



Ida Jouttijärvi

Traumainformoitu työote

Pedagoginen pakopeli nuorten parissa työskenteleville ammattilaisille

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sosionomi (AMK)

Sosiaalialan tutkinto-ohjelma

Opinnäytetyö

9.5.2022

Tekijä	Ida Jouttijärvi
Otsikko	Traumainformoitu työote. Pedagoginen pakopeli nuorten parissa työskenteleville ammattilaisille.
Sivumäärä	34 sivua + 2 liitettä
Aika	9.5.2022
Tutkinto	Sosionomi (AMK)
Tutkinto-ohjelma	Sosiaalialan tutkinto-ohjelma
Ohjaajat	Lehtori Johanna Ihalainen Yliopettaja Jyrki Konkka
<p>Tämän monimuotoisen opinnäytetyön työelämäkumppanina toimi Nuorten Akatemia ja sen tuotoksena syntyi pedagoginen pakopeli traumainformoidusta työotteesta. Nuorten Akatemia tarjosi työelämäkumppanina pakopelipedagogista tukea pelin suunnittelun eri vaiheisiin, sekä mahdollisuuden testata peliä ja levittää sitä verkostoilleen. Opinnäytetyön taustalla oli tarve traumatietoisuuden lisäämisestä ihmistyötä tekevien keskuudessa. Suunnittelin pakopelin nuorten parissa työskenteleville ammattilaisille ja se tarjoaa kattavan katsauksen traumainformoidun työotteen käyttöön liittyvistä asioista. Asetin pakopelille kolme tavoitetta. Sen tavoitteena oli herättää nuorten parissa työskentelevien pelaajiensa mielenkiinto traumainformoitua työtettä kohtaan, tarjota tietoa työotteeseen liittyvistä asioista, sekä toimia ajallisesti tehokkaana ja luovana tapana oppia.</p> <p>Opinnäytetyön teoreettisiksi näkökulmiksi valikoituivat traumatietoisuus, voimaantumisen, valtaistuminen, osallisuuden tukeminen, sekä ammattilaisen itsetietoisuuden ja itsetuntemuksen merkitys. Traumainformoitu työote on niin laaja, ettei sen kokonaisvaltainen käsittely olisi mahdollista yhdessä pakopelissä, mutta nämä teoreettiset näkökulmat tarjosivat yhdessä kattavan katsauksen työotteeseen.</p> <p>Pakopeli koostuu kahdesta päätehtävästä, joiden ratkaisemiseksi pelaajien tulee suorittaa pienempiä traumoihin ja traumainformoituun työotteeseen liittyviä osatehtäviä. Osatehtäviä pakopelissä on yhteensä kuusi ja ne perustuvat täysin traumainformoituun työotteeseen liittyvään teoriaan. Pakopelin testauksessa ilmeni, että tehtävät toimivat hyvin ja ne herättivät pelaajien mielenkiinnon. Tehtävät myös etenivät loogisessa järjestyksessä muodostaen toimivan kokonaisuuden.</p> <p>Pakopeli onnistui testauksen perusteella hyvin ja saavutti sille asetetut tavoitteet. Tämän opinnäytetyön perusteella pedagoginen pakopeli soveltuu menetelmänä traumainformoidun työotteen kaltaisten, haastavienkin teemojen käsittelyyn. Laajojen ja haastavien aiheiden käsittely pedagogisen pakopelin menetelmällä onnistuu hyvin perehtymällä pelin suunnitteluvaiheessa riittävästi aiheeseen liittyvään teoriaan. Teoriaan perehtymällä peliin valikoituvat ja tehtävien perustana toimivat näkökulmat tulevat löydettyiksi. Tämä pakopeli on hyvin pienillä resursseilla pystytettävä, jotta sen pelaaminen onnistuu pienissäkin työyhteisöissä ilman suurta taloudellista panostusta. Taloudellisilla resursseilla myös digitaalisen pakopelin suunnittelu mahdollistuisi, mikä mahdollistaisi hyvin aiheen monipuolisen käsittelyn.</p>	
Avainsanat	Traumainformoitu työote, pakopelipedagogiikka, nuorisotyö

Author	Ida Jouttijärvi
Title	Trauma-Informed Work Approach. Pedagogical Escape Room Game for Youth Work professionals.
Number of Pages	34 pages + 2 appendices
Date	9.5.2022
Degree	Bachelor of Social Services.
Degree Programme	Degree programme in social services.
Instructors	Johanna Ihalainen, Lecturer Jyrki Konkka, Principal Lecturer
<p>The professional partner of this multiform thesis was Nuorten Akatemia (Youth Academy) and its output is a pedagogical escape room game as a result of trauma-informed work approach. As the professional partner of this thesis, Nuorten Akatemia offered their knowledge about pedagogical escape room games and support to various stages of game design, as well as the opportunity to test the game and spread it to their networks. The thesis was driven by the need for raising trauma awareness among people doing social work. I designed a pedagogical escape room game for professionals working with young people and it provides a comprehensive overview of issues related to the use of a trauma-informed work approach. I set three goals for this escape room game: to awaken the interest in trauma-informed work approach among people doing youth work, to provide information on issues related to trauma-informed work approach, and to act as an effective and creative way of learning.</p> <p>The theoretical perspectives of the thesis were trauma awareness, empowerment, support for inclusion, and the importance of professional self-awareness and self-knowledge. The trauma-informed work approach is such a wide concept that its comprehensive processing is not possible in a single escape room game, but these theoretical perspectives together provided a comprehensive overview of the work approach.</p> <p>The escape room game consists of two main tasks and smaller sub-tasks related to trauma and trauma-informed work approach. The game's six sub-tasks are based on the theory of trauma-informed work approach. While testing the game, it appeared that the tasks were working well, and they raised the interest of the players. Tasks also proceeded in a logical order, forming a functional entity.</p> <p>The escape room game was successful on the basis of testing. It also achieved the goals set for it. Based on this thesis, a pedagogical escape room game is suitable as a method for dealing with challenging themes such as trauma-informed work approach. Dealing with extensive and challenging topics by using this method works when the one planning the game is well aware of the theory related to the subject. By familiarising oneself with the theory related to the subject one can find the right perspectives that work as the basis of the tasks. This escape room game was designed to be built with small resources so it can be played in even small working communities without a big financial input. However, with larger financial resources, one could design a digital escape room game allowing for even more comprehensive handling of the subject.</p>	
Keywords	Trauma-Informed Work Approach, Escape Room Pedagogy, Youth Work

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Traumainformoitu työote	2
2.1	Traumainformoitu työote ja ympäristö	3
2.2	Traumainformoitu työote voimaantumisen näkökulmasta	4
2.3	Traumainformoitu työote valtaistumisen näkökulmasta	6
2.4	Traumainformoitu työote osallisuuden näkökulmasta	7
2.5	Ammattilaisen itsetuntemuksen ja itsetietoisuuden merkitys	8
3	Traumat	9
3.1	Trauma-käsitteen määritelmä	9
3.2	Trauman moninaiset oireet	10
3.3	ACE-kokemukset	12
3.4	Nuorten väkivaltakokemukset	13
4	Pedagogiset pakopelit	17
5	Kehittämistehtävä: Pedagogisen pakopelin suunnittelu	19
5.1	Pelin ideointi yhdessä Nuorten Akatemian kanssa	19
5.2	Pelin tarinan, juonen ja tehtävien luomisvaihe	20
5.2.1	Osatehtävä 1: Turvattomuuden kartta	21
5.2.2	Osatehtävä 2: Oireet	22
5.2.3	Osatehtävä 3: ACE-kokemukset	22
5.2.4	Osatehtävä 4: Keskeisten näkökulmien etsintä	23
5.2.5	Osatehtävä 5: 4T-mallin muodostus	23
5.2.6	Osatehtävä 6: Itsetuntemuksen palapeli	24
5.3	Pelin testaaminen Nuorten Akatemialla	25
6	Arviointi	26
7	Pohdinta	28
	Lähteet	30
	Liitteet	
	Liite 1. Introteksti Nuorten Akatemialle	
	Liite 2. Pedagogisen pakopelin ohjeet, tarvikeluettelo ja materiaalipaketti	

1 Johdanto

Traumaattinen tapahtuma vaikuttaa ihmisen elämään monin eri tavoin. Traumakokemuksilla on todettu olevan yhteys moniin ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin negatiivisesti vaikuttaviin tekijöihin. Traumakokemusten on todettu lisäävän muun muassa sosiaalisia ongelmia, mielenterveyteen liittyviä ongelmia, sekä kroonisia sairauksia. Traumat voidaankin nähdä jopa kansanterveydellisenä haasteena, ja sen vuoksi niihin on erittäin tärkeää puuttua. (Sarvela 2020: 16.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on lisätä nuorten parissa työskentelevien perustietämystä traumainformoidusta työotteesta. Traumainformoidulla työotteella tarkoitetaan traumasta toipumisen mahdollistavan turvallisen ympäristön luomista (Sarvela 2020:13). Opinnäytetyön tarkoituksena on tarjota nuorten parissa työskenteleville ammattilaisille sellaista traumainformoituun työotteeseen liittyvää tietoa, mikä tukee heidän traumatietoisuuttaan ja auttaa heitä vastaamaan nuorten tarpeisiin tilanteissa, joissa esimerkiksi nuoren traumaattinen kokemus oireilee. Nostan opinnäytetyössäni esille muun muassa traumaattisten kokemusten ja niistä seuraavien oireiden moninaisuuden, sekä nuorille fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen ympäristön rakentamisen merkityksen. Nostan opinnäytetyössäni esiin myös työotteen kannalta keskeisiä näkökulmia, joiden avulla voidaan tukea nuorten voimaantumista, valtaistumista ja osallisuutta.

Opinnäytetyön työelämäkumppanina toimii Nuorten Akatemia. Nuorten Akatemia on suomalainen, nuorten osallisuutta edistävä yhteistyöverkosto ja se on ollut aiemmin mukana kehittämässä erilaisia pedagogisia pakopelejä eri yhteistyökumppaneiden kanssa. Traumainformoitua työtettä käsittelevää pedagogista pakopeliä ei kuitenkaan olla vielä nähty. Tämän opinnäytetyön tuotoksena syntyy traumainformoitua työtettä käsittelevä pedagoginen pakopeli, mitä Nuorten Akatemia jakaa Mahis-ohjaajilleen ympäri Suomen. Mahis-ohjaajat tukevat haavoittuvassa elämäntilanteessa olevia 13–17-vuotiaita nuoria (Mahis).

Pedagogisen pakopelin on menetelmänä tarkoitus vastata ammattilaisten ajan puutteen haasteeseen, sillä se tarjoaa ajallisesti tehokkaan tavan tutustua uuteen aiheeseen. Peli on kestoltaan noin tunnin mittainen ja sen aikana pelaaja saa perustietoa

traumainformoidusta työotteesta tehden samalla itse aiheeseen liittyviä tehtäviä. Ta-
voitteena ei ole opettaa kaikkea traumainformoituun työotteeseen liittyvää, vaan herät-
tää pelaajien mielenkiinto perehtyä aiheeseen lisää.

Sarvelan ja Auvisen (2020: 8) mukaan on vaarana, että mikäli ihmistyötä tekevä ei ole tietoinen traumaattisten kokemusten vaikutuksista ihmisten elämään ja kokemusmaailmaan, voi syntyä kokemus yhteydettömyydestä. Myös Peltoniemi (2022) tuo puheenvuorossaan esiin yhteydettömyyden kokemuksen liittyen traumakokemukseen. Hänen mukaansa trauma on sisäinen tapahtuma, minkä seurauksena yhteys itseen ja toisiin katkeaa. Tämän yhteyden uudelleen muodostaminen on tärkeää toipumisen kannalta ja siinä tarvitaan traumainformoitua työtettä. Peltoniemen (2022) mukaan traumainformoidun työotteen tuntemus on tärkeää, koska traumaissa on kyse yksilölle ylivoimaisista kokemuksista, joihin ei ole ollut saatavilla riittävää, tarpeellista tukea. Sarvelan (2020: 16) mukaan onkin tärkeää, että kaikilla ihmistyötä tekevillä on tietoa ja taitoa havaita traumaattisista kokemuksista kertovia merkkejä ja että heillä on työkaluja näiden kokemusten kohtaamiseen työssään.

Traumainformoidun työotteen tutuksi tuominen on tärkeää, jotta yhteydettömyyden kokemusta ei pääse syntymään ja jotta jokainen tulee kohdatuksi ihmisenä, tasaveroisesti, inhimillistä ja sosiaalista hyvinvointia edistävästi. Traumainformoitua työtettä ei kuitenkaan välttämättä käydä läpi koulutuksessa vaan se saattaa jäädä ihmistyötä tekevän ammattilaisen oman kiinnostuksen tai työnantajan järjestämien koulutusten vaaraan. Tällä hetkellä esimerkiksi sosionomi (AMK) tutkintoon ei kaikissa ammattikorkeakouluissa opetussuunnitelmien mukaan kuulu sellaista pakollista opetusta, missä keskitytään traumainformoidun työotteen käsittelyyn. Sosionomien asiakkaat kuitenkin voivat kantaa mukaan traumaattisista kokemuksista aiheutunutta taakkaa ja oireilla sen mukaisesti.

2 Traumainformoitu työote

Seuraavaksi käsittelen traumainformoitua työtettä viidestä eri näkökulmasta. Traumainformoitu työote on käsitteenä laaja ja pyrin tuomaan tätä laajuutta ja moniulotteisuutta esiin näiden viiden näkökulman avulla. Nämä viisi näkökulmaa tulevat esiin luvussa 5 esiteltävissä pedagogisen pakopelin tehtävissä.

2.1 Traumainformoitu työote ja ympäristö

Traumainformoidulla työotteella pyritään vastaamaan traumaattisia kokemuksia kohdanneiden ihmisten tarpeisiin. Työotteessa oleellista on pyrkiä luomaan niin fyysisesti, psykologisesti kuin sosiaalisestikin turvallinen ympäristö, missä traumasta toipuminen mahdollistuu mahdollisimman hyvin (Sarvela 2020: 13). Tällaisen ympäristön luominen on tärkeää kaikkialle ihmistyön pariin, niin terveydenhuoltoon kuin esimerkiksi koulujärjestelmään (Goddard 2021: 148). Erityisesti nuorten parissa työskentelevien on kiinnitettävä erityistä huomiota turvallisen tilan luomiseen, sillä nuoret saattavat helposti kokea niin fyysisen kuin psykologisen turvallisuutensa olevan vaarassa (Bulanda & Byro Johnson 2016: 306).

Traumainformoidun, turvallisen ympäristön muodostamista voidaan tarkastella muun muassa SAMHSA:n mallin kautta. SAMHSA on lyhenne yhdysvaltalaisesta Substance, Abuse and Mental Health Administration järjestöstä. Järjestö on esittänyt niin sanotun neljän R:n traumainformoidun työotteen mallin. Malli muodostuu englanniksi neljästä R:stä eli sanoista Realization, Recognize, Respond ja Resist Re-traumatization. Malli on suomennettu neljän T:n malliksi, ja sillä viitataan sanoihin tiedostaminen, tunnistaminen, toimiminen ja uudelleen traumatisoitumisen ehkäiseminen. (Sarvela 2020: 40–41.)

SAMHSA:n malli kuvaa hyvin sitä, millaisia tekijöitä tulisi tunnistaa ja huomioida, jotta traumainformoidun ympäristön muodostuminen olisi mahdollista. Malli nousee esiin myös useissa muissa lähteissä ja se vaikuttaa saavuttaneen melko vakiintuneen aseman traumainformoidun työn kentällä. Muun muassa Goddard (2021: 148) käsittelee SAMHSA:n mallia artikkelissaan. Hän tuo artikkelissaan esiin mallin mukaiset tiedostamisen, tunnistamisen, toimimisen ja uudelleen traumatisoitumisen ehkäisemisen.

Traumojen oireiden ja vaikutusten tiedostaminen on tärkeää, sillä ne voivat vaikuttaa ihmisen elämään koko elämänkaaren ajan lapsuudesta vanhuuteen. Traumaoireita voi näkyä niin lapsissa, nuorissa, aikuisissa kuin vanhuksissa eri tavoin ja eri elämän vaiheissa. Organisaatioissa tulisi olla sovitut toimintatavat tilanteisiin, joissa kohdataan ihminen, joka kärsii traumasta. Uudelleen traumatisoitumista puolestaan tulee osata välttää ymmärtämällä, millaiset tekijät esimerkiksi omassa työssä voisivat muistuttaa asiasta traumakokemuksesta. (Goddard 2021: 148.)

Oleellista traumojen ja traumatisoituneiden parissa toimimisessa on aiheen luonteen ymmärtäminen (Goddard 2021: 148). Tällä tarkoitetaan sitä, että traumainformoidulla

työotteella työtään tekevät ammattilaiset ymmärtävät traumojen luonnetta ja oirehdintaa siinä määrin, että he kykenevät ottamaan sen työssään huomioon ja luomaan sen mukaisen, turvallisen ympäristön. Näin ollen traumainformoidulla työotteella työskentelevä ymmärtää traumojen luonteen, havaitsee 4T-mallin mukaisesti oireita ja osaa ottaa ne huomioon työssään. Ymmärrän tämän niin että työtettä käyttävä osaa esimerkiksi arvioida ja huomioida, onko asiakastilanteessa jotain, mikä voisi muistuttaa traumaattisesta kokemuksesta. Esimerkiksi tapa, millä huoneeseen asetaudutaan, miten tilanteessa keskustellaan tai se miltä huoneesta tuoksu voi muistuttaa asiakasta traumaattisesta kokemuksesta. Käsittelen traumaoireiden moninaisuutta tarkemmin luvussa 3.

2.2 Traumainformoitu työote voimaantumisen näkökulmasta

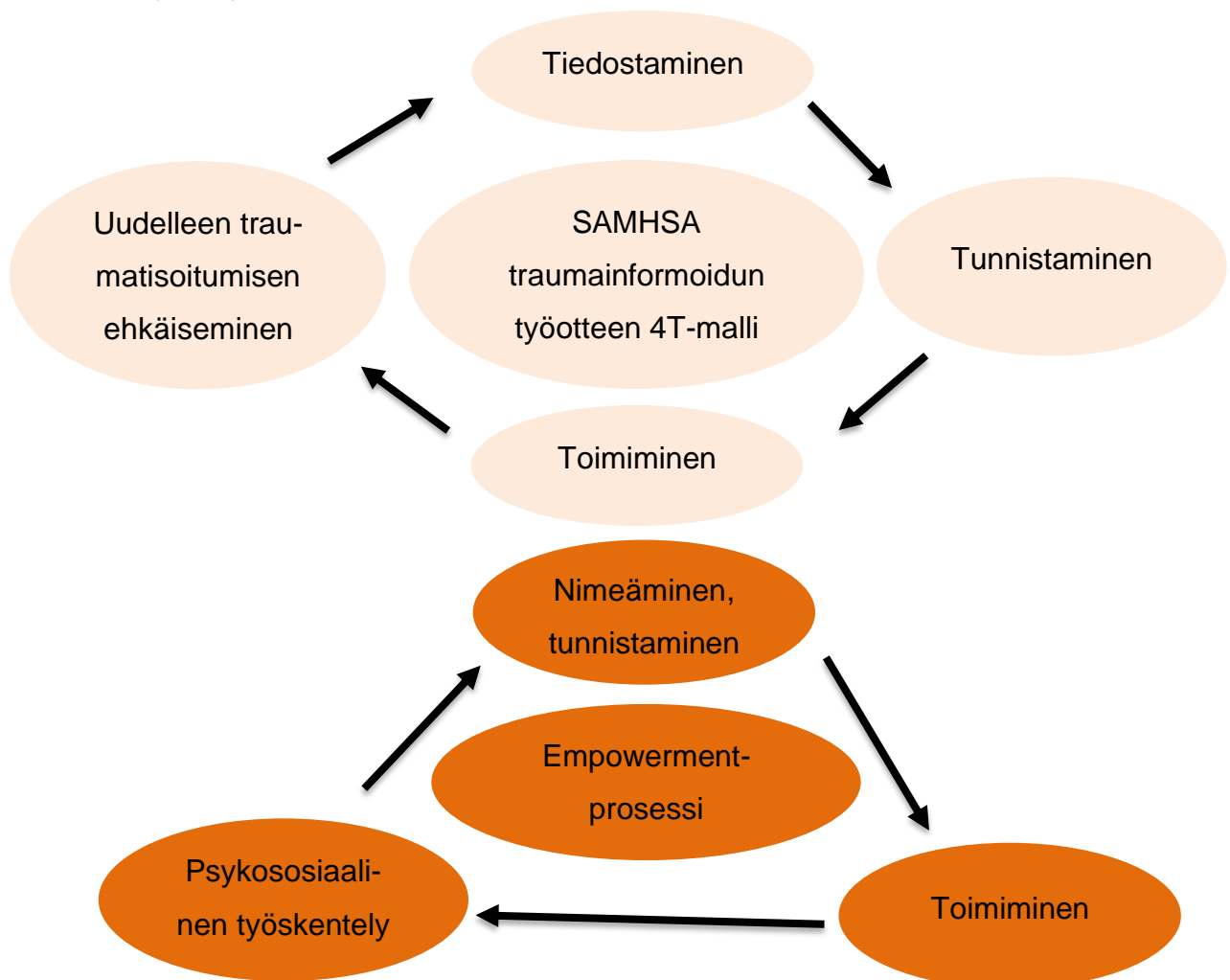
Valitsin yhdeksi näkökulmaksi traumainformoidun työotteen tarkastelun voimaantumisen näkökulmasta. Voimaantumisen käsitettä voidaan Nivalan ja Rynnäsen (2019: 158) mukaan lähestyä kahdesta eri näkökulmasta. Voimaantuminen voidaan heidän mukaansa määritellä rakenteellisesti, jolloin kyse on yhteiskunnallisen muutoksen edistämisestä niin, että tuetaan yhteiskunnallisesti heikommassa asemassa olevien ihmisten itsetuntoa ja yhteiskunnallista ymmärrystä. Toisaalta voimaantuminen voidaan heidän mukaansa määritellä myös yksilöllisesti, jolloin kyseessä on yksittäisen ihmisen omien voimavarojen ja vahvuuksien vahvistamisesta. Voimaantuminen tähtää siis ihmisten hyvinvoinnin edistämiseen niin yhteiskunnan kuin yksilöiden tasolla. (Nivala & Rynnänen 2019: 158.)

Voimaantuminen terminä kulkeutuu englanninkielisestä, sosiaalipedagogisesta empowerment termistä. Empowerment-käsite on suomennettu neljäksi eri sanaksi: voimaantuminen, voimaannuttaminen, valtaistuminen ja valtaistaminen. Puhutaan empowerment-prosessista, mikä tähtää ihmisen hyvinvoinnin lisääntymiseen. Empowerment-prosessin tavoitteena on löytää ihmisen tilanteeseen sellainen ratkaisu, mikä on lähtöisin hänen omista ajatuksistaan ja omista voimavaroistaan. Prosessissa nähdään kolme vaihetta. Nämä vaiheet on nimetty naming, loving ja acting vaiheiksi. (Hokkanen 2009.)

Empowerment-prosessin vaiheista naming vaihe viittaa nimeämiseen. Tässä vaiheessa yksilön tilannetta pyritään määrittelemään ja nimeämään uudelleen niin, ettei hän joutuisi tilanteessaan leimatuksi tai syyllistetyksi. Sillä, millaisia sanoja ja termejä käytämme asioista, voi olla suurikin merkitys yksilön omalle kokemukselle tilantees-

taan. Sen vuoksi huomion kiinnittäminen tähän vaiheeseen on tärkeää. Prosessin lo-ving vaihe puolestaan viittaa psykososiaaliseen työskentelyyn. Tässä vaiheessa pyritään vahvistamaan yksilön voimavaroja ja vahvuuksia. Tätä edesauttaa tilanteen oikeanlainen nimeäminen nimeämisyvaiheessa. Prosessin toimintavaiheessa eli acting vaiheessa puolestaan pyritään löydettyjen voimavarojen ja vahvuuksien avulla poistamaan ihmisen alisteinen tila. (Hokkanen 2009.)

Verratessani empowerment-prosessin ja SAMHSA:n traumainformoidun työotteen 4T-mallin vaiheita keskenään, näen selviä yhteneväisyyksiä. Niin traumainformoidun työn 4T-mallissa kuin empowerment-prosessissa pyritään tunnistamaan ja nimeämään yksilön hyvinvointiin negatiivisesti vaikuttava ongelma, haaste. Kummassakin pyritään myös toimimaan yksilöä ja tämän omia voimavaroja tukien niin, että tämän tilanne tulisi tunnistetuksi ja tuetuksi niin, että tilanteesta toipuminen onnistuisi mahdollisimman hyvin. Toipuessaan yksilö voi saavuttaa voimaantumisen kokemuksen, eli omien voimavarojensa ja vahvuuksiensa vahvistumisen.



Kuvio 1. SAMHSA:n traumainformoidun työotteen 4T-mallin ja empowerment-prosessin vertailu.

2.3 Traumainformoitu työote valtaistumisen näkökulmasta

Valitsin toiseksi näkökulmaksi traumainformoidun työotteen tarkastelun valtaistumisen näkökulmasta. Valtaistumisen käsite voidaan Nivalan ja Ryynäsen (2019:159) mukaan määritellä vallan uudelleen jakamisena ja jakautumisena. Toisaalta valtaistuminen voidaan Sarvelan (2020:13) mukaan määritellä myös siten, että sen myötä yksilöt alkavat hallitsemaan paremmin omia olosuhteitaan, omaa elämäänsä ja toimintaansa. Valta voi jakaantua Hokkasen (2009) mukaan monin tavoin ja yksi malli vallan jakautumisesta jakaa sen power over, power to ja power with -muotoihin. Nämä voidaan Hokkasen (2009) mukaan suomentaa suoraan suomentaa ylivallaksi, toimintavallaksi ja jaetuksi vallaksi.

Edellä mainituista vallan muodoista jaettu valta (power with), on Hokkasen (2009) mukaan parhaiten muutosta mahdollistavaa valtaa, jossa valta lisääntyy ja kasvaa yhteistoiminnassa. Jaetun vallan ja traumainformoidun työn yhteyttä käsitellään muun muassa Bulandan ja Byro Johnsonin (2016) artikkelissa. Bulanda ja Byro Johnson (2016) käsittelevät artikkelissaan traumainformoidun työmallin käyttämistä heikossa asemassa oleville nuorille tarkoitetuissa empowerment-ohjelmissa. Valtaistumisen käsite on Hokkasen (2009) mukaan yksi empowerment-termin käännoksistä (ks. tämän opinnäytetyön luku 2.2.)

Bulandan ja Byro Johnsonin (2016: 305, 307) artikkelissa esitetään ajatus siitä, että heikossa asemassa oleville nuorille suunnitellaan traumainformoitu empowerment-ohjelma, jossa keskitytään korostamaan nuorten oman äänen, osallistumisen ja kapasiteetin kehittämistä niin, että päätöksenteko ja valta on jaettu nuoren ja aikuisen kesken. Heidän mukaansa kyse on jaetusta vallasta ja pyrkimyksestä valtaistumiseen eli siihen, että trauman kokenut nuori alkaisi hallitsemaan paremmin omaa elämäänsä ja toimintaansa. Tällaisen mallin nähdään heidän mukaansa mahdollistavan jopa useista traumoista kärsivien nuorten auttamisen. Jaetun vallan käyttö ja valtaistumisen edistäminen on merkityksellistä trauman kokeneiden keskuudessa.

Traumainformoitu työote yhdistettynä jaettuun valtaan voi siis tukea traumatisoituneiden nuorten valtaistumista. Valtaistumisen tukeminen on tärkeässä osassa turvallista ympäristöä luotaessa, sillä jaettuun valtaan perustuva päätöksenteko nuoren asioissa mahdollistaa nuoren auttamisen ilman, että nuori joutuisi alisteiseen asemaan vaikeassa elämäntilanteessa toipuessaan traumaattisesta kokemuksesta. Nuori saa kokemuksen siitä, että häntä kuullaan ja hänet kohdataan sellaisena kuin hän on. Näin ollen jaetun vallan käyttö käsitykseni mukaan edistää traumainformoidussa työotteessa

oleellisen turvallisen tilan luomista. Kun valta on jaettua, on tilanne tasavertaisempi nuoren ja aikuisen välillä ja nuori voi kokea tilanteen ja ympäristönsä turvallisemmaksi eikä esimerkiksi ylhäältä päin ohjatuksi

2.4 Traumainformoitu työote osallisuuden näkökulmasta

Valitsin kolmanneksi näkökulmaksi traumainformoidun työotteen tarkastelun osallisuuden näkökulmasta. Luvuissa 2.2 ja 2.3 mainitsemani traumainformoidun työotteen kannalta tärkeät voimaantumisen, valtaistuminen ja jaetun vallan käyttö tukevat nuoren kokemusta siitä, että hän on osa yhteisöä. Nuori ja hänen tarpeensa kohdataan niin, että hänen voimavarojaan ja omaa osallistumistaan ympäröiviin yhteisöihin tuetaan. Kun nuori kokee olevansa osallinen ympäröivästä yhteisöstä, tuo se hänelle turvaa. Kuten aiemmin luvussa 2.1 mainitsin, traumainformoidussa työotteessa tämä turvallisen ympäristön luominen on erittäin tärkeää. Nuoren ympäristöön liittyy usein jokin yhteisö ja kiinnitänkin seuraavaksi huomiota nuoren osallisuuteen häntä ympäröivistä yhteisöistä.

Sosiaalipedagogisesti osallisuuden käsite määritellään Nivalan ja Ryynäsen (2019: 138) mukaan sellaisena ihmisen ja yhteisön välisenä sosiaalisena suhteena, missä ihminen sekä kokee olevansa osa yhteisöä, että toimii ja on osana sitä. On kuitenkin tärkeää kiinnittää huomiota siihen, mistä yhteisöstä nuori haluaa olla osallinen. Korkiamäki (2009: 99) viittaa Juvosen (2005: 50) toteamukseen siitä, että nuorten osallisuuden voisi määritellä niin, että se toteutuu, kun hän saa itse päättää, mihin kuuluu ja mihin ei. Korkiamäen (2009: 83) mukaan sosiaalityössä ja nuorisotyössä nuorten osallisuutta tarkastellaan paljon pääasiassa joko opiskelu- ja työelämään osallistumisen tai järjestöjen toiminnassa mukana olon näkökulmista. Tämä on hänen mukaansa ongelmallinen tapa tarkastella nuorten osallisuuden toteutumista. Ymmärrän tämän niin, että nuorta ei pidä jostain yhteisöstä osalliseksi tulemisen nimissä vetää väkisin osaksi mitään yhteisöä. Sovellan tätä traumainformoituun työotteeseen siten, että pyrittäessä luomaan nuorelle fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallista ympäristöä, missä hänen voimaantumistaan ja valtaistumistaan voidaan tukea, on kiinnitettävä huomiota siihen, haluaako nuori olla osallinen esimerkiksi luokkatovereidensa muodostamasta yhteisöstä. Mikäli nuori kohtaa esimerkiksi kouluväkivaltaa luokkatovereidensa taholta, nuoren osallisuutta luokassa ei edistä se, että hänet aikuisten toimesta esimerkiksi tuetaan pelaamaan luokkatovereidensä keskele.

2.5 Ammatilaisen itsetuntemuksen ja itsetietoisuuden merkitys

Valitsin neljänneksi näkökulmaksi traumainformoidun työtteen tarkastelun ammatilaisen itsetietoisuuden ja itsetuntemuksen näkökulmasta. Traumainformoituun työtteeseen liittyy turvallisuuden tunteen luominen ja ylläpito, traumojen oireiden ja luonteen ymmärtäminen, uudelleen traumatisoitumisen ehkäiseminen, jaettu valta ja voimavarojen vahvistaminen. Nämä kaikki traumainformoidun työn kannalta oleelliset tekijät liittyvät ammatilaisen itsetietoisuuteen ja itsetuntemukseen.

Itsetietoisuudella tarkoitetaan ihmisen kykyä ymmärtää omaa käyttäytymistään erilaisissa tilanteissa. Erilaiset tilanteet voivat vaikuttaa myös ammatilaisiin monin eri tavoin ja on tärkeää tiedostaa omat käyttäytymistavat, eli se, miten itse reagoi erilaisiin tilanteisiin. (Thompson 2015: 3.)

Itsetuntemuksella puolestaan tarkoitetaan sitä, millainen käsitys ammatilaisella on itsestään. Itsetuntemukseen sisältyy esimerkiksi tunne-elämän, oman elämänhistorian ja sosiaalisen vuorovaikutuksen kokonaisvaltainen hahmottaminen. Hyvä itsetuntemus auttaa silloin, kun ammatilainen haluaa vaikuttaa itsensä lisäksi muihin ihmisiin, yhteisöihin ja yhteiskuntaan. Ammatilainen kykenee kohtaamaan toisten tarpeita ja tunteita sitä paremmin, mitä parempi itsetuntemus hänellä itsellään on. (Nyberg & Lindroos 2020: 81–83.)

Omien käyttäytymistapojen tiedostaminen on tärkeää, sillä nuoren kohdatessa traumaattisen tapahtuman, aikuisen tulee sietää tapahtuman itsessään herättämiä tunteita kuten avuttomuutta. Traumaattisen tapahtuman jälkeen nuori saattaa myös käyttäytyä haastavasti ja olla esimerkiksi hyvin ristiriitainen viesteissään. Aikuisen tulee tällaisissa tilanteissa kestää nuoren erilaiset reaktiot. (Hietala & Kaltiainen & Metsärinne & Vanhala 2010: 123–124.)

Nuoren ristiriitaisten viestien ja haastavan käyttäytymisen kohtaamisessa tärkeää on nuoren kuunteleminen. Itsetietoisuudella on merkitystä nuoren kuuntelussa, sillä itsetietoisuus vaikuttaa ammatilaisen kykyyn kuunnella nuorta aktiivisesti (Thompson 2015: 5). Nuoren kohdatessa traumaattisen tapahtuman, tarvitaan aktiivista kuuntelua ja nuoreen tulee pyrkiä saamaan kontakti mahdollisimman nopeasti. On kuitenkin hyvä välttää olettamusten tai liian suorien, tapahtumaan liittyvien kysymysten esittämistä (Hietala ym. 2010: 123). Näin ollen läsnä oleminen, kuunteleminen, tilanteen kohtaamisessa tukeminen ja rauhallisuus ovat tärkeitä aikuisen toiminnan piirteitä, kun aikuinen

tukee nuorta, joka on kohdannut traumaattisen tapahtuman. Ne edesauttavat turvallisen ympäristön muodostumista ja sen myötä nuoren toipumista.

Ammattilaisen itsetietoisuuteen ja itsetuntemukseen liittyy myös oman vireystilan säätelyn taito ja itsensä maadoittaminen hetkeen. Peltoniemen (2022) puheenvuoron mukaan trauman kohdanneen ihmisen autonominen hermosto on vaurioitunut ja hän on jatkuvassa puolustustilassa. Ammattilaisen tulee hänen mukaansa tukea trauman kohdannutta säätämään vireystilaansa niin, että puolustusjärjestelmän toiminta normalisoituu. Tässä auttaa hänen mukaansa ammattilaisen oma rauhallisuus, maadoittuminen ja optimaalinen vireystila.

3 Traummat

Trauman käsitteellä voidaan viitata sekä psyykkiseen, että fyysiseen traumaan. Fyysisellä traumalla voidaan tarkoittaa esimerkiksi ruumiinosan loukkaantumista, jolloin trauman kohtaaminen ja hoito tapahtuu terveydenhuollossa, joskus jopa leikkaussalissa. Tässä opinnäytetyössä ja sen tuotoksena syntyvässä pedagogisessa pakopelissä keskityn kuitenkin nuorten kohtaamiin psyykkisiin traumaattisiin kokemuksiin ja käyttäessäni sanaa trauma, viittaan nimenomaan trauman psyykkiseen puoleen. Psyykkisesti traumaattisen kokemuksen oireet voivat kuitenkin olla niin psyykkisiä kuin fyysisiä. Käsittelen pedagogisessa pakopelissä sekä nuorten kohtaamia traumaattisia kokemuksia, että niistä mahdollisesti seuraavia oireita.

3.1 Trauma-käsitteen määritelmä

Trauma on psyykkisesti vahingollisten tapahtumien seurauksena muodostuva terveydellinen haaste ja ongelma. Tällaisia traumaan johtavia henkisesti vahingollisia tapahtumia ovat muun muassa kaltoinkohtelun ja väkivallan eri muodot. Myös koko yhteiskuntaa koskevat järkyttävät tapahtumat kuten sodat ja yhteiskunnalliset kriisit voivat johtaa traumatisoitumiseen. Traummat ovat suurta tuskaa aiheuttavia ja ne voivat vaikuttaa niin yksilöihin, yhteisöihin kuin koko yhteiskuntaan. Kyse on siis hyvin laajasta ilmiöstä ja se voi koskettaa ketä tahansa, missä tahansa. (SAMHSA 2014:2.)

Etenkin lapsuuden aikana, ennen kahdeksantoista vuoden ikää tapahtuneet traumaattiset kokemukset voivat vaikuttaa hyvin vahingollisesti ihmisen elämänkaaren kaikissa vaiheissa. Lapsuuden aikana tapahtunut traumaattinen kokemus voi vaikuttaa muun

muassa lapsen kehitykseen ja hormonitoimintaan hänen elämänsä eri aikoina sekä altistaa jopa sydänsairauksille, Alzheimerin taudille, syövälle ja diabetekselle. Vaikutukset ovat siis hyvin laajoja henkisen hyvinvoinnin lisäksi myös fyysiseen terveyteen liittyen. (Burke Harris 2019:20–21.)

Traumat ovat paitsi psyykkisesti, myös fyysisesti vahingoittavia, sillä psyykkisesti vahingollinen tapahtuma jättää jäljen ihmisen kehoon ja oireilee monin eri tavoin. Fyysiset oireet voivat olla esimerkiksi diabeteksen ja sydänsairauksien kaltaisia sairauksia tai kehitysviivästymiä. Oireet voivat olla hyvinkin moninaisia ja ne vaikuttavat kantajansa hyvinvointiin hyvin kokonaisvaltaisesti läpi elämän. (Burke Harris 2019:20–21; van der Kolk, Bessel 2017, Sarvela 2020:14 mukaan.)

Traumaattinen kokemus aiheuttaa muutoksia myös aivotoimintaan. Traumaattisen tapahtuman tai akuutin vaaratilanteen seurauksena aivojen neurokemiallinen toiminta muuttuu. Trauma vaikuttaa muun muassa hypotalamuksen, aivolisäkkeen ja lisämunuaisten toimintaan ja niiden kautta hormonitoimintaan. Nämä neurokemialliset muutokset aivoissa puolestaan vaikuttavat yksilön käyttäytymiseen. Seuraukset voivat näkyä esimerkiksi käytösongelmina, hankaluuksina koulussa ja ihmissuhteisiin liittyvinä vaikeuksina. (Iacona & Johnson 2018: 187–188.)

Yksi keskeinen piirre traumaissa on Thompsonin (2015:257) mukaan äärimmäinen menetyksen tunne, mikä taas voi olla sekä trauman syy että seuraus. Hänen mukaansa trauman syntyminen esimerkiksi turvallisuuden tunteen menetyksen myötä on tyypillistä. Sovellan tätä Thompsonin ajatusta nuorten maailmaan siten, että esimerkiksi kouluväkivallan (traumaattinen kokemus) seurauksena nuori menettää kokemuksensa turvallisuuden tunteesta (menetys). Tai, että nuori menettää ystävänsä (menetys) eikä saa tilanteeseensa riittävää tukea ja traumatisoituu jäädessään yksin asian kanssa (traumaattinen kokemus). Peltoniemen (2022) puheenvuoron mukaan traumoihin liittyy menetyksen tunteen lisäksi avuttomuuden tunne ja kokemus.

3.2 Trauman moninaiset oireet

Trauma voi oireilla hyvin monin eri tavoin. Lapsena koetut ACE-kokemukset (*adverse childhood experiences*) ovat Goddardin (2012: 145–147) mukaan erityisen vahingollisia ja ne johtavat usein moninaiseen oireiluun myös aikuisuuden aikana. ACE-kokemukset ovat hänen mukaansa ennen kahdeksantoista vuoden ikää tapahtuneita traumaattisia

kokemuksia, kaltoinkohtelua ja laiminlyöntiä. Syvennyn ACE-kokemuksiin tarkemmin luvussa 3.3.

Sekä Goddardin (2021: 145–147), että Golightleyn ja Goemansin (2017: 70–71) mukaan erityisesti aikuisten oireet diagnosoidaan harmillisen usein väärin ja traumaattisen kokemuksen aiheuttamia oireita pidetään esimerkiksi mielenterveyteen liittyvien sairauksien kuten masennuksen oireina ilman taustalla vaikuttavan traumaattisen tapahtuman ja kokemuksen näkemistä. Trauma voi heidän mukaansa johtaa mielenterveyden häiriöiden, jopa psykoosin, muodostumiseen. Taustalla piilevä trauma tulee tällöinkin kuitenkin nähdä, tunnistaa ja huomioida.

Hyvä esimerkki trauman moninaisten oireiden tiedostamisen tärkeydestä on traumaattisen stressin ja ADHD:n yhteneväinen oireilu. Sekä traumaattinen stressi että aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö ADHD voivat Siegfriedin ja Blackshearin (2016: 5) mukaan aiheuttaa keskittymisvaikeuksia, hyperaktiivisuutta, levottomuutta, univaikeuksia ja herkästi häiriintymistä. Myös Goddard (2021: 145–147) kiinnittää artikkelissaan huomiota tähän. Hänen mukaansa traumaattinen stressi voi oireilla pitkälti samoin kuin ADHD ja sen vuoksi traumaattisen stressin oireet diagnosoidaankin joissain tapauksissa ADHD-oireiksi. Sovellan tätä nuorten elämässä merkittävään paikkaan eli koulumaailmaan. Mikäli oireiden yhteneväisyyttä ei tiedosteta, voi esimerkiksi herkästi häiriintyvä, levoton, keskittymisvaikeuksista kärsivä oppilas tulla luokitelluksi ADHD-oppilaaksi, vaikka oireilun taustalla vaikuttaisikin tunnistamaton traumaattinen stressitila.

Trauma voi aiheuttaa kokijalleen myös identiteettiin liittyviä haasteita. Trauman kokenut ei välttämättä saa selvää omasta identiteetistään eli siitä kuka on. Hän saattaa myös kokea ontologista turvattomuutta. Ontologisella turvallisuudella tarkoitetaan sitä, että ihminen luottaa elinympäristönsä pysyvyyteen ja identiteettinsä jatkuvuuteen. Ontologinen turvattomuus kuvaa näiden puutetta. Pysyvyys ja jatkuvuus eivät ole ontologisesti turvattomalle itsestään selviä asioita ja identiteetti voi olla hyvinkin sekava.

(Thompson 2015: 258; Saurama & Nurmi & Heino 2020: 137.)

Trauma voi aiheuttaa myös kokemuksen siitä, ettei ihminen enää tunnista itseään. Tähän itsen tunnistamattomuuteen voi liittyä niin suurta voimattomuuden tunnetta, että ihminen hämmentyy tuntemuksistaan. Hämmennystä voi aiheuttaa myös se, että traumaattiseen kokemukseen ei välttämättä liity lainkaan siihen usein liitettävää dramatiikkaa. Traumaattista kokemusta ei aina tunnisteta traumaattiseksi, koska ulospäin se voi vaikuttaa suorastaan harmittomalta ja arkipäiväiseltä tapahtumalta. Henkilökohtaisella

tasolla kokemuksella voi olla kuitenkin hyvin tuhoisatkin vaikutukset. (Thompson 2015:258.)

Traumojen oireet ja ilmenemistavat voivat näin ollen olla hyvinkin moninaisia ja trauman tunnistaminen niiden taustalla voi olla vaikeaa, ellei ole tietoinen sen mahdollisuudesta. Tämän tiedostaminen on ymmärryksen mukaan tärkeää, jotta niistä kärsivää ihmistä onnistutaan tukemaan oikealla tavalla ja oikeassa asiassa. Tällöin ihmisen ja tämän tarpeiden ja kokemusten kokonaisvaltainen huomiointi helpottuu.

Kokonaisvaltaisen huomioimisen ja kohtaamisen kannalta on kuitenkin oireiden moninaisuuden vuoksi Peltoniemen (2022) mukaan tärkeää välttää suoraa kysymystä ”mitä oireita sinulla on?”. Oireiden moninaisuus voi hänen mukaansa johtaa siihen, että ihmisellä nähdään monta psykiatrista tai fyysistä diagnoosia. Oireiden kyselyn sijaan Peltoniemi (2022) kehottaa puheenvuorossaan kysymään ”mitä sinulle on tapahtunut? mitä sinulle kuuluu?”. Tällöin ihminen kohdataan kokonaisuutena eikä oireiden kautta.

3.3 ACE–kokemukset

Jo luvussa 3.2 mainitsemani ACE-kokemus on lyhenne englanninkielisestä ilmaisusta *adverse childhood experiences* ja ACE-kokemuksilla viitataan sellaisiin traumaattisiin kokemuksiin, kaltoinkohteluun ja laiminlyöntiin, jotka ovat tapahtuneet ennen kahdeksantoista vuoden ikää (Goddard 2021: 145–147). Koska ennen kahdeksantoista vuoden ikää tapahtuvat traumaattiset kokemukset ovat erityisen vahingollisia, valitsin tämän opinnäytetyön kohderyhmäksi nimenomaan nuorten parissa työskentelevät. He ovat tärkeässä asemassa tukemassa nuoria, jotka ovat etsimässä omaa tietään, mutta ovat yhä alaikäisiä ja sen myötä alttiita ACE-kokemuksille. Nuoruuden ikävaiheeseen liittyy vahvasti muun muassa minäkuvan rakentuminen, identiteetin etsiminen ja muodostuminen (Nurmi ym. 2014). Koska traumaattisiin kokemuksiin voi liittyä identiteetin sekavuus ja se, ettei tunnista itseään (Thompson 2015: 258; Saurama & Nurmi & Heino 2020: 137), on vasta minäkuvaansa ja identiteettiään rakentamassa olevien nuorten oikeanlainen tukeminen erittäin tärkeää. Huomion kiinnittäminen nuoriin on aiheellista.

ACE-kokemukset vaikuttavat kokijaansa vahingoittavasti pitkään. Vaikutukset ja oireilu näkyvät paitsi nuoruudessa, myös aikuisuuden ja vanhuuden aikana, läpi koko elämänkaaren. ACE-kokemuksia on luokiteltu ja niihin on lukeutunut perinteisesti sosiaaliallakin tutut perheväkivalta, turvattomassa elinympäristössä eläminen, erilaiset suuret

menetykset, köyhyys sekä väkivallan eri muodot. Tänä päivänä ACE-kokemuksiksi luokitellaan myös esimerkiksi luonnon katastrofit, sodat ja terrorismi. Lisäksi myös kouluväkivalta ja muu yhteisössä tapahtuva väkivalta luokitellaan ACE-kokemuksiksi. Näin ollen esimerkiksi kouluväkivalta voi olla jopa elinikäisesti uhrin elämään ja kokonaisvaltaiseen terveyteen negatiivisesti vaikuttava kokemus. (Goddard 2021: 145–147.)

Oireiden moninaisuuden tiedostamisen lisäksi on ymmärryksen mukaan tärkeää tiedostaa ACE-kokemusten pitkäkestoiset vaikutukset. Kaiken ikäisten tulee saada traumaattisten kokemusten jälkeen tukea ja apua, mutta ACE-kokemusten erityisen vahingollisuuden vuoksi on erityisen tärkeää, että alle kahdeksantoista vuoden ikäiset saavat tarvitsemansa tuen. Mikäli tukea ei saada ja traumaattinen kokemus jää sivuutetuksi, voi se alkaa oireilla jopa paljon myöhemmin elämän aikana, esimerkiksi vasta vanhuudessa. Onkin siis tärkeää tarkastella sitä, millaisia vahingollisia kokemuksia nuoret kohtaavat. Väkivaltakokemukset ovat merkittäviä ACE-kokemuksia ja seuraavaksi käsitellään juuri nuorten kohtaamia väkivaltakokemuksia. Kaikki ACE-kokemukset eivät liity väkivaltaan, mutta nuorten väkivaltakokemusten moninaisuuden vuoksi tarkastelen tarkemmin juuri näitä kokemuksia.

3.4 Nuorten väkivaltakokemukset

Nuoret kohtaavat väkivaltaa monissa yhteyksissä. Väkivaltakokemus alle kahdeksantoista vuoden iässä voi muodostua luvussa 3.3. käsitellyksi ACE-kokemukseksi ja tämän vuoksi nuorten väkivaltakokemusten tarkastelu on aiheellista. Nuorten kohtaama väkivalta on hyvin moninaista ja monien eri tahojen toimesta tapahtuvaa.

Nuoret kohtaavat vahingollisia, mahdollisesti traumatisoivia väkivaltakokemuksia muun muassa kotona, koulussa, harrastuksissa, vapaa-ajanviettopaikoissa. Kohdattu väkivalta on esimerkiksi tönimistä, lyömistä kädellä tai esineellä, potkimista, ravistelua, joskus jopa kuristamista. Tyttöjen ja poikien välillä on eroja siinä, miltä taholta heihin kohdistuu väkivaltaa. Tyttöihin väkivaltaa kohdistuu perheen taholta enemmän kuin poikiin, kun taas poikiin kohdistuu väkivaltaa enemmän tuntemattomien ja kavereiden taholta. Teini-iässä nuorten elinpiiri laajenee luonnollisesti enemmän kodin ja koulun ulkopuolelle ja tällöin myös julkisilla paikoilla tapahtuva väkivalta lisääntyy. (Kääriäinen 2008: 46–49.)

Vaikka nuorten elinpiiri laajenee teini-iässä kodin ulkopuolelle, on syytä tunnistaa, että nuoret kohtaavat perheväkivaltaa, eli kotona tapahtuvaa väkivaltaa. Väkivalta voi olla aikuisten välistä, nuoreen kohdistuvaa, nuoren aikuiseen kohdistamaa tai sisarusten

välistä. Sekä suoraan perheväkivallan kohteeksi joutuminen, että sen todistaminen toisten perheenjäsenten välillä on nuorelle hyvin vahingollista, sillä nuoruuden ikävaiheessa nuori kaipaa perheeltään lämpöä, hyväksyntää ja tukea. Väkivalta perheessä vähentää nuoren mahdollisuuksia saada perheeltään tarvitsemaansa määrää tukea. Perheväkivallan tarkasteluun liittyy lasten ja nuorten kokemusten näkymättömyys verrattuna aikuisten kokemuksiin. Perheväkivaltatapauksissa aikuiset puhuvat valitettavan usein lasten puolesta, mikä vie huomiota pois lasten ja nuorten omista kokemuksista ja siitä, mitä he tuntevat. Lasten ja nuorten perheväkivaltakokemus ei aina pääse kuuluviin, vaikka he eivät koskaan ole vain sivustakatsojia. Perheväkivallan kohteeksi joutuminen ja sen todistaminen aiheuttaa lukuisia ongelmia, muun muassa ongelmakäyttämistä ja mahdollisesti väkivaltaisuuden ylisukupolvisuutta. (Lepistö 2010: 22–32.)

Nuoret kohtaavat myös seksuaalista häirintää ja väkivaltaa. Näissä väkivallan muodoissa näkyy vahvasti väkivallan sukupuolittuneisuus. Vuoden 2019 Kouluterveyskyselyn vastausten perusteella eri luokka-asteiden opiskelijoista 10 % tytöistä kertoi kohtaavansa seksuaaliväkivaltaa, kun taas pojista seksuaaliväkivaltaa kertoi kokeneensa 4 %. Sukupuolten välinen ero ei tarkoita sitä, etteivätkö pojat olisi myös riskissä joutua seksuaaliväkivallan uhriksi. Myös poikien kokemukset tulee ottaa vakavasti ja huomioida. Kuitenkin kouluterveyskyselystä ja kansainvälisistä tutkimuksista (ks. esimerkiksi United Nations Children's Fund 2017: 7) selviää, että tytöt ovat poikia alttiimpia seksuaaliväkivallalle. (Karhu 2020: 16.)

Vuoden 2019 Kouluterveyskyselyn vastausprosentti on korkea, 73–82 %. Kyselyn tuloksista nähdään, että sukupuolen lisäksi myös vähemmistöön kuuluminen lisää nuoren riskiä joutua väkivallan uhriksi. Sama koskee nuoria, joilla on jonkinlainen fyysinen toimintarajoite tai hän on lastensuojelun toimesta sijoitettuna. (Korpilahti & Kettunen & Nuotio & Jokela & Nummi & Lillsunde 2019: 78.)

Nuoret eivät siis ole keskenään tasaveroisessa asemassa väkivallan uhan suhteen vaan tietyt nuoren ominaisuudet voivat tehdä hänestä todennäköisemmän väkivallan uhrin. Nuorten kohtaamat pahoinpitelyt ovat yleensäkin lisääntyneet 2010-luvulla (Korpilahti ym. 2019: 77). Tämä kehityssuunta on huolestuttava. Pahoinpitelyjen lisäksi nuoret kohtaavat usein kiusaamista, uhkailua sekä omaisuuteen liittyviä rikoksia kuten vahingontekoa ja varkauksia ja väkivallan tekijänä on tällöin useimmiten kaveri tai sisarus (Näsi 2016: 19–20, 29). Kiusaaminen on yleisesti sanallista ja hyvin järjestelmällistä, esimerkiksi ryhmästä ulos sulkemista (Korpilahti ym. 2019: 252–253).

Nuorten väkivaltakokemuksista on syytä nostaa esiin myös kouluväkivalta. Kouluväkivallan käsitteellä tarkoitetaan sellaista koulussa tapahtuvaa voiman tai vallan tahallista käyttöä, jolla on negatiivisia seurauksia kohteelle. Se on sosiaalinen ongelma ja se rajoittaa kohteeksi joutuneen toimijuutta. Kouluväkivalta voi aiheuttaa sekä kohteelle, että häntä ympäröivälle ryhmälle erilaisia pelkotiloja ja psyykkisiä vaurioita. Kouluväkivallan käsitteeseen liittyy myös koulukiusaamisen käsite. Näiden kahden käsitteen välinen rajanveto on kuitenkin haastavaa. Koulukiusaamisella on perinteisesti tarkoitettu sitä, kun oppilas joutuu pitkäkestoisesti joko yhden tai useamman muun oppilaan kielteisen toiminnan kohteeksi. Tämä kielteinen toiminta on usein esimerkiksi pois sulkemista tai fyysistä väkivaltaa. Koulukiusaamisen käsitteeseen liittyy kuitenkin haaste: muualla väkivallaksi tulkittava toiminta tulkitaan usein kouluympäristössä ”vain kiusaamisena”. Jos tappelu tapahtuu koulun käytävällä, se on kiusaamista. Jos tappelu tapahtuu yökerhon lähellä aikuisten maailmassa, se on väkivaltaa. Koulumaailmassa tapahtuvasta väkivallasta tulee puhua väkivaltana, ei kiusaamisena. On myös huomioitava, että väkivalta voi olla niin psyykkistä kuin fyysistä ja sitä voidaan kohdistaa yhteen tai useampaan oppilaaseen. (Kiilakoski 2009: 34–35.)

Koulukiusatut kokevat usein pelkoa ja turvattomuutta koulu yhteisössä (Hamarus, 2006: 211). Onkin traumatietoisuuden näkökulmasta syytä huomioida, että koulukiusaamisen tai kouluväkivallan seurauksena syntyvä turvaton kouluympäristö on iso osa nuoren elinympäristöä ja se nuoren elinympäristöstä turvattoman. Turvaton elinympäristö puolestaan on ACE-kokemus, mikä on erityisen haitallinen ja voi johtaa traumatisoitumiseen (ks. tämän opinnäytetyön lukua 3.3.; Goddard 2021: 145–147). Koulukiusaamisen ja kouluväkivallan olemassaolo, tunnustaminen, sekä niiden kohtaaminen nuorten elämää koskettavina vakavina sosiaalisina ongelmina on tärkeää.

Koulussa toimivien aikuisten nuorille osoittamalla tuella on suuri suojaava vaikutus oppilaiden mielenterveydelle. Aikuisten osoittama tuki on tärkeää, sillä on havaittu, että oppilaat, jotka altistuvat kouluväkivallalle, saavat vain harvoin tukea vertaisiltaan mikä puolestaan johtaa helposti psykologiseen pahoinvointiin. (Duru & Balkis 2018: 343.)

Oppimistutkimuksen keskus ja Turun yliopiston psykologian osaajat kehittivät vuosina 2006–2009 kiusaamisen vastaisen toimenpideohjelman, mikä tunnetaan KiVa Koulu nimellä. Ohjelman tarkoituksena määriteltiin koulukiusaamisen vähentäminen sekä koulukiusaamisesta aiheutuvien seuraamusten minimointi. (Rikoksantorjunta)

KiVa Koulu ohjelman on havaittu olevan tehokas väline kiusaamisen vähentämiseksi (Kärnä 2012: 34). On kuitenkin huomioitava, että ohjelma on tehokas vain silloin, kun

sitä käytetään oikein. KiVa Koulu ohjelmaa käsitellään muun muassa Ylen julkaisemassa artikkelissa vuodelta 2019 (Munukka & Kurki 2019). Artikkelissa on haastateltu kiusaamisen vastaista valtakunnallista työtä tekevän Valopilkun työntekijää, Tina Holmberg-Kaleniusta. KiVa Koulu ohjelmasta tulee artikkelin mukaan paljon kriittistä palautetta kiusatuilta, sillä koulu voi käyttää ohjelmaa myös väärin. Erityisesti kiinnitän tässä artikkelissa huomiota siihen, että kiusatut ovat voineet kokea KiVa Koulu ohjelman mukaisen, kiusatun ja kiusaajan välillä järjestetyn keskustelutilaisuuden jopa traumatisoivana. Kouluissa saatetaan siis järjestää niin sanotusti kiusaamisen vastaista toimintaa, mikä toimiikin todellisuudessa jopa niin huonosti, että kiusattu traumatisoituu uudelleen.

Ylen artikkeli ei ole tieteellinen, joten siihen on suhtauduttava kriittisesti. Sen sanoma on silti tärkeä ja tarkastelun arvoinen. Etsittäessä KiVa Koulu-ohjelmaan liittyen kirjoitettuja raportteja ja julkaisuja, löytää pääasiassa vain positiivisia tuloksia esitteleviä tekstejä. Tuloksia luettaessa on niihin hyvä suhtautua siinä mielessä kriittisesti, että ne koulut, joista positiivisia tuloksia saadaan, todennäköisesti kiinnittävät huomiota ohjelman toteuttamiseen oikein. Kun ohjelmaa toteutetaan oikein, ovat myös tulokset tavoitellun kaltaisia. Erään tutkimuksen mukaan kiusaaminen on vähentynyt sellaisilla luokilla, joiden opettaja on sitoutunut noudattamaan KiVa Koulu-ohjelmaa ja järjestää järjestelmällisesti ja systemaattisesti siihen liittyviä oppitunteja (Haataja 2016, Korpilahti ym. 2019: 255 mukaan). On kuitenkin myös havaittu, että ohjelman toteuttamiseen ja noudattamiseen tarvittaisiin enemmän tukea (Korpilahti ym. 2019: 255). Mikäli ohjelman noudattamiseen ei saada tarpeeksi tukea tai siihen ei sitouduta, eivät ohjelman tulokset vastaa tavoitteita vaan ne voivat olla tavoitteiden vastaisia.

Väkivaltaa kokeneen lapsen psykososiaalista tukea käsittelevän raportin (Laajasalo 2021: 154) mukaan lasten ja nuorten väkivaltakokemukset ovat tunnistettavissa enemminkin juuri koulumaailmassa, nuorisotyössä, harrastuksissa ja muissa arkisissa elinympäristöissä kuin esimerkiksi virallisissa terveystarkastuksissa. Näin ollen juuri näissä ympäristöissä toimivien ammattilaisten valmiudet kokemusten tunnistamiseen ja puheeksi ottamiseen tulee ottaa huomion kohteeksi.

Raportissa käsitellään vain väkivaltakokemuksia ja on huomioitava, että traumaan ei aina liity suoranaisesti väkivaltaa vaan taustalla voi olla esimerkiksi yhteiskunnallinen kriisitilanne, köyhyys tai läheisen äkillinen menetys (Laajasalo 2021). Raportin tulos on mielestäni silti huomionarvoinen ja kehottaa kiinnittämään huomiota kaikkien nuorten parissa työskentelevien vastuuseen haitallisten, mahdollisesti traumatisoivien tapahtumien tunnistamiseen. On huomioitava, että näiden tapahtumien tunnistaminen ei ole

ainoastaan terveydenhuollon ammattilaisten tehtävä, vaan kaikkien ihmistyötä tekevien tehtävä.

Raportista ilmenee myös, että muissa ammattiryhmissä kuin erikoissairaanhoidossa ja järjestöissä väkivaltanäkökulman huomioidussa ja sen suhteen käytettävissä menetelmissä on paljon eroja. Lisäksi raportista ilmenee, että väkivaltaa kokeneiden lasten saamassa tuessa on paljon alueellisia eroja ja käytännöt voivat olla hyvinkin kirjavia eri paikkojen ja toimijoiden välillä. (Laajasalo 2021: 154–155, 166.)

Erikoissairaanhoidon ja järjestökentän ulkopuolella näyttäytyvät kirjavat käytännöt ja vaihteleva osaaminen kertovat tarpeesta lisätä tietoa ja osaamista. Opinnäytetyöni vastaa omalta osaltaan tähän tarpeeseen tarjoamalla kiinnostavan ja uudenlaisen tavan tutustua siihen, mitä traumainformoitu työote nuorten parissa pitää sisällään. Opinnäytetyö nostaa esiin niin väkivaltakokemusten kuin muiden traumaattisten kokemusten, sekä niistä mahdollisesti seuraavien oireiden moninaisuutta. On selvää, että kokemusten huomiointi, menetelmien käyttö sekä tuen antaminen on hankalaa, mikäli koulutusta ja osaamista aiheeseen liittyen ei ole tai sitä ei ole tarpeeksi. Kun otetaan huomioon, että väkivaltakokemukset tulevat esiin usein nimenomaan arkisissa elinympäristöissä eikä terveydenhuollossa, on juuri näissä arkisissa elinympäristöissä työskentelevien osaaminen tärkeää, jotteivät nuorten kokemukset tule sivuutetuiksi vaan ne kohdataan oikealla tavalla. Opinnäytetyöni tuo traumainformoidun työotteen työyhteisöissä helposti tutustuttavaksi pyrkien lisäämään työyhteisöjen omaa innostusta hankkia tietoa ja osaamista.

Työskenneltäessä traumainformoidusti kiinnitetään huomiota fyysisesti, psykologisesti ja sosiaalisesti turvallisen ympäristön luomiseen (Sarvela 2020: 13). Tällaisessa ympäristössä nuori tulee kohdatuksi ja arvostetuksi. Hänen tilanteensa huomioidaan ja esimerkiksi edellä mainittua KiVa koulu- ohjelman keskustelutilaisuuden mukaista mahdollista uudelleen traumatisoitumiselle altistumista ei päästetä tapahtumaan. Traumainformoidun työotteen tuntemus edellä kuvattujen nuorten väkivaltakokemusten ja kouluväkivallan kohtaamisessa on tarpeen. Siksi työotetta on syytä tuoda enemmän tutuksi nuorten parissa työskenteleville ammattilaisille.

4 Pedagogiset pakopelit

Tässä opinnäytetyössä traumaista ja traumainformoidusta työotteesta oppimisen menetelmänä toimii tuotoksena syntyvä pedagoginen pakopeli. Markkinoilla olevat kaupalliset

pakopelit tunnetaan runsaista efekteistä ja joskus hyvinkin mittavasta rekvisiitasta. Pedagogisen pakopelin tarkoituksena on kuitenkin innostaa pelaajia oivaltamaan ja oppimaan uusia asioita eikä niinkään tuottaa elämyksiä samoin kuin kaupalliset pelit. Tästä syystä pedagoginen pakopeli voi olla lavasteiltaan ja rekvisiitaltaan huomattavasti yksinkertaisempi. Myös pedagogisessa pakopelissä voi taloudellisten resurssien niin salliessa hyödyntää efektejä, rekvisiittaa ja esimerkiksi tietotekniikkaa, mutta se ei ole välttämätöntä. Pelin tarkoituksena ei kuitenkaan ole toimia viihteenä vaan tapana oppia pelillisin keinoin.

Pakopelit ovat hyviä oppimisen välineitä, sillä niillä on lukuisia oppimista ja oivaltamista edistäviä ominaisuuksia. Ne haastavat pelaajat haastamaan itsensä tarjoten samalla toiminnalle tavoitteen ja säännöt, jättäen kuitenkin tilaa pelaajan omalle harkinnalle, luovuudelle ja toiminnalle. Peli tarjoaa muun muassa mahdollisuuden harjoitella omassa työssä vastaan tulevia tilanteita turvallisesti niin, ettei pelaajan tarvitse pelätä epäonnistuvansa. Peli tarjoaa myös mahdollisuuden keskittyä vain aiheena olevaan asiaan määritellyn ajan. Tyypillisesti pedagogiset pakopelit ovat esimerkiksi puolentoista tunnin mittaisia. (Koiranen 2019: 24–37.)

Myös Hämäläisen, Brusilan ja Mertasen (2022: 4) julkaisemassa oppaassa Pieni opas pelisuunnitteluun nostetaan esiin pelipedagogiikan hyötyjä. Oppaan mukaan pedagogisia pelejä voidaan käyttää esimerkiksi tiedon välittämisen, taitojen harjoittamisen ja erilaisten teemojen käsittelyn menetelmänä. Pedagogisille peleille tyypillistä on ennalta määritelly pedagoginen tavoite ja se, että pedagogiikka ja pelillisuus kulkevat käsi kädessä muodostaen oppimista tukevan kokonaisuuden. (Hämäläinen & Brusila & Mertanen, 2022: 4.)

Pedagogisista pakopeleistä on saatavilla melko vähän teoreettista tietoa (ks. Leinonen & Rab, 2020: 58). Niitä on suunniteltu ja käytetty, mutta niihin liittyviä julkaisuja, joissa tarkasteltaisiin pelien tehokkuutta, teemoja ja sisältöjä on todella vähän. Yksi pelistä oppimisen ulottuvuus on pelin jälkeinen purkukeskustelu. Purkukeskustelussa on tarkoituksena, että pelaajat käyvät yhdessä läpi pelin herättämiä tunteita, ajatuksia sekä pelin tehtävien ja aiheen yhteyttä todelliseen maailmaan (ks. Leinonen & Rab, 2020: 22). Oppimista tukeva peli koostuu siis paitsi tarinasta, selkeistä ohjeista ja tehtävien ratkaisemisesta, myös kaiken pelissä tapahtuneen läpikäynnistä ryhmän kanssa.

Tämän pedagogisen pakopelin pelaajia ovat opinnäytetyön kohderyhmäläiset eli nuorten parissa työskentelevät ammattilaiset, kuten nuorisotyöntekijät ja koulujen henkilökunnan

jäsenet. Pakopelin tavoitteena on se, että pelaajille herää mielenkiinto ja kiinnostus traumainformoitua työtettä ja sen haltuun ottoa kohtaan. Tavoitteena on myös tarjota ratkaisu ajanpuutteen tuomaan haasteeseen, tarjoamalla ajallisesti tehokas tapa innostua aiheesta ja oppia uutta.

5 Kehittämistehtävä: Pedagogisen pakopelin suunnittelu

Opinnäytetyöprosessin alussa ajatuksenani oli tehdä peli täysin digitaalisena versiona, jolloin sen levittäminen eteenpäin olisi hyvin helppoa. Käytössäni olevien resurssien takia päädyin lopulta suunnittelemaan digitaalisen pelin sijaan niin sanotun perinteisen pakopelin, jota voidaan pelata esimerkiksi koulurakennuksessa tai nuorisotalolla. Pelin ohjeet, tarina ja tehtävämateriaalit ovat tulostettavia ja Nuorten Akatemia levittää niitä Mahis-ohjaajilleen.

5.1 Pelin ideointi yhdessä Nuorten Akatemian kanssa

Järjestimme Nuorten Akatemian kanssa kaksi yhteistä ideointipalaveria. Ideointipalaverien tarkoituksena oli pohtia erilaisia näkökulmia ja antaa minulle lisätietoa pakopelipedagogiikasta. Palaverit pidettiin 9.12.2021 ja 14.1.2022. Nuorten Akatemian pakopeleihin perehtynyt projektikoordinaattori Sonja Hämäläinen suunnitteli tapaamisiin erilaisia pakopelien konseptoinnissa hyviksi kokemiaan harjoitteita, joiden tarkoituksena oli pallorella erilaisia ideoita kuten pelin miljöötä ja hahmoja. Tapaamisiin osallistui hänen ja itseni muuta Nuorten Akatemian henkilökuntaa. Valmistelin ennen ensimmäistä tapaamista introttekstin (Liite 1) aiheeseen liittyen ja osallistujat lukivat sen ennen tapaamiseen saapumistaan. Introttekstissä osallistujille kerrottiin lyhyesti ACE-kokemuksista, traumainformoidusta työtteestä ja pelin tavoitteista.

9.12.2021 pidetyssä tapaamisessa keskityimme pallotelemaan ideoita siitä, millaiseen paikkaan peli voisi sijoittua. Kokoonnuimme ringiin ja kysyimme vuoron perään toisiltamme erilaisia paikkoja kuten ”Anna minulle paikka, jossa ei sada koskaan vettä”. Kekityt paikat kirjoitettiin muistilapuille ja koottiin yhteen seinälle. Seuraavaksi pohdimme, millaisia tunteita liitämme traumaan. Tällaisia tunteita olivat muun muassa viha, häpeä ja epätietoisuus. Tunteet kirjoitettiin myös muistilapuille ja koottiin seinälle. Tämän jälkeen teimme sana-assosiaatioharjoitteen, eli sanoimme vuoron perään, mitä kullekin tulee mieleen kustakin tunteesta. Myös nämä sanat kirjattiin muistilapuille ja koottiin seinälle. Kun olimme saaneet seinälle riittävästi erilaisia paikkoja, tunteita ja sanoja, ryhdyimme pohtimaan, kuinka niitä voitaisiin yhdistää pelin runkoa ajatellen. Käytettyjen harjoitteiden ohjeet löytyvät Hämäläisen, Brusilan ja Mertasen (2022) oppaasta Pieni

opas pelisuunnitteluun. Harjoitteiden seurauksena aloimme muotoilla ajatusta, että peli sijoittuisi jollain tapaa kesämökille, missä on hahmo, joka on kokenut jonkinlaisen ACE-kokemuksen.

14.1.2022 tapaamisessa käyimme 9.12.2021 tapaamisessa pohtimiamme sanoja ja ajatusta kesämökistä ja ACE-kokemuksesta. Tässä tapaamisessa lähdimme miettimään erilaisia mahdollisuuksia pelin rungolle, eli sitä mitä pelissä voisi tapahtua. Pohdimme myös sitä, missä asemassa pelaajat ovat pelissä, eli ovatko he pelatessaan ammattilaisia vai jotain muuta.

5.2 Pelin tarinan, juonen ja tehtävien luomisvaihe

Nuorten Akatemian kanssa järjestettyjen ideointipalaverien jälkeen lähdin itsenäisesti suunnittelemaan ideointipalavereissa esiin nousseiden ajatusten pohjalta pelin varsinaista tarinaa, juonta ja tehtäviä.

Peliä pelaavat nuorten kanssa työskentelevät ammattilaiset. Esimerkkejä pelaavista ammattiryhmistä ovat nuorisotyöntekijät ja koulujen henkilöstö. Peliä pelatessaan he eivät kuitenkaan ole ammattiasemassaan, vaan he asettuvat vertaisen asemaan. Vertaisen hahmoon sisälle menemisen on tarkoitus lisätä nuorilähtöisyyttä, sekä auttaa etäännyttämisessä todellisesta maailmasta. Pelin pelaaminen vertaisasemassa perustuu myös traumainformoidussa työotteessa oleelliseen jaettuun valtaan. Käsittelin jaetun vallan käyttöä alaluvussa 2.3. Bulandan ja Byro Johnsonin (2016: 305, 307) mukaan jaetun vallan käyttö traumaattisia tapahtumia kokeneiden nuorten kanssa edistää nuorten valtaistumista eli sitä, että nuori pääsee jälleen oman toimintansa herraksi. Pelattaessa vertaisasemassa pelaaja pääsee olemaan nuoren kanssa ajatuksen tasolla samalla tasolla ilman ammattilainen-nuori asetelmaa. Koirasen (2019: 37) mukaan pedagoginen pakopeli onkin hyvä tapa harjoitella omassa työssään tarvittavia taitoja ilman pelkoa epäonnistumisesta.

Suunnittelin pelin mahdollisimman helposti ja pienillä resursseilla toteutettavaksi. Pelissä tarvittavien materiaalien määrä on hyvin vähäinen ja näin ollen pelaavien tahojen ei tarvitse varata peliä varten isoa summaa rahaa. Pelin pelaamiseen tarvitaan rauhallinen huone, toimiva älylaite (älypuhelin tai tabletti) ja internetyhteys, suunnittelemani tuostettavat materiaalit, kaksi numerokoodilukkoa, kannellinen arku tai laatikko, muistiinpanovälineet, lasipullo ja tyhjä palapelipohja. Pelaaminen tapahtuu rauhallisessa huoneessa sekä Google Forms lomakkeilla. Google Forms lomakkeelle pelaajat pääsevät mukanaan olevan älylaitteen avulla. Suunnittelin myös pelin eteenpäin jakamisen

mahdollisimman helpoksi. Kokosin pelin pelaamiseen tarvittavat ohjeet sekä tulostettavat materiaalit linkkien taakse tiedostoiksi, ja Nuorten Akatemia pystyy helposti jakamaan nämä linkit eteenpäin.

Pelaajat saavat pelin aikana viestejä Lumikello03 nimiseltä henkilöltä, joka on todellisuudessa peliohjaaja. Pelissä tarvitaan aina pelaajien lisäksi peliohjaaja, joka valmistee pelin ja lähettää pelaajille viestejä Lumikello03 nimellä. Lumikello03 lähettää pelin aluksi pelaajille kehyskertomuksen kirjeen muodossa. Kehyskertomuksesta pelaajille selviää heidän tehtävänsä. Kirjeessä pelaajille kerrotaan, että nuori nimeltä Paju on nähty internetissä, mutta tähän ei saada enää yhteyttä. Paju on aiemmin kertonut Lumikello03:lle, että on tapahtunut jotain kamalaa ja kipeää tekevää. Pelaajien tehtävänä on erilaisten tehtävien ja vihjeiden kautta selvittää, mitä Pajulle on tapahtunut. Tämän jälkeen heidän tehtävänä on saada muodostettua uudelleen yhteys Pajuun. Pelissä on näin ollen kaksi päätehtävää ja ne sisältävät pienempiä, peliä eteenpäin vieviä, teoriaan pohjautuvia osatehtäviä. Päätehtävä 1 on tapahtuneen selvittäminen ja päätehtävä 2 on yhteyden uudelleen muodostaminen. Pelin alkupuolisko keskittyy päätehtävään 1, mikä pitää sisällään traumaattisiin kokemuksiin liittyviä osatehtäviä. Pelin loppupuolisko puolestaan keskittyy päätehtävään 2, mikä pitää sisällään traumainformoituun työotteeseen liittyviä osatehtäviä.

Yhteyden uudelleen muodostaminen on paitsi tehtävä, myös pelin loppuratkaisu, eli peli päättyy, kun yhteys Pajuun on palannut. Pelaajien on ratkaistava traumaattisiin kokemuksiin ja traumainformoituun työotteeseen liittyvät tehtävät, ennen kuin yhteys Pajuun voi muodostua. Päädyin tähän yhteyden muodostamisen tehtävään, koska kuten luvussa 1 mainitsin, on Sarvelan ja Auvisen (2020: 8) mukaan olemassa vaara yhteydetttömyyden kokemuksesta, mikäli ihmistyötä tekevä ei ole tietoinen traumaattisten kokemusten vaikutuksista ihmisten elämään ja kokemusmaailmaan. On näin ollen selkeää, että pelissä yhteys muodostuu nimenomaan traumainformoitua työtettä tutuksi tuomalla.

Pelissä ratkaistavat osatehtävät pohjautuvat täysin tässä opinnäytetyössä esiteltyyn teoriaan. Seuraavaksi avaan kunkin osatehtävän teoreettista pohjaa.

5.2.1 Osatehtävä 1: Turvattomuuden kartta

Turvattomuuden kartta tehtävässä pelaajat saavat käsiinsä kartan, missä on kuvat korkeasta sillasta, pimeästä metsämökistä, autiosta rannasta, pimeydessä näkyvästä tel-

tasta, autiosta metsästä ja leikkikentästä. Kuten luvussa 2.1. mainitsin, traumainformoidussa työtöteessa on Sarvelan (2020: 13), Goddardin (2021: 148) sekä Bulandan ja Byro Johnsonin (2016: 306) mukaan tärkeää kiinnittää huomiota fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallisen ympäristön luomiseen, sillä traumaattisen kokemuksen kokenut voi kokea turvattomuutta. Valitsin tällä perusteella tähän turvattomuuden kartta tehtävään kuvia sellaisista paikoista, mitkä on mahdollista yhdistää fyysisen, psyykkisen tai sosiaalisen turvattomuuden tunteeseen. Pelaajien tehtävänä on yhdistää kartalla näkyvät paikat sanaan turvattomuus. Sana turvattomuus toimii numeroiksi muutettuna avaimena koodilukkoon, mikä avaa pääsyn pelissä eteenpäin. Tehtävän tarkoituksena on virittää pelaajien ajatukset siihen, mitä etsittävä henkilö Paju kokee. Tehtävän tarkoituksena on myös tuoda esiin turvattomuuden tunteen moniulotteisuutta.

5.2.2 Osatehtävä 2: Oireet

On selvää, että traumaattiset kokemukset voivat oireilla hyvin monenlaisin tavoin. Tähän pedagogiseen pakopeliin ei kuitenkaan voi sisällyttää suurta määrää oireita, mutta valitsin mukaan kuusi luvuissa 3.1. ja 3.2. mainitsemaani oireita: sydänoireet, yliaktiivisuus, turvattomuus, univaikeudet, identiteettiin liittyvät haasteet ja hämmentyneisyys. Valitsin juuri nämä seitsemän oireita, sillä ne kuvastavat mielestäni hyvin traumaattisten kokemusten oireiden moninaisuutta tuoden esiin niin fyysiset kuin henkiset oireet. Tehtävän tarkoituksena on tuoda esiin juuri oireiden moninaisuus ja herättää pelaajien kiinnostus sitä kohtaan.

Oireita käsittelevän tehtävän alussa pelaajat saavat oireista vihjailevan kirjeen. Pelaajien tehtävänä on poimia kirjeestä Pajun oireet vastaamalla Google Forms lomakkeella oleviin monivalintakysymyksiin. Oikeat vastaukset vievät pelaajia tehtävässä eteenpäin ja seuraavaan tehtävään.

5.2.3 Osatehtävä 3: ACE-kokemukset

Kolmas osatehtävä käsittelee luvussa 3.3. tarkastelemiani ACE-kokemuksia. Päätin ottaa ACE-kokemukset yhdeksi omaksi tehtäväkseen siksi, että pelissä on kyse nimenomaan nuorten parissa työskentelevien kiinnostuksen herättämisestä. Tehtävän tarkoituksena on paitsi tuoda esiin se, millaiset kokemukset on luokiteltu ACE-kokemuksiksi, mutta myös herättää pelaajien kiinnostus näitä kokemuksia kohtaan. Tehtävän ohjeissa pelaajille kerrotaan lyhyesti, että etsittävät sanat ovat ACE-kokemuksia ja että ne ovat alle 18-vuotiaana tapahtuvia erityisen haitallisia kokemuksia.

ACE-kokemuksiin liittyvä tehtävä on vihjeristikko. Ristikko on piilotettuna pelihuoneeseen ja pelaajien tehtävänä on ensin löytää se ja ratkaista ristikkovihjeiden avulla sanat sota, terrorismi, köyhyys, perheväkivalta, kouluväkivalta, yhteisöväkivalta, väkivalta, turvaton elinympäristö, luonnon katastrofit sekä menetykset. Nämä kymmenen kokemusta luokitellaan ACE-kokemuksiksi ja sen vuoksi niitä on tärkeää käsitellä tässä pakopelissä. (Ks. tämän opinnäytetyön luku 2.3.; Goddard 2021: 145–147.).

Sanojen löytymisen jälkeen pelaajien tehtävänä on pohtia, mikä löydetyistä sanoista yhdistää kaikkia löydettyjä sanoja. Menetys on kaikkia löydettyjä sanoja yhdistävä sana ja pelaajille selviää, että menetys on myös vastaus päätehtävään 1. eli Paju on kokenut menetyksen. Kuten luvussa 3.1. mainitsin, Thompsonin (2015: 257) mukaan traumaattiseen kokemukseen liittyy hyvin usein kokemus menetyksestä. Menetys voi olla hänen mukaansa joko traumaattisen kokemuksen syy tai seuraus. Pelissä ei tarkemmin kerrota tai ratkota sitä, millaisen menetyksen Paju tarkalleen ottaen on kokenut. Päädyin tähän siksi, että menetyksen jäädessä tällä tavoin auki, voi se viitata mihin tahansa pelissä esiin nostettuun ACE-kokemukseen.

5.2.4 Osatehtävä 4: Keskeisten näkökulmien etsintä

Tässä tehtävässä pelaajat etsivät ensin pelihuoneesta kuvan, missä on kuva mökkihuoneesta. Tähän kuvaan on piilotettu sanoja, mitkä ovat tässä opinnäytetyössä luvuissa 2.1., 2.2. ja 2.3. esittelemäni keskeiset traumainformoidun työotteen näkökulmat, eli voimaantumisen, jaettu valta, fyysinen turvallisuus, psyykinen turvallisuus sekä sosiaalinen turvallisuus. Pelaajien tehtävänä on löytää nämä piilotetut sanat.

Tehtävän tarkoituksena on tuoda esiin niitä näkökulmia, mitkä ovat oleellisia traumainformoidun ympäristön luomisessa ja herättää pelaajien kiinnostus lähteä pohtimaan sitä, millä tavoin esimerkiksi traumaattisen kokemuksen kokeneen nuoren voimaantumista tai valtaistumista voisi lähteä tukemaan omassa työssä.

5.2.5 Osatehtävä 5: 4T-mallin muodostus

Tässä tehtävässä pelaajat pyrkivät saamaan pelihuoneessa olevan lukitun arkun/laatikon auki. Arkun/laatikon päälle on asetettu neljä tulostettua, eri väristä ympyrää ja pelaajien tehtävänä on löytää pelihuoneesta niitä vastaavat ympyrät. Kunkin etsittävän ympyrän taakse on kirjoitettu sana. Ympyröiden taakse on lisäksi kirjoitettu numero. Piilotetut sanat ovat luvussa 2.1. tarkastelemani Sarvelan (2020: 40–41) ja Goddardin

(2021: 148) esiin tuomat traumainformoidun työotteen 4T-mallin mukaiset tunnistaminen, tiedostaminen, toimiminen ja uudelleen traumatisoitumisen ehkäiseminen. Arkun/laatikon päällä pelaajia odottaa myös kirje Pajulta. Pelaajien tehtävänä on sijoittaa löytämänsä 4T-mallin sanat ja sen myötä numerot oikeille paikoille tekstiin. Sanojen ja näin ollen numeroiden sijoituksessa tekstiin oikeaan järjestykseen, pelaajat saavat numerokoodin, millä arkun/laatikon lukko aukeaa.

Tehtävän tarkoituksena on tuoda pelaajille tutuksi 4T-malli, mutta myös herättää heidät kirjeen avulla pohtimaan sitä, miksi nämä neljä sanaa ovat traumainformoidussa työotteessa tärkeitä.

5.2.6 Osatehtävä 6: Itsetuntemuksen palapeli

Pelaajat ovat saaneet osatehtävässä 5 lukitun arkun/laatikon auki. He löytävät sieltä tässä itsetuntemuksen palapeli tehtävässä joukon palapelin paloja. Palapelin paloihin on kirjoitettu sellaisia sanoja, mitkä on mahdollista yhdistää ja assosoida traumaan tai traumaan liittyviin tunteisiin. Tämän tehtävän suunnittelussa käytin Nuorten Akatemialla 9.12.2021 pidetyssä konseptointitapaamisessa palloiteltuja sanoja.

Pelaajien tehtävänä on kasata palapeli. Kasatessaan palapeliä, he lukevat näitä peliin valitsemiani sanoja ja tarkoituksena on herättää heidät pohtimaan sitä, vastaavatko sanat heidän omia ajatuksiaan ja assosiaatioitaan ja jos eivät, niin millaisia sanoja he itse valitsisivat. Tässä tehtävässä taustalla on luvussa 2.5. käsittelemäni ammattilaisen itsetietoisuuden ja itsetuntemuksen merkitys traumainformoidussa työotteessa.

Kasattuaan palapelin pelaajat saavat Lumikello03:lta viestin, missä heitä kehoitetaan tarkastelemaan palapelin sanoja ja selvittämään, mitä sana Lumikello symboloi. Lumikello symboloi toivoa (Lempiäinen 1992, Kallio 2010 mukaan). Valitsin peliin toivon elementin, sillä Peltoniemen (2022) mukaan toivo ja sen ylläpitäminen on yksi traumainformoidun työotteen tärkeistä elementeistä.

Pelaajien tulee vastata saamaansa viestiin sana toivo, minkä jälkeen he saavat viestin, missä lukee ”Moi. T: Paju”. Yhteys Pajuun on muodostettu ja peli päättyy päätehtävän 2 tultua ratkaistuksi.

5.3 Pelin testaaminen Nuorten Akatemialla

Järjestimme testipelitilaisuuden Nuorten Akatemian toimistolla Helsingissä 8.4.2022. Nuorten Akatemian henkilökunnan jäsenistä koottu viiden hengen ryhmä pelasi pelin läpi, ja he antoivat sen jälkeen palautetta. Testipelin aluksi kerroin pelaajille arvioivani pelin kestoksi noin 40 minuuttia. Ajan arviointi oli kuitenkin hyvin haastavaa ennen testausta. Tämän vuoksi en käyttänyt testipelissä ajastinta vaan pelaajat saivat ratkaista pelin rauhassa ilman pakopeleihin kuuluvaa aikapainetta. Aikaa kului lopulta tunti, eli 20 minuuttia enemmän kuin olin arvioinut.

Seurasin pelaajia ja pelin kulkua pelin aikana, lähettäen tarvittaessa puhelimitse lisävihtejä ja -ohjeistuksia. Myös Nuorten Akatemian projektikoordinaattori Hämäläinen seurasi pelin kulkua tehden pelillisyyteen liittyviä huomioita, mistä lisää myöhemmin arviointi luvussa. Koin runsaan palautteen ja huomiot arvokkaaksi, sillä on selvää, että peli tarvitsi korjauksia testauksen jälkeen. Projektikoordinaattori Hämäläinen totesikin, että pelejä testataan usein lukuisia kertoja ennen kuin ne ovat täysin valmiita. Tätä peliä testattiin kerran ja tämä testaus oli tärkeä osa prosessia, sillä se antoi minulle mahdollisuuden tehdä tarvittavat korjaukset ennen pelin valmiiksi julistamista.

Testipelin jälkeen tein korjauksia koko pelimateriaaliin. Testipelissä kävi ilmi, että ohjeistusta oli paikoin tarvetta selkeyttää. Lisäksi ACE-kokemusten ristikko osoittautui sellaisenaan liian vaikeaksi, joten sitä tuli yksinkertaistaa. Lisäksi muokkasin itsetuntemuksen palapeli- tehtävää siten, että paloihin kirjoitettavat sanat tavutetaan eri paloille, jolloin pelin kokoaminen on mielekkäämpää. Testipelissä itsetuntemuksen palapelissä jokaiseen palapelipalaan oli kirjoitettu yksi sana tavuttamisen sijaan. Nämä korjaukset ja lisäykset olivat sellaisia, mitä olin pohtinut jo ennen testipeliä, joten ne eivät tulleet täysin yllätyksenä. Lisäksi päätin palautteen perusteella lisätä pelin alkuun aloitustehtävän, missä pelaajat yrittävät konkreettisesti itse tavoittaa Pajua saamalla tätä kiinni. Testipelin pelaajat toivoivat tätä, sillä se toisi pelaajille konkreettisesti tunteen siitä, että Pajua ei saada kiinni.

Testipelissä tuli ilmi myös loistava idea saavutettavuuden lisäämisestä. Muun muassa ohjeistuksiin toivottiin ääniviestien käyttöä, jolloin myös näkörajoitteiset saavuttaisivat ne. Käytössäni olleiden resurssien vuoksi en kuitenkaan pystynyt muokkaamaan peliä niin, että saisin esimerkiksi tällaisen ääniviestiominaisuuden käyttöön. Saavutettavuuteen liittyen päädyin testipelin jälkeen kuitenkin muokkaamaan tulostettavassa materiaalissa käytettäviä fontteja, värejä ja kontrasteja, jotta ne olisivat paremmin luettavia.

Kaiken kaikkiaan testipeli oli loistava kokemus ja se tarjosi arvokasta tietoa niistä pelin kohdista, mitkä tarvitsivat korjausta.

6 Arviointi

Tämä pedagoginen pakopeli oli ensimmäinen kosketukseni pakopelien suunnitteluun. Kiinnostuin pedagogisista pakopeleistä menetelmänä tutustuessani opinnäytetyöprosessin alussa tämän opinnäytetyön lähdeluettelosta löytyvään Koirasen (2019) pedagogisten pakopelien suunnittelun oppaaseen. Traumainformoidusta työotteesta opinnäytetyön teemana puolestaan kiinnostuin jo paljon aikaisemmin.

Tiedostin jo tätä lopullista aihetta hahmotellessani, että siihen liittyy paljon riskejä. Pohitimiani riskejä olivat muun muassa seuraavat asiat: miten pedagoginen pakopeli todella suunnitellaan – onnistunko siinä? miten saan pelin toimimaan käytännössä, kun tilanne on se, ettei käytössä ole esimerkiksi taloudellisia resursseja? miten saan tehtävät suunniteltua niin, että ne liittyvät nimenomaan traumainformoituun työotteeseen? saanko aikaan kokonaisuuden vai kasan toisistaan irrallisia tehtäviä? Koin kuitenkin kaikista riskeistä huolimatta opinnäytetyön ainutlaatuisena tilaisuutena ja mahdollisuutena kokeilla, miten pedagoginen pakopeli menetelmänä sopisi traumainformoidun työotteen tutuksi tuomisessa.

Aihetta hahmotellessani haastetta toi aluksi myös työelämäkumppanin löytäminen. Aiheeni selkeästi vaikeutti työelämäkumppanin löytämistä, ennen kuin otin yhteyttä Nuorten Akatemiaan. Nuorten Akatemia on suunnitellut useampia pedagogisia pakopelejä ja he lähtivät mielellään työelämäkumppanikseni. Kuten olen maininnut aiemmin luvussa 4, pedagogisista pakopeleistä on saatavilla melko vähän teoreettista tietoa. Tämän vuoksi Nuorten Akatemian tietotaito pedagogisten pakopelien suhteen oli opinnäytetyön onnistumisen kannalta äärimmäisen tärkeää ja arvokasta.

Päätin edetä työelämäkumppanin löytymisen jälkeen prosessissa siten, että kirjoitin ensin tämän opinnäytetyön kirjallisen osan teorian ja vasta sen jälkeen aloin suunnittelemaan tarinaa ja tehtäviä. Tällä tavoin pystyin varmistumaan siitä, että saan tehtävät perustamaan teorian tietoon. Teoriatietoa oli lopulta laajan aiheen vuoksi paljon, ja se aiheutti myös haastetta. Haaste oli se, miten saada kaikki teorian osat jollain tapaa mukaan peliin. Pedagoginen pakopeli menetelmänä pakotti rajaamaan teorian osien käsittelyä, jottei pelistä tulisi liian pitkä. Tämän vuoksi koenkin, että pedagoginen pakopeli

toimii nimenomaan kiinnostuksen ja kipinän herättäjänä. Oli jo alussa selvää, ettei peli menetelmänä mahdollista asioiden yksityiskohtaista ja laajaa käsittelyä.

Suunnitteluvaiheessa koin erittäin arvokkaaksi joulukuussa 2021 ja tammikuussa 2022 järjestetyt ideointitapaamiset Nuorten Akatemian kanssa. Ajatusten ja ideoiden palloittelu toisten kanssa auttoi tarinan suunnittelussa. Sain tapaamisista paljon ideoita, joiden pohjalta lopulta muodostin itsenäisesti pelin tarinan.

Tarinan ja tehtävien suunnittelu oli ajoittain haastavaa, mutta se kuuluu asiaan. Haastetta toi muun muassa se, miten suunnitella peli niin, ettei sen pelaamiseen tarvittaisi paljoa tarvikkeita. On selvää, että pakopeleissä usein nähtävät lukot, kirstut ja muut tarvikkeet voivat maksaa helposti ison summan rahaa, mikäli niitä tarvitaan useita. Halusin pitää pelissä tarvittavien tarvikkeiden määrän mahdollisimman vähäisenä. Minulle oli jo aluksi selvää, ettei pelin pelaaminen saa vaatia pelaavilta tahoilta huomattavaa rahasummaa. Halusin, että peliä voi pelata ilman, että sen tarvikkeisiin ja ylipäänsä sen pystyttämiseen tarvitsee erikseen varautua esimerkiksi budjetissa. Uskon, että tämä voi mahdollisesti madaltaa kynnystä tarttua peliin.

Pelimateriaalien kasaamisessa haastetta tuotti erityisesti ohjeistusten tekeminen. Olen suunnitellut pelin yksin, joten paikoitellen oli haastavaa pohtia, miten yksityiskohtaiset ohjeiden tulee missäkin kohdassa olla, jotta ulkopuolinen ymmärtäisi mutkattomasti, mitä hänen kuuluisi tehdä. Kuten testipeliä käsittelevässä luvussa totesin, päädyin testipelin jälkeen lisäämään ohjeistuksia. Testipelin aikana lähetin pelaajille useita ylimääräisiä ohjeita WhatsApp-viestisovelluksen kautta peliohjaajan roolissa. Olin ennakoinut, että ohjeistuksia tulisi mahdollisesti lisätä ja selkiyttää, mutta olin yllätynyt siitä, miten paljon lisäyksiä tuli lopulta tehdä. Juuri tämän vuoksi testipelin järjestäminen oli äärimmäisen tärkeää, sillä se tarjosin mahdollisuuden todeta ohjeistusten puutteet ja korjata ne.

Ohjeistusten epäselvyyksien vuoksi testipelissä tuli paikoin vastaan hämmennystä, sillä pelaajat eivät olleet varmoja, mitä heidän kuuluu tehdä. Tämä vei testipelissä huomiota pelin varsinaisesta sisällöstä. Korjausten myötä pelaajat pystyvät jatkossa paremmin keskittymään pelin varsinaiseen sisältöön, jolloin pelin pedagogiset tavoitteet toteutuvat paremmin. Koen pelin täyttävän sille asettamani pedagogiset tavoitteet melko hyvin tai hyvin, kun ohjeistus on tarpeeksi selkeää.

Testipelin aikana Nuorten Akatemian pedagogisiin pakopeleihin perehtynyt projekti-koordinaattori Hämäläinen teki muistiinpanoja pakopelipedagogiikan näkökulmasta, eli

hän keskittyi pelillisiin asioihin. Hän nosti huomioissaan esiin sekä ohjeistusten tarkentamisen, että ACE-ristikkotehtävän yksinkertaistamisen tärkeyttä. Lisäksi hän suositteli keventämään vihjeviestien sisältöä ja tahtia, jolloin pelaajille jää enemmän tilaa pohtia tehtäviä itsenäisesti. Hänen mukaansa osa pedagogisten pakopelien viehätystä on se, ettei pelaajille kerrota turhan tarkasti mitä heidän kuuluu tehdä. Päädyinkin tämän huomion perusteella keventämään ohjeistusta. Projektikoordinaattori Hämäläisen mukaan peli oli pienistä korjausvaatimuksista huolimatta hyvin pelattava ja se muodosti kokonaisuuden. Pelin teema kantoi sekä hänen, että pelaajien mukaan läpi koko pelin ja pelin lopetus koettiin toiveikkaaksi.

Sekä työelämäkumppanin, että itseni arvio pelin onnistumisesta oli näin ollen hyvin samanlainen. Huomasimme pitkälti samat korjausta vaativat kohdat ja näkemyksemme tukivat toisiaan.

7 Pohdinta

Näen pedagogisen pakopelin käytössä paljon mahdollisuuksia. Opinnäytetyöprosessin alussa pohdin, sopiiko pakopeli menetelmäksi sosiaalialaa koskettavien, paikoin raskaidenkin teemojen käsittelyssä. Näin prosessin lopussa totean, että omasta mielestäni se sopii menetelmäksi varsin hyvin. Kuten aiemmin mainitsin, se ei mahdollista asioiden yksityiskohtaista käsittelyä, mutta se mahdollistaa kipinän herättämisen. Itse koen, että juuri kipinän ja mielenkiinnon herättäminen on erittäin tärkeää etenkin traumainformoidun työotteen kaltaisten, vähemmän tuttujen aiheiden ja teemojen suhteen. Sosiaaliala on laaja ja se pitää sisällään paljon eri työotteita, kohtaamistilanteita ja erilaisia ihmiskohtaloita. Kaikkea tätä ei voida tuoda esille koulutuksessa vaan ammattilaisten tulee aktiivisesti kehittää omaa ammattitaitoaan ja pitää kiinnostustaan yllä omaa alaansa kohtaan. Ajattelen, että kiinnostuksen ylläpitämiseksi juuri kipinän herättäminen on erityisen tärkeää. Kun kipinä jotain työotetta tai kohtaamismenetelmää kohtaan herää, ammattilainen todennäköisesti jatkaa aiheeseen tutustumista ja peilaa sitä omaan työhönsä. Siksi näen pedagogisille pakopeleille menetelmänä paikan sosiaalialan työssä ja koulutuksessa ja toivon tämän opinnäytetyön näyttävän esimerkkiä siitä, kuinka pelejä voi suunnitella ja toteuttaa.

Tämä opinnäytetyön tuotoksena syntynyt pedagoginen pakopeli on todella vähäisillä resursseilla rakennettu ja siksi se on melko vaatimaton. Ajattelen, että isompien resursien myötä sosiaalialaa koskettavia pedagogisia pakopelejä voitaisiin rakentaa hyvin monista eri aiheista, loistavin tuloksin. Erityistä huomiota kiinnittäisin digitaalisten pelien

mahdollisuuksiin. Mikäli käytössäni olisi ollut taloudellisia ja tietoteknisiä resursseja, olisin todennäköisesti päättänyt suunnittelemaan pelin täysin digitaaliseksi. Digitaalisessa pelissä olisi mahdollista käyttää näkyviä hahmoja, luoda monipuolisia tehtäviä, käyttää helposti ääni- ja videotiedostoja, sekä piilottaa vihjeitä mitä ihmeellisimpiin paikkoihin. Myös saavutettavuuteen liittyvät asiat pystyttäisiin todennäköisesti huomioimaan digitaalisessa pelissä huomattavasti paremmin kuin tässä perinteisemmässä pelimuodossa. Esimerkiksi Seppo-alustaa voitaisiin hyödyntää hyvin tuloksin. Minulla ei kuitenkaan ollut tässä pelissä käytössäni Seppo-alustaa tai muuta vastaavaa alustaa, joten en päässyt tätä digitaalisuutta kokeilemaan. Olen kuitenkin vahvasti sitä mieltä, että esimerkiksi tästä traumainformoidun työotteen pakopelistä saisi aikaan loistavan digitaalisen version. Nostin digitaalisten pelien mahdollisuuksia esiin myös Nuorten Akatemian blogiin kirjoittamassani blogitekstissä. Kirjoitin blogitekstin pedagogisten pakopelien käytöstä ihmistyössä käytettävien työmenetelmien tutuksi tuomisessa. Blogitekstin loppupäätelmä on samalla tämän opinnäytetyön loppupäätelmä: pedagogisille pakopelille on paikka ihmistyön työmenetelmien tutuksi tuomisessa.

Lähteet

Bulanda, Jeffrey & Byro Johnson, Trisha 2016. A Trauma-Informed Model for Empowerment Programs Targeting Vulnerable Youth. *Child and Adolescent Social Work Journal* 2016–08. Vol. 33 (4). s. 303–312.

Burke Harris, Nadine 2019. *Syvälle ulottuvat juuret. Turvattomasta lapsuudesta tasapainoiseen aikuisuuteen*. Helsinki: Basam Books Oy.

Duru, Erdinc & Balkis, Murat 2018. Exposure to school violence at school and mental health of victimized adolescents. The mediation role of social support. *Child Abuse & Neglect*. Vol. 82.

Goddard, Anna 2021. Adverse Childhood Experiences and Trauma-Informed care. *Journal of Pediatric Health Care* 2021–3. Vol. 35 (2). s. 145–155.

Golightley, Malcolm & Goemans, Robert 2017. *Social Work and Mental Health*. 6. painos. SAGE Learning Matters. Lontoo: SAGE Publications Ltd.

Hamarus, Päivi 2006. *Koulukiusaaminen ilmiönä. Yläkoulun oppilaiden kokemuksia kiusaamisesta*. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta.

<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/13307/9513926966.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Viitattu 5.5.2022.

Hietala, Tarja & Kaltiainen, Tiina & Metsärinne, Ulla & Vanhala, Erja 2010. *Nuori ja mieli. Koulu mielenterveyden tukena*. Tammi.

Hokkanen, Liisa 2009. *Empowerment valtaistumisen ja voimaantumisen dialogina*. Teoksessa Mäntysaari, Mikko & Pohjola, Anneli & Pösö, Tarja (toim.). *Sosiaalityö ja teoria*. PS-kustannus. E-kirja.

Hämäläinen, Sonja & Brusila, Elisa & Mertanen, Milla Minerva 2022. *Pieni opas pelisuunnitteluun. Pelaa! -hanke: Nuorten Akatemia, SAKU ry & Lasten ja nuorten säätiö*.

https://www.nuortenakatemia.fi/wp-content/uploads/2022/04/Pieni-opas-pelisuunnitteluun_aukeamat.pdf

Viitattu 5.5.2022.

Iacona, Jaclyn & Johnson, Stephanie 2018. Neurobiology of Trauma and Mindfulness for Children. Journal of trauma nursing. Vol. 25 (3). s. 187–191.

Kallio, Helena 2010. Kukkain kielellä. Kotimaisten kielten keskus. Blogipostaus 5.5.2010.

https://www.kotus.fi/nyt/kotus-blogi/blogiarkisto/helena_kallio/kukkain_kielella.6361.blog

Viitattu 5.5.2022.

Karhu, Eveliina 2020. Lasten ja nuorten kokema seksuaaliväkivalta ilmiönä. Julkaisussa Oinas, Merja-Maaria & Pietilä, Mika & Tuohino, Venla (toim.) 2020. Kysy, kohtaa ja kuuntele. Opas seksuaalisen houkuttelun ja seksuaaliväkivallan ennaltaehkäisyyn nuorisotyössä. Koordinaatti, Oulun kaupunki.

<https://koordinaatti.fi/system/files/2020-07/Kysyy%20kohtaa%20kuuntelee%20opas%20verkkoversio.pdf>

Viitattu 5.5.2022.

Kiilakoski, Tomi 2009. Viiltoja. Analyysi kouluväkivallasta Jokelassa. Nuorisotutkimusseuran verkkojulkaisuja 28.

<https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/viiltoja.pdf>

Viitattu 5.5.2022.

Koiranen, Joonas 2019. Pedagogiset pakopelit. Opas. Helsinki: Ääres eduEscape.

Korkiamäki, Riikka 2009. ”Kaljaporukoita” vai ”ihan tavallisia koviksii” – osallisuus vertaisryhmässä nuorten määrittelyn kohteena. Teoksessa Raitakari, Suvi & Virokannas, Elina (toim.) 2009. Nuorisotyön ja sosiaalityön jaetut kentät. Puheenvuoroja asiantuntijuudesta, käytännöistä ja kohtaamisista. Nuorisotutkimusseuran julkaisuja 96. Jyväskylä: Gummerus. s. 83–106.

Korpilahti, Ulla & Kettunen, Hanna & Nuotio, Erika & Jokela, Satu & Nummi, Vuokko Maria & Lillsunde, Pirjo (toim.) 2019. Väkivallaton lapsuus – toimenpidesuunnitelma lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisystä 2020–2025. Osa 2. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2019:27. Helsinki: PunaMusta Oy

Kääriäinen Juha 2008. Väkivalta rikoksena. Julkaisussa Ellonen, Noora & Kääriäinen, Juha & Salmi, Venla & Sariola, Heikki 2008. Lasten ja nuorten väkivaltakokemukset. Tutkimus peruskoulun 6. ja 9. luokan oppilaiden kokemasta väkivallasta. Poliisiammattikorkeakoulun raportteja 71/2008. Oikeuspoliittisen tutkimuslaitoksen tutkimustiedoksi-
antoja 87. s. 41–51.

https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/152529/Lasten_ja_nuorten_vakivaltakokemukset.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Viitattu 5.5.2022.

Laajasalo, Taina (toim.) 2020. Barnahus-hanke. Miten toteutuu väkivaltaa kokeneen lapsen psykososiaalinen tuki? – tuki ja hoitomuodot sekä potentiaalisten lapsiin kohdistuvien seksuaalirikosten tekijöiden ehkäisevä kuntoutus. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Raportti 17/2020.

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140845/URN_ISBN_978-952-343587-2.pdf

Viitattu 5.5.2022.

Lepistö, Sari 2010. Nuorten kokema perheväkivalta: malli hyvinvoinnista ja selviytymisestä. Väitöskirja. Tampereen yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta.

<https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/66653/978-951-44-8223-6.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Viitattu 5.5.2022.

Mahis.

<https://www.mahis.info/>

Viitattu 5.5.2022.

Munukka, Jouni & Kurki, Riikka 2019. Ylistettyä Kiva koulu - ohjelmaa käytetään jopa vahingollisella tavalla: ”Jättää aikamoisia traumoja kiusatulle”. Yle, Mot.

<https://yle.fi/aihe/artikkeli/2019/01/09/ylistettya-kiva-koulu-ohjelmaa-kaytetaanjopa-vahingollisella-tavalla-jattaa>

Viitattu 5.5.2022.

Nivala, Elina & Ryyänen, Sanna 2019. Sosiaalipedagogiikka. Kohti inhimillisempää yhteiskuntaa. Tallinna: Gaudeamus.

Nurmi, Jari-Erik & Ahonen, Timo & Lyytinen, Heikki & Lyytinen, Paula & Pulkkinen, Lea & Ruoppila, Isto 2014. Ihmisen psykologinen kehitys. PS- kustannus. E-kirja.

Nyberg, Sari & Lindroos, Maria 2020. Traumainformoitu johtaminen ja ammatillinen itsetuntemus. Teoksessa Sarvela, Kati & Auvinen, Elisa (toim.) 2020. Yhteinen kieli. Traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen. Helsinki: Basam Books Oy. s. 74–93.

Näsi, Matti 2016. Nuorten rikoskäyttäytyminen ja uhrikokemukset 2016. Helsingin yliopisto. Valtiotieteellinen tiedekunta. Kriminologian ja oikeuspolitiikan instituutti. Katsauksia 18/2016.

https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/169509/Katsauksia_18_N%c3%a4si_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Viitattu 5.5.2022.

Peltoniemi, Mai 2022. Traumainformoitu työote – traumataustan huomioiminen. Puheenvuoro 1.3.2022 Supernovat hankkeen webinaarissa Kohtaa trauma! traumainformoitua työtettä ihmisten parissa työskenteleville.

Rab, Isra & Leinonen, Teemu 2020. Educational escape rooms as collaborative learning environments. Aalto Yliopisto. Taiteiden ja suunnittelun korkeakoulu. Maisterivaiheen työ.

https://aaltodoc.aalto.fi/bitstream/handle/123456789/97366/master_Rab_Isra_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Viitattu 5.5.2022.

Rikoksentorjunta. KiVa Koulu.

<https://rikoksentorjunta.fi/kiva-koulu>

Viitattu 5.5.2022.

SAMSHA's Trauma and Justice Strategic Initiative 2014. SAMSHA's Concept of Trauma and Guidance for Trauma-Informed Approach. Substance Abuse and Mental Health Services Administration SAMHSA.

https://ncsacw.samhsa.gov/userfiles/files/SAMHSA_Trauma.pdf

Viitattu 5.5.2022.

Saurama, Erja & Nurmi, Anna & Heino, Päivi 2020. Pakotettu muutto ja ontologisen turvallisuuden rakentuminen. *Yhteiskuntapolitiikka* 85 (2020): 2.

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/139443/YP2002_Sauramaym.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Viitattu 5.5.2022.

Sarvela, Kati 2020. Hyviä tapoja omaksumassa – malleja maailmalta. Teoksessa Sarvela, Kati & Auvinen, Elisa (toim.) 2020. *Yhteinen kieli. Traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen*. Helsinki: Basam Books Oy. s. 32–64

Sarvela, Kati & Auvinen, Elisa 2020. *Yhteinen kieli. Traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen*. Helsinki: Basam Books Oy. s. 7–9.

Sarvela, Kati 2020. Traumainformoidun hoivan taustaa. Teoksessa Sarvela, Kati & Auvinen, Elisa (toim.) 2020. *Yhteinen kieli. Traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen*. Helsinki: Basam Books Oy. s. 13–31.

Siegfried, C.B., Blackshear, K. 2016. National Child Traumatic Stress Network ja National Resource Centre on ADHD: A Program of Children and Adults with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (CHADD). *Is it ADHD or child traumatic stress? A guide for clinicians*. Los Angeles, CA & Durham, NC: National Center for Child Traumatic Stress.

https://www.nctsn.org/sites/default/files/resources//is_it_adhd_or_child_traumatic_stress.pdf

Thompson, Neil 2015. *People Skills*. 4. painos. Palgrave.

Introtteksti

Traumainformoitua työtettä käsittelevä pedagoginen pakopeli, opinnäytetyö

Pelin tausta:

Pakopeli käsittelee traumainformoitua työtettä ja on suunnattu nuorten parissa työskenteleville opetus-, kasvatusta-, nuorisotyö- ja sosiaalityön ammattilaisille. Peli soveltuu esimerkiksi koulun tiloissa pelattavaksi niin, että siihen osallistuu koulun henkilökuntaa ja esimerkiksi paikkakunnan nuorisotyöntekijöitä.

Alle 18-vuoden iässä tapahtuvia traumaattisia kokemuksia kutsutaan ACE-kokemuksiksi. ACE-kokemukset ovat erittäin vahingollisia ja voivat vaikuttaa hyvinvointiin koko elämän ajan. Sen vuoksi tämän pelin tarkoituksena on tuoda traumainformoitua työtettä tutuksi nuorten parissa työskenteleville.



ACE-kokemuksia on luokiteltu ja yllä näkyy joitakin yleisimpiä luokkia. Tästä näkee, että lukuisat nuorten elämässä tapahtuvat tapahtumat voivat olla erittäin vahingollisia. Esimerkiksi turvattomassa elinympäristössä eläminen ja väkivaltakokemukset koskettavat valitettavan monen nuoren elämää.

Traumainformoidussa työtössä on kyse siitä, että tiedostetaan traumojen olemassaolo ja niiden moninaiset oireet. Traumainformoidussa työtössä pyritään luomaan fyysisesti, psykologisesti ja sosiaalisesti turvallinen ympäristö. Tällaisen ympäristön luominen tukee nuoren voimaantumista, valtaistumista ja osallisuutta.

Muun muassa nuorten väkivaltakokemukset tulevat ilmi useammin heidän arkisissa elinympäristöissään kuten koulussa ja vapaa-ajan toiminnoissa kuin esimerkiksi

terveystarkastuksessa. Onkin tärkeää, että näissä nuorten arkisissa ympäristöissä toimittaisiin traumainformoidusti.

Traumaattinen kokemus voi johtaa moniin terveysongelmiin elämän varrella ja siksi traumat ovat kansanterveydellinen haaste. Kaikkien ihmistyötä tekevien tulisi pyrkiä traumainformoituun työotteeseen.

Pelin tavoitteet:

- Tuoda traumainformoitua työtettä tutuksi ja herättää mielenkiintoa tutustua lisää työotteeseen ja sen toteuttamiseen.
- Tuoda esiin sitä, miten työskentelemällä traumainformoidulla työotteella tulee tukeneeksi nuoren voimaantumista, valtaistumista ja osallisuutta.
- Tuoda ajallisesti tehokas ratkaisu oppia lisää tärkeästä aiheesta. Ei tarvitse varata esimerkiksi 4–8 tuntia työpäivästä, kuten usein koulutusten ja webinaarien kohdalla on.

Näkökulmia:

- Traumat, niiden luonne, moninaiset oireet
- Traumainformoitu työote voimaantumisen näkökulmasta
- Traumainformoitu työote valtaistumisen näkökulmasta
- Traumainformoitu työote osallisuuden näkökulmasta
- Ammattilaisen itsetuntemuksen ja itsetietoisuuden tärkeys traumainformoidussa työssä

Kohtuullinen budjetti:

- Kohtuullinen budjetti 30-60e riippuen saatavilla olevien lukkojen ja lippaiden/laatikoiden hinnoista. Esimerkiksi kolmenumeroinen yhdistelmäriippulukko maksaa kaupasta riippuen 6-8e/kpl. Lukkoja peliin tarvitaan useampi, esimerkiksi 5. Lippaiden/laatikoiden hinnat ovat muutamasta eurosta reiluun kymmeneen euroon kappale.

Budjetti voi olla huomattavasti pienempi, mikäli lukkoja tai lippaita/laatikoita löytyy talosta. Esimerkiksi kouluissa usein löytyy kannellisia laatikoita. Samoin paperia ja kyniä löytyy usein entuudestaan. Myös QR-koodeja voi käyttää lukkoina johonkin verkossa olevaan sisältöön. Tällöin tarvitaan älylaite kuten älypuhelin tai tabletti.

Mitä tarvitaan?

- Tulostettavat materiaalit, missä on mukana ohjeet ja tehtävämateriaalit
- Lukot
- Lippaita/laatikoita yhtä monta kuin lukkoja
- Paperia, kyniä
- Älypuhelin tai tabletti QR-koodien lukemiseen

Kuka pelin lataa ja valmistelee? entä kuka sen ohjaa?

Hyvä peliympäristö on koulurakennus. Peliin on tällöin kätevää kutsua mukaan koulun henkilökuntaa, sekä paikkakunnalla toimivia nuorisotyöntekijöitä ja muita toimijoita yhteisen asian äärelle. Koulun tiloissa pelattavan pelin voi ladata, valmistella ja ohjata koulupsykologi, koulukuraattori, koulusosionomi tai muu oppilashuollon tiimin jäsen.

**Pedagogisen pakopelin ohjeet, tarvikeluettelo ja materiaalipa-
ketti**



Hei!

Tervetuloa pelaamaan pedagogista pakopeliä traumainformoidusta työotteesta! Näin aivan aluksi muutama sana pelistä ja sen taustasta.

Olen suunnitellut tämän pedagogisen pakopelin opinnäytetyönäni Metropolia Ammattikorkeakoulussa, sosiaalialan tutkinto-ohjelmassa tutkintonani sosionomi (AMK). Nuorten Akatemia on toiminut tässä opinnäytteessä työelämäkumppanina tarjoten arvokasta pakopelipedagogiikkaan liittyvää tietotaitoaan saaden oikeuden levittää valmista peliä ja sen materiaaleja verkostoilleen.

Pelillä on kolme tavoitetta. Ensinnäkin pelin tarkoituksena on herättää nuorten parissa työskentelevien mielenkiinto traumainformoitua työtettä kohtaan. Toiseksi pelin tarkoituksena on tarjota tietoa joistakin työotteen kannalta oleellisista asioista. On selvää, ettei yhteen peliin saa sisällytettyä kaikkea työotteen kannalta oleellista tietoa. Kolmanneksi pelin tarkoituksena on tarjota luova ja ajallisesti tehokas tapa tutustua työotteeseen. Pelin tarkoituksena ei ole opettaa pelaajilleen kaikkea työotteeseen liittyvää eikä kaiken opettaminen olisi mahdollistakaan. Tarkoituksena on herättää kipinä tutustua työotteeseen lisää.

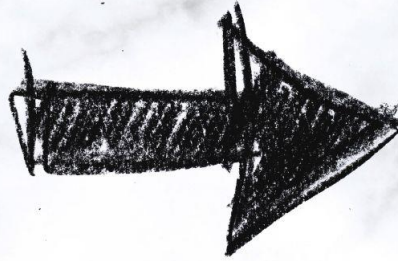
Olen suunnitellut pelin mahdollisimman helposti pystytettäväksi ja vähäisillä resursseilla toteutettavaksi. Peliä pelataksesi tarvitset materiaalit sivulla luetellut tarvikkeet, sekä tulostettavat materiaalit. Tulostettavat pelimateriaalit ovat omana tiedostonaan. Pelimateriaalissa käytetyt kuvat ovat Pixabayn vapaan lisenssin kuvia, mitkä on tarkoitettu vapaaseen ilmaiseen käyttöön.

Pelissä ratkaistavat tehtävät pohjautuvat opinnäytetyön kirjallisen osan teoreettiseen tietoon. Kirjallinen osa on kesäkuusta 2022 alkaen vapaasti luettavissa Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden Theseus-tietokannasta. Kirjallinen osa on julkaistu nimellä Traumainformoitu työote. Pedagoginen pakopeli nuorten parissa työskenteleville ammattilaisille.

On mahtavaa, että tämä pedagoginen pakopeli on tavoittanut juuri Sinut ja työyhteisösi! traumainformoitua työtettä tarvitaan aivan kaikkialla ihmistyön kentällä ja toivon, että peli herättää sinussa ja työyhteisössäsi kipinän työtettä ja sen toteuttamista kohtaan. Hyviä pelihetkiä!

Ida Jouttijärvi

PELIN RAKENNE JA TEHTÄVÄT



Peli koostuu kahdesta eri osasta ja kahdesta päätehtävästä.

Ensimmäinen osa käsittelee traumaattista kokemusta. Pelaajien päätehtävänä tässä osassa on ratkaista, mitä Paju nimiselle nuorelle on tapahtunut. He ratkaisevat ensimmäisen osan päätehtävän tekemällä pienempiä, traumaattisiin kokemuksiin liittyviä osatehtäviä. Pelaajat saavat mukanaan olevalle älylaitteelle Lumikello03-nimimerkillä esiintyvältä henkilöltä ohjeita pelin varrella. Lumikello03 on peliohjaaja, eli peliohjaaja ohjeistaa pelaajia pelin etenemiseksi.

Ensimmäiseen päätehtävään liittyvät osatehtävät:

1. Turvattomuuden kartta- tehtävä käsittelee traumaattisiin kokemuksiin liittyvää turvattomuuden tunnetta. Turvattomuuden kartta tehtävässä pelaajat saavat käsiinsä kartan, missä on kuvat korkeasta sillasta, pimeästä metsämökistä, autiosta rannasta, pimeydessä näkyvästä teltasta, autiosta metsästä ja leikkikentästä. Pelaajien tehtävänä on yhdistää kartalla näkyvät paikat sanaan turvattomuus. Sana turvattomuus toimii numeroiksi muutettuna avaimena koodilukkoon, mikä avaa pääsyn pelissä eteenpäin. Tehtävän tarkoituksena on virittää pelaajien ajatukset siihen, mitä etsittävä nuori Paju kokee. Tehtävän tarkoituksena on myös tuoda esiin turvattomuuden tunteen moniulotteisuutta.
2. Oireet- tehtävä käsittelee traumaattisesta kokemuksesta mahdollisesti seuraavia oireita. Oireita käsittelevän tehtävän alussa pelaajat saavat oireista vihjailevan kirjeen. Pelaajien tehtävänä on poimia kirjeestä Pajun oireet vastaamalla Google Forms lomakkeella oleviin monivalintakysymyksiin. Oikeat vastaukset vievät pelaajia tehtävässä eteenpäin ja seuraavaan tehtävään. Tehtävän tarkoituksena on tuoda esiin oireiden moninaisuus ja herättää pelaajien kiinnostus niitä kohtaan.
3. ACE-kokemukset- tehtävä käsittelee sitä, millaiset kokemukset on luokiteltu erityisen haitallisiksi lapsuudenaikaisiksi kokemuksiksi. ACE-kokemuksiin liittyvä tehtävä on perinteinen ristikko vihjeineen. Ristikko on piilotettuna pelihuoneeseen ja pelaajien tehtävänä on ensin löytää se ja sitten siihen piilotetut sanat: sota, terrorismi, köyhyys, perheväkivalta, kouluväkivalta, yhteisöväkivalta, väkivalta, turvaton elinympäristö, katastrofit sekä menetykset. Sanojen löytymisen jälkeen pelaajien tehtävänä on pohtia, mikä löydetyistä sanoista yhdistää kaikkia löydettyjä sanoja. Menetykset on kaikkia löydettyjä sanoja yhdistävä sana ja pelaajille selviää, että menetys on myös vastaus päätehtävään 1. Paju on siis kokenut menetyksen.

Toinen osa käsittelee traumainformoidun työotteen kannalta oleellisia asioita. Pelaajien päätehtävänä tässä osiossa on muodostaa uudelleen yhteys Pajuun. Tässä päätehtävässä ratkaistavat osatehtävät liittyvät traumainformoituun työotteeseen.

Toiseen päätehtävään liittyvät osatehtävät:

1. Keskeisten näkökulmien etsinnän tehtävä. Tässä tehtävässä pelaajat etsivät ensin pelihuoneesta kuvan, missä on kuva mökkihuoneesta. Etsittävät sanat ovat voimaantumisen, jaettu valta, fyysinen turvallisuus, sosiaalinen turvallisuus, psyykinen turvallisuus. Tehtävän tarkoituksena on tuoda esiin niitä näkökulmia, mitkä ovat oleellisia traumainformoidun ympäristön luomisessa ja herättää pelaajien kiinnostus lähteä pohtimaan sitä, millä tavoin esimerkiksi traumaattisen kokemuksen kokeneen nuoren voimaantumista tai jaetun vallan käyttöä voisi lähteä tukemaan omassa työssä.
2. Traumainformoidun työotteen 4T-mallin muodostus. Tässä tehtävässä pelaajat pyrkivät saamaan pelihuoneesta olevan lukitun kirstun/arkun/laatikon auki. Kirstun/arkun/laatikon päälle on asetettu neljä tulostettua, eri väristä ympyrää ja pelaajien tehtävänä on löytää pelihuoneesta niitä vastaavat ympyrät. Kunkin etsittävän ympyrän taakse on kirjoitettu sana. Sanat ovat tunnistaminen, tiedostaminen, toimiminen ja uudelleen traumatisoitumisen ehkäiseminen. Ympyröiden taakse on lisäksi kirjoitettu numero. Kirstun/arkun/laatikon päällä pelaajia odottaa myös kirje Pajulta. Pelaajien tehtävänä on sijoittaa löytämänsä 4T-mallin sanat ja sen myötä numerot oikeille paikoille tekstiin. Sanojen ja näin ollen numeroiden sijoittuessa tekstiin oikeaan järjestykseen, pelaajat saavat numerokoodin, millä kirstun/arkun/laatikon lukko aukeaa. Tehtävän tarkoituksena on tuoda pelaajille tutuksi 4T-malli, mutta myös herättää heidät kirjeen avulla pohtimaan sitä, miksi nämä neljä sanaa ovat traumainformoidussa työotteessa tärkeitä.
3. Itsetuntemuksen palapeli. Pelaajien tehtävänä on kasata edellisessä tehtävässä kirstusta/arkusta/laatikosta löytämänsä palapeli. Kasatessaan palapeliä, he muodostavat ja lukevat traumaan assosioitavia sanoja ja tarkoituksena on herättää heidät pohtimaan sitä, vastaavatko sanat heidän omia ajatuksiaan ja assosiaatioitaan ja jos eivät, niin millaisia sanoja he itse valitsisivat. Kasattuaan palapelin, pelaajat saavat Lumikello03:lta jälleen viestin, missä heitä kehoitetaan tarkastelemaan palapelin sanoja ja selvittämään, mitä sana Lumikello symboloi. Lumikello symboloi toivoa, mikä on tärkeä elementti nuorten kohtaamisessa.

Pelin kulku:

1. Pelaajat löytävät pelihuoneeseen jätetyn kehyskertomuskirjeen (Materiaali 1) ja puhelinnumeron. Kehyskertomuksessa heille kerrotaan pelin päätehtävät. Kehyskertomuksen toisella puolella on QR-koodi (Materiaali 2), mikä vie pelaajat Google Forms-lomakkeelle. Lomakkeelta pelaajat saavat ohjeistuksen kokeilla heille jätettyyn puhelinnumeroon soittamista. Soitto tulee peliohjaajan puhelimeen, mutta soittoon ei vastata. Soittoyrityksen tarkoituksena on luoda pelaajille konkreettinen kokemus siitä, ettei etsittävä Paju vastaa.

2. Kun soittoyritykseen ei vastata, pelaajat lähtevät eteenpäin Google Forms-lomakkeella. Heidän tulee valita kolmesta vaihtoehdosta, joista oikea vastaus on c) Paju voisi löytyä kokeilemalla luovuutta ja uutta tapaa muodostaa yhteys häneen. Oikea vastaus avaa pelaajille ohjeistuksen etsiä pelihuoneeseen piilotettu kartta (Materiaali 3) ja kartalla näkyvä esine, pulloposti.

3. Pullopostipullo on lukittu koodilukolla. Lukon koodi on 119. Pullon kylkeen on teipattu ohje (Materiaali 4) koodin ratkaisemiseksi. Pullopostipullostsa löytyy oireista vihjaileva pullopostikirje (Materiaali 5), minkä toiselle puolelle on teipattu tai liimattu QR-koodi (Materiaali 6). QR-koodi vie pelaajat Google Forms-lomakkeelle, missä pelaajat tekevät trauman oireisiin liittyviä monivalintatehtäviä pullopostikirjeen vihjeiden perusteella. Saatuaan monivalintatehtävät ratkaistua, pelaajat saavat lomakkeen lopussa ohjeen etsiä pelihuoneeseen piilotettu ACE-kokemusten ristikko (Materiaali 7) ja ratkaista se. Pelaajille selviää, mitä Pajulle on tapahtunut = menetys.

4. Peliohjaaja Lumikello03 lähettää pelaajien älylaitteelle viestin (Materiaali 8), kun pelaajat ovat ratkaisseet ACE-kokemusten ristikon. Viestin ohjeita noudattamalla pelaajat selvittävät, minne Paju on piiloutunut virtuaalisessa todellisuudessaan. Pelaajat saavat viestissä ohjeekseen etsiä pelihuoneeseen piilotettu kuva huoneesta (Materiaali 9), mikä sopisi Pajun piilopaikkaan. Kyseiseen kuvaan on piilotettu sanoja, mitkä ovat oleellisia ymmärtää osaksi yhteyden muodostamista. Pelaajat lähettävät löytämänsä sanat viestinä Lumikello03:lle. Lumikello03 lähettää heille toisen viestin (Materiaali 10), missä on ohjeistus seuraavaan tehtävään.

5. Pelaajat muodostavat traumainformoidun työotteen 4T-mallin sijoittamalla löytämissään ympyröissä (Materiaali 11) olevat sanat kirjeeseen (Materiaali 12). He saavat näin muodostettua koodin kirstun lukon avaamiseen. Kirstusta he löytävät itsetuntemuksen palapelin palat. Pelaajat kasaavat palapelin, minkä jälkeen he saavat Lumikello03:lta viestin (Materiaali 13), missä pyydetään selvittämään, mitä Lumikello symboloi. Pelaajat lähettävät vastauksen (toivo) vastausviestinä Lumikello03:lle, jolloin he saavat kuvan puhelimesta, mihin on tullut Pajulta viesti "Moi". PELI PÄÄTTY.

Pelin läpi pelaamiseen käytettävä aika:

Pakopeleille tyypillistä on tietyn aikarajan asettaminen. Aikarajan asettaminen ja siinä pysymisen tavoittelemisen toimii myös tässä pakopelissä. Suositeltava aikaraja tälle pakopelille on 45 minuuttia.

Pelissä ei ole pakko käyttää aikarajaa, mikäli tempo halutaan pitää pohdiskelevana ja rauhallisena.

ENNEN PELIÄ



Ohjeet peliohjaajalle pelin valmisteluun ja pelaamiseen.

Peliohjaajana tehtävänäsi on valmistella peli ja pelihuone. Valmisteluun tarvitset tässä tiedostossa luetellut ja esitellyt materiaalit, sekä rauhallisen tilan pelihuoneeksi. Huomioi, että tulostettavat materiaalit tulee tulostaa värillisenä. On suositeltavaa myös lavastaa pelihuonetta esimerkiksi led-kynttilöin ja muuta saatavillasi olevaa rekvisiittaa käyttäen. Huoneen seinille olisi hyvä kiinnittää tässä materiaalipaketissa tulevan metsämökkikuvan lisäksi kuvia erilaisista huoneista. Kuvia voidaan leikata esimerkiksi lehdistä tai tulostaa verkosta (esimerkiksi Pixabay-sivustolta).

Aseta Materiaali 1 eli kehyskertomuskirje helposti löydettäväksi. Teippaa tai liimaa Materiaali 2 eli QR-koodi kehyskertomuskirjeen toiselle puolelle. QR-koodi vie pelaajat Google Forms-lomakkeelle. Jätä kehyskertomuskirjeen viereen myös paperille kirjoitettu puhelinnumero, mihin pelaajat soittavat saadessaan Google Forms-lomakkeelta ohjeen kokeilla yhteyden muodostamista. Tarkoituksena on tuottaa pelaajille aluksi konkreettinen kokemus siitä, että etsittävä henkilö Paju ei vastaa, joten älä vastaa puhelun. Teippaa tai liimaa Materiaali 5 toiselle puolelle Materiaali 6 eli toinen QR-koodi.

Pelin aikana toimit Lumikello03 nimisenä henkilönä. Tehtävänäsi on lähettää pelin aikana pelaajien älylaitteelle viestejä, missä on vihjeitä ja ohjeita pelissä etenemiseksi. Lähetettävien viestien tekstit löytyvät tästä tiedostosta, joten niiden lähettäminen on helppoa. Lisäksi voit lähettää tarvittaessa lisävihtejä, mikäli pelaajat pyytävät niitä. Lähettäessäsi viestejä, tervehdi aina pelaajia heidän keksimällään joukkuenimellä. Nimi keksitään pelaajien mennessä ensimmäistä kertaa Google Forms-lomakkeelle. Nimellä kutsuminen tuo pelaajille tunteen siitä, että juuri heitä tavoitellaan.

Pelin jälkeen on suositeltavaa varata aikaa ajatusten vaihtoon ja purkamiseen. Jos jokin jäi vaivaamaan tai mietityttämään, pelaajien on hyvä päästä pohtimaan näitä asioita yhdessä. Peliohjaajana johdat asioiden purkamista. Mikäli purkukeskustelulle on hyvin aikaa, on suositeltavaa katsoa Nadine Burke Harrisin TED-talk esitys How childhood trauma affects health across a lifetime (<https://www.youtube.com/watch?v=95ovIJ3dsNk&t=12s>). Video on tiivis paketti ACE-kokemusten vaikutuksista terveyteen elämän eri vaiheissa.

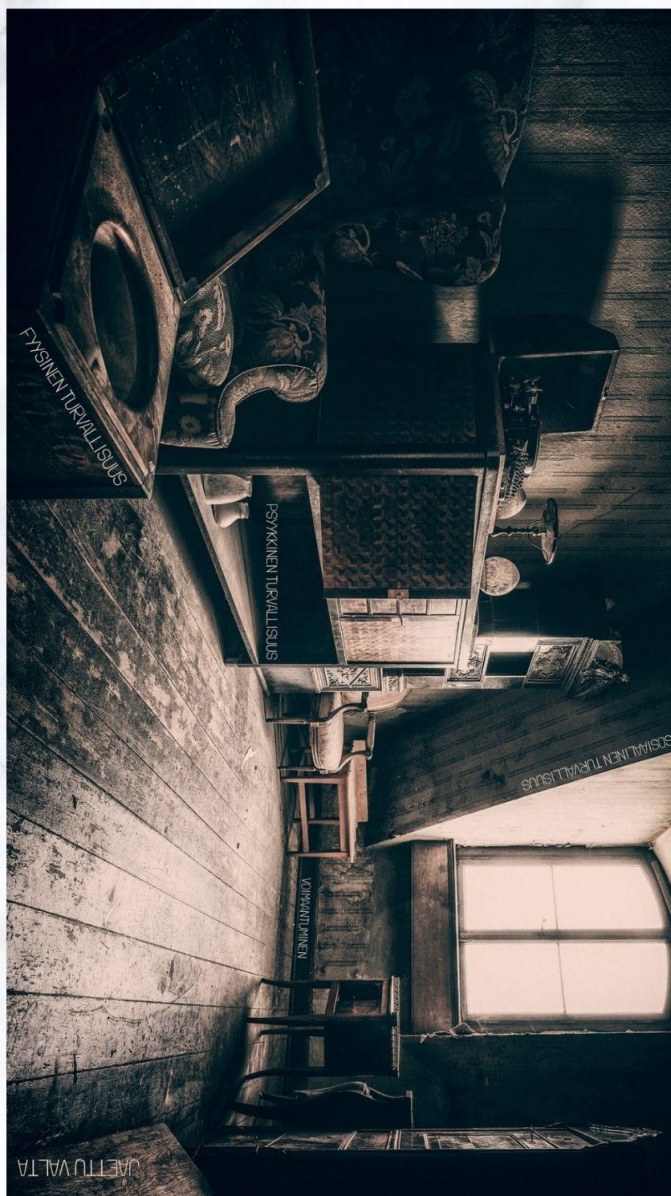
Huomioita tehtävistä:

- Itsetuntemuksen palapeli-tehtävässä käytettävän palapelin paloihin tulee kirjoittaa ennen peliä traumoihin assosioitavissa olevia sanoja. Olen koostanut sanalistan, joten sinun ei tarvitse itse keksiä sanoja. Sanalista löytyy seuraavalta sivulta.
- Varmista käytettävien lukkojen koodit. Ensimmäisessä lukkotehtävässä eli pullopostitehtävässä koodi muodostuu seuraavasti: sana turvattomuus muunnetaan numeroiksi. Tämä tarkoittaa sitä, että A=1, B=2, C=3 ja niin edelleen. Kun sana on muunnettu numeroiksi pelaajien tehtävänä on poimia muodostuvan numerojonon viimeiset 3 numeroa ja syöttää ne lukkoon koodiksi. Varmista siis etukäteen, että olet asettanut juuri nämä 3 numeroa koodiksi. Koodi on näin ollen 119. Varmista myös toisen lukkotehtävän eli 4T-mallin muodostamisen tehtävän koodin oikeellisuus ennen peliä. Sanojen oikea järjestys kirjeessä on seuraava: tunnistaminen, tiedostaminen, toimiminen, uudelleen traumatisoitumisen ehkäiseminen. Koodi on näin ollen: 5317.
- Itsetuntemuksen palapeli- tehtävässä käytettävistä sanoista huomio: seuraavalla sivulla on lista, missä on 30 sanaa käytettäväksi palapeliin. Sanat tulee tavuttaa paloille eli esimerkiksi niin, että tavu toi- on toisella palalla ja -vo viereisellä palalla. Sanalistan sanoja on näin ollen reilusti ja voit käyttää niitä käytössä olevan palapelipohjan koon mukaan. Huomioi, että sanan toivo tulee sisältyä käytettäviin sanoihin.

Sanoja Itsetuntemuksen palapeli- tehtävään. Käytä sanoja riippuen käytettävissäsi olevan palapelipohjan palojen määrästä. Sanat tavutetaan palapelipaloille niin, että pelaajat muodostavat peliä kootessaan sanoja. Sanoista toivo tulee sisällyttää peliin.

1. harmaa
2. pimeys
3. hengitys
4. adrenaliini
5. impulsiivisuus
6. paniikki
7. turvattomuus
8. menetys
9. peittely
10. häpeä
11. tukos
12. väkivalta
13. pysähtyminen
14. erillisyys
15. etäisyys
16. tyhjiys
17. tuntematon
18. lukko
19. yksinäisyys
20. syyllisyys
21. rikkominen
22. toivottomuus
23. epävarmuus
24. jännitys
25. epätietoisuus
26. puhumattomuus
27. piiloutuminen
28. ikävä
29. ulkopuolisuus
30. toivo

4T-mallin muodostamisen tehtävän oikeat vastaukset:
Voimaantumisen, jaettu valta, fyysinen turvallisuus,
psykykinen turvallisuus, sosiaalinen turvallisuus



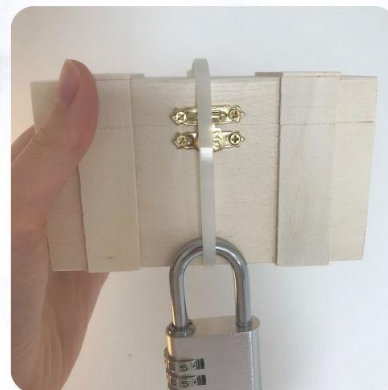
MATERIAALIT

Pelissä tarvittavat tarvikkeet ja materiaalit:

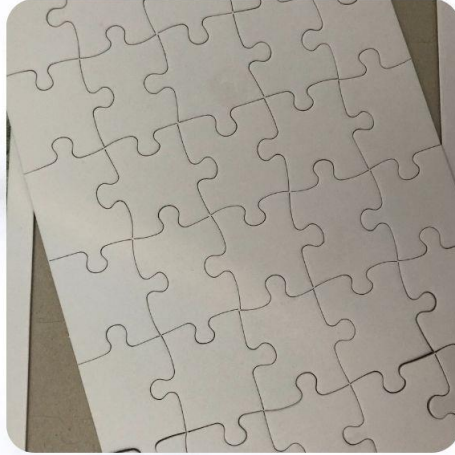
- Peliin kuuluvat tulostettavat materiaalit.
- Rauhallinen pelihuone. Pelihuoneen on hyvä on sellainen, missä on helppoa piilottaa esineitä.
- Pelaajille yksi älylaite (älypuhelin tai tablettitietokone), missä on QR-koodin lukija. Lisäksi toinen älylaite peliohjaajalle. Laitteiden tulee olla yhteydessä internettiin.
- Yksi lasipullo kuvan pullon kaltaisella korkilla.



- Kannellinen laatikko, kirstu tai rasia, minkä saa lukittua numerokoodilukolla. Lukitsemisessa voi käyttää apuna esimerkiksi nippusiteitä, ellei lukkoa saa ripustettua itse laatikkoon, kirstuun / rasiaan.



- Tyhjä 30 tai 20 palan palapelipohja. Pohjia myydään esimerkiksi askartelukaupoissa, mutta vastaava pohja voidaan myös tulostaa esimerkiksi Google kuvahausta.



- Paperia ja kyniä.
- Teippiä.
- 1kpl 3 numerolevyn lukko, 1kpl 4 numerolevyn lukko.
- Pelihuonetta on suositeltavaa somistaa pakopelimäiseksi muun muassa led-kynttilöillä ja taskulampuilla. Pakopelimäistä tunnelmaa saa lisättyä myös musiikilla. Esimerkiksi YouTubesta löytyy paljon pakopeleihin sopivaa taustamusiikkia (hakusanana esimerkiksi Escape Room soundtrack).

TULOSTETTAVAT PELIMATERIAALIT,
TARVITTAVAT QR-KOODIT JA
VIHJEVIESTIEN
TEKSTIT



Pelin alustus ennen pelihuoneeseen astumista:

Tervetuloa pelaamaan! Ensin pari sanaa pelistä. Pelissä eläydytte nuoren maailmaan ja pyritte selvittämään nuoren kokemusta. Astuessanne pelihuoneeseen löydätte pelin kehyskertomuksena toimivan kirjeen. Kehyskertomuksesta selviää kaksi päätehtävää. Ratkaisette päätehtävät tekemällä pienempiä tehtäviä. Pelissä on kaksi avattavaa lukkoa, mitkä aukeavat numerokoodilla. Saatte numerokoodit selville vihjeiden ja tehtävien avulla.

Pelissä on mukana hahmo, joka on piiloutuneena virtuaaliseen maailmaan. Peli itsessään ei kuitenkaan ole virtuaalinen, mutta siinä hyödynnetään ajoittain Google Forms lomakkeita. Teidän ei tarvitse kirjautua Google Forms lomakkeen avautuessa esimerkiksi Google-tilille, vaan pystytte suorittamaan lomakkeilla olevat tehtävät kirjautumatta painamalla nappia "seuraava". Pelissä etsittävät esineet ovat kaikki fyysisesti pelihuoneessa.

Voitte pelin aikana hyödyntää halutessanne internettiä.

Saatte pelin aikana vihjeitä Lumikello03 nimiseltä henkilöltä. Mikäli tarvitsette jossain kohdassa lisävihjeitä, voitte lähettää hänelle viestin, missä pyydätte lisävihjettä.

Tässä pelissä ei konkreettisesti paeta pelihuoneesta vaan ratkaisu saavutetaan selvittämällä molemmat päätehtävät.

MATERIAALI 1: Kehyskertomus. Pelin alussa saatava viestikirje, missä pelaajille kerrotaan, että heidän tehtävänä on etsiä nuori nimeltä Paju.

Moi.

Muistatteko sen yhden tyyppin, joka oli meidän kanssa siellä

leirillä viime kesänä? Sen nimi on Paju, se oli tosi pitkä ja ruskeat hiukset. Tykkäs soitella kitaraa aina omissa oloissaan iltaisin. Noh. En oo sen kanssa mitään ihmeemmin jutellu tai mitää sen leirin jälkeen, mutta joskus kuitenkin. Ollaan juteltu välillä netissä ja se on siellä nyttekki kirjautuneena. Netissä näkyy sen nimimerkki ja et se on onlinessa. Yks ilta pari viikkoo sitte se laittoi viestiä että jotain on sattunu ja et sen tekee kipeetä. Jotain tosi kamalaa on sattunu, nii mä sen ymmärsin.

Mut nyt se ei oo vastannu mitää enää mun viesteihi sen jälkee. Kysyin parilta muultaki tyyppiltä että jos ne laittaa Pajulle viestiä nii että vastaako se. Ei oo vastannu mitää niillekkään. Mulla olis teille siis kaks tehtävää: saada selville, mitä Pajulle on käyny ja sit saada muodostettua uudelleen yhteys siihen. Alan olla vähä huolissaa.

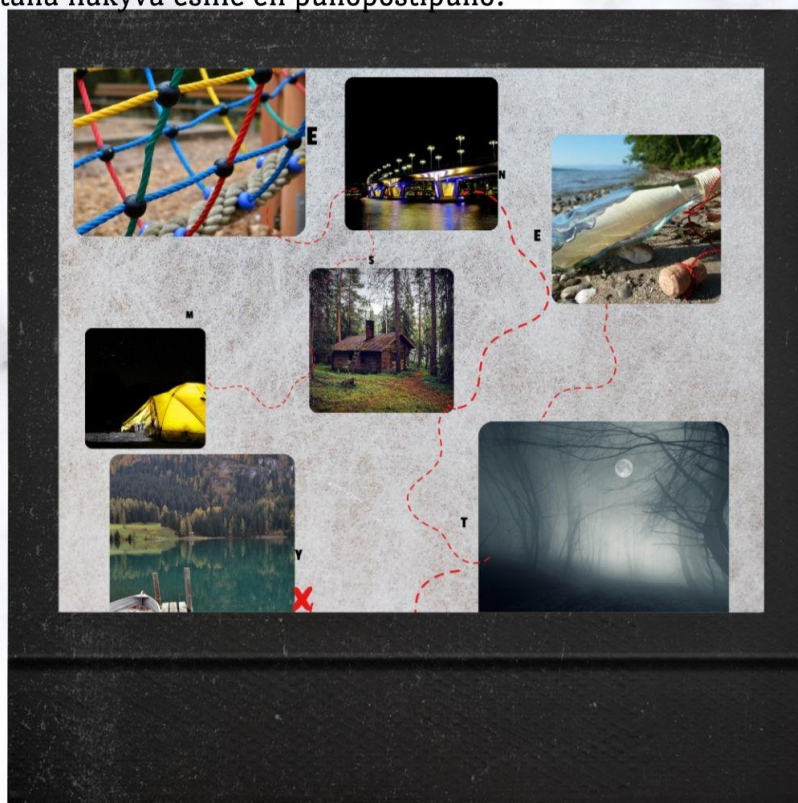
Laitellaan viestiä <3

Lumikello03

MATERIAALI 2: QR-koodi 1



MATERIAALI 3: Turvattomuuden kartta- tehtävä. Pelaajien tehtävänä on etsiä pelihuoneeseen piilotettu kartta, sekä kartalla näkyvä esine eli pullopostipullo.



MATERIAALI 4: Pullopostipullon kylkeen kiinnitettävä ohje lukon avaamiseksi.

Pullopostin avaaminen:

Tarkastelkaa löytämäänne karttaa. Kartalla näkyy leikkikenttä, autio ranta, pimeä metsä, korkea silta, metsämökki, sekä pimeässä oleva telta. Pohtikaa, mikä T kirjaimella alkava, pelkoon liittyvä sana yhdistää näitä paikkoja.

Muuttakaa tämä sana numeroiksi, jolloin saatte aikaan numerosarjan. Pullon lukon koodi on kolme viimeistä NUMEROSARJAN numeroa.

MATERIAALI 5: Oireet- tehtävä. Pajun kirje pelaajille.

Musta tuntuu, että oon kadonnut
tähän universumiin. En meinaa tunnistaa
omaa itseäni, omaa peilikuvaani, enkä
maailmaa, missä elän.

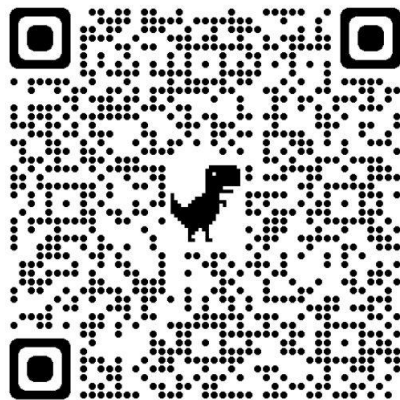
Musta tuntuu siltä, kuin kukaan ei näkisi
mua. Tuntuu, kuin ees Nukkumatti ei näkis
mua.

Koitan aina välillä poistua ulkomaailmaan,
mutta ote todellisuudesta jotenkin lipsahtaa
ja alkaa pelottaa. Tuntuu uhatulta.

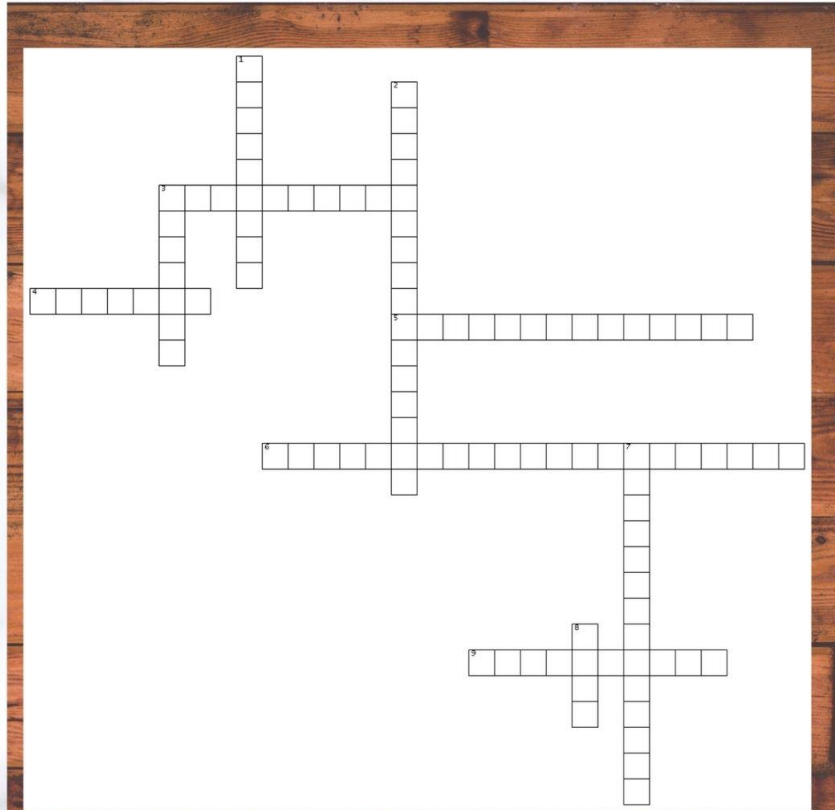
Tuntuu, etten saa otetta ulkomaailmasta.
Veri vaan sykkii päässä, sydän sykkii liian
lujaa rinnassa ja koitan paeta kaikkea.

Tuntuu hämmentyneeltä enkä pysty
pysymään paikoillani.

MATERIAALI 6: Oireet- tehtävä. QR-koodi 2.



MATERIAALI 7: ACE-kokemukset- tehtävä. Pelaajien tehtävänä on löytää huoneeseen piilotettu ristikko ja löytää siihen piilotetut sanat.



Pystyyn:

1. Satuttava ja vahingollinen toiminta
2. Yhteisöissä tapahtuva, satuttava ja vahingollinen toiminta
3. Materiaalisten, kulttuuristen ja sosiaalisten mahdollisuuksien puute
7. Perheessä tapahtuva, satuttava ja vahingollinen toiminta
8. Aseellinen konflikti

Sivuttain:

3. Tuhoisa tapahtuma
4. Jostain luopuminen vastoin tahtoa
5. Koulussa tapahtuva vahingollinen toiminta
6. Lapsen turvallisen kasvupaikan puute
9. 11.9.2001

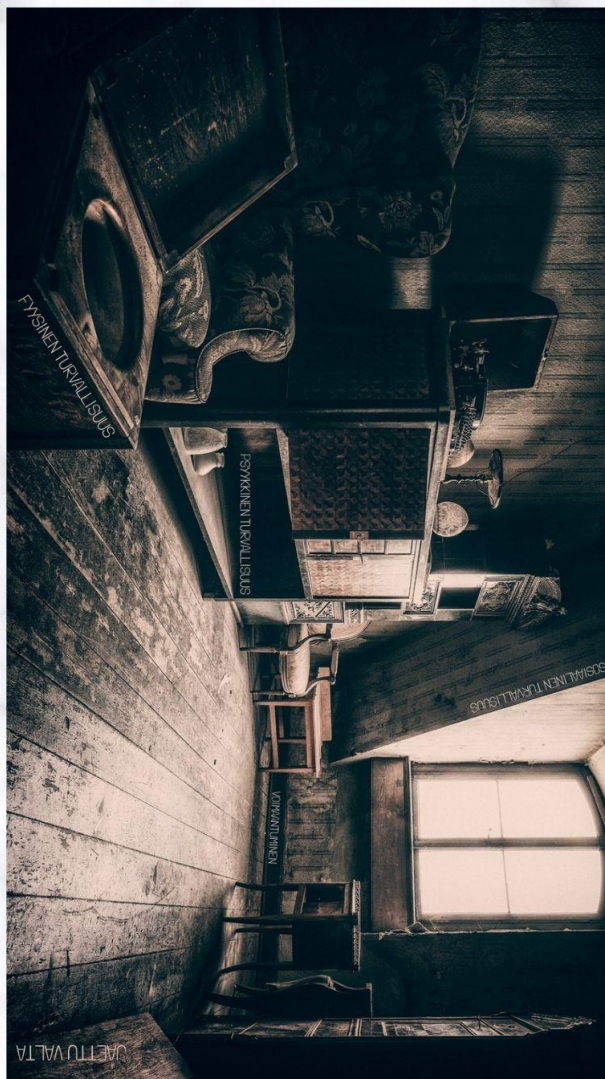
MATERIAALI 8: Pelaajien äylaitteelle lähetettävän viestin teksti.

Mahtavaa! Selvitte, mitä Pajulle on tapahtunut: menetys. Seuraavaksi tehtävänänne on löytää Pajun piilopaikka ja saada muodostettua häneen yhteys. Karttaan on piilotettu sana, mikä osoittaa tien siihen paikkaan, missä Paju on.

Pelihuoneessa on kuva huoneesta, mikä sopii Pajun piilopaikkaan. Kuvaan on piilotettu sanoja, mitkä ovat oleellisia, jotta saatte luotua Pajuun jälleen yhteyden. Kun olette löytäneet ne, kirjoittakaa ne vastauksena tähän viestiin. Pääsette sitten eteenpäin.

T. Lumikello03.

MATERIAALI 9: Keskeisten näkökulmien etsintä- tehtävä.
Pelihuoneeseen piilotettu kuva mökin huoneesta. Pelaajien
tehtävänä on etsiä huonekuvaan piilotetut sanat (5kpl).

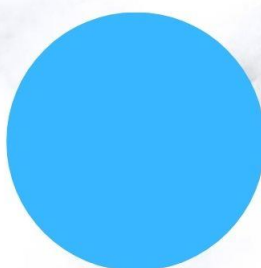
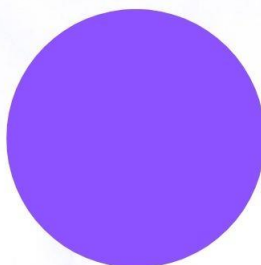
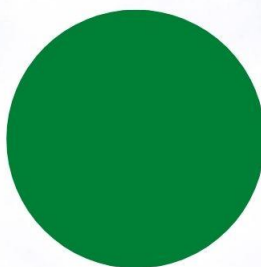
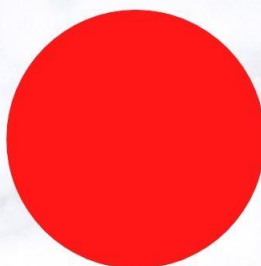


MATERIAALI 10: Traumainformoidun työotteen 4T-mallin muodostustehtävä. Pelaajien älylaitteelle lähetettävän viestin teksti.

Mahtavaa, löysitte piilossa olleet sanat! ne ovat reitti yhteyden muodostamiseen! Etsikää nyt pelihuoneesta lukittu kirstu, minkä päällä on neljä ympyrää ja kirje. Etsikää ympyröille parit ja muodostakaa niiden avulla koodi lukkoon.

T. Lumikello03.

MATERIAALI 11: Traumainformoidun työotteen 4T-mallin muodostustehtävä. Kirstun päälle asetettavat ja pelihuoneeseen pilotettavat ympyrät.



MATERIAALI 12: Traumainformoidun työotteen 4T-mallin muodostus- tehtävä. Kirstun päälle asetettava kirje.

Sydän tuntuu oudolta. Siihen pistää, se tuntuu vilistävän omalla juoksuradallaan. Sitä saattaa myös puristaa, kuin mustan pimeyden nyrkki sulkisi sen sisäänsä. On vaikeaa keskittyä mihinkään. Häiriinnyn herkästi, huomioni ajelehtii kauas merten taa. Tuntuu, etten saa otetta todellisesta maailmasta, vaikka yritän kovasti. Yritän ja yritän, mutta tapahtumat valtaavat mieleni. Aina en edes huomaa, kun ajatukseni täyttyvät. Kuin harmaa vesi täyttäisi astian aivan huomaamatta ja huuhtoisivat kaiken toivon pois. Tuntuu vaikealta nukahtaa. Jos nukahdan, näen painajaisia. Välillä painajaisissa näen itseni toisena. Samalta tuntuu valveillakin. En tunnista sitä, kuka olen. Pelkään maailmaa, tapahtunutta ja tapahtuvaa. Pelkään itseä, omia ajatuksia. Toivon vain, että toiset _____ sen, mistä puhun, jotta voisin vapautua tästä tunteesta. Ääneen sen sanominen on vaikeaa. Pelottaa.

Pahoja asioita tapahtuu. Väkivaltaa tapahtuu kaikkialla, koulussa, perheissä, kaverusten kesken. Maailmassa on sotaa, terrorismia ja kauhua. Pieni ja iso ihminen voivat kokea itsensä turvattomaksi kaiken turvattomuuden keskellä. Köyhyys musertaa ihmisten mieltä. Huoli rahasta puristaa ihmisten sydämiä ja tuo tullessaan paljon tuskaa. Toivon vain, että toiset _____ sen, että tätä tapahtuu. Ihmiset kokevat pahoja asioita, eikä niitä aina nähdä. Pahoja asioita voi tapahtua missä vain, myös siellä missä niiden ei haluta myöntää tapahtuvan.

Ihmiset voivat auttaa toisiaan, kun pahoja asioita tapahtuu. Joskus toiset eivät ymmärrä, että toiselle on tapahtunut jotain pahaa. Kun minulle tapahtui pahaa, sitä ei nähty. Tuntui, että olen turvaton. Turvattomuus tuntui kaikkialla – se oli fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista. Se seurasi kaikkialle. Siksi olen piilossa mökissä. Täällä ei ole muita, olen turvassa. Toivon vain, että toiset _____ niin, että pahoja kokenut tuntee turvaa.

Moni asia muistuttaa tapahtuneesta. Tapa miten toiset katsovat, tapa miten toiset elehtivät, se miltä huoneessa tuoksuu. Yhdistän ympärillä olevia asioita tapahtuneeseen. Pienetkin jutut muuttuvat päässäni isoiksi, koska ne muistuttavat tapahtuneesta. Ennen mökkiin piiloutumista tuntui, että kaikki jatkoivat entiseen malliin. Ympärillä oli liikaa tapahtuneesta muistuttavia asioita, mutta kukaan ei huomannut. Toivon vain, että toiset ymmärtäisivät tämän ja siten ehkäisivät _____.

MATERIAALI 13: Itsetuntemuksen palapeli- tehtävä. Pelaajien älylaitteelle lähetettävän viestin teksti.

Mahtavaa olette melkein onnistuneet yhteyden muodostamisessa, sillä melkein kaikki yhteyden muodostamiseen tarvittavat palaset ovat kasassa!

Viimeinen palanen on minun nimeni, Lumikello. Etsikää palapeliä apuna käyttäen,,mitä se symboloi. Kirjoittakaa vastauksenne vastauksena tähän viestiin.

MATERIAALI 13: Pajun viesti, pelin lopetus. Lumikello03 lähettää pelaajille kuvan puhelimesta, mihin on saatu Pajulta vastausviesti "Moi".

