

**RENTOUTUMINEN, IMMERSIO JA FLOW
TAIDPELIKOKEMUKSESSA – MUSIIKIN ROOLI JOURNEY-
PELISSÄ**

Manu Mäkinen
Kandidaatintutkielma
Musiikkitiede
2015
Jyväskylän yliopisto

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Tiedekunta – Faculty Humanistinen tiedekunta	Laitos – Department Musiikin laitos
Tekijä – Author Manu Mäkinen	
Työn nimi – Title Rentoutuminen, immersio ja flow taidepelikokemuksessa – Musiikin rooli Journey-pelissä	
Oppiaine – Subject Musiikkitiede	Työn laji – Level Kandidaatintutkielma
Aika – Month and year 05/2015	Sivumäärä – Number of pages 25
<p>Tiivistelmä – Abstract</p> <p>Pelaamisen yleistyttyä ja pelien kirjon kasvaessa uudenlaiset pelikokemukset ovat saaneet myös enemmän huomiota. Tällainen pelikokemus on myös Journey-videopeli, jonka otin tutkielmani keskipisteeksi koska olen kokenut sen henkilökohtaisesti erittäin immerssiiviseksi ja rentouttavaksi.</p> <p>Lähdin kyselytutkimuksen kautta selvittämään vastausta kysymykseen: mikä on musiikin rooli taidepeli Journey pelikokemuksessa? Tulosten perusteella tein deskriptiivisen vastausten analysoinnin joilla lähestyin tutkimuskysymystä.</p> <p>Tuloksista kävi ilmi, että musiikki arvotettiin pelikokemuksessa korkealle, ja peli koettiin sekä immerssiiviseksi että rentouttavaksi. Journeyn musiikkien herättämät tunnetilat olivat samanlaiset miten pelaamisen jälkeistä olotilaakin kuvailtiin, ja musiikin koettiin auttavan pääsemään sisään pelin maailmaan.</p>	
Asiasanat – Keywords flow, rentoutuminen, immersio, pelitutkimus	
Säilytyspaikka – Depository JYX – Jyväskylän yliopiston julkaisuarkisto	
Muita tietoja – Additional information	

Sisällys

1 Johdanto	1
2 Teoreettinen tausta	3
2.1 Flow-teoria ja immersio	3
2.2 Rentoutuminen.....	5
2.3 Musiikin rooli immersiossa ja rentoutumisessa	6
3 Tutkimuksen toteuttaminen.....	8
3.1 Tutkimuskysymys	8
3.2 Journey	8
3.3 Kyselylomake	9
4 Tulokset.....	11
4.1 Pelikokemus.....	11
4.2 Pelimusiikki pelikokemuksessa.....	13
4.3 Musiikin ominaisuudet.....	15
4.4 Avoimet kysymykset	16
5 Tulosten yhteenveto	19
6 Päätäntö	20
Lähteet.....	23
Liite 1	25
Liite 2	31

1 JOHDANTO

Pelaaminen on vuosi vuodelta kasvanut vapaa-ajan harrastuksena. Pelit ovat tuoneet mukanaan mielipiteitä jakavia ajatuksia niin pelien haitallisuudesta, kuin niiden hyvistäkin puolista. Jotkut tutkimukset saavat ristiriitaistakin tietoa, esimerkiksi pelien aggressiivisuutta lisäävästä, mutta rikoksia vähentävästä vaikutuksesta (Cunningham, Engelstätter, & Ward, 2011, 19-21). Pelaamisen lisääntymisen mukana myös pelaajien monimuotoisuus on kasvanut. Myös pelien kirjo on laaja, ja internetin avulla valtavirrasta poikkeavat pelitkin saavat mahdollisesti näkyvyyttä. Monimuotoisuuden myötä myös pelien vaikutuksista on vaikea puhua yhtenä kokonaisuutena.

Tutkimustulosten pohjalta on luotu jaottelu yhdeksästä erilaisesta pelaajatyypistä. Nämä pelaajatyypit on jaettu vielä kolmeen alakategoriaan: sosiaalisen-, kasuaalin- ja sitoutuneen pelaajan profiiliin. Kasuaalin pelaajan profiilin alta löytyy käsite *rentoutuminen*. Tutkimustulosten mukaan rentoutunutta pelaamista harrastavat pelaavat pitkiä aikoja kerralla, pelaamisen säännöllisyys vaihtelee ja pelaamiseen tarvittavaa keskittymiskykyä vaaditaan ajoittain. Tuttuus ja flow-tila ovat ominaisia rentoutumisen kannalta (Kallio & Mäyrä, Frans & Kaipainen, Kirsikka, 2011, 15-17). Pelitutkimus, *ludologia*, on luonnollisesti uusi tutkimushaara, mutta se kasvattaa suosiota koko ajan. Keskeisiä pelitutkijoita ovat olleet esimerkiksi Ian Bogost sekä Karen Collins, joista jälkimmäinen on tutkinut laajemminkin pelimusiikin muutoksia viime vuosikymmeninä. Musiikki peleissä on muuttunut huomattavasti ensimmäisten pelien 8-bittisten yksinkertaisten kappaleiden myötä kohti monimuotoista ja joskus myös interaktiivista audiomaailmaa (Collins, Karen, 2005).

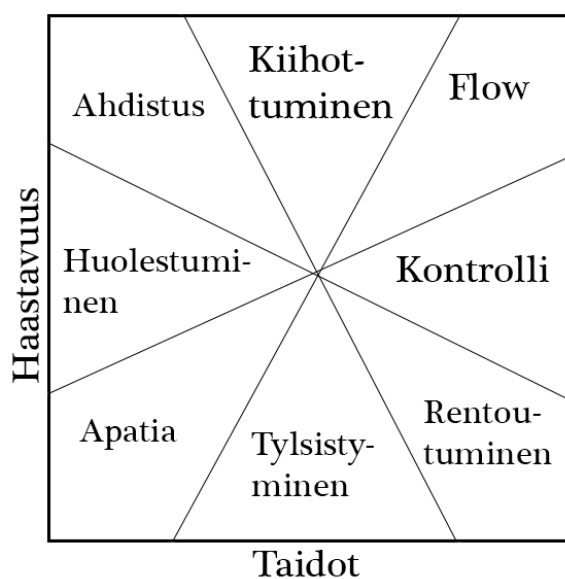
Nykyään on olemassa interaktiivisia pelikokemuksia, joista puuttuu pelaamiseen usein liitettävä intensiivisyys ja kilpailuvietti jopa kokonaan – pelejä, jotka keskittyvät enemmän visuaaliseen maalailuun ja elementteihin jotka henkilökohtaisesti liitän rentoutumiseen ja immersioon. Pelejä ei ole tutkittu runsaasti tästä näkökulmasta, mutta haluaisin tuoda esille aiheen ja selvittää, mikä on musiikin rooli tällaisessa mukaansatempaavassa pelikokemuksessa. Lähestyn aihetta immersion ja flow-teorian näkökulmasta tutkimuskohteenani taidepeli Journey (2012). Kyseisessä pelissä on vaikuttavat musiikit, ja se toimii hyvänä esimerkkinä siitä, miten videopelitkin voivat audiovisuaalisen median muotona vaikuttaa vahvasti katsojaan, ja tässä tapauksessa pelaajaan.

Aiempi pelitutkimus on keskittynyt isojen pelitalojen peleihin, ja esimerkiksi peleihin syventymistä ollaan tutkittu lähinnä kauhu-, strategia-, sekä sotapelien näkökulmasta (Calleja, Gordon, 2007). Tutkimukseni tuo uutena näkökulmana taidepelit pelimusiikin tutkimukseen. Taidepelejä tehdään vähemmän, mutta viime vuosina se on noteerattu useammin pelisivustoilla, sekä yleensäkin pelaajien keskuudessa. Taidepelit ovat toiminnallisesti erilaisia, eikä niiden sisällölle voi asettaa samankaltaisia ennakko-oletuksia kuten esimerkiksi sotateleille. Tutkimukseen valitsemani peli Journey onkin erilainen kuin mikään muu peli jota olen pelannut: pelillisyyden sijaan Journey rakentaa immersiota tunnelman ja kokemusten kautta. Oikein tehtynä tällaisella immersiiivisellä pelillä voi olla positiiviset ja jopa terapeutitset vaikutukset. Teorian ja laatimani kyselylomakkeen pohjalta haen vastausta kysymykseen: koetaanko Journey-peli immersiiiviseksi sekä rentouttavaksi, ja mikä on musiikin rooli tässä pelikokemuksessa?

2 TEOREETTINEN TAUSTA

2.1 Flow-teoria ja immersio

Kun teemme jotain tiettyä asiaa, oli se sitten soittaminen tai tehtävien teko, voimme parhaimmillaan saavuttaa nautinnollisen olotilan. Tämä olotila saavutetaan, vaikka työstä mitä teemme ei ole luvassa palkintoa tai ei ole olemassa ulkopuolista motivaation antajaa. Tähän tilaan päästyämme työn tekeminen sujuu luonnollisen helposti, eikä työtä koeta liian vaikeaksi eikä liian helpoksi. Tätä ilmiötä kutsutaan *optimaaliseksi kokemukseksi*, tai tutummin *flow-tilaksi*. (Csikszentmihalyi, 1991, 71-72.) Csikszentmihalyin laajan tutkimustyön tuloksena tiedämme paljon siitä, miten tällaiseen olotilaan pääsemme ja mitä ilmiöön kuuluu.



Kuva 1 Flow-teoria ja haastavuus (Csikszentmihalyi, 1997)

Teoreettisen tutkimuksen pohjalta Csikszentmihalyi loi kuvion, joka avaa flow-tilaan pääsyyn vaadittavat tekijät (Kuva 1). Optimaalinen kokemus tapahtuu, kun ihmisen taidot (*skills*) ja haasteet (*challenges*) ovat molemmat aktiviteetissa korkealla. Jos esimerkiksi taitotaso on matalemmalla kuin tehtävä vaatii, muuttuu henkilö ahdistuneemmaksi. Mutta jos taitotaso onkin korkealla, eikä edessä oleva tehtävä vaadi haastetta, ihminen rentoutuu. Flow-teorian mukaan me haemme tällä pyrkimyksellä kohti kuvaajan oikeaa reunaan onnellisuutta. Ihminen kokee olevansa onnellisempi esimerkiksi syödessään, mutta tilanne ei olisi näin jos me

kulutettaisiimme koko hereilläoloaika syömiseen nykyisen noin viiden prosentin sijaan. (Csikszentmihalyi, 1997, 31-36.) Flow-tilalle ominaista on siis nautinnollisuus, haastavuus, ja riippuen työn alla olevan asian laadusta se ei saa olla liian pitkäkestoinen tai emme löytäisi siitä samanlaista nautintoa.

Ihmisten välillä löytyy subjektiivisia eroja siihen, miten esimerkiksi harrastuksiin suhtaudutaan. Autoteelinen persoonallisuus (*autotelic self*) tarkoittaa ihmistyyppiä, joka löytää flow-tilan paljon helpommin ja laajemmasta asioiden kirjosta. Tällaiset ihmiset myös hakeutuvat enemmän harrastustensa pariin, kuin käyttäisi ajan johonkin enemmän passiiviseen ajanvietteeseen. (Csikszentmihalyi, 1997, 116-120). Vaikka flow-ilmiö on todettu maailmanlaajuiseksi, ei se kuitenkaan tarkoita että kaikki ihmiset kokisivat asiat samalla tavalla.

Kun ihminen on flow-tilassa, kokee hän olevansa täysin uppoutunut tekemäänsä asiaan. Immersiolla tarkoitetaan asiaan uppoutumista, jolloin ihminen on fokusoitunut tekemäänsä asiaan. Pelialle immersiotutkimus on siirtynyt luonnollisesti, koska kenen tahansa on helppo samaistua uppoutuneensa johonkin peliin, oli se sitten mobiili-, konsoli-, tai tietokonepeli. Immersio saattaa vaikuttaa synonyymiltä optimaaliselle kokemukselle, mutta jälkimmäistä voidaan pitää immersion äärimmäisenä esiintymismuotona ja immersiota flow-tilan edeltäjänä (Jennett et al., 2008, 642). Gameflow-käsite pyrkii yhdistämään peleissä tapahtuvan immersion flow-teoriaan (Sweetser & Wyeth, 2005). On kuitenkin selvää, että täydellinen immersoituminen pelikokemukseen on harvinaisempaa, kun taas saatamme uppoutua pelaamaan esimerkiksi pulmapelien klassikkoa Tetristä unohtaen pelin ulkopuolisen todellisuuden kuitenkin syventymättä täysin esimerkiksi pelin maailmaan, joka on kaukana realistisesta. Immersio on siis huomattavasti yleisempi ilmiö, kuin flow pelatessamme. (Jennett et al., 2008.) Immersio on todettu porrastetuksi tapahtumaksi, joka on jaettu kolmeen osaan: sitoutumiseen (*engagement*), syventymiseen (*engrossment*) ja täydelliseen immersoitumiseen (*Total immersion*). Ensimmäisessä vaiheessa pelaaja sitoutuu peliin, ja kokee pelaamisen mielenkiintoiseksi. Tätä vaihetta sanotaan immersion esiasteeksi. Syventymisessä pelaaja on syvemmällä pelin maailmassa, ja tunneside pelin maailmaan tai hahmoihin on vahvempi. Ulkoisia ärsykyksiä ei välttämättä huomioida enää. Täydellisessä immersiossa koetaan todella vahvaa tunnesidettä peliin ja pelin maailmaan. Ajan- ja paikantaju katoavat, ja pelaaja tuntee olevansa osa pelin maailmaa. (Brockmyer et al., 2009; Brown & Cairns, 2004; McMahan, 2003, 8.)

Tutkiessamme immersiota haasteeksi ilmenee asian subjektiivisuus: vaikka vastaaja tiedostaa olleensa immersoitunut, on kokemukselle vaikea asettaa numeerista arvoa, ja myös kysymysten asettelu saattaa vaikuttaa vastauksiin (Slater, 1999, 560-565). Lähestyn tätä ongelmaa numeeristen vastausten lisäksi kysymällä muutaman avoimen kysymyksen, joiden avulla voin saada vihjeitä immersion vahvuudesta ilman valmiita vastausvaihtoehtoja.

2.2 Rentoutuminen

Oxford-sanakirjan¹ mukaan ihminen on rentoutuneena ”vapaa jännittyneisyydestä (*tension*) ja ahdistuksesta (*anxiety*)”. Rentoutumista tuntuu olevan helpompi kuvata vastakohtilla: kun ihminen kokee rentoutuvansa, hän tuntee ahdistuneisuuden pienenevän, ja stressitason laskevan (Pagnini, Manzoni, Castelnovo, & Molinari, 2013, 74-75). Monenlaisilla rentoutumisharjoituksilla on todettu olevan positiivinen vaikutus ahdistuksen lievitykseen (Eppley, Abrams, & Shear, 1989, 962-968). Rentoutuneisuus löytyy myös Csikszentmihalyin (1997) teoriasta (Kuva 1), kun ihmisen taitotaso ylittää tehtävän haastavuuden. Toisin sanoen, kun ihminen on rentoutunut, hän tuntee olevansa kontrollissa tilanteessa. Rentoutuminen koetaan mielekkääksi ilmiöksi, jolla on fyysisiä ja henkisiä positiivisia vaikutuksia ihmisiin (Pagnini et al., 2013, 74).

Pelien terveysvaikutusten tutkimus fokusoituu usein liikunnallisiin peleihin. Pelaamista on tutkittu niin fysioterapian, psykoterapian, sairauksien itsehoidon, kuin fyysisen aktiviteetin näkökulmasta. Rentoutuminen tulee käsitteenä ilmi terapeuttisissa ja sairauksien itsehoitoon tarkoitetuissa peleissä. Peleillä on todettu olevan potentiaalia esimerkiksi nopeuttaa paranemisprosessia sairauksista, mutta useassa tutkimuksessa huomautetaan että tarvitsemme vielä enemmän tuloksia suurempien johtopäätösten tekoon. (Primack et al., 2012, 6-7.) Tutkimusalue on kuitenkin kasvava, sillä kiinnostusta pelien vaikutuksista löytyy.

Kasuaalin pelaamisen on todettu voivan parantaa mielialaa, sekä vähentää uupumusta ja masennusta. Tutkimuksessa pelattiin kolmea peliä (Bejeweled 2, Peggle ja Bookworm Adventures), jotka ovat pelillisesti lähempänä Tetriksen kaltaista kokemusta, kuin suurta

¹ http://www.oxforddictionaries.com/us/definition/american_english/relaxation?q=relaxation

pelimaailmaa johon voi uppoutua. (Russoniello, O'Brien, & Parks, 2009, 53-66) Toisessa tutkimuksessa 150 opiskelijaa laitettiin pelaamaan joko rentouttavaa, neutraalia tai aggressiivista peliä 20 minuutin ajan, jonka jälkeen tutkittavien käyttäytymistä tarkkailtiin. Rentouttavaa peliä pelanneet käyttäytyivät prososiaalisemmin, olivat paremmalla tuulella ja avuliaampia kuin neutraalia tai aggressiivista peliä pelanneet, joiden välillä ei todettu eroavaisuutta. (Whitaker & Bushman, 2012, 4-5.) Tutkimukset osoittavat, että peleillä voi olla positiivisia vaikutuksia niin henkisesti kuin fyysisesti.

Rentouttavaksi tarkoitetut pelit ovat saaneet osakseen myös kritiikkiä. Bejeweledin kaltaiset pelit vaativat usein ajoitettuja suorituksia, joka voi lisätä intensiteettiä pelaamisen fysiologiseen kokemukseen. Jotkut pelit ovat myös visuaaliselta anniltaan ”lähempänä huumeiden yliannostusta, kuin meditatiivista kokemusta”. (Bogost, 2011, 90-91.) Ian Bogost mainitsee aidosti rentouttavaksi peliksi esimerkiksi tietokoneille esiasetetut korttipelit, kuten Solitairin. Bogostin käsitys rentoutumisesta on selvästi lähempänä pelikokemuksen suorituskeskeisyyttä, kuin kokonaisvaltaista audiovisuaalista kokemusta. Teknologian kehittyessä ja pelien kirjon kasvaessa on kuitenkin helppo uskoa, että suoranaisesti rentoutumiseen tarkoitetut pelit saavuttavat parempia tuloksia, ja uskon että pelien terveysvaikutukset tulevat niin tutkimuksen kohteiksi kuin huomioiduksi tulevaisuudessa enemmän.

2.3 Musiikin rooli immersiossa ja rentoutumisessa

Musiikin vaikutusta ihmiskehoon ja –mieleen on tutkittu runsaasti. Musiikin kuuntelu voi parantaa mielialaamme, pukea tunteemme sanoiksi, ja antaa elämälle merkityksen. Musiikin avulla voimme myös paeta todellisuutta ja syventyä immersion lailla toisenlaiseen mielentilaan. Musiikkia kuunnellan myös rentoutuaksemme. (Schäfer, Sedlmeier, Städtler, & Huron, 2013, 5-6.) Ihmiset kanavoivat tunteitaan monella eri tavalla musiikin avulla saavuttaakseen mieleisen olotilan, oli se sitten rentoutuminen tai motivoituminen.

Musiikin kuuntelu vaikuttaa kehon kortisolituotantoon, joka on suoranaisesti yhteydessä stressitasoon. Edellä mainitussa tutkimuksessa kävi myös ilmi, että useat ihmiset rentoutuvat vielä musiikkiraitoja paremmin kuuntelemalla luonnonääniä, kuten kevyttä vesisadetta. (Thoma et al., 2013, 5-7.) Tälle ilmiölle on esitetty selitykseksi ihmisten luontaista kaipausta

luontoon, jonka seurauksena koemme luonnosta meille tutut äänet turvallisina. Tästä ilmiöstä käytetään nimitystä Biofilia. (Kellert, 1995.) Vaikka kyseessä onkin vain hypoteesi, on ilmiö helppo havaita arkielämässä: monet ihmiset kokevat olevansa rentoutuneempia luonnon läheisyydessä, kuin esimerkiksi kaupungin sykkeessä.

Musiikin vaikutusta peli-immersioon ei ole tutkittu paljon. Tutkimuksessa, jossa pelaajat laitettiin pelaamaan lyhyt labyrinttipeli, ei saatu merkittäviä tuloksia musiikin immersoivasta vaikutuksesta. Kokeessa kuitenkin havaittiin pelaajan itse mieleiseksi koetun musiikkikappaleen valitsemisen vaikuttavan peliin käytetyn ajan aliarvioimiseen (Sanders & Cairns, 2010, 6), joka on merkki immersioista pelikokemuksessa (Brockmyer et al., 2009, 625). Kokeessa käytetty peliaika pelata oli vain kolme minuuttia, joka on erittäin lyhyt aika, jos haluamme saavuttaa immersioivisen olotilan. Myös pelivalinta ei ollut paras mahdollinen immersiotutkimukseen. Musiikin ja immersion välistä suhdetta tulisi tutkia tarkemmin, ja pyrin omalla tutkimuksellani saamaan aiheesta enemmän lisätietoa.

Audiovisuaalisessa mediassa musiikilla on merkittävä vaikutus katsojan kokemukseen. On esimerkiksi todettu, että vaihtamalla elokuvan taustamusiikkia, katsojan käsitys elokuvan genrestä muuttuu vaikei visuaalisessa informaatioissa tapahdu mitään muutosta (Bullerjahn & Gӧldenring, 1994, 10-14). Musiikilla siis uskoisi myös olevan samanlainen vaikutus peleissä oikein tehtynä.

Koemme usein musiikin tunteellisena ilmiönä. Se, miten koemme tietynlaisen musiikin, voidaan selvittää esimerkiksi annotoinneilla ja kyselyillä. Geneva Emotional Music Scale (Zentner, Grandjean, & Scherer, 2008, 494-521) on kehitetty kyselyiden ja sitä edeltävien teorioiden pohjalta vastaamaan tähän kysymykseen. Tutkijoille suunnattu GEMS-45 sisältää laajan, 45-kohtaisen tunnepatteriston, joihin vastataan numeerisilla arvoilla 1-5. Nämä 45 tunnetilaa voidaan kaventaan yhdeksään isompaan tunteiden kokonaisuuteen. Kyselyssä olevat adjektiivit voidaan yhdistää esimerkiksi rentoutumisen teorioihin, jotka auttavat saamaan selville musiikin roolin mahdollisena rentouttavana elementtinä pelikokemuksessa.

3 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

3.1 Tutkimuskysymys

Kandidaatintutkielmallani haluan selvittää, koetaanko Journey-peli immerstiiviseksi ja/tai rentouttavaksi, sekä mikä on musiikin rooli tässä prosessissa. Kuten teoreettisessa taustoituksessa kävi ilmi, musiikin roolia immersiossa ei olla tutkittu paljoa. Myös pelin genre, taidepeli, on tuore videopelien keskuudessa, joten tutkielma toimii myös uutena näkökulmana pelitutkimuksessa.

3.2 Journey

Musiikin roolia immerstiivisessä ja rentouttavassa pelikokemuksessa tutkiakseni valitsin peliksi vuonna 2012 julkaistun Journeyn. Peli on kehittänyt Yhdysvaltalainen *Thatgamecompany*-pelitalo, ja se on julkaistu yksinoikeudella Playstation 3-alustalle. Musiikit peliin on säveltänyt Austin Wintory. Peli on yleensä luokiteltu taidepeliksi.

Kyseisen pelin valinta tutkimuskohteeksi oli lähes itsestäänselvyys, sillä se on kerännyt laajalti kehuja niin pelaajien kuin arvostelijoiden keskuudessa. Arvosteluja yhteen keräävä Metacritic²-sivusto kertoo pelin keskiarvoksi 92/100, ja käyttäjien antama keskiarvo pelille on 88/100. Myös Journeyn musiikit ovat saaneet osakseen huomiota: Austin Wintory oli historian ensimmäinen Grammy-ehdokkuuden pelin ääniraidalle (soundtrack) saanut säveltäjä. Olen itse nauttinut Journey-pelistä ja kokenut sen immerstiiviseksi, mutta myös sopivan lyhyeksi peliksi tutkimusta varten. Vaikka peli on mahdollista läpäistä muutamassa tunnissa, ja peli on jo kolme vuotta vanha, löytyy sille vielä aktiivisesti pelaajia. Mielenkiintoisena yhteensattumana kävi ilmi, että opiskellessaan Kaliforniassa interaktiivista mediaa, pelin ohjaaja Jenova Chen teki maisterintutkielmansa flow-ilmioista peleissä (Chen, 2007).

² <http://www.metacritic.com/game/playstation-3/journey>

Journeyn juoni on moniselitteinen, eikä peli sisällä yhtään dialogia. Pelissä ohjataan hahmoa, joka vaeltaa dyyneiltä kohti vuorta. Pelin taustatarinaa valotetaan lyhyillä välianimaatioilla, ja matkan varrella pelikentälle saattaa ilmestyä muita samaan aikaan pelaavia hahmoja, joiden kanssa voi kommunikoida hahmon tekemillä äännähdyksillä.

3.3 Kyselylomake

Laadin kyselylomakkeen käyttäen hyväksi kahta standardoitua kyselyä: Game Engagement Questionnaire (Brockmyer et al., 2009), sekä Geneva Emotional Music Scale 9 (GEMS-9) (Zentner et al., 2008). Game Engagement Questionnaire on laadittu tutkimaan pelien immerssiivistä vaikutusta pelaajiin, sekä selvittämään kuinka vahvasta syventymisen tilasta on kyse. Geneva Emotional Music Scalea käytetään selvittämään, mitä tunteita musiikki aiheuttaa kuuntelijoissa. GEMS-9 on olemassa myös perinteisempi, laaja 45 tunnetta kattava kysely, mutta koin tutkimukseni kannalta paremmaksi vaihtoehdoksi käyttää tätä kavennettua mallia, sillä se sisältää samat yhdeksän tunnekategoriaa joihin GEMS-45 vastaukset myös tiivistyvät. Kyselylomakkeeni oli jo valmiiksi laaja, joten lyhyempi malli kyselystä oli parempi.

Tein lomakkeen englanniksi, sillä osa vastaajista oli ulkomaalaisia. Hain kyselyyni varta vasten ihmisiä, jotka olivat pelanneet Journey-pelin entuudestaan, sillä lähes kaikki kysymykset koskivat tätä peliä. Vastaajat löytyivät Internetin keskustelupalstoilta, sekä Reddit.com ja Facebook.com-sivustoilta. Saatesanoina kyselylle vaadin vastaajilta pelin pelaamista, sekä suosittelin heidän tutustumaan peliin uudestaan jos viime pelikerrasta oli pidempi aika.

Kysymykset voidaan jakaa neljään kategoriaan: pelin ja pelaajan sitoutuneisuuden väliseen suhteeseen, musiikin ja muun pelin väliseen suhteeseen, musiikin toimintamalliin ja ominaisuuksiin pelikokemuksessa, sekä avoimiin kysymyksiin. Ensimmäisen kategorian kysymyksillä saan tietoa, koettiinko pelikokemus rentouttavaksi tai immerssoivaksi. Toinen kategoria kertoo, mikä on musiikin vaikutus tähän kokemukseen suhteutettuna pelin muihin ominaisuuksiin. Kolmas kategoria luokittelee, mitä ominaisuuksia pelin ääniraidalla on. Neljännellä kategorialla kyselyyn vastanneilla on mahdollisuus avata pelin herättämiä tunteita ja motiiveja pelaamiseen ilman kysymyksenasettelujen tuomaa rajoitusta. Suurimpaan osaan

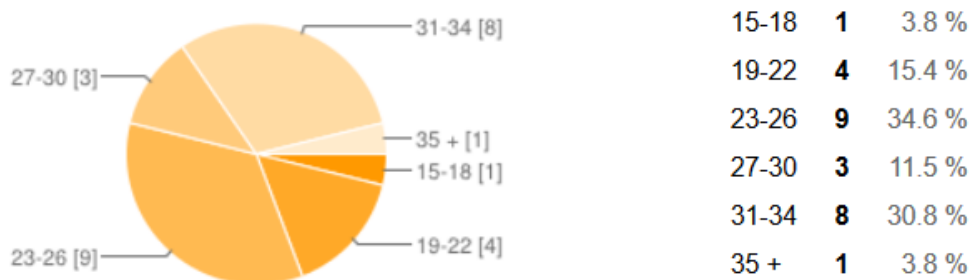
kysymyksistä vaadittiin vastausvaihtoehto asteikolta 1-5, jossa 1 tarkoittaa ”täysin eri mieltä” (*Highly disagree*) 3 on ”neutraali” (*Don't agree, don't disagree*) ja 5 on ”täysin samaa mieltä” (*Highly agree*).

GEQ ja GEMS-9-kysymysten lisäksi kysyin erikseen pelin rentouttavuudesta, sekä pyysin vastaajia asettamaan Journey-pelin osatekijät, sekä audion osatekijät tärkeysjärjestykseen. Tulen käyttämään vastausten merkitsemisessä lyhenteitä tilastollisten menetelmien termeille. Tuloksissa käytetty 'M' tarkoittaa keskiarvoa, 'Mo' tarkoittaa moodia ja 's' keskihajontaa. Kyselystä saadut tulokset toimivat deskriptiivisinä tilastoina tutkimuskysymyksen käsittelyssä. Tulosten käsittelyssä käytetyt lainaukset ovat suomennettu tutkimusta varten. Kysely suoritettiin käyttäen Google Forms-palvelua, ja vastaukset kerättiin 1.-24.3.2015 välisenä aikana. Kyselylomake ja vastaukset löytyvät tutkimuksen liitteistä.

4 TULOKSET

Tutkimukseeni otti osaa 26 vastaajaa, joista 16 oli miehiä ja 10 naisia. Suurin osa vastaajista oli 23-26-vuotiaita, nuorimman ollessa 15-18 ja vanhimman yli 35 vuotta (kuva 2). Vastaajien käyttämä aika pelaamiseen viikottain jakautui tasaisesti: kahdeksan vastaajaa pelasivat yli kymmenen tuntia viikottain, seitsemän vastaajaa 6-10 tuntia, ja seitsemän vastaajaa 2-5 tuntia. Neljä henkilöä valitsivat pienimmän vaihtoehdon, alle 2 tuntia. Peligenreistä vastaajat saivat valita mieleisimmät vaihtoehdot yhden ja viiden valinnan väliltä. mieluisimmaksi koettiin seikkailupelit (84.6%), sekä roolipelit (73.1%). Taidepelit, johon Journey kategorisoidaan, valittiin 11 kertaa (42.3%). Kysymykseen, mitä musiikkia vastaajat yleensä kuuntelevat pelatessaan vastattiin yksimielisesti pelin oma musiikki. Vastaajista liki kaksi kolmasosaa (65.4%) olivat pelanneet Journeyta viimeksi yli kaksi kuukautta sitten, viisi henkilöä viimeisen viikon aikana, sekä neljä henkilöä viimeisen kahden kuukauden sisällä vastaamisesta.

Select your age



Kuva 2: vastaajien ikäjakauma

4.1 Pelikokemus

Kysymykseen: ”kun pelaat Journey-peliä, tunnetko olevasi osa pelin maailmaa?”, vastattiin myönteisesti (M=4,1; Mo=5; s=1,2). Suurin osa vastaajista valitsi korkeimman vaihtoehdon, mikä antaa suuntaa pelin immersiiiviselle piirteelle. Yksi immersiolle annetuista piirteistä on pelaajan kokeminen olevansa osa pelimaailman ’todellisuutta’(Wirth et al., 2007). Kysyin samaa kysymystä melkein samalla lausemuodolla uudestaan kyselyn lopussa, ja sain melkein saman tuloksen (M=4,0; Mo=5; s=1,2). Toinen kysymys koski rentoutumista, ja se esitettiin suorasukaisesti: ”tekeekö Journeyn pelaaminen sinut rentoutuneeksi?” (kuva 3). Vastaukset olivat yksimielisen positiivisia (M=4,3; Mo=5; s=1,0). Suurin osa vastaajista olivat samaa mieltä tai täysin samaa mieltä väittämän kanssa.

Does playing Journey make you feel relaxed?



Kuva 3: Journeyn rentouttava vaikutus

Ajantajun menettäminen tiedostettiin ilmiönä pelatessa, muttei niin voimakkaasti ($\mu=3,6$; $m_0=4$) kuin esimerkiksi rentoutuminen. Ajantajun vääristyminen pidetään flow-ilmiölle ominaispiirteenä (Brockmyer et al., 2009, 625). Journey-peliä myös tulee vastaajien mielestä pelattua pidemmän aikaa kerralla kuin alunperin oli tarkoitus ($M=3,7$; $M_0=4$; $s=1,3$), joka vahvistaa pelin immersoivan vaikutuksen olemassaoloa.

Kysymykseen paikantajun menettämisestä tuli odotetusti hieman epätasaisemmat vastaukset ($M=2,7$; $M_0=2$; $s=1,5$). Paikantajun menettäminen on syventymisen äärimmäinen ilmentymä (Brockmyer et al., 2009, 625-626), ja omasta kokemuksesta voin sen todeta olevan erittäin harvinaista elokuvia katsoessa tai pelejä pelatessa. Pelaamisen helppoutteen suhtauduttiin myönteisesti ($M=3,7$; $M_0=4$; $s=1,7$), ja kysymys hieman erilailla muotoiltuna (”tuntuuko pelaaminen automaattiselta?”) olivat vastaukset hieman alempana ja jakaunuteet vastausspektriin tasaisemmin ($M=3,5$). Sanamuotoilulla on tärkeä osuus kysymyksissä, ja esimerkiksi näistä kysymyksistä ero löytyy sanasta ’automaattinen’. Flow-teorian mukaan pelikokemuksen pitää olla palkitsevuuden lisäksi myös tarpeeksi haastavaa, jotta flow-kokemuksia syntyisi (Csikszentmihalyi, 1997, 31).

Pelikokemusta ei koettu pelottavaksi ($M=2,0$; $M_0=2$; $s=0,7$). Pelon kokeminen on merkki syventymisestä, mutta se ei ole tässä pelissä vahva tekijä. Journeyssa on muutama uhkaava kohta, jotka selittävät lukuarvon olevan enemmän kuin yksi. Pelin kesken lopettamista ei koettu kovinkaan vaikeaksi ($M=3,2$), mutta toisaalta kysymys esitti asian hieman liian radikaalisti (”Kun olet aloittanut, koetko usein ettet voi lopettaa pelaamista kesken?”).

4.2 Pelimusiikki pelikokemuksessa

Kyselyyn vastanneista kuusi henkilöä (23,1%) pelaavat Journeyta korvakuulokkeilla, sekä 11 television kaiuttimilla. Loput vastanneista halusivat täsmentää käyttävänsä parempilaatuisia kaiuttimia tai monitoreja pelaamiseen, eli 20 (76,9%) vastanneista käyttivät erilaisia ulkoisia äänijärjestelmiä pelaamisessa. Korkealaatuisen äänijärjestelmän korostaminen vastauksessa viestittää siitä, että pelikokemuksessa arvostetaan pelin audittiivista puolta. Kaikki vastanneista kuuntelivat pelin musiikkeja pelatessaan, eivätkä valinneet muuta taustamusiikkia.

Does the music in Journey help you get into the game experience?

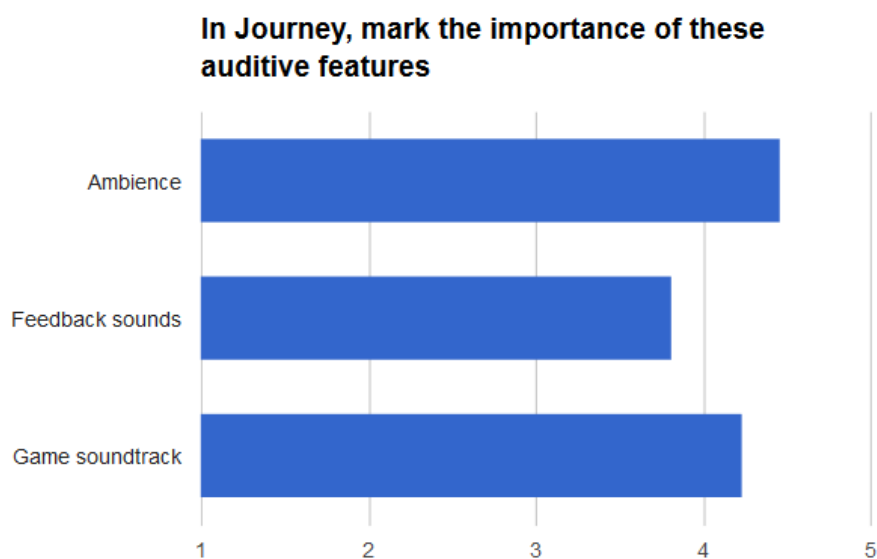


Kuva 4: musiikin merkitys pelikokemuksessa

Kysymykseen ”auttaako Journey-pelin musiikit pääsemään sisään pelikokemukseen?” olivat vastaukset yksimielisiä ($\mu=4,7$; $m_0=5$; $s=0,7$). Musiikit siis koettiin pelikokemuksen kannalta erittäin tärkeäksi osatekijäksi (kuva 4). Toisessa kysymyksessä jaottelin pelin neljään osioon: *grafiikkaan*, *tarinaan*, *pelimekaniikkaan* (miltä peliä tuntuu pelata), sekä pelin *ääniin*. Vastaajien tehtävänä oli asettaa kyseiset osiot tärkeysjärjestykseen. Näistä alimman keskiarvon sai grafiikka ($M=2,1$), toiseksi tuli tarina ($M=2,4$), kolmanneksi pelimekaniikka ($M=2,6$) ja tärkeimmäksi osaksi valittiin äänet ($M=2,9$). Keskimmäisiksi tulleissa arvojakautuminen oli tasaista, mutta selkeimmät painottuneisuudet löytyivät grafiikasta sekä äänistä. 26 vastaajasta kahdeksan (30,8%) valitsivat grafiikan joko tärkeimmäksi tai toiseksi tärkeimmäksi tekijäksi, kun taas 18 henkeä valitsivat äänet (69,3%). Pelin äänimaailma on siis koettu ehkä tärkeimmäksi osaksi pelin kokonaisuutta.

Seuraavaksi pyysin vastaajia arvottamaan pelin erilaisia äänilähteitä. Jaoin pelin audittiivisen puolen kolmeen osaan: *ambienssiin* (ambience), *palauteääniin* (feedback sounds), sekä *taustamusiikkiin* (soundtrack). Ambienssi tarkoittaa ääniä jotka ovat osa pelimaailmaa,

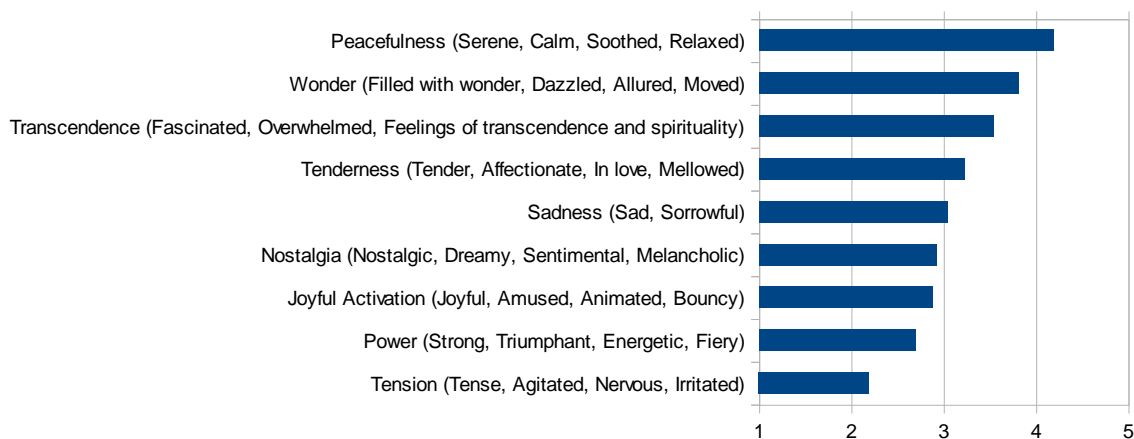
esimerkiksi luonnonääniä muodossa. Palauteäänet ovat ääniä jotka kertovat pelaajalle interaktiosta tai ääniä jotka pelihahmosta tulee kun se hyppää tai lentää. Taustamusiikilla tarkoitetaan peliin sävellettyä musiikkia. Tämän kysymyksen vastausmuotona oli asteikko 1-5, jossa pienin arvo tarkoittaa *ei tärkeää (not important)*, ja suurin arvo tarkoittaa *erittäin tärkeää (very important)*. Palauteäänet koettiin vähiten tärkeiksi (M=3,8), musiikki tuli toiseksi (M=4,2), ja ambienssi koettiin tärkeimmäksi (M=4,5). Kaikki kolme vaihtoehtoa kuitenkin arvotettiin korkealle (Mo=5). Vastaajista 16 (61,5%) valitsi vaihtoehdon *erittäin tärkeä* ambienssille, 12 (46,2%) musiikille, sekä yhdeksän (34,6%) palauteäänille (kuva 5). Ambienssin korkein sija on mielenkiintoinen, sillä pelimaailman äänet ovat suhteellisen minimalistiset, ja pelimusiikit arvostetut. On myös hankala erottaa ambienssi ja musiikki toisistaan, sillä osa ambienssiksi koettavista äänistä voi ollakin osa musiikillista ääniraitaa, ja pelin äänimaailma vaihtuu dynaamisesti pelin edetessä musiikin kanssa. Toisaalta kyselyn tulokset kertovat, että peli koetaan rentouttavaksi, ja rentoutumisessa voidaan usein käyttää luonnonääniä ja ambient-ääniraitoja apukeinoina. Monet ihmiset myös pitävät luonnonääniä yhtä hyvinä tai parempina rentoutumisprosessissa kuin musiikkia (Thoma et al., 2013, 5-7).



Kuva 5: Journeyn äänien merkitys

4.3 Musiikin ominaisuudet

Siihen mitä tunnetiloja Journeyn musiikki herättää ja millaisena sen musiikki koetaan, tutkin käyttämällä Geneva Emotional Music Scale 9 (GEMS-9) – skaalaa (Zentner et al., 2008). Tässä musiikki on jaettu yhdeksään eri tunnetilaa kuvaavaan sanaan ja sen synonyymeihin sekä samankaltaisiin sanoihin. Nämä tunnetilat ovat hämmästys (*wonder*), transsendenssi (*transcendence*), voima (*power*), hellyys (*tenderness*), *nostalgia*, tyyneys (*peacefulness*), hyväntuulinen aktivaatio (*joyful activation*), surullisuus (*sadness*), sekä jännittyneisyys (*tension*). Tarkemmat tutkimuksessa käytetyt englanninkieliset sanat löytyvät oheisesta kaaviokuvasta (kuva 6). Myös tässä vastaajia pyydettiin antamaan numeerinen arvo asteikolla 1-5 kuvaamaan sitä, kuinka paljon mitäänkin tunnetilaa Journey-pelin musiikit saivat vastaajan tuntemaan.



Kuva 6: Musiikin herättämät tunteet pelikokemuksessa

Kaavioon adjektiivit on järjestetty keskiarvon mukaan. Parhaimmiten vastaajat kokivat sanan tyyneys ($M=4,2$) kuvaamaan Journeyn musiikkeja. Muita vahvaksi koettuja tunnetiloja olivat hämmästys ($M=3,8$), transsendenssi ($M=3,5$), sekä hellyys ($M=3,2$). Musiikkia ei suoranaisesti koettu iloiseksi tai surulliseksi. Selkeästi kaukaisimmaksi tunnetilaksi valittiin jännittyneisyys ($M=2,2$; $M_o=1$), mikä on luonnollinen tulos kun toisesta ääripäästä löytyy sen vastakohta. Skaalan tunteet antavat hyvän yleisvaikutelman pelin musiikeista, ja millainen musiikki ollaan koettu mieleiseksi.

4.4 Avoimet kysymykset

Kyselylomakkeessa oli kaksi avointa kysymystä: ”Miksi pelaat Journey-peliä?”, sekä ”mitkä ovat tuntemuksesi sen jälkeen, kun olet pelannut Journeya?”. Valitsin nämä kysymykset antamaan lisätietoa siitä, miksi ihmiset pelaavat kyseistä peliä, sekä saamaan selville heidän tunnetilansa pelisession jälkeen, ja löytyykö musiikin herättämistä tunteista yhteisiä tekijöitä avoimessa vastauksessa kerrottuihin tunteisiin.

Ensimmäiseen kysymykseen sain monimuotoiset vastaukset. Löysin vastauksille neljä kategoriata, mihin sain melkein ne kaikki sisällytettyä: 1) Pelin pituus, 2) Suositellut, 3) Pelin tyyli, sekä 4) Immersio ja rentoutuminen. Pelin verrattaen lyhyt kesto, joka koettiin houkuttimeksi alunperin peliä pelaamaan, mainittiin kolmessa kommentissa. Journey-peliä oltiin suositeltu arvostelijoiden tai kavereiden kautta seitsemälle vastaajista, ja tämä oli ollut pelaamiseen johtava syy. Journeyn taiteellinen tyyli grafiikasta musiikkiin ja pelikokemukseen mainittiin kuudessa vastauksessa. Kahdeksan vastaajaa mainitsivat sanan *rentoututtava* ja yksi sanan *immersoiva*. Avoimia vastauksia tulkittaessa huomasin että henkilöistä, jotka olivat maininneet rentoutumisen seitsemän kahdeksasta olivat naisia, kun taas miesten vastaukset olivat enemmän peli- ja arkiorientoituneita (*”Miksi pelaamme mitään? Tappaaksemme aikaa”*). Kuitenkin myös kaksi naispuolista vastaajaa mainitsivat myös pelillisemmän puolen Journeysta (*”pelasin uudestaan saadakseni kaikki pelin saavutukset”*, *”syy miksi peliä voisi pelata uudestaan on saada kaikki huivin palaset”*). Pelin rentouttava puoli siis mainittiin selkeästi useammin naisten keskuudessa, vaikkakin kummatkin sukupuolet tasapuolisesti kehuivat pelin taiteellisia ominaisuuksia. Eräs vastaajista sanoi pelin olleen *”rentouttava, mutta tarpeeksi haastava”*, joka kertoo pelin sijoittuvan rentouttavan ja kontrollin tunteen välimaastoon Csikszentmihalyin (1997) teoriakentällä. Yksi vastaajista kertoi pelikokemuksesta näin:

”Se on rentouttava. Pelaamiseen menee aikaa vain 2,5 tuntia. se on kuin päiväkylpylä. Nautin sen musiikista, tunnelmasta, mystisestä maailmasta. Tarina kertoo uudelleensyntymisestä, ja pelaamisen jälkeen tunnen olevani itsekin uudelleensyntynyt.” -N27-30³

Kysymykseen pelaamisen jälkeisistä tuntemuksista yllätyin vastausten sisällöstä. Peli oli selkeästi vaikuttanut moneen ihmiseen suuressa määrin. Vain yksi vastaaja koki olonsa hieman pettyneeksi, mutta mainitsi kuitenkin olleensa silti kiinnostunut pelin tarinasta. Toista

³ “It’s relaxing. It takes only 2,5 hour to play through. It’s like a day spa. I enjoy music, atmosphere, mystic world. Story is about rebirthing, and after playing, I’m like rebirth human”

vastausta lukuunottamatta ("AAAAHHHH!") loput vastaukset oli helppo jakaa kolmeen eri ryhmään: 1) Rentoutuminen, 2) Hämmästyminen ja 3) Tunteikkuus.

Rentoutumiseen viittaavia vastauksia oli selkeästi eniten. 14 kyselyyn vastannutta (53,9%) mainitsivat olonsa rentoutuneeksi pelaamisen jälkeen.

"rauhoitunut ja kevyempi olo. Se tuntuu melkein terapeuttiselta, kuinka syvälle peliin meneekään sisään." N19-22⁴

Tässä vastauksessa käy ilmi pelin vahva immersoiva ote, sekä rentouttava jälkivaikutus. Terapeuttinen-sana luo vaikutelman, että pelin luoma tunnetila koetaan positiivisena.

"Rauhallinen ja seesteinen, mutta myös refleктоiva. Yleensä vajoan syviin ajatuksiin elämästä sekä tunteista pelaamisen(Journey) aikana ja sen jälkeen. Tunnen olevani melkein irrallaan tästä maailmasta, ja samaan aikaan tunnen vahvan yhteyden sekä tähän maailmaan, että Journeyn maailmaan. Ja erityisesti pelin pääteema jää päähäni soimaan pelaamisen jälkeen." N19-22⁵

Tämä vastaus sisältää runsaasti immersion sekä rentoutumisen asiasanoja. Pelin jälkeinen olotila koetaan seesteiseksi ja mietteliääksi. Myös irtaantuminen todellisuudesta ja uppoutuminen pelin maailmaan kertoo syventyneestä, ja jopa täydellisen immersion tasosta.

Hämmästyksen ja hämmästyminen (amazed) viittaavia sanoja oli seitsemässä vastauksessa (26,9%). Eräs vastaaja kertoi olleensa "pökerryksessä, helpottunut, ja hämmästynyt". Toinen vastaaja kertoi olotilansa olleen "kuin olisi saavuttanut jotain ihmeellistä". Myös pelimekaniikka sai kehuja: "Olin hämmästynyt, kuinka intuitiivinen pelimekaniikka oli, ja kuinka kauniisti tämä digitaalinen taideteos on rakennettu".

Tunteikkuudesta (Emotional) puhui selkeästi neljä ihmistä (15,4%), vaikkakin useat rentoutumiseen ja hämmästyksen luokitellut vastaukset sopisivat myös tähän kategoriaan. Näissä vastauksissa kävi ilmi pelin tunteikkuus, vaikkei välttämättä osattu sanoa selkeää tunnetilaa minkä se herätti.

⁴" Peaceful, and somewhat lighter. It feels almost therapeutic because of how involved you get with the game"

⁵ "Relaxed and serene but also reflective. I usually fall into deep thoughts about life and emotions during and after playing Journey. I almost feel totally separated of this world and at the same time I feel a deep connection between this world and the Journey world. And especially the theme song keeps repeating in my head after I stop playing."

”Tunsin oloni surulliseksi ja iloiseksi samaan aikaan. - - Kokemus oli silti todella kaunis ja siinä oli myös jotain melkein hengellistä, matkassa kohti vuorta ja valoa. Tarina oli hyvin toteutettu. (Pelissä) Ei ollut tarvetta sanoille. Rakastin sitä.” N23-26⁶

Oheisessa vastauksessa käy ilmi pelin herättämät voimakkaat tunnetilat. Maininta hengellisyydestä viittaa myös GEMS-9-taulukossa ilmenneeseen transendenssiin ja huippukokemuksiin (Gabrielsson, 2003, 182).

⁶ “I felt happy and sad at the same time. I felt sad for going to the end alone, I wanted my companion to be there. The experience was still very beautiful and there was something almost spiritual about the whole journey up to the mountain and light. The story very well executed. There was no need for words. I loved it.”

5 TULOSTEN YHTEENVETO

Vaikka kyseessä on kuvailevaan analysointiin soveltuva aineisto, olin tyytyväinen kyselylomakkeella saamiini tietoihin. Numeeriset sekä sanalliset tulokset toimivat hyvin retorisenä viitekehystenä argumentoimaan pelin immersivistä vaikutusta, sekä musiikin roolia pelikokemuksessa.

Peli koettiin selkeästi rentouttavaksi ($M=4,3$), sekä immersoivaksi ($M=4,1$; $M=4,0$). Journey koettiin myös suhteellisen helposti pelattavaksi peliksi ($M=3,7$), joka flow-teorian mukaan on merkki enemmän rentouttavasta kokemuksesta kuin flow-kokemuksesta (Csikszentmihalyi, 1997). Tämä saattaa kuitenkin vaihdella eri kohdissa riippuen siitä kuinka paljon peli luo haastetta pelaajalle. Vastaukset ovat kuitenkin teorian kanssa yhteneväiset, sillä rentoutuminen koettiin vahvemmin Journey-pelissä tutkimuksen mukaan.

Äänet ($M=2,9$) valittiin pelin tärkeimmäksi tekijäksi grafiikan ($M=2,1$), tarinan ($M=2,4$), sekä pelimekaniikan sijaan ($M=2,6$). Äänilähteistä tärkeimmäksi koettiin ambienssi ($M=4,5$), sitten taustamusiikki ($M=4,2$), ja sen jälkeen palauteäänet ($M=3,8$). Journeyyn tunnelmaan musiikki vaikuttanee siis erityisen paljon.

Pelaamisen jälkeisistä tunnetiloista oli mielenkiintoista havaita, että GEMS-9-skaalalla toteutetut musiikin herättämät tunnetilat olivat hyvin samankaltaisia. Kolme vahvimiksi koettua tunnetilaa olivat molemmissa tapauksissa tyyneys, hämmästys, sekä transendenssi. Vastaajien yksimielisyys siitä, että musiikki auttoi pelikokemukseen sisään pääsyä ($M=4,7$) kertoo, että musiikki ja pelin muu audio joko luovat, tai edesauttavat näihin tunteisiin pääsyä. Musiikin herättämistä tunteista vahvistusta saa myös väittämä pelin rentouttavasta voimasta: kuten teoriaosuudessa kävi ilmi, ihminen on rentoutunut, kun se on vapaa ahdistuksesta ja jännittyneisyydestä. Pienimmän keskiarvon tunnetiloista saikin jännittyneisyys, ja suurin keskiarvo oli tyyneydellä. Transendenssi ja hämmästys ovat molemmat immersioon viittaavia sanoja.

6 PÄÄTÄNTÖ

Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, koetaanko Journey-peliä pelatessa immersiota, rentoutumista ja flow-tilaa, ja mikä on musiikin rooli tässä prosessissa. Vastausta tähän kysymykseen hain kyselylomakkeella, jossa ihmiset jotka olivat tätä peliä pelanneet vastasivat kysymyksiin, jotka liittyivät immersioon, flow-teoriaan ja rentoutumiseen.

Kyselytutkimukseeni vastasi 26 ihmistä, ja laadin vastauksista deskriptiiviset tulokset teoriaa mukaillen. Tuloksista kävi ilmi, että peli koettiin sekä rentouttavaksi, että immersiviseksi. Rentoutuneisuutta koskeva kysymys sai hieman immersioskysymyksiä paremman keskiarvon, mutta molemmat tulokset olivat korkealla. Peli ei kuitenkaan tuottanut keskimäärin todella syvää immersiota. Käyttämässäni Game Engagement Questionnaire-kyselyn vastauksissa todettiin myös, että vahva syventyminen on harvinaista pelaamisessa, ja yleisempää se on esimerkiksi kauhupeleissä. Tuloksia on vaikea verrata keskenään GEQ-kyselyn kanssa erilaisen otannan, pelin ja arvoasteikon takia, mutta saamani tulokset ovat selkeästi immersioon viittaavia, kun taas alkuperäisessä kyselyssä vastaukset olivat hajanaisempia.

Journeyn ääniraita koettiin pelin tärkeimmäksi osatekijäksi neljän valitsemani tekijän (audio, grafiikka, miltä peli tuntuu pelata, juoni) joukosta. Äänistä tärkeimmäksi koettiin ambienssiäännet, sitten musiikkiraita, ja viimeiseksi tuli pelin palauteäännet. Kyselyn selkein tulos oli se, että musiikki koettiin auttavan pelaajaa pääsemään sisään pelikokemukseen. Musiikin luomaa tunnetilaa kuvasi parhaiten sanat tyyneys, hämmästys, transsendenssi, sekä hellyys. Näistä tyyneys, sekä hellyys ovat rentoutumiseen viittaavia käsitteitä, ja transsendenssi sekä hämmästys viittaavat immersioon.

Avoimissa vastauksissa kävi ilmi erityisesti naispuolisten vastaajien keskuudessa, että peliä alunperin pelattiin koska se koettiin rentouttavaksi. Pelaamisen jälkeisestä olotilasta kertovat vastaukset olivat hyvin samansuuntaiset erityisesti GEMS-9-vastausten kanssa: suurin osa vastaajista kuvasi olotilaansa rauhoittuneeksi, sekä myös hämmästyneeksi ja liikuttuneeksi. On siis selkeää, että musiikki oli pelin kokonaisvaltaisen tunnelman kanssa samankaltainen, ja musiikin myös koettiin olevan iso osa pelikokonaisuutta koska se arvotettiin esimerkiksi grafiikan ja juonen yläpuolelle.

Tulokset musiikin roolista pelin immersiossa ja rentouttavassa vaikutuksessa olivat kyselylomakkeen perusteella selkeät. On kuitenkin vaikea erotella tiettyjä tekijöitä esimerkiksi pelikokemuksen tunnelman luojaksi, sillä peli on monesta osasta koostuva kokonaisvaltainen kokemus. Tulokset kuitenkin kertovat, että musiikin rooli tässä prosessissa on merkittävä. Oli myös mielenkiintoista huomata, kuinka vahvasti Journey oli vaikuttanut ihmisiin pelinä.

Muutama avoimista vastauksista toi ilmi pelin uniikin moninpelisysteemin. Kyselylomakkeen lopussa oli mahdollista jättää kommentti kyselyn laatijalle, ja eräs vastaajista olisi toivonut enemmän kysymyksiä tähän pelin ominaisuuteen liittyen, koska se koettiin tärkeänä osana pelikokemusta. En ollut myöskään täysin tyytyväinen immersiota käsitteleviin kysymyksiin, mutta toisaalta niitä on erittäin vaikea kysyä johdattelematta vastaajia esimerkiksi avainsanoilla. Muuten olin tyytyväinen erityisesti avointen kysymysten antiin, jotka mukailivat niin GEMS-9 vastauksia, kuten immersion ja rentoutumisen teorioita.

Flow-teorian valossa pelikokemus koettiin rentouttavaksi. Peliä ei koettu haastavaksi, muttei myöskään liian helpoksi, jolloin pelin immersio saattaisi heikentyä. Kaikki vastaukset viittasivat siihen, että pelikokemus liikkui rentoutumisen, kontrollin ja flow-tilan alueilla. Jotta saisimme selkeämpiä vastauksia siitä, voidaanko Journeyn aiheuttamaa kokemusta kutsua optimaaliseksi kokemukseksi, olisi kysely vaatinut esimerkiksi yhden avoimen kysymyksen aiheeseen selkeämmin viitaten. Vähäisen haastavuuden takia ja kyselyn tulosten perusteella peli on kuitenkin enemmän tai vähemmän rentouttava kokemus.

Journey on uudenlainen kokemus verrattuna useisiin tunnettuihin peleihin. Vastauksista kävi selkeästi ilmi, että pelikokemus oli ollut niin mukaansatempaava, kuin rentouttava ja tunteita herättävä. Pelitutkimus keskittyy usein valtavirran peleihin, jotka eivät erotu niin selkeästi muista peleistä. Kyselyn vastauksista voi päätellä, että Journey on ollut vahva pelikokemus, ja peliä tulee mietittyä vielä kuukausia pelaamisen jälkeenkin. On vaikea sanoa, onko Journey merkittävästi erilainen pelikokemus muihin peleihin verrattuna. Aihetta tulisi tutkia esimerkiksi vertaamalla erilaisten pelien aiheuttamaa immersiota ja rentoutuneisuutta keskenään. Kyselyn valossa on kuitenkin selvää, että Journey onnistuu esimerkillisesti sekä immersion luojana, että rentouttavana pelikokemuksena ollen samansuuntainen alkuperäisen hypoteesini kanssa pelin rentouttavuudesta ja immersiivisyydestä.

Kyselytutkimus tuntuu oikealta valinnalta aiheen tutkimukseen, ja tulevaisuudessa olisikin mielenkiintoista tutkia aihetta laajemmalla otannalla. Musiikin immersiiivisestä voimasta olisi hyvä saada enemmän tutkimustuloksia ja voisi myös tutkia peliä tarkemmin: mikä kohta on jäänyt parhaiten mieleen, mikä kohta ei ole toiminut niin hyvin, ja esimerkiksi olivatko tunteet pelaamisen aikana samanlaiset koko ajan – kuinka paljon tarina tai musiikki vaikuttivat pelikokemukseen pelaamisen eri vaiheissa. Aihetta voisi tutkia koehenkilöiden avustuksella ja tarkkailla heidän pelaamistaan kameroiden, sykemittareiden ja haastatteluiden avulla. Myös pelien terapeuttisia ja terveydellisiä vaikutuksia olisi hyvä tutkia tarkemmin. Koen että Journeyn kaltaiset taidepelit voisivat toimia monelle henkilölle varteenotettavana rentoutumisen muotona. Myös pelin saama suosio toimii suunnannäyttäjänä muille peliyhtiöille siitä, kuinka erilaisetkin pelikokemukset voidaan ottaa lämpimästi vastaan hyvin tehtyinä.

LÄHTEET

- Bogost, I. (cop. 2011). *How to do things with videogames*. Minneapolis (Minn.): University of Minneapolis Press.
- Brockmyer, J. H., Fox, C. M., Curtiss, K. A., McBroom, E., Burkhart, K. M., & Pidruzny, J. N. (2009). The development of the game engagement questionnaire: A measure of engagement in video game-playing. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45(4), 624-634.
- Brown, E., & Cairns, P. (2004). A grounded investigation of game immersion. *CHI'04 Extended Abstracts on Human Factors in Computing Systems*, 1297-1300.
- Bullerjahn, C., & Güldenring, M. (1994). An empirical investigation of effects of film music using qualitative content analysis. *Psychomusicology: A Journal of Research in Music Cognition*, 13(1-2), 99.
- Calleja, G. (2007). Digital games as designed experience: Reframing the concept of immersion. *Unpublished Doctoral Thesis, Victoria University of Wellington, Wellington*.
- Chen, J. (2007). Flow in games (and everything else). *Communications of the ACM*, 50(4), 31-34.
- Collins, K. (2005). From bits to hits: video games music changes its tune. *Film International*, 12(2005), 4-19.
- Csikszentmihalyi, M. (1991). *Flow: The psychology of optimal experience* HarperPerennial New York.
- Csikszentmihalyi, M. (1997). *Finding flow: The psychology of engagement with everyday life* Basic Books.
- Cunningham, S., Engelstätter, B., & Ward, M. R. (2011). Understanding the effects of violent video games on violent crime. *ZEW-Centre for European Economic Research Discussion Paper*, (11-042)
- Eppley, K. R., Abrams, A. I., & Shear, J. (1989). Differential effects of relaxation techniques on trait anxiety: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 45(6), 957-974.
- Gabrielsson, A., & Wik, S. L. (2003). Strong Experiences Related to Music: A Descriptive System. *Musicae scientiae*, 7(2), 157-217.
- Jennett, C., Cox, A. L., Cairns, P., Dhoparee, S., Epps, A., Tijs, T., & Walton, A. (2008). Measuring and defining the experience of immersion in games. *International Journal of Human-Computer Studies*, 66(9), 641-661.

- Kallio, K. P., & Mäyrä, Frans & Kaipainen, Kirsikka. (2011). At least nine ways to play: Approaching gamer mentalities. *Games and Culture* (2010)
- Kellert, S. R. (1995). *The biophilia hypothesis* Island Press.
- McMahan, A. (2003). Immersion, engagement and presence. *The Video Game Theory Reader*, , 67-86.
- Pagnini, F., Manzoni, G. M., Castelnuovo, G., & Molinari, E. (2013). A brief literature review about relaxation therapy and anxiety. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 8(2), 71-81.
- Primack, B. A., Carroll, M. V., McNamara, M., Klem, M. L., King, B., Rich, M., . . . Nayak, S. (2012). Role of video games in improving health-related outcomes: A systematic review. *American Journal of Preventive Medicine*, 42(6), 630-638.
- Russoniello, C., O'Brien, K., & Parks, J. M. (2009). The effectiveness of casual video games in improving mood and decreasing stress. *Journal of Cyber Therapy and Rehabilitation*, 2(1), 53-66.
- Sanders, T., & Cairns, P. (2010). Time perception, immersion and music in videogames. *Proceedings of the 24th BCS Interaction Specialist Group Conference*, 160-167.
- Schäfer, T., Sedlmeier, P., Städtler, C., & Huron, D. (2013). The psychological functions of music listening. *Frontiers in Psychology*, 4
- Slater, M. (1999). Measuring presence: A response to the witmer and singer presence questionnaire. *Presence: Teleoperators and Virtual Environments*, 8(5), 560-565.
- Sweetser, P., & Wyeth, P. (2005). GameFlow: A model for evaluating player enjoyment in games. *Computers in Entertainment (CIE)*, 3(3), 3-3.
- Thoma, M. V., La Marca, R., Brönnimann, R., Finkel, L., Ehlert, U., & Nater, U. M. (2013). The effect of music on the human stress response. *PloS One*, 8(8), e70156.
- Whitaker, J. L., & Bushman, B. J. (2012). "Remain calm. be kind." effects of relaxing video games on aggressive and prosocial behavior. *Social Psychological and Personality Science*, 3(1), 88-92.
- Wirth, W., Hartmann, T., Böcking, S., Vorderer, P., Klimmt, C., Schramm, H., . . . Gouveia, F. R. (2007). A process model of the formation of spatial presence experiences. *Media Psychology*, 9(3), 493-525.
- Zentner, M., Grandjean, D., & Scherer, K. R. (2008). Emotions evoked by the sound of music: Characterization, classification, and measurement. *Emotion*, 8(4), 494.

LIITE 1**Journey - Game Questionnaire**

This form is open from 1st to 24th of March 2015

Select your gender *

- Male
- Female

Select your age *

- 15-18
- 19-22
- 23-26
- 27-30
- 31-34
- 35 +

How many hours do you play computer/video games weekly?

- Less than 2 hours
- 2 - 5 hours
- 6 - 10 hours
- More than 10 hours

What do you usually listen to when playing computer/video games?

- Game's music
- Music of my own choice
- Muu:

What are your favourite game genres?
choose at least one (1), not more than five (5)

- Action
- Adventure
- Art games
- First-person shooters
- Indie games
- Multiplayer online games
- Platformers
- Role-playing games
- Simulation games
- Strategy
- Muu:

When did you play Journey last time?
(Following questions will be about the video game Journey)

- Less than a week ago
- More than a week ago
- More than a months ago
- More than two months ago

When playing Journey, do you feel like you are part of the game's world?
1 = Highly disagree, 3 = Don't agree, don't disagree, 5 = Highly agree

1 2 3 4 5

Disagree Agree

Does playing Journey make you feel relaxed? *

1 2 3 4 5

Disagree Agree

In Journey, list these features in order of importance to you

1 = least important, 4 = most important. You can only give one answer to each column

	1	2	3	4
Graphics	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Plot/Story	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Game mechanics (How the game feels to play)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Audio (Music, sound effects etc.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

When playing Journey, do you feel like you lose track of time?

	1	2	3	4	5	
Disagree	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Agree

Do you often play for a longer period of time than you were planning?

	1	2	3	4	5	
Disagree	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Agree

Why do you play Journey?

Do you lose track of where you are when playing Journey?

	1	2	3	4	5	
Disagree	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Agree

With what audio equipment do you play Journey with?

- Headphones
- TV speakers
- Muu:

In Journey, mark the importance of these auditive features

1 = not important, 3 = moderately important, 5 = Very important. Ambience means the game world's soundscape, Feedback sounds mean the sound effects heard when jumping/interacting in the game, Soundtrack means the musical compositions

	1	2	3	4	5
Ambience	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Feedback sounds	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Soundtrack	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

When playing Journey, what do you listen to?

- Game's music
- Music of my own choice
- Muu:

When playing Journey, do you feel like you play without even thinking how to play?

1 2 3 4 5

Disagree Agree

How does the music of Journey make you feel?

	1. Not at all	2. Somewhat	3. Moderately	4. Quite a lot	5. Very much
Wonder (Filled with wonder, Dazzled, Allured, Moved)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Transcendence (Fascinated, Overwhelmed, Feelings of transcendence and spirituality)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Power (Strong, Triumphant, Energetic, Fiery)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tenderness (Tender, Affectionate, In love, Mellowed)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nostalgia (Nostalgic, Dreamy, Sentimental, Melancholic)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Peacefulness (Serene, Calm, Soothed, Relaxed)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Joyful Activation (Joyful, Amused, Animated, Bouncy)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	1. Not at all	2. Somewhat	3. Moderately	4. Quite a lot	5. Very much
Sadness (Sad, Sorrowful)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tension (Tense, Agitated, Nervous, Irritated)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

When playing Journey, do you feel scared?

1 2 3 4 5

Disagree Agree

Do you have trouble listening to other people when you are playing the game?

1 2 3 4 5

Disagree Agree

Does your playing feel automatic to you?

1 2 3 4 5

Disagree Agree

Once started, do you often times feel that you can't stop playing Journey?

1 2 3 4 5

Disagree Agree

In one paragraph, how would you describe your feelings after you have played Journey?

Does the music in Journey help you get into the game experience?

1 2 3 4 5

Disagree Agree

Can you tell if you're getting tired when you are playing Journey?

1 2 3 4 5

Disagree Agree

When playing, do you feel like you are part of the game world of Journey?

1 2 3 4 5

Disagree Agree

Does the time feel to stand still or stop as you are playing Journey?

1 2 3 4 5

Disagree Agree

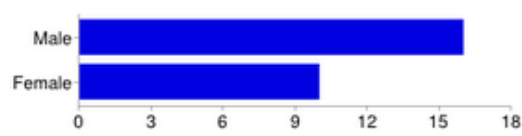
Thank you for taking part in this questionnaire!

Comments about the questionnaire can be written here (optional)



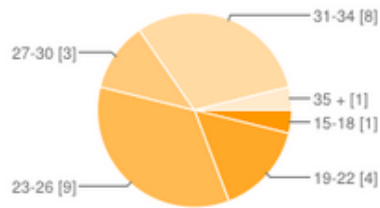
LIITE 2

Select your gender



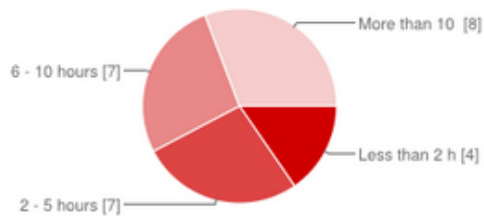
Male	16	61.5 %
Female	10	38.5 %

Select your age



15-18	1	3.8 %
19-22	4	15.4 %
23-26	9	34.6 %
27-30	3	11.5 %
31-34	8	30.8 %
35 +	1	3.8 %

How many hours do you play computer/video games weekly?



Less than 2 hours	4	15.4 %
2 - 5 hours	7	26.9 %
6 - 10 hours	7	26.9 %
More than 10 hours	8	30.8 %

What do you usually listen to when playing computer/video games?



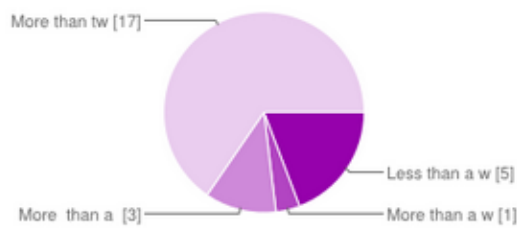
Game's music	25	96.2 %
Music of my own choice	0	0 %
Muu	1	3.8 %

What are your favourite game genres?



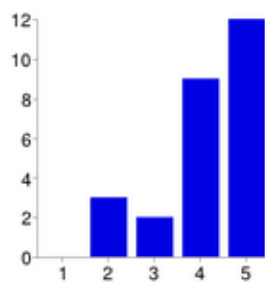
Genre	Count	Percentage
Action	13	50 %
Adventure	22	84.6 %
Art games	11	42.3 %
First-person shooters	11	42.3 %
Indie games	12	46.2 %
Multiplayer online games	5	19.2 %
Platformers	4	15.4 %
Role-playing games	19	73.1 %
Simulation games	4	15.4 %
Strategy	6	23.1 %
Muu	0	0 %

When did you play Journey last time?



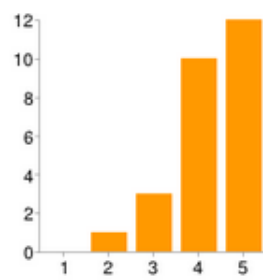
Time Period	Count	Percentage
Less than a week ago	5	19.2 %
More than a week ago	1	3.8 %
More than a months ago	3	11.5 %
More than two months ago	17	65.4 %

When playing Journey, do you feel like you are part of the game's world?



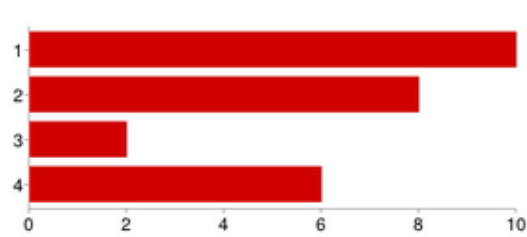
Rating	Count	Percentage
1	0	0 %
2	3	11.5 %
3	2	7.7 %
4	9	34.6 %
5	12	46.2 %

Does playing Journey make you feel relaxed?



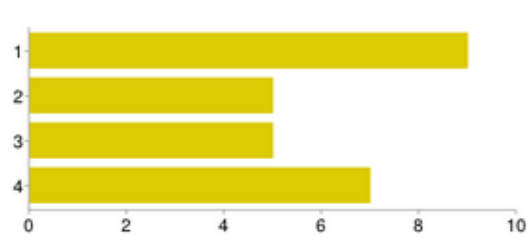
1	0	0 %
2	1	3.8 %
3	3	11.5 %
4	10	38.5 %
5	12	48.2 %

Graphics [In Journey, list these features in order of importance to you]



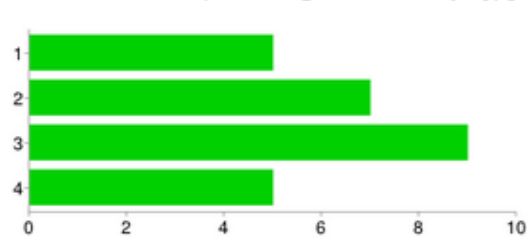
1	10	38.5 %
2	8	30.8 %
3	2	7.7 %
4	6	23.1 %

Plot/Story [In Journey, list these features in order of importance to you]



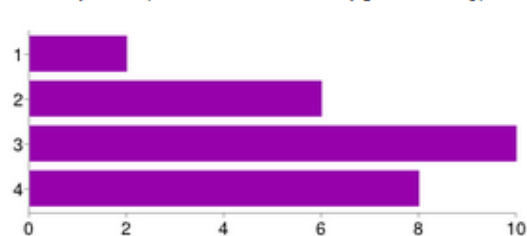
1	9	34.6 %
2	5	19.2 %
3	5	19.2 %
4	7	28.9 %

Game mechanics (How the game feels to play) [In Journey, list these features in order of importance to you]



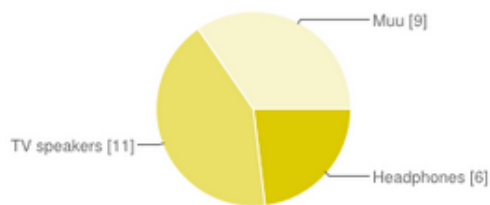
1	5	19.2 %
2	7	28.9 %
3	9	34.6 %
4	5	19.2 %

Audio (Music, sound effects etc.) [In Journey, list these features in order of importance to you]



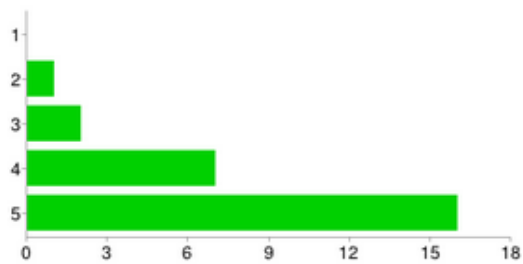
1	2	7.7 %
2	6	23.1 %
3	10	38.5 %
4	8	30.8 %

With what audio equipment do you play Journey with?



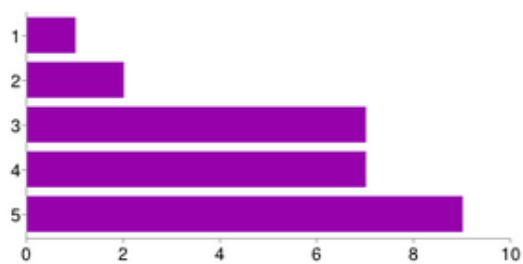
Headphones	6	23.1 %
TV speakers	11	42.3 %
Muu	9	34.6 %

Ambience [In Journey, mark the importance of these auditive features]



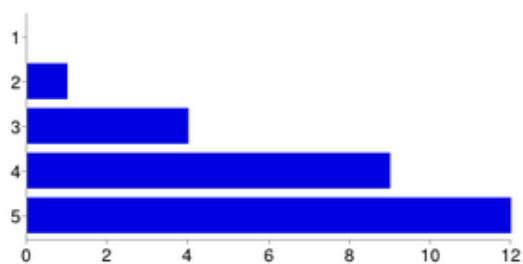
1	0	0 %
2	1	3.8 %
3	2	7.7 %
4	7	26.9 %
5	16	61.5 %

Feedback sounds [In Journey, mark the importance of these auditive features]



1	1	3.8 %
2	2	7.7 %
3	7	26.9 %
4	7	26.9 %
5	9	34.6 %

Soundtrack [In Journey, mark the importance of these auditive features]



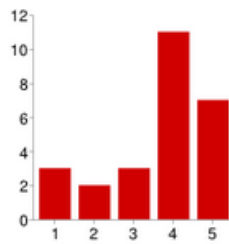
1	0	0 %
2	1	3.8 %
3	4	15.4 %
4	9	34.6 %
5	12	46.2 %

When playing Journey, what do you listen to?



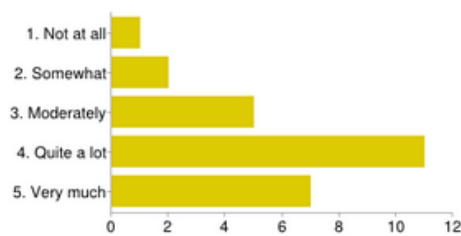
Game's music	26	100 %
Music of my own choice	0	0 %
Muu	0	0 %

When playing Journey, do you feel like you play without even thinking how to play?



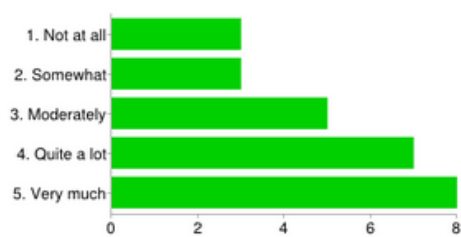
1	3	11.5 %
2	2	7.7 %
3	3	11.5 %
4	11	42.3 %
5	7	28.9 %

Wonder (Filled with wonder, Dazzled, Allured, Moved) [How does the music of Journey make you feel?]

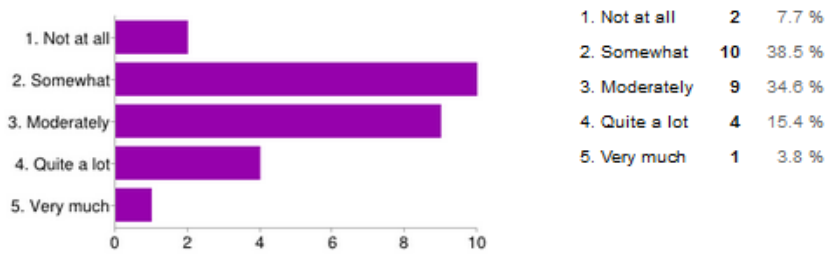
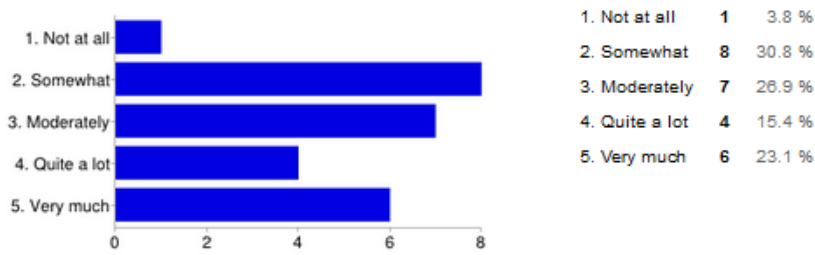
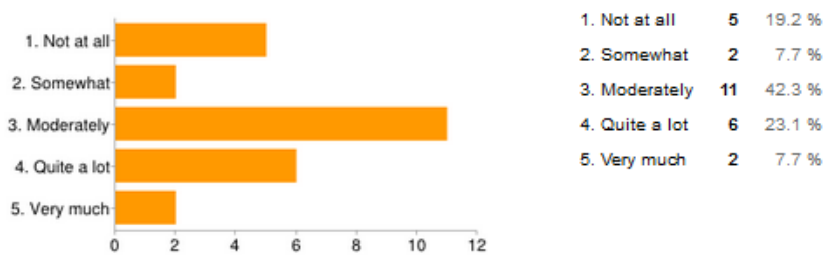
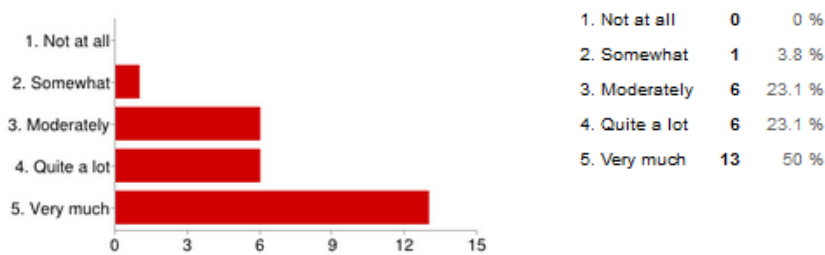


1. Not at all	1	3.8 %
2. Somewhat	2	7.7 %
3. Moderately	5	19.2 %
4. Quite a lot	11	42.3 %
5. Very much	7	28.9 %

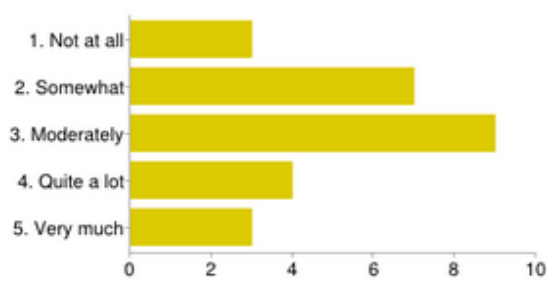
Transcendence (Fascinated, Overwhelmed, Feelings of transcendence and spirituality) [How does the music of Journey make you feel?]



1. Not at all	3	11.5 %
2. Somewhat	3	11.5 %
3. Moderately	5	19.2 %
4. Quite a lot	7	28.9 %
5. Very much	8	30.8 %

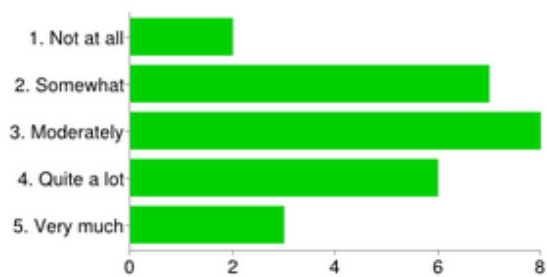
Power (Strong, Triumphant, Energetic, Fiery) [How does the music of Journey make you feel?]**Tenderness (Tender, Affectionate, In love, Mellowed) [How does the music of Journey make you feel?]****Nostalgia (Nostalgic, Dreamy, Sentimental, Melancholic) [How does the music of Journey make you feel?]****Peacefulness (Serene, Calm, Soothed, Relaxed) [How does the music of Journey make you feel?]**

Joyful Activation (Joyful, Amused, Animated, Bouncy) [How does the music of Journey make you feel?]



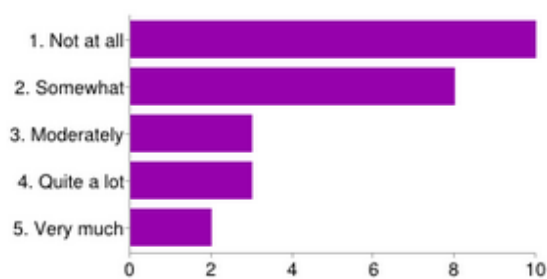
1. Not at all	3	11.5 %
2. Somewhat	7	26.9 %
3. Moderately	9	34.6 %
4. Quite a lot	4	15.4 %
5. Very much	3	11.5 %

Sadness (Sad, Sorrowful) [How does the music of Journey make you feel?]



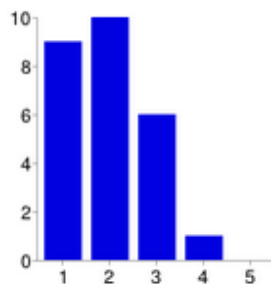
1. Not at all	2	7.7 %
2. Somewhat	7	26.9 %
3. Moderately	8	30.8 %
4. Quite a lot	6	23.1 %
5. Very much	3	11.5 %

Tension (Tense, Agitated, Nervous, Irritated) [How does the music of Journey make you feel?]



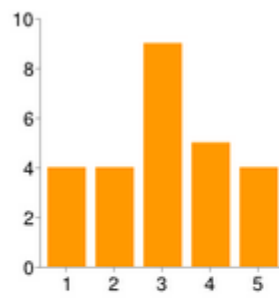
1. Not at all	10	38.5 %
2. Somewhat	8	30.8 %
3. Moderately	3	11.5 %
4. Quite a lot	3	11.5 %
5. Very much	2	7.7 %

When playing Journey, do you feel scared?



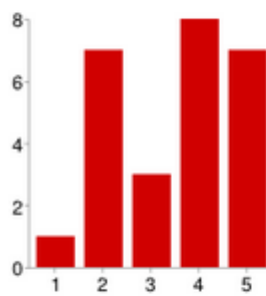
1	9	34.6 %
2	10	38.5 %
3	6	23.1 %
4	1	3.8 %
5	0	0 %

Do you have trouble listening to other people when you are playing the game?



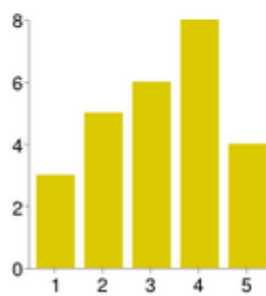
1	4	15.4 %
2	4	15.4 %
3	9	34.6 %
4	5	19.2 %
5	4	15.4 %

Does your playing feel automatic to you?



1	1	3.8 %
2	7	26.9 %
3	3	11.5 %
4	8	30.8 %
5	7	26.9 %

Once started, do you often times feel that you can't stop playing Journey?



1	3	11.5 %
2	5	19.2 %
3	6	23.1 %
4	8	30.8 %
5	4	15.4 %

Does the music in Journey help you get into the game experience?



Can you tell if you're getting tired when you are playing Journey?



When playing, do you feel like you are part of the game world of Journey?



Does the time feel to stand still or stop as you are playing Journey?

