

PÄIVÄ 3
Digi-
koukut



Digikoukkuja eli suunniteltua addiktoimista

Mm. näillä tavoilla pelit ja sovellukset on suunniteltu koukuttamaan

Sisällön päättymättömyys

Videoiden virta TikTokissa ei koskaan lopu.
Verkkopeli ei koskaan pääty, vaikka suljen oman koneeni.
Aivoni haluavat suorittaa tehtävät loppuun
– jos sisältö ei lopu koskaan, tehtävä jää aina kesken.



Palkinnot

Tykkäys, uusi skini, kaveripyyntö tai nousu ranking-listalla herättää kokemuksen palkinnosta eli hyvän mielen.
Aivot janoavat hyvää fiilistä, joten metsästämme näitä kokemuksia aina uudelleen.

Sosiaalinen paine

Snapstreakia ei voi katkaista!
Pelikaverit pettyvät, jos menen nyt nukkumaan!
Digitaalinen media ruokkii painetta olla tavoitettavissa 24/7.



Ilmoitukset

Värinä, grafiikat, kirkkaat värit ja äänimerkit.
Eri aisteihin kohdistuvat ärsykkeet nappaavat huomionsi.
Kun keskeytämme kaiken muun katsoaksemme nopeasti puhelinta, putoamme digikoukkujen virtaan, josta on vaikea nousta.



Kesälukio-
seura



DIGILEPO

SOSPED

Mitä paremmin ymmärrämme,
miten meihin yritetään vaikuttaa,
sitä helpommin voimme
taistella vastaan!