sääntöjen noudattaminen koskien pelaamista.

Pelaavien nuorten puolisoitten haastatteluista kahdessa nousi esiin se, että pelaamisesta oli joskus jouduttu huomauttamaan ja etenkin parisuhteen alkuaikoina ”naputtamaan”. Tällöin oli yleensä ollut kysymys pelaamiseen käytetystä ajasta. Osa naisista kuitenkin koki, ettei aikuiselle ihmiselle voi asettaa rajoja. Aikuinen ihminen tunnistaa myös itse rajansa:

H: Mun puolisoilla on ehkä herkempi taipumus koukuttua joihinkin peleihin, mut tota, hän ite sen tiedostaa ni hän sitte osaa rajata omaa pelaamistaan... että hän kyllä ite aina hokaa sen kyllä, että nyt on kuppi täynnä et ei piä ylittää.  
(nainen, 29 vuotta)

Haastateltujen puoliset pelasivat keskimäärin muutaman tunnin päivässä, mutta vaihdellen. Viikonloppuisin saatettiin pelata enemmän, mutta ei kuitenkaan yhteisen ajan kustannuksella. Kaikilla pariskunnilla oli myös paljon yhteisiä harrastuksia. Pelaaminen oli usein myös kausittaista: esimerkiksi uutta peliä saatettiin pelata enemmänkin, toisaalta välillä oli kausia, jolloin ei pelattu juuri lainkaan. Pelaaminen ei ollut yhdellekään haastateltujen puolisoista ”pakko” ja esimerkiksi pitkän työpäivän jälkeen käytiin mieluummin nukkumaan kuin pelaamaan. Yksi naisista kertoi, että vapaapäivien alla pelaaminen saattoi joskus venyä myöhään yöhön. Usein pelaamisen ohella tehtiin myös jotain muuta: surffailtiin internetissä tai juteltiin kavereiden kanssa.

Perheissä ilmapiiri oli avoin pelaamisen suhteen: jos jokin toisen pelaamisessa huolesti tai ärsytti, asiasta pystyttiin puhumaan. Kaikissa haastatteluissa tuli esiin se, että joko pelaamiseen käytetty aika oli parisuhteen aikana vähentynyt tai pelityyppi muuttunut. Joka tapauksessa parisuhde oli tuonut elämään mukanaan jotain uutta ja merkityksellistä, joka jo itsessään sääteläi pelaamista. Kumppani ja parisuhde haluttiin huomioda. Yleisesti ottaen se, että elämässä oli muutakin sisältöä, kuten harrastuksia ja erilaisia velvollisuuksia, sääteläi pelaamista.



## 5.4. Pelihaitat

Vanhempia pyydettiin arvioimaan, liittykö heidän lapsensa pelaamiseen haittoja. Vanhemmat arvioivat kyllä/ei -vaihtoehdoin 21 valmiiksi annettua haittaa. Vanhempien mukaan heidän lastensa pelaaminen oli lähes haitatonta. Reilu kolmannes vanhemmista mainitsi silmien väsymisen, 19 prosenttia yleisen väsymyksen, 16 prosenttia velvoitteiden häiriintymisen, 15 prosenttia vuorokausirytmien muutokset ja 14 prosenttia riidat perheessä. Lasten pelaamiseen käyttämä aika näyttäisi osin olevan yhteydessä vanhempien näkemyksiin haittojen esiintyvyydestä. Esimerkiksi koulunkäynnin, opiskelun, työn tai muiden vastaavien velvoitteiden häiriintymisen yli 15 tuntia viikossa pelaavien vanhemmat näkivät useammin pelaamiseen liittyväksi asiaksi kuin muut. Myös ihmissuhteisiin liittyvät haitat, eristäytyminen, stressireaktiot, vääristynyt kuva maailmasta ja painonhallinnan vaikeudet olivat haittoja, joita enemmän pelaavien lasten vanhemmat mainitsivat muita vanhempia enemmän.

Myös pelaavien nuorten puoliset arvioivat pelaamisesta aiheutuneet haitat hyvin vähäisiksi. Itse asiassa kukaan haastatelluista ei löytänyt puolisonsa pelaamisesta mitään erityisen haitallista. Ajoittaisia fyysisiä vaivoja on joskus ilmennyt (esim. selkävaivoja), pelaaminen vei aikaa ja sähköä, ja aina ei malteta irrottautua pelistä heti, kun pitäisi. Nämä nähtiin kuitenkin hyvin vähäisinä haittoina ja hyödyt nähtiin suurempana ja tärkeämpänä asiana. Pelaavat puoliset tiedostavat itse pelaamisen rajat ja ehtivät hoitamaan velvollisuutensa. Muut kiinnostuksen kohteet ja harrastukset mainittiin muun muassa sellaisina tekijöinä, jotka estävät pelaamiseen koukuttumisen.

## 6. ONGELMALLINEN PELAAMINEN

### 6.1. Määrittely

Niin julkisessa keskustelussa kuin arkipuheessakin puhutaan helposti ongelmallisesta pelaamisesta niissäkin yhteyksissä, missä tosiasiaa kyseessä ovat pelihaitat, tai ajoittainen liikapelaaminen. Ongelmallisen pelaamisen määrittely tai tunnistaminen ei kuitenkaan ole helppoa: digipeli-ongelmien kartoittamiselle ei ole olemassa vakiintuneita käytäntöjä, toisin kuin rahapeli-ongelmille, joille on olemassa myös omat diagnoosinsa kansainvälisissä tautiluokituksissa. Yleisesti ottaen voidaan kuitenkin määrittellä pelaamisen olevan ongelmallista silloin, kun ihminen ei pelaamisensa vuoksi pysty enää hoitamaan jokapäiväisiä velvollisuuksiaan.

Rahapelaamisen osalta ongelmallista pelaamista voidaan kartoittaa LieBet-kysymysparin avulla: Oletko koskaan tuntenut tarvetta käyttää pelaamiseen yhä enemmän rahaa? Oletko koskaan joutunut valehtelemaan läheisillesi siitä, kuinka paljon pelaat? Myöntävä vastaus toiseen tai molempiin kysymyksiin merkitsee, että henkilöllä saattaa olla peliongelma, ja tilanne vaatii tarkempaa selvittelyä. (Itäpuisto ym. 2011, 67.)

Digipelaamisen ongelmallisuuden arviointiin käytetty mittari, GASA (Game Addiction Scale for Adolescents) on kehitetty rahapeli-ongelmien arviointiin tehtyjen kriteerien pohjalta ja testattu tutkimuskäytössä (Lemmens, J. ym. 2009). Pelituki-hankkeessa mittari on suomennettu ja sen suppeammasta versiosta laadittua mittaria on testattu hankkeen aikana. Käytetyssä mittarissa on seitsemän kysymystä, jotka vastaavat seitsemää pelaamisen ongelmallisuuden kriteeriä (taulukko 1). Kaikkien kriteerien tulee täytyä, jotta pelaamista voitaisiin pitää ongelmallisena.

Kysymys	Kriteeri
<i>Ajatteletko pelaamista pitkin päivää?</i>	merkittävyys (salience)
<i>Oletko pelannut kauemmin kuin suunnittelit?</i>	toleranssi (tolerance)
<i>Pelaatko unohtaaksesi ikävät asiat?</i>	mielialan säätely (mood modification)
<i>Oletko epäonnistunut yrittäessäsi vähentää pelaamistasi?</i>	retkahdukset (relapse)
<i>Oletko ärsyynyt, jos ei ole ollut mahdollista pelata?</i>	vieroitusoireet (withdrawal)
<i>Oletko valehdellut pelaamisestasi?</i>	ristiriidat (conflict)
<i>Oletko laiminlyönyt pelaamisen takia opiskelua, työtä tai harrastuksia?</i>	ongelmat (problems)

Taulukko 1. GASA-kriteerit ja kysymykset

Alkuperäisessä mittarissa ei ole määritetty ensisijaisia kriteerejä, mutta useiden tutkimusten perusteella (esim. Charlton & Danforth 2007; Brunborg ym. 2015) näyttää siltä, että toissijaiset kriteerit eivät erottele pelaamiseen runsaasti panostavia harrastajia ongelmapelaajista. Tämän vuoksi Pelituki-hankkeen muokatussa mittaristossa on määritelty ensisijaisiksi ne kriteerit, joiden täyttyminen viittaa selvimmin ongelmalliseen pelaamiseen. Näitä ovat taulukon neljä viimeistä kriteeriä.

## 6.2. Esiintyvyys

Pelituksen ensimmäisessä kyselyssä rahapelaamisen yhteydessä oltiin kiinnostuneita siitä, millä tavalla nuoret rahapelaajat tässä aineistossa olivat vastanneet rahapeliongelmiä kartoittavaan Lie-Bet -kysymyspariin. Kysymykset olivat: Oletko koskaan tuntenut tarvetta käyttää pelaamiseen yhä enemmän rahaa? Oletko koskaan joutunut valehtelemaan läheisillesi siitä, kuinka paljon pelaat?

Kysymysparin ensimmäinen kysymys (Oletko koskaan tuntenut tarvetta käyttää pelaamiseen yhä enemmän rahaa?) oli osoitettu vain rahapelaajille, mutta iso osa kaikista vastaajista vastasi myös tähän kysymykseen. Tuloksiin saattaa siten sisältyä muiden kuin rahapelaajien arvioita rahan käyttöön liittyvistä tarpeista ja silloin pelaamiseen käytetyn rahan tulkintakonteksti on laajempi kuin mitä kysymyksellä tarkoitettiin. Ei-pelaajien kyllä-vastaukset heijastelevat ehkä tarvetta kuluttaa pelien hankintaan ja muihin vastaaviin ostoksiin enemmän rahaa.

Joka tapauksessa Lie-Bet –työkalu on osoittautunut rahapelaamisen tunnistamisessa hyväksi apuvälineeksi. Myöntävä vastaus toiseen tai molempiin kysymyksiin ei vielä välttämättä tarkoita peliongelmaa, mutta ongelman mahdollisuutta voidaan kysymysten avulla kartoittaa (Itäpuisto ym. 2011, 67). Vuoden 2013 aineistossa molempiin kysymyksiin myöntävästi vastasi 17 nuorta. Näistä nuorista 16 oli miehiä, yksi nainen. Koko aineistosta tämä on noin 2,3 prosenttia.

Samat kysymykset esitettiin nuorille myös vuoden 2015 kyselyssä. Vaikka molemmat kysymykset olivat rahapeliosiossa, niihin vastasi iso osa myös niistä nuorista, jotka eivät rahapelejä pelanneet. Tässä aineistossa myöntävästi kumpaankin kysymykseen vastasi 29 nuorta, joista 28 oli miehiä ja yksi nainen. Koko aineistosta siis noin 3,7 prosenttia vastasi myöntävästi kumpaankin kysymykseen.

Ongelmallisesti pelaavien osuutta ensimmäisessä nuorten kyselyssä tarkasteltiin valitsemalla kuusi kysymystä tai väitettä, joista muodostettiin GASA-testiä mukaileva mittari. Mittarin kysymykset kohdistuivat liian kauan pelaamiseen, pelaamisesta valehteluun, velvoitteiden laiminlyöntiin pelaamisen vuoksi, pelaamiseen ikävien asioiden unohtamiseksi, pelaamisen vähentämiseen ja haluun pelata entistä enemmän. Tämän mittarin mukaan ongelmallisesti pelaavia oli vastaajista 0,82 prosenttia.

Vuoden 2015 kyselyssä hankkeen muokkaaman GASA-mittariston kysymykset/väittämät sisällytettiin kyselylomakkeeseen. Näistä viisi (Pelasin kauemmin kuin suunnittelin; Minua ärsyttää, jos en pääse

pelaamaan; Ajattelen pelaamista pitkin päivää; Yritykseni vähentää pelaamista on epäonnistunut; Pelaa unohtaakseni ikävät asiat) sisältyivät 22-osioiseen väittämätöön, jonka avulla nuoria pyydettiin kuvailemaan kokemuksiaan viimeksi kuluneiden 6 kuukauden aikana. Loput kaksi (koulunkäynnin, opiskelun, työn tai muiden velvoitteiden häiriintyminen sekä pelaamisesta valehtelu) sisältyivät 23-osioiseen haittalistaukseen, jonka avulla nuoret arvioivat viimeisen 6 kuukauden aikana pelaamiseensa mahdollisesti liittyneitä haittoja.

Kun aineistosta suodatettiin kyllä-vastaukset kaikkiin seitsemään pelaamisen ongelmallisuutta yleisesti mittaavaan väittämään, saatiin 7 vastaajaa joista 6 oli miehiä ja yksi nainen. Toisin sanoen 0,9 prosenttia nuorista vastasi myöntävästi jokaiseen seitsemään väittämään. Lisäksi aineistosta suodatettiin kyllä-vastaukset myös pelkästään ongelmallisen pelaamisen neljän ensisijaisen kriteerin perusteella, jolloin saatiin 14 vastaajaa. Näistä 10 oli miehiä ja 4 naisia. Noin 1,8 prosenttia nuorista siis vastasi kaikkiin ongelmallisen pelaamisen ensisijaisiin kriteereihin mittaaviin väittämiin myönteisesti.

Siviilipalvelusmiesten joukossa ongelmallisesti pelaavien osuus oli kummassakin aineistossa 1,3 %. Siviilipalveluskeskuksella kyselyyn on vastannut neljä satunnaisesti valikoitunutta koulutuserää kokonaisuudessaan, joten heidän vastaustensa perusteella saadaan luotettava kuva siviilipalvelukseen hakeutuneiden nuorten miesten pelaamisesta.

Ongelmalliselle digitaaliselle pelaamiselle ei ole täsmällistä, yleisesti hyväksyttyä kriteeristöä, ja sen yleisyydestä on esitetty hyvin erilaisia arvioita. Pelituen kyselyn tulokset tukevat arvioita, joiden mukaan ongelmallisesti digitaalisia pelejä pelaavia olisi korkeintaan muutama prosentti nuorista.

Asiantuntijapaneelin aineiston perusteella peliongelmiin esiintyvyyteen ei voi suoraan ottaa kantaa, mutta aineiston perusteella voidaan kuvata ongelmallisen pelaamisen näkyvyyttä eri palveluissa. Vastaajia, joilla olisi tasaisesti sekä raha- että digipelaajia asiakkaina, ei juuri ollut. Rahapelaajat ovat selvemmin keskittyneet tiettyihin palveluihin (päihdepalvelut, Peliklinikka), digipelaajia on asiakkaina hyvin monenlaisissa paikoissa, mutta määrät eivät missään nouse kovin suuriksi. Digipelaajien kohdalla esillä ovat korostetusti lasten ja nuorten palvelut ja yli 20-vuotiaita digipeliasiakkaita oli kohdattu hyvin vähän.

Kyselyssä kartoitettiin myös asiakkaaksi hakeutumisen syitä: raha- ja digipeliongelmat olivat avun hakemisen syynä joskus, mutta yleisimpiä syitä avuntarpeeseen olivat kouluun, työhön tms. liittyvät ongelmat, mielenterveyden pulmat ja ihmissuhdeongelmat. Fysiologisten pulmien vähäinen osuus avun hakemisen syynä kertoo vastaajien työskentelevän palveluissa, joissa ei juuri hoideta somaattisia sairauksia. Keskusteluissa vahvistui kuva erityisesti digipeliongelma-aiheisista sivujuonteista, joka liittyy usein hyvin monitahoiseen ongelmavyyhteen.

### **6.3. Liitännäisongelmat**

Pelituen asiantuntijapaneelin yhtenä keskeisenä tehtävänä oli täsmentää käsitystä ongelmalliseen pelaamiseen liittyvistä muista ongelmista. Tästä teemasta keskusteltiin paneelin ryhmäkeskusteluissa kaikkein vilkkaimmin sekä puheenvuoroilla että väitteillä mitattuna. Yleisimmin keskusteluissa esiin nousseita peliongelmaan liittyviä muita ongelmia olivat puutteelliset sosiaaliset taidot ja sosiaalisten tilanteiden vaikeus, neuropsykiatriset poikkeavuudet, masennus, yksinäisyys, kiusatuksi tuleminen ja muut epäonnistumisen ja syrjäytymisen kokemukset. Lisäksi viitattiin riippuvuuskäyttäytymiseen taipuvaiseen persoonaan, jolla riippuvuuden kohde vaihtuu esim. pelaamisen ja päihteiden vuorotteluna.

Ongelmalliseen pelaamiseen liittyvistä ilmiöistä ja ongelmista kertovat väittämät luokiteltiin sen mukaan, miten niissä kuvattiin peliongelman suhdetta muihin ongelmiin: onko kyse pelaamisesta reaktiona muihin pulmiin (85 väitettä), peliongelma-aiheisten muiden ongelmien liitännäisenä (73) vai pelaamisesta ongelmia aiheuttavana toimintana (21). Luokittelun määrällinen tulos kertoo siitä, että

asiantuntijat pitivät liikapelaamista hyvin usein pakenemisena muista ongelmista, tai näiden sivujuonteena, jota voidaan hillitä jos varsinainen ongelma pystytään paikallistamaan ja ratkaisemaan. Syihin ja seurauksiin kantaa ottamaton kuvaus peliongelmosta muiden ongelmien liitännäisenä puolestaan kertoo liikapelaamisen olevan monesti osa laajaa ongelmavyöhytettä, jonka kartoittaminen ja avaaminen on haastavaa.

#### **6.4. Keinot irrottautua ongelmallisesta pelaamisesta**

Nuorten ja vanhempien kyselyissä esitetyt näkemykset kertovat osaltaan tavoista, joilla ongelmallista pelaamista voidaan ehkäistä, rajoittaa ja lopettaa. Ammattilaiset arvioivat kyselyssä 2012 omat valmiutensa ehkäistä ja tunnistaa ongelmallista pelaamista ja auttaa ongelmallisesti pelaavaa kohtalaisiksi. Asiantuntijapaneelin jäsenet puolestaan arvioivat omat valmiutensa vastaavissa asioissa hyviksi. Kummassakin kyselyssä ongelman kartoitus ja tunnistaminen arvioitiin paremmin hallituksi kuin ehkäisy tai ongelmallisesti pelaavan auttaminen.

Asiantuntijapaneelin keskusteluissa yhtenä teemana tarkasteltiin puhetta, joka kuvasi keinoja ja edellytyksiä irrottautua ongelmallisesta pelaamisesta. Ongelmallisesta pelaamisesta irrottautumisen keinot luokiteltiin kolmeen ryhmään: ongelmapelaajan auttajan toiminnan perusteita kuvaaviin, pelaajan asenteiden ja tapojen uudelleenjäsennykseen liittyviin ja ympäristön muutostarpeita painottaviin.

Ongelmapelaajien auttamisessa keskeiseksi nostettiin yhteisen todellisuuden löytäminen pelaajan kanssa. Tähän liittyvissä väittämässä viitattiin toisaalta pelaajan arjen kartoittamiseen ja toisaalta sen täsmentämiseen, mitä, miten ja miksi hän pelaa. Jälkimmäiseen liittyi usein ajatus auttajan pelituntemuksen kehittämisen välttämättömyydestä, mutta toisaalta painotettiin kiinnostuksen ja kuuntelemisen ensisijaisuutta. Lisäksi huomiota kiinnitettiin tuen pitkäjänteisyyteen, pelaamisen rajoittamisen välttämättömyyteen ja nettipalvelujen rooliin. Rajoittamista katsottiin tarvittavan erityisesti lasten, nuorten ja mielenterveysongelmista kärsivien kohdalla. Nettipalveluja pidettiin hyvänä apuna, mutta painotettiin että ne vaativat rinnalleen yleensä kasvokkaisia kohtaamisia. Pelaajan muutoksen keskeisinä asioina nostettiin esiin sosiaalisten ja tunnetaitojen kehittäminen ja tukeminen, muutosmotivaation löytäminen ja vaihtoehtojen, vahvoja elämyksiä tarjoavien toimintojen etsiminen. Ympäristön muutoksia yksilöitiin niukasti: yleiselle tasolle jääneet väittämät korostivat olosuhteiden muuttamista pelitapojen pysyvän muutoksen edellytyksenä ja konkreettisten, pientenkin muutosten hyödyllisyyttä ja välttämättömyyttä. Nuorten kohdalla olosuhteiden muuttamisen välttämättömyys liittyi usein tilanteeseen perheessä tai koulussa, joissa kohdattuihin ongelmiin reagoidaan pakopelaamisella. Laajojen ongelmavyöhytien tapauksissa puolestaan nähtiin tarvittavan konkreettisia, vaikka pieniäkin muutoksia, joilla ongelmapelaamista ylläpitävää noidankehää voidaan alkaa purkaa.

Toinen paneelin teema, joka valottaa ongelmallisesta pelaamisesta irrottautumista olivat ongelmapelaamiseen liittyvät osaamistarpeet. Tarvittava osaaminen olisi panelistien mielestä pelitietoa, jolla tarkoitettiin tarkempaa käsitystä peleistä ja pelitavoista, rohkeutta ja ymmärrystä puuttua ja valistaa ajoissa sekä vanhempien tukemista ja vastuuttamista aktiiviseen rooliin. Ammatillista toiminnan kehittämiseen liittyviä väitteitä oli niukasti; näissä esiin nostettiin pelaamisen tilalle tarjottavien aktiviteettien löytäminen, verkostotyön tärkeys ja yleisesti aiheeseen liittyvä koulutus.

#### **6.5. Raha- ja digipelaamisen eroja ja yhtäläisyyksiä**

Pelituki-hankkeen aikana on jatkuvasti sivuttu kysymystä raha- ja digipelaamisen eroista ja yhtäläisyyksistä, ja pohdittu voidaanko ylipäänsä puhua yleisesti pelaamisesta tai peliongelmistä, vai pitääkö aina vähintään täsmentää, kummasta pelaamisesta on kyse. Tiedontuotannon toisessa vaiheessa raha- ja digipelaamista pyrittiin käsittelemään täsmällisemmin omina kokonaisuuksinaan, jotta vertailu olisi mahdollista. Pelihaittojen osalta vertailua on esitelty nuorten ja ammattilaisten

aineistoista kertovissa luvuissa, tässä yhteydessä esitellään havaintoja asiantuntijapaneelin keskusteluista.

Paneelissa raha- ja digipelaamisen erot ja yhtäläisyydet eivät olleet esillä varsinaisena keskusteluteemana, mutta niitä käsiteltiin ja sivuttiin ryhmäkeskusteluissa jatkuvasti. Jonkin verran keskusteluissa syntyi suoraa vertailua raha- ja digipelaamisen välillä, mutta tämä vertailu oli usein myös vertailua aikuisten ja nuorten ongelmista ja palveluista. Kaiken kaikkiaan digipelaaminen tuotti enemmän keskustelua. Sekä kyselyssä, että keskusteluissa näkyi, että kaikki esittivät omia arvioitaan digipelaamiseen liittyen, kun taas monet vain lähinnä digipelaamisen kanssa tekemisissä olleet eivät vastanneet rahapelaamista koskeviin kysymyksiin eivätkä esittäneet keskusteluissa rahapelaamiseen liittyviä väitteitä.

Taulukkoon on koottu yleisimmin asiantuntijapaneelin keskusteluissa esitettyjä väitteitä ongelmallisesti pelaavista. Rastien määrä kertoo väitteen esiintymisen yleisyydestä (x= väite on esitetty aineistossa kuudesti, (x) = väite on esitetty viidesti).

Väite	Rahapelaaminen	Digipelaaminen
Miehet enemmistö	xx	xx
Nuoret miehet keskeinen ryhmä	xx	xx
Pelaaminen aloitettu hyvin nuorena	x	x
Eläkeläiset merkittävä ryhmä	x	
Keski-ikäiset merkittävä ryhmä	x	
Neuropsyk. poikkeavat merkittävä ryhmä	x	x(x)
Päihtyneenä pelaaminen tuo ongelmia	x	
Pyrkimys muuttaa talous- ja elämäntilannetta	xx	
Pako ongelmista	x	xx
Sosiaalisten tilanteiden vaikeus/yksinäisyys	(x)	xxxxxx
Riippuvuustaipumus	x	(x)
Päihtetöntä pelaamista		x
Passiivisuus muussa elämässä		xx

Taulukko 2. Ongelmallisesti pelaavien raha- ja digipelaajien piirteitä

Sekä raha- että digipelaamista kuvattiin yleisesti reaktiona muihin ongelmiin ja elämäntilanteeseen. Rahapelaamiseen liittyvissä väitteissä pelaamista kuvataan usein yrityksenä lisätä (taloudellisia) resursseja tai reaktiona pelaajasta riippumattomaan tapahtumaan, kuten traumaan tai sairauteen. Vastaavasti digipelaajan liiallinen pelaaminen on seurausta sosiaalisista ongelmista ja heikoista sosiaalisista taidoista. Kuvauksessa rahapelaaja näyttäytyy monesti aktiivisena toimijana, joka pyrkii johonkin, kun taas digipelaajaa kuvataan usein passiivisena ajautujana, jonka pelaaminen on pakoa ja vetäytymistä.

Alla olevaan taulukkoon on koottu havaintoja ongelmalliseen raha- ja digipelaamiseen liittyvistä pelitavoista asiantuntijapaneelin keskusteluissa.

	Motiivit ja tottumukset	Pelit ja laitteet
Rahapelaaminen	<p>Pelistä haetaan elämyksiä, joita tarvitaan vastapainoksi esim. sairaudelle tai sitovalle perhetilanteelle.</p> <p>Nettipokeria pelataan suunnitelmallisesti ja tuottavasti, mutta ongelmia aiheutuu voittojen tuplausyrityksistä muissa peleissä ja vrk-rytmin sekoamisesta.</p> <p>Pelaaminen aiheuttaa ongelmia vrk-rytmiin ja ajankäyttöön.</p> <p>Vanhempien ja isovanhempien toiminta ohjaa rahapelaamiseen.</p>	Rahapeliautomaatit aiheuttavat ongelmia edelleen erityisesti ikääntyneille ja alaikäisille.
Digipelaaminen	<p>Pelien kautta luodaan vaihtoehtomaailma.</p> <p>Yöllä pelataan tottumuksen, rauhan ja aikavöhykkeiden vuoksi.</p> <p>Digipelaajat eivät pelaa rahapelejä.</p> <p>Peleistä haetaan vahvoja elämyksiä.</p> <p>Pelit houkuttavat sosiaalisilta taidoiltaan heikkoja ja yksinäisiä.</p> <p>Vanhemmat eivät tunnista/kunnioita ikärajoja.</p>	Mobiililaitteet näkyvät, haitoista on vähän havaintoja. Pelilaitteiden sijoittamisella voi ehkäistä ja rajoittaa ongelmia.

Taulukko 3. Havaintoja ongelmalliseen pelaamiseen liittyvistä pelitavoista

Taulukossa näkyvistä väitteistä digipelaamiseen liittyvä vaihtoehtoisen todellisuuden luominen oli hyvin usein toistuva, samoin yöllä pelaamisen motiiveista käytiin melko vilkasta keskustelua. Huomattavaa on vanhempien ja isovanhempien liikapelaamista tuottavan toiminnan nouseminen molempien pelilajien kohdalla.

## 7. LOPUKSI

Pelituen tiedontuotannon aineistoja voisi hyödyntää laajemmin ja syvemmin. Hankkeessa tiedontuotanto on kasvatettu niille rajoille, joille se tällä tavoiteasettelulla ja näillä resursseilla on mahdollista viedä. Myös tämän raportin kasvattamista kohtuuttoman laajaksi haluttiin välttää, joten kaikkia aineistoja ja analyyseissa tehtyjä havaintoja ei voitu esitellä niin perusteellisesti kuin olisi ollut mahdollista. Osaltaan aineistojen tarkastelua rajaa myös päätös koota tähän raporttiin vain Pelituen kokoamista aineistoista nousevia havaintoja, emme siis viittaa tutkimuksiin (GASA-mittarin esittelyä lukuun ottamatta) tai tee vertailuja muualla tehtyihin selvityksiin.

Keskittyminen nuorten pelaamista laajasti kuvaavien aineistojen keräämiseen tiedontuotannon ensimmäisessä vaiheessa oli onnistunut valinta; näin saatiin pelaamiseen liittyvien haittojen lisäksi tietoa myös siitä, millaisia merkityksiä, sosiaalisia suhteita ja käytäntöjä pelaamiseen liittyi. Hyvin perusteltua oli myös suunnata tiedontuotannon toisessa vaiheessa tarkastelua enemmän ongelmalliseen pelaamiseen. Ensimmäisen vaiheen toistamisella samansisältöisenä ei olisi pystytty täsmentämään kuvaa pelaamiseen liittyvistä haitoista eikä raha- ja digipelaamisen eroista ja yhtäläisyyksistä.

Tehdyt valinnat merkitsivät suoran vertailumahdollisuuden menettämistä hyvin monessa kohdassa. Useissa kohdissa, kuten nuorten pelaamiseen käyttämän ajan tai koettujen haittojen kohdalla, vertailua voitiin tehdä, ja tehdyissä vertailuissa ei noussut esiin ristiriitoja ensimmäisen ja toisen vaiheen aineistojen välillä. Yleiskuva eri vaiheiden tuloksista on keskeisiltä osin hyvin samanlainen, ja tällä perusteella voidaan entistä vahvemmin uskoa tulosten luotettavuuteen. On kuitenkin muistettava, että kyselyaineistot ovat näytteitä, joiden perusteella ei voi tehdä yleistyksiä.

Toisen vaiheen tiedontuotanto ei nostanut esiin seikkoja, jotka olisivat ristiriidassa hankkeessa ensimmäisen vaiheen tiedontuotannon tulosten perusteella kehitettyjen työvälineiden kanssa. Jotkut työvälineissä näkyvät jäsennykset saivat vahvistusta, ja monet hankkeen kehittämisprosesseissa esiin tulleet kysymykset näkyivät myös uusissa aineistoissa.

Aineistojen keruussa, analysoinnissa ja raportoinnissa raha- ja digipelaamisen erottaminen toisistaan on ollut tärkeää ja vaikeaa. Kyse ei niinkään ole siitä, että näiden pelilajien raja on häilyvä (jota se toki on, ja etenkin digipelaaminen käsitteenä on epätäsmällinen) vaan enemmänkin siitä, että valtaosa kyselyiden vastaajista, haastatelluista ja keskustelujen osallistujista mieltää pelaamisen ensisijaisesti digi- tai rahapelaamiseksi. Tällöin olisi aina erikseen tarkennettava, kumpaa tarkoitetaan, ja näin ohjattava informantteja kertomaan halutusta pelilajista. Pelkkä pelaamisesta puhuminen tuottaa hyvin tulkinnanvaraista tietoa. Olisi hyvä tarkentaa sitäkin, mitä digi- tai rahapelejä tarkoittaa: tulevaisuudessa erilaisten pelien määrä kasvaa, ja erilaiset pelit ovat hyvin erilaisia niin pelikulttuurin, mahdollisten haittojen kuin pelaajien taustojenkin osalta.

Pelituki-hankkeen tiedontuotannon ensimmäisen vaiheen raportin lopussa listattiin tiedontarpeita: kaivattiin ongelmallisen digipelaamisen määrittelyä tukevaa tietoa, ongelmallisen digipelaamisen esiintyvyydestä kertovaa tietoa ja tietoa siitä mihin ilmiöihin, ongelmiin ja olosuhteisiin nuorten peliongelmat liittyvät. Hankkeen tiedontuotannon toinen vaihe on osaltaan vastannut kaikkiin mainittuihin tarpeisiin, mutta tehtävää olisi edelleen näidenkin kysymysten kohdalla. Entistä vankempien aineistojen pohjalta voi myös todeta saman kuin ensimmäisen tiedontuotannon raportin lopussa: tulisi muistaa pelaamisen kasvava monimuotoisuus ja tarkastella pelaamista osana nuoren elämää, ei siitä erotettuna, potentiaalisesti addiktoivana toimintana.

#### LÄHTEET:

Brunborg, Hanss, Mentzoni & Pallesen (2015): Core and Peripheral Criteria of Video Game Addiction in the Game Addiction Scale for Adolescents. *CyberPsychology, Behavior and Social Networking*. 18: 280-285.

Charlton & Danforth (2007): Distinguishing addiction and high engagement in the context of online game playing. *Computers in Human Behavior* 23 (2007) 1531-1548

Itäpuisto M., Lampinen K., Miettinen P., Naappi S., Perttula A-M., Smolander, K. & Vihriälä J. (2011). Rahapeliongelmien tunnistaminen, puheeksiotto ja pelaajan auttaminen. Opas. Sovatek-säätiö, Kuopion Kriisikeskus, Kehittämiskeskus Tyynelä. Pelissä-hanke, Raha-automaattiyhdistyksen tuella.

Lemmens, Jeroen & Valkenburg, Patti & Jochen, Peter 2009. Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12:77-95. Routledge. Taylor & Francis Group LLC.

## Liite 1. Nuorten kyselylomake 2012–2013

### A. TAUSTATIEDOT

1. Sukupuoli
  - a. Nainen
  - b. Mies
2. Ikäsi \_\_\_\_\_ vuotta  
(\*Oppilaitoskyselyissä kysyttiin lisäksi opiskelupaikkaa)
3. Miten asut?
  - a. Yksin
  - b. Vanhempien / huoltajien kanssa
  - c. Ystävän kanssa
  - d. Avo- / aviopuolison kanssa
  - e. Asuntolassa
  - f. Perhekodissa
  - g. Lastensuojelulaitoksessa
  - h. Muuten, miten \_\_\_\_\_
4. Mihin käytät tietokonetta **VAPAA-AJALLASI**? Voit valita useita vaihtoehtoja.
  - a. En käytä aikaa tietokoneella
  - b. Pelaamiseen
  - c. Yhteisöllisiin verkkopeleihin (esim. WoW tms.)
  - d. Verkko yhteisöihin ja sosiaaliseen mediaan (esim. Facebook)
  - e. Rahapeleihin (esim. nettipokeri tms.)
  - f. Lukemiseen ja tiedonhakuun (esim. uutiset, harrastukset)
  - g. Musiikin ja videoiden kuunteluun ja katseluun
  - h. Elokuvien ja televisiosarjojen katseluun
  - i. Kuvien, musiikin tai videoiden muokkaukseen ja jakamiseen, blogeihin ja muuhun sisällöntuotantoon
  - j. Sähköiseen asiointiin ja verkkokauppaan
  - k. Muuhun, mihin \_\_\_\_\_

### B. PELAAMINEN

5. Kuinka usein pelaat seuraavia pelityyppejä?

1=En lainkaan, 2=Silloin tällöin, 3=Noin kerran kuussa, 4=Viikottain, 5=Päivittäin

#### **Yksin pelattavat tietokonepelit**

(esim. pasianssi, The Sims tms.)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

#### **Konsolipelit**

(esim. Guitar Hero, Wii Sports, Super Mario Bros tms.)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

#### **Käsi-konsolipelit**

(esim. Nintendogs, Pokemon tms.)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

#### **Monen pelaajan verkkopelit**

(esim. World of Warcraft, Runescape tms.)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

#### **Internetin ilmaiset selainpelit**

(esim. Älypää, Sudoku tms.)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

#### **Facebookin pelit**

(esim. Farmville tms.)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

#### **Internetissä ladattavat maksulliset pelit**

(esim. Angry Birds, matopeli tms.)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

#### **Oppimispelit**

(esim. Secure, Voltage tms.)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

#### **Rahapelit**

(esim. rahapeliautomaatit, nettipokeri, veikkauspelit tms.)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

**Jotain muuta, mitä \_\_\_\_\_**



6. Kuinka monta tuntia **VIIKOSSA** pelaat yhteensä?
- En pelaa
  - Alle kaksi tuntia
  - 2-7 tuntia
  - 8-14 tuntia
  - 15-20 tuntia
  - 21–40 tuntia
  - 41-60 tuntia
  - Yli 60 tuntia
7. Oletko koskaan pelannut omasta mielestäsi liian kauan?
- En
  - Kyllä, joskus
  - Kyllä, usein
8. Oletko koskaan joutunut valehtelemaan kavereillesi ja /tai läheisillesi siitä, kuinka paljon pelaat?
- Kyllä
  - En
9. Kenen kanssa pelaat? Valitse omaa tilannettasi parhaiten kuvaava vaihtoehto jokaisesta kohdasta.

	En koskaan	Joskus	Usein
Yksin	1	2	3
Kavereiden kanssa	1	2	3
Sisarusten kanssa	1	2	3
Kavereiden kanssa verkon välityksellä	1	2	3
Muiden verkkopelaajien kanssa	1	2	3
Vanhempien kanssa	1	2	3
Muiden kanssa, kenen _____	1	2	3

10. Milloin pelaat? Voit valita useita vaihtoehtoja.
- En pelaa
  - Opintojen, työn tai muiden vastaavien velvoitteiden aikana
  - Kotona päivällä (klo 06-18)
  - Kotona illalla (klo 18-24)
  - Kotona yöllä (24-06)
  - Vapaa-ajalla kodin ulkopuolella
  - Muulloin, milloin \_\_\_\_\_
11. Käytätkö rahaa peleihin/pelaamiseen **JOKA KUUKAUSI**? Arvioi myös käyttämäsi rahan määrää.

	En käytä lainkaan	Kyllä käytän
Tietokone- ja konsolipelien hankintaan	1	2 _____ euroa
Verkkopelien maksuihin	1	2 _____ euroa
Pelien lisäosiin ja lisäsisältöihin	1	2 _____ euroa
Virtuaalihahmoihin ja virtuaalituotteisiin	1	2 _____ euroa
Rahapeleihin	1	2 _____ euroa

12. Jos pelaat rahapelejä, oletko koskaan tuntenut tarvetta käyttää pelaamiseen yhä enemmän rahaa?
- Kyllä
  - Ei

### C. PELAAMISEN MERKITYS

13. Miksi pelaat? Voit valita useita vaihtoehtoja.
- En pelaa
  - Pelaaminen on kivaa
  - Koska kaveritkin pelaavat
  - Haluan unohtaa ikävät asiat
  - Pelaamalla on helppo kuluttaa aikaa
  - Haluan oppia uusia asioita
  - Pelaamalla tutustun uusiin ihmisiin
  - Pelaaminen on tapa
  - Pelaaminen on harrastus

- j. Olen yksinäinen  
 k. Ei ole muuta tekemistä  
 l. Joku muu syy, mikä? \_\_\_\_\_

14. Mitä mieltä olet seuraavista pelaamiseen liittyvistä väittämistä? Valitse omaa tilannettasi parhaiten kuvaava vaihtoehto jokaisesta kohdasta.

1=Täysin eri mieltä, 2=Jokseenkin eri mieltä, 3=En samaa enkä eri mieltä, 4=Jokseenkin samaa mieltä, 5=Täysin samaa mieltä

Pelaisin enemmän, jos ehtisin Pelaamisestani seuraa joskus erimielisyyksiä läheisten tai kavereideni kanssa	1	2	3	4	5
Pelit aiheuttavat riippuvuutta Pelaan joskus silloinkin kun minun pitäisi oikeastaan olla tekemässä jotain muuta	1	2	3	4	5
Väkivaltaisten pelien pelaaminen johtaa väkivaltaiseen käyttäytymiseen	1	2	3	4	5
Pelaamalla pääsen mukaan ryhmiin tai yhteisöihin	1	2	3	4	5
Olen yrittänyt rajoittaa kavereideni pelaamista	1	2	3	4	5
Minua on kehoitettu vähentämään pelaamista	1	2	3	4	5
Vanhemmat ovat kiinnostuneita pelaamisestani	1	2	3	4	5
Pelaaminen piristää minua	1	2	3	4	5
Pelit sisältävät turhaa väkivaltaa	1	2	3	4	5
Pelaaminen on rentouttavaa Pelaan töiden, koulun tai muiden velvoitteiden lomassa	1	2	3	4	5
rentoutuakseni	1	2	3	4	5
Seuraan mielelläni toisten pelaamista	1	2	3	4	5
Palkitsen joskus itseäni pelaamisella	1	2	3	4	5
Voittaminen ei ole minulle tärkeää	1	2	3	4	5
Pelien väkivalta on harmitonta	1	2	3	4	5
Pelatessani keskityn vain pelimaailman tapahtumiin	1	2	3	4	5
Pelilahmoillani on ominaisuuksia, joita haluaisin itselleni	1	2	3	4	5
Eläydyn pelilahmoni kokemuksiin	1	2	3	4	5
Joskus pelien tapahtumat tuntuvat tapahtuvan minulle	1	2	3	4	5
Uppoudun helposti pohtimaan pelien pulmia	1	2	3	4	5
Vaihdamme ohjeita ja kokemuksia peleistä ystäväni kanssa	1	2	3	4	5
Jos jätän pelaamisen väliin, tunnen pettäväni tiimini	1	2	3	4	5
Olen ylpeä pelaamalla karttuneista kokemuksistani	1	2	3	4	5
Mietin pelejä joskus myös silloin kun en pelaa	1	2	3	4	5
Minulla on peleissä selkeitä tavoitteita	1	2	3	4	5

Suunnittelen pelistrategioita usein etukäteen	1	2	3	4	5
Peleissä voin tehdä asioita, joita en muuten voisi tehdä	1	2	3	4	5
Teen pelaamisen aikana usein myös jotakin muuta	1	2	3	4	5
Nautin pelien tarjoamasta fantasiasta ja tarinasta	1	2	3	4	5
Nautin pelatessani sellaisten asioiden tekemisestä, joihin taitoni tai rahani eivät riitä tosielämässä	1	2	3	4	5
Pelit merkitsevät minulle aikaa ja paikkaa ilman ulkopuolisia paineita	1	2	3	4	5

#### D. PELAAMISEN SÄÄNNÖT, RAJOITUKSET JA HAITAT

15. Onko sinulla sääntöjä tai rajoituksia pelaamisen suhteen? Voit valita useita vaihtoehtoja.
- Ei ole sääntöjä tai rajoituksia
  - Aikarajoituksia siihen, kuinka kauan saan pelata
  - Aikarajoituksia siihen, milloin saan pelata
  - Rajoituksia pelien sisältöihin, eli minkälaisia pelejä saan pelata
  - Rajoituksia pelien ikärajoja koskien
  - Pelikaverihin, kenen kanssa saan pelata
  - Pelipaikkaan, missä saan pelata
  - Muita, mitä?
- 
16. Kuka pelaamistasi rajoittaa? Voit valita useita vaihtoehtoja.
- Minä itse
  - Äiti
  - Isä
  - Sisarukset
  - Kaverit
  - Joku muu, kuka?
- 
17. Merkitse seuraavista vaihtoehtoista **KOLME** parasta keinoa hallita pelaamista.
- Terveellisestä arjen rytmistä kiinnittäminen (ruokailu, opiskelu/työ, liikunta, lepo)
  - Pelaaminen vain lyhyitä aikoja kerrallaan
  - Pelisivujen välttäminen tai sivujen estot
  - Pelaamisen rutiinien rikkominen tai niiden syntymisen estäminen
  - Koukuttavimpien pelien välttäminen
  - Sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen pelien ulkopuolella
  - Säännölliset muuta harrastukset/ toiminnat
  - Kiinnostuksen suuntaaminen muihin asioihin
  - Ei hanki pelilaitteita
  - Ei hanki pelejä
  - Ei kokeile pelien ilmaisversioita
  - Pelaamisen lopettaminen kokonaan tai osittain, kun huoli liiallisesta pelaamisesta herää
  - Peliporukoiden välttäminen
  - Mallin ottaminen henkilöistä, joille pelaaminen ei ole ongelma
  - Luotujen sääntöjen noudattaminen koskien pelaamista
  - Muita, mitä?
- 
18. Onko kaveriporukassasi sellainen henkilö, joka pelaa mielestäsi liikaa?
- Ei ole
  - Kyllä, yksi
  - Kyllä, useita

19. Arvioi onko pelaaminen aiheuttanut sinulle seuraavia haittoja. Valitse omaa tilannettasi parhaiten kuvaava vaihtoehto jokaisesta kohdasta.

	Ei koskaan	Joskus	Toistuvasti
Häiriöt tai vaikeudet nukkumisessa	1	2	3
Vuorokausirytmien muutokset	1	2	3
Koulunkäynnin, opiskelun, työn tai muiden vastaavien velvoitteiden häiriintymistä	1	2	3
Ihmissuhteisiin liittyvät haitat	1	2	3
Taloudelliset haitat	1	2	3
Velkaantuminen	1	2	3
Eristäytyminen	1	2	3
Riidat perheessä tai kumppanin kanssa	1	2	3
Päihteiden käyttö (esim. alkoholi)	1	2	3
Piristeiden käyttö (esim. energiajuomat, kofeiinitabletit)	1	2	3
Masennus	1	2	3
Stressi	1	2	3
Vääristynyt kuva maailmasta	1	2	3
Aggressiivinen käyttäytyminen	1	2	3
Käyttäytymismallien siirtyminen peleistä arkeen	1	2	3
Silmien väsyminen	1	2	3
Kuuloharhat	1	2	3
Epileptiset kohtaukset	1	2	3
Painonhallinnan vaikeudet	1	2	3
Ranne-, kyynärpää-, selkä- ja niskaoireet	1	2	3
Yleinen väsymys	1	2	3
Epäterveellinen ruokavalio	1	2	3

20. Onko pelaamisesta aiheutunut sinulle jotain muita kuin edellä listattuja haittoja? Mitä? Kirjoita vastauksesi omin sanoin alla olevaan tilaan.

---

---

---

21. Mikä on mielestäsi ongelmallista pelaamista? Kirjoita vastauksesi omin sanoin alla olevaan tilaan.

---

---

---

**KIITOS OSALLISTUMISESTASI!**

## Liite 2. Nuorten kyselylomake 2015

### A. TAUSTATIEDOT

1. Sukupuoli
  - a. Nainen
  - b. Mies
  
2. Ikäsi \_\_\_\_ vuotta  
(\* Oppilaitoskyselyissä kysyttiin lisäksi opiskelupaikkaa)

### B. PELAAMINEN

#### Digitaalinen pelaaminen

3. Kuinka usein pelaat seuraavia pelityyppejä?

1=En lainkaan, 2=Silloin tällöin, 3=Noin kerran kuussa, 4=Viikottain, 5=Päivittäin

Tietokonepelit	1	2	3	4	5
Konsolipelit	1	2	3	4	5
Monen pelaajan verkkopelit	1	2	3	4	5
Sosiaalisen median pelit	1	2	3	4	5
Muut selaimessa pelattavat pelit	1	2	3	4	5
Mobiililaitteiden pelit	1	2	3	4	5

4. Kuinka monta tuntia **viikossa** pelaat yhteensä?

- a. En pelaa lainkaan
- b. Alle 8 tuntia
- c. 8-14 tuntia
- d. 15-20 tuntia
- e. 21-40 tuntia
- f. Yli 40 tuntia

4. Millaisia pelaamiseen liittyviä kokemuksia sinulla on ollut **viimeisen 6 kuukauden** aikana? Valitse omaa tilannettasi parhaiten kuvaava vaihtoehto jokaisesta kohdasta.

1=Ei lainkaan, 2=Harvoin, 3=Joskus, 4=Melko usein, 5=Erittäin usein

Pelaisin enemmän, jos ehtisin	1	2	3	4	5
Pelaamisestani seuraa joskus erimielisyyksiä läheisten tai kavereideni kanssa	1	2	3	4	5
Pelit aiheuttavat riippuvuutta	1	2	3	4	5
Pelasin kauemmin kuin suunnittelin	1	2	3	4	5
Pelaamalla pääsen mukaan ryhmiin tai yhteisöihin	1	2	3	4	5
Minua on kehoitettu vähentämään pelaamista	1	2	3	4	5
Pelaaminen piristää minua	1	2	3	4	5
Pelaaminen on rentouttavaa	1	2	3	4	5
Minua ärsyttää, jos en pääse pelaamaan	1	2	3	4	5
Pelaan töiden, koulun tai muiden velvoitteiden lomassa	1	2	3	4	5
rentoutuakseni	1	2	3	4	5
Seuraan mielelläni toisten pelaamista	1	2	3	4	5
Pelien väkivalta on harmitonta	1	2	3	4	5
Pelatessani keskityn vain	1	2	3	4	5

pelimaailman tapahtumiin	1	2	3	4	5
Ajattelen pelaamista pitkin päivää	1	2	3	4	5
Minulla on peleissä selkeitä tavoitteita	1	2	3	4	5
Suunnittelen pelistrategioita usein etukäteen	1	2	3	4	5
Yritykseni vähentää pelaamista on epäonnistunut	1	2	3	4	5
Teen pelaamisen aikana usein myös jotakin muuta	1	2	3	4	5
Nautin pelien tarjoamasta fantasiasta ja tarinasta	1	2	3	4	5
Nautin pelatessani sellaisten asioiden tekemisestä, joihin taitoni tai rahani eivät riitä tosielämässä	1	2	3	4	5
Pelit merkitsevät minulle aikaa ja paikkaa ilman ulkopuolisia paineita	1	2	3	4	5
Pelaan unohtaakseni ikävät asiat	1	2	3	4	5

### Rahapelaaminen

5. Kuinka usein pelaat seuraavia rahapelityyppejä?

1=En lainkaan, 2=Silloin tällöin, 3=Noin kerran kuussa, 4=Viikottain, 5=Päivittäin

Lotto, Viking lotto tai Jokeri	1	2	3	4	5
Päivittäiset arvontapelit (Keno, Syke, eBingo)	1	2	3	4	5
Raaputusarvat (Ässä, Casino tms.)	1	2	3	4	5
Vedonlyönti (pitkäveto, moniveto, tulosveto, Live-veto, vakioveikkaus)	1	2	3	4	5
Rahapeliautomaatit	1	2	3	4	5
Pelinhoitajan hoitama pöytäpeli (ruletti, Black Jack)	1	2	3	4	5
Nettipokeri	1	2	3	4	5
Muut rahapelit nettikasinoilla	2	3	4	5	
Totopelit ja raviveikkaus, myös internetissä	1	2	3	4	5
Yksityinen vedonlyönti ja/tai korttipeli rahapanoksella	1	2	3	4	5

6. Onko kaveriporukassasi sellainen henkilö, joka pelaa rahapelejä?

- Ei ole
- Kyllä, yksi
- Kyllä, useita

7. Kuinka paljon käytät rahaa pelaamiseen **viikoittain**? Valitse vain yksi omaa tilannettasi parhaiten kuvaava vaihtoehto.

- En pelaa rahapelejä
- Alle 6 euroa
- 6-11 euroa
- 12-21 euroa
- Yli 21 euroa

8. Oletko koskaan tuntenut tarvetta käyttää pelaamiseen yhä enemmän rahaa?

- Kyllä
- Ei

9. Oletko koskaan joutunut valehtelemaan kavereillesi ja/tai läheisillesi siitä, kuinka paljon pelaat?

- a. Kyllä
- b. Ei

### C. PELAAMISEEN LIITTYVÄT HAITAT

10. Onko kaveriporukassasi sellainen henkilö, joka pelaa mielestäsi liikaa?

- d. Ei ole
- e. Kyllä, yksi
- f. Kyllä, useita

11. Arvioi, onko pelaamiseesi liittynyt seuraavia haittoja **viimeisen 6 kuukauden** aikana. Valitse omaa tilannettasi parhaiten kuvaava vaihtoehto jokaisesta kohdasta.

1=Ei lainkaan, 2=Harvoin, 3=Joskus, 4=Melko usein, 5=Erittäin usein

Häiriöt tai vaikeudet nukkumisessa	1	2	3	4	5
Vuorokausirytmien muutokset	1	2	3	4	5
Koulunkäynnin, opiskelun, työn tai muiden vastaavien velvoitteiden häiriintymistä	1	2	3	4	5
Ihmisuhteisiin liittyvät haitat	1	2	3	4	5
Taloudelliset haitat	1	2	3	4	5
Velkaantuminen	1	2	3	4	5
Eristäytyminen	1	2	3	4	5
Riidat perheessä tai kumppanin kanssa	1	2	3	4	5
Päihteiden käyttö (esim. alkoholi)	1	2	3	4	5
Piristeiden käyttö (esim. energijuomat, kofeiinitabletit)	1	2	3	4	5
Masennus	1	2	3	4	5
Stressi	1	2	3	4	5
Vääristynyt kuva maailmasta	1	2	3	4	5
Aggressiivinen käyttäytyminen	1	2	3	4	5
Käyttäytymismallien siirtyminen peleistä arkeen	1	2	3	4	5
Silmien väsyminen	1	2	3	4	5
Kuuloharhat	1	2	3	4	5
Pelaamisesta valehtelu	1	2	3	4	5
Epileptiset kohtaukset	1	2	3	4	5
Painonhallinnan vaikeudet	1	2	3	4	5
Ranne-, kyynärpää-, selkä- ja niskaoireet	1	2	3	4	5
Yleinen väsymys	1	2	3	4	5
Epäterveellinen ruokavalio	1	2	3	4	5

**KIITOS OSALLISTUMISESTASI!**

### Liite 3. Ammattilaisten kysely 2012–2013

#### A. TAUSTATIEDOT

1. Sukupuoli
  - a. Nainen
  - b. Mies
  
2. Ikä \_\_\_\_\_ vuotta
3. Missä työskentelette? Valitkaa vaihtoehdoista tilannettanne parhaiten kuvaava vaihtoehto.
  - a. Kunnallinen lastensuojelulaitos
  - b. Yksityinen lastensuojelulaitos
  - c. Muu kunnallinen lastensuojelu
  - d. Muu yksityinen lastensuojelu
  - e. Opetus
  - f. Opiskelijahuolto
  - g. Puolustusvoimat
  - h. Siviilipalveluskeskus
  - i. Nuorisotyö
  - j. Sosiaalityö
  - k. Perusterveydenhuolto
  - l. Muu, mikä \_\_\_\_\_
  
4. Ovatko seuraavat pelit Teille tuttuja? Merkitkää kaikki tuntemanne peliluokitukset.
  - a. Kortti- ja puzzlepelit (esim. BlackJack, Mahjong)
  - b. Tasohyppelypelit (esim. Super Mario, Sonic)
  - c. Verkkoroolipelit (esim. WoW, RuneScape)
  - d. Simulaatio- ja suunnittelupelit (esim. Sims, Second Life)
  - e. Urheilupelit ja urheilusimulaatiot (esim. NHL, Football Manager)
  - f. Liikuntapelit (esim. Zumba Fitness, Wii Fitness)
  - g. Musiikki- ja partypelit (esim. Guitar Hero, Sing Star)
  - h. Ajopelit ja simulaattorit (esim. Gran Turismo, Flight Simulator)
  - i. Taistelu ja toimintapelit (esim. Call of Duty, Alan Wake)
  - j. Seikkailupelit (esim. Sly Raccoon, Final Fantasy)
  - k. Strategiapelit (esim. Civilization, Command & Conquer)
  - l. Oppimis- ja hyötypelit (esim. Secure, Voltage)
  - m. Rahapelit (esim. Veikkauksen ja RAY:n pelit, nettipokeri)
  - n. En tunne pelejä / Peliluokitukset eivät ole minulle tuttuja

#### B. DIGITAALISTEN PELIEN MERKITYS

5. Alla on lueteltu joitakin väittämiä, jotka liittyvät tietokone- ja konsolipeleihin ja niiden pelaamiseen. Arvioikaa, oletteko väittämän kanssa samaa vai eri mieltä ja ympyröikää sopivin vastausvaihtoehto.

1=Täysin eri mieltä, 2=Jokseenkin eri mieltä, 3=Neutraali kanta, 4=Jokseenkin samaa mieltä, 5=Täysin samaa mieltä

Pelit ovat sopivaa viihdettä nuorille.	1	2	3	4	5
Nuoret viettävät liikaa aikaa pelien parissa.	1	2	3	4	5
Pelit aiheuttavat riippuvuutta nuorissa.	1	2	3	4	5
Pelit heikentävät nuorten sosiaalisia taitoja.	1	2	3	4	5
Väkivaltaisten pelien pelaaminen johtaa väkivaltaiseen käyttäytymiseen.	1	2	3	4	5
Pelien pelaaminen on tärkeää nuorille, koska kaveritkin pelaavat niitä.	1	2	3	4	5
Nuoret pelaavat yleensä yksin ollessaan.	1	2	3	4	5
Pelaaminen on nuorelle haitallista ajanvietettä.	1	2	3	4	5
Pelaaminen tarjoaa nuorille mielenkiintoisia kokemuksia ja elämyksiä.	1	2	3	4	5
Nuoret oppivat peleistä monia hyödyllisiä asioita.	1	2	3	4	5
Olen huolissani siitä, millaisia vaikutuksia peleillä saattaa olla nuoriin.	1	2	3	4	5
Minun on usein rajoitettava nuorten pelaamiseen käyttämää aikaa.	1	2	3	4	5



Pidän itse digitaalisten pelien pelaamisesta.	1	2	3	4	5
Käsitykseni nuorten pelaamisesta on muuttunut työurani aikana.	1	2	3	4	5
Nuoret tulevat usein juttelemaan minulle pelaamiseen liittyvistä asioista.	1	2	3	4	5
Minulla on keinoja auttaa nuorta, jolle pelaaminen on muodostunut ongelmaksi.	1	2	3	4	5
Nuorten vanhemmat ovat kiinnostuneita keskustelemaan nuorten pelaamiseen liittyvistä asioista.	1	2	3	4	5

### C. ONGELMALLINEN PELAAMINEN

6. Kohtaatteko työssänne nuoria, joiden pelaamista voisi mielestänne sanoa ongelmalliseksi pelaamiseksi?  
a. Kyllä  
b. En (siirtykää kysymykseen 8)
7. Mikäli vastasitte edelliseen kysymykseen kyllä, arvioikaa, onko työssä kohtaamienne nuorten pelaamiseen liittynyt seuraavia haittoja?

	Kyllä	Ei
Häiriöt tai vaikeudet nukkumisessa	1	2
Vuorokausirytmien muutokset	1	2
Koulunkäynnin, opiskelun, työn tai muiden vastaavien velvoitteiden häiriintymistä	1	2
Ihmissuhteisiin liittyvät haitat	1	2
Taloudelliset haitat	1	2
Velkaantuminen	1	2
Eristäytyminen	1	2
Riidat perheessä/ kumppanin kanssa	1	2
Päihteiden käyttö	1	2
Piristeiden käyttö (esim. energiajuomat, kofeiinitabletit)	1	2
Masennus	1	2
Stressireaktiot	1	2
Vääristynyt kuva maailmasta	1	2
Aggressiivinen käyttäytyminen	1	2
Käyttäytymismallien siirtyminen peleistä arkeen	1	2
Silmien väsyminen	1	2
Kuuloharhat	1	2
Epileptiset kohtaukset	1	2
Painonhallinnan vaikeudet	1	2
Ranne-, kyynärpää-, selkä- ja niskaoireet	1	2
Yleinen väsymys	1	2
Jotain muuta, mitä		

8. Osaamiseni nuorten ongelmallisen pelaamisen ennaltaehkäisyssä ja hoidossa.

	Kyllä	Ei
Minulla on käsitys kuinka ennaltaehkäistään ongelmallista pelaamista.	1	2
Pystyn arvioimaan milloin pelaamisesta on tulossa ongelma.	1	2
Tiedän, miten voin tukea ja auttaa ongelmallisesti pelaavaa nuorta.	1	2
Tiedän, mistä saa apua ongelmalliseen pelaamiseen.	1	2

**KIITOS OSALLISTUMISESTANNE!**

## Liite 4. Vanhempien kysely

### A. TAUSTATIEDOT

1. Sukupuoli
  - c. Nainen
  - d. Mies
2. Ikä \_\_\_\_\_ vuotta
3. Kotitaloutenne perhemalli
  - a. Ydinperhe (vanhemmat ja yhteinen lapsi/lapsia)
  - b. Uusperhe (vanhemmat ja lapsi/lapsia edellisistä liitoista, vanhemmat ja yhteinen lapsi/lapsia sekä lapsi/lapsia edellisistä liitoista)
  - c. Yhden vanhemman perhe (vanhempi ja lapsi/lapsia)
  - d. Muu perhemalli
4. Minkä ikäisiä lapsia perheeseen kuuluu? Voitte valita useamman vaihtoehdon.
  - a. alle 7 vuotta
  - b. 7 – 9 vuotta
  - c. 10 – 12 vuotta
  - d. 13 – 15 vuotta
  - e. 16 – 18 vuotta
  - f. yli 18 vuotta
5. Kotitaloutenne koko \_\_\_\_\_ henkilöä
6. Ovatko seuraavat pelit Teille tuttuja? Merkitkää kaikki tuntemanne peliluokitukset.
  - a. Kortti- ja puzzlepelit (esim. BlackJack, Mahjong)
  - b. Tasohyppelypelit (esim. Super Mario, Sonic)
  - c. Verkkoroolipelit (esim. WoW, RuneScape)
  - d. Simulaatio- ja suunnittelupelit (esim. Sims, Second Life)
  - e. Urheilupelit ja urheilusimulaatiot (esim. NHL, Football Manager)
  - f. Liikuntapelit (esim. Zumba Fitness, Wii Fitness)
  - g. Musiikki- ja partypelit (esim. Guitar Hero, Sing Star)
  - h. Ajopelit ja simulaattorit (esim. Gran Turismo, Flight Simulator)
  - i. Taistelu ja toimintapelit (esim. Call of Duty, Alan Wake)
  - j. Seikkailupelit (esim. Sly Raccoon, Final Fantasy)
  - k. Strategiapelit (esim. Civilization, Command & Conquer)
  - l. Oppimis- ja hyötypelit
  - m. Rahapelit (esim. Veikkauksen ja RAY:n pelit, nettipokeri)
  - n. En tunne pelejä / Peliluokitukset eivät ole minulle tuttuja
7. Mitä seuraavista laitteista kotitaloudestanne löytyy? Voitte valita useamman vaihtoehdon.
  - a. PlayStation
  - b. Nintendo Wii
  - c. Xbox
  - d. Käsikonsoli
  - e. Tietokone
  - f. Älypuhelin
  - g. Tablet
  - h. Muu, mikä \_\_\_\_\_

### B. NUOREN PELAAMINEN

Vastatkaa B-osan kysymyksiin **sen lapsenne kannalta**, jonka vanhempainiltaan tänään osallistutte.

8. Mihin lapsenne käyttää tietokonetta VAPAA-AJALLAAN? Voitte valita useamman vaihtoehdon.
  - a. Lapseni ei käytä aikaa tietokoneella
  - b. Pelaamiseen
  - c. Yhteisöllisiin verkkopeleihin (esim. WoW tms.)
  - d. Verkkoyhteisöihin ja sosiaaliseen mediaan (esim. Facebook)
  - e. Rahapeleihin (esim. nettipokeri tms.)
  - f. Lukemiseen ja tiedonhakuun (esim. uutiset, harrastukset)
  - g. Musiikin ja videoiden kuunteluun ja katseluun
  - h. Elokvien ja televisiosarjojen katseluun

- i. Kuvien, musiikin tai videoiden muokkaukseen ja jakamiseen, blogeihin ja muuhun sisällöntuotantoon
- j. Sähköiseen asiointiin ja verkkokauppaan
- k. Muuhun, mihin
- l. En osaa sanoa

9. Pelaako lapsenne seuraavia pelityyppejä? Valitkaa sopiva vaihtoehto jokaisesta kohdasta.

	Kyllä	Ei	En osaa sanoa
<b>Yksin pelattavat tietokonepelit</b> (esim. pasianssi, The Sims tms.)	1	2	3
<b>Konsolipelit</b> (esim. Guitar Hero, Wii Sports, Super Mario Bros tms.)	1	2	3
<b>Käsi-konsolipelit</b> (esim. Nintendogs, Pokemon tms.)	1	2	3
<b>Monen pelaajan verkkopelit</b> (esim. World of Warcraft, Runescape tms.)	1	2	3
<b>Internetin ilmaiset selainpelit</b> (esim. Älypää, Sudoku tms.)	1	2	3
<b>Facebookin pelit</b> (esim. Farmville tms.)	1	2	3
<b>Internetissä ladattavat maksulliset pelit</b>	1	2	3
<b>Kännykkäpelit</b> (esim. Angry Birds, matopeli tms.)	1	2	3
<b>Oppimispelit</b>	1	2	3
<b>Rahapelit</b> (esim. rahapeliautomaatit, nettipokeri, veikkauspelit tms.)	1	2	3
<b>Jotain muuta, mitä</b>			

10. Kuinka monta tuntia VIIKOSSA lapsenne pelaa?

- a. Lapseni ei pelaa lainkaan
- b. Alle kaksi tuntia
- c. 2-7 tuntia
- d. 8-14 tuntia
- e. 15-20 tuntia
- f. 21-40 tuntia
- g. 41-60 tuntia
- h. Yli 60 tuntia

11. Alla on lueteltu joitakin väittämiä, jotka liittyvät tietokone- ja konsolipeleihin ja niiden pelaamiseen. Arvioikaa, oletteko väittämän kanssa samaa vai eri mieltä ja ympyröikää sopivin vastausvaihtoehto jokaisesta kohdasta.

1=Täysin eri mieltä, 2=Jokseenkin eri mieltä, 3=Neutraali kanta, 4=Jokseenkin samaa mieltä, 5=Täysin samaa mieltä

Pelit ovat sopivaa viihdettä nuorille.	1	2	3	4	5
Nuoret viettävät liikaa aikaa pelien parissa.	1	2	3	4	5
Pelit aiheuttavat riippuvuutta nuorissa.	1	2	3	4	5
Ostaessani pelin lapselleni, katson ensin ikäsuosituksen.	1	2	3	4	5
Pelit heikentävät nuorten sosiaalisia taitoja.	1	2	3	4	5
Väkivaltaisten pelien pelaaminen johtaa väkivaltaiseen käyttäytymiseen.	1	2	3	4	5
Pelien pelaaminen on tärkeää nuorille, koska kaveritkin pelaavat niitä.	1	2	3	4	5
Nuoret pelaavat yleensä yksin ollessaan.	1	2	3	4	5
Pelaaminen on nuorelle haitallista ajanvietettä.	1	2	3	4	5
Pelaaminen tarjoaa nuorille mielenkiintoisia kokemuksia ja elämyksiä.	1	2	3	4	5
Nuoret oppivat peleistä monia hyödyllisiä asioita.	1	2	3	4	5
Olen huolissani siitä, millaisia vaikutuksia peleillä saattaa olla nuoriin.	1	2	3	4	5
Minun on usein rajoitettava nuorten pelaamiseen käyttämää aikaa.	1	2	3	4	5
Pidän itse digitaalisten pelien pelaamisesta.	1	2	3	4	5
Ostaessani pelin lapselleni, otan etukäteen selvää sen sisällöstä.	1	2	3	4	5
Nuoret tulevat usein juttelemaan minulle pelaamiseen liittyvistä asioista	1	2	3	4	5
Pelaaminen rentouttaa nuorta.	1	2	3	4	5

### C. PELAAMISEN SÄÄNNÖT, RAJOITUKSET JA HAITAT

Vastatkaa C-osan kysymyksiin **sen lapsenne kannalta**, jonka vanhempainiltaan tänään osallistutte.

12. Onko lapsellanne sääntöjä tai rajoituksia pelaamisen suhteen? Voitte valita useamman vaihtoehdon.
- Ei ole sääntöjä tai rajoituksia
  - Aikarajoituksia siihen, kuinka kauan saa pelata
  - Aikarajoituksia siihen, milloin saa pelata
  - Rajoituksia pelien sisältöihin, eli minkälaisia pelejä saa pelata
  - Rajoituksia pelien ikärajoja koskien
  - Pelikavereihin, kenen kanssa saa pelata
  - Pelipaikkaan, missä saa pelata
  - Muita, mitä? \_\_\_\_\_

13. Merkitkää seuraavista vaihtoehdoista **KOLME** parasta keinoa hallita pelaamista.
- Terveellisestä arjen rytmistä kiinnittäminen (ruokailu, opiskelu/työ, liikunta, lepo)
  - Pelaaminen vain lyhyitä aikoja kerrallaan
  - Pelisivujen välttäminen tai sivujen estot
  - Pelaamisen rutiinien rikkominen tai niiden syntymisen estäminen
  - Koukuttavimpien pelien välttäminen
  - Sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen pelien ulkopuolella
  - Säännölliset muuta harrastukset/ toiminnot
  - Kiinnostuksen suuntaaminen muihin asioihin
  - Ei hanki pelilaitteita
  - Ei hanki pelejä
  - Ei kokeile pelien ilmaisversioita
  - Pelaamisen lopettaminen kokonaan tai osittain, kun huoli liiallisesta pelaamisesta herää
  - Peliporukoiden välttäminen
  - Mallin ottaminen henkilöistä, joille pelaaminen ei ole ongelma
  - Luotujen sääntöjen noudattaminen koskien pelaamista
  - Muita, mitä? \_\_\_\_\_

14. Arvioikaa, liittyykö lapsenne pelaamiseen seuraavia haittoja.  
Valitkaa sopiva vaihtoehto jokaisesta kohdasta.

	Kyllä	Ei
Häiriöt tai vaikeudet nukkumisessa	1	2
Vuorokausirytmien muutokset	1	2
Koulunkäynnin, opiskelun, työn tai muiden vastaavien velvoitteiden häiriintymistä	1	2
Ihmissuhteisiin liittyvät haitat	1	2
Taloudelliset haitat	1	2
Velkaantuminen	1	2
Eristäytyminen	1	2
Riidat perheessä/ kumppanin kanssa	1	2
Päihteiden käyttö	1	2
Piristeiden käyttö (esim. energiajuomat, kofeiinitabletit)	1	2
Masennus	1	2
Stressireaktiot	1	2
Vääristynyt kuva maailmasta	1	2
Aggressiivinen käyttäytyminen	1	2
Käyttäytymismallien siirtyminen peleistä arkeen	1	2
Silmien väsyminen	1	2
Kuuloharhat	1	2
Epileptiset kohtaukset	1	2
Painonhallinnan vaikeudet	1	2
Ranne-, kynärpää-, selkä- ja niskaoireet	1	2
Yleinen väsymys	1	2
Jotain muuta, mitä		

15. Mikä on mielestänne ongelmallista pelaamista? Kirjoittakaa vastauksenne omin sanoin alla olevaan tilaan.
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

**KIITOS OSALLISTUMISESTANNE!**

