

www.humak.fi

Opinnäytetyö

Mielenterveystaitoja edistävän lautapelin kehittäminen

Työkaluksi kasvatus- ja nuorisotyön ammattilaisille, pelin kohde-
ryhmänä yläkouluikäiset

Petra Schneider ja Suvi Suomela

Yhteisöpedagogin koulutus
(210 op)

11/2020



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu
Yhteisöpedagogin koulutus

Tekijät: Petra Schneider ja Suvi Suomela

Opinnäytetyön nimi: Mielen terveystaitoja edistävän lautapelin kehittäminen - Työkaluksi kasvatus- ja nuorisotyön ammattilaisille, pelin kohderyhmänä yläkouluikäiset

Sivumäärä: 45 ja 8 liitesivua

Työn ohjaajat: Tarja Nyman ja Marja Snellman-Aittola

Työn tilaaja: MIELI Suomen mielen terveys ry

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää toiminnallisista ja osallistavista keinoista yläkouluikäisten mielen terveystaitoja edistävä lautapeli kasvatus- ja nuorisotyön ammattilaisille. Kadonneen ystävän jäljillä -lautapelin tarkoitus on toimia mielekkäänä tapana käsitellä sekä vahvistaa mielen terveystaitoja, pääasiassa tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Pelin kohderyhmänä ovat yläkouluikäiset. Opinnäytetyön tilaajana toimi mielen terveyden edistämiseen ja ongelmien ehkäisyyn keskittyvä MIELI Suomen mielen terveys ry. Peliä on kehitetty yhteistyössä Stadin ammattiopiston kanssa.

MIELI ry:llä nousi esille tarve toiminnallisista työvälineistä yläkouluikäisten parissa työskenteleville ammattilaisille. Halusimme tehdä pelin, joka palvelisi yläkoulun opettajia sekä nuorisotalon ammattilaisia nuorten mielen terveystaitojen käsittelemisessä.

Kehittämistyö tehtiin kokeilukulttuurin keinoin hyödyntäen yhteisöllisiä ideointimenetelmiä, benchmarking-menetelmää sekä pelin pilotoinnin yhteydessä kyselyä ja havainnointia. Keskeistä kokeilukulttuurin keinoin kehitettäessä on kohderyhmän eli yläkouluikäisten nuorten sekä kasvatus- ja nuorisotyön ammattilaisten osallistaminen. Tässä kehittämistyössä on osallistettu sekä nuoria että ammattilaisia prosessin eri vaiheissa.

Tietoperustassa käsitellään nuorten mielen terveyden edistämistä, mielen terveystaitoja pääasiassa vuorovaikutus- ja tunnetaitoja sekä pelillisyyden ja oppimispelien soveltamista opetuksessa ja nuorisotyössä.

Tämän opinnäytetyön tuloksena on syntynyt kuvaus mielen terveystaitoja edistävän pelinkehitysprosessista ja pilottiversio Kadonneen ystävän jäljillä -lautapelistä. Opinnäytetyössä esitellään myös kehitysehdotukset pilotoinnin yhteydessä tehtyjen kyselyiden sekä havainnointien pohjalta tehdyistä analyyseistä.

Kyselyiden ja havainnoinnin pohjalta tehtyjen analyyseiden tuloksena voidaan sanoa pelin toimivan kohderyhmälle mielen terveystaitojen käsittelemiseen ja edistämiseen sekä työkaluna kasvatus- ja nuorisotyön ammattilaisille. Ammattilaiset kokivat pelin hyödylliseksi ja hyväksi menetelmäksi käsitellä mielen terveystaitoja yläkouluikäisten nuorten kanssa. Nuoret kokivat pelin mielekkäänä ja kiinnostavana. Opetuksellinen sisältö sopi peliin heidän mielestään hyvin.

Kehitysehdotuksiamme ovat muun muassa pelin ohjeistukseen kuvituksen lisääminen sekä perehdytysvideo ohjeiden tueksi, eri vaikeusasteisten tehtävien lisääminen, jotta ohjaaja voi valita niistä ryhmälleen sopivimmat sekä pelillisten elementtien kehittäminen, kuten taktikoinnin lisääminen. Koronaepidemian johdosta toimimme esille pohdinnan lautapelin kehittämisestä digitaaliseen pelimuotoon etäpelaamisen mahdollistamiseksi.

Asiasanat: mielen terveys, tunnetaidot, sosiaaliset taidot, pelit, oppimispelit, pelisuunnittelu, nuorisotyö

ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences
Bachelor of Humanities, Community Educator

Author: Petra Schneider and Suvi Suomela

Title: Development of a board game to promote mental health skills - As a tool for education and youth work professionals, the target group of the game is young aged

Number of Pages: 45 and 8 attachment pages

Supervisor: Tarja Nyman and Marja Snellman-Aittola

Subscriber: MIELI Mental Health Finland

Object of this Bachelor's thesis was to develop a board game to promote mental health skills of young for educational and youth work professionals, with functional and collaborative means. Purpose of the Kadonneen ystävän jäljillä- board game is to function as meaningful way to process and strengthen mental health skills. Mainly emotional and interactional skills. Target group is young ages between 13-16. Subscriber of the thesis is MIELI Mental health Finland which promotes good mental health and provides assistance in mental health issues. Game is developed in co-operation with Stadin ammattiopisto.

Demand for functional tool for professionals working with young was raised by MIELI. We wanted to develop a game that would serve professionals working in schools and youth field to process mental health skills with young.

Development was made using culture of experimentation utilizing collaborative innovative methods, benchmarking and with a survey after game piloting and perception during the piloting. Key component when developing with culture of experimentation is to collaborate with the target audience which is young ages between 13-16, educational and youth work professionals. In this development process young, educational and youth work professionals were involved through out the process on different process phases.

The theoretical framework of the thesis introduces promoting young people's mental health and mental health skills. Mainly emotional and interactional skills together with gamification and learning games application to education and youth work.

The result of this thesis is description of development process of a board game promoting mental health skills and a pilot version of Kadonneen ystävän jäljillä- board game. Thesis also presents development proposals based on analyzes made from surveys and perceptions from pilot testing.

Findings based on surveys and perception analyzes states that game is useful tool for the target audience together with educational and youth work professional to process and promote mental health skills. Professionals noted the game as helpful and good method to process mental health skills with young. Young felt that game is meaningful and interesting. Educational content fit the game well for the young.

We introduce development ideas as adding pictures to instructions and induction video to support the instructions, alternative tasks with different difficult level for instructors to choose the most suitable to occasion. Also game elements such as tactical playing could be promoted by developing. Because of COVID-19 pandemic we brought up thought of developing the game to a digital form to enable remote playing.

Keywords: mental health, emotional skills, social skills, games, learning games, game design, youth work

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	5
1.1	Opinnäytetyön tarve ja tarkoitus.....	6
1.2	Tilaaajan esittely.....	9
2	MIELENTERVEYSTAITOJA EDISTÄVÄN LAUTAPELIN TIETOPERUSTA	10
2.1	Nuorten mielenterveyden edistäminen.....	10
2.2	Mielenterveystaidot	13
2.3	Vuorovaikutustaidot	13
2.4	Tunnetaidot	16
2.5	Pelillisuus opetuksessa ja nuorisotyössä	17
3	KOKEILUKULTTUURI PELINKEHITYSPROSESSIN MOOTTORINA.....	20
3.1	Kokeilukulttuuri	21
3.2	Luovaa ideointia yhdessä	22
3.3	Benchmarking eli vertailukehittäminen	24
3.4	Tiimityötä, kokeilua ja valintoja pelinkehitysprosessissa.....	25
4	KYSELYN TULOKSET JA ANALYSOINTI	34
4.1	Kohderyhmän vastaukset	35
4.2	Nuorisotyönammattilaisten vastaukset	36
4.3	Havainnointi pelitilanteessa.....	37
5	JOHTOPÄÄTÖKSET JA KEHITYSEHDOTUKSET.....	38
5.1	Pilotoinnin palautteiden pohjalta tehdyt kehitysehdotukset	38
5.2	Pelinkehitysprosessin aikana nousseet kehitysideat	39
6	POHDINTA.....	41
	LÄHTEET	44
	LIITTEET	46

1 JOHDANTO

Yhteiskunta on muuttunut, ja sitä myötä myös mielenterveyden merkitys yhteiskunnassa on kasvanut työelämän, teknologian, kaupungistumisen sekä arvojen ja elämäntyylien muuttumisen myötä. Muuttuvassa yhteiskunnassa mielenterveys on tärkeä voimavara yksilölle ja keskeinen hyvinvoinnin osatekijä, joka vaikuttaa yhteiskunnan vakauteen ja kustannuksiin eri sektoreilla. Työn tuottavuuteen ja koko Suomen menestymiseen vaikuttaa ihmisten mielenterveys. Mielenterveyden taloudelliset vaikutukset rakentuvat sekä mielenterveyden ongelmien julkisen sektorin kustannuksista että mielenterveyden vaikutuksesta työn tuottavuuteen. Mielenterveys muotoutuu koko elämän ajan ja siihen liittyviä tietoja ja taitoja voi oppia ja opettaa. Mielenterveyden edistämistä voidaan tukea panostamalla lasten ja nuorten kasvuun ja kehitykseen kouluissa, kulttuuritoiminnassa, sosiaalisessa toiminnassa sekä kunnissa ja kansalaisjärjestöissä. Tämä on sijoitus, joka tuottaa hyvinvointia yhteiskuntaan. Lasten ja nuorten mielenterveyttä voidaan vahvistaa luomalla turvallisen elämän edellytykset eri kasvuympäristöissä, turvaamalla jokaiselle mahdollisuudet mielenterveystaitoihin sekä vähentämällä syrjäytymistä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020, 11, 13–14, 18–19, 21.)

Tarve mielenterveystaitoja vahvistaville materiaaleille yläkouluissa ja nuorisotyön parissa on merkittävä, kuten Sosiaali- ja terveysministeriön (2020) strategiassa mainitaan, lasten ja nuorten kasvua voidaan tukea panostamalla mielenterveyden edistämiseen yhteiskunnan eri sektoreilla. Mielenterveyden edistämiseen sekä ongelmien ehkäisyyn keskittyvä kansalais- ja kansanterveysjärjestö MIELI ry:llä on monenlaisia mielenterveystaitoja vahvistavia materiaaleja varhaiskasvatuksen sekä alakouluikäisten parissa työskenteleville ammattilaisille. Yläkouluikäisille suunnattua materiaalia on vähemmän, eikä kohderyhmälle ole ollut pelimuotoista materiaalia tarjolla MIELI ry:n valikoimassa.

Opinnäytetyön tavoitteena on kehittää mielenterveystaitoja edistävä lautapeli kasvat- ja nuorisotyön ammattilaisille. Kehitämme peliä kokeilukulttuurin keinoin osallistamalla pelin kohderyhmää sekä ammattilaisia. Opinnäytetyön tilaaja on MIELI Suomen Mielenterveys ry. Peliä on kehitetty yhteistyössä Stadin ammattiopiston kanssa. MIELI ry:llä on hyvä yhteys kasvat- ja nuorisotyön ammattilaisiin tapahtu-

mien ja koulutuksien kautta. Kasvatus- ja nuorisotyön parissa työskenteleviltä ammattilaisilta on useasti noussut esille toive saada hyödyllisiä ja monipuolisia aineistoja, joiden avulla käsitellä, opetella ja vahvistaa mielenterveystaitoja nuorten kanssa. Pelinkehitysprosessin eri vaiheissa tarve on tullut esille keskusteltaessa kasvatus- ja nuorisotalan ammattilaisten kanssa ja kiinnostus peliä kohtaan on ollut suuri.

Lautapelin tavoitteena on toimia mielekkäänä tapana harjoitella mielenterveystaitoja. Pelillisuus on nuorille hauska ja tehokas tapa oppia opetussisältöjä. Järvilehdon (2014, 7, 113, 119, 133) mukaan oppiminen on tehokasta, kun se on hauskaa. Pelien kautta oppiminen on vahvempaa, koska ihminen uppoutuu tekemiseen leikkiessään. Leikki on olennainen osa ihmisen hyvinvointia ja se liittyy ihmisen sisäiseen motivaatioon. Leikkiminen mahdollistaa autonomisen kokemuksen, mahdollistaa rajojen testauksen ja uusien ympäristöjen tutkimisen. Lisäksi leikki vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä mahdollistaa luovan ajattelun ja tämän kautta uuden kokeilemisen. Leikkiminen on tehokas tapa oppia ja on suotuisan flow-tilan luoja. Leikin kautta oppiminen johtaa aivojen aktivoitumiseen sekä uusien tapojen kokeilemiseen. Pelit ovatkin parhaita välineitä tähän, koska ne mahdollistavat selkeät tavoitteet, palautteen, tasapainon taitojen ja haasteiden välillä sekä vahvan läsnäolon tunteen. Oppimisesta tehokasta tekee pelin laadukas sisältö ja motivoiva käyttöliittymä. Oppimispelit yhdistettynä muihin opetusmenetelmiin mahdollistavat oppijan itseohjautuvuuden ja sisäisen motivaation oppimiseen.

Lautapelin kehittämisen tavoitteena on luoda työkalu, jonka avulla kasvatus- ja nuorisotyön ammattilaiset pystyvät tukemaan nuorten mielenterveystaitojen vahvistumista. Lautapeli on yhteisöllinen ja mielekäs tapa käsitellä tunne- ja vuorovaikutustaitoja sekä edistää kohtaamisia nuorten välillä. Työkalu mahdollistaa vaikeidenkin asioiden käsittelyn nuorille luontevalla tavalla.

1.1 Opinnäytetyön tarve ja tarkoitus

Tässä opinnäytetyössä on tarkoituksena kuvata mielenterveystaitoja edistävän lautapelin Kadonneen ystävän jäljillä kehitysprosessia ja arvioida sen toimivuutta työkaluna. Kehitystyön tavoitteena on jatkokehittää lautapelin ensimmäisen pilottiversion pohjalta toimiva työkalu kasvatus- ja nuorisotyön ammattilaisille. Kadonneen ystävän

jäljillä -pelin kohderyhmä on yläkouluikäiset nuoret. Opinnäytetyön tilaajana toimii MIELI Suomen mielenterveys ry. Peliä on kehitetty yhteistyössä Stadin ammattiopiston kanssa. Pelinkehitysprosessissa on ollut mukana moniammatillinen pelitiimi, johon kuuluvat meidän lisäksi MIELI ry:n asiantuntijakoordinaattori Marja Snellman-Aittola ja asiantuntijakoordinaattori Riikka Nurmi sekä Stadin Ammattiopiston peli- ja animaatio-opettaja Heikka Valja ja Media-alan opiskelijat.

Kadonneen ystävän jäljillä -lautapeli on ennen kaikkea työväline nuorten kanssa työskenteleville ammattilaisille. Pelin tarkoitus on toimia mielekkäänä tapana käsitellä sekä vahvistaa tunne-, vuorovaikutus- ja muita mielenterveystaitoja. Pelin avulla luodaan turvallinen ja nuorille tuttu ympäristö, jossa edistetään mielenterveystaitoja. Pelin tarinan avulla luodaan tilanteita, joissa taitoja tarvitaan. Peliin sisältyvien tehtävien avulla harjoitellaan, pohditaan ja keskustellaan aiheista ja tavoitteena on, että opitut asiat siirtyvät arkeen. Pelillisuus on nuorille hauska ja tehokas tapa oppia. MIELI ry:n aineistot ja materiaalit ovat tunnettuja ja luotettavia sekä helposti saavutettavia. Järjestöllä on maksuttomia materiaaleja, joita voi ladata heidän nettisivuiltaan käyttöön vapaasti. Osa materiaaleista on maksullisia.

Pelin kehitystyötä tehdään yhdessä pelitiimin kanssa kokeilukulttuurin keinoin. Menetelminä hyödynnetään yhteisöllistä ideointia ja benchmarkkausta. Peliä testataan yläkouluikäisten nuorten kanssa toiminnallisissa työpajoissa, joista kerätään tutkimustietoa pelin toimivuudesta ja kehitystarpeista havainnoimalla sekä kyselyn avulla. Tavoite testaamisella on saada tietoa pelin toimivuudesta pelillisesti ja sisällöllisesti työkaluna käsitellä mielenterveystaitoja. Pelinkehitysprosessi päättyy pilottiversioon testaukseen ja siitä saatujen tulosten ja kehitysehdotusten analysointiin. Pelin lopullinen muoto ja saatavuus ratkaistaan myöhemmin MIELI ry:n toimesta.

Tarve tälle opinnäytetyölle syntyi MIELI ry:n työntekijöiden pohtiessa toiminnallisten työvälineiden tarpeellisuutta eri kohderyhmille. Pohdinta sai alkunsa Stadin ammattiopiston ottaessa yhteyttä ja tiedustellessa mahdollisuutta yhteisen peliprojektin toteutumiselle. MIELI ry:llä todettiin, että heillä on toiminnallisia työvälineitä alakoulun opettajille suunnatuissa koulutuksissa ja materiaaleissa. Vastaavia työvälineitä kaivataan yläkouluikäisten parissa työskenteleville ammattilaisille. Tällainen peli palvelisi niin yläkoulun opettajien kuin nuorisoalan ammattilaisten mielenterveystaitojen käsittelemistä nuorten kanssa. Ajatus yhteisen peliprojektin toteuttamisesta johti vielä

kolmannen yhteistyökumppanin, HUMAK:in, Humanistisen ammattikorkeakoulun opiskelijoiden mukaan tuloon.

Työn tietoperusta syventää ymmärrystä pelin aihealueista. Käsittelemme nuorten mielenterveyden edistämistä, mielenterveystaitoja, pääasiassa vuorovaikutus- ja tunnetaitoja, sekä pelillisyyden ja oppimispelien soveltamista opetuksessa ja nuorisotyössä.

Opinnäytetyössä kuvataan ja reflektoidaan mielenterveystaitoja edistävän lautapelin kehittämistä ja koko prosessia. Kehittämistyön tuloksena syntyy pilottiversio lautapelistä Kadonneen ystävän jäljillä kehitysehdotuksineen, sekä kuvaus pelinkehitysprosessista.

Syksyllä 2019 teimme yhteisöpedagogitutkintoon sisältyvään työharjoittelun MIELI ry:ssä, jossa aloitimme lautapelin kehittämisen ja siitä tuli meidän opinnäytetyömme aihe. Meistä molemmista mielenterveyden edistäminen on tärkeää ja merkityksellistä. Tiedostimme yhteisöpedagogiopiskelijoina ennaltaehkäisevän työn tärkeyden ihmisten hyvinvoinnin tukemisessa. Turvallisen oppimisympäristön luominen, erilaiset tavat oppia ja soveltaa opittua sekä mielenterveyden edistäminen ja mielenterveystaidot ovat aiheita, jotka meitä molempia kiinnostavat. Keskustelimme ajatuksesta tehdä yhdessä opinnäytetyötä ja selvää oli, että palo päästä tekemään jotain erittäin konkreettista oli kummallakin suuri. Pääsimme kehittämään peliä MIELI ry:lle harjoittelusamme ja tiedossa oli, että heistä voisi tulla opinnäytetyömme tilaaja ja aiheena olisi kehittämämme peli tavalla tai toisella. Harjoittelun tavoitteena oli suunnitella ja kehittää mielenterveystaitoja edistävä lautapeli työkaluksi kasvatusta ja nuorisotyön ammatillisille yhteistyössä Stadin ammattiopiston kanssa. Pelin tavoitteena on käsitellä ja harjoitella mielenterveystaitoja, pääasiassa tunne- ja vuorovaikutustaitoja.

Teimme harjoittelun aikana pelistä prototyypin, jota testasimme yläkouluikäisillä. Pelitilanteessa tehtyjen havainnoinnin ja palautekyselyiden perusteella huomasimme, että peliä tulee kehittää edelleen sekä sisällöllisesti että pelillisesti vastaamaan kohdeyhmän tarpeita. Pilotista saatujen palautteiden pohjalta opinnäytetyössä jatkokehitetään peliä hyödyntäen pilotin pelimekaniikkaa, pelin rakennetta ja pelillisyyttä sekä sisältöä ja kokemuksia. Keskusteluissa yläkoulun opettajien, sekä nuorisotyöntekijöiden kanssa pilotoinnin aikana, nousi esille innostus tällaista peliä kohtaan ja tuli useasti palautetta, kuinka työkentällä todella kaivataan toiminnallisia menetelmiä tueksi käsittelemään ja opettamaan mielenterveystaitoja nuorille.

1.2 Tilaajan esittely

Opinnäytetyömme tilaaja on MIELI Suomen Mielenterveys ry. MIELI Suomen Mielenterveys ry on kansalais- ja kansanterveysjärjestö, jonka perustehtävä on mielenterveyden edistäminen ja ongelmien ehkäisy. Järjestö on perustettu vuonna 1897 ja se on maailman vanhin mielenterveysalan kansalaisjärjestö. MIELI ry:n jäsenistön muodostavat 55 paikallista mielenterveysseuraa ja 33 valtakunnallista järjestöä. MIELI ry:n kriisikeskusverkostoon kuuluu 22 eri puolella Suomea toimivaa kriisikeskusta. Järjestössä työskentelee noin 140 työntekijää ja lisäksi toiminnassa on mukana 4000 vapaaehtoista sekä yhteistyökumppaneita. (MIELI Suomen Mielenterveys ry 2020a.)

MIELI ry tähdentää jokaisen oikeutta mielenterveyteen. Se kannustaa osallisuuteen, yhteisöllisyyteen sekä aktiivisuuteen yhteiskunnassa ja välittämisen kulttuuriin. Tärkeitä näkökulmia ovat ihmisoikeudet ja yhteiskunnallinen oikeudenmukaisuus. MIELI ry:n tavoitteena on tukea mielenterveyttä ja hyvinvointia. (MIELI Suomen Mielenterveys ry 2018, 2.)

Toimintasuunnitelmassaan 2019 järjestö kuvaa toimintansa lähtökohtana olevan voimavarakeskeisyys sekä mielenterveyttä suojaavien tekijöiden vahvistaminen ja riskitekijöiden pienentäminen. Kansalaistoimintojen yksikkö kehittää, organisoii ja tukee henkilöstön sekä vapaaehtoisten toimivaa ja tavoitteellista yhteistyötä. MIELI ry jakautuu mielenterveyden edistämiseen ja kriisiauttamiseen, jota viestintä ja hallinto tukevat sekä osallistuvat sen kehittämiseen. MIELI ry koordinoi valtakunnallista Rikosuhrapäivystystä, joka on järjestöjen yhteistyössä tuottamaa. (mt. 2018, 4.)

Mielenterveyden edistämisen yksikön tavoitteena on edistää ihmisten mielenterveyttä läpi elämän sekä ennaltaehkäistä mielenterveyden häiriöitä. Yksikkö tarjoaa asiantuntijapalveluita, osallistuu vaikuttamistyöhön sekä kehittää ja jakaa hyviä käytäntöjä järjestökentän sekä yhteiskunnan käyttöön. Lasten ja nuorten kanssa toimivien ammattilaisten osaamistarpeita tukee lasten ja nuorten mielenterveyden edistämisen kokonaisuus. (mt. 2018, 11.)

MIELI ry:stä löytyy voimavaralähtöisiä materiaaleja, koulutusta ja välineitä ammattilaisten tueksi, jotka työskentelevät lasten ja nuorten parissa. Ajatus on, että mielenterveyttä voi oppia, opettaa ja vahvistaa ja MIELI ry on kehittänyt lasten ja nuorten mielenterveyttä vahvistavia materiaaleja jo kymmenen vuoden ajan. Materiaalit on tehty kaiken ikäisille neuvolaan, varhaiskasvatukseen, ala- ja yläkouluihin sekä toisen asteen koulutukseen ja nuorisotyöhön. (MIELI Suomen Mielenterveys ry 2020b.)

2 MIELENTERVEYSTAITOJA EDISTÄVÄN LAUTAPELIN TIETOPERUSTA

Tämän luvun tarkoitus on avata opinnäytetyön keskeisiä käsitteitä; nuorten mielenterveyden edistämistä, mielenterveystaitoja, vuorovaikutus- ja tunnetaitoja sekä pelillisyyttä. Opinnäytetyössä on tavoitteena kehittää mielenterveystaitoja edistävä lautapeli opetus- ja nuorisotyön ammattilaisille.

Opinnäytetyömme kannalta on tärkeää ymmärtää mitä mielenterveys on, mielenterveyskäsitteen laajuus, mielenterveyden edistäminen, mielenterveystaidot ja mitä kaikkea ne pitävät sisällään. Syvennymme mielenterveystaitoihin, joita pelin avulla harjoitellaan. Perehdymme nuoruuteen liittyviin tärkeisiin aiheisiin, jotta pelin tehtävät kiinnittyvät nuorille kiinnostavaan ja samaistuttavaan aiheympäristöön. Aiheen rajauksessa on otettu tärkeimpänä huomioon nuorten tarve mielenterveystaitojen harjoitteluun ja vahvistamiseen. Pelissä ja opinnäytetyössä mielenterveystaidoista tunne- ja vuorovaikutustaidot ovat keskeisimmät taidot, joita pelissä käsitellään. Tämä aiheenrajaus syntyi yhdessä tilaajan kanssa. Kehitämme lautapeliä oppimistarkoitukseen, joten avaamme tietoperustassa pelillisyyttä sekä oppimisperusteista opetuksessa ja nuorisotyössä.

2.1 Nuorten mielenterveyden edistäminen

Mielenterveys on ihmisen oma kokemus hyvinvoinnista ja osa ihmisen kokonaisvaltaista terveyttä. Henkilökohtaiset suojaavat tekijät ja jaksamisen vahvistaminen ovat olennainen osa yksilön mielenterveyttä. Mielenterveys vaihtelee elämän aikana ja sitä kulutetaan päivittäin, joten sitä tulee myös vahvistaa usein. (Erkko & Hannukkala 2013, 29.)

Hyvinvoiva mieli pyrkii oppimaan uutta, kehittämään itseään eri tavoin sekä luomaan tilaa luovuudelle ja uteliaisuudelle. Hyvä mielenterveys tukee ihmistä asettamaan tavoitteita ja toteuttamaan niitä. Se on mielen joustavuutta ja taitoa ratkaista ristiriitoja sekä kykyä sietää pettymyksiä ja menetyksiä. Ihminen, jonka mieli voi hyvin, kykenee rakastamaan ja ilmaisemaan rakentavasti tunteita. (Pesonen, Nurmi & Hannukkala 2018, 14.)

Mielenterveyden suoja- ja riskitekijät vahvistavat tai heikentävät ihmisen hyvinvointia. Suojaavia tekijöitä on jokaisella ja niitä voi vahvistaa läpi elämän. Ne ylläpitävät terveyttä, vahvistavat toimintakykyä sekä auttavat selviytymään kriiseistä ja vastoinkäymisistä. Suoja- ja riskitekijät jakautuvat sisäisiin ja ulkoisiin. Nuorten mielenterveyden sisäisiä suojatekijöitä ovat hyvä terveys, kyky sanoittaa ja ilmaista tunteita, kyky luoda ja ylläpitää kaverisuhteita, itsenä toteuttaminen, arvostaminen ja hyväksyminen sekä kyky ratkaista ongelmia ja ristiriitoja. Ulkoisia suojatekijöitä ovat turvallinen kasvuympäristö, turvaverkon tuki sekä kyky uskaltaa ja osata hakea apua. (Erkko ym. 2013, 31–32.)

Mielenterveyden edistäminen on hyvinvoinnin lisäämistä ja vahvistamista. Se voidaan suunnata yksilöille ja yhteisöille. Positiivinen terveystiedon on keskiössä mielenterveyden edistämiseksi, jossa ajatellaan mielenterveyden olevan elämän aikana kerättävä ja käytettävä voimavara. Terveyttä ja hyvinvointia tuottaviin tekijöihin panostamalla lisätään yksilön hyvinvointia. Ihmisen hyvinvointiin ja mielenterveyteen vaikuttaa vuorovaikutus toisten kanssa, uteliaisuus, uuden oppiminen sekä jakaminen ja antaminen. (Erkko ym. 2013, 13–14.)

Euroopan komission (2011) mukaan lasten ja nuorten mielenterveyden edistämiseen sijoitettu pääoma palautuu 1–5 vuodessa takaisin jopa viisinkertaisena. Mielenterveyden perusta luodaan lapsuudessa ja nuoruudessa. Nuorten mielenterveyden edistäminen mahdollistaa yksilön panoksen yhteiskuntaan aikuisiällä. (Erkko ym. 2013, 13–14.)

Nuorten mielenterveyden tukeminen on osa kasvatus- ja nuorisotyötä ja vahvistaa lasten ja nuorten kasvua, kehitystä ja henkistä hyvinvointia. Tunnetaitojen harjoittelu, selviytymistaitojen vahvistaminen, pettymysten ja vastoinkäymisten sietämisen sekä joustavuuden harjoittelu ristiriitatilanteissa ovat mielenterveyden tukemista. Nuoriso-

työntekijät ovat tärkeä osa nuoren turvaverkkoa. Nuorisotyön turvaverkko mahdollistaa nuorelle tulla nähdyksi ja kuulluksi sekä vahvistaa nuorten mielenterveyttä tukevia voimavaroja. (Erkko ym. 2013, 12, 29.)

Mielenterveyttä voidaan edistää monipuolisesti kouluissa. Peruskoulun opetussuunnitelma (2014) painottaa yhä enemmän terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä sekä tukee erilaisten elämän taitojen oppimista korostamalla oppiainerajoja ylittävää laaja-alaista osaamista. (Pesonen ym. 2018, 10–11.) Kokemus yhteisöön kuulumisesta ja tunne omasta merkityksellisyydestä yhteisössä vaikuttavat ihmisen mielenterveyteen. Merkityksellisyys yhteisön jäsenenä vahvistuu, kun omia mielipiteitä kuunnellaan ja niillä pystyy vaikuttamaan yhteisön toimintaan. Osallisuus vahvistaa nuoren opiskelumuotiota, arjentaitoja ja itseohjautuvuutta. (mt., 25.)

Opetussuunnitelman (2014) mukaan on keskeistä huomioida opetuksessa, että terveys on voimavara ja terveystieto tukee turvallisuustaitoja, sosiaalisia taitoja sekä tunteiden tunnistamista ja säätelyä. Terveysosaaminen auttaa oppilaita hahmottamaan terveyden laaja-alaisuutta ja mahdollisuuksia havainnoida ja tutkia omaan terveyteen liittyviä osa-alueita. Terveyttä tukevan kasvun ja kehityksen sisällöissä perehdytään terveyden eri osa-alueisiin, yhtenä näistä mielen hyvinvointi. Tunne- ja vuorovaikutustaitojen sisällöissä käsitellään vuorovaikutustilanteissa toimimista, tunteiden ilmaisua sekä niiden säätelyä. Terveystiedon opetuksessa huomioidaan yhteistyö eri oppiaineiden, kouluterveydenhuollon ja muun oppilashuollon kanssa. Näin mahdollistetaan oppilaan saama henkilökohtainen tuki oppimiseen ja henkilökohtaiseen elämään. (Opetushallitus 2014, 398–401.)

Nuorten mielenterveysseura Yeesi ry:n projektipäällikkö Heikki Luoto (2016) pohtii mielipidekirjoituksessaan, kuinka mielenterveyttä edistetään arjen nuorisotyössä. Nuorisotyössä ohjattu vapaa-ajan toiminta tarjoaa nuorille mielekästä tekemistä sekä yhteisöllisyyttä, jotka kasvattavat nuorten omia voimavaroja. Nuorisotyön ammattilainen tarjoaa tukea ja turvaa nuorten erilaisiin elämäntilanteisiin. Riippumatta nuorten lähtökohdista, nuorisotyö tarjoaa yhdenvertaisen ympäristön mielenterveystaitojen oppimiseen. Luodon (2016) mukaan nuorten kanssa tehtävään ennaltaehkäisevään mielenterveystyöhön kannattaa sijoittaa resursseja.

2.2 Mielenterveystaidot

Mielen hyvinvoinnille tärkeitä taitoja ovat tunnetaidot, kaveritaidot, selviytymistaidot, oma arki ja kasvu, itsetunto sekä unelmat ja luottamus elämään. Harjoittelemalla ja vahvistamalla näitä taitoja valmistaudutaan elämän haasteista selviämiseen. (Pesonen, Nurmi & Hannukkala 2018, 15.) Ihminen voi ylläpitää ja kehittää omia mielenterveystaitoja samalla tavalla kuin fyysistä kuntoaakin (Erkko & Hannukkala 2013, 225).

Nuorisotyön ammattilainen tukee nuorta mielenterveystaitojen harjoittelussa ja kulkee nuoren vierellä tukien nuoren kasvua. Kukaan ei tule valmiiksi mielenterveystaidoissa, vaan niitä tulee vahvistaa koko elämän. Nuorisotyö vaatii voimavaralähtöisen mielenterveyden merkityksen oivaltamisen työtöteessään. (Erkko ym. 2013, 16.)

Mielenterveystaidot ovat osa peruskoulun opetussuunnitelmaa ja kuuluvat keskeisesti myös terveystiedon oppisisältöihin kouluissa. Koulun aikuisilla on velvollisuus tukea nuorten mielenterveyttä arkisissa kohtaamisissa koulussa, sillä ne lisäävät nuoren tunnetta ja luottamusta omasta pärjäämisestä elämässä. Kannustava ja yhteisöllinen ilmapiiri tukee nuoren mielenterveyttä sekä mahdollisuutta oppia mielenterveystaitoja. Jokaisella oppitunnilla opettajilla on mahdollisuus vahvistaa mielenterveystaitojen oppimista: itsetunnon vahvistamista, tunne-, vuorovaikutus- ja selviytymistaitojen kehittymistä sekä arvojen ja asenteiden pohtimista. (Pesonen ym. 2018, 10–11.)

MIELI Suomen Mielenterveys ry on ollut mukana kehittämässä yläasteen mielen hyvinvoinnin opetuskokonaisuutta. Lähtökohtana opetuskokonaisuudessa on mielenterveyden voimavara-ajattelu. Tavoitteena on ollut, että peruskoulun jälkeen nuorella on elämäntaidollista osaamista mielenterveystiedoista ja -taidoista, joita hän voi harjoitella ja hyödyntää omassa elämässään. (MIELI Suomen Mielenterveys ry 2020c.)

2.3 Vuorovaikutustaidot

Tunnetaitoja ja sosiaalisia taitoja tarvitaan kaikkeen vuorovaikutukseen ja ne tukevat mielenterveyttä (Erkko & Hannukkala 2013, 100). Jokainen tarvitsee lähelleen toista ihmistä ja hyvät ihmissuhteet sekä sosiaaliset taidot ovat mielen hyvinvoinnin perusta. Yhteisö luo turvaa, yhteenkuuluvuutta, luottamusta ja vaikeissa tilanteissa saamme apua läheisiltä. Oman turvaverkon luominen on tärkeää ja siihen tarvitaan kykyä solmia ja ylläpitää ihmissuhteita. (Pesonen, Nurmi & Hannukkala 2018, 58.)

Nuori harjoittelee vuorovaikutustaitoja ja tarvitsee onnistumisia erilaisissa sosiaalisissa ympäristöissä ja verkostoissa koulussa, kotona, nuorisotalolla, harrastuksissa ja kavereiden kanssa. Tärkeää on myös, että nuorella on mahdollisuus kokea epäonnistumisia ja yrittää uudelleen. Erinomaisia ympäristöjä nuorten vuorovaikutustaitojen edistämiseen ovat nuorisotyön toimintaympäristöt, kuten ryhmätoiminnot, yhdessä tekeminen, keskustelut ja vastuutehtävät. (Erkko ym. 2013, 95.)

Erilaisia sosiaalisia taitoja tarvitaan ihmissuhteista huolehtimiseen. Tarvitaan kykyä neuvotella, ottaa huomioon erilaisia näkökulmia, ratkaista ristiriitoja, vuorotella sekä jakaa asioita ja ajatuksia. Tärkeitä taitoja ovat myös aktiivinen kuunteleminen, empatia sekä taito ilmaista omia ajatuksiaan selkeästi ja jämäkästi. Sosiaaliset taidot korostuvat nuorten elämässä ja ne ovat myös tärkeitä opiskelu- ja työelämään siirryttäessä. Sosiaalisia taitoja ovat muiden kanssa toimeen tuleminen ja työskentely sekä oman paikan etsiminen isossa ryhmässä. Aikuisen vahva tuki ja ohjaus auttavat nuorta oppimaan sosiaalisia taitoja ja luomaan onnistumisen kokemuksia vuorovaikutustilanteissa. (Pesonen ym. 2018, 58.)

Sosiaalisissa ongelmissa ja ristiriidoissa tarvitaan taitoa ratkaista ongelma, tietoa miten toimia oikein ja miten välttää konflikti sekä olla turvautumatta aggressioon (Erkko ym. 2013, 100–101). Ristiriitatilanteet ovat osa vuorovaikutusta ja ne kannattaa uskaltaa selvittää, jotta ikävät kokemukset eivät jää painamaan mieltä. Oltaessa vuorovaikutuksessa muiden kanssa on luonnollista, että tapahtuu erehdyksiä ja vastoinkäymiä, eikä välttämättä osata aina toimia sujuvasti, sanoittaa oikein ajatuksiaan, tai hallita omia tunteitaan tilanteissa. (Nyyti ry, 2020a.)

Toimiva vuorovaikutus sisältää ennen kaikkea kuuntelemisen taitoa, empatiaa, jämäkää käyttäytymistä ja myönteistä ajattelua. Vuorovaikutuksessa tarvitaan empatiataitoja, eli kykyä ymmärtää toista, havaita toisen tunteita ja reagoida hänen tunneilmaisuihinsa. Empatia on toisen tunteiden kokemista ja jakamista yhdessä. Empatiataidoilla on merkittävä rooli vuorovaikutustilanteissa sekä ystävyysuhteissa. Empatiataidot mahdollistavat toisen kuuntelemisen läsnäollessa, ymmärtäen ja myötäeläen toisen ihmisen kokemuksen. Jos emme kuuntele toista aidosti, se johtaa usein väärinymmärryksiin ja ristiriitoihin. (Erkko ym. 2013, 102–103.)

Pessi ja Martela (2017) pohtivat artikkelissaan myötätunnon suhdetta empatiaan. Empatialle keskeinen naapurikäsite on myötätunto, ja empatia on yksi osa myötätuntoa.

Empatia on tunneyhteyttä, samaistumista ja toisen tunteissa mukana elämistä, muttei vielä tekoja. Myötätuntoon kuuluu tämä lisäksi vielä motivaatio eli halu auttaa sekä varsinaisen tuen ja auttamisen teko. (mt.) Myötätunto ei ole pelkästään toisen tilanteen ymmärtämistä ja siihen eläytymistä, vaan siihen tarvitaan tekoja ja toimintaa. Myötätuntoinen toiminta on voimallista ja se voi näkyä esimerkiksi kuunteluna, halauksena tai toisen vierellä kulkemisena. Jokainen kohtaaminen ihmisten välillä ovat mahdollisuuksia myötätunnon edistämiseen tai heikentämiseen. Käyttäytyessä myötätuntoisesti vaikutamme omaan sekä toisten hyvinvointiin ja onnellisuuteen. Myötätunto on elinehtomme ja se lisää antajan, vastaanottajan ja sivullisten hyvinvointia. Nähdessämme jonkun auttavan toista, lisää se omaa hyvänolon tunnetta. Myötätuntoa voi harjoitella ja vahvistaa. Meissä jokaisessa on myötätunto olemassa ja voimme sitä kehittää läpi elämän. (Nyyti ry, 2020b)

Jämäkkyys on tärkeä vuorovaikutustaito, jossa täytyy hallita kahta erilaista puolta vaikeissa tilanteissa; ei saa loukata eikä satuttaa toista, mutta täytyy pitää myös omaa puolta kunnioittaen itseään. Jämäkkä ihminen huomioi toisten näkökulmat ja tunteet, osaa aloittaa ja lopettaa keskustelut sekä pitää lupaukset. Nuorille voi olla vaikeata kieltäytyä tai pitää omia puoliansa. Jämäkkyyttä voi kuitenkin harjoitella ja oppia. Aikuinen voi rohkaista nuorta puolustamaan omia ja toisen oikeuksia sekä muistuttaa oikeudesta ilmaisemaan itseään, mielipiteitään, tunteitaan ja toiveitaan. Nuorten kanssa voi käydä läpi tapoja, joilla kieltäytyä epämukavista asioista. (Erkko ym. 2013, 106.)

Elämänilo on suhtautumista myönteisesti asioihin ja ihmisiin. Se ei kuitenkaan tarkoita, että olisi koko ajan onnellinen, vaan sitä että ihminen on tyytyväinen elämäänsä suurimman osan ajasta. Myönteisesti suhtautuva ihminen suunnittelee rohkeasti tulevaisuuttaan ja toteuttaa haaveitaan. (Nuortennetti 2020.) Myönteinen ajattelu kertoo ihmisen valoisasta elämänasenteesta ja elämänilosta sekä vahvasta itsetunnosta ja luottamuksesta itseensä. Lapsena luodaan pohja myönteiselle ajattelulle, sillä lapsi sisäistää kotona näkemänsä mallin siitä, miten erilaisiin tunteisiin, tilanteisiin ja tapahtumiin suhtaudutaan. Jos kotona on kielteinen ilmapiiri, siirtyy malli lapselle. Myönteistä ajattelua on kuitenkin mahdollista harjoitella ja oppia esimerkiksi nuorisotyöntekijän, ryhmätoiminnan ja ystävien avulla. (Erkko ym. 2013, 108–109.)

2.4 Tunnetaidot

Tunnetaidot ovat tärkeimpiä mielenterveyttä ja hyvinvointia tukevista taidoista (Erkko & Hannukkala 2013, 75). Tunnetaidot vaikuttavat elämäämme tukemalla ihmiseksi kasvua, itsetunnon kehittymistä sekä ihmissuhteita ja ne suojaavat elämän kolhuja vastaan. Tunnetaidot ja sosiaaliset taidot liittyvät vahvasti toisiinsa. Kun osaa toimia omien tunteidensa kanssa, pystyy ottamaan muut huomioon sosiaalisissa tilanteissa. (Jääskinen 2017, 35) Nuoren ihmistuntemus vahvistuu tunnetaitoja harjoittelemalla, ja tämä mahdollistaa ihmissuhteiden luomisen ja ylläpitämisen (Erkko ym. 2013, 75).

Tunnetaitoja harjoitellaan ja niitä tulee vahvistaa koko elämän ajan. Lapsuudessa ja nuoruudessa tunnetaitoja opitaan läheisten avustuksella. Murrosiässä koulu ja kaveriesuhteet korostuvat tunnetaitojen harjoittelussa. Myös kodin ulkopuolisilla aikuisilla, kuten nuorisotyön ammattilaisilla, on tärkeä rooli tunnetaitojen tukemisessa varsinkin, jos kotoa ei saa parhaita mahdollisia keinoja tunnetaitojen oppimiseen. Aikuisen malli tunteiden tunnistamisessa, sanoittamisessa ja käsittelyssä on tärkeää nuoren tunnetaitojen harjoittelussa turvallisessa ympäristössä. (Erkko ym. 2013, 75.)

Tunnetaidot esiintyvät usein vaiheittain loogisessa järjestyksessä, mutta arjen tunnetilanteissa eri vaiheet usein lomittuvat ja kulkevat edestakaisin eri vaiheiden välillä. Vaiheet ovat tunteen tunnistaminen, tunteen sietäminen, tunteen säätely, tunteen ilmaiseminen, tunteen purkaminen ja käsittely sekä voimaantumisen. (Jääskinen 2017, 36.)

Tunteen tunnistaminen on hetki, jolloin tunne on virittynyt kehossamme tunnistettavaksi. Tunteen tunnistaminen vaatii tietoisuutta itsestä ja kehollisen aistimuksen havainnollistamista. Jo havainto siitä, että jotain tapahtuu, vie tunteen tunnistamista eteenpäin. Tunteiden nimeäminen helpottaa niiden ilmaisemista itselle ja toiselle. (mt., 36)

Tunnetaidoista vaikein on tunteen sietäminen. Monet ovat oppineet kieltämään tunteensa ja vaatii tahdonvoimaa havainnoida tunteita herättäviä impulsseja ja jäädä tarkkailemaan niitä. Hetkenkin tunteen tarkkailu ja sietäminen raivaa tilaa vastuulliselle valinnalle. (mt., 39–40)

Seuraavaksi tunteen voimakkuutta voi alkaa säätelämään. Tunnetta voi säädellä pienemmälle tai suuremmalle saavuttaakseen itselleen riittävän hyvän olotilan ja suuntaamaan toimintaa rakentavammaksi. Tunteita voi säädellä hengityksen, kosketuksen, kehon tuntoaisteihin keskittyen, mielikuvien ja visualisoinnin avulla. Myös toisen ihmisen läsnäolo ja tuki ovat tärkeitä. On mahdollista tehdä tunteen säätelyä myös etukäteen vaikuttamalla ajatuksiin ja valmistautumalla tuleviin tilanteisiin. (mt., 42.)

Tunteen ilmaisemisen muotoja ovat tunteen sanoittaminen, luovuus ja ilmaisu, kehollisuus sekä liike. Tunteen ilmaiseminen onnistuu parhaiten, kun tunnekuuhu on laantunut ja tunnetta pystyy sanoittamaan. Tunteen sanoittamisella kokemus saa ilmiänsä ja tunne tulee todeksi. (mt., 44.)

Tunteen purkamisessa pyritään saamaan tunne ulos kehosta ja mielestä. Tunteen käsittely on tunteiden katsomista, tutkimista ja muokkaamista. Kehomme säilöo tunnekokemuksia ja ne on hyvä purkaa kehollisilla ja luovilla menetelmillä. Jokaisen on hyvä löytää itselleen toimiva purkutapa kokeilemalla. (mt., 45.)

Tunnetaitojen kehittämisen lopullinen tavoite on voimaantuminen, jolloin ihminen loistaa, kokee onnistumista ja kyvykkyyttä toimia. Voimaantumisen myötä ihmiselle kasvaa varmuutta toimia erilaisissa tilanteissa omien tunteiden kanssa, ymmärtäen itseään enemmän, ja luottamus elämästä selviytymiseen kasvaa. (mt., 46.)

2.5 Pelillisuus opetuksessa ja nuorisotyössä

Valitsimme lautapelin työkaluksi digitaalisen pelimuodon sijaan, sillä halusimme nuorten kokoontuvan ja kohtaavan toisensa samassa fyysisessä tilassa yhdessä viihtyen. Valitsemamme pelimuoto tukee pelin pedagogista sisältöä. Pelin rakenteessa olemme ottaneet huomioon nuorten yhdessä olon, yhteisöllisyyden, ryhmätyötaitot sekä yksilön merkityksen ryhmässä. Peli sisältää tehtäviä, jotka liittyvät esimerkiksi non-verbaalisten eleiden tulkitsemiseen tai herättävät keskustelua ja pohdintaa ryhmässä. Mielestämme on tärkeää, että on olemassa työkaluja, joiden avulla on luontevaa käsitellä tunne- ja vuorovaikutustaitoja sekä vaikeitakin aiheita liittyen mielenterveyteen. Pelimuotoisella työkalulla edistetään kohtaamista nuorten välillä sekä harjoitellaan ja vahvistetaan tärkeitä mielenterveystaitoja kohderyhmälle luontevalla ta-

valla. Kasvatus- ja opetustyön ammattilaiset voivat työkalun avulla tukea nuorten mielenterveystaitojen vahvistumista. Pelillisuus sitouttaa osallistujia tilanteeseen, ohjaa ryhmätyöskentelyyn ja tukee yksilön vastuun ottamista omasta ja muiden toiminnasta sekä edistää vuorovaikutusta.

Pelillisyyden hyödyntäminen opetuksessa tarjoaa autenttisia, sitouttavia ja interaktiivisia oppimiskokemuksia. Haasteena on, että pelillisuus opetuksessa jää irralliseksi osaksi opetusta, jonka vuoksi on tärkeää huomioida opetuksen suunnittelussa pelillisyyden pedagogisuus. Oppimispelien tulee olla pedagogisesti mielekkäitä, sekä niiden on oltava eheä osa oppimiskokonaisuutta. Pelillisyyden keinoin halutaan tuoda opetukseen mukaan pelien kokemuksellisuus sekä peleihin uppoutuminen. Pelien sisällöt tarjoavat mahdollisuuden tutustua oppisisältöihin lapsille ja nuorille mielekkäällä tavalla. (Krokkfors, Kangas & Hyvärinen 2014, 67.; Vesterinen & Mylläri 2014, 56–57.) Nuoret ovat tottuneet erilaiseen, pelilliseen ympäristöön (Harviainen, Meriläinen & Tossavainen 2013, 69).

Lasten ja nuorten maailmassa leikit ja pelit ovat paikkoja oppia. Diginatiiveille pelillisuus on luonteva tapa oppia ja se liittyy heille tärkeisiin asioihin. Pelillisuus ottaa myös huomioon lasten ja nuorten erilaiset tavat oppia. (Krokkfors ym. 2014, 67.; Vesterinen ym. 2014, 56–57.) Myös Harviaisen, Meriläisen ja Tossavaisen (2013, 66, 69–70) mukaan opiskelijoille, joiden on vaikea keskittyä perinteisessä kouluopetuksessa, soveltuu hyvin pelillinen opetus. Muillekin opiskelijoille se voi olla mielekäs tapa oppia, vaikka se ei opetustuloksia parantaisikaan. Pelien käyttö opetuksessa voi motivoida oppijoita ja kannustaa heitä opiskelemaan ahkerammin. (mt.) Oppimispelien tarkoituksena on tukea oppilaiden oppimista, luoden pelaajien välille sosiaalisen ympäristön, jossa pystytään luomaan yksilön tieto- ja taitotason ylittäviä merkityksiä (Linnanen 2014, 280).

Pelillisuus mahdollistaa erilaisen, oppijoiden välisen vuorovaikutuksen sekä oppiainerajoja ylittävän oppimisen. Monet oppimispelit ovat oppijoita osallistavia ja rohkaisevat aktiiviseen tiedon tuottamiseen sekä yhteisölliseen vaikuttamiseen. (Krokkfors ym. 2014, 67.) Pelien kautta oppija voi asettua jonkun toisen rooliin. Peleissä on myös sosiaalinen ja yhteisöllinen ulottuvuus; se on yhdessä olemista. Pelinaikaisessa keskustelussa on mukana sekä roolihahmon että pelaajan historia, nykyisyys ja tulevaisuus. (Harviainen ym. 2013, 73.)

Pelillisuus vaatii tarinallisuuden, välitavoitteita, kiireetöntä ja leikkisää mielentilaa, valinnanvapautta sekä käytännönharjoituksia. Oppimisen ilo lisää pelaamisen nautintoa ja vaatii usein uuden oppimista. Tämän takia pelejä suositellaan käytettävän opetuksen tukena. (Tossavainen, Harvola, Sohn, Marjomaa, Meriläinen, Tuominen, Korhonen, Göös & Lyyra 2019, 139.)

Peruskoulun opetussuunnitelmassa mainitaan pelillisyyden olevan oppimisen iloa edistävä työtapana. Pelillisyyttä ja pelien tarjoamaa mahdollisuutta pitäisikin hyödyntää työtapoja valikoidessa. Pelillisuus liitetään opetussuunnitelmassa usein laaja-alaisiin osaamisalueisiin. Pelioppimisen yhteydessä puhutaan usein tulevaisuuden taidoista: yhteistyö, uuden tiedon luominen, erilaisten tietokäytäntöjen hallinta, luova ja moniosainen ongelmanratkaisu. Pelien tavoitteena on motivoida ja ohjata oppimista, yhdistää informaalin ja formaalin oppimisen sekä haastaa luovuuteen. (Holvikivi, Joensuu, Nuorteva & Suutari 2018, 6.)

Opettajakouluttaja ja pelipedagogi Mauri Laakso (2012) pohtii artikkelissaan pelillisyyden vaikutusmahdollisuudesta ainepaljouteen ja ajanpuutteeseen. Pelit voivat toimia eri aineiden sisältöjen yhdistäjänä, joka voi lisätä motivaatiota opiskeluun. Pelillistä oppimista voidaan lähestyä myös leikkiläisen oppimisen, toisella tavalla tekemisen ja keskeneräisyyden hyväksymisen näkökulmasta. Se voi olla asennetta ja rohkeutta muuttaa tuttuja malleja.

Pelejä ja leikkejä on käytetty monipuolisesti nuorisolaissa mainittujen erilaisten tavoitteiden saavuttamiseksi. Niitä hyödynnetään avoimessa nuorisotyössä sekä erilaisissa seikkailu- ja ilmaisupedagogisissa ryhmätoiminnoissa. Pelit ja pelaaminen on nuorille merkityksellinen osa omaa kasvu ympäristöä. Nuorisotyöllisen tavoitteen saavuttamiseksi pelejä käytetään toiminnallisella tasolla toiminnan järjestämiseksi, kuten peliturnaukset tai pelien tekeminen nuorten kanssa pienryhmätoimintona. (Harviainen ym. 2013, 82–84.)

Oppimispeliä suunniteltaessa on aloitettava siitä, kenen käyttöön peli on suunniteltu ja minkälainen oppimissisältö siihen tulee. On myös huomioitava käytännön materiaalit, tilat sekä ryhmät. Opettaja voi osallistaa oppilaat mukaan oppimispelin tekemiseen. (Tossavainen ym. 2019, 142.) Oppimisprosessin voi pelillistää lisäämällä oppimiseen pelielementtejä, kuten tasoja ja pisteytyksen, sankarillisen päähenkilön ja sarja-

kuvamaisen grafiikan (Järvilehto 2014, 134). Peliä suunniteltaessa on otettava huomioon, että pelin sisältö on sopivan haastava ja viihdyttävä. Opettajalta vaatii usein paljon suunnittelu-aikaa ottaa pelejä käyttöön opetukseen. Tarjolla on kuitenkin paljon ilmaisia oppimispelejä. (Harviainen ym. 2013, 64, 69.)

3 KOKEILUKULTTUURI PELINKEHITYSPROSESSIN MOOTTORINA

Tässä luvussa käsitellään mielenterveystaitoja edistävän Kadonneen ystävän jäljillä - lautapelin kehitysprosessin kulkua, avataan työmenetelmiä ja kerrotaan, kuinka tietoperustaa sekä eri työmenetelmiä hyödynnettiin. Peli kehitettiin työkaluksi edistämään nuorten mielenterveystaitoja, ja kehitysprosessia avaamalla pyrimme kertomaan, miten tähän tavoitteeseen on päästy. Luvussa tuodaan esille yhteisöpedagogin ammatillista näkökulmaa mielenterveystaitoja edistävän lautapelin kehitysprosessissa.

Mielenterveystaitoja edistävää lautapeliä on kehitetty pelitiimissä, johon kuuluvat meidän lisäksi MIELI ry:n asiantuntijakoordinaattori Marja Snellman-Aittolan ja asiantuntijakoordinaattori Riikka Nurmi sekä Stadin Ammattiopiston peli- ja animaatio-opettaja Heikka Valja ja Media-alan opiskelijat. Meidän vastuualueenamme oli pelin tarinallisen ja opetuksellisen sisällön tuottaminen yhdessä MIELI ry:n asiantuntijakoordinaattoreiden kanssa. Stadin ammattiopiston media-alan opiskelijat sekä heidän koordinoiva opettajansa Valja vastasivat lautapelin grafiikan suunnittelusta, eli kuvituksesta, leikkauksesta ja muotoilusta sekä tuottamisesta. Yhdessä pelitiimin kanssa suunnittelimme ja kehitimme lautapelin pelimekaniikan sekä pelin ohjeistuksen. Pelimekaniikka tässä yhteydessä tarkoittaa pelin rakennetta, esimerkiksi pelin sääntöjä, ja kuinka peli etenee vaihe vaiheelta, eli kaikkea pelillistä toimivuutta lautapelissä.

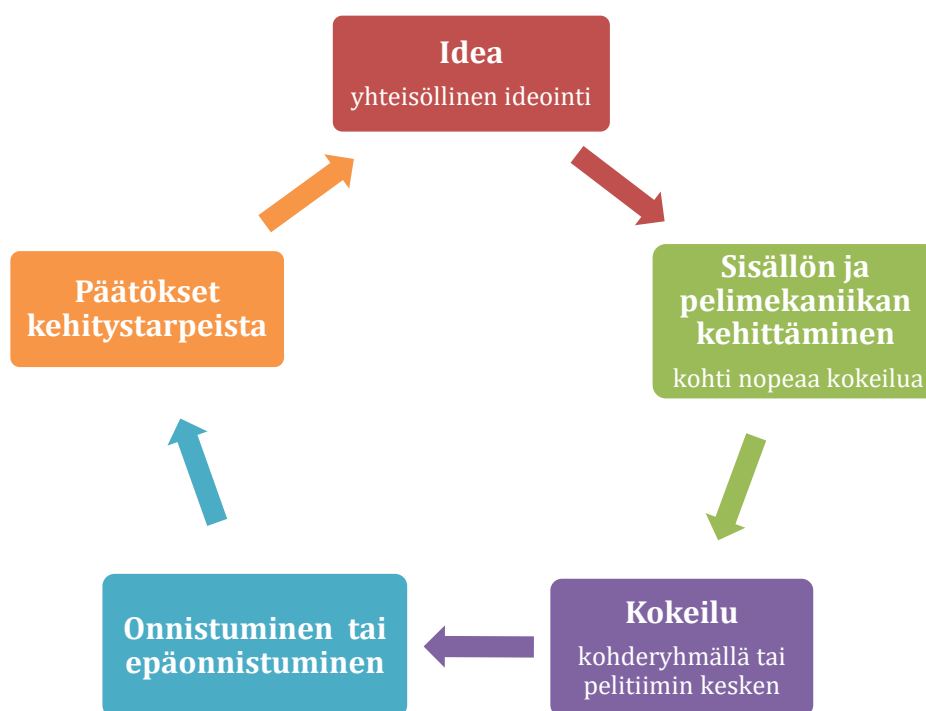
Olemme kehittäneet peliä kokeilukulttuurin keinoin. Pelin kohderyhmän sekä työkalua hyödyntävien kasvatus- ja nuorisoalan ammattilaisten osallistaminen ja heidän näkökulmiensa huomioiminen ovat olleet iso osa kehitysprosessia. Pelin suunnittelussa hyödynsimme yhteisöllisiä ideointimenetelmiä sekä vertaiskehittämistä yhdessä kohderyhmän ja pelitiimin kesken.

3.1 Kokeilukulttuuri

Ideoiden kehittäminen kokeilukulttuurissa perustuu tekemiseen, onnistumiseen ja epäonnistumiseen. Suunnittelun sijaan keskitytään siihen, että ideavaiheesta siirrytään mahdollisimman pian idean kokeiluun. Kokeilukulttuurissa tehdään myös suunnitelmia, mutta suunnitellessa keskitytään konkreettisiin asioihin, kuten aikatauluun ja muihin käytännön asioihin. Kokeilemalla syntyy uusia ideoita ja havaitaan kehitystarpeet, jolloin suunnitelma muodostuu kokeilun ohessa. Kokeilusta saatu epäonnistuminen tai onnistuminen ovat yhtä tärkeitä sillä ne vievät prosessia eteenpäin. (Hirvola 2014.) Prosessi on tiedossa, mutta prosessin sisältö muokkautuu kokeilujen myötä. Välillä kokeilu vahvistaa idean toimivaksi. Joskus täytyy olla valmis luopumaan ideoista ja heittäytymään nopeasti uusiin kehitysideoihin sekä jälleen pyrkiä mahdollistamaan niiden kokeilu. Kokeilevassa kehittämisessä on tyypillistä se, että kohderyhmä kokeilee jo hyvin aikaisessa vaiheessa tuotetta tai palvelua. Tällä tavalla saadaan nopeasti informaatio toimivuudesta tai toimimattomuudesta ja pystytään tekemään tarvittavat muutokset, jonka jälkeen paranneltu versio tuodaan kokeiltavaksi kohderyhmälle uudelleen. Iteratiivisen eli vaiheittaisen kehittämisen avulla hyvät ominaisuudet vahvistuvat ja toimimattomat ominaisuudet poistuvat. Kokeilun avulla pystytään välttymään tilanteelta, missä tuote on kehitetty liian pitkälle osallistamatta tarpeeksi kohderyhmää ja huomataan, että melkein valmis tuote ei vastaa heidän tarpeisiinsa. (Hanhike, Kutinlahti, Martikainen, Poskela & Urjankangas 2015, 12.)

Pelisuunnittelulle tyypillistä on suunnitelmien ja pelin ominaisuuksien muuttuminen sekä vaihtuminen pitkin prosessia, jotta löydetään toimivimmat ratkaisut. Osa ideoista voi olla mahdottomia toteuttaa käytännössä tai ne vaativat muuta priorisointia, mikä täytyy ottaa huomioon projektissa. (Kempainen 2019, 122.) Kokeilemalla selviää nopeasti, onko idea mahdollinen ja sopiiko se kohderyhmälle tai kokonaisuuteen. Pelinkehitysprosessin aikana kokeilemalla osallistamme kohderyhmäämme ja saamme heiltä arvokasta tietoa. Tällöin lopputulos vastaa todennäköisemmin heidän tarpeisiinsa. Toiminnallisia työkaluja kuten tätä lautapeliä on luontevaa kehittää kokeillen. Pelisuunnittelu vaatii luovaa ideointia ja vahvoja päätöksiä, joita on hyödyllistä tehdä kokeilujen perusteella. Pelin pelattavuus, eri osioiden pedagoginen toimivuus ja kokonaisuuden onnistuminen varmistetaan kokeilemalla ja iteratiivisella kehittämisellä.

Alla olevassa kaaviossa kuvataan kehittämisprosessin vaiheita kokeilukulttuurin viitekehyksessä. Kaavio 1:ssä prosessin eri vaiheet toistuvat useasti koko kehitysprosessin aikana. Välillä kaavion kehän kuljetaan nopeasti ympäri, esimerkiksi silloin, kun kehitetään jotain yksittäistä pelin osa-aluetta. Silloin kehän eri vaiheet pyritään toteuttamaan nopeasti ja halutaan päästä kokeiluvaiheeseen mahdollisimman pian. Pelikokonaisuuden kokeileminen on ensin vaatinut useiden yksittäisten ideoiden kehitystä, joista on lopulta syntynyt kokonaisuus. Tähän kokonaisuuteen on päästy kokeilemalla. Kuten Sitran videossa kerrotaan, täysin uutta ei voi pelkästään suunnitella, se täytyy kokeilemalla luoda (Hirvola 2014).



Kaavio 1 Pelinkehitysprosessi kokeilukulttuurin viitekehyksessä

3.2 Luovaa ideointia yhdessä

Pelin kehittäminen vaatii luovaa ongelmanratkaisua ja avointa ajattelua. Halusimme synnyttää paljon ideoita ja päästää luovuuden valloilleen. Yhteisölliset ideointimenetelmät sopivat uuden kehittämiseen ja innovointiin, joten käytimme niitä sekä pelitiimimme että kohderyhmämme kanssa suunnitellessamme peliä.

Tärkeitä elementtejä yhteisöllisessä ideoinnissa on avoin, kiireetön ja positiivinen ilmapiiri, jotta pystytään luovaan ongelmanratkaisuun. Yhteisöllisille ideointimenetelmille tyypillisiä piirteitä ovat ajattelutapojen vapauttaminen sekä toisten keksimien ideoiden eteenpäin kehittäminen. Menetelmät vaativat ryhmältä vuorovaikutustaitoja sekä kykyä ja asennetta luovaan ongelmanratkaisuun. Yhteisöllisiä ideointimenetelmiä on olemassa useita ja niitä voidaan hyödyntää yksittäin tai yhdistelemällä, ja ne voivat tarvittaessa tukea toisiaan. Yhteisöllinen ideoinnin prosessi alkaa ongelman ja kehittämistarpeen tunnistamisesta. Tämän jälkeen asetetaan tavoitteet toiminnalle ja valitaan ideointimenetelmä. Sen jälkeen voidaan alkaa synnyttämään uusia ideoita ja näkökulmia kehittämiskohteeseen. Ideoiden määrä on laatua tärkeämpää luovassa ideoinnissa, sillä suuri ideamäärä vapauttaa osallistujien ajatustapoja. On hyvä pitää arviointi ja ideointi erillään, sillä liian varhain tehty arviointi laskee osallistujien halua ja kykyä tuottaa uusia ideoita. Arviointivaihe aloitetaan sitten, kun kaikki ideat on kerätty. Siirryttäessä arviointivaiheeseen kannattaa keskittyä ensin idean hyviin puoliin ja sitten vasta tuoda esille sen puutteet. Näin ylläpidetään menetelmän edellyttämää avointa ja positiivista ilmapiiriä ryhmässä. Arviointivaiheen jälkeen valitut ideat hyväksytään ja niitä aletaan toteuttamaan. (Moilanen, Ojasalo & Ritalahti 2009, 143–145.)

Aivoriihi on yksi yhteisöllisistä ideointimenetelmistä, jonka valitsimme työkaluksi pelin kehitysprosessiin. Aivoriihessä ryhmä tuottaa luovia ideoita asetettuun ja rajattuun tavoitteeseen. Aluksi käydään osallistujien kanssa läpi periaate, jonka mukaan aivoriihen tarkoituksena on antaa kaikkien ja kaikenlaisten ajatusten tulla esille. Menetelmässä pyritään luopumaan ennakkoluuloista ja kriittisestä ajattelusta, eikä kenenkään ideaa tuomita. Sen sijaan kannustetaan villediin, vapaisiin ja monipuolisiin ideoihin, joita tässä vaiheessa ei tarvitse perustella. Tarkoituksena on synnyttää mahdollisimman paljon ideoita, sillä tässä vaiheessa määrä on laatua tärkeämpää. Ideointi voi olla hyvin rönsyilevää, eikä ideoiden tarvitse tuntua mahdollisilta toteuttaa. Vapaan ideointivaiheen rauhoittuessa lähdetään tarkastelemaan muodostuneita ideoita kriittisemmin, arvioiden ja jokaisen mielipidettä kuunnellen. (Moilanen ym. 2009, 145–147.)

3.3 Benchmarking eli vertailukehittäminen

Yhdeksi menetelmäksi valikoitui benchmarking eli vertailukehittäminen. Koimme tärkeäksi saada tietoa, miten muut ovat tehneet oppimispelejä ja minkälaisia oivalluksia heille on syntynyt pelinkehitysprosessien aikana. Tutustuimme mielenterveyden edistämisen peleihin ja vertailimme niitä meidän peliimme saaden uusia ideoita kehittääksemme pelistä toimivamman. Halusimme tutustua MIELI ry:n ja muiden järjestöjen tuottamiin peleihin oppiaksemme vertailukohteilta heidän hyväksi todettuja käytäntöjä.

Benchmarking -menetelmän tarkoituksena on oppia toisilta ja tunnistaa oman toiminnan heikkoudet. Niiden pohjalta laaditaan kehitysideoita ja tavoitteita oman toiminnan kehittämiseksi. Tiedonhankintaan voidaan käyttää tutustumiskäyntejä. Tutustumiskäynnin jälkeen tuloksia tarkastellaan luovasti ja kriittisesti soveltaen niitä omaan kehittämiskohteeseen. Vertailua voidaan tehdä tutustumiskäyntien lisäksi tutustumalla erilaisiin julkaisuihin kirjoissa, artikkeleissa ja internetissä. (Moilanen, Ojasalo & Ritalahti 2009, 43–44, 163–164.)

Yhdeksi vertailukehittämisen kohteeksi valikoitui Nuorten mielenterveysseura Yeesi ry, jonka tavoitteena on nuorten mielenterveyden edistäminen. Yhdellä työntekijöistä oli käynnissä loppusuoralla oleva pelin kehittämisprosessi, joten hänellä oli paljon kokemusta ja oivalluksia pelin kehittämisen hyvistä ja huonoista käytänteistä. Peli on tarkoitettu nuorisotyön työvälineeksi nuorten yksinäisyyden käsittelyyn ja sen vähentämiseen yhteiskunnassa. Sovimme pelin kehittäjän kanssa tapaamisen, jossa esiteltiin molempien pelien ideat. Pääsimme myös testaamaan Yeesi ry:n tuottamaa pelin pilottiversioita. Tämän jälkeen keskustelimme yhdessä niiden toimivuudesta, ja jaoin kehitysideoita. Saimme vertailukohteelta hyvän esimerkin ohjeiden kirjoitustavasta ja hyödynsimme omien ohjeiden kirjoittamisessa elementtejä vertailukohteesta. Keskusteluissa vahvistui myös oma ajatuksemme siitä, että peliä kannattaa testata mahdollisimman paljon osallistamalla kohderyhmää.

Tutustuimme tämän lisäksi MIELI ry:n tuottamaan Onnellisten linnake -lautapeliin, joka on luotu myös yhteistyössä Stadin ammattiopiston kanssa. Peli on seikkailullinen mielenterveystaitoja vahvistava lautapeli alakouluikäisille. Osallistuimme pelinohjauskoulutukseen, jossa käytiin läpi pelin tavoitteet ja kulku, sekä pelattiin peliä. Tä-

hän peliin tutustuessa ja koulutukseen osallistuessa syntyi ajatus ohjaajille tarkoitusta perehdytysvideosta, sillä Onnellisten linnake -lautapelissä oli hyödynnetty video-muotoa pelin kulun kertomisessa. Saimme myös hyviä ideoita erilaisista tehtävätyypeistä ja monipuolisista harjoituksia mielenterveystaitojen harjoitteluun.

Tutustuimme toiseen MIELI ry:n tuottamaan lautapeliin Nestori Nurjamieli ja Hyvän Mielen Konkarit, jonka tarkoituksena on tukea mielen hyvinvointia leikillisyyden ja pelillistämisen keinoilla. Lautapelin kohderyhmänä on pääasiassa ikäihmiset ja tavoitteena on rohkaista heitä liikkumaan. Tähän peliin tutustuessa saimme vinkkejä ohjeiden kirjoittamiseen sekä ideoita tehtäväkorttien harjoituksista. Katsoimme ohjeiden rakennetta ja hyödynsimme sitä omissamme.

Keskustelimme pelialan startup-yrityksen Twisted arkin toimitusjohtajan kanssa pelinkehitysprosessista. Saimme häneltä vinkkejä hyvistä käytänteistä ja menetelmistä. Hän korosti priorisoinnin tärkeyttä, vaihdoimme ajatuksia yleisesti peleistä ja niiden kehittämisestä. Esittelimme peliämme ja saimme palautetta siitä, ja mietimme yhdessä pelimekaniikan toimivuutta.

Benchmarking menetelmän hyödyntäminen oli toimiva, sillä saimme hyviä ideoita, joita pystymme soveltamaan omaan peliimme sopiviksi. Ideoiden pohjalta pystyimme kehittämään pelimme ohjeita sekä tehtävien harjoituksia toimivimmiksi.

3.4 Tiimityötä, kokeilua ja valintoja pelinkehitysprosessissa

Pelin kehittämisprosessin varsinainen alkusysäys lähti käyntiin jo yhteistyökumppanin Stadin ammattiopiston esittäessä kiinnostuksensa yhteisestä pelin kehittämisestä MIELI ry:n kanssa. Pelin kohderyhmä sekä aihe olivat selkeytyneet jo siinä vaiheessa, kun yhteisestä peliprojektista oli päätetty. Tultuamme mukaan projektiin työharjoittelun kautta, pidimme varsinaisen projektin aloituspalaverin, jossa kävimme projektin tavoitteet läpi, joka on kaaviossa 2 kehitysprosessimme lähtöpiste. Tavoitteeksi muodostui kehittää mielenterveystaitoja edistävä peli. Mielenterveystaidoista tunne- ja vuorovaikutustaidot valikoituivat pääasialliseksi aiheeksi pelin sisällölle. Me syvensimme tietouttamme ja tutustuimme tietoperustaan. Perehdyimme MIELI ry:n materiaaleihin sekä muuhun kirjallisuuteen liittyen mielenterveyteen, nuoruuteen sekä pelillisyyteen opetuksessa.

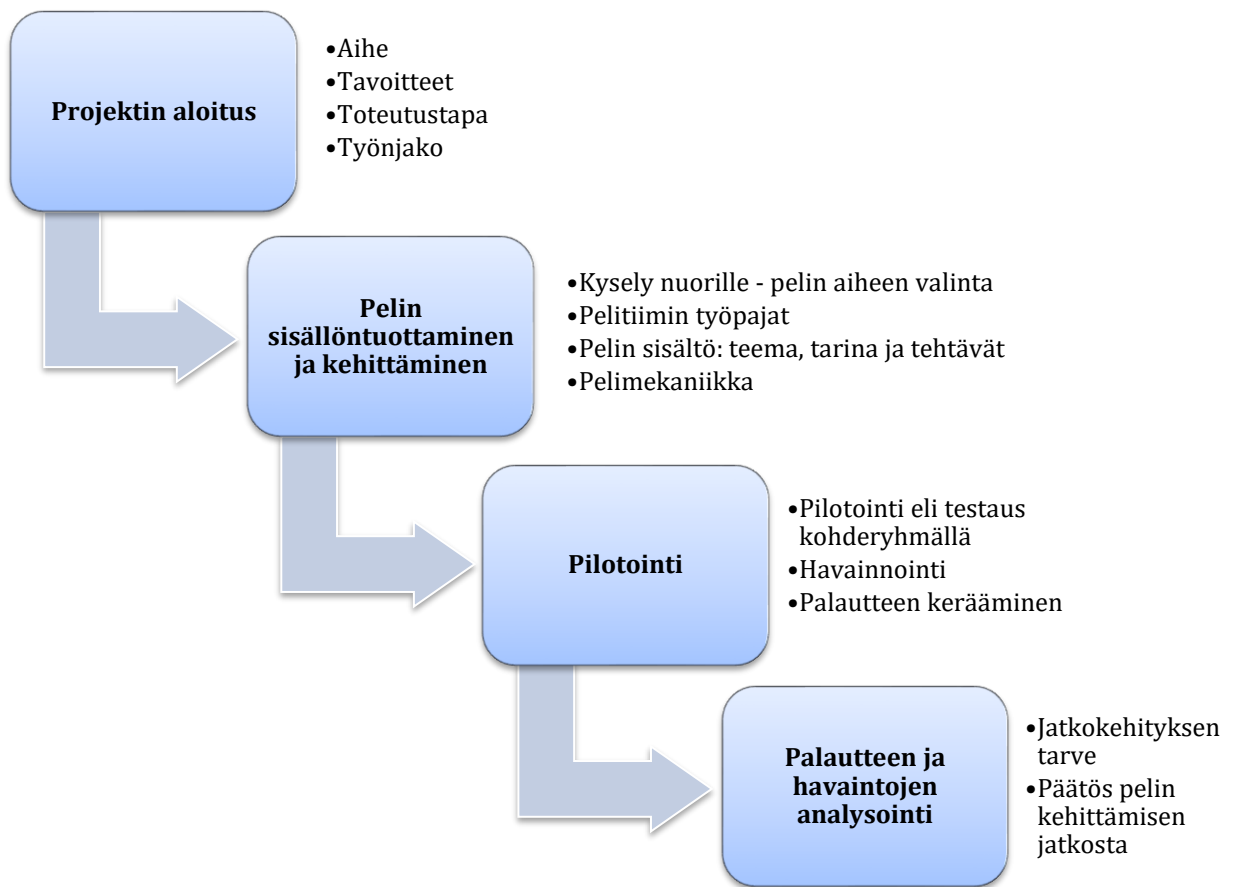
Käytyämme tavoitteet ja käytännön asiat läpi projektin aloituspalaverissa pidimme aivoriihen ideoidaksemme peliä. Saimme luotua hauskan, positiivisen ja luovan ilmapiirin, jossa oli helppo synnyttää ideoita. Mietimme vapaamuotoisessa aivoriihessä erilaisia pelimuotoja, kuten digi- ja lautapelejä. Innostuimme enemmän peleistä, joita pelataan niin, että vuorovaikutus tapahtuu pelitilanteessa läsnä ollen. Ajattelimme, että ryhmänä pelaaminen luo tilanteen, jossa vuorovaikutustaitoja tarvitaan ja siihen on helppo luoda opetuksellista sisältöä. Erilaisista pelilaudoista syntyi paljon ehdotuksia ja ideoita. Yksi idea oli pelilauta, jolla kuljetaan erilaisia elämänpolkuja, joissa sattumat sekä omat valinnat vievät eteenpäin. Innostuimme tarinallisista ja seikkailullisista peleistä. Mietimme kuinka pelilaudalla voisi seikkailla tunteet, ihmiset, eläimet tai mielikuvitusshahmot kuten roolipeleissä. Peli- ja animaatio-opettaja Heikka Valja esitteli ajatuksen pelilaudasta, joka muotoutuu, joka pelikerralla erilaiseksi. Tämä ajatus jäi elämään ideointeihin ja sai tuulta alleen. Aloituspalaverissa päätimme, että ideat jäävät vielä hautumaan ja teemme päätöksiä seuraavassa tapaamisessa. Ideoiden kypsyessä, tutustuimme lisää eri lautapeleihin. Herättelimme luovuutta ja ymmärrystä pelin kehittämiseen eri tavoin, kuten pelaamalla erilaisia pelejä ja vertailemalla niitä.

Idea lautapelistä, jossa lauta kootaan eri paikkalaatoista ja voi näin ollen olla erilainen joka pelikerralla valikoitui jatkoon seuraavassa palaverissa. Koimme sen mielenkiintoiseksi ja halusimme kehittää ideaa. Aivoriihessä mietimme eri peliteemojen mahdollisuuksia ja tarkastelimme niitä tässä vaiheessa kriittisemmin. Olimme siirtyneet nyt prosessissa ideoinnista pelin sisällön tuottamiseen ja kehittämiseen, kuten kaaviossa 2 kuvataan. Kokeilukulttuurin tapaan lähdimme hakemaan ratkaisua suoraan pelin kohderyhmältä, nuorilta. Graafikko kuvitti hahmoja eri teemoista ja me kehitimme kyselyn, jonka avulla selvitimme, mikä olisi nuorista kiinnostava teema tai hahmo, joka pelissä voisi toimia. Kyselyn tulosten, nuorten kanssa käytyjen keskusteluiden ja omien pohdintojemme pohjalta valitsimme pelin teeman. Seuraavaksi lähdimme työstämään sisältöä eli tarinaa ja mielenterveystaitoja edistäviä tehtäviä.

Toiminnallisissa työpajoissa Stadin ammattiopiston media-alan opiskelijoiden ja koordinoivan opettajan Valjan kanssa ideoimme ja kehitimme pelimekaniikkaa sekä graafista ilmettä. Kokeilimme ideoita käytännössä, hetkessä luotujen prototyyppien avulla löytääksemme ideoista toimivimmat. Keskustelimme muista peleistä vertaisarvioiden ja mietimme, minkälaiset elementit tekevät opetuksellisista peleistä innostavia. Pedagogisen sisällön lisäksi on huomioitava pelin mielekkyys, jotta pelillisyyden

hyödyt työkalussa tulevat esiin. Tiimin kesken kokeilimme myös tehtäviä, jotta pysyimme miettimään kokonaisuutta ja käytännön asioita, kuten kuinka kauan pelin pelaaminen veisi aikaa. Me toimimme työpajoissa oman koulutuksemme ammatillisen näkökulman esille. Yhteisöpedagogiopiskelijoina olemme tuoneet mukaan pohdinnan muun massa saavutettavuudesta, moninaisuuden kohtaamisesta, kohdatuksi tulemisen tärkeydestä yksilö ja yhteiskunta tasoilla sekä nuoren kasvulle ja kehitykselle merkityksellisiä asioita pedagogisesta näkökulmasta. Pelinkehitysprosessissa priorisointi on tärkeää etenemisen vuoksi ja aikataulu- sekä resurssisyistä. Tärkeitä huomioita ja ideoita pedagogisesta näkökulmasta syntyi jatkuvasti prosessin aikana ja niitä kirjattiin ylös. Nämä tuodaan esille kehitysehdotusten muodossa. Meillä oli ajatuksia ja oletuksia pelin kehitystarpeista. Päätimme viedä pelin kokeiluvaiheeseen mahdollisimman nopeasti, nähdäksemme kannattaako sen kehittämistä jatkaa sellaisenaan. Meillä oli aavistus, että tarvitaan suurempia muutoksia, jotta pääsisimme lähemmäksi tavoitetta ja onnistumista.

Pelin opetuksellisten tehtäväosuuksien testaaminen kohderyhmällä ja heidän mielipiteidensä kuunteleminen oli alusta alkaen meidän lähtökohtamme peliä kehitettäessä. Ennen pelin ensimmäisen version pilotointia pääsimme kokeilemaan pelin tehtävien toimivuutta kohderyhmällä. Palautteeseen ja havaintoihin pohjautuen teimme muutoksia ja kehitimme sisältöä, jonka jälkeen pilotoimme peliä. Ensimmäistä kertaa peli oli kokonaisuutena nuorten edessä. Havaintojen ja palautteen perusteella peli ei toiminut sellaisenaan. Nuoret eivät kokeneet teemaa ja tarinaa heille sopivana ja tehtävät koettiin liian helppoina. Koimme epäonnistumisen tunteen, jonka olimme pelänneetkin tulevan. Olimme epäilleet, että näin saattaa käydä. Analysoimme, että vaikka olimme kokeilleet eri osioita ja keränneet palautetta nuorilta, niin kokonaisuutena olimme kehittäneet pelin, joka ei sellaisenaan sopinut kohderyhmälle. Pelissä oli paljon hyvää, ja epäonnistumisen joukossa oli kuitenkin onnistumisen tunnetta, ja kehityskelpoisuus oli tärkeä huomio. Päätimme jatkokehittää peliä.



Kaavio 2 Kehitysprosessi alusta ensimmäiseen pilottiin

Pelitiimin kesken kävimme läpi, mistä luovumme, mitä kehitämme, muokkaamme ja mitä tarvitsemme lisää peliin, jotta pääsemme tavoitteeseen. Pelimekaniikka ja tehtävät koettiin vahvaksi rungoksi ja kehityskelpoisiksi materiaaleiksi. Nuorten palautteen perusteella päätimme vaihtaa pelin teeman sekä tarinan, sillä nuoret kokivat ne sopivammiksi heitä nuoremmalle kohderyhmälle. Tarvittiin luovuutta ja uusia ideoita. Moniammatillinen pelitiimimme työskenteli jälleen sujuvasti aivoriihessä ja kehitimme idean kadonneesta ystävästä, jota pelaajaryhmä lähtisi etsimään kuvitteellisessa kaupungissa. Ajattelimme tämän olevan jännittävä ja mukaansa tempaava aihe, johon sopii hyvin tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoittelu. Tehtävät, jotka olimme kehittäneet ensimmäiseen pilottiin, sopisivat uuteen peliin, kun niiden tarinnallisia osuuksia muokattaisiin ja osaan lisättäisiin haastetta. Pelilauta ja sen graafinen ilme sopivat tähän hyvin ja vaativat pieniä muutoksia istuakseen uuteen ideaan ja tarinan teemaan.

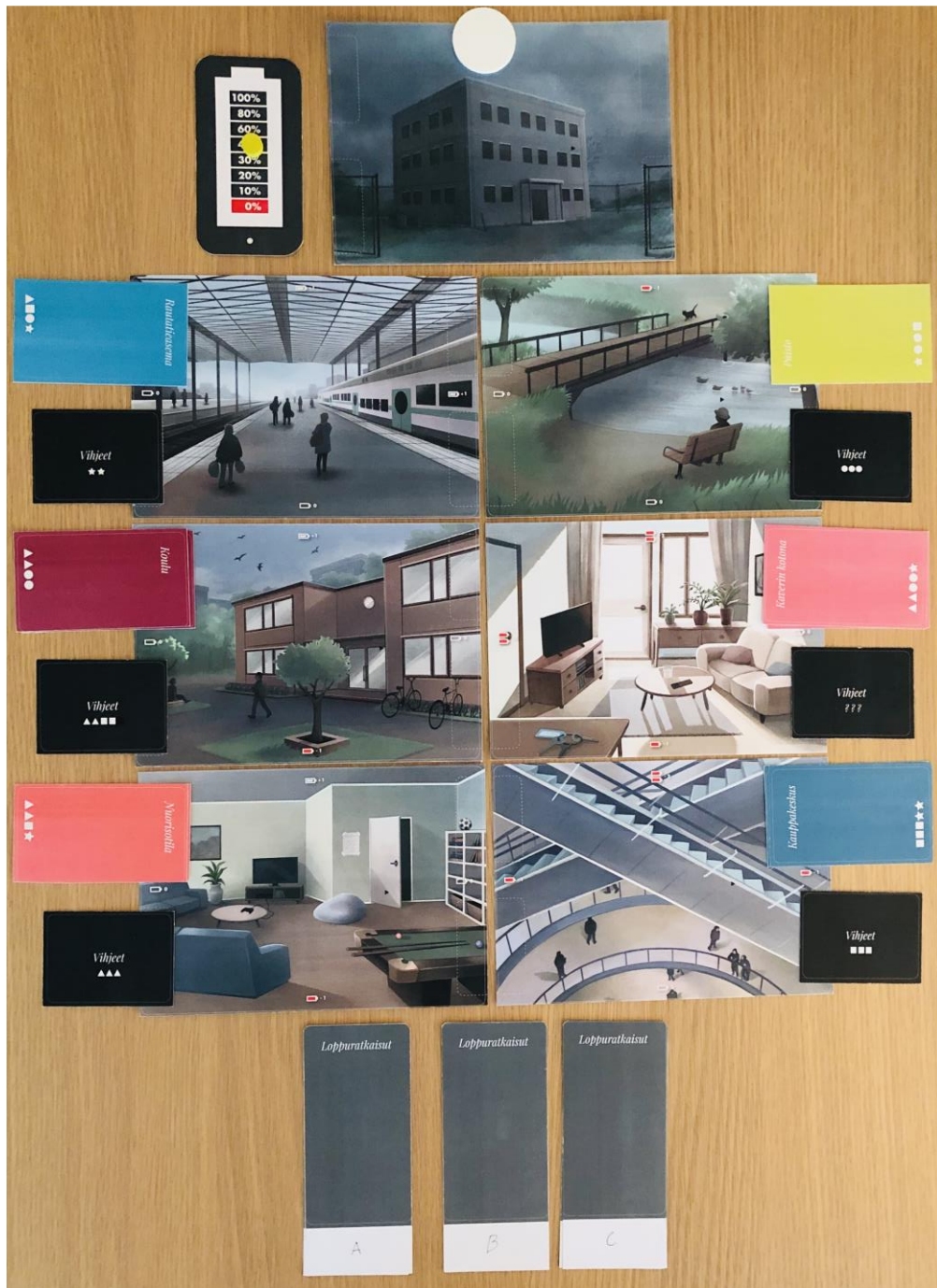
Järjestimme MIELI ry:llä toiminnallisen pelinkehitystyöpajan, jossa hyödynsimme aivorihtä yhteisöllisenä ideointimenetelmänä. Työpajaan osallistuivat osa pelitiimistämme sekä muutama nuori tuomaan mukaan kohderyhmän näkökulmaa. Työpajan

aluksi kerroimme nuorille vanhan pelin idean sekä pelitiimin kesken syntyneen uuden suunnan pelille. Keskustelimme ja jaoinme ideoita uuteen tarinaan kannustavassa ilmapiirissä. Kirjasimme ideat muistiin jatkokehitystä varten. Tavoite oli kerätä mahdollisimman paljon ideoita erilaisista tilanteista nuorten elämästä, jotka sopivat uuteen juoneen. Hyödynsimme pelilautaa asettamalla pelilaudan paikkalaatat sekä tehtäväkortit pöydille ympäri huonetta. Niistä muodostui pisteitä, joita kiersimme. Käytimme aikarajoitetta, jonka aikana kirjoitettiin niin monta ajatusta kuin kukin ehti liittyen kyseisen pisteen paikkaan ja kuviteltuihin tilanteisiin nuorten elämästä. Pisteitä vaihdettiin aina aikarajan täytyessä. Tällainen metodi auttaa luovien ajatusten kehittymistä, sillä aikarajan takia ei ehdi jäädä pohtimaan onko ajatus hyvä tai huono, se vain kirjoitetaan arvioimatta. Ideoiden kriittisempi arviointi tapahtuu myöhemmin. Tapa on tyypillinen yhteisöllisille ideointimenetelmille.

Työpajasta saimme paljon ideoita, joita tarkastelimme ja valikoimme niistä parhaimmat pelitiimin kesken. Työstimme tehtävistä ja tarinallisista tilanteista kokonaisuuksia, jotka tekevät pelistä mielenkiintoisen sekä luovat juonta pelin kulkuun. Pelin juonen vahvistuessa kehitimme pelimekaniikkaa niin, että pelin toiminnot ja tarinallisuus tukevat toisiaan. Välillä mietimme pelitiimin kesken, miten pelin säännöt ja vaiheet sopivat tarinaan ja toisinaan syntyi ideoita toiminnoista, joihin mietittiin tarinallisuus. Syntyi kokonaisuus, jossa pelaajat muodostavat kaveriporukan ja pelin lähtöruutuna on autiotalo, vanha toimistorakennus, jonne nuoret ovat salaa menneet pelin tarinan mukaan. Kaiken salamyhkäisyyden päätteeksi heidän ystävänsä katoaa, ja vain hänen kännykkänsä löytyy autiotalosta. Kadonnut ystävä on pelin kuvitteellinen hahmo, nimeltään Myrsky. Pohdimme, että nimen on hyvä olla sukupuolineutraali. Halusimme valita nimen, joka ei ole vielä ainakaan kovin yleinen. Halusimme nimen olevan innostava, tarinaan sopiva ja helpottavan pelaajia eläytymään pelin juoneen.

Pelin tavoite on löytää kadonnut ystävä, ja hänen löytämiseensä tarvitaan vihjeitä. Vihjekortteja on pelilaudan kussakin paikassa kuvassa 1 mustat kortit. Pelilaudan paikkalaatat koostuvat nuorille tutuista ympäristöistä, koulu, kaverin koti, nuorisotila, puisto, juna-asema ja ostoskeskus. Kuvassa 1 esitellään peli. Pelilaudalla liikkeessa pelaajat kohtaavat erilaisia tilanteita, joihin liittyy aina jokin tehtävä mielenterveystaidoista. Tehtäviä tekemällä kerätään taitopisteitä, joilla lunastetaan vihjeitä. Määrätty määrä vihjeitä paljastaa pelaajille loppuratkaisun. Pelin tehtävät ovat suurelta osalta

keskustelu-, pohdinta- ja monivalintatehtäviä, mutta joukkoon mahtuu myös toiminnallisia ja esimerkiksi sananselitystehtäviä. Myrskyn kännykän akku ei saa loppua, sillä sitä saatetaan tarvita pelin aikana. Akkua kuluu tai latautuu liikkuesssa ja tehtäviä tekemällä. Peliä pelataan ryhmänä lautta vastaan ja ystävä on löydettävä ennen aamunkoittoa ja ennen kuin kännykän akku loppuu.



Kuva 1 Peli

Halusimme pelin kohderyhmän osallistamisen lisäksi saada nuorisotyön ammattilaisilta palautetta. Esittelimme pelin opetuksellisia tehtäviä ammattilaisille ja kysyimme heidän ajatuksiaan niiden toimivuudesta työkaluna kohderyhmälle. Heidän mielestään pelin tehtävien avulla voi käsitellä ja vahvistaa mielenterveystaitoja nuorten kanssa. He näkivät pelimuotoisen työkalun toimivana ideana ja tarpeellisena työkentällä. Peliä kehittäessä olemme luoneet tehtävistä sellaisia, joita nuoret pystyvät tekemään ilman ohjausta ja synnyttävät keskustelua nuorten kesken sellaisinaan. Ajattelimme niiden toimivan kuitenkin parhaiten työkaluna ja tukena ohjatulle työskentelylle käsitellessä mielenterveystaitoja. Tehtävien tarkoitus on synnyttää pohdintaa sekä keskustelua, eikä niissä ole yksiselitteisiä oikeita ja väriä vastauksia. Tehtävien tekemistä ei arvioida ja tehtäviä tekemällä peli kulkee eteenpäin. Pelaajat voivat halutessaan myös jättää jonkun tehtävän tekemättä. Opetuksellinen teema mielenterveystaidoista kulkee tarinassa mukana. Tehtävien lisäksi osa vihjeistä ja loppuratkaisuista sisältävät tilanteita, joihin liittyvät tunne- ja vuorovaikutustaidot sekä ihmisyyteen ja nuoruuteen liittyvät vaikeatkin haasteet. Pelin vihjeet ja loppuratkaisut käsittelevät erilaisia aiheita laidasta laitaan, kuten häkellyttävistä tilanteista nuoren kohdatessa tumbettaja-idolinsa, kaverisuhteissa kommunikointi, luottamus ihmissuhteissa, tunteiden sanoittaminen, seksuaalisesta suuntautumisesta kertominen ja itsetuhoiset ajatukset.

Meidän porukassa yhden kaverin vanhemmat ovat juuri eronneet. Hänestä tuntuu, että kaikki kaatuu nyt päälle. Muut muistuttavat, että pahan olon saa näyttää ja siitä on hyvä puhua.

Selviytymistaidot ★

Mikä voisi auttaa selviytymään vaikeissa elämänmuutoksissa?

Kirjoittakaa yhdessä laulu, räppi tai runo erilaisista tavoista selviytyä elämän vaikeistamuutoksista.

Yksi meistä muistaa yhtäkkiä, että Myrsky oli edellisenä päivänä aloittanut kertomaan jostain asiasta. Tilanne oli kuitenkin keskeytynyt, kun kaverin huomio oli siirtynyt puhelimeen.

Kuuntelemisen taito ▲

Jokaiselle meistä on tärkeää, että joku ihan oikeasti kuuntelee. Seuraavassa on esitetty muutamia asioita, jotka vaikuttavat kuulluksi tulemisen kokemukseen. Seuraavaksi pääsette tutkimaan omia kuuntelutaitojanne.

Valitkaa joukostanne yksi, joka lukee kysymykset. Jokainen ryhmäläinen vastaa kysymyksiin.

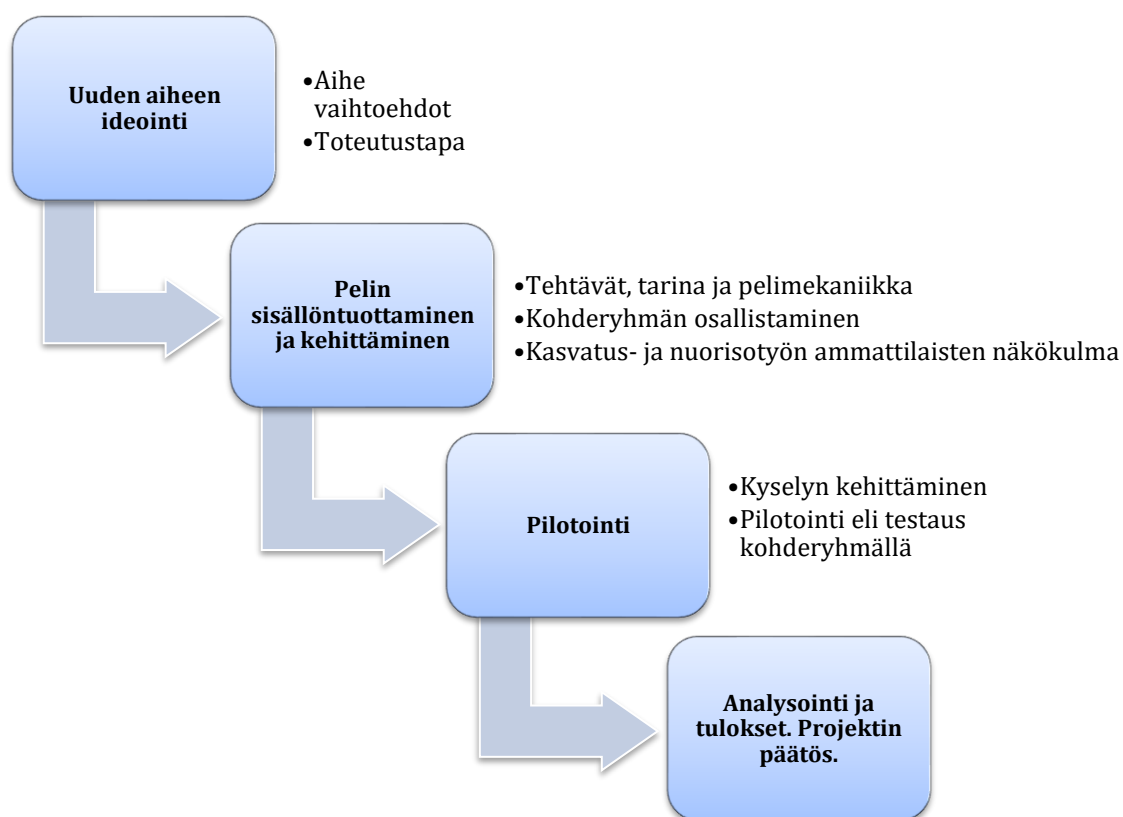
Vastatkaa kysymyksiin: KYLLÄ, nostamalla peukalo ylös tai EI, laskekaa peukalo alas.

1. Keskeytätkö muun tekemisen ja laitatko puhelimen sivuun, kun kaverisi puhuu ja kertoo sinulle jotain?
2. Oletko tilanteessa läsnä ja keskitytkö ymmärtämään kuulemaasi?
3. Kannustatko toista jatkamaan, jos hän epärii puhuessaan?
4. Esitätkö helposti lisäkysymyksiä?
5. Katsotko puhujaa silmiin?
6. Kuunteletko, vaikka asia ei niin paljon kiinnostaisikaan sinua?



Kuva 2 Tehtäväkortit

Tehtävien toimivuutta on tarkasteltu yhdessä MIELI ry:n asiantuntijakoordinaattoreiden kanssa, ja he ovat katsoneet niiden olevan asianmukaisia. Tärkeää pelissä on tarinallisuus ja se, ettei tilanteita tarvitse ammentaa kenenkään omasta elämästä. Aiheita käsitellään pelin aikana, ja peli tarjoaa myös lisätietoa ja tietoa avun hakemisesta. Suunnitellessa peliä emme halunneet vältellä vaikeita aiheita, emmekä tehdä pelistä liian synkkää ja vain vaikeimpia asioita käsittelevää kokonaisuutta. Mietimme pelillisyyden hyötyä ja kuinka tarinallisuuden avulla voidaan luoda turvallinen ympäristö edistää tunne- ja vuorovaikutustaitoja sekä mahdollistaa vaikeistakin aiheista keskustelemista. Huomioimme ettei kaikki aiheet ole jokaiselle nuorelle tuttuja ja tarinallisuuden avulla tilanteita on helpompaa ymmärtää ja käsitellä.



Kaavio 3 Kehitysprosessin jatko

Pelin pilotointiin suunnittelimme parhaaksi tavaksi havainnoinnin ja sen rinnalle kyselyn. Ajatus oli olla pelitilanteessa läsnä ja seurata pelitilanteessa pelin toimivuutta sekä kerätä huomioita. Koronaepidemian vuoksi jouduimme tekemään suunnitelman, jolla tutkimuksellinen ote kehittämistyöhön tulee varmistettua, vaikka emme pääsisikään seuraamaan pelitilannetta.

Pelitilanteessa olevien käyttäytymiseen vaikuttaa ohjaajan läsnäolo sekä tieto pelin testaamisesta. Otimme tämän huomioon tutkimuksellisessa otteessamme, joten havainnointi tai kysely ei yksinään riitä, vaan niiden yhdistelmällä saadaan luotettavampaa tietoa. Havainnoinnin ja kyselyn tai haastattelun yhdistäminen tutkimusmenetelmänä on todettu hyväksi laadulliseksi tutkimustavaksi. (Tuomi & Sarajarvi 2018, 83–86.)

Ideoimme pelin testaamista siten, että nuorisotyöntekijät tai opettajat pystyisivät testaamaan peliä, havainnoimaan sekä keräämään palautetta yhdessä nuorten kanssa keskustellen. Projektin aikaisemmissa vaiheissa tehdyistä, kyselyistä ja testaus- sekä pilotointitilanteista kerättyjen kokemusten pohjalta, mietimme kuinka nuorten aja-

tukset, ideat ja palaute saataisiin parhaiten esille. Kokemuksemme mukaan testaustilanteessa nuoret vastasivat kirjalliseen palautteeseen todella niukasti, mutta keskustellessa he ilmaisivat itseään monipuolisemmin. Emme halunneet tehdä kyselyä, jonka jokainen nuori täyttäisi itsekseen. Kehitimme yhteisöllisemmän kyselymuodon, jossa aikuinen täyttää lomakkeen yhdessä nuorten kanssa (liite 1). Tällöin ammattilainen voi tukea nuoria muotoilemaan ja sanoittamaan ajatuksiaan. Kysely sisältää avoimia kysymyksiä, mutta myös monivalintakysymyksiä. Monivalintakysymyksiin ryhmä yhdessä valitsee heidän mielestään parhaiten kuvaavan vaihtoehdon, mutta jokaiseen monivalintakysymykseen kuuluu myös avoin osio. Avoimeen osioon ohjaaja kokoaa kirjallisesti nuorten ajatuksia ja tuo esille heidän eriävät mielipiteensä. Kysely sisältää myös ohjaajan osion, jolloin saamme tärkeää tietoa ammatillisesta näkökulmasta. Kehittämämme kysely mahdollistaa sekä meidän toimimisemme havainnointitilanteessa sekä tilanteen niin vaatiessa välillisen havainnoinnin, jolloin saamme myös ulkopuolisten ammattilaisten näkemyksen mukaan. Ohjaajan osion täyttäminen toteutettiin vain ulkopuolisen ammattilaisen testatessa peliä.

Me perehdytimme ulkopuoliset nuorisotyönammattilaiset ohjaamaan pelitilannetta. Esittelimme heille pelin, kerroimme tutkimuksellisesta otteesta sekä kyselystä, joka täytetään pelihetken jälkeen yhdessä pelaajien kanssa. Ohjeistimme heitä havainnoimaan pelin pedagogista sisältöä heidän ammatillisesta näkökulmastaan sekä pelin toimivuutta käytännön tasolla. Tutustutimme heidät pelin ohjeisiin ja pelin kulkuun. Saimme jo siinä tilanteessa rakentavaa palautetta heiltä pelin ohjeista, pelin tarinasta, tehtävistä sekä pelin toimivuudesta työkaluna nuorisotyössä.

4 KYSELYN TULOKSET JA ANALYSOINTI

Olemme käyneet läpi ja analysoineet pelin viimeisimmän pilotin pohjalta tehdyn kyselyn vastaukset sekä meidän omat havaintointimme pilotointitilanteesta. Tässä opinäytetyössä käsittelemme testikertoja yhtenä kokonaisuutena. Olemme analysoineet vastaukset ja koonneet niistä yhteenvedon. Emme erittele testauskertoja tai yksittäisiä vastauksia, jotta varmistamme osallistujien tunnistamattomuuden vastausten perusteella, näin anonymiys säilyy ja huolehdimme tutkimuseettisyydestä. Tutkimukseen

osallistuneille jaettiin informointilomake tutkimuksesta (liite 2). Tutkimuksessa ei kerätty kenenkään henkilötietoja. Tutkimuksessa ei tutkittu ihmisiä. Tutkimus keskittyi vain peliin ja sen toimivuuteen työkaluna kasvatus- ja nuorisotyössä. Pilotoinnin yhteydessä pelikertoja oli kaksi. Pilotoinneissa eli pelin testaustilanteissa peliä on pelannut 2–6 henkilöä, jotka ovat pelinkohderyhmään kuuluvia eli yläkouluikäisiä nuoria. Pilotointi järjestettiin vapaa-ajan- ja nuorisotoiminnan puitteissa. Pilotointitilanteissa on ollut osin projektin ulkopuolinen ammattilainen, ja osin me olemme olleet havainnoimassa pelaamista.

4.1 Kohderyhmän vastaukset

Pelin kesto oli molemmissa testauksissa 45 minuuttia. Meidän arviomme pelin kestolle oli 30–60 minuuttia. Eniten aikaa kului ryhmän mielestä tehtäväkorttien lukemiseen sekä niiden suorittamiseen. Tämä on tarkoituksen mukaista, sillä opetuksellinen sisältö on suurimmaksi osaksi tehtävissä.

Nuoret eivät itse lukeneet ohjeita, vaan testipeliä ohjannut ohjaaja ohjeisti pelaamisen. Ohjeistus oli nuorten mielestä selkeä ja hyvä.

Pelaajien mielestä pelilauta toimi hyvin. Mielenkiintoa toi sen kuvitus sekä pelaajien mielestä totutusta poikkeava toteutus. Pelaajien mielestä pelilaudalla siirtyminen paikasta toiseen on toteutettu hyvin ja johdonmukaisesti. Pelilauta toi mieleen Muuttuva labyrintti -pelin, jossa paikat vaihtuvat ja tehtävänä on kerätä asioita. Siirtyessä paikalta toiselle akun kulumisen lisäsi mielenkiintoa. Pelaajat pohtivat, että akkua voisi kulua kuitenkin enemmän, jotta jännitys olisi suurempi. Akun kulumisen aiheutti hämmennystä ja siihen toivottiin selkeyttä. Kännykän akkua kuvastava mittari ja pelilaudalla sekä tehtäväkorteissa olevat merkinnät, eivät pelaajien mielestä täsmänneet toisiinsa.

Osa koki pelin juonen liian tylsänä ja kaipasivat lisää jännitystä. Tarinan jännittävyys olisi herättänyt enemmän kiinnostusta pelin alussa. Näin juoni olisi jäänyt paremmin muistiin heidän mielestensä, koko pelin ajaksi. Toiset pelaajat kertoivat tarinan olevan kiinnostava ja herättäneen mielenkiinnon peliin. Tarina ja juoni jakoivat mielipiteitä. Palautteista nousi esille, että tarina ja juoni on selkeä ja johdonmukainen. Pelilaudan kuvituksen koettiin sopivan hyvin yhteen tarinan kanssa ja tukevan toisiaan.

Palautteessa kysyttiin, heräsikö mielenkiinto pelin alussa ja säilyikö mielenkiinto yllä pelin loppuun asti. Palaute tarinasta viittasi siihen, että osalla pelaajista ei ollut herännyt mielenkiinto. Kuitenkin suurin osa vastasi mielenkiinnon heränneen ainakin osittain pelin alussa. Tämä viittaa siihen, että pelin kuvitus ja muut seikat kuin tarina ovat olleet erityisesti kiinnostavia joidenkin pelaajien mielestä. Pelaajat ovat kommentoineet pelin vaikuttaneen hauskalta, tarinan olleen mielenkiintoinen ja paikat, jotka pelissä esiintyvät muistuttavat omaa elämää sekä paikkoja, joissa nuoret viettävät aikaa, joten niihin on mielekästä mennä pelissä. He, joilla säilyi mielenkiinto koko pelin ajan, kertoivat palautteessa kiinnostavien tehtävien, pelin sujuvuuden ja loppuratkaisun odottamisen säilyttäneen mielenkiinnon pelin loppuun asti.

Pelin tehtävien aiheet koettiin toimivina. Tehtävistä kerättävät taitopiste symbolit ja niiden avulla taktikointi koettiin jännittävänä ja se lisäsi pelin mielekkyyttä. Eri tyylliset tehtävämuodot tekivät pelistä monipuolisemman. Osa tehtävistä voisi joidenkin pelaajien mielestä olla haastavampia. Kaikista tehtävistä ei pystynyt antamaan palautetta sillä pelaajat pääsivät kokeilemaan vain joitain tehtäviä pelin aikana.

Pelaajat tuovat palautteen lopussa ideoitaan esille, kuinka peliä voisi kehittää vielä kiinnostavammaksi ja haastavammaksi. Yksi ideoista on nopan lisääminen peliin. Se toisi lisää jännitystä, määräämällä minne pelaajien tulisi vuorollaan siirtyä. Toinen ajatus on, että nopan sijaan akkua täytyisi kulua liikkumiseen enemmän, jotta pelissä kulkeminen olisi vaikeampaa ja silloin pitäisi tehdä enemmän taktisia valintoja. Pelaajat mainitsevat loppuratkaisun herättäneen ajatuksia ja se oli heidän mielestään hyvä asia.

4.2 Nuorisotyönammattilaisten vastaukset

Ennen pelin testausta pidetyssä perehdytyksessä kävimme nuorisotyönammattilaisten kanssa pelin ohjeistuksen läpi niin että he saivat tutustua siihen ensin itsenäisesti ja sitten kävimme ohjeita yhdessä läpi. Silloin jo tuli esille ohjeistuksen epäselvyys epäselvyys paikoitellen. Palautteessa on tuotu esille, ettei pelin rakenne avaudu ohjeista helposti, mutta ohjaajan tutustuttua peliin se oli kuitenkin helppo ohjata nuorille eikä

ohjeistusta tarvinnut käyttää. Ohjeet koettiin pitkiksi ja niihin toivottiin selkeyttä. Palautteessa ehdotettiin kuvituksen lisäämistä ohjeistukseen. Akkua kuvastavan mittarin ohjeistuksen epäselvyys nostettiin esille.

Palautteen mukaan peli sopii erittäin hyvin mielenterveystaitojen käsittelyyn nuorten kanssa. Pelillisuus, tehtävien aiheiden monipuolisuus sekä erilaiset tehtävätyypit säilyttävät nuorten mielenkiinnon yllä ja tämä helpottaa mielenterveystaitojen edistämistä ja harjoittelua pelin avulla. Pelin tehtävien aiheet koettiin sopiviksi kohderyhmälle. Palautteessa tuotiin esille myös idea siitä, kuinka ohjaaja voi valita tehtävistä ryhmälleen tarpeelliset ja sopivimmat etukäteen.

Kyselyssä kysytään ammattilaisten näkökulmaa, missä ympäristössä peli toimisi heidän mielestään työkaluna parhaiten. Vastauksina luetellaan nuorisotalo, nuorten ryhmät ja pienryhmätoiminta, koulut, erilaiset kerhot, harrastustoiminta, kohdennettu nuorisotyö, tyttöjen ja poikien talot sekä sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöille suunnattu toiminta.

4.3 Havainnointi pelitilanteessa

Kadonneen ystävän jäljillä peli toimi työkaluna, jonka avulla edistetään ja käsitellään mielenterveystaitoja. Pelillisuus toimi nuorten kanssa työskentelyyn erittäin hyvin. Kiinnitimme huomiota pelimekaniikkaan, jota tulee vielä kehittää, jotta pelistä saadaan sujuvampi. Kuten palautteissakin kerrotaan, ohjeistus koettiin osittain epäselväksi. Tehtävät toimivat toivotulla tavalla ja synnyttivät ajatuksia ja keskustelua nuorten keskuudessa. Tehtävien vaihtelevuus vaikutti sopivalta. Havainnointi sekä palautteet tukevat toisiaan.

Pilotointi tilanteista kerätyistä vastauksista nousi hyviä kehitysideoita sekä todennusta pelin toimivuudelle ja vahvistus pelin kiinnostavuudesta kohderyhmän keskuudessa. Nuorisotyön ammattilaisten palaute vahvisti työkalun toimivuutta suunniteltuun tarpeeseen.

5 JOHTOPÄÄTÖKSET JA KEHITYSEHDOTUKSET

Tässä luvussa käsitellään pilotoinnin aikana saatujen palautteiden pohjalta tehtyjä kehitysehdotuksia sekä pelinkehitysprosessin aikana nousseita ideoita. Opinnäytetyön tuloksena syntyi tilaajalle kuvaus pelinkehitysprosessista sekä pilottiversio Kadonnan ystävän jäljillä -lautapelistä kehitysehdotuksineen.

Pelin testaamisesta saatujen palautteiden pohjalta voidaan todeta pelin päässeen tavoitteeseen, eli lautapeli toimii hyvänä ja mielekkäänä tapana käsitellä ja edistää mielenterveystaitoja kohderyhmän kanssa. Palaute oli enimmäkseen positiivista, joka loi vahvistusta pelin toimivuudesta sisällöllisesti ja pelillisesti. Nuorten mielestä peli on mielenkiintoinen, sekä pelin tilanteet ja paikat olivat samaistuttavia. Ammattilaisten näkökulmasta peliä voi käyttää työkaluna mielenterveystaitojen harjoitteluun monipuolisesti kasvatuksen ja nuorisotyön kentillä. Kohderyhmältä ja ammattilaisilta nousseet kehitysideat liittyivät enimmäkseen pelin rakenteeseen ja pelimekaniikkaan, joita pystytään muokkaamaan pienillä muutoksilla pelin kulun kannalta toimivammiksi. Palautteen pohjalta tehtyjen kehitysehdotusten avulla Kadonneen ystävän jäljillä -lautapelistä saadaan toimivampi sekä kohderyhmän tarpeita vastaava työkalu.

5.1 Pilotoinnin palautteiden pohjalta tehdyt kehitysehdotukset

Pelin pilotin testauksesta saatujen palautteiden perusteella teimme kehitysehdotuksia, joilla pelistä saataisiin toimivampi. Pelin jatkokehittämisessä kannattaa osallistaa kohderyhmää, kuten koko pelinkehitysprosessin aikana on tehty.

Pelin pilotoinnissa huomasimme, että ohjaajien perehdytystuokio oli toimiva tapa kertoa pelin tarkoitus ja kulku. Peliä oli myös hyvä pelata ennen sen ohjaamista. Pelin ohjaamiseen voisi luoda lyhyen perehdytyskoulutuksen, jonka jälkeen peliä pystyisi ohjaamaan itsenäisesti. Perehdytysvideo voisi olla selkeämpi tapa, kuin pelkät ohjeet. Kohderyhmän pelatessa peliä itsenäisesti, voisi heillä olla ohjeet myös tarinallisena videona. Nämä ideat nousivat myös hyödyntäessämme benchmarking-menetelmää MIELI ry:n Onnellisten linnake –pelikoulutuksessa, ja ideat vahvistuivat pilotoinnin aikana.

Pelin ohjeista pitäisi tehdä selkeämmät, jotta ne olisivat sekä kohderyhmälle että ammattilaisille ymmärrettävät ja nopeasti omaksuttavat. Ohjeet voisivat olla lyhyemmät

sekä niissä voisi käyttää enemmän kuvia ja symboleita. Pelissä ollut aloituskuva pelilaudan asettelusta oli nuorisotyöntekijöiden mielestä selkeämpi, kuin sanallisesti selitettyinä ohjeissa. Kuvia voisi hyödyntää enemmänkin ohjeissa niiden selkeyden takia. Pelien korteissa käytetty fontti voisi olla selkeämpi ja suurempi.

Pelin liikkumiseen käytettävä akku ja sen kuluminen oli epäselvästi kuvattu ohjeissa. Ohjeissa ja kännykän akkua kuvastavassa mittarissa pitäisi olla samat yksiköt, jotta se olisi pelaajalle loogisempi. Pelilaudalla liikkeessa akkua voisi kulua enemmän ja prosenttiyksiköitä voisi olla kymmenen prosentin tarkkuudella kännykän mittarissa. Tämä toisi pelaamiseen lisää mahdollisuuksia taktikoida ja tekisi pelistä jännittävämmän.

Vihjekorttien pelimekaniikkaa on hyvä vielä pohtia ja hioa. Vihjekorttien kerääminen taitopistesymboleita hankkimalla toimii kiinnostavana elementtinä ja siihen liittyvää taktiokoinnin mahdollisuutta voisi lisätä. Peliä voisi ohjeistaa eri tavoin riippuen ryhmäkoosta. Loppuratkaisuun tarvittavien vihjekorttien kerääminen vie pieneltä ryhmältä liikaa aikaa ja ohjeet sopivat paremmin isommalle ryhmälle.

Pelin alkutarina jakoi mielipiteitä ja joidenkin pelaajien mielestä se kaipasi lisää jännitystä. Sitä voisi ideoida yhdessä nuorten kanssa toiminnallisissa työpajoissa, jotta tarina saataisiin paremmin vastaamaan nuorten maailmaa.

Kohderyhmä kaipasi haastavuutta joihinkin tehtäviin. Peliin voisi kehittää monipuolisemmin erilaisia tehtäväkortteja, joista ammattilaisilla olisi mahdollisuus valita juuri oman ryhmän tarpeisiin ja taitotasoon sopivia tehtäviä. Tehtävien harjoituksiin voisi myös lisätä esimerkiksi vaihtoehtoisia osuuksia tai lisäkysymyksiä. Lisäosiot voisivat olla astetta vaikeampia ja näin peliin voisi lisätä haastetta tarvittaessa.

5.2 Pelinkehitysprosessin aikana nousseet kehitysidealat

Pelinkehitysprosessin aikana nousi paljon kehitysideoita, joita ei voitu toteuttaa, aikataulun vuoksi tai muista resurssisyyistä. Käyttämämme kokeilukulttuuri, yhteisölliset ideointimenetelmät ja toiminnalliset työtavat tuottivat runsaasti ideoita pelin kehittämisen kaikissa vaiheissa. Kirjasimme kaikki ideat muistiin koko pelinkehitysprosessin ajan. Näimme monissa ideoissa jatkokehityksen mahdollisuuden.

Olisimme halunneet suunnitella peliä vielä enemmän yhdessä nuorten kanssa. Suunnittelu- ja kehitysvaiheessa meille oli tärkeää huomioida kohderyhmä. Olisimme halunneet tehdä vielä enemmän pelin eri vaiheiden kokeilemistä ja testaamista osallistaen kohderyhmää, nuoria ja ammattilaisia. Kehitystyö kohderyhmää kuunnellen ja heitä osallistaen on mielestämme merkityksellistä, silloin saadaan peli vastaamaan paremmin kohderyhmän tarpeita.

Meille yksi tärkeä elementti suunnitteluvaiheessa oli pelin selkeys ja esteettömyys, jotta se saavuttaisi yhdenvertaisesti kohderyhmään kuuluvat. Pohdimme paljon pelin sisällön, esimerkiksi kirjoitusasun, selkeyttä prosessin aikana. Olisimme halunneet käyttää enemmän erilaisia kuvioita, symboleita ja värejä pelin grafiikassa ja ohjeissa. Pelin selkeyteen ja esteettömyyteen kannattaa kiinnittää huomiota. Pelin kohderyhmä on erittäin laaja, ja esteettömyys voi olla vaikeaa toteuttaa kaikki huomioiden.

Teimme kehitysprosessin aikana erityyppisiä nuorten elämäntilanteisiin liittyviä tehtäviä ja loppuratkaisuja, jotka toimivat hyvin nuorille. Näitä voisi tehdä vielä lisää, jotta ohjaajalla olisi vielä monipuolisempi valikoima tehtäviä ja loppuratkaisuja ryhmän mukaan. Tehtäviä voisi siis olla ylimääräisiä, joista ohjaaja voisi valita sopivimmat aina ohjaustilanteeseen.

Kasvatus- ja nuorisotyön ammattilaisille olisi hyvä tehdä perehdytysvideo, missä olisi pelin ohjeet, tavoite ja tarkoitus. Se olisi selkeämpi tapa hahmottaa pelin tavoite ja kulku. Video tukisi ja helpottaisi myös ohjeiden lukemista.

Pelissä olisi loppurefleksio ohjaajan kanssa, jossa keskusteltaisiin pelin aikana nousseista ajatuksista, oivalluksista sekä opituista asioista nuorten kanssa. Loppurefleksiota varten olisi luotu kysymyspatteristo tukemaan keskustelua.

Koronaepidemian vuoksi esille nousi pohdintoja pelin versiosta verkossa, jossa pelin testausta toteutettaisiin etäpalaverina digitaalisella alustalla. Tämä on kehitysideana hyvä, emme kuitenkaan lähteneet toteuttamaan tätä, sillä pääsimmekin testaamaan pelin pilottiversioita paikan päälle sekä nuorisotyöntekijän toimesta.

Pelin loppuratkaisuissa on verkkosivujen linkki, joista löytyy vinkkejä ja ohjeita kyseiseen tilanteeseen. Verkkosivun linkki voitaisiin muuttaa QR-koodiksi, joka on nopeampi tapa siirtyä sivulle.

Meille nousi idea, että lautapelistä painettaisiin myös digitaalinen versio, joka olisi helppo tulostaa MIELI ry:n verkkosivuilta. Tällöin peli olisi paremmin saatavilla valtakunnallisesti kaikille kasvatus- ja nuorisotyön ammattilaisille.

6 POHDINTA

Kuten Sosiaali- ja terveysministeriön (2020) strategiassa aikaisemmin mainittiin, mielenterveys on tärkeä voimavara yksilölle. Lasten ja nuorten kasvua voidaan tukea panostamalla mielenterveyden edistämiseen jatkuvasti muuttuvan yhteiskunnan eri sektoreilla. Mielestämme tänä päivänä ympäristö luo kovat paineet ja vaatimukset jo pienestä pitäen. Elämä on todella kiireistä ja stressaavaa, joten mielenterveyden edistämiseksi ja mielenterveystaitoja vahvistaville menetelmille on tarvetta. Kuten olemme jo todenneet, MIELI ry:llä on paljon mielenterveystaitoja vahvistavaa materiaalia, mutta yläkouluikäisille kaivataan lisää työkaluja ammattilaisten käyttöön. Toiminnallisia menetelmiä aiheen käsittelyyn ei voi olla liikaa. Myös prosessin aikana nousi useasti esille tarve ja kiinnostus yläkouluikäisille suunnattuun mielenterveystaitoja vahvistavaan materiaaliin.

Tavoitteena oli kehittää pilottiversio mielenterveystaitoja edistävästä lautapelistä sekä kuvata ja arvioida pelin kehitysprosessia. Kehittämistyö tuotti konkreettisen työkalun, Kadonnan ystävän jäljillä -lautapelin pilotin. Olemme tyytyväisiä lopputulokseen, ja saimme myös hyviä kehittämissuhteita tilaajalle siitä, miten pelistä saisi kohderyhmälle vielä toimivamman. Tilaajan kanssa on sovittu, että esittelemme työn tulokset ja kehitysehdotukset heille. Kadonneen ystävän jäljillä -peliä voi hyödyntää työkaluna kasvatus- ja nuorisotyössä. Opinnäytetyössä esiin nousseet kehitysideat on hyvä huomioida ennen pelin julkaisua työkaluksi. Peliä jatkokehittäessä kannattaa edelleen osallistaa kohderyhmää sekä ammattilaisia hyvän lopputuloksen saamiseksi. Opinnäytetyöprosessin jälkeen lautapelin tehtävät sekä muu sisältö menevät MIELI ry:n kielihuollon tarkistukseen. Pelimekaniikkaa ja ohjeita tullaan muokkaamaan pelitiimin toimesta, ja tästä on käyty keskustelua jo pilotoinnin aikana.

Haluamme rohkaista lukijaa hyödyntämään pelillisyyttä opetusmenetelmänä kasvatus- ja nuorisotyössä. Pelillisuus on nuorille mieleinen, tehokas ja luontainen tapa oppia. Pelin kehittämisessä hyödyntämämme menetelmät kokeilukulttuuri, yhteisölliset

ideointi menetelmät ja benchmarkkaus ovat olleet toimivia metodeja oppimispelin kehittämiseksi. Tästä opinnäytetyöstä ammattilaiset voivat saada ideoita muiden toiminnallistentyökalujen kehittämiseen sekä käytännön ehdotuksia pelillisyyden hyödyntämiseen uuden oppimisessa.

Keväällä 2020 maailmanlaajuinen koronaepidemia on vaikuttanut myös opinnäytetyömme etenemiseen ja pelinkehitysprosessiin. Jouduimme tekemään muutoksia alkuperäisiin suunnitelmiin ja aikatauluun. Huhti- ja toukokuussa emme pystyneet toteuttamaan suunniteltuja työpajoja, jossa yhdessä nuorten kanssa olisimme kehittäneet peliä. Nuorten osallistaminen pelin kehittämiseen jäi siten vähäisemmäksi, kuin olimme tavoitelleet. Pelin pilotointi suunniteltiin uudestaan ja kehitimme kyselyn, joka mahdollisti sopeutumisen nopeasti muuttuviin säädöksiin, sillä emme voineet olla varmoja pääsemmekö itse havainnoimaan pelitilannetta, kuten tarkoituksena oli. Alkuperäisessä suunnitelmassa meidän oli tarkoitus testata peliä myös yläkouluissa, mutta sitä emme pystyneet toteuttamaan. Toivoimme myös useampia pelikertoja pilotoinnin yhteyteen, mutta osa peruuntui. Pelin pilottiversion testauksessa kohderyhmän otanta oli pieni, mikä vaikuttaa tutkimuksen luotettavuuteen. Tulokset ovat suuntaa antavia.

Opinnäytetyö syvensi ja kehitti ammatillista osaamistamme sekä antoi meille paljon uutta tietoa ja taitoa tulevaisuutta varten. Tulevina yhteisöpedagogeina aiomme jatkossakin hyödyntää toiminnallisia työmenetelmiä, pelillisyyttä ja kaikkea projektista ammentamaamme oppia. Nuorten osallistaminen pelinkehitysprosessiin oli meille merkityksellistä opintojen ammatillisesta näkökulmasta, ja prosessi vahvisti oppimaamme.

Pelinkehitysprosessi on ollut mielenkiintoinen ja opettavainen projekti, jonka aikana ammatillinen osaamisemme on syventynyt ja opintojemme aikana opitut asiat ovat vahvistuneet. Olemme oppineet moniammatillisessa työtiimissämme mielenterveyden edistämistyöstä, pelillisyyden merkityksellisyydestä sekä kehittämistoiminnasta hyvin monipuolisesti. Pelinkehitysprosessin aikana olemme tuoneet yhteisöpedagogin ammatillista näkökulmaa vahvasti mukaan moniammatillisen työtiimimme toimintaan, ja näin olemme tehneet näkyväksi omaa ammatillista osaamistamme.

Prosessin aikana olemme konstruktivisesti oppineet, eli ohjanneet itse itseämme oppimaan uutta. Uusi tieto ja taito on rakentunut vanhan päälle. Tiedon lisääntyminen

ja uuden oppiminen moniammatillisessa työtiimissä on tukenut pelinkehitystä. Peli opettaa myös nuoria konstruktiiivisesti. He oppivat ja vahvistavat aikaisemmin opittuja mielenterveystaitoja pelin ja sen synnyttämien pohdintojen ja keskusteluiden myötä. Uusi tieto ja vanhan tiedon vahvistaminen syventää opittua. Nuorten oppiminen on syvempää toiminnallisen menetelmän vuoksi. Peli mahdollistaa yhteisöllisen toiminnan, yhteistyön tapahtumisen, yksilön osallisuuden sekä siirtovaikutuksen. Pelissä opittu tieto siirtyy arkeen yksilön ja yhteisön tasolla.

Parityöskentely oli meille toimiva ja onnistunut työmuoto. Meille molemmille luovuus ja toiminnalliset menetelmät ovat luontevia sekä toimivia työtapoja. Meidän kykymme ratkaista ongelmia, ideoida ja innovoida on merkittävä ja pelinkehitysprosessissa koimme näiden taitojen olevan suuri vahvuus. Pelinkehitysprosessi oli iso kokonaisuus, johon lähdimme rohkeasti mukaan. Kokeilukulttuuriin kuuluva onnistumisten ja epäonnistumisten kautta kehittäminen vaatii epätietoisuuden sietoa ja kykyä reagoida kehitystarpeisiin nopeasti. Pelin ensimmäisen pilotin tuloksien pohjalta tehty analysointi ja pelin jatkokehittäminen on mielestämme osoittanut osaamistamme. Olemme kokeneet kehitystyön mielenkiintoisena ja onnistuneena kokonaisuutena, joka on vahvistanut ammatillista osaamistamme yhteisöpedagogin työkentällä.

LÄHTEET

- Erkko, Anna & Hannukkala Marjo 2013. Mielenterveys voimaksi: käsikirja nuorisotyön ammattilaisille. MIELI Suomen Mielenterveys ry.
- Hanhike, Tiina & Kutinlahti, Pirjo & Martikainen, Mikko & Poskela, Jarno & Urjan kangas, Hanna-Maria 2015. Kokeileva kehittäminen. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja: TEM raportteja 67/2015. Työ- ja elinkeinoministeriö. Viitattu 2.10.2020. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74944/TEM-rap_67_2015_web.pdf?sequence=1.
- Harviainen, J. Tuomas & Meriläinen, Mikko & Tossavainen, Tommi 2013. Pelikasvat tajan käsikirja. Helsinki: Mediakasvatus – ja kuvaohjelmakeskus.
- Hirvola, Päivi 2014. Kokeilukulttuuri. SITRA. Viitattu 13.10.2020. <https://youtu.be/1YEM2pQQNEc>
- Holvikivi, Jaana & Joensuu, Joel & Nuorteva, Maija & Suutari, Sinikka 2018. Hyötype lit Suomessa. Tilanne vuonna 2017. EduDigi-hankkeen katsaus 16.10.2017. Viitattu 22.10.2020. <https://www.metropolia.fi/sites/default/files/images/content/content-files/Hyo%CC%88typelit.pdf>
- Järvilehto, Lauri 2014. Hauskan oppimisen vallankumous. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Jääskinen, Anne-Mari 2017. Mitä sä rageet? : lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukemi nen. Helsinki: Lasten keskus
- Kempainen, Jaakko 2019. Pelisuunnittelijan peruskirja. Aviator kustannus.
- Krokkfors, Leena & Kangas, Marjaana & Hyvärinen, Reetta 2014. Oppimispelit rajoja ylittävinä ja osallistavina oppimisympäristöinä. Teoksessa Leena Krokkfors & Marjaana Kangas & Kaisa Kopisto (toim.) Oppiminen pelissä – pelit, pelillisuus ja leikillisuus ope tuksessa. Tampere: Vastapaino, 67–72.
- Laakso, Mauri 2012. Pelillisuus oppimisympäristönä. Kieli, koulutus ja yhteiskunta, 3(2). Viitattu 28.2.2020. <https://www.kieliverkosto.fi/fi/journals/kieli-koulutus-ja-yhteiskunta-huhtikuu-2012/pelillisuus-oppimisymparistona>
- Linnanen, Jere 2014. Mistä on oppimispeli tehty? Omaa tietä etsimässä -oppimispeli ja sen tausta. Teoksessa Leena Krokkfors & Marjaana Kangas & Kaisa Kopisto (toim.) Oppiminen pelissä – pelit, pelillisuus ja leikillisuus opetuksessa. Tampere: Vastapaino, 276–282.
- Luoto, Heikki 2016. Mielenterveyttä edistetään arjen nuorisotyössä. Nuorten mielen terveysseura – Yeesi ry. Viitattu 23.10.2020 <https://www.yeesi.fi/vaikuta/mielipidekirjoitukset-ja-lausunnot/mielenterveytta-edistetaan-arjen-nuorisotyoss/>
- MIELI Suomen Mielenterveys ry 2018. Suomen Mielenterveysseura. Toimintasuunnitelma 2019. Viitattu 2.6.2020. https://mieli.fi/sites/default/files/materials_files/toimintasuunnitelma_2019_suomen_mielenterveysseura.pdf
- MIELI Suomen Mielenterveys ry 2020a. Organisaatio ja toiminta. Viitattu: 2.6.2020. <https://mieli.fi/fi/mielenterveysseura/organisaatio-ja-toiminta>
- MIELI Suomen Mielenterveys ry 2020b. Kehittämistoiminta: lapset ja nuoret. Viitattu 16.10.2020. <https://mieli.fi/fi/kehitt%C3%A4mistoiminta/lapset-ja-nuoret>

MIELI Suomen Mielenterveys ry 2020c. Mielen hyvinvointi – opetuskokonaisuus terveystietoon 7.–9.luokka. Viitattu 23.10.2020. <https://mieli.fi/fi/kirjat/mielen-hyvinvointi-opetuskokonaisuus-terveystietoon-7-9luokka>

Nuortennetti 2020. Elämäniloa. Viitattu 4.11.2020. <https://www.nuortennetti.fi/mieli-ja-keho/mielen-hyvinvointi/elamaniloa/>

Nyyti ry 2020a. Vuorovaikutustaidot. Viitattu 3.11.2020. <https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/opi-elamantaitoa/vuorovaikutustaidot/>

Nyyti ry 2020b. Myötätunto on tekoja. Viitattu 4.11.2020. <https://www.nyyti.fi/mielenterveyspaiva/myotatumnosta-hyvinvointia/myotatumto/>

Ojasalo, Katri & Moilanen, Teemu & Ritalahti, Jarmo 2009. Kehittämistyön menetelmät: uudenlaista osaamista liiketoimintaan. WSOYpro oy: 1. painos.

Opetushallitus 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. 4. painos. Viitattu 1.11.2020. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf

Pesonen, Anniina & Nurmi, Reetta & Hannukkala, Marjo 2018. Hyvän mielen koulu. Käsikirja mielenterveystaitojen vahvistamiseen yläkoulussa. MIELI Suomen mielenterveys ry.

Pessi, Anne Birgitta & Martela, Frank 2017. Myötätuntoista ihmistä ja työelämää etsimässä. Teoksessa Anne Birgitta Pessi & Frank Martela & Miia Paakkanen (toim.) Myötätunnon mullistava voima (e-kirja). Jyväskylä: PS-kustannus.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2020. Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020–2030. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu 2020:6. Viitattu 5.11.2020. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162053/STM_2020_6.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Tossavainen, Tommi & Harvola, Aino & Sohn, Ville & Marjomaa, Heikki & Meriläinen, Mikko & Tuominen, Pasi & Korhonen, Helmi & Göös, Pia & Lyyra, Miia 2019. Pelikasvattajan käsikirja 2. Helsinki: Kansallinen audiovisuaalinen instituutti.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi Anneli 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vesterinen, Olli & Mylläri Jarkko 2014. Peleistä pelillisyyteen. Teoksessa Leena Krokfors & Marjaana Kangas & Kaisa Kopisto (toim.) Oppiminen pelissä – pelit, pelillisuus ja leikillisuus opetuksessa. Tampere: Vastapaino, 56–66.

LIITTEET

Liite 1 (1/6): Kysely mielenterveystaitoja edistävästä lautapelistä

Kysely mielenterveystaitoja edistävästä lautapelistä

Tämä kysely tehdään osana yhteisöpedagogi (amk) tutkinnon opinnäytetyöprosessia. Opinnäytetyön tilaajana on MIELI Suomen Mielenterveys ry ja tekijöinä Humanistisen ammattikorkeakoulun opiskelijat Petra Schneider ja Suvi Suomela.

Opinnäytetyön tavoitteena on kehittää mielenterveystaitoja edistävä lautapeli "Kadonneen ystävän jäljillä" työkaluksi kasvatus- ja nuorisotyön ammattilaisille vapaa-ajan sekä yläkoulujen toimintaan. Kyselyn tarkoituksena on kartoittaa pelitilanteesta tehtyjä havaintoja lautapelin sisällöllisestä ja pelillisestä toimivuudesta.

Nuorisotyöntekijä täyttää ensin yhdessä nuorten kanssa osuudet 1-13 ja sen jälkeen loput osuudet itsenäisesti ammattilaisen näkökulmasta.

Vastaamalla kyselyyn autat meitä kehittämään lautapeliä vastaamaan paremmin kohderyhmän tarpeita. Vastaaminen on vapaaehtoista ja siihen vastataan nimettömästi. Kyselyn täyttäminen vie aikaa noin 10-15 minuuttia.

Kyselylomake on tarkoitettu peliä pelanneille nuorille ja ohjaajalle.

Ohjaaja keskustelee ja kysyy nuorilta lomakkeen kysymykset sekä täyttää kyselylomakkeen.

Kysymykset 1-13 on suunnattu nuorille.

Vastatkaan monivalinta kysymyksiin keskustelemalla ja valitsemalla parhaiten mielipidettänne vastaava vaihtoehto. Valittuanne vaihtoehdon, pääsette myös vastaamaan avoimesti kysymykseen ja kuvaamaan erilaisia näkemyksiä, joita ryhmässä on tullut esille.

Ohjaaja vastaa itsenäisesti kyselyn viimeiseen osioon (kohdat 14-18).

Kiitos vastauksista!

Liite 1 (2/6)

Kysely mielenterveystaitoja edistävästä lautapelistä

1. Kuinka monta pelaajaa osallistui pelaamiseen tällä pelikerralla?

- 2
- 3
- 4
- 5
- 6

2. Kuinka kauan pelaamiseen meni aikaa?

3. Mikä vei eniten aikaa?

Liite 1 (3/6)

4. Miten pelilauta mielestänne toimi?

- Pelilauta toimi hyvin.
- Pelilauta toimi melko hyvin.
- Pelilauta ei oikein toiminut.
- Pelilauta ei toiminut ollenkaan.

5. Miksi pelilauta toimi tai ei toiminut mielestänne?

6. Mitä mieltä olette pelin tarinasta?

Liite 1 (4/6)

7. Heräsikö teidän mielenkiinto pelin alussa?

- Kyllä heräsi.
- Mielenkiinto heräsi jonkin verran.
- Mielenkiinto ei herännyt juurikaan.
- Mielenkiinto ei herännyt ollenkaan pelin alussa.

8. Kuvaile miksi mielenkiinto heräsi tai ei herännyt.

9. Oliko peli mielenkiintoinen loppuun asti?

- Kyllä. Mielenkiinto peliin säilyi loppuun asti / Mielenkiinto peliin kasvoi loppua kohden.
- Ei. Mielenkiinto peliin ei säilynyt tai kasvanut loppua kohden.

10. Mikä piti tai ei pitänyt mielenkiintoa yllä?

Liite 1 (5/6)

11. Mitkä pelin tehtävien aiheista mielestänne on hyviä? Miksi? (voitte esimerkiksi laittaa tehtävän numeron)

12. Olisiko jokin aihe, mitä erityisesti mielestänne olisi hyvä käsitellä tämän kaltaisessa pelissä?

13. Kehitysideat ja vapaa sana.

Liite 1 (6/6)

Ohjaajan osuus

Ohjaaja täyttää tästä eteen päin itsenäisesti nuorisotyönammattilaisen näkökulmasta.

14. Onko pelin ohjeistus mielestänne selkeä?

- Kyllä, ohjeistus on selkeä.
- Kyllä, mutta paikoin oli epäselvyyttä.
- Ei. Ohjeistus on epäselvä.

15. Mikä tai mitkä asiat jäivät epäselviksi?

16. Sopiiko peli mielestäsi avuksi käsittelemään mielenterveystaitoja nuorten kanssa?

17. Oliko pelissä esiintyneet aiheet hyvin valikoituja? (Voit kertoa, jos joku aihe oli turha tai jotain olisi kaivattu lisää.)

18. Missä ympäristössä peli toimisi mielestäsi työkaluna parhaiten? (Voi laittaa useamman vaihtoehdon.)

19. Kehitysideat ja vapaa sana.

Liite 2 (1/2): Informointilomake

TIEDOTE: LAUTAPELIN TESTAUS OPINNÄYTETYÖTÄ VARTEN

Tutkimuksen nimi: Mielenterveystaitoja käsittelevän lautapelin toimivuus pelillisesti ja sisällöllisesti. Testaus tehdään osana yhteisöpedagogi (amk) tutkinnon opinnäytetyöprosessia. Opinnäytetyön tilaajana on MIELI Suomen Mielenterveys ry.

Tutkimuksen tarkoitus: Lautapelin testaaminen kohderyhmällä, pelikokemusten kerääminen pelin pelattavuuden ja toimivuuden arvioimista varten sekä kehitystarpeiden havainnoiminen. Lautapeli on suunnattu työkaluksi nuorisotyön ammattilaisille vapaa-ajan sekä yläkoulujen toimintaan.

Opinnäytetyön työnimi: Mielenterveystaitoja käsittelevän lautapelin kehitys. Työkalu nuorisotyön ammattilaisille vapaa-ajan ja koulujen toimintaan.

Pyyntö osallistua tutkimukseen

Teitä pyydetään mukaan tutkimukseen, jossa tutkitaan lautapelin toimivuutta pelillisesti sekä sisällöllisesti työkaluna käsittelemään pelissä esiintyviä mielenterveyteen liittyviä taitoja ja aiheita. Teiltä ei kerätä henkilötietoja. Keräämme ainoastaan tietoa pelistä ja sen toimivuudesta.

Olemme arvioineet, että sovellutte tutkimukseen, koska peli on suunnattu yläkouluikäisille nuorille. Peli on suunnattu työkaluksi nuorisotyön ammattilaisille vapaa-ajan ja koulujen toimintaan, jonka takia nuorisotilat ovat valikoituneet paikaksi. Tämä tiedote kuvaa tutkimusta ja teidän osuuttanne siinä. Perekdyttyänne tähän tiedotteeseen teille järjestetään mahdollisuus esittää kysymyksiä tutkimuksesta, jonka jälkeen teiltä pyydetään suostumus tutkimukseen osallistumisesta.

Vapaaehtoisuus

Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Voitte myös keskeyttää tutkimuksen koska tahansa syytä ilmoittamatta. Mikäli keskeytätte tutkimuksen tai peruuttatte suostumuksen, teistä keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näytteitä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa.

Tutkimuksen tarkoitus

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on tutkia lautapelin toimivuutta pelillisesti sekä sisällöllisesti työkaluna käsittelemään pelissä esiintyviä mielenterveyteen liittyviä taitoja ja aiheita.

Tutkimuksen toteuttajat

Tutkimus kuuluu osaksi opinnäytetyötä, jonka tilaaja on MIELI ry ja tekijät ovat Humanistisen ammattikorkeakoulun opiskelijat Petra Schneider ja Suvi Suomela. Peliä kehitetään yhteistyössä Stadin ammattiopiston kanssa.

Tutkimusmenetelmät ja toimenpiteet

Keräämme kohderyhmään kuuluvia pelaamaan lautapeliä ja heidän tulee osallistua pelaamiseen sekä vastata kysymyksiin pelin pelaamisen jälkeen. Tutkimukseen osallistuminen kestää 1,5–2 tuntia, yhden päivän aikana.

Liite 2 (2/2)

Pelin tutkimus toteutetaan siten, että osallistujat pelaavat peliä ryhmänä ja vastaavat kokemuksiansa pohjalta kysymyslomakkeeseen pelaamisen jälkeen. Peliä ohjaava ohjaaja täyttää lomakkeen yhdessä nuorten kanssa.

Kustannukset ja niiden korvaaminen

Tutkimukseen osallistuminen ei maksa teille mitään. Osallistumisesta ei myöskään makseta erillistä korvausta.

Tutkimustuloksista tiedottaminen

Tutkimus ja siitä saadut tulokset ovat osa opinnäytetyötä, joka julkaistaan avoimesti Theseus-tietokannassa.

Tutkimuksen päättyminen

Tutkimus on osallistujien osalta päättynyt, kun he ovat osallistuneet peliin ja vastanneet kyselylomakkeen kysymyksiin. Tutkimus lopetetaan tulosten analysointiin opinnäytetyössä.

Lisätiedot

Lisätietoja antavat tutkimuksesta vastaavat: Petra Schneider, puh. 0405375254 ja Suvi Suomela, puh. 0400899995

Tutkijoiden yhteystiedot

Tutkija / opinnäytetyötekijä
Nimi: Suvi Suomela
Puh. 0400899995
Sähköposti: suvi.suomela@humak.fi

Tutkija / opinnäytetyötekijä
Nimi: Petra Schneider
Puh. 0405375254
Sähköposti: petra.schneider@humak.fi

Tutkimuksesta vastaa / opinnäytetyön ohjaaja
Titteli: Järjestötyön yliopettaja
Nimi: Tarja Nyman
Humanistinen ammattikorkeakoulu, Pääkaupunkiseudun yksikkö
Puh. +358(0)400 349257
Sähköposti: tarja.nyman@humak.fi

Opinnäytetyön tilaaja
MIELI Suomen mielenterveys ry
Titteli: Asiantuntijakoordinaattori
Nimi: Marja Snellman-Aittola
Sähköposti: marja.snellman-aittola@mieli.fi