



Roolipelitoiminnan ohjaamisen opas EMY ry:n työntekijöille ja vapaaehtoisille

Raisa Hirvasjärvi

2025 Laurea





Laurea-ammattikorkeakoulu

**Roolipelitoiminnan ohjaamisen opas EMY ry:n työntekijöille ja
vapaaehtoisille**

Raisa Hirvasjärvi
Sosionomi AMK
Opinnäytetyö
Marraskuu, 2025

Raisa Hirvasjärvi

Roolipelitoiminnan ohjaamisen opas EMY ry:n työntekijöille ja vapaaehtoisille

Vuosi

2025

Sivumäärä

61

Tämän kehittämismuotoisen opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella, tuottaa ja arvioida opas roolipelitoiminnan järjestämiseen Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry:lle. Opinnäytetyön tavoitteena oli oppaan avulla tukea EMY:n työntekijöiden ja vapaaehtoisten toimintaa. Tavoitteena oli myös opinnäytetyön tekijän oma oppimisprosessi ja ammatillinen kehittyminen. Kehittämistehtävänä oli haastatteluihin ja tutkimustietoon rakentuvan tietoperustan pohjalta luoda opas, joka perehdyttäisi aiheeseen helposti ja selkeästi ja rohkaisisi työntekijöitä ja vapaaehtoisia kokeilemaan pelinjohtamista matalalla kynnyksellä.

Tietoperustassa perehdyttiin kehittämistyön keskeisiin teemoihin, jotka ovat roolipelit ja roolipelaaminen, pelillisyyden ja roolipeliin käyttö luovana menetelmänä kolmannen sektorin mielenterveystyössä. Lisäksi tarkastellaan roolipelitoiminnan ohjaamista. Tietoperustan kokoamisessa hyödynnettiin laadukasta ammatti- ja menetelmäkirjallisuutta sekä tutkimustietoa.

Opinnäytetyössä käytettiin tutkimusmenetelminä laadullista tutkimusotetta, teemahaastattelua ja benchmarking-analyysiä. Menetelmät valikoituivat, koska ne soveltuivat opasta varten tehtävään aineistonkeruuseen. Haastatteluilla selvitettiin pelinjohtajien kokemuksia oppaan olennaisimpien teemojen selvittämiseksi. Benchmarking-vertailua käytettiin muiden pelinjohtajille suunnattuihin kirjallisiin ja videomuotoisiin oppaisiin perehtymiseen, jotta niistä voitaisiin kartoittaa oppaaseen soveltuvia rakenteellisia ja sisällöllisiä ratkaisuja.

Opinnäytetyön tuotoksena tehtiin opas roolipelitoiminnan järjestämiseen, jota työelämäkumppani voi hyödyntää roolipelitoiminnassaan. Oppaan tavoitteena oli tukea EMY:n työntekijöitä ja vapaaehtoisia toimimalla selkeänä johdatuksena roolipelitoimintaan ja sen ohjaamiseen. Kehittämistyön arvioinnissa käytettiin palautekyselylomaketta, joka lähetettiin työelämäkumppanille.

Asiasanat: mielenterveys, roolipelit, pelillisuus, luovat ja toiminnalliset menetelmät, kolmas sektori

Social Services

Bachelor of Social Services

Raisa Hirvasjärvi

A guide for organizing role-playing activities for EMY ry's employees and volunteers

Year

2025

Pages

61

The purpose of this development-oriented Bachelor's thesis was to plan, produce, and evaluate a guide for organizing role-playing activities for the Espoo Mental Health Association, EMY ry. The objective of the thesis was to use the guide to support the activities of EMY's employees and volunteers. The author's own learning process and professional development were also an objective. The development assignment was to create a guide, based on a knowledge base built on interviews and research information, that would introduce the topic easily and clearly and encourage employees and volunteers to try game mastering with a low threshold.

The knowledge base focused on the central themes of the development work, which are role-playing games and role-playing, and the use of gamification and role-playing games as a creative method in third-sector mental health work. Furthermore, the organizing of role-playing activities is examined. High-quality professional and methodological literature, as well as research data, were utilized in compiling the knowledge basis.

The thesis used a qualitative research approach, thematic interviews, and benchmarking analysis as research methods. The methods were chosen because they were suitable for the data collection required for the guide. Interviews were used to clarify game masters' experiences to determine the most essential themes for the guide. Benchmarking was used to familiarize the author with other written and video guides aimed at game masters, in order to map out structural and content solutions suitable for the guide.

The output of the thesis was a guide for organizing role-playing activities, which the client can utilize in their role-playing activities. The goal of the guide was to support EMY's employees and volunteers by serving as a clear introduction to role-playing activities and their guidance. A feedback questionnaire was used in the evaluation of the development assignment, which was sent to the client.

Keywords: mental health, role-playing games, gamification, creative and functional methods, the third sector

Sisällys

1	Johdanto	9
2	Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry	10
3	Roolipelit ja roolipelaaminen	11
3.1	Roolipelin kulku	13
3.2	Pelinjohtajan rooli ja tehtävät	14
4	Pelillisuus ja roolipelit luovana menetelmänä kolmannen sektorin mielenterveystyössä	16
4.1	Mielenterveys ja kolmannen sektorin mielenterveystyö	17
4.2	Luovat ja toiminnalliset menetelmät mielenterveystyössä	19
4.3	Pelillisuus luovana ja toiminnallisena menetelmänä	20
4.4	Roolipelit mielenterveyden tukena	21
5	Roolipelitoiminnan ohjaaminen	24
5.2	Pelinjohtajan tehtävät pelikerran aikana	28
5.3	Pelinjohtajan tehtävät pelikerran jälkeen	28
5.4	Turvallisuus ja konfliktien ratkaisu roolipelissä	30
6	Kehittämistyön menetelmät	31
6.1	Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat	32
6.1.1	Laadullinen tutkimusote	32
6.1.2	Teemahaastattelu	33
6.1.3	Benchmarking	33
6.2	Eettisyyden huomioiminen menetelmissä	34
7	Kehittämistyön prosessi ja tulokset	35
7.1	Suunnitteluvaihe	36
7.2	Kehittämistehtävän toteutus: oppaan toteuttaminen	36
7.2.1	Pelinjohtajien haastattelut	37
7.2.2	Oppaan toteuttaminen	41
7.3	Kehittämistyön arviointi ja palautteen analysointi	43
8	Opas roolipelitoiminnan järjestämiseen	45
9	Arviointi	47
10	Pohdinta	49
	Lähteet	52

Kuviot.....	55
Kuvat	55
Liitteet	56

1 Johdanto

Suomessa on käsillä mielenterveyskriisi. Koronapandemian aikana jyrkästi nousut nuorten mielenterveysoireilu ei ole laskenut aiemmalle tasolle, vaan vaikutukset näkyvät edelleen ja esimerkiksi itsemurhakuolleisuus on jopa kasvanut. Tästä huolimatta mielenterveyttä edistävistä ja ongelmia ennaltaehkäisevästä kansalaisjärjestöjen työstä leikataan rahoitusta. (Mielenterveyspooli 2025.) Palveluiden saatavuus ja resurssointi ovat heikentyneet, tuen saamisen ehtoja on tiukennettu ja tulevaisuudennäkymät esimerkiksi sotien ja ilmastokriisin varjossa aiheuttavat ahdistusta ja surua. (Honkatukia, Kallio & Ågren 2025.)

Helpotusta haasteisiin haetaan uusilla tavoilla. Roolipelien kysyntä kasvoi koronapandemian aikana. Maailman ensimmäinen ja edelleen suosituin roolipeli Dungeons & Dragons, lyhennettynä D&D, kasvatti myyntiään 24 % vuonna 2020, ja sitä arvioidaan pelanneen jo yli 50 miljoonaa ihmistä. Peliä on mahdollista pelata myös etäyhteyksillä internetin välityksellä, ja D&D:n oman D&D Beyond -etäalustan tilausmäärät tuplaantuivat vuodesta 2019 vuoteen 2020. Useat D&D:n pelaajat kertovat pelin kannatelleen heidän mielenterveyttään pandemian aikana. (Baker, Kotera & Turner 2022, 3.) Aiheesta on tehty myös opinnäytetöitä: esimerkiksi Laurea-ammattikorkeakoulusta Ville Mutkan (2022) opinnäytetyö ”Kun Dragonborn-barbaari tulikin puhuneeksi – Opinnäytetyö lauta- ja roolipelien vaikutuksista matalan kynnyksen mielenterveytyössä” sekä Aki Kulmalan ja Josefina Jurmun (2025) opinnäytetyö ”Roolipeliharrastuksen vaikutukset nuorten voimaantumiseen ja osallisuuden kokemuksiin”.

Mielenterveys on viime aikoina noussut myös aiheeksi roolipeleihin. The World of Recovery on mielenterveys- ja päihdetoipujille suunniteltu pelikokonaisuus, jonka tavoitteena on aktivoida, tukea digitaitoja ja avata uusia näkökulmia. Se perustuu toipumisorientaation viitekehykseen, ja se keskittyy voimavaroihin, osallisuuteen, toivoon, merkityksellisyyteen ja positiiviseen mielenterveyteen. (The World of Recovery 2023.) Yhteisöpedagogi ja väitöskirjatutkija Kerttu Lehto puolestaan on käsikirjoittanut mielenterveyteen keskittyvän ja mielenterveys- ja päihdekuntoutujien kokemuksiin perustuvan SÄRÖT-liveroolipelin. (Virolainen 2021.) Roolipelien sosiaalisia merkityksiä on

myös tutkittu jo harrastuksen varhaisista ajoista lähtien. Alun perin vuonna 1983 ilmestynyt ”Shared Fantasy. Role-Playing Games as Social Worlds” on laaja tutkimus, joka perustuu Gary Alan Finen (2002) omien pelikokeilujensa lomassa tekemään kartoitukseen.

Tämän kehittämismuotoisen opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella, tuottaa ja arvioida opas roolipelitoiminnan järjestämiseen opinnäytetyön toimeksiantajana toimivalle Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry:lle. Taustalla oli toimeksiantajan kokema tarve toteuttaa roolipelitoimintaa entistä laajemmin kävijöiden toiveiden mukaisesti ja niin, että sitä pystyisivät järjestämään helpommin myös sellaiset vapaaehtoiset ja työntekijät, joilla ei entuudestaan ole kokemusta aiheesta. Opinnäytetyön tavoitteena oli oppaan avulla tukea EMY:n työntekijöiden ja vapaaehtoisten toimintaa. Tavoitteena oli myös opinnäytetyön tekijän oma oppimisprosessi ja ammatillinen kehittyminen. Kehittämistehtävänä oli haastatteluihin ja tutkimustietoon rakentuvan tietoperustan pohjalta luoda opas, joka perehdyttäisi aiheeseen helposti ja selkeästi ja rohkaisisi työntekijöitä ja vapaaehtoisia kokeilemaan pelinjohtamista matalalla kynnyksellä.

2 Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry

Opinnäytetyön työelämäkumppani on Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry, joka on järjestänyt matalan kynnyksen toimintaa mielenterveyskuntoutujille vuodesta 1985 saakka. Toiminta on luonteeltaan ennaltaehkäisevää, vertaistuellista ja vapaaehtoisuuteen perustuvaa ja sen kohderyhmänä ovat aikuiset ja nuoret aikuiset. (Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry 2024.)

EMY:llä on kolme Espoossa sijaitsevaa kohtaamispaikkaa sekä Discord-keskustelusovellusalustalla toimiva kohtaamispaikka verkossa. Yhdistys järjestää retkiä, leirejä ja monipuolista ryhmätoimintaa. Toiminta pohjaa yhdistyksen arvoihin, eli osallistujalähtöisyyteen, yhdenvertaisuuteen, ystävällisyyteen, toiminnallisuuteen ja syrjinnästä vapaaseen alueeseen. (Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry 2025a.)

EMY järjestää matalan kynnyksen vapaa-ajan toimintaa nuorille aikuisille Valoemyn toimipisteessä Espoon Olarissa. Toimintaa alettiin kehittää yhdessä kävijöiden kanssa ”Tuu messiin!” -hankkeella vuosina 2018–2021, ja se on jatkunut hankkeen jälkeen

yhdistyksessä. Tarkoituksena on tukea jaksamista ja sosiaalisuutta sekä tarjota mielekästä tekemistä. Toimintaan kuuluu erilaisia ryhmiä, teemakertoja, oleilua arki-iltojen Olotila-kohtaamispaikassa ja verkkokeskustelua Discord-palvelimella. Kävijöiden on myös mahdollista ryhtyä itse vetämään ryhmää tai päivystämään kohtaamispaikassa vapaaehtoisena. Sekä lähikohtaamispaikoissa että verkossa yksi kohderyhmälle tärkeä toimintamuoto ovat erilaiset pelit lautapeleistä videopeleihin ja roolipeliryhmiin. (Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry 2025b.)

EMY:ssä on ollut roolipelitoimintaa vuodesta 2018 lähtien osana nuorille aikuisille suunnattua ”Tuu Messiin!” -hanketta, ja toiminta on ollut vahvasti kävijöiden toiveista kumpuavaa. Pelejä on järjestetty sekä paikan päällä että etäyhteyksin Discord-alustan välityksellä. Kävijäpalautteen perusteella roolipelitoiminta on EMY:ssä hyvin toivottua ja pidettyä. Toimintaan osallistujat ovat kokeneet sen auttaneen esimerkiksi tunteiden säätelyssä, vuorovaikutustaidoissa ja muihin tutustumisessa. Toiminnan on tarkoitus olla mahdollisimman helposti lähestyttävää eikä siihen vaadita mitään erityistä kokemusta ennalta. Roolipelejä pääsevät EMY:ssä vetämään kaikki halukkaat. (Pöyhtäri 2024.)

3 Roolipelit ja roolipelaaminen

Roolipelaaminen on 1970-luvulla Yhdysvalloissa syntynyt harrastus. Ensimmäisten roolipelien säännöt saivat vaikutteita sotastrategiapeleistä, joissa pelaaja pelaa armeijaa tai kansakuntaa. Roolipeleissä pelataan sen sijaan yksittäistä hahmoa omine päämäärineen. Pelaajat asettuvat sovittujen hahmojen rooliin ja kuvailevat hahmoonsa eläytyen, miten hahmo toimii. Roolipeleissä noudatetaan aina jonkinlaisia ennalta määriteltyjä sääntöjä. Tyypillistä on, ettei olennaista ole voitto, häviö tai edes loppuun pääseminen, vaan pelin tarkoitus on toiminnan mielekkyys itsessään. (Leppälahti 2009, 7–8.) Roolipelien tarinat sijoittuvat yleensä eurooppalaistyyppiseen fantasiakeskiaikaan tai tieteiskirjallisuuteen, muihin aikakausiin ja paikkoihin tai kokonaan omiin maailmoihinsa (Fine 2002, 6).

Kirjailija, pelisuunnittelija ja toimittaja Juhana Pettersson (2005, 9) määrittelee roolipelit kokemuksen taiteeksi. Niitä järjestämällä luodaan kokemuksia ja pelaamalla koetaan uusia tilanteita oman tutun elämänpiirin ulkopuolelta. Peleissä voidaan eläytyä hyvinkin äärimmäisiin, järkyttäviin tai jännittäviin tilanteisiin tai nostaa aivan arkisia asioita

tarkasteluun uudesta näkökulmasta. Lasten mielikuvitusleikeistä roolipelit erottaa pelinjohtaja, joka määrittelee pelin puitteet ja sen miljöönä toimivan fiktiivisen maailman raamit. Roolipeleissä niiden harrastajiin vetoavat mielekkäät käänteet, odottamattomuus ja kiinnostavat yksityiskohdat, jotka syntyvät pelinjohtajan ja pelaajien dynaamisessa yhteistoiminnassa. (Pettersson 2005, 9–10.)

Roolipelissä osallistujat tuottavat tarinoita jaetun mielikuvituksen kautta. Pelaajat asettuvat pelihahmon rooliin ja toimivat jaetussa kuvitteellisessa ympäristössä. Tähän prosessiin tuovat rakennetta erilaiset säännöt. Pelejä julkaistaan fyysisinä ja sähköisinä ohjekirjoina, joissa esitellään kyseisen pelin säännöt tavoitteiden saavuttamiseen, tarvittavan tiedon seuraamiseen ja konfliktien selvittämiseen. (D'Amato 2024, 13.)

Roolipeliharrastus aloitetaan tavallisesti noin 12–15 vuoden iässä, mutta tätä nuorempana tai vanhempana aloittaminenkaan ei ole tavatonta. Alaikäraja kulkee luku- ja kirjoitustaidon saavuttamisessa, sillä usein peleissä pidetään lukua esimerkiksi hahmon ominaisuuksista kirjallisesti hahmolomakkeella. Harrastuksella ei ole yläikärajaa, koska varsinkaan pöytäroolipelit eivät edellytä tiettyä fyysistä kuntoa. Roolipelaaminen saattaa olla hyvin pitkäkestoinen harrastus. (Leppälahti 2009, 15.)

Roolipelaamista tehdään monessa eri muodossa. Näistä tärkeimpiä ovat pöytäroolipelaaminen, liveroolipelaaminen ja nettiroolipelaaminen. Muista tavoista mainittakoon postipelaaminen, miniatyyripelit ja keräilykorttipelit. Myös videopelisiin kuuluu roolipeleiksi kutsuttuja pelejä, jotka pohjaavat pöytäroolipeleihin. Näistä roolipeleinä voidaan oikeastaan pitää vain verkon välityksellä pelattavia usean pelaajan samanaikaisesti pelaamia roolipelejä, joita kutsutaan englanniksi lyhenteellä MMORPG (”massive multiplayer online role-playing game”). (Tuovinen 2023.) Roolipeleistä on tullut 2020-luvulle tultaessa myös viihdemuoto (englanniksi ”actual play”), jossa peliryhmä taltioi tai suoratoistaa peliään yleisölle (D'Amato 2024, 14). Tässä opinnäytetyössä keskitytään pöytäroolipeleihin.

Pöytäroolipeli on roolipelaamisen vanhin muoto. Nimitystä pöytäroolipeli käytetään lähinnä tehdessä eroa muuhun roolipelaamiseen, eikä pöytä ole pelille mitenkään välttämätön vaan pelata voidaan muuallakin. (Leppälahti 2009, 15.) Nykyään pöytäroolipelejä pelataan yleisesti myös internetin välityksellä, ja tähän on kehitetty omia

sovelluksiaan. Mielikuvituksen tukena voidaan käyttää hahmoja kuvaavia miniatyyreja, kartoja tai rakennettuja maastoja. (Baker, Kotera & Turner 2022.) Suomessa tyypillisin pöytäroolipelin muoto on kampanjamuotoinen peli, joka etenee jatkuvana sarjana pelejä. Kampanjat voivat kestää periaatteessa loputtomasta, kuukausista jopa vuosikymmeniin. Minikampanja on suunniteltu kestäväksi rajallisen määrän pelikertoja, ja siinä on yleensä perinteistä kampanjapeliä selkeämpi tavoite ja mahdollisesti ulkoinen kesto rajoittava aikapaine. Yhden kerran kestäviä pelejä kutsutaan englanniksi termillä ”one-shot” eli suomeksi kertapeli. (Pettersson 2005, 32–33.)

3.1 Roolipelin kulku

Pöytäroolipelissä tilanteet mallinnetaan sanallisesti pelaajien kertoessa hahmojensa toimintaa ja pelinjohtajan kuvaillessa ympäristöä ja muiden kuin pelaajahahmojen toimintaa. Roolipeli alkaa yleensä jostakin alkutilanteesta eli skenaariorista. Pelissä on tavallisesti lähtökohtana jokin haaste tai kohtaaminen, joka motivoi toimintaan. (Tuovinen 2023.) Peleissä käytetään yleensä nopanheittoja satunnaistamaan tapahtumia, esimerkiksi selvittämään taisteluita tai konflikteja. (Fine 2002, 7.)

Pelin kulku voidaan tiivistää kolmeen osioon, jotka toistuvat uudestaan ja uudestaan. Ensimmäiseksi pelinjohtaja kuvailee tilanteen ja ympäristön, jossa pelaajat ovat. Seuraavaksi pelaajat kertovat, miten heidän hahmonsensa toimivat tilanteessa, joko toimintaa kuvaillen tai hahmoinaan puhuen. Lopuksi pelinjohtaja päättää, kuinka pelaajien valinnat ja toimet vaikuttavat tilanteeseen. (Di 2025.) Peleissä käytetään yleensä nopanheittoja satunnaistamaan tapahtumia, esimerkiksi selvittämään taisteluita tai konflikteja. (Fine 2002, 7.) Tämän jälkeen pelissä ollaan jälleen uudessa tilanteessa, jonka pelinjohtaja kuvailee, ja kuvio pyörähtää käyntiin alusta uudelleen (Di 2025).

Pöytäroolipelejä pelataan yleensä pienissä ryhmissä, joissa on tyypillisesti kolmesta viiteen osallistujaa. Isommalla osallistujamäärällä pelaaminen on myös mahdollista, mutta tapahtumien kulku hidastuu sitä enemmän, mitä useampi pelaaja on mukana. Yksi ryhmästä toimii pelinjohtajana, jota voidaan kutsua lyhenteellä englannista tulevalta lyhenteellä GM eli ”game master” tai suomeksi PJ, pelinjohtaja. Joissain peleissä on pelinjohtajan roolille omat nimityksensä, esimerkiksi D&D:ssä pelinjohtajaa kutsutaan termillä ”dungeon master” eli DM. Yksittäinen pelikerta kestää tavallisesti joitain tunteja.

Kampanjapelissä peliryhmä kokoontuu esimerkiksi viikoittain jatkamaan siitä, mihin pelaajien hahmot viime kerralla jäivät. (Leppälahti 2009, 16–17.)

Roolipeli alkaa pelaajan osalta hahmon luomisella. Hahmo voi olla taustoiltaan hyvin tarkasti suunniteltu tai rakennettu nopeasti ennen peliä noppaa heittämällä. Hahmoilla on yleensä joitain pelissä hyödyllisiä taitoja ja ominaisuuksia, jotka voivat kehittyä pelin edetessä. (Leppälahti 2009, 17.) Useimmissa peleissä pelaajat ovat vastuussa yhden hahmon pelaamisesta. Pelaajahahmot ovat kuin päähenkilöitä tarinassa. Pelaajat päättävät hahmonsa ulkonäön ja kuinka nämä ajattelevat ja toimivat. Pelaajahahmoihin vaikuttaa ulkopuolisia voimia, kuten toiset pelaajat ja sattuma, eli pelaaja ei voi hallita kaikkea, mitä hänen hahmolleen tapahtuu. Pelaaja päättää, kuinka hänen hahmonsa reagoi. (D'Amato 2024, 13.)

Erilaiset pelaajat haluavat tehdä pelissä erilaisia asioita, ja hyvä pelinjohtaja pyrkii antamaan heille kaikille jotakin tekemistä pelikerran aikana. Pelaajat voidaan jakaa karkeasti kolmeen erilaiseen tyyppiin: taistelija, näyttelijä ja ongelmanratkaisija. Taistelija on sääntöorientoitunut pelaaja, joka pitää pelin taktisesta ulottuvuudesta ja mahdollisuudesta hyödyntää strategista älyä ja kehittää hahmonsa taitoja. Näyttelijä on tarinaan keskittyvä ja omaan pelihahmoonsa eläytyvä pelaaja, jolle sääntömekaniikat eivät ole niin tärkeitä ja joka haluaa päästä olemaan vuorovaikutuksessa pelimaailman kanssa. Ongelmanratkaisija on loogisuutta ja johdonmukaisuutta arvostava pelaaja, joka haluaa päästä käyttämään älyään erilaisten arvoitusten ja mysteerien parissa. (Hickman & Hickman 2009, 24–26.)

3.2 Pelinjohtajan rooli ja tehtävät

Roolipelaaminen on yhteisöllistä tarinankerrontaa, jossa tarina kuuluu niin pelaajille kuin pelinjohtajallekin (Kurjenmiekka ym. 2023, 9). Pelinjohtaja kuvailee tilanteen ja ympäristön, jossa pelaajien hahmot ovat. Pelaajat kertovat, mitä heidän hahmonsa haluavat tehdä, ja pelinjohtaja taas arvioi ja kuvailee pelaajien toiminnan seuraukset. Roolipelaaminen on jaettu kokemus koko peliryhmän välillä, ja tarina rakentuu pelinjohtajan ja pelaajien vuorovaikutuksesta. (Vuorela & Hiltunen 2020, 6.) Pelaajat ottavat oman hahmonsa roolin, ja pelinjohtaja pelaa kaikkea muuta pelissä sivuhahmoista vastustajiin. Hän on siis vastuussa pelimaailman tuomisesta eteenpäin. (Di 2025.)

Roolipeleissä tulee usein eteen pelaajien valintojen tuloksena monimutkaisia tilanteita, joita sääntökirjan tekijät eivät ole voineet ennakoida ja yksilöidä. Niiden voi jopa sanoa olevan roolipelien viehätyksen ydin. Näissä tilanteissa korostuu pelinjohtajan merkitys. Taitava pelinjohtaja pystyy reagoimaan yllättäviin tilanteisiin luovasti ja vaivattomasti. (D'Amato 2024, 20.)

Pelinjohtaja toimii kanavana pelaajien ja pelin maailman välillä. Hänellä on viimeinen sana pelimaailman todellisuudesta ja sääntöjen tulkinnasta. (Vuorela & Hiltunen 2020, 6.) Pelinjohtaja suunnittelee pelin, etsii siihen pelaajat ja pitää sen käynnissä. Pelinjohtajia on yleensä yksi. Hän mallintaa ympäröivää maailmaa pelaajille, pelaa sivuhahmoja ja vihollisia sekä jaksottaa peliä. Pelinjohtaja ei yksinään päätä, mitä pelissä tapahtuu, vaan toimii tapahtumien alkuunpanijana ja rajaa peliä tarvittaessa. (Pettersson 2005, 26–27.)

Pelinjohtaja on kuin linssi, jonka kautta pelaajat pääsevät havainnoimaan pelimaailmaa. Pelinjohtajan kuvailu luo pelimaailman ja sen tarinan, ja kuvailun luonne määrittää pelin tunnelman. Esimerkiksi jos pelinjohtaja haluaa saada pelin tuntumaan pelottavalta, hänen on kuvailtava ympäristöä ja tapahtumia pelkoa herättävällä tavalla. Pelinjohtajan kuvailu siis synnyttää pelin todellisuutta ja totuuksia: jos pelinjohtaja ei kuvaile jotain, sitä ei periaatteessa ole olemassa. (Di 2025.)

Pelinjohtaja suunnittelee peliä ennalta joko valmiiseen materiaaliin tukeutuen tai omaa pelimateriaalia luoden (Leppälahti 2009, 16). Pelinjohtajan tehtävänä ei kuitenkaan ole käsikirjoittaa pelin tarinaa tai suoraan ohjata pelaajien valintoja. Pelaajille tulee jättää liikkumavaraa pelinjohtajan tarjoamissa raameissa, jolla roolipelaamisen ydin, yhteinen tarinankerronta, pääsee toteutumaan. (Kurjenmiekka, Mustonen, Stratton Smith & Vartiainen 2023, 5.) Kun pelinjohtaja kokee olevansa suunnitelmiseen valmis pitämään pelin, hänen vastuulleen kuuluu myös pelistä ja aikataulusta sopiminen. (Iivonen 2020.)

Onnistunut pelinjohtaminen koostuu monenlaisista taidoista, ja pelinjohtajia on yhtä monenlaisia kuin on pelejäkin. Hyvä pelinjohtaja osaa kuunnella, olla joustava ja kärsivällinen sekä mahdollisesti myös sovittaa erimielisyyksiä. Aivan aloittelevallekin pelinjohtajalle tärkeintä on pelaajien huomioiminen ja reiluus. Pelinjohtajan tulee tarkkailla peliä ja pelaajaryhmää, ja mahdollistaa jokaiselle tilaa päästä toimimaan. Pelinjohtajan on hyvä myös rohkaista pelaajia etsimään ja huomaamaan itsekin tilanteita päästä käyttämään oman hahmonsa kykyjä. Jotta pelaaminen olisi kaikille hauskaa ja

mielekäästä, pelaajien on voitava luottaa pelinjohtajaan ja pelitilanteen turvallisuuteen. Yhteisistä käytännöistä sopiminen ja kiinnipitäminen ovat keinoja turvallisuuden ja luottamuksen syntymiseen. (Kurjenmiekka ym. 2023, 6, 14.)

Pelinjohtajan tehtäviin kuuluu yleensä myös pelattavan pelin sääntöjen opettelu ja niiden opettaminen muille pelaajille. Tämä voidaan hyvin tehdä myös yhdessä pelin kuluessa, ja joskus myös joku pelaajista saattaa tuntea pelin ennalta pelinjohtajaa paremmin ja voi tällöin auttaa sääntöjen opettelussa. Usein pelinjohtaja on kuitenkin se, jolla on hallussaan pelin sääntökirja ja muu materiaali, joten jo käytännön syistä sääntöihin tutustuminen on erityisesti hänen vastuullaan. (Iivonen 2020.) Roolipeleissä säännöillä on olennainen osa, mutta lopullinen valta niiden tulkinnasta on aina pelinjohtajalla. Pelinjohtajan ei tarvitse osata sääntöjä ulkoa, mutta kokonaiskuva pelijärjestelmästä on hyvä hahmottaa, jotta sääntöjä pystyy tarvittaessa myös soveltamaan. (Kurjenmiekka ym. 2023, 6.) Ristiriitatilanteessa pelinjohtajalla on oikeus ja velvollisuus päättää, miten asia juuri tällä kertaa juuri tässä pelissä ratkaistaan. Ratkaisu voi olla myös tilapäinen, ja pelinjohtaja voi päättää, että sääntöä tutkitaan tarkemmin pelien välissä, jotta yhteistä pelaikaikaa ei käytetä liikaa säännöistä väittelyyn. (Iivonen 2020.)

Pelinjohtaja ei pysty valmistautumaan kaikkeen mahdolliseen ennalta. Improvisointi on tärkeä työkalu, ja sitä oppii hyödyntämään pelinjohtamiskokemuksen karttuessa. Joskus voi käydä myös niin, että pelaajat tekevätkin jotain aivan odottamatonta, eikä pelinjohtajalla olekaan tähän valmisteltuna mitään. Jos improvisointikaan ei tilanteessa luonnistu, pelinjohtaja voi aivan hyvin päättää pelikerran sillä erää siihen, ja todeta tarvitsevänsä valmisteluaiikaa ennen seuraavaa peliä. (Iivonen 2020)

4 Pelillisuus ja roolipelit luovana menetelmänä kolmannen sektorin mielenterveystyössä

Luovuus on sisäsyntyistä ihmisille. Se näkyy joustavuutena arjen haasteissa, uusien ratkaisujen tai näkökulmien keksimisessä sekä varsinaisena taiteellisena toimintana. (Huhtinen-Hildén & Karjalainen 2019, 11.) Taiteella on tutkittu olevan myönteisiä vaikutuksia terveyteen ja hyvinvointiin. WHO:n laajassa katsauksessa (Fancourt & Finn 2019) on käyty läpi yli 3000 taiteen terveysvaikutuksia tutkivaa eurooppalaista tutkimusta

tuloksineen. Katsauksen mukaan taiteen avulla voidaan edistää henkistä ja fyysistä terveyttä sekä stressinhallintaa ja vähentää riskiä sairastua masennukseen.

Luova toiminta auttaa osallisuuden ja elämänhallinnan vahvistamisessa, sillä siinä ihminen voi ottaa etäisyyttä arkeensa ja kartuttaa uudenlaisia kokemuksia ja näkökulmia. Luova toiminta vahvistaa ihmisen uskoa omiin mahdollisuuksiinsa. (THL 2025.)

Pelillisuus tarkoittaa pelien ottamista avuksi esimerkiksi sosiaalialan työhön, kun halutaan jokin mielekäs ja konkreettinen työkalu asioiden käsittelyyn. Tällöin voidaan käyttää niin perinteisempiä lauta- ja korttipelejä kuin videopelejäkin. Pelit herättelevät ihmisille olennaista leikkisyyttä, sillä ne ovat hyvin olennainen ja perimmäislaatuinen inhimillisen vuorovaikutuksen osa. Niiden avulla voidaan havaita vahvuuksia, mahdollisuuksia ja kiinnostuksen kohteita. (Hytti & Kähkönen 2019, 2–4.)

Pääkaupunkiseudulla vuosina 2017–2019 toteutettu PRO SOS -hanke pyrki yhteiskehittämään pelillisyyttä hyödyntäviä toimintatapoja kokeiluina sosiaaliseen kuntoutukseen aikuissosiaalityössä. Kokeilut toteutettiin yhteistyönä asiakkaiden, ammattilaisten ja pelaamisen kokemusasiantuntijoiden kesken. Kokeiluissa pilotoitu toiminta oli suunnattu etenkin nuorille aikuisille, joilla oli mielenterveysongelmia. (Hytti & Kähkönen 2019, 2, 6.)

Roolipelitoiminta voi olla keino hyödyntää pelillisyyttä sosiaalialan työssä. Roolipeleillä on monenlaisia hyötyjä mielenterveyden tukemisen kannalta. Ne edistävät vuorovaikutustaitoja, empatiaa ja luovaa ongelmanratkaisutaitoa. Monille peleihin kytkeytyvä luova ilmaisu on niissä tärkeintä. (D’Amato 2024, 13.) EMY:n toiminnanohjaajan Arttu Pöyhtärin mukaan (2024) roolipelit sopivat mielenterveysyhdistyksen toimintaan todella hyvin, ja niistä kerätyn palautteen mukaan roolipelitoiminnalla on ollut monia vaikutuksia hyvinvoinnin kannalta.

4.1 Mielenterveys ja kolmannen sektorin mielenterveystyö

Maailman terveysjärjestö WHO:n (2022) määritelmän mukaan mielenterveys on mielen hyvinvoinnin tila, joka mahdollistaa kuormituksesta selviytymisen, omien kykyjen tunnistamisen, oppimisen, työskentelyn ja yhteisössä toimimisen. Mielenterveys on olennainen ja välttämätön osa ihmisen terveyttä ja hyvinvointia. Mielenterveys on

ihmisoikeus ja elintärkeää niin yksilöiden kuin yhteisöjenkin kehitykselle. (World Health Organization 2022.)

Mielenterveyden hyvinvointi mahdollistaa kyvyn selviytyä itsenäisesti arjen toiminnoista, työstä, vapaa-ajasta ja sosiaalisten suhteiden ylläpidosta. Mielenterveyteen vaikuttavat paitsi perimä ja biologiset tekijät myös ympäröivä kulttuuri, sosiaaliset tekijät ja yhteiskunnan rakenteet. (Hietaharju & Nuutila 2017, 9.)

Monet sisäiset ja ulkoiset tekijät suojaavat mielenterveyttä. Esimerkiksi terveys, itsetunto, vuorovaikutustaidot ja itsensä toteuttamisen mahdollisuus ovat sisäisiä suojatekijöitä. Perustarpeiden täyttymien, sosiaaliset tukiverkot, koulutus- ja työmahdollisuudet ja elinympäristön turvallisuus ovat ulkopuolelta tulevia mielenterveyttä suojaavia tekijöitä. Mielenterveyttä suojaavia tekijöitä tulisi lisätä tietoisesti. (Hietaharju & Nuutila 2017, 11–12.)

Mielenterveyttä haavoittavat tekijät vähentävät terveyttä ja hyvinvointia. Haavoittavat tekijät uhkaavat mielenterveyttä erityisesti yhdistyessään, jolloin niiden vaikutus on moninkertainen. Mielenterveyttä haavoittavia sisäisiä tekijöitä ovat esimerkiksi sairaudet, huonot ihmissuhteet, huono sosiaalinen asema ja eristäytyneisyys. Ulkoisiin haavoittaviin tekijöihin kuuluvat esimerkiksi kodittomuus, erot ja menetykset, kiusaaminen, työttömyys ja päihteiden käyttö. Mielenterveyttä haavoittavia tekijöitä tulisi pyrkiä poistamaan hyvinvoinnin parantamiseksi. (Hietaharju & Nuutila 2017, 12.)

Kolmas sektori on vahvasti mukana mielenterveyspalveluiden järjestämisessä. Erilaiset järjestöt, yhdistykset ja säätiöt tarjoavat sekä valtakunnallisesti että paikallisesti esimerkiksi asumispalveluita, päivä- ja työtoimintaa. Kolmas sektori tarjoaa tukihenkilö- ja ystävätoimintaa, tapahtumia, ohjausta sekä koulutusta mielenterveyskuntoutujille. (Hietaharju & Nuutila 2017, 21–22.) Julkisen ja kolmannen sektorin olisi hyvä toimia yhteistyössä, jotta ihmisten palveluntarpeisiin pystyttäisiin vastaamaan parhaalla tavalla (Hätönen, Kurki, Larri & Vuorilehto 2014).

Toiminnan tarkoitus on olla muuta palvelujärjestelmää täydentävää, esimerkiksi asumispalveluita laitoshoidon jälkeen. Päivätoiminnan tarkoituksena on tarjota tukea omatoimisuuteen, aktiivisuuteen ja sosiaalisten taitojen kehittämiseen. Toiminnassa harjoitellaan elämäntaitoja, saadaan mielekästä sisältöä elämään ja kohdataan muita

samankaltaisessa tilanteessa olevia vertaistuen merkeissä. (Hietaharju & Nuutila 2017, 21.)

4.2 Luovat ja toiminnalliset menetelmät mielenterveystyössä

Luovilla ja toiminnallisilla menetelmillä on tutkitusti todettu olevan positiivinen vaikutus terveyteen ja hyvinvointiin, ja niitä käytetäänkin osana mielenterveystyötä tästä syystä esimerkiksi järjestämällä erilaisia luovia ryhmiä, kulttuuriretkiä ja toimintatuokioita. Aktiiviset kulttuuriharrastukset ovat yhteydessä hyvän elämän kokemuksiin. Yhteisöllisyys, osallisuus ja itseluottamus lisääntyvät harrastuksien ja sosiaalisen osallistumisen myötä. Yhteistoimintaan osallistuminen tukee paremman elämänhallinnan saavuttamista. Näiden kaikkien myötä hyvinvointi vahvistuu ja yksinäisyys vähenee. (Airaksinen ym. 2019, 10.)

Luova toiminta lisää ihmisten osallisuutta ja hyvinvointia. Tällöin myös ihmisten palveluntarve vähenee, ja palveluiden kustannukset vähenevät pitkällä aikajänteellä, kun palveluiden asiakkaat kuntoutuvat. (THL 2025.)

Luovien menetelmien tavoite ei ole jokin toiminnasta syntyvä luova lopputuote vaan prosessi itsessään. Luovan toiminnan prosessi on sarja kokemuksia, jotka rikastuttavat osallistujan kokemusmaailmaa. Prosessi etenee kokemuksia refleктоimalla ja niistä oppimalla. (THL 2025.)

Luova ryhmäprosessi voidaan jakaa viiteen eri vaiheeseen: virittäytymiseen, etäännyttämiseen, sanoittamiseen, jakamiseen sekä palautteeseen ja hyväksyntään. Aluksi siis virittäydytään luovan toiminnan äärelle, mikä auttaa etäännyttämään omista kokemuksista. Sen jälkeen kokemukset sanoitetaan luovalla toiminnalla, esimerkiksi kuvallisesti tai sanallisesti. Kokemusten jakaminen turvallisesti osana ryhmää auttaa näkemään omat kokemuksensa uudessa valossa sekä hahmottamaan uusia mahdollisuuksia. (THL 2025.)

Yhtenä toiminnallisuuden lähtökohtana voidaan pitää leikkiä. Leikki on ihmiselle synnynnäinen tapa toimia ja kehittyä. Leikinomaisella toiminnalla on mahdollista yhdistää ihmisiä vuorovaikutuksen avulla. Leikki ei kuulu pelkästään lapsille, vaan ihminen leikkii läpi elämänsä. Aikuisten leikkimisestä käytetään eri sanoja, ja siihen suhtaudutaan määrätietoisemmin ja vakavammin. Puhutaan peleistä, luovasta toiminnasta tai

osallistavista aktiviteeteista. Kuntouttavat ja hyvinvointia tuottavat vaikutukset ovat kuitenkin samat kuin lapsillekin. Kyseessä on kokeileva tutkiminen, jossa toiminnan tulos ei ole pääosassa. (Airaksinen ym. 2019, 19–21.)

4.3 Pelillisuus luovana ja toiminnallisena menetelmänä

Pelillisillä menetelmillä voidaan saavuttaa tasa-arvoisempi asiakassuhde, kun sekä asiakas että ammattilainen osallistuvat samaan toimintaan. Asiakkaalla saattaa olla pelistä enemmän kokemusta, eli hän pääsee toimimaan pelin suhteen asiantuntijan roolissa. Näin pelit voivat auttaa luottamuksen syntyemisessä ja valtasuhteiden purkamisessa, jolloin asiointikynnys palveluihin madaltuu. (Hytti & Kähkönen 2019, 4.)

Pelillisuus on luonteeltaan leikillistä ja rentoa, mikä on omiaan luomaan turvallisen ilmapiirin ja helpottamaan osallistumista. Peli asettaa kaikki osallistujat tasavertaisiksi, ja sen luoma jännitys ja innostus tuo osallistujat yhteen. Pelien kautta syntyy helposti siis ryhmäytymistä ja yhteisöllisyyttä. (Hytti & Kähkönen 2019, 4.) Pelillisyyden avulla asioiden käsittelystä voidaan tehdä turvallista pelin tarjoamisessa selkeissä rajoissa ja sovitussa rakenteessa. Pelien avulla on mahdollista tarkastella asioita eri tavoin kuin yleensä ja etäännyttää itseään omasta tilanteestaan. Pelit toimivat siis hyvin niin keskusteluiden virittämiseen kuin niiden syventämiseenkin. (Hytti & Kähkönen 2019, 5.)

Pelit tuovat monenlaisia hyötyjä hyvinvointiin. Ne tukevat aktiivisuutta tarjoamalla usein aivan konkreettisen syyn lähteä kotoa. Pelillisyyttä hyödyntävä ryhmätoiminta voi tuoda elämään uutta positiivisuutta uusien ystävien ja mielekkään sisällön myötä. Pelillisyyttä voidaan käyttää vuorovaikutuksen kehittämiseen. Pelissä syntyvässä luottamuksellisessa ilmapiirissä asiakkaan on helppo tulla kuulluksi ja ilmaista itseään myös muuten kuin puhumalla. Pelillisuus voi myös edistää työhyvinvointia avaamalla uusia näkökulmia myös sosiaalialan ammattilaisille. Avoin asenne ja rohkeus heittäytyä ovat hyviä taitoja, jos pelit ovat menetelmänä itselle uusia. Työntekijän kannattaa tutustua pelillisiin menetelmiin ennalta. (Hytti & Kähkönen 2019, 5–6.)

Pelillisten menetelmien suunnittelussa ja käyttöönotossa tärkeää on asiakaskeskeisyys. Asiakkaat on hyvä ottaa mukaan ideointiin ja suunnitteluun, ja heidän toiveitaan kannattaa kuunnella menetelmiä kehitettäessä. Mikäli asiakkaalla on entuudestaan

pelikokemusta, hän pääsee toimimaan kokemusasiantuntijana ja perehdyttämään työntekijöitä pelaamiseen. (Hytti & Kähkönen 2019, 6.)

PRO SOS -hankkeessa pelillisyyttä hyödyntävällä toiminnalla havaittiin olevan monenlaisia hyötyjä niin osallistujille kuin työntekijöillekin. Toiminnan huomattiin olevan hyvä tapa tutustua nuoriin aikuisiin ja saada heistä uutta tietoa. Pelit auttoivat keskusteluyhteyden avaamisessa, ja niiden kautta syntyvässä vuorovaikutuksessa nousi esiin asiakkaiden vahvuuksia ja kiinnostuksenkohteita. Asiakkaiden ja työntekijöiden rooliasetelmat muuttuivat pelatessa, mikä saattoi madaltaa kynnystä yhteydenottoihin ja palveluissa asiointiin. Nuoret aikuiset pääsivät pelillisyyttä hyödyntävässä toiminnassa myös kokeilemaan asioita, joihin heillä ei välttämättä muuten olisi esimerkiksi taloudellisesti mahdollisuuksia. (Hytti & Kähkönen 2019, 8.)

Pelillisyyden käyttäminen voi madaltaa kynnystä osallistua toimintaan. Tällöin asiakkaan on helpompi myös kertoa itsestään, jolloin hän pääsee paremmin osaksi ryhmää ja osallisuus vahvistuu. Ryhmän keskusteluissa nousseita aiheita ja hyväksi havaittua toiminnallisuutta voidaan hyödyntää myös yksilötyössä. (Hytti & Kähkönen 2019, 9.)

4.4 Roolipelit mielenterveyden tukena

Roolipelit kehittävät mielikuvitusta ja tarjoavat kokemuksia, jotka eivät muuten olisi mahdollisia. Niiden avulla on mahdollista kokeilla turvallisesti uusia rooleja ja toimintamalleja. Harrastajat mainitsevat myös havainnointikyvyn, sosiaalisten taitojen, itsevarmuuden, sanavalmiuden ja esiintymiskyvyn kehittymisen hyödyksi roolipelien pelaamisesta. Pelaamisella on mahdollista kehittää myös kielitaitoa, sillä monet pelit ovat englanninkielisiä. (Leppälahti 2009, 49–51.)

Roolipelaaminen on sosiaalista toimintaa, jonka kautta on mahdollista solmia uusia ihmissuhteita ja laajentaa ystäväpiiriään. Yhteinen harrastus yhdistää, ja samanhenkisten ihmisten kanssa pelaaminen voi johtaa ystävyyteen myös pelipöydän ulkopuolella. (Leppälahti 2009, 50.) EMY ry:n toiminnanohjaajan (Pöyhtäri 2024) mukaan roolipeleissä oppii tuntemaan muita ihmisiä ja myös itseään. Hänen mukaansa pelien avulla on mahdollista oppia esimerkiksi tunnesäätelyä ja itsensä ilmaisua sekä kehittää sosiaalisia taitojaan. (Pöyhtäri 2024.)

Roolipelit on yhdistetty historiansa aikana useaan otteeseen mielenterveyteen, kun on pelätty niillä olevan siihen haitallisia vaikutuksia. Ilman mitään todennettavaa näyttöä *Dungeons & Dragons* -pelillä pelättiin olevan yhteyksiä saatananpalvontaan ja mielenterveyshäiriöihin. Aihetta on tutkittu, ja tutkimuksissa on todettu, ettei D&D aiheuta mielenterveyshäiriöitä. Niissä on myös todettu, että mitä tutumpi roolipeli on, sitä vähemmän sitä pidetään mielenterveydelle vaarallisena. (Baker, Kotera & Turner 2022, 3–4.) Osa pelaajista korostaa roolipelien hyvänä puolena myös mahdollisuutta mielekkääseen ja hauskaan vapaa-ajanviettoon ilman päihteitä (Leppälahti 2009, 52).

Lehdon (2021, 76) mukaan roolipeleillä on tutkimusaiheena monia samankaltaisuuksia taiteen ja hyvinvoinnin kanssa. Koska roolipelejä voidaan lähestyä hyvin monesta eri näkökulmasta, on suurin osa taiteen ja hyvinvoinnin yhteyttä käsittelevästä tutkimuksesta yhteydessä roolipeleihin. Erityisesti sosiodraama ja roolipelaaminen muistuttavat toisiaan. Jacob Levy Moreno alkoi tutkia rooleja sosiaalisina rakenteina 1920-luvulla. Vuonna 1946 hän loi sosiodraamaprosessin esittäen, että hahmon roolin pelaaminen ryhmässä voi olla terapeutista. Tämä ja muut samankaltaiset terapiamuodot eivät ole sama asia kuin roolipelit, vaikka niissä samankaltaisia elementtejä onkin. (Lehto 2021, 76.)

Roolipeleissä asetutaan pelihahmon rooliin ja seikkaillaan arkitodellisuudesta poikkeavassa ympäristössä. Monet pelaajat kokevat, että pelatessaan he pystyvät hetkeksi luopumaan esimerkiksi työ- tai opiskelupaineista ja purkamaan niitä turvallisesti. Peleissä on mahdollisesta kokeilla itselle vieraita käyttäytymismalleja ja tutustua uudenlaisiin ajattelutapoihin, pelaajien mukaan usein vielä syvällisemmin kuin esimerkiksi elokuvaa katsomalla. (Leppälahti 2009, 52). Pelihahmoon eläytymällä ja tämän asemaan asettumalla on mahdollista nähdä asioita eri näkökulmasta ja kokeilla omasta kokemuksesta poikkeavia käyttäytymismalleja. Näitä ominaisuuksia on käytetty hyväksi erilaisia pedagogisia roolipelejä kehitettäessä. Niiden avulla voidaan opetella esimerkiksi erilaisia elämönhallintataitoja tai antaa asennekasvatusta. (Leppälahti 2009, 52–53).

Roolipelit antavat mahdollisuuden eläytyä uudenlaisiin tilanteisiin ja muiden henkilöiden asemaan, jolloin pelaaja pääsee mahdollisesti käsittelemään asioita, joita hän ei ole ehkä aikaisemmin osannut käsitellä. Pelaajat pääsevät roolipelissä kokeilemaan hahmojensa kautta taitoja, joita he eivät ole aiemmin kokeneet hallitsevansa. Parhaimmillaan pelaajat

saattavat pelin kautta havaita pystyvänsä sittenkin itselleen haastaviin asioihin. (Pöyhtäri 2024.) Pelihahmolla on usein joitain tavallisuudesta poikkeavia kykyjä ja taitoja, joita käyttämällä he usein toimivat tarinan sankareina. Roolipeliseikkailun vastusten voittaminen ja pelihahmon nouseminen juonen kannalta tärkeäksi vaikuttavat usein myös pelaajaan. Pelaaja voi hahmonaan ja hahmonsa kautta saada kokemuksia onnistumisesta, osallisuudesta ja merkityksellisyydestä. (Leppälahti 2009, 53).

Roolipelien ja hyvinvoinnin välisestä yhteydestä kaivataan kuitenkin vielä lisää tutkimusta. Aiheen syvällisempi ymmärtäminen voisi johtaa roolipelien käyttöön terapiatarkoituksessa. (Lehto 2021, 81.) Aihe selvästi kiinnostaa, ja esimerkiksi Laurea-ammattikorkeakoulusta on vuonna 2022 valmistunut Ville Mutkan (2022) opinnäytetyö ”Kun Dragonborn-barbaari tulikin puhuneeksi – Opinnäytetyö lauta- ja roolipelien vaikutuksista matalan kynnyksen mielenterveystyössä” EMY ry:lle sekä vuonna 2025 Josefina Jurmun ja Aki Kulmalan opinnäytetyö ”Roolipeliharrastuksen vaikutukset nuorten voimaantumiseen ja osallisuuden kokemuksiin” (2025) Akaan nuorisopalveluille. Lisäksi aihetta on tutkinut aiemmin myös esimerkiksi Teemu Hämäläinen (2019) Tampereen ammattikorkeakoulusta opinnäytetyösään ”Pelistä elämään. Pöytäroolipelien käyttö sosiaalisen syrjäytymisen ehkäisyssä.”

Mutkan opinnäytetyö on tämän opinnäytetyön tapaan toteutettu EMY:lle. Mutkan tulosten mukaan roolipelien avulla voidaan vahvistaa mielenterveyden suojatekijöitä ja edistää sen myötä mielenterveyttä. Jatkotutkimusaiheiksi Mutka esittää tutkimuksen toistamista suuremmalla otannalla ja muissa ympäristöissä, pelien voimaantumista edistävien tekijöiden selvittämistä, peliaiheisten koulutusmateriaalien luomista ja pelien vaikutuksien kartoittamista suhteessa mielenterveyspalveluiden tarpeeseen ja kysyntään. (Mutka 2022, 59–60.) Jurmun ja Kulmalan opinnäytetyön tulokset puolestaan osoittavat roolipeliryhmien voivan tukea nuorten osallisuutta ja voimaantumista, jotka kuitenkin siirtyäkseen pysyvämmiin nuorten arkeen vaatisivat pidempiaikaista tukea ja tulosten laajempaa tarkastelua. (Jurmu & Kulmala 2025, 40). Aiheessa riittäisi siis vielä hyvin työsarkaa.

5 Roolipelitoiminnan ohjaaminen

Aloittelevan pelinjohtajan on hyvä olla pelaajilleen avoin siitä, että on toimimassa pelinjohtajan roolissa ensimmäisiä kertoja. Pelikertojen jälkeen kannattaa pyytää palautetta, kehuja, toiveita ja vinkkejä peliryhmältä, sillä vaikka aiheesta voi lukea paljon kirjoista tai opiskella katselemalla erilaisia opetusvideoita, pelinjohtajan taidot karttuvat ennen kaikkea käytännön kokemuksen myötä. (Kurjenmiekka ym. 2023, 7.) Virheitä ei kannata pelätä, sillä niitä tekevät kokeneetkin pelinjohtajat. Niistä voi ottaa oppia ja kehittyä pelinjohtajana. Mikään peli ei ole täydellinen, eivätkä pelinjohtajan huolelliset suunnitelmat aina toteudu. Niin kauan kuin kaikilla pelaajilla on hauskaa, peli on onnistunut. Tämä koskee myös pelinjohtajaa. (Iivonen 2020)

Tuoreen pelinjohtajan on yleensä hyvä lähteä liikkeelle yksinkertaisesta seikkailusta. Sellainen on monipolveilevaa tarinaa helpompi suunnitella ja hallita, ja pelillä on myös tilaa ottaa sitä muotoa, joka sille pelaajien toiminnan myötä alkaa muodostua. Pelaajia on hyvä osallistaa pelin suunnitteluun mukaan esimerkiksi sovittamalla pelaajahahmojen taustatarinoita osaksi isompaa tarinaa. (Iivonen 2020.)

5.1 Roolipeliseikkailun suunnitleminen

Roolipeliseikkailu on yksittäinen kohtaaminen tai joukko kohtauksia, jotka muodostavat oman juonenkaarensa joko sellaisenaan kertaluontoisessa pelissä tai osana laajempaa peliseikkailujen sarjaa eli pelikampanjaa. Yksittäistä seikkailua voisi verrata esimerkiksi televisiosarjan jaksoon. Yksittäisellä seikkailulla on aina jokin tavoite, jonka saavuttaminen päättää seikkailun. (Kurjenmiekka ym. 2023, 9–10.)

Roolipeli vaatii toteutuakseen monia päätöksiä pelinjohtajalta. Ennen peliä tulee esimerkiksi päättää, käytetäänkö valmista maailmaa vai pelinjohtajan itse suunnittelemaa maailmaa, tai millaisia pelin tyyli ja painotukset ovat. Valmisseikkailuja voi käyttää joko sellaisenaan, lainata niistä osan ja keksiä loput itse tai vain lukea niitä inspiraatioksi. Toiset pelinjohtajat suunnittelevat pelimaailmansa pienintä yksityiskohtaa myöten, toiset keksivät maailmaansa sisältöä lennosta pelin edetessä.

Maailmansuunnitteluun on olemassa myös monenlaisia työkaluja pelinjohtajan avuksi, esimerkiksi lukuisia kartanteko-ohjelmia, nimigeneraattoreita, satunnaistaulukoita sekä

roolipelimuistiinpanojen hallintaan tarkoitettuja sivustoja ja sovelluksia. (Kurjenmiekka ym. 2023, 8.)

Pelinjohtajalla on hyvä olla jonkinlainen käsitys seikkailun suuremmista linjoista. Riippuu paljon kulloinkin kyseessä olevasta peliryhmästä, sopiiko peliin paremmin pelinjohtajan tarkemmin ohjaama tarina vai laajemman vapauden pelaajille jättäminen. Edellä mainittu vaatii ennalta paljon suunnittelutyötä pelinjohtajalta, kun taas jälkimmäinen edellyttää enemmän kykyä heittäytyä ja mukautua pelaajien valintoihin. (Kurjenmiekka ym. 2023, 9.)

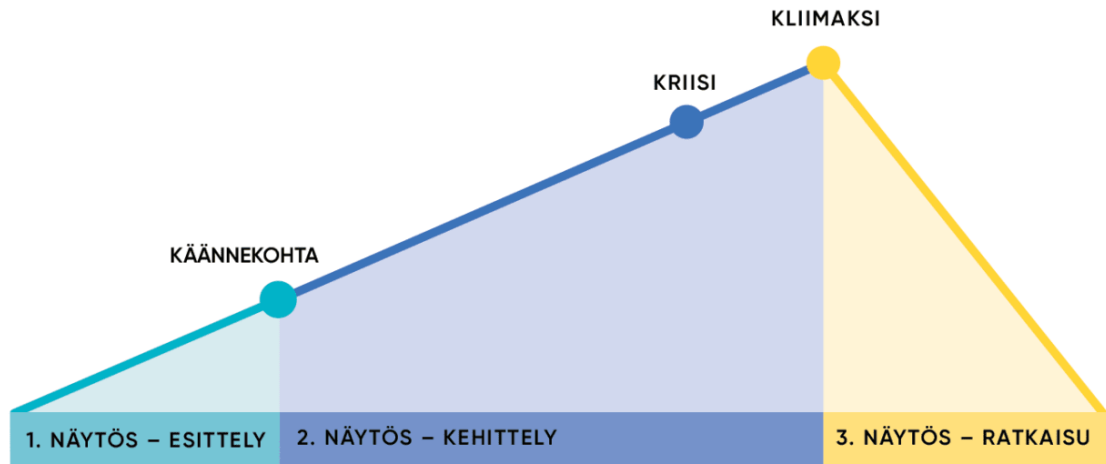
Tarinan on usein hyvä lähteä liikkeelle rauhallisemmin kuin se päättyy, kiihdyttää kohti huipennustaan ja hidastaa tämän jälkeen vielä loppua kohden. Tällöin pelaajat saavat alussa aikaa tutustua maailmaan omaan tahtiin, mikä auttaa tunnesiteen syntymisessä pelaajien ja tarinan välille, mikä edelleen edistää pelikokemuksen mielekkyyden tuntua. (Kurjenmiekka ym. 2023, 10.)

Seikkailu päättyy yleensä sille asetetun tavoitteen saavuttamiseen. Kampanjassa sarja seikkailuja muodostaa jonkinlaisen kokonaisuuden, ja se päättyy ideaalitulanteessa johonkin näyttävään loppukohtaukseen ja mahdollisesti erityisen mieleenpainuvaan seikkailuun. Seikkailulle tai kampanjalle voidaan pelata vielä erillinen epilogi, jolloin pelaajat saavat pohtia ja jakaa ajatuksiaan siitä, mitä heidän hahmonsensa tekevät seikkailun jälkeen. Pelinjohtaja puolestaan voi kuvailla, miten maailma ja tärkeimmät sivuhahmot jatkavat tästä eteenpäin. Lopuksi voidaan myös muistella yhdessä kohokohtia, vaihtaa yhdessä ajatuksia ja antaa yleistä palautetta pelistä. Samalla voidaan myös jo alkaa käydä keskustelua mahdollisista tulevista peleistä. (Kurjenmiekka ym. 2023, 11.)

Uutta peliä aloittaessa on hyvä olla tietoinen, minkälaisesta pelistä on kyse esimerkiksi sääntöjen, tyylin tai sisällön osalta. Erilaiset pelit painottuvat erilaisiin asioihin, ja eri pelisysteemeillä on erilaisia mahdollisuuksia ja rajoituksia, jotka pelinjohtajan kannattaa ottaa huomioon. (Iivonen 2020.)

Yksi tapa suunnitella oma seikkailu, on käyttää näytelmäkirjallisuudesta tuttua kolmen näytöksen tarinan kaavaa (kuvio 1). Ensimmäisessä näytöksessä peli käynnistetään esittelemällä maailma ja hahmot sekä tuomalla peliin jokin sen liikkeelle saattava tapahtuma tai jonkinlainen käännekohta. Toisessa näytöksessä juoni kehittyy ja tapahtuu suurin osa varsinaisesta seikkailusta, ja peli huipentuu kolmannessa näytöksessä

tapahtuvaan ratkaisevaa tapahtumaan ja rauhoittuu vielä lopuksi kohti tarinan päätöstä. (Iivonen 2020.)



Kuvio 1: Kolmen näytöksen tarinan kaava (Ollikainen, 2023).

Tarkkoja käännteitä ei tarvitse eikä toisaalta voikaan tietää ennalta, sillä pelaajien valinnat ja toiminta vaikuttavat juonenkäännteisiin loppuratkaisua myöten, mutta tarkoitus tällaisessa rakenteessa olisi se, että alussa pelaajilla on tilaa rauhassa tutustua maailmaan ja hahmoihin, jotta hahmojen seikkailut eivät tunnu pelaajille yhdentekeviltä, ja lopussa taas riittävän näyttävä finaali kohtaus tekee pelaajiin vaikutuksen. (Iivonen 2020.)

Toinen hyvä työkalu roolipeliseikkailun suunnitteluun on viiden huoneen luolasto, joka on pelinjohtaja ja kirjailija John Fourin (2023) vuosina 2002–2003 kehittämä seikkailurakenne. Se koostuu viidestä erillisestä tilanteesta ja tilasta, jotka haastavat pelaajahahmoja jokainen hieman eri tavoin. Nimestään huolimatta kyseessä voi olla muukin ympäristö kuin perinteinen fantasiagenren pelin luolasto: esimerkiksi avaruusalus, pilvenpiirtäjän kerros tai kartanon siipi. Viiden huoneen luolasto on tarkoitettu lyhyeksi pelattavaksi, ja se on myös pelinjohtajalle nopea suunnitella. Tarvittaessa sitä voi helposti suurentaa tai pienentää. (Four 2023.)

Jokainen huone tarjoaa jotain erilaista pelaajille. Ensimmäinen huone on sisäänkäynti ja vartija, ja käynnistää seikkailun vauhdikkaasti esimerkiksi ansan ratkaisemisella tai taistelulla. Toinen huone on arvoitus tai roolipelillinen haaste, joka toimii vastapainona edelliselle huoneelle. Kolmas huone on temppu tai takaisku, eli jotain, mikä yllättää

pelaajat ja rakentaa jännitystä. Neljäntenä pelaajahahmot kohtaavat loppuhuipennuksen esimerkiksi suuren taistelun tai muun konfliktin muodossa, ja viidentenä heitä odottaa vielä palkkio, paljastus tai mahdollista jatkoa pohjustava juonenkäänte. (Four 2023.)

Eri pelijärjestelmiin löytyy paljon valmiita seikkailuita, joissa kaikki edellä mainitut vaiheet on mietitty pelinjohtajan puolesta valmiiksi. Valmisseikkailu kannattaa lukea huolella ja tehdä siitä omat muistiinpanot sekä jättää kuitenkin aina hieman tilaa myös sattumalle. Valmista seikkailua voi käyttää paitsi täysin sellaisenaan, myös hieman muunnellen, laajemmin uudelleen kirjoitettuna tai vain kevyenä inspiraation lähteenä. Niin aloittelevien kuin kokeneempienkin pelinjohtajien voi olla hyvä lukea ja selailla välillä valmisseikkailuja, sillä usein pelien tekijöillä itsellään on roolipeleistä pitkä kokemus, josta muutkin voivat hyötyä. (Iivonen 2020.)

Pelaajien valintoja ei kannata pyrkiä ohjailemaan liikaa, sillä roolipelien viehätys perustuu paljolti juuri suureen valinnanvapauteen siinä, mitä hahmo pystyy pelimaailmassa tekemään. Liian tarkkaan suunniteltu peli rajoittaa myös pelinjohtajan improvisaatiomahdollisuuksia ja uusien ideoiden ottamista mukaan kesken pelin. Peliin on siis hyvä jättää varaa poiketa pelinjohtajan suunnittelemilta raiteilta. (Iivonen 2020.)

5.2 Käytännön valmistelut ennen pelikertaa

Kun pelinjohtaja on suunnitellut pelin ja tutustunut materiaaliin, on aika siirtyä käytännön asioiden hoitamiseen. Roolipelin järjestäminen vaatii toimintaa ennen peliä, sen aikana ja sen jälkeen. (Iivonen 2020)

Pelin sisällöstä, tyylistä ja painotuksista on hyvä keskustella etukäteen myös pelaajien kanssa. Yksi toimiva työkalu tähän on niin kutsuttu nollapelikerta, eli eräänlainen ennen peliä tapahtuva kokoontuminen, jossa yhdessä keskustellaan tulevasta pelistä.

Pelinjohtaja voi nollapelikerralla kertoa suunnitelmistaan, kysellä pelaajien toiveita ja odotuksia sekä auttaa hahmonluonnissa. Niin pelaajat kuin pelinjohtajakin saa esittää toiveita ja rajoituksia pelin sisältöön. Nollapelikerran tavoite on tehdä selväksi kaikille peliin osallistuville, minkälaiseen peliin he ovat tulossa mukaan. (Kurjenmiekka ym. 2023, 8–9.)

5.2 Pelinjohtajan tehtävät pelikerran aikana

Muistiinpanojen tekeminen on tärkeä osa pelinjohtajan tehtävää. Pelin aikana on hyvä tehdä muistiinpanoja tärkeimmistä tapahtumista, hahmoista, nimistä, paikoista ja muusta olennaisesta. Nämä huomiot voi kirjoittaa selkeämmin auki myöhemmin ajan kanssa. Muistikirja voi toimia pelien välillä myös paikkana kerätä ideoita ylös sitä mukaa, kun niitä päähän pälkähtää. Ideoita ja muita muistiinpanoja voi toki tehdä myös sähköisessä muodossa, esimerkiksi jossakin virtuaalisessa roolipelinsuunnittelutyökalussa. (Iivonen 2020).

Pelisesio rakentuu yleensä kolmesta vaiheesta: kertauksesta, pelaajien vuorosta ja seurausten kuvailusta. Pelin aluksi pelinjohtaja kuvailee lyhyesti, mihin edellisellä kerralla jäättiin ja mikä on tämän kerran lähtötilanne. Tämän jälkeen pelaajat kertovat, mitä heidän hahmonsensa tekevät ja heittävät tarvittaessa noppaa nähdäkseen, onnistuuko toiminta. Pelinjohtaja huolehtii, että kaikki pääsevät tasaisesti ääneen. Seuraavaksi pelinjohtaja kuvailee, miten pelaajien toiminta vaikuttaa maailmaan. Hän pelaa myös sivuhahmoja ja mahdollisia vastustajia kuvaillen näiden toimintaa ja reaktioita pelaajahahmoihin. (Vuorela & Hiltunen, 2020.)

Pelaajien vuoro ja seurausten kuvailu toistuvat läpi pelin vieden tarinaa eteenpäin. Pelinjohtajan tulee seurata kelloa pelikerran aikana, ja päättää pelikerta ajan kulumisen ja pelissä sopivan tilanteen mukaan. (Vuorela & Hiltunen, 2020.) Ensimmäinen pelikerta voi olla hyvä jättää johonkin jännittävään kohtaan, sillä tämä luo jännittävää odotusta pelaajissa. Pelaajille on hyvä antaa seurattavia johtolankoja, joista he voivat seuraavalla kerralla jatkaa. Pelikerran päätteeksi pelaajilla olisi hyvä olla selkeä mielikuva seuraavan kerran mahdollisista toimintavaihtoehdoista. Pelaajahamoille voi ensimmäisen kerran päätteeksi antaa jotain palkintoja esimerkiksi taikaesineiden tai muiden aarteiden muodossa. Myös hahmon taitotason kehittyminen voi olla hyvä palkinto. (Kurjenmiekka ym. 2023, 26–27.)

5.3 Pelinjohtajan tehtävät pelikerran jälkeen

Ensimmäisen pelikerran jälkeen pelinjohtajan kannattaa arvioida pelin kulkua, pelikerran rakennetta ja pelin rytmiä (Kurjenmiekka ym. 2023, 27). Erityisesti uuden pelinjohtajan on hyvä pyytää pelin jälkeen palautetta (Iivonen 2020). Yleisestikin pelikertojen loppuun on

hyvä varata aikaa pelin purkuun (Kurjenmiekka ym. 2023, 30). Jos jokin pelissä jää vaivaamaan, se on hyvä ottaa puheeksi. Tilanteen mukaan asian voi ottaa puheeksi koko peliryhmän kesken tai kahden kesken pelaajan kanssa. (Iivonen 2020.)

Eräs hyväksi havaittu työkalu pelikerran purkuun on kohokohdat ja toiveet. Jokainen pelaaja saa vuorollaan kertoa yhden kohokohdan pelistä tai laajennettuna yhden kohokohdan jokaisen muun pelaajan pelaamisesta. Nämä ovat siis asioita, joita pelaajat haluavat nähdä pelissä. Seuraavaksi kaikki saavat esittää toiveen liittyen seikkailun tai kampanjan kulkuun. Nämä asiat kertovat pelinjohtajalle, mitä hän voisi lisätä peliin ja mahdollisesti myös sen, jos pelaajat haluavat siirtyä jo nykyisestä sisällöstä muualle. (Kurjenmiekka ym. 2023, 30).

Jos pelissä on käsitelty erityisen rankkoja aiheita tai jollekin hahmolle on tapahtunut jotain traumaattista, myös tätä on hyvä käsitellä pelin purkamisessa. Pelinjohtajan on syytä varmistaa, että pelaaja voi hyvin. Pelaaja saattaa joskus eläytyä hahmoonsa niin voimakkaasti, että hahmon tunteet saattavat jäädä mieleen ja tuntua omilta. (Kurjenmiekka ym. 2023, 30). Tätä ilmiötä kutsutaan englanniksi termillä ”bleed”, jonka voisi kääntää esimerkiksi tunnevuotona. Se tarkoittaa hahmon ja pelaajan tunteiden ja kokemusten sekoittumista, eli sitä, että pelissä koetut asiat voivat vaikuttaa pelaajaan tai toisin päin. Joskus vahva hahmoon eläytyminen voi olla pelaajan toivoma kokemus, ja joskus se taas voi vaikuttaa pelaajaan ja koko ryhmään negatiivisesti. Pelikerran jälkeen on hyvä varata pelaajille aikaa keskustella hahmonsensa kokemuksista ja ottaa niihin näin etäisyyttä. Ihmiset pelihahmojen taustalla ovat aina tärkeämpiä kuin peli. (D’Amato 2024, 34–35.)

Pelikertojen välissä pelinjohtajan tulee tarkastaa muistiinpanonsa, pitää ne järjestyksessä ja suunnitella mahdollisuuksien mukaan hieman tai hieman enemmän tulevia pelikertoja. Joskus pelaajat saattavat haluta keskustella myös hahmoistaan ja pelistä kahden pelinjohtajan kanssa, joten tälle voi olla hyvä järjestää aikaa. (Vuorela & Hiltunen 2020, 7.) Ennen jokaista pelikertaa on hyvä valmistella ainakin sen pelikerran keskeiset sijainnit, sijainnit, tapahtumat sekä kerrata läpi aikaisempaa materiaalia ja pelin tapahtumia. Pelinjohtajan kannattaa kirjoittaa itselleen ylös, missä pelaajahahmot ovat, keitä he kohtaavat ja mitä tapahtumia pelimaailmassa tapahtuu joko pelaajahahmoista riippuen tai riippumatta. Enemmänkin voi valmistella, mutta suositeltavaa on valmistella korkeintaan yksi pienempi tarinan kaari tai seikkailu kerrallaan. Pelaajat yleensä vievät

tarinaa hahmojensa valinnoilla aina omiin, usein yllättäviin suuntiinsa, ja liian pitkälle ulottuva valmistelu on pelinjohtajalle vain turhaa työtä. (Kurjenmiekka ym. 2023,27.)

Pelaajien toimia voi toki yrittää ennakoida antamalla heille konkreettisia vaihtoehtoja, joihin tarttua. Pelaajahahmojen tavoitteista ja keskeisistä tiedoista, esimerkiksi uusista taidoista ja taikaesineistä voi olla hyvä pitää kirjaa, jotta pysyy itse perässä siitä, mikä pelaajia voisi seuraavaksi kiinnostaa ja motivoida. Jos pelinjohtaja haluaa käyttää pelissään jotain sähköisiä apuvälineitä, esimerkiksi virtuaalista pelipöytää tai sovellusta taisteluiden kulun seuraamiseen, näistä on hyvä huolehtia pelien välissä. Myös mahdollinen pelaajille jaettava materiaali, esimerkiksi kartat tai sivuhahmojen kuvat, on syytä varata ajoissa käsille, mikäli sellaista haluaa käyttää. (Kurjenmiekka ym. 2023,27.)

5.4 Turvallisuus ja konfliktien ratkaisu roolipelissä

Hyvä pelinjohtaja kohtelee kaikkia pelaajia reilusti ja tasapuolisesti. Jokaisen hahmon olisi hyvä päästä vuorollaan tuomaan omia taitojaan esiin tai olemaan jollain muulla tavalla tärkeässä osassa peliä ja sen tarinaa. (Iivonen 2020.) Myös pelaajaryhmissä on eroja. Ryhmän kokonaisuuteen vaikuttavat niin pelaajien luonteet, ikä, aiempi mahdollinen roolipelikokemus kuin heidän keskinäiset suhteensa. Pelinjohtajan on hyvä olla selvillä, minkälaisesta pelityylistä hänen pelaajansa ovat kiinnostuneita, jotta nämä asiat voi mahdollisimman hyvin ottaa huomioon jo seikkailua suunniteltaessa. (Kurjenmiekka ym. 2023, 15.)

Pelaajien erilaiset kokemustasot roolipelaamisen suhteen eivät ole mikään ongelma pelille, mutta ne on hyvä tiedostaa ja ottaa huomioon. Ryhmän keskinäiset suhteet kannattaa myös huomioida. On erilaista järjestää peliä porukalle, jossa kaikki tuntevat toisensa kuin keskenään täysin vieraille ihmisille. Jos peliryhmä on toisilleen entuudestaan tuntematon, pelin aika tulee todennäköisesti esiin enemmän yllättäviä asioita ja mahdollisesti myös erimielisyyksiä. Tässä korostuu nollapelikerran eli pelin käytännöistä, teemoista ja sisällöstä etukäteen keskustelemisen tärkeys. (Kurjenmiekka ym. 2023, 15–16.)

Roolipelissä kaikki ei aina suju odotusten mukaan, ja peliryhmässä saattaa syntyä erilaisia konflikteja. Pelaajat ja pelinjohtaja ovat vain ihmisiä, joten väärinymmärrykset, ajattelemattomat vitsit tai ihan vain huono päivä saattavat johtaa erimielisyyksiin. Tähän

voi varautua osittain jo ennalta selvittämällä nollapelikerralla mahdollisia arkoja tai kokonaan pois jätettäviä aiheita ja teemoja. (Kurjenmiekka ym. 2023, 16.)

Hyvä ohjenuora pelinjohtajalle ovat turvallisemman tilan periaatteet, jotka kannattaa käydä pelaajien kanssa yhdessä läpi. Toisia tulee kohdella kunnioittavasti ja arvostavasti, eikä peliryhmässä tule sallia häirintää, rasismia tai syrjintää. Jokaisen henkilökohtaista fyysistä ja psyykkistä tilaa tulee kunnioittaa. Moninaisuus pitää huomioida, ja kaikkien on tultava kuulluksi. Muiden kuuntelemisesta voi itse oppia, ja kehittää omaa toimintaansa paremmaksi. (Kurjenmiekka ym. 2023, 16.)

Pelinjohtajalla on oikeus ja myös velvollisuus myös päättää pelikerta tarvittaessa jo suunniteltua aikaisemmin, jos tilanne kääntyy liian ikäväksi. Tilanne on syytä selvittää joko paikan päällä tai pelikertojen välissä, mielellään kuitenkin kasvotusten uusien väärinymmärrysten välttämiseksi. Napakka puuttuminen tekee pelistä turvallista kaikille ja kertoo pelissä kerrotun yhteisen tarinan tärkeydestä. (Kurjenmiekka ym. 2023, 17.)

Joskus yhteistä säveltä ei selvittely-yrityksistä huolimatta löydy. Tällöin peliä voidaan joko muokata, joku pelaajista voi lähteä pelistä tai koko peli on lopetettava. Kaikissa vaihtoehtoissa on hyvä jutella ja käydä asiat läpi avoimesti, jotta kaikki voivat jatkaa taas eteenpäin. Konflikteista voi myös ottaa oppia. (Kurjenmiekka ym. 2023, 17.)

6 Kehittämistyön menetelmät

Opinnäytetyön toteutettiin yhteistyössä Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry:n kanssa. Yhteistyöstä sovittiin työeläkumppanin kanssa opinnäytetyösopimuksessa.

Tämän kehittämismuotoisen opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella, tuottaa ja arvioida opas roolipelitoiminnan järjestämiseen Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry:lle. Opinnäytetyön tavoitteena oli oppaan avulla tukea EMY:n työntekijöiden ja vapaaehtoisten toimintaa. Tavoitteena oli myös opinnäytetyön tekijän oma oppimisprosessi ja ammatillinen kehittyminen.

6.1 Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat

Opinnäytetyö toteutettiin kehittämistyönä. Oppaan toteuttamiseksi tarvittavan aineiston ja tietoperustan keräämiseen valittiin menetelmiksi laadullinen tutkimus, teemahaastattelu ja benchmarking. Lisäksi hyödynnettiin kommentointia pyytämällä oppaasta palautetta työelämäkumppanilta.

Laadullinen tutkimusote soveltui opinnäytetyön tiedonkeruuseen, sillä tarkoituksena oli teemahaastatteluiden avulla avata pelinjohtajien kokemuksia roolipelin järjestämisestä ja pelinjohtajana toimimisesta. Opasta varten tuli selvittää, mitä pelinjohtajana toimiminen vaatii ja mitä asioita roolipelin järjestämisessä tulee ottaa huomioon.

Teemahaastattelu sopi opinnäytetyöhön hyvin luonteensa vuoksi. Se keskittyi tässä opinnäytetyössä roolipelien järjestämiseen ja pelinjohtajana toimimiseen, joihin liittyvistä peruskäsitteistä laadittiin haastattelurunko. Benchmarking-menetelmällä tarkkailtiin ja vertailtiin pelinjohtajien toimintaa ja muita roolipelioppaita. Näin voitiin tunnistaa niistä menestystekijöitä ja kehittää opinnäytetyössä valmistuvaa opasta paremmaksi.

6.1.1 Laadullinen tutkimusote

Laadullisen eli kvalitatiivisen tutkimuksen lähtökohta on kuvata todellista elämää ja sen moninaisuutta. Tutkimuskohdetta pyritään ymmärtämään mahdollisimman kokonaisvaltaisella tavalla. Laadullinen tutkimusote keskittyy selvittämään tutkitun aiheen tai ilmiön laatua ja merkityksiä eli asioita, jotka eivät ole yksiselitteisesti määrällisesti mitattavissa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009,161.)

Laadullinen tutkimus on kokonaisvaltaista tiedonhankintaa, jossa suositetaan ihmistä tiedonkeruuvälineenä. Siinä pyritään paljastamaan odottamattomia asioita aineiston monitahoisella ja yksityiskohtaisella tarkastelulla. Aineistoa hankitaan laadullisin metodein, eli esimerkiksi teemahaastatteluin ja erilaisia dokumentteja analysoimalla. Tutkittava kohdejoukko valitaan tarkoituksenmukaisesti, ja aineistoa tulkitaan jokaista tapausta ainutlaatuisena pitäen. Laadullinen tutkimusote on joustava, ja suunnitelmaa voidaan muovata olosuhteisiin sopivaksi. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009,164.)

Tässä opinnäytetyössä noudatettiin laadullista tutkimusotetta. Sen käyttö toteutui tietoperustan kokoamisessa luotettavaan ja ajankohtaiseen tutkimuskirjallisuuteen ja

muihin asianmukaisiin lähteisiin perehtymällä sekä teemahaastatteluista saatua aineistoa analysoimalla.

6.1.2 Teemahaastattelu

Teemahaastattelu on nimensä mukaisesti kohdennettu tiettyyn keskusteltavaan teemaan tai teemoihin. Keskiössä ovat haastateltavien kokemukset, tulkinnat ja määritelmät asioista sekä ymmärrys merkitysten syntymisestä vuorovaikutuksessa. Teemahaastattelu etenee tarkkojen kysymysten sijaan tiettyihin aiheisiin keskittyen. Se kuuluu puolistrukturoituihin haastatteluihin, joissa jokin osa haastattelua on kiinteää ja jokin avoin. Teemahaastattelussa kysymysten aihepiiri on kaikille yhteinen, mutta kysymysten muoto ja järjestys on vapaa. (Hirsjärvi & Hurme 2022, 47–48.)

Teemahaastattelu vaatii pohjakeseen perehtymistä aihetta käsittelevään teoriaan ja tutkimuksiin. Tästä tietoperustasta saadaan aihealueet eli teemat, joista muodostetaan haastattelurunko. Sitä taas tarkennetaan haastattelutilanteessa yksityiskohtaisemmilla kysymyksillä keskustelun pohjalta. Aiheiden tulee olla riittävän laiveita, jotta tutkimuskohteena olevan ilmiön moninaisuus tulee oikealla tavalla esiin. (Hirsjärvi & Hurme 2022, 67.)

Haastatteluja varten luotiin haastattelurunko, jonka kysymysten ympärille haastatteluissa käydyt keskustelut rakentuivat puolistrukturoituun tapaan. Haastattelut toteutettiin haastateltavien toiveiden perusteella joko etäyhteyksin tai kasvotusten, ja nauhoitettiin litterointia varten.

6.1.3 Benchmarking

Benchmarking tarkoittaa vertailevaa oppimis- ja kehittämisprosessia. Menetelmässä omaa toimintaa verrataan toiseen toimijaan, tunnistetaan kehittämiskohteita ja parempia toimintatapoja ja sovelletaan opittua oman toiminnan kehittämiseen. (Niva & Tuominen 2021, 106.) Benchmarking-prosessi alkaa kehityskohteiden määrittelyllä ja vertailukohteina olevien toimijoiden tunnistamisella. Toimintaa vertaillaan suorituskykyerojen mittaamiseksi, ja tunnistetaan menestystekijät paremmissa toimintatavoissa. Seuraavaksi arvioidaan ensin omaa ja sitten vertailun kohteena olevaa toimintaprosessia. Omalle toiminnalle asetetaan kehitystavoitteet. Lopuksi opittua sovelletaan ja otetaan käyttöön omassa toiminnassa. Toimintaa voidaan vielä tämän

jälkeen kehittää edelleen ja aloittaa prosessi alusta uusin tavoittein. (Niva & Tuominen 2021, 34.)

Benchmarking-menetelmää käytettiin tässä opinnäytetyössä mahdollisimman toimivan roolipelinjohtamista käsittelevän oppaan kehittämiseksi. Benchmarking toteutettiin opinnäytetyössä etsimällä sopiviksi benchmarking -kohteiksi aiempia oppaita pelinjohtajille, perehtymällä pelinjohtajien toimintaan ja muihin roolipelioppaisiin, tarkkailemalla niitä ja tekemällä niistä huomioita tässä opinnäytetyössä kehitettyä opasta varten. Osa oppaista oli tekstimuotoisia ja osa videoita tai videosarjoja.

6.2 Eettisyyden huomioiminen menetelmissä

Työelämälähtöistä kehittämistyötä ohjaavat sekä tieteen tekemisen että yritysmaailman eettiset säännöt, ja sen tavoitteiden tulee noudattaa korkeaa moraalialaa. Toiminnan on oltava rehellistä, huolellista ja tarkkaa. Saavutettujen tulosten tulee olla hyödynnettävissä käytäntöön. Toiminnassa mukana olevien ihmisten tiedossa tulee olla kehittämistyön kohde, tavoitteet ja heidän oma roolinsa. Vastaajien anonymiteetin takaaminen edistää rehellisten vastausten saamista kohderyhmältä. (Ojasalo ym. 2015, 48.)

Opinnäytetyöprosessia ohjaa lisäksi lainsäädäntö etenkin tietosuojan, asiakkaan aseman ja oikeuksien sekä tekijänoikeuksien osalta. (Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry 2020, 11.)

Sosiaalialan ammattietiikan perusteena ovat ihmisarvo, ihmisoikeudet ja sosiaalinen oikeudenmukaisuus (Talentia 2017, 7). Tutkimukseen osallistuvien ihmisarvoa ja oikeuksia on kunnioitettava. Osallistuminen on vapaaehtoista ja mahdollista jättää kesken koska tahansa. Tutkittavia tulee informoida tutkimuksesta ja sen tavoitteista. Aineistoon kysytään vain välttämättömiä ja tutkimukselle olennaisia asioita. Henkilötietoja käsitellään suunnitelmallisesti, vastuullisesti ja lakia noudattaen. Yksityisyyden suojasta on huolehdittava. Tutkimuksen tulee olla avointa, jotta sitä voidaan arvioida kriittisesti ja edistää tiedettä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 8–13.)

Tässä kehittämistyössä noudatettiin ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettisiä periaatteita. Näihin kuuluvat eettiset periaatteet, tutkimuskohteena olevan kohtelu ja oikeudet, henkilötietojen käsittely, yksityisyyden suoja julkaisuissa sekä kerättyjen

aineistojen avoimuus (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 7–13). Tähän kehittämistyöhön osallistuvat olivat kaikki täysi-ikäisiä ja täysivaltaisia eikä heidän toimintakykynsä ollut alentunut.

Ammattietiikkaa toteutettiin tässä opinnäytetyössä ottamalla huomioon tutkimusetiikkaa koskevat kysymykset ja periaatteet. Lainsäädännön osalta tutkimuksessa sovellettiin tietosuojalakia sekä tekijänoikeuslakia. Myös haastateltavien oikeus yksityisyyden suojaan huomioitiin. Ennen haastattelujen toteuttamista perehdyttiin henkilötietojen käsittelyyn ja tietosuojaa koskeviin asioihin huolellisesti.

Opinnäytetyön työelämäkumppani ei tarvinnut haastatteluihin tutkimuslupaa. Haastateltaville lähetettiin kehittämistyötä käsittelevä saatekirje, jossa kerrottiin, miten tietoa käsitellään ja missä tulokset julkaistaan. Osallistumisen vapaaehtoisuus tuotiin ilmi. Haastateltavat vahvistivat osallistumisensa allekirjoittamalla saatekirjeen. Haastateltaville kerrottiin yksityisyyden suojaamisesta ja siitä, etteivät yksittäiset henkilöt ole tunnistettavissa kehittämistyön dokumentoinnista.

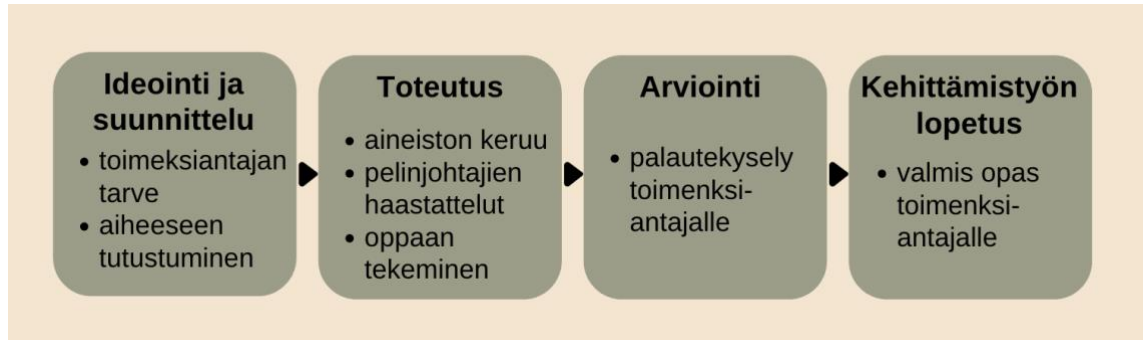
Haastateltavien tietoja käsiteltiin luottamuksellisesti. Tiedot säilytettiin vain opinnäytetyön tekemisen ajan opinnäytetyön tekijän tietokoneella käyttäjätunnuksen ja salasanan takana. Niitä ei jaettu eteenpäin, ja tiedot poistettiin heti, kun niiden säilyttämiselle ei enää ollut perustetta.

Kehittämistyön tuloksena valmistuneessa oppaassa selvitetään toimintaan liittyvät eettiset asiat. Sekä oppaassa että opinnäytetyössä haastateltaviin ja haastatteluissa kerättyyn aineistoon viitataan niin, ettei kukaan ole tekstistä yksilöitävissä. Toimintaa ohjasivat sosiaalialan eettiset periaatteet ja EMY:n omat arvot.

7 Kehittämistyön prosessi ja tulokset

Kehittämistyön prosessi (kuviokuva 2) eteni ideointi- ja suunnitteluvaiheesta toteutukseen, jonka jälkeen tuloksia arvioitiin, ja prosessi päättyi kehittämistyön lopetukseen. Ensimmäinen yhteydenotto toimeksiantajaan opinnäytetyön tiimoilta tehtiin jo marraskuussa 2023. Varsinainen opinnäytetyöprosessi käynnistyi ideointi- ja suunnitteluvaiheella keväällä 2024. Opinnäytetyön alkuperäinen suunniteltu aikataulu venyi muihin opintoihin liittyvistä ja henkilökohtaisista syistä kuitenkin vielä reilulla

vuodella, ja toteutusvaihe alkoi elokuussa 2025, jonka jälkeen valmis työ esiteltiin marraskuussa 2025.



Kuvio 2: Kehittämistyön prosessikuvaus.

7.1 Suunnitteluvaihe

Opinnäytetyöprosessi käynnistyi marraskuussa 2023 vastaamalla EMY:n ilmoitukseen, jossa haettiin opinnäytetyön tekijöitä yhdistyksen toimeksiantoihin. Yhdistys ja etenkin sen nuorille aikuisille suunnattu toiminta oli opinnäytetyön tekijälle entuudestaan tuttua asiakastyön harjoittelun ja vapaaehtoistoiminnan kautta. Prosessi eteni joulukuussa 2023 keskustelemalla työelämäkumppanin kanssa aiheesta ja opinnäytetyön toteutusmuodosta.

Keskusteluissa ilmeni, että yhdistyksellä olisi tarvetta oppaalle, joka perehdyttäisi työntekijöitä ja vapaaehtoisia roolipelitoiminnan järjestämiseen ja pelinjohtajana toimimiseen. Roolipeleille on yhdistyksessä paljon kysyntää, ja opas toimisi konkreettisena välineenä, jolla aiheeseen perehtymätönkin pystyisi rohkaistumaan ohjaamaan toimintaa. Opinnäytetyön aihe valikoitui myös opinnäytetyön tekijän oman mielenkiinnon ja harrastuneisuuden perusteella. Aiheanalyysi hyväksyttiin ja opinnäytetyösuunnitelma hyväksyttiin maaliskuussa 2024.

7.2 Kehittämistehtävän toteutus: oppaan toteuttaminen

Opinnäytetyön toteutusvaihe alkoi aineiston keruulla ja siihen perehtymisellä. Tämän jälkeen siirryttiin teemahaastatteluiden toteuttamiseen. Niillä kartoitettiin pelinjohtajina toimineiden henkilöiden kokemuksia pelin järjestämisestä. Muita roolipelioppaita ja pelinjohtajien toimintaa vertailtiin oman oppaan kehittämiseksi.

Haastatteluista ja vertailusta kerätyllä aineistolla ja tutkimuskirjallisuuden pohjalta kerätyn tietoperustan pohjalta kirjoitettiin opas roolipelitoiminnan järjestämiseen. Työelämäkumppanin kanssa tehtiin toteutusvaiheessa tiivistä yhteistyötä, ja työelämäkumppani antoi oppaasta palautetta sen eri vaiheissa. Prosessi dokumentoitiin opinnäytetyöraporttiin. Lopuksi kehitystyötä arvioitiin suhteessa asetettuihin tavoitteisiin ja siitä saadun palauteen pohjalta.

Kokonaisuudessaan toteutusvaiheessa hyödynnettiin monipuolisesti erilaisia taitoja ja johdonmukaista lähestymistapaa. Ohjausta opinnäytetyöhön saatiin omalta opinnäytetyöohjaajalta ja erityisesti työelämäkumppanin edustajalta, jonka kanssa oppaan etenemistä seurattiin useissa tapaamisissa ja jolta sen kehittämiseen saatiin arvokasta palautetta.

7.2.1 Pelinjohtajien haastattelut

Opinnäytetyön tavoitteena oli toteuttaa opas roolipelitoiminnan ohjaamiseen työelämäkumppanin työntekijöiden ja vapaaehtoisten toiminnan helpottamiseksi. Tausta-aineistoon haluttiin kuulla myös käytännön kokemuksia sekä EMY:stä että muualla peliä vetäneiltä pelinjohtajilta. Haastatteluiden tärkein tarkoitus oli ymmärtää pelinjohtajien kokemuksia syvemmin ja perehtyä EMY:ssä peliä johtaneiden kokemuksiin, jotta tekeillä olleesta oppaasta tulisi mahdollisimman tavoitteiden mukainen ja tarkoitukseensa sopiva.

Työelämäkumppanin edustajan kautta saatiin yhteyttä yhdistyksessä toimineisiin pelinjohtajiin, joiden kanssa sovittiin haastattelut. Lisäksi haastateltiin vielä itsekkin pelinjohtajana toiminutta EMY ry:n toiminnanohjaajaa sekä muita kuin EMY:ssä toimineita pelinjohtajia. Yhteensä opinnäytetyöhön haastateltiin seitsemää pelinjohtajaa.

Haastateltaville kerrottiin haastattelusta ja opinnäytetyöstä suostumuslomakkeella (Liite 1) ja suullisesti. Osa haastatteluista toteutettiin videoyhteydellä ja osa kasvotusten sen mukaan, miten haastateltavat itse toivoivat. Haastateltaville kerrottiin, että haastatteluun kuluu noin tunti ja että haastattelut nauhoitetaan litterointia varten.

Haastatteluja varten laadittiin haastattelurunko (Liite 2) alustavista kysymyksistä, jotka jakautuivat viiteen teemaan. Nämä olivat oma kokemus pelinjohtamisesta, pelinjohtamisen aloittaminen, roolipelin valmisteleminen ja pelinjohtaminen sekä

pelinjohtaminen EMY:ssä. Viimeisestä teemasta kysyttiin vain EMY:ssä peliä vetäneiltä pelinjohtajilta. Jokaisesta aiheesta valmisteltiin muutamia tarkempia kysymyksiä, jotka muotoiltiin avoimiksi kysymyksiksi, jotta niistä syntyisi mahdollisimman laajaa keskustelua. Puolistrukturoidun haastattelun tyylin mukaisesti tilaa jätettiin myös keskustelusta nouseville lisäkysymyksille. Tässä alaluvussa esitetyt lainaukset ovat kaikki peräisin haastatelluilta pelinjohtajilta.

Ensimmäisen teeman kysymysten tarkoituksena oli valottaa haastateltavien omaa taustaa ja antaa tarvittavaa kontekstia muille teemoille. Näin oli tarkoitus luoda ymmärrystä pelinjohtajana toimimisesta ja sen aloittamisesta. Haastateltavilla oli keskenään erilaisia määriä kokemusta roolipelien vetämisestä muutamista vuosista vuosikymmeniin. Osa oli saanut aloittamisessa tukea kavereilta tai perheenjäseniltä. Osa koki muiden pelien ja kiinnostuksen tarinoiden luomiseen olleen apuna pelinjohtamisen aloittamisessa.

Myöskin se [auttoi], että ihan vaan sellanen kokemus, mikä mulla oli roolipelivideopelien pelaamisesta sun muuta, ja mulla oli hyvää rohkaisua myös.

Ja sitten auttoi myös se, että oli tuttu kaveriporukka, jonka kanssa lähtee pelaamaan, ja jonka kanssa oli jo pelannut. Niin osasi uskaltaa tavallaan heittäytyä siihen sitten pelinjohtajan rooliin.

Myös helposti saatavilla olevista sääntökirjoista ja internetistä oli löydetty apua pelinjohtamisen aloittamiseen. Osa haastatelluista pohti, että nykyään on paremmin löydettävissä resursseja ja tukea pelinjohtamisen aloittamiseen, mutta suurin osa ei osannut nimetä mitään erityistä tukea, josta olisi ollut pelinjohtamisen aloittamisessa lisää apua.

Se [auttoi] varmaan eniten, että että käytännössä ne sääntökirjat oli jo kotona. Mun ei tarvinnut edes haluta pyytää niitä, koska ne vaan ne oli jo siellä. No oli tietenkin kaikkea niinku paperia ja kyniä tämmöistä niinku perusjuttua totta kai koululaisella on kotona paljon, niin se auttaa siihen kanssa.

Ja sitten [katsoin] isoksi osaksi Youtubesta uusille pelin pyörittäjille tarkoitettuja videoita.

Nyt oli tullut aika paljon lisää resursseja, joita ei ollut silloin. Ihan verkkosivuista Youtube-kanaviin ja harrastustoimintaan, että on hirveästi lisää väyliä roolipelaamiseen. Jotta ei tarvitsisi vaan alkaa lukea niitä

sääntökirjoja ja sitten alkaa kehittää juttuja. Oli aika rajoittunutta se, että minkälaisia resursseja silloin oli, verrattuna siihen mitä nyt on.

Pelinjohtamisen aloittamisessa haastateltavat pitivät tärkeänä ottaa kaikki pelaajat huomioon. Myös omaa motivaatiota sekä samantyylistä peliä toivovan hyvän peliryhmän löytämistä pidettiin tärkeänä.

Kaikki pelaajat. Se on tärkein, että pelaajat on samalla sivulla siitä, että mitä odottaa kampanjasta.

Tietenkin hyvä peliryhmä on tosi iso juttu, mikä voi muuttaa tosi paljon sitä, miten sä koet pelaamista.

Osa haastateltavista mainitsi vielä tärkeimpien tarvikkeiden mukaan ottamisen ja esimerkiksi veden juomisen. Osa mainitsi sen huomioimisen, että sääntöjä ei tarvitse osata alkuun täysin ulkoa.

Ainakin juotavaa on hyvä olla. Kun peli perustuu puhumiseen siinä on hyvä olla suun kostuketta, vettä vähintään. Ja sitten kaikki, että löytyy esim. lyijäreitä ja kumeja.

No varmaan just se, että ei tarvitse osata sääntöjä ulkoa. Sitä oppii siinä pelatessa ja se on ihan täysin OK, että kaikki tutkivat kirjoja ja lukevat sääntöjä kesken peliin, ja sitten sovitaan.

Osa haastateltavista suositteli aloittamaan valmiista roolipelimateriaalista, tai ainakin hakemaan inspiraatiota sellaisista. Osa oli kokenut helpommaksi suunnitella pelinsä kokonaan itse. Myös pelaajana pelaamista itse ensin kokeneen pelinjohtajan pelissä suositeltiin.

Näitä sääntökirjoja saa ilmaiseksi netin kautta, ja siellä takana on valmiita seikkailuja. Mutta siellä on myös tosi hyviä ohjeita, miten sä voit luoda sun ihan oman seikkailun. Sit YouTubessa on kaikkien muiden GM:ien videoita, joista voi saada neuvoo.

Kyllä mä sanoisin, että valmismateriaalin käyttäminen on ihan hyvä. Yks mitä voin suositella, on olla jollekin kokeneelle tai sellaselle vanhalle pelinjohtajalle pelaajana.

Roolipelin valmistelemisessä korostui haastateltavien vastauksissa se, ettei kannata suunnitella liikaa. Valmistelussa on hyvä huomioida jokainen pelaaja, ja tarinan ydinidea on hyvä pitää mielessä, mutta peliä ei kannata valmistella liian tarkkaan tai liian pitkälle. Myös sivuhahmojen (engl. NPC, non-player character) luontia pidettiin tärkeänä.

Aika tärkeää on se, että ei ylivalmistele, koska NPC:ille saattaa tapahtua ihan mitä vaan, tai pelaajat voi tehdä päätöksiä, jota ei ole itse ajatellut. Kannattaa valmistella silleen, että jokaisella pelaajalla on jotain tekemistä.

Muiden hahmojen luonti, että antaa niille jonkun motiivin, että ne käytännössä elää, niillä voi olla sama jatkuva persoona. Pelaajat ihan saa tuntea ne. – – Ne hahmot, mitä sä luot siihen maailmaan, on lopulta se, mikä rakentaa sen.

Ennen roolipeliseikkailun aloittamista haastateltavat olivat pitäneet pelaajille ainakin hahmoluontikerran tai niin kutsutun nollapelikerran, jossa pelinjohtaja voi kertoa tulevasta pelistään ja pelaajat voivat jakaa omia toiveitaan ja odotuksiaan. Osa oli kokenut myös tarpeelliseksi käydä ennen peliä läpi, minkälaiset teemat ja sisällöt pelissä ovat kaikille sopivia.

Mulla on ollut perinteisesti sessio nolla hahmonluontia ja semmoinen maailmankuvan jakaminen. Ja ehkä semmoinen varsinkin nykyään, että mitä on ehkä odotettavissa peliltä, että mitä teemoja, onko paljon taistelua vai tarinankerrontaa.

[On tärkeää,] että pelaajat ei liity mihinkään sellaiseen mikä ei ole niille kivaa, että se nimenomaan varmistaa, että kaikilla on mukavaa siinä pöydän ääressä.

Haastatteluissa kysyttiin roolipelietiketistä, eli peliryhmän yhdessä sopimista käytännöistä ja toisten huomioimisesta pelissä. Haastateltavat nostivat esiin yleisesti hyvän käytöksen, toisten huomioimisen ja sovituista rajoista kiinni pitämisen. Haastateltavien mukaan pelinjohtajan tulee kuunnella pelaajia ja huomioida näitä tasapuolisesti.

Ja sitten GM:nä ei myöskään astuu ulos rajoista. Jos on sovittu, että tiettyjä asioita ei käsitellä, niin sitten ei käsitellä niitä. Ja se että kuunnellaan pelaajia, se on tosi tärkeä mulle. Että, jos pelaaja ehdottaa jotain, niin ei hylkää sitä saman tien.

Yleensä mä pyrin siihen, että mä pyrin antamaan tasavuoroisesti kaikille pelaajille vuoroja.

Haastateltavilta kysyttiin, mikä on pelinjohtamisessa tärkeintä. Osan mielestä hauskanpito on tärkeintä, osan mukaan taas yhteinen tarinankerronta. Pelaajien huomioiminen, heittäytyminen ja tarpeeksi hyvin valmistautuminen mainittiin myös tärkeinä asioina.

Yhteinen tarinankerronta. Joku voisi sanoa, että on tärkeintä pitää hauskaa, mut hauskakin on subjektiivinen käsite. Toiselle ihmiselle se, että sitä pelottaa pelissä, on hauskaa, ja toiselle se, että on surullista, on hauskaa. Ja toinen tykkää, että pelkästään komedia on hauskaa. Mut yhteinen tarinankerronta ehkä se tärkein, koska siinä on kuitenkin kyse tämmöisestä ihmiskunnan alkuaikojen tavasta kokoontua piiriin ja kertoo tarinoita.

EMY:ssä pelinjohtajina toimineilta kysyttiin haastatteluissa vielä, mitä asioita EMY:ssä pelin vetämisessä olisi hyvä ottaa huomioon ja eroavatko EMY:n pelit jotenkin muista peleistä. Haastateltavien mukaan eroja on enemmänkin siinä, kuinka tuttuja ihmiset ovat keskenään. Turvallisemman tilan periaatteiden mukainen toiminta mainittiin vastauksissa. Osa haastateltavista nosti esiin sen, että pelaajat saattavat olla ujoja ja että heillä on yleensä taustallaan esimerkiksi jotain mielenterveyden häiriöitä, ja että nämä asiat on hyvä pitää mielessä. Myös nollapelikerran merkitys tuotiin esiin.

Tässä tosiaan kaikki tapahtuu turvallisemman tilan periaatteella ensisijaisesti, ja sillä sosiaalisella etiketillä, jolla muuten kohtelisi vieraita henkilöitä ainakin alkuun. Mutta sitten kun oppii tutustumaan muihin, niin sitten se on eri asia.

Mut toisaalta se on myös kivaa, luoda tämmönen peli ihmisille, joita sä et tunne hirveen hyvin. Pääset näkemään niissä uusia puolia ja haastamaan ittees myös. Ja lopulta se on ehkä hyvä juttu roolipeleissä, et ne saa ihmiset pois niitten mukavuusalueelta.

7.2.2 Oppaan toteuttaminen

Oppaan toteuttaminen alkoi haastatteluiden tekemisen ja tietoperustan kokoamisen jälkeen. Haastatteluista nousseet huomiot pelinjohtajana toimimisesta olivat perustana oppaan sisällön suunnittelussa. Ne toimivat lähtökohtana sille, mitä oppaan tuli sisältää. Oppaan laadinnassa hyödynnettiin roolipelaamista ja pelinjohtamista koskevaa teoretietoa. Lisäksi käytettiin benchmarking-menetelmää, jonka avulla vertailtiin muita kirjallisia ja videomuotoisia oppaita pelinjohtamisesta.

Oppaan toteuttamisen aikana pidettiin tiiviisti yhteyttä työelämäkumppaniin, jonka edustajan kanssa pidettiin useita ohjaustapaamisia. Työelämäkumppani antoi oppaan väliversioista palautetta, joka otettiin huomioon oppaan kehittämisessä edelleen toimivammaksi. Oppaan tarkoituksena on toimia konkreettisena työkaluna roolipelitoiminnan ohjaamisesta ja madaltaa kynnystä sen aloittamiseen myös

työelämäkumppanin työntekijöille ja vapaaehtoisille, joilla ei ole entuudestaan kokemusta roolipelaamisesta.

Opas rakentui neljästä pääaiheesta, jotka ovat roolipelit, roolipelitoiminnan ohjaaminen, roolipelin järjestäminen ja lisätietoa aiheesta (kuva 1). Alussa on opasta esittelevä johdanto ja lopussa vielä jälkisanat ja lähdeluettelo. Työelämäkumppani toivoi oppaasta myös sen käyttötarkoitukseen sopivaa ulkonäöltään. Oppaan visuaaliseen ilmeeseen haettiin siis roolipelimäisyyttä ja aiheeseen sopivaa hauskuutta ja keveyttä kuvituksen ja muun visuaalisen ilmeen avulla. Myös visuaalisesta ilmeestä pyydettiin palautetta työelämäkumppanilta, joka oli siihen jo alkuvaiheessa hyvin tyytyväinen. Opas taitettiin Canva Pro -ohjelmalla, ja kuvittajana on toiminut opinnäytetyön tekijä Raisa Hirvasjärvi.



SISÄLLYS

JOHDANTO.....	4
ROOLIPELIT.....	5
Mitä on roolipelaaminen?.....	6
Roolipelaamisen muodot.....	9
Roolipelin kulku.....	11
Roolipelit mielenterveystyössä.....	13
ROOLIPELITOIMINNAN OHJAAMINEN.....	15
Pelinjohtaja.....	16
Pelinjohtajan rooli ja tehtävät.....	17
Pelinjohtamisen aloittaminen.....	21
Seikkailun suunnittelu.....	22
Oman seikkailun suunnittelu.....	24
Esimerkki oman seikkailun suunnitteluun:	
Viiden huoneen luolasto.....	29
Valmisseikkailun käyttäminen.....	30
Erlaisia pelaajatyyppejä.....	31
Turvallisuus ja konfliktien selvittäminen.....	33
ROOLIPELIN JÄRJESTÄMINEN.....	35
Ennen peliä.....	36
Nollapelikerta.....	37
Pelin aikana.....	40
Pelin jälkeen.....	43
Pelikertojen välissä.....	45
LISÄTIETOA.....	47
Luettavaa ja katsottavaa.....	48
Tutustumisen arvoisia roolipelejä.....	52
Sanastoa.....	54
JÄLKISANAT.....	56
LÄHTEET.....	59

Kuva 1: Oppaan sisällysluettelo.

Valmis opas toimitettiin sähköisenä versiona työelämäkumppanille tulostettavaksi. Opasta voi käyttää myös pdf-muodossa sähköisenä versiona. Lisäksi laadittiin opasta käsittelevä palautelomake, joka lähetettiin työelämäkumppanille.

7.3 Kehittämistyön arviointi ja palautteen analysointi

Kehittämistyön viimeisenä vaiheena tehdään arviointi, mutta työtä arvioidaan myös jo aikaisemmissa vaiheissa kehittämistyön suuntaamiseksi oikein ja palautteen saamiseksi. Arviointi toteutuu keräämällä ja analysoimalla tietoa suunnitelmallisesti. (Ojasalo,

Moilanen & Ritalahti 2015, 47.) Arvioinnissa mitataan kehittämistavoitteiden täyttymistä. Asetettujen tavoitteiden tulee siis olla mitattavia. Kehitystyön vaikutuksia voidaan arvioida myös vertaamalla lopputuloksia lähtötilanteeseen, esimerkiksi teemahaastattelun avulla. (Kananen 2012, 80–81.)

Arviointi suunnataan kehittämistyön panoksiin, muutosprosessiin ja lopputuotokseen sekä näiden keskinäisiin suhteisiin. Toimintaa voidaan arvioida niin yksilö-, ryhmä- kuin organisaatiotasollakin. Konkreettisia arvioinnin kohteita ovat esimerkiksi kehittämistyön suunnittelu, tavoitteiden selkeys ja saavuttaminen, kehittämismenetelmät, toiminnan johdonmukaisuus, toimijoiden välinen vuorovaikutus ja sitoutuminen työhön. Arviointikriteereinä voivat esimerkiksi olla lopputuloksen merkittävyys, helppokäyttöisyys, sovellettavuus ja toistettavuus. (Ojasalo ym. 2015, 47.) Arvioinnissa selvitetään, aikaansaatuja vaikutuksia ja sitä, johtuivatko ne tehdystä kehittämistyöstä. Sillä pyritään hahmottamaan vaikuttavimpia toimintoja, kustannuksia ja saavutettujen tulosten soveltuvuutta levitettäväksi. Arvioinnin välineinä voidaan käyttää esimerkiksi havainnointia, kyselyjä ja haastatteluja. (Ojasalo ym. 2015, 48.)

Vaikuttavuuden arvioinnissa prosessin aikainen havainnointi ja sitä seuraava arviointi ovat olennaisessa asemassa. Arvioinnin perusteena on toimintasuunnitelman toteuttamisessa onnistuminen. Toteutuksen arvioiminen vaihe vaiheelta voi paljastaa korjaamisen paikkoja kehitystyössä. Hyvin rajattu ja määritelty kohde on myös helpommin arvioitavissa. Vaikuttavuutta arvioitaessa selvitetään toteutuneiden vaikutusten vastaavuutta tavoiteltujen vaikutusten kanssa ja sitä, kuinka hyvin ja laajasti ne vastaavat asiakkaisen tarpeisiin. Arvioinnin kohteena on myös panosten ja vaikutusten toteutunut suhde verrattuna ennakoituun. (Kananen 2012, 155–157.)

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli roolipelitoiminnan järjestämistä käsittelevän oppaan avulla tukea EMY:n työntekijöiden ja vapaaehtoisten toimintaa. Tavoitteena oli myös opinnäytetyön tekijän oma oppimisprosessi ja ammatillinen kehittyminen. Opinnäytetyön tuotoksen arviointia tehtiin keräämällä palautetta oppaasta työelämäkumppanilta sekä prosessin ollessa käynnissä että oppaan valmistuttua. Kehittämistyön prosessin onnistumista, ongelmia, toimenpide-ehdotuksia ja lähestymistapaa sekä opinnäytetyön tekijän omaa oppimista ja ammatillista kehittymistä arvioitiin systemaattisilla havainnoilla ja itsearviointilla.

Oppaasta pyydettiin ja saatiin palautetta pitkin toteutusprosessia. Kehittämisprosessi lähti vahvasti liikkeelle asiakkaan tarpeesta ja toiveista, ja näitä kuunneltiin koko prosessin ajan. Työelämäkumppanin edustaja kommentoi oppaan eri versioita useissa eri tapaamisissa. Palaute oli positiivista ja erittäin kannustavaa. Välillä työelämäkumppani toivoi jotain lisäyksiä, esimerkiksi jotain konkreettisia esimerkkejä roolipeliseikkailun suunnitteluun tai johonkin kohtaan lisää kuvitusta. Kaikki kommentit otettiin huomioon ja opasta kehitettiin aina eteenpäin niiden mukaan.

Oppaasta tehtiin palautekysely (Liite 3) työelämäkumppanille, ja se lähetettiin työelämäkumppanin edustajalle. Kyselyllä kerättiin palautetta oppaan ulkonäöstä, sen kiinnostavuudesta ja selkeydestä. Kyselyssä kysyttiin oppaan hyödyllisyydestä sekä siitä, kuinka todennäköisesti sitä tulisi käyttämään tai suosittelemaan muille. Lisäksi kysyttiin, vastaako opas tarpeeseen.

Työelämäkumppanin vastaukset kyselyyn olivat pelkästään positiivisia. Oppaan ulkonäkö miellytti erittäin paljon. Oppaan rakenne ja teksti olivat vastausten mukaan erittäin selkeitä, ja oppaan käyttöä pidettiin erittäin helppona. Oppaassa koettiin olevan konkreettisia vinkkejä, ja sen koettiin olevan hyödyllinen ja vastaavan tarpeeseen. Työelämäkumppani tulee erittäin todennäköisesti käyttämään opasta toiminnassaan ja suosittelemaan sitä muille.

Palautelomakkeen avoimessa kentässä työelämäkumppani kertoo vielä oppaan olleen selkeää ja looginen ja antavan hyvän kuvan roolipeleistä ja niiden käytöstä sosiaalialan ohjaustyössä. Opas madaltaa työelämäkumppanin mukaan varmasti kiinnostuneiden kynnystä aloittaa pelinjohtaminen, mikä lisää osallisuutta.

8 Opas roolipelitoiminnan järjestämiseen

Opas on jaettu neljän pääaiheen mukaan. Nämä ovat roolipelit, roolipelitoiminnan ohjaaminen, roolipelin järjestäminen ja lisätietoa aiheesta. Alussa on oppaan lyhyesti esittelevä johdanto ja lopussa jälkisanat ja lähteet. Teoriaosiot on laadittu luotettavien lähteiden perusteella. Keskeiset käsitteet pyritään avaamaan selkeästi, ja tarkempaa lisätietoa on tuotu mukaan pieninä tietoisksulaatikoina. Oppaaseen on otettu mukaan

myös muutamia sopivia sitaatteja haastatteluista, kuitenkin niin, etteivät nämä ole yksilöitävissä tai yhdistettävissä haastateltaviin.

Opas on taitettu Canva Pro -ohjelmalla, ja kuvituksen on piirtänyt Raisa Hirvasjärvi. Kuvituksen hahmot ovat peräisin Tuulispääkaverukset-roolipelikampanjan pelaajilta ja pelinjohtajalta. Opas on suunniteltu tulostettavaksi A4-koossa, mutta se on tarkoitettu myös sähköisesti pdf-muodossa toimivaksi. Kuva oppaan kansisivusta (liite 4) löytyy tämän opinnäytetyön liitteistä, ja opas kokonaisuudessaan on mukana erillisenä liitteenä Theseus-opinnäytetyökannassa.

Ensimmäinen pääluku käsittelee roolipelejä yleisesti. Aluksi kerrotaan, mitä roolipelaaminen on, ja valotetaan hieman myös roolipelien historiaa. Seuraavaksi käsitellään roolipelaamisen erilaisia muotoja, roolipelityylilajeja ja roolipelin kulkua. Lisäksi esitellään roolipelien käyttöä mielenterveystyössä sekä niiden osaa EMY:n toiminnassa.

Roolipelitoiminnan ohjaamista käsittelevä pääluku painottuu pelinjohtajana toimimisen tärkeimpiin osa-alueisiin yleisesti. Ensin käydään läpi pelinjohtajan rooli ja tehtävä sekä pelinjohtamisen aloittaminen. Seuraavaksi paneudutaan seikkailun suunnitteluun, ja esitellään niin oman seikkailun luomista kuin valmisseikkailun käyttämistäkin. Luvun lopussa esitellään vielä erilaisia pelaajatyyppejä ja näiden huomioimista pelissä sekä roolipelien turvallisuutta ja peleissä ilmenevien konfliktien selvittämistä.

Kolmannessa pääluvussa käsitellään roolipelikerran järjestämiseen liittyviin käytännön asioihin. Luvussa käydään läpi, mitä pelinjohtajan tulee tehdä ennen peliä, pelin aikana ja pelin jälkeen sekä pelikertojen välillä. Tässä luvussa on esitelty myös nollapelikerta, eli ennen varsinaista peliä tapahtuva pelin suunnittelu- ja esittelykeskustelu. Lopuksi esitellään roolipelietikettiä, turvavyökaluja sekä muita pelinjohtajan apuvälineitä.

Lisätietoa-luvussa on listattu hyödyllistä aiheeseen liittyvää luettavaa, verkkosivuja, suunnittelun apuvälineitä ja aihetta käsitteleviä videoita ja podcasteja. Lisäksi on esitelty joitakin actual play -sarjoja, muutamia tutustumisen arvoisia roolipelejä sekä roolipelisanastoa. Lopussa on vielä jälkisanat sekä lähteet.

9 Arviointi

Tämän kehittämismuotoisen opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella, tuottaa ja arvioida opas roolipelitoiminnan järjestämiseen. Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry. Opinnäytetyön tavoitteena oli oppaan avulla tukea EMY:n työntekijöiden ja vapaaehtoisten toimintaa. Kehittämistehtävänä oli toteuttaa haastattelujen, teoriatiedon ja muiden oppaiden benchmarking-vertailun pohjalta opas työelämäkumppanin toiveiden pohjalta heidän käyttöönsä. Oppaan on tarkoitus tarjota selkeästi ja helposti lähestyttävä perehdytys roolipelaamiseen ja pelinjohtamiseen sekä rohkaista työntekijöitä ja vapaaehtoisia kokeilemaan pelinjohtamista matalalla kynnyksellä.

Oppaan tekemisessä on oltu tiiviisti yhteydessä työelämäkumppaniin ja otettu oppaan kehittämisessä huomioon heidän antamansa palaute. Työelämäkumppani oli todella tyytyväinen valmiiseen oppaaseen, ja sille on jo ollut käyttöä. Kehittämistyön tarkoitus oppaan suhteen on siis täyttynyt. Opinnäytetyön tavoite on myös saavutettu työelämäkumppanilta saadun palautteen perusteella.

Luotettavuus ja eettisyys huomioitiin opinnäytetyöprosessissa suunnitelmien mukaan. Haastatteluihin osallistujat olivat kaikki täysi-ikäisiä, eikä heidän toimintakykynsä ollut alentunut. Haastateltavat saivat ennen haastattelua tietoa haastattelusta ja opinnäytetyöstä, ja he ovat allekirjoittaneet suostumuslupalomakkeen. Haastateltavien tietoja käsiteltiin luottamuksellisesti, eivätkä haastateltavat ole tunnistettavissa kehittämisprosessin dokumentoinnista. Tietosuojalaki ja tekijänoikeuslaki huomioitiin niin haastatteluissa kuin muissakin osissa opinnäytetyöprosessia. Kehittämistehtävänä valmistuneessa oppaassa selvitetään toimintaa koskevat eettiset asiat ja esitellään esimerkiksi keinoja ristiriitatilanteiden ehkäisyyn ja ratkaisemiseen sekä erilaisia turvatyökaluja peleihin. Kaikkea toimintaa ovat ohjanneet sosiaalialan eettiset periaatteet ja EMY:n omat arvot.

Opinnäytetyöprosessi venyi paljon yli alkuperäisten suunnitelmien, joiden mukaan kehittämisprosessi olisi valmistunut jo vuosi sitten. Suunnitelmavaihe sujui vielä aikataulussa, mutta sen jälkeen muut viimeiset tutkinnon opintosuoritukset, kuten viimeinen harjoittelu, sekä henkilökohtaisen jaksamisen haasteet viivästyttivät toteutusvaiheen alkamista. Keväällä 2025 opinnäytetyön aikataulua suunniteltiin uusiksi. Toteutusvaihe

pääsi alkamaan tämän vuoden elokuun lopulla, ja käyntiin päästyään kehittämistyön prosessi saatiin päätökseen marraskuussa. Työelämäkumppani on pysynyt ihailtavasti työssä tukena aikataulumuutoksista huolimatta, eikä sieltä suunnalta ole tullut minkäänlaista painetta kiirehtiä. Päinvastoin koen saaneeni todella hyvää ohjausta, kannustusta ja tukea oppaan kehittämisprosessiin työelämäkumppanilta.

Toteutus itsessään oli työläs mutta antoisa prosessi. Haastatteluiden sopiminen ja toteutus sujui lopulta hyvin ja joutuisasti, mutta niiden purku ja aineiston käsittely vei aikaa. Aiheeseen perehtyminen, etenkin muiden oppaiden ja pelinjohtajien kokemusten benchmarking-vertailu vei paljon aikaa. Aiheen rajaamisessa oli myös oma työnsä, kun mielenkiintoisia ja olennaiselta tuntuvia lähteitä löytyi niin paljon. Oppaan kirjoittaminen oli kuitenkin kiinnostavaa ja mielekästä, ja sen taitto sujui sulavasti Canva Pro -ohjelmalla. Kuvituksissa pystyin käyttämään omia valmiita piirroksiani, jotka kuvaavat oman roolipeliporukkani kampanjaa ja sen hahmoja.

Työelämäkumppanin mukaan opas on täysin heidän toiveidensa ja tarpeidensa mukainen. Opas oli heidän mukaansa kiinnostava, selkeä, helppolukuinen ja hyödyllinen. Oppaan visuaalinen ilme onnistui erittäin hyvin, ja on roolipeliihaiseen oppaaseen juuri sopivalla tavalla kevyt ja viihdyttävä.

Opinnäytetyön tavoitteena oli myös opinnäytetyön tekijän oma oppimisprosessi ja ammatillinen kehittyminen. Kehittämistehtävän aihe oli itselleni oman roolipeliharrastuksen puolesta tuttu ja mieluinen, mutta silti koen myös oppineeni pelinjohtamisesta ja roolipelitoiminnan ohjaamisesta valtavasti. Haastatteluista kertynyt aineisto oli todella mielenkiintoista, ja niiden toteuttaminen itsessään oli myös antoisaa. Olen aiemmin tehnyt joitain yksittäisiä haastatteluja esimerkiksi kurssitehtävinä, mutta seitsemän haastattelun toteuttaminen toi jo mukanaan paljon vahvempaa kokemusta ja rutiinia. Oppaan kirjoittaminen oli mielekästä mutta myös haastavaa, sillä siinä piti ottaa huomioon käyttötarkoitus ja selkeys. Kiinnostavaa aineistoa kasautui valtavasti tietoperustaa varten, mutta kaikkea ei ollut mahdollista käyttää, ja jotain oli rajattava pois. Ammatillisesti kehittävää oli pelillisyyteen perehtyminen. Luovat ja toiminnalliset menetelmät ovat kiinnostaneet minua läpi opintojeni, mutta painotus on ollut enimmäkseen kuvallisessa ilmaisussa. Pelillisuus tarjoaa mielestäni kiinnostavia mahdollisuuksia sosiaalialan työhön, ja olisi mielenkiintoista päästä joskus esimerkiksi itse ohjaamaan roolipelitoimintaa osana sosionomin toimenkuvaa.

Aikataulun venyminen harmitti, mutta lopulta siitäkin selvittiin ja uusi aikataulu piti, mikä toi onnistumisen kokemuksen. Erityisen hyvin sujui mielestäni yhteistyö työelämäkumppanin kanssa. Sain aina tarvittavaa ohjausta, palautetta ja kommentteja, ja minun oli myös helppo itse kysyä tarvittaessa kysymyksiä matalalla kynnyksellä.

10 Pohdinta

Tämän opinnäytetyö sai alkunsa työelämäkumppanin toiveesta saada käyttöönsä oma opas roolipelitoiminnan ohjaamiseen. Roolipeillä on oma vahva paikkansa EMY:n nuorille aikuisille suunnatussa toiminnassa, ja kuten EMY:n toiminnanohjaaja (Pöyhtäri 2024) toteaa, roolipelit soveltuvat sosiaalialalle ihmisten parissa tehtävään työhön erittäin hyvin ja niillä on paljon positiivisia vaikutuksia mielenterveyteen. EMY:n nuorten aikuisten toiminnassa kiinnostusta uusille peliryhmille on tasaisesti ja usein enemmän kuin pelinjohtajiksi ryhtyviä, joten uusia ryhmiä ei aina saada järjestettyä. Opas tulee siis todelliseen tarpeeseen ja käyttöön yhdistyksen toiminnassa. Työelämäkumppanin palaute on oppaan toteutusvaiheessa ja sen valmistuttua ollut pelkästään positiivista.

Kehittämistyön tulosta voi siis pitää todella hyvin onnistuneena. Oppaasta tuli työelämäkumppanin toiveiden mukainen, ja se pääsee heti käyttöön. Olen itse samaa mieltä etenkin oppaan selkeydestä ja ulkonäön miellyttävyydestä. Oppaan taittoon meni aikaa ja vaivaa, ja nyt valmiin työn äärellä se tuntuu sen arvoiselta. Opasta tehtiin työelämäkumppanin toiveet ja käytettävyyšnäkökulma edellä, ja mielestäni tässä onnistuttiin. Opas on tehty helppolukuiseksi ja selkeäksi. Kuvitukset ja muu visuaalinen ilme tukevat sen käytettävyyttä, tekevät lukemisesta kevyempää ja houkuttelevat perehtymään aiheeseen.

Onnistunutta oli mielestäni myös tiivis yhteistyö työelämäkumppanin kanssa. Sen ansiosta oppaasta tuli niin hyvin tarkoitusta ja toiveita vastaava. Myös opinnäytetyön tekijänä oli helpottavaa, kun kysymyksiä saattoi esittää ja kommentteja pyytää tarvittaessa matalalla kynnyksellä. Kehittämistehtävän tekeminen on tuntunut tärkeältä ja mielekkäältä, kun on saanut palautetta joka vaiheessa työtä ja työelämäkumppanista on huokunut innostus valmistuvasta tuotoksesta.

Työssä on panostettu myös laajan tietoperustan kokoamiseen sekä lähteiden monipuolisuuteen ja ajankohtaisuuteen. Muiden oppaiden ja pelinjohtajaohjeiden vertailu kehittämistehtävää varten auttoi hiomaan oppaasta niin hyvin tarkoitustaan vastaavan. Haastatteluista nousi esiin tärkeitä huomioita, jotka pohjustivat oppaan kokoamista selkeäksi kokonaisuudeksi ja olennaiset seikat huomioivaksi kokonaisuudeksi.

Kehittämistyön suunnitelmavaiheessa luotu alkuperäinen aikataulu opinnäytetyöprosessille ei pitänyt, vaan työn valmistuminen venyi yli vuodella muista opinnoista ja henkilökohtaisista syistä johtuen. Pohdin, että aikatauluhaasteisiin olisi voinut vaikuttaa mahdollisesti muiden opintojen toisenlaisella järjestelemisellä tai jo alun perinkin tekemällä väljemmän aikataulun opinnäytetyöprosessille. Itselläni oli myös alusta asti vahva aikomus tehdä opinnäytetyö itsenäisesti, mutta jälkepäin ajatellen työparin kanssa prosessi olisi varmasti sujunut rivakammin toisaalta kannustavan vertaistuen takia ja toisaalta kohteliaisuudesta työparin ajankäyttöä kohtaan. Onneksi kehittämistyö ei kuitenkaan tuntunut missään vaiheessa yksinäiseltä puurtamiselta, sillä mielenkiintoinen ja itselleni tärkeä aihe sekä työelämäkumppanin tuki kannustivat toteutusvaiheen puskemisessa loppuun sitten, kun se vihdoinkin oli saatu käyntiin.

Pohdin kehittämistyön tuloksen laajempia hyödyntämistä ja aiheen jatkotutkimusmahdollisuuksia. Tämän kehittämistehtävän myötä syntynyt opas on tehty juuri EMY:lle, mutta pienillä muutoksilla samaa opasta voisi hyvin hyödyntää muuallakin roolipelitoiminnan ohjaamiseen perehdyttämisessä. Kuten muissa roolipeliaiheisissa opinnäytetöissä on havaittu, roolipeleillä ja pelillisillä menetelmillä laajemminkin on useita mielenterveyttä suojaavia tekijöitä (Mutka 2022, 41), ja roolipelaaminen voi tukea nuorten osallisuutta ja voimaantumista (Jurmu & Kulmala 2025, 36). Nämä ovat tärkeitä havaintoja, kun ottaa huomioon johdannossakin mainitun nuorten mielenterveyskriisin ja palveluista karsimisen (Honkatukia, Kallio & Ågren 2025). Ajattelen, että meillä ei ole varaa vähentää EMY:n kaltaisten toimijoiden tuottamia ennaltaehkäiseviä ja mielenterveyttä ylläpitäviä palveluita. Tämän kehittämistyön tuloksena valmistunut opas on yksi pieni mutta arvokas palanen isommassa nuorten mielenterveyttä kohentavassa kokonaisuudessa, ja sen avulla voidaan edistää hyvinvoinnin ja mielenterveyden kannalta tärkeää toimintaa.

Yksi idea jatkon kannalta olisi toteuttaa oppaan avulla esimerkiksi työpajana tai muutaman kerran ryhmänä jonkinlainen pelinjohtajaperehdytys kiinnostuneille. Siinä

voitaisiin käydä opasta yhdessä läpi, ja pelata malliksi vaikka jokin yksinkertainen skenaario. Näin kiinnostuneet voisivat päästä kokeilemaan pelinjohtamista ohjatusti ja pieni askel kerrallaan. Oppaan jälkisanoinakin todetaan, että parhaiten pelinjohtamista oppii peliä johtamalla eikä kirjoista lukemalla (Iivonen 2020). Toinen mieleen tullut idea olisi suunnitella ja kehittää oppaalle vielä lisämateriaalina enemmän käytännön työkaluja: esimerkiksi yksinkertaisen valmisseikkailun tai pari ja niihin valmiit hahmot ja vastustajat, eli tavallaan luoda oppaan kylkeen EMY:lle vielä oma aloituspakkaus roolipelaamiseen. Kolmanneksi mietin, että sitten, kun opas on ollut jo jonkin aikaa käytössä, siitä voitaisiin kerätä kokemuksia yhtä palautekyselyä laajemmin, ja kenties arvioida sen vaikutuksia joko pelinjohtajien kokemusten kautta tai roolipeliryhmien kannalta laajemminkin.

Lähteet

Airaksinen, R., Ala-Vannesluoma, T., Karkkulainen, M., Kastu, R., Sipi, S. & Varonen, H. 2019. Toimii! Hoitajan opas toiminnallisiin menetelmiin. Helsinki: Edita.

Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry 2020. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Viitattu 7.4.2024. <https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?t=1578480382>

Baker I. S., Turner I. J., Kotera Y. 2022. Role-play Games (RPGs) for Mental Health (Why Not?): Roll for Initiative. International Journal of Mental Health and Addiction. Viitattu 6.4.2024. <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00832-y>

D'Amato, J. 2024. The Ultimate RPG Game Master's Guide. Advice and Tools to Help You Run Your Best Game Ever! New York: Adams Media

Di, G. 2025. How to be a Dungeon Master (for TOTAL beginners!). YouTube. Viitattu 9.11.2025. <https://www.youtube.com/watch?v=wCKO6LuXYWE>

Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry 2025a. Yhdistys. Viitattu 28.10.2025. <https://emy.fi/yhdistys/>

Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry 2025b. Nuoret aikuiset. Viitattu 28.10.2025. <https://emy.fi/nuoret-aikuiset/>

Fancourt, D. & Finn, S. 2019. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. World Health Organization. Viitattu 8.4.2024. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/329834/9789289054553-eng.pdf>

Fine, G. A. 2002. Shared Fantasy. Role-Playing Games as Social Worlds. Chicago; London: University of Chicago Press.

Four, J. 2023. The Ultimate Guide to 5 Room Dungeons. Roleplaying Tips. Viitattu 12.11.2025. <https://www.roleplayingtips.com/5-room-dungeons/>

Hietaharju, P. & Nuutila, M. 2016. Käytännön mielenterveystyö 4. painos. Helsinki: Sanoma Pro.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15.–17. painos. Helsinki: Tammi.

Honkatukia, P., Kallio, J. & Ågren, S. 2025. Nuorten mielenterveyskriisillä on yhteiskunnallinen tausta. Katsausartikkeli. Lääkärilehti. Viitattu 15.11.2025. <https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/katsausartikkeli/nuorten-mielenterveyskriisilla-on-yhteiskunnallinen-tausta/#reference-2>

Huhtinen-Hildén, L. & Karjalainen, A-L. Luova toiminta siltana itseen, toisiin ja osallisuuteen. 2019. Teoksessa Karjalainen, A.-L. (toim.) Luovan toiminnan työtavat. Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle. Jyväskylä: PS-kustannus, 11–19.

Hytti, T. & Kähkönen, P. 2019. Pelillisuus ja leikillisuus aikuissosiaalityössä. Socca. Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus. Viitattu 15.11.2025.

https://socca.fi/wp-content/uploads/2024/12/Pelillisuus_ja_leikillisuus_aikuissosiaalityossa_opas.pdf

Hätönen, H., Kurki, M., Larri T. & Vuorilehto, M. 2014. Uudistuva mielenterveystyö. Helsinki: Fioca.

livonen, M. Ropecon 2020. Mikko livonen. Ensimmäistä kertaa pelinjohtajana. 24.7.2020. Luentotalenne. YouTube. Viitattu 30.10.2025.

<https://www.youtube.com/watch?v=JReYoEP0a9k&list=PL3TnEQk4iRwK2gCi0MWF52joUPvoHZZOX&index=4>

Jurmu, J. & Kulmala, A. 2025. Roolipeliharrastuksen vaikutukset nuorten voimaantumiseen ja osallisuuden kokemuksiin. Opinnäytetyö. Laurea-Ammattikorkeakoulu. Vantaa. Viitattu 31.10.2025.

<https://www.theseus.fi/handle/10024/878259>

Kananen, J. 2012. Kehittämistutkimus opinnäytetyönä. Kehittämistutkimuksen kirjoittamisen käytännön opas. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kurjenmiekka, V., Mustonen, J., Stratton Smith, C. & Vartiainen, A. 2023. Legendoja ja lohikäärmeitä. Pelinjohtajan kirja. Helsinki: Myrrysmiehet.

Lehto, K. 2021. Role-Playing Games and Well-Being. International Journal of Role-Playing, (11), 72–93. Viitattu 5.4.2024. <https://doi.org/10.33063/ijrp.vi11.284>

Leppälahti, M. 2009. Roolipelaaminen. Eläytymistä ja fantasiaharrastusverkostoja. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto.

Mielenterveyspooli 2025. Miten mielenterveyskriisi torjutaan? Kansanedustajaneeli eduskunnassa Maailman mielenterveyspäivä 10.10.2025. Viitattu 15.11.2025.

<https://mielenterveyspooli.fi/miten-mielenterveyskriisi-torjutaan-kansanedustajaneeli-eduskunnassa-maailman-mielenterveyspaivana-10-10/>

Mutka, V. 2022. Kun Dragonborn-barbaari tulikin puhuneeksi. Opinnäytetyö lauta- ja roolipelien vaikutuksista matalan kynnyksen mielenterveystyössä. Opinnäytetyö. Laurea-Ammattikorkeakoulu. Vantaa. Viitattu 8.4.2024. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2022091320108>

Niva, M. & Tuominen K. 2021. Benchmarking käytännössä. Itsearviointin työkirja. Hyviä periaatteita ja benchmarking-tutkimuksia. E-kirja. Turku: Benchmarking.

Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. 2015. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. E-kirja. Helsinki: Sanoma Pro.

Ollikainen, A. 2023. Kolmen näytöksen tarinan kaava. Kuvio. Artikkelissa Nissinen, H. 2023. Uusi Oscar-voittaja ja lähes kaikki muutkin elokuvat noudattavat samaa kaavaa – ”Se on taottu päähän tuhansien leffojen kautta”. Kulttuuricocktail. Yle. Viitattu 31.10.2025. <https://yle.fi/aihe/a/20-10004383>

Pettersson, J. 2005. Roolipelimanifesti. Helsinki: Like.

Talentia 2017. Arki, arvot ja etiikka. Sosiaalialan ammattihenkilöstön eettiset ohjeet. Viitattu 7.4.2024. <https://talentia.lukusali.fi/#/reader/4fb08bf6-d9e1-11ed-bdad-00155d64030a>

The World of Recovery 2023. Taustaa. Viitattu 8.4.2024. <https://www.theworldofrecovery.fi/taustaa/>

THL 2025. Luovat menetelmät vahvistavat osallisuutta. Viitattu 15.11.2025. <https://thl.fi/aiheet/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-edistamisen-mallit/uudista-asiakastyota-luovasti-ja-leikkisasti/luovat-menetelmat-vahvistavat-osallisuutta>

Tuovinen, E. 2023. Mitä roolipelaaminen on? Viitattu 2.4.2024. <https://roolipelitiedotus.fi/harrastuksesta/mitaroolipelaaminenon/>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019. Viitattu 7.4.2024. https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf

Virolainen, T. 2021. Kerttu Lehto käyttää roolipeliä työvälineenä empatian rakentamiseen. A-klinikkasaatiö. Viitattu 8.4.2024. <https://a-klinikkasaatio.fi/ajankohtaista/kerttu-lehto-kayttaa-roolipelia-tyovalineena-empatian-rakentamiseen/>

Vuorela, V. & Hiltunen, P. 2020. *Praedor: Pelinjohtajan kirja*. 2. laitos. Vantaa: Burger Games.

WHO 2025. Mental Health. Viitattu 22.10.2025. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Julkaisemattomat lähteet

Pöyhtäri, A. 2024. Toiminnanohjaajan haastattelu 3.7.2024. Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry. Espoo.

Kuviot

Kuvio 1: Kolmen näytöksen tarinan kaava (Ollikainen, 2023).....	26
Kuvio 2: Kehittämistyön prosessikuvaus.	36

Kuvat

Kuva 1: Oppaan sisällysluettelo.	43
---------------------------------------	----

Liitteet

Liite 1: Suostumuslomake.....	57
Liite 2: Haastattelurunko.....	58
Liite 3: Palautekysely	59
Liite 4: Opas roolipelitoiminnan ohjaamiseen EMY ry:n työntekijöille ja vapaaehtoisille....	61

Liite 1: Suostumuslomake

Suostumuslomake

Hei!

Olen Raisa Hirvasjärvi, ja teen opinnäytetyötä Laurea-ammattikorkeakoululle osana sosionomiopintojani. Työelämäkumppaninani on Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry.

Haastattelussa kysytään roolipelien vetämisestä, pelinjohtajana toimimisesta ja sen aloittamisesta. Taustatiedot ja haastattelussa annetut tiedot ovat luottamuksellisia, ja niitä käytetään vain tämän opinnäytetyön tekemiseen. Haastatteluissa kerätty aineisto muokataan niin, etteivät yksittäiset haastatellut henkilöt ole tunnistettavissa tiedoista. Haastattelut nauhoitetaan ja litteroidaan. Haastattelun kesto on noin 1 tunti, ja kysymyksiin vastaaminen on vapaaehtoista.

Haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista, ja sen voi keskeyttää tai perua koska tahansa. Haastattelun aineistoja säilytetään ainoastaan opinnäytetyön tekijän tietokoneella, ja ne tuhoetaan opinnäytetyön valmistuttua. Voit olla tutkimuksen aikana minuun yhteydessä koska tahansa.

Valmis opinnäytetyö julkaistaan Theseuksessa.

Osallistujan allekirjoitus:

Nimenselvennys:

Päivämäärä ja paikka:

Liite 2: Haastattelurunko

Haastattelurunko

OMA KOKEMUS PELINJOHTAMISESTA

Miten ja miksi aloitit roolipelaamisen/pelinjohtamisen? Entä EMY:ssä?

Mitkä asiat auttoivat pelinjohtamisen aloittamisessa?

Mitkä asiat olivat auttaneet vielä lisää? Millaista tukea olisit tarvinnut?

PELINJOHTAMISEN ALOITTAMINEN

Mitä asioita aloittelevan pelinjohtajan on hyvä huomioida?

Mikä on tärkein näistä?

Miten kannattaa aloittaa?

Mikä oli haastavaa pelinjohtajana aloittamisessa? Mistä tähän apua?

ROOLIPELIN VALMISTELEMINEN JA PELINJOHTAMINEN

Mikä on tärkeintä pelin valmistelussa?

Mistä asioista hyvä sopia pelaajien kanssa etukäteen? Esim. nollapelikerta?

Mitkä asiat ovat tärkeitä ennen peliä? Entä pelin aikana?

Mitkä ovat tärkeitä asioita roolipelietiketissä? Miten muut tulee huomioida?

Miten olet löytänyt oman tyylisi?

Mikä on tärkeintä pelinjohtamisessa?

PELINJOHTAMINEN EMY:SSÄ

Mitä asioita hyvä ottaa huomioon EMY:ssä peliä vetäessä?

Eroaako EMY:ssä pelin vetäminen jotenkin muunlaisista pelinvetämisestä?

MUUTA?

Liite 3: Palautekysely

Opas roolipelitoiminnan ohjaamiseen EMY ry:n työntekijöille ja vapaaehtoisille

Oppaan arviointilomake

Tutustu oppaaseen ja sen sisältöihin, ja täytä arviointilomake sen jälkeen. Merkitse kohta, joka sopii mielestäsi parhaiten.

Ennen kuin tutustuit oppaaseen, olitko kiinnostunut ohjaamaan roolipelitoimintaa?

En Kyllä

Miten kuvailisit oppaan ulkonäköä?

Ei miellytä lainkaan / Miellyttää jonkin verran / Miellyttää erittäin paljon

Saiko opas sinut kiinnostumaan aiheesta?

Ei yhtään / Jonkin verran / Erittäin paljon

Kuinka selkeä oppaan rakenne mielestäsi on?

Hyvin epäselvä / Jossain määrin selkeä / Erittäin selkeä

Kuinka selkeää ja helppolukuista oppaan teksti mielestäsi oli?

Erittäin epäselvää / Kohtalaisen selkeää / Erittäin selkeää

Miten helpoksi koet oppaan käytön?

Hyvin vaikeaksi / Kohtalaisen helpoksi / Erittäin helpoksi

Saitko oppaasta konkreettisia vinkkejä pelinjohtamiseen?

En / Kyllä

Miten hyödylliseksi koet oppaan toiminnassasi?

Ei lainkaan hyödylliseksi / Jossain määrin hyödylliseksi / Erittäin hyödylliseksi

Miten todennäköisesti tulet käyttämään opasta toiminnassasi?

En lainkaan todennäköisesti / Ehkä / Erittäin todennäköisesti

Miten todennäköisesti suosittelet opasta muille työntekijöille tai vapaaehtoisille?

En lainkaan todennäköisesti / Ehkä / Erittäin todennäköisesti

Vastaako opas mielestäsi tarpeeseen?

Ei lainkaan / Vastaa jonkin verran / Vastaa täysin

Olisitko valmis järjestämään roolipelitoimintaa oppaan pohjalta? Mikäli vastaat "en", kirjoita perustelu.

En Kyllä Miksi? _____

Muuta palautetta: _____

Kiitos palautteestasi!

Liite 4: Opas roolipelitoiminnan ohjaamiseen EMY ry:n työntekijöille ja vapaaehtoisille



Oppaan kansisivu. Opas kokonaisuudessaan erillisenä liitteenä Theseus-opinnäytetyökannassa.