



SAVONIA

VALITSE KOHDE. - VALITSE KOHDE.
VALITSE KOHDE.

POWERIA PERHEESTÄ: LAUTAPELI PERHEEN VUOROVAIKUTUKSEN TUEKSI

TEKIJÄ: Emma Lappi

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Koulutusohjelma/Tutkinto-ohjelma Sosionomin tutkinto-ohjelma	
Työn tekijä(t) Emma Lappi	
Työn nimi Poweria perheestä: lautapeli perheen vuorovaikutuksen tueksi	
Päiväys	6.3.2020
Sivumäärä/Liitteet	25/9
Ohjaaja(t) Anne Waldén	
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Lasso-hanke	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä käsiteltiin perheen vuorovaikutusta ja osallisuutta lautapelin kontekstissa. Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi Lasso-hanke, osallistujiensä näköisen perhekurssimallin kehittämishanke. Hankkeessa kehitetään avomuotoisia, alueellisia perhekurssimalleja yhdessä perheiden ja ammattilaisten kanssa. Opinnäytetyön tavoitteena oli toteuttaa perheen vuorovaikutusta tukeva lautapeli.</p> <p>Perhesuhde on ihmisen tärkeimpiä ihmissuhteita, ja perhesuhteet kehittyvät vuorovaikutuksessa. Vuorovaikutus on moninainen käsite, joka käsittää ihmisen toiminnan vaikutuksia toisiin ihmisiin. Vuorovaikutukseen kuuluvat puhe, eleet, ilmeet ja katse. Vuorovaikutuksen tukeminen on ennaltaehkäisevää työtä, joka tukee perheiden hyvinvointia. Osallisuus on sitä, että tulee nähdyksi ja kuulluksi osana yhteisöä. Tässä opinnäytetyössä osallisuus käsitteli yksilön suhdetta perheyhteisöön. Pelaaminen on mahdollisuus viettää perheen yhteistä aikaa, pitää hauskaa ja olla vuorovaikutuksessa. Opinnäytetyössä toteutettu lautapeli on yhteisöpeli, jossa ei ole häviäjiä tai voittajia, vaan tavoitteena on tarjota mukavaa yhteistä tekemistä perheen yhteisiin hetkiin.</p> <p>Pelin kehittämistyöhön kuului laaja teoriakirjallisuuteen perehtyminen, jonka pohjalta itse peliä lähdettiin kehittämään. Pelin kehittämiseen osallistui myös perheitä sähköpostikyselyn avulla. Vuorovaikutuksen tukemisen avuksi loin teoriatietoon pohjautuen jaottelun, jossa vuorovaikutus jaettiin kommunikaatioon ja fyysiseen läheisyyteen. Tämän jaottelun pohjalta loin peliin tehtäviä, jotka tukivat vuorovaikutuksen eri osa-alueita. Itse peli koostuu pelilaudasta, pelihahmoista, peliohjeista ja tehtäväkorteista. Lautapelistä on jo luotu erilaisia sovelluksia ja sitä on mahdollista hyödyntää myös sosiaalialan muissa konteksteissa.</p> <p>Opinnäytetyöhön ei aikatauluhaasteiden vuoksi kuulunut missään vaiheessa pelin testausta. Näin ollen ei ole todettua tietoa siitä, tukeeko peli perheen vuorovaikutusta käytännössä, vaikka teoriatiedon mukaan näin olisi. Peliä pelanneilta perheiltä saadut palautteet ovat kaikki positiivisia, ja he ovat saaneet sen kautta myönteisiä kokemuksia. Tämä luo opinnäytetyöstä merkityksellisen.</p>	

Avainsanat

Perhe, vuorovaikutus, osallisuus, lautapeli

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programme Degree Programme in Social Services			
Author(s) Emma Lappi			
Title of Thesis Power from the family: a game to support family interaction			
Date	6.3.2020	Pages/Appendices	25/9
Supervisor(s) Anne Waldén			
Client Organisation /Partners Lasso-project			
<p>Abstract</p> <p>The topic of this functional thesis is family interaction and participation in a board game context. The thesis was commissioned by Lasso-project, a project to develop participant-like family courses. The project involves developing courses that you can attend locally, together with families and professionals. The aim of the thesis was to create a board game to support family interaction.</p> <p>Family relations are the most important relationships in a person's life, and family relations develop through interaction. Interaction is a diverse concept that entails the effects of human actions on other people. Interaction includes speech, gestures, expressions and look. Supporting interaction is preventive work that supports the wellbeing of families. Participation is being seen and heard as a part of a community. In this thesis participation dealt with the individual's relation to the family community. Playing games is an opportunity to spend time together, have fun, and interact. The board game executed in the thesis is a communal game that has no winners or losers. The aim of the game is to offer a fun, shared activity for the times that families spend together.</p> <p>The development of the game started with a broad immersion into theoretical literature. Families were also involved in the development of the game through a survey done by email. To support interaction a classification of interaction was created based on theoretical literature that included communication and physical proximity. The game itself consists of a game board, game tokens, game instructions and task cards. Several applications of the game have been made and it is applicable to other contexts in the social work field.</p> <p>Due to the schedule the thesis included no game testing, and there is no verified information as to whether the game supports family interaction, even though the theoretical facts state so. All the feedback from families who have played the game has been positive and notify that the families have gained positive experiences. This makes the thesis meaningful.</p>			

Keywords

Family, interaction, participation, board game

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	8
2	OPINNÄYTETYÖN TOIMEKSIANTAJA: LASSO-HANKE.....	10
3	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	11
4	VUOROVAIKUTUS KAIKEN PERUSTANA	12
4.1	Hyväksynnän kokemus vuorovaikutuksessa	12
4.2	Vuorovaikutus perheessä	13
5	OSALLISUUS PERHEESSÄ	14
6	PELAAMISEN HYÖDYT.....	15
7	PELIN KEHITTÄMISTYÖ	17
7.1	Pelin kehittämistyön lähtökohdat	18
7.2	Pelin kehittämistyön prosessikuvaus.....	20
8	LAUTAPELIN ERI OSAT	22
8.1	Tehtäväkortit	24
8.2	Kommunikaatio	25
8.2.1	Sanoittaminen	25
8.2.2	Huomioiminen ja myönteinen palaute.....	26
8.2.3	Huumori.....	27
8.3	Fyysinen läheisyys	28
8.3.1	Koskettaminen.....	29
8.3.2	Lähellä oleminen.....	29
9	POHDINTA	31
	LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT.....	34
	LIITE 1: FACEBOOK-KYSELY PERHEILLE JA AMMATTILAISILLE	37
	LIITE 2: SÄHKÖPOSTIKYSELY AMMATTILAISILLE	38
	LIITE 3: PELILAUTA	39
	LIITE 4: PELIHAHMOT.....	40
	LIITE 5: TEHTÄVÄKORTIT	41
	LIITE 6: PELIOHJEET	46
	LIITE 7: POSTIKORTTI.....	47
	LIITE 8: TOIMEKSIANTAJAN PALAUTE	48

LIITE 9: VALOKUVIA PELIN PELAAMISESTA..... 49

1 JOHDANTO

Ihminen luo elämänsä aikana monia suhteita, mutta aikaisin, pisin ja tärkein on perhesuhde. (Chao 2011, 897) Vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta on tutkittu paljon, kuuluisimpana esimerkkinä John Bowlbyn ja Mary Ainsworthin kiintymyssuhdeteoria (ks. esim. Fitton, 2012). Perheen vuorovaikutuksen ja kommunikoinnin tutkimukseen keskittyy taasen Family communications pattern-teoria (FCPT). Teorian mukaan perhe kehittää vakaita ja ennustettavia tapoja kommunikoida, ja luo ja jakaa yhteistä sosiaalista todellisuutta. (Koerner, Fitzpatrick 2006, 51-52.) Perhe nähdään usein yhteiskunnan perustana. (Bernard 2013, 5-6)

Vuoden 2019 kouluterveyskyselyssä perusopetuksen 4. ja 5. luokkalaisista 75,2% koki, että lapsen ja vanhempien välinen vuorovaikutus oli avointa ja 61,7% koki, että heillä oli hyvä keskusteluyhteys vanhempiansa kanssa. (Ikonen, Helakorpi 2019) Tilastoista on nähtävissä, että tarvetta perheen vuorovaikutuksen kehittämiseen on. Perheen vuorovaikutukseen panostaminen on ennaltaehkäisevää työtä, joka tukee perheiden hyvinvointia.

Vuorovaikutus on moninainen käsite. Yksinkertaistettuna vuorovaikutuksessa on kyse siitä, että yksilöt vaikuttavat toistensa toimintaan omalla toiminnallaan. (Kuusela 2007, 15) Vuorovaikutus on siis sitä, kuinka olemme toisten ihmisten kanssa. Se voi olla puhetta, ilmeitä, eleitä tai katseita. (Väestöliitto 2019.) Ihmiseksi kasvu tapahtuu monipuolisten ja myönteisten vuorovaikutuskokemusten kautta. (Tukiliitto 2017) Vuorovaikutus on parhaimmillaan innostavaa ja saa elämän tuntumaan elämisen arvoiselta. (Dunderfelt 2016, 9)

Perhe on sosiaalinen verkosto, jonka väliset suhteet ovat emotionaalisesti ladattuja. Monesti perheenä ajatellaan äitiä, isää ja lapsia, mutta nykyään perheen käsite on onneksi laajentunut aina yksinhuoltajista lapsineen sateenkaariperheisiin. (Mieli.) Tässä opinnäytetyössä perhe määritellään lapsen ja vanhemman kautta. Perhe on keskeinen ympäristö ihmisen psykologiselle, sosiaaliselle ja henkiselle kehitykselle. Tämän vuoksi perheen merkitys yhteiskunnalle on huomattava: lapsista voi kehittyä vastuullisia, kypsiä ja yhteiskunnan hyvinvointia edistäviä aikuisia. (Bernard 2013, 5-6.)

Opinnäytetyön toimeksiantajana on Lasso-hanke. Hankkeessa kehitetään avomuotoisia, alueellisia perhekurssimalleja yhdessä perheiden ja ammattilaisten kanssa. Kurssimallit vahvistavat perheiden osallisuutta ja toimintakykyä omissa toimintaympäristöissään. (Lasso-hanke 2019.) Lasso-hankkeen ajatuksena on yhdistää perheitä elämäntilanteen mukaisesti perinteisen diagnoosilähtöisen ajattelun sijaan.

Lasso-hankkeella oli tarve lähteä kehittämään perheen vuorovaikutusta tukeva lautapeli. Pelin nimeksi valikoitui Poweria perheestä, yhden Lasso-hankkeen perhekurssin mukaisesti (Poweria perheestä – vahvistusta vuorovaikutukseen). Tällä kurssilla etsitään yhdessä uusia vinkkejä arjen sujumiseen ja tekemiseen yhdessä. Perheenjäsenten väliset suhteet ja niiden vahvistaminen ovat kurssin keskiössä. (Lasso-hanke, 2019.)

Opinnäytetyön aihe on tärkeä, koska auttamalla perheitä vuorovaikutukseen tuetaan samalla myös hyvinvointia, ja luodaan parempi ympäristö lasten kasvulle. Sosiaalialan työn päämääränä on sosiaalisen toimintakyvyn ja osallisuuden edistäminen (Talentia), ja perheen hyvinvointia vahvistamalla tuetaan myös näitä päämääriä. Vuorovaikutuksen tukeminen varhaisessa vaiheessa hyödyttää niin yksilöä, yhteisöä kuin yhteiskuntaa.

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön aihepiiri käsittelee perheen vuorovaikutuksen tukemista lautapelin avulla. Opinnäytetyön tarkoituksena on suunnitella ja luoda lautapeli tukemaan perheen vuorovaikutusta. Opinnäytetyössä käsittelem ensi vuorovaikutuksen, osallisuuden ja pelaamisen teoriaa, jotka ovat toimineet pohjana ja lähtökohtana lautapelin suunnittelulle. Opinnäytetyön kokonaisuuden ja luettavuuden kannalta on hyödyllisempää käsitellä ensi opinnäytetyön keskeinen teoriasältö. Käsitteiden avaamisen jälkeen esittelen lautapelin kehittämisprosessin ja valmiin lautapelin teorian tietoon peilaten.

2 OPINNÄYTETYÖN TOIMEKSIANTAJA: LASSO-HANKE

Lasso-hanke on Munuais- ja maksaliiton hallinnoima kahdeksan järjestön yhteistyöhanke, joka toteutetaan STEAn tuella Veikkauksen varoin. Valtakunnallinen hanke on kolmevuotinen, vuoden 2019 alusta vuoden 2021 loppuun. Hankkeessa kehitetään alueellisia, avomuotoisia perhekurssimalleja perheiden, järjestöjen ja ammattilaisten kanssa. (Lasso-hanke 2019.)

Hankkeen aikana kehitettyjen kurssimallien tavoitteena on vahvistaa perheiden osallisuutta ja toimintakykyä omissa toimintaympäristöissään. Kurssit ovat elämäntilannekohtaisia, poiketen perinteisestä diagnoosilähtöisyydestä. Eri kurssien osallistujina voi siis olla monenlaisia perheitä, jotka ovat jokainen omalla tavallaan erityisiä. Yhdistävänä tekijänä toimii vammainen tai pitkäaikaissairas lapsi. Tätä kautta voidaan tavoittaa myös niitä perheitä, jotka eivät ole palvelujärjestelmän piirissä esimerkiksi diagnoosin puutteen vuoksi. (Lasso-hanke 2019.)

Syksyllä 2019/keväällä 2020 Lasso-hankkeella on kolme kurssia. Poweria perheestä-kurssi alle kouluikäisten ja koulunsa aloittavien lasten perheille Espoossa tarjoaa vinkkejä arjen sujumiseen, vuorovaikutussuhteisiin perheen sisällä ja uusia elämyksiä ja kokemuksia. Arjen sankarit-kurssi alakouluikäisten lasten perheille Turussa auttaa perheitä tunnistamaan perheenjäsenten voimavaroja ja vahvuuksia, sekä vahvistamaan niitä. Next step-kurssi yläkouluikäisille lasten/nuorten perheille selvittää nuoren ja vanhempien yhteisymmärrystä nuoren tulevaisuudesta, tukee koko perheen yhteistä tekemistä ja sisarussuhteita. (Lasso-hanke, 2019.) Kaikille kurseille mennään ajatuksella, että perheet itse saavat vaikuttaa kurssin sisältöön. Työntekijät miettivät etukäteen hyvin löysät raamit toiminnalle, ja perheiden kanssa yhdessä kurssin alkaessa pohditaan, mitä kurssilta halutaan saavuttaa ja kuinka siihen päästään.

Hankkeen suunnittelijana ja arvoijana toimii ohjausryhmä, joka koostuu kahdeksan järjestön edustajien lisäksi perheistä ja ammattilaisista. Hankkeen kahdeksan järjestöä ovat Aivoliitto, Epilepsialiitto, Harvinaiskeskus Norio, Invalidiliitto, Lihastautiliitto, MLL Lasten ja nuorten kuntoutussäätiö, Munuais- ja maksaliitto ja TATU ry. (Lasso-hanke, 2019.)

3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää lautapeli Lasso-hankkeelle, jotta saadaan väline perheen vuorovaikutuksen tukemiseen. Opinnäytetyön välillisenä tavoitteena oli saada laaja ja monipuolinen kuva vuorovaikutuksesta. Lautapelin tavoitteena oli tukea perheen vuorovaikutusta antamalla mahdollisuuksia yhteiseen tekemiseen, koskettamiseen, huumoriin ja myönteiseen palautteeseen.

Opinnäytetyössä kehitetty peli toimii Lasso-hankkeen sopeutumisvalmennuskurssien vuorovaikutuksen tukemisen menetelmänä. Jokainen perhe saa pelin mukaansa kurssilta, ja perhe voi pelata peliä kotona. Lautapeliä käytetään sovellettuna myös perhekursseilla. Pelin avulla vahvistetaan ja havainnoidaan perheiden vuorovaikutusta. Perhe voi käyttää peliä myös kotona kurssilla asetettujen tavoitteiden saavuttamiseen.

Peli tukee ensisijaisesti perheen vuorovaikutusta antamalla myönteisiä vuorovaikutuskokemuksia ja kokemuksia hyväksytyksi tulemisesta. Peli ja sen tehtävät ja ohjeet suunniteltiin siten, että jokainen saa onnistumisen kokemuksia ja perhe pääsee tekemään yhteistyötä. Ihminen voi mitata arvoaan sillä, kuinka paljon hänelle annetaan aikaa tai kuinka paljon hänen kanssaan tahdotaan olla. Minäkuuvan rakentumisessa läsnäolon määrällä on siis suuri rooli. (Jääskinen, A.-M. 2017, 158.) On sanottu, että ei ole yksilöitä, vaan perheen osasia. (Segrin, Flora 2005, 3) Perheen vuorovaikutuksen ja näin ollen hyvinvoinnin tukeminen on siis ensisijaisen tärkeää.

Ihminen on sosiaalinen olento, ja asiat koetaan vahvemmin kun ne jaetaan toisten kanssa. Jaettu ilo on kaksinkertainen ilo. (Jääskinen, A.-M. 2017, 164.) Pelaaminen ja leikkiminen ei ole vain lasten juttu: innostuminen, nauramisen kyky, avoimuus ja leikkilisyys ovat merkittäviä lähteitä arjen onnellisuudelle, myös aikuiselle. (Saukkola, Laane 2017, 21) Pelaamalla koko perheen kanssa yhdessä voidaan yhdessä kokea näitä ilon ja innostumisen hetkiä, joilla on suuri merkitys koko perheelle.

Pelin tukee lisäksi lapsen ja vanhemman osallisuutta kuntoutusprosessissa ja laajemminkin. Kun ihminen tuntee olevansa osa jotain, tuntee hän osallisuutta. Se voi ilmetä yhdenvertaisuutena, luottamuksena ja arvostuksena. (Soste 2019.) Ihmisen elämässä osallisuus on elämistä nähtynä, kuultuna, arvostettuna ja ymmärrettynä osana ryhmää tai suhteita. (Isola ym. 2017, 25.) Kun pelin aikana saa ilmaista itseään ja tulla kuulluksi, saa perheenjäsen osallisuuden kokemuksia.

Vaikka pelin kohderyhmän perheissä on erityistä tukea tarvitseva lapsi tai nuori, lähdettiin pelin suunnitteluun inklusion näkökulmasta. Aikarajoitteiden ja budjetin tiukkuuden vuoksi esteettömyyttä ei ollut mahdollista toteuttaa esimerkiksi pelinappuloiden, nopan tai tehtävien kuvallisen ilmaisun osalta. Näin ollen erityisyyttä ei ole käsitelty myöskään opinnäytetyön teoriaosuudessa.

4 VUOROVAIKUTUS KAIKEN PERUSTANA

Ihmisellä on luonnostaan tarve sosiaaliseen kanssakäymiseen. (Keltikangas-Järvinen 2010, 175) Vuorovaikutus kuvataan sosiaalipsykologian englanninkielisessä kirjallisuudessa interaktioksi, mikä kuvaakin vuorovaikutusta perinteistä suomennostaan paremmin. Interaktiossa jotain muodostuu ihmisten välille (inter), joka ei ole vain vaikutusta, vaan toimintaa (aktio). Vuorovaikutus on siis ilmiö, joka rakennetaan yhdessä toisten kanssa, ja joka voi olla enemmän kuin osiensa summa. (Pirttilä-Backman ym. 2013, 31-32.)

Toimiva vuorovaikutus toimii kaiken perustana. (Tukiliitto 2017) Vuorovaikutus on oleellista myös aivojen kehittymiselle: ympäristön vaikutteet ja vuorovaikutusympäristön virikkeet vahvistavat aivojen vuorovaikutusta havainnoivia ja niihin reagoivia hermoyhteyksiä ja –verkostoja. (Hakulinen, Laajasalo, Mäkelä 2019.) Ihmisen mielen rakentuminen tapahtuu ihmisten välisissä tunteissa, kokemuksissa ja ajatuksissa. (Isola ym. 2017, 17) Lapsi oppii vuorovaikutusta jo aivan pienestä pitäen vastavuoroisesti: kun lapsi hymyilee, hänelle hymyillään takaisin. Näin lapsi oppii, miten otetaan kontaktia ja pääsee sisälle sosiaaliseen vuorovaikutukseen. (Keltikangas-Järvinen 2010, 39.)

Päivittäiset vuorovaikutussuhteet ovat merkityksellinen osa elämää, (Ahokas ym., 2012, 115) ja tärkeintä toimivassa vuorovaikutuksessa on läsnäolo. (Kauppila, 2018, 237) Tunteet ovat mukana kaikessa toiminnassa, ja kaikkein läheisimmissä ihmissuhteissa, kuten perheessä, niistä ollaan eniten tietoisia. (Ahokas ym., 2012, 124) Lapsen tulisi saada oppia kotonaan oleellisia sosioemotionaalisia taitoja, kuten tunteiden säätelyä ja empatiaa. (Ahokas ym. 2012, 20)

Sosiaalisuus on sitä, että haluaa olla muiden kanssa ja kiinnostus muita ihmisiä kohtaan. (Keltikangas-Järvinen 2010, 50, 37) Rakentavaan kanssakäymiseen vaaditaan tervettä itseluottamusta, harkintaa ja kykyä kontrolloida omaa käytöstään. (Keltikangas-Järvinen 2010, 24) Vuorovaikutuksen tukeminen on ihmisen tukemista ja sosiaalisen toimintakyvyn edistämistä. Tässä opinnäytetyössä vuorovaikutusta tarkasteltiin perheen näkökulmasta ja positiivisen kautta.

4.1 Hyväksynnän kokemus vuorovaikutuksessa

Vuorovaikutukseen kiinteästi liittyvä asia on ihmisen kokema hyväksyntä ja torjunta. Rohnerin ja Lansfordin (2017) esittämän ihmistenvälisen hyväksynnän ja torjumisen teorian mukaan lapsuuden kokemukset hyväksynnästä tai torjumisesta ovat pitkäikäisiä, ja lapsuudessa kehittyneet mallit kulkevat mukana aikuisuuden ihmissuhteisiin. (Rohner, Lansford 2017, 426) Ihmissuhteissa lämpö ja hyväksyntä voidaan ilmaista fyysisesti, verbaalisesti tai symbolisesti, kun nämä teot ilmaisevat huolta, rakkautta, kiintymystä ja henkistä tukea. Vastavuoroisesti torjuntaa voidaan ilmaista fyysisesti, verbaalisesti ja psykologisesti haitallisella käytöksellä. Ihminen kokee muiden ihmisten kanssa toimiessaan sekä hyväksyntää että torjuntaa. (Rohner, Lansford 2017, 427.)

Ihmisen kehityksen aikana on syntynyt biologinen tarve positiiviseen vastaukseen hänelle läheisimmiltä ihmisiltä. (Rohner, Lansford 2017, 428) Perheestä löytyvät yleensä ihmisen läheisimmät ihmis-suhteet. Vanhemmat ovat lasten elämässä merkittäviä kiintymysmalleja, ja vanhemman hyväksynnällä tai torjunnalla on suuri vaikutus lapsen persoonallisuuden kehitykseen. (Rohner, Lansford 2017, 428)

Hyväksyntään kuuluu kiintymyksen ilmaisu. Kiintymyksen osoittaminen on tärkeää läheisten ihmisuhteiden luomisessa ja ylläpitämisessä, ja kiintymyksen saamisella on osoitettu olevan lukuisia positiivisia vaikutuksia. (Denes, Bennett, Winkler 2017, 491.) Tässä opinnäytetyössä pyritään luomaan hyväksynnän kokemuksia lautapelin avulla. Vuorovaikutus, esimerkiksi puhe tai kosketus, voi olla hyväksyvää tai torjuvaa. Koska nämä kokemukset muokkaavat ihmistä ja ovat osana ihmistä myös aikuisena, on hyväksynnän kokemus tärkeä.

4.2 Vuorovaikutus perheessä

Perhe hahmotetaan monesti sen sisäisten ihmissuhteiden kautta: vanhemmuus, parisuhde, sisarus. Perhettä ymmärretäänkin paremmin, kun ymmärretään mitä tapahtuu ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. (Rönkä ym. 2009, 18.) Vanhempien ja lapsen suhde on luonnollista yhdessäoloa, (Keltikangas-Järvinen 2010, 160) ja perheen sisäisten suhteiden laatu koetaankin tärkeänä. (Rönkä ym. 2009, 16) Perheen jokainen jäsen muuttaa, muokkaa ja määrittää perheen olemusta. Vanhempien luonteenpiirteet vaikuttavat lapseen ja lapset taas vanhempiin. Vuorovaikutuksen kehitysprosesseihin kuuluu vaikutusten monisuuntaisuus. (Ahokas ym. 2012, 21.) Vuorovaikutus on todella aina monisuuntaista, mutta aikuinen tai aikuiset ovat kuitenkin perheessä vastuussa yhteistyön rakentamisesta, ja pystyvät aina oppimaan lisää. (Saukkola, Laane 2017, 87)

Ryhmä, ensimmäisenä perhe, on lapsen luonnollinen elinpiiri. (Streng 2008, 4) Asennoituminen lapseen vaikuttaa koko ajan vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen. (Saukkola, Laane 2017, 22.) Sisimmässään lapsi toivoo olemassaolonsa olevan aikuiselle ilonaihe ja että hän saa olla juuri sellainen kuin on. (Saukkola, Laane 2017, 15) Alusta alkaen lapsi seuraa, kuinka vanhemmat suhtautuvat häneen, ja hyväksyvätkö he lapsen ominaisuudet. (Keltikangas-Järvinen 2010, 147) Pieni lapsikin osaa tuntea häpeää, kun tuntee, ettei ole aikuisten odotusten ja toiveiden mukainen. (Keltikangas-Järvinen 2010, 39) Kun vanhemmat ihannoivat lapsen tekemisiä, lapsi havaitsee tämän. Tämä vahvistaa ihannoitua toimintaa, ja lapsi liittyy myönteisen tunneilmaisun itseensä: hän on hyvä. (Keltikangas-Järvinen 2010, 147.) Lapsen sosiaalisen kehityksen perusta onkin lapsen ja kasvattajien välinen vuorovaikutus. (Ahokas ym. 2012, 17) Pääasiassa myönteisessä kokemusmaailmassa kasvaneet lapset kestävät myös paremmin vastoinkäymisiä tulevaisuudessa. (Saukkola, Laane 2017, 142)

5 OSALLISUUS PERHEESSÄ

Osallisuus on laaja-alainen käsite, joka voidaan nähdä sekä yksilöllisenä, yhteisöllisenä, että yhteiskunnallisena. Esimerkiksi THL (2019) kuvaa osallisuutta kolmen ulottuvuuden kautta:

- *Riittävä toimeentulo ja hyvinvointi*
- *Toiminnallinen osallisuus*
- *Yhteisöihin kuuluminen ja jäsenyys*

Opinnäytetyössäni osallisuuden käsite keskittyy pääasiassa yksilöön suhteessa perheyhteisöön. Osallisuus voidaan nähdä myös hyvin yksinkertaisena ja arkipäiväisiin tilanteisiin liittyvänä asiana. Yleisesti osallisuus voidaan nähdä kuulumisena johonkin. (Vuorenmaa 2016, 20) Thomas (2007) esittää osallisuuden tarkoittavan esimerkiksi toimintaan osallistumista, tai päätöksenteossa mukanaoloa. Osallisuus on tärkeää kaikille ihmisille, mutta erityisen tärkeää, kun puhutaan lapsista. Lapsi ei ole ainoastaan huolenpidon kohde, vaan osallistuja, jolla on annettavana oma panoksensa. (Saukkola, Laane 2017, 30) Osallisuus kehittää lapsen taitoja ja kohottaa itsetuntoa. Osallisuus voidaan nähdä demokraattisen yhteiskunnan moraalisenä ja olennaisena osana: se kannustaa psykososiaaliseen hyvinvointiin ja voimaannuttaa. (Thomas 2007.)

Sokran vuosina 2017-2019 tekemässä kyselytutkimuksessa osallisuuden kokemuksesta esitettiin osallisuuden kokemukseen kuuluvan mm. että ihminen saa myönteistä palautetta tekemisistään, ja että hän kuuluu itselleen tärkeään ryhmään tai yhteisöön. Ryhmässä, kuten perheessä, voi tuntea läheisyyttä ja pääsee osoittamaan taitojaan. (Isola ym. 2017, 53-55) Osallisuus liittyy ihmisen mahdollisuuksien ja potentiaalien tunnistamiseen ja niiden käyttämiseen. Osallisuus nähdään keskeisenä ihmisen terveydelle ja hyvinvoinnille. (Vuorenmaa 2016, 15.)

Vanhempien osallisuutta on tutkittu useilla tieteenaloilla ja usealta eri osa-alueelta. Tämän opinnäytetyön kannalta oleellinen aihe on vanhempien osallisuus perheessä. Tämä tarkoittaa sitä, että vanhempi luottaa itseensä ja taitoihinsa kasvattaa ja huolehtia lapsestaan ja pitämään perhe-elämä hallinnassa. Vanhemman osallisuuteen perheessä kuuluu myös vanhemman taito tiedostaa ja käyttää voimavaroja perheen hyvinvoinnin hyväksi. (Vuorenmaa 2016, 23.)

Osallisuutta ei voi olla olemassa ilman vuorovaikutusta, sillä osallisuus on juuri vuorovaikutusta ympäröivän maailman kanssa. Osallisuus on kokemus, joka rakentuu vuorovaikutuksessa ihmisten välillä. (Isola ym. 2017, 16) Se on liittymistä, yhteisyyttä ja kuuluvuutta. (Soste 2019) Osallisuuden edistäminen on yksi tärkeimmistä sosiaalialan ammattihenkilön velvollisuuksista. (Talentia) Tässä opinnäytetyössä osallisuus määriteltiin mahdollisuutena osallistua pelaamisen kautta oman yhteisönsä, perheen, toimintaan ja vaikuttaa lautapelin tapahtumiin. Pelaamisen kautta koetun osallisuuden kokemuksen myötä tuetaan myös ihmisen hyvinvointia.

6 PELAAMISEN HYÖDYT

Pelaaminen on osa jokaista kulttuuria ja siihen osallistuvat kaikki, sukupuoleen tai ikään katsomatta. Pelaaminen nähdään nykyään monesti kokemuksen kautta, johon kuuluu pelikokemuksen visuaalinen ulottuvuus ja kokonaisvaltainen elämyksellisyys. Tänä päivänä pelit ovat siirtyneet paljolti digitaaliseen muotoon, mutta perinteinen lautapeli on kuitenkin säilyttänyt suosionsa. (Heljakka 2010, 22.) Pelisuunnittelun peruseriaatteet ovat ihmisyksiköiden perusteita, jotka ovat olleet olemassa jo pitkään. (Schell 2015 xli) Schell (2015) määrittää pelin ominaisuuksia mm. seuraavasti:

- *Peleissä on päämääriä*
- *Pelit ovat interaktiivisia*
- *Pelit kiehtovat pelaajia*

Kokemuksena pelaaminen on ihmiselle tärkeä: ihmisen toimintavalmiudet rakentuvat leikkimisen kyvystä ja mielikuvituksen käyttämisestä. Pelaaminen ja leikki tyydyttävät luovuuden ja joutilaisuuden tarpeita ja auttavat ihmisiä hyödyntämään potentiaaliaan laajemmin. (Isola ym. 2017, 18.)

Pelaaminen on hyvä tapa viettää aikaa perheen kesken. (Schell 2015, 395) Kiireettömät yhdessäolon hetket antavat perheenjäsenille paljon voimaa, (Rönkä ym. 2009, 16) ja tämän päivän muutosten keskellä perheet hakevat perhesuhteista läheisyyttä, pysyvyyttä ja luottamuksellisuutta. (Rönkä ym. 2009, 16) Pelaaminen antaa lapselle mahdollisuuden harjoitella sosiaalisessa kanssakäymisessä tarvittavia taitoja, kuten sääntöjen noudattamista ja asettumista toisten ihmisten asemaan. (Helkama ym. 2013, 112)

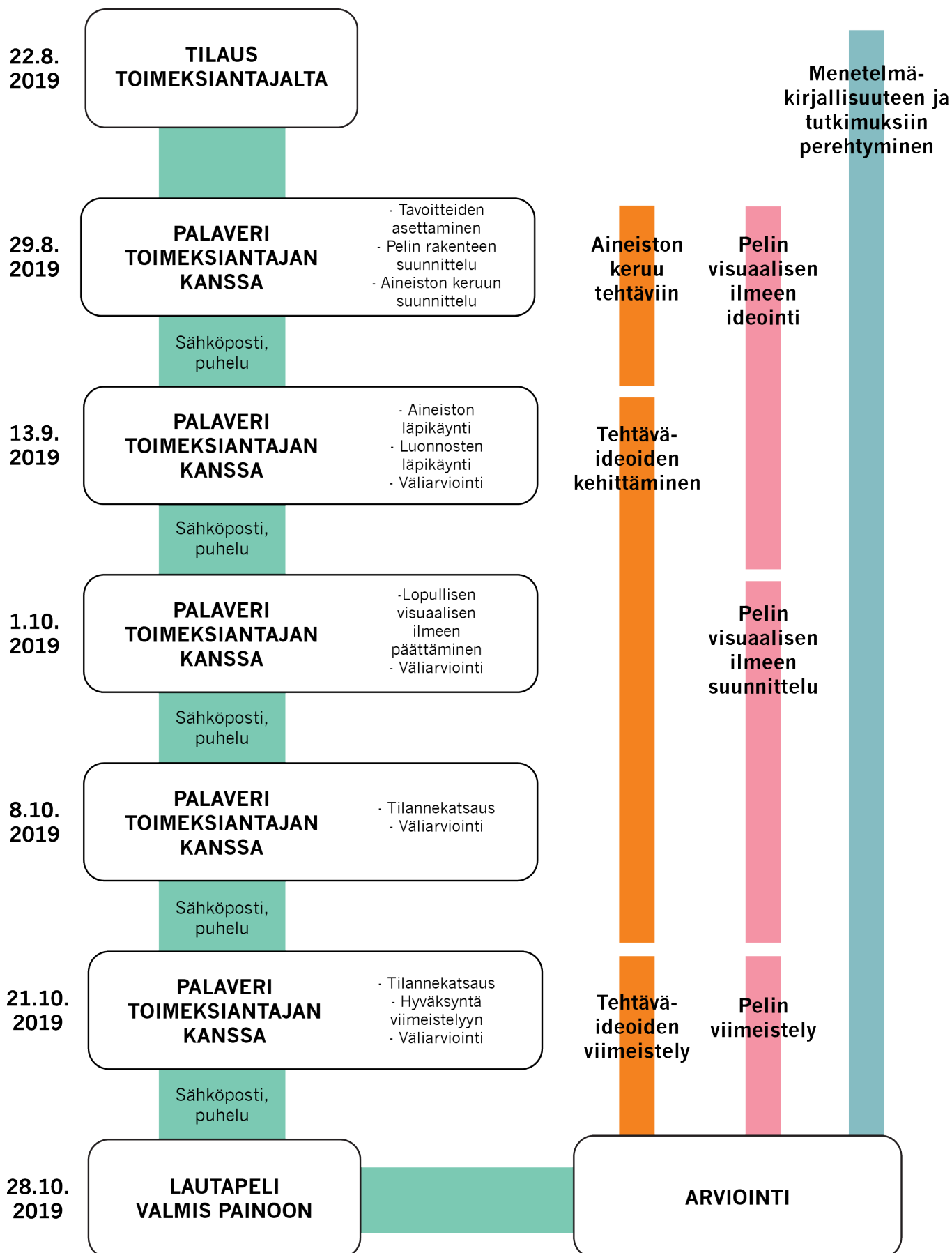
Pelaaminen on viihdyttävää ja leikkisää, mutta samalla siinä voi oppia uutta. Ongelmanratkaisun ja kriittisen ajattelun lisäksi pelaaminen voi parantaa kommunikaatiotaitoja ja ryhmätyöskentelytaitoja. Tutkimusten mukaan ryhmäpeleissä yksilöt rohkenevat myös helpommin kokeilla riskien ottamista, koska joukkueena epäonnistuminen on helpompaa kuin yksin. Pelatessa on myös turvallista tehdä virheitä ja epäonnistua. (Vasko 2018.) Pelit ovatkin luontainen ryhmäaktiiviteetti. Pelissä lapset voivat pitää hauskaa, oppia, tutkia ja olla vuorovaikutuksessa toisten kanssa. (Streng 2008, 5.) Lautapelejä pelatessaan lapset ovat usein avoimempia uusien käytösmallien kokeiluun ja ongelmanratkaisuun. (Wiener ym. 2011 1053)

Lautapelejä on monia erilaisia, ja niitä voidaan karkeasti jaotella. On kilpailullisia pelejä, joissa pelaajat ovat vastakkain (shakki, tammi), pelejä, joissa pelaajilla ei ole yhtenäistä tai eroavaa tavoitetta (Monopoli) ja yhteistyöpelejä, joissa kaikki pelaajat toimivat yhteisessä tiimissä, jolla on yksi tavoite ja he jakavat palkinnon ja rangaistukset (Dungeons and Dragons). (Streng 2008, 5.) On olemassa myös terapeuttisia lautapelejä, jotka tarjoavat henkilölle mahdollisuuden ilmaista tunteita, joita voi olla vaikea ilmaista perinteisen terapian keinoin. Lautapelejä käytetään kehittämään terapeuttisia suhteita, herättämään keskustelua vaikeista aiheista ja ilmaisemaan huolta ja ahdistusta. Terapeuttisten lautapeliin hyödyllisyys on huomattu esimerkiksi lasten kanssa. (Wiener ym. 2011, 1049.)

Lautapeliä pelaamisen hyödyt perheelle ovat nähtävissä. Pelit voivat auttaa perheen kommunikation parantamisessa. (Wiener ym. 2011, 1054) Lautapeli tarjoaa selkeyttä, tutun formaatin, vuorot-
telua, säännöt ja rajat, jotka kaikki luovat turvallisuuden tunnetta. (Wiener ym. 2011, 1049) Pelaaminen perheen kanssa on hauskaa ajanvietettä, ja ihmiset suhtautuvat pelaamiseen ja peleihin positiivisesti perheen yhteisenä aktiviteettina. Jokaiselle ihmiselle pelaamisessa on omat parhaat puolensa, jollekin pelaamisessa kaikista hauskinta on sosiaalisuus. (Nevala 2017.)

Opinnäytetyössä toteuttamani lautapeli on yhteistyöpeli, jossa kaikki pelaajat ovat yhteistyössä eikä kenelläkään ole eriäviä tavoitteita. Pelissä ei ole voittajia tai häviäjiä, vaan tavoitteena on tarjota mukavaa yhteistä tekemistä perheen yhteisiin hetkiin. Koko perheen yhteinen aika on merkityksellistä lapselle, ja lapsi kokee merkityksellisyyttä ja arvokkuutta konkreettisesti vanhempiensa kanssa vietettynä aikana. Jos yhteistä aikaa ei juuri ole, ei lapsi koe olevansa tärkeä, vaikka vanhempi hänelle niin sanoisi. (Yle 2011.)

7 PELIN KEHITTÄMISTYÖ



KUVA 1. Pelin kehittämistyön kuvaus prosessina, spiraalimallia ja lineaarista mallia mukailien.

Pelin kehittämistyö eteni mukaillen lineaarista- ja spiraalimallia (KUVA 1). Linearisessa mallissa työvaiheet etenevät järjestyksessä laaditun suunnitelman mukaisesti, mutta siinä ei välttämättä ole ennakoitu projektin etenemistä mahdollisesti muuttavia tekijöitä. Spiraalimallissa tunnistetaan myös kehittämistoiminnan inhimilliset, sosiaaliset ja kulttuuriset piirteet, jotka ovat koko ajan työskentelyssä mukana. Tässä mallissa siis on aina mukana arviointia, pysähtymistä, uudelleen suuntaamista ja tarkennusta. (Salonen 2013, 13-14.)

Kehittämistyön prosessi lähti liikkeelle toimeksiantajan tilauksesta. Aloitus- ja suunnitteluvaiheessa työskentelyn kaikki asiat eivät ole vielä selvillä, eikä vielä tiedetä mikä toimii ja onnistuu. (Salonen 2013, 17) Kehittämistyö eteni suunnittelusta toteutukseen väliarviointien kautta. Kun kyseessä on uuden tuotteen luominen, on muuttuvia osasia paljon, ja on kyettävä tunnistamaan mikä toimii, ja mikä ei.

7.1 Pelin kehittämistyön lähtökohdat

Itselläni koko opintojen ajan on ollut selvää, että tulen yhdistämään tulevassa työssäni aikaisempaa osaamistani graafisen suunnittelun saralta. Olikin täydellistä, että opinnäytetyössäni pystyin myös näin tekemään ja yhdistämään luovuutta ja teoriaa. Lautapelin suunnittelu avasi myös kaiken työn taustalla olevia tarpeita ja arvoja: mitään ei yleensä tehdä vain tekemisen vuoksi, vaan kaiken tekemisen taustalla tulee olla suunnitelma ja tavoitteet, sekä työtä ohjaavat arvot. Lautapeli ei ole vain lautapeli, vaan työkalu perheen keskinäisten suhteiden kehittämiseen ja tukemiseen, jonka taustalla on osallisuus.

Pelin suunnittelussa hyvin suuri määrittelevä tekijä on raha. Koska Lasso-hanke tekee pelejä perheille jaettavaksi, eivät yhden pelin valmistuskustannukset voi olla järin suuret. Tästä syystä pelin muoto on hyvin yksinkertainen: siihen kuuluu kartonkinen pelilauta, kartonkiset pelihahmot, tehtäväkortit ja säännöt sekä noppa.

Pelin rakenne on siis perinteinen lautapeli, jossa edetään pelilaudalla noppaa heittämällä. Tietyissä kohdissa pelaaja nostaa kortin, jossa on perheen vuorovaikutusta tukeva tehtävä. Pelin suunnittelussa hyödynnettiin jo aikaisemmin Lasso-hankkeelle suunnittelemaani värimaailmasta ja olemassa olevia hahmoja.

Pelihahmoina toimivat Lasso-hankkeen visuaalisessa ilmeessä olemassa olevat hahmot eli örkit. Hahmoja aikaisemmin suunnitellessani tavoitteena oli ilmentää erilaisia perheitä, joissa eri jäsenet ovat keskenään hieman erilaisia. Vammaisuutta tai sairautta voi olla kyseenalaista kuvittaa, joten päädyimme toimeksiantajan kanssa toteuttamaan kuvitusmaailman erilaisilla hahmoilla. Näin myös jokainen lapsi tai nuori voi löytää samaistumispintaa. Jos kuvituksina olisi esimerkiksi pyörätuolissa oleva lapsi ja sokea lapsi, ei esimerkiksi down-syndroomainen lapsi välttämättä pystyisi samaistu-

maan hahmoin. Nyt kun hahmot, eli örkit, ovat mielikuvituksen tuotetta ja todella erilaisia, voi jokainen löytää itselleen sopivan hahmon. Kuvituskuva, jonka tein Lasso-hankkeelle, sisältää 17 eri hahmoa (KUVA 2).



KUVA 2. Lasso-hankkeelle aikaisemmin tekemäni kuvitus, jossa näkyvät pelistä löytyvät hahmot.

Yhtenä pelin suunnittelun lähtökohdista toimi Decin ja Ryanin itseohjautuvuusteoria. Teorian mukaan ihmisellä on kolme psykologista perustarvetta. Omaehtoisuus eli autonomia tarkoittaa, että ihminen kokee olevansa vapaa tekemään päätökset tekemisistään. Kyvykkyys tarkoittaa kokemusta siitä, että ihminen on hyvä siinä mitä tekee. Yhteisöllisyys käsittelee ihmisen tarvetta olla yhteydessä toisiin ihmisiin. (Martela 2014.) Onkin vaikeaa olla huomaamatta, kuinka pelit yleensä vastaavat näihin kaikkiin kolmeen perustarpeeseen: pelit suunnitellaan niin, että niissä voi olla hyvä. Ne antavat vapauden pelata miten haluaa, ja useimmat pelit on suunniteltu pelattavaksi yhdessä. (Schell 2015, 150.)

Pelin pelaamisessa on otettu huomioon, että perhe pelaa sitä yhdessä. Näin ollen esimerkiksi tehtäväkorttien toteutusta ajateltaessa, pelissä on aina mukana lukutaitoinen henkilö. Siksi kuvallisia esityksiä ei tehtäväkorteissa tai säännöissä ole.

7.2 Pelin kehittämistyön prosessikuvaus

Sain toimeksiannon lautapelin suunnitteluun Lasso-hankkeen toiminnanjohtajalta elokuussa 2019. Kun sain tietää, että suunnittelen lautapelin, aloin perehtymään lähdekirjallisuuteen. Pidimme ensimmäisen palaverin 29.8.2019 Kuopiossa, jolloin sovimme pelin perusrakenteesta ja -ajatuksesta. Asetimme pelille tavoitteet, ja määritimme aikataulun. Tärkein määrittävä tekijä aikataululle olivat apuvälinemessut, jonne toimeksiantaja oli menossa 7.9.11.2019. Pelin tulisi olla jaettavissa tuolloin. Huomioon oli otettava painotalon aikataulu, jolloin pelin painovalmiiden tiedostojen tuli olla valmiita noin 1,5 viikkoa ennen apuvälinemessuja. Lopulliseksi deadlineksi sovimme 28.10.2019.

Ensimmäisessä palaverissa päätettiin pelin rakenne. Mietimme yhdessä, mikä olisi sopiva määrä peliruutuja pelilaudalla ja kuinka monta tehtäväruutua kannattaisi olla. Päädyimme siihen, että peliruutuja olisi yhteensä 50, joista 10 olisi tehtäväruutuja. Pohdimme myös peliohjeiden pohjaa. Tehtävien määrä määriteltiin myös tässä tapaamisessa: yhdelle A4-paperille mahtuu hyvin yhdeksän tehtäväkorttia, ja kustannusten ja opinnäytetyön laajuuden rajoissa päädyttiin tekemään neljä arkillista tehtäviä, eli yhteensä 36 tehtäväkorttia.

Olimme yhtä mieltä siitä, että perheille ja ammattilaisille tulisi Lasso-hankkeen hengessä luoda mahdollisuus osallistua pelin suunnitteluun. Aikataulurajoitteiden vuoksi teemahaastatteluihin tai laajempaan kyselytutkimukseen esimerkiksi Webpropolin kautta ei ollut mahdollisuutta. Teimme kyselyn Facebookissa Lasso-hankkeen sekä Toimintaa erityislasten perheille Pohjois-Savossa-ryhmän kautta. Kysely toteutettiin perinteisinä Facebookin julkaisuina (LIITE 1), joihin ihmiset pystyivät kommentoimaan tai halutessaan ottamaan yhteyttä julkaisussa olevaan sähköpostiosoitteeseen.

Lähdimme ideoiden hakuun positiivisuus edellä. Olisi ollut helppoa kysyä mitä vuorovaikutuksen haasteita perheessänne on, mutta positiivisen kautta edettäessä osallisuuden tunne on paljon merkityksellisempi ja tuo paremman mielen, kuin negatiivisen kautta edettäessä. Mietimme julkaisun sanamuodot tarkkaan, jotta julkaisu olisi selkeä ja helposti ymmärrettävä. Vastausaikaa oli aluksi 8.9.2019 asti, mutta emme saaneet kumpaankaan julkaisuun yhtään vastausta tänä aikana. Toimeksiantaja jakoi julkaisun uudestaan 9.9.2019 ja samalla vastausaikaa jatkettiin 12.9.2019 asti. Vastauksia ei kuitenkaan tullut silloinkaan. 9.9.2019 toimeksiantaja lähestyi suoraan sähköpostilla (LIITE 2) viittä eri sosiaali- ja terveysalan järjestökentällä toimivaa henkilöä, joilla on erityislapsi. Sähköposti oli muokattu Facebookin julkaisuista. Näihin viesteihin saimme onneksi kolme sähköpostivastusta.

Seuraavassa palaverissa Kuopiossa kävimme läpi sähköpostilla saamamme aineiston, vastaukset kyselyyn. Vastaukset olivat monipuolisia, mutta niissä kerrottiin enemmänkin perheen arjesta yleisellä tasolla, eikä ammattilaisen näkökulmaa tullut esiin mistään viestistä. Jokainen vastasi vanhemman roolissa. Vastauksissa oli kuitenkin hyviä ajatuksia ja ideoita, joista osa toteutettiin tehtävinä suoraan sellaisinaan, ja osa lopullisista tehtävistä sai lähtökohtansa perheiden arjen kuvauksesta. Identiteettisuojaan vuoksi en esittelen sähköpostiaineistoja osana opinnäytetyötä. Kävimme läpi myös teke-

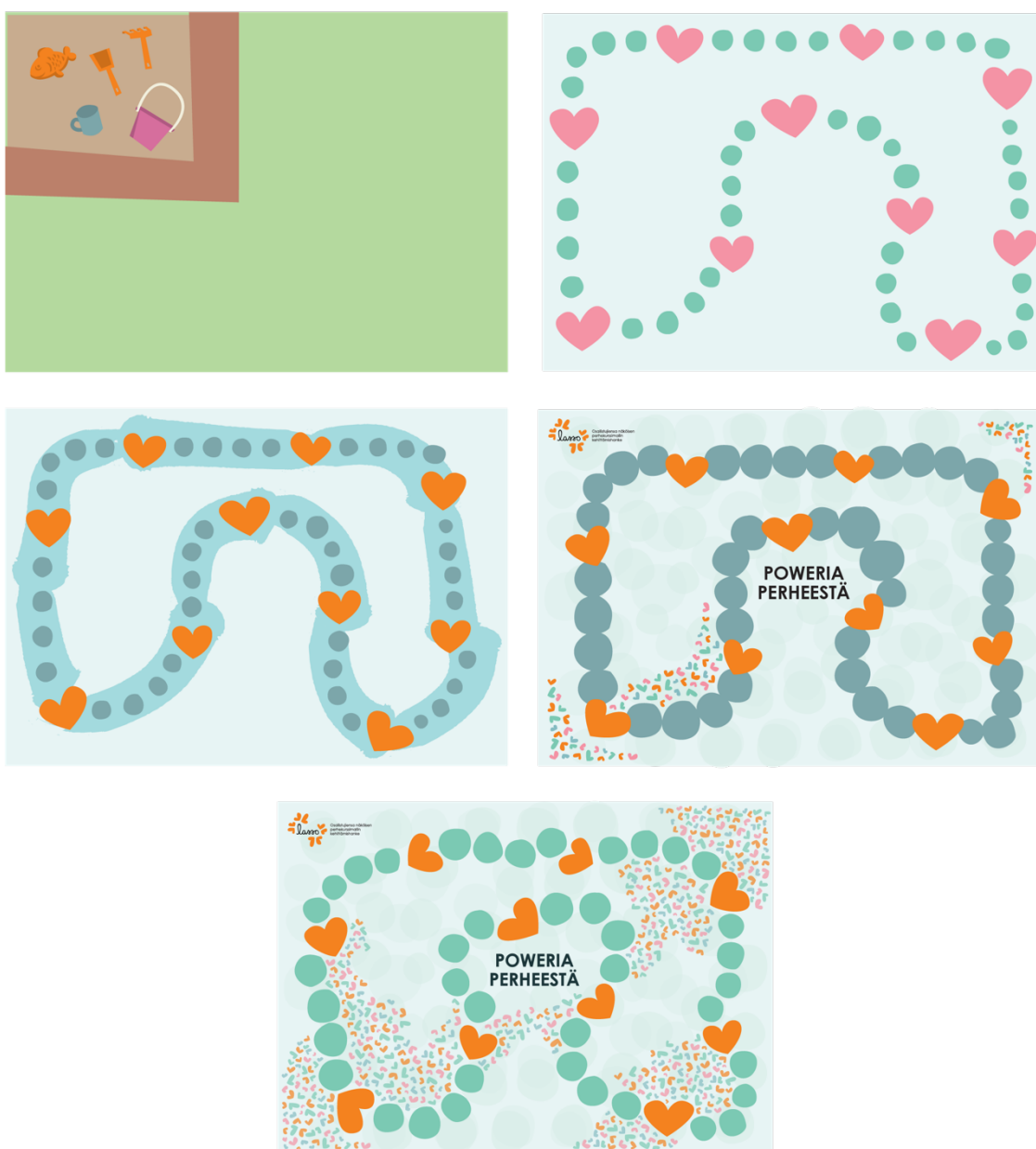
miäni luonnoksia pelin visuaalisen ilmeen osalta, ja kehittäminen jatkui. Palaverissa arvioimme myös prosessia ja mitä pitäisi tehdä toisin: nostimme luonnollisesti esiin aineiston keruun haasteet, ja sen, kuinka se olisi pitänyt toteuttaa toisin. Koko kehittämisprosessin ajan olimme palaverien välisenä aikana aktiivisesti yhteydessä toimeksiantajan kanssa sähköpostitse ja puhelimitse.

Tehtäväideoiden kehittäminen alkoi kunnolla aineiston saamisen ja läpikäynnin jälkeen. Koko prosessin ajan perehdyin lähdekirjallisuuteen ja hyödynsin vuorovaikutuksen ja osallisuuden teoretietoa tehtävien kehittelyn lähtökohtana. Seuraavassa palaverissa katsoimme taas läpi visuaalisen ilmeen etenemistä, ja päätimme lopullisen visuaalisen ilmeen pelilaudalle. Oli suhteellisen helppoa lähteä toteuttamaan peliä, kun olin kehittänyt Lasso-hankkeelle selkeän graafisen ohjeistuksen: fontit, värit ja kuvitusmaailman henki oli selkeästi tiedossa, ja niitä käyttämällä saatiin luotua brändin mukainen tuote. Arvioimme palaverissa jälleen tehtyä työtä, kävimme läpi tehtäväideoita ja muokkasimme niitä yhdessä.

Toiseksi viimeisessä palaverissa seurasimme tilanteen etenemistä ja totesimme, että olemme aikataulussa. Palaveri toteutettiin etänä, koska toimeksiantaja oli Siilinjärvellä ja minä Kuopiossa, eikä kummankaan mielestä ollut tarpeita suuremmille toimenpiteille. Viimeisessä palaverissa miltei kaikki pelin osat olivat vihoviimeistä viimeistelyä vaille valmiit, ja kävimme jokaisen osan läpi: hioimme esimerkiksi peliohjeiden sanamuotoja. 28.10.2019 lähetin painovalmiit tiedostot kirjapaino Öhrlingille painettavaksi.

8 LAUTAPELIN ERI OSAT

Pelilaudan (LIITE 3) suunnittelussa pohdimme ensin toimeksiantajan kanssa, että kuva-aihe voisi lähteä perheen kodista, jolloin kuvituksena voisi toimia esimerkiksi kodin piha tai talon pohjapiirros. Lähdin kokeilemaan erilaisia vaihtoehtoja pelilaudan toteuttamiseksi tällä tavoin, mutta pian huomasimme, että nämä ideat eivät toimi. Kokonaisuudesta tulisi liian sekava. Kotiympäristöstä siirryimme yksinkertaiseen sydänmalliin, joka otti inspiraationsa Lasso-hankkeen kuvituksesta (KUVA 2). Luomisprosessi on itselläni hyvin intuitiivinen, lähdän kokeilemaan jotain ja siitä kehittyi hiljalleen lopullinen tuotos kokeilun ja erheen kautta. (KUVA 3.) Pelilauta sai olla mahdollisimman yksinkertainen, jotta jokainen pystyy seuraamaan pelin kulkua helposti. Pidín pelilaudan yksinkertaisena ja helposti ymmärrettävänä, käyttäen kuitenkin hieman koristelua piristämään pelilaudan ilmettä.

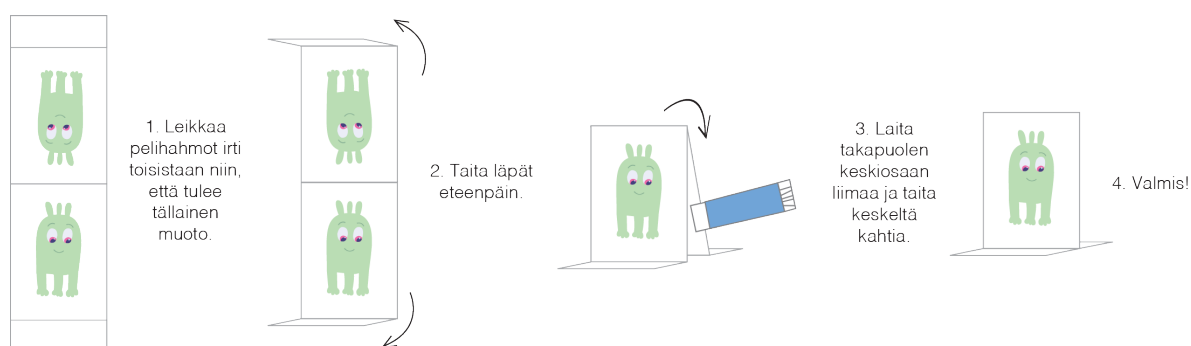


KUVA 3. Pelilaudan eteneminen ensimmäisistä luonnoksista lopulliseksi tuotteeksi.

Peliohjeisiin (LIITE 6) sisällytimme perinteisesti niihin kuuluvan sisällysluettelon, jossa kerrotaan mitä osia peliin kuuluu, pelivalmistelut ja pelin kulun. Pelivalmisteluissa kehoitetaan leikkaamaan tehtäväkortit irti toisistaan ja kasaamaan pelihahmot. Pelin kulku esitetään niin, että pelissä ei ole voittajia tai häviäjiä, vaan perhe saa itse määrittää pelin keston. Peliohjeissa on esimerkkejä pelin keston määrittämiseen, tai sitten perhe voi itse määrittää keston haluamallaan tavalla. Tässäkin näky osallisuuden ajatus: osallisuus on toimimista, osallistumista ja mahdollisuutta vaikuttaa. (Isola ym. 2017, 16) Peliohjeen lopussa on myös osallisuutta isompaan yhteisöön edistävä ehdotus: *Halutesanne voitte pelin lopuksi tehdä patsaan, joka koostuu kaikista pelaajista, aiheena meidän perheen yhteinen juttu. Voitte ottaa patsaastanne kuvan ja jakaa sen Facebookissa tai Instagramissa hashtagilla: #poweriaperheestä.*

Peliohjeissa on myös ohjeistettu pelin pelaamiseen vuorovaikutusta tukien: *Antakaa jokaiselle mahdollisuus tehdä tehtävät rauhassa, ja kuunnelkaa kun toiset kertovat. Keskittykää siihen, joka puhuu tai tekee.* Yleensä vuorovaikutuksessa puhuja olettaa kuuntelijan osoittavan, että oikeasti kuuntelee puhujaa. Kuuntelemista ilmaistaan nyökkäyksillä ja merkityksettömillä äännähdyksillä, ja kuuntelija kommentoi asentoaan muutamalla, ilmeillä tai tavallaan katsoa. (Helkama ym. 2013, 223.) Sisällytimme peliohjeisiin myös tietoa Lasso-hankkeesta ja siitä, että peli on osana opinnäytetyötäni. Hankkeen kahdeksan järjestöä tuotiin myös esille logojen muodossa.

Pelihahmot (LIITE 4) ovat yhdellä A4-kartongilla, jossa on sanalliset ja kuvalliset ohjeet (KUVA 4) hahmojen kasaamiseen. Hahmot ovat kaikki Lasso-hankkeen kuvituksesta (KUVA 1), mutta piirsin osan hahmoista uudelleen uusiin asentoihin, jotta ne asettuvat paremmin pelihahmon muotoon. Koekielin pelihahmojen kokoa leikkaamalla paperista koeversioita ja näin löysin sopivan koon hahmoille.



KUVA 4. Sanalliset ja kuvalliset ohjeet pelihahmojen kasaamiseen.

8.1 Tehtäväkortit

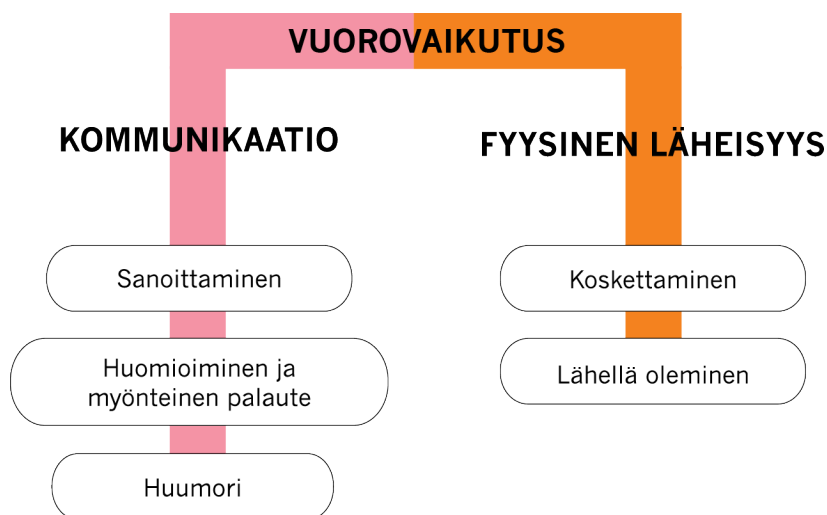
Ehdottomasti tärkein ja merkityksellisin osuus pelissä on tehtäväkortit. Ne ovat konkreettisia työkaluja perheen vuorovaikutuksen tukemiseen ja harjoittamiseen. Tehtävät pohjautuvat teoretietoon vuorovaikutuksesta ja osallisuudesta. Tehtäväkorttien visuaalinen ilme noudattaa pelin yleistä linjaa (KUVA 5). Taustaväriä toimii vaaleansininen, ja korttien kääntöpuolella on Lasso-hankkeen logo ja internet-sivun osoite toimeksiantajan toiveen mukaisesti.



KUVA 5. Tehtäväkortin kääntöpuoli ja tehtäväpuoli.

Kortin varsinaisella tehtäväpuolella on otsikko, joka kertoo, millaisesta tehtävästä on kyse. Otsikoita on neljä erilaista: kerrotaan, tehtävä, yhteistehtävä ja jokeri. Kerrotaan-kortissa on tehtäviä, joissa joko kortin nostanut pelaaja tai muut pelaajat saavat kertoa jotain mukavaa. Kerrotaan-tehtävät voivat herättää enemmänkin keskustelua, tai sitten tehtävä voidaan vain toteuttaa kortin mukaisesti. Keskustelun kautta ymmärretään asioita ja jäsennetään maailmaan. (Keltikangas-Järvinen 2010, 184) Tehtävä ja yhteistehtävä ovat toiminnallisia tehtäviä joko kortin nostaneelle pelaajalle tai koko perheelle. Jokerikortteja on kaksi. Toisella kortilla pelin nuorin pelaaja, tai toisella kortilla pelin vanhin pelaaja, saa keksiä itse tehtävän. Tässä tehtävässä näkyy myös konkreettisesti osallisuus: ihminen, joka kokee osallisuutta, kykenee vaikuttamaan omiin ja yhteisiin asioihin. (Soste 2019)

Kuinka tehtävät sitten tukevat vuorovaikutusta ja osallisuutta? Tehtävien laatimisessa käytin laajasti teoretietoa, ja sen pohjalta kehitin oman jaotteluni siitä, mistä vuorovaikutus koostuu (KUVA 6). Jaotteluun kuuluu kaksi pääotsikkoa: kommunikaatio ja fyysinen läheisyys. Kommunikaatioon kuuluu sanoittaminen, huomioiminen ja myönteinen palaute, yhteinen ongelmanratkaisu ja huumori. Fyysiseen läheisyyteen kuuluvat lähellä oleminen ja koskettaminen. Kaikki tehtävät perustuvat tähän jaotteluun, ja kaikki tehtävät tukevat yhtä tai useampia näistä osa-alueista.



KUVA 6. Kehittämäni vuorovaikutuksen jaottelu teorian tietoon pohjautuen.

8.2 Kommunikaatio

Kommunikaatioteoreetikkojen mukaan kommunikaatio on vuorovaikutusprosessi, jossa yksilöt luovat, jakavat ja säätelevät merkityksiä. Kyseessä on siis jatkuva, monimutkainen ja muuttuva toiminta. (Segrin, Flora 2005, 15, 16.) Ihmisten välinen kanssakäynti on siis kommunikoinnin kehittymisen alue. Perusta kommunikaatiolle luodaan syntymästä lähtien lapsen, vanhemman ja ympäristön välisessä vuorovaikutuksessa. (Papunet 2019.)

Tässä opinnäytetyössä kommunikaatio käsittelee sanallista ja sanatonta viestintää. Kommunikaatiota on monen tyyppistä, mutta lautapeli pyrkii positiivisen, kiintymystä osoittavan kommunikaation tukemiseen. Kiintymystä osoittava kommunikaatio on perhesuhteille hyvin tärkeää ja sillä on kauaskantoisia, hyviä seurauksia. (Denes ym. 2017, 493)

8.2.1 Sanoittaminen

Asioiden sanoittaminen on lapselle maailman havainnoinnin ja itsetuntemuksen kannalta hyvin tärkeää. On merkityksellistä, millaista kieltä ja millaisia sanoja käytämme. Arvostava viestintä ei sisällä vähättelyä tai irvailua. (Saukkola, Laane 2017, 70.) Tehtävien suunnittelussa oli tärkeää, että kysymykset ja tehtävät luodaan muotoon, jossa vastaukset ovat varmasti positiivisia. Esimerkkejä tällaisista tehtävistä:

Sano jotain mukavaa teidän perheestänne.	Sano jotain mukavaa mitä olette tehneet yhdessä perheenä.	Muut pelaajat saavat kertoa vuorotellen missä sinä olet todella hyvä tai taitava.	Kertokaa jokainen lempiruokanne.
--	---	---	----------------------------------

Sanoittamisella tehdään myös näkyväksi asioita, jotka muuten jäisivät ehkä pimentoon. Sano jotain mukavaa teidät perheestänne-kysymykseen vastaus voi lapsen suusta olla vaikka se, kun luetaan yhdessä iltakirja ennen nukkumaanmenoa. Näin saadaan tietoon asioita, jotka ovat lapselle tai vanhemmille merkityksellisiä. Merkityksellisyyden kokemus tulee ihmiselle siitä, kun hänelle tärkeät asiat ja positiiviset tuntemukset yhdistyvät esimerkiksi ihmisten välisessä puheessa. (Isola ym. 2017, 16)

Puheviestintä on kommunikaatiossa hyvin tärkeä, vaikka muodostaakin siitä vain pienen osan. Puheviestintään kuuluvat käytetyt sanat, äänensävyt ja äänenpainot. (Dunderfelt 2016, 18.) Puheviestintän korvaavia kommunikaatiokeinoja on saatavilla monia erilaisia, mutta niistä ei välity äänensävy tai äänenpaino. Rakentavassa vuorovaikutuksessa myös sanojen valinta on äärimmäisen tärkeää: ovatko sanat myönteisiä ja rakentavia, vai ristiriitoja luovia. (Dunderfelt 2016, 19) On myös hyvin tärkeää kuulla ja ottaa vastaan sellaisenaan se, mitä lapsi sanoo. (Saukkola, Laane 2017, 15) Kun lapsi saa itse sanoittaa asioita, luo hän niille omanlaisiaan merkityksiä. Yhdistämällä puhe katsekontaktiin, eleeseen tai hymyyn voi sanoille antaa tietyn merkityksen, oli se sitten humoristinen, asiallinen tai sarkastinen. (Helkama ym. 2013, 222)

Missä sinä olet hyvä-kysymyksessä nostetaan esiin ihmisten vahvuuksia. Vahvuudet pitää nähdä ja nimetä, jotta ne voivat vahvistua ja tulla esiin. (Saukkola, Laane 2017, 75) Kun joku näkee vahvuutesi, huomaa hän missä olet hyvä ja kaunis. Tämä luo arvostuksen ja eheytyksen kokemuksia: olen tällaisena hyvä. (Saukkola, Laane 2017, 76.) Hyviä toimintatapoja, sinnikkyyttä, ideoita tai kehittymistä huomioimalla tuetaan yritteliäisyyttä ja oppimisen mielekkyyttä. (Saukkola, Laane 2017, 15) Hyvä suhde rakentuu pienistä hetkistä, joissa viestitään toisen hyväksymistä ja arvostusta. (Saukkola, Laane 2017, 55) Nämä kaikki asiat luovat hyväksynnän kokemuksia.

Lempiruokakysymyksessä kuullaan jokaisen perheenjäsenen omaa mielipidettä ja lempiasiaa. Lempiasioista puhuminen on voimaannuttavaa, mukavaa ja lisää kokemusta siitä, että toinen arvostaa minun maailmaani. Lempiasioiden miettiminen on lapsille mieluisaa, mutta aikuisenkin pohtiessa lempiasioitaan syntyy tasavertaisuutta lasten ja aikuisten välille. (Saukkola, Laane 2017, 152.)

8.2.2 Huomioiminen ja myönteinen palaute

Aikuisen on oltava läsnä sille, mitä lapsi viestittää: näin lapsi saa kokemuksen siitä, että hän on tärkeä ja kuulemisen arvoinen. (Saukkola, Laane 2017, 19) Lapsen myönteinen huomioiminen on tutkimusten mukaan yksi toimivimpia kasvattamisen tapoja, ja myönteisen palautteen lisääminen päivittäiseen vuorovaikutukseen vaikuttaa heti lapsen käytökseen ja yhteistyöhön aikuisten kanssa. (Saukkola, Laane 2017, 55) Myönteinen huomio on kokonaisvaltaista vuorovaikutusta, jossa aikuinen viestii iloa sanoilla, kosketuksilla ja äänensävyillä. (Saukkola, Laane 2017, 55) Tehtävissä pyrittiin saamaan aikaan huomioimista ja myönteistä palautetta perheenjäsenten välillä mm. seuraavilla tehtävillä:

Katso oikealla puolellasi olevaa pelaajaa silmiin ja kerro, mistä tykkäät hänessä.	Kuiskaa vasemmalla puolellasi olevalle pelaajalle mikä eläin hän voisi olla.	Kerro, mitä tykkäät tai haluaisit tehdä oikealla puolellasi olevan pelaajan kanssa.	Tee hassu ilme, ja muut pelaajat tekevät perässä samanlaisen ilmeen!
--	--	---	--

Katso oikealla puolellasi olevaa pelaajaa silmiin ja kerro mistä tykkäät hänessä-tehtävässä on kyse intiimistä yhteydestä toiseen perheenjäsenen. Katse ei ole vain katse, vaan se vaikuttaa jopa vastaanottajan autonomiseen hermostoon. Tämä on nähtävissä esimerkiksi sydämen sykkeen muutoksina. (Isola ym. 2017, 17.) Katse viestiikin läheisyyttä ja toisen huomioon ottamista. (Ahokas ym. 2012, 125) Lyhytkin katsekontakti antaa suuren määrän informaatiota (Ahokas ym., 2012, 125) ja se voi olla niin positiivista kuin negatiivistakin: halveksuvan ja ihailevan katseen välillä on suuri ero. Katse sääntelee vuorovaikutusta puhujan ja kuuntelijan välillä. (Ahokas ym., 2012, 125) Silmiin katsomista pidetään Suomessa myös rehellisyyden merkinä. (Dunderfelt 2016, 22)

Kuiskaamistehtävässä joutuu todella keskittymään toisen kuuntelemiseen. Kuunteleminen on toisen huomiomisessa avainasemassa. Tarkkaavainen kuuntelu viestii siitä, että toinen on tärkeä. (Kaupila, 2018, 237) Pysähtyminen, kuunteleminen ja arvostaminen voi olla puolessa minuutissa ohi, mutta se voi muuttaa toisen maailmaa. (Saukkola, Laane 2017, 17) Arvostus on päivittäisen vuorovaikutuksen kantavia voimia. (Saukkola, Laine 2017, 14)

Kerro, mitä tykkäät tai haluaisit tehdä oikealla puolellasi olevan pelaajan kanssa - tehtävässä käsitellään hyvän näkemistä toisessa. Kaikki ihmiset kuulevat mieluummin kehuja kuin moitteita, ja arvostuksen saaminen tuntuu hyvältä. (Keltikangas-Järvinen 2010, 52) Vuorovaikutusta tukeva vanhempi voi jättää mainitsematta lapsen negatiiviset ominaisuudet ja nostaa esiin ainoastaan positiiviset. (Keltikangas-Järvinen 2010, 148) Tätä haettiin myös tehtävillä, että vastaukset olisivat vain positiivisia.

Hassu ilme-tehtävä perustuu vastavuoroisuuteen ja jäljittelyyn. Vastavuoroisuuden perusta on toisten huomioiminen ja huomaaminen. (Saukkola, Laane 2017, 18) Minäkuvaa muodostaessaan lapsi jäljittelee vanhemman käytöstä. Ensin lapsi omaksuu vanhemmiltaan käyttäytymismalleja, sitten mielipiteitä ja asenteita. (Keltikangas-Järvinen 2010, 149.) Hassun ilmeen jäljittely tuo esiin leikillisen näkökulman.

8.2.3 Huumori

Pelleilyllä ja ilolla on olennainen osa hyvässä vuorovaikutuksessa. (Saukkola, Laane 2017, 48) Leikillisuus ja riemu kehittävät yhteistyötä ja hyväksymisen tunnetta. Ihminen kokee saavansa olla oma itsensä, saa nauraa ja viihtyä. (Saukkola, Laane 2017, 48) Aikuinen voi arjessa nähdä roolinsa jäykkänä ja kontrolloivana ja se voi sisältää tietynlaisia odotuksia aikuisen ja lapsen käytöksestä. Tämä voi olla jäännös omasta kasvatuksesta. (Saukkola, Laane 2017, 88.) Huumorin ja ilon kautta päästään irtautumaan tavallisista rooleista.

Alicja Riegerin (2004) tutkimus huumorin käytöstä perheissä, joissa lapsella on erityisen tuen tarve, käsittelee huumorin merkitystä ja tehtäviä perheessä. Perheet määrittävät huumorin mm. luontaisena stressinhoitona, keinona luoda yhteys toiseen, kommunikaation välineenä, optimistisen ajattelun kehittämisen välineenä ja oman leikkisyytensä löytämisenä. Eri alojen tutkijat ovatkin tunnustaneet huumorin tärkeyden elämässä. Psykologiassa huumori määritellään mm. keinona kehittää elämänlaatua omaksumalla hyväksyvä ja iloinen asenne elämään. (194.) Pelin tehtävissä on hyödynnetty huumoria:

Tehkää yhdessä pieni
"musiikkiesitys".
Jokainen tekee jotain
erilaista ääntä esimerkiksi
käsillään, suullaan tai jaloillaan.
Tehkää kaikki äänet samaan
aikaan, miltä se kuulostaa?

*Vinkki: ääni voi olla
taputusta, örinää, suhahtelua,
ihan mitä vaan!*

Koskettakaa
jokainen oikealla
puolellanne olevan
pelaajan nenää
sormella. Kun kaikkien
sormet ovat paikallaan,
sanokaa TÖÖT!

Miettikää yhdessä,
missä voisi olla
ihmisen naurunappula.
Kun olette keksineet
missä se voisi olla,
käy sinä painamassa
jokaisen pelaajan
naurunappulaa!

Musiikkiesitys-tehtävässä voidaan nähdä tekemisen riemua mutta myös eräänlaista ongelmanratkaisua: minkä äänen teen? Tässä koko perhe yhdessä voi miettiä millaisia ääniä voisi tehdä. Yhteistyössä saadaan syvää nautintoa ongelmanratkaisusta, ja menestyvän tiimin osana olemisesta. (Schell 2015, 395)

TÖÖT-tehtävässä on kyse puhtaasti huumorista. Yritin keksiä mahdollisimman hupsun tehtävän. On merkityksellistä, ettei kaikki lapsen kohdistuva viestintä ja vuorovaikutus ole liian vakavaa. (Saukkola, Laane 2017, 95) Ihmisillä on tarve hauskanpidolle ja hassuttelulle, kun he tuntevat olonsa hyväksi ja turvalliseksi. (Saukkola, Laane 2017, 48)

Naurunappula-tehtävässä yhdistyvät koskettaminen ja hassuttelu. Myönteisillä tunteilla on suuri merkitys lapsen kehitykselle, ja ilo, riemu ja pelleily ovatkin lapselle tärkeitä tunteita. (Saukkola, Laane 2017, 142) Ilo ja pelleily ovat myös keinoja vahvistaa kiintymyssuhdetta. (Saukkola, Laane 2017, 150)

8.3 Fyysinen läheisyys

Fyysinen läheisyys on ihmiselle merkityksellistä. Kosketus lisää hyvinvointia, ja on ihmiselle tärkeää koko elämän ajan, vastasyntyneestä vanhukseksi. (Väestöliitto 2020.) Läheisyys ja lämpö voivat olla merkityksellisiä esimerkiksi stressin hoidossa. (Langinauer 2011, 547)

Tässä opinnäytetyössä fyysinen läheisyys käsittää koskettamisen ja lähellä olemisen. Fyysinen läheisyys on tarkkaa, eikä esimerkiksi tietyille alueille ole sallittua koskettaa ilman lupaa. Tehtävät on suunniteltu siten, että jokainen voi tuntea olonsa mukavaksi ja turvalliseksi niitä tehdessään.

8.3.1 Koskettaminen

Kosketus tuo turvallisen viestin siitä, että nyt ja tässä on hyvä olla, ei ole kiirettä minnekään. Voi vain olla. (Jääskinen, A.-M. 2017, 158.) Hyväksyvä kosketus kulkee kehon syviä hermosäikeitä pitkin ja viestii, että on hyvä ja riittävä. On niin arvokas, että haluaa olla vierellä. Kehonkuvan rakentumisessa kosketuksella on merkittävä rooli. (Jääskinen, A.-M. 2017, 158.) Pelin varjolla on hyvä mahdollistaa perheenjäsenille hyväksyvän kosketuksen hetkiä esimerkiksi seuraavilla tehtävillä:

	Anna oikealla puolellasi olevalle pelaajalle pieni selkähieronta tai -silittely.	
Tehkää perheestänne kasa!		Kutita vasemmalla puolellasi olevaa pelaajaa!

Tehkää perheestänne kasa-tehtävä on suoraan erään vanhemman ehdotuksesta otettu. Hän kertoi, että heidän perheessään perinteinen ryhmähäli ei niinkään toimi, mutta kasan perhe tekee oikein mielellään! Tässäkin tehtävässä nousee ehdottomasti esiin ilo ja hassuttelu. Kuitenkin jo muutaman minuutin tai vain sekunteja kestävä kosketus on lapselle merkittävä. (Jääskinen, A.-M. 2017, 159)

Selkähieronta tai -silittelytehtävässä käsitellään juuri hyväksyvää kosketusta ja läheisyyttä. Läheinen kosketus on sallittua läheisissä ihmissuhteissa. (Ahokas ym., 2012, 126) Hyväksyvä kosketus vapauttaa elimistöön oksitosiinia, joka lisää levollisuutta ja turvallisuuden tunnetta. Oksitosiini on kiintymystä edistävä mielihyvähormoni. (Jääskinen, A.-M. 2017, 159.) Hieronnan tai silittelyn avulla voidaan siis edistää perheen kiintymyssuhteita.

Kutittaminen on hyvä tekosyy koskettamiselle. Pitkälti kuten kasa-tehtävässä, kutittelu on senkaltaista koskettelua että moni hyväksyy sen mielellään. Tai siis ei ehkä suoraan hyväksy, vaan nauraa kippurassa ja sanoo että älä kutita, vaikka huomio ja läheisyys tuntuukin ihanalta.

8.3.2 Lähellä oleminen

Henkilökohtainen tila on ihmisen oma tila, johon hän ei halua päästää muita. Tila vaihtelee sen mukaan, millainen suhde ihmisellä on muihin tilanteessa oleviin: intiimi (perhe, kumppani), henkilökohtainen (ystävät), sosiaalinen (tuttavat, työ) sekä julkinen (viralliset tilaisuudet). Tilaa määrittävät myös ihmisen persoonalliset piirteet ja kulttuuri. (Ahokas ym., 2012, 126.) Perhe on kaikista intiimeimpiä suhteita, ja myös henkilökohtainen tila on perheelle paljon läheisempi kuin muille. Tätä lähellä olemista harjoitellaan mm. seuraavilla tehtävillä:

Ottakaa pala
vessapaperia ja
puhaltakaa sitä
yhdessä niin,
että se pysyy
mahdollisimman
pitkään ilmassa!

Kuiskaa oikealla
puolellasi olevalle
pelaajalle mikä
eläin hän voisi olla.

Vessapaperitehtävässä yhdistyy hassuttelu ja läheisyys. Kun puhalletaan vessapaperinpalaa, joutuu menemään ihan lähelle toista, toisen henkilökohtaiseen tilaan. Jo aiemmin esiin nostettu kuiskaamis-tehtävä yhdistää useampaa eri vuorovaikutuksen osa-aluetta, kuten moni muukin pelin tehtävistä. Kuiskatessa ollaan ihan lähellä toista, ja lähellä oleminen on lapselle sosiaalisuuden näkökulmasta tärkeää. (Jääskinen, A.-M. 2017, 159)

9 POHDINTA

Opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja luoda lautapeli, joka tukee perheen vuorovaikutusta. Hyödynsin pelin suunnittelussa ja tehtävien kehittämisessä laajasti teorian tietoa osallisuudesta ja vuorovaikutuksesta. Opinnäytetyön tavoitteena oli saada monipuolinen kuva vuorovaikutuksesta. Tein teorian tietoon pohjautuen oman jaottelun siitä, mitä vuorovaikutus on. Näin oli helpompi luoda tehtäviä, jotka tukevat vuorovaikutuksia. Vuorovaikutus on niin suuri ja laaja kokonaisuus, että rajaus oli pakollista. Vuorovaikutuksen jaottelu palvelee perheen vuorovaikutuksen tukemista, sekä antaa monipuolisen kuvan kokonaisuudesta. Perheen vuorovaikutuksen tukeminen syntyy antamalla myönteisiä vuorovaikutuskokemuksia ja kokemuksia hyväksytyksi tulemisesta.

Yhtenä opinnäytetyön tavoitteena oli tukea osallisuutta. Tämä toteutui pelissä hyvin, sillä pelin pelaamisessa osallisuuden näkökulma on huomioitu aina peliohjeista tehtäväkortteihin saakka. Myös esimerkiksi pelihahmon valinta on osallisuutta: pelaaja saa itse valita, minkä hahmoista hän kokee omakseen ja minkä hän haluaa valita. Osallisuuden kokemus perheessä konkretisoituu pelin aikana: jokainen pelaaja saa osallistua peliin tasa-arvoisesti, ja saa kokemuksia nähdyksi ja kuulluksi tulemisesta.

Opinnäytetyön merkitys toimeksiantajalle on huomattava. Se on antanut toimeksiantajalle työvälineen perhekurssilla käytettäväksi. Lisäksi lautapeli perheille jaettavana materiaalina antaa hyvin ammattimaisen ja asiaansa perehtyneen kuvan Lasso-hankkeesta. Toimeksiantaja antoi palautteen opinnäytetyöprosessista ja lopullisesta tuotoksesta (LIITE 8), ja siinä nostaa esille, kuinka LASSO-hanke on saanut tuotteen, jota sillä ei itse olisi ollut resursseja toteuttaa. Lisäksi Poweria perheestä-pelin kerrotaan olevan merkittävä osa Lasso-hankkeen imagoa ja kurssien toimintaa.

Perheet, jotka ovat pelanneet peliä, ovat antaneet toimeksiantajalle vapaamuotoista palautetta pelistä. Näissä palautteissa opinnäytetyön merkitys tiivistyy: *Nauretaan koko perhe yhdessä räätä postikella. Paras joululahja lapselle pitkään aikaan (perheet saivat pelin kurssilta lähtiessä ennen joulua). Ainut peli jota lapsi suostuu pelaamaan.* Kaikki saadut palautteet ovat olleet positiivisia, ja koen että yksikin kokemus siitä, että perheellä on ollut hauskaa peliä pelatessaan, tekee opinnäytetyön merkitykselliseksi. Yhteisen ajan merkitystä perheen hyvinvoinnille ei voi kiistää, ja lautapeli luo mahdollisuuden läsnäolevalle, osallistavalle yhdessäololle.

Lautapelistä on mahdollista kehittää erilaisia sovelluksia. Poweria perheestä-kurssilla lautapelistä on jo tehty yksi sovellus, ulkona pelattava versio pelistä jossa hyödynnetään tehtäväkortteja, mutta muuten peli tapahtuu ulkona liikkumalla. Lisäksi toteutin Lasso-hankkeelle esimerkiksi messuilla jaettavaksi pienemmän tuotteen, postikortin johon on valikoitu kuusi lautapelin tehtävää. (LIITE 7) Postikortin peliä pelataan heittämällä noppaa, ja tehdään silmäluvun osoittama tehtävä. Tehtävät on valikoitu niin, että postikortilla voidaan pelata millä tahansa porukalla, vaikka työpaikalla taukokuoneessa. Pelistä olisi mahdollista tehdä myös mobiilisovellus: tehtäväkorttien tehtävät olisivat suoraan siirrettävissä sovellukseen, jolloin peliä voisi pelata periaatteessa missä tahansa ilman sen suurempia välineitä. Itse lautapeliä on mahdollista hyödyntää myös sosiaalialan muissa konteksteissa kuten

seurakunnissa, kolmannella sektorilla, ja varhaiskasvatuksen piirissä. Peli olisi valmis työkalu perheen vuorovaikutuksen tukemiseen ja perheen yhteisen ajan edistämiseksi.

On mahdotonta sanoa varmasti, tukeeko peli perheen vuorovaikutusta ilman konkreettista testausta. Lähdekirjallisuuden pohjalta luodut tehtävät tukevat vuorovaikutusta teorian tasolla, mutta se, toteutuuko tämä käytännössä, vaatisi oman tutkimuksensa. Haaste olikin siinä, että missään vaiheessa ei ollut mahdollisuutta testata peliä tai edes tehtäviä. Etenin siis puhtaasti teorian tiedon, vähäisen aineiston ja oman kokemuspohjan avulla. Hyvään pelisuunnitteluun kuuluisi mukaan pelin testaus, ja se jäi aikarajoitteiden vuoksi väliin. Olen pelannut peliä itse oman perheeni kanssa sen valmistuttua (LIITE 9) ja päässyt näin itse kokemaan pelin käytännössä. Omasta kokemuksestani voin kertoa, että koko perheellä oli hauskaa pelin äärellä ja neljä- ja kaksivuotiaat tyttäremme osallistuivat molemmat pelaamiseen innokkaasti. Kaikkien tehtävien toteutus myös onnistui. Se, että kuulee oman lapsen kertovan, että parasta meidän perheessämme on yhteinen hupsuttelu, on sanoinkuvaamattoman tärkeää ja ihanaa. Meidänkin tapauksessamme lapset halusivat pelata peliä miltei joka päivä, ja kuinka merkityksellistä onkaan se, että peliä pelaamalla ja yhdessä hauskaa pitämällä voitaisiin vahvistaa vuorovaikutusta.

Olisinkin tehnyt toisin sen, että testaisin peliä kehitysvaiheessa. Tässä olisikin ehdottomasti jatkotutkimuksen paikka: pelin testaus käytännössä ja sen kehittäminen palautteen ja kokemusten pohjalta. Nyt pelaamisesta saadut kokemukset rajoittuvat pintapuolisiin kommentteihin, esimerkiksi laajempi kyselytutkimus pelin vaikutuksista olisi arvokas. Oma kokemukseni pelin pelaamisesta nostaa jo esille muutamia kehityskohtia: pelin kulkuun olisi hyvä saada myös joitain muita aktivoivia osia kuin tehtäväruudut. Nyt saattoi mennä useampikin kierros, että kukaan ei osunut tehtäväruutuun ja heitelimme vain vuorotellen noppaa. Esimerkiksi tehtäväruutujen väliin sijoitetut pikatehtäväruudut voisivat olla toimivia, eli ruudussa lukisi suoraan joku pieni tehtävä (hyppää haarahyppy, ääntele kuin lempieläimesi yms.). Asia, jonka voisin opinnäytetyössä muuttaa, on pelin päätyminen. Peli voisi olla parempi, jos siinä olisi jokin selkeä lopetus tai päätös, en kuitenkaan tiedä mikä se voisi olla. Olen kuitenkin tyytyväinen lopputulokseen, ja on innostavaa huomata kuinka jokapäiväisille, itseltään selvillekin asioille löytyy teoreettinen pohjansa. Merkityksien tutkiminen on antoisaa, ja sosiaalipsykologiaan tutustuminen vuorovaikutusta tutkiessa oli hyvin valaisevaa.

Tieteellinen tutkimus on luotettavaa ja eettisesti hyväksyttävää kun se on suoritettu hyvän tieteellisen käytännön edellyttämällä tavalla. Tämän opinnäytetyön osalta eettisiä kysymyksiä on hyvin haasteellista pohtia. Olen soveltanut tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia ja eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä. Olen tehnyt viittaukset asianmukaisella tavalla ja vastuut ja velvollisuudet on selvitetty. (Tenk.) Kenenkään kyselyyn vastanneen tietoja ole jaettu, ja opinnäytetyö käsittelee asioita yleisellä tasolla. Kaikki opinnäytetyön vaiheet on tarkasti raportoitu ja työ on tehty huolellisesti. Näillä perusteilla opinnäytetyö on tehty eettisesti.

Valtioneuvoston asetus (352/2003) ammattikorkeakouluista määrittelee, että opinnäytetyön tavoite on kehittää ja osoittaa opiskelijan valmiuksia soveltaa tietoaan ja taitojaan ammattiopintoihin liitty-

vässä käytännön asiantuntijatehtävässä. (KAMK.) Tässä valossa opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus on myös huomioitu. Opinnäytetyön uskottavuus perustuu johdonmukaisuuteen ja teorian tiedon laajaan hyödyntämiseen. Teorialähteiden valinnassa on noudatettu lähdekriittisyyttä ja lähteinä on hyödynnetty useita tieteellisiä tutkimuksia, niin kansainvälisiä kuin kotimaisiakin. Tulosten luotettavuutta on haasteellista arvioida, sillä lautapeliä ei ole testattu. Opinnäytetyö tukee kestävästä kehitystä siten, että sitä pystytään käyttämään todella pitkän aikaa, eikä sen pelaaminen kuluta resursseja. On mahdollista, että peli siirtyy perheissä sukupolvelta toiselle, kuten monet lautapelit tekevät.

Opinnäytetyön merkitys sosiaali- ja terveysalalle on siinä, että asioita voi tehdä myös pilke silmäkulmassa ja vähän leikkisämmällä otteella. Perinteistä voidaan poiketa, ja siitä on monesti vain hyötyä. Koska sosiaalialan työssä olemme tekemisissä ihmisten kanssa, on jokaisen taustalla ja lähtökohtana oma perhekokemus. Jos tätä voidaan tukea jo varhaisessa vaiheessa niinkin yksinkertaisella työkalulla kuin lautapelillä, tehdään tärkeää ennaltaehkäisevää työtä. Ihmisen hyvinvoinnin tukeminen on sosiaalialan keskiössä, ja opinnäytetyöni on pohjimmiltaan juuri sitä.

Omalle ammatilliselle kasvulleni opinnäytetyö on ollut ratkaiseva: teorian tiedon laaja tutkiminen ja siihen perehtyminen on auttanut hahmottamaan vuorovaikutuksen rakenteita ja sosiaalialan työn pohjaa merkittävästi. Suurin merkitys opinnäytetyöllä on kuitenkin toivottavasti perheille: se, että perhe saa myönteisiä yhteisiä kokemuksia lautapelin kautta ja mahdollisesti siirtää nämä tavat arkielämään, on kaikista tärkeintä.

LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT

- AHOKAS, M., FERCHEN, M., HANKONEN, N., LAUTSO, A., PYYSIÄINEN, J., 2012. Sosiaalipsykologia. Sanoma Pro Oy, Helsinki.
- BERNARD, C. In Defence of the Family: Microcosm of the World. Teoksessa: Family: Heart of Humanity. Shea, J., Bernard, C. (toim.) Cambridge Scholars Publishing, Newcastle upon Tyne.
- CHAO, M.-R. 2011. Family interaction relationship types and differences in parent-child interactions. *Social behavior and personality*, 2011, 39 (7), 897-914
- DENES, A., BENNETT, M., WINKLER, K. 2017. Exploring the Benefits of Affectionate Communication: Implications for Interpersonal Acceptance-Rejection Theory. *Journal of Family Theory & Review* 9 (December 2017): 491-506
- DUNDERFELT, T. 2016. Läsnaoleva kohtaaminen. PS-Kustannus, Juva.
- FITTON, V. 2012. Attachment theory: History, research, and practice. *Psychoanalytic Social Work*. 2012, Vol. 19 Issue 1/2, p121-143.
- HAKULINEN, T., LAAJASALO, T. MÄKELÄ, J. (Toim.) 2019. Vanhemmuuden ja parisuhteen tuen vahvistaminen. Teoriasta käytäntöön. THL. Verkkojulkaisu. Saatavissa: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138389/URN_ISBN_978-952-343-357-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- HELJAKKA, K. 2010. Pelitutkimuksen vuosikirja 2010, s. 22-32. Toim. Jaakko Suominen ym. Tampereen yliopisto. Verkkojulkaisu. Saatavissa: <http://www.pelitutkimus.fi/vuosikirja2010/ptvk2010-03.pdf>
- HELKAMA, K., MYLLYNIEMI, R., LIEBKIND, K. 2013. Johdatus sosiaalipsykologiaan. Edita Publishing, Porvoo.
- IKONEN, R., HELAKORPI, S., 2019. Kouluterveyskysely 2019. THL. Verkkojulkaisu. Saatavissa: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138562/Tilastoraportti_33_Kouluterveyskysely.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- ISOLA, A.-M., KAARTINEN, H., LEEMANN, L., LÄÄPERI, R., SCHNEIDER, T., VALTARI, S. KETO-TOKOI, A., 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy, Helsinki.
- JÄÄSKINEN, A.-M., 2017. Mitä sä rageet? Lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukeminen. Lasten keskus ja kirjapaja Oy, Helsinki.
- KAMK. Opinnäytetyön eettiset suositukset. Verkkosivu. [Viitattu: 2019-12-17.] Saatavissa: <https://www.kamk.fi/fi/opari/Opinnaytetyopakki/Opinnaytetyoprosessi/SoTeLi/Opinnaytetyoprosessi/Eettiset-suositukset?contentid=fefdc47f-072f-4074-9f36-0ac442a155a7&refreshTree=0#Opinn%C3%A4ytet%C3%B6iden%20eettisyys%20ja%20lu-pak%C3%A4yt%C3%A4nt%C3%B6>
- KAUPPILA, E., 2018. Ihana perhe. Tietoisien vanhemmuuden ABC. Viisas Elämä Oy, Helsinki.
- KELTIKANGAS-JÄRVINEN, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. WSOY, Helsinki.
- KUUSELA, P. Millainen tiede sosiaalipsykologia on? Teoksessa: Sosiaalipsykologia yksilöstä yhteiskuntaan. Pekka Kuusela (Toim.) Unipress AB, Suomi.
- LANGINAUER, A., 2011. Turvallisuuden merkitys varhaislapsuudessa. *Yhteiskuntapolitiikka* 76 (2011):5
- LASSO-HANKE 2019. Verkkosivu. [Viitattu: 2019-08-27.] Saatavissa: <https://perhesope.fi/projektista/>

- MARTELA, F., 2014. Itseohjautuvuusteoria – Eli onnellisen elämän kolme keskeisintä tekijää. Verkkosivu. [Viitattu: 2019-12-16] Saatavissa: <https://frankmartela.fi/2014/04/04/itseohjautuvuusteoria-eli-kolme-vastausta-siihen-mika-tekee-ihmisen-onnelliseksi/>
- MIELI. Perheitä on monenlaisia. Verkkosivu. [Viitattu: 2019-10-12] Saatavissa: <https://mieli.fi/fi/mie-lenterveys/ihmissuhteet/perheit%C3%A4-monenlaisia>
- NEVALA, T. 2017. Pelaamisen elinkaari – pelien merkitykset elämän eri vaiheissa. Julkaisussa: Pelitutkimuksen vuosikirja 2017. Koskimaa, R., Arjoranta, J., Friman, U., Mäyrä, F., Sotamaa, O., Suominen, J. (toim.) Verkkojulkaisu. Saatavissa: <http://www.pelitutkimus.fi/aiemmat-vuosikirjat/vuosikirja-2017>
- PAPUNET, 2019. Vuorovaikutus ja kommunikointi. Verkkosivu. [Viitattu: 2020-01-01] Saatavissa: <https://papunet.net/tietoa/vuorovaikutus-ja-kommunikointi>
- PIRTTILÄ-BACKMAN A.-M., SUONINEN, E., LAHIKAINEN A., AHOKAS, M. Arjen sosiaalisuus. Teoksessa: Arjen sosiaalipsykologia. Kokkonen, H., Lindqvist, E., Kurko, U., 2013. Sanoma Pro, Helsinki.
- RIEGER, A. 2004. Explorations of the Functions of Humor and Other Types of Fun Among Families of Children With Disabilities. Research & Practice for Persons with Severe Disabilities 2004, Vol. 29, No. 3, 194-209
- ROHNER, R., LANSFORD, J. 2017. Deep Structure of the Human Affectional System: Introduction to Interpersonal Acceptance–Rejection Theory. Journal of Family Theory & Review 9 (December 2017): 426–440
- ROSENFELD, A. 2005. The Benefits of Board Games. Scholastic parent & child, 02/03/2005.
- RÖNKÄ, A., MALINEN, K., LÄMSÄ, T. Pikkulapsiperheiden arjen paletti. Teoksessa: Perhe-elämän paletti. Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Rönkä, A., Malinen, K., Lämsä, T. (Toim.) WS Bookwell Oy, Juva.
- SALONEN, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Juvenes Print Oy, Tampere.
- SAUKKOLA, K., LAANE, T., 2017. Näe sydämellä. Luo arvostava yhteys lapseen. Painojussit Oy, Kerava.
- SHELL, J., 2015. The art of game design. A book of lenses. CRC Press, Boca Raton.
- SEGRIN, C., FLORA, J. 2005. Family communication. Lawrence Erlbaum Associates, Mahwah.
- SOSTE 2019. Osallisuus on tunne siitä, että kuuluu johonkin. Verkkosivu. [Viitattu: 2019-12-16] Saatavissa: <https://www.soste.fi/kansalaisyhteiskunta/osallisuus-on-tunne-siita-etta-kuuluu-johonkin/>
- STRENG, I. 2008. Using therapeutic board games to promote child mental health. Journal of public mental health. Vol 7/Issue 4
- TALENTIA. Ammattieettinen vala. Verkkosivu. [Viitattu: 2020-02-13] Päivitysjankokhtaa ei saatavilla. Saatavissa: <https://www.talentia.fi/tyoelamainfo/ammattietiikka/ammattieettinen-vala/>
- TENK. Hyvä tieteellinen käytäntö (HTK). Verkkosivu. [Viitattu: 2020-02-01] Saatavissa: <https://www.tenk.fi/fi/hyva-tieteellinen-kaytanto>
- THL 2019. Osallisuus. Verkkosivu. [Viitattu: 2019-10-09.] Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus>
- THOMAS, N. 2007. Towards a Theory of Children’s Participation. International Journal of Children’s Rights 15 (2007) 199–218.
- TUKILIITTO 2017. Vuorovaikutusta. Verkkosivu. [Viitattu: 2019-09-22.] Saatavissa: <https://www.tukiliitto.fi/tavoitteet/vuorovaikutusta/>
- VASKO, J. 2018. Lautapeliä pelaamisesta voi oppia paljon. Blogikirjoitus. [Viitattu: 2019-12-03.] Saatavissa: https://www.kirjastot.fi/pelin-paikka-blogi/lautapeliä-pelaamisesta-voi-oppia-paljon?language_content_entity=fi

VUORENMAA, M. 2016. Äitien ja isien osallisuus perheessä ja lasten palveluissa sekä osallisuuteen yhteydessä olevat tekijät. Väitöskirja. Suomen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print, Tampere.

VÄESTÖLIITTO 2019. Vuorovaikutus. Verkkosivu. [Viitattu: 2019-10-12] Saatavissa:

<https://www.vaestoliitto.fi/nuoret/mina-ja-muut/ihmissuhteet/vuorovaikutus/>

VÄESTÖLIITTO, 2020. Kosketuksen merkityksestä. Verkkosivu. [Viitattu: 2020-02-01] Saatavissa:

https://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/pienten_lasten_vanhemmat/lapsijasek-suaalisuus/usein-kysytyt-kysymykset/lapsen-itsetyydytys-tai-unnutus/kosketuksen-merkityksesta/

WIENER, L., BATTLES, H., MAMALIAN, C., ZADEH, S. 2011. ShopTalk: a pilot study of the feasibility and utility of a therapeutic board game for youth living with cancer. Support Care Cancer (2011) 19:1049–1054

YLE 2011. Kiire ja ajankäytön pulmat kuormittavat perheitä. Verkoartikkeli. [Viitattu: 2020-01-27]

Saatavissa: <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2011/03/08/kiire-ja-ajankayton-pulmat-kuormittavat-perheita>

LIITE 1: FACEBOOK-KYSELY PERHEILLE JA AMMATTILAISILLE



Tule mukaan ideoimaan POWERIA PERHEESTÄ-lautapeliä!

Olemme kehittämässä LASSO -hankkeessa (<https://perhesope.fi/>) POWERIA PERHEESTÄ -lautapeliä, jossa on tarkoituksena tukea perheen vuorovaikutusta. Peliin tulee tehtäväkortteja, ja nyt haluamme osallistaa perheet mukaan pelin suunnitteluun. Haluamme siis kuulla perheiltä tehtäväideoita, miten perheen keskinäistä vuorovaikutusta voi vahvistaa? Myös perheen yhteen kuuluvuutta vahvistavat niksit ja ideat ovat tervetulleita.

Pohdinnan avuksi tässä muutamia esimerkkitehtäviä: Miettikää yhdessä, missä olette perheenä onnistuneet? Antakaa perheen ryhmähäli!

Yksikin idea riittää, eikä sen tarvitse olla loppuun asti hiottu, vaan ajatuskin auttaa meitä!
Voit kirjoittaa idean/ideoita alle tai lähettää halutessasi suoraan sähköpostilla emma.malkki@edu.savonia.fi. Odotamme innolla ideoitanne 8.9.2019 mennessä! Kaikkien ideoita lähettäneiden kesken arvotaan kolme valmista peliä sen valmistuttua marraskuussa.

LIITE 2: SÄHKÖPOSTIKYSELY AMMATTILAISILLE

Tule mukaan ideoimaan POWERIA PERHEESTÄ-lautapeliä!

Olemme kehittämässä LASSO -hankkeessa (<https://perhesope.fi/>) POWERIA PERHEESTÄ -lautapeliä, jossa on tarkoituksena tukea perheen vuorovaikutusta. Olen sosionomiopiskelija Emma Lappi ja teen opinnäytetyöni pelin suunnittelusta.

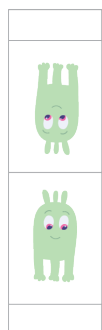
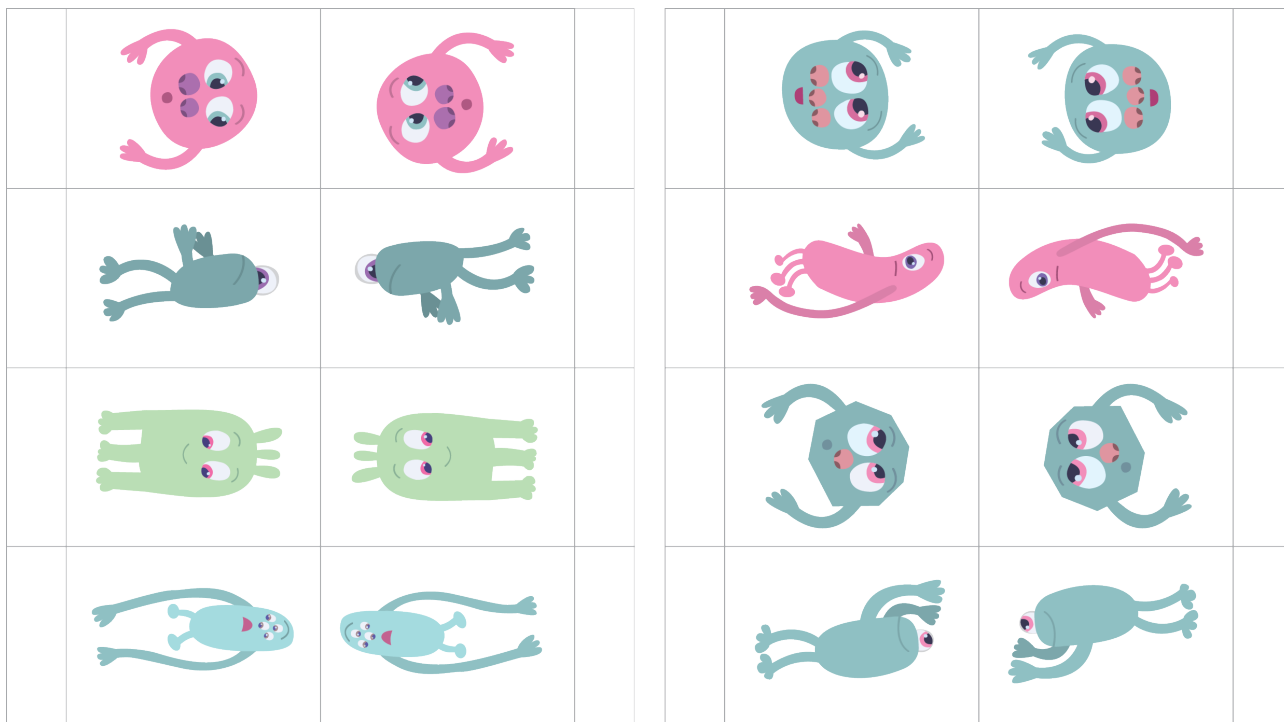
Peliin tulee tehtäväkortteja, ja nyt haluamme osallistaa ammattilaiset mukaan pelin suunnitteluun. Haluamme siis kuulla tehtäväideoita, miten perheen keskinäistä vuorovaikutusta voi vahvistaa? Myös perheen yhteenkuuluvuutta vahvistavat niksit ja ideat ovat tervetulleita. Ammattilaisina pyytäisimmekin teitä miettimään tehtäviä, joita olisitte jo mahdollisesti kokeilleet perheiden kanssa, ja jotka ovat onnistuneet vahvistamaan perheiden vuorovaikutusta! Myös ”keskeneräiset” ajatukset ovat meille avuksi. Voit vastata Timolle tai laittaa postia suoraan minulle: emma.lappi@edu.savonia.fi

Kiitos paljon ja mukavaa syksyä!

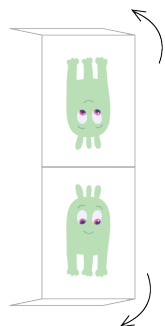
LIITE 3: PELILAUTA



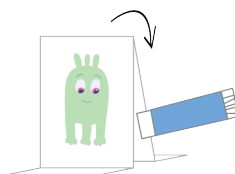
LIITE 4: PELIHAHMOT



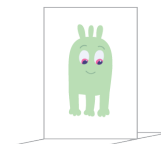
1. Leikkaa pelihahmot irti toisistaan niin, että tulee tällainen muoto.



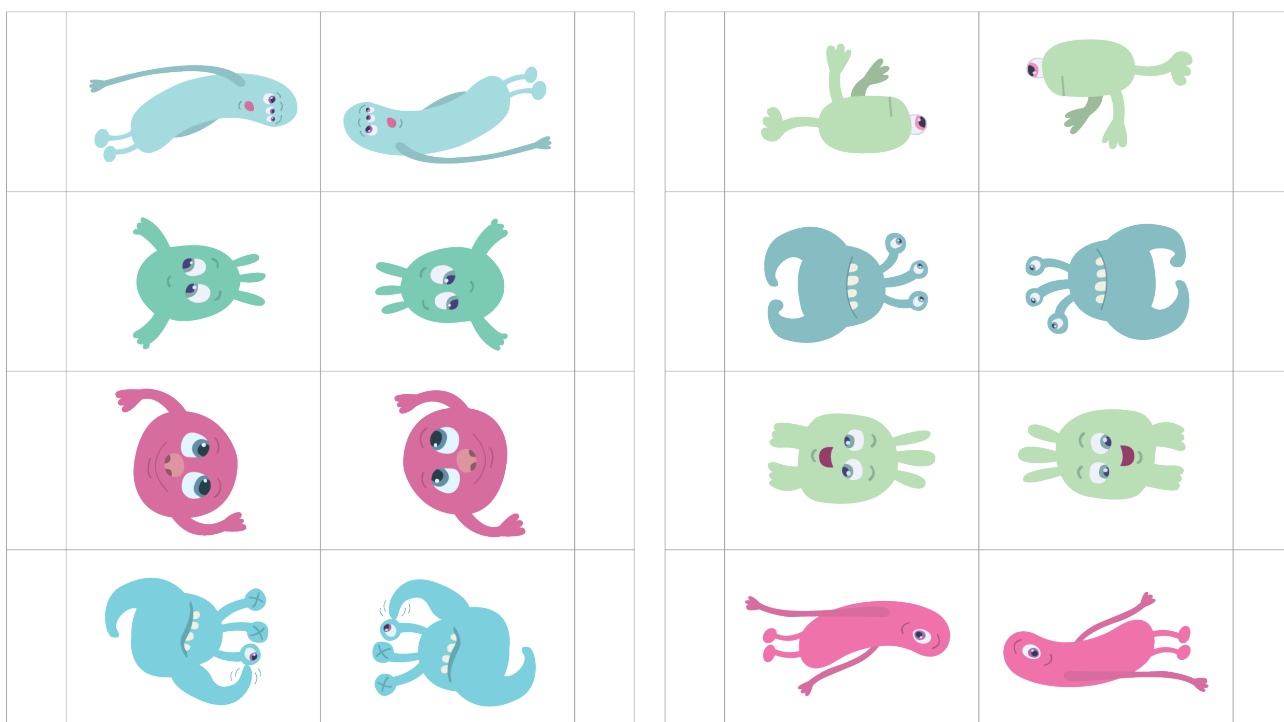
2. Taita läpät eteenpäin.



3. Laita takapuolen keskiosaan liimaa ja taita keskeltä kahtia.



4. Valmis!



LIITE 5: TEHTÄVÄKORTIT

<p>KERROTAAN</p> <p>Sano jotain mukavaa teidän perheestänne.</p>	<p>KERROTAAN</p> <p>Sano jotain mukavaa teidän perheestänne.</p>	<p>KERROTAAN</p> <p>Muut pelaajat saavat kertoa vuorotellen missä sinä olet todella hyvä tai taitava.</p>
<p>KERROTAAN</p> <p>Muut pelaajat saavat kertoa vuorotellen mikä on sinussa parasta.</p>	<p>TEHTÄVÄ</p> <p>Anna oikealla puolellasi olevalle pelaajalle pieni selkähieronta tai -silittely.</p>	<p>TEHTÄVÄ</p> <p>Anna vasemmalla puolellasi olevalle pelaajalle pieni selkähieronta tai -silittely.</p>
<p>YHTEISTEHTÄVÄ</p> <p>Tee hassu ilme, ja muut pelaajat tekevät perässä samanlaisen ilmeen!</p>	<p>YHTEISTEHTÄVÄ</p> <p>Tee hassu ilme, ja muut pelaajat tekevät perässä samanlaisen ilmeen!</p>	<p>YHTEISTEHTÄVÄ</p> <p>Suunnitelkaa perheen yhteinen päivä. Mitä kivaa voisitte tehdä yhdessä? Lopuksi sopikaa päivä, milloin toteutate suunnitelmanne!</p> <p><i>Vinkki: perhepäivästä voi tehdä tavan, kannattaa merkata kalenteriin esimerkiksi joka kuukauden ensimmäinen lauantai.</i></p>

KERROTAAN

Kuiskaa vasemmalla puolellasi olevalle pelaajalle mikä eläin hän voisi olla.

KERROTAAN

Kuiskaa oikealla puolellasi olevalle pelaajalle mikä eläin hän voisi olla.

YHTEISTEHTÄVÄ

Kertoka yhdessä lyhyt tarina niin, että jokainen pelaaja sanoo vuorotellen yhden sanan. Sinä aloitat sanomalla: olipa, seuraava jatkaa: kerran, ja siitä tarina jatkuu sana kerrallaan.

Vinkki: voitte pelata esimerkiksi niin pitkään, että jokainen on sanonut kymmenen sanaa.

YHTEISTEHTÄVÄ

Miettikää yhdessä, missä voisi olla ihmisen naurunappula. Kun olette keksineet missä se voisi olla, käy sinä painamassa jokaisen pelaajan naurunappulaa!

YHTEISTEHTÄVÄ

Koskettakaa jokainen oikealla puolellanne olevan pelaajan nenää sormella. Kun kaikkien sormet ova paikallaan, sanokaa TÖÖT!

KERROTAAN

Kertokaa jokainen yksi mukava asia, mitä tänään on tapahtunut.

KERROTAAN

Kerro, mitä tykkäät tai haluaisit tehdä oikealla puolellasi olevan pelaajan kanssa.

KERROTAAN

Kerro, mitä tykkäät tai haluaisit tehdä vasemmalla puolellasi olevan pelaajan kanssa.

YHTEISTEHTÄVÄ

Ottakaa pala vessapaperia ja puhaltakaa sitä yhdessä niin, että se pysyy mahdollisimman pitkään ilmassa!

<p>YHTEISTEHTÄVÄ</p> <p>Tehkää perheestänne kasa!</p>	<p>JOKERI</p> <p>Nuorin pelaaja saa keksiä oman tehtävän!</p> <p><i>Vinkki: muu perhe voi tarvittaessa auttaa tehtävän keksimisessä.</i></p>	<p>JOKERI</p> <p>Vanhin pelaaja saa keksiä oman tehtävän!</p> <p><i>Vinkki: muu perhe voi tarvittaessa auttaa tehtävän keksimisessä.</i></p>
<p>YHTEISTEHTÄVÄ</p> <p>Miettikää yhdessä mikä väri kuvastaa teidän perhettänne parhaiten, ja miksi?</p>	<p>YHTEISTEHTÄVÄ</p> <p>Tehkää yhdessä pieni "musiikkiesitys". Jokainen tekee jotain erilaista ääntä esimerkiksi käsillään, suullaan tai jaloillaan. Tehkää kaikki äänet samaan aikaan, miltä se kuulostaa?</p> <p><i>Vinkki: ääni voi olla taputusta, örinää, suhahtelua, ihan mitä vaan!</i></p>	<p>KERROTAAN</p> <p>Kertokaa jokainen lempiruokanne.</p>
<p>KERROTAAN</p> <p>Kerro jokin asia, missä vasemmalla puolellasi oleva pelaaja on kehittynyt.</p>	<p>KERROTAAN</p> <p>Kertokaa jokainen lempiväriinne.</p>	<p>KERROTAAN</p> <p>Kertokaa jokainen lempipaikkanne.</p>

KERROTAAN

Sano jotain mukavaa mitä olette tehneet yhdessä perheenä.

KERROTAAN

Sano jotain mukavaa mitä olette tehneet yhdessä perheenä.

KERROTAAN

Sano mikä on sinun mielestäsi parasta teidän perheessänne.

KERROTAAN

Katso oikealla puolellasi olevaa pelaajaa silmiin ja kerro, mistä tykkäät hänessä.

KERROTAAN

Katso vasemmalla puolellasi olevaa pelaajaa silmiin ja kerro, mistä tykkäät hänessä.

YHTEISTEHTÄVÄ

Miettikää yhdessä mikä eläin voisi olla teidän perheenne maskotti, ja miksi?

YHTEISTEHTÄVÄ

Huutakaa yhdessä:
MEIDÄN PERHE
ON PARAS!

TEHTÄVÄ

Kutita vasemmalla puolellasi olevaa pelaajaa!

TEHTÄVÄ

Kutita oikealla puolellasi olevaa pelaajaa!



Osallistujensa näköisen
perhekurssimallin
kehittämishanke

www.perhesope.fi



Osallistujensa näköisen
perhekurssimallin
kehittämishanke

www.perhesope.fi



Osallistujensa näköisen
perhekurssimallin
kehittämishanke

www.perhesope.fi



Osallistujensa näköisen
perhekurssimallin
kehittämishanke

www.perhesope.fi



Osallistujensa näköisen
perhekurssimallin
kehittämishanke

www.perhesope.fi



Osallistujensa näköisen
perhekurssimallin
kehittämishanke

www.perhesope.fi



Osallistujensa näköisen
perhekurssimallin
kehittämishanke

www.perhesope.fi



Osallistujensa näköisen
perhekurssimallin
kehittämishanke

www.perhesope.fi



Osallistujensa näköisen
perhekurssimallin
kehittämishanke

www.perhesope.fi

LIITE 6: PELIOHJEET



Osallistujensa näköisen
perhekurssimallin
kehittämishanke



POWERIA PERHEESTÄ-PELI PELIOHJEET

Tervetuloa pelaamaan Poweria perheestä-peliä! Pelin tavoitteena on tarjota mukavaa tekemistä perheen yhteisiin hetkiin. Pelaajia tarvitaan vähintään kaksi, mutta on yleensä sitä mukavampaa, mitä enemmän on pelaajia.

SISÄLTÖ

1 pelilauta
1 peliohje
1 noppa
36 tehtäväkorttia
16 pelihahmoa

PELIVALMISTELUT

Ennen ensimmäistä pelikertaa leikkaa tehtäväkortit irti toisistaan.
Leikkaa myös pelihahmot irti toisistaan, ja kasaa ne teipillä tai liimalla.

PELIN KULKU

Jokainen valitsee oman pelihahmon. Pelissä ei ole lähtöruutua tai maalia, vaan pelaajat asettavat aloituksessa pelihahmonsia haluamaansa sydämeen pelilaudalla. Pelissä edetään vuorotellen noppaa heittämällä. Nuorin pelaaja aloittaa. Kun pääsee sydänruutuun, pelaaja nostaa tehtäväkortin ja toimii kortin ohjeistamalla tavalla. Tässä pelissä kaikki voittavat, eikä ole häviäjiä. Peliä voi pelata miten pitkään haluaa. Esimerkkejä pelin kestoon:

- Kun jokainen on nostanut kaksi tehtäväkorttia, peli päättyy
- Kun olette yhteensä nostaneet 10 korttia, peli päättyy
- Pelatkaa kaksi kierrosta
- Pelatkaa tunnin ajan
- Keksikää oma pelin kulku!

Toivottavasti peli innostaa perheen yhteiseen tekemiseen! Halutessanne voitte pelin lopuksi tehdä patsaan, joka koostuu kaikista pelaajista, aiheena meidän perheen yhteinen juttu. Voitte ottaa patsaastanne kuvan ja jakaa sen Facebookissa tai Instagramissa hashtagilla: #poweriaperheestä

Antakaa jokaiselle mahdollisuus tehdä tehtävät rauhassa, ja kuunnelkaa kun toiset kertovat. Keskittykää siihen, joka puhuu tai tekee. Illoisia pelihetkiä ja mukavaa perheen yhteistä aikaa!

Poweria perheestä-peli on kehitetty Lasso-hankkeessa (osallistujensa näköisen perhekurssimallin kehittämishanke) yhteistyössä perheiden kanssa. Pelin suunnittelusta ja toteutuksesta on vastannut Emma Lappi. Peli on osa sosionomin koulutusohjelman opinnäytetyötä Savonia-ammattikorkeakoulussa.



Lihestautiliitto ry



LIITE 7: POSTIKORTTI



<p>1</p> <p>Muut pelaajat saavat kertoa vuorotellen mikä on sinussa parasta.</p>	<p>Tehkää yhdessä pieni "musiikkiesitys". Jokainen tekee jotain erilaista ääntä esimerkiksi käsillään, suullaan tai jaloillaan. Tehkää kaikki äänet samaan aikaan, miltä se kuulostaa?</p>
<p>3</p> <p>Kertokaa jokainen joku lempiasianne, esimerkiksi -ruoka, -esine tai -paikka.</p>	<p>4</p> <p>Koskettakaa jokainen oikealla puolellanne olevan pelaajan nenää sormella. Kun kaikkien sormet ovat paikallaan, sanokaa TÖÖT!</p>
<p>5</p> <p>Kertokaa yhdessä lyhyt tarina niin, että jokainen pelaaja sanoo vuorotellen yhden sanan. Sinä aloitat sanomalla: olipa, seuraava jatkaa: kerran, ja siitä tarina jatkuu sana kerrallaan.</p>	<p>JOKERI</p> <p>Saat keksiä oman tehtävän! Muut pelaajat voivat tarvittaessa auttaa keksimisessä.</p>

LIITE 8: TOIMEKSIANTAJAN PALAUTE

Hullun hauskastä hömpsästä oivaltavan osallisuuden onnistujaksi!

Lämpimät kiitokset Emma-opiskelijalle mahtavasta ja syvällisestä paneutumisesta ja panoksesta Poweria perheestä -pelin eteen. Idea peliin syntyi LASSO- hankkeessa ja Emmen kanssa käydyissä keskusteluissa hän innostui pelin ideasta ja halusi lähteä tekemään kanssamme yhteistyötä.

Emmen luova ja innovoiva ote (jossa vain taivas rajana) antoi pelin kehittämislle hyvän lähtölaukauksen. Hän otti mielellään vastaan ohjeita ja ideoita, mutta toi rohkeasti esiin myös omia ajatuksia peilaten niitä vahvasti omaan teoreettiseen näkemykseensä. Työskentely opinnäytetyön ympärillä oli helppoa ja hauskaa.

LASSO-hanke on kehittämishanke, jossa luodaan uudenlaista perhekurssimallia ja erilaisia menetelmiä perheiden vuorovaikutuksen, osallisuuden ja voimaantumisen tueksi. Poweria perheestä -peli on oiva esimerkki siitä, miten yhteiskehittämisellä voidaan saada uutta aikaan. Peli on saanut jo tähän mennessä hyvän suosion ja perheiltä saatu palaute on positiivista ja innostaa varmasti myös pelin tekijää tulevaisuuden poluille.

Parhaimmillaan yhteistyö oppilaitoksen/opiskelijan ja työelämän välillä on sitä, että molemmat hyötyvät ja voittavat yhteistyössä pääpalkinnon. Tässä hankkeessa se mielestäni toteutui erinomaisesti. Emma on saanut hyvän kokemuksen tehdä opinnäytetyö, jolle on selkeä tilaus ja tarve ja joka toivottavasti jää jatkossakin elämään. LASSO-hanke on saanut tuotteen, johon sillä ei itse olisi ollut resursseja toteuttaa. Tuote on merkittävä osa LASSO-hankkeen imagoa ja kurssien toimintaa. Yhteistyössä on voimaa, yhteistyöllä saadaan enemmän aikaan - lämpimät kiitokset Emmalle.

Timo Rautiainen

Toiminnanjohtaja, Lasso-hanke

LIITE 9: VALOKUVIA PELIN PELAAMISESTA



