

TELIA DIGIHYVINVOINTISELVITYS

22.10.2018

TUTKIMUSMENETELMÄ JA SISÄLTÖ

Tavoite

Telian valtakunnallisen kyselyn tavoitteena oli selvittää suomalaisten lapsiperheiden puhelimen käyttöä, sen mahdollisia haittoja sekä yrityksiä rajoittaa puhelimella vietettyä aikaa. Kyselyssä pyydettiin vastaajan arviota sekä omasta että muiden samassa taloudessa asuvien henkilöiden (lapset, muut aikuiset) puhelimen käytöstä. Tarkoituksena oli saada tietoa siitä, miten Telia voisi edistää suomalaisten perheiden digihyvinvointia.

Tiedonkeruu

Selvityksen toteutti Telialle tutkimusyritys Bilendi, joka on eurooppalaisen tutkimusjärjestön ESOMAR:in jäsen. Tiedonkeruu toteutettiin 13.-22.7.2018 Bilendin hallinnoiman M3-paneelin kautta. M3-paneeliin kuuluu Suomessa 80 000 panelistia. Internetpohjainen kysely lähetettiin panelisteille sähköpostitse.

Kohderyhmä ja otos

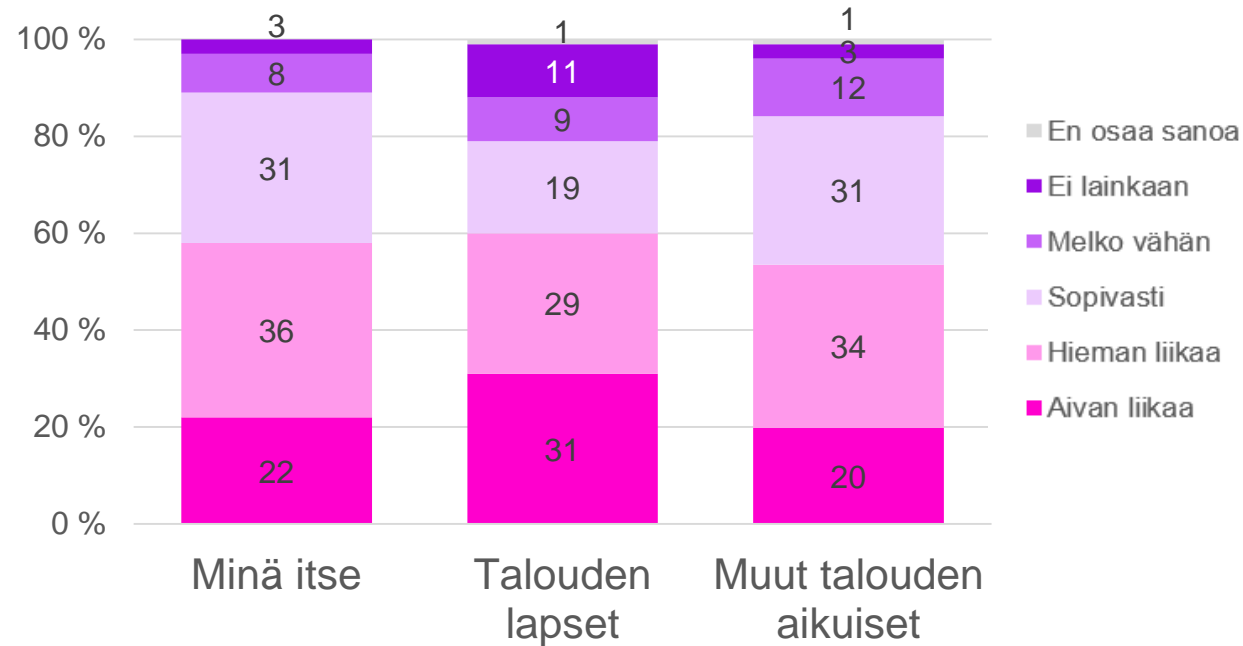
Valtakunnallisen selvityksen kohderyhmänä olivat 18-74-vuotiaat suomalaiset aikuiset, jotka asuvat samassa taloudessa alle 18-vuotiaiden lasten kanssa. Perheet valittiin kohderyhmäksi, koska digitaalisten laitteiden käyttö huolestuttaa usein juuri lasten vanhempia. Otokoko oli yhteensä 600 vastaajaa. Vastaajista 49% oli miehiä ja 51% naisia.

Sisältö

- Ajankäyttö puhelimen parissa
- Puhelimen liikakäytön haitat
- Puhelimen liikakäytön rajoittaminen
- Useimmin käytetyt sovellukset
- Toiveet puhelimen käytön seurantaan ja lisäpalveluihin

AJANKÄYTTÖ PUHELIMEN PARISSA

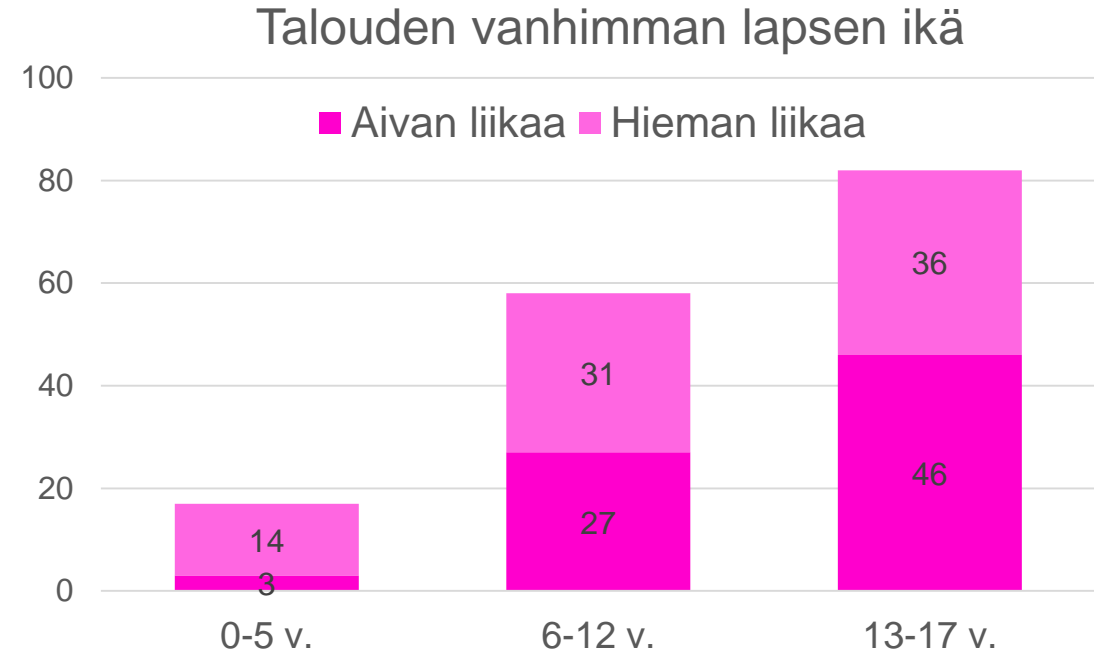
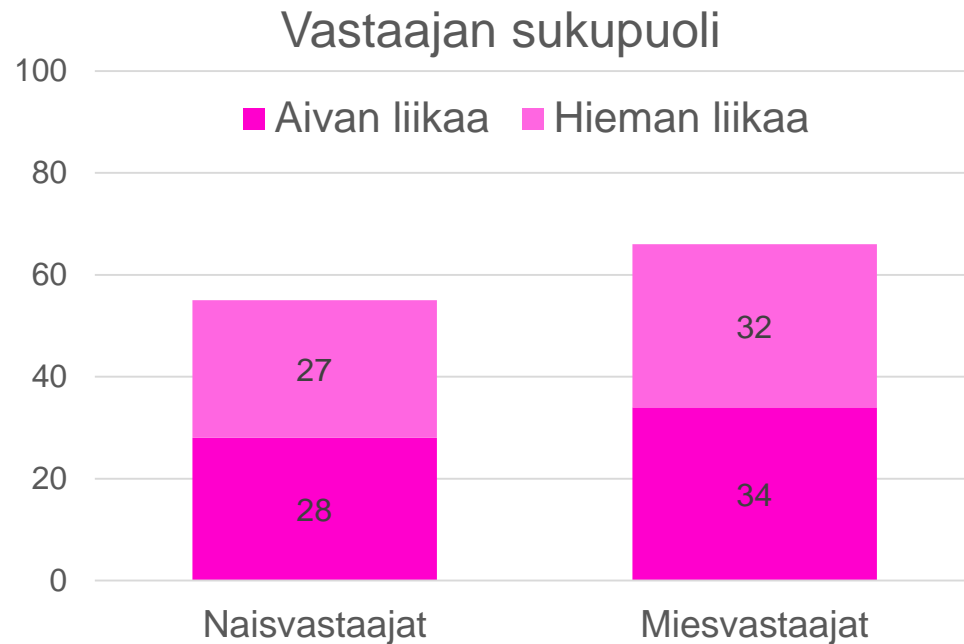
Kuinka paljon aikaa mielestäsi taloudessasi asuvat henkilöt käyttävät aikaa puhelimella (internet / sovellukset)?
Minä itse / Talouden lapset / Muut aikuiset



- Vastaajista 58% kokee, että käyttää itse liikaa aikaa puhelimellaan.
- 60% kokee, että talouden lapset viettävät liikaa aikaa puhelimen parissa ja 54%, että talouden muiden aikuisten puhelimen käyttö on liiallista.



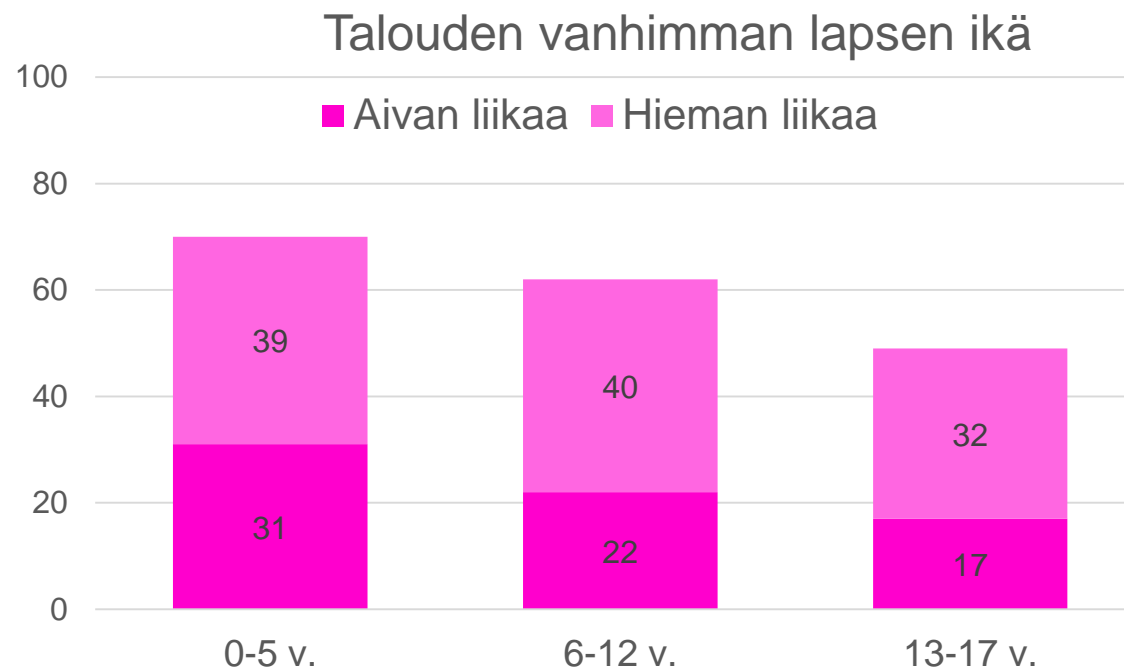
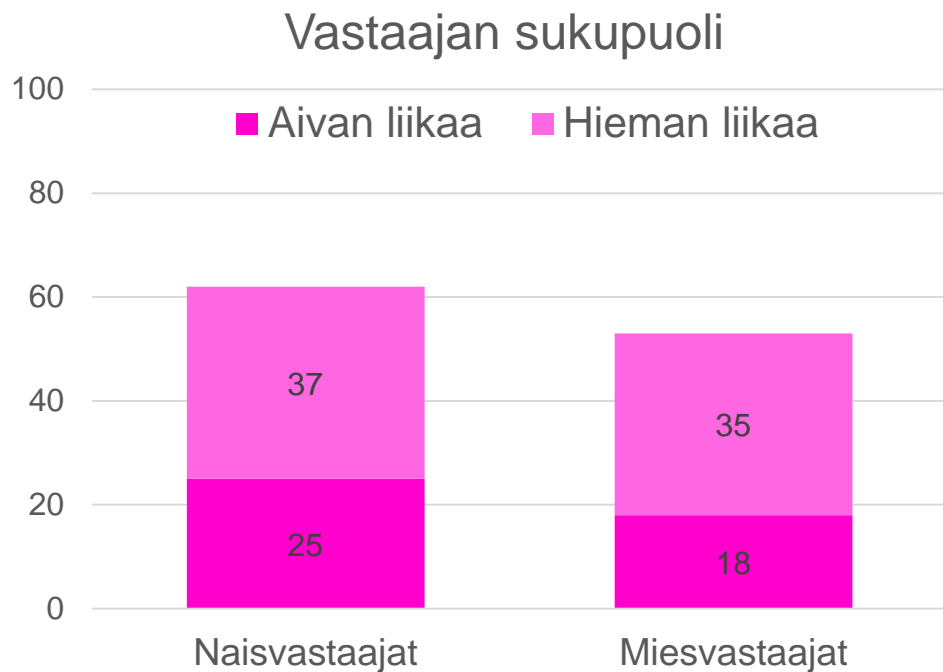
VANHEMPIEN KOKEMUS LASTENSA AJANKÄYTÖSTÄ PUHELIMELLA



- Miehet ovat hieman todennäköisempiä pitämään lasten puhelimen käyttöä liiallisena kuin naiset.
- Mitä vanhempia lapsia taloudessa on, sitä enemmän vastaajat kokevat, että lapset viettävät liikaa aikaa puhelimella.
- Alle 6-vuotiaiden lasten vanhemmista vain 17% pitää lasten puhelimen käyttöä liiallisena, mutta jo 58% alakouluikäisten lasten vanhemmista kokee lastensa olevan liikaa kännykällä. Teini-ikäisten vanhemmista peräti 82% vastasi, että heidän lapsensa käyttää liikaa puhelinta.



VANHEMPIEN KOKEMUS OMASTA AJANKÄYTÖSTÄÄN PUHELIMELLA



- Perheissä naiset ajattelevat miehiä useammin käyttävänsä liikaa aikaa puhelimella.
- Mitä nuorempia lapsia taloudessa on, sitä enemmän vanhemmat kokevat itse viettävänsä liikaa aikaa kännykällä.
- Alle 6-vuotiaiden lasten vanhemmista 70% ajattelee itse käyttävänsä liikaa puhelinta, kun taas alakouluikäisten vanhemmista 62% ja teini-ikäisten vanhemmista 49% kokee samoin.



PUHELIMEN LIIKAKÄYTÖN HAITAT

Vähintään joku taloudessa käyttää liikaa aikaa puhelimella (n = 497):

Mitä haittaa mielestäsi on aiheutunut puhelimen liikakäytöstä?

(Avoin kysymys, vaihtoehtoja ei lueteltu)

- Kaikista vastaajista 83% koki, että vähintään joku taloudessa (joko itse, talouden lapset tai talouden muut aikuiset) käyttää liikaa aikaa puhelimella.
- Yleisimmin vastaajat kokivat, että puhelimen liikakäyttö on vähentänyt yhdessäoloa ja keskustelua perheessä.
- Neljäsosa vastaajista kertoi, että puhelimen käyttö vie aikaa muulta tekemiseltä ja monet asiat jäävät hoitamatta.
- Melko monelle puhelimen liikakäyttö aiheuttaa myös fyysisiä vaivoja, kuten päänsärkyä, sekä unen puutteesta johtuvaa väsymystä.



LAPSIPERHEIDEN KOMMENTTEJA LIIKAKÄYTÖN HAITOISTA

Mitä haittaa mielestäsi on aiheutunut puhelimen liikakäytöstä?

Aika jonka voisi käyttää johonkin hyödyllisempään, tuntuu menevän hukkaan ja keskustelukumppani ei tunnu olevan läsnä

Aika perheen kanssa kärsii/vähenee Ei saa aikaiseksi asioita
Mieli tylsistyy helposti

Aikaa ei riitä muuhun.
Puhelimeen jää helposti jumiin, siellä ei ole mitään mielenkiintoista, mutta silti siellä viettää aikaa

Ei jää aikaa muulle elämälle, arki vaan vilisee ohi, työt häiriintyy, ei enää jaksaa keskittyä mihinkään.
Kesken elokuvankin yleensä vaan kattelee puhelinta. Sotkee elämää ihan kiitettävästi ja heikentää sitä kautta elämän laatua ja elämän mielekkyyttä.

Hommat jää viime tippaan, kun ei malteta laittaa puhelinta pois.

Keskittyminen puhelimeen, vie huomion lapsilta, ei saa tehtyä tarpeeksi muuta

Kommunikaation kulkuongelmat, tehtävien hoitamatta jättäminen, liika valvominen

Voisi vaikka olla ulkonakin ja nauttia näkymistä

Porukkaa ei saa liikkeelle, ulos, kauppaan, koko ajan on nenä kiinni laitteessa

Lapselle tulee painajaisia videoista ja peleistä ja saa muita vaikutteita. Siitä on myös vaikea irtautua. Itsellänikin saattaa jäädä asioita tekemättä.

Perheen yhteiset hetket, joita ei molempien vuorotyön takia ole alun alkaenkaan paljoa, kuluvat siihen, että mieheni möllöttää vain puhelimella (tai joskus pelaa PS:llä). Tästä on aiheutunut myös useita riitoja.

Antisosiaalista käytöstä.
Itsekeskeisyyttä.
Levottomuutta,
keskittymiskyvyttömyyttä

Keskustelun väheneminen, omassa nurkassa nököttäminen

Lähinnä se, että joskus tuntuu siltä, että nuoret eivät oikein keskity puhuttuihin asioihin vaikka ovatkin fyysisesti läsnä, he keskittyvät enemmän siihen mitä puhelimen ruudulla tapahtuu.

Lapset eivät saa aikaiseksi tehtyä mitään muuta kuten ulkoilla ja olla muun perheen kanssa.

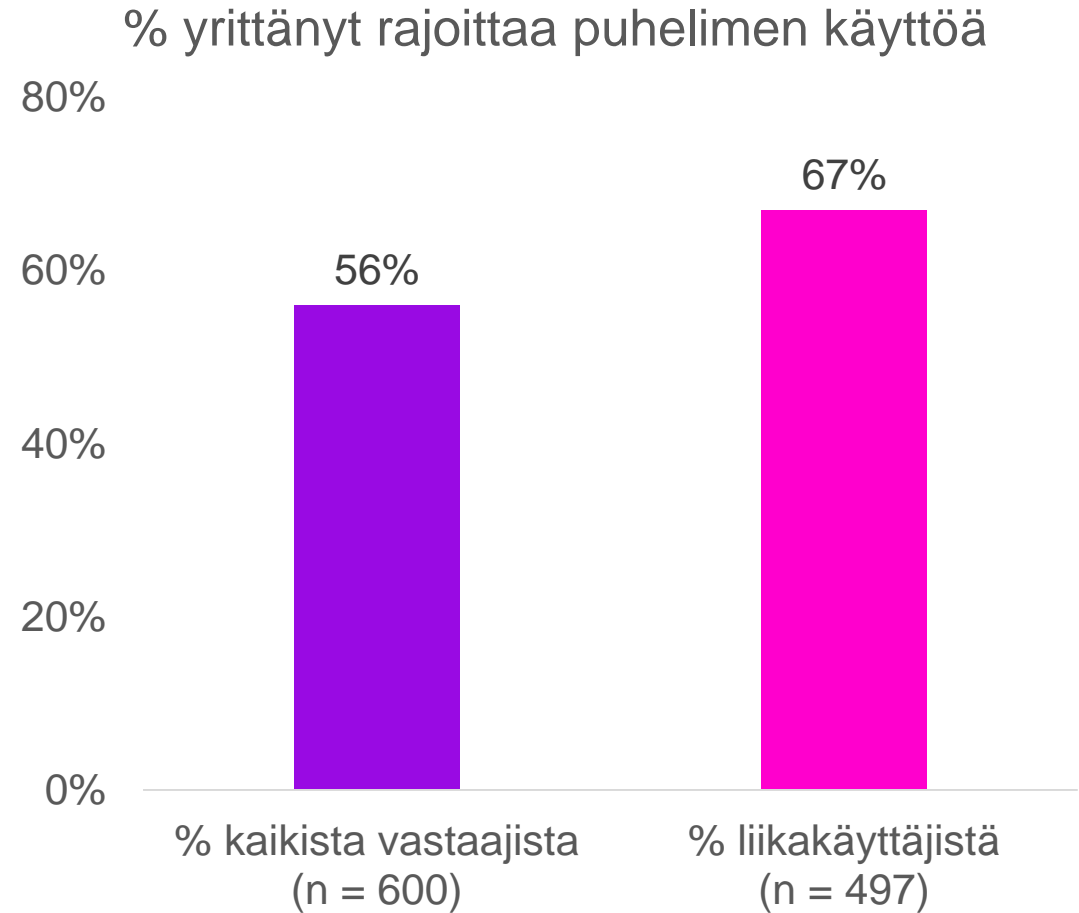


PUHELIMEN KÄYTÖN RAJOITTAMINEN

Vähintään joku taloudessa käyttää liikaa aikaa puhelimitse (n = 497):

Oletko yrittänyt rajoittaa puhelimitse käytetyn ajan määrää itsesi tai perheesi osalta?

- Yli puolet kaikkien lapsiperheiden vanhemmista on pyrkinyt rajoittamaan puhelimitse käyttöä perheessä.
- Niistä, joiden mielestä puhelimitse käytetään liikaa, 2/3 on pyrkinyt rajoittamaan käyttöä.



KEINOT KÄYTÖN RAJOITTAMISEEN

Vastaajat, jotka ovat yrittäneet rajoittaa puhelimen käyttöä:

Miten olet yrittänyt rajoittaa puhelimen käyttöä itsesi tai muiden kohdalla ja miten se on toiminut?
(Avoin kysymys, vaihtoehtoja ei lueteltu)

- Kaikista lapsiperheistä 56% on yrittänyt rajoittaa puhelimen käyttöä.
- Yleisin puhelimen käytön rajoittamiseen käytetty tapa on asettaa aikarajoituksia, eli puhelinta saa käyttää vain tietyn tuntimäärän päivässä tai tiettyinä kellonaikoina.
- Vain 14 prosenttia mainitsi spontaanisti käyttäneensä keskustelua rajoittamisen keinona.



LAPSIPERHEIDEN KEINOT PUHELIMEN KÄYTÖN RAJOITTAMISEEN

Miten olet yrittänyt rajoittaa puhelimen käyttöä itsesi tai muiden kohdalla ja miten se on toiminut?

Aika-appeja, laittanut puhelimen pois. Sopinut itseni kanssa että saa olla puhelimella vain kun lapset nukkuu. Ei ole toiminut

En korjannut rikkinäistä puhelintani vaan käytin puhelinta mihin ei saanut ladata sovelluksia

Esim. keittiöön ja wc:hen ei puhelinta. Toiminut vaihtelevasti :(

Ihan vaan rajoittamalla. Että pakotan itseäni tekemään muita asioita kun vaan puhelimeen räpläämineen.

Asettamalla puhelimen lentotilaan ja pitämällä puhelinta kauempana öisin

Huonolla menestyksellä. Vastaus joo joo ja ei mitään vaikutusta vaikka kuinka sanoisi

Iltaisin näyttöaika loppuu klo 20 lapsilta, onnistunut. Itse rajoitan käyttöä vaihtelevasti

Itsellä ei rajoitettavaa, lapset tuoneet mm. puhelimet (tai laturit) yöksi minun luo.

Ettei kännyköitä käytetä ruokapöydässä, toimii vaihtelevasti

Jättämällä puhelimet kotiin. Toiminut huonosti ja hyvin...

Käskemällä lapsia sanallisesti, ottamalla välillä puhelimet pois; toimii niin kauan kuin jaksaa itse vahtia vieressä.

Itselläni esim. viikonloppuisin ja lomien aikaan jätän puhelimen sivuun ja tarkistan vain lyhyesti aamuin illoin. Lapsen kohdalla arkisin rajoitetaan käytettyä aikaa

Käskenynt lapsia ulos, pannut oman kännykän äänettömälle. Toimii joten kuten.

Kehottamalla lopettamaan esim. tietyllä kellonajalla sekä järjestämällä muuta puuhaa: kotihommia, ulkohommia, retkiä.

Lapselle antanut selkeästi aikarajan, että kauanko saa olla puhelimella päivässä. Itse vain jättänyt puhelimen pöydälle ja lähtenyt ulos touhuamaan.

Lapsilta puhelin pois iltayhdeksän jälkeen ja tiettyjen sovellusten poisto auttanut hieman riippuvuuteen.

Laittanut puhelimen pois kun leikin lasten kanssa. Huonosti onnistuu



MOBIILISOVELLUSTEN KÄYTTÖ

Mitä seuraavanlaisista sovelluksista käytät puhelimesasi tai tabletissasi?
Käytän säännöllisesti / Käytän joskus / En käytä koskaan

% käyttää säännöllisesti

- Pikaviestimet ovat yleisimmin käytettyjä mobiilisovelluksia lapsiperheissä.
- Hyvänä kakkosena tulevat pankkien sovellukset sekä sosiaalinen media.

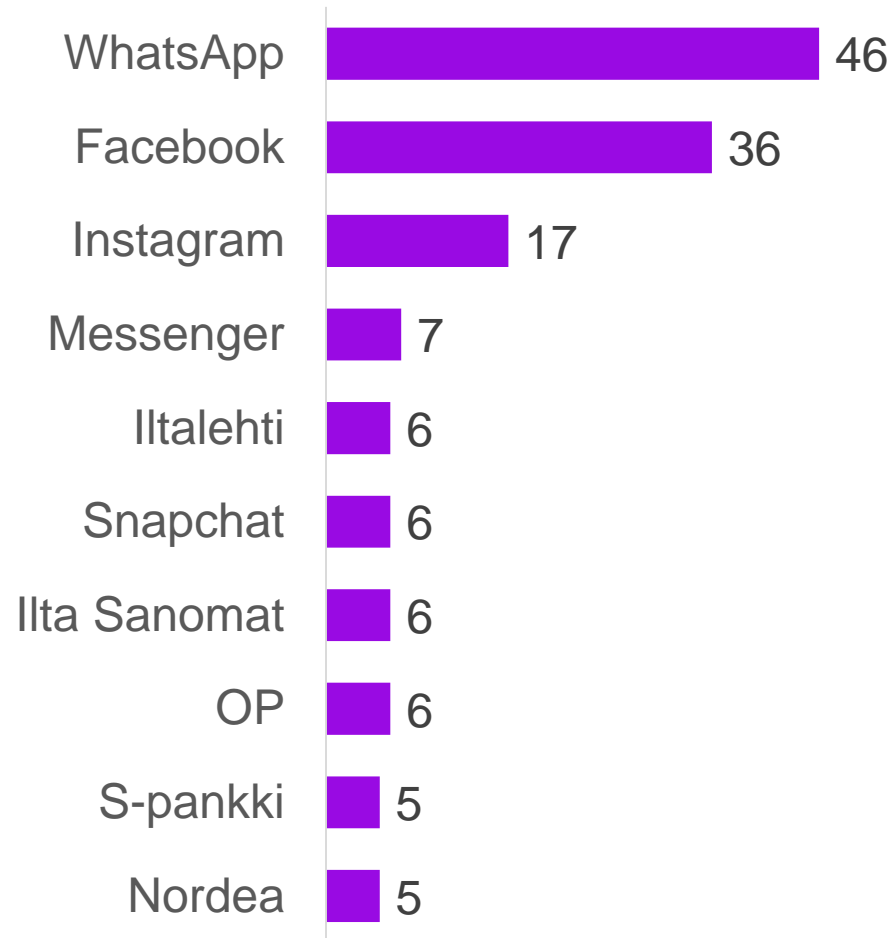


USEIMMIN KÄYTETYT SOVELLUKSET

Minkä nimisiä sovelluksia käytät useimmin? (Avoin kysymys, vaihtoehtoja ei listattu)

Top 10 nimetyt sovellukset, % vastaajista

- WhatsApp, Facebook ja Instagram olivat selkeästi useimmin käytetyt sovellukset lapsiperheiden vanhemmilla.
- Muut maininnat jakautuivat kymmenille eri sovelluksille, mukana mm. suurimpien pankkien sekä lehtien sovellukset.

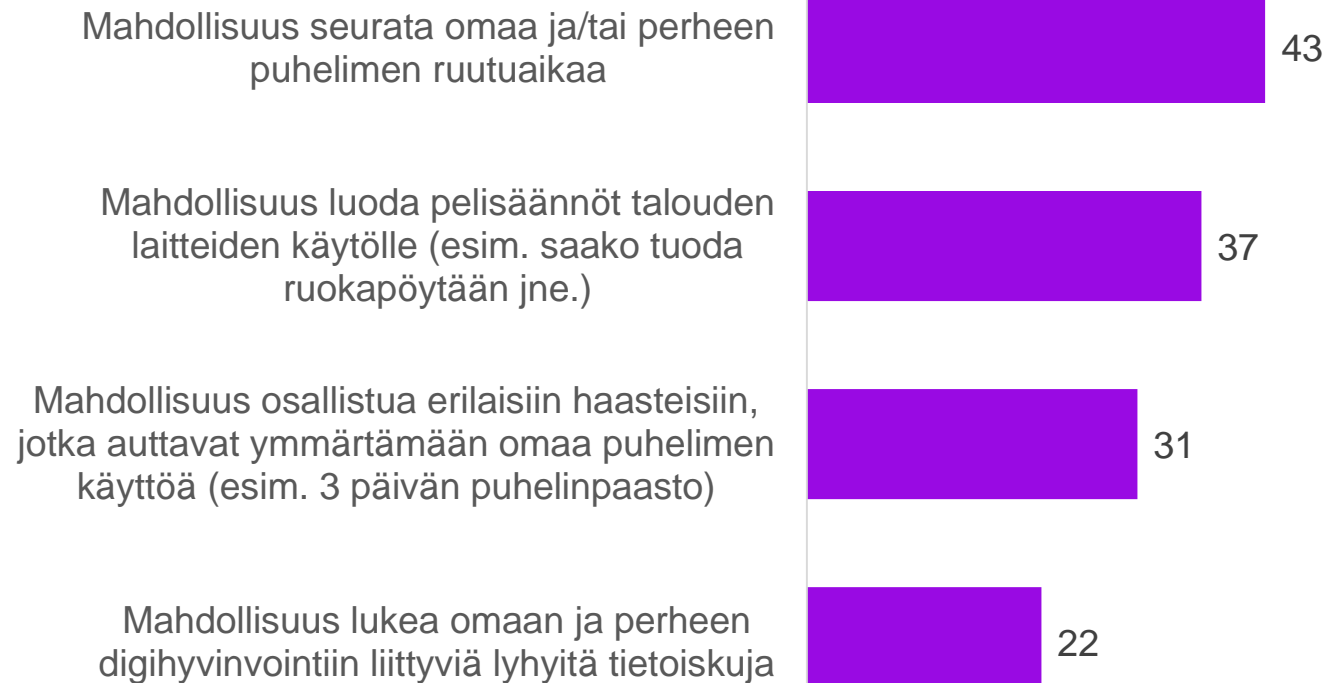


VASTAAJIEN KIINNOSTUS PUHELIMEN KÄYTÖN HALLINTAAN

Kuinka kiinnostavana pitäisit seuraavia ominaisuuksia operaattorin mobiilisovelluksessa?
(1 = Ei lainkaan kiinnostava – 5 = Erittäin kiinnostava)

% kokee kiinnostavana (vastannut 4 tai 5 = Erittäin kiinnostava)

Lapsiperheet ovat kiinnostuneita mahdollisuuksista luoda sovelluksen avulla yhteisiä pelisääntöjä laitteiden käyttöön sekä seuraamaan omaa ja muiden perheenjäsenten käyttämää aikaa puhelimella.



VASTAAJIEN KIINNOSTUS LIITTYMÄPALVELUN OMINAISUUKSIA KOHTAAN

Kuinka kiinnostavana pitäisit seuraavia ominaisuuksia operaattorin mobiilisovelluksessa?
(1 = Ei lainkaan kiinnostava – 5 = Erittäin kiinnostava)

% kokee kiinnostavana (vastannut 4 tai 5 = Erittäin kiinnostava)

Vastaajat ovat kiinnostuneimpia hallinnoimaan koko perheen liittymiä yhden sovelluksen avulla. Myös laskun reaaliaikainen seuraaminen kiinnostaa.





Telia Company

