

DIAK

Joona Rostedt

Renja Valta

Sosionomi (AMK), diakoniatyö

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Opinnäytetyö, 2024

Pöytäroolipelaaminen sosiaalialan työmenetelmänä

Pelipäivän toteuttaminen pienryhmätoimintana

TIIVISTELMÄ

Joona Rostedt ja Renja Valta

Pöytäroolipelaaminen sosiaalialan työmenetelmänä – Pelipäivän toteuttaminen pienryhmätoimintana

34 sivua ja 2 liitettä

Syksy 2024

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosionomi (AMK), diakoniatyö

Kehittämispainotteisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tarkastella pöytäroolipelaamisen käyttöä sosiaalialalle soveltuvana työmenetelmänä, sekä suunnitella ja toteuttaa yksittäinen pelipäivä tarkastelun tueksi. Teoriatietoa yhdistettiin pelipäivästä kerättyihin havaintoihin ja palautteeseen sekä tekijöiden aikaisempiin kokemuksiin aiheesta. Tavoitteena oli kertoa menetelmän käytöstä ja pelipäivän toteuttamisprosessista, jotta aiheesta kiinnostuneet sosiaalialan ammattilaiset voisivat rohkaistua itse kokeilemaan menetelmän käyttöä.

Syksyllä 2023 toteutettu pelipäivä järjestettiin yhteistyössä Länsi-Porin seurakunnan kanssa ja siihen osallistui seitsemän pelaajaa seurakunnan nuorten aikuisten ryhmästä. Pelin sisällöstä suunniteltiin pelaajia osallistava kokemus ja suunnittelun tukena käytettiin alkukyselyä, jonka avulla selvitettiin pelaajien aikaisempi kokemus pöytäroolipeleistä. Pelin teemana oli mysteeri, jota pelaajat lähtivät ratkomaan fiktiivisten hahmojen rooleissa. Pelin aikana toinen tekijöistä toimi pelinjoh-tajan eli ohjaajan roolissa samalla kun toinen kirjasi havaintoja.

Menetelmän tarkastelu tapahtui ohjatun pienryhmätoiminnan perspektiivistä, jossa huomioitiin myös kirkon alan työympäristö. Pelaajille lähetetyn loppukyselyn perusteella heidän kokemuksensa pelipäivästä oli pääasiassa hyvin positiivinen ja ryhmätyöskentely muiden kanssa oli kaikkien mielestä helppoa. Kaikki pelaajat myös kokivat, että pöytäroolipelaamisella voi olla positiivinen vaikutus monien erilaisten taitojen kehittymiselle, etenkin sosiaalisten taitojen kohdalla.

Tarkastelun tuloksena pöytäroolipelaamisen koetaan soveltuvan hyvin sosiaali- ja kirkon alan pienryhmätoiminnaksi, mutta menetelmän positiiviset vaikutukset voivat vaatia ryhmältä pidempiaikaista sitoutumista toimintaan. Säännöllisten pelikertojen suunnittelu ja organisointi voi olla ohjaajalle työlästä, mikä muodostaa yhden menetelmän haasteista. Vaikka eri työympäristöt voivat vaikuttaa toiminnan rakenteeseen, ohjaajan on mahdollista muokata pelaamisen sisältöä ja tavoitteita eri kohderyhmille sopivaksi. Menetelmän ammatillisessa käytössä tulisi-kin huomioida pelaajien yksilölliset kehitystarpeet ja toiveet, jotta toiminta pysyisi merkityksellisenä. Oman identiteetin tutkiminen fiktiivisen hahmon kautta koetaan myös yhtenä menetelmän vahvuuksista. Pöytäroolipelaamisen hyödyistä huolimatta menetelmän paremmin tunnetuksi tuominen vaatii vielä ponnistelua.

Asiasanat: luovat menetelmät, nuoret aikuiset, roolipelit (pöytäroolipelit), ryhmätoiminta, sosiaaliala

ABSTRACT

Joona Rostedt and Renja Valta

Tabletop role-playing as a work method in the social sector – Implementation of game day as a small group activity

34 pages and 2 appendices

Autumn 2024

Diaconia University of Applied Sciences

Bachelor of Social Services

The purpose of this development-oriented thesis was to examine the suitability of tabletop role-playing as a work method for the social sector, and to plan and organize a single game day to support the examination. Theoretical information was combined with observations and feedback collected from the game day, as well as the authors' previous experiences on the subject. The goal was to tell about the use of the method and the process of organizing the game day, so that social sector professionals could be encouraged to test the method themselves.

The game day was organized in the fall of 2023 in cooperation with the parish of Länsi-Pori and seven players from their group of young adults participated in it. The planning of the game was supported by conducting an initial survey, which was used to find out the players' previous experience with tabletop role-playing games. The game involved a mystery, which the players set out to solve in the roles of fictional characters. During the game one of the authors played the role of the game leader, i.e. instructor, while the other recorded observations.

The examination of the method took place from the perspective of guided small group activities, where the work environment of the church sector was also taken into account. Based on the end survey sent to the players, their experience of the game day was mainly very positive and teamwork with others was easy for everyone. All players also felt that tabletop role-playing could have a positive effect on the development of many different skills, especially social skills.

As a result of the examination, tabletop role-playing is considered to be well suited for small group activities in the social sector and the church sector, but the positive effects of the method may require a longer-term commitment from the group. Planning and organizing regular game sessions can be troublesome for the instructor, which is one of the challenges of the method. Although different work environments can affect the structure of the activity, it is possible for the instructor to modify the content and objectives of the game to suit different target groups. In the professional use of the method, the individual development needs and wishes of the players should be taken into account, so that the activity remains meaningful. Exploring one's own identity through a fictional character is also perceived as one of the strengths of the method. Despite the benefits of tabletop role-playing, it still requires effort to make the method better known.

Keywords: creative methods, group activity, role-playing games, social sector, young adults

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 OPINNÄYTETYÖN TEORIAPOHJA	5
2.1 Nuori aikuisuus elämänvaiheena	5
2.2 Luova toiminta ja itseilmaisu	7
2.3 Pöytäroolipelaaminen ja sen hyödyt.....	9
3 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT	11
3.1 Tarkoitus ja tavoitteet	11
3.2 Kohderyhmä ja yhteistyötaho	12
4 PELIPÄIVÄN TOTEUTTAMISPROSESSI	13
4.1 Ideointi ja suunnittelu	13
4.2 Toteutus ja havainnointi	17
4.3 Palaute ja arviointi.....	20
5 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	23
6 POHDINTA	25
LÄHTEET	30
LIITE 1. Pelipäivän alkukysely	35
LIITE 2. Pelipäivän loppukysely	37

1 JOHDANTO

Pöytäroolipelaaminen on ollut suosittu harrastus jo useamman vuosikymmenen ajan ja viime vuosina se on saanut paljon uutta kiinnostusta eri sisällöntuottajien sekä median kautta. Harrastuksella on todettu olevan positiivisia vaikutuksia moneen eri taitoihin, esimerkiksi pelaajien sosiaaliseen kehitykseen (Adams, 2013; Daniau, 2016; Meriläinen, 2012), mutta pöytäroolipelien ammatillinen käyttö on jäänyt vähäiselle huomiolle (Arenas ym., 2022; Daniau, 2016). Vaikka harrastuksessa onkin pohjimmiltaan aina kyse yhteisen pelin pelaamisesta, tämä ei saisi vieraannuttaa sosiaalialan ammattilaisia tutustumasta tähän etenkin nuorten aikuisten keskuudessa kasvavaan ilmiöön ammatillisesta perspektiivistä. Siinä missä esimerkiksi teatterin harrastaminen saattaa rohkaista ja tukea osallistujia kehittämään sosiaalisia taitojaan tai pääsemään yli esiintymisjännityksestä, samat mahdollisuudet ovat läsnä myös pöytäroolipelaamisessa. Tästä syystä pöytäroolipelien käyttöä sosiaalialan työmenetelmänä ei tulisi sivuuttaa pienryhmätoiminnan vaihtoehtona, sillä kynnyks osallistua pelaamisen kaltaiseen ryhmätoimintaan voi olla joillekin matalampi kuin toisenlaisen sosiaalisen toiminnan kohdalla. Positiivisia vaikutuksia ja kehitystä saattaa tapahtua pelaajissa jopa heidän huomaamattaan, kun toiminnan keskiössä on yhteinen hauskanpito.

Kiinnostuksemme aihetta kohtaan heräsi, kun tunnistimme pöytäroolipelaamisen hyötyjä ja mahdollisuuksia omasta harrastustoiminnasta, joka on toisella meistä ollut säännöllistä jo kolmen vuoden ajan. Harrastuslähtöisen pöytäroolipelaamisen myötä kertyneet havainnot pelaajien sosiaalisesta kehityksestä innoitti meitä tulevana sosiaali- ja kirkon alan ammattilaisina tutustumaan aiheen akateemisiin juuriin. Kehittämispainotteisen opinnäytetyömme tarkoituksena oli tarkastella pöytäroolipelaamisen käyttöä ja mahdollisuuksia sosiaalialan perspektiivistä. Suunnittelimme ja toteutimme nuorista aikuisista koostuvalle ryhmälle yksittäisen pelipäivän, jonka avulla keräsimme havaintoja ja palautetta pöytäroolipelaamisesta. Pelipäivä järjestettiin syksyllä 2023 yhteistyössä Länsi-Porin seurakunnan kanssa, joka on osa Porin evankelis-luterilaista seurakuntayhtymää.

Opinnäytetyömme tavoitteena oli kertoa menetelmän käytöstä yhdistämällä teoriatietoa ja omia kokemuksiamme monipuolisesti, jotta aiheen käsittely voisi rohkaista sosiaaalialalla työskenteleviä itse kokeilemaan menetelmän käyttöä. Keskitimme nuorten aikuisten parissa tehtävään työhön, mutta menetelmä soveltuu myös muille ikäryhmille. Vaikka opinnäytetyömme kohdentui sosiaaalialan tarpeisiin, uskomme että kuka tahansa aiheesta kiinnostunut voi löytää työstämme omaa käyttöään palvelevaa tietoa.

2 OPINNÄYTETYÖN TEORIAPOHJA

2.1 Nuori aikuisuus elämänvaiheena

Aikuistumisen kulttuuriseen malliin sisältyy opintojen suorittaminen, työelämään siirtyminen ja perheen perustaminen. Nuoret saavat aikuisen statuksen monien merkittävien elämäntapahtumien ja siirtymien kautta elämänsä kulttuurisen mallin mukaan. Elämänsä aikana voidaan tutkia polkuina tai urina, kuten työurina. Urilla keskeiset elämäntapahtumat toimivat käännekohtina ja osoittavat usein yksilön siirtymistä asemasta tai roolista toiseen. (Kojo, 2012.) Rääkkösen (2012) mukaan aikuistuminen tapahtuu viidessä kentässä, jotka ovat muutto omaan asuntoon, tutkintotodistuksen saaminen, työllistyminen, sekä parisuhteen muodostaminen ja lapsen saaminen. Uutena ikävaiheena Arnett (2000) esittää muotoutuvaa aikuisuutta, joka keskittyy 18–25 vuotiaisiin, joiden iässä elämä voi mennä moniin eri suuntiin ja tulevaisuudesta ei voi olla varma. Oman identiteetin etsintä, tunne avoimista mahdollisuuksista elämälle, epävakauden kokemukset, itseensä keskittyminen sekä stressi ovat muotoutuvalle aikuisuudelle ominaisia piirteitä (Pulkinen ym., 2023, s. 120). Yksinäisyys on myös asia, jota yksi kolmesta nuoresta aikuisesta kertoo tuntevansa. Yksinäisyyden huipentuma tapahtuu ikävuosien 18–29 välissä. (Newport Institute, i.a.)

Yksinäisyyteen liittyy leimaantumisen eli stigman pelkoa. Häpeän tunteeseen liittyy tarve naamioitua tai kätkeytyä, joka voi aiheuttaa ihmisen vähentämään yhteyttä muihin entisestään. Toiset taas saattavat olla paljon esillä ja sosiaalisia, mutta kätkeytyvät vieraiden roolien taakse tai muokkaavat itseään, koska haluavat kätkeä todellisen itsensä. (Salovuori, 2021.) Maskaaminen (masking) on sosiaalinen tapa, jossa piilotetaan osia itsestään joko tahallisesti tai vahingollisesti. Esimerkiksi stigman välttely voi ajaa maskaamiseen. Aiheesta tehdyllä internetkyselyllä pyrittiin selvittämään kokemuksia ja näkemyksiä maskaamisesta neurotyyppisillä henkilöillä sekä autistisilla ja muilla neurodiversiteettisillä henkilöillä. Kyselyn analyysi näytti, että joitain maskaamisen piirteitä kokevat niin autistiset kuin ei-autistiset henkilöt. Esille nousivat esimerkiksi muiden sosiaalinen matkiminen ja väsymyksen tunne maskaamisesta. Kaikki ryhmät kokivat maskaamisen vaikuttavan negatiivisesti heihin sekä sen aiheuttavan eriytymistä omaan identiteettiinsä. Kyselyyn osallistujilla ei tarvinnut olla lääkärin toteamia neurodiversiteettisiä ominaisuuksia tai mielenterveydellisiä sairauksia, vaan he pystyivät itse määrittelemään itsensä (self diagnosed). (Miller ym., 2021.)

Ihmiset jakavat päivittäin ajatuksiaan ja tunteitaan useissa sosiaalisissa tilanteissa itseään ilmaisten, jolloin tuomme esille persoonallisuuttamme, ajatuksiimme sekä yksilöllisiä kanssakäymistaitojamme. Itseilmaisuus nähdään keskeisenä tapana luoda tärkeitä suhteita toisiin ihmisiin. (Al-Khouja ym., 2022.) McKennan ym. (2002) mukaan autenttista itseilmaisuuta tapahtuu silloin kun henkilö toimii tavalla, jonka mukaisesti hän ajattelee myös sisäisesti. Wood ym. (2008) kertovat aikaisempien tutkimusten keskittyneen henkilöiden sisäisen ajattelun yhteyteen autenttisessa ja ei-autenttisessa itseilmaisuussa. Al-Khoujan ym. (2022) tuovat tutkimuksessaan esille monia positiivisia tuloksia henkilöiden ilmaistessa itseään autenttisesti, kuten parempaa mielenterveyttä ja koettua hyvinvointia sekä tunnetta tarpeiden täyttymisestä. Ei-autenttiseen itseilmaisuun liittyy osittain koettua hyvinvointia sekä tunnetta tarpeiden täyttymisestä, mutta ei samalla tavalla kuin autenttisesti itseään ilmaistessa.

2.2 Luova toiminta ja itseilmaisu

Itseilmaisuun sisältyy muutakin kuin se, miten kommunikoimme ajatuksiamme ja tunteitamme. Rajoittunut itseilmaisu voi vaikuttaa negatiivisesti hyvinvointiin sekä mielenterveyteen. (Hodge, 2022.) Aiemman tutkimuksen mukaan autenttisuus on yhteydessä elämäntyytyväisyyteen sekä subjektiiviseen hyvinvointiin. Autenttinen itseilmaisu vähentää murehtimista, kun taas ei-autenttinen itseilmaisu voi kasvattaa sitä. (Bowerskin, 2019, s. 4664–4665.) Hodge (2022) painottaa sitä, kuinka henkilön kyetessä kertomaan itsevarmasti ja vapaasti omia ajatuksiaan sekä tunteitaan, jotka ovat hänen arvojensa ja tekojensa kanssa samalla linjalla, kokee hän todennäköisemmin hyvää mielenterveyttä, yhteenkuuluvuutta sekä hyvinvointia. Opitun tai ehdollisen itseilmaisun sijasta autenttinen itseilmaisu on tärkeä osa psykologista hyvinvointia. Itsevarmalla ja autenttisella itseilmaisulla voidaan saavuttaa terveellistä kommunikaatiota sekä kunnioittavia rajoja erilaisissa ihmissuhteissa.

Tutkimuksissa on huomattu positiivisia vaikutuksia taiteellisen toiminnan kautta nuorten itseilmaisun ja itsetuntemuksen kehittymiseen. Taiteellisen toiminnan kautta voi saada uusia työkaluja tutkia omia tunteita, kokemuksia tai ajatuksia, sekä lisätä ymmärrystä niistä ja antaa uusia tapoja niiden ilmaisemiseen. Yhden tutkimuksen mukaan draamatyöskentelyyn osallistuneiden nuorten oli mahdollista tuoda itsestään esille sellaisia puolia ja asioita, joita he eivät aikaisemmin olleet uskaltaneet tuoda esiin tai tunnistanee itsessään. Muissa tutkimuksissa on tuotu esille taiteellisen toiminnan positiivisia vaikutuksia nuorten tunnetaitojen kehittymiselle. (Laitinen, 2017, s. 33–34.)

Luovat menetelmät voivat olla edullisia ja tehokkaita keinoja hyvinvoinnin lisäämiseen. Luovan toiminnan avulla ihminen saa etäisyyttä arkeensa, merkityksellisiä kokemuksia, sekä uudenlaisia näkökulmia elämäänsä. Luova toiminta muodostaa ympäristön, jossa näkökulmat avautuvat ja omaa elämäntarinaa on mahdollista muokata vuorovaikutuksessa omiin kokemuksiin ja tunteisiin sekä toisiin ihmisiin. Tavoitteena on prosessi, joka etenee kokemusten ja niiden reflektoinnin

kautta, täydentäen yhteistä elämis- ja kokemismaailmaa. Kokemusten läpikäyminen yksin ja yhdessä turvallisessa ympäristössä luo osallistujille kokemuksen itsestä hyväksyttynä osana ryhmää. Kokemusten reflektointi auttaa näkemään oman elämäntarinan uudessa valossa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2023.)

Jokaisella ihmisellä on tarve luovaan ilmaisuun. Luova toiminta voi helpottaa omien tunteiden käsittelyä, suunnata toimintaa uusiin asioihin, lisätä uskoa tulevaisuuteen, avata kanavan vuorovaikutukseen ja edistää kuntoutusta. Ihminen on luova ongelmanratkaisija, joka löytää uusia näkökantoja pulmatilanteisiin. Luovan ryhmätoiminnan avulla voidaan palauttaa yhteyksiä voimavaroihin ja jopa lisätä niitä. Ryhmäprosessin perusta luodaan virittäytymällä hetkeen, ryhmään ja sen vuorovaikutukseen. Ryhmän tai uuden luovan prosessin alkamiseen kuitenkin liittyy joskus hämmennystä ja jännitystä. Tunteiden ja ajatusten käsittely sekä luova ilmaisu ryhmässä vaativat turvallisen ja keskustelua sallivan ilmapiirin. Luovassa ryhmätoiminnassa muodostetaan olosuhteet, joissa ihminen voi turvallisesti etäännyttyä vaikeuksistaan tai arjestaan, sekä saada siten tilaa tunteille, mielikuville ja oivalluksille. Luovassa ryhmätoiminnassa etäännyttäminen tarkoittaa tapoja, joiden ansiosta ihminen pystyy katsomaan omaa tilanneettaan turvallisen matkan päästä. Ryhmäläisten jakaessa kokemuksiaan syntyy tilaisuus osoittaa vastavuoroista hyväksymistä. Myötätunnon ja ymmärtämisen kokemuksia annetaan ja vastaanotetaan erilaisissa kohtaamisissa luovasti eleiden, liikkeen, sanojen ja ilmeiden kautta. Hyväksytyksi tuleminen edistää luovassa ryhmätoiminnassa tapahtuvaa voimaantumista. Kokemus siitä, että on hyväksytty ainutlaatuisena ihmisenä, lisää yksilön luottamusta itseensä ja omiin kykyihinsä sekä ympäristöönsä ja tulevaisuuteen. (Hildén & Isola, 2019, s. 1–3.)

Pluckerin ym. (2004) määritelmän mukaan luovuus on kyky, ympäristö ja prosessi, jossa yksilö tai ryhmä pystyy tuottamaan tunnistettavan teoksen, joka on ainutlaatuisen sekä hyödyllisen sosiaalisessa kontekstissa. Jean-Berluchen (2024) mukaan luovuuteen sisältyy monia itseilmaisun muotoja, kuten taide, musiikki, kirjoittaminen ja innovatiivinen ongelmanratkaisukyky, sekä mahdollisuus vahvistaa yksilön tunteellisia, kognitiivisia ja sosiaalisia kykyjä. Yhteisöön

kuulumisen tunne on sosiaalisten kokemusten kokoelma, joka muotoutuu tärkeistä ja merkityksellisistä suhteista. Se on tunne kuulumisesta ryhmiin sekä kokemus molemminpuolisista sosiaalisista kohtaamisista ja tuesta. Erilaiset taiteet ja kulttuuritapahtumat voivat vähentää yksinäisyyden tunnetta ja parantaa sosiaalisia suhteita, esimerkiksi taidepajat voivat rakentaa yhteisöllisyyden tunnetta sekä sosiaalista osallisuutta (Perkins ym., 2021). Wildingin ja Winarnitan (2022) mukaan esimerkiksi musiikin, teatterin, runojen sekä digitaalisissa ympäristöissä tapahtuvan taiteellisen toiminnan kautta voi kokea yhteenkuuluvuutta. Smritin ym. (2022) tutkivat erilaisten luovien terapioiden mahdollisuuksia tukea nuoria aikuisia ja heidän mielenterveyttään. Näihin luoviin terapioihin sisältyi esimerkiksi taide-, musiikki- sekä draamaterapia. Tutkimuksessa todettiin luovien terapioiden vaikuttavan positiivisesti osallistujiin.

2.3 Pöytäroolipelaaminen ja sen hyödyt

Pöytäroolipeleillä viittaamme peleihin, joita voidaan pelata ryhmässä yhteisen pöydän äärellä joko fyysisten pelilautojen ja figuurien kanssa, tai ilman niitä pelkän mielikuvituksen sekä tarinankerronnan eli narratiivin varassa. Ominaista näille peleille on pelaajan eläytyminen johonkin hahmoon ja valintojen teko hahmon roolissa. Pöytäroolipeleissä käytetään usein myös noppia, joiden avulla voidaan ratkaista pelin aikana ilmeneviä tilanteita. Useimmissa pöytäroolipeleissä on yksi tai useampi pelaaja sekä yksi pelinjohtaja, jonka tehtävänä on organisoida pelikerrat ja viedä niissä esiintyvää narratiivia eteenpäin kertojan tavoin, samalla toimien sääntöjen vahvistajana. Pöytäroolipelaamista työmenetelmänä käytettäessä ammattilainen toimisi pelinjohtajan roolissa, jonka vuoksi käytämme pelinjohtajasta termiä ohjaaja.

Arenas ym. (2022) ja Daniau (2016) nostavat esille pöytäroolipelien ammatillisesta käytöstä tehtyjen tutkimusten niukkuuden. Vaikka pöytäroolipelejä on ollut jo 1970-luvulta lähtien saatavilla (Gygax & Arneson, 1974), niiden akateeminen tarkastelu on jäänyt verrattain vähäiselle huomiolle. Pöytäroolipelaamisella on

kuitenkin positiivisia vaikutuksia henkilökohtaisella tasolla tapahtuvaan kasvuun, kuten tiedonkeruun, luovan ajattelun, sekä ryhmätyöskentelytaitojen edistäminen. Myös eri sosiaalisten roolien kokeilu on roolipelaamisen kautta mahdollista. (Adams, 2013; Daniau, 2016; Meriläinen, 2012.) Näiden taitojen kehittyminen sosiaalisen ryhmän jäsenenä saattaa tapahtua jopa pelaajien huomaamatta, kun osapuolet ovat motivoituneita osallistumaan mielekkääseen toimintaan saman henkisessä seurassa. Wright ym. (2020) lisäksi nostavat esille moraalisen kehityksen mahdollisuudet osana roolipelaamista.

Uusien näkökulmien ja ajatusten muodostuminen on mahdollista, kun pelaajat tarkastelevat peleissä esiintyviä tilanteita eri rooleista käsin. Hahmoihin eläytyminen voi siten mahdollistaa esimerkiksi empatiakyvyn kehittymisen. Vaikka roolipelaaminen on joillekin pakokeino arjen stressitekijöistä, se tuo saman henkisiä ihmisiä yhteen. Sosiaalisten suhteiden kehittäminen ja sen myötä yhteisöllisyyden tunne muiden pelaajien kesken voi tiiviissä ryhmässä mahdollistaa sosiaalisista rooleista irtautumisen, auttaen oman identiteetin kehittämisessä ja vahvistamisessa. Hahmon ja pelaajan identiteettien eroavaisuuksia ei pidetä fiktiivisessä peliympäristössä kovin merkityksellisinä, sillä eri roolien kokeilut ja vaihdokset ovat normalisoitu osa roolipelaamista. Tämä helpottaa uusien sosiaalisten roolien kokeilemistä sekä omien ajatusten ilmaisua. (Meriläinen, 2012, s. 52–54.) Arkielämään vaikuttavien sosiaalisten normien syrjään työntäminen roolipelaamisen ajaksi antaa pelaajalle tilaisuuden omaksua toinen identiteetti, joka voi myös olla hänen todellinen identiteettinsä. Toisin kuin arkielämässä tapahtuva maskaaminen, fiktiivisen hahmon roolissa niin sanotun maskin takaa pelaajalla on mahdollisuus olla oma itsensä ja tarkkailla muiden reaktioita niistä aiheista, joita haluaisi tuoda myös omassa arjessaan esille. Esimerkiksi erilaisten seksuaalisuuskien tutkiskelu on mahdollista roolipelaamisen kautta.

Pöytäroolipelaamisen kautta voidaan luoda turvallinen ja kontrolloitu ympäristö, jossa sosiaalisten taitojen harjoittelu on mahdollista. Erilaiset narratiivit antavat pelaajille mahdollisuuksia harjoitella monia arkielämässä tarvittavia taitoja, kuten keskustelemista, vuorojen ottamista ja niiden antamista, sekä konfliktien

ratkaisua. Pöytäroolipeleissä pelaaja voi luoda hahmon, jonka kautta hän voi reflektoida omaa persoonallisuutta tai kiinnostuksenkohteita. Fiktiivisen hahmon avulla pelaaja pääsee myös ilmaisemaan tunteitaan erilaisella tavalla kuin muissa tilanteissa, joka voi edesauttaa itseilmaisutaitojen kehittymistä ja sosiaalista rohkaistumista. Erilaisten hahmojen kautta käytävät keskustelut antavat tilaa oman identiteetin tutkimiselle. (Leadbelt games arena, 2023.)

Pöytäroolipelit mahdollistavat pelaajien täyttää sosiaalisia tarpeitaan yhteisen vuorovaikutuksen kautta. Vaikka pelaajien välinen vuorovaikutus tapahtuukin hahmojen kautta kuvitteellisten teemojen ympärillä, niiden avulla luodut kokemukset ja tunteet ovat aitoja. Näistä kokemuksista saatetaan käydä jälkeinpäin keskustelua pelaajien sekä peliryhmän ulkopuolella olevien henkilöiden kanssa, niin kuin kokemukset olisivat itse tehtyjä ja koettuja tilanteita, mitä ne pelaajille ovatkin kaikessa merkityksessään. Yhdessä koetut fiktiiviset tilanteet auttavat solmimaan sosiaalisia siteitä pelaajien välille. Näiden havaintojen kautta voidaan osoittaa roolipelien positiivinen vaikutus sosiaalisten taitojen sekä suhteiden rakentumiseen ja kehittymiseen, kuten Adams (2013) analyysissään toteaa.

3 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT

3.1 Tarkoitus ja tavoitteet

Kehittämispainotteisen opinnäytetyömme tarkoituksena oli tarkastella pöytäroolipelaamisen käyttöä sosiaalialalle soveltuvana työmenetelmänä, sekä suunnitella ja toteuttaa yksittäinen pelipäivä tarkastelun tueksi. Vaikka pöytäroolipelaamisesta ja sen hyödyistä on aikaisempaa tutkimusta, aiheen ammatillisen käytön tarkastelu on ollut vähäistä. Olimme tunnistaneeet pöytäroolipelaamisen hyötyjä oman harrastustoiminnan kautta, joten halusimme tutustua aiheeseen myös sosiaalialan perspektiivistä. Aiheen monipuolisen tarkastelun mahdollistamiseksi

halusimme yhdistää teorian tietoa omiin aikaisempiin kokemuksiimme sekä pelipäivästä kerättyihin havaintoihin ja palautteeseen. Tavoitteenamme oli kertoa menetelmän käytöstä ja pelipäivän toteuttamisprosessista, jotta aiheesta kiinnostuneet sosiaalialan ammattilaiset voisivat rohkaistua itse kokeilemaan menetelmän käyttöä. Menetelmän tarkastelu tapahtui ohjatun pienryhmätoiminnan perspektiivistä ja huomioimme myös kirkon alan työympäristön, kun pohdimme menetelmän mahdollisuuksia.

Pelipäivä kohdennettiin nuorille aikuisille, jotka olivat kiinnostuneita pöytäpeleistä tai roolipelaamisesta. Pelipäivän sisällön tavoitteena oli luoda hauska ja pelaajia osallistava kokemus, jonka aikana he kohtaisivat erilaisia sosiaalisia tilanteita roolipelaamisen keinoin, sekä ongelmanratkaisua ja luovaa ajattelua vaativia tilanteita. Halusimme myös nähdä, kuinka yleinen vuorovaikutus onnistuu, kun pelaajat eivät tunne ohjaajaa entuudestaan. Pelipäivän aikana toinen meistä toimi pelinjohtajan eli ohjaajan roolissa samalla kun toinen kirjasi havaintoja.

3.2 Kohderyhmä ja yhteistyötaho

Vaikka pöytäroolipelaaminen soveltuu eri ikäryhmille, kohderyhmä rajautuu opinäytetyössämme nuoriin aikuisiin. Kohderyhmä valikoitui lähdemateriaaleissa useimmin esiintyvien ikäryhmien mukaisesti, sekä kiinnostuksestamme nostaa esille nuorille aikuisille soveltuvan ja heidän sosiaalisia tarpeitansa täyttävän toimintamuodon (Adams, 2013). Yksilöllisten tarpeiden ja elämäntilanteiden huomiointi on tärkeää sosiaalipalveluita tarjotessa. Nuoret tarvitsevat monipuolisia sosiaalipalveluita elämäntilanteissa, jotka saattavat olla suurienkin muutosten alaisina. Nuoruudessa vakiintuvat sosiaaliset rakenteet ja elinolot voivat usein kulkea mukana pitkälle aikuisuuteen. (Karvonen ym., 2018, s. 27.) Pöytäroolipelaaminen tarjoaa nuorille vaihtoehdon osallistua sosiaaliseen toimintaan ohjatussa ympäristössä, jossa koko ryhmä voi tukea toistensa yksilöllisten tarpeiden täyttymistä pelaamisen innoittamana.

Tarkoituksenamme oli järjestää nuorille aikuisille pelipäivä, jonka toteuttamiseen tarvitsimme osallistujien lisäksi myös sopivan sijainnin. Olimme keväällä 2023 yhteyttä Länsi-Porin seurakuntaan, sillä saimme kuulla, että heillä oli jo ennestään pelitoimintaa sekä nuorten aikuisten ryhmä. Sovimme kevään aikana seurakunnan kappalaisen kanssa yhteistyöstä ja laadimme alustavan suunnitelman pelipäivän järjestämisestä, joka ajoittuisi syksylle. Pelipäivän sijainniksi päätettiin Länsi-Porin Olotupa, joka on Länsi-Porin liikekeskuksessa sijaitseva tila seurakunnan tilaisuuksia ja toimintaa varten. Kesän jälkeen teimme yhteistyötä seurakunnan nuorisotyönohjaajan kanssa, kun valmistauduimme syksyn toteutukseen.

4 PELIPÄIVÄN TOTEUTTAMISPROSESSI

4.1 Ideointi ja suunnittelu

Pelipäivän suunnittelussa ja toteutuksessa tehdyt valinnat olivat pääosin lähtöisin oman aikaisemman pöytäroolipelaamisen kautta kertyneistä kokemuksista ja havainnoista, joita tarkastelimme teoretietoon peilaten. Aikaisempi kokemus auttoi pelipäivän sisällön rajauksessa ja valintojen teossa, mikä nopeutti prosessin etenemistä. Aloitimme suunnittelemaan pelipäivän sisältöä lokakuun 2023 alussa tarkemmin, kun olimme vahvistaneet tapahtuman toteutuksesta ja rakenteesta keskusteltuja asioita seurakunnan työntekijän kanssa. Pelipäivä järjestettiin kirkon alan työympäristössä, mutta emme kokeneet sen vaikuttavan suunnittelun aikana tehtyihin valintoihin.

Laadimme pelipäivää varten alkukyselyn (Liite 1), jonka avulla halusimme selvittää osallistujien aikaisemman kokemuksen pöytäroolipeleistä. Kysely toteutettiin anonyyminä Webropol-kyselynä, jonka nettilinkki jaettiin potentiaalisille osallistujille seurakunnan nuorten aikuisten ryhmässä. Nettilinkki oli liitetty viestiin, jossa esittelimme itsemme ja kerroimme lyhyesti pelipäivän suunnitteilla olevasta sisällöstä. Kaikki viestintä tapahtui yhteistyön aikana seurakunnan työntekijän kautta

sähköpostitse, emmekä itse olleet yhteydessä osallistujiin. Kyselyyn vastasi seitsemän nuorta, jotka myös ilmoittautuivat osallistuvansa pelipäivään. Olimme rahanneet jo varhain suunnittelun alussa sen, kuinka monelle pelaajalle pelipäivä järjestettäisiin. Omasta kokemuksestamme suositeltava pelaajamäärä useimpiin peliryhmiin on 3–5, sillä vuorovaikutus osallistujien kesken vaikeutuu, kun puhujia on paljon. Lisäksi ohjaajan on hankalampi huomioida ja havainnoida pelaajia tasapuolisesti suurissa ryhmissä, joka oli myös oma huolenaiheemme toteutuksen kannalta. Tavoitteemme pelipäivälle oli kuitenkin 3–8 pelaajaa, jotta kertaluontoiseen pelipäivään voisi osallistua isompikin ryhmä, jos kiinnostuneita löytyy.

Alkukyselyyn vastanneet nuoret olivat 17–18-vuotiaita, jotka olivat pelanneet pöytäroolipelejä joko yksittäisiä tai useita kertoja, mutta kukaan ei pelannut säännöllisesti. Koska kaikki olivat pelanneet aikaisemmin, kyselyn kaksi seuraavaa kysymystä ohittuivat automaattisesti. Kiinnostavasti jopa kuusi vastaajaa seitsemästä oli pelannut Dungeons & Dragons -peliä, jonka eri versiot ovat edelleen suosiossa 50 vuotta ensimmäisen version julkaisun jälkeen (Gygax & Arneson, 1974). Kuiden vastaajan kokemus pöytäroolipeleistä oli ollut hyvin positiivinen ja yhden vastaajan kokemus oli ollut positiivinen. Saamamme tieto pelipäivään osallistuvien määrästä ja heidän kokemuksistaan pöytäroolipelien parissa auttoi meitä tekemään valintoja suunnittelun edetessä.

Halusimme varautua pelaajien kokemuksiin arkoihin tai epämieluisiin aiheisiin suunnittelun aikana, jotta niitä kyettäisiin välttämään pelin sisältöä laatiessa. Vältettävien aiheiden selvittäminen on yleinen käytäntö pöytäroolipelien parissa, minkä tarkoituksena on edesauttaa turvallisen ja viihtyisän tilan säilymistä. Vaikka jokin aihe saattaa yhdelle olla täysin arkipäiväinen, voi se olla toiselle hyvinkin raskas, jolloin sellaista aihetta ei ole hyvä sisällyttää pelin tarinankerrontaan. Ohjaajan tulisi ennalta selvittää pelaajien kokemat epämukavat aiheet ja tilanteet, jottei niitä tuotaisi peliryhmässä esille epämieluisalla tavalla tai ollenkaan. Keinoina tiedon keruulle voi käyttää esimerkiksi haastattelua tai kyselyä, jotka voi toteuttaa suullisena tai kirjallisena riippuen pelaajien toiveista. Kirjallinen kysely vaikeista ja epämukavista aiheista voi olla etenkin uuden peliryhmän tai pelaajan kanssa

suositeltavaa, sillä tämä mahdollistaa vastausten keräämisen anonyymisti. En-tuudestaan vieraille ohjaajalle voi olla hankala kertoa kaikista epävarmuuksista tai peloista ilman anonymiteettiä.

Lähetimme pelaajille marraskuun 2023 alussa tarkemman tiedotteen pelipäi-västä, kun aikataulu ja sijainti oli vahvistettu. Kerroimme millainen teema pelissä tulee olemaan ja mitä tarvitsee ottaa mukaan. Pyysimme tiedotteessa myös pe-laajia kertomaan etukäteen mahdollisista aiheista, joita he eivät haluaisi käsitel-tävän pelin aikana, mutta emme saaneet vastauksia aiheista tai kommenttia muistakaan huomioitavista seikoista. Jos olisimme saaneet tiedon jostakin vältet-tävästä aiheesta, olisimme tarvittaessa muovanneet pelin sisältöä sen mukai-sesti, sillä pöytäroolipelaamisen tavoitteena on yhteinen hauskanpito. Olisimme myös voineet ohjeistaa pelaajia välttämään kyseisestä aiheesta keskustelemista pelin aikana, jolloin olisimme tuoneet asian ilmi omana toiveenamme.

Toteutuksemme koostui yksittäisestä pelipäivästä, jonka vuoksi emme halunneet käyttää pöytäroolipeliä, jonka säännöt ovat monimutkaiset. Uusien sääntöjen opettaminen pelaajille yksittäistä pelikertaa varten olisi vienyt liikaa aikaa ja ollut ylimääräinen häiriötekijä pelin aikana. Tilanne olisi ollut eri, jos samalla ryhmällä olisi pelattu useampi kerta samaa peliä ja sääntöihin olisi ehtinyt rauhassa tutus-tua hiljalleen. Vaikka alkukyselyn mukaan lähes jokaisella pelaajalla oli aiempaa kokemusta Dungeons & Dragons -pelistä ja sen säännöistä, emme aikoneet käyt-tää kyseistä peliä, sillä pelin seikkailuihin ja taisteluihin pohjautuvat säännöt eivät soveltuneet omiin tarkoituksiimme. Halusimme keskittyä pelipäivässä roolipelaa-miseen ja sen kautta tehtyihin valintoihin, joten tarvetta kattaville säännöille ei ollut. Tämän vuoksi päätimme suunnittelun edetessä hylätä ajatuksen olemassa olevan pöytäroolipelin käytöstä ja pelata mahdollisimman yksinkertaisilla sään-nöillä, jolloin pelaajien valinnat merkitsisivät sääntöjä enemmän. Hahmonluontia ja pelaamista varten hyödynsimme muutamia pöytäroolipeleissä yleisesti käytet-täviä sääntöjä, jotka olivat ainoat pelaajien tarvitsemat säännöt pelipäivän aikana. Aikaisemman pelikokemuksemme vuoksi olimme luottavaisia siitä, ettei sääntö-jen niukkuus rajoittaisi pelaajien hauskanpitoa. Uuden tai kokemattoman

ohjaajan on mielestämme silti suositeltavaa käyttää ja noudattaa olemassa olevia sääntöjä, sillä sääntöjen improvisointi voi olla haastavaa ja myös aiheuttaa erimielisyyttä pelaajien kesken.

Pöytäroolipeleissä on yleensä jokin tarina, jonka mukaisesti pelaajat roolipelaaavat hahmojaan ja tekevät valintoja. Ohjaajan tehtävänä on suunnitella pelipäivien rakenne eli käsikirjoitus, joka vie pelin tarinaa eteenpäin. Käsikirjoituksen tarkoituksena ei ole määrätä tarkkaan niitä asioita, joita pelin aikana tullaan tekemään, vaan olla enemmänkin työkalu ohjaajan avuksi. Käsikirjoituksen avulla ohjaaja voi suunnitella tarinaan kiinnostavia tilanteita ja haasteita, joihin pelaajat saisivat itse keksiä ratkaisuja. Ennalta suunniteltu rakenne auttaa ohjaajaa muistamaan keskeisimmät tarinan vaiheet, jotta pelaaminen olisi sujuvaa. Käytimme pelipäivälle asetettuja tavoitteita raameina, kun suunnittelimme pelin sisältöä ja käsikirjoitusta. Halusimme luoda pelaajia osallistavan kokemuksen, jonka aikana he pääsevät roolipelaamaan erilaisia sosiaalisia tilanteita ja ratkomaan tarinan myötä ilmenneitä ongelmia. Sisällytimme käsikirjoitukseen muutaman erilaisen hahmon, jotka reagoivat pelaajien hahmoihin erilaisin tavoin ja vaativat erilaisia kommunikaation keinoja tarinan edistämiseksi. Suunnittelimme myös tarinan loppuratkaisuksi muutaman erilaisen vaihtoehdon, jotta pelaajien tekemillä valinnoilla olisi merkitystä alusta loppuun. Tärkein tavoitteemme pelipäivälle oli kuitenkin hauskanpito, joten emme tehneet käsikirjoituksesta liian monimutkaista.

Valmiin käsikirjoituksen tarina jakaantui kolmeen osioon: alku, keskiväli, ja loppu. Jaottelu auttoi jäsentämään tarinankulkua ja siihen käytettävää aikaa, mutta jaottelu ei mielestämme ole pakollista sujuvan käsikirjoituksen laatimiseksi, sillä jokaisen kirjoitustyyli on erilainen. Teimme käsikirjoituksen tekstitiedostona, joka on helppo pitää auki kannettavalla tietokoneella pelipäivän aikana. Vaikka käsikirjoitus on tarkoitettu vain ohjaajan nähtäväksi, lisäsimme tiedostoon tarinan kannalta olennaisia kuvia, jotta eri tilanteiden ja henkilöiden kuvaileminen olisi helpompaa. Tarinan teemana oli rikosmysteeri, jota pelaajien hahmot lähtisivät selvittämään. Mysteeri sijoittui tunnelmaltaan 1800-luvun loppulle, mutta oli muuten fiktiivinen. Ideana oli, että alussa pelaajien hahmot saapuvat tarinan

keskiössä olevaan kylään, jossa heidät ohjataan rikospaikalle keskustelemaan ja keräämään johtolankoja. Keskivälissä hahmot lähtevät seuraamaan johtolankoja, sekä kuulustelemaan erilaisia henkilöitä. Lopussa hahmot käyttävät keräämäänsä tietoa ja joutuvat tekemään valintoja mysteerin ratkaisemiseksi. Emme lisänneet käsikirjoitusta liitteeksi, sillä tekstitiedosto koostui tekijän omista ajatuksista ja muistiinpanoista, joiden merkitys olisi epäselvää ulkopuoliselle lukijalle.

4.2 Toteutus ja havainnointi

Pelipäivän ajankohdaksi valikoitui 11.11.2023 ja sijainniksi Länsi-Porin Olotupa. Saavuimme seurakunnan työntekijän kanssa paikalle etuajassa, jotta ehtisimme tutustua tiloihin ja tekemään valmistelut ennen pelaajien saapumista. Asettelimme pöydän ja tuolit siten, että istumme itse pöydän yhdessä päädyssä ja pelaajat muun pöydän ympärillä, jotta näkisimme pelaajat mahdollisimman hyvin ja tasapuolisesti koko pelin ajan. Kyseinen istumajärjestys on hyvin tyypillinen pöytäroolipeleissä, koska pelinjohtajan on silloin helpompi pitää käsikirjoitus pelaajilta piilossa jonkin pöydälle sijoitettavan näkösuojan takana. Emme tarvinneet erillistä näkösuojaa, sillä käytimme kannettavaa tietokonetta, emmekä irrallisia papereita tai vihkoa.

Toimme mukanaamme ylimääräisiä noppia ja kyniä siltä varalta, että ne puuttuisivat joltakin. Otimme mukaan myös langattoman kaiuttimen sekä pelin aikakautta mukailevaa asustusta, jota toinen meistä käytti pelinjohtajan eli ohjaajan roolissaan. Musiikin ja asustuksen avulla halusimme lisätä pelipäivän tunnelmaa, jotta pelaajien olisi helpompi heittäytyä tarinaan ja samaistua hahmoihinsa. Musiikin vaihtaminen eri tilanteisiin sopivaksi voi omasta kokemuksestamme helpottaa halutun tunnelman luomisessa ja auttaa syventämään pelikokemusta.

Käytimme ryhmäkeskustelun ja havainnoinnin metodeja osana pelipäivän toteutusta ja sen arviointia. Pöytäroolipelaaminen on menetelmänä yhdenlainen ryhmäkeskustelun muoto, jossa ohjaajan rooli on keskeisessä asemassa. Ohjaajan

tehtäviin kuuluu ohjata roolipelaamisen kautta tapahtuvaa keskustelua ryhmän tai yksittäisten pelaajien tavoitteiden mukaisesti, kannustaa pelaajia heittäytymään ja keskustelemaan rooliensa kautta, sekä huolehtia turvallisen ympäristön säilymisestä. Kuten muissakin ryhmäkeskustelujen muodoissa, ohjaaja pyrkii tyyppillisesti itse osallistumaan mahdollisimman vähän keskusteluja käytäessä, siirtäen puheenvuoroja pelaajien välillä ja puuttuen keskusteluun vain pyydettyä tai muutoin tarvittaessa. (Ruusuvuori ym., 2005, s. 223.)

Havainnointi ja havainnollistaminen ovat tieteellisen tutkimuksen keskeisiä käsitteitä ja perusasioita, jotka pätevät myös ohjattuun toimintaan pienryhmässä, kuten pöytäroolipelien parissa. Havaintojen tekeminen kohdistetaan tiettyihin ennalta valittuihin teemoihin tai pelaajien kehitystarpeisiin, joiden kautta pyritään selvittämään käsiteltävien aiheiden merkitys, sekä niiden vaikutus pelaajiin. (Vilka, 2006, s. 3, 74–75.) Reaktioiden havainnointi ja tulkitseminen ovat olennaisia menetelmämme toteutuksen kannalta. Ohjaajan on jatkuvasti havainnottava pelaajien toimintaa ja keskustelua, sekä tarvittaessa puututtava siihen, jotta pelaajilla olisi turvallinen ympäristö peliryhmässä. Pelaajat voivat myös itse hyödyntää havainnointia yhteisen pelikokemuksen parantamiseksi, esimerkiksi osallistamalla hiljaisempaa pelaajaa keskusteluihin.

Aloitimme pelipäivän kello 13, kun kaikki olivat saapuneet ja olimme esitelleet itsemme. Pelaajat tunsivat toisensa jo entuudestaan seurakuntatoiminnan kautta, joten tunnelma oli rento ja keskustelua pelaajien kesken oli paljon. Seurakunnan työntekijä oli koko pelipäivän ajan Olotuvalla mukana, muttei itse osallistunut peliin. Kävimme aluksi läpi pelissä käytettävät säännöt sekä yhteiset sosiaaliset säännöt, joita kaikki noudattaisivat pelipäivän aikana. Painotimme esimerkiksi auttamaan toisia pelaajia tai heidän hahmojaan, sekä välttämään päälle puhumista. Kehotimme pelaajia myös käyttämään vain hahmojensa nimiä, kun he käyvät keskustelua. Toivoimme hahmojen nimien käytön helpottavan roolipelaamista, kun arjessa käytettäviä nimiä tai sosiaalisia rooleja ei sekoiteta pelikokemukseen. Emme myöskään tienneet etukäteen osallistujien keskinäistä tunteista, joten halusimme myös siksi jättää oikeiden nimien käytön minimiin

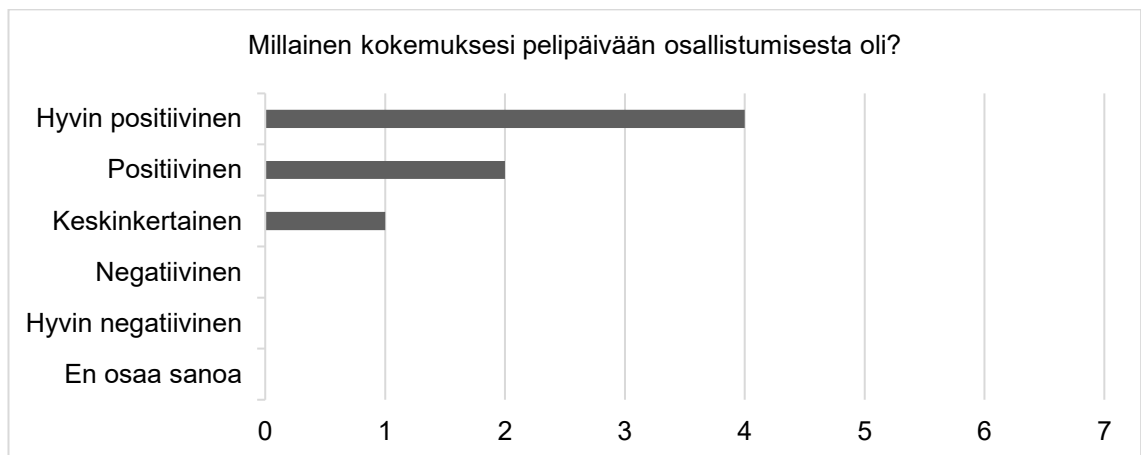
pelipäivän aikana. Jokainen sai osallistua pelipäivään juuri niin tuttavallisesti tai vain pelihahmonaan, kuin itse tahtoi. Keskustelun ja nimien käytön helpottamiseksi askartelimme etukäteen nimikyltit, joihin pelaajat kirjoittivat hahmonsa nimen ja asettivat sen eteensä pöydälle kaikkien nähtäville.

Yhteisten valmisteluiden jälkeen aloitimme itse pelin, jonka aikana toinen meistä kirjasi muistiinpanoja havainnoista. Ryhmässä oli pari pelaajaa, jotka lähtivät selkeämmin johtamaan toimintaa. He myös kävivät keskustelua ja vastasivat ohjajalle rohkeammin omien hahmojensa rooleissa heti alusta alkaen. Ryhmätyöskentely alkoi muodostumaan jo ensimmäisissä tilanteissa, mutta kaikki eivät kumminkaan lähteneet yhtä rohkeasti mukaan keskusteluun. Pelin alussa ollutta jännitystä saattoi lisätä kahden tuntemattoman vetäjän paikalla oleminen. Ryhmä otti toisensa hyvin huomioon ongelmanratkaisutilanteissa ja kaikkien mielipiteitä kuunneltiin, vaikka kaikki eivät halunneet liittyä mukaan ratkaisujen luomisessa. Kello 14 tunnelma alkoi tuntua rennommalta ja naurua pelaajien kesken alkoi kuulua enemmän. Koko ryhmä alkoi olla paremmin mukana yhteisessä toiminnassa. Ryhmä pystyi leikkimielisesti kyseenalaistamaan toistensa valintoja niin pelin sisällä kuin ulkopuolellakin.

Pelissä pidettiin pieni tauko kello 14:10, jonka jälkeen pelaajat alkoivat puhumaan kovemmalla äänellä ja rohkeammin. Ryhmä pyrki koko pelin ajan ottamaan kaikki huomioon ja kuuntelemaan kaikkien mielipiteitä, vaikka osa pelaajista olikin hiljaisempia. Hiljaisemmatkin pelaajat vaikuttivat siltä, että he olivat mukana toiminnassa, vaikka eivät olleet niin paljon äänessä. Pelaajat kävivät välillä keskustelua pelin ulkopuolella siitä, mitä vaihtoehtoja hahmoilla on. Pelin aikana osa pelaajista lähti aktiivisemmin mukaan toimintaan, kun taas toiset tutkivat tai kulkivat enemmän muiden mukana. Peli päättyi kello 15:45, jonka jälkeen vaihdoimme muutaman sanan pelaajien ja seurakunnan työntekijän kanssa pelipäivästä. Kerroimme myös lähettävämme heille loppukyselyn (Liite 2) seuraavien päivien aikana, johon pyysimme pelaajia vastaamaan. Loppukysely toteutettiin alkukyselyn tavoin anonyyminä Webropol-kyselynä, jonka nettilinkki jaettiin pelaajille seurakunnan työntekijän kautta.

4.3 Palaute ja arviointi

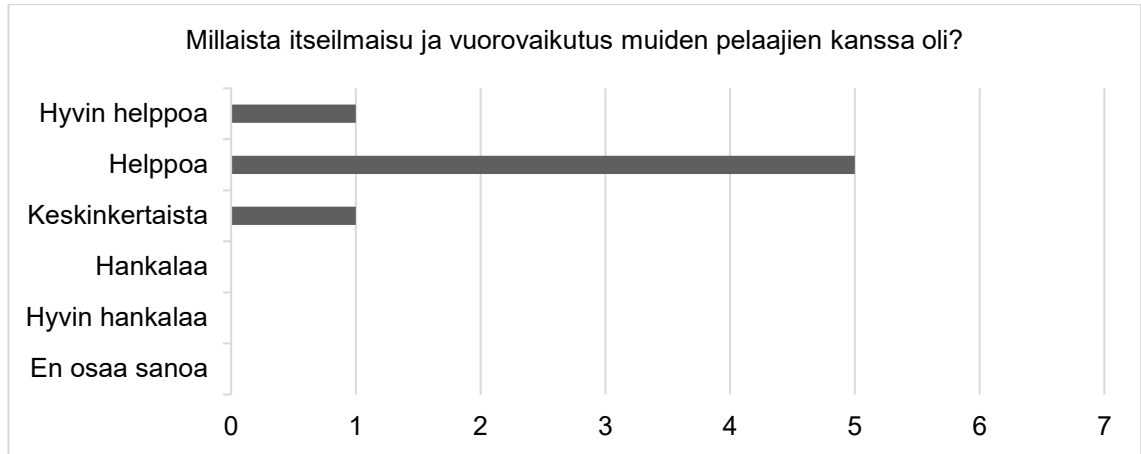
Ohjatun pienryhmätoiminnan perspektiivistä pelipäivä onnistui mielestämme ongelmitta ja itse pelaaminen eteni myös suunnitelmien mukaisesti. Pelinjohtajan ja havainnoijan erilliset roolit olivat kuitenkin tarpeen, sillä pelaajien huomiointi ja tarinankerronta ei jättänyt pelinjohtajalle aikaa muistiinpanojen tekemiseen. Ammatillisessa käytössä ohjaajan ei välttämättä täytyisi tehdä yhtä paljon muistiinpanoja, mutta asia on silti syytä huomioida pelaamisen sujuvuutta ajatellessa. Kaikki seitsemän pelaajaa vastasivat pelipäivän jälkeen lähetettyyn loppukyselyyn (Liite 2), jolla selvitimme heidän kokemuksiaan pelipäivästä, sekä mielipiteitä pöytäroolipelaamisesta. Pelaajien kokemus pelipäivästä oli pääasiassa hyvin positiivinen (Kuvio 1). Olimme itsekin tyytyväisiä pelipäivän toteutukseen.



Kuvio 1. Pelaajien kokemus pelipäivästä

Pienryhmän koko vaikuttaa suoraan ammatillisessa käytössä toteutetun toiminnan ohjaukseen, jonka odotetusti huomasimme pelipäivän aikana. Usean osallistujan havainnointi ja huomiointi on hankalampaa, kuin muutaman. Pelaaminen oli sujuvaa verrattain suuresta ryhmäkoosta huolimatta, sillä pelaaminen oli enemmän narratiivista kuin mekaanista ja sääntöihin nojautuvaa. Roolipelaaminen ja tarinankerronta ei keskeytynyt häiritsevästi, kun nopanheittoja tai säännöistä keskustelua ei tarvinnut tehdä toistuvasti. Kyselyn mukaan ryhmätyöskentely muiden pelaajien kanssa oli kaikkien mielestä helppoa. Muu vuorovaikutus ja itseilmaisuus pelaajien kesken tai pelinjohtajan kanssa ei myöskään tuottanut haasteita, joka

sujuvoitti pelaamista jo itsessään (Kuvio 2). Pelin kulku olisi kuitenkin voinut olla erilainen, jos ryhmä ei olisi tuntenut toisiaan ennestään.



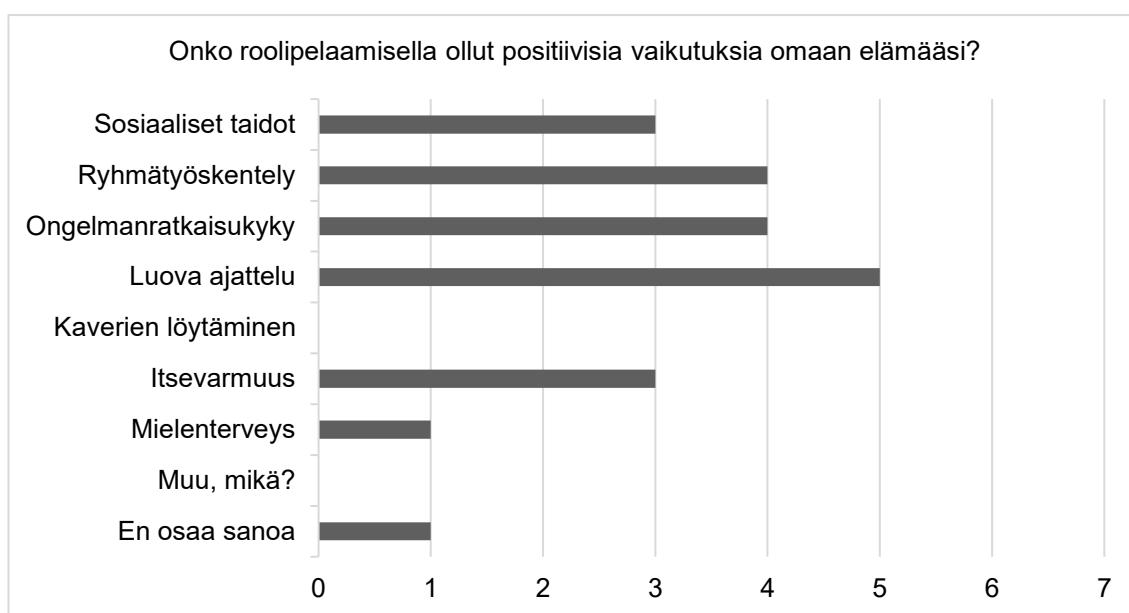
Kuvio 2. Pelaajien itseilmaisu ja vuorovaikutus

Kyselyn mukaan kaikki pelaajat kokivat, että pöytäroolipelaamisella voi olla positiivinen vaikutus monien erilaisten taitojen kehittymiselle, etenkin sosiaalisten taitojen kohdalla (Kuvio 3). Tämä oli kiinnostavaa, sillä suunnitteluvaiheessa lähetetyn alkukyselyn (Liite 1) mukaan kukaan pelaajista ei pelannut pöytäroolipelejä säännöllisesti ja osa oli pelannut niitä vasta yksittäisiä kertoja. Potentiaalisia hyötyjä on siis mahdollista tunnistaa jo varhaisessa vaiheessa harrastusta.



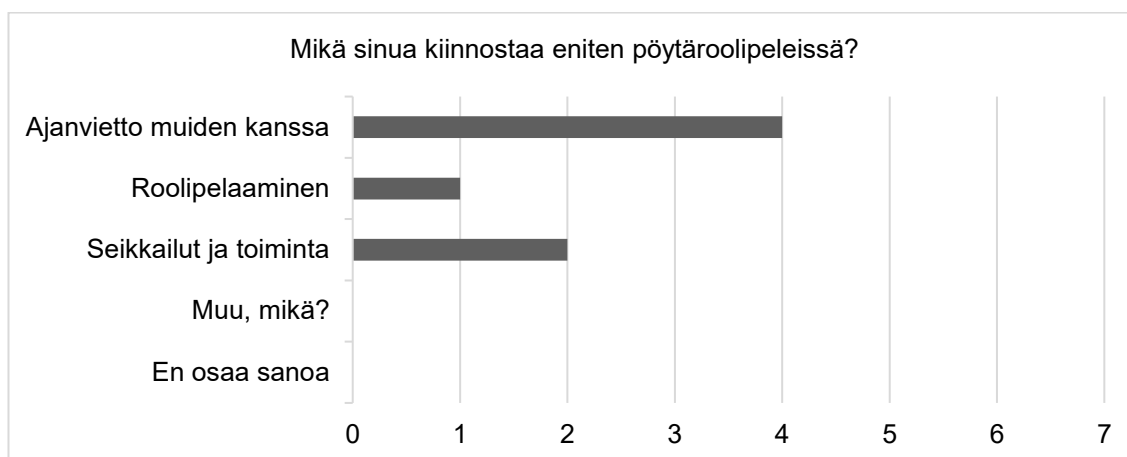
Kuvio 3. Pelaajien näkemys positiivisista vaikutuksista

Vaikka pelaajat tunnistivat, että pöytäroolipelaamisella voi olla positiivisia vaikutuksia, heidän kokemuksensa niistä omien taitojen kehittymisen kannalta oli suppeampi. Tämä voi osittain johtua siitä, ettei harrastus ole kaikkien kohdalla jatkunut kovin pitkään. Pelaajat eivät myöskään ole löytäneet uusia kavereita harrastuksen kautta, joka voi viitata siihen, että pöytäroolipelaaminen on tapahtunut tussa seurassa. (Kuvio 4.) Pelaajat myös tunsivat toisensa jo ennestään.



Kuvio 4. Positiiviset vaikutukset pelaajien elämässä

Useimmat pelaajista kokivat yhteisen ajanvieton kiinnostavan heitä pöytäroolipeleissä eniten, mutta eivät kaikki (Kuvio 5). Ohjaajan ja pelaajien olisikin hyvä olla tietoisia niistä odotuksista mitä muilla on yhteistä pöytäroolipelaamista kohtaan, jotta kaikkien tarpeet kyettäisiin huomioimaan parhaalla mahdollisella tavalla. Emme voineet suunnitella tuntemattomille pelaajille itsenäisiä tavoitteita yksittäistä pelikertaa varten, mutta menetelmän ammatillisessa käytössä olisimme suunnitelleet pelin sisältöä pelaajien omien tarpeiden ja toiveiden mukaisesti. Sen sijaan yhteisenä tavoitteena oli hauskanpito, jossa onnistuimme.



Kuvio 5. Yhteisen ajanvieton merkitys pelaajille

Pelipäivän toteutuksessa hyödynnetyt ryhmäkeskustelun ja havainnoinnin menetelmät ovat omasta kokemuksestamme niin sidoksissa pöytäroolipelaamiseen, ettei metodien käyttöä aina edes tiedosta. Reaktioiden huomiointi ja puheenvuorojen anto pätee kuitenkin myös pelaajana toimiessa, eikä ole pelkästään pelinjohtajan vastuulla. Pelipäivän aikana pelaajat osallistivat hyvin toisiaan keskusteluihin ja toimintaan, joten pelinjohtajan ei tarvinnut ohjata keskustelua liikaa. Olimme suunnittelun aikana laatineet listan havainnoitavia asioita, joita pitäisimme erityisesti silmällä pelin aikana. Nämä ennalta valitut teemat auttoivat rajaamaan muistiinpanojen tekoa, mutta ammatillisessa käytössä pelaajien kehitystarpeiden tiedostaminen ja edistymisen havainnointi olisi etusijalla. Metodien käyttö toimi pelipäivän aikana ja aikaisempien kokemustemme mukaan myös pidemmällä aikavälillä pelatessa.

5 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Havainnointi kuuluu etnografisiin tutkimusmenetelmiin, joilla tarkoitetaan kenttätyöskentelymenetelmiä, joiden avulla pyritään ymmärtämään tutkittavaa kohdetta. Havainnoimalla voidaan tutkia tilanteita, jotka ovat vaikeasti ennakoitavissa tai voivat muuttua nopeasti. Se mahdollistaa pääsyn tapahtumien aitoihin

ympäristöihin ja kytkee tiedon muita menetelmiä paremmin tutkittavaan todellisuuteen ja kontekstiin. Havainnoinnin avulla kerätään tietoa siitä, toimivatko ihmiset oikeasti niin kuin sanovat toimivansa. Tämän vuoksi se sopii hyvin vuorovaikutuksen tutkimiseen. Havainnointi on tietoista tarkkailua, joka voi kohdistua ihmisiin sekä ilmiöihin ja ympäristöihin. Havainnoinnissa on kiinnitettävä huomiota eettisiin kohtiin, kuten tietosuojaan, lupa-asioihin, tutkimuksen ja havainnoinnin tarkoituksesta tiedottamiseen, tutkijan omaan rooliin ja sen vaikutukseen. (Muotio, 2022.)

Peruslähtökohtana ihmiseen kohdistuvassa tutkimuksessa on henkilön luottamus tilanteeseen ja tutkijoihin. Luottamus säilyy, jos oikeuksia, toiveita ja ihmisarvoa kunnioitetaan. Huomioitavaa on myös se, kuinka samat aiheet ja tilanteet voivat aiheuttaa ihmisissä eri reaktioita. Ennalta tutustumalla aiheeseen ja tarvittaessa myös tutkittavien yhteisöihin, kulttuuriin ja näiden historiaan, voidaan välttää epämukavia tilanteita. Keskeisenä eettisenä periaatteena on, että tutkittavat osallistuvat toimintaan omasta halustaan, joka perustuu ennalta saatuun tietoon tutkimuksen luonteesta ja sisällöstä. Henkilöillä on oikeus osallistua omana itsenään sekä keskeyttää osallistuminen ilman erillistä syytä ja pelkoa seuraamuksista. Heillä on oikeus saada tietää aiheista, joita heissä havainnoidaan osallistumisen aikana, havaintojen käytöstä työssä ja työn tavoitteista sekä muista osallistumisen kannalta olennaisista tiedoista. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2019.) Otimme luottamuksen huomioon kertomalla opinnäytetyöstämme ja sen tarkoituksesta etukäteen pelaajille. Ilmoitimme myös tekevämme havainnointia ja muistiinpanoja pelipäivän aikana. Lisäksi pyysimme pelaajia kertomaan etukäteen mahdollisista aiheista, joita he eivät haluaisi käsiteltävän pelin aikana, jotta niiden esilletuloa kyettäisiin välttämään. Pelaajille kerrottiin, että he voivat lähteä tai lopettaa osallistumisen missä tahansa vaiheessa niin halutessaan.

Tutkimuksen aiheen valinta on eettinen kysymys, sillä siihen liittyy tutkimuksen merkityksellisyyden ja hyötynäkökohtien pohtiminen. Tutkijan tulee aihetta valitessa miettiä, kenen ehdoilla ja hyödyksi tutkimusta tehdään. (Leinonen, 2018.) Hyvä tieteellinen käytäntö tarkoittaa huolellisuutta, tarkkaavaisuutta sekä

rehellisyttä tutkimuksen kaikissa vaiheissa. Tutkijan kriittisyys omaa työtä kohtaan ei vähennä tutkimuksen arvoa vaan kasvattaa sitä. Tutkijan pitää pystyä arviomaan kuinka herkkiä hänen käsittelemänsä aiheet ovat ja päättämään se, miten niitä käsitellään. Esimerkiksi syrjinnän tai väkivallan kokemusten käsittely voi tuoda tutkittavassa ja myös tutkijassa esille vaikeita tunteita. Tähän voidaan vaikuttaa pohtimalla etukäteen sitä, miten asioita tuodaan esille, miten tutkimustilanteessa toimitaan ja miten tutkittavia voidaan tarvittaessa ohjata avun piiriin. (Vuori, i.a.)

Otimme lähteiden luotettavuuden huomioon opinnäytetyössämme käyttämällä tieteellisiä artikkeleita sekä hyödyntämällä useita muita eri lähteitä. Eurooppalaisen tutkimuseettisen ohjeistuksen mukaan hyvän tieteellisen toiminnan keskeisiä teemoja ovat rehellisyys, vastuunkanto, arvostus ja luotettavuus (Tutkimustieteellinen neuvottelukunta, 2023, s. 11). Tutkijalla on vastuu tuoda esille oma puolueellisuus ja ennakkoluulot tutkimusta kohtaan jo työn alussa, jotta lukija ymmärtää tekijöiden lähestymisen aiheeseen. Tuodessaan asian esille tutkija kertoo omista aikaisemmista kokemuksistaan, ennakkoluuloistaan sekä orientoitumisestaan, jotka vaikuttavat työn aiheen lähestymiseen ja sen tulkintaan. (Creswell, 2007 s. 208.) Otimme opinnäytetyötä tehdessä huomioon oman suhtautumisemme aiheeseen sekä aikaisemmat henkilökohtaiset kokemukset. Ilmaisimme työn eri vaiheissa kokemustemme vaikutuksesta ja roolista erilaisten valintojen tekoon sekä mielipiteiden muodostumiseen.

6 POHDINTA

Pelipäivän toteuttamisprosessi ja kyselyihin saadut vastaukset auttoivat meitä käsittelemään pöytäroolipelaamista monipuolisesti sekä opinnäytetyömme tarkoituksen ja tavoitteiden mukaisesti. Pelipäivälle erikseen asetetut tavoitteet toteutuivat loppukyselyn (Liite 2) ja oman arviomme mukaan hyvin, sillä pelaajilla oli

hauskaa ja ryhmätyöskentely oli helppoa. Yhteistyö Länsi-Porin seurakunnan kanssa sujui myös hyvin. Olimme aluksi ajatelleet useamman pelipäivän järjestämistä ja jopa menetelmän käytöstä kertovan oppaan laatimista, mutta päädyimme rajaamaan toteutuksen yksittäiseen pelipäivään, joka osoittautui oikeaksi valinnaksi ajankäytön kannalta. Opinnäytetyömme prosessi täydensi aikaisempaa kokemustamme pöytäroolipelaamisesta ja ryhmänohjauksesta, mutta ajankäytön hallinnassa sekä akateemisessa työskentelyssä kehittyminen oli meille ammatillisen kasvun kannalta merkityksellisintä. Menetelmän tarkastelun myötä opimme paljon myös muun luovan toiminnan järjestämiseen soveltuvaa tietoa.

Ammatillista käyttöä ajatellen erilaiset pöytäroolipelien teemat tai genret ovat yksi keino tutkia ja laajentaa menetelmän mahdollisuuksia. Esimerkiksi realismiin painottuvissa peleissä voidaan keskittyä uusiin tai haastaviin tilanteisiin, joita elämässä saattaa kohdata, kun taas fantasiaan ja fiktion painottuvat pelit voivat antaa luovuudelle ja mielikuvitukselle enemmän tilaa. Roolipelaamisen avulla pelaajat pääsevät esittämään ja heittäytymään, sekä käsittelemään erilaisia sosiaalisia rakenteita ja tilanteita uusista perspektiiveistä. Adams (2013), Daniau (2016) ja Meriläinen (2012) toteavatkin, että pöytäroolipelaamista voi käyttää esimerkiksi arkielämään liittyvien teemojen käsittelyyn, kuten sosiaalisten taitojen tai ryhmätyöskentelyn kehittämiseen. Loppukyselyllä kerätyt vastaukset (Kuvio 3) sekä omat kokemuksemme roolipelaamisen vaikutuksista tukevat toteamaa. On kuitenkin muistettava, etteivät kaikki teemat ole jokaiselle pelaajalle mieluisia. Pöytäroolipelejä on nykyään saatavilla monissa eri genreissä, joten pelin valinta olisi hyvä tehdä yhdessä ohjaajan ja pelaajien kesken, jotta kaikki saisivat alusta asti vaikuttaa yhteisen pelin rakenteeseen.

Vaikka pelipäivän pelaajat tunsivat toisensa ennestään, osa heistä oli hiljaisempia kuin toiset. Tämä sai meidät pohtimaan ohjaajan roolin tärkeyttä, jos peliryhmän jäsenet ovat osittain tai kokonaan vieraita keskenään. Yksinäisyys vaikuttaa monien arkeen, mutta pöytäroolipelaaminen tarjoaa mahdollisuuden irrottautua arjesta hetkellisesti. Pelkkä fiktiivisiin maailmoihin ja erilaisiin hahmoihin eläytyminen ei kuitenkaan auta yksinäisyyden tunteeseen, jos olonsa kokee

ulkopuoliseksi peliryhmän seurassa. Ohjaajalla on päävastuu osallistaa pelaajia tasapuolisesti keskusteluihin ja varmistaa, ettei kenelläkään ole epämukavaa. Yhteisten sosiaalisten sääntöjen asettaminen sekä säännöllisen palautteen kerääminen ovat omasta kokemuksestamme suositeltavia keinoja turvallisen ja viihtyisän ympäristön säilyttämiseksi, vaikka peliryhmä tuntisikin toisensa jo hyvin. Palautteen kerääminen mahdollistaa myös pelaajien yksilöllisten kehitystarpeiden seurannan ja arvioinnin, jonka vuoksi näemme palautteen keräämisen keskeisenä osana menetelmän käyttöä sosiaalialalla.

Pelaajien kehitystarpeet ja toiveet tiedostamalla ohjaajan on mahdollista suunnitella tavoitteellista toimintaa, joka hyödyttäisi pelaajia yksilöllisesti sekä ryhmänä. Pelikertojen narratiivisen sisällön räätälöinti kunkin ryhmän mukaiseksi on mielestämme tärkeää, jotta pelaaminen pysyisi merkityksellisenä. Erilaisten hahmojen ja narratiivisten valintojen kautta pelaajat pääsevät käsittelemään ajatuksia ja tunteita, johon he saavat kannustusta ohjaajalta ja muilta pelaajilta. Pelaamiseen voidaan ja on suotavaakin ottaa mukaan reflektointia tunnetaitojen kehittämisestä tai muista aiheista, joita pelaajat pääsevät harjoittamaan turvallisessa ympäristössä. Omien mielipiteiden ja epävarmuuksien esille tuominen sekä niiden käsitteleminen fiktiivisen hahmon kautta on mielestämme yksi menetelmän vahvuuksia, joka on syytä huomioida menetelmän vaikutuksia tarkasteltaessa.

Lähes kaikki loppukyselyyn vastanneista kokivat, että roolipelaamisella on ollut positiivisia vaikutuksia heidän elämäänsä (Kuvio 4). Olemme vastaavasti huomanneet positiivisia vaikutuksia kotipeliemme pelaajissa ja itsessämme, kun pöytäroolipelaaminen on jatkunut useita kuukausia tai jopa vuosia saman ryhmän kanssa. Myös valtaosa Meriläisen (2012, s. 56) teettämän kyselyn vastaajista kertoo, että roolipelaamisella on ollut positiivinen vaikutus heidän sosiaaliseen kehitykseensä. Pöytäroolipelaamisen ammatillista käyttöä ajatellen tulisikin huomioida, että pelaamisen positiiviset vaikutukset voivat vaatia ryhmältä pidempiaikaista sitoutumista. Säännöllisten pelikertojen suunnittelu ja organisointi voi olla ohjaajalle työlästä, mikä muodostaa yhden menetelmän haasteista. Toiminnan laajuutta voi kuitenkin rajata esimerkiksi päättämällä etukäteen pelikertojen

määrän ja niiden tiheyden, jonka jälkeen pelaajat sitoutuvat yhdessä sovittuun aikatauluun. Pöytäroolipelaamisen rinnastaminen pienryhmätoimintaan on mielestämme tärkeää juuri siksi, että pelaaminen nähtäisiin yhteisenä projektina, johon kaikki osallistuvat omalla panoksellaan. Muutaman pelikerran mittainen koekelu voisi olla hyvä lähtökohta tutustua pöytäroolipelaamiseen tai uuden peliryhmän jäseniin, jolloin pelaajat ja ohjaaja eivät vielä joudu sitoutumaan pidempiaikaiseen toimintaan.

Ammatillisessa käytössä pöytäroolipelaaminen voi olla edullinen vaihtoehto pienryhmätoiminnaksi, sillä pelaamiseen vaadittavia materiaaleja ei tarvita paljon. Vaikka erilaisten pelien säännöt ovat usein maksullisia, jotkin julkaisijat tarjoavat niitä ladattavaksi myös ilmaiseksi internetissä. Lisäksi on olemassa verkkosivuja, joiden avulla voi pelata yhdessä ja heittää noppia virtuaalisesti, joten pöytäroolipelaaminen on toteutettavissa monin eri keinoin. Tunnelmaa lisäävä musiikki, rekvisiitta, tai jopa pelaajien hahmoja kuvastavat figuurit voivat olla mukava lisäys pelipäivien kokemukseen, mutta mikään niistä ei ole pakollista toiminnan toteuttamisen kannalta. Noppien ja sääntöjen lisäksi tarvitaan vain paperia ja kyniä, jotta ryhmä pääsee alkuun.

Havaintojen sekä kokemusten peilaaminen teoriatietoon vahvasti käsitystämme pöytäroolipelaamisen mahdollisuuksista ja positiivisista vaikutuksista. Uskomme menetelmän soveltuvan hyvin sosiaalialan pienryhmätoiminnaksi, sillä ohjaajan on mahdollista muokata pelaamisen sisältöä ja tavoitteita eri kohderyhmille sopivaksi. Erilaiset työympäristöt voivat kuitenkin vaikuttaa pienryhmätoiminnan sisältöön tai rakenteeseen, jolloin ohjaajan oma innostus ja luovuus auttavat menetelmän käyttöönotossa. Omasta kokemuksestamme pöytäroolipelaaminen tulisi aina räätälöidä kunkin peliryhmän ympärille, eikä päinvastoin. Vaikka pelaajien ikä ja kehitystarpeet vaikuttavat käsiteltävien teemojen valintaan, pöytäroolipelaamisesta voi mielestämme hyötyä kaikki aiheesta kiinnostuneet. Pelaaminen vaatii silti paikoillaan oloa ja keskittymistä muutaman tunnin kerrallaan, mikä on syytä huomioida menetelmän soveltuvuutta eri kohderyhmille harkitessa.

Pelipäivän päätteeksi keskustelimme mukana olleen seurakunnan työntekijän kanssa, ja hänen mukaansa menetelmä sopisi hyvin myös kirkon alan työympäristössä toteutettavaksi toiminnaksi, josta olemme samaa mieltä. Seurakunnat järjestävät eri ikäryhmille monenlaista toimintaa ja kerhoja, joihin pöytäroolipelaaminen voisi olla kiinnostava lisäys. Diakonia-työn järjestämisen toiminnan tavoin pöytäroolipelaamisen ei ole pakko liittyä kristillisiin teemoihin tai sisältää sellaisia ollenkaan, jos peliryhmä ei koe sitä tarpeelliseksi. Mielestämme uskonnollisuuden käsitteleminen, myös fiktiivinen sellainen, olisi hyvä ottaa puheeksi peliryhmän kanssa ennen pelaamisen aloittamista työympäristöstä riippumatta. Seurakunnan pienryhmätoimintana menetelmä kuitenkin tarjoaa hauskoja mahdollisuuksia ohjaajan omalle luovuudelle. Pelin tarinankerronta voisi esimerkiksi liittyä joihinkin Raamatun kertomuksiin, joita pelaajat pääsevät kokemaan roolipelaamisen keinoin. Kertomuksissa esiintyvien moraalisten kysymysten käsitteleminen voisi edistää pelaajien moraalista kehitystä, jonka Wright ym. (2020) mainitsevat yhtenä roolipelaamisen mahdollisuutena.

Menetelmän pitkän aikavälin hyötyjen seuranta ei ollut mahdollista opinnäytetyömme laajuuden ja käytössä olleen ajan puitteissa. Olisi kiinnostavaa nähdä pidempään kestävä kokeilu, jossa menetelmää käytetään jossakin sosiaalialan työympäristössä. Pöytäroolipelaamisen harrastuskäytöstä on aikaisempaa tutkimusta, mutta ammatillisen ja tavoitteellisen toiminnan myötä saadut havainnot sekä tulokset olisivat vertailun vuoksi kiinnostavia. Pohdimmekin sitä, kuinka pelaajien kehitystarpeiden ja ennalta asetettujen tavoitteiden pohjalta järjestetyn pienryhmätoiminnan vaikutukset eroaisivat harrastustoiminnan vaikutuksista. Pöytäroolipelaamisesta on selvästi hyötyä monien eri taitojen kehittämiseen sekä sosiaalisten tarpeiden täyttämiseen, mutta aihe ja sen mahdollisuudet ovat melko heikosti tunnetut. Menetelmän ammatillisesta käytöstä on niukasti tutkimusta jopa englanniksi, kuten Arenas ym. (2022) ja Daniau (2016) mainitsevat, joten lisätutkimusta ja aiheen paremmin tunnetuksi tuomista tarvitaan edelleen. Toivomme sosiaalialalla työskentelevien kokeilevan menetelmää rohkeasti, sillä uskomme pöytäroolipelaamisesta olevan iloa myös ammattilaisille itselleen.

LÄHTEET

- Adams, A. S. (2013). Needs Met Through Role-Playing Games: A Fantasy Theme Analysis of Dungeons & Dragons. *Kaleidoscope: A Graduate Journal of Qualitative Communication Research*, (12), 69–86. <https://opensiuc.lib.siu.edu/kaleidoscope/vol12/iss1/6/>
- Al-Khouja, M., Weinstein, N., Ryan, W., & Legate, N. (2022). Self-expression can be authentic or inauthentic, with differential outcomes for well-being: Developmental of the authentic and inauthentic expressions scale (AIES). *ScienceDirect*. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0092656622000046#s0030>
- Arenas, D. L., Viduani, A., & Araujo, R. B. (2022). Therapeutic Use of Role-Playing Game (RPG) in Mental Health: A Scoping Review. *Simulation & Gaming*, 53(3), 285–311. <https://doi-org.anna.diak.fi/10.1177/10468781211073720>
- Arnett, J. (2000). Emerging adulthood: a development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. https://www.researchgate.net/publication/12476725_Emerging_Adulthood_A_Theory_of_Development_From_the_Late_Teens_Through_the_Twenties
- Borawski, D. (2021). Authenticity and rumination mediate the relationship between loneliness and well-being. *Current Psychology*, 40(11), 4663–4672. https://www.researchgate.net/publication/335146620_Authenticity_and_rumination_mediate_the_relationship_between_loneliness_and_well-being
- Creswell, J. (2007). Qualitative inquiry & research design: *Choosing among five approaches* (2. p.). Sage publications. <https://revistapsicologia.org/public/formato/cuali2.pdf>
- Daniau, S. (2016). The Transformative Potential of Role-Playing Games—: From Play Skills to Human Skills. *Simulation & Gaming*, 47(4), 423–444. <https://doi-org.anna.diak.fi/10.1177/1046878116650765>

- Gygax, G., & Arneson D. (1974). *Dungeons & Dragons*. Lake Geneva, WI: Tactical Studies Rules.
- Hodge, J. (24.6.2022). What is self-expression and why is it so important. *Counselling Directory*. <https://www.counselling-directory.org.uk/memberarticles/what-is-self-expression-and-why-is-it-so-important>
- Huhtinen-Hildén, L., & Isola, A. (13.4.2019). Luova ryhmätoiminta lisää hyvinvointia. *THL*. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137914/URN_ISBN_978-952-343-329-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Jean-Berluce, D. (2024). Creative expression and mental health. *ScienceDirect*. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2713374524000098>
- Karvonen, S., Kestilä, L., & Kauppinen, T. (2018). Kokevatko nuoret saavansa tarvitsemiansa sosiaali- ja terveystalveluja? Tuloksia väestötutkimuksesta. Teoksessa *Nuoret aikuiset hyvinvointitalvelujen käyttäjinä ja kohteina* (Nuorisotutkimusverkosto). Nuorisotutkimusseura ry. https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/nuoret_aikuiset_hyvinvointitalvelujen_kayttajina_ja_kohteina_lopullinen.pdf
- Kojo, M. (4.6.2012). Pause päällä. Työn ja koulutuksen ulkopuoliset jaksot nuorten elämäkulussa. *Janus*, 20(2), 94–110 <https://journal.fi/janus/article/view/50651/15367>
- Laitinen, L. (2017). Taide, taiteellinen toiminta ja nuorten hyvinvointi. Teoksessa K. Lehikoinen, & E. Vanhanen (toim.), *Taide ja hyvinvointi: katsauksia kansainväliseen tutkimukseen* (s. 31–45). Taide-yliopisto. <https://taju.uniarts.fi/handle/10024/7104>
- Leadbelt games arena. (8.6.2023). *Roleplaying games as tools for personal growth and skill development*. <https://www.leadbeltgamesarena.co.uk/the-power-of-roleplaying-games-as-inclusive-environments/>
- Leinonen, R. (9.10.2018). Tutkimuksen eettisyys. *Spoken*. <https://spoken.fi/tutkimuksen-eettisyys/>

- McKenna, K., Green, A., & Gleason, M. (2002). Relationship formation on the internet: What's the big attraction. *Journal of Social Issues*, 9–31. <https://www.edarling.se/wp-content/uploads/sites/30/2019/08/McKenna-onlinerelation.pdf>
- Meriläinen, M. (2012). The Self-perceived Effects of the Role-playing Hobby on Personal Development: A Survey Report. *International Journal of Role-Playing*, (3), 49–68. <https://journals.uu.se/IJRP/article/view/224>
- Miller, D., Rees, J., & Pearson, A. (7.12.2021). "Masking Is Life": Experiences of masking in autistic and nonautistic adults. *National library of medicine*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8992921/>
- Muotio, L. (27.1.2022). Havainnointi aineistonkeruu menetelmänä. *Muotoilu.info*. <https://www.muotoilu.info/index.php/tutkiva-muotoilu/metelmat/havainnointi-aineistonkeruumenetelmana/>
- Newport Institute. (i.a.). *Loneliness and depression in young adults*. Saatavilla 25.10.2024 <https://www.newportinstitute.com/resources/mental-health/loneliness-and-depression-young-adults/>
- Perkins, R., Mason-Bertrand, A., Tymoszuk, U., & Spiro, N. (2021). Arts engagement supports social connectedness in adulthood: findings from the HEartS survey. *BMC Public Health*, 21(1), 1–15. https://www.researchgate.net/publication/352713668_Arts_engagement_supports_social_connectedness_in_adulthood_findings_from_the_HEartS_Survey
- Plucker, J., Beghetto, R., & Dow, G. (2004). Why isn't creativity more important to educational psychologists? Potentials, pitfalls, and future directions in creativity research. *Educational Psychologist*, 39(2), 83–96. https://www.researchgate.net/publication/233298152_Why_Isn't_Creativity_More_Important_to_Educational_Psychologists_Potentials_Pitfalls_and_Future_Directions_in_Creativity_Research

- Pulkkinen, L., Laine, R., & Pitkänen, T. (2022). Aikuisuuden siirtymät nuoruus-
iässä ja niiden toteutumiseen kytkeytyvät psyykkiset voimavarat ja
hyvinvointi. Teoksessa A. Kivijärvi (toim.), *Läpi kriisien. Nuorisoba-
rometri 2022* (s. 119–135). Nuorisotutkimusverkosto. [https://tieto-
anuorista.fi/wp-content/uploads/2023/03/nuorisobarometri-2022-
web.pdf](https://tieto-
anuorista.fi/wp-content/uploads/2023/03/nuorisobarometri-2022-
web.pdf)
- Ruusuvuori, J., Tiittula, L., & Aaltonen, T. (2005). *Haastattelu: Tutkimus,
tilanteet ja vuorovaikutus*. Vastapaino.
- Räikkönen, E. (2012). *Is timing everything? A longitudinal perspective on adult
transitions, their antecedents, and psychological implications*
[Väitöskirja, Jyväskylän yliopisto]. [https://jyx.jyu.fi/bitstream/han-
dle/123456789/40397/978-951-39-4861-0.pdf](https://jyx.jyu.fi/bitstream/han-
dle/123456789/40397/978-951-39-4861-0.pdf)
- Salovuori, S. (15.10.2021). Häpeä ajaa kätkeytymään tai naamioitumaan –
kuinka murtaa yksinäisyyden stigmaa? *Mieli*. [https://mieli.fi/bla-
git/hapea-ajaa-katkeytymaan-tai-naamioitumaan-kuinka-murtaa-yk-
sinaisyyden-stigmaa/](https://mieli.fi/bla-
git/hapea-ajaa-katkeytymaan-tai-naamioitumaan-kuinka-murtaa-yk-
sinaisyyden-stigmaa/)
- Smriti, D., Ambulkar, S., Meng, Q., Kaimal, G., Ramotar, K., Park, S., & Huh-
Yoo, J. (2022). Creative arts therapies for the mental health of
emerging adults: A systematic review. *ScienceDirect*.
[https://www.sciencedirect.com/science/arti-
cle/abs/pii/S0197455621001064](https://www.sciencedirect.com/science/arti-
cle/abs/pii/S0197455621001064)
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (22.12.2023). *Luovat menetelmät vahvistavat
osallisuutta*. [https://thl.fi/aiheet/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistami-
sen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-ase-
massa-olevien-osallisuus/osallisuuden-edistamisen-mallit/uudista-
asiakastyota-luovasti-ja-leikkisasti/luovat-menetelmat-vahvistavat-
osallisuutta](https://thl.fi/aiheet/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistami-
sen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-ase-
massa-olevien-osallisuus/osallisuuden-edistamisen-mallit/uudista-
asiakastyota-luovasti-ja-leikkisasti/luovat-menetelmat-vahvistavat-
osallisuutta)
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2019). *Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen
eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suo-
messä* [Ohje]. Saatavilla 5.4.2023 [https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/fi-
les/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2019.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/fi-
les/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2019.pdf)

- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2023). Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. [Ohje]. (s. 11) Saatavilla. 23.10.2024 https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf
- Vilkka, H. (2006). *Tutki ja havainnoi*. <http://hanna.vilkka.fi/wp-content/uploads/2014/02/Tutki-ja-havainnoi.pdf>
- Vuori, J. (i.a.). Tutkimuseettiikka ihmistieteissä. *Tietoarkisto*. Saatavilla: 1.4.2024. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/tutkimuseettiikka/tutkimuseettiikka-ihmistieteissa/>
- Wilding, R., & Winarnita, M. (2022). Affect, creativity and migrant belonging. *Communication Culture & Critique*, 15(2), 283–289. https://www.researchgate.net/publication/360188089_Forum_3_Affect_Creativity_and_Migrant_Belonging
- Wood, A., Linley, P., & Maltby, J. (2008). The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the authenticity scale. *Journal of Counseling Psychology*, 55(3), 385–399. https://www.researchgate.net/publication/42739517_The_Authentic_Personality_A_Theoretical_and_Empirical_Conceptualization_and_the_Development_of_the_Authenticity_Scale
- Wright, J. C., Weissglass, D. E., & Casey, V. (2020). Imaginative Role-Playing as a Medium for Moral Development: Dungeons & Dragons Provides Moral Training. *Journal of Humanistic Psychology*, 60(1), 99–129. <https://doi-org.anna.diak.fi/10.1177/0022167816686263>

LIITE 1. Pelipäivän alkukysely

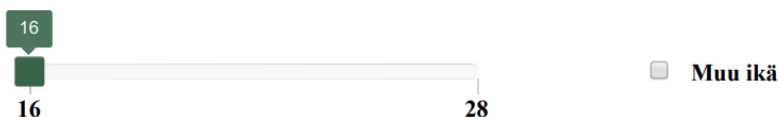
Nuorten aikuisten pöytäroolipelikysely

Pakolliset kysymykset merkitty tähdellä (*)

Tämän kyselyn tarkoituksena on selvittää nuorten aikuisten kokemuksia ja mielipiteitä pöytäroolipelaamisesta, esimerkiksi Dungeons & Dragons, Pathfinder, tai Praedor. Kyselyyn vastaaminen vie korkeintaan minuutin ja vastaukset kerätään anonymisti.

Kyselyn toteuttaa kaksi Diakonia-ammattikorkeakoulun opiskelijaa osana opinnäytetyötään.

Vastaaajan ikä:



Oletko aikaisemmin pelannut pöytäroolipelejä? *

- En lainkaan
- Yksittäisiä kertoja
- Useita kertoja
- Pelaa säännöllisesti

Kuinka paljon tiedät pöytäroolipeleistä? *

- En lainkaan
- Melko vähän
- Jonkin verran
- Tiedän paljon

Olisitko kiinnostunut kokeilemaan pöytäroolipelejä? *

- En
- Ehkä
- Kyllä

Mitä pöytäroolipelejä olet aikaisemmin pelannut?

150 merkkiä jäljellä

Miten kuvailisit kokemustasi pöytäroolipeleistä? *

- Hyvin negatiivinen
- Negatiivinen
- En osaa sanoa
- Positiivinen
- Hyvin positiivinen

LIITE 2. Pelipäivän loppukysely

Pöytäroolipäivän loppukysely Pakolliset kysymykset merkitty tähdellä (*)

Tämän kyselyn tarkoituksena on selvittää 11.11.2023 järjestetyn pelipäivän kokemuksia siihen osallistuneilta pelaajilta, sekä heidän mielipiteitään roolipelaamisen vaikutuksista. Kyselyn vastaukset kerätään anonyymisti.

Kyselyn toteuttaa kaksi Diakonia-ammattikorkeakoulun opiskelijaa osana opinnäytetyötään.

Milaista ryhmätyöskentely muiden pelaajien kanssa oli? *

(Esim. ongelmanratkonta, päätöksenteko, tai muu yhteistyö.)

- Hyvin hankalaa
- Hankalaa
- Keskinkertaista
- Helppoa
- Hyvin helppoa
- En osaa sanoa

Millaista itseilmaisu ja vuorovaikutus muiden pelaajien kanssa oli? *

(Esim. roolipelaaminen, omien ajatusten ilmaisu, tai muu keskustelu.)

- Hankalaa
- Keskinkertaista
- Helppoa
- Hyvin helppoa
- En osaa sanoa

Millainen kokemuksesi pelipäivään osallistumisesta oli? *

(Esim. ilmapiiiri, pelaamisen mielekkyys, tai yleinen tunnelma.)

- Hyvin negatiivinen
- Negatiivinen
- Keskinkertainen
- Positiivinen
- Hyvin positiivinen
- En osaa sanoa

Voiko roolipelaamisella olla positiivisia vaikutuksia johonkin seuraavista? *

(Voit valita yhden tai useamman vaihtoehdon.)

- Sosiaaliset taidot
- Ryhmätyöskentely
- Ongelmanratkaisukyky
- Luova ajattelu
- Kaverien löytäminen
- Itsevarmuus
- Mielensterveys
- Muu, mikä? _____
- En osaa sanoa.

Onko roolipelaamisella ollut positiivisia vaikutuksia omaan elämään? *

(Voit valita yhden tai useamman vaihtoehdon.)

- Sosiaaliset taidot
- Ryhmätyöskentely
- Ongelmanratkaisukyky
- Luova ajattelu
- Kaverien löytäminen
- Itsevarmuus
- Mielensterveys
- Muu, mikä? _____
- En osaa sanoa.

Mikä sinua kiinnostaa eniten pöytäroolipeleissä? *

- Ajanvietto muiden kanssa
- Roolipelaaminen
- Seikkailut ja toiminta
- Muu, mikä?
- En osaa sanoa.

Avoin kommentti pelipäivästä tai muista aiheista.

300 merkkiä jäljellä