

# **NUORTEN TIETOKONE- JA KONSOLIPELAAMINEN JA VANHEMPIEN ROOLI**

## **WHO-Koululaistutkimus**

Laura Miettinen

Terveyskasvatuksen pro gradu -tutkielma

Liikuntatieteellinen tiedekunta

Jyväskylän yliopisto

Kevät 2017

# TIIVISTELMÄ

Nuorten tietokone- ja konsolipelaaminen ja vanhempien rooli, WHO-Koululaistutkimus

Laura Miettinen

Terveyskasvatuksen Pro gradu -tutkielma

Jyväskylän yliopisto, Liikuntatieteellinen tiedekunta 2017

75 sivua, 22 liitettä

Ohjaaja TtT Raili Välimaa

---

Pro gradu -tutkielmassa tarkasteltiin koulupäivisin ja viikonloppuisin pelaamiseen käytetyn ajan vaihtelua sukupuolen, luokkatason, koetun äidin ja isän valvonnan, koetun äidin ja isän kiintymyssuhteen ja perheeseen liittyvien tekijöiden mukaan. Lisäksi tarkasteltiin oireiden kokemisen yleisyyttä pelaamiseen käytetyn ajan suhteen 5-, 7- ja 9-luokkalaisilla pojilla ja tytöillä. Perheeseen liittyviä tekijöitä olivat nuoren internetin käyttö, yhteiset perheateriat ja koettu perheen taloudellinen tilanne.

Tutkimuksessani käytettiin kansainvälisen WHO-Koululaistutkimuksen vuoden 2010 Suomen aineistoa, jossa oli mukana 5-, 7- ja 9-luokkalaiset nuoret (n=6723). Kvantitatiivinen aineisto analysoitiin SPSS-ohjelmalla ja menetelminä käytettiin ristiintaulukointia, Khiin neliö-testiä sekä binääristä logistista regressioanalyysia.

Pelaaminen oli pojilla yleisempää kuin tytöillä niin koulupäivisin kuin viikonloppuisin ja pojilla oli neljä ja puolikertainen todennäköisyys tyttöihin verrattuna käyttää pelaamiseen koulupäivisin ja viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä. Äidin ja isän valvonnan ja kiintymyssuhteen heikoksi kokeneilla nuorilla oli suurempi todennäköisyys käyttää koulupäivisin ja viikonloppuisin pelaamiseen paljon aikaa verrattuna valvonnan ja kiintymyssuhteen hyväksi kokeneisiin nuoriin. Nuoren kokiessa kiintymyssuhteen äitiin huonoksi, oli hänellä suurempi todennäköisyys käyttää pelaamiseen viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä kuin muilla aineiston nuorilla. Nuoret, joiden vanhemmat tiesivät mitä nuori tekee internetissä, käyttivät koulupäivisin ja viikonloppuisin pelaamiseen yleisimmin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä. Jos perheessä ei syöty yhteistä ateriaa, tai taloudellinen tilanne koettiin heikoksi, oli koulupäivisin ja viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen yleisempää, kuin muissa perheissä. Vähintään kolme tuntia päivässä pelaavilla nuorilla oireiden kokeminen lähes päivittäin oli yleisempää kuin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä pelaavilla nuorilla.

Vanhempien nuoriin kohdistama valvonta, vanhemman hyvä kiintymyssuhde nuoreen ja vanhemman läsnäolo nuoren elämässä vähentävät pelaamiseen käytettyä aikaa sekä pelaamisesta aiheutuvia negatiivisia vaikutuksia nuoren terveyteen ja hyvinvointiin.

Avainsanat: nuoret, pelaaminen, perhe, valvonta, kiintymyssuhde

## ABSTRACT

Computer and console gaming in adolescents and parental role, HBSC Study

Laura Miettinen

Master thesis in health education

University of Jyväskylä, Faculty of Sport and Health Sciences 2017

75 pages, 22 appendices

Advisor Ph.D Raili Välimaa

---

The purpose of this master thesis was to explore associations between sex, grade level, experienced parental monitoring and parental bonding, family factors and experienced symptoms on computer and console gaming on schooldays and weekends in adolescent who were in 5<sup>th</sup>, 7<sup>th</sup> and 9<sup>th</sup> grades (11.5, 13.5 and 15.5 years old). Internet use, family meals and the perceived economic situation of the family were considered as family factors.

The data of this master thesis was based on the international Health Behavior in School-aged Children (HBSC) Study from 2010, and included 5<sup>th</sup>, 7<sup>th</sup> and 9<sup>th</sup> graders (n=6723). The quantitative data was analysed using SPSS software. The procedures used were cross tabulation, chi-square test and binary logistic regression analysis.

Gaming was more frequent among boys than among girls on schooldays and weekends. The probability for gaming at least three hours per day, on schooldays and weekends, were four and a half times higher among boys than among girls. Adolescents who experienced both maternal and paternal monitoring, as well as bonding to be poor, had higher probability to spend at least three hours gaming on a daily basis on schooldays and weekends, than the rest of the adolescents in the data. When adolescent experienced maternal bonding to be poor, the probability of use at least three and a half hours per day on gaming on weekends were higher, than in other adolescents in the data. Adolescents, whose parents were aware of their actions on the internet, were the ones who most commonly used between half an hour to two hours per day gaming on schooldays and weekends. If the family didn't have a meal together daily, or the economic situation of the family was perceived to be poor, using at least three hours per day on schooldays and weekends on gaming was more common, than among other adolescents in the study. Experiencing different kinds of symptoms on a daily basis was more common in adolescents who used at least three hours per day on gaming, than in adolescents who used between half an hour to two hours per day on gaming.

Positively experienced parental monitoring and bonding, as well as being present in adolescents' life, reduces the excessive time spent on gaming, and the negative effects on adolescents' health and wellbeing.

Keywords: adolescent, gaming, parental monitoring, parental bonding

# SISÄLLYS

## TIIVISTELMÄ

## ABSTRACT

1 JOHDANTO .....	1
2 PELAAMISEEN YHTEYDESSÄ OLEVAT TEKIJÄT .....	3
2.1 Pelien määrittelyä.....	3
2.2 Pelitutkimus Suomessa.....	4
2.3 Sukupuolierot pelaamisessa ja laitteiden käytössä .....	5
2.4 Liikkumisen vähäisyys pelaavilla nuorilla ja sen aiheuttamat haitat .....	6
2.5 Nuorten ruutu-aika-tottumukset ja liiallisen ruutu-ajan haitat.....	6
2.6 Pelaamalla osaksi yhteiskuntaa .....	8
3 NUORTEN PELAAMINEN JA VANHEMPIEN ROOLI.....	10
3.1 Pelaamisen valvonta.....	10
3.2 Perhesuhteet ja kommunikointi .....	11
4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET .....	13
5 TUTKIMUKSEN AINEISTO JA ANALYYSIMENETELMÄT .....	14
5.1 Tutkimuksen aineisto .....	14
5.2 Mittarit.....	15
5.3 Analyysimenetelmät.....	17
6 TULOKSET .....	20
6.1 Nuorten tietokonepelaaminen koulupäivisin ja viikonloppuisin .....	20
6.2 Koetun äidin ja isän valvonnan sekä kiintymyssuhteen yhteys pelaamiseen.....	21
6.2.1 Valvonta .....	21
6.2.2 Kiintymys .....	27
6.3 Perheeseen liittyvät tekijät ja pelaaminen .....	32
6.3.1 Internetin käytön valvonnan yhteys pelaamiseen.....	32
6.3.2 Perheen aterioinnin yhteys pelaamiseen.....	36
6.3.3 Perheen taloudellisen tilanteen yhteys pelaamiseen.....	38
6.4 Pelaamisen ja koettujen oireiden yhteys .....	41
6.5 Vanhempien valvonta- ja kiintymyssuhteen yhteys pelaamiseen .....	45
7 POHDINTA .....	48
7.1 Tulosten tarkastelu .....	48
7.2 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys .....	56
7.3 Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset.....	58

LÄHTEET .....	61
LIIKTEET	

# 1 JOHDANTO

Pelaaminen on arkipäiväistynyt suurelle osalle nuorista (Karvinen & Mäyrä 2011). Kansainvälisen WHO-Koululaistutkimuksen mukaan kolmasosa suomalaislapsista pelasi vuonna 2010 tietokoneella tai konsolilla vähintään kaksi tuntia päivässä (Currie ym. 2012). Tämän lisäksi televisiota katsottiin keskimäärin kolme tuntia päivittäin (Karvinen & Mäyrä 2011). Näiden tutkimusten tulokset ovat ristiriidassa UKK-instituutin (2010) ruutuaika suositusten kanssa, jonka mukaan päivittäinen ruutuaika tulisi olla korkeintaan kaksi tuntia. Lasten ja nuorten tulisi myös liikkua noin puolitoista tuntia päivässä (UKK-instituutti 2017).

Nuoret viettävät 6 - 8 tuntia päivästä istuen (Kokko & Mehtälä 2016; Pate ym. 2011) ja vähäisen liikkumisen on todettu olevan yhteydessä huonompaan terveyteen (Blinka & Šmahel 2010; Brindova ym. 2014b; Harris 2001; Nuutinen ym. 2014; Owen ym. 2010; Stamatakis & Hamer 2011). Vähäisen liikkumisen on havaittu olevan jo nuorilla yhteydessä myös päihteiden käyttöön (CASA 2011; Currie ym. 2012; Iannotti ym. 2009; Kuntsche ym. 2006) ja aggressiivisuuteen (Currie ym. 2012; Iannotti ym. 2009; Kuntsche ym. 2006). Ruokailutottumukset, yönien pituus ja vähäinen liikkuminen ovat usein kytköksissä toisiinsa, joten jos nuori liikkuu vähän, voi hänen unen laatu olla heikompaa ja näin vaikuttaa jokapäiväiseen jaksamiseen heikentävästi (Westerlund ym. 2009; Seghers & Rutten 2010; Cain ym. 2011).

Ihminen on fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen kokonaisuus (The Ottawa Charter for Health Promotion 1986). Näiden kaikkien osa-alueiden tulisi Ottawa Charterin (1986) mukaan olla tasapainossa keskenään, jotta ihminen kokisi voivansa hyvin. Liika pelaaminen voi heikentää fyysistä hyvinvointia, nuoren liikkumisen ollessa vähäistä (Owen ym. 2010; Stamatakis & Hamer 2011). Pelaaminen voi vaikuttaa myös psyykkiseen terveyteen (Blinka & Šmahel 2010; Brindova ym. 2014b; Nuutinen ym. 2014). Sosiaalinen terveys voi kärsiä nuoren viettäessä vapaa-aikansa tietokoneen tai pelikoneen äärellä kavereiden tapaamisen sijaan (Salmon ym. 2011). Pelaamisella on havaittu olevan positiivisiakin vaikutuksia, kuten pelien avulla verkostoituminen (Jones 2003), lukemaan oppiminen (Kangas ym. 2009) ja liikkumisen lisääminen liikunnallisilla peleillä (Kaleva ym. 2013).

Vanhempien rooli on ratkaisevassa asemassa nuorten terveellisen arkirytmien ylläpitämisessä, tarvittaessa esimerkiksi peliaikaa rajoittamalla (Helsper ym. 2013; Ray 2013). Individualismia korostavassa yhteiskunnassa nuorten autonomia on kuitenkin lisääntynyt ja heikentänyt vanhempien roolia kasvatuksellisina vaikuttajina (Pasquier 2008, 449-450), eikä kaikissa perheis-

sä tekniikan käyttämistä pelaamistarkoituksessa ole juurikaan rajoitettu (Salokoski 2005). Nuoren ja vanhemman välinen hyvä kommunikointi lisää tutkijoiden mukaan nuoren valvontaa ja suojaa nuorta riskikäyttäytymiseltä (Stattin & Kerr 2000) sekä kohtuullistaa elektronisen median negatiivisia vaikutuksia nuoreen (Boniel-Nissim ym. 2015).

Tässä tutkimuksessa tarkastellaan 5-, 7- ja 9-luokkalaisten poikien ja tyttöjen pelaamiseen käyttämää aikaa koulupäivisin ja viikonloppuisin suhteessa koettuun äidin ja isän valvontaan sekä koettuun kiintymyssuhteeseen äitiin ja isään. Pelaamista tarkastellaan myös suhteessa perheeseen liittyviin tekijöihin. Niitä ovat nuoren internetin käyttö, perheen yhteiset ateriat ja koettu perheen taloudellinen tilanne. Viimeisenä tässä tutkimuksessa tarkastellaan pelaamiseen käytettyä aikaa ja nuoren kokemia oireita, jotka voivat olla fyysisiä tai psyykkisiä.

## **2 PELAAMISEEN YHTEYDESSÄ OLEVAT TEKIJÄT**

Tässä työssä pelaaminen on sateenvarjokäsite tietokoneella tai pelikonsolilla sekä puhelimella tapahtuvalle aktiivisesti osallistuvalla pelaamisella. Pelikonsoli voi olla esimerkiksi Xbox, PlayStation tai Nintendo. Aktiivisella osallistumisella tarkoitetaan pelin kulkuun aktiivisesti vaikuttamista. Aktiivisella pelaamisella tarkoitetaan useasti tapahtuvaa pelaamista. Liikkunnallisilla peleillä puolestaan tarkoitetaan jonkinlaista liikkumista sisältävän pelin pelaamista, muun muassa Xbox Kinectillä tai Nintendo Wii -pelikonsolilla.

### **2.1 Pelien määrittelyä**

Pelaamista on määritelty monin eri käsittein. Yksi vanhimmista on Huizingan (1967, 17), vuonna 1938 esittämä määritelmä, jonka mukaan pelaaminen on vapaata toimintaa, johon ei voida pakottaa ilman, että toiminta menettäisi hauskuuden ja mielenkiinnon. Se suoritetaan tiettyssä etukäteen sovitussa ajassa ja paikassa pelaajien hyväksymien sääntöjen ohjaamana ja pelaaja tietää toiminnan olevan fiktiivistä ja todellisuudesta erillään (Huizinga 1967, 14-21). Pelaaminen on Huizingan (1967, 61) mukaan myös tuottamatonta ja epävarmaa toimintaa. Uudemmassa digitaalisten pelien tyypittelyssä pelit jaetaan seuraaviin luokkiin: toimintapelit, seikkailupelit, strategiapelit ja peliprosessiin keskittyvät pelit (Engenfeldt-Nielsen ym. 2008). Myös simulaatio- ja urheilupelit on jaoteltu omiksi ryhmikseen (Herz 1997, 29-30)

Pelaamisen merkitys on muuttunut Huizingan ajoista melko paljon. Pelaaminen onnistuu tämän päivän tekniikan ansiosta missä vain ja milloin vain (Currie ym. 2012). Kännyköissä on pelimahdollisuudet ja kevyet tablettitietokoneet kulkevat jo monen nuoren ja aikuisenkin mukana. Mobiilipelaaminen onkin nuorten keskuudessa suosituin pelaamisen muoto (Mäyrä ym. 2016). Pelaaminen ei ole enää tuottamatonta toimintaa, vaan sillä voi hankkia elantonsa esimerkiksi suunnittelemalla pelejä tai pelaamalla pelejä rahasta.

Verkkopelit, tai online -pelit, ovat hyvin monimuotoisia ja mahdollistavat monenlaisen pelaamisen. Verkkopelaaminen koetaan sosiaalisena kanssakäymisenä, vaikkei siinä keskustelukaan kasvokkain (Mäyrä 2008, 138). Suomalaisen Pelaajabarometri 2011-kyselyn mukaan 10-19-vuotiaista nuorista hieman yli puolet pelaa monen pelaajan verkkopelejä ja nämäkin pelit ovat poikien keskuudessa huomattavasti suosituimpia, kuin tyttöjen kesken (Karvinen &



Mäyrä 2011). Pelaajat voivat olla toisilleen aivan tuntemattomia, mutta peliyhteisön kautta pystyvät liittymään ryhmäksi ja pelaamaan yhdessä saman tavoitteen eteen (Lenhart ym. 2008).

Pelaaminen ei aina ole passiivista paikallaan istumista. Passiivisuutta kompensoimaan voidaan käyttää liikunnallisia pelejä. Tällaisissa peleissä pelaajalla on aktiivinen rooli ja pelin eteneminen vaatii fyysistä toimintaa. Liikunnallisten pelien lisäksi on kehitetty oppimispelejä, joista on tullut vakavasti otettava opetusmuoto peruskouluissa. Oppimispelejä pelataan erilaisilla medialaitteilla, jotka ovat vakiintuneet monin paikoin osaksi kouluopetusta (Merikivi ym. 2016). Suomessa, 2014 laaditun, perusopetuksen opetussuunnitelman (OPS) mukaan jokaisella on oikeus oppia käyttämään ja hallitsemaan tietotekniikkaa, sukupuolesta riippumatta (Opetushallitus 2014), kuitenkin tietotekniikan opetusmetodeja ei OPS:ssa käsitellä lainkaan (Rasinen & Parikka 2012). Pelaajabarometrin 2015 mukaan 10 - 19-vuotiaista pojista kuitenkin vain 11.5 % pelaa opetuspelejä aktiivisesti ja tytöistä 13.3 % (Mäyrä ym. 2016).

## **2.2 Pelitutkimus Suomessa**

Suomessa pelitutkimusta tehdään Tampereen, Oulun, Porin, Turun ja Jyväskylän yliopistoissa. Vuodesta 2003 lähtien pelitutkijoille on järjestetty maailmankonferensseja DiGRAn (Digital Games Research Association) toimesta. Tämä on antanut pelitutkimukselle sen tarvitsemää tukea ja vauhdittanut tutkimuksia (Mäyrä ym. 2008, 10). Pelaamista on tutkittu monilla eri tieteenaloilla ja eri näkökulmista, kuten psykologian, sosiologian, kasvatustieteen, tietotekniikan ja taiteen aloilla (Mäyrä 2008, 5).

Suomessa on tutkittu pelaamista Tampereen, Jyväskylän ja Turun yliopistojen yhteistyössä toteuttamassa Pelaajabarometri tutkimuksessa, joka on osa yliopistojen yhteistä Pelikulttuurien synty Suomessa tutkimushanketta (Mäyrä ym. 2016). Tutkimus toteutettiin kyselytutkimuksena vuoden 2015 aikana ja siihen osallistui 995 10 - 75-vuotiaasta vastaajaa, joista 10 - 19-vuotiaiden osuus oli 121 vastaajaa (Mäyrä ym. 2016). Pelaajabarometri 2015 mukaan 22.2 % suomalaisista ja yli puolet alle 20-vuotiaista pelaa digitaalisia pelejä päivittäin (Mäyrä ym. 2016). Digitaalisiksi peleiksi tässä tutkimuksessa luokiteltiin tietokone-, konsoli- ja mobiilipelaaminen. Mäyrä ja kumppanit (2016) havaitsivat mobiilipelien ohittaneen kasvaneella suosioltaan tietokone- ja konsolipelaamisen. Aineistossa aktiivisia digitaalisten pelien pelaajia oli

kaiken kaikkiaan 60.1 % ja aktiivisia mobiilipelien pelaajia 37.2 % (Mäyrä ym. 2016). Vuoden 2011 Pelaajabarometri- tutkimuksen mukaan aktiivisia mobiilipelien pelaajia oli 21 % (Karvinen & Mäyrä 2011). Nuoren katsottiin pelaavan aktiivisesti, kun hän ilmoitti pelaavansa kerran kuukaudessa (Mäyrä ym. 2016). Pelaamiseen käytetty aika on lisääntynyt viime vuosina. Kun vuoden 2013 Pelaajabarometrin mukaan 10 - 19-vuotiaat käyttivät pelaamiseen viikottain keskimäärin seitsemän tuntia, oli vuoden 2015 tutkimuksen keskiarvo noin 12 tuntia (Mäyrä ym. 2016). Pelaajabarometri selvitti ensi kertaa myös pelaamisesta aiheutuvia ongelmia ajankäytön suhteen. Toistuvasti peliaikaan liittyviä ongelmia raportoi 5.8 % 10-19-vuotiaista vastaajista (Mäyrä ym. 2016). Suosituimpia pelejä 10 - 19-vuotiaiden keskuudessa olivat pulmapelit, seikkailupelit, urheilupelit, ammuskelupelit ja strategiapelit (Mäyrä ym. 2016).

### **2.3 Sukupuolierot pelaamisessa ja laitteiden käytössä**

Pelien kiinnostavuudessa on havaittu eroja sukupuolten välillä. Suomalaisen Pelaajabarometri 2015- tutkimuksen mukaan tietokone- ja konsolipelaaminen kiinnostaa 10 - 19-vuotiaita poikia yleisemmin kuin tyttöjä. Vuonna 2015 noin 70 % pojista pelasi tietokoneella kun tytöistä tietokoneella pelasi 55 % (Mäyrä ym. 2016). Pelikonsolilla pojista pelasi 78.7 % ja tytöistä 53.3 % (Mäyrä ym. 2016). Tyttöillä (90.0 %) puolestaan aktiivinen mobiilipelaaminen on poikia (86.9 %) hieman yleisempää (Mäyrä ym. 2016). Pojat suosivat taistel- ja seikkailupelejä ja tytöt puolestaan tasohyppelypelejä (Salokoski 2002; Suoninen 2012). Auto- ja urheilupelit sekä monen pelaajan verkkopelit ovat myös poikien suosiossa (Mäyrä ym. 2016; Suoninen 2012).

Pulma- ja korttipelit ovat sekä poikien että tyttöjen suosiossa (Mäyrä ym. 2016). Pelaajabarometri 2015- tutkimuksen mukaan 10 - 19-vuotiaista pojista oppimispelejä aktiivisesti pelasi 11.5% ja tytöistä 13.3 % (Mäyrä ym. 2016). Tietokoneen käytön osalta on havaittavissa muutenkin sukupuolten välisiä eroja siten, että pojat käyttävät tietokonetta yleisimmin pelaamiseen ja tytöt ystävien kanssa kommunikointiin (Ohannessian 2009; Inchley ym. 2016). Pojilla kaiken kaikkiaan internetin ja online- pelien käyttö on tyttöjä yleisempää (Merikivi ym. 2016; Punamäki ym. 2007).

## **2.4 Liikkumisen vähäisyys pelaavilla nuorilla ja sen aiheuttamat haitat**

Lasten ja nuorten päivästä jopa puolet kuluu istuen (Kokko & Mehtälä 2016; Pate ym. 2011). Koulussa oppitunneilla istutaan usein pulpettien ääressä ja kotona vietetään vapaa-aikaa televisiota katsellen tai tietokone- ja konsolipelejä pelaten (Pate ym. 2011). Tällainen istuva elämäntapa on yleistä etenkin teollistuneissa maissa (Owen ym. 2010). Laitteiden tuomat ärsykkeet saavat nuoret laitteiden äärelle ja kiinnostus ulkona liikkumiseen vähenee (Livingstone ym. 2010). Vähäisen liikkumisen onkin havaittu lisääntyvän läpi nuoruuden (Brodersen ym. 2007; Hardy ym. 2007) ja se opitaan usein jo lapsuudessa (Inchley ym. 2016). Fyysisen aktiivisuuden taso näin ollen alenee siirryttäessä lapsuudesta nuoruuteen (Sallis ym. 2000), eikä enää yllä suositusten mukaiselle tasolle (Baranowski ym. 1993; Molnar ym. 2004; Troiano ym. 2008), joka lapsilla on noin puolitoista tuntia liikuntaa päivittäin (UKK-instituutti 2017).

Vähäisellä liikkumisella on havaittu olevan negatiivisia vaikutuksia ihmisen terveyteen sekä joissain tapauksissa myös fyysiseen ja psyykkiseen kehitykseen (Blinka & Šmahel 2010; Brindova ym. 2014b; Harris 2001; Nuutinen ym. 2014; Owen ym. 2010; Stamatakis & Hamer 2011). Pelaaminen ja vähäinen liikkuminen voivat aiheuttaa nuorelle uniongelmia (Li ym. 2010; Nuutinen ym. 2014), lihaskipuja (Costigan ym. 2013; Nuutinen ym. 2014) ja erilaisia särkytiloja, kuten selkä- ja päänsärkyä (Torsheim ym. 2010; Nuutinen ym. 2014). Hyvän fyysisen ja psyykkisen terveyden omaavat nuoret kykenevät selviytymään paremmin elämän haasteista ja asettautumaan osaksi yhteiskuntaa (Petersen ym. 1997) eivätkä hyvinvoivat nuoret kuormita itseään, tai yhteiskuntaa, negatiivisilla terveysvaikutuksilla (Currie ym. 2012).

## **2.5 Nuorten ruutuaika-tottumukset ja liiallisen ruutuajan haitat**

American Academy of Pediatrics antoi ruutuaika suositukset vuonna 2001, jotka ovat voimassa edelleen ja joiden mukaan ruudun ääressä ei tulisi viettää päivässä kahta tuntia kauempaa (American Academy of Pediatrics 2001). Tämän jälkeen useissa muissakin maissa on asetettu suositukset, joilla on tarkoitus saada lapsille ja nuorille sekä heidän vanhemmilleen tietoisuutta lasten terveistä elintavoista ja saada vähennettyä ruudun ääressä vietettyä aikaa (Public Health Agency of Canada 2011; Australia's Physical Activity and Sedentary Behaviour Guidelines For Children (5-12 years) 2014). Suomessa ruutuajaksi suositellaan enintään kahta

tuntia päivässä (UKK-instituutti 2010) ja liikkumaan kannustetaan vähintään puolitoista tuntia päivittäin (UKK-instituutti 2017).

Nuoret katsovat edelleen paljon televisiota päivittäin (Merikivi ym. 2016). Vaikka television katselu on nuorilla vähentynyt viimeisen vuosikymmenen aikana, tilalle ovat tulleet tietokoneet ja kännykät (Inchley ym. 2016) sekä pelikonsolit ja kannettavat laitteet (Merikivi ym. 2016). Tietokoneet ovat nuorille tiedonhaun ohella tapa viettää vapaa-aikaa (Brindova ym. 2014a). Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimuksen mukaan jopa 90 % nuorista käyttää puhelinta päivittäin (Merikivi ym. 2016) ja vuoden 2012 HBSC -tutkimuksen mukaan yli puolet 11-vuotiaista pojista viettää ruudun ääressä yli kaksi tuntia päivässä (Currie ym. 2012). Suomalaisen Pelaajabarometrin mukaan jo vuonna 2010 suomalaiset katsoivat televisiota noin kolme tuntia päivässä ja pelaamiseen käytettiin viikoittain keskimäärin kolme tuntia (Karvinen & Mäyrä 2011), eikä pelaamiseen käytetty aika ole LATE-tutkimuksen (Lasten ja lapsiperheiden terveys- ja hyvinvointierot) mukaan vähentynyt (Kaikkonen ym. 2012).

Ruutu-aika vie lapsilta ja nuorilta liikkumiseen ja ulkoiluun käytettyä aikaa ja sillä on havaittu olevan negatiivisia vaikutuksia terveyteen (Iannotti ym. 2009; Kuntsche ym. 2006). Jokaisen ylimääräisen television edessä vietetyn tunnin on havaittu heikentävän nuoren itsearvostusta ja minäkäsitystä sekä sosiaalista käyttäytymistä, mutta siitä kärsii myös opiskelumotivaatio ja vaikutukset akateemisen koulutuksen tavoitteluun on havaittu olevan negatiiviset (Salmon ym. 2011). Joidenkin tutkimusten mukaan pelaaminen voi muuttaa lapsen käyttäytymistä aggressiiviseksi, vähintään lyhytaikaisesti (Harris 2001; Iannotti ym 2009; Kuntsche ym. 2006), sekä voi aiheuttaa addiktoitumista (Anderson & Ford 1986), jonka vuoksi pelaamista voi olla vaikea lopettaa ja ruutu-aikaa kertyy helposti suositeltua enimmäismäärää enemmän. Salokoski (2005) käyttää tutkimuksessaan sanaa riskipelaaminen, jonka hän on määritellyt pelien suurkulutukseksi sekä väkivaltaisten pelien pelaamiseksi. Tutkimuksessaan Salokoski (2005) havaitsi riskipelaamisen liittyvän pelaamisen jälkeiseen heikkoon tunteiden hallintaan, aggressiivisuuteen sekä levottomuuteen. Vanhempien kontrollilla voidaan vähentää riskipelaamista (Salokoski 2005) ja sitä kautta lieventää nuoren tunnekuohuja. Usein ruutu-ajan ylittyminen johtuukin vähäisestä vanhemman valvonnasta (Cillero & Jago 2010).

## 2.6 Pelaamalla osaksi yhteiskuntaa

Nuorilla korostuu ystävien ja sosiaalisten verkkojen tärkeys elämässä (Kingery & Eedley 2007; Russell ym. 2012). Etenkin luokkakaverit muodostavat tärkeän sosiaalisen verkoston (Demaray & Malecki 2002). Ystävien tuki suojaa nuorta stressiltä ja sillä on positiivinen vaikutus muutenkin nuoren fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen (Cohen & Willis 1985; Wilkinson 2004). Ystävien ohella, myös omalta perheeltä saatu tuki on nuorelle tärkeä voimavara (Levin & Currie 2010; Ray 2013). Onnellisen lapsuuden on todettu korreloivan korkeampaan sosiaaliseen kyvykkyyteen sekä hyviin selviytymistaitoihin (Morgan ym. 2008), joten hyvät kaveri- ja perhesuhteet näyttäisivät antavan suotuisat lähtökohdat aktiiviselle kansalaisuudelle.

Luokkahuoneoppimisen sekä kavereiden ja perheen kautta oppimisen lisäksi on havaittu, että tietokone- ja konsolipelit voivat osaltaan valmistaa nuorta toimimaan osana yhteiskuntaa opettamalla ottamaan toisia huomioon, opastamalla ja ohjeistamalla heitä sekä käsiteltäessä peleissä ilmeneviä eettisiä asioita (Lenhart ym. 2008). Pelaamisen voisi siis sanoa vahvistavan sosiaalistumista, etenkin verkkopelaajilla (Lazzaro 2004; Williamson Shaffer ym. 2004). Pelaajat voivat liittyä internetissä maailmanlaajuisiin peliryhmiin ja he voivat tutustua ihmisiin, joilla on samat intressit (Mäyrä 2008). Tällaiset ryhmät voivat auttaa nuorta löytämään samanhenkisiä kavereita tai lujittamaan jo olemassa olevia kaverisuhteita (Jones ym. 2003). Tietokone ei kuitenkaan ole nuorille pelkkä pelaamisen ja ystäväystymisen väline, vaan sen kautta he voivat osallistua yhteiskunnan toimintaan, esimerkiksi mielipidekirjoituksia kirjoittamalla tai nettivetoomuksiin osallistumalla (Demokratiakasvatusselvitys 2011). Tästä voisi siis päätellä, että pelaamisen ei voi sanoa aiheuttavan nuoressa vain aggressiivista käytöstä tai liikkumisen vähäisyyttä, vaan se voi herättää myös kiinnostuksen yhteisiin yhteiskunnallisiin asioihin ja halun vaikuttaa niihin.

Pelaamisen on havaittu vaikuttavan positiivisesti oppimisedellytyksiin, asenteiden muutoksiin sekä tutkivaan toimintaan osallistumiseen (Hoffman & Novak 1996; Skadberg & Kimmel 2004). Pelaamista hyödynnetäänkin kouluissa, kun halutaan tehostaa opetusta tai keskittyä harjoittelemaan intensiivisesti tiettyä asiaa, kuten kertotauluja (Kangas ym. 2009; Saarenpää 2009). Myös aivojen ja koko kehon toimintaa voidaan harjoittaa sopivien pelien avulla (Kaleva ym. 2013). Jotkut tutkijat ovat olleet sitä mieltä, että väkivaltaisten pelien pelaaminen voi joillain ihmisillä jopa helpottaa aggressiivisten tunteiden purkamista turvallisella tavalla ja lieventää stressiä (Bowman & Rotter 1983; Kestenbaum & Weinstein 1985; Sanger 1996, 11).

Tästä on kuitenkin ristiriitaisia tuloksia, koska on myös havaittu, että liiallinen ruudun ääressä vietetty aika ja liikkumisen vähäisyys vaikuttavat negatiivisesti terveyteen ja voi lisätä aggressiivisuutta (Iannotti ym. 2009; Kuntsche ym. 2006). Huono itsetunto voi, Sangerin (1996, 142) mukaan, aiheuttaa syrjäytymistä ja ajaa tietokoneella tai pelikonsolilla pelaamiseen vapaa-ajan täyttämiseksi. Usein pelaaminen ja siinä menestyksen kokeminen voi kuitenkin auttaa nostamaan henkilön itsetuntoa ja tämä voi puolestaan auttaa elämän muilla osa-alueilla (Sanger 1996, 142). Kaikki tutkijat eivät kuitenkaan ole yhtä mieltä pelaamisen ja sosialisoinnin välisestä korrelaatiosta (Yee 2002). On todettu muun muassa, että tietokoneella pelaaminen ja vähäinen liikkuminen voivat olla huonon itsetunnon aiheuttajia (LeBlanc ym. 2012; Salmon ym. 2011). Mark Griffiths (2005) kuitenkin pitää pelaamista suhteellisen turvallisenä toimintana suurimmalle osalle sen harrastajista ja tuo esiin tietokoneen käytön hyödyn myös terveydenhuollossa.

### **3 NUORTEN PELAAMINEN JA VANHEMPIEN ROOLI**

Vanhemmilla on tärkeä rooli lapsen ja nuoren elämässä hyvinvoinnin tuottajana (Ray 2013). Vanhemmuus voi tarkoittaa jonkin asian vaatimista nuorelta (Kristjansdottir ym. 2006) tai sallimista (Vereecken ym. 2009), mutta myös asioiden kieltämistä (Ezendam ym. 2010). Pelaamisessa vanhemman rooli tulisi näkyä ikärajojen tarkkailussa sekä pelaamisen määrän ja ajankohdan säännöstelyssä, koska pelien sisältö ei aina vastaa pelaajan kehitys-, kokemus- ja ymmärrystasoa, eikä lapsi välttämättä kykene käsittelemään näkemäänsä (Groebel 2001; Paik 2001). Nuori viettää netissä, ja siten myös ruudun ääressä, enemmän aikaa, jos vanhempi ei valvo tai rajoita nuoren tietokoneella tai netissä käyttämää aikaa (Helsper ym. 2013). Nuoren kokiessa kommunikoinnin vanhempiensa kanssa luontevaksi, tarkoittaa se yleisesti myös sitä, että vanhemmat valvovat hänen tekemisiään (Stattin & Kerr 2000).

#### **3.1 Pelaamisen valvonta**

Euroopan nuorten keskuudessa on melko yleistä, että heillä on kotona omat huoneet ja heillä saattaa olla siellä tietokone tai pelikone pelaamista tai muuta nettikäyttöä varten (Aarsand & Aronson 2009). ”Makuuhuonekulttuuri” on käsite, joka kuvaa tätä nuorten oman huoneen käyttöä, joka tapahtuu piilossa vanhempien katseilta (Steele & Brown 1995) ja jossa he voivat luoda omaa kulttuuriaan (Aarsand & Aronson 2009). Tutkimusten mukaan tietokoneen tai pelikoneen sijainnilla on merkitystä niiden käyttöön. Tällä väitteellä tarkoitetaan sitä, että perheen yhteisissä tiloissa sijaitsevaa laitetta ja sen käyttöä vanhemmat voivat helposti tarkkailla, mutta nuoren omassa huoneessa sijaitsevaa laitetta tarkkaillaan harvemmin (Livingstone & Bovill 2001, 119-166; Nikken & Jansz 2013). Vaikka ikätovereiden toiminta vaikuttaa osaltaan nuorten toimintatapoihin (Martsola & Mäkelä 2004), uskotaan myös vanhempien antamalla esimerkillä olevan jonkin asteista merkitystä nuoren pelaamiseen, kuten peliaikaan ja pelien sisältöön (Kremers ym. 2007; Van den Eijnden ym. 2010). Vanhemmilla on päävastuu kasvatuksessa sekä pelaamisen ja median käytön sääntelyssä (Martsola & Mäkelä 2004; Aarsand & Aronson 2009). Toisaalta yksilöiden autonomiaa korostetaan enenevässä määrin ja tämä voi johtaa vanhempien roolin heikkenemiseen kasvattajana sekä nuoren lisääntyneeseen päätäntävaltaan omista asioistaan (Pasquier 2008, 449-450).

Lapsi viettää enemmän aikaa televisiota katsellen ja pelaten, jos hänelle on annettu päätäntävaltaa niiden suhteen (Jago ym. 2008). Nuoret voivat pyrkiä neuvottelemaan vanhempien kanssa pelaamisen ajankohdasta, siihen käytetystä ajasta sekä sallituista peleistä (Salokoski 2005). Pojilla tietokoneen sijaitseminen omassa makuuhuoneessa on yleisempää kuin tytöillä (Rey-Lopez ym. 2010) ja tämä voi vaikuttaa siihen, että vanhemmat eivät ole tietoisia todellisesta pelaamisen määrästä. Lenhartin ja kumppaneiden (2008) mukaan poikien pelaamisesta ollaan paremmin tietoisia, kuin tyttöjen. Heidän mukaan vanhemmista jopa 90 % sanoo tietävänsä mitä pelejä heidän lapsensa pelaavat, mutta vain noin puolet vanhemmista tarkistaa pelin ikärajan, ennen kuin antaa lapsensa pelata. Samaisessa tutkimuksessa nuoret vanhemmat olivat tarkempia ikärajojen suhteen ja he myös osallistuivat pelaamiseen useammin (Lenhart ym. 2008). Suomalaistutkimukseen osallistuneiden vanhempien (n=972) vastaukset puolestaan paljastivat, että 77 % vanhemmista tietää millaista peliä hänen lapsensa pelaa, mutta vain 46 % noudatti ikään liittyviä rajoituksia (Salokoski 2005). Koululaiset itse eivät tässä tutkimuksessa nähneet vanhempiansa toimintaa näinkään aktiivisena. Iän lisäksi (Lenhart ym. 2008, Salokoski 2005), korkeasti koulutettujen vanhempien, jotka käyttävät itsekin aktiivisesti tietokonetta tai ovat peliharrastajia, on havaittu olevan tarkempia lapsensa tietokoneen käytöstä sekä pelaamiseen liittyvistä asioista, kuten pelien sisällöstä (Salokoski 2005) ja peliajasta kuin matalasti koulutetut vanhemmat (Totland ym. 2013).

Vanhempiensa toiminnan kautta nuoret oppivat perheensä käytännöt ja rajoitukset pelaamisen suhteen sekä rakentavat moraalista pohjaa elämälleen (Hoover & Schofield Clark 2008, 110). Amerikkalaistutkimukseen osallistuneista vanhemmista 62 % vastasi, ettei peleillä ole minikäänlaista vaikutusta lapseen (Lenhart ym. 2008). Samaisessa tutkimuksessa 13 % vanhemmista oli sitä mieltä, että peleillä on negatiivinen vaikutus lapseen ja 19 % puolestaan koki pelien vaikutuksen olevan positiivista. Poikien olemuksessa huomattiin enemmän negatiivista muutosta kuin tytöillä (Lenhart ym. 2008).

### **3.2 Perhesuhteet ja kommunikointi**

Jotta lapsi tai nuori selviäisi tulevaisuudessa stressaavista tilanteista, tulisi perheen tukea häntä kasvussa ja kommunikoida hänen kanssaan päivittäin (Waylen ym. 2008). Hyvät perhesuhteet toimivat Waylenin ja kumppaneiden (2008) mukaan puskurina tai iskunvaimentimena elämässä vastaan tuleville negatiivisille asioille ja kommunikoinnin helpoksi kokeminen suo-



jaa nuorta negatiivisilta terveysvaikutuksilta sekä riskikäyttäytymiseltä (Inchley ym. 2016). Lasten ja vanhempien välisen kommunikaation sanotaan vähenevän lapsen kasvun myötä (Inchley ym. 2016; Wallenius ym. 2009). Tämä näkyy etenkin isän ja nuoren välisessä kommunikaatiossa (Currie ym. 2012). Vanhemmat eivät aina tiedosta, että heidän antamansa tuki on lapselle ja nuorelle hyvin tärkeä voimavara (Waylen ym. 2008). Vanhempi voi olla läsnä ja rohkaista nuorta verbaalisesti, helpottamalla lapsensa oloa, olemalla itse mallina sekä tekemällä asioita yhdessä (Dowda ym. 2007; Ezendam ym. 2010; Pearson ym. 2010; Trost & Loprinzi 2011).

Nuoret, joilla on hyvä suhde vanhempiinsa ja kokevat voivansa kommunikoida heidän kanssaan, omaavat paremman terveyden kuin he, jotka eivät koe perhesuhteitaan hyväksi (Inchley ym. 2016; Flouri & Buchanan 2003). Parempaan terveyteen saattoi liittyä hyvä itse koettu terveys ja tyytyväisyys elämään (Inchley ym. 2016; Moreno ym. 2009) sekä vähemmän fyysisiä ja psyykkisiä vaivoja (Woodward ym. 2003). Vanhempiensa kanssa kommunikoivat nuoret, etenkin isien kanssa kommunikoivat tytöt, raportoivat omaavansa myös positiivisen kehokuvan itsestään (Bulanda & Majumdar 2009; Cava ym. 2014; Clair 2012; Fenton ym. 2010; Jafari ym. 2013), vähemmän päihteiden käyttöä sekä aggressiivista käyttäytymistä (Pickett ym. 2009). Heidän keskuudessaan myös tupakoimattomuus on yleisempää kuin vähän vanhempiensa kanssa kommunikoivien nuorten (Pedersen ym. 2004). Vanhempien puuttuminen nuoren pelaamiseen tasoittaa nuoren pelaamisen jälkeisiä tunnekokemuksia, kuten levottomuutta ja aggressiota (Salokoski 2005). Vanhempien kannustuksen puute, kiusatuksi tuleminen, ikätovereiden hyväksynnän puute sekä perheen sisäiset konfliktit (Gerber & Pühse 2008) voivat aiheuttaa lapselle ja nuorelle psykosomaattisia oireita, kuten pää- ja selkäsärkyä sekä hermostuneisuutta ja ärtymystä (Currie ym. 2012).

## 4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Pro gradu-tutkielman tarkoitus oli selvittää 5-, 7- ja 9-luokkalaisten poikien ja tyttöjen pelaamiseen käyttämää aikaa kouluviikolla ja viikonloppuisin sekä tarkastella koetun vanhempien valvonnan ja kiintymyksen yhteyttä nuorten pelaamiseen. Myös perheeseen liittyvien tekijöiden yhteyttä nuoren tietokonepelaamisen määrään tutkittiin. Näitä olivat internetin käyttö, perheen yhteiset ateriat sekä koettu perheen taloudellinen tilanne. Tutkimuksessa tarkasteltiin myös pelaamiseen käytetyn ajan yhteyttä nuoren kokemiin oireisiin. Tuloksia tarkasteltiin sukupuolen ja luokkatason mukaan.

Pro gradu-tutkielman tutkimuskysymykset ovat:

1. Vaihtelee nuorten tietokonepelaamisen määrä koulupäivisin ja viikonloppuisin nuoren luokkatason ja sukupuolen mukaan?
2. Missä määrin vanhempien valvonta ja kiintymys ovat yhteydessä poikien ja tyttöjen tietokonepelaamiseen eri luokkatasoilla?
3. Vaihtelee nuorten tietokonepelaamiseen käytetty aika perheeseen liittyvien tekijöiden (internetin käyttö, perheateriat ja koettu taloudellinen tilanne) mukaan?
4. Miten pelaamiseen käytetty aika on yhteydessä nuorten kokemiin oireisiin?

## 5 TUTKIMUKSEN AINEISTO JA ANALYYSIMENETELMÄT

### 5.1 Tutkimuksen aineisto

Pro gradu -tutkielma pohjautuu kansainväliseen HBSC-tutkimukseen (Health Behaviour in School-aged Children), jota toteutetaan yhdessä WHO:n (World Health Organisation) kanssa. Suomen WHO-Koululaistutkimus käsittelee 5-, 7- ja 9-luokkalaisten nuorten koettua terveyttä ja hyvinvointia Euroopassa ja Pohjois-Amerikassa (Currie ym. 2012; HBSC 2014). Käyttämäni aineisto on kerätty vuosien 2009 ja 2010 aikana kyselytutkimuksena 43 eri maasta, mutta vain 39:n maan tutkimustulokset olivat käyttökelpoiset raporttia varten (Currie ym. 2012). Strukturoiduilla kyselylomakkeilla kerättiin tietoa nuorten terveydestä heidän sosiaalisissa konteksteissaan, joihin lukeutuvat koti ja koulu sekä kaverit ja perhe (Currie ym. 2012). Kyselylomakkeen runko oli samanlainen joka maassa, mutta osallistujamaat saivat lisätä lomakkeeseen kysymyksiä jotka selvittivät heille kansallisesti tärkeitä aiheita (Roberts ym. 2007).

Tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista ja siihen osallistuneet nuoret vastasivat kyselyyn anonymisti koulupäivän aikana, opettajan valvonnassa (HBSC 2014). Suomessa mukaan lähteneiden koulujen oppilaista 94 % osallistui tutkimukseen. Tutkimusaineisto kerättiin maaliskuun ja toukokuun välisenä aikana vuonna 2010.

Pro Gradu-tutkielmani osa-aineistossa tutkin kaikkien Suomessa tutkimukseen osallistuneiden ikäryhmien pelaamista, koska pidin tärkeänä selvittää miten pelaaminen ja koettu vanhempien valvonta sekä koettu kiintymyssuhde vanhempiin muuttuvat sukupuolen mukaan, luokkataso huomioiden. Tarkastelin myös perheeseen liittyvien tekijöiden osuutta pelaamiseen ja nuoren kokemia oireita. Osa-aineistossani 5-luokkalaisia oppilaita oli 2828, 7-luokkalaisia 2514 ja 9-luokkalaisia 2360. (Taulukko 1)

**Taulukko 1.** WHO-Koululaistutkimukseen 2010 vastanneet luokiteltuna iän ja sukupuolen mukaan (%).

Ikä	Otos	Pojat			Tytöt			
		Vas- tanneet	Aineisto	Vastaus %	Vastan- neet	Aineisto	Vastaus %	
<b>11</b>	1415	1321	1196	93.4	1413	1348	1267	95.4
<b>13</b>	1264	1152	1054	91.1	1250	1197	1124	95.8
<b>15</b>	1165	1094	992	93.9	1195	1163	1090	97.3
<b>Yht.</b>	3844	3567	3242	92.8	3858	3708	3481	96.1

## 5.2 Mittarit

Tutkimukseni taustamuuttujat olivat sukupuoli ja luokka-aste. Luokka-aste selvitettiin kysymällä ”Millä luokalla olet?” ja vastausvaihtoehdot olivat ”5. luokalla”, ”7. luokalla”, ”9. luokalla”. Viidesluokkalaisia ei otettu mukaan kiintymyssuhdetta vanhempiin ja perheen taloudellista tilannetta kuvaavien mittareiden tarkasteluun.

**Pelaamiseen käytettyä aikaa** koulupäivisin ja viikonloppuisin kartoitettiin kolmella kysymyksellä: ”Kuinka monta tuntia päivässä tavallisesti pelaat vapaa-aikanasi tietokone- tai konsolipelejä (Playstation, Xbox, GameCube)?”. Vastausvaihtoehdot tähän olivat: En lainkaan, Noin puoli tuntia päivässä, Noin tunnin päivässä, Noin 2 tuntia päivässä, Noin 3 tuntia päivässä, Noin 4 tuntia päivässä, Noin 5 tuntia päivässä, Noin 6 tuntia päivässä tai Noin 7 tuntia päivässä. Vastausvaihtoehdot muutettiin kolmiluokkaiseksi seuraavanlaisesti: En lainkaan, 0.5-2 tuntia päivässä, 3 tai enemmän tuntia päivässä. Tämä luokittelu perustuu ruutuaikasuositukseen (UKK-instituutti 2010).

**Äidin ja isän valvontaa** selvitettiin kuudella kysymyksellä, joiden oli tarkoitus antaa tietoa nuorten omista käsityksistä muun muassa vanhempien roolista ja siitä kuinka paljon vanhemmat todella tietävät lastensa tekemisistä. Seuraavat kaksi kysymystä kysyttiin isästä ja äidistä. Valvontaa selvitti kysymys: ”Kuinka paljon äitisi todella tietää siitä...?” Nämä olivat kysymyksen loppuosat: keitä ystäväsi ovat, kuinka käytät rahasi, missä vietät aikaasi koulun jälkeen, missä olet iltaisin ja mitä teet vapaa-aikanasi. Nuori arvioi vastauksia neliportaisella asteikolla valitsemalla jokaisen kysymyksen kohdalla parhaiten tilannetta kuvaavan vaihtoehdon: Hän tietää paljon, Hän tietää jonkin verran, Hän ei tiedä mitään tai Ei ole äitiä tai en ta-

paa häntä. ”Ei ole äitiä tai en tapaa häntä” laitettiin puuttuvaksi tiedoksi ja kysymyksestä tehtiin niin isän kuin äidinkin osalta summamuuttajat.

**Kiintymyssuhdetta äitiin ja isään** tarkasteltiin seuraavalla kysymyksellä: ”Äitini...” auttaa minua aina kun tarvitsen; antaa minun tehdä asioita, joista pidän; on rakastava; ymmärtää ongelmiani ja huoliani; pitää siitä, että päätän omista asioistani; yrittää määrätä kaikesta mitä teen; kohtelee minua kuin lasta ja saa oloni tuntumaan paremmalta, kun olen pahoittanut mieleni. Huolenpidon useutta nuori arvioi vastausvaihtoehdoilla: Lähes aina, Joskus, Ei koskaan tai Ei ole äitiä tai en tapaa häntä. Vastausvaihtoehto ”Ei ole äitiä tai en tapaa häntä” laitettiin puuttuvaksi tiedoksi ja sama tehtiin isää koskeville kysymyksille. Kiintymystä selvittävien väittämien ”yrittää määrätä kaikesta mitä teen” ja ”kohtelee minua kuin lasta” vastausluokat käännettiin, jotta kaikkien väittämien vastaukset saatiin yhdenmukaisiksi. Tämän lisäksi kysymyksestä tehtiin summamuuttajat. Kiintymyssuhdetta selvittävät kysymykset oli suunnattu vain seitsemäs- ja yhdeksäsluokkalaisille nuorille.

**Perheeseen liittyviä tekijöitä** selvitettiin kysymällä **nuoren internetin käytöstä**: ”Tietävätkö vanhempasi/huoltajasi, mitä teet Internetissä?” Vastausvaihtoehdot olivat: Tietävät, Tietävät osittain, Eivät tiedä tai En käytä Internetiä. Vastausvaihtoehto ”En käytä internetiä” laitettiin puuttuvaksi tiedoksi, koska niiden prosentuaalinen osuus oli pieni.

Perheeseen liittyvä tekijä oli myös **perheen ateriointi**, jota selvitettiin kysymällä: ”Mikä seuraavista vaihtoehdoista parhaiten kuvaa PERHEESI ateriointia kotona?” Nuori vastasi kysymykseen niin koulupäivien kuin viikonlopunkin osalta. Vastausvaihtoehdot olivat molempiin samat: Ei varsinaista ateriaa, vaan jokainen ottaa itselleen syötävää; Valmistetaan ateria, mutta koko perhe ei syö yhtä aikaa tai Syömme yhteisen aterian, jolloin yleensä kaikki ovat ruokapöydässä.

Perheeseen liittyviä tekijöitä selvitettiin vielä kysymällä perheen **koetusta taloudellisesta tilanteesta**: ”Mitä mieltä olet perheesi taloudellisesta tilanteesta?” Vastausvaihtoehdot olivat: Perheeni tulee erittäin hyvin toimeen taloudellisesti, Perheeni tulee melko hyvin toimeen taloudellisesti, Perheeni taloudellinen toimeentulo on keskitasoa, Perheeni ei tule kovin hyvin toimeen taloudellisesti, Perheeni ei tule ollenkaan hyvin toimeen taloudellisesti. Tutkimustulosten tulkinnan selkeyttämiseksi vastausvaihtoehdot muutettiin kolmiluokkaiseksi: Perheeni tulee erittäin hyvin toimeen taloudellisesti, Perheeni tulee melko hyvin toimeen taloudellisesti tai toimeentulo on keskitasoa, Perheeni ei tule kovin hyvin tai ollenkaan hyvin toimeen taloudellisesti. Lisäksi viidesluokkalaiset jätettiin taloudellisen tilanteen tarkastelun ulkopuolelle,

koska he voivat olla liian kokemattomia arvioimaan luotettavasti perheensä taloudellista tilannetta.

**Nuoren kokemia oireita** selvitettiin kysymällä: ”Kuinka usein sinulla on ollut seuraavia oireita viimeisen 6 kuukauden aikana? MERKITSE YKSI VAIHTOEHTO JOKAISEN OIREEN OSALTA.” Vastausvaihtoehdot tähän kysymykseen olivat: Päänsärkyä, Vatsakipuja, Niska-hartiasärkyä, Selkäkipuja, Masentuneisuutta, Ärtyneisyyttä tai pahantuulisuutta, Hermostuneisuutta, Vaikeuksia päästä uneen, Huimauksen tunnetta, Ruokahaluttomuutta, Jännittyneisyyttä, Alakuloisuutta, Heräilemistä öisin. Näitä oireita oppilas arvioi viisiportaisella asteikolla valitsemalla kunkin oireen kohdalla häneen sopivan vaihtoehdon: Lähes päivittäin, Useammin kuin kerran viikossa, Noin kerran viikossa, Noin kerran kuukaudessa, Harvemmin tai ei koskaan. Tutkimustulosten vastausvaihtoehdot muutettiin kolmiluokkaisiksi niiden tulokinnan selkeyttämiseksi. Tulososaan oireista otettiin mukaan vain päänsärky, niskahartiasärky, masentuneisuus ja vaikeuksia päästä uneen. Vaikeuksia päästä uneen nimettiin univaikkeudeksi.

### 5.3 Analyysimenetelmät

Tutkimuskysymykset ja tutkimuksessani käytetyt analyysimenetelmät on eritelty taulukkoon 2. Tutkimuskysymyksiin vastaamiseen käytettiin ristiintaulukointia, Khiin neliö ( $\chi^2$ )-testiä, summamuuttujia sekä binääristä logistista regressioanalyysia. Vanhempien valvonnasta ja kiintymyksestä tehtiin summamuuttujat ja niitä tarkasteltiin binäärisen logistisen regressioanalyysin avulla. Tilastollinen merkitsevyys ilmaistaan p-arvolla ja sen yläraja on 0.05.

**Taulukko 2.** Tutkimuskysymyksiin vastaamisen edellyttämät analyysimenetelmät.

Tutkimuskysymys	Analyysimenetelmä
1. Vaihtelee nuorten tietokonepelaamisen määrä koulupäivisin ja viikonloppuisin nuoren luokkatason ja sukupuolen mukaan?	Frekvenssijakaumat Ristiintaulukointi $\chi^2$ -testi
2. Missä määrin vanhempien valvonta ja kiintymys ovat yhteydessä poikien ja tyttöjen tietokonepelaamiseen eri luokkatasoilla?	Frekvenssijakaumat Ristiintaulukointi $\chi^2$ -testi Summamuuttujat Binäärinen logistinen regressioanalyysi
3. Vaihtelee nuorten tietokonepelaamiseen käytetty aika perheeseen liittyvien tekijöiden (internetin käyttö, perheateriat ja koettu taloudellinen tilanne) mukaan?	Frekvenssijakaumat Ristiintaulukointi $\chi^2$ -testi
4. Miten pelaamiseen käytetty aika on yhteydessä nuorten kokemiin oireisiin?	Frekvenssijakaumat Ristiintaulukointi $\chi^2$ -testi

**Ristiintaulukoinnilla** voidaan havainnollistaa muuttujien välistä riippuvuutta ja  $\chi^2$ -testillä voidaan varmistaa, ettei mahdollinen ryhmien välinen ero johtunut sattumasta (Metsämuuronen 2008, 347).  $\chi^2$ -testi liitetään aina ristiintaulukoinnin yhteyteen, koska se ei itsessään anna merkitsevää tietoa (Valli 2001, 72). Muuttujien p-arvot saadaan  $\chi^2$ -testillä.

Tarkastelin tutkimuksessani ensin ristiintaulukoinnin avulla muuttujien välisiä yhteyksiä ja analyysiin liittyviä p-arvoja. Koska alin riskitaso on yleisesti 5 % (Metsämuuronen 2008, 521), pidin p-arvon rajana 0.05 siten, että tuloksen ollessa pienempi kuin 0.05, tulos oli tilastollisesti merkitsevä ja muuttuja oli mielekästä ottaa tutkimukseen mukaan.

Kahdessa äidin ja isän kiintymystä kuvaavassa kysymyksessä käännettiin vastausluokat toisin päin, jotta vastausten tulkinta olisi yhtenevää muiden kysymysten kanssa. **Summamuuttujat** muodostettiin äidin ja isän valvonnasta erikseen, kuten myös kiintymystä kuvaavista muuttujista. Näitä kuvaavat vastausvaihtoehdot olivat yhteneväisiä keskenään, joten niistä tehtiin yhdet isot summamuuttujat, jotta tuloksista oli selkeämmin luettavissa miten nuoret yleisesti kokivat vanhempien valvovan heidän tekemisiään ja millaiseksi he kokivat kiintymyssuhteen vanhempiin, vastausvaihtoehdot muutettiin kolmiluokkaisiksi. Summamuuttujien luotettavuutta tarkastelin Cronbachin Alpha -kertoimen avulla. Mitä lähempänä kerroin on lukua 1, sitä luotettavampi tulos on, mutta Metsämuurosen (2008, 497) mukaan luvun ollessa 0.6, on se hyväksyttävä. Tutkimuksessani Cronbachin Alpha oli valvonnan osalta 0,903 ja kiintymyksen osalta 0.830, joten muuttujat olivat sisällöltään yhdenmukaisia ja näin ollen mielekästä yhdistää. Summamuuttujat jaettiin kolmeen vastausluokkaan ja niiden prosentuaalinen osuus oli jokaisessa luokassa hyvin lähellä toisiaan.

**Binäärisen logistisen regressioanalyysin** avulla pyritään löytämään useiden selittävien tekijöiden joukosta parhaiten ilmiötä selittävät tekijät (Metsämuuronen 2008, 670). Logistinen regressioanalyysi on hyvä vaihtoehto havainnoida tämän tutkimuksen ilmiötä, koska kysymyksenasettelu on selkeästi: pelaako vähintään kolme tuntia päivässä vai ei, ja muuttujien keskeltä voidaan löytää ne tekijät, jotka tiedetään jo ennalta tärkeiksi ja jotka yhdessä pystyvät selittämään muuttujaa ja ilmiötä (Metsämuuronen 2008, 670-671).

Tarkastelin binäärisellä logistisella regressioanalyysillä poikien ja tyttöjen todennäköisyyksiä vähintään kolme tuntia päivässä pelaamiseen suhteessa koettuun äidin ja isän valvontaan ja

koettuun äidin ja isän kiintymyssuhteeseen. Analyysi suoritettiin koulupäivän ja viikonlopun osalta erikseen, koska pelaamisessa koulupäivisin ja viikonloppuisin oli eroavaisuuksia. Selittävinä tekijöinä analyysissä olivat sukupuoli, koettu äidin valvonta, koettu isän valvonta, kiintymyssuhde äitiin sekä kiintymyssuhde isään.

Binäärisen logistisen regressioanalyysin sopivuutta aineistoon tarkasteltiin  $\chi^2$ -testillä.  $\chi^2$ -testin p-arvon tuli olla vähintään 0.05, jotta mallia voitiin pitää hyväksyttävänä (Metsämuuronen 2005, 687). Ristitulosehde eli odds ratio (OR) saatiin regressiokertoimista. Se kuvasi selittävien muuttujien suhdetta selitettävään ilmiöön (Nummenmaa 2009, 339). Ristitulosuhteita muodostettaessa selitettävien muuttujien vertailuluokkien muodostaminen tehtiin siten, että merkitsevistä ristitulosuhteista muodostui aina suurempia kuin yksi. Tällöin tulosten tulkinta todennäköisyydestä kuulua tiettyyn ryhmään oli selkeämpi. Kun ristitulosuhde oli suurempi kuin yksi ja ennustustarkkuus tilastollisesti merkitsevä, selittävät muuttujat lisäsivät todennäköisyyttä kuulua vähintään kolme tuntia päivässä pelaavien ryhmään. Ristitulosuhteen luottamusvälit ilmoitettiin 95 % tarkkuudella.



## 6 TULOKSET

### 6.1 Nuorten tietokonepelaaminen koulupäivisin ja viikonloppuisin

Pojat käyttivät koulupäivisin pelaamiseen enemmän aikaa kuin tytöt. Tyttöihin verrattuna pojat pelasivat huomattavasti yleisemmin vähintään kolme tuntia päivässä. Viidesluokkalaisilla pojilla pelaaminen vähintään kolme tuntia päivässä oli kaksi kertaa yleisempää kuin viidesluokkalaisilla tytöillä. Yhdeksäsluokkalaisilla pojilla paljon pelaavien prosenttiosuus oli seitsemänkertainen tyttöihin verrattuna. Ylemmille luokkatasoille siirryttäessä Yhä suurempi osa tytöistä ei pelannut lainkaan. (Taulukko 1)

**Taulukko 1.** Pelaamiseen käytetty aika koulupäivisin sukupuolen mukaan (%).

Pelaamiseen käytetty aika koulupäivisin	Pojat (%)			Tytöt (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	10.1	12.7	19.0	25.8	55.5	71.9
0.5-2 h	70.7	60.6	54.5	66.0	38.5	24.4
3 h tai enemmän	19.3	26.7	26.5	8.2	6.0	3.7
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(1184)	(1019)	(963)	(1262)	(1103)	(1074)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.001; 7-luokkalaisilla <0.001; 9-luokkalaisilla <0.001

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla <0.001; tytöillä <0.001

Pojat pelasivat tyttöjä yleisemmin viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä. Pojilla vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen yleistyi ylemmälle luokkatasolle siirryttäessä. Tytöt käyttivät pelaamiseen yleisimmin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä. Tyttöillä pelaamisen väheneminen ylemmälle luokkatasolle siirryttäessä oli yleisempää kuin pojilla. Viidesluokkalaiset pojat pelasivat kaksi kertaa tyttöjä yleisemmin viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä. Yhdeksäsluokkalaiset pojat pelasivat viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä viisi kertaa yleisemmin kuin yhdeksäsluokkalaiset tytöt. Vaikka pelaaminen oli yleistä, seitsemäsluokkalaisista tytöistä lähes puolet ja yhdeksäsluokkalaisista tytöistä yli puolet ei pelannut lainkaan. (Taulukko 2)

**Taulukko 2.** Pelaamiseen käytetty aika viikonloppuisin sukupuolen mukaan (%).

Pelaamiseen käytetty aika viikonloppuisin	Pojat (%)			Tytöt (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	6.0	8.5	14.5	17.1	43.3	60.1
0.5-2 h	57.1	45.0	40.5	64.0	43.9	31.3
3 h tai enemmän	36.9	46.5	45.1	18.8	12.7	8.7
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(1185)	(1018)	(961)	(1260)	(1099)	(1075)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.001; 7-luokkalaisilla <0.001; 9-luokkalaisilla <0.001

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla <0.001; tytöillä <0.001

## 6.2 Koetun äidin ja isän valvonnan sekä kiintymyssuhteen yhteys pelaamiseen

### 6.2.1 Valvonta

Tytöt kokivat poikia yleisemmin, että äiti valvoi heidän tekemisiään paljon. Kuitenkin sekä pojilla että tytöillä koettu valvonta väheni ylemmille luokille siirryttäessä. Seitsemäs- ja yhdeksäsluokkalaisista pojista noin puolet ja tytöistä selvästi alle puolet koki, että äidin valvontaa oli vähän. (Liite 4)

Koko aineistossa pojat kokivat tyttöjä yleisemmin, että isä valvoi heidän tekemisiään paljon. Luokkatasoittain tarkasteltuna sukupuolten välinen ero oli seitsemännellä luokalla enää tilastollisesti melkein merkitsevä, eikä eroa yhdeksännellä luokalla ilmennyt lainkaan. Yhdeksäsluokkalaisista pojista ja tytöistä lähes puolet koki isän valvonnan vähäiseksi. (Liite 6)

Pojat, jotka kokivat, että äiti valvoo heidän tekemisiään paljon, pelasivat harvemmin koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä kuin pojat, jotka kokivat äidin valvonnan vähäiseksi. Pojista yli puolet käytti pelaamiseen koulupäivisin puolesta tunnista kahteen tuntia äidin valvonnasta riippumatta. Ei lainkaan pelaavien osuus kasvoi ylemmille luokille siirryttäessä äidin valvonnasta riippumatta. (Taulukko 3)

**Taulukko 3.** Äidin koetun valvonnan yhteys pelaamiseen koulupäivisin käytettyyn aikaan pojilla (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Paljon (%)			Keskimääräinen (%)			Vähän (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	12.4	13.1	21.6	11.1	13.3	17.3	5.5	11.4	18.2
0.5-2 h	73.8	62.8	55.6	69.6	61.6	54.8	67.7	58.9	54.5
3 h tai yli	13.8	24.0	22.8	19.2	25.1	27.9	26.7	29.7	27.3
Yhteensä (n)	100.0 (450)	100.0 (312)	100.0 (232)	100.0 (369)	100.0 (263)	100.0 (208)	100.0 (344)	100.0 (414)	100.0 (499)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.001; 7-luokkalaisilla <0.001; 9-luokkalaisilla <0.001

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla <0.001

Tytöt, jotka kokivat, että äiti valvoi heidän tekemisiään paljon, pelasivat prosentuaalisesti tarkasteltuna harvemmin koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä kuin tytöt, jotka kokivat äidin valvonnan vähäiseksi. Äidin koetusta valvonnasta huolimatta, viidesluokkalaiset tytöt pelasivat jokaisessa valvontaluokassa yleisemmin kuin seitsemäs- ja yhdeksäsluokkalaisten tytöt. Ei lainkaan pelaavien osuus oli suurin yhdeksäsluokkalaisten tyttöjen ikäryhmässä äidin valvonnasta riippumatta. (Taulukko 4)

**Taulukko 4.** Äidin koetun valvonnan yhteys pelaamiseen koulupäivisin käytettyyn aikaan tytöillä (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Paljon (%)			Keskimääräinen (%)			Vähän (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	29.5	54.8	72.5	22.4	55.0	71.7	22.5	58.3	71.8
0.5-2 h	64.8	40.3	24.2	68.8	39.9	26.8	64.8	33.2	22.8
3 h tai yli	5.7	4.9	3.3	8.8	5.2	2.1	12.6	8.5	5.4
Yhteensä (n)	100.0 (613)	100.0 (469)	100.0 (363)	100.0 (375)	100.0 (291)	100.0 (287)	100.0 (253)	100.0 (319)	100.0 (404)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.001; 7-luokkalaisilla <0.001; 9-luokkalaisilla <0.001

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; tytöillä <0.001

Sekä pojat että tytöt, jotka kokivat että äiti valvoi heidän tekemisiään vähän, pelasivat koulupäivisin yleisemmin vähintään kolme tuntia päivässä kuin pojat ja tytöt, jotka kokivat että äiti valvoi heidän tekemisiään paljon. Äidin valvonnan vähäiseksi kokeneet pojat pelasivat koulu-

päivisin kolme kertaa yleisemmin vähintään kolme tuntia päivässä kuin tytöt. Pojat, jotka kokivat, että äiti valvoo heidän tekemisiään paljon, pelasivat koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä nelinkertaisesti tyttöihin verrattuna. (Liite 1)

Pojat pelasivat koulupäivisin yleisimmin puolesta tunnista kahteen tuntia isän valvonnasta riippumatta. Pojat, jotka kokivat, että isä valvoo heidän tekemisiään paljon, pelasivat harvemmin koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä kuin pojat, jotka kokivat isän valvonnan vähäiseksi. Koetusta isän valvonnan määrästä riippumatta, pelaaminen väheni ylemmälle luokkatasolle siirryttäessä puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä pelaavilla pojilla. Vähintään kolme tuntia pelaavien osuus lisääntyi valvonnasta huolimatta viidenneltä luokalta eteenpäin, mutta ero prosenttiosuuskien perusteella oli hyvin vähäinen. (Taulukko 5)

**Taulukko 5.** Isän koetun valvonnan yhteys pelaamiseen koulupäivisin käytettyyn aikaan pojilla (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Paljon (%)			Keskimääräinen (%)			Vähän (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	11.8	11.5	17.8	11.9	13.0	14.9	5.0	12.8	21.2
0.5-2 h	72.3	64.8	61.0	67.0	58.7	58.1	69.8	59.3	49.0
3 h tai yli	15.9	23.7	21.2	21.1	28.3	27.0	25.2	27.9	29.8
Yhteensä (n)	100.0 (542)	100.0 (384)	100.0 (259)	100.0 (336)	100.0 (230)	100.0 (215)	100.0 (258)	100.0 (359)	100.0 (443)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.012; 7-luokkalaisilla <0.297; 9-luokkalaisilla <0.013  
p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla <0.001

Tytöt, jotka kokivat isän valvovan heidän tekemisiään paljon, pelasivat koulupäivisin harvemmin vähintään kolme tuntia kuin tytöt, jotka kokivat, että isän valvonta oli vähäistä. Pelaaminen väheni ylemmälle luokkatasolle siirryttäessä valvonnasta riippumatta. Riippumatta koetusta isän valvonnan määrästä, viidesluokkalaisista tytöistä yli puolet pelasi puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä, kun yhdeksäsluokkalaisilla tytöillä oli yleisintä, etteivät he pelanneet koulupäivisin lainkaan. (Taulukko 6)

**Taulukko 6.** Isän koetun valvonnan yhteys pelaamiseen koulupäivisin käytettyyn aikaan tytöillä (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Paljon (%)			Keskimääräinen (%)			Vähän (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	27.3	58.0	68.9	25.4	53.1	73.6	22.8	55.2	71.7
0.5-2 h	66.1	37.8	28.0	66.8	42.3	24.9	67.4	36.1	24.1
3 h tai yli	6.6	4.2	3.0	7.8	4.6	1.5	9.8	8.7	4.2
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(498)	(357)	(264)	(398)	(260)	(265)	(316)	(424)	(473)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.012; 7-luokkalaisilla <0.297; 9-luokkalaisilla <0.013

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; tytöillä <0.001

Sekä pojat että tytöt, jotka kokivat että isä valvoi heidän tekemisiään vähän, pelasivat koulupäivisin yleisemmin vähintään kolme tuntia päivässä kuin pojat ja tytöt, jotka kokivat että isä valvoi heidän tekemisiään paljon. Pojat pelasivat koulupäivisin neljä kertaa tyttöjä yleisemmin vähintään kolme tuntia päivässä niissä vastausluokissa, joissa pojat kokivat, että isä valvoo heidän tekemisiään joko vähän tai paljon. Suurin osa pojista ja tytöistä pelasi koulupäivisin enintään kaksi tuntia päivässä tai eivät lainkaan. (Liite 2)

Viides- ja seitsemäsluokkalaiset pojat, jotka kokivat äidin valvovan heidän tekemisiään paljon, pelasivat harvemmin viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä kuin pojat, jotka kokivat äidin valvonnan vähäiseksi. Prosenttiosuuksien perusteella yhdeksäsluokkalaisilla pojilla ei pelaaminen juurikaan muuttunut, kun tarkasteltiin valvonnan määrän ääripäitä. (Taulukko 7)

**Taulukko 7.** Äidin koetun valvonnan yhteys pelaamiseen viikonloppuisin käytettyyn aikaan pojilla (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Paljon (%)			Keskimääräinen (%)			Vähän (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	6.4	8.9	15.5	6.0	10.3	12.1	5.0	7.0	14.5
0.5-2 h	64.7	49.8	38.4	56.4	44.7	44.4	48.1	41.6	39.8
3 h tai yli	28.8	41.2	46.1	37.7	45.0	43.5	46.9	51.3	45.8
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(451)	(313)	(232)	(369)	(262)	(207)	(343)	(413)	(498)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.001; 7-luokkalaisilla <0.001; 9-luokkalaisilla <0.018

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla <0.001

Tytöt, jotka kokivat, että äiti valvoo heidän tekemisiään paljon, pelasivat harvemmin viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä kuin tytöt, jotka kokivat äidin valvonnan vähäiseksi. Tyttöillä yleisintä oli käyttää pelaamiseen puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä. Pelaaminen väheni ylemmälle luokkatasolle siirryttäessä valvonnasta huolimatta. Äidin koetun valvonnan määrästä riippumatta, seitsemäsluokkalaisista tytöistä lähes puolet ja yhdeksäsluokkalaisista yli puolet ei pelannut lainkaan. (Taulukko 8)

**Taulukko 8.** Äidin koetun valvonnan yhteys pelaamiseen viikonloppuisin käytettyyn aikaan tyttöillä (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Paljon (%)			Keskimääräinen (%)			Vähän (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	19.8	42.2	58.8	14.1	40.7	58.5	15.8	48.6	62.1
0.5-2 h	66.6	46.1	32.7	65.3	47.2	33.1	56.5	36.9	28.7
3 h tai yli	13.6	11.7	8.5	20.5	12.1	8.4	27.7	14.5	9.2
Yhteensä (n)	100.0 (611)	100.0 (469)	100.0 (364)	100.0 (375)	100.0 (290)	100.0 (287)	100.0 (253)	100.0 (317)	100.0 (404)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.001; 7-luokkalaisilla <0.001; 9-luokkalaisilla <0.018  
p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; tyttöillä <0.001

Äidin valvonnasta riippumatta, pojat pelasivat viikonloppuisin noin kolme kertaa tyttöjä yleisemmin vähintään kolme tuntia päivässä. Pojat ja tytöt, jotka kokivat, että äiti valvoi heidän tekemisiään vähän, käyttivät viikonloppuisin pelaamiseen vähintään kolme tuntia päivässä yleisemmin kuin pojat ja tytöt, jotka kokivat, että äiti valvoi heidän tekemisiään paljon. Pojista yli puolet pelasi viikonloppuisin enintään kaksi tuntia tai eivät lainkaan kaikissa vastausluokissa. Tytöistä suurin osa pelasi enintään kaksi tuntia päivässä tai ei lainkaan. (Liite 3)

Pojat, jotka kokivat isän valvovan heidän tekemisiään paljon, pelasivat harvemmin viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä kuin pojat, jotka kokivat isän valvonnan vähäiseksi. Pojilla, jotka pelasivat puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä, pelaaminen väheni ylemmälle luokkatasolle siirryttäessä koetusta isän valvonnan määrästä riippumatta. (Taulukko 9)

**Taulukko 9.** Isän koetun valvonnan yhteys pelaamiseen viikonloppuisin käytettyyn aikaan pojilla (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Paljon (%)			Keskimääräinen (%)			Vähän (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	5.9	7.6	12.4	8.0	10.0	9.3	3.9	8.6	17.2
0.5-2 h	62.5	49.2	44.8	52.4	46.3	40.5	52.7	41.4	37.1
3 h tai yli	31.5	43.2	42.9	39.6	43.7	50.2	43.4	50.0	45.7
Yhteensä (n)	100.0 (542)	100.0 (384)	100.0 (259)	100.0 (336)	100.0 (229)	100.0 (215)	100.0 (258)	100.0 (360)	100.0 (442)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.005; 7-luokkalaisilla <0.056; 9-luokkalaisilla <0.316

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla <0.001

Viidesluokkalaiset tytöt, jotka kokivat, että isä valvoo heidän tekemisiään paljon, pelasivat harvemmin viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä kuin viidesluokkalaiset tytöt, jotka kokivat isän valvonnan vähäiseksi. Viidesluokkalaiset tytöt pelasivat viikonloppuisin yleisemmin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä valvonnasta huolimatta. Pelaaminen väheni ylemmälle luokkatasolle siirryttäessä ja ei lankaan pelaavien tyttöjen osuus puolestaan lisääntynyt isän koetusta valvonnasta riippumatta. (Taulukko 10)

**Taulukko 10.** Isän koetun valvonnan yhteys pelaamiseen viikonloppuisin käytettyyn aikaan tytöillä (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Paljon (%)			Keskimääräinen (%)			Vähän (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	18.7	44.4	56.8	14.4	38.5	61.1	16.5	45.4	60.8
0.5-2 h	66.4	44.1	33.7	66.2	49.2	30.9	60.4	39.5	31.2
3 h tai yli	14.9	11.5	9.5	19.4	12.3	7.9	23.1	15.1	8.0
Yhteensä (n)	100.0 (497)	100.0 (356)	100.0 (264)	100.0 (397)	100.0 (260)	100.0 (265)	100.0 (316)	100.0 (423)	100.0 (474)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.005; 7-luokkalaisilla <0.056; 9-luokkalaisilla <0.316

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; tytöillä <0.001

Viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen oli yleisempää niillä pojilla, jotka kokivat, että isä valvoi heidän tekemisiään vähän kuin pojilla, jotka kokivat isän valvovan heidän tekemisiään paljon. Pojat pelasivat viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä noin kolme kertaa tyttöjä yleisemmin kaikissa vastausluokissa. Yli puolet pojista pelasi enintään kaksi tuntia päivässä tai eivät lainkaan. (Liite 5)

## 6.2.2 Kiintymys

Koko aineistossa tytöt kokivat poikia yleisemmin kiintymyssuhteen äitiin hyväksi. Seitsemännellä luokalla sukupuolten välistä eroa ei ilmennyt, mutta yhdeksäsluokkalaiset tytöt kokivat kiintymyssuhteen äitiin yleisemmin hyväksi kuin seitsemäsluokkalaiset. Yhdeksäsluokkalaiset pojat sitä vastoin kokivat kiintymyssuhteen äitiin yleisemmin huonoksi kuin seitsemäsluokkalaiset pojat. (Liite 10)

Pojat kokivat tyttöjä yleisemmin kiintymyssuhteen isään hyväksi. Yhdeksäsluokkalaiset pojat kokivat kiintymyssuhteen isään seitsemäsluokkalaisia poikia yleisemmin hyväksi. Tyttöillä luokkatasojen välistä eroa ei ilmennyt. (Liite 12)

Pojat, jotka kokivat kiintymyssuhteen äitiin hyväksi, pelasivat harvemmin koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä kuin pojat, jotka kokivat kiintymyssuhteen äitiin huonoksi. Pojilla pelaaminen puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä oli yleisempää kuin vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen kiintymyssuhteesta riippumatta. Pojilla, jotka kokivat kiintymyssuhteen äitiin hyväksi, tai vastaavasti huonoksi, pelaaminen väheni ylemmälle luokkatasolle siirryttäessä. Ei lainkaan pelaavien määrä lisääntyi ylemmälle luokkatasolle siirryttäessä kiintymyssuhteesta huolimatta. (Taulukko 11)

**Taulukko 11.** Äidin koetun kiintymyksen yhteys pelaamiseen koulupäivisin käytettyyn aikaan 7- ja 9-luokkalaisilla pojilla (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Hyvä (%)		Keskimääräinen (%)		Huono (%)	
	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	11.3	20.2	14.0	17.3	10.5	18.9
0.5-2 h	61.7	58.5	62.9	55.8	58.4	50.8
3 h tai yli	27.0	21.3	23.1	27.0	31.0	30.3
Yhteensä (n)	100.0 (282)	100.0 (272)	100.0 (364)	100.0 (278)	100.0 (332)	100.0 (376)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 7-luokkalaisilla <0.014; 9-luokkalaisilla <0.003

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla <0.066

Tytöt, jotka kokivat kiintymyssuhteen äitiin hyväksi, pelasivat harvemmin koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä verrattuna tyttöihin, jotka kokivat kiintymyssuhteen äitiin huonoksi. Tyttöillä pelaaminen puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä oli yleisempää kuin vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen. Pelaaminen väheni ylemmälle luokkatasolle siir-



ryttäessä. Koetusta äidin kiintymyssuhteesta riippumatta noin puolet seitsemäsluokkalaisista ja kaksi kolmasosaa yhdeksäsluokkalaisista tytöistä ei pelannut lainkaan. (Taulukko 12)

**Taulukko 12.** Äidin koetun kiintymyksen yhteys pelaamiseen koulupäivisin käytettyyn aikaan 7- ja 9-luokkalaisilla tytöillä (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Hyvä (%)		Keskimääräinen (%)		Huono (%)	
	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	57.8	73.2	50.7	70.4	59.2	71.1
0.5-2 h	39.3	24.7	42.1	24.8	33.0	24.1
3 h tai yli	2.9	2.2	7.2	4.8	7.9	4.7
Yhteensä (n)	100.0 (346)	100.0 (369)	100.0 (361)	100.0 (294)	100.0 (355)	100.0 (381)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 7-luokkalaisilla <0.014; 9-luokkalaisilla <0.003

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; tytöillä <0.001

Pojat, jotka kokivat kiintymyksen äitiin huonoksi, pelasivat koulupäivisin yleisemmin vähintään kolme tuntia päivässä kuin pojat, jotka kokivat kiintymyksen äitiin hyväksi. Tytöt, jotka kokivat kiintymyksen äitiin huonoksi, pelasivat koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä yli kaksi kertaa yleisemmin kuin tytöt, jotka kokivat kiintymyksen äitiin hyväksi. Yli puolet pojista pelasi koulupäivisin enintään kaksi tuntia päivässä tai ei lainkaan. Tytöistä suurin osa pelasi koulupäivisin enintään kaksi tuntia päivässä tai ei lainkaan riippumatta koetusta kiintymyssuhteesta äitiin. (Liite 7)

Yhdeksäsluokkalaiset pojat, jotka kokivat kiintymyssuhteen isään hyväksi, pelasivat harvemmin koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä kuin yhdeksäsluokkalaiset pojat, jotka kokivat kiintymyssuhteen isään huonoksi. Pojilla pelaaminen puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä oli yleisempää kuin vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen. Ei lainkaan pelaavien osuus lisääntyi ylemmälle luokkatasolle siirryttäessä etenkin pojilla, jotka kokivat kiintymyssuhteen isään hyväksi tai vastaavasti huonoksi. (Taulukko 13)

**Taulukko 13.** Isän koetun kiintymyksen yhteys pelaamiseen koulupäivisin käytettyyn aikaan 7- ja 9-luokkalaisilla pojilla (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Hyvä (%)		Keskimääräinen (%)		Huono (%)	
	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	12.0	20.4	12.7	13.3	12.7	21.4
0.5-2 h	60.4	59.1	61.8	54.9	61.4	50.0
3 h tai yli	27.6	20.4	25.5	31.8	25.8	28.6
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(275)	(279)	(314)	(233)	(267)	(294)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.027; 7-luokkalaisilla <0.827; 9-luokkalaisilla <0.025

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.027; pojilla <0.160

Tytöt, jotka kokivat kiintymyssuhteen isään hyväksi, pelasivat harvemmin koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä kuin tytöt, jotka kokivat kiintymyssuhteen isään huonoksi. Pelaaminen puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä oli tytöillä yleisempää kuin vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen. Seitsemäsluokkalaiset tytöt pelasivat koulupäivisin yhdeksäsluokkalaisia tyttöjä yleisemmin kiintymyssuhteesta riippumatta. Yli puolet seitsemäsluokkalaisista tytöistä ja kaksi kolmasosaa yhdeksäsluokkalaisista tytöistä ei pelannut koulupäivisin lainkaan. (Taulukko 14)

**Taulukko 14.** Isän koetun kiintymyksen yhteys pelaamiseen koulupäivisin käytettyyn aikaan 7- ja 9-luokkalaisilla tytöillä (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Hyvä (%)		Keskimääräinen (%)		Huono (%)	
	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	55.7	73.8	56.7	71.0	53.3	72.9
0.5-2 h	41.3	23.4	38.3	25.5	38.2	23.1
3 h tai yli	3.0	2.8	5.0	3.5	8.5	4.0
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(264)	(248)	(282)	(259)	(364)	(373)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.027; 7-luokkalaisilla <0.827; 9-luokkalaisilla <0.025

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.027; tytöillä <0.094

Tytöt, jotka kokivat kiintymyksen isään huonoksi, pelasivat koulupäivisin kaksi kertaa yleisemmin vähintään kolme tuntia päivässä kuin tytöt, jotka kokivat kiintymyksen isään hyväksi. Tytöistä suurin osa pelasi koulupäivisin enintään kaksi tuntia päivässä tai ei lainkaan. Kiinty-

myksen isään hyväksi kokeneilla tytöillä tämä oli hieman yleisempää kuin kiintymyssuhteen huonoksi kokeneilla tytöillä. (Liite 8)

Yhdeksäsluokkalaiset pojat, jotka kokivat kiintymyssuhteen äitiin hyväksi, pelasivat prosenttilukujen perusteella harvemmin viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä kuin yhdeksäsluokkalaiset pojat, jotka kokivat kiintymyssuhteen äitiin huonoksi. Ei lainkaan pelaavien osuus kasvoi ylemmälle luokkatasolle siirryttäessä riippumatta koetusta kiintymyssuhteesta äitiin. (Taulukko 15)

**Taulukko 15.** Äidin koetun kiintymyksen yhteys pelaamiseen viikonloppuisin käytettyyn aikaan 7- ja 9-luokkalaisilla pojilla (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Hyvä (%)		Keskimääräinen (%)		Huono (%)	
	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	8.8	14.8	8.5	12.9	7.9	14.4
0.5-2 h	41.2	42.4	51.5	42.7	41.2	37.2
3 h tai yli	50.0	42.8	39.9	44.4	50.9	48.4
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(284)	(271)	(363)	(279)	(330)	(374)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 7-luokkalaisilla <0.001; 9-luokkalaisilla <0.008

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla <0.029

Tytöt, jotka kokivat kiintymyssuhteen äitiin hyväksi, pelasivat harvemmin viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä kuin tytöt, jotka kokivat kiintymyssuhteen äitiin huonoksi. Tyttöillä pelaaminen puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä oli kaikissa kiintymysluokissa yleisempää kuin vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen. Pelaaminen väheni ylemmälle luokkatasolle siirryttäessä koetusta kiintymyssuhteesta huolimatta. Hieman alle puolet seitsemäsluokkalaisista tytöistä ja yli puolet yhdeksäsluokkalaisista tytöistä ei pelannut viikonloppuisin lainkaan. (Taulukko 16)

**Taulukko 16.** Äidin koetun kiintymyksen yhteys pelaamiseen viikonloppuisin käytettyyn aikaan 7- ja 9-luokkalaisilla tytöillä (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Hyvä (%)		Keskimääräinen (%)		Huono (%)	
	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	45.9	60.7	36.0	56.5	48.6	61.0
0.5-2 h	45.9	32.8	48.5	34.4	37.0	28.3
3 h tai yli	8.1	6.5	15.5	9.2	14.4	10.7
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(344)	(369)	(361)	(294)	(354)	(382)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 7-luokkalaisilla <0.001; 9-luokkalaisilla <0.008

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; tytöillä <0.001

Lähes puolet kaikkien vastausluokkien pojista pelasi viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä. Tytöt, jotka kokivat kiintymyksen äitiin huonoksi, pelasivat viikonloppuisin hieman yleisemmin vähintään kolme tuntia päivässä kuin tytöt, jotka kokivat kiintymyksen äitiin hyväksi. Pojat, jotka kokivat kiintymyssuhteen äitiin huonoksi, pelasivat viikonloppuisin noin nelinkertaisesti tyttöjä yleisemmin vähintään kolme tuntia päivässä, kun taas kiintymyssuhteen äitiin hyväksi kokeneiden poikien ja tyttöjen ero oli kuusinkertainen. (Liite 9)

Pojilla pelaamiseen viikonloppuisin käytetyssä ajassa suhteessa koettuun isän kiintymykseen ei ollut tilastollisesti merkitseviä eroja. (Taulukko 17)

**Taulukko 17.** Isän koetun kiintymyksen yhteys pelaamiseen viikonloppuisin käytettyyn aikaan 7- ja 9-luokkalaisilla pojilla (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Hyvä (%)		Keskimääräinen (%)		Huono (%)	
	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	8.0	14.0	9.2	12.0	7.9	15.7
0.5-2 h	44.4	44.1	48.1	38.2	44.6	39.6
3 h tai yli	47.6	41.9	42.7	49.8	47.6	44.7
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(275)	(279)	(314)	(233)	(267)	(293)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.026; 7-luokkalaisilla <0.486; 9-luokkalaisilla <0.125

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.026; pojilla <0.895

Tytöillä pelaaminen puolesta tunnista kahteen tuntia oli yleisempää kuin vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen. Pelaaminen väheni iän myötä koetusta kiintymyssuhteesta riippumatta, seitsemäsluokkalaisista lähes puolet ja yhdeksäsluokkalaisista yli puolet ei pelannut viikonloppuisin lainkaan. (Taulukko 18)

**Taulukko 18.** Isän koetun kiintymyksen yhteys pelaamiseen viikonloppuisin käytettyyn aikaan 7- ja 9-luokkalaisilla tytöillä (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Hyvä (%)		Keskimääräinen (%)		Huono (%)	
	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	43.1	60.1	43.3	57.9	43.4	62.6
0.5-2 h	47.3	31.9	45.4	34.4	40.4	27.3
3 h tai yli	9.5	8.1	11.3	7.7	16.2	10.2
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(262)	(248)	(282)	(259)	(364)	(374)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.026; 7-luokkalaisilla <0.486; 9-luokkalaisilla <0.125

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.026; tytöillä <0.024

Tytöt, jotka kokivat kiintymyksen isään huonoksi, pelasivat viikonloppuisin hieman yleisemmin vähintään kolme tuntia päivässä kuin tytöt, jotka kokivat kiintymyksen isään hyväksi. Kiintymyssuhteen isään hyväksi kokeneet tytöt eivät yleisimmin pelanneet lainkaan tai pelasivat puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä. (Liite 11)

## 6.3 Perheeseen liittyvät tekijät ja pelaaminen

### 6.3.1 Internetin käytön valvonnan yhteys pelaamiseen

Nuoret, joiden vanhemmat eivät tieneet mitä nuoret tekevät internetissä, käyttivät koulupäivisin pelaamiseen yleisemmin vähintään kolme tuntia päivässä kuin nuoret, joiden vanhemmat tiesivät mitä he tekevät internetissä. Nuoret, joiden vanhemmat tiesivät mitä nuoret tekivät internetissä, eivät yleisemmin pelanneet lainkaan verrattuna nuoriin, joiden vanhemmat eivät tieneet mitä he tekivät internetissä. Ei lainkaan pelaaminen yleistyi ylemmälle luokkatasolle siirryttäessä riippumatta siitä, tiesivätkö vanhemmat mitä nuori tekee internetissä vai ei. (Liite 13)

Nuoret, joiden vanhemmat eivät tieneet mitä he tekivät internetissä, pelasivat viikonloppuisin noin kaksi kertaa yleisemmin vähintään kolme tuntia päivässä kuin nuoret, joiden vanhemmat tiesivät mitä he tekivät internetissä. Nuoret, joiden vanhemmat tiesivät mitä he tekevät internetissä, pelasivat viikonloppuisin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä. (Liite 14)

Pojilla puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä pelaaminen oli yleisempää kuin vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen huolimatta siitä, tiesivätkö vanhemmat mitä nuori tekee internetissä. Pojilla, joiden vanhemmat eivät tieneet mitä he tekevät internetissä, vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen koulupäivisin oli yleisempää kuin pojilla, joiden vanhemmat tiesivät mitä he tekivät internetissä. Viidesluokkalaiset pojat, joiden vanhemmat eivät tieneet mitä he tekivät internetissä, pelasivat yleisemmin koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä kuin ne pojat, joiden vanhemmat tiesivät mitä he tekivät internetissä. Ei lainkaan pelaavien prosentuaalinen osuus oli yhdeksäsluokkalaisilla pojilla huomattavasti viidesluokkalaisia poikia suurempi. (Taulukko 19)

**Taulukko 19.** Tietävätkö vanhemmat mitä nuori tekee internetissä suhteessa koulupäivisin pelaamiseen käytettyyn aikaan pojilla (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Tietävät (%)			Tietävät osittain (%)			Eivät tiedä (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	11.9	13.2	21.3	7.5	13.1	17.1	2.9	8.6	20.1
0.5-2 h	72.7	61.1	53.7	69.4	61.6	58.0	59.4	55.5	46.2
3 h tai yli	15.4	25.8	25.0	23.1	25.4	24.9	37.7	35.9	33.7
Yhteensä (n)	100.0 (664)	100.0 (380)	100.0 (244)	100.0 (428)	100.0 (489)	100.0 (526)	100.0 (69)	100.0 (128)	100.0 (184)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.001; 7-luokkalaisilla 0.039; 9-luokkalaisilla <0.001

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla <0.001

Tytöillä koulupäivisin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä pelaaminen oli yleisempää kuin vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen, riippumatta siitä, tiesivätkö vanhemmat mitä he tekivät internetissä. Tytöt, joiden vanhemmat eivät tieneet mitä nuori teki internetissä, pelasivat koulupäivisin yleisemmin vähintään kolme tuntia päivässä kuin tytöt, joiden vanhemmat tiesivät mitä nuori teki internetissä. Viidesluokkalaiset tytöt pelasivat yhdeksä-

luokkalaisia tyttöjä yleisemmin huolimatta siitä, tiesivätkö vanhemmat mitä nuori teki internetissä. ”Ei lainkaan”- pelaaminen oli yhdeksäsluokkalaisilla tytöillä yleisempää kuin viidesluokkalaisilla tytöillä jokaisessa vastausluokassa. (Taulukko 20)

**Taulukko 20.** Tietävätkö vanhemmat mitä nuori tekee internetissä suhteessa koulupäivisin pelaamiseen käytettyyn aikaan tytöillä (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Tietävät (%)			Tietävät osittain (%)			Eivät tiedä (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	26.2	53.3	74.8	23.4	55.1	70.6	29.7	66.0	66.3
0.5-2 h	67.0	41.1	21.8	66.7	38.6	26.2	56.8	27.8	25.5
3 h tai yli	6.9	5.6	3.5	9.9	6.3	3.2	13.5	6.2	8.2
Yhteensä (n)	100.0 (715)	100.0 (448)	100.0 (404)	100.0 (487)	100.0 (554)	100.0 (565)	100.0 (37)	100.0 (97)	100.0 (98)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.001; 7-luokkalaisilla 0.039; 9-luokkalaisilla <0.001  
p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; tytöillä <0.001

Pojilla, joiden vanhemmat eivät tienneet mitä he tekevät internetissä, viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen oli kaikilla luokkatasoilla yleisempää kuin pojilla, joiden vanhemmat tiesivät mitä he tekivät internetissä. Pojilla, joiden vanhemmat tiesivät mitä he tekivät internetissä, puolesta tunnista kahteen tuntiin päivässä pelaaminen oli yleisintä. ”En lainkaan”- pelaaminen oli yhdeksäsluokkalaisilla yleisempää kuin viidesluokkalaisilla huolimatta siitä, tiesivätkö vanhemmat mitä nuori tekee internetissä. (Taulukko 21)

**Taulukko 21.** Tietävätkö vanhemmat mitä nuori tekee internetissä suhteessa viikonloppuisin pelaamiseen käytettyyn aikaan pojilla (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Tietävät (%)			Tietävät osittain (%)			Eivät tiedä (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	6.9	8.9	16.4	4.4	9.2	12.5	5.8	3.9	15.8
0.5-2 h	60.5	47.2	43.0	53.7	45.6	42.8	40.6	35.2	32.1
3 h tai yli	32.6	43.8	40.6	41.8	45.2	44.7	53.6	60.9	52.2
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(665)	(381)	(244)	(428)	(487)	(526)	(69)	(128)	(184)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.001; 7-luokkalaisilla <0.001; 9-luokkalaisilla <0.001

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla <0.001

Puolesta tunnista kahteen tuntiä päivässä pelaaminen viikonloppuisin oli tytöillä yleisempää kuin vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen huolimatta siitä, tiesivätkö vanhemmat mitä nuori tekee internetissä. Tytöillä, joiden vanhemmat eivät tieneet mitä he tekevät internetissä, vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen viikonloppuisin oli yleisempää kuin tytöillä, joiden vanhemmat tiesivät mitä he tekivät internetissä. Viidesluokkalaisilla tytöillä pelaaminen oli yleisempää kuin seitsemäs- ja yhdeksäsluokkalaisilla tytöillä. (Taulukko 22)

**Taulukko 22.** Tietävätkö vanhemmat mitä nuori tekee internetissä suhteessa viikonloppuisin pelaamiseen käytettyyn aikaan tytöillä (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Tietävät (%)			Tietävät osittain (%)			Eivät tiedä (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	17.0	41.4	62.9	15.6	42.9	59.5	24.3	53.7	50.0
0.5-2 h	66.7	47.2	29.0	61.5	43.6	32.3	56.8	31.6	35.7
3 h tai yli	16.3	11.4	8.2	23.0	13.6	8.1	18.9	14.7	14.3
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(712)	(447)	(404)	(488)	(553)	(566)	(37)	(95)	(98)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.001; 7-luokkalaisilla <0.001; 9-luokkalaisilla <0.001

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; tytöillä <0.001



### 6.3.2 Perheen aterioinnin yhteys pelaamiseen

Yhteinen ateriointi perheissä väheni, niin koulupäivisin kuin viikonloppuisin, oppilaan siirtyessä ylemmille luokille. Koulupäivisin yhdessä aterioivia viidesluokkalaisten perheitä oli noin 14-kertaisesti suhteessa yhdessä aterioimattomiin viidesluokkalaisten perheisiin. Viikonloppuisin ero oli jopa 20-kertainen. Yhdeksäsluokkalaisten perheissä ero koulupäivisin aterioivilla ja ei-aterioivilla oli kolminkertainen, mutta viikonloppuisin ero oli lähes kymmenkertainen. (Liite 17)

Yhteisen aterian puuttuminen perheissä oli yleisempää kuin yhteisen aterian syöminen niillä viides- ja seitsemäsluokkalaisilla nuorilla, jotka käyttivät viikonloppuisin pelaamiseen paljon aikaa. (Liite 16)

Yhdeksäsluokkalaiset pojat, joiden perheissä syötiin yhteinen ateria, käyttivät pelaamiseen puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä yleisemmin kuin pojat, joiden perheissä ei syöty yhteistä ateriaa. Yhdeksäsluokkalaisilla pojilla, joiden perheessä ei syöty yhteistä ateriaa, ei lainkaan pelaaminen oli yleisempää kuin muilla aineiston pojilla. (Taulukko 23, Liite 15)

**Taulukko 23.** Perheen aterioinnin yhteys pelaamiseen koulupäivisin käytettyyn aikaan pojilla (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Ei varsinaista ateriaa (%)			Syödään ateria eri aikaan (%)			Yhteinen ateria (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	12.2	16.3	22.4	9.8	12.4	20.5	10.2	12.0	16.2
0.5-2 h	71.4	47.5	50.0	67.5	61.9	54.2	72.5	62.3	56.5
3 h tai yli	16.3	36.3	27.6	22.7	25.8	25.3	17.3	25.7	27.4
Yhteensä (n)	100.0 (49)	100.0 (80)	100.0 (116)	100.0 (366)	100.0 (396)	100.0 (439)	100.0 (756)	100.0 (533)	100.0 (402)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.599; 7-luokkalaisilla <0.169; 9-luokkalaisilla <0.011

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla <0.002

Yhdeksäsluokkalaisilla tytöillä koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen oli yleisempää, kun perheessä ei syöty yhteistä ateriaa. Jos perheessä syötiin yhteinen ateria, oli yhdeksäsluokkalaisilla tytöillä kaksi ja puoli tuntia päivässä pelaaminen yleisempää kuin muilla aineiston yhdeksäsluokkalaisilla tytöillä. Yhdeksäsluokkalaisista tytöistä kaksi kolmasosaa ei pelannut lainkaan. (Taulukko 24)

**Taulukko 24.** Perheen aterioinnin yhteys pelaamiseen koulupäivisin käytettyyn aikaan tytöillä (%)

Pelaamiseen käytetty aika	Ei varsinaista ateriaa (%)			Syödään ateria eri aikaan (%)			Yhteinen ateria (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	19.7	49.4	73.3	24.9	56.1	74.0	27.0	56.1	68.6
0.5-2 h	67.2	44.9	21.3	66.5	36.2	22.4	65.5	39.5	28.1
3 h tai yli	13.1	5.6	5.3	8.6	7.7	3.6	7.5	4.3	3.3
Yhteensä (n)	100.0 (61)	100.0 (89)	100.0 (150)	100.0 (466)	100.0 (519)	100.0 (527)	100.0 (730)	100.0 (488)	100.0 (395)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.599; 7-luokkalaisilla <0.169; 9-luokkalaisilla <0.011

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; tytöillä <0.001

Pojilla, joiden perheissä ei syödä yhteistä ateriaa viikonloppuisin, vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen oli yleisempää kuin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä pelaaminen. Perheissä, joissa syödään yhteinen ateria viikonloppuisin, viides- ja seitsemäsluokkalaiset pelasivat yleisemmin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä. Pojilla, joiden perheissä syötiin yhteinen ateria, vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen yleistyi ylemmälle luokkatasolle siirryttäessä. Ei lainkaan pelaaminen yleistyi pojilla iän myötä, riippumatta siitä, syötiinkö perheessä yhteinen ateria vai ei. (Taulukko 25)

**Taulukko 25.** Perheen aterioinnin yhteys pelaamiseen viikonloppuisin käytettyyn aikaan pojilla (%)

Pelaamiseen käytetty aika	Ei varsinaista ateriaa (%)			Syödään ateria eri aikaan (%)			Yhteinen ateria (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	2.4	8.3	26.9	6.0	8.7	16.5	6.1	8.4	11.7
0.5-2 h	43.9	23.3	25.4	52.3	40.1	38.4	59.1	48.8	43.1
3 h tai yli	53.7	68.3	47.8	41.7	51.2	45.1	34.7	42.8	45.2
Yhteensä (n)	100.0 (41)	100.0 (60)	100.0 (67)	100.0 (216)	100.0 (252)	100.0 (297)	100.0 (913)	100.0 (690)	100.0 (589)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.004; 7-luokkalaisilla <0.001; 9-luokkalaisilla <0.329

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla <0.001

Puolesta tunnista kahteen tuntia pelaaminen viikonloppuisin oli tytöillä yleisempää kuin vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen. Tytöillä, joiden perheissä ei syödä yhteistä ateriaa

viikonloppuisin, pelaaminen vähintään kolme tuntia päivässä oli yleisempää kuin niillä tytöillä, joiden perheissä syötiin yhteinen ateria. Viidesluokkalaisilla tytöillä viikonloppuisin pelaaminen oli yleisempää kuin seitsemäsluokkalaisilla tytöillä, riippumatta siitä syötiinkö perheessä yhteinen ateria vai ei. Ei lainkaan pelaaminen yleistyi ylemmälle luokkatasolle siirryttäessä. (Taulukko 26)

**Taulukko 26.** Perheen aterioinnin yhteys pelaamiseen viikonloppuisin käytettyyn aikaan tytöillä (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Ei varsinaista ateriaa (%)			Syödään ateria eri aikaan (%)			Yhteinen ateria (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	5.1	50.0	56.6	18.0	40.0	61.1	17.4	44.2	60.0
0.5-2 h	66.7	30.4	34.2	60.5	41.0	28.9	64.8	45.9	32.1
3 h tai yli	28.2	19.6	9.2	21.5	19.0	10.0	17.8	9.9	7.9
Yhteensä (n)	100.0 (39)	100.0 (46)	100.0 (76)	100.0 (256)	100.0 (290)	100.0 (301)	100.0 (960)	100.0 (756)	100.0 (695)

p-arvo **sukupuoitten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.004; 7-luokkalaisilla <0.001; 9-luokkalaisilla <0.329

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; tytöillä <0.001

### 6.3.3 Perheen taloudellisen tilanteen yhteys pelaamiseen

Pojista ja tytöistä yli puolet koki perheen taloudellisen tilanteen keskinkertaiseksi. Seitsemäsluokkalaiset pojat ja tytöt kokivat perheensä taloudellisen tilanteen yleisemmin hyväksi kuin yhdeksäsluokkalaiset pojat ja tytöt. Yhdeksäsluokkalaiset pojat ja tytöt kokivat seitsemäsluokkalaisia poikia ja tyttöjä yleisemmin perheensä taloudellisen tilanteen keskinkertaiseksi tai huonoksi. (Liite 20)

Nuoret, jotka kokivat perheen taloudellisen tilanteen hyväksi, pelasivat hieman yleisemmin koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä kuin perheen taloudellisen tilanteen huonoksi kokevat nuoret. Pelaaminen koulupäivisin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä oli yleisintä taloudellisen tilanteen hyväksi kokevilla nuorilla. Lähes puolet nuorista, jotka kokivat perheen taloudellisen tilanteen huonoksi, ei pelannut lainkaan. (Liite 18)

Nuoret, jotka kokivat perheen taloudellisen tilanteen hyväksi, pelasivat hieman yleisemmin viikonloppuisin vähintään kolme tuntia kuin perheen taloudellisen tilanteen huonoksi kokevat nuoret. Pelaaminen puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä oli yleisempää kuin pelaaminen vähintään kolme tuntia päivässä huolimatta koetusta taloudellisesta tilanteesta. (Liite 19)

Pojilla pelaaminen koulupäivisin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä oli yleisempää kuin vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen, riippumatta koetusta taloudellisesta tilanteesta. Vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen oli hieman yleisempää niillä pojilla, jotka kokivat taloudellisen tilanteen huonoksi kuin pojilla, jotka kokivat taloudellisen tilanteen hyväksi. Pojat, jotka kokivat taloudellisen tilanteen huonoksi, vastasivat muita poikia yleisemmin, etteivät pelanneet lainkaan. (Taulukko 27)

**Taulukko 27.** Koetun taloudellisen tilanteen yhteys pelaamiseen koulupäivisin käytettyyn aikaan 7- ja 9-luokkalaisilla pojilla (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Hyvä (%)		Keskinkertainen (%)		Huono (%)	
	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	12.2	17.0	12.6	19.9	22.2	23.1
0.5-2 h	62.8	55.4	60.5	55.2	48.1	44.2
3 h tai yli	24.9	27.6	26.9	24.9	29.6	32.7
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(401)	(323)	(572)	(583)	(27)	(52)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 7-luokkalaisilla <0.026; 9-luokkalaisilla <0.019

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla <0.142

Tytöillä koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen oli vähäistä. Tytöt, jotka kokivat perheen taloudellisen tilanteen huonoksi, pelasivat koulupäivisin yleisemmin vähintään kolme tuntia päivässä kuin tytöt, jotka kokivat perheen taloudellisen tilanteen hyväksi. Seitsemäsluokkalaiset tytöt pelasivat yhdeksäsluokkalaisia tyttöjä yleisemmin koulupäivisin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä kaikissa vastausluokissa. Yli puolet kaikkien vastausluokkien tytöistä ei pelannut koulupäivisin lainkaan. Yhdeksäsluokkalaisilla tämä oli yleisempää kuin seitsemäsluokkalaisilla tytöillä. (Taulukko 28)

**Taulukko 28.** Koetun taloudellisen tilanteen yhteys pelaamiseen koulupäivisin käytettyyn aikaan 7- ja 9-luokkalaisilla tytöillä (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Hyvä (%)		Keskitetty (%)		Huono (%)	
	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	54.6	71.3	55.5	73.0	59.3	64.4
0.5-2 h	42.0	24.6	37.2	23.7	33.3	28.9
3 h tai yli	3.4	4.1	7.2	3.2	7.4	6.7
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(348)	(268)	(690)	(712)	(54)	(90)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 7-luokkalaisilla <0.026; 9-luokkalaisilla <0.019

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; tytöillä <0.205

Vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen viikonloppuisin oli yhdeksäsluokkalaisilla pojilla kaikissa vastausluokissa yleisempää kuin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä pelaaminen. Yhdeksäsluokkalaiset pojat vastasivat seitsemäsluokkalaisia yleisemmin, etteivät pelaa viikonloppuisin lainkaan, etenkin, jos he kokivat perheen taloudellisen tilanteen huonoksi. (Taulukko 29)

**Taulukko 29.** Koetun taloudellisen tilanteen yhteys pelaamiseen viikonloppuisin käytettyyn aikaan 7- ja 9-luokkalaisilla pojilla (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Hyvä (%)		Keskitetty (%)		Huono (%)	
	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	9.2	13.7	8.4	14.2	7.7	21.2
0.5-2 h	45.9	39.6	44.4	41.5	46.2	34.6
3 h tai yli	44.9	46.7	47.2	44.3	46.2	44.2
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(401)	(321)	(572)	(583)	(26)	(52)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.012; 7-luokkalaisilla <0.338; 9-luokkalaisilla <0.022

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla <0.689

Perheen taloudellisesta tilanteesta riippumatta yli puolet yhdeksäsluokkalaisista tytöistä ei pelannut viikonloppuisin lainkaan. Yhdeksäsluokkalaiset tytöt, jotka kokivat taloudellisen tilanteen huonoksi, pelasivat viikonloppuisin taloudellisen tilanteen hyväksi kokeneita tyttöjä hieman yleisemmin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä. Erot prosenttiluvuissa olivat kuitenkin pienet. (Taulukko 30)

**Taulukko 30.** Koetun taloudellisen tilanteen yhteys pelaamiseen viikonloppuisin käytettyyn aikaan 7- ja 9-luokkalaisilla tytöillä (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Hyvä (%)		Kesinkertainen (%)		Huono (%)	
	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	43.9	62.3	42.7	59.6	47.2	58.2
0.5-2 h	47.7	26.9	42.7	33.1	34.0	28.6
3 h tai yli	8.4	10.8	14.7	7.3	18.9	13.2
Yhteensä (n)	100.0 (346)	100.0 (268)	100.0 (689)	100.0 (712)	100.0 (53)	100.0 (91)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.012; 7-luokkalaisilla <0.338; 9-luokkalaisilla <0.022

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; tytöillä <0.195

#### 6.4 Pelaamisen ja koettujen oireiden yhteys

Tytöt kokivat oireita lähes päivittäin yleisemmin kuin pojat. Päivittäin koetuista oireista pojilla yleisimpiä olivat ärtyneisyys, hermostuneisuus sekä univaikeudet. Suurin osa tytöistä koki oireita kerran kuukaudessa. Yleisimmät päivittäiset oireet tytöillä olivat niska-hartiasärky, ärtyneisyys, hermostuneisuus sekä univaikeudet. (Liite 21, 22)

Päänsärkyä lähes päivittäin tai noin kerran viikossa kokivat prosentuaalisesti yleisemmin ne pojat, jotka käyttivät koulupäivisin pelaamiseen vähintään kolme tuntia päivässä. (Taulukko 31)

Tytöillä päänsärlyn kokeminen lähes päivittäin oli yhtä yleistä riippumatta siitä, pelasivatko he viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä tai ei lainkaan. (Taulukko 31)

**Taulukko 31.** Pelaamisen yhteys päänsäryn kokemiseen koulupäivisin ja viikonloppuisin 7- ja 9-luokkalaisilla pojilla ja tytöillä (%).

	Päänsäryn kokeminen	Pelaamiseen käytetty aika koulupäivisin			Pelaamiseen käytetty aika viikonloppuisin		
		En lainkaan	0.5-2 h	3 h tai yli	En lainkaan	0.5-2 h	3 h tai yli
<b>Poika</b>	Lähes päivittäin	8.1	7.5	10.5	7.4	8.0	8.7
	Noin kerran viikossa	21.6	17.7	23.0	20.2	18.0	21.2
	Noin kerran kuukaudessa	70.2	74.8	66.4	72.4	73.9	70.1
	Yhteensä (n)	100.0 (430)	100.0 (1972)	100.0 (751)	100.0 (297)	100.0 (1516)	100.0 (1337)
<b>Tyttö</b>	Lähes päivittäin	18.8	16.5	19.6	20.0	15.5	19.8
	Noin kerran viikossa	24.2	24.4	25.4	24.5	24.5	23.4
	Noin kerran kuukaudessa	57.1	59.1	55.0	55.4	60.0	56.8
	Yhteensä (n)	100.0 (1709)	100.0 (1519)	100.0 (209)	100.0 (1337)	100.0 (1624)	100.0 (470)

p-arvo **luokkatasojen** välillä **koulupäivisin** <0.001; pojilla 0.001; tytöillä <0.425

p-arvo **luokkatasojen** välillä **viikonloppuisin** <0.001; pojilla 0.203; tytöillä <0.012

Lähes päivittäistä niska-hartiasärkyä ilmeni yleisimmin niillä pojilla, jotka käyttivät pelaamiseen koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä kuin muilla aineiston pojilla. (Taulukko 32)

Tytöillä lähes päivittäin koettu niska-hartiasärky oli vähäisempää ryhmässä, joka pelasi koulupäivisin tai viikonloppuisin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä, verrattuna muihin ryhmiin. (Taulukko 32)

**Taulukko 32.** Pelaamisen yhteys niska-hartiasäryn kokemiseen koulupäivisin ja viikonloppuisin 7- ja 9-luokkalaisilla pojilla ja tytöillä (%).

	Niska-hartiasäryn kokeminen	Pelaamiseen käytetty aika koulupäivisin			Pelaamiseen käytetty aika viikonloppuisin		
		En lainkaan	0.5-2 h	3 h tai yli	En lainkaan	0.5-2 h	3 h tai yli
<b>Poika</b>	Lähes päivittäin	10.1	8.9	14.0	11.3	9.4	11.2
	Noin kerran viikossa	20.9	16.5	19.4	18.1	17.0	18.7
	Noin kerran kuukaudessa	68.9	74.6	66.6	70.6	73.6	70.1
	Yhteensä (n)	100.0 (425)	100.0 (1959)	100.0 (743)	100.0 (293)	100.0 (1508)	100.0 (1323)
<b>Tyttö</b>	Lähes päivittäin	21.2	16.2	20.0	21.5	16.6	19.4
	Noin kerran viikossa	20.0	17.7	20.0	20.3	18.0	18.6
	Noin kerran kuukaudessa	58.8	66.1	60.0	58.2	65.3	62.0
	Yhteensä (n)	100.0 (1695)	100.0 (1510)	100.0 (205)	100.0 (1323)	100.0 (1618)	100.0 (463)

p-arvo **luokkatasojen** välillä **koulupäivisin** <0.001; pojilla 0.001; tytöillä <0.001

p-arvo **luokkatasojen** välillä **viikonloppuisin** <0.001; pojilla 0.293; tytöillä <0.002

Prosenttilukuja tarkasteltaessa, masennuksen kokeminen lähes päivittäin oli yleisintä niillä pojilla, jotka pelasivat koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä. Masennuksen kokeminen lähes päivittäin oli yhtä yleistä pojilla, jotka eivät viikonloppuisin pelanneet lainkaan kuin viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä pelaavilla pojilla. (Taulukko 33)

Masennuksen kokeminen lähes päivittäin oli yleisintä niillä tytöillä, jotka pelasivat koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä. Masennuksen kokeminen lähes päivittäin oli yhtä yleistä niillä tytöillä, jotka eivät pelanneet viikonloppuisin lainkaan kuin tytöillä, jotka käyttivät pelaamiseen viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä. (Taulukko 33)



**Taulukko 33.** Pelaamisen yhteys masentuneisuuden kokemiseen koulupäivisin ja viikonloppuisin 7- ja 9-luokkalaisilla pojilla ja tytöillä (%).

	Masentuneisuuden kokeminen	Pelaamiseen käytetty aika koulupäivisin			Pelaamiseen käytetty aika viikonloppuisin		
		En lainkaan	0.5-2 h	3 h tai yli	En lainkaan	0.5-2 h	3 h tai yli
<b>Poika</b>	Lähes päivittäin	7.0	3.7	10.9	7.8	3.8	7.9
	Noin kerran viikossa	8.2	7.5	8.8	7.5	7.5	8.5
	Noin kerran kuukaudessa	84.7	88.8	80.3	84.7	88.7	83.6
	Yhteensä (n)	100.0 (426)	100.0 (1969)	100.0 (750)	100.0 (294)	100.0 (1513)	100.0 (1335)
<b>Tyttö</b>	Lähes päivittäin	11.8	8.8	17.2	13.3	7.9	13.8
	Noin kerran viikossa	11.3	10.7	14.8	11.2	11.2	11.5
	Noin kerran kuukaudessa	76.9	80.5	67.9	75.5	80.8	74.7
	Yhteensä (n)	100.0 (1706)	100.0 (1518)	100.0 (209)	100.0 (1334)	100.0 (1623)	100.0 (470)

p-arvo **luokkatasojen** välillä **koulupäivisin** <0.001; pojilla 0.001; tytöillä <0.001

p-arvo **luokkatasojen** välillä **viikonloppuisin** <0.001; pojilla 0.001; tytöillä <0.001

Koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä pelaavilla ja viikonloppuisin ei lainkaan pelaavilla pojilla univaikeuksien kokeminen lähes päivittäin oli prosenttiosuuksia tarkastellessa yleisintä. Viikonlopun osalta poikien tulokset olivat tilastollisesti melkein merkitseviä. (Taulukko 34)

Tytöillä lähes päivittäin koetut univaikeudet olivat yleisempiä ryhmissä, joka käytti pelaamiseen koulupäivisin tai viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä, kuin muissa ryhmissä. (Taulukko 34)

**Taulukko 34.** Pelaamisen yhteys univaikeuksien kokemiseen koulupäivisin ja viikonloppuisin 7- ja 9-luokkalaisilla pojilla ja tytöillä (%).

	Univaikeuksien kokeminen	Pelaamiseen käytetty aika koulupäivisin			Pelaamiseen käytetty aika viikonloppuisin		
		En lainkaan	0.5-2 h	3 h tai yli	En lainkaan	0.5-2 h	3 h tai yli
<b>Poika</b>	Lähes päivittäin	14.7	11.5	17.1	16.3	12.3	13.7
	Noin kerran viikossa	16.8	16.9	17.6	14.9	15.9	18.8
	Noin kerran kuukaudessa	68.5	71.6	65.3	68.8	71.8	67.5
	Yhteensä (n)	100.0 (428)	100.0 (1967)	100.0 (749)	100.0 (295)	100.0 (1512)	100.0 (1334)
<b>Tyttö</b>	Lähes päivittäin	18.8	19.2	25.8	19.0	18.7	23.4
	Noin kerran viikossa	19.8	16.6	22.5	19.7	17.2	19.4
	Noin kerran kuukaudessa	61.4	64.2	51.7	61.3	64.0	57.2
	Yhteensä (n)	100.0 (1705)	100.0 (1519)	100.0 (209)	100.0 (1333)	100.0 (1624)	100.0 (470)

p-arvo **luokkatasojen** välillä **koulupäivisin** <0.001; pojilla 0.002; tytöillä <0.003

p-arvo **luokkatasojen** välillä **viikonloppuisin** <0.005; pojilla 0.050; tytöillä <0.041

## 6.5 Vanhempien valvonta- ja kiintymyssuhteen yhteys pelaamiseen

Pojilla oli tyttöihin verrattuna noin neljä ja puolikertainen todennäköisyys käyttää vähintään kolme tuntia tietokone- ja konsolipelaamiseen koulupäivisin (3.90-5.42,  $p < 0.001$ ). Mitä vähäisemmäksi nuori arvioi äidin (OR 1.67; 1.41-1.98,  $p < 0.001$ ) ja isän (OR 1.58; 1.33-1.87,  $p < 0.001$ ) valvonnan, sitä todennäköisemmin hän käytti pelaamiseen paljon aikaa. Myös koettu kiintymyssuhde äitiin ja isään olivat yhteydessä pelaamiseen. Jos nuori koki kiintymyssuhteen äitiin (OR 1.56; 1.24-1.95,  $p < 0.001$ ) tai isään (OR 1.34; 1.05-1.71,  $p < 0.018$ ) huonoksi, käytti hän pelaamiseen koulupäivisin jonkin verran yleisemmin vähintään kolme tuntia päivässä kuin suhteen hyväksi arvioineet nuoret. (Taulukko 35)

**Taulukko 35.** Sukupuolen sekä äidin ja isän valvonta- ja kiintymyssuhteen laadun yhteys pelaamiseen käytettyyn aikaan ( $\geq 3$ h) koulupäivisin. Binäärinen logistinen regressioanalyysi, 95 % luottamusväli.

		OR <sup>1)</sup>	95 % LV <sup>2)</sup>	P-arvo
<b>Sukupuoli</b>	Tyttö	1.00 <sup>3)</sup>		
	Poika	4.60	3.90-5.42	<0.001
<b>Koettu äidin valvonta</b>	Paljon	1.00 <sup>3)</sup>		
	Keskimääräinen	1.25	1.04-1.52	0.021
	Vähäinen	1.67	1.41-1.98	<0.001
<b>Koettu isän valvonta</b>	Paljon	1.00 <sup>3)</sup>		
	Keskimääräinen	1.27	1.05-1.54	0.014
	Vähäinen	1.58	1.33-1.87	<0.001
<b>Koettu kiintymyssuhde äitiin</b>	Hyvä	1.00 <sup>3)</sup>		
	Keskimääräinen	1.23	0.97-1.57	0.090
	Huono	1.56	1.24-1.95	<0.001
<b>Koettu kiintymyssuhde isään</b>	Hyvä	1.00 <sup>3)</sup>		
	Keskimääräinen	1.26	0.99-1.62	0.064
	Huono	1.34	1.05-1.71	0.018

1) Ristitulosuhde (OR)

2) 95 % luottamusväli (LV)

3) Viite- eli referenssiryhmä merkittiin arvolla 1.00

Pojilla oli tyttöihin verrattuna noin neljä ja puolikertainen todennäköisyys käyttää vähintään kolme tuntia tietokone- ja konsolipelaamiseen viikonloppuisin (3.90-5.42,  $p < 0.001$ ). Kun nuori koki äidin (OR 1.52; 1.33-1.75,  $p < 0.001$ ) ja isän (OR 1.34; 1.17-1.54,  $p < 0.001$ ) valvonnan heikoksi, hänellä oli noin puolitoistakertainen todennäköisyys käyttää pelaamiseen vähintään kolme tuntia päivässä. Myös nuoren kiintymyssuhde äitiin oli yhteydessä pelaamiseen käytettyyn aikaan. Nuoren kokiessa kiintymyssuhteen äitiin (OR 1.30; 1.08-1.56,  $p < 0.006$ ) huonoksi, hän käytti pelaamiseen enemmän aikaa kuin kokiessa kiintymyssuhteen hyväksi. Sitä vastoin viikonloppupelaamista tarkasteltaessa kiintymyssuhde isään ei ollut yhteydessä pelaamiseen käytettyyn aikaan. (Taulukko 36)

**Taulukko 36.** Sukupuolen sekä äidin ja isän valvonta- ja kiintymyssuhteen laadun yhteys pelaamiseen käytettyyn aikaan ( $\geq 3$ h) viikonloppuisin. Binäärinen logistinen regressioanalyysi, 95 % luottamusväli.

		OR <sup>1)</sup>	95 % LV <sup>2)</sup>	P-arvo
<b>Sukupuoli</b>	Tyttö	1.00 <sup>3)</sup>		
	Poika	4.60	3.90-5.42	<0.001
<b>Koettu äidin valvonta</b>	Paljon	1.00 <sup>3)</sup>		
	Keskimääräinen	1.23	1.06-1.43	0.007
	Vähäinen	1.52	1.33-1.75	<0.001
<b>Koettu isän valvonta</b>	Paljon	1.00 <sup>3)</sup>		
	Keskimääräinen	1.24	1.07-1.44	0.005
	Vähäinen	1.34	1.17-1.54	<0.001
<b>Koettu kiintymyssuhde äitiin</b>	Hyvä	1.00 <sup>3)</sup>		
	Keskimääräinen	1.05	0.86-1.27	0.638
	Huono	1.30	1.08-1.56	0.006
<b>Koettu kiintymyssuhde isään</b>	Hyvä	1.00 <sup>3)</sup>		
	Keskimääräinen	1.05	0.86-1.29	0.642
	Huono	1.19	0.98-1.45	0.085

1) Ristitulosuhde (OR)

2) 95 % luottamusväli (LV)

3) Viite- eli referenssiryhmä merkittiin arvolla 1.00

## 7 POHDINTA

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää 5-, 7- ja 9-luokkalaisten poikien ja tyttöjen koulupäivisin ja viikonloppuisin pelaamiseen käyttämää aikaa suhteessa koettuun vanhempien valvontaan sekä kiintymykseen. Pelaamiseen käytettyä aikaa tarkasteltiin myös suhteessa internetin käyttöön, perheen yhteisiin aterioihin ja perheen koettuun taloudelliseen tilanteeseen. Internetin käytöllä tarkoitettiin sitä, kuinka paljon vanhemmat tietävät siitä, mitä nuori tekee internetissä. Lisäksi tarkasteltiin pelaamisen yhteyttä nuoren kokemien fyysisten oireiden yleisyyteen sukupuolen ja luokkatason mukaan.

### 7.1 Tulosten tarkastelu

#### Pelaaminen

Poikien ja tyttöjen tietokoneen käytössä ja pelaamistottumuksissa on havaittu selkeitä eroja. Poikia kiinnostaa pelaaminen ja tyttöjä enimmäkseen kommunikointi toisten ihmisten kanssa laitteiden välityksellä (Ohannessian 2009; Inchley ym. 2016). Tietokoneen käyttö mielletäänkin yhä enenevässä määrin, tiedonhaun ohella, viihdykkeeksi ja vapaa-ajan toiminnaksi (Brindova ym. 2014a). Tutkimukseni tulosten perusteella pojat käyttivät koulupäivisin ja viikonloppuisin pelaamiseen huomattavasti enemmän aikaa kuin tytöt, mutta vaikka pojat pelaavat tyttöjä enemmän, käyttävät tytöt muuten tietokoneella sekä television ääressä poikia enemmän aikaa (Miettinen & Rotkirch 2012). Pojat käyttivät tutkimustulosteni perusteella viikonloppuisin pelaamisen paljon aikaa, mutta ruutuaika-suositusten (UKK-instituutti 2010) mukainen puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä pelaaminen oli nuorilla kuitenkin yleisintä. Jos nuori ylittää päivittäisen suosituksen ruutuajasta, on se usein merkki siitä, etteivät vanhemmat juurikaan rajoita hänen median käyttöä (Cillero & Jago 2010). Vanhempien koulutus-tasolla on todettu olevan selkeä yhteys 11- ja 13-vuotiaiden nuorten tietokoneella käyttämään aikaan siten, että nuoret, joiden vanhemmat omaavat alemman koulutuksen, käyttivät pelaamiseen päivittäin enemmän aikaa (Totland ym. 2013). Pelaamiseen käytettyyn aikaan voi vaikuttaa lisäävästi myös tietokoneen tai pelikoneen sijoittaminen nuoren makuuhuoneeseen, jolloin vanhempien on vaikeampi valvoa peliaikaa (Livingstone & Helsper 2010; Wethington ym. 2013).

Television katsominen on nuorilla vähentynyt ja tilalle ovat tulleet muun muassa tietokoneet ja kännykät (Inchley ym. 2016). Elektroniset laitteet ovat vieneet nuorten huomion, eikä ajan viettämistä ulkona koeta yhtä kiinnostavana kuin ennen, koska laitteiden tuomat ärsykkeet vetävät puoleensa (Livingstone ym. 2010). Tämä tutkimustulos on ristiriidassa UKK-instituutin (2017) laatiman liikuntasuosituksen kanssa. Pojilla internetin käyttö ja online- pelit ovat suosituimpia (Karvinen & Mäyrä 2011; Punamäki ym. 2007) ja tytöillä puolestaan kännyköiden käyttö (Inchley ym. 2016). Online- pelien pelaaminen on yhdistetty suurempaan internetin liikakäytön riskiin (Blinka ym. 2014), joten pojat kuuluvat tähän riskiryhmään todennäköisemmin kuin tytöt. Elektronisen kommunikaation, jota tytöt suosivat, on todettu olevan yhteydessä oppimiseen, ajanvietteeseen ja sosiaalistumiseen (Matos ym. 2013). Elektronisen kommunikaation käytön lisääntymiseen on arveltu vaikuttavan tarve olla yhteydessä ystäviin, vähentynyt vanhempien valvonta sekä sen helppo saatavuus (Currie ym. 2012). Nuorten tietokoneen käyttöön ei tutkimusten mukaan voi kuitenkaan suhtautua varauksettomasti, sillä nuoren tietokoneen käyttö ajanvietteenä, on yhteydessä kohonneeseen riskiin käyttää alkoholia, kuin läksyjentekoon liittyvä tietokoneen käyttö (Epstein 2011) ja sosiaalisen median käytöllä on puolestaan havaittu yhteys tupakoinnin ja päihteiden käytön lisääntyneeseen riskiin (CASA 2011).

Vaikka nuoret tutkimuksessani käyttivät pelaamiseen paljon aikaa, ilmoitti osa heistä, ettei pelaa lainkaan. Tuoreen LIITU- tutkimuksen (Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa) mukaan nuoret viettävät noin puolet päivästä istuen (Kokko & Mehtälä 2016). Pelamattomuutta voidaan näin ollen pitää positiivisena ilmiönä, sillä tutkimusten mukaan pelamisella ja vähäisellä liikkumisella on havaittu yhteyksiä fyysisiin ja psykologisiin terveysongelmiin (Blinka & Šmahel 2010; Nuutinen ym. 2014; Brindova ym. 2014b), uniongelmiin ja lihaskipuihin (Costigan ym. 2013; Nuutinen ym. 2014), niskasärkyyn (Smith ym. 2008), selkä- ja päänsärkyyn (Torsheim ym. 2010; Nuutinen ym. 2014) sekä huonoon itsetuntoon (LeBlanc ym. 2012; Salmon ym. 2011). Nuoret käyttävät vapaa-aikaansa muuhunkin kuin pelaamiseen tai tietokoneen ääressä istumiseen. Poikien on todettu viettävän vapaa-aikaa liikkuen, ulkoillen sekä kavereita tapaamalla (Currie ym. 2012; Miettinen & Rotkirch 2012). Tytöt puolestaan näyttäisivät käyttävän liikunnan ja ulkoilun lisäksi aikaa läksyihin, kotitöihin sekä sosiaaliseen kanssakäymiseen (Miettinen & Rotkirch 2012). Ikätovereiden seura ja heidän kanssaan kodin ulkopuolella vietetty aika tulevat iän myötä tärkeämmiksi (Gifford-Smith & Brownell 2003; Larson & Richards 1991; Brown 2004; Settertobulte & Matos 2004). Vaikka ystävien seurassa vietetty aika suojaa nuorta masennuksen oireilta sekä eristäytymiseltä

(Berndt 1996; Moreno ym. 2006; Zambon ym. 2010), voi se kuitenkin altistaa nuoren riskikäyttäytymiselle, kuten päihteiden käytölle sekä varhaiselle seksuaaliselle käyttäytymiselle (Currie ym. 2012). Nämä ilmiöt ovat kuitenkin riippuvaisia siitä, missä olosuhteissa ystävien kanssa vietetään aikaa (Hoeben & Weerman 2014).

### **Äidin ja isän valvonta**

Tutkimukseni tulosten perusteella pojat kokivat isän valvovan heidän tekemisiään enemmän kuin äidin. Tytöt puolestaan kokivat äidin valvovan heidän tekemisiään enemmän kuin isän. Valvonnan koettiin tulosten perusteella yleisesti vähenevän iän myötä. Tähän voi osaltaan vaikuttaa nuoren psyykkinen kasvu ja kehitys sekä sen myötä autonomian lisääntyminen, jolloin nuori kehittää kykyä tehdä päätöksiä omaan terveyteen ja terveystietoisuuteen liittyen (Currie ym. 2012).

Mitä enemmän tutkimukseni nuori koki äidin tai isän valvovan hänen tekemisiään, sitä harvemmin hän käytti pelaamiseen vähintään kolme tuntia päivässä. Valvonnan ja rajoitusten puute, internetin käyttöön liittyen, puolestaan lisää netissä vietettyä aikaa (Helsper ym. 2013). Tutkimustulosteni mukaan tytöillä pelaamiseen käytetty aika oli yleisesti vähäisempää kuin pojilla. Tämä voi johtua siitä, että tyttöjä valvotaan enemmän kuin poikia ja heille asetetaan myös tiukempia rajoituksia (Inchley ym. 2016). Vanhemmat tietävät tarkemmin tyttöjen olinpaikasta ja vapaa-ajan vietosta (Masche 2010) kuin poikien, koska tytöiltä kysellään aktiivisemmin heidän asioistaan (Kerr & Stattin 2000; Stattin & Kerr 2000). Jos nuori kokee kommunikoinnin vanhempien kanssa helpoksi, on nuoren valvonta todennäköisempää ja se voi suojata riskikäyttäytymiseltä (Stattin & Kerr 2000). Tyttöjen vähäinen pelaaminen voi johtua myös siitä, että tytöt ovat kiinnostuneet enemmän yhteydenpidosta ystävien kanssa kuin pelaamisesta (Ohannessian 2009; Inchley ym. 2016).

Vanhempien halu valvoa ja rajoittaa nuorten tietokoneen käyttöä nousee huolesta, jotka liittyvät nuoren vähäisiin yöuniin, läksyjen laiminlyöntiin sekä mahdolliseen nettikiusaamiseen (Epstein 2012). Vanhemmat rajoittavat nuorten tietokoneella käytettyä aikaa (Mattos 2010) sekä niille nettisivustoille pääsyä, joiden sisältöä pidettiin epäsoveliaisena (Cranmer 2006; Küter-Luks ym. 2011; Lee & Chae 2007; Sonck ym. 2013). Vanhempien valvonta näkyy eri tavalla lapsilla ja nuorilla (Nikken & Schols 2015). Lapsia yleisemmin neuvotaan ja ohjataan, kun nuoria kohtaan valvonnan keinona käytetään aktiivista neuvottelua ja rajoittamista (Nik-

ken & Jansz 2013). Rajoitusten asentaminen tietokoneelle sekä sisällöstä kriittisesti nuoren kanssa keskusteleminen on haastavaa niille vanhemmille, joiden median käytön taidot olivat heikot (De Haan 2010). Valvontaa voi myös vaikeuttaa laitteiden sijoittaminen nuoren huoneeseen, tai jos laitteita on kodissa useita (Nikken & Jansz 2013). Myös perheen heikko taloudellinen tilanne vaikuttaa vanhemman valvontaan negatiivisesti (Inchley ym. 2016).

### **Äidin ja isän kiintymys**

Tutkimuksessani pojat kokivat kiintymyssuhteen isään hieman yleisemmin hyväksi kuin kiintymyssuhteen äitiin. Tyttöillä tulokset olivat päinvastaiset. Kiintymyssuhteen luominen ja asioista keskusteleminen äidin kanssa on nuorelle luontevaa, koska äiti on vanhempana enemmän läsnä arjessa kuin isä (Wallenius ym. 2009). Äiti koetaan interaktiivisena keskustelijana sekä turvallisena aikuisena, jonka kanssa uskalletaan puhua erilaisista asioista, eikä hän tuomitse (Tamara ym. 2008). Isän rooli nuorten arjessa keskittyy enemmän elämän perustaitojen opettamiseen sekä taitojen vahvistamiseen (Shearer ym. 2005).

Kannustava kommunikointi nuoren ja aikuisen välillä kohtuullistaa elektronisen median negatiivisia vaikutuksia nuoreen, etenkin elämään tyytyväisyyden osalta (Boniel-Nissim ym. 2015). On tutkittu, että varsinkin ne nuoret, jotka kokevat kiintymyssuhteen äitiin hyväksi, käyttävät vähemmän aikaa internetissä (Smetana ym. 2006). Myös isän ja nuoren välinen suhde on tärkeä, sillä isän kanssa kommunikoinnin luontevaksi kokeminen suojaa nuorta, etenkin tyttöjä, muun muassa emotionaalisen hyvinvoinnin ja positiivisen kehonkuvan osalta (Fenton ym. 2010; Sheeber ym. 2007). Vanhemman ja nuoren kommunikointi yleisestikin vaikuttaa positiivisesti nuoren koettuun terveyteen ja suojaa monilta terveyttä uhkaavilta tekijöiltä sekä riskikäyttäytymiseltä (Moreno ym. 2009; Woodward ym. 2003). Tyttöillä etenkin isän kanssa kommunikointi vähentää terveyteen liittyvää riskikäyttäytymistä (Rostad 2012). Kommunikoinnin määrä ja laatu nuorten ja vanhempien välillä yleisestikin on yhteydessä siihen, miten yhtenäiseksi perhe koetaan ja kokeeko nuori saavansa sosiaalista tukea vanhemmiltaan (Le Poire 2006). Äidin ja isän kanssa kommunikoinnin laadun on todettu nuorilla heikkenevän iän myötä (Inchley ym. 2016).

Nuoret, jotka tutkimuksessani kokivat kiintymyksen vanhempiin huonoksi, käyttivät yleisemmin koulupäivisin ja viikonloppuisin pelaamiseen vähintään kolme tuntia päivässä, kuin kiintymyssuhteen hyväksi kokeneet nuoret. Vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen kui-



tenkin väheni iän myötä pojilla ja tytöillä, huolimatta siitä, kokiko nuori kiintymyssuhteen vanhempiin hyväksi tai huonoksi. Toisaalta pelaaminen voi olla juuri se tekijä, joka aiheuttaa pojille kokemuksen kiintymyssuhteen huonosta laadusta, koska nuoren käyttäessä pelaamiseen paljon aikaa, voi se johtaa sosiaaliseen eristäytymiseen ja vaikeuteen samaistua toisiin ihmisiin (Calvert 2002; Lee & Peng 2006). Tytöt käyttivät tutkimustulosteni perusteella pelaamiseen yleisimmin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä, tai eivät pelanneet lainkaan. Pojat pelasivat tyttöjä selvästi enemmän huolimatta koetun kiintymyssuhteen laadusta. Liiallinen internetin käyttö liittyy nuorilla koettuun äiti- ja isä- suhteeseen, sillä isän ollessa ankanra rangaistessaan nuorta tämän käytöksestä, tai äiti torjuu nuoren eikä osoita välittämistä, on nuorella silloin suurempi riski käyttää tietokoneella paljon aikaa (He 2008). Nuoren kokiessa isäsuhteen etäiseksi, voi hän täyttää tätä tyhjiötä internetistä löytyvillä ihmissuhteilla, jotta saisi kokea läheisyyttä jollain tasolla (Lei & Wu 2007). Perheeseen kuuluminen on nuorelle tärkeää ja se lisää nuoren tyytyväisyyttä elämään (Ward & Zabriskie 2011). Vanhemmilta saatu tuki ja vahvat perhesiteet sekä vanhempien kanssa kommunikointi lisäävät nuoren hyvinvointia ja vähentävät riskikäyttäytymistä (Inchley ym. 2016). Perheen taloudellisella tilanteella on yhteys perheen kommunikointiin siten, että perheen taloudellisen tilanteen ollessa heikko, on perheenjäsenten välinen kommunikointi heikompi laatuista (Inchley ym. 2016).

### **Internetin käyttö**

Nuoret, joiden vanhemmat tiesivät mitä he tekivät internetissä, käyttivät tutkimuksessani pelaamiseen yleisemmin koulupäivisin ja viikonloppuisin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä. Peliajat eivät myöskään juuri vaihdelleet koulupäivisin ja viikonloppuisin, jos vanhemmat olivat tietoisia nuorten tekemisistä internetissä. Osa vanhemmista saattaa kokea, että tietokoneen käyttö edistää nuoren mediataitojen kehittymistä, kuten ymmärrystä median ja tekniikan roolista yhteiskunnassa (Marsh ym. 2005). Äidit ja isät suhtautuvat eri tavalla nuorten internetin käyttöön. Äidit tiedostavat isää yleisemmin mitä nuoret tekevät internetissä (Liau ym. 2008), mutta isät puuttuvat silti aktiivisemmin sen käyttöön (Bjornstad & Ellingsen 2004), esimerkiksi tarkistamalla nuoren laitteelta selaushistorian (Wang ym. 2005). Tyttöjä valvotaan tiukemmin kuin poikia ja heille asetetaan tiukemmat rajoitukset (Inchley ym. 2016). Yhdeksäsluokkalaisilla tytöillä, joiden vanhemmat tiesivät mitä he tekivät internetissä, yleisintä oli, etteivät he pelanneet lainkaan.

Pojat käyttivät tutkimukseni tulosten mukaan viikonloppuisin pelaamiseen enemmän aikaa, kuin koulupäivisin ja he ylipäättään pelasivat tyttöjä enemmän, mutta etenkin pojat, joiden vanhemmat eivät tieneet mitä nuori teki internetissä, käyttivät pelaamiseen viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä. Vanhemmat toimivat nuorille esimerkkinä, myös internetin käytön suhteen (Van den Eijnden ym. 2010) ja huomioitavaa on, että nuoren käytökseen vaikuttaa hänen sekä vanhemman sukupuoli (Liu ym. 2013). Koettu äidin internetin käyttö vaikuttaa poikien internetin käyttöön lisäävästi, tytöillä puolestaan kummankin vanhemman koettu internetin käyttö vaikuttaa käyttöä lisäävästi ja koettu isäsuhde puolestaan on internetin liikakäytöltä suojaava tekijä niin pojilla kuin tytöillä (Liu ym. 2013). Vuoden 2011 Perhebarometrin mukaan aikuiset käyttävät tietokoneella olemiseen päivittäin alle puoli tuntia, joten nuorten ja etenkin poikien liiallinen pelaaminen ei näyttäisi olevan suoraan vanhemmilta opittua (Miettinen & Rotkirch 2012).

Sähköisen median mahdollistama vaivaton yhteydenpito ihmisiin on tuonut esiin uusia, vähemmän tutkittuja, negatiivisia vaikutuksia, joista vanhemmat eivät ole aina tietoisia. Nettikiusaamisesta on tullut yleinen ongelma, joka vaikuttaa nuoren terveyteen. Nuoren joutuessa nettikiusaamisen uhriksi, se voi aiheuttaa hänelle hermostuneisuutta, masentuneisuutta, erilaisia fyysisiä oireita, koulusta pois jättäytymistä sekä päihteiden käyttöä (Kowalski ym. 2014; Mitchell ym. 2007), jopa itsemurha-ajatuksia (Bauman ym. 2013; Hinduja & Patchin 2010).

## **Perheateriat**

Jos perheessä ei syöty yhteistä ateriaa koulupäivisin tai viikonloppuisin, oli tutkimukseni tulosten perusteella vähintään kolme tuntia päivässä pelaaminen sekä pojilla että tytöillä yleisempää kuin nuorilla, joiden perheissä syötiin yhteinen ateria. Tämän tutkimuksen mukaan pojat ja viidesluokkalaiset tytöt käyttivät koulupäivisin pelaamiseen yleisimmin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä riippumatta siitä, syötiinkö perheissä yhteinen ateria vai ei. Perheateriat ovat tärkeitä tilanteita, koska yhteisen aterian syöminen ja vapaa-ajan viettäminen ovat hetkiä, jolloin perheenjäsenet keskittyvät vahvasti toisiinsa (Crouter ym. 2004; Offer 2013). Perheenjäsenet ruokailevat viikonloppuisin yleisemmin kotona, kuin arkipäivisin, joten viikonloppuisin heillä on aikaa istua pöydän ääreen yhtä aikaa (Miettinen & Rotkirch 2012). HBSC- tutkimuksen mukaan positiivisesti perheaterioiden useuteen vaikutti perheen taloudellinen tilanne noin kolmanneksella pojista ja neljänneksellä tytöistä (Inchley ym. 2016). Per-

hebarometri tukee tätä käsitystä viikonloppujen osalta ylemmissä toimihenkilöiden perheissä, jolloin isät ja äidit ruokailivat yleisemmin kotona (Miettinen & Rotkirch 2012). Perheateriat ovat nuoren arjessa merkityksellisiä hetkiä, koska yhteisten aterioiden arvellaan edistävän nuorten psykososiaalista kehittymistä (Neumark-Sztainer ym. 2003). Perheen kanssa syötyjen aterioiden määrä kuitenkin väheni nuorilla iän myötä. Tätä näkemystä tukee myös uusin HBSC- koululaistutkimus (Inchley ym. 2016).

### **Perheen taloudellinen tilanne**

Tutkimustulosteni mukaan pojat ja tytöt pelasivat koulupäivisin, taloudellisesta tilanteesta riippumatta, yleisemmin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä. Pojilla taloudellisen tilanteen hyväksi kokeminen lisäsi pelaamiseen vähintään kolme tuntia päivässä käytettyä aikaa koulupäivisin ja viikonloppuisin. Seitsemäsluokkalaiset nuoret kokivat perheen taloudellisen tilanteen positiivisemmin kuin yhdeksäsluokkalaiset nuoret. HBSC- tutkimuksen mukaan perheen taloudellinen tilanne vaikuttaa lisäävästi nuoren elektronisen median käyttöön, koska vanhemmilla on varaa hankkia laitteita lapsilleen (Inchley ym. 2016). Tämän lisäksi hyvin taloudellisesti toimeen tulevat vanhemmat osaavat valvoa ja neuvoa laitteiden käyttöä enemmän kuin taloudellisesti heikommassa asemassa olevat vanhemmat (Paus-Hasebrink ym. 2014).

Tutkimuksessani, etenkin yhdeksäsluokkalaisille tytöille oli yleistä, etteivät he pelanneet lainkaan. Pojat käyttävät enemmän internettiä ja pelaavat ja tytöt puolestaan suosivat kännyköitä (Punamäki ym. 2007) ja niiden välityksellä ystävien kanssa kommunikointia (Inchley ym. 2016; Lenhart 2012; Rose & Rudolf 2006). Elektronista kommunikointia käyttävät eniten vanhemmat, hyvätuloisesta perheestä tulevat nuoret, koska heillä on ikänsä puolesta enemmän autonomiaa kuin nuoremmilla nuorilla sekä tarvittavat laitteet (Inchley ym. 2016; Lenhart 2012).

Tutkimukseni tulosten mukaan voidaan todeta, että taloudellisen tilanteen huonoksi kokeminen vaikutti yleisemmin hieman lisäävästi vähintään kolme tuntia päivässä pelaamisen määrään niin pojilla kuin tytöillä. Perheen hyvä taloudellinen tilanne mahdollistaa nuorelle muunkinlaisen vapaa-ajan vieton, kuin pelaamisen (Currie ym. 2016), kuten erilaisiin aktiviteetteihin osallistumisen ja sitä kautta uusien ystävyysuhteiden luomisen (Coulton & Irwin 2009).

## Fyysiset oireet

Tarkasteltaessa yleisellä tasolla nuorten kokemien oireiden ilmenemistä, oli tutkimuksessani havaittavissa, että pojat kokivat oireita harvemmin kuin tytöt. Tietokoneen käytön on todettu olevan yhteydessä erilaisten oireiden kuormittavuuteen ja lisääntyneeseen määrään (Blinka & Šmahel 2010; Brindova ym. 2014a; Mentzoni ym. 2011; Nuutinen ym. 2014), kuten lihassärkyjen määrään (Costigan ym. 2013).

Tutkimuksessani pojat kokivat päänsärkyä ja niska-hartiasärkyä lähes päivittäin yleisemmin silloin, kun he käyttivät koulupäivisin pelaamiseen vähintään kolme tuntia päivässä. Tytöt puolestaan kokivat päänsärkyä lähes päivittäin yleisemmin silloin, kun he eivät pelanneet lainkaan. Lähes päivittäin koettu niska-hartiasärky oli vähäisempää niillä tytöillä, jotka pelasivat koulupäivisin ja viikonloppuisin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä kuin muilla tytöillä. Aikaisemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että tietokonetta käytettäessä useita tunteja päivässä, ovat fyysisten oireiden (Alexander & Currie 2004; Blinka & Šmahel 2010; Brindova ym. 2014a; Nuutinen ym. 2014) ohella myös psyykkisten (Blinka & Šmahel 2010; Brindova ym. 2014a; Mentzoni ym. 2011; Nuutinen ym. 2014) ja sosioemotionaalisten oireiden (Russ ym. 2009) kokeminen yleisempää. Tutkimuksessani pojat kokivatkin masennusta lähes päivittäin yleisimmin silloin, kun he pelasivat koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä. Myös tytöt kokivat masennusta lähes päivittäin yleisimmin silloin, kun he käyttivät pelaamiseen vähintään kolme tuntia päivässä.

Nuoren käyttäessä pelaamiseen useita tunteja päivässä, myös väsymyksen kokeminen (Van den Bulck 2004) on yleisempää. Tietokoneen käytön onkin todettu olevan yhteydessä lyhyempiin yöuniin (Li ym. 2010; Nuutinen ym. 2014). Tutkimuksessani ne pojat, jotka pelasivat koulupäivisin vähintään kolme tuntia päivässä, kokivat univaikeuksia yleisimmin lähes päivittäin. Tytöillä lähes päivittäin koetut univaikeudet olivat yleisimpiä niillä, jotka pelasivat koulupäivisin tai viikonloppuisin vähintään kolme tuntia päivässä. Nuorten on todettu nukkuvan vähemmän kuin olisi suositeltavaa (Leger ym. 2012), joten koettujen fyysisten oireiden yleisyys voi tässäkin tutkimuksessa selittyä pelaamiseen käytetyllä ajalla ja unenpuutteella.

## 7.2 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Reliabiliteetin ja validiteetin käsitteillä tarkoitetaan tutkimuksen luotettavuutta (Metsämuuronen 2005, 64). Reliabiliteetilla tarkoitetaan tutkimuksen toistettavuutta (Metsämuuronen 2005, 64), tulosten ei-sattumanvarasuuutta (Valli 2001, 92). Tässä otoksen riittävän suurella koolla on merkittävä rooli, jotta tulokset olisivat mahdollisimman tarkkoja (Heikkilä 2008, 187). Validiteetin avulla tarkastellaan mitataanko sitä, mitä on tarkoitus mitata (Metsämuuronen 2005, 64). Validiteettiin vaikuttaa ratkaisevasti onnistuneiden kysymysten laatiminen, jotta tutkimusongelmaan saadaan luotettava vastaus (Heikkilä 2008, 186). Tutkimuksen reliabiliteettia voidaan tarkastella tutkimuksen jälkeen, mutta validiteettia puolestaan ei (Heikkilä 2008, 186-187).

Heikkilän (2008, 186-187) mukaan kummatkin tutkimuksen luotettavuutta kuvaavat käsitteet voidaan jakaa sisäiseen ja ulkoiseen. Sisäisesti validissa tutkimuksessa suoritettavat mittaukset vastaavat teoriaosan käsitteistöä ja ulkoisesti validissa tutkimuksessa muiden tutkijoiden tulkinta tuloksista on samassa linjassa kyseisen tutkimuksen tekijän kanssa (Heikkilä 2008, 186). Tutkimus on sisäisesti reliaabeli, kun mittaustuloksista on saatu useammalla eri mittauskerralla sama tulos (Heikkilä 2008, 187). Ulkoisesti tutkimus on puolestaan reliaabeli silloin, kun sen mittaukset voidaan toistaa myös muissa tutkimuksissa ja tilanteissa (Heikkilä 2008, 187).

Tutkimuksessani käytetty aineisto on osa WHO-Koululaistutkimusta, joka toteutettiin kyselyn muodossa, vuosien 2009 ja 2010 aikana (Currie ym. 2012). Kysely strukturoidulla kyselylomakkeella (Currie ym. 2012) teetettiin anonymisti 5-, 7- ja 9-luokkalaisille pojille ja tytöille koulupäivän aikana (HBSC 2014). Vastaaminen oli vapaaehtoista ja oppilaita informoitiin vastausten luottamuksellisuudesta (HBSC 2014; Villberg & Tynjälä 2004). Vuoden 2010 WHO-Koululaistutkimuksen vastausprosentti oli 94 % (Kämppi ym. 2012), joten osallistuminen oli määrällisesti erittäin korkea suhteessa esimerkiksi vuoden 2015 nuorten terveystapatutkimukseen, jonka vastausprosentti oli 45 % (Kinnunen ym. 2015). Hirsjärven ja kumppaneiden (1997, 195) mukaan kysely on hyvä valinta silloin, kun halutaan selvittää tiettyjä ilmiöitä kattavasti laajalta ihmisjoukolta. Sitä voidaan kuitenkin pitää myös pinnallisena tapana kerätä tietoa ja tutkijat eivät voi olla varmoja ovatko osallistujat ottaneet vastaamisen vakavasti ja onko kysymysten tulkinnassa tapahtunut väärinkäsityksiä (Hirsjärvi ym. 1997, 195). WHO-Koululaistutkimus tarkasteli 16:ta eri osa-aluetta nuorten elämässä (HBSC 2014), joten tietoa kerättiin hyvin laaja-alaisesti. Pinnallisuus voi toki näkyä koululaiskyselyssä siinä suhteessa, että yksittäisistä asioista ei kysytty kovin syvällisesti ja lomakkeessa ei ole tilaa omalle

kerronnalle, jossa ajatukset ja tunteukset tulisivat paremmin esiin. WHO-Koululaistutkimusta on toteutettu kouluikäisille jo vuodesta 1983. Mittareita on muokattu vuosien saatossa, jotta ne on saatu vastaamaan mahdollisimman tarkasti ja kuvaavasti haluttuihin ajan ilmiöihin. Viimeisimpään koululaiskyselyyn on otettu mukaan ikätovereiden ja vanhempien tuki, vakava loukkaantuminen, muutto sekä nettikiusaaminen (Inchley ym. 2016), jotta uudetkin ilmiöt saisivat näkyvyyttä ja niitä tutkittaisiin lisää.

WHO-Koululaistutkimukseen osallistujat valittiin ryväotannalla suomalaisista kouluista (Villberg & Tynjälä 2004) ja otanta tutkimuksessani oli niin suuri ( $n=6723$ ) ja maantieteellisesti kattava, että tulokset on yleistettävissä vastaavanikäiseen perusjoukkoon (Roberts ym. 2007). Ryväotannalla voidaan pienentää satunnaisvirheiden mahdollisuutta (Mikkola ym. 2013). Ryväotanta voi toisaalta vähentää otoksen tarkkuutta, koska samalla alueella asuvat nuoret voivat olla hyvin homogeenisiä muun muassa asenteiden ja varallisuuden suhteen (Heikkilä 2008, 39), mutta tutkimuksessani käytetty aineisto on kerätty satunnaistetusti eri alueilta ja erikokoisista kouluista, joten sen todennäköisyys tässä tutkimuksessa on pieni (Villberg & Tynjälä 2004).

Osa-aineistossani oli mukana 5-, 7- ja 9-luokkalaiset tytöt ja pojat. Tutkimuksessani taustamuuttujana oli luokkataso, ei ikä. Yli 12-vuotiaiden on todettu omaavan riittävät taidot, jotta heillä voidaan käyttää samoja tutkimusmetodeja kuin aikuisillekin (Aarnos 2001, 144). Tämä näkemys tukee päätöstäni jättää viidesluokkalaiset pois koetun perheen taloudellisen tilanteen tarkastelusta, koska tällaisen osa-alueen arvioimiseen vaaditaan enemmän kypsyyttä, jotta vastausten voisi olettaa olevan luotettavia. Tätä päätöstä tukee myös Mannerheimin Lastensuojeluliiton näkemys perheen sosioekonomisen tilanteen arvioimisen vaikeudesta (2010).

Tutkimuksessani tarkastelin äidin ja isän valvontaan liittyviä muuttujia ja niiden sisältöjen samankaltaisuutta. Korrelaatiomatriisin mukaan, sekä poikien, että tyttöjen Kaiser-Mayer-testi ylitti arvon 0.6 (poika 0.875, tyttö 0.879) ja Bartlettin sfäärisyystestin p-arvot olivat  $<0.001$ , joten korrelaatiomatriisit olivat sopivia analyysiin (Metsämuuronen 2005, 607). Nuoren kokemaa valvontaa ja kiintymystä käsittelevistä kysymyksistä tehtiin summamuuttujat binääristä logistista regressioanalyysiä varten. Kiintymykseen liittyvien väittämien ”yrittää määrätä kaikesta mitä teen” ja ”kohtelee minua kuin lasta” vastausluokat käännettiin, jotta kaikkien kiintymystä kuvaavien väittämien vastaukset saatiin yhdenmukaisiksi. Summamuuttujien sisäistä reliabiliteettia takasteltiin Cronbachin alfan avulla. Tulos on sitä luotettavampi, mitä lähempänä Cronbachin alfa on lukua 1, mutta jo 0.6 on hyväksyttävä (Metsämuuronen

2005, 497). Tutkimuksessani Cronbachin alfa oli niin valvonnan (0.903) kuin kiintymyksen (0.830) osalta lähellä lukua 1, joten muuttujat oli mielekästä yhdistää. Tuloksista voi myös havaita, että yhdenkin muuttujan pois jättäminen olisi alentanut alfa-kertoimen arvoa. Pelaamisen määrän, perheen koetun sosioekonomisen aseman sekä koettujen oireiden vastausvaihtoehdot muutettiin kolmiluokkaisiksi, jotta tulosten tulkinta olisi selkeämpää. Koetuista oireista otettiin tulososaan mukaan vain yleisimmät oireet, jotta tiedon määrä pysyi maltillisena.

Pelaamiseen liittyvää nuoren kokemaa valvontaa ja kiintymystä tarkasteltiin binäärisen logistisen regressioanalyysin avulla, jonka tarkoituksena oli selvittää pelaamisen todennäköisyyteen yhteydessä olevia tekijöitä. Analyysi tehtiin erikseen koulupäivien ja viikonloppujen osalta ja selittävinä tekijöinä olivat sukupuoli, koettu äidin valvonta, koettu isän valvonta, kiintymyssuhde äitiin sekä kiintymyssuhde isään. Omnibus testin p-arvo oli kaikkien selittävien tekijöiden kohdalla  $<0.001$ , joten muuttujat yhdessä muodostavat tilastollisesti merkitsevän mallin (Metsämuuronen 2005, 686). Hosmerin ja Lemenshown testillä selvitettiin, luokituvatko arvot riittävän hyvin oikeisiin kategorioihin. P-arvon tulee olla vähintään 0.05, jotta mallia voi pitää hyväksyttävänä (Metsämuuronen 2005, 687). Tässä tutkimuksessa Hosmerin ja Lemenshown testin sekä Negelkerken pseudo  $R^2$  -testin arvot täyttivät vaaditun tason.

Olisin voinut tarkastella pelaamista myös suhteessa muuttujaan, jossa selvitettiin kuinka helppoa nuoren on puhua eri ihmisten kanssa, koska tutkimusten valossa kommunikointi on erittäin tärkeä nuoren terveyden ja hyvinvoinnin kannalta (Inchley ym. 2016) ja vaikuttaa koettuun vanhempien valvontaan (Stattin & Kerr 2000) sekä koettuun nuoren ja vanhemman kiintymyssuhteeseen (Le Poire 2006). Rajauksia kuitenkin täytyi tehdä aineistoni ollessa jo melko laaja, ja toisaalta kommunikoinnin todellinen merkitys paljastui vasta tutkimuksen edetessä.

### **7.3 Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset**

Tässä tutkimuksessa ilmeni, että nuoren kokiessa vanhemman valvonnan vähäiseksi tai kiintymyssuhteen vanhempiin huonoksi, käytettiin pelaamiseen riittävästi aikaa. Tyttöjä valvotaan enemmän kuin poikia ja heille asetetaan enemmän rajoja, mutta terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen näkökulmasta myös pojille olisi tärkeää asettaa riittävästi rajoituksia esimerkiksi tietokoneen käytön suhteen, jotta liiallisen pelaamisen aiheuttamia negatiivisia terveysvaikutuksia voitaisiin hillitä. Tutkimustulosten perusteella voidaan myös todeta, että nuoren ja

etenkin äidin välinen kiintymyssuhde ja sen laatu ovat ratkaisevassa asemassa nuoren terveen kasvun ja kehityksen kannalta vähentäen pelaamiseen käytettyä aikaa. Isän ja nuoren välisellä kiintymyssuhteella ei näyttänyt olevan tilastollisesti yhtä suurta merkitsevyyttä pelaamiseen käytettyyn aikaan kuin koetulla äidin kiintymyssuhteella, mutta sen syiden selvittämiseksi tarvittaisiin lisää tutkimustietoa.

Nuoret, joiden vanhemmat eivät tieneet mitä nuori tekee internetissä, käyttivät pelaamiseen enemmän aikaa kuin aineiston muut nuoret. Tästä voidaan päätellä, että vanhempien tietämys nuoren tekemisistä internetissä suojaa liialliselta tietokoneen käytöltä ja sen myötä mahdollisilta negatiivisilta terveysvaikutuksilta. Vanhempien kannustaminen aktiivisuuteen nuorten tietokoneen ja internetin käytön valvonnassa on tästä näkökulmasta tärkeää.

Tutkimustuloksista oli havaittavissa, että kolme tuntia päivässä pelaaminen oli yleisempää niillä nuorilla, joiden perheessä ei syöty yhteistä ateriaa. Perheateriat voivat siis olla suojaava tekijä liiallisen pelaamisen suhteen ja sitä kautta suojata myös negatiivisilta terveysvaikutuksilta. Perheen yhteiset aterioinnit kuitenkin näyttävät vähenevän nuoren siirtyessä ylemmille luokkatasoille.

Terveyden edistämisen näkökulmasta myös perheen taloudellinen tilanne on otettava huomioon ja sen merkityksestä on saatava lisää tutkimustietoa. Tämän tutkimuksen valossa näyttäisi siltä, että nuoren kokiessa perheen tulevan taloudellisesti hyvin toimeen, myös pelaamiseen käytetään enemmän aikaa.

Pojat kokivat oireita harvemmin kuin tytöt. Lähes päivittäin oireita kokivat yleisemmin nuoret, jotka pelasivat vähintään kolme tuntia päivässä kuin puolesta tunnista kahteen tuntia päivässä pelaavat nuoret. Tytöt kokivat oireita yleisesti lähes päivittäin, vaikka he eivät pelanneet lainkaan.

Yhteenvetona todettakoon, että valvomalla nuoren tekemisiä, keskustelemalla nuoren kanssa, ja perheen yhteisestä ajasta huolehtimalla vanhemmat voivat vähentää pelaamiseen käytettyä aikaa sekä vähentää nuoren terveyttä uhkaavia tekijöitä ja riskikäyttäytymistä. Vaikka vanhemmilla on vastuu lapsistaan, on koulun apu nuorten hyvinvoinnin seuraamisessa tärkeää. Koulu voi olla tukemassa vanhempia esimerkiksi antamalla tietoa nuoren kasvuun ja kehitykseen vaikuttavista tekijöistä sekä keinoja toteuttaa nuoren terveyttä edistävää kasvatusta.

Jatkossa olisi pelaamisen osalta mielekästä tutkia myös sitä, mitä liikapelaaminen nuorilla tarkoittaa ja miten se heidän arjessaan ilmenee. Pelaamisen on havaittu vaikuttavan negatiivi-



sesti nuoren elämään ja terveyteen, joten näkisin tärkeäksi tutkia myös syitä, jotka nuorilla yleisesti johtavat liikapelaamiseen sekä vaikutuksia, joita liikapelaamisella nuoren elämään ja terveyteen mahdollisesti on.

## LÄHTEET

- Aarnos, E. 2001. Kouluun lapsia tutkimaan: havainnointi, haastattelu ja dokumentit. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.). 2001. Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. PS-kustannus: Jyväskylä.
- Aarsand, P. A. & Aronson, K. 2009. Gaming and Territorial Negotiations in Family Life. *Childhood* 16, 497. Viitattu 7.1.2014. <http://dx.doi.org/10.1177/0907568209343879>.
- Alexander, L.M, & Currie, C. 2004. Young people's computer use: implications for health education. *Health Education* 104 (4), 254-261. Viitattu 13.3.2017. <http://www.google.fi/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwiz2cXIytPSAhVLWCwKHVpVBqEQFggfMAA&url=http%3A%2F%2Fwww.emeraldinsight.com%2Fdoi%2Fpdf%2F10.1108%2F09654280410546745&usg=AFQjCNETIfST7D6qIPt1JqNiNGiq70EV6Q>.
- American Academy of Pediatrics. 2001. Committee on Public Education. Children, adolescents, and television. *Pediatrics* 107, 423-426.
- Anderson, C. A. & Ford, C. M. 1986. Affect of the Game Player: Short Term Effects of Highly and Mildly Aggressive Video Games. *Personality and Social Psychology Bulletin* 12, 390-402.
- Baranowski, T., Thompson, W. O., DuRant, R. H., Baranowski, J. & Puhl, J. 1993. Observations on Physical Activity in Physical Locations: Age, Gender, Ethnicity, and Month Effects. *Research Quarterly for Exercise & Sports* 64 (2), 127-133.
- Bauman, S., Toomey, R.B. & Walker, J.L. 2013. Associations among bullying, cyberbullying, and suicide in high school students. *Journal of Adolescence* 36 (2), 341-50. Viitattu 20.3.2017. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23332116?dopt=Abstract>.
- Bjornstad, T.L. & Ellingsen, T. 2004. Onliners: A report about youth and the Internet. SAFT. Viitattu 20.3.2017. <http://www.saftonline.org/On-Liners>.
- Blinka, L. & Šmahel, D. 2010. Addiction to online role-playing games. Teoksessa: Young, K.S. & de Abreu, C.N. (toim.). 2010. *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*. Hoboken: Wiley-Blackwell, 73-90.
- Blinka, L. & Šmahel, D. 2014. Addiction to online role-playing games. Teoksessa: Young, K.S. & de Abreu, C.N. (toim.) *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*. Hoboken: Wiley-Blackwell, 73-90.
- Blinka, L., Skarupová, K., Sevicikova, A., Wölfling, K., Müller, K. & Dreier, M. 2014. Excessive Internet Use in European Adolescents: What determines differences in severity? *International Journal of Public Health*, 60 (2), 249-256.

- Boniell-Nissim, M., Tabak, I., Mazur, J., Borraccino, A., Brooks, F., Gommans, R., van der Sluijs, W., Zsiros, E., Craig, W., Harel-Fisch, Y. & Finne, E. 2015. Supportive communication with parents moderates the negative effects of electronic media use on life satisfaction during adolescence. *International Journal of Public Health* 60 (2), 189–198. Viitattu 19.3.2017. <http://link.springer.com/article/10.1007/s00038-014-0636-9>.
- Brindova, D., Pavelka, J., Ševčíková, A., Žezula, I., van Diik, J.P., Reijneveld, S.A. & Geckova, M. 2014a. How Parents Can Affect Excessive Spending Of Time On Screen-based Activities. *BMC Public Health* 14, 1261.
- Brindova, D., Veselska, Z.D., Klein, D., Hamrik, Z., Sigmundova, D., van Dijk, J.P., Reijneveld, S.A. & Geckova, A.M. 2014b. Is the association between screen-based behaviour and health complaints among adolescents moderated by physical activity? *International Journal of Public Health* 60 (2), 139-145. Viitattu 18.3.2017. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25491571>.
- Brodersen, N.H., Steptoe, A., Boniface, D.R. & Wardle, J. 2007. Trends in Physical Activity and Sedentary Behavior in Adolescence: Ethnic and Socioeconomic Differences. *British Journal of Sports Medicine* 41, 140-144.
- Brosschot, J.F. 2002. Cognitive-emotional sensitization and somatic health complaints. *Scandinavian Journal of Psychology* 43 (2), 113–121. Viitattu 31.3.2017. [https://www.researchgate.net/publication/11365998\\_Cognitive-emotional\\_sensitization\\_and\\_somatic\\_health\\_complaints](https://www.researchgate.net/publication/11365998_Cognitive-emotional_sensitization_and_somatic_health_complaints).
- Brown BB. Adolescents' relationships with peers. In: Lerner RM, Steinberg L, eds. *Handbook of adolescent psychology*, 2nd ed. Hoboken, NY, Wiley, 2004:363–394.
- Bulanda, R.E. & Majumdar, D. 2009. Perceived parent–child relations and adolescent self-esteem. *Journal of Child and Family Studies* 18 (2), 203–212.
- Cain, N., Gradisar, M. & Moseley, L. 2011. A Motivational School-Based Intervention for Adolescent Sleep Problems. *Sleep Medicine* 12, 246-51.
- Calvert, S.L. Identity construction on the Internet. Teoksessa: Calvert, S.L., Jordan, A.B. & Cocking, R.R. (toim.). 2002. *Children in the Digital Age*. Westport, CT: Praeger, 57-70.
- CASA. 2011. National survey of American attitudes on substance abuse XVI: teen and parents. Viitattu 18.3.2017. [http://www.casacolumbia.org/templates/publications\\_reports.aspx](http://www.casacolumbia.org/templates/publications_reports.aspx).
- Cava, M.J., Buelga, S. & Musitu, G. 2014. Parental communication and life satisfaction in adolescence. *Spanish Journal of Psychology* 17, E98.
- Cillero, H.I. & Jago, R. 2010. Systematic review of correlates of screen-viewing among young children. *Preventive Medicine*, 51 (1), 3–10.
- Clair, A. 2012. The relationship between parents' subjective well-being and the life satisfaction of their children in Britain. *Child Indicator Research* 5 (4), 631–50.
- Cohen, S. & Wills, T.A. 1985. Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin* 98 (2), 310–357. Viitattu 1.4.2017. <http://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0033-2909.98.2.310>.

- Costigan, S.A., Barnett, L., Plotnikoff, R.C. & Lubans, D.R. 2013. The health indicators associated with screen-based sedentary behavior among adolescent girls: A systematic review. *Journal of Adolescent Health* 52 (4), 382–392. Viitattu 18.3.2017. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23299000>.
- Coulton, C. & Irwin, M. 2009. Parental and community level correlates of participation in out-of-school activities among children living in low income neighborhoods. *Children and Youth Services Review* 31 (3), 300–308.
- Cranmer, S. 2006. Children and young people's uses of the internet for homework. *Learning Media and Technology* 31 (3), 301–315. Viitattu 19.3.2017. <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/17439880600893358>.
- Crouter, A.C., Head, M.R., McHale, S. & Tucker, C.J. 2004. Family time and the psychosocial adjustment of adolescent siblings and their parents. *Journal of Marriage and Family* 66 (1), 147–162. Viitattu 20.3.2017. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.0022-2445.2004.00010.x-i1/abstract>.
- Currie, C., Zanotti, C., Morgan, A., Currie, D., de Looze, M., Roberts, C., Samdal, O., Smith, O. & Barnekow, V. 2012. Social Determinants of Health and Well-Being Among Young People. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey. WHO Regional Office for Europe (Health Policy for Children and Adolescents), 6.
- De Haan, J. 2010. Late on the curve; causes and consequences of differences in digital skills. Teoksessa: Ferro, E., Kumar Dwivedi, Y., Ramon Gil-Garcia, J. & Williams, M.D. (toim.). *Handbook of research on overcoming digital divides: Constructing an equitable and competitive information society*. Hershey: Information Science Reference, 292–308.
- Demaray, M. K. & Malecki, C. J. 2002. The Relationship Between Perceived Social Support and Maladjustment for Students at Risk. *Psychology in the Schools* 39, 305–316.
- Demokratiakasvatusselvitys. 2011. Opetushallitus. Raportit ja selvitykset, 27. Viitattu 27.1.2014. [http://www.oph.fi/download/139654\\_Demokratiakasvatusselvitys.pdf](http://www.oph.fi/download/139654_Demokratiakasvatusselvitys.pdf).
- Dowda, M., Dishman, R. K., Pfeiffer, K. A. & Pate, R. R. 2007. Family Support for Physical Activity in Girls from 8th to 12th Grade in South Carolina. *Preventive Medicine* 44, 153-9. Viitattu 19.1.2014. <http://dx.doi.org/10.1016%2Fj.ypmed.2006.10.001>.
- Engenfeldt-Nielsen, S., Heide Smith, J. & Pajares Tosca, S. 2008. *Understanding Video Games: The Essential Introduction*. New York: Routledge.
- Epstein, J.A. 2011. Adolescent computer use and alcohol use: What are the role of quantity and content? *Addictive Behaviors* 36 (5), 520-522. Viitattu 18.3.2017. [https://www.researchgate.net/publication/49812240\\_Adolescent\\_computer\\_use\\_and\\_alcohol\\_use\\_What\\_are\\_the\\_role\\_of\\_quantity\\_and\\_content\\_of\\_computer\\_use](https://www.researchgate.net/publication/49812240_Adolescent_computer_use_and_alcohol_use_What_are_the_role_of_quantity_and_content_of_computer_use).
- Epstein, J.A. 2012. The Role of Parents and Related Factors on Adolescent Computer Use. *Journal of Public Health Research* 1 (1), 75-78. Viitattu 19.3.2017. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4140319/>.

- Ezendam, N. P., Evans, A. E., Stigler, M. H., Brug, J. & Oenema, A. 2010. Cognitive and Home Environmental Predictors of Change in Sugar-Sweetened Beverage Consumption Among Adolescents. *The British Journal of Nutrition* 103, 768-74. Viitattu 19.1.2014. <http://dx.doi.org/10.1017/S0007114509992297>.
- Fenton, C., Brooks, F., Spencer, N. H. & Morgan, A. 2010. Sustaining a Positive Body Image in Adolescence: an Assets-Based Analysis. *Health & Social Care in the Community* 18 (2), 189–198.
- Flouri, E. & Buchanan, A. 2003. The Role of Father Involvement in Children’s Later Mental Health. *Journal of Adolescence* 26 (1), 63–78.
- Gerber, M. & Pühse, U. 2008. “Don’t crack under pressure!” Do Leisure Time Physical Activity and Self-Esteem Moderate the Relationship Between School-Based Stress and Psychosomatic Complaints? *Journal of Psychosomatic Research* 65 (4), 363–369.
- Gifford-Smith, M.E. & Brownell, C.A. 2003. Childhood peer relationships: social acceptance, friendships, and peer networks. *Journal of School Psychology* 41 (4), 235–284. Viitattu 18.3.2017. [https://www.researchgate.net/publication/222545780\\_Childhood\\_peer\\_relationships\\_Social\\_acceptance\\_friendships\\_and\\_peer\\_networks](https://www.researchgate.net/publication/222545780_Childhood_peer_relationships_Social_acceptance_friendships_and_peer_networks).
- Griffits, M. 2005. Video Games and Health. *British Medical Journal* 331, 122-123.
- Groebel, J. 2001. Media violence in cross-cultural perspective: a global study on children’s media behaviour and some educational implications. Teoksessa Singer, D.G., Singer, J.L. (toim.) *Handbook of Children and the Media*. California: Sage Publications, 255-268.
- Hardy, L. L., Bass, S. L. & Booth, M. L. 2007. Changes in sedentary behavior among adolescent girls: a 2.5-year prospective cohort study. *Journal of Adolescent Health* 40, 158-165.
- Harris, J. 2001. The effects of computer games on young children – a review of the research. RDS Occasional Paper No 72. London.
- HBSC. 2014. Health behavior in school-aged children: World health organization collaborative cross-national survey. Viitattu 24.2.2014. <http://www.hbsc.org/>.
- He, C.C. 2008. Relationship of Internet addiction and parent rearing patterns and social Support in junior high school student. *Medical Journal of Chinese People’s Health* 20 (17), 1988-1989.
- Heikkilä, T. 2008. Tilastollinen tutkimus. Edita Prima Oy: Helsinki. 7. uudistettu painos.
- Helsper, E.J., Kalmus, V., Hasebrink, U., Sagvari, B. & De Haan. J. 2013. Country Classification: Opportunities, Risks, Harm and Parental Mediation. EU Kids Online: LSE. Viitattu 19.3.2017. <http://www.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/EU%20Kids%20III/Classification/Country-classification-report-EU-Kids-Online.pdf>.
- Herz, J. C. 1997. *Joystick Nation: How Videogames Ate Our Quarters, Won Our Hearts, and Rewired Our Minds*. Boston: Little Brown & Co.
- Hinduja, S. & Patchin, J.W. 2010. Bullying, cyberbullying, and suicide. *Archive of Suicide Research* 14 (3), 206–21.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Tammi: Helsinki. 15. uudistettu painos.

Hoeben, E. & Weerman, F. 2014. Situational conditions and adolescent offending: does the impact of unstructured socializing depend on its location? *European Journal of Criminology* 11 (4), 481–99. Viitattu 19.3.2017. <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1477370813509346>.

Hoffman, D. L. & Novak, T. P. 1996. Marketing in computer-mediated environments: Conceptual foundations. *Journal of Marketing* 60, 50-68.

Hoover, S. M. & Schofield Clark, L. 2008. Children and Media in the Context of the Home and Family. Teoksessa Drotner, K., Livingstone, S. (toim.) *The International Handbook of Children, Media and Culture*. Los Angeles: Sage Publications, 105-120.

Huizinga, J. 1967. *Leikkivä Ihminen*. Yritys kulttuurin leikkiaineeksi. 2. painos. Alkuperäispainos: *Homo Ludens: Versuch einer Bestimmung des Spielelements der Kultur 1938*. Helsinki: WSOY.

Iannotti, R. J., Janssen, I., Haug, E., Kololo, H., Annaheim, B. & Borraccino, A. 2009. Interrelationships of adolescent physical activity, sedentary behaviour, and positive and negative social and psychological health. *International Journal of Public Health* 54 (2), 191–198. Viitattu 26.2.2014. <http://dx.doi.org/10.1007%2Fs00038-009-5410-z>.

Inchley, J., Currie, D., Young, T., Samdal, O., Torsheim, T., Augustson, L., Mathison, F., Aleman-Diaz, A., Molcho, M., Weber, M. & Barnekov, V. (toim.). 2016. Growing up unequal: gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being. Health behavior in school-aged children (HBSC) study: international report from the 2013/2014 study. WHO Health Policy For Children and Adolescents, No. 7. Viitattu 17.3.2017. <http://www.euro.who.int/en/health-topics/Life-stages/child-and-adolescent-health/health-behaviour-in-school-aged-children-hbsc/growing-up-unequal.-hbsc-2016-study-20132014-survey>.

Jafari, M., Baharudin, R. & Archer, M. 2013. Fathers' parenting behaviors and Malaysian adolescents' anxiety: family income as a moderator. *Journal of Family Issues* 37 (2).

Jago, R., Page, A., Froberg, K., Sardinha, L. B., Klasson-Heggebo, L. & Andersen, L. B. 2008. Screen-viewing and the home TV environment: the European Youth Heart Study. *Preventive Medicine* 47, 525-9.

Jones, S. 2003. *Let the Games Begin: Gaming Technology and Entertainment among College Students*. Washington: Pew Internet and American Life Project. Viitattu 9.1.2014. <http://pewinternet.org/Reports/2003/Let-the-games-begin-Gaming-technology-and-college-students/1-Summary-of-Findings.aspx>.

Kaikkonen, R., Mäki, P., Hakulinen-Viitanen, T., Markkula, J., Wikström, K., Ovaskainen, M., Virtanen, S. & Laatikainen, T. 2012. Lasten ja lapsiperheiden terveystilaa ja hyvinvointia. Terveystilaa ja hyvinvoinnin laitos (THL) 16. Viitattu 14.11.2013. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201205085158>.

Kaleva, J. P., Hiltunen, K. & Latva, S. 2013. Mapping the full potential of the emerging health game markets. *Sitran raportteja* 2013:72. Helsinki. Viitattu 4.1.2014. <http://www.sitra.fi/node/4998452>.

- Kangas, S., Lundvall A. & Tossavainen, T. 2009. Digitaaliset pelit pähkinänkuoressa. Liikenne- ja viestintäministeriö 2009. Viitattu 3.1.2014. [www.mediakasvatus.fi/files/u4/pelipahkina\\_versio3.pdf](http://www.mediakasvatus.fi/files/u4/pelipahkina_versio3.pdf).
- Karvinen, J. & Mäyrä, F. 2011. Pelaajabarometri 2011: pelaamisen muutos. TRIM Research Reports 6. Viitattu 30.12.2013. <http://urn.fi/urn:isbn:978-951-44-8567-1>.
- Kerr, M. & Stattin, H. 2000. What parents know, how they know it, and several forms of adolescent adjustment: further support for a reinterpretation of monitoring. *Developmental Psychology* 36 (3), 366–380. 23. Viitattu 19.3.2017. [https://www.researchgate.net/publication/12487113\\_What\\_Parents\\_Know\\_How\\_They\\_Know\\_It\\_and\\_Several\\_Forms\\_of\\_Adolescent\\_Adjustment\\_Further\\_Support\\_for\\_a\\_Reinterpretation\\_of\\_Monitoring](https://www.researchgate.net/publication/12487113_What_Parents_Know_How_They_Know_It_and_Several_Forms_of_Adolescent_Adjustment_Further_Support_for_a_Reinterpretation_of_Monitoring).
- Kestenbaum, G. I. & Weinstein, L. 1985. Personality, psychopathology and developmental issues in male adolescent video game use. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry* 24, 208-212.
- Kingery, J. & Erdley, C. 2007. Peer Experiences as predictors of adjustment across the middle school transition. *Education & Treatment of Children* 30 (2), 73-88.
- Kinnunen, J.M., Pere, L., Lindfors, P., Ollila, H & Rimpelä, A. 2015. Nuorten terveystapatutkimus 2015. Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö 1977-2015. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita, 31. Helsinki. Viitattu 23.3.2017. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3592-1>.
- Kokko, S. & Mehtälä, A. (toim.). 2016. Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 4. Viitattu 18.3.2017. [http://www.liikuntaneuvosto.fi/files/438/LIITU\\_2016.pdf](http://www.liikuntaneuvosto.fi/files/438/LIITU_2016.pdf).
- Kowalski, R.M., Giumetti, G.W., Schroeder, A.N. & Lattanner, M.R. 2014. Bullying in the digital age: a critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin* 140 (4), 1073-1137. Viitattu 20.3.2017. [https://www.researchgate.net/publication/260151324\\_Bullying\\_in\\_the\\_Digital\\_Age\\_A\\_Critical\\_Review\\_and\\_Meta-Analysis\\_of\\_Cyberbullying\\_Research\\_Among\\_Youth](https://www.researchgate.net/publication/260151324_Bullying_in_the_Digital_Age_A_Critical_Review_and_Meta-Analysis_of_Cyberbullying_Research_Among_Youth).
- Kremers, S. P., van der Horst, K. & Brug, J. 2007. Adolescent screen-viewing behaviour is associated with consumption of sugar-sweetened beverages: the role of habit strength and perceived parental norms. *Appetite* 48, 345-50.
- Kristjansdottir, A. G., Thorsdottir, I., De Bourdeaudhuij, I., Due, P., Wind, M. & Klepp, K. I. 2006. Determinants of fruit and vegetable intake among 11-year-old schoolchildren in a country of traditionally low fruit and vegetable consumption. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 3, 41. Viitattu 7.1.2014. <http://dx.doi.org/10.1186%2F1479-5868-3-41>.
- Kuntsche, E., Pickett, W., Overpeck, M., Craig, W., Boyce, W. & Gaspar de Matos, M. 2006. Television viewing and forms of bullying among adolescents from eight countries. *Journal of Adolescent Health* 39 (6), 908–915.

Küter-Luks, T., Heuvelman, A. & Peters, O. 2011. Making Dutch pupils media conscious: Preadolescents' self-assessment of possible media risks and the need for media education. *Learning Media and Technology* 36 (3), 295–313. Viitattu 19.3.2017. <http://doc.utwente.nl/94573/>.

Kämppi, K., Välimaa, R., Ojala, K., Tynjälä, J., Haapasalo, I., Villberg, J. & Kannas, L. 2012. Koulukokemusten kansainvälistä vertailua 2010 sekä muutokset Suomessa ja Pohjoismaissa 1994-2010. WHO-Koululaistutkimus (HBSC- Study). Koulutuksen seurantaraportit 2012:8. Tampere. Viitattu 23.3.2017. [http://www.oph.fi/download/142520\\_Koulukokemusten\\_kansainvalista\\_vertailua\\_2010\\_seka\\_muutokset\\_Suomessa\\_ja\\_Pohjoismaissa\\_1994-2010\\_WHO-Koululaistutkimus\\_HBSC-Study .pdf](http://www.oph.fi/download/142520_Koulukokemusten_kansainvalista_vertailua_2010_seka_muutokset_Suomessa_ja_Pohjoismaissa_1994-2010_WHO-Koululaistutkimus_HBSC-Study.pdf).

Lazzaro, N. 2004. Why we play games: Four keys to more emotion in player experiences. Tutkimus esitetty CMP Game Groupin konferenssissa ”The Game Developers”, March 20-26, San Jose, United States. Viitattu 9.1.2014. [http://www.xeodesign.com/whyweplaygames/xeodesign\\_whyweplaygames.pdf](http://www.xeodesign.com/whyweplaygames/xeodesign_whyweplaygames.pdf) .

LeBlanc, A.G., Spence, J.C., Carson, V., Connor Gorber, S., Dillman, C., Jensen, I., Kho, M.E., Stearns, J.A., Timmons, B.W. & Tremblay, M.S. 2012. Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in the early years (aged 0–4 years). *Applied Physiology Nutrition Metabolism* 37 (4), 753–772. Viitattu 28.3.2017. [https://www.researchgate.net/publication/228329675\\_Systematic\\_review\\_of\\_sedentary\\_behavior\\_and\\_health\\_indicators\\_in\\_the\\_early\\_years\\_aged\\_0-4\\_years](https://www.researchgate.net/publication/228329675_Systematic_review_of_sedentary_behavior_and_health_indicators_in_the_early_years_aged_0-4_years)

Le Poire, B.A. 2006. Family communication. Nurturing and control in a changing world. Thousand Oaks (CA): Sage.

Lee, K.M. & Peng, W. What do we know about social and psychological effects of computer games? A comprehensive review of the current literature. Teoksessa: Vorderer, P.; Bryant, J. (toim.). 2006. Playing video games: Motives, responses, and consequences. Mahweh, NJ: Lawrence Erlbaum, 327-345.

Lee, S. & Chae, Y. 2007. Children's internet use in a family context: Influence on family relationships and parental mediation. *CyberPsychology and Behavior* 10 (5), 640–644. Viitattu 19.3.2017. <https://www.scribd.com/document/311264115/Children-s-Internet-Use-in-a-Family-Context-Influence-on-Family-Relationships-and-Parental-Mediation>.

Leger, D., Beck, F., Richard, J.B. & Godeau, E. 2012. Total Sleep Time severely drops during adolescence. *PLOS One*. Viitattu 13.3.2017. <http://www.google.fi/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwig6-BydPSAhXFCCwKHUXxCEYQFggYMAA&url=http%3A%2F%2Fjournals.plos.org%2Fplosone%2Farticle%3Fid%3D10.1371%2Fjournal.pone.0045204&usg=AFQjCNEzEnUB1tPbmXDSJ7ZbuuTxJpAODw>.

Lei, L. & Wu, Y. 2007. Adolescents' paternal attachment and Internet use. *Cyberpsychology and Behavior* 10 (5), 633–639. Viitattu 20.3.2017. <http://connection.ebscohost.com/c/articles/27010437/adolescents-paternal-attachment-internet-use>.



- Lenhart, A. 2012. Teens, smartphones, and texting. Washington (DC): Pew Research Center's Internet & American Life Project. Viitattu 22.3.2017. <http://www.pewinternet.org/2012/03/19/teens-smartphones-texting-2/>.
- Lennhart, A., Kahne, J., Middaugh, E., Rankin Macgill, A., Evans, C. & Vitak, J. 2008. Teens, Video Games and Civics: Teen's gaming experiences are diverse and include significant social interaction and civic engagement. Pew Internet & American Life Project. Washington. Viitattu 27.10.2013. <http://pewinternet.org/Reports/2008/Teens-Video-Games-and-Civics.aspx>.
- Levin, K. A. & Currie, C. 2010. Family structure, mother-child communication, father-child communication, and adolescent life satisfaction. A cross-sectional, multilevel analysis. *Health Education* 110, 152-168.
- Li, S., Zhu, S., Jin, X., Yan, C., Wu, S., Jiang, F. & Shen, X. 2010. Risk factors associated with short sleep duration among Chinese school-aged children. *Journal of Sleep Medicine* 11 (9), 907-916. Viitattu 13.3.2017. [https://www.google.fi/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwjSyacXcdPSAhVC\\_iwKHb74BqwQFggeMAA&url=https%3A%2F%2Fwww.ncbi.nlm.nih.gov%2Fpubmed%2F20817554&usg=AFQjCNFQArFPX64BwWGZ6dWKI8WD-AmI5w](https://www.google.fi/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwjSyacXcdPSAhVC_iwKHb74BqwQFggeMAA&url=https%3A%2F%2Fwww.ncbi.nlm.nih.gov%2Fpubmed%2F20817554&usg=AFQjCNFQArFPX64BwWGZ6dWKI8WD-AmI5w).
- Liau, A.K., Khoo, A. & Ang, P.H. 2008. Parental awareness and monitoring of adolescent Internet use. *Current Psychology* 27 (4), 217-233. Viitattu 20.3.2017. <http://link.springer.com/article/10.1007%2Fs12144-008-9038-6>.
- Liu, Q.X., Fang, X.Y., Zhou, Z.K., Zhang, J.T, Deng, L.Y. & Perales, J.C (toim.) 2013. Perceived Parent-Adolescent Relationship, Perceived Parental Online Behaviors and Pathological Internet Use Among Adolescents: Gender-Specific Differences. *PLOS One* 8 (9), e75642.
- Livingstone, S. & Helsper, E. 2010. Balancing opportunities and risks in teenagers' use of the internet: the role of online skills and internet self-efficacy. *New Media & Society* 12 (2), 309-329.
- Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2010. Nuorten kokemuksia perheen taloudellisesta tilanteesta. Viitattu 23.3.2017. <http://docplayer.fi/1891387-Nuorten-kokemuksia-perheen-taloudellisesta-tilanteesta.html>.
- Marsh, J., Brooks, G., Hughes, J., Ritchie, L., Roberts, S. & Wright, K. 2005. *Digital beginnings: Young children's use of popular culture, media and new technologies*. Sheffield: University of Sheffield.
- Martsola, R. & Mäkelä, M. 2004. Kuvahjelmien ikäraajat ja lastensuojelu. Ala-asteen oppilaiden näkemyksiä kriittisen katselun työpajassa. Valtion elokuvatarkastamon julkaisu 1/2004. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Masche, J.G. 2010. Explanation of normative declines in parents' knowledge about their adolescent children. *Journal of Adolescence* 33 (2), 271-284.
- Matos, M.G. & Ferreira, M. 2013. *Nascidos digitais: novas linguagens, lazer e dependências [Born digital: new languages, leisure and addiction]*. Lisbon: Coisas de Ler; 2013.
- Mattos, S.N. 2010. *Online and Offline Parental Control*. Seattle: CreatSpace Publications.

- Mentzoni, R.A., Brunborg, G.S., Molde, H., Myrseth, H., Skouveroe, K.J., Hetland, J. & Pallesen, S. 2011. Problematic video game use: estimated prevalence and associations with mental and physical health. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking* 14 (10), 591-596. Viitattu: 13.3.2017. [https://www.google.fi/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwjA06PExtPSAhWBDSwKHQVSDw8QFggiMAA&url=https%3A%2F%2Fwww.researchgate.net%2Fpublication%2F49855945\\_Problematic\\_Video\\_Game\\_Use\\_Estimated\\_Prevalence\\_and\\_Associations\\_with\\_Mental\\_and\\_Physical\\_Health&usg=AFQjCNEM7yEKIhCZtVRgYVU\\_vxaO24obGQ](https://www.google.fi/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwjA06PExtPSAhWBDSwKHQVSDw8QFggiMAA&url=https%3A%2F%2Fwww.researchgate.net%2Fpublication%2F49855945_Problematic_Video_Game_Use_Estimated_Prevalence_and_Associations_with_Mental_and_Physical_Health&usg=AFQjCNEM7yEKIhCZtVRgYVU_vxaO24obGQ).
- Merikivi, J., Myllyniemi, S. & Salasuo, M. (toim.) 2016. Media hanskassa. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2016 mediasta ja liikunnasta. Valtion nuorisoasiain neuvottelukunnan julkaisuja 55. Painotalo Varteva. Viitattu 1.4.2017. [https://issuu.com/tietoanuorista/docs/lasten\\_ja\\_nuorten\\_vapaa-aikatutkimu](https://issuu.com/tietoanuorista/docs/lasten_ja_nuorten_vapaa-aikatutkimu).
- Metsämuuronen, J. 2005. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. 3. painos. Jyväskylä: Gummerrus.
- Metsämuuronen, J. 2008. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. 4. painos. Gummerrus Kirjapaino Oy: Vaajakoski.
- Miettinen, A. & Rotkirch, A. 2012. Perhebarometri 2011. Yhteistä aikaa etsimässä: perheiden ajankäyttö 2000- luvulla. Väestötutkimuslaitos, katsauksia 42. Viitattu 8.3.2017. <http://www.vaestoliitto.fi/@Bin/4660236/Yhteistä+aikaa+etsimässä.pdf>.
- Mikkola, M., Lindfors, P., Rimpelä, A. & Lehtinen-Jacks, S. 2013. Yöunen pituuden yhteys suomalaisnuorten lihavuuteen. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti* 50 (1), 38–50. Viitattu 23.3.2017. <http://journal.fi/sla/article/view/8561>.
- Mitchell, K.J., Ybarra, M. & Finkelhor, D. 2007. The relative importance of online victimization in understanding depression, delinquency, and substance use. *Child Maltreatment* 12 (4), 314–24. Viitattu 20.3.2017. <http://www.unh.edu/ccrc/pdf/CV132.pdf>.
- Molnar, B. E., Gortmaker, S. L., Bull, F. C. & Buka, S. L. 2004. Unsafe to play? Neighbourhood disorder and lack of safety predict reduced physical activity among urban children and adolescents. *American Journal of Health Promotion* 18 (5), 378-386.
- Moreno, C., Sánchez-Queija, I., Muñoz-Tinoco, V., Gaspar de Matos, M., Dallago, L., Bogt, T. T., Camacho, I. & Rivera, F. 2009. Cross-national associations between parent and peer communication and psychological complaints. *International Journal of Public Health* 54 (2), 235–242. Viitattu 12.2.2014. [http://www.nuigalway.ie/hbsc/documents/moreno\\_cross\\_nat\\_parentpeer\\_communications\\_ij\\_ph\\_54\\_s235242.pdf](http://www.nuigalway.ie/hbsc/documents/moreno_cross_nat_parentpeer_communications_ij_ph_54_s235242.pdf).
- Morgan, A., Currie, C., Due, P., Gabhain, S. N., Rasmussen, M., Samdal, O. & Smith, R. 2007. Mental well-being in school-aged children in Europe: associations with social cohesion and socioeconomic circumstances. World Health Organisation.
- Mäyrä, F. 2008. *An Introduction to Game Studies: Games in Culture*. Los Angeles: Sage Publications.
- Mäyrä, F., Karvinen, J. & Ermi, L. 2016. *Pelaajabarometri 2015: lajityyppien suosio*. TRIM Research Reports 21. Viitattu 1.4.2017. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-03-0153-8>.

- Neumark-Sztainer, D., Hannan, P.J., Story, M., Croll, J. & Perry, C.L. 2003. Family meal patterns: associations with sociodemographic characteristics and improved dietary intake among adolescents. *Journal of the American Dietetic Association* 103 (3), 317–22. Viitattu 20.3.2017. <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0002822302000846>.
- Nikken, P. & Jansz, J. 2013. Developing scales to measure parental mediation of young children's internet use. *Learning Media and Technology* 39 (2), 250–266. Viitattu 19.3.2017. <http://www.tandfonline.com/doi/citedby/10.1080/17439884.2013.782038?scroll=top&needAccess=true&>.
- Nikken, P. & Schols, M. 2015. How and Why Parents Guide the Media Use of Young Children. *Journal of Child and Family Studies* 24 (11), 3423-3435. Viitattu 1.4.2017. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4598347/>.
- Nummenmaa, L. 2009. Käyttäytymistieteiden tilastolliset tutkimusmenetelmät. 2. uudistettu painos. Hämeenlinna: Tammi.
- Nuutinen, T., Roos, E., Ray, C., Villberg, J., Välimaa, R., Rasmussen, M., Holstein, B., Go-deau, E., Beck, F., Léger, D & Tynjälä, J. 2014. Computer use, sleep duration and health symptoms: a cross-sectional study of 15- years old in three countries. *International Journal of Public Health* 59 (4), 619-628.
- Offer, S. 2013. Family time activities and adolescents' emotional well-being. *Journal of Marriage and Family* 75 (1), 26–41. Viitattu 20.3.2017. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1741-3737.2012.01025.x/abstract>.
- Ohannessian, C. 2009. Media use and adolescent psychological adjustment: an examination of gender differences. *Journal of Child and Family Studies* 18 (5), 582-593.
- Opetushallitus. 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Viitattu 30.5.2017. [http://www.oph.fi/saadokset\\_ja\\_ohjeet/opetussuunnitelmien\\_ja\\_tutkintojen\\_perusteet/perusopetus](http://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/opetussuunnitelmien_ja_tutkintojen_perusteet/perusopetus)
- Owen, N., Healy, G. N., Matthews, C. E. & Dunstan, D. W. 2010. Too Much Sitting: the population health science of sedentary behaviour. *Exercise and Sport Sciences Reviews* 38 (3), 105-113. Viitattu 7.12.2013. <http://dx.doi.org/10.1097%2FJES.0b013e3181e373a2>.
- Paik, H. 2001. The history of children's use of electronic media. Teoksessa Singer, D.G., Singer, J.L. (toim.) *Handbook of Children and the Media*. California: Sage Publications, Inc, 7-28.
- Pasquier, D. 2008. From Parental Control to Peer Pressure: Cultural Transmission and Conformism. Teoksessa Drotner, K., Livingstone, S. (toim.) *The International Handbook of Children, Media and Culture*. Los Angeles: Sage Publications, 448-459.
- Pate, R. R., Mitchell, J. A., Byun, W. & Dowda, M. 2011. Sedentary behaviour in youth. *British Journal of Sports Medicine* 44 (11), 906-913.
- Paus-Hasebrink, I., Sinner, P. & Prochazka, F. 2014. Children's online experiences in socially disadvantaged families: European evidence and policy implications. London: EU Kids Online, LSE. Viitattu 22.3.2017. <http://www.lse.ac.uk/media@lse/research/>.
- Pearson, N., Atkin, A. J., Biddle, S. J., Gorely, T. & Edwardson, C. 2010. Parenting styles, family structure and adolescent dietary behaviour. *Public Health Nutrition* 13 (8), 1245-53.

- Pedersen, M., Granado Alcón, M. C., Moreno Rodrigues, C. & Smith, R. 2004. Family. In: Currie, C., Roberts, C., Morgan, A., Smith, R., Settertobulte, W., Samdal, O. & Barnekow Rasmussen, V. Young people's health in context. Health Behaviour in School-aged Children study: international report from the 2001/2002 survey. 2004:4. Copenhagen. Viitattu 7.1.2014. [http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0008/110231/e82923.pdf](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0008/110231/e82923.pdf).
- Petersen, A.C., Leffert, N., Graham, B., Alwin, J. & Ding, S. 1997. Promoting mental health during the transition into adolescence. Teoksessa: Schulenberg, J., Maggs, J.L. & Hurrelmann, K., (toim.) Health risks and developmental transitions during adolescence. New York: Cambridge University Press.
- Pickett, W., Simons-Morton, B., Dostaler, S. & Iannotti, R. J. 2009. Social environments and physical aggression among 21 107 students in the United States and Canada. *The Journal of School Health* 79 (4), 160–168.
- Punamäki, R.L., Wallenius, M., Nygård, C.H., saarni, L. & Rimpelä A. 2007. Use of information and communication technology (ICT) and perceived health in adolescence: the role of sleeping habits and waking-time tiredness. *Journal of Adolescence*, 30 (4), 569–585.
- Rasinen, A. & Parikka, M. 2012. Teknologiakasvatus ja tietoyhteiskunnassa pärjääminen. *Kasvatus* 2, 207-213.
- Ray, C. 2013. Parenting Practices, Family Characteristics and Daily Health Behaviours and Their Changes in 10-11-Year Old Children. University of Helsinki. Faculty of Medicine.
- Rey-Lopez, J. P., Vicente-Rodriguez, G., Ortega, F. B., Ruiz, J. R., Martinez-Gomez, D., De Henauw, S., Manios, Y., Molnar, D., Polito, A., Verloigne, M., Castillo, M. J., Sjostrom, M., De Bourdeaudhuij, I. & Moreno, L. A. 2010. Sedentary Patterns and Media Availability in European Adolescents: The HELENA Study. *Preventive Medicine* 51 (1), 50-55. Viitattu 8.1.2014. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ypmed.2010.03.013>.
- Roberts, C., Currie, C., Samdal, O., Currie, D., Smith, R. & Maes, L. 2007. Measuring the health and health behaviours of adolescents through cross-national survey research: Recent developments in the Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study. *Journal of Public Health* 15 (3), 179–186.
- Rose, A.J. & Rudolph, K.D. 2006. A review of sex differences in peer relationship processes: potential trade-offs for the emotional and behavioral development of girls and boys. *Psychological Bulletin* 132 (1), 98–131. Viitattu 22.3.2017. <http://www.willettssurvey.org/TMSTN/Gender/SexDifferencesInPeerRelationships.pdf>.
- Rostad, W.L. 2012. The influence of Dad: an investigation of adolescent females' perceived closeness with fathers and risky behaviors. University of Montana. 1027.
- Russ, S.A., Larson, K., Franke, T.M. & Halfon, N. 2009. Associations between media use and health in US children. *Acad Pediatr* 9 (5), 300-306. Viitattu 13.3.2017. <https://www.google.fi/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwi6rdjZzNPSAhWCVSsKHTZXD1MQFggbMAA&url=https%3A%2F%2Fwww.ncbi.nlm.nih.gov%2Fpubmed%2F19592321&usg=AFQjCNGk-vMKzcNqC9BGkjbeDYgXPBx-OA>.
- Russel, D.W., Cutrona, C., McRae, C. & Gomez, M. 2012. Is loneliness the same as being alone? *The journal of psychology* 146 (1-2), 7-22.

- Russell, S.T., Sinclair, K.O., Poteat, V.P. & Koenig, B.W. 2012. Adolescent health and harassment based on discriminatory bias. *American Journal of Public Health* 102 (3), 493–5. Viitattu 20.3.2017. [https://www.researchgate.net/publication/221888182\\_Adolescent\\_Health\\_and\\_Harassment\\_Based\\_on\\_Discriminatory\\_Bias](https://www.researchgate.net/publication/221888182_Adolescent_Health_and_Harassment_Based_on_Discriminatory_Bias).
- Saarenpää, H. 2009. Johdatusta oppimispelien ja pelaamalla oppimisen maailmoihin. *Pelitetieto.net*. Viitattu 3.1.2014. <http://pelitieto.net/oppimispelit-ja-hyotypelaaminen/>.
- Sallis, J. F. 2000. Age-related decline in physical activity: a synthesis of human and animal studies. *Medicine & Science in Sports & Exercise* 32 (9), 1598-1600.
- Salmon, J., Tremblay, M. S., Marshall, S. J. & Hume, C. 2011. Health risks, correlates, and interventions to reduce sedentary behavior in young people. *American Journal of Preventive Medicine* 41 (2), 197-206. Viitattu 10.1.2014. <http://dx.doi.org/10.1016/j.amepre.2011.05.001>.
- Salokoski, T. 2005. Tietokonepelit ja niiden pelaaminen. Jyväskylän yliopisto. *Education, Psychology and Social Research* 277.
- Sanger, J. 1996. *Young Children, Videos and Computer Games*. The Falmer Press.
- Seghers, J. & Rutten, C. 2010. Clustering of multiple lifestyle behaviours and its relationship with weight status and cardiorespiratory fitness in a sample of Flemish 11- to 12-year-olds. *Public Health Nutrition* 13, 1838-46. Viitattu 14.2.2014. <http://dx.doi.org/10.1017/S1368980010000418>.
- Settortobulte, W. & Matos, M. 2004. Peers and health. Teoksessa: Currie, C., Roberts, C., Morgan, A., Smith, R., Settortobulte, W., Samdal, O. & Rasmussen, B. 2004. *Young people's health in context. Health Behaviour in School-aged Children study: international report from the 2001/2002 survey*. Copenhagen, WHO Regional Office for Europe. *Health Policy for Children and Adolescents*, No.4.
- Shearer, C., Crouter, A. & McHale, S. 2005. Parents' perceptions of changes in mother-child and father-child relationships during adolescence. *Journal of Adolescent Research* 20 (6), 662–684. Viitattu 19.3.2017. <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0743558405275086>.
- Sheeber, L.B., Davis, B., Leve, C., Hops, H. & Tildesley, E. 2007. Adolescents' relationships with their mothers and fathers: associations with depressive disorder and subdiagnostic symptomatology. *Journal of Abnormal Psychology* 116 (1), 144–154. Viitattu 19.3.2017. <http://pubmedcentralcanada.ca/pmcc/articles/PMC2249923/>.
- Skadberg, Y. X. & Kimmel, J. R. 2004. Visitors' flow experience while browsing a web site: Its measurement, contributing factors and consequences. *Computers in Human Behavior* 20, 403-422.
- Smetana, J.G., Campione, B.N. & Metzger, A. 2006. Adolescent development in interpersonal and societal contexts. *Annual Review of Psychology* 57, 255-284. Viitattu 19.3.2017. <http://www.annualreviews.org/doi/abs/10.1146/annurev.psych.57.102904.190124>.
- Smith, L., Louw, Q., Crous, L. & Grimmer-Somers, K. 2008. Prevalence of neck pain and headaches: impact of computer use and other associative factors. *Cephalalgia* 29 (2), 250–257. Viitattu 18.3.2017. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19143770>.

- Sonck, N., Nikken, P. & De Haan, J. 2013. Determinants of internet mediation: A comparison of the reports by parents and children. *Journal of Children and Media* 7 (1), 96–113. Viitattu 19.3.2017. [https://www.researchgate.net/publication/277491017\\_Determinants\\_of\\_Internet\\_Mediation](https://www.researchgate.net/publication/277491017_Determinants_of_Internet_Mediation).
- Stamatakis, E. & Hamer, M. 2011. Sedentary behaviour: redefining it's meaning and links to chronic disease. *British Journal of Hospital Medicine* 72 (4), 192-195.
- Stattin, H. & Kerr, M. 2000. Parental monitoring: a reinterpretation. *Child Development*, 71 (4), 1072–1085. Viitattu 19.3.2017. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/1467-8624.00210/abstract>.
- Steele, J. R. & Brown, J. D. 1995. Adolescent Room Culture: Studying Media in the Context of Everyday Life. *Journal of Youth and Adolescence* 24 (5), 551-576.
- Tamara, D., Afifi, A.J. & Aldeis, D. 2008. Why can't we just talk about it? Parents' and adolescents' conversations about sex. *Journal of Adolescent Research* 23 (6), 689–721. Viitattu 19.3.2017. <https://eric.ed.gov/?id=EJ814526>.
- The Ottawa Charter for Health Promotion. 1986. World Health Organisation. Ottawa. Viitattu 10.2.2014. <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>.
- Torsheim, T., Eriksson, L., Schnohr, C.W., Hansen, F., Bjarnason, T. & Välimaa, R. 2010. Screen-based activities and physical complaints among adolescents from the Nordic countries. *BMC Public Health* 10, 324. Viitattu 18.3.2017. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20534116>.
- Totland, T.H., Bjelland, M., Lien, N., Bergh, I.H., Gebremariam, M.K., Grydeland, M., Ommundsen, Y. & Andersen, L.F. 2013. Adolescents' prospective screen time by gender and parental education, the mediation of parental influences. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10 (1), 89.
- Troiano, R. P., Berrigan, D., Dodd, K. W., Mâsse, L. C., Tilert, T. & McDowell, M. 2008. Physical Activity in the United States measured by accelerometer. *Medicine & Science in Sports & Exercise* 40 (1), 181-188.
- Trost, S. G. & Loprinzi, P. D. 2011. Parental Influences on physical activity in children and adolescents: a brief review. *American Journal of Lifestyle Medicine* 5, 171. Viitattu 4.2.2014. <http://dx.doi.org/10.1177/1559827610387236>.
- UKK-instituutti. 2010. Feet energy. Viitattu 7.1.2014. [http://www.ukkinstituutti.fi/filebank/852-UKK-vanhempien\\_esite\\_nettiin.pdf](http://www.ukkinstituutti.fi/filebank/852-UKK-vanhempien_esite_nettiin.pdf).
- UKK-instituutti. 2017. Lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden suositukset. Viitattu 31.3.2017. [http://www.ukkinstituutti.fi/ammattilaisille/terveysliikunnan-suositukset/muut-liikuntasuosituksset/lasten\\_ja\\_nuorten\\_liikuntasuosituksset](http://www.ukkinstituutti.fi/ammattilaisille/terveysliikunnan-suositukset/muut-liikuntasuosituksset/lasten_ja_nuorten_liikuntasuosituksset).
- Valli, R. 2001. Johdatus tilastolliseen tutkimukseen. Gummerrus Kirjapaino Oy: Jyväskylä.

- Van den Bulck, J. 2004. Television viewing, computer game playing, and internet use and self-reported time to bed and time out of bed in secondary-school children. *Sleep* 27 (1), 101-104. Viitattu 13.3.2017. <https://www.google.fi/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwix4oOIztPSAhVEiCwKHXPNcXAQFggYMAA&url=https%3A%2F%2Fwww.ncbi.nlm.nih.gov%2Fpubmed%2F14998244&usg=AFQjCNFtO-Z5Y9CUX4RiDiLUIwGx5tgXWw>.
- Van den Eijnden, R.J.J.M., Spijkerman, R., Vermulst, A.A., van Rooij, T.J. & Engels, R.C.M.E. 2010. Compulsive internet use among adolescents: bidirectional parent-child relationships. *Journal of Abnormal Child Psychology* 38, 77-89.
- Vereecken, C., Legiest, E., De Bourdeaudhuij, I. & Maes, L. 2009. Associations between general parenting styles and specific food-related parenting practices and children's food consumption. *The American Journal of Health Promotion* 23, 233-40. Viitattu 8.2.2014. <http://dx.doi.org/10.4278/ajhp.07061355>.
- Villberg, J. & Tynjälä, J. 2004. Teoksessa Kannas, L. (toim.) *Koululaisten terveys ja terveystyötäytymisen muutoksessa. WHO-Koululaistutkimus 20 vuotta. Terveysten edistämisen tutkimuskeskus. Jyväskylän yliopisto.*
- Wallenius, M., Rimpelä, A., Punamäki, R. L. & Lintonen, T. 2009. Digital game playing motives among adolescents: Relations to parent-child communication, school performance, sleeping habits, and perceived health. *Journal of Applied Developmental Psychology* 30, 463-474. Viitattu 17.12.2013. <http://dx.doi.org/10.1016/j.appdev.2008.12.021>.
- Wang, R., Bianchi, S.M. & Raley, S.B. 2005. Teenager' Internet use and family rules: a research note. *Journal of Marriage and Family* 67 (5), 1249-1258.
- Ward, P. & Zabriskie, R. 2011. Positive youth development within a family leisure context: youth perspectives of family outcomes. *New Direction for Youth Development* 130, 29-42. Viitattu 20.3.2017. <http://www.medscape.com/medline/abstract/21786408>.
- Waylen, A., Stallard, N. & Stewart-Brown, S. 2008. Parenting and health in mid-childhood: a longitudinal study. *European Journal of Public Health*, 18 (3), 300-305. Viitattu 8.2.2014. <http://dx.doi.org/10.1093/eurpub/ckm131>.
- Westerlund, L., Ray, C. & Roos, E. 2009. Associations between sleeping habits and food consumption patterns among 10-11-year-old children in Finland. *British Journal of Nutrition* 102, 1531-7. Viitattu 14.2.2014. <http://dx.doi.org/10.1017/S0007114509990730>.
- Wethington, H., Pan, L & Sherry, B. 2013. The association of screen time, television in the bedroom, and obesity among school-aged youth: 2007 National Survey of Children's Health. *Journal of School Health*, 83 (8), 573-81.
- Williamson Shaffer, D., Squire, K. R., Halverson, R. & Gee, J. P. 2004. *Video Games and the Future of Learning. University of Wisconsin-Madison & Academic Advanced Distributed Learning Co-Laboratory.* Viitattu 9.1.2014. [www.academiccolab.org/resources/gappspaper1.pdf](http://www.academiccolab.org/resources/gappspaper1.pdf).

Wilkinson, R.B. 2004. The role of parental and peer attachment in the psychological health and self-esteem of adolescents. *Journal of Youth and Adolescence* 33 (6), 479–493. Viitattu 1.4.2017.

<https://www.researchgate.net/publication/227160046> The Role of Parental and Peer Attachment in the Psychological Health and Self-Esteem of Adolescents.

Woodward, M., Oliphant, J., Lowe, G. & Tunstall-Pedoe, H. 2003. Contribution of contemporaneous risk factors to social inequality in coronary heart disease and all causes mortality. *Preventive Medicine* 36 (5), 561–568. Viitattu 20.1.2014. [http://dx.doi.org/10.1016/S0091-7435\(03\)00010-0](http://dx.doi.org/10.1016/S0091-7435(03)00010-0).

Yee, N. 2002. Facets: 5 Motivation Factors for Why People Play MMORPG's. Viitattu 9.1.2014. <http://www.nickyee.com/facets/home.html>.

Zambon, A., Morgan, A., Vereecken, V., Colombini, S., Boyce, V., Mazur, J., Lemma, P. & Cavallo, F. 2010. The contribution of club participation to adolescent health: evidence from six countries. *Journal of Epidemiology & Community Health* 64 (1), 89–95.



## LIITTEET

LIITE 1: Äidin koetun valvonnan yhteys pelaamiseen koulupäivisin käytettyyn aikaan sukupuolen mukaan (%).

Pelaamiseen koulupäivisin käytetty aika	Paljon		Keskimääräinen		Vähän	
	Pojat	Tytöt	Pojat	Tytöt	Pojat	Tytöt
En lainkaan – 2 h	80.9	95.2	76.8	94.3	72.1	91.7
3 h tai enemmän	19.1	4.8	23.2	5.7	27.9	8.3
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(994)	(1445)	(840)	(953)	(1257)	(1801)

p-arvo **sukupuolten** välillä  $p < 0.001$ ; pojilla  $p < 0.001$ ; tytöillä  $p < 0.002$

LIITE 2: Isän koetun valvonnan yhteys pelaamiseen koulupäivisin käytettyyn aikaan sukupuolen mukaan (%).

Pelaamiseen koulupäivisin käytetty aika	Paljon		Keskimääräinen		Vähän	
	Pojat	Tytöt	Pojat	Tytöt	Pojat	Tytöt
En lainkaan – 2 h	80.4	95.0	75.2	94.9	72.0	92.7
3 h tai enemmän	19.6	5.0	24.8	5.1	28.0	7.3
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(1185)	(1119)	(781)	(923)	(1060)	(1213)

p-arvo **sukupuolten** välillä  $p < 0.001$ ; pojilla  $p < 0.001$ ; tytöillä  $p < 0.034$

LIITE 3: Äidin koetun valvonnan yhteys pelaamiseen viikonloppuisin käytettyyn aikaan sukupuolen mukaan (%).

Pelaamiseen viikonloppuisin käytetty aika	Paljon		Keskimääräinen		Vähän	
	Pojat	Tytöt	Pojat	Tytöt	Pojat	Tytöt
En lainkaan – 2 h	63.3	88.3	58.6	85.7	52.1	84.3
3 h tai enemmän	36.7	11.7	41.4	14.3	47.9	15.7
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(996)	(1444)	(838)	(952)	(1254)	(974)

p-arvo **sukupuolten** välillä  $p < 0.001$ ; pojilla  $p < 0.001$ ; tytöillä  $p < 0.014$

LIITE 4: Äidin koettu valvonta sukupuolen ja luokkatason mukaan (%).

Valvonta	Pojat (%)			Tytöt (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
Paljon	38.8	31.6	24.7	49.3	43.6	34.4
Keskimääräinen	31.7	26.5	22.2	30.2	26.8	27.2
Vähän	29.6	41.9	53.2	20.4	29.6	38.5
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(1169)	(1008)	(957)	(1243)	(1093)	(1068)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.001; 7-luokkalaisilla <0.001; 9-luokkalaisilla <0.001  
p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla <0.001; tytöillä <0.001

LIITE 5: Isän koetun valvonnan yhteys pelaamiseen viikonloppuisin käytettyyn aikaan sukupuolen mukaan (%).

Pelaamiseen viikonloppuisin käytetty aika	Paljon		Keskimääräinen		Vähän	
	Pojat	Tytöt	Pojat	Tytöt	Pojat	Tytöt
En lainkaan – 2 h	62.2	87.5	56.3	85.9	53.4	85.6
3 h tai enemmän	37.8	12.5	43.7	14.1	46.6	14.4
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(1185)	(1117)	(780)	(922)	(1060)	(1213)

p-arvo **sukupuolten** välillä p<0.013; pojilla p<0.001; tytöillä p<0.377

LIITE 6: Isän koettu valvonta sukupuolen ja luokkatason mukaan (%).

Valvonta	Pojat (%)			Tytöt (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
Paljon	47.6	39.6	28.0	41.0	34.2	26.2
Keskimääräinen	29.7	23.5	23.5	32.8	24.9	26.5
Vähän	22.7	36.9	48.4	26.2	40.9	47.3
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(1142)	(991)	(935)	(1214)	(1051)	(1016)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.005; 7-luokkalaisilla <0.038; 9-luokkalaisilla <0.298  
p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla <0.001; tytöillä <0.001

LIITE 7: Äidin koetun kiintymyksen yhteys pelaamiseen koulupäivisin käytettyyn aikaan sukupuolen mukaan (%).

Pelaamiseen viikonloppuisin käytetty aika	Hyvä		Keskimääräinen		Huono	
	Pojat	Tytöt	Pojat	Tytöt	Pojat	Tytöt
En lainkaan – 2 h	75.8	97.5	75.2	93.9	69.4	93.8
3 h tai enemmän	24.2	2.5	24.8	6.1	30.6	6.3
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(554)	(715)	(642)	(655)	(708)	(736)

p-arvo **sukupuolten** välillä p<0.001; pojilla p<0.013; tytöillä p<0.001

LIITE 8: Isän koetun kiintymyksen yhteys pelaamiseen koulupäivisin käytettyyn aikaan sukupuolen mukaan (%).

Pelaamiseen viikonloppuisin käytetty aika	Hyvä		Keskimääräinen		Huono	
	Pojat	Tytöt	Pojat	Tytöt	Pojat	Tytöt
En lainkaan – 2 h	76.0	97.1	71.8	95.7	72.7	93.8
3 h tai enemmän	24.0	2.9	28.2	4.3	27.3	6.2
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(554)	(512)	(547)	(541)	(561)	(737)

p-arvo **sukupuolten** välillä p<0.299; pojilla p<0.258; tytöillä p<0.021

LIITE 9: Äidin koetun kiintymyksen yhteys pelaamiseen viikonloppuisin käytettyyn aikaan sukupuolen mukaan (%).

Pelaamiseen viikonloppuisin käytetty aika	Hyvä		Keskimääräinen		Huono	
	Pojat	Tytöt	Pojat	Tytöt	Pojat	Tytöt
En lainkaan – 2 h	53.5	92.7	58.1	87.3	50.4	87.5
3 h tai enemmän	46.5	7.3	41.9	12.7	49.6	12.5
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(555)	(713)	(642)	(655)	(704)	(736)

p-arvo **sukupuolten** välillä p<0.001; pojilla p<0.018; tytöillä p<0.001

LIITE 10: Nuoren koettu kiintymyssuhde äitiin sukupuolen ja luokkatason mukaan (%).

<b>Kiintymyssuhde</b>	<b>Pojat (%)</b>		<b>Tytöt (%)</b>	
	<b>7 lk.</b>	<b>9 lk.</b>	<b>7 lk.</b>	<b>9 lk.</b>
Hyvä	29.0	29.0	32.6	35.1
Keskimääräinen	37.0	30.4	34.0	28.2
Huono	34.0	40.6	33.4	36.6
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(994)	(943)	(1075)	(1056)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.004; 7-luokkalaisilla <0.174; 9-luokkalaisilla <0.012

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla <0.003; tytöillä <0.015

LIITE 11: Isän koetun kiintymyksen yhteys pelaamiseen viikonloppuisin käytettyyn aikaan sukupuolen mukaan (%).

<b>Pelaamiseen viikonloppuisin käytetty aika</b>	<b>Hyvä</b>		<b>Keskimääräinen</b>		<b>Huono</b>	
	<b>Pojat</b>	<b>Tytöt</b>	<b>Pojat</b>	<b>Tytöt</b>	<b>Pojat</b>	<b>Tytöt</b>
En lainkaan – 2 h	55.2	91.2	54.3	90.4	53.9	86.9
3 h tai enemmän	44.8	8.8	45.7	9.6	46.1	13.1
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(554)	(510)	(547)	(541)	(560)	(738)

p-arvo **sukupuolten** välillä p<0.976; pojilla p<0.903; tytöillä p<0.030

LIITE 12: Nuoren koettu kiintymyssuhde isään sukupuolen ja luokkatason mukaan (%).

<b>Kiintymyssuhde</b>	<b>Pojat (%)</b>		<b>Tytöt (%)</b>	
	<b>7 lk.</b>	<b>9 lk.</b>	<b>7 lk.</b>	<b>9 lk.</b>
Hyvä	31.8	34.4	28.9	28.3
Keskimääräinen	36.5	28.9	31.0	29.4
Huono	31.7	36.7	40.1	42.3
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(871)	(820)	(917)	(888)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 7-luokkalaisilla <0.001; 9-luokkalaisilla <0.014

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.012; pojilla <0.003; tytöillä <0.615

LIITE 13: Tietävätkö vanhemmat mitä nuori tekee internetissä suhteessa koulupäivisin pelaamiseen käytettyyn aikaan luokkatason mukaan (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Tietävät (%)			Tietävät osittain (%)			Eivät tiedä (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	19.3	34.9	54.6	16.0	35.4	44.8	12.3	33.3	36.2
0.5-2 h	69.8	50.2	33.8	68.0	49.4	41.5	58.5	43.6	39.0
3 h tai yli	10.9	14.9	11.6	16.1	15.2	13.7	29.2	23.1	24.8
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(1379)	(828)	(648)	(915)	(1043)	(1091)	(106)	(225)	(282)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.001; 7-luokkalaisilla 0.039; 9-luokkalaisilla <0.001

LIITE14: Tietävätkö vanhemmat mitä nuori tekee internetissä suhteessa viikonloppuisin pelaamiseen käytettyyn aikaan luokkatason mukaan (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Tietävät (%)			Tietävät osittain (%)			Eivät tiedä (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	12.1	26.4	45.4	10.4	27.1	36.9	12.3	25.1	27.7
0.5-2 h	63.7	47.2	34.3	57.9	44.5	37.4	46.2	33.6	33.3
3 h tai yli	24.2	26.3	20.4	31.8	28.4	25.7	41.5	41.3	39.0
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(1377)	(828)	(648)	(916)	(1040)	(1092)	(106)	(223)	(282)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.001; 7-luokkalaisilla <0.001; 9-luokkalaisilla <0.001

LIITE 15: Perheen aterioinnin yhteys nuoren pelaamiseen koulupäivisin käyttämään aikaan luokkatason mukaan (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Ei varsinaista ateriaa (%)			Syödään ateria eri aikaan (%)			Yhteinen ateria (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	16.4	33.7	51.1	18.3	37.2	49.7	18.4	33.1	42.2
0.5-2 h	69.1	46.2	33.8	66.9	47.3	36.9	69.0	51.4	42.4
3 h tai yli	14.5	20.1	15.0	14.8	15.5	13.5	12.5	15.5	15.4
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(110)	(169)	(266)	(832)	(915)	(966)	(1486)	(1021)	(797)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla <0.599; 7-luokkalaisilla <0.169; 9-luokkalaisilla <0.011

LIITE 16: Perheen aterioinnin yhteys nuoren pelaamiseen viikonloppuisin käyttämään aikaan luokkatason mukaan (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Ei varsinais- ta ateriala (%)			Syödään ateria eri aikaan(%)			Yhteinen ate- ria (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	3.8	26.4	42.7	12.5	25.5	39.0	11.9	27.1	37.9
0.5-2 h	55.0	26.4	30.1	56.8	40.6	33.6	62.0	47.3	37.1
3 h tai yli	41.3	47.2	27.3	30.7	33.9	27.4	26.1	25.6	25.0
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(80)	(106)	(143)	(472)	(542)	(598)	(1873)	(1446)	(1284)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla 0.004; 7-luokkalaisilla <0.001; 9-luokkalaisilla <0.329

LIITE17: Perheen ateriointi koulupäivisin ja viikonloppuisin nuoren luokkatason mukaan (%).

Perheen ate- riointi	Koulupäivisin (%)			Viikonloppuisin (%)		
	5 lk.	7 lk.	9 lk.	5 lk.	7 lk.	9 lk.
Ei varsinaista ateriaa	4.5	8.0	13.0	3.3	5.2	7.1
Syödään ateria eri aikaan	34.3	43.5	47.8	19.4	26.0	29.6
Yhteinen ateria	61.2	48.5	39.2	77.3	68.8	63.3
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(2436)	(2134)	(2056)	(2434)	(2125)	(2053)

p-arvo **sukupuolten** välillä koulupäivisin <0.001; 5-luokkalaisilla 0.004; 7-luokkalaisilla <0.001; 9-luokkalaisilla 0.064

p-arvo **sukupuolten** välillä viikonloppuisin <0.001; 5-luokkalaisilla 0.462; 7-luokkalaisilla 0.189; 9-luokkalaisilla 0.291

LIITE 18: Koetun taloudellisen tilanteen yhteys nuoren pelaamiseen koulupäivisin käyttämään aikaan luokkatason mukaan (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Hyvä (%)		Keskinertainen (%)		Huono (%)	
	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	31.9	41.6	36.1	49.1	46.9	49.3
0.5-2 h	53.1	41.5	47.8	37.9	38.3	34.5
3 h tai yli	15.0	16.9	16.2	13.0	14.8	16.2
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(749)	(591)	(1262)	(1295)	(81)	(142)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 7-luokkalaisilla <0.026; 9-luokkalaisilla <0.019

LIITE 19: Koetun taloudellisen tilanteen yhteys nuoren pelaamiseen viikonloppuisin käyttämään aikaan luokkatason mukaan (%).

Pelaamiseen käytetty aika	Hyvä (%)		Keskinkertainen (%)		Huono (%)	
	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.
En lainkaan	25.3	35.8	27.1	39.2	34.2	44.8
0.5-2 h	46.7	33.8	43.5	36.9	38.0	30.8
3 h tai yli	28.0	30.4	29.4	23.9	27.8	24.5
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(747)	(589)	(1261)	(1295)	(79)	(143)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 7-luokkalaisilla <0.338; 9-luokkalaisilla <0.022

LIITE 20: Nuoren kokema perheen taloudellinen tilanne sukupuolen ja luokkatason mukaan (%).

Taloudellinen tilanne	Pojat (%)		Tytöt (%)	
	7 lk.	9 lk.	7 lk.	9 lk.
Hyvä	40.2	33.4	31.8	25.0
Keskinkertainen	57.1	60.9	63.1	66.6
Huono	2.7	5.7	5.1	8.4
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(1021)	(982)	(1107)	(1085)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 7-luokkalaisilla <0.001; 9-luokkalaisilla <0.001

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla <0.001; tytöillä <0.001

LIITE 21: Koettujen fyysisten oireiden useus pojilla ja tytöillä (%).

Fyysiset oireet	Pojat (%)			Yhteensä (n)	Tytöt (%)			Yhteensä (n)
	Lähes päivittäin	Noin kerran viikossa	Noin kerran kuukaudessa		Lähes päivittäin	Noin kerran viikossa	Noin kerran kuukaudessa	
Päänsärky	8.4	19.5	72.1	100.0 (3221)	17.8	24.5	57.7	100.0 (3476)
Vatsakipu	4.4	11.6	84.0	100.0 (3218)	8.8	16.6	74.6	100.0 (3474)
Niska- hartiasärky	10.3	17.7	71.9	100.0 (3191)	19.0	19.0	62.0	100.0 (3449)
Selkäkipu	6.9	11.3	81.9	100.0 (3217)	10.6	12.1	77.4	100.0 (3473)
Masentuneisuus	6.0	8.0	86.0	100.0 (3211)	10.9	11.3	77.8	100.0 (3472)
Ärtyneisyys	15.5	28.5	56.0	100.0 (3213)	26.1	32.1	41.8	100.0 (3475)
Hermostuneisuus	13.0	23.2	63.8	100.0 (3211)	19.6	26.7	53.6	100.0 (3471)
Univaikkeudet	13.4	17.0	69.7	100.0 (3209)	19.5	18.5	62.0	100.0 (3472)
Huimaus	5.6	9.6	84.8	100.0 (3212)	11.4	11.2	77.4	100.0 (3475)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla 0.735; 7-luokkalaisilla 0.002; 9-luokkalaisilla <0.001

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla 0.056; tytöillä <0.001



LIITE 22: Koetut fyysiset oireet sukupuolen ja luokkatason mukaan (%).

Oireiden useus	Päänsärkyä (%)	Vatsakipua (%)	Niska-hartiasärkyä (%)	Selkkipua (%)	Masentuneisuutta (%)	Ärtyneyttä (%)	Hermotuneisuutta (%)	Univaikeuksia (%)	Huimusta (%)
<b>Lähes päivittäin</b>									
<b>Pojat 5 lk.</b>	2.6	1.5	3.1	1.4	2.4	3.2	3.4	5.9	1.3
7 lk.	1.9	1.0	2.2	1.7	1.9	3.7	3.0	4.2	1.5
9 lk.	2.1	0.7	3.2	3.3	1.8	2.7	2.7	3.8	2.1
<b>Tytöt 5 lk.</b>	4.3	2.0	4.8	2.0	2.8	7.4	5.7	7.4	2.1
7 lk.	4.8	2.0	5.2	3.1	3.7	6.8	6.0	7.9	4.8
9 lk.	6.1	2.3	10.8	6.6	4.5	8.2	6.2	7.3	4.5
<b>Useammin kuin kerran vk</b>									
<b>Pojat 5 lk.</b>	6.2	3.7	6.8	3.5	4.4	12.6	10.5	9.7	2.6
7 lk.	6.3	3.4	5.6	3.9	3.5	11.9	9.9	7.6	4.7
9 lk.	6.0	2.6	10.2	7.1	3.7	12.3	9.3	8.5	4.9
<b>Tytöt 5 lk.</b>	11.1	5.2	8.3	3.3	5.3	16.0	9.6	11.0	4.5
7 lk.	12.0	8.2	11.0	5.9	7.7	18.0	13.3	11.7	7.8
9 lk.	15.8	7.0	17.7	11.7	9.1	22.4	18.8	13.2	11.3
<b>Noin kerran viikossa</b>									
<b>Pojat 5 lk.</b>	17.4	10.9	16.0	8.9	7.9	27.8	22.7	15.5	7.8
7 lk.	20.8	11.8	18.5	11.2	8.8	29.5	22.5	17.6	8.6
9 lk.	20.8	12.4	19.0	14.1	7.2	28.3	24.4	18.1	12.9
<b>Tytöt 5 lk.</b>	20.1	16.4	15.8	8.8	9.3	29.4	24.9	16.1	7.5
7 lk.	27.2	15.5	19.3	13.1	11.0	34.0	28.5	20.2	11.9
9 lk.	26.7	18.1	22.5	14.8	14.1	33.2	27.0	19.6	14.8
<b>Noin kerran kuukaudessa</b>									
<b>Pojat 5 lk.</b>	37.0	33.8	31.7	21.6	24.2	34.1	32.4	23.4	14.8
7 lk.	38.6	39.6	32.1	27.0	20.4	31.3	33.3	25.7	22.8
9 lk.	43.1	40.1	37.8	34.3	17.1	34.4	33.0	26.4	22.5
<b>Tytöt 5 lk.</b>	33.0	36.0	30.6	21.5	21.4	30.1	31.6	23.2	18.2
7 lk.	35.3	50.2	33.9	29.4	22.6	31.0	32.7	23.3	23.8
9 lk.	34.2	53.8	29.4	28.9	23.9	28.6	29.2	25.0	24.0
<b>Harvemmin tai ei koskaan</b>									
<b>Pojat 5 lk.</b>	36.8	50.1	42.3	64.5	61.1	22.3	31.0	45.5	73.5
7 lk.	32.4	44.3	41.5	56.1	65.4	23.7	31.3	44.9	62.3
9 lk.	28.1	44.2	29.8	41.1	70.1	22.3	30.5	43.3	57.6
<b>Tytöt 5 lk.</b>	31.5	40.5	40.5	64.4	61.2	17.1	28.2	42.3	67.7
7 lk.	20.7	24.1	30.5	48.4	55.0	10.3	19.5	36.9	51.7
9 lk.	17.2	18.9	19.5	38.1	48.4	7.6	18.8	34.9	45.4
<b>Yhteensä (n)</b>	100.0 (6697)	100.0 (6692)	100.0 (6640)	100.0 (6690)	100.0 (6683)	100.0 (6688)	100.0 (6682)	100.0 (6681)	100.0 (6687)

p-arvo **sukupuolten** välillä <0.001; 5-luokkalaisilla 0.735; 7-luokkalaisilla 0.002; 9-luokkalaisilla <0.001

p-arvo **luokkatasojen** välillä <0.001; pojilla 0.056; tytöillä <0.001