

Opinnäytetyö (AMK)  
Bioanalytikkokoulutus  
2019

Nita Lindström, Petra Paloniemi ja Elina Pihlajaniemi

# ESCAPE ROOM TUAS LABILLE

OPINNÄYTETYÖ (AMK) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Bioanalytiikkokoulutus

2019 | 21 sivua

Nita Lindström, Petra Paloniemi ja Elina Pihlajaniemi

## ESCAPE ROOM TUAS LABILLE

Pakohuonepelit ovat Suomessa nopeasti suosiotaan kasvattava ajanvietetapa, ja pelipaikkoja onkin avattu lähes kaikkiin keskikokoisiin ja suuriin suomalaiskaupunkeihin. Ne ovat kasvattaneet suosiotaan myös työpaikkojen virkistysohjelmina, ja hyvästä syystäkin, sillä hauskat pelit vaativat ryhmätyötaitoja ja paineensietokykyä.

Työhyvinvoinnin käsitteellä tarkoitetaan terveyden, turvallisuuden ja hyvinvoinnin parantamista työpaikoilla. Työhyvinvoinnille haasteita asettaa jatkuva muutos työpaikoilla. Yhteisöllisyyteen ja tiimityöhön panostaminen on tärkeää työhyvinvoinnin parantamiseksi. Virkistystoiminta auttaa edistämään tiimityötä ja lisää yhteisöllisyyden tunnetta mukavan yhdessäolon kokemuksen kautta.

Hyvän ryhmähengen perusta on toisen työn arvostaminen, luottamus, avoimuus, auttamishalu ja onnistumisen tunteet. Tiimin jäsenet oppivat tuntemaan toistensa erikoisosaamisen ja näin hyödyntämään sitä parhaiten. Tiimityöhön ei kuulu muiden aliarvioiminen eikä yksilösuorittaminen.

Tämän opinnäytetyön tarkoitus on kehittää bioanalytiikka-teemainen pakohuonepeli bioanalytikoille ja bioanalytiikan opiskelijoille virkistystoimintaan. Pakohuonepelin pulmat on suunniteltu siten, että niiden ratkaisemisessa pelaajan on hyödynnettävä tietoaan ja osaamistaan bioanalytikkona. Pelin on kuitenkin tarkoitus olla viihteellinen. Opinnäytetyön tavoite on työhyvinvoinnin lisääminen ja virkistyminen arjen keskellä alaan liittyvän teeman ympärillä.

### ASIASANAT:

Pakohuonepeli, työhyvinvointi, tiimityöskentely

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Degree programme in Biomedical laboratory science

2019 | 21 pages

Nita Lindström, Petra Paloniemi ja Elina Pihlajaniemi

## ESCAPE ROOM FOR TUAS LAB

Escape room games are a free time activity, that are quickly rising to popularity in Finland, with game sites being opened to both medium and large cities. They have also become popular as a recreational activity at workplaces, and for a good reason, since the fun games require teamwork skills and an ability to deal with pressure.

The concept of wellbeing at work consists of improving the health, safety and wellbeing of the employees, and the constant change at workplaces makes this challenging. Investing in communality and teamwork is important in order to improve wellbeing at work. Recreational activities assist in improving teamwork and communality.

The basis of a good team spirit is trust, sincerity, willingness to help, the appreciation of other's work and the feeling of success. Team members get to know each other's specialties and utilize them. The underestimation of others and working solo are not a part of teamwork.

The purpose of this thesis is to develop a biomedical laboratory science themed escape room game for the students and employees of the field. The puzzles of the game require the player to utilize their expertise as a biomedical laboratory scientist while still having fun. The objective of this thesis is to improve wellbeing at work and to refresh oneself during workweek.

### KEYWORDS:

Escape room, wellbeing at work, teamwork

# SISÄLTÖ

<b>1 JOHDANTO</b>	<b>5</b>
<b>2 TYÖHYVINVOINTI</b>	<b>6</b>
2.1 Työhyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä	6
2.2 Tutkimuksia työhyvinvoinnista	7
2.3 Tiimityöskentely	8
2.4 Bioanalyytikkokoulutus	10
<b>3 ESCAPE ROOM</b>	<b>11</b>
3.1 Escape Room -pelin suunnittelu	12
<b>4 TAVOITE JA TARKOITUS</b>	<b>14</b>
<b>5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS</b>	<b>15</b>
5.1 Escape Room -pelin suunnittelu	15
5.2 Escape Room -pelin toteutus	15
5.3 Testipelit	16
5.4 Metodologiset lähtökohdat	17
5.5 Eettiset lähtökohdat	17
<b>6 POHDINTA</b>	<b>19</b>
<b>LÄHTEET</b>	<b>20</b>

# 1 JOHDANTO

Pakohuonepelissä 2-6 hengen joukkue yrittää paeta lukitusta huoneesta ratkomalla erilaisia pulmia ennen kuin aika loppuu (Korteso 2018,10). Pakohuonepelit ovat Suomessa nopeasti suosittuun kasvattava ajanvietetapa ja pelipaikkoja onkin avattu lähes kaikkiin keskikokoisiin ja suuriin suomalaiskaupunkeihin. Ne ovat kasvattaneet suosittuun myös työpaikkojen virkistysohjelmoina ja hyvästä syystäkin, sillä hauskat pelit vaativat ryhmätöitä ja paineensietokykyä. (Turunen 2015.)

Työhyvinvoinnin käsitteellä tarkoitetaan terveyden, turvallisuuden ja hyvinvoinnin parantamista työpaikoilla. Työhyvinvoinnille haasteita asettaa jatkuva muutos työpaikoilla. Yhteisöllisyyteen ja tiimityöhön panostaminen on tärkeää työhyvinvoinnin parantamiseksi. Virkistystoiminta auttaa edistämään tiimityötä ja lisää yhteisöllisyyden tunnetta mukavan yhdessäolon kokemuksen kautta. (Anttonen & Räsänen 2009; Hakanen 2011.)

Hyvän ryhmähengen perusta on toisen työn arvostaminen, luottamus, avoimuus, auttamishalu ja onnistumisen tunteet (Manka, Kaikkonen & Nuutinen 2007). Tiimin jäsenet oppivat tuntemaan toistensa erikoisosaamisen ja näin hyödyntämään sitä parhaiten. (Koivukoski & Palomäki 2019, 16.)

Opinnäytetyön tarkoitus on kehittää bioanalytiikka-teemainen pakohuonepeli bioanalytikoille ja bioanalytiikan opiskelijoille virkistystoimintaan. Pakohuonepelin pulmat suunnitellaan siten, että niiden ratkaisemisessa pelaajan on hyödynnettävä tietoaan ja osaamistaan bioanalytikkona. Pelin on kuitenkin tarkoitus olla viihteellinen. Opinnäytetyön tavoite on työhyvinvoinnin lisääminen ja virkistyminen arjen keskellä alaan liittyvän teeman ympärillä.

## 2 TYÖHYVINVOINTI

Työhyvinvoinnilla tarkoitetaan terveyden, turvallisuuden ja hyvinvoinnin parantamista työpaikoilla, ja sen tavoitteena on työkyvyn edistäminen ja ylläpito. Jatkuva muutos asettaa haasteita työhyvinvoinnille. Tärkeää on kaikkien työyhteisön jäsenten panostaminen yhteisöllisyyteen ja tiimityöhön. Tiimissä työskennellään yhteisten tavoitteiden eteen tiiviissä yhteistyössä. Työyhteisössä virkistys- ja työkykytahtumien mahdollisuus on tärkeää, sillä se tuo kokemuksen mukavasta yhdessäolosta sekä tiimin tiivistymisestä. On tärkeää, että työpaikalla vallitsee hyvä ilmapiiri ja työntekijä tuntee, että hänen työpanostaan tiimissä arvostetaan. (Anttonen & Räsänen 2009; Hakanen 2011.) Työhyvinvointi vaatii työyhteisöissä jatkuvaa kehittymistä niin, että jokaisella on mahdollisuus olla mukana onnistumassa ja kokea työn iloa. Arvostus työelämässä luo turvallisuutta ja tukee sosiaalista hyvinvointia. Ihmisen sosiaalinen hyvinvointi auttaa sitoutumista työhön ja työssä jaksamista. Hyvässä työyhteisössä löytyy ”me-henki” joka kuvastaa yhteisöllisyyden tunnetta. (Ojala & Ahonen 2003.)

Työhyvinvointiin vaikuttaa työntekijän kokema hyvinvointi ja työympäristö eri osa-alueineen. Työhyvinvoinnissa on usein kyse niistä asioista, mitkä saavat työt sujumaan arjen keskellä: hyvä työilmapiiri, myönteinen vuorovaikutus, työn vaatimusten kohtuullisuus ja riittävät keinot niistä selviytymiseen. Hyvinvointia lisää työn ja vapaa-ajan tasapaino. (Paasivaara & Nikkilä 2010, 8-9.)

Myös opiskelijoiden hyvinvoinnista huolehtiminen on tärkeää. Opiskelijan työtä on opiskelu. Opiskelukyky vaikuttaa opintojen etenemiseen ja oppimistuloksiin sekä ehkäisee opiskeluun liittyviä ongelmia. Opiskelukyvyn edistämisen tarkoituksena on edistää opiskelijoiden kykyä toimia ja pitää huolta omasta jaksamisestaan sekä opiskellessa, että työelämässä. Opintokykyisestä opiskelijasta kasvaa hyvinvoiva ja osaava työntekijä. (Kunttu ym. 2011, 154.)

### 2.1 Työhyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä

Ihmisten työhyvinvointiin ja jokapäiväiseen työssä viihtymiseen vaikuttavat suuresti työpaikan ihmissuhteet. Lähes kaikelle yhteistoiminnalle edellytyksenä on luottamus. Kun ihminen luottaa työkavereihinsa, sujuu yhdessä työskentely paremmin. Toimivassa ryhmässä vallitsee luottamus siihen, että yhdessä tekemällä päästään sovittuihin

tavoitteisiin. Työntekijä kokee tulevansa hyväksytyksi ja saavansa arvostusta muilta. Työntekijöiden toimivasta yhteistyöstä kertoo hyvä kommunikointi ja töiden organisointi työntekijöiden kesken. (Laine 2010.)

Myös kiire ja stressi vaikuttavat työhyvinvointiin. Kiire ja aikapaineet työelämässä ovat kasvussa Suomessa sekä myös koko Euroopassa. Kiire synnyttää stressiä, joka jossain määrin on positiivista ja vaikuttaa työssä aikaansaamiseen myönteisellä tavalla. Ylikuormitus saattaa kuitenkin aiheuttaa esimerkiksi unihäiriöitä, masentuneisuutta, sairastumista ja ammatillisen itsetunnon heikkenemistä. Pitkäkestoinen stressi voi aiheuttaa työuupumusta. Stressiin vähentävästi vaikuttavat henkilökohtaiset voimavarat, joita voivat esimerkiksi olla terveys, energisyys, ongelmanratkaisutaidot sekä vuorovaikutustaidot. Ympäristön myönteisiä voimavaroja saattavat olla sosiaalinen tuki sekä varallisuus. Työn voimavaroiksi voidaan katsoa esimiehen antamaa sosiaalista tukea, innovatiivista ilmapiiriä, työn hallintaa sekä aktiiviset mahdollisuudet vaikuttamiseen ja kehittymiseen. (Manka & Manka 2016.) Työhyvinvointiin panostamalla pystytään vähentämään muun muassa sairauspoissaoloja ja työkyvyttömyyseläkkeitä (Kauhanen 2016).

## 2.2 Tutkimuksia työhyvinvoinnista

Vuonna 2012 aloitetussa Työelämä 2020 -hankkeessa laadittiin tutkittuun tietoon perustuvia suosituksia työhyvinvoinnin ja -terveyden edistämiseksi suomalaisilla työpaikoilla. Hankkeen tavoitteena on saavuttaa Suomessa vuoteen 2020 mennessä Euroopan paras työelämä. Hankkeessa suomalaisen työelämän kehittämisalueita kartoitettiin Euroopan komission kehittämällä MEADOW-tutkimuksella. MEADOW (Measuring the Dynamics of Organisation and Work) -tutkimuksessa työntekijöitä pyydettiin arvioimaan yleistä tyytyväisyyttä nykyiseen työhönsä. Kerätyn aineiston tuloksista nähdään Suomessa työhyvinvoinnin olevan keskimäärin suhteellisen hyvällä tasolla, mutta työpaikkojen välillä näkyy suuriakin eroja työhyvinvointiin liittyviin tekijöihin panostuksessa. Yleisesti havaittiin kehittämisen tarpeessa oleviksi asioiksi kiireen hallinta sekä työn tekemiseen ja työaikaan liittyvät vaikutusmahdollisuudet. Työhyvinvoinnista huolehtiminen kuuluu koko työyhteisön yhteisiin tehtäviin. Myös työnantajan tuki ja panostus ovat hyvin tärkeässä roolissa. Yleiset havainnot ovat suuntaa antavia yleisestä työhyvinvoinnin tasosta. Työpaikoilla tulisi erikseen tunnistaa

kehittämistarpeet ja tavoitteet sekä keinot niiden tavoitteiden saavuttamiseksi. (Puttonen ym. 2016.)

Keniassa tehdyssä tutkimuksessa selvitettiin virkistystoiminnan vaikutusta työntekijöiden työsuoritukseen Kenian Utaliin aikuisopistossa. Tutkimuksessa huomioitiin tyytyväisyys työhön, palvelun laatu, asiakkaiden tyytyväisyys ja työntekijöiden tuottavuus. Vastaajia oli 81. Syitä virkistystoimintaan osallistumiselle olivat rentoutuminen, hyvä olo, stressin vähentäminen, sekä keskittymisen, itseluottamuksen, itsetunnon ja terveyden parantaminen. Tutkimuksen tuloksena oli, että virkistystoiminta vaikutti positiivisesti työtyytyväisyyteen, palvelun laatuun, asiakastyytyväisyyteen ja työntekijöiden tuottavuuteen. Työntekijät kokivat virkistystoiminnan palkitsevana, ja työntekijöiden kokoontuminen tarjosi mahdollisuuden saada palautetta työssä suoriutumisesta ja saavutuksista täyttäen samalla työntekijöiden sosiaalisia tarpeita. Suosituimpia virkistysaktiviteetteja olivat ryhmähenkeä parantavat aktiviteetit, henkilökunnan juhlat ja aerobic. Tulokset osoittivat virkistystoiminnan merkittävän vaikutuksen työntekijöiden suoriutumiseen; virkistystoiminta paransi sitoutumista työhön ja työntekijän hyvinvointia vaikuttaen positiivisesti työtyytyväisyyteen, palveluiden tarjoamiseen, asiakastyytyväisyyteen ja tuotteliaisuuteen. Organisaatioiden tulisi täten tarjota työntekijöille mieluisaa virkistystoimintaa huomioiden esim. työntekijöiden iän, sukupuolen ja erilaiset mieltymykset. (Gitari & Mokaya 2012.)

### 2.3 Tiimityöskentely

Tiimi on työyhteisön henkilökunnasta muodostunut ryhmä, jolla on potilaan hoidosta yhteinen tavoite ja näkemys. Yhdessä laaditut pelisäännöt ja toimintatavat ohjaavat tiimin toimintaa. Yhdessä laaditut pelisäännöt tuovat myös kurinalaisuutta, joka edistää tiimin jäsenten sitoutumista (Yli-Koski 2005, 78). Tiimin toiminta on tavoitteellista ja tavoitteet saavutetaan yhdessä. Tiimillä on yhteinen vastuu toiminnan sujumisesta, mutta jokaisella tiimin jäsenellä on myös ammatillinen vastuu omasta toiminnastaan. (Koivukoski & Palomäki 2009, 15.)

Tiimi, joka on työskennellyt pitkään yhdessä, luo hyvän perustan yhteistyölle. Hyvän ryhmähengen perusta on toisen työn arvostaminen, luottamus, avoimuus, auttamishalu ja onnistumisen tunteet (Manka, Kaikkonen & Nuutinen 2007). Tiimin jäsenet oppivat tuntemaan toistensa erikoisosaamisen ja näin hyödyntämään sitä parhaiten. Tiimityöhön ei kuulu muiden aliarvioiminen eikä yksilösuorittaminen. Hoitoyksikön luonne,



asiakkaiden hoidon tarve ja henkilöstön vaihtuvuus vaikuttavat tiimin pysyvyyteen. Esimerkiksi työvuorosuunnittelulla, johon tiimin jäsenet voivat vaikuttaa, tuetaan tiimien pysyvyyttä. Vaikka tiimissä tapahtuu muutoksia esimerkiksi henkilöstövaihdosten takia, tulee tiimin pystyä arvioimaan omaa toimintaansa ja ottamaan vastaan uudet haasteet. (Koivukoski & Palomäki 2019, 16.)

Tiimi, joka muodostuu vapaaehtoisista, on yleensä aktiivinen ja innokas pyrkiessään kohti tavoitetta. Pakolla perustetun ryhmän sisäinen toiminta voi takkuilla. Oleellisia tärkeitä asioita tiimityöskentelyssä ovat vuorovaikutus, avoin keskustelu, koulutus ja siihen liittyvä tavoitteenasettelu sekä sitoutuminen työhön tavoitteiden saavuttamiseksi. Tavoitteiden asettaminen on haastavaa ja tavoite voi jäädä epäselväksi, jos tiimillä ei ole yhteistä vuorovaikutusta ja avointa keskustelua siitä mitä tehdään ja mitä tapahtuu. (Ylikoski 2005, 74.)

Tiimityöskentelyssä tärkeää on kuunteleminen, muiden arvostaminen ja oman tilan antaminen. Jäsenten täytyy tunnustaa omat vahvuutensa ja arvostaa toisten osaamista. Ammatillista osaamista voi kehittää koulutuksissa tiimin omien kiinnostusten mukaan ja hyödyntää tätä osaamista yhteiseen käyttöön. Tiimityöskentelyssä on tärkeää myös erilaisuuden hyväksyminen ja sietäminen; tapoja tehdä asioita on monia, vaikka päämäärä on yhteisten pelisääntöjen noudattaminen. (Koivukoski & Palomäki 2019, 29-30.)

Yli-kosken (2005) mukaan tiimityön suurimpia ongelmia ovat yhteisen vuorovaikutuksen ja avoimen keskustelun puute sekä epäselvät tavoitteet ja sitoutumattomuus tavoitteiden saavuttamiseksi. Lisäksi puutteita on koulutuksessa ja ohjauksessa, kun työyhteisö haluaa siirtyä tiimityöhön. Tiimin jäsenten tulee kyetä avoimeen vuorovaikutukseen ja luottamaan toisiinsa sekä olla yhtä mieltä siitä, mihin ollaan pyrkimässä.

Yhteisöön kuulumisen ja yhteenkuuluvuuden tunne on yksilölle tärkeää. Yhteisö onkin tärkeä voimanhänke yksilölle, sillä ihmissuhteet lisäävät työmotivaatiota, työn tuloksellisuutta ja työhyvinvointia. Yhteisöllisyys ja yhteenkuuluvuuden tunne syntyy yhteisestä päämäärästä ja saumattomasta työskentelystä. Yhdessäolo lisää yhteisöllisyyttä ja jokainen yhteisön jäsen vaikuttaa yhteisön ilmapiiriin ja toimivuuteen. (Rauramo 2008, 122-123; Nikkilä & Paasivaara 2010, 21-22.)

## 2.4 Bioanalytikkokoulutus

Bioanalytikko on kliinisen laboratoriotyön asiantuntija, joka toimii moniammatillisissa tiimeissä tuottaen potilaan hoidon edellyttämiä laboratoriotutkimuksia. Bioanalytikkokoulutus koostuu perusopinnoista, ammattiopinnoista, harjoittelusta, opinnäytetyöstä ja vapaasti valittavista opinnoista. (Turun ammattikorkeakoulu 2016.)

Perusopinnot sisältävät luonnontieteelliset ja biolääketieteelliset perusopinnot, jotka luovat pohjan ammatilliselle ydinosaamiselle. Perusopintojen aikana opiskelija hankkii itselleen myös tarvittavan kielitaidon. Ammattiopintojen aikana opiskelija hankkii itselleen teoreettista ja ammattikäytäntöön perustuvaa tietoa, joka toimii pohjana bioanalytikon asiantuntijatehtävissä. Ammattiopintoihin kuuluu kliininen näytteenotto ja vierianalytiikka, kliininen fysiologia ja neurofysiologia, kliininen mikrobiologia ja patologia sekä kliininen biokemia, hematologia ja immunoematologia. (Turun ammattikorkeakoulu 2016.)

Harjoittelussa opiskelija hyödyntää perus- ja ammattiopintojen aikana hankittua tietoperustaa harjoitellessaan ammattikorkeakoulun opetuslaboratoriossa, terveydenhuollon eri organisaatioiden kliinisissä laboratorioissa ja biolääketieteellisissä tutkimuslaboratorioissa. Harjoittelun aikana opiskelija harjoittelee mm. laboratoriovälineistön ja mittalaitteiden käyttöä sekä laboratorioprosessin kokonaisvaltaista hallintaa. (Turun ammattikorkeakoulu 2016.)

Jokaisella bioanalytikolla on oikeus ja velvollisuus ylläpitää sekä kehittää ammattitaitoa. Työyhteisön jokaisella jäsenellä on vastuu omasta sekä muiden hyvinvoinnista. Bioanalytikko pyrkii luomaan ja ylläpitämään yhteistyösuhteita muiden terveydenhuollon ammattiryhmien kanssa. Bioanalytikko kunnioittaa asiantuntemusta kollegoissaan sekä muissa ammattiryhmissä. Työyhteisöissä bioanalytikot yhdessä vastaavat laboratorioprosessin korkeasta laadusta ja sen jatkuvasta kehittämisestä. (Suomen Bioanalytikkoliitto ry 2017.)

### 3 ESCAPE ROOM

Escape Room eli pakohuone on peli, jossa 2-6 hengen joukkue yrittää päästä ulos lukitusta huoneesta ratkomalla erilaisia pulmia. Peli koostuu yhdestä tai useammasta huoneesta ja joukkueella on yleensä yksi tunti aikaa päästä ulos. (Kortesuo 2018, 10.)

Peli alkaa pelinohjaajan ohjeistuksella, jolloin käydään läpi pelin säännöt. Tämän jälkeen pelaajat astuvat lukittuun huoneeseen ja kello käynnistyy. Pelaajat alkavat etsiä vihjeitä, joiden avulla pulmat ratkaistaan. Vihjeet voivat olla mitä vain; symboleja, numeroita tai piilotettu avain. Peli koostuu useammasta pulmasta, ja yhden pulman ratkaisu johtaa uuden luo ja lopulta ulos lukitusta huoneesta. Pulmien määrällä ja niiden haastavuudella voidaan vaikuttaa pakohuoneen vaikeusasteeseen. Jos pelaajat ovat jumiutuneet yhden pulman kimppuun, voivat he pyytää vinkkiä pelinohjaajalta. (Nicholson 2015, 2.)

Erilaiset videopelit ja live-roolipelaaminen ovat toimineet pakohuonepelien inspiraation lähteenä. Niissä yhteistä on vihjeiden löytäminen sekä pulmien ratkaiseminen, jotka johdattavat pelaajan voittoon. (Nicholson 2015, 3-4.)

Pakohuonepelit ovat Suomessa nopeasti suosiotaan kasvattava ajanvietetapa ja pelipaikkoja onkin avattu lähes kaikkiin keskikokoisiin ja suuriin suomalaiskaupunkeihin. Ne ovat kasvattaneet suosiotaan myös työpaikkojen virkistysohjelmina ja hyvästä syystäkin, sillä hauskat pelit vaativat ryhmätyötaitoja ja paineensietokykyä. (Turunen 2015.)

Zhang ym. (2018) mukaan tiimityöskentely on olennainen osa potilaan hoitoa, mutta sen opettamiseen ei ole löydetty tehokasta tapaa. Tutkijat päätyivät kokeilemaan viihteellistä pakohuonepeliä osana tiimityöharjoitusta, koska pelin avulla voidaan rakentaa todentuntuinen ympäristö, joka on samankaltainen ensiavun kanssa. Pakohuonepelit vaativat pelaajilta tiimityötaitoja, kommunikointia, tehtävien delegointia ja kriittistä ajattelua. Näitä taitoja tarvitaan myös onnistuneessa ensiavun työvuorossa. Peliin osallistui yhdeksän ensihoidon opiskelijaa ja yksi ensiavun henkilökunnan jäsen. Pelin jälkeen pelaajat osallistuivat pelinohjaajan raporttiin, jossa käytiin läpi pelin tehtävät ja niiden ratkaisut. Pelaajat pystyivät samalla kertomaan kokemuksistaan ja käymään läpi ongelmanratkaisutekniikoitaan. Pelaajat vastasivat myös 18 kysymykseen, jotka arvioitiin kvalitatiivisesti. Tuloksista voitiin päätellä, että pelissä ja ensiavussa on yhtäläisyyksiä esimerkiksi tiimityöskentelyssä ja kommunikoinnissa. Yhtäläisyyksiä oli

myös sosiaalisessa kanssakäymisessä, esimerkiksi erimielisyyksien selvittämisessä. Peli innoitti suurinta osaa pelaajista kehittämään tiimityötaitojaan. Lisäksi pelaajat kokivat pakohuonepelin olevan tehokas, hauska ja tiimityöskentelyä kehittävä aktiviteetti. (Zhang ym. 2018.)

### 3.1 Escape Room -pelin suunnittelu

Escape room -peli voidaan rakentaa jonkin teeman ympärille. Teema ei tarkoita tarinaa vaan ympäristöä ja kulisseeja, johon huone rakentuu. Teemana voi olla esimerkiksi pako lukitusta vankityrmästä tai parannuskeinon löytäminen. Yleensä teemaa tukee huoneen sisustus ja propit eli pikkutavarat, jotka luovat tunnelmaa. Pelissä on yleensä myös juoni, joka kuljettaa tarinaa eteenpäin ja tällöin pulmat rakentuvat usein juonen ympärille. Juoni voi myös olla vain taustatarina ja päämäärä, eikä pulmien tarvitse viedä tarinaa eteenpäin. (Nicholson 2015, 13-14; Kortesus 2018, 37-38.)

Pakohuonepelin rakenne voidaan jakaa tehtävien jakautumisen mukaan kolmeen eri tyyppiin; rinnakkaisten polkujen rakenne, peräkkäinen rakenne ja avoin rakenne. Rinnakkaisten polkujen rakenteessa peliin on suunniteltu useampi tehtäväpolku, jotka pitää kaikki ratkaista. Polkuja voi ratkoa yksi kerrallaan yhdessä tai pelaajat voivat jakautua ratkomaan eri polkuja. Esimerkiksi huoneesta voi löytyä kaksi avainta, jotka johdattavat eri vihjeiden luo, jotka taas johtavat erillisiin kohteisiin. Peräkkäisessä rakenteessa polkuja on vain yksi, jolloin yhden pulman ratkaisu johtaa seuraavan luo. Kaikki pulmat saattavat olla esillä, mutta niiden ratkaisemiseksi vaaditaan edellisen pulman ratkaisu. Pulmat täytyy siis ratkaista tietyssä järjestyksessä. Avoimessa rakenteessa peliin on suunniteltu monta lyhyttä polkua, jotka kaikki johtavat samaan paikkaan. Pelaajien on esimerkiksi etsittävä kuusi avainta, jotka löytyvät eri keinoilla. Nämä kuusi avainta sopivat lukkoihin, jotka avaavat oven. (Kortesus 2018, 41-42.)

Ennen peliä pelinohjaaja käy säännöt läpi pelaajien kanssa. Pelin aikana pelinohjaajan tehtävä on auttaa pelaajia eteenpäin vinkkien avulla. Pelinohjaaja voi antaa vinkin, jos huomaa pelaajien jumiutuneen pulman kimppuun. Pelaajat voivat myös itse pyytää vinkkiä päästäkseen eteenpäin. Vinkkien antamisessa voi käyttää luovuutta; niitä voi antaa esimerkiksi digitaalisesti, paperilapulla tai suullisesti. Joissakin pakohuonepeleissä vinkin pyytämisestä voi seurata aikasakko tai vinkkejä saa vain tietyn määrän. Pelinohjaaja valvoo myös, etteivät pelaajat riko mitään sekä huolehtii pelaajien turvallisuudesta. Pelinohjaaja voi valvoa peliä kameroiden kautta tai olla

huoneessa fyysisesti läsnä. Pelin jälkeen pelinohjaaja ja pelaajat voivat keskustella pelistä ja käydä läpi pulmat, jotka jäivät epäselviksi tai ratkaisematta. (Nicholson 2015, 22-24.)

Pakuhuonepelin ongelmia voi ehkäistä järjestämällä testipelejä. Peliä kannattaa testata erikokoisilla joukkueilla. Testipelin jälkeen pelaajilta kannattaa kysyä spesifejä kysymyksiä pelistä ja ottaa vastaan kehitysideoita. (Kortesuo 2018, 52-53.)

## 4 TAVOITE JA TARKOITUS

Tämän opinnäytetyön tarkoitus on kehittää pakohuonepeli virkistystoimintaan laboratoriohoitajille sekä Turun Ammattikorkeakoulun bioanalyttikko-opiskelijoille. Pakohuonepelin pulmien ratkaisemisessa pelaajan on hyödynnettävä omaa tietoaan ja osaamistaan bioanalyttikkona. Pelin on kuitenkin tarkoitus olla viihteellinen. Opinnäytetyön tavoite on työhyvinvoinnin lisääminen ja virkistyminen arjen keskellä alaan liittyvän teeman ympärillä.

## 5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

### 5.1 Escape Room -pelin suunnittelu

Opinnäytetyön aihe saatiin Turun ammattikorkeakoululta syksyllä 2018. Opinnäytetyön suunnitelma saatiin valmiiksi keväällä 2019 ja opinnäytetyösopimus allekirjoitettiin syksyllä 2019. Pelin suunnittelu alkoi kesällä 2019 opinnäytetyön suunnitelman valmistuttua. Peliä lähdettiin alusta asti suunnittelemaan virkistystoimintaan. Tavoitteena oli suunnitella viihteellinen pakohuonepeli, joka tarjoaa virkistymistä alaan liittyvän teeman ympärillä. Pelin kohderyhmänä ovat sekä bioanalytikot että alan opiskelijat, joilla on suoritettuna perus- ja ammattiopinnot.

Opinnäytetyön tekijöillä oli kaikilla kokemuksia pakohuonepeleistä, joten pelin perusidea oli tuttu. Kirjallisuudesta ja internetistä haettiin apua siihen, mitä kannattaa ottaa huomioon pakohuonepelin suunnittelussa ja mistä suunnittelu kannattaa aloittaa. Suunnittelu aloitettiin heittämällä ilmaan ideoita siitä, millainen juoni ja teema pelissä voisi olla sekä millaisia tehtäviä peliin voisi tehdä. Peliin haluttiin alusta asti suunnitella tehtävät siten, että ne kattaisivat monipuolisesti bioanalytiikan erikoisaloja. Peliin valikoitui tehtäviä, jotka liittyvät näytteenottoon, pipetointiin, kliiniseen mikrobiologiaan, kliiniseen hematologiaan, immunoematologiaan ja kliiniseen patologiaan. Ideoita oli aluksi paljon ja jopa liikaa, mutta lopulta päädyttiin tehtäviin, jotka olisivat helppo toteuttaa käytännössä.

### 5.2 Escape Room -pelin toteutus

Tämän escape room -pelin teemana on pako hullun tiedemiehen laboratorion. Juoni on pelin taustatarina; pelaajat heräävät hullun tiedemiehen salaisesta laboratorion ja heillä on tunti aikaa paeta ennen kuin kidnappaja palaa laboratorioon. Pelin pulmat liittyvät löyhästi teemaan.

Tässä escape room -pelissä on käytetty peräkkäistä rakennetta, eli tehtävät tulee suorittaa tietyssä järjestyksessä. Tämä varmistetaan siten, että edellisen tehtävän ratkaisua vaativaan seuraavan tehtävän ratkaisemiseksi. Tällöin pelaajat ratkaisevat tehtävät yhdessä, eivätkä jakaudu erikseen ratkomaan eri tehtäväpolkuja, kuten pelissä,

jossa on käytetty rinnakkaisten polkujen rakennetta. Tehtävät on suunniteltu siten, että pelaajien on hyödynnettävä tietojaan ja taitojaan bioanalytikonä.

Escape room -peli koostuu kuudesta tehtävästä. Kaikki tehtävät vaativat loogista päättelykykyä sekä bioanalytiikan opintojen aikana opittua tietoa. Ensimmäisessä tehtävässä pelaajat etsivät lähetteen perusteella oikeat näyteputket, jotka on piilotettu ympäri huonetta. Näyteputkista paljastuu oikea koodi vakuuminäytteenottojärjestyksen mukaan. Toisessa tehtävässä pelaajat hyödyntävät tietojaan immunoematologiasta ja tulkitsevat kuvitteellisten potilaiden veriryhmät korttimenetelmällä. Kolmas tehtävä on pipetointi kuoppalevyille. Edellisen tehtävän ratkaisu paljastaa oikean pipetointiohjeen. Neljäs tehtävä sisältää matemaattisia pulmia. Viidennessä tehtävässä pelaajat hyödyntävät kliinisen mikrobiologian, hematologian ja patologian osaamistaan yhdistämällä ympäri huonetta löytämiään kuvavihjeitä ristikkoon. Viidennen tehtävän ratkaisu auttaa viimeisen tehtävän ratkaisemisessa: pelaajien tulee purkaa EKG-tulosteista löytyvä koodi.

Jokaisen pelin alussa yksi tai useampi pelinohjaaja käy säännöt läpi pelaajien kanssa ja ohjeistaa tiloissa toimimisesta. Ohjaaja kertoo pelin idean, keston ja käy läpi rajoitetut alueet, esimerkiksi jääkaapit, joita ei saa avata pelin aikana (merkitään punaisella teipillä). Pelinohjaaja on fyysisesti läsnä koko pelin ajan ja antaa vihjeet suullisesti, kun pelaajat niitä pyytävät.

### 5.3 Testipelit

Ensimmäinen testipeli pelattiin 6.11.2019 kolmen opiskelijan voimin. Testipeli osoittautui todella hyödylliseksi ja tärkeäksi osaksi pelin kehittämistä, sillä siinä tuli esiin ongelmia, joita ei osattu ottaa huomioon suunnittelussa. Ongelmia aiheutti muutaman tehtävän lisäksi itse ympäristö. Peli järjestettiin kahdessa luokkahuoneessa, joissa oli paljon tavaraa, kuten laitteita ja niihin liittyviä välineitä, joita ei ymmärrettävästi voinut poistaa pelin ajaksi. Kaikki huoneessa ollut tavara, mukaan lukien pelin rekvisiitat, hämäsivät pelaajia hieman liikaa, jolloin heillä oli vaikeuksia päästä eteenpäin ensimmäisestä huoneesta. Lisäksi todettiin, että peli soveltuu korkeintaan neljälle pelaajalle. Näitä muutamia ongelmia lukuun ottamatta pelistä saatiin kuitenkin myös hyvää palautetta ja hyviä ehdotuksia jatkoon. Peli koettiin hauskaksi, sopivan haastavaksi, tehtävämäärä sopivaksi ja myös pientä hienosäätöä kaipaavat tehtävät olivat hyviä. Jatkoa varten peliä korjataan mm. muokkaamalla muutamia tehtäviä, "siistimällä" peliympäristöä, eli



piilottamalla peliin kuulumattomia esineitä enemmän ja rajaamalla peliympäristöä selkeämmin, sekä laatimalla selkeämmät ohjeistukset pelin alkuun ja jokaiselle tehtävälle omat vinkit.

Toinen testipeli järjestettiin 29.11.2019 neljällä pelaajalla. Testipelissä havaittiin vielä pientä hienosäätöä kaipaavat asiat, sekä itse pelissä että ympäristössä. Osa ongelmista johtui myös pelaajien yksilöllisyydestä, esim. ympäristön luonteen vuoksi pelaajat eivät uskaltaneet rohkeasti tutkimaan paikkoja. Tämä ratkaistaan jatkossa joko rohkaisemalla pelaajia ohjeistuksen yhteydessä, tai järjestämällä peli erilaisessa ympäristössä. Pelaajien yksilöllisyyden vuoksi jotkin tehtävät tulevat kuitenkin aina olemaan yhdelle ryhmälle haastavempia kuin toiselle.

#### 5.4 Metodologiset lähtökohdat

Toiminnallinen opinnäytetyö on yksi vaihtoehto ammattikorkeakoulun opinnäytetyölle. Sen tulisi olla käytännönläheinen, työelämälähtöinen sekä osoittaa riittävää tietojen ja taitojen hallintaa. Toiminnallisen opinnäytetyön pohjalta syntyy jokin tuotos. Se voi olla esimerkiksi ohjeistus tai opastus, kuten uusi työohje ammatilliseen käytäntöön, tai tapahtuman tuottaminen, kuten valokuvanäyttely. Tavoitteena on yhdistää käytännön toteutus ja sen raportointi käyttäen tutkimusviestinnän keinoja. (Vilka & Airaksinen 2003, 9-10.)

Opinnäytetyö on toiminnallinen opinnäytetyö, koska se perustuu toimeksiantoon ja sen tuotoksena syntyy bioanalytiikka-teemainen Escape Room -peli TUAS Labin käyttöön. Peliä varten syntyy myös kirjalliset ohjeet sen toteuttamiseen. Opinnäytetyössä käytetään myös testipelejä. Testipelin pelaajilta kerätään palautetta, minkä mukaan peliä voidaan muokata lopulliseen muotoonsa. Työ perustuu erilaisista lähteistä kerättävään tietoperustaan.

#### 5.5 Eettiset lähtökohdat

Hyvää tieteellistä käytäntöä on noudattaa huolellisuutta, tarkkuutta ja rehellisyyttä opinnäytetyön jokaisessa vaiheessa. Hyvää tieteellistä käytäntöä on myös käyttää eettisesti kestäviä tiedonhankintamenetelmiä ja huomioida tietosuoja. Lisäksi

tutkimusluvut tulee olla kunnossa. Opinnäytetyön tekijät ovat vastuussa hyvän tieteellisen käytännön toteutumisesta. (TENK, 2012.)

Tälle opinnäytetyölle tehtiin opinnäytetyösopimus Turun Ammattikorkeakoulun kanssa. Opinnäytetyötä tehdessä noudatettiin huolellisuutta, tarkkuutta ja rehellisyyttä jokaisessa vaiheessa. Opinnäytetyötä tehdessä huolehdittiin tietosuojasta. Pelaajien henkilötietoja ei kerätty missään vaiheessa. Peliin osallistuvien turvallisuudesta on huolehdittu pelin aikana. Esimerkiksi pelaajat ovat pystyneet poistumaan tiloista turvallisesti tarvittaessa kesken pelin.

## 6 POHDINTA

Pakohuonepelin suunnittelu on ollut yllättävän haastavaa mutta hauskaa. Haasteita ovat tuoneet mm. päätöksenteko erilaisten ideoiden ja toteutusmahdollisuuksien keskellä, tehtävien yhteensovittaminen, ja pelaajan asemaan samaistuminen, mikä järjestäjänä on lähes mahdotonta. Näiden haasteiden takia testipelien järjestäminen koettiin tärkeäksi. Ensimmäisessä testipelissä ilmenikin erilaisia ongelmia, joita pelin suunnitteluvaiheessa ei osattu ottaa huomioon, joten toisen testipelien järjestäminen oli aiheellista. Toisessa testipelissä ilmeni pientä hienosäätöä kaipaavat tekijät, sekä pelaajien yksilöllisyyden merkitys pelin sujuvuuteen. Raportin kirjoittamista on vaikeuttanut puolestaan niukka teoretiedon määrä käsitellyistä aiheista, kuten virkistystoiminnasta. Etenkin aiheisiin liittyvien tutkimusten löytäminen on tuottanut hankaluuksia.

Työstä nousee mieleen paljon uusia ideoita pakohuonepelien hyödyntämiseen tulevaisuudessa. Pelejä voisi hyödyntää jatkossa nykyistä enemmän etenkin oppilaitoksissa, sekä virkistystoimintana että opetuksessa. Opintojen alussa voitaisiin järjestää pakohuonepeli uusille opiskelijoille, jolloin pelin avulla opiskelijat pääsisivät tutustumaan alaan ja toisiinsa, sekä kohottamaan ryhmähenkeä. Opetuksellisessa mielessä peli voitaisiin järjestää esimerkiksi kurssin lopussa, jolloin voitaisiin mitata opiskelijoiden osaamista, ja tieto tulevasta pelistä saattaisi motivoida opiskelijoita hyvällä tavalla kurssin aikana. Oppiminen pakohuonepelin kautta olisi hyvä tutkimuksen aihe, etenkin se, miten oppilaat itse kokevat asian.

## LÄHTEET

Anttonen, H & Räsänen, T. 2009. Työhyvinvointi – uudistuksia ja hyviä käytäntöjä. Työterveyslaitos. Viitattu 27.5.2019 <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/132079/tyohyvinvointi-uudistuksia-ja-hyvia-kaytantaaja.pdf?sequence=1>

Gitari, J & Mokaya, S. 2012. Effects of Workplace Recreation on Employee Performance. The Case of Kenya Utalii College. International Journal of Humanities and Social Science Vol. 2 No. 3. Viitattu 5.6.2019 [http://www.ijhssnet.com/journals/Vol\\_2\\_No\\_3\\_February\\_2012/23.pdf](http://www.ijhssnet.com/journals/Vol_2_No_3_February_2012/23.pdf)

Hakanen, J. 2011. Työn imu. Työterveyslaitos. Viitattu 27.5.2019. [https://www.ttl.fi/wp-content/uploads/2018/09/TTL\\_tyonimu.pdf](https://www.ttl.fi/wp-content/uploads/2018/09/TTL_tyonimu.pdf)

Kauhanen, J. 2016. Työhyvinvointi organisaation menestystekijänä. Helsingin seudun kauppakamari.

Koivukoski, S. & Palomäki, U. 2009. Hoitotyön tiimikirja. Suomen sairaanhoitajaliitto ry.

Korteso, K. 2018. Pakuhuone. Suunnittele, toteuta, pakene. Karisto.

Kunttu, K., Komulainen, A., Makkonen, K. & Pynnönen, P. 2011. Opiskelu terveys. Helsinki: Duodecim.

Laine, N. 2010. Luja luottamus. Miten työpaikan luottamussuhteet saa toimimaan? Tampere: Taurus Media.

Manka, M-L. & Manka, M. 2016. Työhyvinvointi. Helsinki: Talentum Pro 2016.

Manka, M-L., Kaikkonen, M-L. & Nuutinen, S. 2007. Hyvinvointia työyhteisöön. Eväitä kehittämistyön avuksi. Tampere: Tutkimus- ja koulutuskeskus Synergos. Viitattu 4.11.2019. <https://www.uta.fi/jkk/synergos/tyohyvinvointi/tyhyopas.pdf>

Nicholson, S. 2015. Peeking behind the locked door: A survey of escape room facilities. Viitattu 22.3.2019 <http://scottnicholson.com/pubs/erfacwhite.pdf>

Otala, L. & Ahonen, G. 2003. Työhyvinvointi tuloksen tekijänä. Porvoo: WSOY.

Paasivaara, L. & Nikkilä, J. 2010. Yhteisöllisyydestä työhyvinvointia. Kirjapaja.

Puttonen, S. Hasu, M & Pahkin, K. 2016. Työhyvinvointi paremmaksi. Työterveyslaitos. Viitattu 27.5.2019. [http://www.tyoelama2020.fi/files/1353/TTL\\_Tyohyvinvointi\\_paremmaksi\\_kannet\\_22062016.pdf](http://www.tyoelama2020.fi/files/1353/TTL_Tyohyvinvointi_paremmaksi_kannet_22062016.pdf)

Rauramo, P. 2008. Työhyvinvoinnin portaat. Viisi vaikuttavaa askelta. Edita.

TENK, Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsittelyminen Suomessa. Viitattu 4.4.2019. [https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)

Turun ammattikorkeakoulu opinto-opas 2016. Viitattu 7.11.2019. [www.turkuamk.fi](http://www.turkuamk.fi) > Etusivu > Tutkinnot ja opiskelu > Tutkinnot > Bioanalytikkokoulutus

Turunen, J. 2015. Pakuhuone hermostuttaa, ahdistaa ja innostaa – suomalaiset hurauttavat pelihuoneisiin. Yle. Viitattu 22.3.2019. <https://yle.fi/uutiset/3-8417878>

Suomen Bioanalytikkoliitto ry. 2017. Bioanalytikon, laboratoriohoitajan eettiset ohjeet. Viitattu 7.11.2019.

[https://www.bioanalytikkoliitto.fi/@Bin/659271/Eettiset+periaatteet\\_FI\\_print\\_2017.pdf](https://www.bioanalytikkoliitto.fi/@Bin/659271/Eettiset+periaatteet_FI_print_2017.pdf)

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki. Tammi.

Yli-koski, S. 2005. Tiimityön ongelmien kartoitus. Pro Gradu -tutkielma. Kuopion Yliopisto.

Zhang, X.C., Lee, H., Rodriguez, C., Rudner, J., Chan, T. & Papanagnou, D. 2018. Trapped as a Group, Escape as a Team: Applying Gamification to Incorporate Team-building Skills Through an 'Escape Room' Experience. *Cureus*, 10(3). Viitattu 26.5.2019.  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5931417/>