



Diak

Annina Laaja
Anu Nurminen
Jussi Väänänen
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan
ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomi (AMK)
Tunteet pelissä, 2020

TUNTEET PELISSÄ

Lautapeli ja ohjaajan opas tunteiden tunnistamiseen ja nimeämiseen lapsille

TIIVISTELMÄ

Annina Laaja, Anu Nurminen ja Jussi Väänänen
Tunteet pelissä. Lautapeli ja ohjaajan opas tunteiden tunnistamiseen ja nimeämiseen lapsille
42 s., 4 liitettä
Syksy 2020
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveystieteiden AMK-tutkinto
Sosionomi (AMK)

Opinnäytetyön Tunteet pelissä tavoitteena oli kehittää tunteiden tunnistamista ja nimeämistä harjoittava lautapeli. Peli oli tarkoitettu esi- ja ensiopetusikäisille eli 6–9 -vuotiaille lapsille. Pelin ohjaajana toimi aikuinen, jolle koottiin pelisäännöt ohjaajan oppaaseen. Lautapeliä testattiin kolmen eri yhteistyökumppanin kanssa eri paikkakunnilla: alakoulussa 2.-luokkalaisilla, esikoulussa ja päiväkodissa.

Tunteet pelissä oli toiminnallinen opinnäytetyö, jonka tuotos oli lautapeli ja ohjaajan opas. Tuotos suunniteltiin, rakennettiin ja siihen luotiin sen säännöt alusta alkaen itse. Teoriapohjana oli tunnetaitoja ja pelisuunnittelua käsittelevä materiaali. Tutkitun teorian perusteella tunteista keskustelu ja tunnesanoilla puhuminen kehittävät lasten tunteiden käsittelytaitoja. Paremmat tunnetaidot lisäävät yksilön resilienssiä eli sopeutumiskykyä eri elämäntilanteissa. Teoriatiedon ja lautapelin testauskerroista saatujen huomioiden myötä pelin kantaviksi teemoiksi muodostuivat tunteiden nimeäminen ja yhdistäminen pelaajan omaan tunne-elämään.

Tunteet pelissä -lautapelin testikertojen perusteella esi- ja ensiopetusikäiset lapset olivat pelille sopiva kohderyhmä. Kyseisten ikäryhmien tunnetyöskentely- ja pelaamistaidot olivat pelin vaatavuudelle sopivalla tasolla. Oman kehon tunteiden tunnistaminen ja niistä puhuminen vaikuttivat havaintojen mukaan positiivisesti pelaajiin. Opinnäytetyön tavoite eli lasten tunnetyöskentelyä harjoittavan lautapelin kehittäminen täyttyi.

Asiasanat: kasvatus, lautapelit, tunnetaidot

ABSTRACT

Annina Laaja, Anu Nurminen and Jussi Väänänen
Emotions in the Game. A Board Game and an Instruction's Guide Book for Recognizing and Nominating Emotions for Children
42 p., 4 appendices
Autumn 2020
Diaconia University of Applied Sciences
Bachelor's Degree Programme in Social Services

The objective of the Tunteet pelissä thesis was to develop an emotion identification and naming improving board game. The game was aimed at from pre-schoolers to third graders, from 6 to 9 year olds. An adult was needed to instruct the playing, to those for whom the instruction manual was conducted. The board game was tested with three different collaboration partners in different municipalities: in elementary school with second graders, pre-school and day care.

Tunteet pelissä was a functional thesis, which produced a board game and instruction manual for the adult instructor. The product was designed, built and the rule set was created by the thesis group, from the beginning. The theory basis was literature material about managing emotional skills and board game development. The researched theory shows that discussing emotions and with emotional words improves the ability to handle emotions by children by themselves. Better emotional skills add in resilience, the ability to adapt to different life situations. In the light of theory knowledge and with information from game tests, the thesis's supportive themes were formed as naming the emotions and connecting those emotions in the players' own emotional life.

According to the game testing, the players from pre-school to third grade were fitting demographic to the Tunteet pelissä board game. Those age groups had emotional working and playing skills on the level that the board game required for playing. Identifying emotions as bodily occurrences and talking about emotions seemed to have positive influence on the players, according to our observations. Objective of the thesis was achieved.

Keywords: Board games, Child raising, Emotional skills

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 TUNNETAIDOT OSANA EHKÄISEVÄÄ MIELENTERVEYSTYÖTÄ.....	6
2.1 Ehkäisevä mielenterveystyö hyvinvoinnin edistäjänä.....	7
2.2 Tunnetaitojen pohja perustetaan lapsuudessa.....	7
2.3 Tunnetyöskentely kasvattaa ja tukee resilienssiä	10
2.4 Pelillistämällä voidaan löytää uusia oppimisen välineitä	12
3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	14
3.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite	14
3.2 Opinnäytetyössä käytettyjä menetelmiä.....	14
3.3 Yhteistyökumppanit.....	16
3.3.1 Pieksämäen Harjun koulu	16
3.3.2 Koulukeskuksen esiopetusryhmä Uurainen	17
3.3.3 Kuopion kristillinen päiväkotit Timantti	17
4 LAUTAPELIN JA OHJAAJAN OPPAAN SUUNNITTELUN JA KEHITTÄMISEN PROSESSIKUVAUS	19
4.1 Lautapelin suunnittelun käytännön toteutus	19
4.2 Pelinkehityksen teoriaa ja sovellutus projektiimme	21
4.3 Ohjekirja ja ohjaajan opas.....	22
4.4 Toiminnallisten kertojen toteutus ja havainnot.....	24
4.4.1 Toimintakertojen järjestelyt ja havainnot	24
4.4.2 Toimintakerroilta saatu palaute	30
4.4.3 Kehitysideat pelin testausten pohjalta	32
4.5 Tunnetyöskentelyyn liittyviä pelejä	33
5 JOHTOPÄÄTÖKSET	36
6 POHDINTA	39
LÄHTEET	43
LIITE 1. Tunteet pelissä ohjaajan opas.....	46

LIITE 2. Strukturoitu haastattelulomake pelaajille	50
LIITE 3. Puolistrukturoitu haastattelulomake ohjaajalle.....	51
LIITE 4. Valokuvia Tunteet pelissä -lautapelistä	52

1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme aihe on Tunteet pelissä -niminen lautapeli sekä sen ohjaajan opas. Peli on tarkoitettu esi- ja ensiopetusikäisille eli 6–9 -vuotiaille lapsille. Opinnäytetyömme tarkoituksena ja tavoitteena on tehdä tunteiden tunnistamis- ja nimeämistaitoja kehittävä lautapeli ja siihen soveltuvat peliohjeet. Lautapelin suunnittelun ja toteutuksen teemme alusta alkaen itse. Pelin pohja on puuta, johon pelilauta on maalattu. Peliohjeet nimeämme ohjaajan oppaaksi.

Yhteistyökumppaneitamme ovat Pieksämäen Harjun koulun 2. luokka, Koulukeskuksen esiopetusryhmä Uurainen ja Kuopion kristillinen päiväkotit Timantti sekä sen yhteydessä toimiva yhtenäiskoulu. Yhteistyökumppanien kanssa testaamme lautapelin pelattavuutta ja vaikutusta lasten tunnetaitoihin ja saamme heiltä arvokasta palautetta pelin kehittämisen kannalta. Peliä pelaavat lapset ovat iältään 4–9 -vuotiaita, joista noin 6–9 -vuotiaat kuuluvat opinnäytetyöllemme tarkoitettuun kohderyhmään.

Tunteet pelissä on toiminnallinen opinnäytetyö, jonka kehittäminen lähti liikkeelle ajatuksesta, että hyvät tunteiden käsittelytaidot voivat ehkäistä mielenterveysongelmia. Tunnetaitokentely ja ennalta ehkäisevä mielenterveystyö ovat ajankohtaisia aiheita ja mielestämme tärkeitä opinnäytetyön teemoja. Kiinnostuksemme kohteena on erityisesti varhaisessa kasvun vaiheessa opitut tunnetaitokentelytaidot ja se, kuinka tunnetaitoja voitaisiin kehittää lapsille mielekkäällä tavalla.

Leikkimisen ja pelaamisen ohessa tunnetaidot voivat kehittyä kuin luonnostaan, mikäli toiminta on riittävän mielenkiintoista. Lautapeli, jonka opettavaisuus on piilotettu hyvän tarinan ja pelaamisen hauskuuteen, voi toimia tällaisena tunnetaitojen kehittäjänä. Pelimme testausten ja tutkimamme teorian avulla selvitämme, voiko tunteista keskustelu pelaamisen ohessa vaikuttaa myönteisesti lasten käytökseen. Peliä kehittäessämme saamme viitteitä siitä, että tunteista puhuminen ja niiden yhdistäminen erilaisiin arjen tilanteisiin helpottuu ainakin peliä pelatessa.

Pelimme on erityisen tarpeellinen nykyajan tiedollisia taitoja korostavassa maailmassa. Huuhtanen (2012, 141) esittelee teoksessaan, kuinka tunteiden tunnistamista ja konkretisoimista piirtämällä voidaan käyttää apuna tunteiden ilmaisussa. Kun tunne-elementit konkretisoituvat eli tulevat näkyviksi, niistä on helpompi keskustella kuin näkymättömistä tunteista. Pelissämme käytetään juuri tällaista keinoa: tunteiden näkyväksi tekemistä, jolloin niiden käsittely on helpompaa.

Tunne-elämän taitoja korostavia pelejä on markkinoilla useita. Uskomme, että Tunteet pelissä on kuitenkin itsenäinen ja lautapelien sarjassa uudenlainen peli. Pelaaminen pohjautuu ajatukseen siitä, että tunteiden nimeämisessä ja tunnistamisessa ei ole varsinaisesti oikeita tai väärinä vastauksia. Lautapelin mukana olevat tunteita kuvastavat pelimerkit voidaan tulkita pelaajan oman tunnekokemuksen mukaan ja ennalta määrättyjen tilanteiden tai tunnekuvausten tulkinnan sijaan tunteiden kuvaukset nousevat spontaanisti pelaajien arjesta. Pelin säännöt ovat joustavat ja niitä voidaan muokata pelaajien tarpeisiin sopiviksi. Pelissä on haastetta ja kilpailua sisältäviä elementtejä, jolloin pelaamisesta tulee kiinnostavaa.

2 TUNNETAIDOT OSANA EHKÄISEVÄÄ MIELENTERVEYSTYÖTÄ

Tunnetaidot ovat niitä taitoja, joilla kohtaamme itsessämme ja ympäristössämme tapahtuvia asioita. Se, kuinka toimimme tunteidemme kanssa, on tunnetaitoa, se voisi olla ikään kuin kartta, joka ohjaa valintojamme tunteikkaissa hetkissä ja tilanteissa. Olivat tunnetaidot vahvat tai heikot, ne ovat jokaisella läsnä jokaisessa tilanteessa, kuten ovat tunteemmekin (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 34). Tunteiden avulla jo pienet lapset oppivat asioita ympäröivästä maailmasta. Tunteet auttavat meitä havainnoimaan tilanteita ja asioita, jotka ovat meille hyväksi. Tunteet myös varoittavat meitä tilanteista, joista voi koitua meille vahinkoa. (Lajunen, Andell & Ylenius-Lehtonen 2015, 57.) Kokemukset muovautuvat mielessämme automaattisesti erilaisiksi tunnesävyiksi (Tompuri 2016, 26).

Tunteet ja tunnetaidot ovat moninainen paketti tutkittavaksi. Emme voi määritellä oikeita tai vääriä tunteita, mutta tunteiden tunnistamisen sekä nimeämisen taidot on tärkeä osa omaa toiminnanohjausta ja vuorovaikutussuhteiden luomista. Tunteista ei puhuta kovin avoimesti, vaikka todellisuudessa tunteet ovat mukanaamme varhaisesta lapsuudesta lähtien. Tunnetaidot etenevät prosessina tunteen tunnistamisen, tunteen sietämisen ja tunteen säätelyn kautta tunteiden ilmaisemiseen, tunteen käsittelyyn ja lopulta tunteista voimaantumiseen eli tunnetietoisuuden paranemiseen. (Jääskinen & Pelliccioni 2019, 35.) Tunnetaitoja harjoittelemalla lapsi kasvattaa itsetuntemusta ja saa varmuutta kykyihinsä vaikuttaa oloonsa, ajatuksiinsa ja tunteisiinsa. Parhaimmillaan hyvät tunnetaidot antavat luottamuksen, että hankalasta olostakin ja tilanteestakin voi selvitä. Vahvaa resilienssiä voidaan kuvata tällä tavoin. (Jääskinen & Pelliccioni 2019, 35.)

Lapsuus ja nuoruus ovat ikäkausia, jolloin elämäämme hallitsevat tunteet alkavat muovautua (Pietiläinen 2019, 62). Pienet lapset opettelevat tunteiden kautta asioita ympäröivästä maailmasta ja tunteet ovat vuorovaikutussuhteiden perustana. Tunteen synnyttämän reaktion jälkeen lapsi hakeutuu useimmiten turvallisen aikuisen ihmisen läheisyyteen jakamaan tunnetilaansa. Tuolloin aikuisen tehtävänä on vastata lapsen tarpeisiin, jolloin lapselle tulee vaikutelma siitä, että hänen tunteitaan voidaan ja halutaan ymmärtää. (Haapsalo ym. 2016, 16.) Lapset

opettelevat tunteiden avulla uusia asioita ja tapoja toimia. He hakevat erilaisten tunteiden ilmaisun kautta hyväksyntää sekä huomiota niin aikuisilta kuin ikätovereiltaan. Pienten lasten tunnetaidot ovat vielä alkutekijöissään. Niitä opetellaan yhdessä leikin aikana. (Haapsalo ym. 2016, 17.)

2.1 Ehkäisevä mielenterveystyö hyvinvoinnin edistäjänä

Mielenterveys on määritelty hyvinvoinnin tilaksi, jossa ihminen ymmärtää omat kykynsä, sopeutuu arjen haasteisiin ja kykenee työskentelemään yhteiskunnan hyödyksi. Se on jatkuvasti muuttuva psyykkisiä toimintoja ylläpitävä voimavara ja tasapainotila. (Friis, Einola & Mannonen 2004; Lönnqvist ym. 2014, 30–32.) Ennaltaehkäisevä mielenterveystyö auttaa yksilöä ja yhteisöä lisäämään niitä tekijöitä, jotka edistävät mielenterveyttä tai ehkäisevät sairautta. Mielenterveystyötä voidaan tehdä joko kohdentamalla se riskiryhmiin kuuluville tai rajaamalla sitä esimerkiksi tiettyyn ikäryhmään kuuluville henkilöille. (Lönnqvist ym. 2014, 33–34.) Opinnäytetyöllämme pyrimme edistämään lapsiin kohdistuvaa mielenterveyden edistämistyötä.

Maailman kansanterveysjärjestö WHO painottaa mielenterveyden edistämistä koskevassa julkaisussaan (2004, 7–9) tunteiden osallisuutta mielenterveysongelmien ennaltaehkäisyssä. Mielenterveyden edistäminen jo varhaisessa vaiheessa on tärkeää ihmisen toimintakyvyn ja myöhempien elämänvaiheiden laadun kannalta. Tunnetaidot ovat tärkeä osa mielenterveyden ylläpitämisessä ja edistämisessä. Pelimme voisi olla hyödyllinen ehkäisevän mielenterveystyön kentällä, sillä pelissä opetellaan tunteiden tunnistamista ja nimeämistä sekä arjen tilanteisiin sijoittamista. Tämä voi auttaa tunnetaitojen kehittämisessä jo varhaisessa vaiheessa. Hyvät tunnetaidot auttavat yksilöä sosiaalisissa suhteissa ja mielenterveyden tasapainon ylläpitämisessä koko elämän ajan.

2.2 Tunnetaitojen pohja perustetaan lapsuudessa

Ihminen on riippuvainen lajitovereistaan syntymästään lähtien, jatkuen läpi elämän. Kasvamme vuorovaikutuksen sekä huolenpidon avulla. Nämä vaikuttavat tärkeänä osana tunteiden säätelyn kehitystä. (Tompuri 2016, 28.)

Tunne ei ole sama asia kuin tunteen ilmaiseminen (Pietiläinen 2019, 11). Tunneilmaisun harjoittelun avulla on mahdollista oppia tunnistamaan myös toisten ihmisten tunteita. Tätä kautta luonnollisen vuorovaikutussuhteen luominen on helpompaa. Vastavuoroinen vuorovaikutussuhde vaatii kykyä samaistua toisen ihmisen asemaan. Tähän tarvitaan taitoja, joiden avulla on mahdollista tunnistaa toisen ihmisen sen hetkinen tunnetila. (Jalovaara 2005, 38.)

Lapsilla tunteiden opetteleminen on hieman erilaista kuin aikuisilla. Jokainen voi kuitenkin tehdä tunnepohjaisen opintomatkan itseensä, sillä tunteet ovat pohjana henkiselle hyvinvoinnille. (Jalovaara 2005, 54.) Tunteiden kautta luomme käsityksen siitä, kuinka sovimme ympäröivään maailmaan ja kuinka meidät otetaan siinä vastaan (Haapsalo ym. 2016, 16).

Tunteiden nimeäminen ja tunnistaminen ovat pohja oman toiminnanohjauksen ja vuorovaikutussuhteiden luomiselle. Arkisissa tilanteissa tunteet kuitenkin yleensä koetaan nimeämisen sijaan (Peltonen & Kullberg-Piilola 2005, 15). Tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen rakentavat kuitenkin yhteisen kokonaisuuden. On todettu, että hyvät tunnetaidot omaava lapsi selviytyy elämän vastoinkäymisistä helpommin kuin tunteet tukahduttava lapsi (Furman 2003, 201).

Tunnetaitojen avulla on mahdollista kontrolloida omaa toimintaansa tilanteeseen sopivalla tavalla. Tunteiden nimeäminen omana toiminnanohjauksena tai aikuisen avulla voi auttaa lasta rauhoittumaan tai kokoamaan ajatuksiaan uudelleen. (Haapsalo ym. 2016, 17.) Pienillä lapsilla ei ole kovin laajaa tunnesanastoa (Kanninen & Sigfrids 2012, 76–78). He tarvitsevat aikuisen tukea tunnesäätelyidensä tueksi. Uudet ja oudot tilanteet voivat hämmentää lasta, mikäli hän ei ole kokenut niihin liittyviä vastaavia tunteita aiemmin.

Lapsi oppii leikkiessään ja leikki onkin keskeinen osa lapsen elämää (Nurmi ym. 2010, 55–56). Tunteiden käsittelyn ja vuorovaikutussuhteiden opettelu voi

tapahtua pelin tai leikin kautta arkipäiväisissä tilanteissa. Aikuinen voi leikin tai pelin avulla järjestää ohjauksellisen tilanteen, jossa lapset voivat leikin kautta tarkastella vuorovaikutustaan toisiin lapsiin ja aikuisiin. Isokorpi (2009, 127) mainitsee leikin olevan satujen ohella tärkeimpiä tapoja oppia tunteiden käsittelyä.

Ryhmässä leikkiminen vahvistaa ja kehittää lapsen tunnetaitoja. Lapsiryhmässä tulisi pystyä hahmottamaan myös toisten lasten tunteet heidän ilmaisunsa perusteella, vaikka väärinymmärryksiä ja konflikteja voi syntyä. Vaatiikin paljon rohkeutta antaa tunteiden näkyä ja kuulua leikeissä. Turvallinen tunneympäristö, jossa tunteet ovat sallittuja näyttää, antaa kuitenkin hyvän kasvupohjan rakentaa itsetunnosta entistä vahvempaa sekä mahdollistaa itseilmaisun vahvistumista. (Haapsalo ym. 2016, 17.)

Sosiaalinen kanssakäyminen on ihmisen hyvinvoinnin kannalta tärkeää ja tähän tarvitaan tunneälytaitoja (Isokorpi 2009, 13). Tunneälytaidot eli tunteiden tunnistaminen ja säätely ovat väylä sosiaaliin vuorovaikutustaitoihin. Tavoittelemme opinnäytetyöllämme konkreettista hyötyä lasten kanssa työskentelyyn ja heidän tunnetaitojensa kehittymiseen.

Lapsuuden perheen muodostamalla kasvuympäristöllä ja siinä vallitsevilla kommunikointityyleillä on osoitettu olevan merkitystä tunteiden tunnistamisen kehittymiseen. Kasvuympäristössä kehittyneet kiintymystyyli ja perusturvallisuus vaikuttavat siihen, millä perusasetuksella ihminen tulkitsee kasvoniilmeiden tunteita. Esimerkiksi perusturvallisuuden jäädessä vaillinaiseksi, voi ilmetä ilon ja sen voimakkuuden alitunnistamista sekä vihan tai surun ylitunnistamista. (Eräranta 2007, 7–21.)

Tunteiden kanssa työskentely saattaa olla vaativaa. Isokorven (2009, 36) ja Dunderfeltin (2010, 123) mukaan itseltä huomaamatta jääneet tunteiden syntymekanismit ja autonomiset reaktiot eri tunteita herättävissä tilanteissa saattavat vaikeuttaa elämää sekä luoda tunnelukkoja ja umpikujia, jotka pahentuvat iän myötä.

Kauppilan (2005, 13–14, 19–22) mukaan jokainen tarvitsee vuorovaikutustaitojen harjoittelua. Päiväkoti- ja kouluryhmissä harjoitusta tulee luonnostaan, mutta myös vuorovaikutustaitojen opettaminen on tärkeää. Sosiaalinen havaitseminen eli se, mitä havaitsemme toisten ihmisten käytöksessä ja miten toimimme sen mukaan, liittyy pitkälti tunteisiin ja siihen, miten niitä tulkitsemme. Erärannan (2007, 50–55) mukaan tunteiden mahdollisia yli- ja alitulkintoja voidaan ennaltaehkäistä, mikäli tunnetaitoja harjoitellaan riittävän varhaisessa kasvun vaiheessa. Tunteiden yli- ja alitulkinnat tarkoittavat sitä, että ihminen kokee omat tai muiden tunteet liian voimakkaina tai liian vähäisinä, jolloin hänen reagointinsa niihin saattaa olla tilanteeseen nähden liian voimakasta tai passiivista.

Takanen (2011, 164–166, 177–178) mainitsee teoksessaan vanhemmat lapsen tärkeimmiksi tunnetaitojen opettajiksi. Koti olisikin ideaali ympäristö harjoitella tunnetaitoja, myös pelin kautta. Hän kuitenkin korostaa, että opettajat ja muut turvalliset aikuiset ovat tärkeässä asemassa lapsen tunnesäätelyn kehityksen tukemisessa.

Lapsen kielellisillä kyvyillä ja tunnetaidoilla on todettu olevan positiivinen yhteys keskenään (Streubel ym., 2019). Streubelin ja Gunzenhauserin (2019) tutkimuksessa tutkittiin tunteiden sanoittamisen ja paljon tunnesanoja sisältävän puheen vaikutusta 4–9 -vuotiaiden lasten tunnesäätelyn ja tunnistamisen kehitykseen. Tutkimus jakoi tunnetaidot aikaisemmin kehittyviin, kuten tunteiden tunnistaminen kasvoilta ja myöhemmin kehittyviin, kuten tunnesäätelytaitojen omaksuminen. Tutkimuksessa havaittiin läpi ikäryhmien, että tunnesanoista rikas puhe on yhteydessä parempiin tunnetaitoihin molemmissa kehitysvaiheissa ja eritoten peruskoulussa lapsen tunnepitoisen puheen perusteella voi ennustaa eroja yksilöiden välisissä tunteiden ymmärtämisessä ja tunnetaidoissa. (Streubel ym., 2019.)

2.3 Tunnetaitojen kasvattaminen ja tukea resilienssiä

Resilienssi on kykyä vaikuttaa siihen, miten selviämme kriiseissä muutoksista. Poijula (2018, 16–18) kuvaa resilienssiä eräänlaiseksi kimmoisuudeksi tai takaisin ponnahtamisen taidoksi. Sitä kuvataan myös kriisikestävyydeksi,

plastisuudeksi, sinnikkyudeksi ja joissain yhteyksissä sisuksi. Poijula (2018, 24–25) kuitenkin tarkentaa, että kyseessä ei ole haavoittumattomuus tai kyky ponnahtaa kriiseistä takaisin entiseen vahingoittumattomana. Useimmiten kriiseissä kamppailu ja vastoinkäymiset kuitenkin kasvattavat resilienssiä. Resilienssi ei Poijulan (2018, 54–58) mukaan ole pysyvä olotila, vaan se on koko elämän läpi muuttuva tila, joka voi liiallisten vastoinkäymisten myötä lisääntyä, muokkautua erilaiseksi, vähentyä tai jopa kadota.

Kärsimyksen ja vaikeuksien työstäminen auttaa selviytymään kriiseistä. Mikäli sisäistämme kriisistä selviytymisen kokemuksen osaksi identiteettiämme, resilienssimme kasvaa. Resilientit yksilöt ovat kertoneet tutkimuksissa, että he ovat oivaltaneet mikä elämässä on oikeasti tärkeää, he ovat tunnistaneet kuinka paljon ihmiset heidän ympärillään heistä välittävät ja he raportoivat löytäneensä itsestään ja toisista piilossa olevia voimavaroja. (Poijula 2018, 27.) Resilienssi voi olla yksilön luottamusta siihen, että selviytyy vastoinkäymisistä omien ponnistelujen ja ympäristön tuen avulla. Toivomme pelimme vahvistavan tätä selviytymisen tunnetta.

Resilienssi kasvaa läpi elämän. Lasten resilienssin yksilöllistä kasvamista voi tukea yhteisöissä, kuten perheissä. Perheen resilienssiä kasvattavat hyvät tunteet, kommunikaatio ja hyväksyvä ilmapiiri. Muita resilienssiä vahvistavia tekijöitä ovat muun muassa usko omaan pystyvyyteen ja selviytymiseen sekä hyvä itsetunto, vakaiden ja luotettavien aikuisten läsnäolo lapsuudessa ja hyvä suhde vanhempiin. Näiden lisäksi resilienssiä vahvistavat oma emotionaalinen vakaus ja hyvät tunnetyöskentelytaidot sekä itsehillintä, luovuus ja uteliaisuus, optimismi ja positiiviset minätunteet, vastuullisuus, omatunto ja sopeutuvuus. (Poijula 2018, 47, 71–72.) Monet näistä taidoista kehittyvät kasvukodissa ja vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Resilienssiä kasvattavat taidot limittyvät hyvän mielenterveyden ylläpitämisen ominaisuuksiin (Suomen mielenterveys ry).

Lasten resilienssitutkimuksessa lapset vastaavat väittämiin, joissa he itse arvoivat muun muassa omaa kyvykkyyttään ja emotionaalista reaktiivisuuttaan. Väittämiä ovat esimerkiksi: elämälläni on merkitys; olen hyvä ymmärtämään, mitä toiset ihmiset ajattelevat; ystäväystyn helposti ja minun on helppo kertoa ihmisille, miltä

minusta tuntuu (Poijula 2018, 100). Tunteiden nimeämistä ja niiden tunnistamista arkipäiväisissä tilanteissa harjoittava peli voisi mielestämme tukea näitä ominaisuuksia ja lasten resilienssin kasvua.

2.4 Pelillistämällä voidaan löytää uusia oppimisen välineitä

Leikkiminen on osa ihmisen hyvinvointia. Tärkeiden elämäntaitojen harjoittelu leikkimällä on perusta eloonjäämiselle kaikilla eläinlajeilla, ihminen mukaan lukien. Leikkiminen antaa mahdollisuuden testata omia rajojaan, löytää uusia tapoja tutkia ympäristöä, ruokkii luovaa ajattelua ja vahvistaa itsemääräämisen ja yhteenkuuluvuuden kokemuksia. Pelaaminen on eräs leikkimisen muodoista, se vahvistaa samoja psykologisia ja sosiaalisia tarpeita kuin muukin leikkiminen. (Järvilehto 2014, 111–113, 122.) Leikkiminen luokitellaan usein vapaaksi toiminnaksi, jolloin se ruokkii myös autonomian kokemuksia. Leikki vahvistaa myös yhteenkuuluvuudentunnettamme, jolloin myös yhteenkuulumisen kokemustarpeet täyttyvät. (Järvilehto 2014, 113.)

Pelillistämistä ja leikillisyyttä käytetään usein rinnakkain, johtuen molempien yhteiseen englanninkieliseen käsitteeseen *playfulness*. Suomen kielessä leikillisuus on nähty soveltuvan pelillisyyttä paremmin kuvaamaan peleissä tapahtuvaa oppimista. Leikillisyyden tärkeys oppimisessa on merkittävässä roolissa, jonka vuoksi pelillisyyden varjeleminen sekä sen pedagoginen käyttö tulisivat olla opetuksen lähtökohtana. Pelaaminen ja pelien tuottaminen mahdollistavat leikillisyyden, jonka vuoksi on luontevaa rakentaa pedagogiikkaa samaan yhteyteen. (Krokkfors, Kangas, Kopisto 2014, 74, 79.)

Oppimista tarkoituksellisesti harjaannuttava peli törmää usein haasteisiin, joissa peli ei herätä tarpeeksi pitkään mielenkiintoa, että pelaaja jaksaisi pelata sitä pidempään. Tunteiden tunnistamiseen tarkoitettu pelimme ei ole varsinaisesti oppimispeli, vaikka sen tarkoituksena onkin harjaannuttaa pelaajiaan tunnetaitojen saralla. Järvilehto (2014, 134) kertoo oppimisprosessin pelillistämisen olevan yksikertaisimmillaan sitä, että opittavaan asiaan otetaan mukaan pelielementtejä.

Oppiminen on karkeasti jaoteltu kahteen osaan, altistukseen ja kiinnostukseen, jotka yhdessä luovat lopputuloksen (Järvilehto 2014, 18).

Järvilehdon (2014, 138–147) mukaan hyvä peli on rakennettava siten, että se sisältää riittävästi pelaajan mielenkiintoa ylläpitäviä elementtejä. Sen on tarjottava pitkäjänteistä flow-kokemusta siten, että siinä on sekä helppoja että haastavia tehtäviä. Pelaajan tulee saada paitsi välitöntä palautetta toiminnastaan, hänen tulisi myös saada kokemus pidemmän ajanjakson kehittymisestään. Pelin tulisi tarjota samaa sisältöä vaihtelevassa muodossa. Lisäksi peliin tulisi olla ujutettuna sekä keskittyntä että rennompaa toimintaa.

Pelillistämällä tunteiden käsittelyä saamme tunteet helposti lähestyttävämpään muotoon. Tunnepelimme pelimerkeissä käyttämämme hymiökasvot ovat lapsille entuudestaan tuttuja ja heidän mielenkiintoaan herättäviä. Hymiöiden edustamat pelkistetyt kasvonilmeet tukevat myös teoriaa siitä, että pieni lapsi opettelee lukemaan logografisena oppimisena. Logografinen oppiminen tarkoittaa sitä, että kirjaimet ja niistä muodostuvat sanat hahmotetaan muotoina yksittäisten kirjainten sijaan (Karila ym. 2006, 188–189).

Pelin ja leikin keinoin voi siirtyä tunteiden opettelussa ongelmalähtöisestä oppimisesta kohti yhteisöllisempää vuorovaikutusta ja ryhmäkasvatusta (Karila ym. 2006, 42). Pelatessa lapset käyvät läpi tunteita ja toisten reaktioita muiden tunteisiin sekä yleisesti siihen ryhmään sopivia keinoja ilmaista ja hillitä tunteitaan. Ohjaajan keskustelu tunteista pelaajien kanssa pelin aikana on tärkeää. Pelaajien pelin sääntöihin liittyvien ratkaisujen kunnioittaminen ja ymmärtäminen osallistaa lapsia. Osallisuus muovaa lapsen vuorovaikutus- ja oppimistaitoja. (Karila ym. 2006, 112.) Cabreran ym. (2017) tutkimuksessa tutkittiin matalatuloisten perheiden lasten kielellistä ja tunteiden säätelyn kehittymistä. Tutkimuksessa havaittiin, että taaperoikäisen lapsen vanhempien lapsen kanssa leikkimisellä ja pelaamisella ja tunnesäätelyn sekä sanaston kehityksellä on yhteys. Varsinkin isien ja lasten yhteisellä leikillä ja pelaamisella vaikuttaa olevan yhteys lasten tunteiden säätelyn kehittymiseen. (Cabrera ym., 2017.)

3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Toteutimme toiminnallisen opinnäytetyömme suunnittelemalla ja valmistamalla tunneyöskentelyä tukevan lautapelin. Lautapelin toimivuutta testasimme kolmen eri paikkakunnan yhteistyökumppaneilla. Yhteistyökumppaneitamme olivat alakoulu Pieksämäellä, esiopetusryhmä Uuraisilla ja päiväkotikuopiossa, jonka yhteydessä toimivat esiopetusryhmä ja koululaisten kesäkerho. Pelaamiskerroista koottujen palautteiden ja omien havaintojemme perusteella arvioimme, toteutuivatko tavoitteemme ja mihin suuntaan pelin kehitystä tulisi viedä.

3.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite

Opinnäytetyömme lautapelin kehittämisen tarkoitus ja tavoite lähtivät liikkeelle ajatuksesta, että paremmat tunteiden käsittelytaidot voivat ehkäistä mielenterveysongelmia. Halusimme selvittää, onko pelillämme mahdollista vaikuttaa tunteiden käsittelytaitoihin ja sitä kautta ehkäistä mielenterveysongelmia. Mielenterveysongelmien ennaltaehkäisy tutkiminen vaatisi laajempaa tutkimusta, mutta tarkastelimme pienimuotoisesti pelimme vaikutusta lasten tunneilmaisuun.

Työn tarkoituksiksi muodostui luoda pelimme avulla uusia keinoja lasten tunneyöskentelyyn. Tavoitteeksi päätettiin lasten tunteiden tunnistamis- ja nimeämistaitoja vahvistavan lautapelin kehittäminen. Kehittämistyöhön kuului lautapelin konkreettinen suunnittelu ja toteutus, sekä sen peliohjeiden laatiminen ja koostaminen ohjaajan oppaaksi. Työhön kuului oleellisena osana koepelaaminen eri lapsiryhmien kanssa.

3.2 Opinnäytetyössä käytettyjä menetelmiä

Toiminnallinen opinnäytetyö on produktio, jolla on tarkoitus tehdä jonkin tuotos eli produkti, joka samalla kehittää ja luo työvälineitä käytäntöön ja toimintaan (Kuokkanen, Kiviranta, Määttänen & Ockenström 2007, 32). Opinnäytetyömme

on toiminnallinen opinnäytetyö, jonka tuotos on lautapeli ja sen ohjaajan opas (liite 1). Pelin ja pelaamisen tuotekehittely, valmistusprosessi, kokeilut ja arviointi (Kuokkanen ym. 2007, 32) raportoitiin yhteenvedoksi, josta tuli opinnäytetyömme kirjallinen osio.

Opinnäytetyönä tehtävä peli vaatii tietoa, jotta peliä on mahdollista kehittää oikeaan suuntaan entistä toimivammaksi. Laadimme strukturoidun haastattelupohjan (liite 2) lapsille eli pelaajille, sekä puolistrukturoidun haastattelupohjan (liite 3) yhteistyökumppaneille eli pelin ohjaajille. Tällöin tuloksia on mahdollista verrata eri asiakasryhmiltä sekä yhteistyökumppaneilta saatujen tietojen perusteella. Haastattelulla pyrimme selvittämään pelaajien kokemuksia pelistä ja mahdollisia toiveita ja ajatuksia pelin suhteen. Haastattelimme myös yhteistyökumppaneitamme heidän ohjauskokemuksestaan ja ohjeiden sekä pelaamisen selkeydestä ja heidän mahdollisista ajatuksistaan ja toiveistaan.

Opinnäytetyömme tunnetavoitteen saavuttamiseksi käytimme menetelminä sosiaalialan koulutuksessa opittuja taitoja pelintestauksissa. Tavoitteenamme oli siis lasten tunnetaitojen edistäminen lautapelin avulla. Pelikertojen aluksi kerroimme lapsille tunteista ja niiden merkityksestä ihmiselle. Pelaamisen ohessa herättilimme ja johdattelimme tunnepitoista keskustelua. Mikäli pelintestaus toteutettiin ilman ryhmäläisemme läsnäoloa, oli peliohjaajien kanssa keskusteltu etukäteen siitä, kuinka pelatessa tunteista voidaan keskustella. On tärkeää, että ohjaaja ylläpitää keskustelua riittävän asiallisena ja hienovaraisena, jotta pelitilanne on kaikille mielekäs. Näin ollen pelaamisen eettisyys eli oikeudenmukaisuus toteutuu.

Kempvaisen (2019, 125) mukaan on hyvä kerätä tietoa useimmilta testaajilta. Tämän vuoksi testasimme peliä kolmessa eri paikassa. Yhtenevät kysymykset luovat luotettavan pohjan tuloksille sekä niiden jatkojalostamiselle. Aivan kuten Kempainen (2019, 125) toteaa, tiedon keräämisen ja karsimisen jälkeen tuloksena meillä olisi ideaalitulanteessa peli, joka täyttäisi kaikki sille asetut vaatimukset tuntuen samalla riittävän hiotulta. Kehitimme peliämme niin pitkälle kuin opinnäytetyön puitteissa oli mahdollista.

3.3 Yhteistyökumppanit

Opinnäytetyöryhmässämme kaikki asuvat eri paikkakunnilla, joten sovimme, että jokainen testaa peliä omalla paikkakunnallaan oman yhteistyökumppaninsa kanssa. Näin ollen yhteistyökumppaneita kertyi kolme kappaletta ja peliä testattiin useiden kymmenien lasten kanssa.

Aloitimme yhteistyökumppaneiden etsinnät jo joulukuussa 2018. Aluksi yhteistyökumppaneita etsittiin lähinnä tuntemamme ammattilaisverkoston kautta. Tuotimme lyhyen videon pelin ideasta ja toimivuudesta ensimmäiseen markkinointiin, mutta siitä huolimatta etsintä ei tuottanut tulosta. Toukokuussa 2019 pelin prototyyppi eli testiversio oli valmis. Tuotimme prototyyppiä esitellen uuden suunnitellun markkinointivideon, jossa esittelimme pelin ideaa ja toimivuutta. Otimme yhteyttä useisiin eri tahoihin sähköpostitse ja puhelimitse, jotta sopivat yhteistyökumppanit löytyivät. Opinnäytetyönprojektin loppuvaiheessa vallitsi valtakunnallinen poikkeustila, minkä vuoksi yhteistyökumppanien löytäminen oli haasteellista.

3.3.1 Pieksämäen Harjun koulu

Kesäkuun 2019 alussa saimme yhteydenoton Pieksämäen alakoulujen kuraattorilta. Tapasimme häntä keväällä ja seuraavan kerran koulujen alettua syksyllä 2019. Tapaamisien jälkeen kuraattori oli innostunut tunteita käsittelevän lautapelin aiheesta. Hän oli juuri valmistunut ylemmästä ammattikorkeakoulusta ja tehnyt opinnäytetyön taiteellisten menetelmien käyttämisestä lasten turvataitokasvatuksessa. Harjun koululla käsiteltiin tunteita muissakin aineissa pelin testaamisen aikoihin, joten pelin testaamisen ajanjakso osui hyvään aikaan. Pieksämäen kaupungin perusopetuksen opetussuunnitelmassa (2019) tunnetaitojen ja sosiaalisten taitojen opettelu kuuluu osaksi perusopetusta ja näiden taitojen kehittyminen tapahtuu muun muassa ryhmässä toimien ja yhteisten töiden vastuun kantamisesta. Opetussuunnitelmassa mainitaan tunteiden tunnistamisen ja ilmaisemisen kehittyvän esimerkiksi leikkien ja draaman avulla. Pelaamalla tunnetaitojen kehittymisen tukeminen vastaa hyvin opetussuunnitelman ajatuksiin. Tunnetaitoja

harjoitellaan myös esimerkiksi uskonnossa ja ympäristöopissa, jossa jälkimmäisessä tunnetaitojen opettelu liittyy myös mielen hyvinvoinnin edistämiseen.

Harjun koulu on alakoulu Pieksämäen keskustassa. Harjun koulussa on yhteensä kuusi vuosiluokkaa, joista jokaisella on A- ja B-luokat, joillain vuosiluokilla on lisäksi C- ja D-luokat. Oppilaita koulussa on noin 255. Sovimme rehtorin ja kuraattorin kanssa, että peliä testattaisiin perusopetuksessa olevan toisen vuosiluokan kanssa. Saimme koululta hyvin vapaat kädet toteuttaa pelintestausta haluamallamme tavalla. Ehtoina oli lupa vanhemmilta, jonka saimme itse muotoilla ja jonka opettajat toimittivat vanhemmille. Lisäksi koululle tuli toimittaa lasten kanssa työskentelyyn vaadittava rikostaustaote (L504/2002).

3.3.2 Koulukeskuksen esiopetusryhmä Uurainen

Syksyllä 2019 esittelimme Uuraisten kunnan Koulukeskuksen esiopetusryhmän henkilöstölle mahdollisuutta osallistua tunnepelin kehitystyöhön. Esiopetusryhmässä kiinnostus tunnetaitoja harjoittavan pelin pelaamiseen heräsi, sillä esiopetuksessa tunneyöskentelyn tärkeyttä oli aiempaa enemmän päädytty ottamaan huomioon. Uuraisten kunta on varhaiskasvatussuunnitelmassaan myös määritellyt yhdeksi oppimisen tavoitteeksi tunnetaitojen kehittämisen, mukaan lukien henkilökunnan osaamisen päivittämisen tunne- ja turvataitoihin liittyen (Uurainen, 2019). Esiopetusryhmän lapsimäärä oli 23. Sovimme varhaiskasvatuksen opettajien kanssa, että peliä testataan koko ryhmän kanssa, mutta pienryhmämuotoisessa toteutuksessa. Ehtona toiminnalle oli lupa vanhemmilta, jonka olimme ryhmässä muotoilleet ja varhaiskasvatuksen henkilökunta toimitti lupalomakkeet vanhemmille sekä vastasivat niiden takaisin keräämisestä.

3.3.3 Kuopion kristillinen päiväkotit Timantti

Kesällä 2020 kolmanneksi yhteistyökumppaniksi päätyi Kuopion kristillinen päiväkotit Timantti, joka on yksityinen päiväkotit. Päiväkodin yhteydessä toimivat ke-sääaikaan myös esikoulun aloittavien ryhmä ja alakouluikäisten lasten

kesäkerhoryhmä. Päiväkodissa oltiin innostuneita tunnetyöskentelyn kehittämistyöstä ja soveltamisesta mukaan päiväkodin arkeen. Päiväkodin kasvatussuunnitelma mukailee samassa yhteydessä toimivaa yhtenäiskoulun opetussuunnitelmaa tunnetaitokasvatuksen osalta. Tunnetaitoja harjoitellaan ja ohjataan erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa. Erilaisten tunnetaitoharjoitusten avulla lapsia tuetaan oman minuuden tukemisessa ja hyvinvoinnin edistämisessä, esimerkiksi oppimalla pitämään puoliaan haastavissa tilanteissa. (Kuopion kristillisen yhtenäiskoulun opetussuunnitelma 2016.)

Päiväkodin ja kesäkerhojen lapsista muodostettiin viisi testausryhmää, joissa kussakin oli neljä pelaajaa. Peliä pelasi yhteensä 20 lasta. Peliä pelattiin yhtenä testipäivänä ja opinnäytetyöryhmämme jäsen ohjasi pelaamista. Mukana pelitilanteita arvioimassa oli päiväkodin tai kesäkerhon työntekijä, joka vaihtui lähes joka pelikerralla. Saimme palautetta neljältä eri työntekijältä.

4 LAUTAPELIN JA OHJAAJAN OPPAAN SUUNNITTELUN JA KEHITTÄMISEN PROSESSIKUVAUS

Lautapelin suunnittelussa ja kehittämisessä on monia eri vaiheita. Lautapelin suunnittelun teorian etsiminen ja peilaaminen oman suunnitteluprosessin eri vaiheissa on tärkeää. Tunteet pelissä -lautapelin suunnittelussa tuli ottaa huomioon myös tunnetyöskentelyn teorian lähtökohdat. Pelintestauksessa esiin nousseet havainnot tulevat käsitellyiksi niin pelinkehittämisen kuin tunnetyöskentelyinkin teorioiden pohjalta.

4.1 Lautapelin suunnittelun käytännön toteutus

Lautapelin suunnittelussa on otettava huomioon vaihteellinen työskentelytapa. Pelin kehittämiselle on varattava riittävästi aikaa pelin vaikeusasteesta ja kohde-ryhmästä riippuen. Konseptivaiheessa mietitään pelin ideaa, käyttötarkoitusta ja sen peruselementtejä, kuten onko kyseessä lauta- vai korttipeli. Pelin rakentamiskäytännössä hahmotellaan pelimekaniikkaa ja pelillisiä elementtejä, joiden pohjalta voidaan tehdä kevyt prototyyppi eli esimerkiksi askarreltu versio pelistä. (Roll D6 Games. Pelisuunnittelun vaiheet.)

Malminoja (2015) on kirjoittanut lautapelin suunnittelun oppaan, jossa esitellään 11 askelta ideasta julkaistuksi peliksi. Malminoja (2015) määrittelee lautapelin koostuvan pelin puitteista ja tarinasta. Puitteet muodostuvat teemasta, säännöistä, pelimekaniikasta eli toimintaperiaatteesta, taiteesta ja komponenteista eli esimerkiksi pelilaudasta ja nappuloista.

Tunteet pelissä -lautapelin teema on tunnetyöskentely ja sen taustataide on prototyyppissä eli mallikappaleessa monivärinen. Värikkyys kuvaa tunteiden monipuolisuutta ja vaihtelevuutta. Keskelle pelilautaa on maalattu kuva aivoista, mikä toimii sekä lähtö- että maalipisteinä. Keskustelimme lautapelin pohjan valinnasta sydämen ja aivojen välillä ja päädyimme kuvaamaan aivoja. Kuva aivoista symboloi sitä, että tunteiden havainnointi- ja käsittelyprosessit tapahtuvat aivoissa.

Tunnetyöskentelyn kannalta aivot ovat tärkein ihmiskehon osa. Laudan taustaide liittyy teemaan ja kokonaisuuteen.

Pelinappuloihin on maalattu hymiökasvoja. Hymiöt ovat nykyaikana runsaasti käytettyjä tunteita kuvastavia symboleja. Hymiöiden ilmeet ovat pelkistettyjä ja niiden katsojat saattavat tulkita hymiöiden ilmeet monin eri tavoin, mikä mieles-tämme kuvastaa myös oikean elämän tunteiden tulkinnanvaraisuutta. Ilmeet ja hymiöt kertovat vain osan henkilön kokemasta tunteesta. Tunteet pelissä -pelin aikana on kuitenkin osattava paitsi tunnistaa tunne hymiöstä, myös yhdistää se pelaajan omiin tunteisiin hänen kehontuntemustensa perusteella. Tämä harjoit-taa pelaajan tunnetaitoja. Pelimerkkeihin maalattiin omat versiot hymiöistä, mikä lisää niiden tulkinnanvaraisuutta ja poistaa kopiointisyösten mahdollisuuden. Pelimerkkeihin valittiin mahdollisimman monipuolisesti ja runsaasti erilaisia il-meitä. Tunteet valikoituivat merkkeihin siten, että mukana on sekä helpommin tulkittavissa olevia perusilmeitä, kuten ilo ja suru, että vaikeampia ilmeitä, kuten ärtymys. Joitain tunnetiloja, kuten kateutta, on lähes mahdoton kuvata hymiöin, mutta pelin aikana käydyissä keskusteluissa voidaan ottaa esille myös tunteita, joita ei ole pelimerkeissä.

Tunteet pelissä -lautapelin prototyyppi on tehty puusta. Materiaalina puu on hel-posti työstettävää, kestäväää ja siistinä pysyvää. Pelin komponenteista lauta on valmistettu vanerista ja sen taitoiskohtiin on liimattu verhoilutukikangasta, jotta lauta pysyy yhtenä kappaleena ja sen voi kuitenkin taittaa kasaan. Pelinappulat ovat halkaisijaltaan 42mm ja 12mm paksuja mäntypuisia kiekkoja. Pelinappuloi-den reunat jyrksittiin ja hiottiin, jotta niistä ei tulisi tikkuja. Pelilaudan pohja on maa-lattu akryylimaleilla kartongille, joka on ensin käsitelty gesso-pohjustusaineella. Kartonki on irrotettavissa pelilaudasta, jolloin peli on helpompi kasata. Pelimerk-kien hymiöt on maalattu pohjustusaineella käsiteltyyn puuhun. Pelilauta ja peli-nappulat on viimeistelty lopuksi vernissalakalla.

Games Precipice (2018) -lautapelisuunnittelusivusto luokittelee lautapeliien me-kaniikat kolmeen eri luokkaan niiden voittamistavan mukaan. Mekaniikka eli pelin toimintaperiaate määrittelee sen, kuinka peliä pelataan. Pelien luokat ovat juok-sukilpailupelit, valloituspelit ja selviämispelit. Juoksukilpailupeleissä

ensimmäisenä voittoehdot täyttävä ja ensimmäisenä maaliviivan yli ehtivä pelaaja voittaa pelin. Tällaisia pelejä ovat muun muassa Afrikan tähti, Tunteet pelissä ja Kimble. Valloituspeleissä on tarkoitus kerätä eniten resursseja tai pelialuetta itselleen. Tällaisia pelejä ovat muun muassa Blokus, Risk! ja Dominion. Valloituspelejä on myös käänteisinä versioina, joissa on tarkoitus tuhata resursseja ja voittaja on ensimmäiseksi kaikki resurssit käyttänyt pelaaja; tällaisia pelejä ovat muun muassa Pane miljoona menemään, Pekka ja UNO. Selviämispelissä viimeisimmäksi pelaajaksi pelin haasteista selvinnyt pelaaja voittaa pelin. Tällaisia pelejä ovat muun muassa Monopoly, King of Tokio ja Seikkailujen saari. (Games Precipice 2018.) Tunteet pelissä on juoksukilpailupeli, jossa voittoehtona on kolme kerättyä tunnemerkkiä ja jonka maaliviiva on myös lähtöpiste. Maaliin täytyy päästä tasaluvulla tunnemerkkien keräilyn jälkeen. Pelimekaanisesti Tunteet pelissä on hyvin yksinkertainen.

4.2 Pelinkehityksen teoriaa ja sovellutus projektiimme

Pelin kehitykseen kuuluu koepelin eli kevyen prototyypin valmistaminen. Prototyyppiä testataan kohderyhmään kuuluvilla pelaajilla, joiden antaman palautteen ja pelin kehittäjän omien havaintojen perusteella peliä voidaan suunnitella ja kehittää. Peliä testataan ja testausten perusteella rakennetaan paremmaksi monta kertaa. Lopulta pelistä kehittyy valmis, mahdollisimman pelattava ja mielenkiintoinen kokonaisuus. (Roll D6 Games. Pelisuunnittelun vaiheet.)

Syksyllä 2018 tutustuimme tunnetyöskentelyn kirjallisuuteen ja lautapelinkehittämisen teoriaan. Pelin ensimmäinen prototyyppi valmistui joulukuksi 2018. Versio oli vielä aika raaka, mutta sen ydin oli jo nähtävissä. Samaan aikaan teimme myös ensimmäisen markkinointivideon, jolla pyrimme tavoittelemaan yhteistyökumppaneita. Pelin varhaisia kehitysvaiheita testattiin tekijöiden sukulaisten lapsilla, ennen kuin olimme löytäneet yhteistyökumppaneita. Näistä testauskerroista saatiin tietoa konseptin ja pelimekaniikoiden kehittämistä seuraavalle pelinkehityksen vaiheelle.

Varhaisen vaiheen pelintestauksessa etsitään erityisesti pelimekaniikkaan eli toimintaperiaatteeseen ja pelin ideaan liittyviä kommentteja, jotta saataisiin riittävästi tietoa pelin jatkokehitystä varten (Malminoja, 2015). Testauksessa saadulla palautteella säädetään pelimekaniikkaa esimerkiksi pelin teeman kanssa paremmin yhteensopiviksi. Pelikokemus on parhaimmillaan, kun pelimekaniikat tuntuvat luonnolliselta osalta pelin teemaa. Pelin testaamista voi havainnoida kysymysten kautta; onko pelimekaniikassa aukkoja, voiko pelissä huijata tai kannustavatko voittoehdot huijaamiseen, onko ensikertalaiselle ja kokeneelle pelaajalle pelissä menestyminen yhtä helppoa ja tarvitseeko olla ja tärkeimpänä, onko pelaaminen hauskaa. (Malminoja, 2015.)

Talvella 2019 tutustuimme lisää pelinrakentamisen aihepiiriin teoriaan ja jatkoimme pelin kehittämistä. Ensimmäinen pelimekaanisesti lähellä valmista oleva prototyyppi valmistui vappuaattona 2019. Uudemman peliversion suunnittelussa oli jo otettu huomioon pakattavuus, pelilaudan malli, muutamia erilaisia pelinapula versioita ja mahdollisia erilaisia tapoja pelata peliä. Peliä testattiin jälleen sukulaislapsilla ja nuorisotilalla käyneillä vapaaehtoisilla. Toukokuussa 2019 toteutimme toisen hiotumman markkinointivideon tavoitellessamme yhteistyökumppaneita. Malmioja (2015) kehottaa pitämään pelin testauksesta tarkkaa kirjapitoa varsinkin pelin kehityksen loppuvaiheessa. Havaintoihin kehoitetaan kirjaamaan päivämäärät, pelaajien määrä, yleiset havainnot ulkopuolelta pelaamisesta ja pelaajien omat kokemukset pelikokemuksesta. Kehitimme havainnoinnin tueksi palautelomakkeen pelaajille (liite 2) ja pelin ohjaajalle (liite 3).

4.3 Ohjekirja ja ohjaajan opas

Huono sääntökirja on yhtä kuin huono peli (Malminoja, 2015).

Malminoja (2015) pitää selkeän ja toimivan sääntökirjan (opinnäytetyössämme ohjekirjan) kirjoittamista pelinkehittämisen vaikeimpana osana. Sääntökirjan haasteina ovat pelimekaniikan selkeä kuvaus ja sääntöjen ja tavoitteiden selkeä ilmaisu. Malminoja (2015) ja Game Precipes (2018) -sivusto kertovat, että sääntökirjan tulisi antaa vastaukset pelin toiminnoista ja kulusta heti ensimmäisen

lukukerran perusteella. Lisäksi sääntökirjan täytyy toimia helppona hakuteokseksi, josta unohtunut tieto löytyy vaivattomasti. Pelin säännöt muokkautuvat huomattavasti pelin kehityksen alkuvaiheessa. Varsinaista sääntökirjaa kannattaa alkaa koostaa vasta pelin kehityksen loppupuolella, jolloin pelin päämekaniikat ovat testatut ja vakiintuneet.

Malminoja (2015) luokittelee sääntökirjat kolmeen eri luokkaan; asiallinen, temaattinen ja hierarkkinen. Suurin osa sääntökirjoista on asiallisia sääntökirjoja, joissa asiat kerrotaan tiiviisti ja selkeästi tietyssä järjestyksessä. Yleensä järjestys on seuraavanlainen: lyhyt esittely, komponentit eli osatekijät, alkuasettelu, kuinka pelataan ja pelin loppu. Tunteet pelissä -pelin sääntökirjan eli ohjaajan oppaan voi luokitella asialliseksi ohjekirjaksi. Asiallinen sääntökirja etenee samaa tahtia kuin pelikin, joten tiedon etsiminen on helppoa pelaamisen ohessa. Ohjaajan oppaan loppuun on lisätty käytännön neuvoja peliä ohjaavalle aikuiselle. Lisäohjeet eivät vaikuta pelin kulkuun, mutta voivat sisältää hyödyllistä tietoa.

Malminojan (2015) mukaan temaattinen sääntökirja on tarinallisempi kuin asiallinen sääntökirja. Se sisältää ylimääräistä täytetekstiä, jolla ei varsinaisesti pelin kannalta ole merkitystä. Temaattinen sääntökirja luo parhaillaan tunnelmaa ja nostaa pelin kokemusta uudenväliselle tasolle. Temaattisen sääntökirjan riskinä on epäselvyys ja tiedonhaun vaikeus. Sääntökirjasta voi tulla poukkoileva ja vaikeasti sisäistettävä, sillä pelaamaan oppiakseen joutuu lukemaan ja sisäistämään koko sääntökirjan tarinan. Hierarkkiset sääntökirjat ovat suurien, runsaasti sääntöjä sisältävien sota- ja strategiapeliin luettelomaisia paksuja järkäleitä. Hierarkkisia sääntökirjoja voisi verrata kaava- tai oppikirjoihin, josta pelin säännöt opiskellaan ja mistä sääntöjä ja pelin ominaisuuksia tarkastetaan kesken pelin. Hierarkkiset sääntökirjat kuuluvat hakuteoksina olennaisesti pelikokemukseen.

Sääntökirjan kirjoittaminen on tärkeä vaihe pelin kehittämistä ja testausta. Kirjoittamalla pelaamisen ja pelimekaniikan auki, saattaa huomata, että jokin ajatus ei ehkä toimi suunnitellusti tai on vaikea toteuttaa tai liian epäselvää ilmaista. Tällaiset ongelmat nousevat esiin viimeistään pelin sokkotestauksessa, jossa pelin kehittäjä ei enää osallistu pelaamiseen edes ohjaajana, vaan peli annetaan testattavaksi ryhmälle, joka ei ole ennen sitä pelannut ja he opettelevat

sääntökirjasta, kuinka peliä pelataan (Malminoja 2015). Tunteet pelissä -peliä testattiin myös sokkotestinä, jossa lasten peliä saapui ohjaamaan ihminen, joka ei ollut nähnyt pelaamista aiemmin, mutta oli tutustunut ohjaajan oppaaseen.

4.4 Toiminnallisten kertojen toteutus ja havainnot

Tunteet pelissä -lautapelin kehittämisen vuoksi testasimme pelaamisen sujuvuutta toiminnallisilla ohjauskertoilla. Toiminnalliset kerrat toteutuivat yhteistyökumppaneiden kanssa eri tavoin. Pieksämäellä pelaamista testattiin kolmena ohjauskertana samojen lapsiryhmien kanssa. Uraisilla pelaaminen tapahtui sokkotestauksena yhtenä päivänä, jolloin peliä ohjasi esikoulun henkilökunta etukäteen annettujen ohjeiden perusteella. Kuopiossa peliä pelattiin yhtenä päivänä monen eri-ikäisen lapsiryhmän kanssa.

Dokumentoimme ohjauskerrat jatkuvan dokumentoinnin menetelmin, kirjaamalla ne ylös huomioineen ja kehittämismahdollisuuksineen. Ohjauskertojen välillä kokosimme kokemuksiamme ja ajatuksiamme pelinkehityksen suhteen. Kaikille toiminnallisille kerroille oli kerätty luvat pelaamiseen lasten vanhemmilta.

4.4.1 Toimintakertojen järjestelyt ja havainnot

Ensimmäinen toiminnallinen kerta eli Tunteet pelissä -lautapelin pelitestaus järjestettiin Harjun koululla toisen vuosiluokan A- ja B-luokkien kanssa. Luokilla on yhteensä 26 oppilasta. Alussa oli noin puoli tuntia aikaa valmisteluihin ja lopussa 40 minuuttia siivoukseen ja testauskerran läpikäymiseen opettajien kanssa.

Pelintestaamiseen järjestyi oma luokka. Peliä testattiin neljän pelaajan ryhmissä ja jokaiselle pelikerralle oli varattu noin puoli tuntia peliaikaa. Oppilaat olivat koulussa 8.30-12.20 välisellä ajalla ja osallistuivat pelintestaukseen muun opetuksen lomassa. Päivän aikana yhtensä 16 oppilasta ehti pelata peliä. Palaute pelaajilta kerättiin lomakkeilla välittömästi pelin lopuksi ja sen ohjaajan läsnä ollessa.

Seuraavalla kerralla palaute kerättiin toisessa tilassa itsenäisesti täytetyin lomakkein, jolloin palautteenannon anonymiteetti toteutui paremmin.

Valtakunnallisesti asetettu poikkeusolo vaikeutti yhteistyökumppanimme Uuraisien kunnan esiopetusryhmän kanssa toteutettavia Tunteet pelissä -lautapelihetkien toteuttamista, sillä esiopetukseen osallistuvat lapset olivat muutamaa lasta lukuun ottamatta etäyhteyksien kautta esiopetuksessa mukana. Pelin kehittämisen kannalta koimme, että oli tärkeää saada myös esiopetusikäisten lasten kokemukset pelin pelaamisesta. Poikkeusolojen vuoksi ulkopuolisten ihmisten ei ollut mahdollisuutta osallistua esiopetuksen tiloissa tapahtuvaan toimintaan, joten pelin testaaminen tapahtui esiopetuksen henkilöstön johdolla.

Koulukeskuksen esiopetusryhmän Tunteet pelissä -lautapelihetket toteuttivat esiopetuksen lastenohjaajat. Lastenohjaajien kanssa tapasimme etukäteen, jolloin he saivat tietoa pelin kehittämisestä, pelin tarkoituksesta sekä erilaisista pelitavoista. Tapaamisen aikana kävimme yhdessä läpi myös mahdollisia pulmatilanteita, joita pelin aikana saattaisi tulla vastaan, kuten esimerkiksi voimakkaiden tunnereaktioiden syntymisen. Sovimme yhteisesti, kuinka mahdollisissa ongelmatilanteissa olisi hyvä toimia. Lastenohjaajien olisi tapaamisisissa ollut mahdollista esittää myös tarkentavia kysymyksiä, mikäli niitä olisi herännyt. Esiopetusikäisten lasten pelihetket sovimme toteutettavaksi pienissä ryhmissä häiriöttömässä tilassa. Pelihetket suunniteltiin toteutettaviksi ilman tiimalasia, jolloin vuorojen pituus ei ollut määrittelemässä pelihetkeä. Edellä mainittuja järjestelyjä tukivat kokemukset Harjun koululla olleista pelihetkistä, joiden perusteella säännöt muodostettiin esikoululaisten ikätasoon sopiviksi.

Tunteet pelissä -lautapeliä testattiin yhtenä pelipäivänä Kuopion kristillisessä päiväkotit Timantissa. Päiväkodin yhteydessä toimivat myös esi- ja alakoululaisten kesäkerhot. Päiväkotiryhmistä peliä pelasi yksi 3–4 -vuotiaiden ja kaksi 4–5 -vuotiaiden ryhmää. Esikoululaisista muodostettiin yksi 5–6 -vuotiaiden ryhmä ja kouluikäisistä 7–9 -vuotiaiden ryhmä. Näin ollen saimme kokemusta monen ikäisten lasten kanssa pelaamisesta. Päivän aikana peliä pelasi yhteensä 20 lasta. Opin- näytetyöryhmämme jäsen ohjasi lasten pelaamista ja mukana oli vaihtuva

päiväkodin työntekijä. Työntekijä seurasi pelaamisen sujuvuutta ja antoi palautetta pelistä.

Harjun koululla pelaajaryhmät olivat huomattavan erilaisia tunteiden käsittely- ja keskustelukyvyyiltään. Taitavampien ryhmien kanssa peli sujui soljuvasti melko vähällä ohjauksella ja he olisivat kenties voineet pelata peliä itsekseen kirjallisilla ohjeilla, mutta peliä ei vielä ole suunniteltu pelattavaksi ilman ohjaajaa. Haastavampien ryhmien kanssa on hyvä varata peliin enemmän aikaa keskusteluun ja keskustelun ohjaamiseen tarkentavilla kysymyksillä. Äänekkäitä ryhmiä ohjattaessa täytyi muita pelaajia rajata, jotta vuorolla oleva pelaaja sai puhua. Pidättyväisempien pelaajien kanssa kannustettiin keskustelemaan tunteista ryhmässä. Mikäli ajatuksia ei meinannut saada sanoiksi tai pelaaja ei päässyt tunteiden tunnistamisessa alkuun, häntä pyydettiin tekemään hymiössä näkyvä ilme itse ja miettimään, millaisella mielellä kasvot ovat ehkä olleet kyseisessä ilmeessä. Nimettyään tunteen ja tunnistettuaan tilanteen, jossa se on esiintynyt, kysyttiin muilta pelaajilta, hyväksyvätkö he vastauksen.

Uuraisten esiopetusryhmän lastenohjaajat olivat toteuttaneet Tunteet pelissä - lautapelihetket pienissä ryhmissä, jolloin pelin testaamiseen osallistui kulloinkin neljä lasta. Pelihetket toteutettiin ohjaajien kanssa etukäteen sovittujen puitteiden mukaisesti. Lastenohjaajien kertoman mukaan lapset olivat olleet innostuneet pelaamisesta. Pelihetket olivat tarjonneet innostumisen tunteita, jotka linkittyivät pelillisyyteen ja erityisesti pelin tarjoamaan voiton tavoitteluun. Esiopetusikäisten lasten parissa huomio oli kuitenkin kiinnittynyt pelillisyyteen, tunteiden nimeämisen sijaan. Kavereiden kanssa voitosta kisaaminen sekä merkkien kerääminen olivat muodostuneet pelaamisen tärkeimmiksi asioiksi. Lastenohjaajien mukaan pelikerrat olivat kuitenkin olleet mukavia ja heidän toiveenaan oli saada peli pelattavaksi uudelleen, uuden esiopetusryhmän saapuessa syksyllä.

Jollain pelikeroilla, varsinkin kun säännöt eivät vielä olleet täysin kehitetyt, pelaajaryhmälle kerrottiin pelin säännöt suullisesti. Pelin toimivuuden kannalta on tärkeää, että säännöt ilmaistaan selkeästi ja jokaiselle kerralle vakiintuneella tavalla. Säännöt kerrottiin suurin piirtein seuraavasti:

Näytin emoji-pelimerkkiä ja kysyin: ”Tiedättekö, mikä tämä on?” Useimmat tiesivät. Selitin kuitenkin, että emoji:t kuvastavat tunteita, kuten pelaajat ovat niitä ehkä käyttäneet tekstiviesteissä tai WhatsApp-viesteissä. Sitten levitin pelimerkit laudalle niille merkityille paikoille.

Sen jälkeen kaikki pelaajat valitsivat purkillisesta värikkäitä hahmoja oman pelinappulansa. Peli aloitetaan keskellä olevista aivoista ja pelilaudalla liikutaan noppaa heittäen sen silmälukujen mukaan. Pelaajan saapuessa pelimerkin kohdalle, siihen voi pysähtyä. Kun pelaaja kääntää pelimerkin, hänellä on noin 60 sekuntia aikaa tunnistaa tunne ja kertoa, missä tilanteessa hän on tuntenut sellaista tunnetta. Tunteiden nimeämiseen ei ole olemassa ”oikeaa” vastausta, vaan se vastaus on oikea, joka vastaajalle tulee mieleen emojiä katsoessaan. Tehtävässä onnistuttuaan, pelaaja saa pitää tunnepelimerkin. Kolme tunnepelimerkkiä kerättyään pelaaja lähtee takaisin kohti lähtöpistettä, aivoja. Aivot toimivat siis myös maalivivana. Se pelaaja, joka on kerännyt kolme tunnepelimerkkiä ja saapuu tasaluvulla aloituspisteeseen, voittaa.

Harjun koulun testauksissa lautapelin pelimekaniikka toimi hyvin. Isompien lasten kanssa vuorojen pituuden säätelyyn käytettiin 60 sekuntia mittaavaa tiimalasia, jota käytettiin melko luovasti. Vuorot saivat jatkua, jos keskustelu virtasi ja pelaajilla oli siihen sanottavaa, ja ne katkaistiin, jos puhetta ei meinannut syntyä. Harjun koululla aikaraja kannusti pelaajia toimimaan ja tuottamaan puhetta. Toisaalta sillä saatiin vuoro loppumaan, jos pelaaja ei keksinyt mitään sanottavaa. Aiempien pelimekanismien ja konseptien testauksessa, esimerkiksi kehittäjien omilla ja sukulaisten lapsilla huomattiin, että vuorot ilman selkeää aikarajaa saattoivat ahdistaa pelaajia, jotka eivät keksineet sanottavaa. Ahdistumisen pelko sai pelaajan tulevilla vuoroilla mykistymään tai sanomaan ”ohi” heti tunteen käännettynään. Tällaisissa tilanteissa aikaraja vaikutti olevan tervetullut luonnollinen loppu vuorolle ja vaikutti auttavan aiemmin ahdistuneita pelaajia keskittymään aiheeseen ja menestymään pelissä. Toisaalta myöhemmissä testeissä toiset pelaajat kokivat aikarajan hiukan ahdistavana ja vaikeana ja keskittyivät lähinnä tuijottamaan tiimalasissa valuvaa hiekkaa. Ratkaisuna tiimalasi piilotettiin laatikkoon, josta se oli vain ohjaajan nähtävissä tai ohjaaja piti tiimalasia ikään kuin käsiensä suojissa. Tämä antoi pelaajille enemmän tilaa, koska he olivat tietoisia aikarajasta, mutta eivät voineet konkreettisesti nähdä ajan loppuvan.

Kuopiossa Tunteet pelissä -pelin testaus aloitettiin päiväkotia käyvistä lapsista. Päiväkoti-ikäisten kanssa pelaaminen toteutettiin siten, että pelilaudalla tunne-merkin kohdalle saavuttuaan pelaajan tuli ainoastaan nimetä merkissä oleva tunne. Tunteen yhdistäminen omaan tunne-elämään jätettiin pois pelaamisen helpottamiseksi. Nuorimpien kanssa pelaaminen keskittyi lähinnä lautapelissä vaadittavien perustaitojen harjoitteluun, kuten pelilaudalla liikkumiseen, pelimerkin nostamiseen omalla vuorolla ja puheenvuoron antamiseen toiselle hänen vuorollaan. Tunteista keskustelua harjoiteltiin vain hieman. Aikarajan käyttöä tiimalasin avulla kokeiltiin, mutta aikaraja koettiin hyödyttömänä.

Esikouluikäisten lasten kanssa pelaamiseen lisättiin tunteen nimeämisen lisäksi haaste pohtia, missä tilanteessa kyseistä tunnetta olisi voinut kokea itsessään. Tunteita tunnistettiin hyvin ja muistelu tunteesta omassa elämässä sai sekin sujuvia, joskin lyhyitä vastauksia. Esikoululaisten kanssa tunteista keskustelu oli sujuvampaa kuin nuorempien ikäryhmien kanssa. Enimmäkseen pelaaminen keskittyi kuitenkin tunteen nimeämisosuuteen eikä siitä keskusteluun.

Kesäkerholaisten peliryhmässä Kuopiossa oli 7–9 -vuotiaita koululaisia. Heidän kanssaan peliä pelattiin samoin kuin esikouluikäistenkin kanssa, eli tunne tuli paitsi nimetä, myös tunnistaa itsessään. Pelaajat kertoivat hyvin tunnekokemuksistaan ja keskusteluakin saatiin aikaiseksi. Kouluikäisillä oli selkeästi enemmän puhevalmiuksia tunteiden monipuoliseen nimeämiseen ja niistä keskusteluun kuin nuoremmilla lapsilla.

Peliä valmistellessa tunnepelimerkit järjesteltiin niin, ettei samoja tunteita ole laudalla useita. Lapsilla oli taipumus valita edellisen vastaama tunne tai jopa kysyä toiselta, että mitä vastasit tähän. Tämä tyrehdytti tunteista keskustelua. Jokaisella pelikerralla pelaajat nimesivät tunteet spontaanisti sen mukaan, mitä heille hymiökasvojen ilmeestä mieleen tuli. Millekään tunne-merkille ei ole etukäteen ajateltu olevan niin sanotusti oikeaa vastausta.

Pelin testaamisen ohessa lapset nimesivät tulkintojensa mukaan tunne-merkeistä myös syvempiä tunteita, kuten rakastamisen tai surullisuuden tunteita. Pienet lapset nimesivät syvempiäkin tunteita varsin vaivattomasti ja huolettomasti.

Alakouluikäisillä vaikutti toisinaan olevan vaikeuksia syvempien tunteiden sanoittamisessa tai niistä keskustelussa. Lapsen kasvamisen myötä, hänen tunteiden hahmotuskykynsä monimutkaistuu ja hän kykenee näkemään tunnepitoiset tilanteet abstraktimpien esimerkkien kautta (Weare 2004, 58). Lisäksi ohjaajan vie-raus ja pelaajien ryhmädynamiikka vaikuttivat tunnekeskustelun luonteeseen. Paikoissa, joissa alakoululaiset pääsivät testaamaan peliä useamman kerran, syvempien tunteiden nimeäminen ja keskustelu rakastamisen erilaisista luonteista, esimerkiksi vanhempaa tai lemmikkiä kohtaan, alkoi kehittyä vasta myöhemmillä pelikeroilla. Näitä pelikertoja ohjasi joko tutuksi tullut kehittäjä tai tuttu kuraattori.

Joillain pelikerroilla Tunteet pelissä -pelin sääntöjä jouduttiin muuttamaan kesken pelaamisen. Pelin edetessä ilmenivät sekä eri-ikäisten lasten pelaamistaidot ja niiden puutteet, että joidenkin peliryhmien nopea kyllästyminen peliin. Sääntöjen muuttamisesta keskusteltiin aina ensin pelaajien kanssa. Pelin soveltaminen eri-ikäisille sujui pääasiassa luontevasti, mutta esi- ja ensiopetusikäisillä lapsilla oli eniten valmiuksia hyötyä tunnepelistä.

Tunnepelin testausten lomassa sen ohjeita hiottiin ja niistä kirjoitettiin konkreettinen ohjekirjan prototyyppi. Ohjeissa rajattiin pelaajat kahdesta viiteen pelaajaan, neljän ollessa ideaali pelaajamäärä. Viittä useammalla pelaajalla pelitilanne voisi muodostua rauhattomaksi. Muut peliä ohjanneet henkilöt tutustuivat ohjekirjaan valmistautuessaan pelin ohjaukseen ja ainakin yksi opettaja ohjasi peliä pelkän ohjekirjan varassa, ilman kehittäjän suorituksen aikaisia neuvoja.

Parhailtaan peli toimi rönsyilevänä keskusteluna pelaajien kesken, toisten kertoessa omia näkemyksiään muiden nostamista ja nimeämistä tunteista. Tästä voitiin herättää keskustelua tunteiden tulkinnan moninaisuudesta. Hedelmällisimmät keskustelut pelaajien kesken syntyivät, kun joku pelaajista oli eri mieltä nimetystä tunteesta ja asiasta keskusteltiin yhdessä. Ryhmässä keskusteleminen helpotti myös suurien positiivisten tunteiden, kuten ihastumisen tai rakkauden, käsittelyä. Varsinkin pojilla oli vaikeuksia niiden tulkinnassa. Kaiken kaikkiaan peli toimi halutulla tavalla. Peli auttoi lapsia tunnistamaan tunteita ja kertomaan tunteita herättävistä asioista ja tilanteista arjessaan ja elämässään.

4.4.2 Toimintakerroilta saatu palaute

Pelintestauksista saatu palaute pelaajilta ja ohjaajilta oli vaihtelevaa. Suurin osa pelaajien palautteesta oli positiivista, mutta muutama sellainenkin pelaaja löytyi, jotka eivät pitäneet pelaamisesta. Ohjaajilta saatu palaute oli rakentavaa ja monipuolista. Palautetta kertyi pelaajilta 55 palautelomakkeen ja ohjaajilta kuuden lomakkeen verran.

Pelaajat eivät osanneet sanoa varsinaisia kehityskohtia pelissä ja monet vastasivat palautelomakkeeseen oppineensa tunteista jotain. Pelaajilta saatiin palautetta ja kehitysehdotuksia eniten kesken pelin. Pelaajat pohtivat esimerkiksi tunnetta nimetessä ajan loppumiseen päättyneen vuoron uudelleen yrittämistä seuraavalla vuorolla. Pelin sääntöjä mukautettiin useasti pelaavan ryhmän toiveiden ja palautteen mukaan.

Joissain pelitilanteissa pelaajat olivat aluksi innostuneita pelistä, sen tunnemerkeistä ja pelitilanteesta, mutta heidän keskittymiskykynsä ei riittänyt pelin loppuun asti. Palautelomakkeeseen kyseiset ryhmät vastasivat pelaamisen olleen kivaa, mutta he eivät olisi tahtoneet pelata enää uudelleen. Paikoissa, joissa peliä testattiin useasti, lapset olivat myöhemmilläkin pelikerroilla innostuneita pelaamisesta ja etenkin pelin värit ja hymiöt innostivat ja kiinnostivat. Ensimmäisellä ja toisella kerralla opettajat olivat jakaneet oppilaat ryhmiin, jotta he olisivat tunnekäsittelytaidoiltaan ja ulosanniltaan samantasoisia. Tämä oli hyvä tapa ennalta varmistaa pelin sujuvuus.

Pieksämäen Harjun koululla testaukseen osallistuneet 2.-luokkalaiset, yhtä poisalijaa lukuun ottamatta, pelasivat peliä ainakin kerran. Pelaajat oppivat pelaessaan vähintään sen pelimekaniikan ja tavallaan pelin tarkoituksen, ainakin siltä kannalta, kuinka pelin voi voittaa. Vaikuttaa että kilpailuaspekti ja yksinkertainen sekä selkeä pelimekaniikka innostivat koululaisia pelaamaan uudelleen. Valtaosa pelaajista muisti pelin säännöt. Pelin tarkoituksena on sijoittaa nimeämiään tunteita omaan arkeensa ja elämäänsä. Voiton tavoittelu tämän toiminnon ohessa ei mielestämme ole huono asia.

Koulukeskuksen esiopetusryhmä Uuraisten testauksessa lastenohjaajien kertoman mukaan esikoululaisten tunnetaidoissa ja tunteiden nimeämisessä oli näytetty hyvin paljon tasoeroja. Tämä tasoeroisuus, joka nousi selvästi esille, tukee pelihetkien kokemuksta siitä, että pelillisyyys ja voiton tavoittelemisen tarjosivat onnistumisen kokemuksia enemmän kuin tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen. Palautteen mukaan tunteiden tunnistaminen sekä niiden kertominen toisten kuullen aiheutti osalle lapsista paljon pulmia, eikä jokaisen ollut mahdollista osallistua toimintaan omalla vuorollaan avustettunakaan. Lapset, joiden arjessa tunteet olivat hyvin tärkeässä roolissa, selviytyivät sen sijaan erinomaisesti omalla vuorollaan. Heidän kohdallaan myös innostuminen tunteen nimeämisestä oli silminnähden havaittavissa.

Uuraisilla lastenohjaajilta saatu palaute tukee ajatusta siitä, että esiopetusikäisenä lapset ovat hyvin erilaisissa tilanteissa tunnetaitojen osalta ja samanaikaisesti myös mahdollinen häpeän tunne siitä, että tunnetta ei osakaan nimetä, voi varjostaa omaa pelivuoroa. Pelihetkien aikana lastenohjaajat olivat huomioineet, että lapsi, joka koki tunteiden nimeämisen erityisen vaikeana, päätyi kiertämään pelilautaa niin, että ei tullut kohtaan, josta pelimerkki olisi ollut poimittavana. Pelissä on ilmeisesti mahdollista liikkua suunnitelmallisesti niin, että välttelee omaa tunteiden tunnistamisen vuoroaan. Tällaista mahdollisuutta emme peliä suunnitellessa olleet huomioineet.

Lastenohjaajat keräsivät palautetta pelihetkiltä, joista näkyi lasten innostus peliä kohtaan. Yhtä palautetta lukuun ottamatta, jokainen lapsista oli kertonut pelin pelaamisen olleen kivaa. Lasten kokemukset siitä, mikä erityisesti oli mukavaa, oli palautteissa vaihtelua, mutta niiden myötä voittaminen nousi esille yhdeksi nimeytyksi kohdaksi. Kerättyjen palautteiden mukaan oppimista pelin aikana tapahtui puolella ryhmästä.

Kuopion kristillisen päiväkotitiimin työntekijöiltä saadun palautteen mukaan pelissä on hyviä ja lapsia innostavia elementtejä. Lapset innostuivat pelistä ja alkoivat pelata sitä mielellään. Pelaajat kuitenkin kyllästyivät pelin kulkuun nopeasti. Päiväkodin työntekijät ehdottivat pelin voivan olla hyvä lisä jokin

yllätyksellinen elementti, joka motivoisi lapsia pelaamaan pidempään ja uudelleen. Työntekijöiltä saadun palautteen mukaan ohjeet olivat kuitenkin selkeät ja pelin idea ymmärrettiin hyvin. Tunteiden selittäminen oli lasten mielestä hauskaa ja pelitilanne itsessään oli positiivinen. Nuorimmille eli 3–4 -vuotiaille pelin tarkoitus jäi kuitenkin epäselväksi, ja he olisivatkin tarvinneet konkreettisempia ohjeita ja enemmän asioiden toistoa ohjaajan toimesta kuin vanhempia lapsia sisältävät ryhmät.

Kuopiossa lapsilta kerätyssä palautteessa pelihetken kivoimmiksi seikoiksi mainittiin muun muassa pelilaudassa olleet aivot, tunnepelimerkkien sisältämät hassut ilmeet ja se, että pelimerkkejä sai avata ja kerätä itselleen. Vähemmän kivoja asioita pelaajien mielestä oli esimerkiksi se, ettei itse voittanut peliä tai se, että tunteiden nimeäminen oli toisinaan vaikeaa.

Pelilautaan maalatusta aivojen kuvasta lapset olivat kiinnostuneita ja pitivät kuvaa hauskana. Aivojen ja tunteiden syy-yhteyden selittämisen, eli sen, että tunteenreaktiot tapahtuvat aivoissa, olikin luontevaa kertoa heille samassa yhteydessä. Pelilauta ja värikkäät nappulat olivat lapsille mieluisia.

4.4.3 Kehitysideat pelin testausten pohjalta

Toiminnallisilla pelintestauskerroilla saimme palautetta siitä, miten voisimme kehittää peliä ja sen opasta jatkossa. Toiminnallisten kertojen jakaminen useampaan eri kohteeseen, sekä eri ikäryhmiin, antoi meille mahdollisuuden saada kattavaa palautetta. Palautteen keräämisessä on tärkeää kerätä palautetta mahdollisimman monelta pelaajalta, jotta voidaan tiedostaa muutosta vaativat kohdat (Kemppainen 2019, 125).

Saamamme palautteen perusteella kehitimme ohjaajan opasta ja siihen sisältyviä pelin sääntöjä helpommin luettavaan muotoon. Säännöt seuraavat numerojärjestyksessä pelin kulkua, ja sitä on helppo seurata. Vaihtoehtoiset pelaamistavat on esitelty perussääntöjen jälkeen.

Hedelmällisintä olisi pelin kehittämisen kannalta ollut normaaleissa oloissa pelaaminen, jolloin seuraavaa kertaa ajatellen olisi ollut mahdollista tehdä tarvittavia muutoksia peliin. Tällöin olisi ollut myös mahdollista pohtia vielä hieman lisää lasten tukemista tunteiden nimeämiseen pelin aikana. Palautekeskustelussa lastenohjaajien kanssa vahvistui kuitenkin tarve tunnetyöskentelyyn jo esiopetusikäisten lasten parissa, sekä pelin mahdollisuudet auttaa tunnetyöskentelyssä. Peliä kehitettäessä pohdintamme oli linjannut pelin ikärajaksi esikouluikäiset, jotka palautteen mukaan ovat sopiva ikäryhmä peliä pelaamaan.

Säännöt olivat osalle lapsista selkeät ja ymmärrettävät, mutta kaikki pelaajat eivät ymmärtäneet pelin tarkoitusta. Pelin tavoitteen epäselkeys saattoi johtua ohjaajan omasta harjaantumattomuudesta toimia eri-ikäisten lasten kanssa. Säännöt olisi voinut myös kertoa alussa napakammin ja selkeämmin. Sääntöjen ja pelin joustavuus voi joissain pelitilanteissa olla tarkoituksenmukaista, mutta joissain tilanteissa se voi luoda hämmennystä pelaajiin. Lähes jokaisessa ryhmässä, jossa peliä pelattiin ensimmäistä kertaa, kamppailtiin aluksi pelin ydinkonseptin kanssa, jossa tunteille ei ole valmiita oikeita vastauksia. Isompienkin lasten kanssa tämä vaati totuttelua, mutta useampien testausten myötä pelaajat harjaantuivat myös pelimekaniikasta ja pelaamisesta tuli vaivattomampaa useampien toistojen jälkeen.

Satunnaiset vinkit tunteista keskustelun herättelyyn saattaisi olla hyvä lisä ohjaajan oppaaseen, sillä ohjaaja ei välttämättä huomaa tai osaa herättää tunnekeskustelua. Saamamme palautteen ja omien huomioidemme mukaan pelin idea on kuitenkin hyvä ja tunteiden harjoittelu pelin avulla on tärkeä aihe kasvatuksessa. Tunteet pelissä -lautapeliä ja sen ohjaajan opasta voisi kehittää jatkossa erittäin pitkälle.

4.5 Tunnetyöskentelyyn liittyviä pelejä

Ryhmämme jäsen löysi työharjoittelussa ollessaan Oppi & Ilo -sarjan pelin nimeltä Seikkailujen saari. Pelin idea on huomattavan samankaltainen kuin Tunteet pelissä -lautapelissä. Seikkailujen saarella kierretään pelilautaa noppaa

heittäen ja kerätään omalle pelinappulalle kuuluvia eläinten pentuja. Jokaiselle pelinappulalle kuuluu kolme pentupesueen jäsentä. Pentuja saadaan kääntämällä pelimerkkejä. Merkkejä saa kääntää suorittamalla pelimerkin kohdalla tunnetaitokortissa olevan tehtävän tai vastaamalla siinä olevaan

kysymykseen. Tehtävä voi olla esimerkiksi seuraavanlainen: ”Onni-koira on innoissaan auringonpaisteesta. Lämpö hellii Onnin turkkia. Hyräile iloisesti ja tyytyväisesti” (Oppi ja Ilo). Tehtävä voi olla myös seuraavanlainen:

Metsään on leiriytynyt kesäleiriläisiä. Tuula tahtoi mennä tapamaan vierailijoita, mutta hän jää kuitenkin hiljaisena puun taakse piiloon. Miksi Tuula ei mene tapaamaan vierailijoita? A) Häntä kaduttaa. B) Hän on surullinen. C) hän ei uskalla. (Oppi ja Ilo.)

Vastattuaan oikein tehtävään tai kysymykseen, pelaaja saa kääntää merkin ja jos se on oikea pesueen jäsen, merkin saa pitää. Kolmen pennun keräämisen jälkeen palataan kotipesään. Ensimmäisenä kotipesään ehtinyt voittaa.

Työharjoittelussa peliä pelattiin muutamien lasten kanssa ja pääteltiin, että pelin idea oli hyvä, mutta pelimekaanisissa ratkaisuissa oli jonkin verran toivomisen varaa. Peli on suunnattu 5–8 -vuotiaille, mutta osa korteissa olevista tehtävistä, kuten erilaiset hyräilyt ja hymyilyt on suunnattu varhaiskasvatusikäisille. Pelin pelaaminen vaatii kuitenkin lukutaitoisen pelaajan ja nuorimmille pelaajille kysymyksien ja tehtävien selittäminen on varsinkin isommassa lapsijoukossa haastavaa. Tunteet pelissä on mekaniikaltaan yksinkertaisempi ja ei edellytä lukutaitoa, mitä pidämme sen lähestymistä helpottavana. Tunteet pelissä ei ole ennalta päätettyjä oikeita vastauksia. Seikkailujen saarta voi pelata samoin, mutta osa tunnetaitokorttien tehtävistä ja kysymyksistä ovat mielestämme tökeröitä ja osoittelevia, ja ne jättävät vain vähän tilaa pelaajan omalle tulkinnalle tai ryhmän keskustelulle. Uskomme kuitenkin, että myös Seikkailujen saarella ja sen kaltaisilla peleillä voi olla pienten pelaajien tunnetaitoja kehittävä vaikutus, varsinkin jos peliä pelataan keskustelua herättelevän ohjaajan kanssa.

Pelin kehityksestä keskusteltiin lautapelinkehitysfoorumilla, jossa ihasteltiin ajatusta pelistä, jonka kulun ja sisällön pelaaja saisi määrittää itse. Lyhyen etsimisen

jälkeen löytyi Stuffed Fables, joka on tällainen peli. Pelissä käsitellään lasten ja nuorten pelkoja ja tunteita roolipelinomaisessa tarinassa, jossa urheat pehmolelut pelastavat tai yrittävät pelastaa niiden pulaan joutuneet omistajat. Tunnepeiliimme jäi pelaajia osallistava elementti, ettei tunteilla ole oikeaa tai väärää vastausta, joskin pelin ohjaajan vastuulla on päättää siitä, missä määrin pelaajien itse keksimiä tunteita voidaan hyväksyä.

5 JOHTOPÄÄTÖKSET

Useiden tutkimusten mukaan jo pelkästään tunnesanoja sisältävä puhe parantaa lasten tunteiden käsittelytaitoja. Tunteet pelissä -opinnäytetyömme tavoite on kehittää lasten tunnetaitoja siten, että pelatessa tunteita nimetään ja niistä keskustellaan yhdessä. Testikertojen havaintojen ja teoriatiedon mukaan voimme päätellä tästä olevan hyötyä lasten tunnesanaston lisäämisen ja tunnetaitojen kanalta.

Kohderyhmänä pelille esi- ja ensiopetusikäiset eli 6–9 -vuotiaat lapset ovat oikea ryhmä. Jääskinen ja Pelliccioni (2017, 12) linjaavat tietoisien tunnesäätelyn taidon kehittyvän alakoululaisille. Pelin testauksessa huomattiin myös, että alle esikouluikäisten kanssa pelaaminen poikkesi paljon esimerkiksi 2.-luokkalaisten pelaamisesta. Alle esikouluikäisten kanssa pelaaminen keskittyi lähinnä pelitaitojen harjoitteluun ja tunteiden nimeämiseen. Alakouluikäisiltä tunnesanastoa löytyi enemmän ja tunteista keskustelu oli monipuolisempaa kuin sitä nuoremmilla ikäryhmillä. Rajasimme peliohjeissa pelaajien iän 9 ikävuoteen. Ikäraja ei kuitenkaan tarkoita, ettei peliä voisi pelata tätä vanhempien pelaajien kanssa, esimerkiksi vanhempien ja heidän lastensa kanssa. Pelaajilta on hyvä kuitenkin muistaa varmistaa, ettei pelaaminen tunnu heistä vähättelevältä tai lapselliselta ja ole siksi vastentahtoista. Tällaisesta varmistamisesta mainitaan esimerkiksi Nalle-korttien peliohjeissa (Deal, 2010).

Alakouluikäisillä pelin ja kisailun keinoin saatiin aikaan ympäristö, jossa kilpailuhaluiset pojatkin puhuivat tunteista. Kyseinen seikka oli varsin tyydyttävää huomata, sillä poikien osallistaminen tunnetyöskentelyyn ja tunnekasvatukseen oli opinnäytetyön kehittämisen ensimmäisiä ajatuksia.

Pelin kehitys lähti liikkeelle melko abstrakteista ajatuksista, joissa pelaajat saavat itse päättää pelinsä säännöt. Peliä kehitettäessä siitä kuitenkin muovautui lopulta melko perinteinen ja pelin kehityksen saatavilla olevaa teoriaa noudattava lautapeli. Pelissä on yhä jäljellä viitteitä alkuperäisestä ajatuksesta osallistaa lapset pelin kulun kokonaisvaltaiseen päättämiseen, kuten tunteiden nimeämiseen

haluamallaan tavalla. Tunteiden nimeämiseen valittiin ensimmäisiin prototyyppeihin ulkonäöltään mahdollisimman erilaisia hymiöitä. Liian samankaltaisten pelimerkkien oletettiin tuottavan samoja vastauksia. Tämä saattaisi vaikuttaa pelin vaikeustasoon, mikäli samoja tunnevastauksia ei hyväksytä pelissä. Valituille tunteille ei kuitenkaan missään vaiheessa mietitty niin sanottuja oikeita vastauksia.

Kaikki yhteistyökumppanit olivat samaa mieltä tunnetaitojen tärkeydestä ja uusia keinoja tunnetyöskentelyn vahvistamiseen otettiin ilolla vastaan. Tunteet pelissä -peliä pelaamalla tuettujen tunnetaitojen kehitystä olisi jatkossa mielenkiintoista seurata. Tällainen vaatisi toisenlaiset tutkimusjärjestelyt verokkiryhmineen ja kontrolloidumman ympäristön, kuin kolme erillistä opetusyksikköä eri puolilla Suomea.

Pelin jatkotutkimusaiheena voisi olla esimerkiksi sellainen, että voiko poikia osallistaa parempaan tietoiseen tunteiden käsittelyyn pelaamalla. Pelin idea syntyikin osittain ajatuksesta: "Voiko pienien poikien tunnetaitoja parantaa pelillistämällä?" Pelin testaamisessa esiintyi joitain tapauksia, joissa ryhmän pojat käsitelivät lähinnä keskenään puhuen ja verrattain itsenäisesti aiheita, kuten miltä ihastuminen tai rakkaus tuntuu ja ketä voi halata ja kenen halaaminen on ehkä noloa. Samaan aikaan pelaamisen kilpailu ja hauskuus sai heidät heittäytymään mukaan tunnepeliin.

Pelaamisen hauskuus ja oppiminen, ja oppimisen hauskuus, ovat hyviä eettisen pohdinnan aiheita. Pelaamisen tulee olla hauskaa ja yllätyksellistä, jotta peliä on mielekästä pelata. Yhteistyökumppaneilta saamassamme palautteessa otettiin esille tapauksia, joissa pelaajat keskittyivät enemmän voiton tavoitteluun ja kilvoitteluun, kuin tunnetaitojen harjoitteluun, mitä pidettiin huonona asiana. Tällainen palaute herätti meissä pohdintoja siitä, mikä määrä opettavaisuutta on riittävästi opettavaisuutta. Riittääkö pelin opettavaisuudeksi, jos se on aihepiiriltään opettavainen, mutta pelaaminen on vain hauskanpitoa? Tunteet pelissä on suunniteltu ohjaajan kanssa pelattavaksi ja lienee ohjaajasta riippuvaa, kuinka hän pelin kulkua painottaa ja motivoi ryhmää keskustelemaan.

Ohjaajan toiminnan eettisyyttä on syytä tarkastella myös, sillä ohjaava aikuinen tekee valintoja ohjatessaan keskustelun suuntaa. Ohjaajalla on vastuu palauttaa hänen arvionsa mukaan väärille raiteille ajautunut peli tai keskustelu. Lähtökohteisena ajatuksena pelinkehityksessä on oltava se, että pelaamisen on oltava hauskaa ja mielekästä lasten mielestä. Toisaalta on hyvä pitää mielessä, että mitä tahansa toimintaa suunnitellessa ei voi miellyttää kaikkia ja tulos, jossa suurin osa pelaajista nauttii pelaamisessa, on riittävä.

Pelaamiseen liittyy muitakin eettisen pohdinnan ja huomion seikkoja. Henkilökohtaisten tarinoiden jakaminen on osa peliä ja pelaajille on syytä tähdentää, ettei tarinoiden kertominen eteenpäin ole hyvien kaveritaitojen mukaista. Eettisen toiminnan vastuu koskee vielä enemmän ohjaajaa, jonka on toimittava oikein esimerkiksi lastensuojelullista huomiota vaativassa tilanteessa, mutta myös huolehdittava, ettei pelaaville lapsille jää kannettavaksi vastuita tai ajatuksia, jotka kuuluvat aikuisille. Pelintestauksen aikana tehtiin yksi lastensuojeluilmoitus.

6 POHDINTA

Hyvät tunnetaidot ovat hyödyksi ihmiselle ja hänen ympäristölleen. Tutkimukset ovat osoittaneet tunteista puhumisen, niiden nimeämisen ja sanoittamisen, auttavan lapsia omassa tunnesäätelyssään ja tunteiden tunnistamisessa. Harjun koulun 2.-luokan opettajat havaitsivat, että lapset saattoivat puhua tunteista valppaammin, kun tunneasioita käsiteltiin perusopetuksessa.

Uuraisten esiopetusryhmässä tunnetyöskentely nähtiin tärkeänä tavoitteena esiopetusvuodelle, mutta pelin vaikutuksia ei ollut mahdollista arvioida näin vähäisillä pelaamiskerroilla. Peli herätti kuitenkin kiinnostusta varhaiskasvatuksen henkilökunnan sekä lasten keskuudessa ja antoi viitteitä siitä, että esiopetusikäiset lapset ovat usein miten vielä hyvin eritasoisia tunnetaitojen kanssa toimiessa.

Kuopiossa päiväkodissa oltiin kiinnostuneita tunnetyöskentelystä pelaamisen keinoin. Pelaamiskertoja olisi tarvittu useampi kuin yksi, jotta pelin vaikutukset olisivat tulleet selkeämmin esiin. Pelaaminen jäi joka tapauksessa pelaajien muistiin. On mahdollista, että tunnesanojen lyhytaikainenkin käyttö lisäsi lasten omaa tunnetietoisuutta. Tämä ajatus jäi ohjaajien omaksi arvioksi, joten olisi mielenkiintoista selvittää asiaa jatkossa.

Pelintestauksissa tulivat ilmi sen mahdollisuudet korjaavan työn ja lastensuojelun puolella. Pelatessa lapsilta saattoi nousta huolta herättäviä asioita ihan sattumalta. Peli saattaisi kuitenkin olla hyödyksi tarkoituksellisena puheeksi oton välineenä lapsen kanssa keskusteltaessa.

Keskustelussa ja pelatessa lapset saattavat kertoa perheistään todella intiimejäkin asioita. Näihin ei kuitenkaan ole tarkoituksenmukaista jäädä kiinni. Lapsen normaali voi poiketa paljonkin ”tavallisesta” ja sitä ei pidä kyseenalaistaa pelitilanteessa ja varsinkaan toisten lasten läsnä ollessa. Keskustelu ohjataan hienovaraisesti pois hälyttäviltä alueilta ja huomioidaan toisten lasten mahdolliset reaktiot asianmukaisella tavalla. Myöhemmin tulee selvittää, onko perheellä ja lapsella tukea ja tarvittaessa tehdään lastensuojeluilmoitus. Lasta ei tule leimata

mistään sanomastaan, vaikka hän kertoisi graaveilta kuulostavia tarinoita elämästään tai kuvaisi varsinaisia lastensuojelun puuttumista vaativia tilanteita

Opinnäytetyön prosessi oli monilta osin opettavainen. Siihen kulminoitui kolmen vuoden opiskelujen aikana kertyneet taidot etsiä, ymmärtää ja soveltaa tietoa. Erilaisten tietokantojen käytön osaaminen ja mahdolliset teemat, joilla hakea aiheeseen liittyvää tietoa, olivat niin ikään hyödyksi. Opinnäytetyö on prosessina pitkä. Omalta osaltamme opinnäytetyöprosessi alkoi jo ensimmäisenä opiskeluvuotena ja kulki muuttuen läpi koko opiskelun. Tässä tapauksessa se oli ehdoton vahvuus, sillä opinnäytetyön työstämisessä käytettiin varmasti kaikilla kursseilla ja harjoitteluissa karttuneita tietoja ja taitoja. Pitkäkestoisessa prosessissa sokeutuu herkästi omalle työlleen ja opinnäytetyömme kehittyessä muuttuvat tavoitteet ja rajaus sekoittavat työtä herkästi. Meidän työssämme tavoitteet olivat aluksi kovin kunnianhimoiset ja niitä muutettiin useaan kertaan realistisemmiksi ja rajatummiksi. Tästä huolimatta aiemmat tavoitteet ikään kuin vuotivat työhön edelleen ja tämä muutti uusiakin tavoitteita jälleen epäselviksi. Projektimme olisi hyötynyt tiukemmasta johtamisesta ja mahdollisesti työnohjauksesta, joka olisi kirkastanut tavoitetta koko ryhmälle.

Ammatillinen kehittyminen ja käytännön tietotaidot ovat tärkeitä sosiaalialan työssä. Opinnäytetyöprosessi toi ryhmämme jäsenille runsaasti aineksia ammatilliseen kasvuun sosiaalialan kentällä. Hankimme runsaasti teoriatietoa tunteiden käsittelytaidoista ja lasten mielenterveysongelmien ennaltaehkäisystä. Pelin suunnittelun perusteet tulivat samalla tutuiksi teorian ja käytännön tekemisen kautta. Yhteistyökumppanien hankkimisesta ja heidän kanssaan toimimisesta saimme arvokasta käytännön tietotaitoa tulevia alan haasteita varten. Saimme etenkin prosessin loppuvaiheessa runsaasti ammatillisia eväitä, joiden annin tulimme luultavasti huomaamaan vielä pitkän ajan kuluttuakin.

Opinnäytetyötä tehtiin kolmella eri paikkakunnalla, mikä toi omia haasteitaan sen hallitsemiseen prosessina. Opinnäytetyön tekeminen opetti monia asioita tämän kaltaisen pitkäaikaisen prosessin johtamisesta ja aikataulutuksesta, kuten myös eri osa-alueiden vastuun jakamisesta ryhmän kesken. Ryhmämme jäsenet olivat hyvin erilaisissa elämäntilanteissa ja eri tyyllisiä toimintatavoiltaan. Opimme

opinnäytetyön edetessä toimimaan hyvin yhteistyössä eroavaisuuksista huolimatta. Testaamisprosessin aikana puhjennut COVID-19 -pandemia, eristystoimien, vaikeutti työskentelyä melko paljon. Sen vuoksi yhteistyökumppaneiden löytäminen vaikeutui entisestään ja testauskertojen määrät putosivat yhteen, sillä yhteistyökumppaneiden tiloihin ei välttämättä saanut tulla ulkopuolisia. Yhteistyökumppaneiden omalla henkilökunnalla ei myöskään ollut aikaa järjestää useita testauskertoja. Tämän voi kuitenkin nähdä myös tuotesuunnittelullisena haasteena, johon pelimme vastasi hyvin, sillä erityisolojen vuoksi sitä testattiin myös niin sanotusti sokkona, eli ilman kehittäjää ohjaamassa ja avustamassa testausta. Peli ohjeineen selvisi tästä mainiosti.

Pohdimme pelintestauksen järjestämistä ja sen tuloksia, kun testaaminen järjestettiin eri aikoihin ja eri paikoissa. Ihanteellisinta olisi, että jokaisella testiryhmällä päästäisiin suurin piirtein samaan lopputulokseen pelaamisen mekanismeista ja pelin jouhevuudesta. Yhtenäinen havainnointilomake olisi ehkä auttanut tässä. Toisaalta peliä testattiin erilaisissa kehitysvaiheissa, joissa ensimmäisellä testauksella on eniten yrityksiä ja erehdyksiä kautta opittavaa. Alkuun testauksista välitettiin tietoa toisille ryhmäläisille päiväkirjamaisina raportteina testauskerroista. Paras tulos olisi kuitenkin saatu, jos jokainen kehittäjä olisi osallistunut jokaiseen pelintestaukseen. Tällöin kertynyt tieto olisi ollut paremmin mukana jokaisessa testauksessa. Ihanteellisessa tilanteessa myös pelin testauskertojen määrä olisi ollut jokaisessa testauspaikassa sama. Opinnäytetyön aikaisilla tutkimusjärjestelyillä ja COVID-19 -rajoituksien vaikutuksesta peliä testattiin toisissa paikoissa kolmena eri päivänä ja toisissa vain yhtenä kertana. Pelin testauksen havainnoissa ilmeni joitain toistensa kanssa ristiriitaisia tai aivan päin vastaisia havaintoja, jotka jäivät osin selvittämättä. Vakioimalla muuttujia ohjaajan toiminnassa ja pelin testausmäärissä olisi voitu selvittää ilmiöiden syitä.

Voimme olla tyytyväisiä aikaansaamamme työn lopputulokseen. Opinnäytetyömme oli siinä mielessä mielenkiintoinen projekti, että tämänhetkinen lopputulos ei ole koko työn loppu. Peli ja sen ohjeet ovat pitkälle edennyt projektin välivaihe, jota jokainen ryhmämme jäsen voi halutessaan jatkaa omilla tahoillaan, myös opinnäytetyön valmistumisen jälkeen. Pelin jatkosuunnitteluvaiheessa

voisimme harkita pelin hiomista markkinointiasteelle. Mielestämme työn jatkuvuus ja monipuolisuus tuovat opinnäytetyöllemme hyödyllistä lisäarvoa.

LÄHTEET

- Cabrera N., Karberg E., Malin J. & Adolney D. (2017). The Magic of Play: Low-income Mothers' and Fathers' Playfulness and Children's Emotion Regulation and Vocabulary Skills. *Infant Mental health journal*. Saatavilla 11.3.2020 <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/imhj.21682>
- Deal, R. (2010). *The Bears New Edition Booklet*. Bendigo: St. Luke's innovative resources.
- Dunderfelt, T. (2004). *Irti tunnekoukuista, kohti vapaampaa elämää*. Helsinki: Dialogia.
- Eräranta, S. (2007). *Perheen rakenteen ja kommunikaation yhteys emootioiden tunnistamiseen keskilapsuudessa ja varhaisessa nuoruusiässä* (Pro gradu -tutkielma, Tampereen yliopisto, psykologian laitos). Saatavilla <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-16713>
- Friis, L., Eirola, R. & Mannonen, M. (2004). *Lasten ja nuorten mielenterveystyö* [Audio]. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö. [Celia-äänikijrapalvelu 2008.]
- Furman, B. (2003). *Muksuoppi*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Games Precipice (2018). *Late Game Structures - Objectives & Victory Conditions*. Saatavilla 28.05.2020 <http://www.gamesprecipice.com/objectives/>
- Haapsalo, T., Kirkkopelto, K., Repo, L. (2016). *Mun ja sun juttu!* Helsinki: Lastenkeskus.
- Huhtanen, K. (2012). *Puhetta tukevat ja korvaavat kommunikointimenetelmät Suomessa*. Helsinki: Kehitysvammaliitto, Opike.
- Isokorpi, T. (2009). *Tunneoppia parempaan vuorovaikutukseen*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Jalovaara, E. (2006). *Tunnetaidot tiedon rinnalle kasvatuksessa*. Tampere: Pilot-kustannus.
- Järvilehto, L. (2014). *Hauskan oppimisen vallankumous*. Jyväskylä: PS-kustannus.

- Jääskinen, A-M. & Pelliccioni, S. (2017). *Mitä sä rageet: Lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukeminen*. Helsinki: Lasten ja nuorten kirjapaja Oy.
- Karila, K., Alasuutari, M., Hännikäinen, M., Nummenmaa A-R. & Rasku-Puttonen, H. (2006). *Kasvatusvuorovaikutus*. Tampere: Vastapaino.
- Kauppila, R. (2005). *Vuorovaikutus ja sosiaaliset taidot*. Keuruu: Otava.
- Kemppainen, J. (2019). *Pelisuunnittelijan peruskirja*. Rajamäki: Aviator Kustannus.
- Krokkfors, L., Kangas, M. & Kopisto, K. (toim.) (2014). *Oppiminen pelissä*. Tampere: Vastapaino.
- Kuokkanen R, Kiviranra M, Määttänen J & Ockenström L, (2007). *Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas diakonia ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten*. 4. laitos, Helsinki Diakonia ammattikorkeakoulu.
- Kuopion kristillisen yhtenäiskoulun opetussuunnitelma (2016). Saatavilla 04.09.2020 <https://eperusteet.opintopolku.fi/#/fi/ops/8203700/perusopetus/tekstikappale/8203635>
- L504/2002. Laki lasten kanssa työskentelevien rikostaustan selvittämisestä. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2002/20020504>
- Lajunen, K., Andell, M. & Ylenius-Lehtonen, M. (2015). *Tunne- ja turvataitoja lapsille*. 1 p. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Lönnqvist, J., Henriksson, M., Marttunen, M. & Partonen, T. (toim.) (2014). *Psykiaatria (11. uud. p.)* [Audio]. Helsinki: Duodecim. [Celia-äänikirjapalvelu 2015].
- Malminoja, K. (2015). Lautapeliopas. *Lautapelisuunnittelun askeleita*. Saatavilla 28.02.2020 <https://www.lautapeliopas.fi/?s=Lautapelisuunnittelu+askeleita>
- Nurmi, J., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. (2010). *Ihmisen psykologinen kehitys*. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Oppi ja Ilo. *Seikkailujen saari. Tunnetaitopeli*.
- Peltonen, A. & Kullberg-Piilola, T. (2005). *Tunnemuksuu*. Helsinki: Lasten keskus.
- Pieksämäen kaupungin perusopetussuunnitelma (2019). Saatavilla 04.09.2020 <https://eperusteet.opintopolku.fi/#/fi/ops/4335638/perusopetus/tiedot>

- Pietiläinen, A. (2019). *Tunne, antitunne, perimä*. (6. p.). Espoo: Natura Medicina Oy.
- Pojjula, S. (2018). *Resilienssi: Muutosten kohtaamisen taito*. Helsinki: Kirjapaja.
- Roll D6 Games. Pelisuunnittelun vaiheet. Saatavilla 12.03.2020
<http://www.rolld6.com/pelikehittajalle/pelisuunnittelun-vaiheet/>
- Streubel, B., Gunzenhauser, C., Grosse, G. & Saalbach, H. (2019). Emotion-specific Vocabulary and its Contribution to Emotion Understanding in 4- to 9-Year-Old Children. *Journal of Experimental Child Psychology*. Saatavilla 11.03.2020 <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0022096519304229?via%3Dihub>
- Suomen mielenterveys ry. Mielenterveyden käsi. Saatavilla 11.03.2020
<https://mieli.fi/fi/julisteet/mielenterveyden-k%C3%A4si>
- Takanen, K. (2011). *Tunne Lukkosi - Vapaudu tunteiden vallasta*. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Tompuri, M. (2016). *Tenavat tasapainoon*. Jyväskylä: PS- kustannus.
- Uuraisten kunta (2019). Uuraisten kunnan varhaiskasvatussuunnitelma. Saatavilla 02.09.2020 https://uusi.uurainen.fi/wp-content/uploads/2019/08/uurainen_vasu_01082019_hyvaksytty.pdf
- Weare, K. (2004). *Developing the emotionally Literate School*. London: Paul Chapman.
- World Health Organization. Prevention of Mental Disorders: Effective Interventions and Policy Options: Summary Report/ a Report of the World Health Organization Dept. of Mental Health and Substance Abuse; in Collaboration with the Prevention Research Centre of the Universities of Nijmegen and Maastricht/ Editors Clemens Hosman, Eva Jané-Llopis, Shekhar Saxena. (2004). Saatavilla 11.03.2020
http://www.who.int/mental_health/media/en/545.pdf

LIITE 1. Tunteet pelissä ohjaajan opas

2–5 pelaajaa

pelaajien suositusikä 6–9 vuotta

aikuinen ohjaaja

Tarvikkeet: pelilauta, noppa, tiimalasi, pelimerkit

PELIVERSIO 1

Pelin tarkoitus on kerätä kolme tunnepelimerkkiä ja palata tasaluvulla lähtöpisteeseen. Ensimmäinen näin tehnyt pelaaja voittaa. Peli on tarkoitettu lapsille ja näin ollen vaatii aikuista ohjaajaa seuraamaan ja herättämään keskustelua.

1. Ohjaajalle: ennen pelin alkua valmistelee pelilauta. Asettele tunteita kuvastavat pelimerkit väärin päin pelilaudalle, niille osoitetuille paikoille. On hyvä, jos pelimerkkien tunteet eivät ole keskenään samankaltaisia. Tämän jälkeen pelaajat voivat saapua paikalle.
2. Pelaajat valitsevat kukin oman pelimerkinsä ja asettavat sen lähtöpisteeseen eli aivoihin. Aivot toimivat myös maalina.
3. Kukin pelaaja heittää noppaa. Suurimman nopan silmäluvun saanut aloittaa. Tämän jälkeen vuorot kulkevat myötäpäivään.
4. Pelilaudalla liikutaan nopan silmäluvun osoittaman määrän mukaan. Kun pelaaja saapuu pelimerkin kohdalle, hän voi nostaa sen.
5. Pelimerkissä on tunnetta ilmaisevat kasvot. Pelaajan tulee nimetä merkissä oleva tunne. Hänen tulee myös kertoa, missä tilanteessa ja milloin hän on tuntenut tällaista tunnetta. Tunteiden nimeämisessä ei ole olemassa oikeaa tai väärää vastausta. Se vastaus on oikea, mikä tulee mieleen tunnepelimerkkiä katsoessa ja tunteen tunnistamisessa itsessään.
6. Aikaa tunteen nimeämiseen ja tilanteen muistamiseen on tiimalasin mukainen aika eli noin 60 sekuntia. Ohjaajan kannattaa pitää tiimalasi itsellään ja hieman piilossa pelaajilta. Näin hän voi joustavasti

säädellä aikaa pelin tarpeen mukaan, eikä pelaajien huomio kiinnity liikaksi ajan tarkkailemiseen. Epäselvissä tilanteissa ohjaaja voi myöntää keskustelulle lisää aikaa tai tunteesta voidaan keskustella kaikkien pelaajien kanssa. Tiimalasin käyttö ei ole välttämätöntä. Tieto kuluva ajasta saattaa kuitenkin auttaa keskustelun herättämisessä.

7. Kun tunteen on onnistunut nimeämään ja muistamaan tunteeseen liittyvän tilanteen aikarajan puitteissa, saa merkin pitää itsellään.
8. Kun pelaaja on kerännyt kolme (3) pelimerkkiä, hän voi lähteä kohti maalia eli aivoja. Tämä tapahtuu edelleen heittämällä noppaa.
9. Ensimmäisenä tasaluvulla aivoihin saapunut pelaaja voittaa.

PELIVERSIO 2

Kilpailuhenkinen versio. Voidaan pelata kulkemalla pelilaudalla kuten ensimmäisessä peliversiossa. Pelaajan saapuessa pelimerkin kohdalle, hän kääntää sen ja asettaa pelilaudan keskelle kaikkien nähtäväksi. Ensimmäisenä tunteen nimenyt ja johonkin tilanteeseen tunnistanut saa tunnemerkin itselleen. Ei käytetä aikarajaa. Kolme pelimerkkiä kerännyt voittaa.

PELIVERSIO 3

Haastavampi versio tunteiden tulkitsemisesta. Pelataan pelilaudalla, kuten ensimmäistä peliversiota. Pelimerkin käännettyään pelaaja nimeää tunteen ja miettii, missä tilanteessa joku toinen olisi hänen mielestään kokenut kyseisen tunteen. Tämän jälkeen hän kertoo, miltä tämä toisen kokema tunne itsessä tuntui. Keskustellaan tunteiden tulkinnasta.

PELIVERSIO 4

Helpotettu versio nuorille, noin 3–4 -vuotiaille pelaajille. Aikarajan poistetaan. Pelataan pelilaudalla, kuten ensimmäistä peliversiota. Pelaajan käännettyä

tunnepelimerkin, hänen tarvitsee ainoastaan nimetä merkissä oleva tunne. Hänen ei siis tarvitse miettiä, mihin tilanteeseen tunne voisi liittyä.

PELIVERSIO 5

Nimeä ja kerää -versio. 3–5 -vuotiaiden tai niukasti puhuvien pelaajien kanssa pelaaminen voidaan aloittaa ilman pelilautaa. Tunnepelimerkit asetetaan pöydälle kuvapuoli alaspäin ja pelaajat kääntävät merkkejä vuorollaan. Tunne nimeetään. Apuna voi käyttää pelilaudan sisäpuolelta löytyviä tunnesanoja, joiden lukemisessa ohjaaja on tarvittaessa apuna. Pelimerkin saa pitää, kun sen on nimennyt. Eniten tunnepelimerkkejä kerännyt pelaaja voittaa.

LISÄOHJEITA PELIN OHJAAJALLE

Pelin aluksi ohjaaja voi esitellä tunnepelimerkit ja keskustella hetken yhdessä tunteista, siitä mitä ne ovat ja miten ne voivat näkyä muiden kasvonilmeinä tai tuntua omassa kehossa. Tämä virittää pelaamiseen ja ohjaaja voi varmistua, että pelaajat tietävät, mistä kasvonilmeissä ja tunteissa on kyse.

Keskustelun herättämiseksi tai jos tunteen keksiminen on pelaajalle vaikeaa, voi häntä pyytää tekemään merkissä näkyvän ilmeen. Tämä voi helpottaa tunteen havaitsemista. Mikäli tunteen sijoittaminen johonkin tilanteeseen on pelaajalle hankalaa, häneltä voi esimerkiksi kysyä, missä kohdassa kehoa tämä kyseinen tuntuu. Kysymyksiä voi jatkaa esimerkiksi tiedustelemalla, miltä tunne kehon kohdassa fyysisesti tuntuu, esimerkiksi kihelmöinti tai painon tunne. Muita pelaajia voi myös pyytää kertomaan, mikä tunne heidän mielestään on kyseessä. Ohjaaja kuitenkin huolehtii, että jokaisella pelaajalla on tilaisuus puhua omalla vuorollaan.

Ohjaaja voi muuntaa sääntöjä ohjaustyyliinsä sopivaksi. Pelaajien kanssa voidaan yhteistyössä kehittää uusia mahdollisuuksia hyödyntää pelilautaa ja pelimerkkejä. Tunnepelimerkkejä voi itse tehdä lisää piirtämällä tai tulostamalla. Hyömiöiden sijasta pelissä voi käyttää myös esimerkiksi valokuvia.

Ohjaajan tulee varoa leimaamasta lasta reagoinnillaan muiden lasten kuullen. Tämä tulee huomioida erityisesti silloin, mikäli hän kertoo huolenaihetta herättäviä tarinoita tai jopa lastensuojelun puuttumista vaativia tilanteita elämästään. Keskustelussa ja pelatessa lapset saattavat kertoa perheistään todella intiimejäkin asioita. Näihin ei kuitenkaan ole tarkoituksenmukaista jäädä kiinni. Lapsen normaali voi poiketa paljonkin aikuisen mielestä normaalista, ja sitä ei pidä kyseenalaistaa pelitilanteessa. Keskustelu kannattaa ohjata hienovaraisesti pois aiheesta ja huomioida toisten lasten mahdolliset reaktiot asianmukaisella tavalla. Pelitilanteen jälkeen ohjaajan vastuu on kuitenkin selvittää, millainen tilanne lapsen elämässä on ja tarvitseeko hän ja hänen perheensä tukea. Tämän voi tehdä puhumalla lapsen itsensä sekä hänen päiväkotitai kouluympäristönsä aikuisten kanssa. Tarvittaessa lapsesta ja hänen perheestään tulee tehdä lastensuojeluilmoitus.

LIITE 2. Strukturoitu haastattelulomake pelaajille

1. Oliko pelin pelaaminen kivaa, ympyröi mille pelaaminen sinusta tuntui?



2. Mikä pelissä oli mukavaa?

3. Mikä pelissä ei ollut mukavaa?

4. Tuntuuko, että opit jotain?

5. Haluaisitko pelata peliä uudestaan?



LIITE 3. Puolistrukturoitu haastattelulomake ohjaajalle

1. Miten koit pelin ohjaamistilanteen? Millaisia helppoja asioita ja haasteita ohjaamisessa oli?
2. Olivatko ohjeet ohjaajalle riittävän selkeät? Mikä ohjeissa oli ymmärrettävää, mikä ei?
3. Ymmärsivätkö lapset pelin idean riittävän helposti? Oliko heillä pelaessa mielestäsi erityisiä onnistumisen kokemuksia tai haasteita?
4. Oliko lasten pelikokemus mielestäsi positiivinen vai negatiivinen? Miten se näyttäytyi?
5. Muita ajatuksia, vinkkejä tai ideoita pelin kehittämistä ajatellen?

LIITE 4. Valokuvia Tunteet pelissä -lautapelistä



Kuva 1. Pelilauta.



Kuva 2. Tunnepelimerkkejä.



Kuva 3. Tunnesanastoa pelaamisen tueksi.

Lautapelin pohjatyö: Jussi Väänänen

Lautapelin maalaus: Annina Laaja

Kuvat: Annina Laaja