

Nuorten internetin käyttö ja pelaaminen

Raportti

Pelituki/ Jarkko Järvelin

Tammikuu 2018

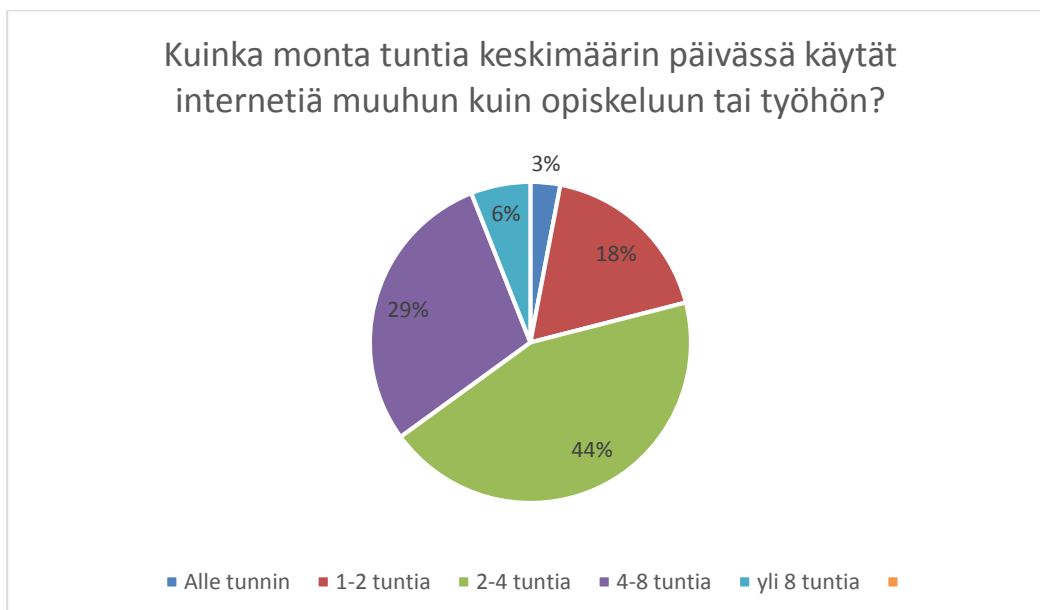
Kyselyn tausta ja toteutus

Pelituki kartoitti vuoden 2018 aikana haitallista internetin käyttöä. Osana kartoitusta tehtiin kyselyt nuorille (yläkoulu ja toinen aste), aikuisille ja haitallista internetin käyttöä työssään kohtaaville ammattilaisille. Nuorille suunnattu kysely toteutettiin kysymällä valituista alueen peruskouluista ja toisen asteen oppilaitoksista halukkuutta osallistua kyselyn toteutukseen, ja jakamalla sitten webropol-kyselylinkkiä yhteistyöhön lähteneisiin oppilaitoksiin. Yhteistyötahojen löytäminen oli yllättävän työlästä, mutta lopulta vastauksia kertyi ajalla 14.8. – 26.11.2018 yhteensä 764. Neljä epärealistisesti täytettyä lomaketta jätettiin aineiston analyysin ulkopuolelle, samoin yli 30-vuotiaiden vastaukset, ja lopullisen aineiston muodostivat 747 vastaajan antamat tiedot. Kysely koostui 11 monivalintakysymyksestä, joilla selvitettiin vastaajien taustaa, heidän internetissä käyttämiään sisältöjä ja palveluita, vapaa-ajan internetin käytön määrää, netin käyttöön liittyviä kokemuksia ja haittoja sekä vastaajien läheisten liiallista internetin käyttöä.

Vastaajien taustatiedot

Vastanneista 55% oli naisia ja 41% miehiä. 25 vastaajaa valitsi sukupuolta kysyttäessä kohdan muu, mutta heidän määränsä on niin pieni, ettei erillistarkastelu anna luotettavaa tietoa. Suurimmat ikäryhmät olivat 15-17 -vuotiaat, joita oli 60% vastaajista, ja alle 15-vuotiaat (29%). Täysi-ikäisiä, 18-29 -vuotiaita vastaajia oli 11%. Vastanneista 41% opiskeli peruskoulussa, 40% lukiossa ja 19% ammatillisessa koulutuksessa. Peruskoululaiset olivat kaikki yläkoulussa, eli nuorimmat vastaajat olivat 13-vuotiaita. Ammatillisessa koulutuksessa opiskelevia oli vastaajissa selvästi vähemmän kuin lukiolaisia, mutta heidänkin määränsä (145) mahdollistaa vertailun ja tarvittaessa erillistarkastelun.

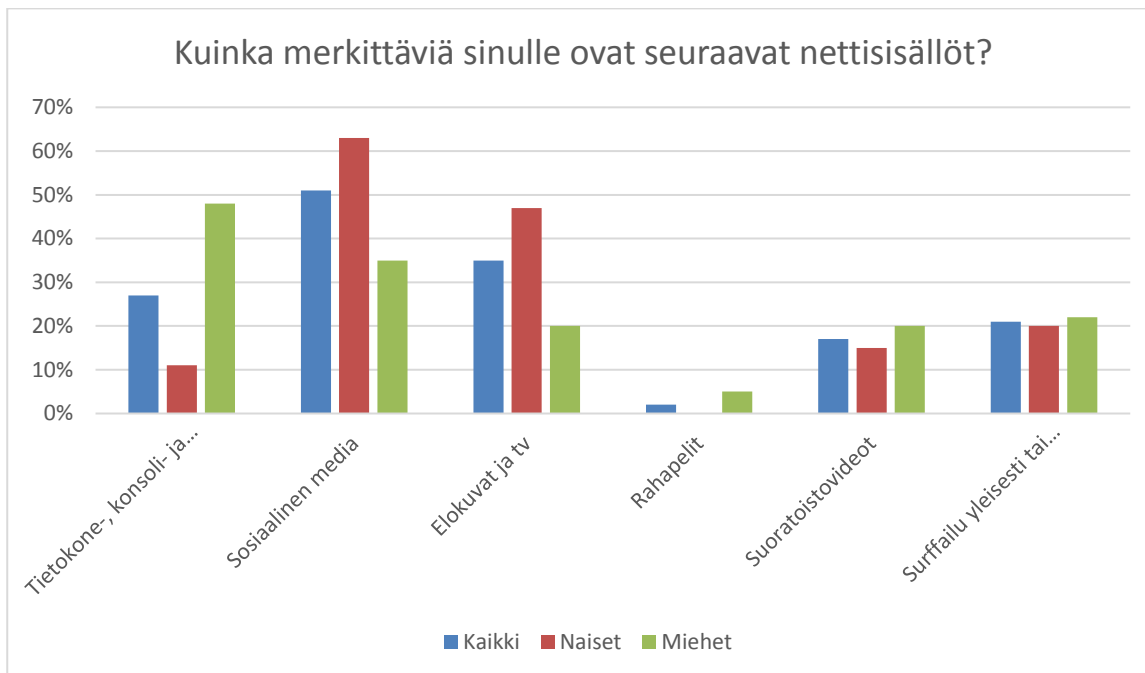
Internetin käytön määrä ja merkittävänä pidetyt sisällöt



Kaavio 1. Päivittäinen internetin käyttö muuhun kuin työhön tai opiskeluun

Kaaviossa 1 näky internetin käytön päivittäinen määrä. Kaikista vastanneista 44% käyttää nettiä 2-4 tuntia päivässä, 29% viettää netissä 4-8 tuntia ja alle kaksi tuntia käyttäviä on vain 21%. Internet näyttää vastausten perusteellakin olevan nuorille todella merkittävä toimintaympäristö, jossa kuluu suuri osa vapaa-ajasta.

Erilaisten nettisisältöjen merkittävyyttä vastaajille kartoitettiin kysymällä kuuden sisältöryhmän merkitystä kolmiportaisella asteikolla (en käytä/jonkin verran merkitystä/minulle tärkeä). Tärkeinä pidettyjä sisältöjä olivat yleisimmin sosiaalinen media (51%), elokuvat ja tv-sarjat (35%) ja digitaaliset viihdepelit (27%). Kaaviossa 2 näkyvät sisältöjen tärkeänä pitämisen osuudet kaikkien vastaajien osalta ja vertailutietoina naisten ja miesten osalta.



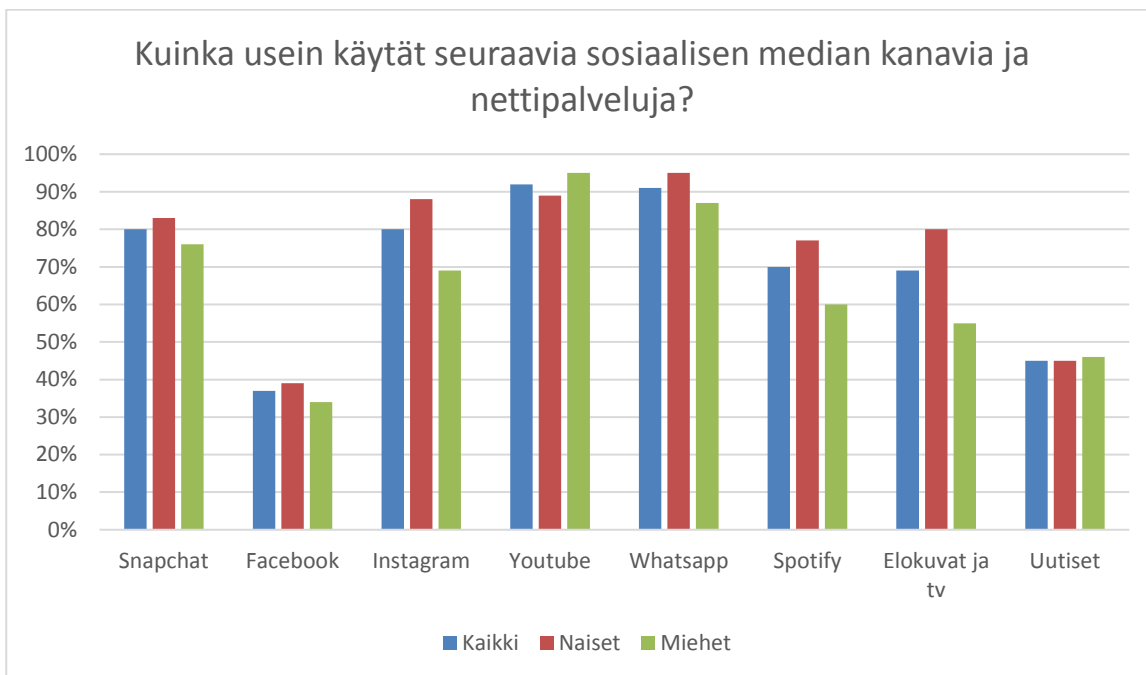
Kaavio 2. Eri nettisisältöjä itselleen merkittävänä pitävien %-osuudet kaikki vastaajat (N=747), naiset (n=412) ja miehet (n=308)

Sukupuolten väliset erot tärkeinä pidetyissä nettisisällöissä ovat huomattavia. Miehistä lähes puolet (48%) pitää tietokone-, konsoli- ja mobiilipelejä itselleen tärkeänä nettisisältönä, seuraavaksi yleisimmin miehet pitävät tärkeänä sosiaalista mediaa (35%) ja nettisurffailu, suoratoistovideot sekä elokuvat ja tv-sarjat ovat tärkeitä noin viidennekselle vastaajista. Naisista tietokone-, konsoli- ja mobiilipelejä pitää itselleen tärkeänä vain 11%, jonka alle annetuista vaihtoehdoista jäi vain kummankin sukupuolen vastauksissa hyvin harvoin tärkeänä pidetty rahapelaaminen. Naisille tärkeitä nettisisältöjä olivat tavallisimmin sosiaalinen media (63%) ja elokuvat ja tv-sarjat (47%). Ero sosiaalisen median tärkeäksi kokemisessa oli merkittävä, naisista sosiaalinen media oli tärkeä vajaalle kahdelle kolmannekselle ja miehistä vain hieman yli kolmannekselle. Myös elokuvat ja tv-sarjat profiloituivat erityisesti naisille tärkeäksi sisällöksi: naisista lähes puolet piti niitä itselleen tärkeinä, mutta miehistä vain joka viides.

Nettisisältöjen ja palveluiden käyttö

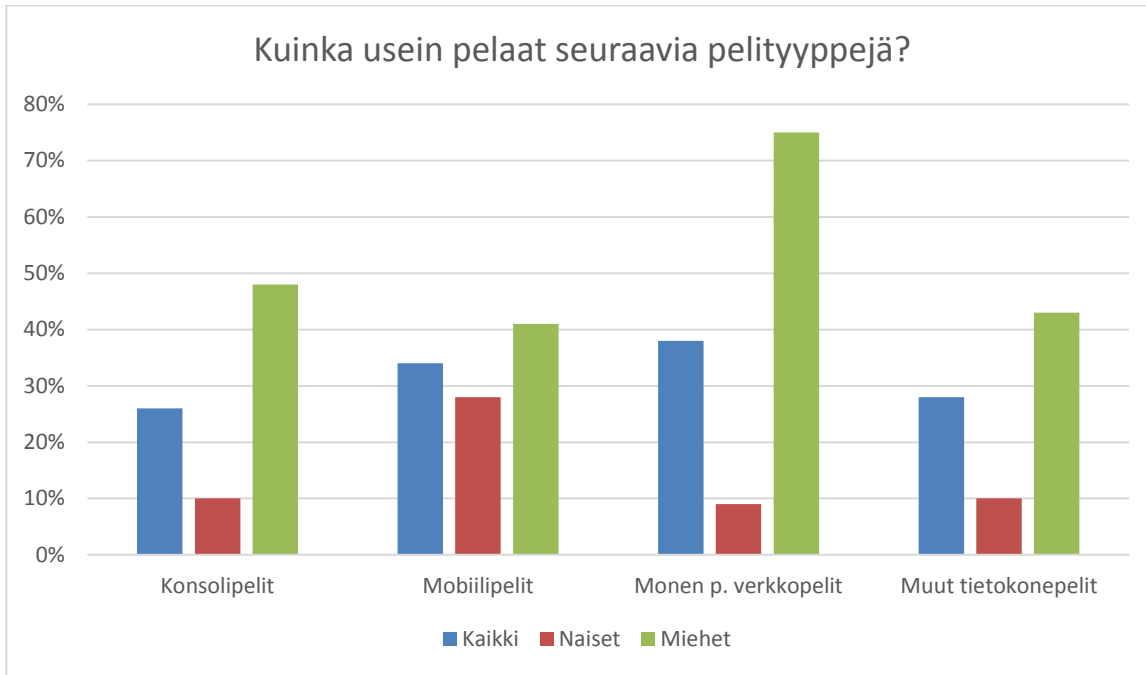
Erilaisten internetsisältöjen ja palvelujen käyttöä selvitettiin kysymällä 16 sisällön käytön useutta viisiportaisella asteikolla (1=ei koskaan, 5=päivittäin). Samalla tavalla kysyttiin myös digitaalisten viihdepelien ja verkkorahapelien pelaamista. Keskimäärin useimmin käytettyjä sisältöjä/palveluita olivat Youtube (mediaani 5, KA 4,6), Whatsapp (mediaani 5, KA 4,5), Instagram ja Snapchat (molemmissa mediaani 5 ja KA 4,2). Pelaaminen oli vastaajien joukossa huomattavasti harvinaisempaa, sillä kaikkien digipelityyppien pelaamisen useuden mediaani oli 2 ja yleisimmin pelattujen mobiilipelien ja monen pelaajan verkkopelien keskiarvot

2,7 ja 2,6. Rahapelien pelaajia vastaajissa oli odotetusti hyvin vähän: kaikkien pelivaihtoehtojen kohdalla vastausten mediaani oli 1 (ei koskaan) ja kokonaan pelaamattomien osuus vaihteli pelityypistä riippuen 93-97% välillä.



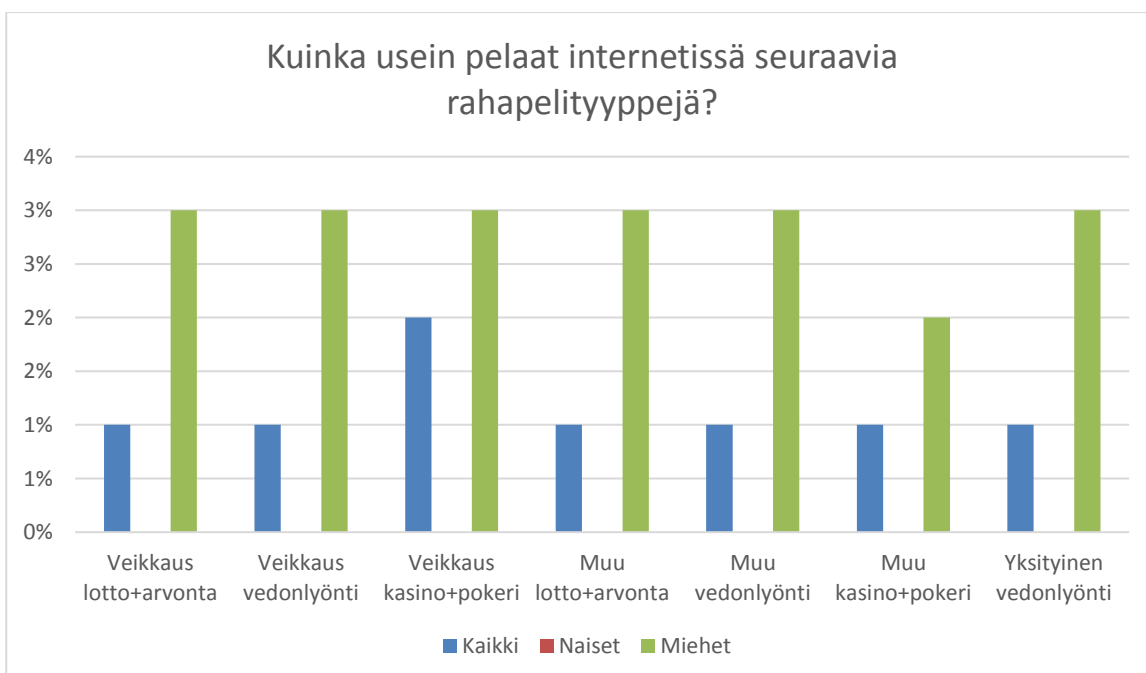
Kaavio 3. Sosiaalisen median ja nettipalveluiden käyttö: vähintään viikoittain käyttävien %-osuudet (8 useimmin käytettyä) kaikki vastaajat, naiset ja miehet

Yli 90% vastanneista käytti Youtubea ja Whatsappia vähintään viikoittain. Molemmat palvelut ovat kummankin sukupuolen suosiossa, mutta pieniä eroja löytyy: miehistä 95% käyttää Youtubea viikoittain ja naisista 89%, vastaavat osuudet Whatsappin kohdalla ovat miehet 87% ja naiset 95%. Snapchat, Instagram, Spotify sekä elokuvat ja tv-sarjat ovat myös valtaosan vastaajista ainakin viikoittain käyttämiä sisältöjä. Kaikkien kohdalla naisista löytyy suurempi osuus vähintään viikoittaisia käyttäjiä. Erot sukupuolten välillä vaihtelevat Snapchatin 7% elokuvien 25%. Vähintään viikoittaisia käyttäjiä on naisissa enemmän kuin miehissä kaikissa muissa palveluissa kuin Youtubessa (ja uutisissa, joissa eroa on 1%). Ainakin osittainen selitys löytyy pelaamisen tarkastelusta eri kysymyksessä, miehethän näyttävät olevan selvästi ahkerampia pelaajia, jolloin pelaamiseen käytetty aika saattaa vähentää muihin nettipalveluihin ja sisältöihin käytettyä aikaa.



Kaavio 4. Digitaalisten viihdepelien pelaaminen: vähintään viikoittain pelaavien %-osuudet kaikki vastaajat, naiset ja miehet

Viikoittain pelaavia pelaajia on suurin osuus monen pelaajan verkkopeleillä 38%. Mobiilipelejä vähintään viikoittain pelaavia on 34% vastaajista. Keskiarvoilla mitattuna mobiilipelit olivat niukasti monen pelaajan verkkopelejä suosituimpia, mutta ero selittyy mobiilipelien suuremmalla satunnaisten pelaajien määrällä. Viikoittain pelaavia on selvästi pienempi osuus vastaajista kuin viikoittain suosituimpia sosiaalisen median kanavia käyttäviä. Naisten kohdalla ero korostuu: mobiilipelit ovat naisten tavallisimmin vähintään viikoittain pelaamia pelejä, mutta niitä pelaa viikoittain vain 28% naisvastaajista, kun suosituimpia sosiaalisen median palveluita käytti viikoittain yli 90% samasta joukosta, ja keski-ikäisten kanavaksi muotoutunutta Facebookiakin 39%. Miesten osalta tilanne on toinen, monen pelaajan verkkopelien vähintään viikoittaisten pelaajien osuus (75%) on samalla tasolla kuin Snapchatin ja Instagrammia edellä. Sukupuolten välillä on todella selvä tarkasteltaessa säännöllistä pelaamista: usein vähemmän perehtymistä ja aikaa vaativien mobiilipelien kohdalla ero viikoittain pelaavien osuudessa on 13% (miehet 41% ja naiset 28%) ja enemmän harrastuneisuutta vaativissa muissa pelityypeissä jo kymmeniä prosentteja (monen pelaajan verkkopeleissä 66%).

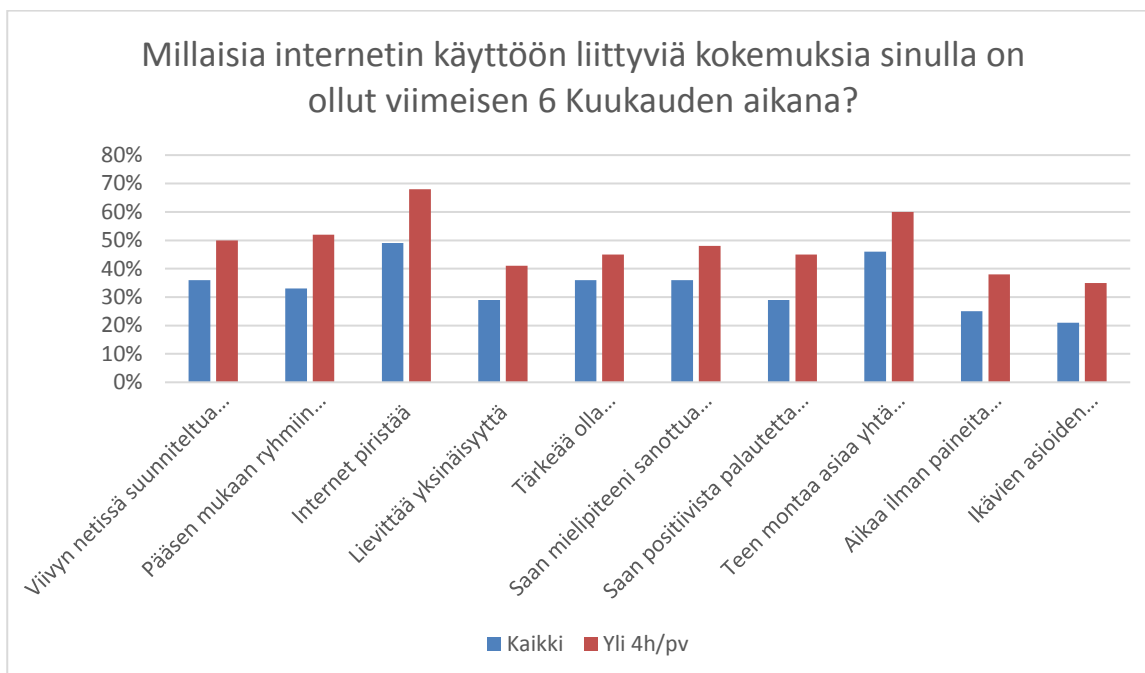


Kaavio 5. Rahapelien pelaaminen: vähintään viikoittain pelaavien %-osuudet kaikki vastaajat, naiset ja miehet

Rahapelejä viikoittain tai useammin pelaavien osuus vastaajista oli hyvin pieni. Suosituin rahapelityyppi oli Veikkauksen kasino- ja pokeripelit, joita ilmoitti viikoittain pelaavansa 2% vastaajista. Kaikkien muiden rahapelityyppien viikoittaisia pelaajia oli n. 1% vastanneista. Lähes kaikki viikoittain rahapelejä pelanneet olivat miehiä, ja miehissä vähintään viikoittain pelaavien osuus olikin pelityypistä riippuen 2-3%. Vähintään viikoittain rahapelejä pelanneiden osuuksia voi pitää jopa melko suurina, kun vastaajista laillisesti rahapelejä sai pelata vain 11%. Toisaalta rahapelejä pelaavien määrät ovat niin pieniä, etteivät heihin liittyvät tulokset ole kovin luotettavia.

Internetin käyttöön liittyvät kokemukset ja haitat

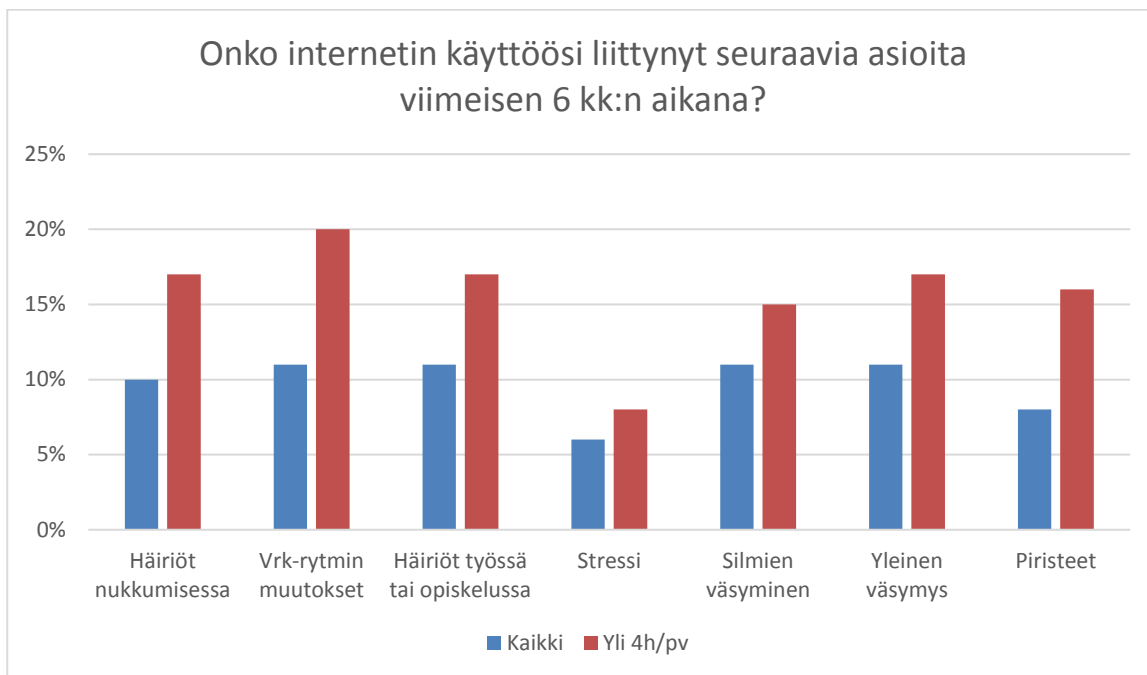
Vastaajien internetin käytön motiiveja, haittoja ja kokemuksia kartoitettiin kysymällä viisiportaisella asteikolla (1=ei koskaan, 5=erittäin usein) 21 väitteen kuvaamien kokemusten esiintymistä viimeisen kuuden kuukauden aikana. Väitteet liittyivät ajankäyttöön, tunteisiin, sosiaalisiin suhteisiin ja internetin käytön rajoittamiseen. Toisessa, erityisesti haittoja kartoittavassa, kysymyksessä vastaajia pyydettiin arvioimaan viisiportaisella asteikolla (1=ei koskaan, 5=erittäin usein) 14 listatun asian liittymistä omaan internetin käyttöön viimeisen kuukauden aikana. Listalla oli lueteltu fyysisiä, psyykkisiä, sosiaalisia ja arjen hallintaan liittyviä haittoja. Netin käyttöön liittyvistä kokemuksista yleisimpiä olivat internetin piristävä vaikutus (KA 3,4, mediaani 3), monen asian tekeminen yhtä aikaa (KA 3,3, mediaani 3), pääseminen mukaan ryhmiin ja yhteisöihin (KA 3,1 mediaani 3), positiivisen palautteen saaminen netissä (KA 3,1, mediaani 3) ja viipyminen netissä suunniteltua kauemmin (KA 3,0 mediaani 3). Jatkuvat tai toistuvat haitat eivät olleet kovin yleisiä: tavallisimpia netin käyttöön liittyviä haittoja olivat silmien väsyminen (KA 2,2, mediaani 2) sekä uneen ja vuorokausirytmiiin liittyvät yleinen väsymys), häiriöt opiskelussa, häiriöt tai vaikeudet nukkumisessa ja vuorokausirytmiiin muutokset (kaikissa KA 2,0, mediaani 2).



Kaavio 6. Yleisimmät netin käyttöön liittyvät kokemukset: vähintään usein näitä kokeiden %-osuudet, kaikki vastaajat ja yli 4 tuntia päivässä internetiä käyttäneet

Internetin käyttöön liittyvät kokemukset painottuivat samansuuntaisesti kaikkien vastaajien ja yli neljä tuntia päivässä internetiä muuhun kuin työhön tai opiskeluun käyttäneiden joukossa

(N=257). Netin käyttöön liittyvät kokemukset näkyvät kuitenkin tiheämmin enemmän nettiä käyttävien elämässä: usein tai erittäin usein väittämien kuvaamia kokemuksia kohtaavien %-osuudet ovat kaikissa kohdissa korkeampia runsaasti nettiä käyttävien joukossa.

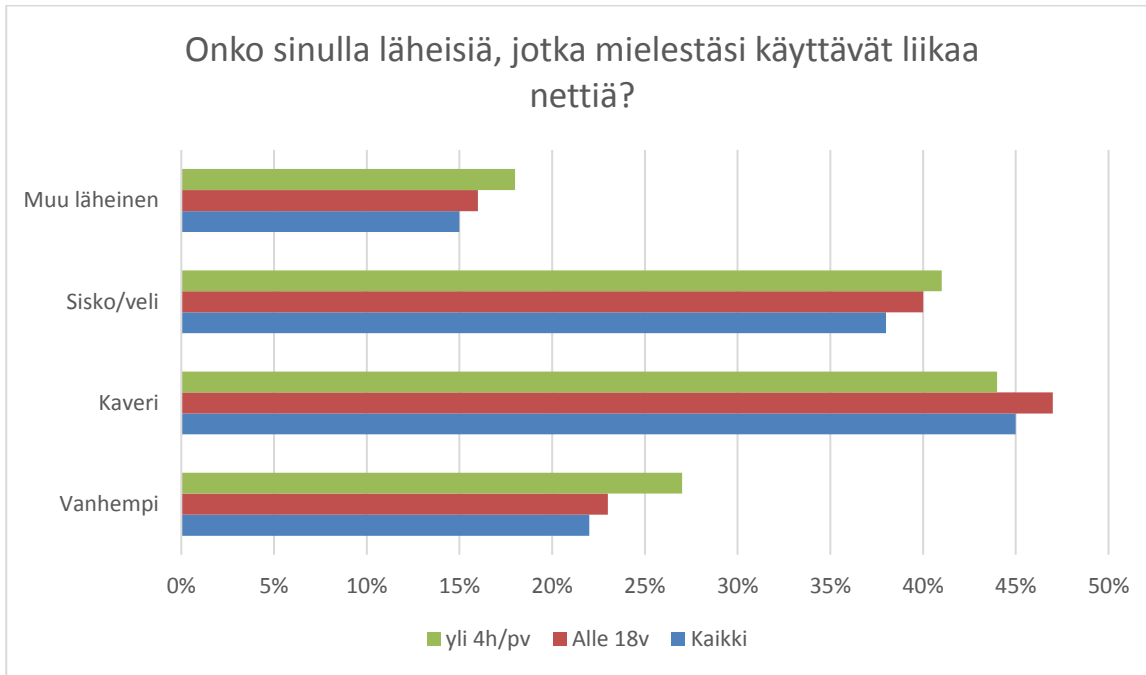


Kaavio 8. Yleisimmät netin käyttöön liittyneet haitat: vähintään usein haittoja kokeneiden %-osuudet, kaikki vastaajat ja yli 4 tuntia päivässä internetiä käyttäneet

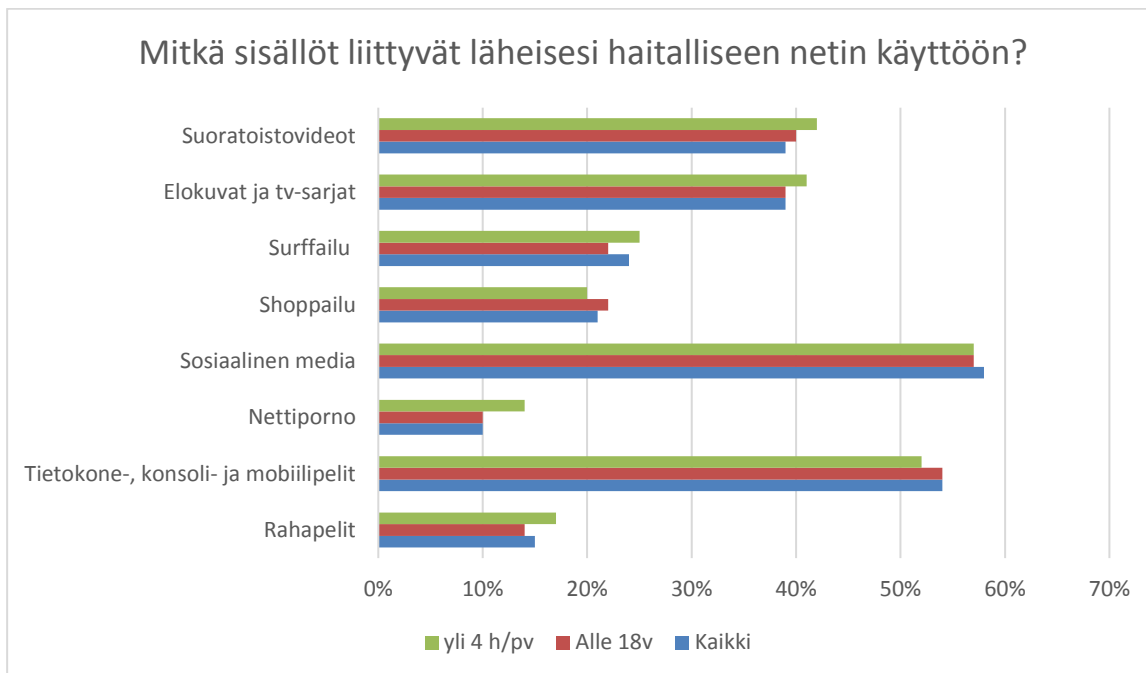
Samat koetut haitat olivat tavallisimpia runsaasti internetiä käyttävillä kuin kaikilla vastaajilla. Haittojen yleisyys nousi, kun netin käyttö lisääntyi, kuten erot usein haittoja kokeneiden osuuksissa osoittavat. Erityisen selvästi muutos näkyy vuorokausirytmien muutoksissa ja piristeiden käytössä, joita runsaasti nettiä käyttävillä esiintyi usein lähes kaksi kertaa tavallisemmin kuin vastaajilla keskimäärin.

Läheisten liiallinen internetin käyttö

Kyselyn lopussa kartoitettiin vastaajien käsitystä läheisten liiallisesta internetin käytöstä. Kysyimme, onko heillä läheisiä, jotka heidän mielestään käyttävät liikaa internetiä (asteikolla 1=ei ole, 2=yksi, 3=useita). Jatkokysymyksenä kysyttiin vielä arviota sisällöistä, jotka liittyvät läheisen haitalliseen internetin käyttöön. Vastanneista 45% oli ainakin yksi kaveri, joka käyttää liikaa internetiä ja liikaa nettiä käyttävä sisko tai veli oli 38%. Reilu viidennes vastaajista arvioi ainakin toisen vanhempansa käyttävän liikaa internetiä. Läheisen haitalliseen netin käyttöön liittyviä sisältöjä olivat vastaajien mielestä selvästi yleisimmin sosiaalinen media (58%) ja tietokone-, konsoli- ja mobiilipelit (54%).



Kaavio 9. Läheisten liiallinen internetin käyttö: läheistyypeittäin eritellyt %-osuudet vastaajista, joilla on ainakin yksi liikaa nettiä käyttävä läheinen. Kaikki vastaajat, alle 18-vuotiaat ja yli 4 tuntia päivässä internetiä käyttäneet



Kaavio 10. Läheisten haitalliseen internetin käyttöön liittyvät sisällöt: %-osuudet vastaajista joiden läheisen haitalliseen netin käyttöön sisältö liittyy. Kaikki vastaajat, alle 18-vuotiaat ja yli 4 tuntia päivässä internetiä käyttäneet

Havainnointia ja päätelmiä

Vastaajat käyttävät internetiä muuhun kuin työhön tai opiskeluun varsin paljon. Yli neljä tuntia keskimäärin päivässä nettiä käyttäviä on 35% vastanneista ja vähintään kahden tunnin päivittäiseen käyttöön arvioi päätyvänsä 79%. Alle 18-vuotiaiden ja täysi-ikäisten välillä ei päivittäisen netin käytön määrässä ole merkittävää eroa. Sukupuolten väliset erotkin ovat hyvin pieniä, kun tarkastellaan netin käytön määrää. Haittoja vastaajien internetin käyttöön liittyy melko harvoin. Toisaalta 40% vastaajista oli ainakin joskus kokenut silmien väsymistä ja noin joka kolmannella vastaajalla oli esiintynyt häiriöitä tai vaikeuksia nukkumisessa. Lisääntynyt

netin käyttö lisää myös siihen liittyviä haittoja, tarkempi analyysi mahdollistaisi erilaisten haittojen yleistymisen tarkastelun internetissä vietetyn ajan noustessa. Myös yleinen haitallisen internetin käytön esiintyvyyden arviointi on aineiston avulla mahdollista, mutta edellyttää tarkempaa analyysiä, jossa kokemuksia ja haittoja kartoittavien kysymysten väittämistä kootaan jotain olemassa olevaa nettiriippuvuustestiä myötäilevä mittari.

Youtube ja Whatsapp ovat vastaajien yleisimmin vähintään viikoittain käyttämiä nettisisältöjä ja palveluita, niiden viikoittaisia käyttäjiä on yli 90% vastanneista. Kaikista vastaajista 80% käyttää viikoittain Snapchatia ja Instagrammia, jotka olivat seuraavaksi yleisimmin käytetyt sisällöt ja palvelut. Sukupuolten väliset erot nettisisältöjen käytössä olivat merkittäviä: miehet käyttivät Youtubea lukuun ottamatta kaikkia yleisimpiä some-palveluja naisia harvemmin, mutta vastaavasti pelasivat huomattavasti yleisemmin. Selvin ero viikoittaisessa käytössä on monen pelaajan verkkopelien pelaamisessa: miehistä 75% pelasi näitä viikoittain, mutta naisista vain 9%. Jatkossa olisi hyvä tarkastella haittojen esiintymistä eritellen tiettyjä palveluja ja pelejä usein käyttävät ryhmät. Haittoja voisi arvella esiintyvän enemmän, mikäli usein käytetty palvelu vaatii enemmän aikaa ja paneutumista (vrt. esim. monen pelaajan verkkopelit ja whatsapp).

Internetin käyttöön liittyvistä kokemuksista yleisimpiä ovat neutraaleiksi tai positiivisiksi mielletävät, kuten monen asian tekeminen netissä yhtä aikaa tai internetin piristävä vaikutus. Toisaalta yli viidennes vastaajista on usein kokenut käyttävänsä nettiä ikävien asioiden unohtamiseen ja vajaa kolmannes kertoi kokeneensa usein netin lievittävän yksinäisyyttä. Selkeimmin haittoihin tai riippuvuusoireisiin viittaavat väittämät ovat kuitenkin harvimminkin esiintyviä. Netin käytön motiiveja voi aineistosta selvittää tarkastelemalla kokemusten kohdalla esitettyjä motiiviväittämiä. Kiinnostavaa olisi kartoittaa pakokäyttäytymisen ja FOMOn (Fear of missing out, paitsi jäämisen pelko) yleisyyttä.

Läheisten liiallinen tai haitallinen internetin käyttö on vastausten perusteella aika yleistä verrattuna vastaajien itse kokemiin netin käytön haittoihin. Alle 18-vuotiaat vastaajat eivät näytä tässä suhteessa poikkeavan merkittävästi koko vastaajajoukosta. Sen sijaan yli 4 tuntia päivässä nettiä käyttävien kohdalla sekä vanhempien, sisarusten että muiden läheisten haitallinen internetin käyttö oli hieman yleisempää kuin vastaajille keskimäärin. Sosiaalinen media ja digitaaliset viihdepelit nähdään selvästi tavallisimmin sisällöiksi, jotka liittyvät läheisen haitalliseen internetin käyttöön. Miehillä pelaaminen nousee yleisimmäksi läheisten haitallisen netin käytön sisällöksi, naisilla taas sosiaalinen media on tavallisin sisältö, jonka ääressä läheisten arvellaan viihtyvän liikaa.