

**Pelillisuus isyyteen valmistautumisen tukena
odotusvaiheessa**
Suvi Koivunen

Pro Gradu -tutkielma
Syyslukukausi 2020
Kasvatustieteiden laitos
Jyväskylän yliopisto

TIIVISTELMÄ

Koivunen, Suvi. 2020. Pelillisuus isyyteen valmistautumisen tukena odotusvaiheessa. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. 71 sivua.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää odotusaikaisten isien käsityksiä pelillisyydestä osana isyyteen valmistautumista. Pelillisyyttä tutkitaan VauvaPolku-pelin avulla, jossa pelin tarkoituksena on tukea vanhempien kasvua omaan vanhemmuuteensa. Tutkimuksessa selvitetään myös odotusaikaisten isien kehitysideoita VauvaPolku-peliä kohtaan. Tutkimukseen osallistui kuusi miestä ja he olivat iältään 25–40-vuotiaita. Tutkimuksen aineisto kerättiin puolistrukturoituna ryhmähaastatteluna sekä kolmena yksilöhaastatteluna. Tutkimus on laadullinen fenomenografinen tutkimus.

Tutkimus osoitti, että VauvaPolku-peliä pidettiin toimivana apuna isyyteen valmistautumisen kannalta. Pelin koettiin helpottavan raskauden sekä lapsen tulon konkretisoitumista, ja näin helpottavan isyyteen valmistautumista. Odotusaikaiset isät uskoivat VauvaPolku-pelin toimivan hyvänä pohjana kumppanin kanssa käytävälle keskustelulle vanhemmuuteen sekä lapseen liittyen. VauvaPolku-pelin kehittämisen kannalta isät toivoivat peliin keinoja, joiden avulla omien ajatusten prosessoiminen olisi helpompaa, kuten tekstikentän, tallennusmahdollisuuden sekä jaa-toiminnon lisäämisen. Peliä voitaisiin kehittää myös mielekkyydeltään ja käytettävyydeltään paremmaksi esimerkiksi luomalla pelistä sovellusversion.

VauvaPolku-peliä on siis perusteltua pelata isyyteen valmistautumisen kannalta. Peliä voidaan lisäksi hyödyntää osana neuvolapalveluita. Peliä pelatessa nousseista ajatuksista voi keskustella ja kysyä itseä askarruttavia kysymyksiä neuvolan hoitohenkilökunnalta. Näin VauvaPolku-peli ja neuvola tukevat toisiaan ja toimivat odotusaikaisten isien apuna ja tukena ennen lapsen syntymää.

Asiasanat: isyys, odotusaika, isyyteen valmistautuminen, pelillisuus, digitaaliset oppimispelit

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ

SISÄLTÖ

1	Johdanto	4
2	Isyys odotusaikana	6
2.1	Isyyteen valmistautuminen odotusaikana	6
2.2	Isyyteen sitoutuminen.....	8
2.3	Isyyteen valmistautumisen tukeminen.....	9
3	Pelillisyyden hyödyntäminen isyyteen valmistautumisessa	12
3.1	Pelillisuus ja pelillinen oppiminen	12
3.2	Pelillisuus tuen muotona.....	13
3.3	Isät ja pelillisuus	15
4	Tutkimuskysymykset.....	18
5	Tutkimuksen toteuttaminen	19
5.1	Tutkimuksellinen lähestymistapa ja lähtökohdat	19
5.2	Tutkittavat.....	20
5.3	Tutkimusaineiston keruu.....	20
5.4	Aineiston analyysi	23
5.5	Eettiset ratkaisut.....	25
6	VauvaPolku-peli kompassina kohti omannäköistä isyyttä	28
6.1	Oman isyyden prosessoiminen odotusaikana.....	28
6.2	Pelin avulla vuorovaikutuksen edistäminen	35
6.3	Pelin informatiivisuus	38
6.4	Käyttäjäkokemus pelistä	41
7	Kehitysideoita VauvaPolku-peliin	48

7.1	Keinoja omien ajatusten prosessoinnin helpottamiseen	49
7.2	Pelin mielekkyyden parantaminen	51
7.3	Pelin käytettävyyden kehittäminen	54
8	Pohdinta	57
8.1	Keskeiset tulokset ja johtopäätökset.....	57
8.1.1	VauvaPolku-peli kompassina kohti omannäköistä isyyttä	58
8.1.2	Vauvapolku-pelin kehitysideat	61
8.2	Tutkimuksen luotettavuus ja rajoitukset.....	62
8.3	Jatkotutkimusehdotukset.....	65
	Lähteet:.....	67

1 Johdanto

Aiemmin isän rooli on ollut toimia perheen päänä ja leiväntuojana. Nykyajan isältä odotetaan kuitenkin enemmän kuin elättämistä; heiltä odotetaan hellyyttä ja sitoutumista. (Vuori 2004, 47–49.) Isiltä odotetaan aktiivista toimijuutta ja hoivaisuutta. Vahvistuvan isyyden käsite liittyy voimakkaasti isän sitoutuneisuuteen, hoivaavuuteen sekä lapsen isäsuhteen läheisyyteen ja lämpimyyteen. (Huttunen 2014, 181–186.) Isäksi tulon vaihe alkaa usein, kun tieto raskaudesta on varmistunut. Tästä alkaa valmistautuminen isyyteen ja lapsen tuloon.

Vanhemmuuteen valmistautuminen herättää isissä usein monenlaisia tunteita pelosta onnen tunteisiin (Åsenhed, Kilstram, Alehagen, & Baggens 2014). Isät saattavat kuitenkin kokea jäävänsä lapsen odotuksessa ulkopuolisiksi (Chin, Hall & Daishes 2011; Deave & Johnson 2008), ja tuntea jäävänsä yksin omien kokemustensa kanssa (Locock & Alexander 2006). Isät voivat kokea, etteivät ole vielä valmiita isyyteen (Deave & Johnson 2008), ja tarvitsevansa lisää tietoa vanhemmuudesta ja lastenhoidosta (Lähteenmäki & Neitola 2014, 70–71). Lapsen tuloa voi olla myös vaikea sisäistää. Raskautta konkretisoi esimerkiksi ultraäänitutkimus, jossa lapsen näkeminen voi realisoida raskautta myös isälle. (Åsenhed ym. 2014.)

Miehen sitoutuminen isyyteensä edistää koko perheen hyvinvointia, tukee lapsen kasvua ja kehitystä sekä parantaa parisuhdetta (Mykkänen & Eerola 2014, 49–52). Isän sitoutumattomuuden ja laiminlyövän suhtautumisen on taas nähty vaikuttavan lapsen riskikäyttäytymiseen ja negatiivisiin kehityspiirteisiin (Huttunen 2014, 185–186). Isyyteen valmistautumisessa ja siihen sitoutumisessa voi saada tukea neuvolan kautta esimerkiksi perhevalmennuksen tai erilaisten sovellusten avulla (Salzmann-Erikson & Eriksson 2013). Näin ollen on selvää, että isiä tulisi tukea isyyteen valmistautumisessa jo aivan isyyden esiportailta alkaen. Tästä syystä on hyvä tutkia isyyteen valmistautumista ja siihen liittyviä toiveita ja tarpeita. Tässä tutkimuksessa keskitytään isien tutkimiseen, sillä isyyttä ja siihen valmistautumista on tutkittu selvästi äitiyttä vähemmän. Isiä on

myös saatettu tutkia äitien käsitysten kautta, jolloin isän oma ääni ei ole tullut kuulluksi. (Eerola & Mykkänen 2014, 7–10.)

Digitaalisen kehityksen ansiosta oppimisympäristöjä on nykyään helppo pelillistää eli kehittää pelimuotoon. Pelaamisen ja pelillisen lähestymistavan avulla pelaajan on mahdollista käsitellä itselleen mielenkiintoisia ja tärkeitä teemoja. (Punna & Raitio 2016; Raitio, Kivinen & Hopia 2014.) Tästä syystä opinnäytetyössä tutkittiin isyyteen valmistautumista pelillisyyden avulla. Pelillisyyden mahdollisuuksia isyyteen valmistautumisen kannalta ei aiemmin ole tutkittu, joten tutkimus on tässä mielessä merkityksellinen. Tässä tutkimuksessa selvitettiin Jyväskylän yliopistossa kehitetyn VauvaPolku-oppimispelin mahdollisuuksista isyyteen valmistautumisessa. Peliä on aiemmin tutkittu osana interventiotutkimusta. Tässä opinnäytetyössä ollaan kiinnostuneita isien käsityksistä VauvaPolku-pelin ja pelillisyyden mahdollisuuksista osana isyyteen valmistautumista. Tutkimuksen avulla kerätään myös tietoa isien kehitysideoista VauvaPolku-pelin kehittämistä varten.

2 Isyys odotusaikana

2.1 Isyyteen valmistautuminen odotusaikana

Tutkittaessa isyyteen valmistautumista on hyvä määritellä, minkälaisesta isyydestä puhutaan. Isyystutkija Jouko Huttusen (2001, 57–65) mukaan on olemassa neljä isyyden muotoa, jotka ovat biologinen, juridinen, sosiaalinen ja psykologinen isyys. Biologinen isyys tarkoittaa, että isällä ja lapsella on perinnöllinen eli biologinen suhde. Lapsi on siis syntynyt isänsä sukusoluista. Juridinen isyys tarkoittaa lain mukaisia oikeuksia sekä velvollisuuksia isyyteen. Juridiseksi isäksi voi tullaan avioliitossa isyysolettaman, adoption tai isyyden tunnustamisen myötä. Sosiaalinen isyys syntyy lapsen kanssa vuorovaikutuksessa olemisesta, tämän huolenpidosta ja yhdessä asumisesta. Psykologinen isyys taas tarkoittaa kiintymyksellistä ja tunteisiin pohjautuvaa isyyttä. (Huttunen 2001, 57–65.) Isäksi ja vanhemmaksi tullaan yleisimmin biologisesti, mutta vanhemmaksi tulo esimerkiksi adoption, sijaisvanhemmuuden, uus- tai sateenkaariperheen kautta on yleistynyt (Eerola & Mykkänen 2014, 14–15). Eri isyyden muodot eivät sulje toisiaan pois, mutta niiden luokittelu auttaa isyyttä tutkittaessa. Tässä tutkielmassa keskitytään isiin, jotka ovat lastensa biologisia isiä.

Rytkösen, Sanerin ja Tikan (2011, 29–31) mukaan isillä kokemus vanhemmuudesta alkaa vahvistua vasta lapsen syntymän aikoihin, kun taas äidin kokemus vanhemmuudesta lisääntyy koko raskausajan ja voimistuu lapsen syntymän jälkeen. Tässä eron tekevät esimerkiksi äidin kokemat fyysiset ja psyykkiset muutokset, jotka auttavat valmistautumaan lapsen tuloon. Isälle nämä muutokset eivät ole yhtä selkeitä, jolloin myös isyyteen kasvaminen on hitaampaa. (Rytkönen ym. 2011, 29–31.)

Odotusaika on tärkeä vaihe isyyteen siirtymisessä ja siihen valmistautumisessa tunteiden osalta. Odotusaika voi olla isille hyvin voimakkaiden tunteiden aikaa, jolloin tunteet vaihtelevat laidasta laitaan (Åsenhed ym. 2014, 1314–1315). Isät voivat kokea innostusta lapsen saamisesta, mutta voivat myös samalla kokea

jäävänsä sivustaseuraajiksi odotusaikana ja lapsen hoidossa lapsen synnyttyä (Chin ym. 2011; Deave & Johnson 2008). Samoin kuvasivat myös Väestöliiton vuoden 2006 perhebarometria varten haastatellut isät odotusajasta. Vaikka isät kokivat onnellisuutta raskaudesta ja tulevasta lapsesta, he tunsivat, etteivät olleet äitien tavoin ”mukana odotuksessa” ja lapsen tuomassa elämänmuutoksessa. Ultraäänitutkimukset koettiin kuitenkin hyvinä muistoina, sillä lapsen näkemisen toi konkreettisuutta äidin vatsan kasvun lisäksi. (Paajanen 2006, 26–29.) Raskauden alkuvaiheessa isä saattaa kokea myös huolta kumppaninsa ja syntymättömän lapsensa puolesta (Kowlessar, Fox & Wittkowski 2015) sekä turhautumista siitä, ettei pysty tukemaan raskaana olevaa lapsen äitiä (Åsenhed ym. 2014, 1314–1315).

Isät saattavat myös tuntea itsensä sosiaalisesti näkymättömiksi ja etäisiksi (Eriksson & Salzman-Erikson 2013) sekä jäävänsä huomiotta tunteidensa ja kokemustensa kanssa (Locock & Alexander 2006). He kokevat osaamattomuutta ja valmistautumattomuutta vanhemmuuden tehtäviin (Chin ym. 2011; Deave & Johnson 2008). Locockin ja Alexanderin (2006) mukaan isillä on useita rooleja odotusaikana. He kokevat itsensä vanhempina, sivustaseuraajina, tukijoina, tiedonhankkijoina sekä asioista päättäjinä. Päätöksiä voi joutua tekemään esimerkiksi sikiöpoikkeavassa raskaudenkeskeytys tilanteessa. (Locock & Alexander 2006.)

Mykkänen (2010, 123–133) selvitti väitöskirjatutkimuksessaan isien kertomuksia ensi kertaa isäksi tulosta ja sen herättämistä tunteista. Tutkimuksen isät myös kuvasivat vahvoja tunnekokemuksellisia käännekohtia, jotka muuttivat heidän suhtautumistaan isyyteensä. Toisilla tämä hetki oli raskaudesta kuuleminen ja toisilla odotusaika tai synnytys hetki. Tutkittavat kuvasivat tämän hetken herättävän sellaisia aiemmin kokemattomia tunteita, jotka muuttavat heidän tapansa tarkastella elämää. Moni tutkittavista isistä kertoi tunteistaan avoimesti, mutta oli myös isiä, jotka välttivät tunteikkuutta ja tunteista puhumista, ainakin muiden miesten nähden. (Mykkänen 2010, 123–133.)

2.2 Isyyteen sitoutuminen

Isyyteen valmistautuminen ja isyyteen sitoutuminen kulkevat käsi kädessä. Sitoutunut isä on lapselleen läsnä ja ottaa vastuun tämän hyvinvoinnista (Mykkänen & Eerola 2014, 49–52). Vaikka isän on helpompi huolehtia lapsesta tämän synnyttyä, pystyy isä huolehtimaan lapsesta odotusaikana huolehtimalla esimerkiksi äidin hyvinvoinnista. Sitoutuneeseen isyyteen kuuluu lapsen hyvinvoinnin huomioiminen kokonaisvaltaisesti. Isyyteensä sitoutunut mies huolehtii lapsen kanssa tapahtuvasta vuorovaikutuksesta, läsnäolosta ja emotionaalisesta kiintymyksestä. (Mykkänen & Eerola 2014, 49–52.)

Sitoutunut isyys edellyttää kuitenkin omaa halua, aktiivisuutta sekä kykyä kantaa vastuuta, jotta sitoutuneisuus voi toteutua. Myös suhde lapsen toiseen vanhempaan vaikuttaa isän sitoutuneisuuteen. Kulttuurilla ja isyyttä kunnioittavalla ilmapiirillä on myös tärkeä osa isyyteen sitoutumisessa. (Mykkänen & Eerola 2014, 49–52.) Isyyteen sitoutumisen on siis miehen oma valinta, joka ei kuitenkaan ole irrallinen ympäröivästä yhteisöstä tai yhteiskunnasta. Masciadrellin, Pleckin ja Stueven (2006) mukaan isyyteensä voimakkaasti sitoutuneet miehet tukeutuivat mieluummin vertaistensa kuin omien isiensä puoleen. Tämä voi kuvastaa isyydessä tapahtuvaa muutosta, joka ilmenee sukupolvien välisenä erilaisuutena ja muutoshalukkuutena.

Hawkinsin, Lovejoyn, Holmesin, Blanchardin ja Fawcettin (2008) tutkimuksen mukaan isät, jotka olivat osallistuneet vanhemmuuteen valmistaviin ohjelmiin, joissa keskitytään parisuhteen vahvistamiseen sekä lapsen kehitykseen, olivat sitoutuneempia kuin isät, jotka eivät ohjelmiin osallistuneet. Lapsen äidiltä saatu vähäinen tuki taas voi vähentää isyyteen sitoutumista, sillä usko omiin kykyihin isänä on huonompi (Hawkins ym. 2008). Tässä kumppanilla on siis tärkeä rooli, sillä isän roolia vanhempana voidaan vahvistaa tukemalla ja kannustamalla tätä aktiivisena ja vastuullisena vanhempana (Kruk 2016; Mykkänen & Eerola 2014, 49–52). Kuitenkin isyyteen sitoutuminen lähtee isästä itsestään. Lapsen äiti, läheinen tai muu tuki, voi kuitenkin osaltaan tukea isää omassa vanhemmuudessaan.

Isyydelleen sitoutunut mies tuottaa jaettua vanhemmuutta, ja näin edistää sekä perheen että omaa hyvinvointiaan. Isyyden kannalta parisuhteen ylläpitäminen on hyvin tärkeää. Toimiva parisuhde ja sitoutunut isyys muodostavatkin positiivisen kierteen, jossa toinen auttaa toista. Näin myös vastuu vanhempien välillä jakautuu paremmin. (Mykkänen & Eerola 2014, 49–52.) Isyyteen valmistautuminen ja sen prosessoiminen edesauttaa isyyteen sitoutumista ja tätä kautta tukee koko perheen hyvinvointia. Tämän vuoksi isiä tulee kannustaa ja tukea isyyteen valmistautumisessa.

2.3 Isyyteen valmistautumisen tukeminen

Tuleva isä tarvitsee tukea isyyteen valmistautumiseen. Erityisesti sosiaalisen tuen tarve korostuu odotusaikana (Lähteenmäki & Neitola 2014, 70–74). Kahnin (1979) teorian mukaan sosiaalinen tuki muodostuu emotionaalisesta tuesta, päätöksenteon tuesta sekä konkreettisesta tuesta. Emotionaalisella tuella tarkoitetaan ihmisen ihmiselle olemista, kunnioitusta, ihailua, rakkauden osoittamista sekä turvallisuuden tunteen luomista. Tiedollinen eli päätöksenteon tuki käsittää vahvistamisen, palautteen antamisen sekä vaikuttamisen ihmisen tapaan tehdä päätöksiä. Tiedollista tukea voidaan antaa ohjeistamalla ja palautteen antamisella. Konkreettinen tuki taas pitää sisällään aineellisen tai konkreettisen avun antamisen. Tällaista voi olla taloudellisen tuen, avun, tiedon tai ajan antaminen. (Kahn 1979.)

Isät eivät kuitenkaan aina koe saavansa tarvitsemaansa tukea. Isien on tutkittu kokevan osattomuutta ja jäävänsä liian vähäisen tiedon (Entsieh & Hallström 2016) ja tuen varaan raskausaikana (Deave & Johnson 2008). Uudet isät kokivat, että saavat tukea vain muutamalta taholta tai eivät ollenkaan. Tukea he kokivat saavansa parhaiten esimerkiksi työkavereilta tai omalta isältään. (Deave & Johnson 2008.) Neuvolassa isiä voidaan kannustaa osallistumaan raskauteen sekä synnytykseen, mutta samalla he voivat tuntea ulkopuolisuutta, koska heidän tunteilleen ja ajatuksilleen ei ole tilaa (Locock & Alexander 2006). Salzmänn-Erikson ja Eriksson (2013) ovat tutkineet isien kokemuksia isyyteen valmistautumisesta internet-foorumeilta, jossa isät ovat keskustelleet

terveydenhuollolta saamastaan tuesta. Terveystuella koettiin tärkeänä tiedonlähteenä, josta saa tietoa ja tukea lasta koskeviin huoliin esimerkiksi koulukäynnin liittyen. Kuitenkin isät kertoivat kokeneensa jäävänsä näkymättömiksi tai jopa loukatuiksi. (Salzmann-Erikson & Eriksson 2013.)

Ajatusten jakaminen toisten isien kanssa ja vertaistuen saaminen koetaan parhaana tukena omaa isyyttään pohdittaessa. Isät halusivat puhua toisten isien kanssa omasta isyydestä ja vanhemmuudesta sekä lastenhoidosta. Tärkeänä tukena isille toimivat omat vanhemmat, sukulaiset, ystävät ja tuttavat. Virallisen tuen tarve lisääntyy silloin, jos isällä ja perheellä on vain vähän läheisiä ihmissuhteita ja tuen lähteitä. (Lähteenmäki & Neitola 2014, 70–74.) Isät myös kokevat ns. virallisen avun itselleen kaukaisena ja vieraana (Huttunen 2014, 195). Isät ovat kuvanneet tarvitsevansa odotusaikana erityisesti lisää tietoa lasten hoitamisesta sekä omasta vanhemmuudesta (Lähteenmäki & Neitola 2014, 70–71).

Vuonna 2008 julkaistun Sosiaali- ja terveysministeriön viisi vuotta kestäneen tutkimuksen mukaan isien tukeminen neuvolassa oli parantunut, ja siihen kiinnitettiin enemmän huomiota. Tutkimukseen osallistuneet terveydenhoitajat pitivät isän roolia tärkeänä lapsen kehitykselle ja perheen hyvinvoinnille. Kuitenkin isien tulo neuvolaan kuvattiin olevan kulttuurinen muutos sekä terveydenhoitajille että isille itselleen. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008.) Isät ovat arvioineet neuvolasta saamaansa tukea melko hyväksi, mutta kokivat, ettei neuvolasta saatava tieto ole tarkkaa tai yksilöityä. Terveydenhoitajien ohjeita pidettiin kuitenkin ymmärrettävinä ja kannustavina. Myös ohjaus lisäavun hakemiseen koettiin vähäisenä, ja erityisesti tuen tarpeessa olevien isien tuen saamiseen tulisi kiinnittää parempaa huomiota. (Vuorenmaa, Salonen, Aho, Tarkka & Åstedt-Kurki 2011.)

Terveydenhuoltoalan asiantuntijoille sekä vanhemmille tarkoitettuna äitiysneuvolaoppaan mukaan isä kannustetaan osallistumaan odotusajan käynteihin, isäryhmätoimintaan sekä syntyvien lastensa hoitoon esimerkiksi vanhempainvapaiden käyttöön kannustamalla. Isien osallistumista

äitiysneuvolaan tuetaan esimerkiksi tarjoamalla iltavastaanottoaikoja. (Kansallinen äitiyshuollon asiantuntijaryhmä 2013, 30.)

Ensimmäistä lastaan odottaville vanhemmille järjestetään perhevalmennusta. Sen tarkoituksena on valmentaa vanhempia odotusaikaan, synnytykseen ja lapsivuodeaikaan. (Kansallinen äitiyshuollon asiantuntijaryhmä 2013, 79.) Perhevalmennusta voidaan toteuttaa kasvokkain tai verkossa. Sitä voidaan myös järjestää jo raskausaikana tai lapsen syntymän jälkeen. Myös itseopiskelu toimii monilla. Viimeistään odotusaikana on kuitenkin hyvä alkaa pohtimaan omia asenteitaan ja käsityksiään omasta vanhemmuudestaan. (Alakärppä, Sevón & Rönkä 2019.) Perhevalmennuksen tavoitteissa on esimerkiksi huomion kiinnittäminen isän rooliin tasa-arvoisena vanhempana sekä vanhemmuuteen kasvu (Kansallinen äitiyshuollon asiantuntijaryhmä 2013, 79).

Tuen saaminen ei kuitenkaan ole ainoastaan isän, äidin tai neuvolan käsissä. Myös yhteiskunnallisella tasolla isiä voidaan terveyspalveluiden, kuten neuvolan lisäksi tukea poliittisin keinoin vaikuttamalla esimerkiksi vanhempainvapaisiin liittyvään lainsäädäntöön. (Huttunen 2014, 190–196.) Suomen hallitus on pohtinut esimerkiksi 5+5+5- tai 6+6+6-mallia, jolloin toinen vanhemmista toinen käyttäisi 5 kk, toinen 5 kk ja loput 5 kk jaettaisiin vanhempien kesken (Yle Uutiset 2019; Huttunen 2014, 194). Myös työelämän asenteilla ja käytänteillä voidaan helpottaa tai hankaloittaa isyyden toteuttamista. Asenteiden muutokseen liittyy paljon vallitsevia käsityksiä, joihin muun muassa media on isosti vaikuttamassa. (Huttunen 2014, 190–196.)

3 Pelillisyyden hyödyntäminen isyyteen valmistautumisessa

3.1 Pelillisuus ja pelillinen oppiminen

Tässä opinnäytetyössä tarkastellaan pelillisyyden mahdollisuuksia isyyteen valmistautumisen tukena. Pelillisyyttä ja pelillistä oppimista tarkastellaan tässä luvussa pääosin digitaalisten oppimispelien näkökulmasta, eikä keskitytä esimerkiksi lauta- tai roolipeleihin. Pelillisuus tarkoittaa pelillisten elementtien hyödyntämistä, jotta oppiminen olisi mahdollisimman houkuttelevaa (Apostol, Zarearescu & Alexe 2013). Pelillisyyttä hyödynnetään enemmän ja enemmän myös ei-pelillisissä konteksteissa (Linehan, Kirman & Roche 2014, 101). Pelien ja pelillisten elementtien hyödyntäminen opetus- ja oppimisympäristöissä on lisääntynyt selvästi viimeisen vuosikymmenen aikana. Pelillisyyden avulla halutaan esimerkiksi motivoida pelaajaa tutustumaan pelissä olevaan teemaan. (Ortiz-Rojas, Chiluiza & Valcke 2017.) Pelilliset elementit voivat tuoda tuotteisiin ja palveluihin esimerkiksi onnistumisen, nautinnon, hallinnan, flow'n tai yhteenkuuluvuuden kokemuksia (Koivisto 2017). Pelaaminen voi tuottaa pelaajalle myös esimerkiksi huvia, mielihyvää, motivoitumista, oppimis- ja tunnekokemuksia sekä sitoutumista (Prensky 2007, 106-144). Pelillisyyden hyödyntäminen oppimisen tukena on siis hyvin perusteltua.

Oppimispeleistä on mielekästä puhua silloin, kun kyse on sellaisesta pelistä, joka sijoittuu pelien ja pedagogiikan välille. Peleistä halutaan hyödyntää niiden kokemuksellisuutta ja niihin uppoutumista, ja samalla käsitellä opittavaa asiaa. (Vesterinen & Mylläri 2014, 57.) Apostolin ym. (2013) mukaan oppimispelissä olevia pelillisiä ominaisuuksia on *yleensä* kahdeksan: säännöt, tavoitteet ja selkeä tulos, palaute ja palkinnot, ongelmanratkaisu, tarina, pelaaja/pelaajat, turvallinen ympäristö sekä hallinnan tunne. Samoja elementtejä voidaan nähdä myös ei-pelillisissä oppimistilanteissa esimerkiksi oppimissuunnitelman (tavoite) ja todistuksen (palkinto) muodossa. (Apostol ym. 2013.) Pelillisistä ominaisuuksista oppimispelissä tulee olla haasteet, tavoitteet, palaute sekä pelin

tarina, jotta se voidaan määritellä peliksi (Ibrahim, Yusoff, Mohamed-Omar & Jaafar 2011).

Pelillistäminen tarkoittaa pelillisten kokemusten tuottamista pelisuunnittelun avulla (Koivisto 2017). Pelillistämisen avulla opetettava asia voidaan tehdä mielenkiintoiseksi luomalla pelaajia motivoiva oppimispeliympäristö. Jotta peli voi olla motivoiva ja toimiva, täytyy se suunnitella huolellisesti. Pelkkä tehtävien vieminen digiympäristöön ei riitä. Pelin tulee olla sekä sisällöllisesti että pelillisesti hyvin suunniteltu, toimiva ja käyttäjäystävällinen. (Prensky 2007, 92–93.)

Jotta pelillisuus ja oppiminen voidaan yhdistää tehokkaaksi kokonaisuudeksi, on pelin konteksti ja sen tavoite otettava huomioon pelin suunnitteluvaiheessa. On otettava huomioon kohderyhmä, aihealue, teknologian saatavuus, resurssit, kokemus, laajempi yhteiskunnallinen tilanne sekä pelin jakelun toteuttaminen. (Prensky 2007, 147–151.) Apostolin ym. mukaan (2013) pelin tulee olla tarpeeksi haastava, kiinnostava, hallittava ja kuvitteellinen, jotta se on pelaajalleen motivoiva. On myös hyvä muistaa, että pelin suunnittelu on jatkuva prosessi ja peliä ja sen ominaisuuksia tulee muokata tarpeeseen ja kysyntään sopivaksi (Ramirez & Squire 2014, 647). Oppimispelien ongelmaksi voi kuitenkin nousta se, että peliä pidetään vain pelinä, jolloin oppiminen jää vähäiseksi (Apostol ym. 2013).

3.2 Pelillisuus tuen muotona

Pelillisyyttä ja teknologiaa pystytään tänä päivänä hyödyntämään usein eri tavoin. On olemassa verkkosivuja, sovelluksia ja internetissä pelattavia pelejä, joita on mahdollista pelata tietokoneella, tabletilla tai puhelimella. Pelillisyyden avulla on mahdollista käsitellä helposti laajoja tietomääriä ja aihekokonaisuuksia monipuolisesti, jolloin ne toimivat oppimispeleinä. Myös tukea on mahdollista saada aiempaa useammin teknologiavälitteisesti. (Oksanen, Hämäläinen & Lehkonen 2007, 13–14.)

Suomalaisvanhemmillä on tutkittu internetperustaisen interventiotutkimuksen vaikuttavuutta tyytyväisyyteen sekä minäpystyvyyteen vanhempana. Vanhemmat saivat tukea omaan vanhemmuuteensa, imetykseen sekä lapsen hoitoon liittyvissä asioissa. Heillä oli mahdollisuus ottaa hoitajaan ja kättilöön yhteyttä nimettömästi ja kysyä heitä askarruttavia kysymyksiä kaksi viikkoa synnytyksen jälkeen. Tutkimuksessa testi- ja kontrolliryhmän välillä ei kuitenkaan todettu huomattavia eroja vanhemmuuden tyytyväisyyteen tai minäpystyvyyteen. (Salonen ym. 2011.)

Pelillisyyttä ja mobiilimenetelmiä on tutkittu esimerkiksi sosiaali- ja terveysalan asiakastyössä nuorilla mielenterveyskuntoutujilla. Pelillisyyden avulla voidaan nuoren ohjaaminen helposti liittää osaksi normaalia arkea, ja pelissä pystytään tarkastelemaan niitä asioita, jotka ovat pelaajalle tärkeitä ja oleellisia käsitellä. Yhdessä pelattavat pelit taas mahdollistavat sosiaalisten suhteiden luomisen sekä vuorovaikutuksen pelaajien välillä. (Punna & Raitio 2016; Raitio ym. 2014.) Mielenterveyspalveluita käyttävät kokivat pelillisyyden myönteisenä asiana, vaikka epäilyksiä sen käytöstä heräsi esimerkiksi siitä, korvataanko pelillä ihmiskontaktit tai onko se pelin tarkoitus. Pelien tulisi olla helppokäyttöisiä ja vastata käyttäjiensä tarpeeseen, jotta ne toimisivat hyvänä osana mielenterveyspalveluita. (Hopia & Raitio 2016.)

Tässä tutkimuksessa hyödynnettävä VauvaPolku-peli on oppimispeli, joka on tarkoitettu erityisesti ensimmäistä lastaan odottaville vanhemmille odotusaikaiseksi sekä vauva-ajan tueksi ja avuksi vanhemmuuteen kasvussa. VauvaPolku-peliä pelaamalla vanhemmat saavat tietoa perhe-elämästä ja vanhemmuudesta sekä voivat pohtia omia käsityksiään vanhemmuudesta pelin avulla. Peli on internetissä kaikkien saatavilla, eikä pelin pelaaminen vaadi kirjautumista. Pelissä hyödynnetään ratkaisu- ja voimavaralähtöistä lähestymistapaa. (Raitio, Sevón & Rönkä 2019.)

Pelissä on viisi erilaista pääteemaa tai polkua, joista vanhempi voi itse valita teeman, jota haluaa pelata. Nämä teemat ovat Vanhemmuustaipale, Työraitti, Vauvapuisto, Kumppanuuspolku sekä Verkostokuja. Vanhemmuustaipaleen

polulla käsitellään omaa vanhemmuutta ja oman hyvinvoinnin edistämistä. Työraitti kannustaa pohtimaan työn ja perheen sopivaa yhteensovittamista ja siihen liittyviä seikkoja. Vauvapuisto-teema auttaa vanhempaa vuorovaikutuksessa vauvan kanssa esimerkiksi herkistymällä vauvan tarpeille. Kumppanuuspolku keskittyy parisuhteeseen ja sen hoitamiseen lapsiperhearjessa. Polku kannustaa kasvatusvastuun jakamiseen ja yhdessä kasvattamiseen. Verkostokuja rohkaisee vanhempia puhumaan, jakamaan ajatuksia sekä hakemaan apua ja tukea sitä tarvittaessa. (Raitio ym. 2019.) Tässä tutkimuksessa keskitytään pääosin Vanhemmuustaipaleen teemoihin ja tätä teemaa myös haastateltavat pelaavat ennen haastattelua.

Pelissä käsiteltäviä teemoja ovat muun muassa sujuva arki, parisuhteen ylläpitäminen, ristiriitojen ratkaiseminen, isyyden vahvistaminen sekä hyvää äitiyttä ja isyyttä koskevat odotukset. VauvaPolku-pelissä käytetään myös huumoria, tarinallisuutta, tasoja ja palkintoja, joita usein hyödynnetään vastaavissa oppimispeleissä (Apostol ym. 2013). (Raitio ym. 2019.) Erilaiset tasot ja pistokokeet ja niistä saadut palkinnot motivoivat pelaajaa jatkamaan pelaamista, mutta "liian usein" saadut palkinnot eivät kuitenkaan enää paranna vaan mieluummin laskevat motivaatiota. Myös palkintojen odottamattomuus ja niiden avaamat uudet tasot tai haasteet motivoivat pelaajaa paremmin. (Rigby 2014, 122–125.)

On tutkittu, että VauvaPolku-peliä pelanneet vanhemmat kokivat saavansa pelin pelaamisella tietoa ja emotionaalista tukea esimerkiksi normalisoimalla vanhempien huolia. He kokivat pelistä saatavan tiedon olevan luotettavaa sekä relevanttia. Oppimispeli taipuu myös hyvin aikaan ja tarpeeseen, sillä vanhempi saa itse valita sopivan aiheen ja ajan pelata. Peli on tarkoitettu vanhempien lisäksi myös asiantuntijoille ja päättäjille avuksi ja työvälineeksi. (Raitio ym. 2019.)

3.3 Isät ja pelillisuus

Isien vanhemmuuteen valmistavien pelien pelaamisesta ei ole aiempaa tutkimustietoa. Internetin ja verkkoympäristöjen käyttöä isyyteen

valmistautumisen tukena on kuitenkin aiemmin tutkittu (Eriksson & Salzmänn-Erikson 2013; Salzmänn-Erikson & Eriksson 2013). Erilaisia digitaalisia pelejä pelaavat erityisesti nuoret ja miehet (Meister, Müller-Lietzkow, Burkatzki, & Kröger 2012, 311–313), joten pelillisyyttä on mielekästä hyödyntää miehillä myös oppimispelien näkökulmasta. Tässä tulee kuitenkin ottaa huomioon pelin kohderyhmä, ja kuinka heitä pystytään parhaiten peliin motivoimaan (Apostol ym. 2013).

Erilaisia odotusaikaan liittyviä sovelluksia ja verkkoympäristöjä on kyllä olemassa, mutta ne on kohdennettu lähinnä raskaana oleville naisille tai niissä keskitytään isiin vain pieniltä osin. Sovellusten avulla voidaan esimerkiksi tutkia sikiön kehityksen vaiheita tai kuvata äidin vatsan kasvua. (Thomas, Lupton & Pedersen 2018.) Toki isät voivat yhtä lailla seurata sovelluksesta lapsen kasvun vaiheita. Isille kohdennetut sovellukset ovat kuitenkin vähissä. Tutkimusten mukaan vanhemmuuteen liittyviä sovelluksia käyttävätkin pääosin odottavat ja tuoreet äidit (Thomas ym. 2018; Salonen ym. 2011).

Thomas ym. (2018) ovat tutkineet isien roolia odotukseen liittyvissä sovelluksissa. Tällaiset sovellukset voivat luoda vääriä ja ongelmallisia mielikuvia isyyteen liittyen. Tutkimuksen mukaan näistä sovelluksista saa samanaikaisesti kuvan nykyaikaisesta, osallistuvasta isästä, ja toisaalta tulee kokemus, että isiä pidetään toistaitoisina, avuttomina ja raskaudessa sivullisina. Vielä ei kuitenkaan ole tutkimusta siitä, miten isät niitä käyttävät, ja miten ne edesauttavat isien ymmärrystä raskaudesta ja omasta isyydestään. (Thomas ym. 2018.) Tällaiset mielikuvat voivat olla hyvin haitallisia, ja luoda vääriä mielikuvia. Ne voivat jopa edistää osattomuuden tunnetta raskaudessa.

Internet on helposti saavutettava ympäristö nykyajan vanhemmille tiedon ja tuen kannalta. (Eriksson & Salzmänn-Erikson 2013.) Isille internet on kanava saada tietoa esimerkiksi raskaudesta ja synnytyksestä helposti ja laajasti omien tarpeiden mukaisesti (Johansson, Rubertsson, Rådestad & Hildingsson 2010). Isien onkin tutkittu saavan internetistä tukea erityisesti tietojen, taitojen sekä kokemusten vastavuoroisen jakamisen kautta (Eriksson & Salzmänn-Erikson

2013). Erityisesti tukea haluttiin saada samassa tilanteessa olevilta toisilta isiltä (Eriksson & Salzman-Erikson 2013) isyyteen valmistautumiseen liittyvissä asioissa (Niela-Vilén, Axelin, Salanterä & Melender 2014). Internetin kautta toisilta, samassa tilanteessa olevilta isiltä, haetaan rohkaisua, vuorovaikutusta ja ymmärrystä. Myös huumori on isille tärkeää, koska se parantaa tarinoiden kerrottavuutta ja rikkoo jännitteitä. (Fletcher & StGeorge 2011.) Internet tiedon ja tuen välittäjänä on siis isille tärkeä ympäristö, joten sen tarjonnan olisi hyvä olla kattava ja isät paremmin huomioiva.

4 Tutkimuskysymykset

Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata odotusaikaisten isien käsityksiä digitaalisen oppimispelin käytöstä isyyteen valmistautumisen tukena. Tutkimuksen tavoitteena oli tuottaa tietoa, jonka avulla voidaan ymmärtää ja tukea isiä paremmin isyyteen valmistautumisessa odotusaikana erityisesti pelillisyyden avulla. Tutkimuksessa selvitettiin Jyväskylän yliopistossa kehitetyn VauvaPolku-oppimispelin hyödyntämistä isyyteen valmistautumisen osalta. Tutkimuksessa selvitettiin myös, millaisia kehitysideoita odotusaikaisilla isillä on VauvaPolku-peliä kohtaan, eli miten peliä voitaisiin seuraavaksi lähteä kehittämään. Tutkimus tuotti tietoa VauvaPolku-oppimispelin hyödyntämisestä ja lisäksi yleisemmin isien toiveista ja ideoista liittyen digitaalisiin peleihin vanhemmuuden tukemisessa.

Tutkimuskysymykset ovat:

1. Mitä odotusaikaiset isät ajattelevat VauvaPolku-pelistä osana isyyteen valmistautumista?
2. Millaisia kehitysideoita odotusaikaisilla isillä on VauvaPolku-peliin?

5 Tutkimuksen toteuttaminen

5.1 Tutkimuksellinen lähestymistapa ja lähtökohdat

Tutkimus toteutettiin laadullisena tutkimuksena fenomenografisen lähestymistavan avulla. Huuskon ja Paloniemen (2006) mukaan fenomenografisen tutkimuksen avulla pyritään selvittämään ihmisten käsityksiä ja käsitysten eroavaisuuksia tutkittavasta arkipäivän ilmiöstä. Yksilön tulkintaan vaikuttavat aiemmat käsitykset, tiedot ja kokemukset ilmiöön liittyen. Fenomenografisessa lähestymistavassa ymmärretään, että on olemassa yhteinen todellisuus, joka koetaan ja käsitetään yksilöllisesti eri tavoin. Tarkoituksena ei kuitenkaan ole tuottaa yksilötason kuvauksia ilmiöstä, vaan tuoda esiin käsityksellisiä eroja. Fenomenografisessa lähestymistavassa käsityksiä halutaan ymmärtää sisällöllisesti. (Huusko & Paloniemi 2006.) Fenomenografia laadullisena tutkimussuuntauksena valikoitui tutkimuksen lähestymistavaksi, sillä halusin tutkia isien käsityksiä VauvaPolku-pelistä osana isyyteen valmistautumista odotusaikana sekä heidän esiin tuomiaan kehitysideoita VauvaPolku-peliä kohtaan.

Tutkimus toteutettiin osana Suomen Akatemian Yhteisvanhemmuuteen oppimassa -tutkimuksen (CopaGloba) osatutkimusta. CopaGloba-tutkimuksen tarkoituksena on tutkia yhteisvanhemmuuden kehittymistä, sen haasteita sekä neuvolan ja muiden perhepalveluiden tuen mahdollisuuksia yhteisvanhemmuudelle. (CopaGloba-tutkimus 2020.) Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli syventyä tutkimaan isien käsityksiä pelillisyydestä osana isyyteen valmistautumista odotusaikana. Tutkimukseen osallistuvat miehet pelasivat haastattelun aluksi VauvaPolku-peliä, jonka jälkeen heitä haastateltiin isyyteen valmistautumiseen ja VauvaPolku-peliin liittyen. Tutkimuksessa selvitettiin myös isien käsityksiä VauvaPolku-pelin sisällöistä ja pelillisyydestä.

5.2 Tutkittavat

Tutkimukseen osallistui kuusi isää, jotka odottivat ensimmäistä lastaan tai olivat vastikään lapsen saaneita. Tutkimuksen tutkittavat osallistuivat tämän pilottitutkimuksen kautta CopaGloba-hankkeen osatutkimukseen. Heidät rekrytoitiin muun muassa Facebookin Vauva 2020 -ryhmän, Aktiiviset isät -ryhmän kautta sekä lumipallo-otannan avulla. Lumipallo-otannassa oleellista on tutkittavien rekrytoiminen avainhenkilön kautta (Tuomi & Sarajärvi 2017, 74–75). Sosiaalisen median kautta rekrytoinnin avulla uskottiin löytyvän parhaiten tutkimuksen kohderyhmään kuuluvia henkilöitä eli odotusaikaisia isiä. Tutkimukseen osallistuneet isät olivat iältään 25–40-vuotiaita ja heidän kumppaninsa olivat haastatteluiden aikaan raskausviikoilla 14–34. Yhdellä haastatelluista oli haastattelun aikaan 6 kk:n ikäinen lapsi. Rekrytoinnin haastavuuden vuoksi haastatteluihin otettiin myös äskettäin lapsen saaneet, jotta haastateltavia saataisiin tarpeeksi.

Ryhmähaastattelu järjestettiin yhdessä väitöstutkija Katja Raition kanssa. Ryhmähaastatteluun osallistui kolme miestä, ja loput kolme osallistujaa haastateltiin yksilöhaastattelun avulla. Yksilöhaastatteluita tehtiin ryhmähaastattelun lisäksi, sillä ryhmähaastatteluihin osallistujia ei ollut tarpeeksi, eikä välimatkojen takia ryhmähaastatteluita voitu järjestää. Lisähaastattelujen tekeminen vaikeutui myös alkaneen koronavirusepidemian takia. Kaikki isät odottivat tai olivat juuri saaneet ensimmäisen lapsensa. Ryhmähaastatteluiden tutkittavista käytetään pseudonimiä RH1–RH3, ja yksilöhaastatelluista tutkittavista H1–H3. Haastattelut kestivät 38–64 minuuttia, sisältäen 15 minuutin ajan, joka käytettiin VauvaPolku-pelin pelaamiseen. Tutkimukseen osallistuneet isät saivat elokuvaiput tutkimusprojektilta kiitoksena osallistumisestaan.

5.3 Tutkimusaineiston keruu

Aineiston keruu järjestettiin ryhmä- ja yksilöhaastatteluina helmi-maaliskuussa 2020, ja ne toteutettiin puolistrukturoituina temahaastatteluina. Haastatteluita

oli yhteensä neljä, joista yksi toteutettiin ryhmähaastatteluna, kaksi yksilöhaastatteluna puhelimitse ja yksi yksilöhaastattelu kasvotusten. Ryhmähaastatteluun osallistui kolme haastateltavaa.

Aineistonkeruumenetelmänä käytin virikehaastattelua. Yksi haastatteluista toteutettiin virikeryhmähaastatteluna. Virikeryhmähaastattelu yhdistää sekä virike- että ryhmähaastattelun. Virikkeenä haastatteluissa toimi VauvaPolku-pelin pelaaminen. Virikehaastattelussa virike voi toimia ärsykkeenä tai projektiivisena peilinä. Ärsykkeenä se aiheuttaa tutkittavassa erilaisia mitattavia reaktioita, joita voidaan tutkia. Tässä tutkimuksessa virike toimii kuitenkin projektiivisena peilinä eli aktivoimalla tutkittavan henkilön tuomaan esille omaa psykologista, sosiaalista tai kulttuurillista mielenmaailmaansa. (Törrönen 2017, 233–234.) Pelin pelaaminen standardoitiin, eli peliä pyrittiin pelaamaan mahdollisimman samalla tavalla haastatteluissa. Tällöin pelikokemus olisi mahdollisimman samanlainen kaikilla haastateltavilla. Näin aineistoa ja tuloksia voidaan verrata keskenään paremmin.

Ryhmähaastattelu aineistonkeruumenetelmänä mahdollistaa ryhmässä esiintyvien ajatusten, ryhmän vuorovaikutuksen sekä ryhmän yhteisesti tuottamien käsitysten ja kuvausten tutkimisen. Yksilöllisten käsityksen esiintuomisen lisäksi ryhmä saattaa vertailla yksilöllisiä käsityksiään ja kokemuksiaan, ja muodostaa näistä erot huomioivan kokonaisuuden. Tarkoituksena ei kuitenkaan ole ryhmän yksimielisyys, vaan sen moniäänisyys. (Pietilä 2017, 112–115.) Ryhmähaastatteluita voidaan myös hyödyntää silloin, kun halutaan kehittää esimerkiksi palvelua tai toimintaa (Mäntyranta & Kaila 2008, 1507–1508).

Myös tutkijan rooli on erilainen ryhmähaastattelussa kuin yksilöhaastattelussa. Tutkija toimii keskustelun ohjaajana, mutta osallistuu keskusteluun vain kysymysten esittäjänä. Ryhmähaastattelussa tutkittavat voivat kommentoida toistensa näkökulmia, ja tutkijan tehtävänä on mahdollistaa erilaisten näkökulmien monipuolinen esiintuominen. (Pietilä 2017, 112–115.) Tutkijalla on tärkeä rooli keskustelun etenemisen ja ryhmähaastattelun onnistumisen kannalta

(Mäntyranta & Kaila 2008, 1508–1510). Ryhmässä keskusteleminen saattaa myös aiheuttaa voimakkaita erimielisyyksiä (Pietilä 2017, 112–115). Omasta tutkijan näkökulmastani ryhmähaastattelu oli kuitenkin onnistunut, ja kaikki osallistujat otettiin hyväksyvästi huomioon omien ajatustensa kanssa. Vaikka tutkittavat olivat joistain asioista eri mieltä, koin, että toisten mielipiteet hyväksyttiin, eikä erilaista ajattelutapaa väheksytty. Tämä on kuitenkin oma tulkintani tilanteesta, ja osallistujilla voi olla tilanteesta erilainen kokemus.

Koska kaikkia haastatteluja ei voitu tehdä ryhmähaastatteluina, tehtiin loput yksilöhaastatteluina puhelimitse tai kasvotusten. Yksilöhaastattelu eroaa ryhmähaastattelusta esimerkiksi tutkijan roolin kautta. Tutkijalla on yksilöhaastattelussa hieman aktiivisempi rooli, sillä haastateltava ohjaa puheensa hänelle. (Pietilä 2017, 112–115.) Välimatkojen takia osa yksilöhaastatteluista tehtiin puhelimitse, ja tämä onkin yksi puhelinhaastattelun hyvistä puolista. Puhelinhaastattelut voidaan hoitaa sekä ajallisesti sekä kustannuksiltaan tehokkaasti. Moni on myös helpompi tavoittaa puhelimitse, kuten tässäkin tutkimuksessa. Puhelinhaastattelu tarjoaa myös vastaajalle yksityisyyttä ja suojaa erityisesti, jos tutkimusaihe on arka. (Ikonen 2017, 231–234.)

VauvaPolku-peli esiteltiin ennen haastattelua kertomalla lyhyesti sen taustasta. Tämän jälkeen haastateltavia ohjeistettiin, miten peliä pelataan. Tutkittavat isät pelasivat VauvaPolku-pelistä aluksi Vauvapuisto-teemaa ja tämän jälkeen Vanhemmuustaipaletta. Vauvapuiston tarkoituksena on antaa vinkkejä lapsen ja vanhemman välisestä vuorovaikutuksesta, sekä opettaa tunnistamaan ja ymmärtämään vauvan tarpeita. Vanhemmuustaipaleen tarkoituksena on rohkaista vanhempia omannäköiseen vanhemmuuteen, sekä pohtia oman hyvinvoinnin edistämistä. (Raitio ym. 2019.) Pelin pelaamisessa keskityttiin kuitenkin Vanhemmuustaipaleeseen, sillä se käsittelee aiheita, joita tässä tutkimuksessa halutaan tutkia. Peliä pelattiin itsenäisesti 15 minuuttia sekä ryhmä- että yksilöhaastatteluissa. Haastatteluissa keskityttiin selvittämään tutkittavien isien käsityksiä omasta isyyteen valmistautumisesta, pelin pelaamisesta ja sisällöistä sekä pelin mahdollisuuksista tukea isyyteen

valmistautumista. Odotusaikaisia isiä haastateltiin myös pelin kehittämiseen liittyvistä teemoista. Haastatteluissa kysyttiin esimerkiksi: ”Mitkä pelin sisällöistä ovat mielestäsi hyödyllisiä isyyteen valmistautumisen kannalta? Kerrotko millä tavalla.” ja ”Mitä mahdollisuuksia näet pelillisellä oppimisella isyyteen valmistautuessa?”.

5.4 Aineiston analyysi

Tutkimuksen aineisto analysoitiin fenomenografisen lähestymistavan mukaisesti teoriaohjaavan analyysin avulla. Teoriaohjaava tai teoriasidonnainen (Puusa 2020, 147) analyysi tarkoittaa, että analyysi ei perustu suoraan teoriaan, mutta yhteys siihen on selkeä. (Tuomi & Sarajärvi 2017, 81–82.) Tutkimuksen kannalta teoreettinen perehtyneisyys on tärkeää tutkimuksen suuntaamisen sekä toteuttamisen kannalta. Aikaisempi tieto voi siis ohjata analyysissä tehtyjä valintoja, mutta sen ei tulisi suoraan vaikuttaa näihin valintoihin. (Huusko & Paloniemi 2006.) Tutkijan tulee alusta asti tarkastella omia käsityksiään ja tulkintojaan kriittisesti, jotta aineiston hankinta tai analyysi eivät tapahtuisi tutkijan omien lähtökohtien ja käsitysten perusteella (Laine 2010, 34).

Ryhmäkeskustelun aineiston analyysissä on mahdollista kiinnittää huomiota sekä ryhmän jäsenten keskinäiseen vuorovaikutukseen että keskustelussa ilmeneviin kulttuurisiin merkityksiin (Pietilä 2017, 111–112). Tämän tutkimuksen analyysissä keskityttiin kuitenkin merkitysten analysointiin, sillä haastatteluita on tehty sekä ryhmä- että yksilöhaastatteluiden avulla. Ryhmän jäsenten keskinäinen vuorovaikutus on kuitenkin otettava huomioon tutkimusta tehtäessä.

Analyysin avulla aineistosta etsittiin merkityksellisiä kokonaisuuksia, joiden avulla voidaan hahmottaa käsitysten suhdetta käsiteltävään ilmiöön (Huusko & Paloniemi 2006). Aineistoon tutustuminen alkoi jo litterointivaiheessa, kun haastattelunauhoitukset muutettiin tekstimuotoon. Aineiston analyysi alkoi aineiston lukemisella useaan kertaan, jotta kokonaisuus haastatteluiden sisällöistä alkoi hahmottua. Lukemisen myötä aineistosta alkoi nousta

tutkimuskysymysten kannalta tärkeitä merkitysyksiköitä (ks. taulukko 1), jotka kuvasivat yhtä ajatuskokonaisuutta (ks. Huusko & Paloniemi 2006). Tässä vaiheessa myös tutkimuskysymykset muokkaantuivat ja saivat lopullisen muotonsa. Etsin aineistosta tutkimuskysymyksiin vastaavia merkityksellisiä ilmauksia, ja merkitsin ne tekstitiedostoon, erottaakseni tärkeät kokonaisuudet toisistaan. Tässä vaiheessa arvioin myös sen, ovatko ajatuskokonaisuudet oleellisia tutkimuskysymysten kannalta. Jos ajatuskokonaisuus ei vastannut kumpaankaan tutkimuskysymykseen, jätettiin se pois analyysistä.

TAULUKKO 1. Esimerkki analyysin etenemisestä

Alkuperäisilmaus	Pelkistys	Alakategoria
<i>Yks tekijä siis, mikä on aika konkreettinen asia on se, että vauva potkii ja liikkuu. Et on hyvin konkreettista sitten et tuolta on joku tulossa. (H2)</i>	Lapsen tulon konkretisoituminen vauvan potkimisen ja liikkumisen myötä.	Lapsen tulon konkretisoituminen
<i>Ehkä niinkun parasta olis se, et pystyis jotenkin synkronoimaan sen tavallaan keskustelun, että sille löytyy aika ja paikka ja motiivi. Ja sitten ihmiset ymmärtää sanat niin eri tavoilla ja sit sä käytät yhtä sanaa joka on toiselle [kumppanille] tarkoittaa yhtä ja sulle toista. (RH2)</i>	Keskustelun synkronoiminen kumppanien välillä, jotta voi pelata erikseen mutta samaa peliä ja keskustella samoista aiheista.	Kumppanien pelien interaktiivisuus ja synkronointi

Kun litteroitu aineisto oli käyty kokonaan läpi, ja tarkastettu, että kaikki analyysiin kuuluvat ilmaukset on merkitty, alkoi ajatuskokonaisuuksien pelkistäminen. Alkuperäisilmausten pelkistämisen avulla tärkeä tieto tiivistetään selkeäksi kokonaisuudeksi (ks. taulukko 1), kuitenkin sen sisältöä menettämättä (Puusa 2020, 145–147). Merkitsin pelkistettyihin ilmaisuihin myös sen, kumpaan tutkimuskysymykseen se vastasi. Siirsin eri tutkimuskysymyksiin vastaavat pelkistykset tässä vaiheessa ei tiedostoihin, ja käsittelin niitä erikseen. Aineiston pelkistämisen jälkeen aloin ryhmittelemään pelkistyyksiä alustaviksi kokonaisuuksiksi. Huuskon ja Paloniemen (2006) mukaan tässä vaiheessa etsitään rakenteellisia eroja, jotka kuvaavat eri tapoja käsittää tutkittavaa ilmiötä.

Näiden erojen tulee olla hyvin selviä, eikä niissä tule olla päällekkäisyyksiä keskenään (Huusko & Paloniemi 2006). Kuvauskategorioiden (ks. taulukko 1) muodostamisen suoritin Excel-ohjelman avulla, ja aloin jaotella niitä sisältönsä mukaan erilaisiin ryhmiin. Tutkimuskysymykset toimivat apuna tässä pelkistysten ryhmittelyssä. Ryhmät muokkaantuivat koko analyysin ajan. Kun ryhmät eli alakategoriat oli muodostettu, aloin pohtia niiden yhteneväisyyksiä post-it lappujen avulla. Näin sain muodostettua alakategorioista mielekkäitä yläkategorioita. Ensimmäisen tutkimuskysymyksen mukaisesti muodostuivat yläkategoriat: *oman isyyden prosessoiminen odotusaikana, pelin avulla vuorovaikutuksen edistäminen, pelin informatiivisuus sekä käyttäjäkokemus pelistä*. Toisen tutkimuskysymyksen mukaisesti VauvaPolku-pelin kehitysideat jaettiin kolmeen yläkategoriaan: *keinoja omien ajatusten kirjaamista varten, pelin mielekkyyden parantaminen sekä pelin käytettävyyden kehittäminen*.

5.5 Eettiset ratkaisut

Pyrin ottamaan tutkimuseettiset kysymykset huomioon läpi tutkimusprosessin tutkimuksen toteutuksesta tutkielman kirjoittamiseen ja viimeistelyyn. Tutkimus ei saa altistaa tutkittavia haitoille, vaan sen tarkoitus on tehdä ja luoda hyvää, ja tähän pyrin koko tutkimuksen ajan (Juuti & Puusa 2020, 167–168). Erityisesti arkaluontoisia asioita tutkittaessa on oltava erityisen tarkkana, kuten tässäkin tutkimuksessa. Isyys ja omat vanhemmuuskokemukset ovat hyvin henkilökohtaisia kokemuksia, ja niistä voi olla vaikea puhua.

Haastatteluiden alussa haastateltaville painotettiin, että kaikki haastatteluissa esiin nousset henkilökohtaiset tiedot ovat luottamuksellisia ja jäävät haastatteluihin osallistuneiden sekä haastattelijoiden tietoon. Myös ryhmähaastatteluun osallistuneille kerrottiin, että toisten osallistujien anonymiteetin turvaamiseksi, ei ryhmähaastatteluun liittyviä tietoja tulisi jakaa eteenpäin. Haastateltaville kerrottiin myös, että he voivat missä tahansa vaiheessa ilmoittaa, etteivät halua osallistua tutkimukseen, jolloin heitä koskevat tiedot poistetaan. Haastatteluihin osallistuneiden henkilöllisyys ei ole tunnistettavissa aineistosta. Aineistoa käsiteltiin luottamuksellisesti ja

tutkielman valmistumisen jälkeen se luovutettiin tietoturvallisuus huomioiden Katja Raitiolle osaksi hänen väitöskirjansa aineistoa. Itse osaltani hävitin aineiston ja siihen liittyvät tiedot asianmukaisin keinoin tutkielman valmistuttua.

Ryhmässä keskustelun eettisiä haasteita saattaa syntyä esimerkiksi nopeatempoisessa tutkimustilanteessa. Joku haastateltavista voi tulla loukatuksi tai paljastaa ryhmäpaineen alla itsestään asioita, joita ei haluaisi. Haastattelijan on oltava sensitiivinen ja reagoitava keskusteluun tarvittaessa. (Mäntyranta & Kaila 2008, 1512.) Ryhmähaastattelun ongelmaksi saattaa myös nousta erilaiset vuorovaikutuksen ongelmat. Ongelmia voi syntyä erityisesti, jos yksi tai useampi osallistuja pyrkii dominoimaan haastattelutilanteessa. Tämä saattaa johtaa siihen, ettei ryhmässä ole turvallista jakaa mielipiteitään, jolloin myös haastattelu saattaa jäädä hyvin yksipuoliseksi. Haastatteliija onkin hyvin tärkeässä roolissa haastattelun onnistumisen kannalta. Vuorovaikutuksen ongelmat voivat olla myös hyvin hienovaraisia, jolloin haastattelijan voi olla vaikea puuttua niihin. (Pietilä 2017, 91–95.) Oman kokemukseni mukaan ryhmähaastattelu sujui hyvin ilman selkeitä vuorovaikutuksen ongelmia, enkä joutunut puuttumaan keskustelutapaan ryhmähaastattelun aikana. Jokaisella osallistujalla on kuitenkin ollut oma henkilökohtainen kokemuksensa haastattelutilanteesta, ja on mahdollista, että tilanne on tuntunut heille turvattomalta tai epämiellyttävältä.

Koska haastatteluissa käytettiin virikkeenä pelaamista, on se otettava huomioon eettisyyttä tarkasteltaessa. Tutkittavat pelasivat VauvaPolku-peliä vain 15 minuuttia ja käsitys pelistä on tullut tämän perusteella. He myös pelasivat peliä pelin alusta, joten heille ei tullut käsitystä siitä, mitä pelin seuraavat tasot tuovat pelaamiseen. Tämä tutkimus ei siis anna tietoa siitä, mitä pidempiaikainen pelaaminen tuo isyyteen valmistautumisen kannalta. On myös otettava huomioon, että pelaaminen tapahtui osassa haastatteluista tutkijan läsnäollessa ja ryhmähaastattelussa tutkijan ja muiden haastateltavien kanssa. Kahdessa puhelinhaastattelussa haastateltavat pelasivat peliä yksin, ilman tutkijan läsnäoloa. Ryhmän tai tutkijan läsnäolo on voinut vaikuttaa tutkittavaan ja esimerkiksi hänen keskittymiseensä.

Otin tutkimuksen eettisyyden huomioon parhaani mukaan tutkimuksen jokaisessa vaiheessa. Eettisyys on osattava huomioida jo tutkimusaiheen valinnassa ja rajauksessa, sekä myöhemmin tutkimuksen analyysissä ja raportoinnissa. Otin huomioon, että tutkimukseen liittyvät valinnat ovat myös moraalisia valintoja. Pohdin tutkimuksen eettisyyttä myös siinä, miten asioista kirjoitin ja miten niitä kuvasin. Oli otettava huomioon omat arvoni, käsitykseni ja tavoitteeni, sillä ne voivat vaikuttaa tutkimukseen epäeettisellä tavalla esimerkiksi vääristämällä tuloksia. (Tuomi & Sarajärvi 2017, 113–115.) Olen omalla toiminnallani pyrkinyt parhaani mukaan tutkimuksen eettiseen toteutukseen tarkastelemalla jokaisen vaiheen eettisiä ongelmia omat arvoni ja kokemukseni huomioiden. CopaGloba-tutkimushankkeelle on haettu ja saatu puoltava lausunto Jyväskylän yliopiston eettiseltä toimikunnalta.

6 VauvaPolku-peli kompassina kohti omannäköistä isyyttä

Tutkimuksessa selvitettiin odotusaikaisten isien käsityksiä digitaalisen oppimispelin hyödyntämisestä isyyteen valmistautumisessa. Isien käsitykset isyyteen valmistautumisesta VauvaPolku-pelin avulla voitiin jakaa neljään eri teemaan: *oman isyyden prosessoiminen odotusaikana, pelin avulla vuorovaikutuksen edistäminen, pelin informatiivisuus sekä käyttäjäkokemus pelistä*. Odotusaikaiset isät kokivat pelin ohjaavan myötätuntoisesti kohti omannäköistä vanhemmuutta ja lapsen syntymää. VauvaPolku-peli toimi myös ajatusten herättelijänä ja keskustelun tukijana odotusaikaisille isille.

6.1 Oman isyyden prosessoiminen odotusaikana

Oman isyyden prosessoiminen odotusaikana -kokonaisuus sisälsi isien käsityksiä isyyteen valmistautumisesta sekä odotusaikaan liittyvien kokemusten prosessoinnista. Tämä teema-alue sisälsi myös isien pohdintoja pelin roolista isyyteen sekä lapseen tuloon valmistautumiseen. Tämä teema jaettiin vielä seitsemäksi alakategoriaksi: *lapsen tulon konkretisoituminen, isyyteen valmistautumisen moninaiset tavat, peli auttaa prosessoimaan omia ajatuksia, peli kannustaa omannäköiseen vanhemmuuteen, peli herätti pohtimaan omaa lapsuutta, pelin merkityksellisyys isyyteen valmistautumisessa sekä omiin arvoihin tutustuminen*.

Lapsen tulon konkretisoituminen

Haastatellut odotusaikaiset isät kertoivat lapsen tulon sisäistämisen olevan vaikeaa ainakin raskauden alkuvaiheessa. He kuvasivat, että raskauden edetessä, myös ajatus vauvasta tulee konkreettisemmaksi. Vauvan näkeminen ultraäänitutkimuksessa konkretisoi isille lapsen tuloa. Isät uskoivat, että lapsen tulon konkretisoituminen on äidille helpompaa: ”joka joutuu kantaa sitä vauvaa koko ajan” (H3).

No mä otin tosta pari kysymystä muistiinpanoina et toi, jos olet käynyt jo ultrassa niin mitä tunteita vauvan ensinäkeminen herätti. Niin semmosen mä otin siihen ylös. Mehän käytiin ihan varhaisultrassa sillón et se ei ollu kunnallinen eikä. Se oli hyvin pieni sillón et siitä juuri erotti pään ja kropan. Et sillón se realisoitui niinku ehkä eniten et kun näkee sen. Toki se sit on vaimolla

on eri asia, ku se tuntee kropassa kaikki noi muutokset ja tällaset niin se ei oo mulle yhtään samanlainen kokemus ku hänelle. (H1)

Vauvan potkiminen ja liikkuminen koettiin myös raskautta konkretisoivana asiana. ”Yks tekijä siis mikä on aika konkreettinen asia on se että vauva potkii ja liikkuu. Et on hyvin konkreettista sitten et tuolta on joku tulossa.” (H2).

Myös vauvan vaatteiden ja tavaroiden ostaminen konkretisoi isille tulevaa vauvaa. Alussa raskauden kuvattiin olevan vaikeasti käsitettävä asia, mutta joka konkretisoituu ajan kanssa.

No ehkä siinä ku ollaan hommattu vaatteita ja tallee tavaroita niin siinäki se on sitten konkretisoitunu. Ehkä se konkretisoituminen on hyvä sana. Et alkuun se oli sillee outo ja abstrakti juttu. Pikkuhiljaa alkaa tuntuu et on tullu niinku valmiimmaks. (H3)

Tutkittavat isät uskoivat VauvaPolku-pelin toimivan apuna lapsen tulon konkretisoitumiseen. Yksi haastateltavista myös kuvasi kaivanneensa pelin kaltaista apua vanhemmuuteen valmistautumiseen ja lapsen tulon konkretisoitumiseen.

No tää on nyt ehkä se mitä mie oon täs kaivannu itekki. Tää voi olla tosi hyvä just siihen valmistautumiseen. Ja niinku mie oon toittanu sitä konkretisoitumista niin tää vois varmasti auttaa siinä. (H3)

Yksi haastateltavista isistä kuitenkin kertoi, että lapsen tulon sisäistäminen on hankalaa, vaikka vauva on potkinut ja vauvan tavaroita on jo hankittu. Hän myös epäili pelin apua lapsen tulon konkretisoitumiselle.

Se on ainakin itellä on se suurin ongelma nyt selvästi ollut, että ei sisäistä sitä, että se lapsi on tulossa vaikka meilläkin on pidemmän aikaa jo potkinut ja alkaa haalaria sun muuta lastensänkyä oleen kämppä täynnä niin ei se silti vaan tunnu siltä ja musta tuntuu et ei tuo pelikään siihen kyllä auta. Siihen mikä on nyt kuulemma se minun suurin ongelmani tässä lapsen tulemisessa. Pitäis olla enemmän innoissaan ja ymmärtää se paremmin. (RH1)

Isyyteen valmistautumisen moninaiset tavat

Odotusaikaiset isät kertoivat isyyteen valmistautumisestaan ja siitä heränneistä ajatuksista. Moni kuvasi, että isyyteen valmistautuminen on ollut heille positiivinen kokemus. Haastateltavien mukaan valmistautumiseen on kuulunut esimerkiksi tiedon hankintaa. Yksi haastateltavista kuvasi tärkeänä sisarusten jälkikasvun, joiden seuraamisen kautta on voinut saada mallia myös omaan

toimintaan vanhempana. Toinen haastateltava kuvasi päässeensä "vanhemmuusjengiin" lapsen tulon myötä eli jo lapsen saaneet kaverit ja työkaverit ovat alkaneet puhua omista lapsistaan.

Mikä itellä on niinku ollu suurin yllätys tässä, kun on päässy ikäänkun tähän vanhemmuusjengiin nyt jo mukaan, et kuinka ne yhtäkkiä kaikki kaverit alkaa puhumaan pelkästään lapsista ja esimerkiks työkaverit kenen kans ei oo jutellu mitää ja kun ne kuulee et on saamassa lapsen niin se tuntuu et siin tulee niinku ihan omat ympyränsä sillai halus tai et. Ni se on niinku semmonen mikä on kaikista eniten yllättänyt tässä tilanteessa. (RH1)

Eräs haastateltava kuvasi myös oman aikakäsityksensä muutosta odotusaikana. Hän kuvasi, että päivät ja viikot erottuvat toisistaan paremmin, ja "jokainen päivä jää sillain erikseen mieleen". Hän koki, että VauvaPolku-peli voisi auttaa ja kulkea mukana isyyteen valmistautumisen rinnalla.

Muuta nyt en keksi sanottavaa, ku se että tässä vaimo on neljännellä kuukaudella ja jos mitään on muuttunu nii se, että mä oon alkanu erottaan päivät toisistaan ja viikot toisistaan. Aikasemmin ne on kaikki sulautunu vaan yheksi massaksi viikko kerrallaan kuukausi kerrallaan enkä erota niitä toisistaan mut nyt kun on jotain mitä odottaa niin jokainen päivä jää sillain erikseen mieleen. Ja sit tavallaan se on, kun alkaa itse mentaalisesti pitää jonkinlaista karttaa siitä, et miten aika kuluu niin tällainen peli vois olla siinä myös hyvä sitten kulkeen siinä samalla rinnalla, kun sitä kuitenkin mieltii ja tavallaan mieltää ajan nyt ihan eri tavalla kun ennen. (RH2)

Yksi haastateltava kiteytti isyyteen valmistautumisen kolmen eri aihepiirin kautta, jotka ovat tiedon kerääminen, vauvan varusteiden hankkiminen sekä henkinen puoli, johon kuuluu myös parisuhde.

No siinä on oikeestaan kolme puolta. Varmaan joista yks on tiedon kerääminen eli kun on ensimmäinen kyseessä niin onhan siinä aika paljon kaikennäköstä tietoa mitä tarvii. Osa liittyen vauvaan ja osa liittyen vauvan varusteisiin. Ja se ulottuvuus kaksi on sitten ne vauvan varusteet. Saatiin nyt sitten viikonloppuna hommattu vauvan rattaat niin nyt rupee olemaa suunnilleen paketti kasassa. Ei nyt ihan kaikki mut ainakin tärkeimmät jutut. Niin onhan siinä ollu melkonen homma. Ehkä se viimeinen osio on sitten henkinen puoli ja myöskin parisuhdepuoli. Sitä että mitä sitten siinä. (H2)

Yksi odotusaikaisista isistä kuvasi isyyteen valmistautumisen olevan vielä kesken, mutta toisaalta valmistautumisen vaihtoehdot eivät innosta.

Mutta jotenkin se pitäis ittensä nyt saada paremmin siihen tsemppaamaan. Et tietysti se auttaa, jos on etukäteen ottanut selvää asioista sitten kun se aika mutta ei vaan-. Ainakaan nyt en meinaa innolla mennä selaamaan noita vaihtoehtoja valmistautumaan tässä vaiheessa. (RH1)

Haastatteluissa nousi myös esiin erilaisia huolia, jotka liittyvät odotusaikaan. Huolta aiheuttivat esimerkiksi mahdollinen keskenmeno, oma ja kumppanin terveys sekä tuleva synnytys. Synnytyksessä saattoi jännittää esimerkiksi oma vointi ja pelko tajunnan menettämisestä.

Tosta synnytyksestä oli. Tota et mua ehkä itseä lievästi se jännittää et mä mietin et pysynkö mä tajuissani. Lähinnä sen puolesta. Tässä on myös varmasti siihenkin jonkinlaista apua voi saada jo tässä ja sitten tietysti neuvolassa tai synnytysvalmennuksessa sitten. (H1)

VauvaPolku-pelissä oleva kysymys huolista oli haastateltavalle hyödyllinen ja samaistuttava: "Et siellä ku oli toi kysymys et millaisia huolia olet kokenut vauvan odotukseen liittyen ja kuinka olet selviytynyt niistä eteenpäin. Esimerkiks se." (H1).

Peli auttaa prosessoimaan omia ajatuksia

Odotusaikaisten isien mukaan VauvaPolku-peli auttaa prosessoimaan omia ajatuksia ja tuntemuksia. He uskovat myös omien ajatusten jakamisen helpottuvan, kun niitä on ensin prosessoinut itse. Peli voi auttaa ymmärtämään itseä ja omia ajatuksia, ja sitä kautta myös kumppani voi ymmärtää paremmin. Myös erilaiset kysymykset auttavat tarkastelemaan omia ajatuksiaan vanhemmuudesta.

Ehkä mikä itelle olis tässä se juttu ni tulis oikeesti konkretisoitua ne omat ajatukset, koska niitä ei oo välttämättä ennen aatellu. Miettiä mitä ite tuntee ja sanoo sen ääneen. Ymmärtää ite paremmin ja sit se toinenkin [kumppani] ymmärtää paremmin. (H3)

No ehkä se et mitä se peli halus lopulta, että pohditaan ja sit toisaalta et vastataan faktapohjasiin kysymyksiin ja toisaalta sellasiin mutukysymyksiin, että musta tuntuu et mä oon enemmän tuolla ku tuolla. Mut joo sikäli kun sen pelaan nyt tällaisen yliopistosanan kuin reflektointi. Jos nyt tarkoituksena on reflektoida tätä vanhemmuutta tässä niin kyllä se siihen opastaa aika pitkälle. (RH2)

Erityisesti VauvaPolku-pelin pohdintatehtävät herättivät tutkittavien isien mukaan omien ajatusten prosessointia. Pohdintatehtävät voivat edesauttaa esimerkiksi oman itsetuntemuksen sekä vanhemmuuden prosessoimista. Pohdintatehtävien koettiin myös sisältävän ajatuksen "ettei ole oikeaa tai väärää", vaan tehtävät auttavat hyväksyvästi pohtimaan omaa vanhemmuuttaan

ennalta. Ne voivat myös auttaa "mentaalisen harjoittelun" kautta läpikäymään erilaisia tilanteita ja käsityksiä. Kuten yksi haastateltavista asian ilmaisi: "No ehkä se pohdinta oli itelle se mistä saisi varmaan eniten. Koska se on just sitä itsetuntemusta ja sen sanottamista." (H3).

Ehkä ite on taipuvainen aattelee et ne pohdintatehtävät lopulta tavallaan, kun sisästä sen ajatuksen että ei oo oikeeta tai väärää, vaan tässä pitää itse keksiä se ratkaisu ja ei tiedä vielä et millaista se on, voi arvailla mut ei oo tietoo. Toisilla on toisilla ei. (hymähtää) Mutta tavallaan se on, ainakin itse koen sen mentaalinen harjoitus, mikä siihen sisältyy, on ehkä parasta antia, koska sitten voi käydä erilaisia skenaarioita mielessään läpi. Ja sit peli voi parhaassa tapauksessa tarjoilla erilaisia ylimitotettuja tai alimitotettuja tai muita sopivia skenaarioita sit niitten pohtimiseen. (RH2)

Peli kannustaa omannäköiseen vanhemmuuteen

Haastateltavat isät toivat esiin myös pelistä nousevan positiivisen näkökulman. VauvaPolku-peli koettiin hyväksyvänä ja kannustavana, ja se koettiin myös verkkauteen ja pysähtymiseen kannustavana. Pelistä jäi kokemus hyväksyvästä suhtautumisesta: "Täs on tämmönen positiivinen näkökulma, et täs ei korosteta mitää virheitä tai mitää semmosta. Täs on kyllä hyvä aihio ja on jo nyt hyvä juttu." (H3).

Eräs haastateltavista kuvasi, että peli tai vanhemmuus eivät ole suorittamista, ja peli myös kannustaa pelaamisen kiireettömyyteen.

Musta se ehkä kannustaa semmoseen tietynlaiseen verkkauteen, että nyt ei oo tarkoitus kiirehtiä vaan nyt on tarkoitus sillain pysähtyä ja pohtia. Ja varmasti parempi niin päin. Ettei se oo suorittamista tää vanhemmuus eikä tää pelikään. (RH2)

Peli antoi isille kuitenkin suuntaviivoja kohti hyvää vanhemmuutta, mutta muistutti, että on monta hyvää tapaa toimia vanhempana. Isien mukaan peli myös kannusti löytämään omannäköisen vanhemmuuden.

No ehkä se että ei ole yhtä oikeaa tai yhtä väärää tapaa olla vanhempi vaan pitää löytää se oma oikea tapansa. Toki siinä on joitakin tämmösiä suuntaviivoja mutta (.) muistutus siitä. (RH2)

Ja ehkä mitä nyt on vastailtu niin täältä on tullu niit vinkkejä ja muita et se on semmosta hyväksyvää, että on monia oikeita tapoja. Ei sitä oikein väärin vois sitä vanhemmuut- tai niinku, on monia tapoja tehdä oikein. Et semmonen kokemus jää tästä. (H3)

Peli herätti pohtimaan omaa lapsuutta

Haastatteluissa nousi esiin pelin herättämiä muistoja ja pohdintoja omasta lapsuudesta, ja siitä miten omat vanhemmat ovat toimineet. Peli toimi apuna tiedostamaan näitä ajatuksia omista lapsuudenkokemuksista. Yksi haastateltavista koki, ettei vanhemmat jutelleet lastensa kanssa riittävästi.

Ja jos mainitsee että (..) muun muassa mitä nimenomaan siinä kysyttiin niinku omasta lapsuudesta ja omista vanhemmista niin se minkä siinä sit tiedosti siinä samalla tai on ehkä tiedostanutkin, mutta nyt vasta tajusi, että nimenomaan se omien vanhempien tapa olla vanhempi oli sekä perustarpeita hoiti mutta (...) käytiin vaikka jossain luonnossa tai askarrettiin yhdessä tai saatettiin vaikka pelata yhdessä. Mutta tosiaan se mitä ne ei tehny, jos mä oikein muistan ja aattelin, että pitääpä vaikka kysellä molemmilta vanhemmilta, niin ne ei varsinaisesti niinkun jutellu lasten kanssa. (H2)

Hän myös pohti sitä, miten itse toivoisi toimivansa vastaavissa tilanteissa oman lapsen kanssa. Haastateltava koki, että haluaa keskustella lapsen kanssa enemmän tarkoitushakuista keskustelua, kuin omat vanhemmat ovat tehneet hänen kanssaan. Hän myös kertoi pyrkivänsä ymmärtämään lapsen ajatuksia ja huolia sekä ohjata lasta näkemään asioiden eri puolia.

Niinkun sillä tavalla-. Ihan vaikka vaan rupatteleamalla tai tarkotushakuisestikin et sillä tavalla-. Joo mut se on tossa semmonen asia et itse siinä tulee toimittua varmaan eri tavalla. Niin eli niinku koittaa keskustella lasten kanssa. Sekä niinku ihan vaan juttelee niitten kanssa mutta sit myös niinkun koittaa sill tavalla käydä tarkoitushakuista keskustelua, että pyrkiä ymmärtämään vaikka lapsen huolia, lapsen tavoitteita, lapsen pohdintoja. Koittaa ohjata lasta ymmärtämään asioita, näkemään asioiden eri puolia ja tän tyyppisiä asioita. (H2)

Lapsuuteen liittyvä kysymys saatettiin myös hyvin henkilökohtaisena sekä hankalana vastata. ”Ja sit jotkut kysymykset oli semmosia niinkun kauheen henkilökohtaisia ja niihin voi olla aika hankala vastatakin tollai lonkalta että (.) paras lapsuusmuisto” (RH2).

Pelin merkityksellisyys isyyteen valmistautumisessa

Yksi haastateltavista odotusaikaisista isistä koki pelin hyvin merkityksellisenä oman isyyteen valmistautumisensa kannalta. Hän on kokenut tarvetta vastaavalle pelille. Hän koki, että pelin avulla valmistautuminen olisi tärkeää ennen lapsen syntymää, sillä syntymän jälkeen ”saattaa olla paljon muita juttuja siin mielessä”.

No tää on nyt ehkä se mitä mie oon täs kaivannu itekki. Tää voi olla tosi hyvä just siihen valmistautumiseen. -- Kyl mie ymmärrän sen et täs on varmaan tavoitteena et joutuu oikeesti pohtii näit asioita ennen ku se vauva tulee. Koska sit ku se tulee ni sit saattaa olla paljon muita juttuja siin mielessä, et se olis siihen valmistautumiseen tärkeä juttu ainakin. (H3)

Toinen haastateltava kuvasi, ettei pelin pelaaminen hänen kohdallaan varsinaisesti muuttanut mitään: "No en mä heti osaa sanoa et se olis varsinaisesti mitään niinkun muuttanut" (H2).

Omiin arvoihin tutustuminen

Odotusaikaiset isät pohtivat haastatteluissa omia arvojaan ja niitä arvovalintoja, jotka voivat vaikuttaa esimerkiksi lapsen kasvatukseen. VauvaPolku-pelin pelaamisen koettiin johdattelevan omien arvojen pohtimisen äärelle. Yksi haastateltavista kuvasi, että pelin kautta arvojen pohtiminen helpottaa myös oman ajattelun jäsentymistä sekä niiden sanoittamista esimerkiksi kumppanille.

No ehkä se mitä oon sanonukki aikasemmin et ne omien arvojen ja tunteiden ja semmosten sanottaminen itelle ja toiselle. Ni täs tulee kyl sitä ja se on mun mielestä tosi tärkeä juttu. Tai ehkä madaltaa sitä kynnystä siihen ja sit kun paljon johdattelevia kysymyksiä niin ei tarvii ite mieltää et mitkä nyt mun arvot nyt on, vaan niinku tua saattaa tulla semmonen kysymys mikä pakottaa mieltii sitä. Se helpottaa tosi paljon sitä oman ajattelun jäsentymistä. (H3)

Yksi haastateltavista pohti kieleen liittyvää arvovalintaa. Koska haastateltava isä itse on kaksikielinen, hän täytyy pohtia, mitä kieltä alkaa lapselle puhumaan.

Tai esimerkiks ajatukset et miten sitten sanallistaa millä kielellä. Itse esimerkiks oon kaksikielinen ja sit tavallaan mun täytyis tehdä tässä jonkinlainen periaate kautta arvovalinta että puhunko suomea vai puhunko toista kotikieltä. Ja että tuntuuko sitten kumpi tai kumpikaan yhtään sen luonnollisemmalta mut tämmösiä ajatusten äärelle esimerkiks johdattelee. (RH2)

Oman isyyden prosessoiminen odotusaikana -teemaan sisältyy isien henkilökohtaisia prosesseja, joita pelin pelaaminen sekä lapsen odottaminen on heissä herättänyt. Valmistautuminen nähtiin pääosin positiivisena kokemuksena, vaikka lapsen tuloa voi olla vaikea sisäistää. Peli nähtiin toimivana apuna juuri lapsen tulon konkretisoitumiseen, sekä isyyteen valmistutumiseen.

6.2 Pelin avulla vuorovaikutuksen edistäminen

Odotusaikaiset isät korostivat vastauksissaan erilaisia vuorovaikutukseen ja vanhemmuuden erilaisiin rooleihin liittyviä seikkoja, joista muodostui kokonaisuus pelin avulla vuorovaikutuksen edistäminen. Tähän teemaan liittyvät alakategoriat: *pelin kannustaa puhumaan, kumppanin kanssa pelaaminen lisäisi yhteistä keskustelua, vanhempien erilaiset roolit odotusaikana sekä pelin neuvolakäyntien tueksi.*

Pelin kannustaa puhumaan

Haastateltavat kokivat pelin kannustavan puhumaan omista ajatuksistaan ja tuntemuksistaan esimerkiksi kumppanin kanssa. He uskoivat, että peli voi toimia apuna keskustelun aloittamisessa. Myös suomalaiseen kulttuuriin liitetty puhumattomuus nousi haastatteluissa esiin: ”Rikkoo tämmöstä tavallista suomalaista mentaliteettia vähän, että ei paljon puhuta ylimääräisiä asioita ja näin” (RH3).

Ja toisaalta nimenomaan ku me ei olla niin kovia höpöttään omista tunteistamme ja niinkun ajatuksistamme keskenämme lopulta niin ehkä tää on nimenomaan toisaalta semmonen suomalainen tapa että me voidaan pelillistää tää, ulkoistaa tää asia ja näin kerätä se data ja näin luoda ne välineet joilla auttaa meikäisiä. (RH2)

No siis ehkä tää nyt on vaan kuvittelua mutta kuitenkin mitä nyt osittain lukenutkin vaikka netistä et onhan siinä edelleen se ongelma et ihmiset eivät puhu riittävästi. Eivät puhu keskenään tai itsestään tai omista toiveistaan tai tunteistaan tai odotuksistaan. Nimenomaan se [peli] kannusti puhumaan siin niin se oli hyvä asia. Et jos otetaan tämmönen stereotypia suomalaisesta jöröjukka-pariskunnasta niin varmaan voisi siinä sitten auttaa. (H2)

Kumppanin kanssa pelaaminen lisäisi yhteistä keskustelua

VauvaPolku-pelin pelaamisen kumppanin kanssa uskottiin helpottavan keskustelua omista ja kumppanin ajatuksista ja tuntemuksista vanhemmuuteen ja lapsen tulon liittyen. Haastateltavat uskoivat, että yhdessä pelatessa tulisi keskusteltua enemmän, vaikka kumppanin kanssa ei muuten tulisi keskusteltua. ”Mutta että joo, jos parisuhde perustu siihen, että ei niinku keskustella asiasta niin kyllähän toi silloin on hyvin riskaabelia et se laittaa keskustelemaan.” (RH1).

No tietysti se että keskusteluu olis ollu enemmän ja sitte kummaltakin eri näkökulmia ja tietysti tuleekin varmaan erilaisia ja sit samanlaisiakin. Ja sillähän tapaa se on sit taas jo sitten parempi jopa jos sitä kaksin pelais. Ne keskustelu ja pohdintatehtävät varsinki. (H1)

Niin no nimenomaan siinä olis sit tullu niitä parikeskustelu ja pohdintatehtäviä, joita nytkin osittain tuli että tyyliin kehu vaimoasi tänään jollain tavalla. Mutta tottakai se olis varmasti ollut erilaista ja varmasti myös toimii, kun ilmeisesti edelleenkin Suomessa parisuhteiden suurin ongelma on se ettei puhuta riittävästi. (H2)

Keskustelun avulla omien ajatusten ilmaiseminen kumppanille helpottuu, kun omat ajatukset on ilmaistava sanoina. Näin keskustelu edistää sekä omien ajatusten prosessointia että ajatusten jakamista kumppanille. Kumppanin kanssa keskustellessa myös vauva kuulee vanhempiensa äänet.

No ainakin se et on paljon selkeempi, et ku joutuu ite sanoo sen ääneen ja joutuu muodotaan sen ajatuksen selkeeks ja sit myös se kumppani kuulee sen. Ni se myös sit tietää et mitä mie ajattelen, ku ei toisen ajatuksi pysty lukemaan kummiskaa. Ja sit toisaalt siin vois myös kuulla sen toisen mielipiteen. Ja sit täs oli myös sitä et kerro vauvalle tulevasta kodista ja tämmösiä ni tulis sit puhuttuu sillee et vauva kuulee ääntä ja tämmöstä. (H3)

Pelin kautta voisi paremmin jakaa myös omia huolia ja pohdintoja raskauteen liittyen erityisesti, jos itsensä ilmaiseminen koetaan hankalaksi.

Saa sitä sitten, jos kumppanin kanssa pelaa, niin vähän jaettuakin sitä sitten, jos on murheita tai kysyttävää tai askarruttavaa jos ei muuten pysty oikeen ilmaisemaan itseensä. (H1)

Yksi haastateltavista kertoi jo keskustelleensa kumppaninsa kanssa vanhemmuuteen liittyvistä teemoista, eikä kokenut pelin tehneen tässä muutosta.

No en mä heti osaa sanoo et se olis varsinaisesti mitään niinkun muuttanut. Et oli jo ehtinyt pohtia ja vaimon kanssa on keskusteltu tyyliin siitä mitä se saattaa antaa, mutta tolla kokeilulla jo oltiin, että ei oo helppoo välttämättä ja tota ollaan myös pohdittu meidän kasvatustilfilosofiaa, kasvatustodeja. Ja muun muassa siitä mitä me ollaan vaimon kanssa (..) varmaan me ollaan jossain määrin samansuuntaisia mutta ollaan kuitenkin aika erilaisia sitten. Tyyliin vaimo on aika varovainen ja tiukka ja mä oon sit enemmän sellanen rauhallisemmän linjan ihminen. Et meillä on todennäköisesti erilaiset tavat, mutta sinänsä jos linja on samansuuntainen niin ei oo huono. (H2)

Vanhempien erilaiset roolit odotusaikana

Odotusaikaiset isät kokivat äidin ja isän roolit hyvin erilaisina odotusaikana sekä lapsen ollessa vauvaikäinen. Ero koettiin erityisesti biologiselta ja fysiologiselta

kannalta. Isät kertoivat, ettei raskaus konkretisoidu heille samalla tavalla kuin raskaana olevalle äidille: "Enkä usko et ilman mitään hormoniruiskeita siihen varmaan mitään onkaan" (RH1).

Toki se sit on vaimolla on eri asia, ku se tuntee kropassa kaikki noi muutokset ja tällaset niin se ei oo mulle yhtään samanlainen kokemus ku hälle. (H1)

Ehkä se itelle ei samalla tavalla konkretisoidu ku sille naiselle, joka joutuu kantaa sitä vauvaa koko ajan. (H3)

Haastateltavat isät kokivat VauvaPolku-pelin sukupuolineutraaliksi, ja pelissä olevia kysymyksiä pidettiin sukupuolettomina. Eräs vastaajista kuitenkin toi esiin isän ja äidin erilaiset roolit erityisesti raskausaikana, synnytyksessä sekä vauva-aikana: "Kyllähän se mies on jossain määrin matkustaja, vaikka samassa bussissa ollaankin" (H2).

No yks asia mitä siin ei ehkä juurikaan ollu. Ne oli kohtuu lineaarisia ne kysymykset eli ne oli muun muassa pitkälti sukupuolettomia ja sinänsä kuitenkin sitten taas äidin ja isän roolit on kuitenkin erityisesti sillon raskauden ja synnytyksen ja lapsen alkuvaiheessa, ne on kuitenkin jossain määrin erilaiset. Et kyllähän se mies on kuitenkin jossain määrin matkustaja, vaikka samassa bussissa ollaankin. Siihen asti kunnes vauva on jotain puolen vuoden luokkaa. Tottakai siinä sitten jo pystyy erilaista sitten jo-. Mutta sanotaanko esimerkiksi, kun se tulee maailmaan ja siinä sitten alkuvaiheen ylittää niin kyllä siinä sitten neuvoloissa se nainen on se pääasia. Mä en sit tiedä-. No netistä oon sen verran luku, et monilla miehillä on saattanut olla osattomuuden tunnetta. (H2)

Peli neuvolakäyntien tueksi

Haastateltavat miehet kokivat, että neuvolassa ei huomioida isää juurikaan. He kokivat, ettei neuvolassa ollut tilaa omalle pohdinnalle, vaan siellä keskityttiin vauvan hyvinvointiin ja "kovaan faktaan" esimerkiksi painoon ja pituuteen. Vastaukset yksilöityihin kysymyksiin eivät kuitenkaan onnistu pelin kautta, vaan niihin vastaaminen onnistuu paremmin neuvolan kautta. Vauvan hyvinvoinnin seuranta pidettiin kuitenkin ensisijaisena asiana neuvolassa.

Juu se on ihan totta, että kyllä siä käy ne paino ja pituuskehitykset sun muut tämmöset käy siinä kuunteleen ja kattoon ja tosiaan saa sen ihan kuulla siinä et kaikki menee hianosti niin sehän siinä päällimäinen on tosiaan. (RH3)

Musta tuntuu et ainaki itte miks oon niihin neuvolakäynteihin yrittäny tupata mukaan niin on enemmän sitä, et onks sillä vauvalla kaikki hyvin ja et se on niin yksilöityä se mitä haluaa siltä kysyä. Et se itte tuntuu et se ei tolla pelillä niin se suurin anti ei onnistu. (RH1)

Haastateltavat kuitenkin kokivat, ettei neuvolassa juurikaan keskustella isien ajatuksista tai tunteista. Myös neuvolasta saatava tietomäärä oli haastateltavien mukaan ”minimaalinen”: ”Melkein sieltäkin jotain esitteitä taidettiin sitten antaa vaan mukaan ainakin tossa meidän neuvolassa” (RH3). Haastateltavat pohtivat, että peli voisi tässä toimia neuvolakäyntien tukena. Pelin kautta voitaisiin käsitellä asioita, joista tärkeimmät voisi halutessaan ottaa myöhemmin neuvolassa puheeksi.

Ja semmonen että itel tuli heti mieleen se et tua neuvolassa ei miestä sillee huomioida juuri ollenkaa niin, jos sitä koton ei muuten tuu, niin täst kyl sais hyvii aiheita siihen keskusteluun ehottomasti ja semmosii mitä kannattaa miettii kyl ennen ku se vauva syntyy. (H3)

Mutta meil on nyt neuvolatehtävä oli seuraavaks just tää keskustelu tunteistaan. Mää en oo itte nähny sitä lappua ja enkä pääse seuraavaan neuvolaankaan mutta kyllä mielummin niinku sen näin kävis läpi (.) tän pelin kautta kun että jos sieltä tuli joku asialista sieltä neuvolasta. (RH1)

Yksi haastatelluista isistä kertoi toivovansa yhtä käyntiä neuvolassa ainoastaan isälle, jolloin voisi keskittyä isän ajatuksiin ja kysymyksiin raskaudesta ja vauvasta.

No varmaan se neuvola. Ollaan [kumppanin kanssa] juteltu, että ehkä joku yks käynti vois olla et olis pelkästää isälle. Et sitten keskityttäis vaan siihen juttuu. Ehkä semmonen on tullu mieleen täs matkan varrella. (H3)

Pelin avulla vuorovaikutuksen edistäminen -kokonaisuuteen sisältyi vuorovaikutukseen, kumppanin kanssa toimimiseen sekä vanhemmuuden rooleihin liittyviä teemoja ja ajatuksia. Kumppanin kanssa pelaamisen uskottiin tuovan lisäarvoa pelaamiseen ja antavan hyvän pohjan keskustelulle.

6.3 Pelin informatiivisuus

Pelin informatiivisuus -teemaan liittyi odotusaikaisten isien käsityksiä pelin sisältämistä tiedoista ja vinkeistä. Tähän pelin informatiivisuus -kokonaisuuteen kuuluvat *pelin tietojen uutuusarvo pohditutti, oppimista helpottavia asioita pelissä, pelissä käytännönläheisiä vinkkejä vanhemmuuteen sekä peli kattavana tietopakettina.*

Pelin tietojen uutuusarvo pohditutti

Tutkittavat pohtivat pelin antamien tietojen uutuusarvoa itselleen. Pelistä löydettiin sekä uutta että vanhaa tietoa. Vaikka pelissä oli tutkittaville osin tuttua asiaa, auttoivat tehtävät silti pohtimaan omaa vanhemmuutta. Pelissä oli myös uutta asiaa haastateltaville: ”No siis erittäin hyviä kysymyksiä, semmosia mitä ei välttämättä oo tullut ees vielä ajatelleeks” (H1).

Joo kyllä ja jotain uuttakin. Et just se, että vauvan herkin tuntoalue on suun alue ja tämmöstä uuttakin mitä ei oo ees aatellu. (H3)

Niis ei sinänsä ollu mitää uutta, että sillä tavalla enemmän antoi sisältömielessä nimenomaan pohdintakysymykset mistä aluks keskusteltiin. Siitä oli meikälaiselle eniten hyötyä. (H2)

Osa kysymyksistä ja tiedoista pidettiin myös itsestäänselvyyksinä. Toisaalta kuitenkin yksi tutkittavista ilmaisi, ettei itsestään selvään kysymykseen kuitenkaan aina ole hänen mielestään oikeaa vastausta: ”Osa kysymyksistä vaikutti aika itsestään selviltä (.) tai niinkun että eihän tollaseen oo edes oikeeta vastausta.” (RH2). Toisaalta itsestään selvät kysymykset voivat myös vahvistaa ja tukea omaa aiempaa ajatusta tai käsitystä, ja saada tunteen, että voi jatkaa omaa toimintaa.

No itse soittelen kitaraa muutenkin ja sit se et tavallaan se ei oo mulle mitenkään nyt uusi ajatus, että jos vaimo on raskaana niin mä voin jatkaa sen kitaran soittoa ja olettaa et se lapsi siellä kuulee sen. Tavallaan että osa näistä, niinku no kun me ollaan erilaisia niin tavallaan osa näistä ajatuksista on niinkun tuoreita ja uusia ja tavallaan auttaa oivaltaan ja osa voi olla niinku itsestäänselviä. Mutta niinkun yksi paitakoko ei sovi kaikille niin tottakai siellä pitää olla kaikenlaisia elementtejä ja ei siellä nyt mitenkään jääny harmittamaan päinvastoin että aa okei selvä tää ohjelmakin vääntää sen mulle rautalangasta et ehkä mä voin jatkaa tän asian tekemistä. Jees. (RH2)

Yksi haastateltavista kertoi myös olleensa ennakkoluuloinen, ja uskoi tietävänsä asioista jo hyvin. Hän kuitenkin ilmaisi, ettei kaikki asiat olleetkaan hänelle niin tuttuja kuin oli aluksi ajatellut.

Joo ihan et kans vähä ennakkoluulosesti lähtee et kyllä minä nämä asiat nyt jo tiedän että ei näitä tarvi tulla niin kyllä tossa jo ihan kans tuli muutama että (.) mietippä tätäkin asiaa. (RH1)

Tietovisat koettiin helpoiksi vastata: ”Luetun ymmärtämistä testas. (nauraa) Niinku äikän kokeissa aikanaan” (RH2). Tietovisaan ehdotettiin myös useampaa

vastausvaihtoehtoa nykyisen kolmen vaihtoehdon lisäksi. Yksi haastateltavista uskoi, että pelin edetessä myös tietovisat hankaloituvat.

No toi nyt tuntu ainaki helpolta. Voihan se olla tai varmaan onkin vähän haastavampaa sitten ku mennää eteenpäin. (H3)

Oppimista helpottavia asioita pelissä

Yksi tutkittavista toi esiin visuaalisuuden merkityksen oppimisen kannalta. Hän koki, että visuaalisen tekemisen ja pelin pelaamisen kautta tietojen oppiminen on helpompaa ja mielekkäämpää. Hän koki, että pelin kautta oppiminen on helpompaa, kuin esimerkiksi kirjasta lukemalla.

No ainakin itelle tää sopii paljon paremmin ku jonkun kirjan pönttääminen. Että mulla jää tosi huonosti päähän jos vaan lukee kirjasta mustaa valkosella niin tota harvemmin toimii itellä. Et itellä on just tommonen visuaalisempi puoli et pitää oikeesti painaa jostain, et näät kysymykset tai muuta niin siinä jää myös sillä tavalla muistiin paremmin. (H1)

Myös tietojen kertaaminen tietovisassa auttoi tutkittavien mukaan muistamaan pelissä tulleita tietoja ja vinkkejä. "Ja kyl se aina ku se tuli toiseen kertaan niin joutuu kertaan ja kyl se sitten paremmin jää just mieleen" (H3).

Niin se pöllön tietovisa mistä saa ton avaimen. Joo siin oli se yks. Se oli kans ihan hyvä et siinä tuli kerrattua et jäikö se oikeesti päähän mitä äsken luki. Se on ihan hyvä oli se kyllä. (H1)

Pelissä käytännönläheisiä vinkkejä vanhemmuuteen

Tutkittavat kokivat VauvaPolku-pelissä olleet vinkit hyvin käytännönläheisinä ja hyödyllisinä vanhemmuuteen valmistautumisen kannalta. He pitivät vinkkejä myös helposti käytäntöön sovellettavina ja relevantteina esimerkiksi Suomen sosiaaliturvasta sekä sen mahdollistavasta avusta. Vinkkien koettiin myös jäävän hyvin mieleen.

Niin tokkopa tossa ny mitään turhaa tai huonookaan tietoutta mikään on, että varmasti kaikesta jotain hyötyä saa irti. Mut ehkä sit varmaan ne vinkit mitä välillä tuli sinne vihkoseen siä ainaki oli sellaisia mikkä itellä jäi parhaiten mieleen yksittäisinä tekijöinä, mutta kyllä siinä kauttaaltaan oli ihan hyviä elementtejä oli mistä sitte pysty poimiin kyllä eri asioita justii mikkä hyödyttäis käytännössäkin. (RH3)

Mulla kans ne vinkit jäi mieleen et ne oli niinku tuntu ihan hyvältä ja hyödylliseltä ja mulla ei tullu mitää näistä esimerkiks tukien hakemisista itellä mutta että esimerkiks tämmösiä että tiesitkö että tätäkin voi hakea ja sun muuta.

Ne vois olla ihan hyödyllistä täs on Suomen sosiaaliturva ja sitä tuotais julki et mitä kaikkea on mahdollista hakea. (RH1)

Haastatteluissa ilmeni myös tiettyjä vinkkejä, joita pidettiin tärkeinä ja konkreettisina. Näitä olivat esimerkiksi musiikin soittaminen odotusaikana, vauvan itku kommunikointitapana sekä äitiysavustuksen hakeminen.

Ja sit siitä tuli siitä musiikistaki tuli se kysymys et, jos jo raskausaikana soittaa sille vauvalle musiikkia, että mitä se tuo sille sitten syntymän jälkeenkin ja muuta tällasta. (H1)

Samoin kun siinä oli että vauvan itku on sen tapa kommunikoida tuoda niinku julki et se ei huuda mulle vaan se että ehkä pahaa oloa mutta et se on vaan se kommunikointitapa. (RH1)

Ja hyvin käytännönläheisiä kuten nyt muistutus, vaikka että äitiysavustusta saa mutta millä ehdoilla ja mitä sen saamiseksi pitää tehdä. Ihan asiallisia muistutuksia ei siinä mitää. (RH2)

Peli kattavana tietopakettina

Pelissä koettiin olevan laajasti tietoa vanhemmuuteen sekä vauvaan liittyen: "Et äkkiseltään tää vaikutti hyvin kattavalta" (H1). Myös pelissä olevat eri teemat (Vanhemmuustaipale, Työraitti, Vauvapuisto, Kumppanuuspolku sekä Verkostokuja) koettiin yhdessä kattavaksi kokonaisuudeksi.

Myös pelin erilaisten tehtävien (pohdinta-, harjoitus- sekä monivalintatehtävät) kokonaisuus nähtiin toimivana ja mielekkäänä: "Se on kyl hyvä idea et näit on monenlaisia [tehtäviä] tässä" (H3).

Pelin informatiivisuus -kokonaisuudessa pohdittiin VauvaPolku-pelistä saatavaa tietoa ja sen hyödyntämistä. Pelissä nähtiin olevan laajasti tietoa ja hyviä vinkkejä, vaikka osa asioista saattoi olla jo tutkittaville tuttuja.

6.4 Käyttäjäkokemus pelistä

Käyttäjäkokemus pelistä -teemaan liittyy itse pelin käyttöön ja sen sisältöön liittyviä aiheita. Tämä kokonaisuus sisältää viisi alakategoriaa: *käyttökokemus pelistä, pelin pelaamisen ajoittaminen odotusaikana, motivoivat pelielementit, erilaiset tehtävät erilaisille ihmisille sekä pelin kohderyhmä.*

Käyttökokemus pelistä

VauvaPolku-pelin pelaaminen oli tutkittavien mukaan positiivinen kokemus, ja peli itsessään koettiin helposti lähestyttäväksi, miellyttäväksi sekä vaivattomaksi käyttää. Peli koettiin myös motivoivaksi: ”Kyl täs on kuitenkin semmonen, tää on niinku motivoiva” (H3).

Ihan tietosesti ja tarkotuksellakin tottakai tehty juur semmoseks suht’ helpoks että siihen pääsee niinkun mukaan hyvin ja näin niin ihan sillain miellyttävänoloinen peli kyllä. (RH3)

No siis tää oli ainaki helppo käyttää. Ja silleen et on aika vaivaton. Toi teema on hyvä, sopii siihen ja rauhottava musiikki taustalla niin se on ihan hyvä. Varsinki ku on kuulokkeet päässä niin sulkee ylimääräiset äänet pois. (H1)

Pelin helppo saavutettavuus sekä sen käyttö verkkoselaimella koettiin käteväksi ja helpoksi tavaksi pelata peliä. Myös sen nopea saatavuus koettiin positiivisena ominaisuutena.

No ainaki siis mikä nyt siis jo on mut se on mun mielest tosi iso plussa et se on niin helposti et sen saa niinku kännykällä tai tietokoneella ja nettiselaimella ja et se on helposti lähestyttävä ja sen saa nopeeta auki ni se on tosi iso plussa tällä hetkellä. (RH1)

Pelin pelaamista digilaitteella eli ”ruudun tuijottamista” ei tutkittavien mukaan koettu ongelmalliseksi, sillä pelissä on ”hyvä aihio ja jo nyt hyvä juttu” (H3).

Pelin pelaamista ei koettu muillakaan tavoilla ongelmalliseksi tai addiktiiviseksi.

No jotkut ihmiset mukaan lukien vanhempieni sukupolvi, kun siellä monet väittää, et tää ruudun tuijottaminen on jotenkin saatanasta ja aina automaattisesti huono asia. Mä väitän et tää on niinku parhaasta päästä mitä ruudun tuijottamiseen tulee. Mutta tämä ehkä jakaa mielipiteitä ja riippuu siitä, miten se ruudun tuijotus toteutetaan ja mitä varten se tehdään. (RH2)

Ja tänä päivänä se on aika hankala päästä tuijottelemasta sitä ruutua. Kyl se on niin joka paikassa vaan ja varmasti lisääntyy koko ajan että siinä mielessä. Mut ei mullekaan tuu kyllä mitään mieleen niinkun et miten se vois olla jotenkin niinkun haitallinen tai huono tommonen niin ei en keksi kyllä. -- Joo ei todellisuudessa ei varmasti oo kyllä mitää huonoo tai haitallista ei tu kyllä miälee. (RH3)

Pelin pelaamisen ajoittaminen odotusaikana

Haastatteluissa tuli esiin myös ajatuksia ja ehdotuksia pelaamisen ajankohdasta odotusaikana. Osa haastateltavista koki jotkin pelin tehtävistä sellaisiksi, joita ei ole heidän kohdallaan vielä mielekästä tehdä, esimerkiksi jos raskaus on vasta

varhaisessa vaiheessa. Yksi haastateltavista toi myös esiin sen, että riski keskenmenoon on ensimmäisen 12 raskausviikon aikana korkea, joten peliä voisi olla mielekkäämpi pelata vasta tämän jälkeen.

Kyl ensimmäiset kolme kuukautta on niin riskaabeleja riskialttiita aikoja et mä en ehkä- niinkun ajattelen et sen vois alottaa sen sieltä jostain neljännestä kuusta kun asiat alkaa jo näyttää aika varmalta. (RH2)

Joo ihan hyviä et noi harjotteet oli mulle semmonen et missä mä ite vaatisin vähä harjotusta. Et niin. Et tässähän on osa sillain et pystyy jo tekeen ja osaa ei ihan voi vielä tehdä mutta tota ihan hyvä idea se on kyllä. (H1)

Osa haastateltavista taas toi esiin sen, että pelin pelaamisesta olisi ollut paremmin hyötyä jo aiemmassa vaiheessa. Tällöin ei ole vielä tehty kaikkia odotukseen liittyviä valmisteluita, eikä mahdollisesti ole vielä tullut pohtineeksi raskauteen ja lapsen tuloon valmistautumiseen liittyviä asioita.

Kyllähän sitä joo pohti. Oli jo niinkun pääosin niitä jo pohtinut ja tyyliin keskusteltu vaimon kanssa ja keskusteltu siskojen ja kavereiden kanssa ja silleen, mutta oli siinä silti joitakin juttuja. -- Eli periaatteessa tätä olis hyvä pelata sitten jo aikasemmassa vaiheessa raskautta. Että nyt on vähän vaikee kun tässä pisteessä jo ollaan niin niit on ehtiny jo pohtia. Mutta niin tota en tiedä jos on joku joka ei oo ehtiny jostain syystä pohtia niin kyllä niistä kysymyksistä varmaan ihan hyötyä on. (H2)

Musta ne harjotukset vaikutti tosi hyvältä mut se oli lähinnä että vaimo on käskeny jo tekemään oikeestaan ne kaikki mitä harjoituksessa oli, mut se ikäänku vahvisti sen uskon et se ei keksi niitä omasta päästänsä, vaan se on niinkun yleinen-. (RH1)

Pelin pelaaminen raskauden edetessä voisi tutkittavien mukaan toimia rinnalla oman valmistautumisen kanssa. Peliin syventyminen ja siitä hyödyn saaminen vaatii kuitenkin aikaa.

No joo siis ilman muuta täs on kyllä aika niinku hyvin, jos tähän sillain ajan kanssa vielä paneutuis enemmän niin tossa varmasti on kyllä erittäin hyvä ohjeita ja neuvojakin tulee sitten ja eväitä sit millä pärjää ja voi sit jotenkin laajemmin ajatella asioita. (H1)

Pelin pelaamisen ajankohtaa pohdittiin myös siten, että sitä on mielekästä pelata silloin, kun itselle sopii ja käydä sitä yhdessä kumppanin kanssa läpi silloin, kun on molemmille sopiva aika. Myös mahdollisuus harjoitusten tallentamiseen helpottaa pelaamisen ajoittamisesta itselle ja kumppanille sopivaksi: "Mut sit täs oli hyvä se et sen pystyy laittaa tolle tehtävälisalle et tekee myöhemmin. Et jos vaik yksin pelaa niin pystyis myöhemmin vaik palaa siihen" (H3).

Mutta just sitä peräänkuulutan, et kun hyvässäkin parisuhteessa asiat tapahtuu eri aikaan ja kun jollekulle hyvä hetki on huono hetki ja huono hetki on hyvä hetki niin siinä mää uskon, et tällä pelillä vois olla hyvääkin potentiaalia niin siksi näkisin mielelläni tälle pelille jatkoa. (RH2)

Motivoivat pelielementit

Pelin pelaaminen nosti esiin myös kilpailuhenkisyttä tutkittavilla isillä. Tietovisaan vastaaminen ja palkinnon (avaimen) saaminen koettiin motivoivina pelielementteinä. Tietovisan avulla pääsee osoittamaan omaa osaamistaan, ja oikein vastaamalla tietovisasta saa palkinnon, jonka avulla pelissä on mahdollista edetä seuraaville tasoille. Peli toi myös yhdelle tutkittavista mieleen Hugo-pelin, jota on itse pelannut lapsena.

Niin joo et millain siitä tieto- tai se Puupertin tietovisa niin itte ku oon aika kilpailuhenkinen ihminen niin nautin siitä että pääsin osottamaan sen että kaikki kolme meni [oikein. Niin se oli ihan palkitsevaa. (RH1)

Ja tavallaan jos siinä on kaks Puupertin visaa ja avain siinä on puolillaansa jo siinä että vastaamalla kahteentoista kysymykseen oikein niin sä saat jonkun avaimen joka johtaa taas johki. Tulee semmonen ysikytluvun Hugo-peikko ongelmanratkaisutehtävä mieleen. Ei oo yhtään huono ainakaan mun sukupolvelle sellanen herättää vaan positiivisia tunnetiloja ku negatiivisia tämmönen. (RH2)

Pelissä eteneminen koettiin myös motivoivaksi. Turhautuminen hitaasta etenemisestä voi kuitenkin myös laskea motivaatiota, kuten yksi haastateltavista asian ilmaisi: "Noku ei meinannu päästä eteenpäin" (H3). Hän kuitenkin tiedosti, että pelin edetessä myös tietovisat voivat olla haastavampia.

No kyllä se tietovisa ja kilpailu aina motivoi. Ja se oli hyvä siin tuli sitä kertausta, sit jää aina paremmin mieleen. No toi nyt tuntu ainaki helpolta. Voihan se olla tai varmaan onkin vähän haastavampaa sitten ku mennää eteenpäin. Kaiken kaikkiaan hyvä idea. (H3)

Myös pelillistäminen yleensä ja pelistä saatavat palkinnot koettiin motivoiviksi elementeiksi VauvaPolku-pelissä: "Onhan tällanen pelillistäminen ja muu niin kyl se aika motivoivaa yleensä on. Tässäkin palkintoja on, niin kyl se aina motivoi" (H3).

Erilaiset tehtävät erilaisille ihmisille

Haastatteluissa nousi esiin myös tutkittavien erilaiset mieltymykset pelin eri tehtäviä kohtaan. Keskustelua käytiin erityisesti monivalinta- ja

pohdintatehtävien välillä. Monivalinnat voitiin nähdä toisaalta liian yksinkertaisina ja toisaalta hyvällä tavalla pohdintaa herättelevinä. Yksi haastateltavista totesi monivalintatehtävistä: "Et se ikäänkun tuli se pohdinta niissä monivalinnoissa siinä ikään kuin sivu- (..) kylkiäisenä" (RH1). Monivalintatehtävien myös kuvattiin helpottavan pohdintaa: "jos siihen on valmiita vastausvaihtoehtoja niin tavallaan se on sitten helpompi" (RH3).

Se on varmaan et jos nyt vaikka kysytään et miltä tuntuu pitää tai kuvittele miltä tuntuu pitää lasta sylissä. Niin sit sen ajattelee et no se on varmaan jännää ja se oli siinä. Mut sit jos siin olis vaik vaihtoehdot et apua tiputan sen tai onnistuuko toisella kädellä syömään niin et jos siinä on jo vähän niinku johdateltu niin siihen niinku jää miettimään pitemmäks aikaa et ku sitä ei oo ihan niin helppo sivuuttaa vaan sitä aihetta. (RH1)

Itte huomasin, että en niin tykänny niistä pohdiskelun kysymyksistä, vaikka nyt yrittää siis, että siinä olis keskustellutkin jonkun kanssa niin se oli paljon helpompaa, ku siä oli vähä jotain monivalintaa mikä antaa vähän niinku jo-. Et se on vähän niinku valmiiks pureskeltua, että täs on pari ääripäätä kumpi on enemmän sinun nyt sinne-. Huomas että itte ainakin hakeutu paineleen niitä monivalintoja enemmän ku sitä ajattelu [tehtävää]. (RH1)

Monivalintoihin myös ehdotettiin lisää vaihtoehtoja vaikeustason lisäämiseksi. Tällöin myös "Siinä olis enemmän tilaa pohdinnalle samalla" (RH2). Kuitenkin monivalintatehtävien jälkeen tulevista vinkeistä ja mahdollisista oikeista vastauksista pidettiin. Tällöin voi heti saada palautetta heti oman vastauksen jälkeen.

Periaattees ihan selkee oli kummiski et täs oli kolme erilaist tehtävää ja tietysti aina motivoi noi monivalinnat ja varsinki jos tulee joku et onks oikein vai väärin et näkee samantien sen tuloksen siitä. Ja sitten varmaan osa näistä olis hyvä olla sillee et on se raskaana oleva siinä vieressä et pääsee sit sen kaa tekee yhdessä. Ainakin mie ymmärsin et jotkut oli noist semmosia. (H3)

Joo nekin oli hyviä et ku se siihen vastauksien jälkeen niistä kerto. Et vaikka ku oli niitä monivalintakysymyksiä missä monta piti vastata niin siinä se vielä korjaa, että esimerkiksi nämä kaikki tunteet saattavat liittyä vanhemmuuteen ja sillain. Ja sit siitä tuli siitä musiikistaki tuli se kysymys et, jos jo raskausaikana soittaa sille vauvalle musiikkia, että mitä se tuo sille sitten syntymän jälkeenkin ja muuta tällasta. (H1)

Monivalintatehtäviä pidettiin muutaman tutkittavan osalta yksinkertaisina ja helppoina. "No monivalinnat oli hyvin simppeleitä. Ne oli hyvin obvious. Et jokainen varmasti osaa vastata niihin oikein eli siinä mielessä ehkä turhan helppoja" (H2). Yksi tutkittavista piti pohdintatehtävistä erityisesti siksi, että ne

sisältävät ajatuksen "ettei ole oikeaa tai väärää" (RH2). Pohdinnan avulla asioita voi myös pohdiskella hyvin syvällisesti.

Aa koska niinkun mä koen ne monivalinnat niin tavallaan (.) yksoikosina. Että tavallaan siihen vastaat joo ja sit se tavallaan on siinä kun taas pohdinnassa jää enemmän tilaa omalle mielikuvitukselle ja väitän että mää just sen takii ne monivalinnat [?] vaan kolme vaihtoehtoo koin että ne on vähän yksinkertastettuja että teen nyt vaan nää tästä että pääsen eteenpäin. Siinä pohdinnassa mä voin- pohdintojen pohjalta tai niitten perusteella keksiä paljon monimutkasempia ja pitemmälle meneviä kysymyksiä itselleni joilla sitten no (.) kuluttaa aikaa sitten omien ajatusten parissa. (RH2)

Yksi haastateltavista kuitenkin totesi ihmisten olevan erilaisia ja tarvitsevan erilaisia tehtäviä. "--no kun me ollaan erilaisia niin tavallaan osa näistä ajatuksista on niinkun tuoreita ja uusia ja tavallaan auttaa oivaltaan ja osa voi olla niinku itsestäänselviä. Mutta niinkun yksi paitakoko ei sovi kaikille niin tottakai siellä pitää olla kaikenlaisia elementtejä." (RH).

Pelin kohderyhmä

Haastatteluissa nousi esiin myös tutkittavien ajatuksia siitä, kenelle peli erityisesti sopii. Tutkittavat uskoivat, että peli voisi sopia erityisesti niille vanhemmille, jotka eivät ole vielä pohtineet vanhemmaksi tuloon liittyviä teemoja tai, joille raskaus tulee yllätyksenä. Toisaalta pelin pelaaminen voi olla haastavampaa, jos ajatus vanhemmuudesta pelottaa. Pelin pelaamisen tulisi kuitenkin lähteä omasta halusta: "--ja pakko yleensä koetaan tosi huonoksi motivaattoriksi" (RH2).

No jos oikein stereotyyppistä ilmaisua miettii niin kyllä, jos on joku nuori tyyliin amispoika tyyliin alta 20 vuotta, jolle asia tulee yllätyksenä, odottamatta ja ei oo sillä tavalla kerennyt suunnitella, valmistautua. Ei välttämättä sitten oo myöskään kerennyt keräämään tietopohjaa niin kyllä varmasti sellasten tilanteessa auttaa suuntaamaan pohdintaa. (H2)

Ehkä jos se on kovin vaikeanoloinen se ajatus vanhemmuudesta ja isyydestä niin toki se voi olla hankalampaa, mut en usko et se sitä varsinaisesti pahentais. (H2)

Yksi tutkittavista epäili, että peliä pelaa eniten ne, ketkä eivät kuitenkaan tarvitsisi tukea eniten. Toinen haastateltava uskoi, ettei peli ole välttämätön sellaiselle, jolla uskoo pärjäävänsä lapsen kanssa, ja jolla "muut asiat elämässä kunnossa", mutta voi sopia niille, keille Suomen sosiaalijärjestelmä ei ole tuttu.

Lopulta sitten varmaan kaikista innokkaimmat siihen lähtee mukaan ja vastaileen ja ne kaikista innokkaimmat ei välttämättä oo niitä, jotka tarvii eniten sitä apua ja tukea. (RH2)

Tuli vähän semmonen olo et jos on yhteiskunnassa mukana ja suomalainen ni en tiä onko niin tarvetta mut etenkin jos on vaikka maahanmuuttaja ketä osaa suomee eikä tiedä etenkin näitä sosiaalijärjestelmiä. Tai sitten no en tiä ny millain syrjäytyneellä ihmisellä, kun en tämmösiä hirveesti tunne mutta uskoisin että jos on ikään kuin muut asiat elämässä kunnossa ja uskaltaa uskoa vauvasta selviytyvänsä niin en tiä onko niin välttämätön. Sitten tietysti, jos on toimistotyössä ja haluaa siellä käyttää työajan hyödyksi niin tuollahan se hyvin, kun sen saa nettiselaimesta. (RH1)

Yksi haastateltavista nosti esiin mahdolliset kielelliset haasteet, joita peliä pelatessa voi tulla, jos pelaaja ei ymmärrä suomea. Hän ei kuitenkaan usko, että älypuhelimien käyttö olisi ongelmallista tämän päivän vanhemmille.

Kielelliset haasteet voi olla, jos suomen kieli ei oo niin hyvin hallussa. Tai sillee et ei oo suomi eikä englantia. En tiä mitä muit kieliä täs on. Kielelliset haasteet tulee ekana mieleen. Nykyää varmaan älypuhelimet on varmaan kaikilla et en näkis et se on nuoril ihmisil ongelma. Ehkä just se et miten tän löytää, se vois olla se ongelma. Tuliskoha jotain muuta? Eipä miul oikeestaan muuta ku ne kielelliset haasteet. (H3)

Käyttäjäkokemus pelistä -kokonaisuuteen sisältyvät pelin käyttöön ja sisältöön liittyviä teemoja. Peliä pidettiin helppokäyttöisenä ja motivoivana pelata. Pelin pelaamista raskauden alkuvaiheessa tai juuri ennen lapsen syntymää, ei pidetty kovin mielekkäänä. Pelin tehtävien hyödyllisyys jakoi mielipiteitä, mutta kaikille tutkittaville löytyi itselle mielekäs tehtävätyyppi pelistä.

7 Kehitysideoita VauvaPolku-peliin

Haastatteluissa esiin nousseet kehitysideat ajettiin kolmeen eri kategoriaan, jotka ovat keinoja omien ajatusten prosessoinnin helpottamiseen, pelin mielekkyyden parantaminen sekä pelin käytettävyyden kehittäminen (taulukko 2). *Keinoja omien ajatusten prosessoinnin helpottamiseen* sisältää kehitysideoita, joiden avulla tiedon tallentaminen ja jakaminen kumppanille olisi helpompaa. *Pelin mielekkyyden parantaminen* kattaa motivaation ja pelillisyyteen liittyviä parannusehdotuksia. *Pelin käytettävyyden kehittäminen* sisältää pelin pelaamisen optimointiin liittyviä ehdotuksia.

TAULUKKO 2. VauvaPolku-pelin kehitysideat

Ajatusten prosessoinnin helpottaminen	Pelin mielekkyyden parantaminen	Pelin käytettävyyden kehittäminen
Tekstikentän lisääminen omien ajatusten kirjaamista varten	Pelillisten elementtien lisääminen	Pelin mainonnan parantaminen
Tietojen tallentaminen omaa myöhempää tarkastelua varten	Sisällöllisten aiheiden lisääminen	Sovelluksen kehittäminen
Tietojen tallentaminen neuvolaa tai tutkimusta varten	Visuaalisuuden parantaminen	Raskauslaskurin liittäminen peliin
Omien ajatusten ja tietojen jakaminen kumppanille	Monivalintoihin haastetta	
Kumppanien pelien interaktiivisuus ja synkronointi		

7.1 Keinoja omien ajatusten prosessoinnin helpottamiseen

Keinoja omien ajatusten prosessoinnin helpottamiseen -kategoriassa tuotiin esille tutkittavien esiin tuomia viestintään ja tietojen tallentamiseen liittyviä teemoja. Tämä kategoria koostui viidestä eri alakategoriasta: *tekstikentän lisääminen omien ajatusten kirjaamista varten, tietojen tallentaminen omaa myöhempää tarkastelua varten, tietojen tallentaminen neuvolaa tai tutkimusta varten, omien ajatusten ja tietojen jakaminen kumppanille sekä kumppanien pelien interaktiivisuus ja synkronointi* (taulukko 2).

Tekstikentän lisääminen omien ajatusten kirjaamista varten

Ryhmähaastattelussa tuli esiin ehdotus tekstikentän lisäämisestä peliin, jotta pelin pelaamisen aikana voisi kirjoittaa heti ylös niitä ajatuksia, joita pelatessa tulee. Tekstikentän avulla voisi myös nostaa niitä pelissä ilmeneviä teemoja, joita haluaa jakaa myös kumppanille: ”Ja just että siä olis se kenttä, johon voi panna omat muistiinpanot ja sit tavallaan sen voi lähettää eteenpäin” (RH2).

Niin en tiä kuinka hankala sinne on joku pieni tekstikenttä tai joku sinne toteuttaa. Pystyis vaikka itte pistään vähän ylös sitä tietoo ni se vois olla kyllä ihan asiallinen. Se on sitten toteutus taas et kuinka hankala se on ja näin. (RH3)

Tietojen tallentaminen omaa myöhempää tarkastelua varten

Tutkittavien isien mielestä tietojen tallentaminen olisi mielekästä, jotta haluttuihin teemoihin olisi mahdollista palata sopivalla hetkellä. Tietojen tallentamiseen liittyi myös mahdollisuus tekstikentästä, jotta sen avulla voitaisiin tallentaa omia, pelin kautta heränneitä ajatuksia.

Parhaas tapauksessa se on niin fiksu se järjestelmä et se kerää joitakin niistä [tiedoista]. Tavallaan mä jäin miettiin niihin pohdintatehtäviin et mihin mä voin vastata. Voinks mä tallentaa vastauksen johonkin ittelleni (.) edes itselleni. Ilmeisesti ei. Mä saatoin jättää sen sivuun niinku myöhemmäksi tai sit vaan kuitata sen tehdyks tai tekemättömäks. (RH2)

Yksi tietojen tallentamiseen liittyvä isien kehitysidea oli pelistä raportin tulostaminen. Raportti sisältäisi pelin aikana pelaajan itse kirjaamat ajatukset ja koostaisi niistä raportin, jota olisi mahdollista tarkastella myöhemmin.

Tietojen tallentaminen neuvolaa tai tutkimusta varten

Tutkittavien mielestä tietojen tallentamista voitaisiin hyödyntää myös neuvolassa. Tallennettujen tietojen avulla olisi mahdollista ottaa paremmin esiin niitä teemoja, joista toivoisi neuvolassa keskusteltavan. Tietoja voisi myös hyödyntää neuvolapalveluiden kehittämiseen.

Mut parhaassa tapauksessa vois jonkin verran dataa kerätä ainakin sille vastaajalle talteen et sit kun on seuraava neuvola niin siellä voi halutessaan ottaa jotain puheeksi tai sitten sille palveluntarjoajalle joka tän pelin rakentaa että se nyt sitten saa jonkinlaista dataa kerättyä valtakunnallisesti että sitten voidaan neuvolapalvelua muuten kehittää vastaan paremmin niihin tarpeisiin mitä kentältä nousee. (RH2)

Isät ehdottivat, että myös tutkimuskontekstissa voitaisiin hyödyntää näitä tallennettuja tietoja. Niiden avulla voidaan tutkia esimerkiksi isien tarpeita ja kokemuksia ja tätä kautta luoda apuvälineitä isyyden tukemiseen.

Ja toisaalta nimenomaan ku me ei olla niin kovia höpöttään omista tunteistamme ja niinkun ajatuksistamme keskenämme lopulta niin ehkä tää on nimenomaan toisaalta semmonen suomalainen tapa että me voidaan pelillistää tää, ulkoistaa tää asia ja näin kerätä se data ja näin luoda ne välineet joilla auttaa meikäläisiä. (RH2)

Omien ajatusten ja tietojen jakaminen kumppanille

Tutkittavien isien mukaan VauvaPolku-pelin kehittämiseksi voisi lisätä toiminnon, jonka avulla voi jakaa pelistä saatuja tietoja tai ajatuksia kumppanille. Näin tärkeät ja mietityttävät asiat tulisivat kummankin tietoisuuteen ja niistä voisi keskustella, kun molemmilla on aikaa.

Ei siis sillain ainakin tulis ehkä käytyä semmoset asiat, mikkä vaikka askarruttas tai näin ni ne tulis niinku käytyä sitten läpi. Toi vois olla semmonen yks moodi, että millä sen sais sitten molempien tietosuuteen niin mikä jottei. (RH3)

Ja sit tua sosiaalinen aspekti tietysti vois olla et jos kuvittelee et jos töissä tota pelailisin ja siit tulee oikeen hyvä kohta siitä. Tietysti saahan siitä ruudunkaappauksen mutta et siinä olis joku nappi et lähetä Whatsapilla tää tieto [puolisolle. Niin tän tyylinen. (RH1)

Tutkittavat uskoivat, että jaa-toiminnon avulla voisi myös ilmaista tukensa ja sitoutumisensa kumppanille lapsen tuloon valmistautumiseen liittyen.

Ja just että siä olis se kenttä, johon voi panna omat muistiinpanot ja sit tavallaan sen voi lähettää eteenpäin. Koska itse olen jonkinlaisia brownie pointseja huomannut saavani siitä et määh nyt vaikka keksin, että niin minähän tässä alotan kylppäriremontin elokuuhun mennessä, että saadaan vauvalle semmonen

taso missä sille voi vaihtaa vaipat ja vaatteet. Ja heti että ah mieskin ajattelee näitä asioita enkä vain yksin minä. Ja että pystyy samalla tavalla näyttämään niin että et sinä nyt ole yksin tässä vaan kyllä minäkin näitä asioita pohdin ja osani tässä teen. (RH2)

Kumppanien pelien interaktiivisuus ja synkronointi

Tutkittavat ehdottivat pelin kehittämistä niin, että kumppanien olisi mahdollista synkronoida pelit keskenään, kuitenkin niin, että molemmat pelaisivat omaa peliään. Näin mahdollistuisi kummallekin oma pohdinta peliä pelatessa, ja tämän jälkeen ajatusten jakaminen ja aiheesta keskustelu kumppanin kanssa. Tämä mahdollistaisi myös pelaamisen ja keskustelun ajoittamisen kummallekin sopivaksi.

Että tavallaan sen sijaan että nyt pelataan yhdessä tätä peliä ehkä nimenomaan just semmoinen et pariskunta, että molemmat tahoillansa pelaa sitä ja siinä on muutama kohta aina, ku tavallaan summataan yhteen et millaisia tuloksia siin on tullut ja tavallaan siitä saadaan (...) siitä saadaan jonkinlaista keskustelua aikaseks. Tietenki se pitää miettiä myös aika herkästi, että se niinkun palvelee erilaisia parisuhteita ja erilaisia dynamiikkoja. Mutta mun mielestä se vois olla ehkä niinkun tässä tilanteessa, kun jos pariskunnasta jompikumpi osapuoli halua ottaa asian nyt puheeks ja toisella ei oo just nyt siihen sopivaa hetkeä. Niin tavallaan oon ainakin itse kokenut sen jotenkin rasittavaksi tähän mennessä. Et jos olis jotain mustaa valkosella näyttää et okei mä oon pohtinu näitä asioita ja aa sä oot pohtinu näitä asioita ja meillä sit se peli mahdollistais tän. Tästä vois olla sille pariskunnalle ihan konkreettista hyötyä. En tiedä miltä tää kuulostaa teijän korvaan. (RH2)

Tutkittavat toivoivat VauvaPolku-peliin tekstikenttää omien ajatusten kirjaamista ja tallennusta varten. Näin esiin nousseita ajatuksia olisi helpompi pohtia myös jälkeen päin. Myös tietojen jakamiseen ehdotettiin parannusta. Kumppanien pelit synkronoimalla olisi pelistä nousseiden ajatusten jakaminenkin helpompaa.

7.2 Pelin mielekkyyden parantaminen

Pelin mielekkyyden parantaminen -kategoriaan kuuluvat ne kehitysehdotukset, jotka koskevat pelin motivoimisen parantamista erilaisilla sisällöllisillä, visuaalisilla sekä pelillisillä elementeillä. Tähän kategoriaan kuuluvat: *pelillisten elementtien lisääminen, sisällöllisten aiheiden lisääminen, visuaalisuuden parantaminen* sekä *monivalintoihin haastetta* (taulukko 2).

Pelillisten elementtien lisääminen

Haastateltavat kaipasivat VauvaPolku-peliin lisää pelillisiä elementtejä, jotta peliä olisi mielekkäämpi pelata. Peliin toivottiin jäsennellympää etenemistä, jotta pelatessa muodostuisi parempi kokonaiskuva pelin etenemisestä ja sen teemoista. Myös tienviittoihin kaivattiin ”juonellista alkusanaa” selittämään sitä, minne ollaan menossa ja miksi.

Ehkä ite tykkään siitä, että pystyy rakentamaan jonkinlaisen jäsennyksen. Et sinänsä ite mielellään voisi- (..) vastaaventyypisen pelin, vaikka olla sillä tavalla et olisi vaikka joku hierarkia puu, joka sitten yksi kerrallaan avaisi oksan haaroja ja hedelmiä sieltä. Ja samalla muodostuis kokonaiskuva eri asioista niin se vois meikäläiselle toimia. Eli siis siinä ihan hyviä asioita mut ne sitten tuli vähän randomisti että sieltä tuli jotain, mut se että mihi se liittyy niin se ei ollut niin selkeätä. (H2)

Mä ehkä olisin kaivannut siihen jotain pientä juonellista alkusanaa, että miksi nyt ollaan menossa näihin paikkoihin, mutta kyllä se mulle niinkun vaistonomaisesti tai et varmasti tuun käymään näissä kaikissa mitä se tienviitta opetti. (RH1)

Yksi haastateltavista kuvasi kaipaavansa peliin lisää pelaamiseen liittyviä elementtejä esimerkiksi ongelmanratkaisun muodossa: ”mää oon itte pulmanratkonasta tommosta” (RH3). Haastateltava pohti, voisiko peliin lisätä vielä ”pelisysteemiä”.

No mä en sitä kovin pitkälle tosiaan kerenny pelaan et jos noi kysymykset vaikeutuu, mut et voisko siinä jotenkin tulla semmosta oikeeta pelisysteemiä. Emmää tiä kuinka paljon se sit vaikuttas ku se pääpointtihan on tottakai justiin toi asia itessään. Jos peliä haluaa pelata niin niitähän sitten löytyy ihan pelimielessä pilvin pimein että ehkä se nyt ei oo tässä se oleellisin juttu. (RH3)

VauvaPolku-peliin ehdotettiin myös pelillisenä elementtinä simulaation lisäämistä. Simulaation avulla voisi esimerkiksi harjoitella tavaroiden pakkaamista synnytyssairaalaan tai vauvan hoivaamista.

Ja sitten vielä, jos mietti et miten se vois olla kiinnostavampi niin yks vois olla tää Sim-pelit. Eli SimCity ja oliskse SimLife niin periaatteessa vois olla perhesimulaattori, jossa olis ensin simuloitu raskausaika ja synnytys ja siinä tyyliin tarvis vaikka pakata ja valita synnytyssairaalaan kaikki tavarat mukaan. Ja sit kun vauva huutaa et mitä sille nyt niinku tekis. Ja vaikka just jotain rattaiden valintaa, et ihan niitä oikeita asioita mitä tarvii tehdä. Et kyl mäkin joskus oon sillon kun SimCityä pelattua niin sehän oli koukuttava peli. Ja mikä tää Cities: Skylines, sehän on ilmeisesti samantyyppinen ja hyvin suosittu. Ja vielä sit nää roolipelit, siitä vois ottaa jotain elementtejä mukaan. (H2)

Yksi haastateltavista toivoi taustamusiikkiin panostamista, kun taas toinen koki sen toimivana ja rauhoittavana elementtinä pelissä.

Ja sitten jos siihen esimerkiksi siihen taustamusiikkiin vois panostaa mitä siis muuten, kun pelaan niin oon huomannu et jos on oikein hyvät taustamusiikit niin sitä helpommin sit esimerkiksi jossain bussissa jos kuuntelee kuulokkeista musiikkia niin sitä siitä tulis vähän niinku kaks. Mikä voi tietysti olla vähä haastavaa en tiä teidän budjettia, mut et jos sitä kuuntelee mielummin ku Metallicaa ni sit on jo aika hyvin tehty. (RH1)

- - rauhottava musiikki taustalla niin se on ihan hyvä. Varsinkin ku on kuulokkeet päässä niin sulkee ylimääräiset äänet pois. (H1)

Sisällöllisten aiheiden lisääminen

Haastateltavat toivat esiin myös sellaisia pelillisyyteen liittyviä sisällöllisiä aiheita, joita itse haluaisivat pelin kautta käsitellä. Näitä teemoja olivat esimerkiksi synnytys ja isän rooli. Näitä aiheita haluttiin käsitellä pelin kautta, ja niistä toivottiin lisätietoa.

Et sitä peliä vois peliä sillä tavalla sitten kehittää et siinä koitin sitten muokata miehen näköisen siitä hahmosta, mutta en tiedä vaikuttiko se pelin sisältöön mitään. Mutta jos siinä pelissä aluks kysyttäis et missä roolissa olet niin siinä vois tuoda kysymyksiä, jotka niemenomaan liittyis siihen [isän] näkökulmaan. (H2)

Visuaalisuuden parantaminen

Visuaalisuus on pelin mielekkyyden kannalta tärkeässä roolissa ja siihen haastateltavat toivoivat parannusta. VauvaPolku-peli koettiin visuaalisesti yksinkertaisena. Visuaalisen näytävyyden parantamiseksi ehdotettiin esimerkiksi karting-autoja tai lohikäärmeitä, joilla koettiin saavutettavan erityisesti isien mielenkiinto.

No kyllä se visuaalisuus on aina semmonen tärkeä juttu. Tää on aika tämmönen simppele. Toisaalt se on hyvä, ku näkyy selväst nää kaikki eri jutut mutta kyllä se on aina semmonen mitä voi kehittää ja tehdä siit niinku hienomman näkösen. (H3)

Ehkä sitten sinänsä (..) se vois olla sillä tavalla pelillisempi-. En tiedä. Jos nimenomaan isä haluais ni jotain karting-autoo tai lohikäärmeitä tai jotain siltä väliltä. Tää oli tällanen enemmän pöllö, perinteinen nautiskelijatyypinen. (H2)

Visuaalisuuteen ja pelin pelattavuuteen liittyen toivottiin myös, että pohdintatehtäviä pelaamalla eli erilaisia objekteja painamalla, objektit katoaisivat kysymyksen aktivoimisen jälkeen.

- - et jos rakentavaa palautetta etsit niin ehkä pelillisesti se että kun siinä on niitä jotain kukkia ja muita niin ne vois vaikka hävitä kun ne on niinku klikattu. Ni se oli hassua et sä voit klikata sitä samaa orvokkia monta kertaa peräkkäin. Se olis niinku selkeämpää et sieltä häviää ne jutut näkyvistä. (H2)

Monivalintoihin haastetta

Haasteltavat kuvasivat monivalintakysymyksiä suhteellisen helpoiksi, ja ehdottivat kysymysten tekemistä haastavammiksi. Vastaus-vaihtoehtoja ehdotettiin myös lisättävän monivalintatehtäviin, jotta pohdinnalle olisi enemmän tilaa.

Jos saa jatkaa niin ne Puupertin tietovisatkin niin tuntu lopulta vähän ehkä hassulta ja helpolta koska mä väitän, että sinne mahtuu- tottakai tää voi olla vasta pilotti tai promo tai mitä vaan mutta sinne mahtuu varmasti useampia vaihtoehtoja. Ruudun koko ja fontin kokokin varmasti on ohjelmoitsijalle hankaluus mutta että kun enemmän kun kolme vaihtoehtoo on varmasti mahdollista. Siinä olis enemmän tilaa pohdinnalle samalla. (RH2)

Pelin mielekkyyden parantaminen -kokonaisuus sisältää erilaisia pelaamisen motivaatiota parantaviin teemoihin. Kehitysideat koskivat esimerkiksi visuaalisuuden parantamista, monivalintatehtäviin lisättävää haastavuutta sekä joidenkin sisällöllisten aiheiden lisäämisen esimerkiksi isän rooliin liittyen. Peliin toivottiin myös lisää pelillisiä elementtejä, kuten lisää juonellisia alkusanoja, ongelmanratkontaa tai simulaatiota.

7.3 Pelin käytettävyyden kehittäminen

Pelin käytettävyyden kehittäminen -teemaan liittyy pelin käytön helpottamiseen ja tehostamiseen liittyviä ehdotuksia. Nämä ehdotukset olivat *pelin mainonnan parantaminen, sovelluksen kehittäminen sekä raskaaslaskurin liittäminen peliin* (taulukko 2).

Pelin mainonnan parantaminen

Haastateltavat ehdottivat VauvaPolku-pelin mainonnan parantamista, jotta tietoisuus pelin olemassaolosta lisääntyisi. He kokivat, että peli tavoittaisi parhaiten pelin kohderyhmän neuvolan kautta.

Niin kai sen näkyvyys et sais sen niinku oikeille paikolle justiinsa mainoksen siitä oikeisiin foorumihin. Mutta mikkä ne on sitten ne foorumit niin se on sitten. (RH3)

Ihan vaikka, jos siis voisko neuvolan kautta se toimia jopa. Et jos tota ensimmäisessä neuvolassa sais tähän linkin tai tiedon tästä niin sekin vois olla semmonen yks hyvä tapa. (H1)

Yksi haastatelluista myös koki, että neuvola on hänelle ainoa kanava saada tietoa esimerkiksi pelistä, koska hänellä ei ole vauvaan ja raskauteen liittyviä applikaatioita, toisin kuin hänen vaimollaan.

No ekaks miul tulee mieleen neuvola. Ei miul itel sillee oo mitää sovelluksii tai mitää semmosii kännykäs mist sais tietoo et tämmönen on. Mie en tiä et onks mul mitää muuta kanavaa ku se neuvola. Sit vaimol on kaikki äpit ja muut ja tämmöset äitiysjutut. Mut ei miul oo mitää semmosia, ni en tiä mist muualt mie vois in saada tietoo et tämmöne on olemassa. (H3)

Mainos VauvaPolku-pelistä olisi haastateltavien mukaan toimiva esimerkiksi hammaslääkäriin, neuvolan tai ultraäänitutkimuksen odotushuoneessa, koska omaa vuoroa odottaessa olisi hyvää aikaa tutustua peliin.

Tai vaikka yks siis oli se sitten klinikka tai ultra tai neuvola mikä tahansa niin siellähän niinkun siinä kuitenkin useimmat meistä tulee sinne ainakin pikkasen etuajassa kuitenkin niin siinä sitten, jos siellä ruudussa pyörii siellä se niin kai siinä sitten voi odotellessa semmosen. (RH2)

Yksi haastatelluista myös toivoi pelistä "mainospuhetta", josta selviäisi pelin pelaamisen tarkoitus ja hyödyt. Hän epäili, ettei ilman mainospuhetta olisi alkanut pelaamaan peliä, jos olisi kuullut siitä esimerkiksi neuvolassa.

Siis se on, et jos ihan rehellisesti miettii niin tyyliin, et jos vaikka jossain äitiysneuvolassa olis annettu vinkkiä et tällanen peli on niin en oo ihan varma, et olisko sitä lähteny pelaamaan. Sanotaan ihan suoraan. Et siinä vois olla hyvä olla vaikka jotain tällästä mainospuhetta et mitä hyötyä siitä pelin pelaamisesta on et mitä siitä voi oppia. (H2)

Sovelluksen kehittäminen

Haastateltavat pohtivat myös, että pelin käytettävyyttä voisi parantaa pelin kehittäminen sovellusmuotoon. Sovelluksen kautta peliin voisi tehdä esimerkiksi profiilin/tilin, jonka kautta pelistä tulleet tiedot voisi tallentaa omaa myöhempää käyttöä varten. Sovelluksen ja tilin luomisen kautta VauvaPolku-pelin voisi myös synkronoida omaan sähköiseen kalenteriin, ja pelin kautta voisi laittaa itselleen merkintöjä sähköiseen kalenteriin.

Joo vähän samaa kategoriaa mielestäni, että jos esimerkiksi tos tulee jotain ajatuksia ni ne vois kirjata siihen nopeeta ja esimerkiks ku olis niitä tehtäviä elikkä jos siihen pystyis esimerkiks kirjautuun siihen peliin tai koostamaan vaik jonkun raportin, että sinne voi niinku pelin aikana kirjottaa et mietitäämpä tätä ja sitten ku peli on loppu ja painaa nappia niin sielt tulee aa nelonen että nämä sinulle jäi tehtäväksi vielä. Ja sit jos sen sais esimerkiks outlookiin synkronoitua ja se pistää kalenteriin merkinnän, että nyt laulat vauvalle tänään. (RH1)

Sovelluksen avulla pelistä voisi myös tulla esimerkiksi puhelimeen tai tabletille muistutus. Yksi haastateltavista uskoo, että tällöin peliä tulisi mahdollisesti pelattua enemmän.

Tähän tietysti niinku jos haluaa sovellus-käyttöön niin sit laittaa semmosen et kerran päivässä tulee ilmoitus että muistahan pelata tätä peliä. Joku ilmoitus. Niin sillan se vois auttaa sitä et sitä pelais enemmän. (H3)

Raskaaslaskurin liittäminen peliin

Ryhmähaastattelussa pohdittiin, että raskaaslaskurin liittäminen VauvaPolku-peliin toisi pelaamisen lisäarvoa. Siten peli voisi toimia vanhempien tukena koko odotusajan. Näin peli sisältäisi useampia ominaisuuksia samanaikaisesti.

Joo ja tuo on esimerkiks, kun näitä erinäisiä vauva-sovelluksia on kannustettu ottamaan puhelimeen niin kyllähän ne on kun ne esimerkiks laskee niittä viikkoja sun muuta niin se on siis tosi hyvä. Et tossa pelissäkin varmaan jotenkin, jos sitä kehittäis siihen suuntaan et se olis koko tän odotusajan siinä mukana. Joku tämmönen siinä olis mistä itte pidän. (RH1)

Raskaaslaskurin avulla pelin kysymyksiä voisi myös tähdentää ajallisesti raskauden eri vaiheisiin sopiviksi.

Pelin käytettävyyden kehittäminen -kokonaisuuteen liittyvät teemojen tarkoitus olisi parantaa ja helpottaa pelin käytettävyyttä. VauvaPolku-peliin ehdotettiin pelin mainonnan parantamista esimerkiksi neuvolassa, jotta tietoisuus pelistä lisääntyisi. Peliin ehdotettiin myös sovellusversion kehittämistä, jolloin pelin kautta voisi tulla esimerkiksi ilmoituksia ja muistutuksia. Myös raskaaslaskurin lisääminen toisi lisäominaisuuksia peliin, ja samalla sen käyttöarvo paranisi.

8 Pohdinta

8.1 Keskeiset tulokset ja johtopäätökset

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli selvittää odotusaikaisten isien käsityksiä digitaalisen oppimispelin mahdollisuuksista osana isyyteen valmistautumista. Tavoitteena oli myös saada tietoa VauvaPolku-pelin kehittämiseen liittyvää tietoa odotusaikaisten isien näkökulmasta. Tätä aihetta tutkittiin siksi, että odotusaikaisia isiä koskevaa pelillisyytutkimusta ei ole aiemmin tehty, joten tutkimus tuotti uutta tietoa aiheeseen liittyen. Tutkimuksen antaman tiedon avulla voidaan myös paremmin tukea isiä odotusaikana isyyteen valmistautumisessa. Tutkimus vahvisti aiemmin tehtyjä tutkimuksia esimerkiksi konkretian merkityksestä (Paajanen 2006, 26–29), sivullisuuden tunteesta (Chin ym. 2011; Deave & Johnson 2008) sekä tuen tarpeesta (Lähteenmäki & Neitola 2014, 70–74).

Isyyteen valmistautumisen tutkiminen on tärkeää, sillä isyydelleen sitoutunut mies ottaa vastuun lapsesta ja tämän hyvinvoinnista. Tämä parantaa sekä lapsen että koko perheen hyvinvointia. (Mykkänen & Eerola 2014, 49–52.) Tulokset osoittivat, että oppimispeli koettiin toimivana osana isyyteen valmistautumista. Tutkittavat isät osoittivat myös tarvetta vastaavalle pelille, joka kannustavasti auttaa pohtimaan omaa isyyttä rauhassa ja hyväksyvästi.

Koska pelillisyyden hyödyntämistä osana isyyteen valmistautumista ei ole aiemmin tutkittu, voidaan tämän tutkimuksen perusteella kannustaa isiä hyödyntämään pelillisyyttä osana vanhemmuuteen valmistautumista. VauvaPolku-peli auttaa konkretisoimaan lapsen tuloa ja tämä on erityisesti isille tärkeää, koska raskaus ei konkretisoidu heille samalla tavalla kuin odottavalle äidille. Isien roolia vanhempana on siis tuettava ja vahvistettava, jotta he voivat toimia parhaina mahdollisina vanhempina lapsilleen.

8.1.1 VauvaPolku-peli kompassina kohti omannäköistä isyyttä

Haastatteluissa nousi esiin, että lapsen tuloa on vaikea sisäistää erityisesti raskauden alkuvaiheessa (myös Mykkänen 2010, 97–108). Isien mukaan lapsen tuloa konkretisoi ja helpottaa kuitenkin ultraäänitutkimuksiin osallistuminen, vauvan liikkeiden tunteminen, äidin vatsan kasvun seuraaminen, kuten muissakin tutkimuksissa on todettu (Paajanen 2006, 26–29). Myös vauvan tarvikkeiden hankkiminen (Paajanen 2006, 26–29) auttoi isiä konkretisoimaan lapsen tuloa. Haastateltavat isät kokivat, että odottavalle äidille lapsen tulo on konkreettisempaa, koska kantaa lasta ja tuntee tämän potkut ja liikkeet. Lapsen tulon konkretisoituminen ja tätä kautta sisäistäminen auttavat vanhempaa valmistautumaan lapsen syntymään ja vanhemmuuteen (Mykkänen & Eerola 2014, 49–52). Odotusaikaiset isät kokivat pelin toimivan apuna juuri lapsen tulon konkretisoitumiseen. Näin VauvaPolku-peli täyttäisi yhden sen tärkeimmistä tavoitteista. Yksi tutkittavista totesikin pelin olevan tarpeellinen ja toivottu osa vanhemmuuteen valmistautumista.

Isien kannalta vaikea tilanne on myös tätä tutkimusta tehdessä vallitseva koronavirusepidemia, jonka vuoksi isät eivät ole päässeet mukaan neuvoloihin tai ultraäänitutkimuksiin tartuntariskin takia. Tilanteen vuoksi isä voi osallistua käynnille poikkeuksellisesti videopuhelun kautta. Synnytyksessä oireeton isä saa kuitenkin olla mukana. (PHHYKY 2020.) Koska juuri nämä olisivat erityisesti isille tärkeitä mahdollisuuksia, voi tilanne vaikuttaa omalta osaltaan isyyteen valmistautumiseen. Jo aiemmin isät ovat voineet kokea ulkopuolisuutta odotusaikana (Chin ym. 2011; Deave & Johnson 2008), mutta koronavirusepidemian takia, tilanne voi olla pahempi. Toisaalta nyt asiasta käydään paljon keskustelua, joten poikkeustilanne voi auttaa esimerkiksi äitejä ja hoitohenkilökuntaa ymmärtämään isien läsnäolon merkityksen tutkimuksissa.

Mielenkiintoisena näkökulmana haastatteluissa esiin nousi neuvolan rooli isyyteen valmistautumisen tukena. Isät kokivat, ettei neuvolassa ole tilaa isän pohdinnoille ja kysymyksille, kuten aiemmissakin tutkimuksissa on todettu (Deave & Johnson 2008; Locock & Alexander 2006). Isien mukaan neuvolassa

keskitytään ennemmin ”kovaan faktaan” eli vauvan pituuteen ja painoon. Tämä nähtiin kuitenkin neuvolan tärkeimpänä tehtävänä. Myös neuvolasta saatava tietomäärä oli tutkittavien isien mukaan hyvin vähäinen, ja tämä vahvistaa myös aiempia tutkimustuloksia (Entsieh & Hallström 2016; Deave & Johnson 2008). Haastatteluissa nousi esiin odotusaikaisten isien tarve neuvolassa käytävälle keskustelulle ja omille kysymyksille. Tässä tutkimuksessa isät kokivat itsensä ”matkustajiksi” ja sivullisiksi tässä raskauden bussissa, mikä tulee esiin myös Salzman-Eriksonin ja Erikssonin (2013) tutkimuksessa. Kuitenkin isät kokivat neuvolan toimivan merkittävänä tietolähteenä ja monelle isälle ainoana paikkana, jossa on mahdollista keskustella lapsen odotuksen tuomista ajatuksista.

Isät pohtivat haastattelussa VauvaPolku-pelin ja neuvolan hyötyjen yhdistämistä. Peli auttaa tarkastelemaan vanhemmuutta ja lapsen syntymää monesta eri näkökulmasta, sekä tukee vanhemmuuteen kasvua voimavaralähtöisesti. Peli ei kuitenkaan toimi tiettyjen ja tarkasti rajattujen mieltä askarruttavien kysymysten kanssa. Tässä taas neuvola toimii tärkeänä tiedon välittäjänä sekä paikkana, jossa saa kysyä ja keskustella omista ajatuksista (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2020). Isät kuitenkin kokivat, ettei neuvolassa ole aikaa yleiselle pohdinnalle ja keskustelulle. Nämä tuen muodot yhdistämällä voisi kuitenkin saada paremmin isiä tukevan kokonaisuuden. VauvaPolku-peli voisi siis toimia keskustelun ja oman pohdinnan herättäjänä, ja pelaamisen aikana voisi nostaa esiin itselle tärkeitä tai epäselviä teemoja. Näitä kysymyksiä voisi sitten pohtia neuvolassa yhdessä hoitajan tai lääkärin kanssa. Jos näitä asioita on jo pohtinut ennen neuvolaa, on helpompi tarkentaa niihin kysymyksiin, jotka eniten vanhempaa askarruttavat.

Miehet kertoivat myös pitävänsä isän ja äidin rooleja hyvin erilaisina erityisesti odotusaikana. Vaikka tänä päivänä tasa-arvoon pyritään monissa asioissa, kertovat isät jäävänsä jopa sivustaseuraajan asemaan omassa roolissaan vanhempana (Chin ym. 2011; Deave & Johnson 2008). Neuvolan ja ultraäänitutkimuksen keskittyessä äidin ja vauvan terveyteen saattaa isä kokea itsensä ulkopuoliseksi (Locock & Alexander 2006). Äidille raskauden koettiin

myös konkretisoituvan paremmin, sillä hän kantaa lasta ja tuntee tämän liikkeen, mutta isä ei samalla tavalla pääse tätä odotusaikana kokemaan. Isät pitivät peliä hyvin sukupuolineutraalina, mutta toisaalta toivoivat siihen myös suoraan isälle kohdistuvia tehtäviä. Jos isä kokee itsensä osattomaksi ja sivulliseksi, voi tämä myös vaikuttaa hänen valmistautumiseensa ja sitoutumiseensa (Mykkänen & Eerola 2014, 49–52). Isä on kuitenkin hyvin tärkeässä roolissa myös odotusaikana, vaikka tuntisikin itsensä toimeettomaksi. Odotusaikana isä pystyy toimimaan lapsen hyväksi lähinnä välillisesti äidin kautta, mutta lapsen syntymän jälkeen isä pystyy hoitamaan lasta myös konkreettisesti.

Odotusaikaiset isät myös pohtivat pelin pelaamisen ajoittamisen mielekkyyttä odotusaikana. Koska isät olivat eri vaiheissa odotusta, heillä oli myös erilaisia kokemuksia raskaudesta siihen asti. Toisaalta haastatteluissa nousi esiin pohdintaa siitä, että ennen 12. raskausviikkoa riski keskenmenoon on korkeampi ja raskauden jatkuminen epävarmaa (Tiitinen 2018), joten pelaamisen aloittaminen ei olisi vielä mielekästä epävarmuuden takia. Toisaalta taas osa tutkittavista kertoi kokemuksestaan, että raskauden loppupuolella on tullut jo tehtyä ja pohdittua monia valmistautumiseen liittyviä asioita. Pelin odotusaikaosion pelaaminen voisi siis olla mielekkäintä aloittaa esimerkiksi raskauden toisen kolmanneksen alussa eli noin 13. raskausviikon jälkeen. Näin pelaamisen hyödyt ja pelaamisen mielekkyys voisivat toimia parhaiten vanhemmuuteen valmistautumisen kannalta. Tällöin olisi vielä hyvin aikaa valmistautua, jos lapsi syntyy suunnitellusti. Koska kokemus isyydestä alkaa usein vasta lapsen syntymän aikoihin (Rytkönen ym. 2011, 29–31) voisi pelaaminen edesauttaa isyyteen valmistautumista ja vanhemmuuteen kasvamista.

Haastattelussa kysyttiin myös, että kenelle haastateltavat isät ajattelisivat pelin parhaiten sopivan. He pohtivat pelin toimivan erityisesti niillä isillä, joille raskaus tulee yllätyksenä tai niille, jotka eivät ole pohtineet vanhemmaksi tuloon liittyviä asioita. Jos kuitenkin ajatus vanhemmuudesta pelottaa, voi myös pelaamaan ryhtyminen olla hankalaa. VauvaPolku-peliä saattaa siis olla myös helpompi pelata, jos oma vanhemmuus tuntuu jo lähtökohtaisesti hyvältä ja

luontevalta. Isät myös pohtivat sitä, että peliä saattavat pelata ne, ketkä eivät kuitenkaan tarvitsisi apua eniten. Tässä voidaan siis pohtia sitä keinoa, millä saataisiin juuri ne vanhemmat pelaamaan, jotka tarvitsisivat erityistä apua ja tukea vanhemmuuteen ja lapsen kasvatukseen. Mielenkiintoista oli, että haastateltavat isät kokivat pelin toimivan parhaiten niille, jotka eivät ole kunnolla isyyteen valmistautuneet, mutta pitivät peliä kuitenkin hyvin toimivana myös heille itselleen. Haastatteluissa pohdittiin myös pelissä mahdollisesti ilmeneviä kielellisiä haasteita. Tällä hetkellä VauvaPolku-peli on saatavilla ainoastaan suomeksi, mutta siitä on tulossa versio myös englanniksi.

Isä tulisi ottaa huomioon jo raskauden alkuvaiheista lähtien, jotta hän ei jäisi odotuksessa etäiseksi sivulliseksi (Eriksson & Salzman-Erikson 2013). Isien kokemaan osaamattomuuteen ja tunteeseen, ettei ole vielä valmis (Chin ym. 2011; Deave & Johnson 2008) peli voisi toimia kannustavana ja rohkaisevana vastavoimana, ja apuna löytää omanäköinen isyys. VauvaPolku-pelin avulla isän olisi myös mahdollista jopa parantaa omaa asemaansa lapsen isänä, koska pelin avulla hän voi kasvaa ja sitoutua paremmin oman roolinsa vanhempana.

8.1.2 Vauvapolku-pelin kehitysideat

Tutkittavilta isiltä tuli paljon monipuolisia kehitysehdotuksia VauvaPolku-peliin liittyen. Haastatteluiden perusteella isillä oli halu tarkastella ja pohtia omia ajatuksia ja kokemuksia laajemmin myös pelin pelaamisen jälkeen. Tämä kuvaa pelin aloittamaa prosessia, joka jatkuu myös pelaamisen lopettamisen jälkeen. VauvaPolku-pelin tarkoitus pohdinnan herättelijänä (Raitio ym. 2019) toimi myös odotusaikaisilla isillä, vaikka he pelasivat peliä vain 15 minuuttia.

Kehitysideat liittyivät myös osin tiedon jakamiseen esimerkiksi kumppanin tai neuvolan kanssa. Tässä tuloksessa näkyy tarve vuorovaikutukseen, omien ajatuksen jakamiseen ja isille tärkeistä asioista keskusteluun sekä kumppanin että neuvolan kanssa. Isät ilmaisivat myös halua ilmaista kumppanille niitä ajatuksia esimerkiksi huolia tai kysymyksiä, joita heillä on raskauteen liittyen. Kuitenkin omien ajatusten prosessoimista ja niiden ilmaisemista pidettiin joskus hankalana, jos ei vielä itsekään ole varma ajatuksistaan. Jaa-toiminnon avulla

kumppanille tiedon jakaminen olisi tehokasta ja aiheeseen olisi mahdollista myös palata myöhemmin, kun aika on sopiva. VauvaPolku-pelin pelaaminen toimisi tällöin sekä omien ajatusten selkeyttäjänä että ajatusten jakamisen helpottajana.

Isät toivoivat haastetta VauvaPolku-pelin monivalintakysymyksiin esimerkiksi tekemällä kysymyksistä kiperämpiä tai lisäämällä vastausvaihtoehtoja. Toisaalta odotusaikaiset isät pelasivat 15 minuuttia pelin ensimmäistä tasoa odotusajalta, jossa on myös pelin helpoimmat kysymykset, sillä ne vaikeutuvat pelin edetessä. Tämä on myös motivaation (ks. Rigby 2014) kannalta mielenkiintoista, koska peli koettiin nyt hyvällä tavalla helpoksi, että olisiko vaikeammat kysymykset motivoineet vai mahdollisesti turhauttaneet pelaajia.

Odotusaikaiset isät pohtivat myös VauvaPolku-pelin mainonnan tehostamista, jotta mahdollisimman moni löytäisi pelin, ja voisi näin hyödyntää sitä omassa vanhemmuudessaan. Tutkittavat olivat sitä mieltä, että paras paikka pelin mainostamiselle olisi neuvola. Neuvolassa ja ultraäänitutkimuksessa käyvät ainakin kaikki äidit ja monet isät ennen lapsen syntymää. Haastateltavat pohtivat, että neuvola on heille ainoa reitti tiedon saamiseen, jos ei ole raskauteen tai vauvaan liittyviä applikaatioita esimerkiksi puhelimessa. VauvaPolku-pelistä toivottiin myös jonkinlaista mainospuhetta, jotta pelin kohderyhmälle selviäsi, miksi pelin pelaaminen olisi hyödyllistä. Tästä voisikin kehittää esimerkiksi mainosvideon, joka pyörisi neuvoloiden odotusaulojen televisioissa, ja jossa kerrottaisiin mm. pelin idea ja sen tuomat hyödyt. Pelistä voisi kertoa myös neuvolan henkilökunta, mutta tämä edellyttää sen, että he itse pitävät pelin mainostamista hyödyllisenä, ja että heillä on aikaa esitellä peliä ja sen hyötyjä vanhemmille. Neuvolassa tai ennen ultraäänitutkimusta on myös yleensä jonkin verran odottelua ennen omaa aikaa, joten odotellessa olisi hyvää aikaa pelin mainostamiselle tai jopa pelaamiselle.

8.2 Tutkimuksen luotettavuus ja rajoitukset

Jokaisella tutkimuksella on omat rajoituksensa ja heikot kohtansa, jotka voivat vaikuttaa tutkimuksen luotettavuuteen, kuten tässäkin tutkimuksessa.

Tutkimuksen luotettavuus tarkoittaa perusteluita sille, että tutkimustulokset eivät johdu satunnaisista tai epäolennaisista tekijöistä. Tutkimuksen luotettavuutta tarkasteltaessa on otettava huomioon tutkimuksen eri vaiheiden ja valintojen mahdolliset vaikutukset tutkimuksen luotettavuuteen ja lopputulokseen. (Aaltio & Puusa 2020, 173–177.)

Tämän tutkimuksen luotettavuuteen on voinut vaikuttaa myös haastateltavien tutkimukseen osallistuminen. Tutkimukseen osallistuvia isiä oli suhteellisen pieni joukko. Kuitenkin kohderyhmä oli jo alun perin hyvin rajattu, koska tutkimukseen etsittiin ensimmäistä lastaan odottavia isiä osallistumaan ryhmähaastatteluun. Koska tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista, voi se myös rajata tutkimukseen osallistuneita esimerkiksi heihin, jotka ovat asiaan sitoutuneita ja siitä kiinnostuneita. Tämä taas voi osaltaan heikentää tutkimuksen luotettavuutta. Sitä, miksi esikoistaan odottavia isiä on ollut hankala rekrytoida osallistumaan, ei voida varmaksi tietää. Tähän on voinut vaikuttaa esimerkiksi se, että aihe on koettu liian vaikeaksi tai se, ettei sitä koeta tärkeänä.

Tutkittavien tuli alun perin olla esikoistaan odottavia lasten biologisia isiä, joten tutkimuksen kohderyhmä oli hyvin rajattu. Ensiksi tutkimukseen haettiin ainoastaan odotusaikaisia isiä, joiden kumppanit ovat suunnilleen raskausviikoilla 16–36. Tätä kuitenkin jouduttiin laajentamaan, koska haastateltavien saaminen tutkimukseen oli haastavaa. Tästä syystä myös alle vuoden ikäisen lapsen isät hyväksyttiin osallistumaan, koska lapsen odotusajasta ei ole kulunut vielä kauaa aikaa. Tutkittavat odottivat siis esikoislastaan tai heidän esikoislapsensa oli vastikään syntynyt. Näin kaikki tutkittavat olivat vanhempina samassa vaiheessa, eikä heillä ole vielä omaa aikaisempaa kokemusta lapsen odotuksesta. Koska haastateltavia oli vaikea löytää, on myös heidän määränsä pienempi kuin aluksi suunniteltiin. Vaikka haastateltavia oli suhteellisen vähän, saatiin haastatteluista kuitenkin rikas aineisto sekä monipuolinen analyysi.

Myös ryhmähaastattelu haastattelutyypinä on voinut olla osallaan vaikuttamassa tutkimukseen osallistumiseen. Ryhmähaastattelu voidaan nähdä

jännittävämpänä kuin yksilöhaastattelu, jossa on haastateltavan lisäksi yleensä vain yksi tutkija. Ryhmähaastattelu on voinut vaikuttaa joidenkin kiinnostuneiden päätökseen osallistua sen sosiaalisen luonteen vuoksi. Myös isyys tutkimusaiheena voi olla hyvin arka, joten ryhmähaastattelu ei siksi houkuttele osallistumaan. Kaikki haastattelut olivat aluksi tarkoitus järjestää ryhmähaastatteluina, mutta välimatkojen vuoksi se oli hankala järjestää, joten loput haastatteluista pidettiin yksilöhaastatteluina. Näistä yksilöhaastatteluista kaksi järjestettiin puhelimitse ja yksi kasvotusten. Myös useilla eri haastattelutavoilla on voinut olla vaikutuksensa tutkimuksen luotettavuuteen. Esimerkiksi puhelimitse voi olla vaikeampi kertoa avoimesti omista henkilökohtaisista ajatuksistaan ja kokemuksistaan, koska ei ole aiemmin tavannut haastattelun toista osapuolta. Toisaalta puhelinhaastattelu voi anonymiteetin takia helpottaa osallistumista. (Ikonen 2017, 231–234.)

Tutkimuksen sensitiivinen ja henkilökohtainen aihe on voinut vaikuttaa tutkimukseen osallistumiseen. Jos tutkittavat ovat erityisen kiinnostuneita aiheesta tai se on heille tuttu, voi tämä osaltaan vaikuttaa tutkimuksen tuloksiin. Näin tulokset voivat kohdentua vain aiheesta kiinnostuneiden mielenkiinnon mukaan, eikä näin ollen kuvaa tutkimuksen kohderyhmää eli odotusaikaisia isiä kovinkaan kattavasti. (Aaltio & Puusa 2020, 181–185.) Tästä syystä myös haastatteluun osallistumisesta luvattu elokuvalippu on voinut vaikuttaa tutkimukseen osallistumiseen. Tutkittavien motivoituneisuudella tai sen puutteella on siis voinut olla oma vaikutuksensa tutkimustuloksiin.

Tutkimusta varten kysytyt taustatiedot sisälsivät ainoastaan tutkittavan iän ja lapsen lasketun ajan, joten taustatietoja olisi voinut kartoittaa laajemmin, ja pohtia niiden mahdollista vaikutusta tuloksiin. Taustatietoja olisi voinut kysyä vielä esimerkiksi koulutustaustan tai siviilisäädyn osalta. Odotusaikaiset isät olivat myös eri vaiheissa odotusta, koska heidän kumppaninsa olivat haastatteluiden aikaan raskausviikoilla 14–34. Raskauden vaihe saattaa vaikuttaa vastauksiin, sillä luonnollisesti osalla isistä on tullut pidempi aika valmistautua isyyteen, ja tätä kautta myös kokemus isyydestä on muuttunut. Tämä voi vaikuttaa vastausten eroihin ja tutkimuksen luotettavuuteen.

Tutkimuksen luotettavuuteen liittyy myös tutkijan tekemien valintojen ja tulkintojen arviointi jälkikäteen (Aaltio & Puusa 2020, 169–170). Tämän tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttaa esimerkiksi tutkijan kokemattomuus tutkijana. Kuitenkin tutkijana olen pyrkinyt tarkastelemaan sekä aineistoa, sen analyysia, että kirjoitettua tekstiä mahdollisimman objektiivisesti, jotta tutkimus olisi mahdollisimman luotettava. On myös otettava huomioon, että tutkija on tutkinut oman ikäistensä miesten käsityksiä omasta isyydestään, ja hänellä, kuten kaikilla, voi olla aiheesta omat ennakkoluulonsa tai -asenteensa, jotka voivat vaikuttaa myös tutkimusten tuloksiin.

8.3 Jatkotutkimusehdotukset

Tästä tutkimuksesta on mielekästä tehdä jatkotutkimusta, sillä pelillisyyttä osana isyyteen valmistautumista ei ole aiemmin tutkittu. Isien VauvaPolku-pelin pelaamisesta olisi mielenkiintoista tehdä pitkittäistutkimusta, jolloin tietoa saataisiin pelin aikaansaamasta muutoksesta ja hyödyistä. Tällöin olisi myös mielekästä yhdistää määrällistä ja laadullista tutkimusta, jotta tutkimustulokset olisivat mahdollisimman kattavia ja aiempaa tarkempia. Tällöin isiä voisi tutkia esimerkiksi eri vaiheissa odotusaikaa sekä muutamia kertoja lapsen syntymän jälkeen.

Määrällisen tutkimuksen avulla olisi myös kiinnostavaa tutkia VauvaPolku-pelin mahdollisia pelaamiskokemusten yhteyttä erilaisiin taustamuuttujiin, kuten ikään, siviilisäätyyn, koulutustaustaan tai raskausviikkoihin. Tällöin voitaisiin tutkia esimerkiksi sitä, kuka pelistä parhaiten hyötyy, ja kenelle peliä voitaisiin kohdentaa aiempaa paremmin. Tässä tutkimuksessa taustatietoja (isän ikä ja raskausviikot) kysyttiin ainoastaan kuvaamaan tutkittavien joukkoa.

VauvaPolku-pelin kehittämisen kannalta olisi mielenkiintoista tutkia laajemmin odotusaikaisten isien tarpeita ja toiveita pelin osalta. Tässä olisi hyvä tehdä laajempaa kartoitusta, jotta isät voisivat nostaa esiin sellaisia aiheita ja teemoja, joista ovat odotus- tai vauva-aikana kaivanneet enemmän tietoa. Tutkittavat isät myös kokivat jotkin pelin monivalinnoista hyvin helpoiksi, mutta koska myös

kysymykset hankaloituvat pelin edetessä, olisi ollut kiinnostavaa tutkia isien ajatuksia ja käsityksiä, kun haastattelun aluksi pelattaisiin pelin vaikeampia tasoja.

Odotusaikaiset isät pohtivat myös haastatteluissa sitä, miltä kumppanin kanssa pelaaminen voisi tuntua, ja mitä hyvää se toisi pelaamiseen. Olisi siis mielekästä tutkia kokemuksia kumppanin kanssa pelaamisen kokemuksta. Myös yksin ja yhdessä pelaamisen eroja olisi kiinnostavaa tutkia. Tässä tutkimuksessa tutkittiin myös lastensa biologisia isiä, jotka ovat parisuhteessa lapsen biologisen äidin kanssa. Koska nykyään perheet ovat hyvin moninaisia, olisi kiinnostavaa ja tärkeää tutkia myös ei-biologisia vanhempia, moninaisia perheitä ja heidän vanhemmuutensa valmistautumista.

Lähteet:

- Aaltio, I. & Puusa, A. 2020. Mitä laadullisen tutkimuksen arvioinnissa tulisi ottaa huomioon? Teoksessa A. Puusa & P. Juuti (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus, 169–181.
- Alakärppä, O., Sevón, E. & Rönkä, A. 2019. Tukea vanhemmuuteen valmistautumiseen: Kirjallisuuskatsaus perhevalmennusohjelmien sisällöistä ja työmuodoista. *Perheterapia* 35 (1), 24–33.
- Apostol, S., Zărarescu, L. & Alexe, I. 2013. Gamification of learning and educational games. *The International Scientific Conference eLearning and Software for Education*, 2, 67–72.
- Chin, R., Hall, P. & Daiches, A. 2011. Fathers' experiences of their transition to fatherhood: a metasynthesis. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 29 (1), 4–18.
- CopaGloba-tutkimus. 23.6.2020.
<https://www.jyu.fi/edupsy/fi/tutkimus/hankkeet-projects/copa> (Luettu 02.07.2020.)
- Deave, T. & Johnson, D. 2008. The transition to parenthood: what does it mean for fathers? *Journal of Advanced Nursing* 63 (6), 626–633.
- Eerola, P. & Mykkänen, J. 2014. Isyykokemusten jäljillä. Teoksessa P. Eerola & J. Mykkänen (toim.) *Isän kokemus*. Helsinki: Gaudeamus, 7–18.
- Entsieh, A. A. & Hallström, I. K. 2016. First-time parents' prenatal needs for early parenthood preparation-A systematic review and meta-synthesis of qualitative literature. *Midwifery* 39, 1–11.
- Eriksson, H. & Salzmänn-Erikson, M. 2013. Supporting a caring fatherhood in cyberspace - an analysis of communication about caring within an online forum for fathers. *Scandinavian Journal of Caring Sciences* 27 (1), 63–69.
- Fletcher, R. & StGeorge, J. 2011. Heading into fatherhood - nervously: support for fathering from online dads. *Qualitative Health Research* 21 (8), 1101–1114.
- Hawkins, A. J., Lovejoy, K. R., Holmes, E. K., Blanchard, V. L. & Fawcett, E. 2008. Increasing fathers' involvement in child care with a couple-focused intervention during the transition to parenthood. *Family Relations* 57 (1), 49–59.
- Hopia, H. & Raitio, K. 2016. Gamification in healthcare: Perspectives of mental health service users and health professionals. *Issues in Mental Health Nursing* 37 (12), 894–902.
- Huttunen, J. 2014. Isyyden muutos ja tulevaisuus. Teoksessa P. Eerola & J. Mykkänen (toim.) *Isän kokemus*. Helsinki: Gaudeamus, 178–196.
- Huttunen, J. 2001. *Isänä olemisen uudet suunnat. Hoiva-isiä, etäi-isiä ja ero-isiä*. Jyväskylä: PS-kustannus.

- Huusko, M. & Paloniemi, S. 2006. Fenomenografia laadullisena tutkimussuuntauksena kasvatustieteissä. *Kasvatus* 37 (2), 162–173.
- Ibrahim, R., Yusoff, R., Mohamed-Omar, H. & Jaafar, A. 2011. Students perceptions on using educational games to learn introductory programming. *Computer and Information Science* 4 (1), 205–316.
- Ikonen, H-M. 2017. Puhelinhaastattelu. Teoksessa M. Hyvärinen, P. Nikander & J. Ruusuvuori (toim.) Tutkimushaastattelun käsikirja. Tampere: Vastapaino, 230–243.
- Johansson, M., Rubertsson, C., Rådestad, I. & Hildingsson, I. 2010. The internet: one important source for pregnancy and childbirth information among prospective fathers. *Journal of Men's Health* 7 (3), 249–258.
- Juuti, P. & Puusa, A. 2020. Laadullisen tutkimuksen luotettavuus. Teoksessa A. Puusa & P. Juuti (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus, 167–168.
- Kahn, R. L. 1979. Aging and social support. Teoksessa M. W. Riley (toim.) *Aging from birth to death*. Colorado: Westview Press, 77–91.
- Kansallinen äitiyshuollon asiantuntijaryhmä. 2013. Teoksessa R. Klemetti & T. Hakulinen-Viitanen (toim.) *Äitiysneuvolaopas. Suosituksia äitiysneuvolatoimintaan*. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print.
- Kruk, E. 2016. Divorced Fathers at Risk of Parental Alienation: Practice and Policy Guidelines for Enhancing Paternal Responsibility. *New Male Studies* 5 (1), 95–112.
- Koivisto, J. 2017. Gamification: a study on users, benefits, and literature. Väitöskirja, Tampereen yliopisto.
- Kowlessar, O., Fox, J. R., Wittkowski, A. 2015. The pregnant male: a metasyntesis of first-time fathers' experiences of pregnancy. *Journal of Reproductive and Infant Psychology* 33 (2), 106–127.
- Laine, T. 2010. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. Jyväskylä: PS-kustannus, 28–45.
- Linehan, C., Kirman, B. & Roche, B. 2014. Gamification as behavioral psychology. Teoksessa S. P. Walz & S. Deterding (toim.) *The Gameful World. Approaches, Issues, Applications*. Cambridge: The MIT Press, 81–105.
- Locock, L. & Alexander, J. 2006. 'Just a bystander'? Men's place in the process of fetal screening and diagnosis. *Social Science & Medicine* 62 (6), 1349–1359.
- Lähteenmäki, M. & Neitola, M. 2014. Isien turvaverkostot vauvaperheissä. Teoksessa P. Eerola & J. Mykkänen (toim.) *Isän kokemus*. Helsinki: Gaudeamus, 65–74.
- Masciadrelli, B. P., Pleck, J. H. & Stueve, J. L. 2006. Fathers' roles model perceptions. Themes and Linkages with Involvement. *Men and Masculinities* 9 (1), 23–34.

- Meister, D. M., Müller-Lietzkow, J., Burkatzki, E. & Kröger, S. 2012. Digital games in the context of adolescent media behavior. Teoksessa J. Fromme & A. Unger (toim.) *Computer Games and New Media Cultures. A Handbook of Digital Games Studies*. Dordrecht: Springer, 295–316.
- Mykkänen, J. 2010. Isäksi tulon tarinat, tunteet ja toimijuus. *Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research* 382. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Mykkänen, J. & Eerola, P. 2014. Sitoutuminen ja vastuu isyyden alussa. Teoksessa P. Eerola & J. Mykkänen (toim.) *Isän kokemus*. Helsinki: Gaudeamus, 49–64.
- Mäntyranta, T. & Kaila, M. 2008. Fokusryhmähaastattelu laadullisen tutkimuksen menetelmänä lääketieteessä. *Duodecim* 124 (13), 1507–1513.
- Niela-Vilén, H., Axelin, A., Salanterä, S. & Melender, H-L. 2014. Internet-based peer support for parents: A systematic integrative review. *International Journal of Nursing Studies* 51 (11), 1524–1537.
- Ortiz-Rojas, M. Chiluiza, K. & Valcke, M. 2017. Gamification and learning performance: a systematic review of the literature. *European Conference on Games Based Learning*, 515–522.
- Paajanen, P. 2006. Päivisin leiväntuoja, iltaisin hoivaisä. Alle 3-vuotiaiden esikoislasten isien näkemyksiä ja kokemuksia isyydestä. *Perhebarometri 2006. Väestöliitto, Väestöntutkimuslaitos Katsauksia E 24*.
- PHHYKY. 2020 (päivitetty 29.05.2020). Neuvolan toiminta koronavirusepidemian aikana. <https://www.phhyky.fi/fi/perhe-ja-sosiaalipalvelut/lapsiperhepalvelut/neurolat/koronavirustiedotteita-neurolan-asiakkaille/>. (Luettu 05.06.2020.)
- Pietilä, I. 2017. Ryhmäkeskustelu. Teoksessa M. Hyvärinen, P. Nikander & J. Ruusuvoori (toim.) *Tutkimushaastattelun käsikirja*. Tampere: Vastapaino, 111–130.
- Prensky, M. 2007. *Digital game-based learning*. St. Paul, MS: Paragon house.
- Punna, M. & Raitio, K. 2016. Mobiilimenetelmät ja pelillisuus työmenetelminä sosiaali- ja terveysalan asiakastyössä. *Finnish Journal of EHealth and EWelfare*, 8(4), 224–230.
- Puusa, A. 2020. Näkökulmia laadullisen aineiston analysointiin. Teoksessa A. Puusa & P. Juuti (toim.) *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Helsinki: Gaudeamus, 145–156.
- Raitio, K., Kivinen, T. & Hopia, H. 2014. Pelillistämisen mahdollisuudet nuorten mielenterveyskuntoutujien arjessa. *Finnish Journal of EHealth and EWelfare*, 6(4), 206–208.
- Raitio, K., Sevón, E. & Rönkä, A. 2019. Digitaalinen oppimispeli VauvaPolku: Vanhemmuuteen valmistautumista pelillisen oppimisen keinoin. Helsinki: Kunnallisan kehittämissätiö. Kunnallisan kehittämissätiön Julkaisut-sarja, 21.

- Ramirez, D. & Squire, K. 2014. Gamification and learning. Teoksessa S. P. Walz & S. Deterding (toim.) *The Gameful World. Approaches, Issues, Applications*. Cambridge: The MIT Press, 629–652.
- Rigby, C. S. 2014. Gamification and motivation. Teoksessa S. P. Walz & S. Deterding (toim.) *The Gameful World. Approaches, Issues, Applications*. Cambridge: The MIT Press, 113–137.
- Rytkönen, T., Saneri, I. & Tikka, T. 2011. Isyyden vahvistamisella turvaa koko perheelle. Teoksessa J. Simola, J. Ihalainen, K. Kuusinen-James, M. Seppänen & T. Rytkönen (toim.) *Turvallinen perhe-elämä ei synny sattumalta. Kuntien palvelurakenteen kehittämisraportti*, 27–31.
- Salonen, A. H., Kaunonen, M., Åstedt-Kurki, P., Järvenpää, M-L. Isoaho, H. & Tarkka, M-T. 2011. Effectiveness of an internet-based intervention enhancing Finnish parents' parenting satisfaction and parenting self-efficacy during the postpartum period. *Midwifery* 27, 832–841.
- Salzmann-Erikson, M. & Eriksson, H. 2013. Fathers sharing about early parental support in health-care - virtual discussions on an internet forum. *Health and Social Care in the Community* 21 (4), 381–390.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2008. Isien ja isyyden tukeminen äitiys- ja lastenneuvoloissa. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2008: 24. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2020. Äitiysneuvola. https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/aitiys_ja_lastenneuvola/aitiysneuvola. (Luettu 02.06.2020.)
- Tiitinen, A. 2018. Keskenmeno. Lääkärikirja Duodecim. Julkaistu 1.10.2018. https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00138. (Luettu 02.06.2020.)
- Thomas, G. M., Lupton, D. & Pedersen, S. 2018. 'The appy for a happy pappy': expectant fatherhood and pregnancy apps. *Journal of Gender Studies* 27 (7), 759–770.
- Tuomi, J. & Sarajarvi, A. 2017. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Törrönen, J. 2017. Virikehaastattelu. Teoksessa M. Hyvärinen, P. Nikander & J. Ruusuvoori (toim.) *Tutkimushaastattelun käsikirja*. Tampere: Vastapaino, 233–255.
- Vesterinen, O. & Mylläri, J. 2014. Peleistä ja pelillisyydestä. Teoksessa L. Krokfors, M. Kangas & K. Kopisto (toim.) *Oppiminen pelissä. Pelit, pelillisuus ja leikillisuus opetuksessa*. Tampere: Vastapaino, 56–66.
- Vuorenmaa, M., Salonen, A. H., Aho, A. L., Tarkka, M-L. & Åstedt-Kurki, P. 2011. Puolivuotioiden lasten isien neuvolan terveydenhoitajalta saamat ohjeet ja tuki. *Hoitotiede* 2011, 23 (4), 285–295.

- Vuori, J. 2004. Isyyden mallit ja isien valinnat. Teoksessa I. Aalto & J. Kolehmainen. (toim.) Isäkirja. Mies, vanhemmuus ja sukupuoli. Tampere: Vastapaino, 29–63.
- Yle Uutiset. 12.6.2019. Hallitus kaavailee: Sekä äidille että isälle viisi kuukautta vapaata, vanhempainvapaan kestoksi 5–6 kuukautta. <https://yle.fi/uutiset/3-10827242>. (Luettu 27.4.2020.)
- Åsenhed, L., Kilstram, J., Alehagen, S. & Baggens, C. 2014. Becoming a father is an emotional roller coaster – an analysis of first-time fathers’ blogs. *Journal of Clinical Nursing* 23 (9-10), 1309–1317.