

TÄSS' MÄ!

Tyttöjen positiivista minäkuvaava vahvistava ryhmäpeli

Marika Toivonen

Saara Sillanpää

Opinnäytetyö, kevät 2017

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosionomi (AMK)

TIIVISTELMÄ

Sillanpää, Saara & Toivonen, Marika. Täss' Mä! – Tyttöjen positiivista minäkuvaava vahvistava ryhmäpeli. Kevät 2017, 43 s., 2 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomi (AMK)

Opinnäytetyö on produktio, jonka tuotoksena syntyi lautapeli työvälineeksi nuorten tyttöjen kanssa toimivien tahojen, kuten nuorisotilojen ja koulujen käyttöön. Lautapelin tavoitteena on tyttöjen positiivisen minäkuvan ja itsetunnon vahvistaminen. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Vantaan Tyttöjen Tilan kanssa, joka on osa Nicehearts ry:n toimintaa.

Lautapeli sai nimekseen Täss' Mä! kuvastaakseen minuuden tiedostamista, hyväksymistä ja arvostamista. Lautapeli on suunniteltu pelattavaksi 3–4 hengen ryhmässä neljänä eri pelikertana 6–9 luokkalaisten kanssa. Peliä voi kuitenkin soveltaa monella tapaa.

Lautapeli muotoutui yhdessä Tyttöjen Tilan ohjaajien kanssa. Tarkoituksena oli luoda uusi ja erilainen menetelmä tyttöjen minäkuvan tueksi. Opinnäytetyössä keskitytään minäkuvan, itsetunnon sekä pelillisyyden lisäksi pelin työstämiseen ja pelimateriaalin valintaan. Pelistä saatu palaute on kerätty kahdelta peliä pelanneelta tyttöryhmältä ja heidän ohjaajiltaan. Palaute on kerätty palautelomakkeen avulla. Saatu palaute on pääosin positiivista ja pilotointiryhmät pitivät peliä mielenkiintoisena ja hauskana.

Lautapeliin on tehty myös ohjaajan opas. Oppaassa kerrotaan pelin tarkoitus ja tavoitteet sekä muuta tärkeää tietoa pelin kannalta. Lautapelin materiaali on mahdollista saada tämän opinnäytetyön tekijöiltä.

Asiasanat: tyttötyö, nuoret, minäkuva, itsetunto, lautapeli

ABSTRACT

Sillanpää, Saara & Toivonen, Marika. It's Me! – Board game for girls in 6–9 grades to reinforce their positive self-image and self-esteem. 43 p., 2 appendixes. Language: Finnish. Helsinki, Spring 2017.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services. Degree: Bachelor of Social Services.

This thesis is a production. The aim is to reinforce young girls' self-image and self-esteem through a board game designed to 6–9 graders. The board game was named It's Me! to represent self-image, self-appreciation and self-acceptance. The focus in this thesis is in self-esteem, self-image and the process of making the game meet its aim.

The board game is designed to be played in groups of three to five girls, in four different occasions. However, it can be applied in many different ways. Part of the board game is a guidebook for the adult instructing the game. The guidebook includes instructions and rules for the game and also other important information about the game and its aim.

The board game is designed for youth work, for example youth clubs and schools. It was actualized with Vantaan Tyttöjen Tila, which is a youth club for young girls and women, and is a part of Nicehearts ry.

The feedback is collected from the two groups of girls who played the game in Vantaan Tyttöjen Tila and their instructors. Feedback was collected by a questionnaire. The game was found interesting and fun by both the girls and the instructors.

The game was found practical, but it still has room for improvement. The appearance and colours as well as some of the questions can be made more functional. Nevertheless, the game was found useful and it brings a welcomed change to the methods traditionally used in youth work.

Keywords: Youth work, girls, self-image, self-esteem, board game

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 YHTEISTYÖKUMPPANI	7
2.1 Nicehearts ry	7
2.2 Vantaan Tyttöjen Tila	7
3 MINÄKUVA	9
3.1 Nuoruuden kehitystehtävät.....	9
3.2 Minäkuva ja itsetunto.....	10
3.3 Ryhmä ja pelillisuus minäkuvan vahvistamisessa	12
4 TÄSS' MÄ! -PELI	16
4.1 Pelin idea.....	16
4.2 Aihealueet	18
4.3 Tehtävät.....	22
4.4 Ohjaajan opas	24
5 PROSESSI JA ARVIOINTI	26
5.1 Prosessikuvaus	26
5.2 Pilotointi ja palaute	28
5.3 Tulokset ja jatkokehitysideat.....	33
5.4 Eettisyys	34
5.4.1 Osallisuus	34
5.4.2 Tekijänoikeus	34
6 POHDINTA	36
LÄHTEET	39
LIITE 1: Palautekysymykset ryhmäpelistä ohjaajille	41
LIITE 2: Palautelomake tytöille.....	43

1 JOHDANTO

Idean opinnäytetyöhön saimme ollessamme työharjoittelussa Nicehearts ry:n Vantaan Tyttöjen Tilassa Tikkurilassa. Tyttöjen Tilassa työskentelevät ohjaajat toivoivat jotakin erilaista menetelmää tai työvälinettä, jonka avulla voisi vahvistaa nuorten tyttöjen positiivista minäkuvaa. Valitsimme opinnäytetyömme kohderyhmäksi tytöt, sillä murrosikäisen tytön minäkuvassa tapahtuu runsaasti muutoksia, ja poikia aikaisemmin alkava puberteetti saa usein tytoissa aikaan epävarmuuden ja erilaisuuden tunteita. Tyttöjen kehitys on murrosiässä poikia edellä. Tytöt alkavat pohdiskella asioita syvällisemmin ja ilmaista tunteitaan kielellisesti sekä antavat enemmän painoarvoa sosiaalisille suhteille. (Keltikangas-Järvinen 2014, 67–68.) Murrosikäiset pojat ovat pohdiskelun sijaan usein enemmän toiminnan ihmisiä, ja nuorisotalojen kävijöistä suurin osa onkin poikia.

Työntekijöiden mukaan tyttöjä on vaikeampi saada mukaan toimintaan kuin poikia, jotka pitävät tyttöjä enemmän peleistä ja muusta toiminnallisesta ajanvietteestä. Tyttöjen ääni ei tule nuorisotyössä yhtä hyvin kuuluviin, sillä he pitävät enemmän rauhallisesta oleilusta eivätkä välttämättä osaa kertoa omista toiveistaan toiminnan suhteen. Sukupuolten tasa-arvo ei siis nuorisotyössä aina toteudu toivotulla tavalla. (Honkasalo 2011, 80–83.) Halusimmekin luoda menetelmän, joka auttaa ammattilaista lähestymään juuri tyttöjä ja jonka varjolla tyttöjä voisi saada houkuteltua nuorisotyön pariin. Vuoden 2015 Nuorisobarometristä käy ilmi, että tytöt ovat poikia tyytymättömämpiä omaan ulkonäköönsä sekä psyykkiseen terveydentilaansa. Myös 15–19-vuotiaiden yleinen tyytyväisyys elämäänsä on viimeisen kymmenen vuoden aikana pysynyt tytoilla samanlaisena, kun taas poikien tyytyväisyys elämäänsä on suhteessa parantunut jopa ohi tytoista. (Myllyniemi 2016, 89–92.) Näiden syiden vuoksi koimme tarvetta positiivista minäkuvaa vahvistavalle menetelmälle nuoriso- ja tyttötyössä.

Idea lautapelistä syntyi nopeasti, koska harjoittelumme aikana huomasimme lautapeliin ja erilaisten pelien pelaamisen kiinnostavan monia tyttöjä. Valitsimme lautapelin sen ajattomuuden ja seurallisuuden vuoksi. Tavoitteenamme oli luoda lautapeli, jonka avulla voidaan vahvistaa positiivista minäkuvaa, rikkoa ennakkoluuloja ja hyödyntää ryhmätoimintaa positiivisen minäkuvan vahvistamisessa. Halusimme kuitenkin säilyttää

pelillisyyden suunnittelemalla peliin toiminnallisia tehtäviä. Teimme peliin myös ohjaajan oppaan, joka sisältää pelin ohjeet, tavoitteet ja tarkoituksen sekä muuta tärkeää tietoa peliä ohjaavalle ammattilaiselle.

Olemme tehneet yhteistyökumppanillemme Vantaan Tyttöjen Tilaan oman kappaleen pelistä, johon olemme askarrelleet tehtäväkortit sekä pelilaudan. Peli tehtäväkortteineen on myös mahdollista tulostaa ja koota. Täydellinen pelimateriaali on mahdollista hankkia tämän opinnäytetyön tekijöiltä. Lautapeliä varten tulee kuitenkin hankkia noppa ja tiimalasi tai ajastin.

Aloitamme raportin kertomalla hieman Nicehearts ry:n toiminnasta ja esittelemällä yhteistyökumppanimme Vantaan Tyttöjen Tilan. Tämän jälkeen erittelemme työn keskeisiä käsitteitä, kuten nuoruutta, minäkuva ja pelillisyyttä. Itse pelimateriaali ja sen perustelut esitellään opinnäytetyössä esimerkkikuvineen. Käymme läpi myös pelin arvioinnin, tulokset ja jatkokehitysideat. Lopuksi tarkastelemme työtämme eettisyyden näkökulmasta sekä pohdimme työn toteutusta ja muun muassa omaa ammatillista kasvua.

2 YHTEISTYÖKUMPPANI

2.1 Nicehearts ry

Tyttöjen Tila on osa Nicehearts ry:n toimintaa. Nicehearts ry on aloittanut toimintansa Vantaalla 2001 ja se on tyttö- ja naistoimintaa tuottava yhdistys. Päämääränä on auttaa tyttöjä ja naisia löytämään oma paikkansa yhteiskunnassa ja vahvistaa heidän osallisuuttaan. Tarkoituksena on tukea tyttöjen ja naisten omaehtoista toimintaa, edistää samanarvoisuutta ja tuottaa monimuotoista toimintaa. Toiminnalla pyritään luomaan pitkäkestoisia naisten keskinäisiä verkostoja ja edistämään erikulttuuristen ja eri-ikäisten naisten kohtaamista arjessa. Niceheartsissa naistyötä tehdään tasa-arvon, yhteisöllisyyden, yhdenvertaisuuden ja ilon kautta. (Nicehearts i.a.a.)

2.2 Vantaan Tyttöjen Tila

Vantaan Tyttöjen Tila Tikkurilassa on perustettu tyttöjen ja nuorten naisten tilaksi, jossa he voivat saada tukea omaan kasvuunsa, tulla nähdyiksi ja kuulluiksi juuri sellaisina kuin ovat. Tyttöjen Tilassa voi viettää vapaa-aikaansa lämminhenkisessä ja yhteisöllisessä ympäristössä. Vantaan Tyttöjen Tilan toiminta on STEA:n eli sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskuksen rahoittamaa, ja Tyttöjen Tilaan ovat tervetulleita kaikki 10–28-vuotiaat tytöt ja nuoret naiset sekä sellaiseksi itsensä kokevat. Tyttöjen Tilan toiminta on tytöille vapaaehtoista ja maksutonta. Tyttöjen Tilan tarkoitus on tarjota tytöille kohtaamispaikka, jossa he voivat tavata toisiaan ikään tai kulttuuriin katsomatta. He voivat osallistua tahtonsa mukaan erilaisiin toiminnallisiin ryhmiin, muun muassa kokkauskerhoon, liikunnalliseen, ilmaisutaidolliseen ja kädentaidolliseen tuokioon sekä rentoutushetkeen. Myös tyttöjen toiveet otetaan huomioon ryhmiä ja tuokioita suunnitellessa. Työtä tehdään kulttuuri- ja sukupuolisensitiivisellä työotteella, jolloin keskipisteenä on tyttöyden ja naiseuden moninaisuuden ja yksilöllisyyden huomioonottaminen. Yhteiskunnassamme tyttöyteen ja naiseuteen liittyy monenlaisia stereotyyppioita ja myyttejä, joita kulttuuri- ja sukupuolisensitiivisellä työotteella pyritään tiedostamaan, kyseenalaistamaan ja purkamaan. Avoimet illat ovat matalakynnyksinen toimintamuoto ja ovat Tyttöjen Tilan toiminnan kivijalka. Tyttöjen Tilassa on

mahdollisuus viettää aikaa sohvalla lueskellen, vaihtaa ajatuksia muiden tyttöjen ja naisten kanssa ja keskustella luottamuksellisesti aikuisen kanssa. Työntekijät tukevat jokaisen tytön ainutlaatuista kasvua omannäköiseksi naiseksi vastaamalla nuorten elämäntilanteiden ja kasvuympäristön luomiin haasteisiin ammattitaitoisesti. (Nicehearts i.a.b.)

Tyttöryhmät on yksi Tyttöjen Tilan toimintamuoto. Tyttöjen Tilan työntekijät perustavat ryhmät yksittäisten tyttöjen, tyttöporukoiden, koulujen ja muiden yhteistyökumppaneiden toiveiden pohjalta. Ryhmissä tytöillä on mahdollisuus oppia kuuntelemaan ja kunnioittamaan itseänsä ja muita. Heillä on mahdollisuus tutkia omaa elämäänsä ja jutella merkittävistä asioista luottamuksellisesti ja turvallisesti. Ryhmissä toimii ohjaajana aina aikuinen nainen. Ryhmä koostuu 4–8 tytöstä tai nuoresta naisesta ja he kokoontuvat säännöllisesti. Tytöt suunnittelevat itse toimintansa ja sitoutuvat siihen. (Nicehearts i.a.b.)

Yksi toimintamuodoista Tyttöjen Tilassa on yksilötyö. Tyttöillä on mahdollisuus pyytää ohjaajilta kahdenkeskeisiä keskusteluajoja, kun heillä on tarvetta jutella mieltä askarruttavista asioista ja ilahduttavista asioista luotettavan aikuisen naisen kanssa. Tarkoituksena on keskustelemalla tukea ja rohkaista tyttöjä kunnioittamaan ja luottamaan omiin voimavaroihinsa. Ohjaaja voi tukea nuorta ottamaan yhteyttä tarvittaviin palveluihin ja tarvittaessa saattaa sinne. Nuorta tuetaan rakentamaan toimiva ja tarvittava tukiverkosto. Vantaan Tyttöjen Tilalla on laaja ja toimiva yhteistyöverkosto eri toimijoiden kanssa, kuten muun muassa Vantaan kaupungin ja nuorisotyötä tekevien järjestöjen kanssa. Tyttöjen Tilaan jokainen on tervetullut juuri sellaisena kuin on. (Nicehearts i.a.b.)

3 MINÄKUVA

3.1 Nuoruuden kehitystehtävät

Ihmisen käsitys omasta itsestään alkaa muodostua jo hyvin pian syntymän jälkeen. Ensimmäisenä alkaa muodostua käsitys omasta kehosta ja sen irrallisuudesta suhteessa muuhun maailmaan. Psykologinen minä alkaa kehittyä havaittavasti kuitenkin yhdessä kielen kehityksen kanssa. Kolmevuotiaasta eteenpäin lapsi osaa yleensä jo hahmottaa oman itsensä ja käyttää puhuessaankin itsestään nimen sijasta sanaa minä. Lapsi opettelee empatiaa ja kokeilee leikkien kautta, millaista olisi olla jonkun toisen roolissa. 5–7-vuotias lapsi ymmärtää jo sosiaalisia yhteisöjä ja tietää kuuluvansa niihin. Tässä vaiheessa minän kehitykseen vaikuttavat oman perheen lisäksi muutkin ihmiset ja lapsi ymmärtää, että kaikkien ihmisten kanssa ei voi käyttäytyä samoin kuin esimerkiksi kotona. (Keltikangas-Järvinen 2014, 100–110.) Varhaisen murrosiän saavutettuaan lapsi osaa jo erottaa, missä kulkee raja oman ajattelun ja ulkoisen maailman tapahtumien välillä. Lapsi ymmärtää, että hänellä on oma todellisuutensa ja ettei toisia ihmisiääkään voi aina tulkita vain sen perusteella, mitä he ulospäin itsestään näyttävät. (Keltikangas-Järvinen 2014, 33.)

Nuoruus on siirtymävaihe lapsuudesta aikuisuuteen. Nuoruus kehitysvaiheena on suhteellisen pitkä, jopa parikymmentä vuotta kestävä kehitysvaihe, jonka aikana ihminen kokee suuria muutoksia niin fyysiseltä kuin psyykkiseltäkin kannalta tarkasteltuna. Nuoruuden kehitysvaiheessa ihminen alkaa omaksua sukupuolirooleja, luoda uusia suhteita oman ikäluokkansa jäseniin ja itsenäistyä emotionaalisesti vanhemmistaan ja lapsuudenperheestään. Nuoruudessa ihminen myös kehittää itselleen pysyvämmän arvomaailman ja maailmankatsomuksen sekä omaksuu sen, mikä on oman ikäryhmän kohdalla sosiaalisesti hyväksyttyä käytöstä ja mitä taas ei katsota hyvällä. Samalla kun nuori etsii omaa paikkaansa yhteiskunnassa, kokeilee erilaisia rooleja ja tekee valintoja, hänen minäkuvansa hakee muotoaan. (Nurmi 2003, 256–257.)

Erik H. Eriksonin teorian mukaan nuoruuteen kuuluu oleellisena osana nuoruuden identiteettikriisi. Tässä kehitysvaiheessa nuori pyrkii ratkaisemaan oman identiteettinsä ja uusien roolien aiheuttaman hämmennyksen välistä ristiriitaa. Nuoruuden

kehitysvaiheessa ihminen muodostaa käsityksen erityisesti läheisten ihmissuhteiden luomisesta ja ylläpitämisestä sekä kyvystään rakastaa ja tulla rakastetuksi. Kun nuoruuden psykososiaalinen kriisi ratkeaa toivotulla tavalla, ihmisen minuuden tunne vahvistuu ja hän kykenee selviytymään paremmin tulevista, esimerkiksi aikuisuudessa vastaan tulevista kehityskriiseistä. Näin ollen nuoruudella on tärkeä tehtävä eheän aikuisuuden pohjustajana. (Kuusinen 2003, 316–317.)

3.2 Minäkuva ja itsetunto

Ihmisen itsetunto on osa minäkuva, joka taas on osa laajempaa kokonaisuutta, minää. Minä on ihmisen kokonaisuus ja sisältää kaiken sen, mitä ihmiseen todellisuudessa kuuluu. Siinä missä minä sisältää tietoisien minän lisäksi myös ne tiedostamattomat ominaisuudet, joita yksilö ei ajattele osaksi itseään, minäkuvaan kuuluvat vain ne asiat, jotka ihminen itse mieltää oman itsensä osaksi. Ihminen saattaa myös kuvitella itseensä kuuluvan sellaisia asioita tai ominaisuuksia, joita hänellä ei todellisuudessa ole. Nämä asiat ovat osa hänen minäkuvaansa, mutta eivät kuulu hänen todelliseen minäänsä. (Aho 2004, 18–20.)

Minäkuva eroaa minästä siinä, että minäkuva koostuu pääasiassa yksilön kokemuksista ja havainnoista itsestään, toisista, menneestä ja tulevasta sekä arvoista, asenteista, tunteista ja kaikkien edellä mainittujen suhteesta toisiinsa. Vastavuoroisesti ihmisen minäkuva määrää sen, millaisena ihminen tulkitsee muita ihmisiä ja ympärillään tapahtuvia asioita. Minäkuvansa perusteella hän valikoi ympäriltään sen tiedon, joka sopii siihen kuvaan, joka hänellä itsestään on. (Aho 2004, 18–20.) Tällä on erityisen suuri merkitys murrosikäisten nuorten maailmassa, jossa sosiaalinen status ja suosio ovat tärkeitä. Murrosikäisen nuoren minäkuva muokkautuu vahvasti ikätovereilta saadun palautteen perusteella. Jos palaute on positiivista, nuori näkee itsensä pidettynä ja myös toimii sen mukaan suhteessa muihin. Jatkuvan negatiivisen palautteen saaminen taas vahvistaa negatiivista minäkuva ja saa nuoren uskomaan, että oikeastaan hän ansaitseekin tulla loukatuksi. (Keltikangas-Järvinen 2010, 191–195.)

Kun ihmisen käsitys itsestään on mahdollisimman realistinen, se auttaa ja opastaa yksilöä säätelemään omaa toimintaansa. Näin ollen yksilön omaa, henkilökohtaista ja kokonaisvaltaista käsitystä itsestään kutsutaan minäkuvaksi tai minäkäsitykseksi. Minäkuvaan kuuluvat ihmisen fyysinen, moraalinen, henkinen sekä sosiaalinen minä. (Aho 2004, 18–20.) Selkeyden vuoksi käytämme opinnäytetyössämme termiä **minäkuva**. Ihmisen minäkuvan voi jakaa kolmeen osa-alueeseen. Reaaliminäkuvaan, ihanneminäkuvaan ja normatiiviseen minäkuvaan. **Reaaliminäkuva** sisältää ne todelliset ominaisuudet, jotka ihminen tiedostaa ja jotka näkyvät vuorovaikutustilanteissa, mutta myös ne asiat, jotka eivät välttämättä näy ulospäin. **Ihanneminäkuvalla** tarkoitetaan sitä, minkälainen ihminen haluaisi olla. Se sisältää niin realistiset kuin epärealistisetkin toiveet ja haaveet itsestä ja muodostuu usein ympäristön asettamista odotuksista ja vaatimuksista. **Normatiivinen minäkuva** kuvastaa niitä käsityksiä, joita ihmisellä on muiden ihmisten ja ympäristön mielipiteistä ja odotuksista siitä, millainen hänen tulisi olla. (Aho 2004, 18–19.)

Käytännössä vahvan minäkuvan omaavalla ihmisellä on myös terve itsetunto. Itsetunto tarkoittaa sitä, kuinka paljon hyviä ja huonoja ominaisuuksia ihminen itsessään näkee ja missä suhteessa ne ovat toisiinsa nähden. Hyvän itsetunnon omaava havaitsee hyvien ominaisuuksien lisäksi myös heikkoutensa, mutta kokee hyvät puolensa huonoja merkityksellisempinä. Hyvä itsetunto on itseensä luottamista ja itsensä arvostamista sekä kykyä arvostaa muita ihmisiä. Hyvän itsetunnon omaava sietää myös epäonnistumisten ja pettymysten tunteita. Itsetunto rakentuu monista eri tekijöistä, jotka voivat tasapainottaa toisiaan. Tällöin ihmisen yleisitetunto voi olla hyvä, vaikka jokin osa-alue olisikin heikompi. Ihmiset painottavat itsetuntokäsityksissään eri osa-alueita: toisille on tärkeämpää sosiaalinen selviytyminen ja toiset taas ovat kiinnostuneempia esimerkiksi osaamisen ja haasteista selviämisen taidoista. (Keltikangas-Järvinen 2014, 17–27.)

Itsetunto liittyy vahvasti minäkuvaan. Kun ihmisen minäkuva on totuudenmukainen, on hänellä mahdollisuus hyvään itsetuntoon. (Keltikangas-Järvinen 2014, 17.) Murrosiän alkuvaiheessa 12–14-vuotiaana nuoren minäkuvassa tapahtuu suuria muutoksia nopealla tahdilla. Nämä muutokset eivät kuitenkaan välttämättä tarkoita sitä, että nuoren itsetunto olisi jollakin tapaa enemmän uhattuna kuin muissa elämänvaiheissa. Nuoren itsetunnossa on vaihtelevuutta, etenkin murrosiän alkuvaiheessa, mutta lapsena

kehittynyt vahva itsetunto kantaa yleensä myös murrosiän läpi. Nuoren itsetuntoa on kuitenkin vaikea mitata, sillä vasta murrosikä muovaa itsetunnon pysyvämpään, mitattavaan muotoonsa. (Keltikangas-Järvinen 2014, 34.)

Murrosiässä itsetunto muovautuu sen mukaan, mitä mieltä nuori uskoo lähipiirinsä ja ympäristönsä hänestä olevan. Se, välittävätkö muut hänestä, onko hän heille tarpeellinen ja tärkeä ja kuinka paljon he välittävät hänen hyvinvoinnistaan, on nuoren itsetunnon kehittymisen kannalta oleellisimpia tekijöitä. Murrosiässä ja muutenkin nuoruuden ikävaiheessa itsetuntoa koettelevat monet myllerrykset ja muutokset, kuten itsenäistyminen ja pohdinta siitä, mikä on yksilön paikka ja asema maailmassa. Kun itsetunto on löytänyt pysyvemmän muotonsa, se lakkaa olemasta niin altis ulkoisille vaikutteille. Vakiintunut itsetunto tarkastelee yksilöä enemmänkin sisältä päin, sen kautta, millainen yksilö itse tietää ja tuntee olevansa. (Maasola & Toivakka 2012, 18.) Murrosikäisen nuoren minäkuvan ja itsetunnon rakentumisessa on paljon mahdollisuuksia, joihin kasvattajat voivat tarttua ja joita hyödyntämällä kasvattaja voi myötävaikuttaa nuoren vahvaan ja terveeseen minäkuvaan. (Keltikangas-Järvinen 2014, 33–34.)

3.3 Ryhmä ja pelillisuus minäkuvan vahvistamisessa

Minäkuva ja itsetunto muotoutuvat pääasiassa toisten ihmisten kanssa käydyssä vuorovaikutuksessa. Ryhmätyöskentely on tehokas väline minäkuvan ja itsetunnon vahvistamisessa: ryhmässä jäsenet peilaavat itseään ja omia arvojaan sekä asenteitaan muiden kautta. Jäsenet saavat harjoitella toisten huomioon ottamista ja muita sosiaalisia taitoja saaden samalla vahvistusta omalle omanarvontunnonalleen. Kun yksilö huomaa oman panoksensa tärkeyden ja tarpeellisuuden ryhmässä, se toimii vahvistavana kokemuksena positiivisen minäkuvan kehittämisessä. (Aho 2004, 58–60.) Suljetussa ryhmässä pelaajat tulevat kohdatuksi omina itsenään ja he voivat turvallisessa ympäristössä harjoitella erilaisia sosiaalisia taitojaan, kuten omien tunteiden ja mielipiteiden ilmaisua. Toiminnallisten tehtävien sekä luotettavien ihmisten avulla pelaajat voivat tuoda esille sellaisiakin asioita, joiden ilmaiseminen toisenlaisessa ympäristössä saattaa tuntua vaikealta. On myös lohduttavaa huomata, että ei ole yksin tunteidensa ja haasteidensa kanssa. (Hytönen & Valli 2016, 52–53.)

Ryhmällä käsitteenä tarkoitetaan tiettyä, suuresta tai satunnaisesta joukosta erotettua määrää ihmisiä, joita yhdistää tietyt kriteerit. Ihmisjoukkoa voidaan kutsua ryhmäksi silloin, kun heidän toimintaansa ohjaavat yhteiset säännöt ja yhteinen päämäärä ja kun heidän välillään on havaittavissa roolijako sekä selkeä vuorovaikutus. Vaikka ryhmällä onkin tietty tarkoitus, sen sisällä tapahtuu myös muuta kuin tavoitetta kohti pyrkivää toimintaa. Ryhmään kuuluvien jäsenten myötä ryhmässä vaikuttavat monenlaiset tunteet ja ryhmäilmiöt, joita voi joskus olla vaikea tunnistaa tai edes havaita. Ryhmän sisällä tapahtuva vuorovaikutus, toisten toiminnan ja sanomisten tulkinta ja niihin reagointi paitsi vaikuttaa ryhmän ilmapiiriin, myös muokkaa ryhmää. (Niemistö 2004, 16–19.)

Ryhmässä yksilöt ovat kokoontuneet yhteen jonkin syyn vuoksi. Usein tämä syy on jokin yhteinen päämäärä, jonka saavuttamiseksi ryhmän jäsenet tekevät yhteistyötä. Yhteistyön voimin ryhmä on luovampi ja voi löytää yksilötyöhön verrattuna parempia ratkaisuja ongelmiin. Lisäksi ryhmän jäsenet voivat ryhmän tuen ansiosta saada lisää varmuutta ja itseluottamusta päämäärän tehokkaaseen tavoitteluun. Tämä toteutuu etenkin silloin, kun ryhmän jäsenet kokevat osaavansa asiansa. Toisaalta, jos ryhmän toiminta on yksilölle vierasta tai tekee hänen olonsa epämukavaksi, muiden ryhmäläisten läsnäolo saattaa heikentää hänen suoritustaan. (Pennington 2005, 50–54.)

Pienryhmätoiminta on yksilön oman osallistumisen ja osallisuudentunteen kannalta suurta ryhmää tehokkaampaa. Pienessä, kolmesta kahdeksaan henkilön ryhmässä, yksilön minuuden tunne säilyy, ja hän tuntee, että juuri hänen osallistumisellaan ja panoksellaan on merkitystä. Pienryhmässä yksilöllä on mahdollisuus vaikuttaa ryhmässä käytävään keskusteluun ja näin ollen ohjata ryhmän toimintaa omalta kannaltaan mieleisemmäksi. Kun yksilöllisyyden tunne säilyy, myös ryhmähengellä on edellytykset pysyä vahvana koko ryhmäprosessin ajan. Myös ryhmän ulkopuolelle jäämisen mahdollisuus on pienempi kuin isossa ryhmässä. (Pennington 2005, 79–80.)

Ryhmään kuuluminen on ihmisille luontaista. Jokaisen ryhmässä olevan tulisi voida kokea arvostusta, hyväksyntää, pätevyyden ja aikaansaamisen tunnetta ja tunnustettua ryhmän jäsenyyttä. (Juusola 2015, 151.) Aikuisen hyväksynnän ja kannustuksen lisäksi nuori tarvitsee myös vertaistensa tukea. Turvallinen ja toimiva ryhmä tukee jäseniään ja hyvällä ryhmähengellä luodaan perusta ryhmässä tehtävälle työlle. Aikuisen on tärkeää

pitää huolta siitä, että ryhmässä kaikki pystyvät työskentelemään kaikkien kanssa, oppivat tuntemaan toisensa ja arvostamaan toisiaan. (Vehkalahti 2007, 27.)

Pelaamisen kautta oppimisessa tärkeää on tukea niitä työskentelymuotoja, jotka tarjoavat nuorelle mahdollisuuden oppia omista lähtökohdistaan sekä luovat onnistumisen ja pystyvyyden kokemuksia. Erityisesti ryhmäpelitilanteessa muilla pelaajilla on suuri merkitys toimintaan sitoutumisessa ja siinä, millaiseksi toiminta koetaan. Toimiakseen toivotulla tavalla ryhmäpelitilanne vaatii pelaajilta yhteisiä toimintatapoja ja tavoitteita. Parhaimmillaan ryhmässä päästään kehittämään yhdessä erilaisia ideoita ja opitaan vertaistuen avulla. Se, että pelaaminen on leikillistä ja hauskaa ei tarkoita, etteikö peli voisi tarjota haasteita ja vaatia ponnisteluja. Aikuisen rooli korostuu työskentelyn ohjaamisena ja vaikeissa tilanteissa tukemisena. (Multisilta & Harju 2014, 164–165.)

Pelillisyyden käsite on etenkin lasten ja nuorten kohdalla vahvasti rinnastettavissa leikillisyyteen. Pelien maailmassa leikillisuus kuvaa terminä hyvin pelaamisen aikana tapahtuvaa oppimista. Leikillisyydessä korostuvat peleissä tärkeää osaa näyttelevät asiat kuten asennoituminen, elämyksellisyys ja mielikuvituksellisuus, jotka tekevät pelaamisesta miellyttävää. Leikillisuus ja sille otollisten olosuhteiden luominen parantaa myös käsillä olevan vuorovaikutustilanteen toimivuutta. Leikillisyyteen sisältyvä luovuuden mahdollisuus sekä verbaalinen ja eleellinen hassuttelu luovat ryhmätilanteessa jäsenten keskinäistä luottamusta sekä vahvistavat yksilöiden varmuutta omasta itsestään ja olemisestaan. Ryhmäpelitilanteessa leikillisuus vähentää jännitteitä ja luo myönteisiä tilanteita. (Kangas 2014, 73–78.)

Kaikilla ihmisillä on tarve luoda ja ylläpitää ihmissuhteita ja viettää aikaa muiden ihmisten kanssa. Vahvasti sosiaalisille ihmisille se, että saa tavata muita ihmisiä, on itsessään palkitsevaa. Tällainen ihminen näkee usein oleellisempina muiden ihmisten seuran kuin sen, mitä ollaan tekemässä. Kaikki eivät kuitenkaan ole yhtä sosiaalisia, eivätkä hakeudu aktiivisesti muiden seuraan. Nuoren kohdalla kyse voi olla myös ujoudesta: nuori saattaa haluta muiden seuraan ja kaivata yhteistä tekemistä, mutta ei uskalla liittyä joukkoon tai ei tiedä, kuinka sen tekisi. Tällaisten nuorten kohdalla aikuisen apu on tärkeää. Ujo ja arkakin nuori tarvitsee kokemuksia yhdessä tekemisen mielekkyydestä ja siitä, että muiden kanssa voi olla hauskaa. Aikuisen tai ohjaajan

tehtävä onkin ohjata tällaisia nuoria kanssakäymiseen muiden kanssa. Esimerkiksi ryhmätilanteeseen kannustaminen ja kaikkien osallistumisen mahdollistaminen voi tukea ujoa nuorta lähestymään muita ja opettelemaan yhdessä tekemistä, tuntien olonsa samalla turvallisiksi. (Keltikangas-Järvinen 2010, 44–51.)

Monelle nuorelle ryhmässä toimiminen on yksilötilanteita tehokkaampi toimintamuoto. Jotkin ryhmät kokoontuvat vain kerran, mutta parempiin tuloksiin päästään yleensä pitkäkestoisemmalla ryhmäprosessilla. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 2003, 432.) Tämän vuoksi halusimme tehdä Täss'Mä! -pelistä ryhmässä pelattavan pelin, jonka pelikerrat jakaantuvat ryhmän tarpeesta ja mahdollisuuksista riippuen yhdestä neljään kertaan.

4 TÄSSÄ MÄ! -PELI

4.1 Pelin idea

Ryhmäpeli on suunniteltu jaettavaksi neljälle eri pelikerralle. Ensimmäisen pelikerran voi aloittaa tutustumisella, jonka tarkoituksena on tehdä pelaajat tutuiksi toisilleen. Ryhmäpeli saattaa nostaa esiin henkilökohtaisiakin asioita, joten on tärkeää, että ryhmään pyritään luomaan avoin ja turvallinen ilmapiiri. Jokaisella pelikerralla käsitellään yksi aihealue kerrallaan. Yksi pelikerta kestää noin tunnin, riippuen pelaajien määrästä, pelin kulusta ja keskustelun tarpeesta. Mikäli ensimmäinen pelikerta sisältää tutustumisen, peliaikaa kannattaa varata hiukan enemmän. Jokaisen pelikerran jälkeen pidetään purku, jossa on mahdollista keskustella pelin aikana heränneistä tunteista ja kysymyksistä.

Ryhmäpeliä pelataan tehtäväkorteilla. Vaikka pelin päätarkoitus onkin positiivisen minäkuvan vahvistaminen, halusimme kuitenkin säilyttää pelaamisen hengen ja konkreettisuuden luomalla peliin kortit ja pelipassin, johon saa merkintöjä suoritetuista tehtävistä. Peli alkaa noppaa heittämällä. Pelaaja saa aloittaa pelinsä valitsemastaan pelilaudan neljästä kulmasta ja edetä heittämänsä nopan silmäluvun verran. Pelaaja saa liikkua laudalla mihin suuntaan vaan. Pelaaja suorittaa symbolia vastaavan tehtävän. Esimerkiksi pelaajan päädyttyä ruutuun, jossa on tähtisymboli, pelaaja suorittaa Case-tehtävän. Suoritettuaan tehtävän pelaaja saa pelipassiinsa merkinnän suoritetusta aihealueesta sekä tehtävästä. Tämän jälkeen vuoro siirtyy seuraavalle pelaajalle. Pelin pelaajat keräävät merkintöjä pelipassiinsa jokaisella pelikerralla, kunnes jokainen aihealue on käsitelty. Seuraavana kuvat pelilaudasta, tehtäväkorteista, pelipassista ja ohjaajan oppaasta.



KUVA 1. Pelilauta



KUVA 2. Pelin kortit, pelilauta, pelipassi ja ohjaajan opas

4.2 Aihealueet

Pelin aihealueita ovat **Perhe ja ystävät**, **Koulu ja harrastukset**, **Ulkonäkö ja ihanteet** sekä **Tulevaisuus ja unelmat**. Kyseiset aihealueet koskettavat mielestämme läheisesti jokaisen nuoren tytön elämää, ja sen myötä niiden piiriin kuuluvat asiat muokkaavat tytön minäkuvaa ja itsetuntoa. Aihealueiden käsittelyn avuksi olemme valinneet erilaisia tehtäviä, jotka helpottavat teemoihin pureutumista sekä tekevät pelaamisesta mielenkiintoista ja hauskaa. Pelin neljä erilaista tehtävätyyppiä ovat **Pantomiimi**, **Sanaselitys**, **Case** sekä **Kerro**. Pelilaudalla on myös Salamasymboliruutu, jossa pelaaja saa vapaasti valita, minkä tehtävistä suorittaa. Seuraavasta kaaviosta ilmenevät aihealueet ja niihin liittyvät värit sekä kaavion keskellä tehtävänimikkeet ja niiden symbolit.



KAAVIO 1. Aihealueet ja tehtävät

Perhe ja ystävät

Yksiä merkittävimpiä tekijöitä itsetunnon kehittämisessä ja muokkautumisessa ovat perhe ja perheilmapiiiri. Kiinteä, keskusteleva ja vastavuoroinen suhde lapsen ja vanhempien välillä, tasa-arvoisuus, selkeät rajat sekä yksilöllisyyden huomioiminen ovat seikkoja, joiden avulla lapsen ja nuoren positiivinen minäkuva rakentuu osana omaa perhettä. (Keltikangas-Järvinen 2014, 167–170.) Isän, äidin ja lasten muodostaman ydinperheen rinnalla on myös monenlaisia muita perhemalleja. Biologisen sukulaisuuden lisäksi perheen voivat muodostaa myös muut, esimerkiksi yhdessä asuvat, toisilleen sukua olemattomat henkilöt, joilla on vahva tunneside toisiinsa. Perhesuhteet näkyvät erityisen voimakkaina niiden nuorten kohdalla, joiden vanhemmat ovat eronneet tai eroamassa. (Aaltonen ym. 2003, 193–195.) Täss' Mä! -peli sisältää paljon tehtäviä ja kysymyksiä, joissa käsitellään perhettä ja nostetaan keskusteluun erilaisia perhettä koskevia kysymyksiä ja pohdintoja.

Myös nuoren taustaryhmä eli kaverit ja ystävät ovat suuressa roolissa etenkin murrosikäisen nuoren itsetunnon ja identiteetin kehittämisessä. Kavereilta nuori hakee vahvuutta ja vahvistusta omalle itsetunnolle. (Keltikangas-Järvinen 2014, 60–61.) Kun nuori alkaa irrottautua vanhemmistaan ja etsii omaa itsenäisyyttään, tulevat kaverit entistä tärkeämmiksi (Aho 2005, 174). Ystävyys- ja kaverisuhteet sisältävät molemminpuolista kiintymystä ja luottamusta. Ystäviltään nuori saa emotionaalista tukea ja voi pohtia heidän kanssaan sellaisiakin asioita, joista puhuminen omille vanhemmille tai muille aikuisille voi tuntua vaikealta. Ystävyydestä ja sen mukanaan tuomista luottamuksen ja yhteenkuuluvuuden tunteista nuori saa varmuutta ja rohkeutta toteuttaa itseään. (Aaltonen ym. 2003, 93.) Perhe ja ystävät -aihealueen sisällä nuori pääsee pohtimaan omia kaverisuhteitaan ja toisaalta myös omia arvojaan ja sitä, millainen vaikutus kavereilla on häneen ja toisinpäin.

Koulu ja harrastukset

Itsetunnolla on merkittävä yhteys nuoren koulumenestykseen. Etenkin tyttöillä itsetunto vaikuttaa hyvin voimakkaasti siihen, miten koulussa pärjätään. Myös se, miten suosittu nuori on kaveripiirissä, on yhteydessä itsetuntoon ja koulumenestykseen. Monesti

lahjakaskin oppilas voi alisuoriutua koulussa, jos hyvää koulumenestystä ei katsota kaveripiirissä hyvällä. (Keltikangas-Järvinen 2014, 40–43.) Koulu onkin nuorelle merkittävä paikka etenkin juuri kavereiden vuoksi ja koulussa vallitseva ilmapiiri vaikuttaa myös nuoren koulumenestykseen. Etenkin alakoulusta yläkouluun siirtyminen tuo mukanaan paljon muutoksia ja sen mukana myös pelkoa. Näitä pelkoja voi vähentää esimerkiksi keskustelemalla nuoren kanssa peloista ja käymällä yhdessä läpi uusia tilanteita ja niistä selviytymistä. (Laine & Pesonen 2016, 76.)

Koulun lisäksi erilaiset vapaa-ajan harrastukset tarjoavat nuorelle laajan ja monipuolisen oppimiskentän, jossa muun muassa erilaiset taidot ja arvot pääsevät rakentumaan. Nuoret hankkiutuvat harrastusten pariin usein omasta mielenkiinnosta mutta monesti myös kavereiden mukana. Monissa harrastuksissa nuori oppii vuorovaikutustaitoja, saa harjoitella sosiaalisia tilanteita sekä hankkii itsenäistymisen ja elämönhallinnan kokemuksia. Harrastukset ovatkin osaltaan yksi nuoren tärkeimmistä kasvattajista. Harrastaa voi ainakin nykyään niin kaupungeissa kuin harvempaankin asutuilla seuduilla ja harrastusmahdollisuuksia on monia kuten muun muassa urheileminen joko omaehtoisesti tai järjestössä, ilmaisu ja taide kuten musiikki, teatteri ja kuvataide sekä erilaiset pelit kuten tietokonepelit. (Aaltonen ym. 2003, 205–207.) Koulu ja harrastukset -aihealueen sisällä olevat tehtävät ja kysymykset antavat nuorelle mahdollisuuden miettiä omaa koulunkäyntiään monelta kantilta ja pohtia esimerkiksi omaa opiskelu- ja harrastamismotivaatiotaan muiden nuorten kanssa keskustellen.

Ulkonäkö ja ihanteet

Ulkonäkö on isossa asemassa nuoren elämässä jo senkin takia, että murrosiän hormonit aiheuttavat nuoren kehossa suuria muutoksia nopealla tahdilla. Useimmille tytöille alkaa kehittyä rinnat, karvankasvu lisääntyy ja pituuskasvu nopeutuu. (Aaltonen ym. 2003, 52.) Myös murrosikäisen nuoren heräävä seksuaalisuus lisää mielenkiintoa esimerkiksi omaa ulkonäköä kohtaan, jonka avulla nuori hakee itsetuntonsa kannalta tärkeää positiivista huomiota ja hyväksyntää. Ulkonäkönsä, pääasiassa pukeutumisen avulla nuori voi pyrkiä ilmaisemaan omaa identiteettiään, mutta pukeutumiseen vaikuttaa erittäin vahvasti vallalla oleva muotikäsitys ja oman sosiaalisen piirin pukeutumistyyli. (Aaltonen ym. 2003, 149–150.)

Ulkonäkö ja ihanteet -aihealueen kysymykset ja tehtävät tarjoavat nuorelle mahdollisuuden pohtia omaan ja muiden ulkonäköön, esimerkiksi pukeutumiseen ja fyysiseen olemukseen liittyviä seikkoja ja kyseenalaistaa niitä paineita, joita joukkoon kuulumisen halu saattaa nuorelle aiheuttaa. Aihealueen sisällä etsitään hyviä puolia omasta ja toisten ulkonäöstä ja rohkaistaan nuorta tunnustamaan omat, kauniit fyysiset piirteensä. Osa nuoren identiteetin kasvualustaa ovat ne ihmiset, joita nuori ihailee ja joihin hän haluaa samaistua ja usein hän pyrkii jäljittelemään näitä ihmisiä omassa toiminnassaan (Keltikangas-Järvinen 2014, 112). Täss' Mä! -pelissä nuori pääsee pohtimaan myös omia ihanteitaan ja miettimään, miksi ihailee tiettyjä henkilöitä ja mitä asioita hän pitää toisissa ihailemisen arvoisina.

Tulevaisuus ja unelmat

Tulevaisuus ja sen mukanaan tuomat muutokset aiheuttavat nuorille paljon pohdintoja. Suunnitelmat, pyrkimykset ja oma tarpeellisuus maailmassa ovat asioita, joita etenkin peruskouluaan päättämässä oleva nuori saattaa miettiä paljonkin. Lähes poikkeuksetta jokainen haluaa olla tärkeä ja saavuttaa jotakin elämässään. Oli kyse sitten rakkaudesta, työstä tai opiskelusta, nuori haluaa ja tarvitsee elämälleen merkityksen. Elämässä ja maailmassa on paljon suuria kysymyksiä, jotka mietityttävät nuorta. Nuoren oma elämäkatsomus ja arvot vaikuttavat siihen, millaisena hän näkee tulevaisuutensa ja millaisia tavoitteita hän itselleen asettaa. Joskus tavoitteet voivat olla liian korkealla ja aiheuttaa pelkoja sekä turhautumista ja joskus pelko voi vastavuoroisesti estää nuorta asettamasta itselleen päämääriä. (Aaltonen ym. 2003, 177–179.)

Hiljalleen itsenäistyvän nuoren elämässä eteen alkaa tulla koulutukseen ja ihmissuhteisiin liittyviä valintoja, esimerkiksi koulun valinta ja parisuhteen muodostaminen, jotka saavat nuoren miettimään tulevaisuuttaan (Nurmi 2003, 256). Täss' Mä! -pelin avulla nuoren kanssa pyritään yhdessä miettimään tulevaisuuden suunnitelmia ja omien unelmien tavoittelua. Tämän aihealueen tavoitteena on rohkaista nuorta löytämään elämästään niitä itselle merkityksellisiä asioita, joita tavoitella myös tulevaisuudessa ja joiden eteen kannattaa ponnistella.

4.3 Tehtävät

Ryhmäpelin tavoitteena on pelaamisen kautta käsitellä nuorten elämässä ajankohtaisia aiheita itsetuntoa ja minäkuvaan kohottavalla otteella. Peliä on tarkoitus pelata aina ohjaajan kanssa, koska toivomme pelin pelaamisen herättävän keskustelemisen lisäksi kysymyksiä ja vastauksia minäkuvaan sekä itsetuntoon liittyvistä asioista.

Seuraavassa osiossa esittelemme tehtävät ja avaamme sitä, miksi olemme kyseiset tehtävät peliin valinneet.

Pantomiimi

Pelaaja yrittää sanattomasti eli kehon kieltä käyttämällä saada toinen pelaaja arvaamaan kortissa olevat sanat. Pelaajalla on noin minuutti aikaa esittää kortissa olevat kolme sanaa. Pelipassiin saa merkinnän suorituksesta, kun kolme sanaa on arvattu oikein. Ohjaaja voi tarvittaessa pidentää tai poistaa aikarajan tai vähentää esitettävien sanojen määrää oman harkinnan mukaan. Esimerkiksi jos peliä pelataan nuorempien tyttöjen kanssa, voi aikarajan jättää kokonaan pois.

Sanallinen ja sanaton ilmaisu ovat ihmisen kokonaisviestinnän kaksi oleellista osaa. Sanattoman viestinnän avulla ihminen voi joko tehostaa sanomaansa tai sitten mitätöidä sen elehtimällä ristiriidassa sanojen kanssa. Ihmisen aidot tunteet paljastuvat usein sanattoman viestinnän eli kehon kielen kautta. (Bjurström & Enäkoski 2001, 115–120.) Puheviestintä on ihmiselle luontaisin ja kaikista käytetyin informaationvälityksen muoto (Maasola & Toivakka 2012, 33). Pantomiimissa puhuminen on kielletty, jolloin pelaajan on pakko hyödyntää sanatonta viestintää. Pantomiimin kautta pelaaja pääsee kehittämään kehotietoisuuttaan. Kehotietoisuus tarkoittaa tietoisuutta oman kehon osista sekä erillisinä osina että kokonaisuuksina, jotka ovat yhteydessä mieleen. Sanaton viestintä ilmentää myös ihmisen tunteita, eikä ihminen välttämättä osaa tiedostaa omia sanattomia tunneviestejään tai tulkita niitä muissa. (Maasola & Toivakka 2012, 33.) Pantomiimitehtäväkorteissa onkin tapahtumien ja tekemisen lisäksi paljon tunnesanoja, jotka antavat pelaajalle mahdollisuuden harjoitella tunteiden sanatonta ilmaisua.

Sananselitys

Pelaaja yrittää suullisesti selittää kortissa olevat sanat toiselle pelaajalle. Itse sanoja ei saa sanoa eikä myöskään kehon kielellä esittää, vaan sana selitetään esimerkiksi synonyymeilla. Selitettäväksi sanoiksi olemme valinneet yksinkertaisia ja pelin aihealueisiin liittyviä sanoja. Pelipassiin saa merkinnän suorituksesta, kun viisi sanaa on arvattu oikein. Ohjaaja voi tarvittaessa pidentää tai poistaa aikarajan tai vähentää selitettävien sanojen määrää oman harkinnan mukaan. Esimerkiksi jos peliä pelataan nuorempien tyttöjen kanssa, voi aikarajan jättää kokonaan pois.

Samalla tavalla kuin sanaton viestintä, myös sanallinen eli verbaalinen viestintä on osa ihmisen kokonaisviestintää. Puheviestintä on myös tärkeä itseilmaisun muoto, joka kehittää yksilön puhetekniikkaa, yhteistyö- ja vuorovaikutustaitoja sekä sanallisen ja sanattoman kielen havainnointia. Selittäessäsi jotakin sanaa, joudut miettimään sen merkitystä ja löytämään uusia ilmaisuja sanan kuvailemiseksi. Sekä pantomiimi että sananselitys ovat ilmaisuharjoitteita. Erilaiset ilmaisuharjoitteet rikastuttavat tunne-elämää ja kehittävät muun muassa mielikuvitusta sekä vuorovaikutustaitoja. Ilmaisuharjoitteilla pyritään auttamaan lapsia ja nuoria löytämään erilaisia itseilmaisun keinoja. (Liukko 1998, 9–16.)

Kerro

Pelaajan tullessa Kerro-ruutuun, pelaajaa pyydetään kertomaan aihepiiriin liittyviä myönteisiä asioita, esimerkiksi ”Mikä saa sinut iloiselle tuulelle, jos olet surullinen?” ja ”Kerro kolme haaveammattiasi.”. Pelaaja saa merkinnän pelipassiin suoritettuaan tehtävän.

Kerro-korttien valttina on positiivisen ajattelun ja myönteisyyden harjoittelu sekä positiivisen itsetuntemuksen vahvistaminen. Itsetuntemus on ymmärrystä omista tunteista, kehosta ja ajatuksista. Itsetuntemukselle perustuvat sekä minäkuva että sitä kautta itsetunto, ja se on edellytys mielekkäälle elämälle. (Maasola & Toivakka 2012, 19–20.) Kerro-korttien tehtävät kannustavat pelaajaa löytämään sekä itsestään että

kavereista ja muista elämän osa-alueista positiivisia puolia. Hyvän itsetuntemuksen voi saavuttaa juuri oman elämänsä äärelle pysähtymällä (Maasola & Toivakka 2012, 20).

Case-keskustelu

Pelaajan tullessa Case-ruutuun, ohjaaja lukee kortissa olevan ”tapauksen” ääneen kaikille pelaajille. Kortissa olevasta ”tapauksesta” keskustellaan yhdessä muiden pelaajien kanssa ohjaajan tuella. Case-korteissa on apukysymyksiä, joita ohjaaja voi tarvittaessa esittää ja näin edistää keskustelua. Pelipassiin saa merkinnän jokainen keskusteluun osallistuva pelaaja.

Case-korttien ”tapaukset” nostavat esiin nuorten elämässä ajankohtaisia aiheita ja tilanteita sekä tarjoavat mahdollisuuden pohtia ja keskustella omista valinnoistaan, moraalista ja eettisyydestä. Vaikka kaikki tilanteet eivät olisikaan ajankohtaisia jokaiselle peliä pelaavalle tytölle, toisen asemaan asettuminen on kuitenkin hyödyllistä ja mielenkiintoista sekä kehittää empatiakykyä. Empatia on väylä toisen ihmisen maailmaan, hänen kokemuksiinsa ja tunteisiinsa sekä empatian kokemisen avulla yksilö peilaa myös omia kokemuksiaan (Aaltola 2014, 21). Case-tapausten myötä tytöt saavat tilaisuuden vertailla eri toimintatapoja ja miettiä, voisiko omaa toimintatapaa muuttaa jollakin tapaa paremmaksi. Case-tapauksista keskusteleminen kehittää myös pelaajan vuorovaikutustaitoja. Asioista keskustellessa, etenkin ryhmässä, toisen tehokas kuunteleminen on tärkeää. Voidakseen keskustella tavoitteellisesti ja miellyttävästi on osattava kuunnella ja ennen kaikkea sisäistää ja jäsentää toisen sanomaa. Aktiivinen kuunteleminen asettaa myös empatian ja toisten ymmärtämisen taidot testiin ja kehittää niitä. (Maasola & Toivakka 2012, 31–31.)

4.4 Ohjaajan opas

Ryhmällä on yleensä aina ohjaaja, jonka tehtävänä on ohjata ryhmää etenemään tavoitteissaan sekä virittää ryhmän jäsenet käsillä olevaan aiheeseen. Ohjaaja huolehtii siitä, että ryhmän jäsenet tietävät ryhmän tarkoituksen ja pääsevät ryhmäytymään. Ohjaajan tehtävä on usein myös seurata ryhmän toimimista ja tehdä muutoksia

tarvittaessa. (Niemistö 2004, 67–82.) Ohjaajalla on Täss' Mä! -peliä pelatessa tärkeä rooli. Pääosassa ovat luonnollisesti peliä pelaavat tytöt, mutta peliä ohjaavan aikuisen tehtävä on ymmärtää pelin tarkoitus ja ohjata pelaamista sen mukaisesti. Ohjaajan on tärkeää pitää huolta siitä, että ryhmässä kaikki pystyvät työskentelemään kaikkien kanssa, oppivat tuntemaan toisensa ja arvostamaan toisiaan. Ohjaajan rooli korostuu erityisesti keskustelua vaativissa tehtävissä, jolloin ohjaaja kannustaa tarvittaessa pelaajia keskustelemaan. Ohjaajan suuren roolin vuoksi koimme tarpeelliseksi tehdä pelin ohjaajaa varten oman oppaan, jossa kerrotaan lyhyesti pelin tarkoituksesta ja tavoitteista sekä pelin ideasta. Ohjaajan opas toimii samalla myös pelin sääntökirjana. Oppaassa selitetään pelin idea, eritellään aihealueet ja tehtävät sekä niitä kuvastavat värit ja symbolit.

5 PROSESSI JA ARVIOINTI

5.1 Prosessikuvaus

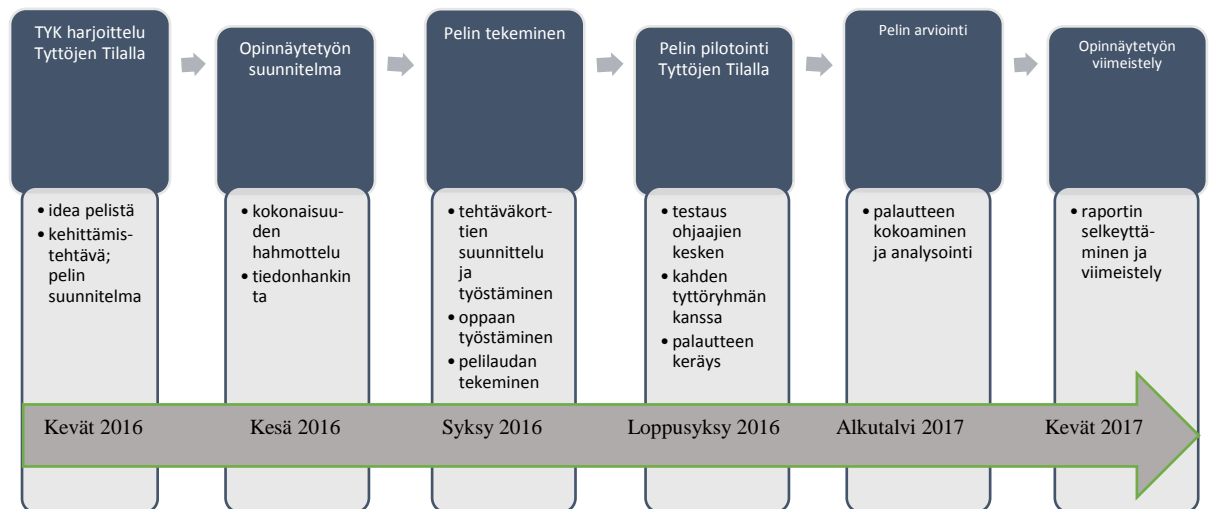
Vantaan Tyttöjen Tilassa huomattiin, että yläkouluikäiset ja sinne siirtyvät tytöt haluavat keskustella luotettavan aikuisen kanssa. Monet yläkouluikäiset tytöt kaipaavat myös ikäistensä seuraa, mutta vaihtuvien aktiviteettien sijaan he kaipaavat rauhallista hengailua ja pientä puuhaa, jonka lomassa voi luontevasti jutella. Työyhteisöt ja kehittäminen -harjoittelumme aikana Vantaan Tyttöjen Tilassa kävi ilmi, että Tyttöjen Tilassa on tarve erilaisille menetelmille, joiden avulla murrosvaihetta elävät nuoret tytöt saavat vahvistusta minäkuvalleen ja voivat keskustella mieltä askarruttavista asioista luotettavassa ryhmässä. Työyhteisöstä nousseen tarpeen perusteella syntyi idea positiivista minäkuvaava vahvistavasta ryhmäpelistä.

Pelin suunnitteluvaiheessa pitää miettiä, mikä on pelin perusajatus ja millaisesta teemasta on kysymys. Suunnitellessa tulee ottaa huomioon muun muassa pelin ominaisuudet, säännöt, haasteet ja tavoitteet. Pitää pohtia myös, ketkä peliä pelaavat, mihin pelaaja pelaamisella pyrkii, millaiset säännöt rajoittavat ja ohjaavat pelaajaa ja millaisia ominaisuuksia sekä välineitä pelissä on. Hyvän pelikokemuksen muodostaakseen pelin tekijän tulee miettiä, kuinka peli haastaa ja viihdyttää pelaajaa. Tärkeää on ennakoida virheet ja riskit sekä pyrkiä minimoimaan niitä esimerkiksi testaamalla peliä. Pelin suunnitteleminen on luovaa käsityötä, jossa esteettiset ja toiminnalliset elementit yhdistyvät. Jotta pelaaja kokee pelaamisen miellyttävänä, tulee kiinnittää huomiota myös pelin ulkonäköön ja muotoihin. (Manninen 2007, 29–36.)

Tiedonhankinnan aloitimme etsimällä Theseuksesta vastaavanlaisia opinnäytetöitä, muun muassa hakusanoilla lautapeli, ryhmäpeli, minäkuva, itsetunto, pelaaminen ja ryhmäytyminen. Minäkuvaan tai itsetuntoon liittyviä lautapelejä emme löytäneet, mutta muita sosiaalialan opiskelijoiden tekemiä, nuorille suunnattuja lautapelejä löytyi muutama. Tutustuimme myös pelien suunnittelua ja tekemistä käsittelevään kirjallisuuteen. Pohdimme, minkälaisen teeman haluamme peliin, jotta se vastaisi tarkoitustamme ja tavoitteitamme pelin suhteen. Mietimme, kuinka pitää peli mielenkiintoisena ja hauskana, mutta samalla opettavaisena ja pohdiskelevana.

Päädyimme sananselitys- ja pantomiinitehtäviin, koska halusimme peliin keskustelujen lisäksi toiminnallisia ja nopeitempouisia tehtäviä. Kerro ja Case-tapauksissa pohdimme niitä tilanteita ja asioita, joita nuori tyttö elämässään kokee tai saattaa kokea. Näissä tapauksissa pelaaja pääsee miettimään omaa kantaansa asiaan, näkee ryhmän kannan ja pääsee tutkimaan itseään sekä minäkuvaansa ja itsetuntoaan. Uskaltaako hän olla oma itsensä vai kulkeeko ryhmän mukana?

Suunnittelimme pelistä pitkäkestoisen ja paneutuvan, jotta ryhmä tulisi tutuksi toisilleen ja aihealueisiin päästäisi syventymään paremmin. Ensimmäisenä suunnittelimme korttien sanat ja aiheet peliin, vuorotellen jokaisesta tehtävästä. Teimme jokaiselle tehtävälle oman symbolin erottamaan kortit helpommin toisistaan. Ohjaajan opasta työstimme samaan aikaan läpi pelin teon aikana. Teimme peliin yhteensä 196 korttia. Kortteja on tehty niin monta, että jokaisella pelaajalla on mahdollisuus saada täydet merkinnät pelipassiinsa. Suunnittelimme pelipassin sitomaan pelikerrat toisiinsa ja lisäämään pelaamisen tuntua. Viimeisenä teimme pelilaudan, johon tehtävien symbolit ovat sijoitettuna ja noppaa heittämällä pääsee laudalla eri suuntiin.



KAAVIO 2. Opinnäytetyöprosessi

5.2 Pilotointi ja palaute

Tytöt, joiden kanssa peliä Tyttöjen Tilassa pelattiin, ovat opinnäytetyössä nimettöminä. Tytöt antoivat palautteen pelin pelaamisesta nimettömästi ja vastauksista ei voi päätellä tyttöjen henkilöllisyyksiä. Suljettua, neljän pelikerran ryhmää ei voitu toteuttaa, koska tämän tyyppistä ryhmää ei saatu alkuperäisestä suunnitelmasta poiketen Tyttöjen Tilassa perustettua. Tämän vuoksi peliä pelattiin spontaanisti sopivan tilaisuuden tullen kaksi kertaa, molemmilla kerroilla eri ryhmän kanssa. Peliä pelattiin Tyttöjen Tilan avoimessa illassa ja peliin osallistuivat ne tytöt, jotka halusivat pelata. Kummankin ryhmän kanssa peliä pelattiin noin 45 minuutin ajan. Molempina pelikertoina ohjaaja oli eri. Ensimmäisessä ryhmässä pelaajia oli viisi ja kaikki heistä oli 11–13-vuotiaita. Toisessa ryhmässä pelaajia oli myös viisi, mutta pelaajien ikäjakauma oli 13–17 vuotta. Kummankaan ryhmän kanssa pelipassia ei käytetty, vaikka palautteissa osa vastaajista on epähuomiossa vastannut pelipassia koskevaan kysymykseen. Ennen tyttöjen kanssa pelaamista Tyttöjen Tilan ohjaajat pelasivat peliä keskenään yhden kerran.

Teimme palautteen keräämistä varten ohjaajille kyselylomakkeen (liite 1) ja ohjaajat kirjoittivat vapaamuotoisen palautteen kysymysten avulla sähköisesti. Peliä pelaaville tytöille teimme oman kyselylomakkeen (liite 2). Kyselylomake toteutettiin ”hymynaamoilla”, jotta vastaaminen olisi mahdollisimman helppoa eikä lomakkeen täyttäminen veisi liikaa aikaa. Saadun palautteen perusteella arvioimme muun muassa pelin sujuvuutta ja mielenkiintoisuutta, ohjaajan oppaan toimivuutta ja ryhmän dynamiikkaa pelaamisen näkökulmasta. Ohjaajien palautekyselyssä kysyttiin peliin liittyvien kysymysten lisäksi ryhmän toimivuudesta sekä ohjaajan oppaasta. Palaute ohjaajan oppaasta on tärkeää, sillä oppaassa on kaikki oleellinen tieto pelin pelaamista varten.

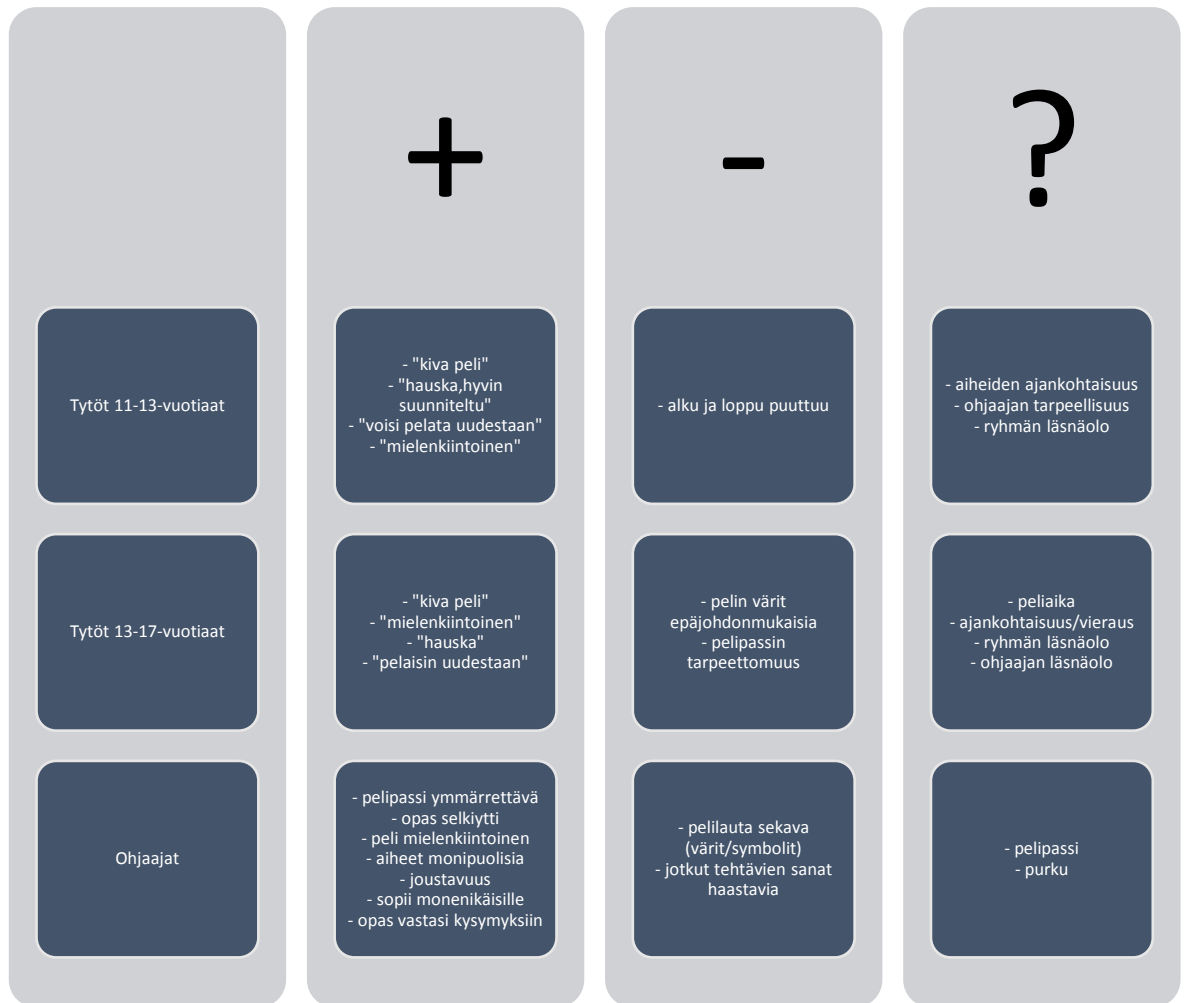
Palautteen keräämisessä ja sen analysoinnissa käytettiin osin laadullisen tutkimuksen menetelmiä. Aineiston, eli tässä tapauksessa pelistä syntyneen palautteen keräämisessä käytettiin kyselylomaketta. Lomakehaastattelussa tutkittavilta kysytään sellaisia kysymyksiä, jotka ovat suoraan perusteltavissa tutkittavalla aiheella. Lomakehaastattelu on tyypillinen määrällisen tutkimuksen aineistonkeruumenetelmä, mutta sitä voidaan käyttää myös laadullisessa tutkimuksessa, jolloin vastaukset on helppo tyypitellä omiin luokkiinsa. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 74–75.) Täss’ Mä! -pelin palautelomakkeissa

kysymykset liittyivät itse peliin mutta myös pelaamisen herättämiin ajatuksiin ja tunnelmiin.

Tutkimustulosten, tässä tapauksessa palautteen, analysointi alkaa päätöksellä siitä, mitkä asiat tutkimustuloksissa kiinnostavat ja mitkä otetaan huomioon. Seuraavaksi saadusta kokonaisaineistosta erotetaan analyysin kannalta kiinnostavat asiat ja tulokset. Tämän jälkeen valittu aineisto luokitellaan, teemoitellaan tai tyypitellään. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 92.) Tässä Mä! -pelin palautteen analyysissä käytettiin apuna teemoittelua. Teemoittelu tarkoittaa aineiston ryhmittelyä erilaisten teemojen ja esimerkiksi vastaajien ominaisuuksien kuten iän, sukupuolen tai aseman mukaan (Tuomi & Sarajärvi 2013, 92–93). Pelin pilotoinnista saatu aineisto eli palaute on teemoiteltu yksinkertaisesti plussiin, miinuksiin sekä kysymyksiä herättäneisiin tai epäselviksi jääneisiin asioihin. Palaute on ryhmitelty myös vastaajien iän ja roolin mukaan. Vastaajille jaetussa kyselylomakkeessa on sekä avoimia kysymyksiä että monivalintakysymyksiä, joista saatuja vastauksia on analyysissä käsitelty samantarvoisina valittuun teemoitteluun sopien.

Palautteen analyysin teemoiksi valikoituivat plussat, miinukset sekä kysymykset. Plussiin kuuluvat pelin ja pelaamisen hyvät puolet ja miinuksiin puolestaan pelin ja pelaamisen huonot puolet. Kysymyksiin sisältyivät ne palautevastaukset, joissa ei osattu vastata annettuun kysymykseen tai ehdotettiin tai kysyttiin jotakin peliin liittyvää. Vastaukset on myös ryhmitelty peliä pelanneiden kahden eri tyttöryhmän sekä peliä ohjanneiden ohjaajien vastauksiin

Seuraavassa kaaviossa näkyy palautteista nousseet plussat, miinukset ja kysymyksiä herättäneet asiat.



KAAVIO 3. Palautetaulukko

Ensimmäisen pilottiryhmän palaute (11–13-vuotiaat)

Saadun palautteen perusteella kaikkien tyttöjen mielestä peli oli helppo oppia, peliaika oli sopivan mittainen ja peli mielenkiintoinen sekä hauska. Pelin aiheet ja kysymykset olivat neljälle tytölle ajankohtaisia ja yksi ei osannut sanoa. Pelin aiheet ja kysymykset olivat kahdelle tytölle vieraita ja kolme ei osannut sanoa. Kaikki pelaajat tunsivat toisensa ja neljä tyttöä koki ohjaajan läsnäolon tarpeelliseksi, yksi ei osannut sanoa. Kolmen tytön mielestä ryhmän läsnäolo helpotti vastaamista pelin kysymyksiin ja kaksi ei osannut sanoa. Kaikki tytöt pelaisivat peliä uudestaan. Avoimissa kysymyksissä kolme tyttöä ei halunnut lisätä eikä poistaa pelistä mitään ja yksi toivoi peliin alun ja lopun. Avoimissa kysymyksissä tyttöjen mielestä peli oli kiva, hauska ja hyvin

suunniteltu. Yksi tytöistä kirjoitti palautteessaan, että voisi pelata peliä uudestaan ja monta kertaa.

Ensimmäisen pilottiryhmän palautteesta plussina nousivat pelin helppous, mielenkiintoisuus ja hauskuus. Ryhmän ja ohjaajan läsnäolo koettiin suurimmalta osin hyväksi ja kaikki vastaajat halusivat pelata peliä uudestaan. Miinuksina mainittiin alun ja lopun puuttuminen. Kysymyksiä herätti joidenkin vastaajien osalta ryhmän ja ohjaajan tarpeellisuus sekä aiheiden ajankohtaisuus.

Toisen pilottiryhmän palaute (13–17-vuotiaat)

Saadun palautteen perusteella kaikkien tyttöjen mielestä peli oli helppo oppia. Neljä viidestä ei osannut sanoa, oliko peli sopivan mittainen, ja yksi oli sitä mieltä, että peliaika oli sopivan mittainen. Kaikkien tyttöjen mielestä peli oli hauska ja mielenkiintoinen ja jokainen pelaisi peliä uudestaan. Yksi oli sitä mieltä, että pelin aiheet ja kysymykset ajankohtaisia, neljä ei osannut sanoa aiheiden ja kysymyksien ajankohtaisuudesta. Pelin aiheet ja kysymykset eivät olleet vieraita neljälle tytölle ja yksi ei osannut sanoa, ovatko aiheet ja kysymykset vieraita.

Ohjaajan läsnäolo oli tarpeellista kolmen tytön mielestä, kaksi ei osannut sanoa. Kolme viidestä pelaajasta tunsi muut pelaajat, yksi ei tuntenut yhtä tai useampaa pelaajaa ja yksi ei osannut sanoa. Neljän tytön mielestä ryhmän läsnäolo helpotti vastaamista pelin kysymyksiin ja yksi ei osannut sanoa. Avoimissa kysymyksissä neljä tytöistä oli sitä mieltä, että pelilaudan ja pelien korttien värit eivät täsmänneet mikä aiheutti hämmennystä. Yksi tytöistä koki pelipassin ehkä turhaksi, eikä kokenut sen tuovan lisäarvoa. Kaksi tytöistä mainitsi pelin olevan kiva.

Toisen ryhmän palautteen plussiksi nousivat pelin oppimisen helppous, peliajan sopivuus sekä pelin mielenkiintoisuus, hauskuus ja ajankohtaisuus. Myös ryhmän läsnäolo koettiin suurimmaksi osaksi hyvänä asiana. Miinuksina koettiin pelin värien epäjohdonmukaisuus sekä pelipassi, joka ei vastaajien mielestä ollut tarpeellinen. Osalla vastaajista kysymyksiä herätti ohjaajan läsnäolon tarpeellisuus, peliaika sekä aiheiden osittainen vieraus.

Ohjaajien palaute

Tyttöjen Tilan ohjaajat eivät vastanneet palautteessa pelipassia koskeviin kysymyksiin, koska pelipassia ei käytetty. He kokivat, että pelipassia ei tarvitse, kun peliä pelataan suunnittelematta. Silloin pelipassi on heidän mielestään tarpeen, kun peliä pelataan suunnitellut neljä kertaa eivätkä tytöt tunne muita pelaajia. Heidän mielestään pelipassi oli kuitenkin helposti ymmärrettävä. Aluksi ohjaajat kokivat pelilaudan sekavaksi kuvien ja värien suhteen, mutta ohjaajan oppaaseen perehtyessä ja peliä pelatessa pelin värien ja kuvien tarkoitus selvisi ja sen jälkeen pelaaminen oli helppoa. Ohjaajien mielestä peli oli sopivan mittainen ja heidän mielestään pelin sovellettavuus on hyvä, koska peliä voi pelata juuri niin kauan, kun mielenkiintoa riittää. Heidän mielestään tehtävät olivat hyvät ja aiheet sekä kysymykset olivat mielenkiintoisia. Ohjaajien mielestä peli vastasi tarpeita ja odotuksia, ja heidän mielestään peli sopii eri-ikäisille tytöille sekä peliä voi käyttää erilaisissa tilanteissa, esimerkiksi kouluryhmissä. Ohjaajan opas vastasi ohjaajien mielestä pelin aikana herääviin kysymyksiin. Opas kuitenkin piti lukea huolellisesti läpi ennen pelaamista, jotta pelin idea tuli selväksi. Muutaman pelikerran jälkeen pelaaminen onnistui kuitenkin ilman opasta.

Peliä pelaavat tytöt tunsivat toisensa, joten pilotoinnissa ryhmäytymiseen ja tutustumiseen ei käytetty aikaa. Pelin loppupurkua ei pidetty, koska se ei ollut ohjaajien mielestä tarpeellista. Ohjaajat kokevat, että purku voisi olla tarpeellinen ryhmän kanssa, jossa tytöt eivät tunne toisiaan. Ohjaajien mielestä pelin kysymykset eivät olleet liian haastavia. Pantomiimissa ja sananselityksessä oli joitain haastavia sanoja, mutta tytöt saivat hypätä niiden yli tai ohjaaja auttoi. Tehtävien suorittamisessa tytöt olivat omaaloitteisia ja keskustelua vaativissa tehtävissä keskustelua syntyi ohjaajan kannustuksella. Ohjaajien mielestä vaikutti siltä, että tytöt pitivät pelistä ja pelaamisesta.

Ohjaajien palautteen plussiksi nousivat pelin ymmärrettävyys ja ajankohtaisuus. Ohjaajat pitivät myös erityisesti siitä, että peli sopii monen ikäisille ja on sovellettavissa. Ohjaajien mielestä peli oli mielenkiintoinen, ja ohjaajan opas oli informatiivinen ja selkiytti pelaamista. Miinuksina palautteesta nousi pelilaudan symbolien ja värien sekavuus sekä joidenkin tehtävien haastavuustaso. Kysymyksiä herättivät pelipassin tarpeellisuus sekä purkujen tarpeellisuus pilottiryhmien tapauksessa.

5.3 Tulokset ja jatkokehitysideat

Palautteesta nousi esille, että pelissä olisi hyvä olla selkeä alku ja loppu. Pohdimme peliä suunnitellessamme, korostaako selkeä aloitus- ja lopetusruutu pelilaudalla liikaa voittajan ja häviäjän rooleja sekä miten tämä taas vaikuttaa pelin päätavoitteeseen eli positiivisen minäkuvan ja itsetunnon vahvistamiseen. Tämän vuoksi päätimme jättää pelistä alun ja lopun kokonaan pois. Palautteesta nousi myös korttien ja pelilaudan ruutujen värien epäjohdonmukaisuus. Vaikka ruutujen ja korttien värit eivät toisiinsa liitykään, aiheutti tämä selvästi sekaannusta. Jatkokehityksenä laudan voisi tehdä värittömänä tai vaihtoehtoisesti sellaisilla väreillä, joita korteissa ei selvästi ole. Tarkoituksena onkin jatkaa pelimateriaalin kehittämistä selkeäksi kokonaisuudeksi, jotta pelin tulostettavan version haluavat voivat tulostaa ja ottaa pelin käyttöön mahdollisimman helposti ja yksinkertaisesti. Pääsääntöisesti kaikki pelaajat kuitenkin kokivat pelin mielenkiintoisena ja hauskana, eikä jatkokehitysideoita tullut montaa. Myös ohjaajilta saatu palaute oli positiivista. Jatkokehitysideana on myös tehdä vastaavanlainen peli nuorille pojille.

Koska kyseessä on minäkuvan ja itsetunnon vahvistamiseen liittyvä peli, sen vaikuttavuutta on vaikeaa ja tarpeetontakin mitata. Peliä kokonaisuudessaan, pelaamisen sujuvuutta, mielenkiintoisuutta ja keskustelun monipuolisuutta voidaan puolestaan arvioida saadun palautteen perusteella. Kehittääksemme peliä edelleen on palautteen kerääminen jatkossakin tärkeää. Tätä opinnäytetyötä varten saatu palaute on kerätty tilanteista, joissa peliä on pelattu soveltaen kahden saman ryhmän kanssa kertaluontoisesti. Kattavan palautteen saamiseksi pyrimme jatkossa testaamaan peliä myös niin, että kaikki suunnitellut neljä pelikertaa toteutuvat ja pelipassi on käytössä. Palautteen saaminen eri yhteisöistä ja eri tyttöryhmiltä on palautteen monipuolisuuden kannalta myös tärkeää.

5.4 Eettisyys

5.4.1 Osallisuus

Sosiaaliohjaus on yksilöiden ja perheiden ohjaamista erilaisten tarjolla olevien palvelujen käytössä sekä tuen ja neuvonnan antamista hyvinvoinnin ja osallisuuden edistämiseksi (Laki sosiaalihuollosta 2014). Sosiaaliohjauksen yhtenä merkityksellisimpänä tavoitteena on ennaltaehkäisevä työ, varhainen puuttuminen ja asiakkaan osallisuus. Sosiaaliohjauksen tehtävänä on vahvistaa ja tukea asiakkaan arkea ja elämänhallintaa suunnitelmallisesti yhdessä asiakkaan kanssa, moniammatillisia yhteistyörakenteita tavoitteellisesti hyödyntäen. Sosiaaliohjauksella pyritään siihen, että asiakas on itsenäinen ja tasavertainen yhteisön jäsen. (Laine & Pesonen 2016, 6–8.)

Kouluikäiselle nuorelle on tärkeää, että hän tulee omissa yhteisöissään kuulluksi itselleen tärkeissä asioissa ja että häntä varten ollaan läsnä. Aikuinen voi edistää lapsen osallisuutta kuuntelemalla aidosti tämän toiveita ja tarpeita sekä ottamalla ne huomioon. Esimerkiksi koulussa toimintaan osallistuminen voimaannuttaa nuorta, kun hän kokee, että hänen mielipiteillään on merkitystä. Nuoren osallisuus etenee kohtaamisen tasolta mielipiteiden ja näkemysten ilmaisun kautta siihen, että nuoren näkökulmaa hyödynnetään toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa. Viimeisellä tasolla nuoret ovat mukana päätöksenteossa jakamassa osan vastuusta aikuisten kanssa. (Laine & Pesonen 2016, 74.) Täss' Mä! -pelin palautetta kerätessä koimme tärkeäksi saada palautteen paitsi peliä ohjaavilta ammattilaisilta, myös pelin pääasiallisilta käyttäjiltä eli tytöiltä. Tällä tavoin pystymme ottamaan tyttöjen mielipiteen huomioon kehittäessämme peliä edelleen niin, että se palvelee tehokkaammin kohderyhmäänsä eli juuri peliä pelaavia tyttöjä.

5.4.2 Tekijänoikeus

Tekijänoikeus on säädetty laissa niin, että se, joka on luonut kirjallisen, taiteellisen tai muulla tavalla ilmenevän teoksen, on hänellä teokseen tekijänoikeus. Tekijänoikeus antaa myös teoksen tekijöille säädetyin rajoituksin yksinomaisen oikeuden määrätä teoksen kappaleiden valmistuksen ja saattamisen yleisölle, muuttumattomana tai

muutettuna. Moraalisin oikeuksin teoksen arvoa tai omalaatuisuutta ei saa muuttaa loukkaavalla tavalla tai esittää sitä yleisölle loukkaavassa muodossa tai yhteydessä. Kun teoksessa on kaksi tekijää, jotka ovat yhdessä luoneet teoksen ilman itsenäisiä teoksia, tällöin tekijöillä on tekijänoikeus yhteisesti. (Laki tekijänoikeudesta 2015.)

Eettisistä syistä päätimme jättää valmiista, julkaistavasta opinnäytetyöstä pois varsinaisen pelimateriaalin, kuten kortit ja ohjaajan oppaan. Tällä haluamme ehkäistä sitä, että peliä väärinkäytetään tai sitä muokataan tarpeettomasti niin, ettei se enää toteuta alkuperäistä tarkoitustaan. Halutessaan pelistä kiinnostunut taho voi kuitenkin pyytää pelimateriaalin käyttöönsä pelin tekijöiltä. Tällä tavoin pysymme mahdollisimman tietoisina siitä, kenen käytössä peli on ja miten laajalti se on otettu käyttöön.

6 POHDINTA

Lautapeli muodostui Täss' Mä! -peliksi muutaman mutkan kautta. Tyttöjen Tilan työntekijöillä oli toiveena, että opinnäytetyöhömmö liittyyi jotain konkreettista ja toiminnallista, koska siitä olisi enemmän hyötyä Tyttöjen Tilassa käyville tytöille. Heillä ei itsellään ollut valmista kehittämistehtävän aihetta ja he toivoivat meiltä ideoita ja ehdotuksia. Alkukeskustelussa kävi ilmi, että tytöt eivät sillä hetkellä kaivanneet sitouttavaa toimintaa. Tästä syystä luovuimme alkuperäisestä ideastamme voimaannuttavasta pajatoiminnasta. Toivoimme kuitenkin pääsevämme tekemään jotakin konkreettista ja saimme ajatuksen ryhmäpelistä, jolla voisimme vaikuttaa tyttöjen itsetunnon ja minäkuvan kehittämiseen ja parantamiseen. Alkuperäisenä tavoitteenamme oli luoda kertaluontoisesti pelattava peli, jossa voisimme hyödyntää ryhmäytymistä ja yhteisöllisyyttä sekä samalla pyrkiä kohottamaan tyttöjen positiivista minäkuvaa ja itsetuntoa. Peliä suunnitellessamme saimme paljon erilaisia ideoita, joten rajaaminen tuotti hieman hankaluuksia. Totesimme, että pelin tulee olla samaan aikaan sekä itsetuntoa ja minäkuvaa kohottava että hauska ja mielenkiintoinen.

Alun perin suunnittelimme pelin nopeatempoiseksi ja kepeäksi, 4–6 luokkalaisille soveltuvaksi, mutta harjoittelun loppupuolella kävi ilmi, että Tyttöjen Tilassa ollaan perustamassa suljettua pienryhmää 6–9 luokkalaisille tytöille ja peliä toivottiinkin toteutettavaksi tässä ryhmässä. Yhteistyötahon toive oli saada pelistä hieman alkuperäistä ideaa syväluotaavampi ja kertaluontoisesta useampana kertana pelattava, jolloin se vastaisi parhaiten heidän tarpeitaan. Ryhmään haluttiin nimenomaan sellaisia tyttöjä, joilla on kova tarve keskustella, mutta jotka ovat ehkä hieman arkoja tai joilla ei ole paljon kavereita tai tekemistä koulun ulkopuolella. Suljettu pienryhmä avaa paljon mahdollisuuksia ja antaa tilaa ja rohkeutta arallekin tytölle tuoda esiin omia tunteitaan ja mielipiteitään.

Pelin fokuksen muuttuminen matkan varrella oli positiivinen asia haasteista huolimatta, sillä pelistä muotoutui erittäin sovellettava kokonaisuus, joka sopii pelattavaksi joko kokonaisuutena pakettina tai vain tietyillä pelin osilla. Pelin sääntöjä ei ole kiveen hakattu, mutta itse fokus kuitenkin pysyy samana, vaikka peliä soveltaakin. Peli sopii monenlaisten ryhmien tarpeisiin ja moniin tilanteisiin, sillä sitä voi pelata aihealue tai

tehtävä kerrallaan, pelipassin kanssa tai ilman, ajan kanssa tai ilman, pelilaudan kanssa tai ilman ja peliin osallistuvien pelaajienkin määrää voi soveltaa riippuen esimerkiksi ryhmän dynamiikasta.

Pelin suunnitteleminen ja pelin materiaalin työstäminen oli erittäin mielenkiintoista ja samalla haastavaa, sillä koko ajan tuli pitää mielessä positiivisen minäkuvan vahvistamisen teema. Myös asioiden yleistäminen tai lokeroiminen tapahtui ajoittain automaattisesti, esimerkiksi ”tyttö ihastuu poikaan”. Vahvan parityöskentelyn tuloksena huomasimme epäkohdat ajoissa. Pelin aihealueiden ja tehtävien suunnittelussa koetimme miettiä nuoren minäkuvan kehittymiseen liittyviä osa-alueita. Onnistuimme mielestämme pohtimaan asioita ja tilanteita, jotka ovat nuorten tyttöjen elämässä ajankohtaisia. Peliä tehdessä sai muistella omaa nuoruuttaan ja niitä asioita, jotka vaikuttivat omaan minäkuvaan, kuinka altis oli vaikutuksille sekä sitä, kuinka paljon ryhmän ja ystävien paine vaikutti omiin ajatuksiin ja päätöksiin. Vaikka moni asia on muuttunut omasta nuoruudesta ja muun muassa teknologia on kehittynyt huomattavasti, nuorten tyttöjen kokemat paineet ovat pysyneet.

Ammatillisesta näkökulmasta tarkasteltuna positiivista minäkuvaa vahvistavan pelin luominen on ollut erittäin kehittävää ja hyödyllistä. Olemme oppineet prosessin aikana paljon paitsi minäkuvasta ja itsetunnosta, myös pelin suunnittelemisesta ja konkreettisen pelimateriaalin luomisesta. Moni asia on jouduttu oppimaan kantapään kautta, eikä suunnitelmien muutoksilta ole välttytty. Yhtenä haasteena on ollut parityöskentelyn yhteensovittaminen muun elämän kuten töiden, perheen ja harrastusten kanssa. Erilaiset vahvuusalueemme ja osaamisemme ovat kuitenkin olleet tiimimme suurin voimavara ja olemme pystyneet ottamaan yhdessä tekemisen rinnalle myös itsenäisen tekemisen. Kaiken kaikkiaan opinnäytetyön työstäminen parityönä on ollut paitsi opettavaista, myös tehokasta ja antoisaa.

Jos voisimme palata ajassa taaksepäin, tarjoaisimme peliä pilotoitavaksi myös muille nuorisotyötä tekeville tahoille kattavamman palautteen saamiseksi. Suunnitteluvaiheessa tyttöjä olisi voinut osallistaa ottamalla heitä mukaan suunnittelemaan peliä. Olisimme voineet myös itse olla mukana havainnoimassa pelin pelaamista ja ehkä myös ohjaamassa muutamaa pelikertaa. Pohdimme myös voisiko pelistä tehdä virtuaalisen version, mutta päädyimme siihen tulokseen, että haluamme

pitää pelin pois tietokoneen ja kännykän ruuduilta sekä tarjota nuorille mahdollisuuden aitoon vuorovaikutukseen toisten kanssa.

Kaikki menetelmät ja työvälineet, joilla pyritään vahvistamaan nuorten tyttöjen minäkuvaa ja itsetuntoa, tulevat nyky-yhteiskunnassa tarpeeseen. Median luomat epärealistiset ihanteet ja muotit vaikuttavat nuorten tyttöjen käsitykseen itsestään sekä siihen, mitä he uskovat muiden heiltä odottavan. Kuten opinnäytetyössämme on aiemmin todettu, realistinen minäkuva on edellytys hyvälle itsetunnolle. Tämän vuoksi koemme kehittämämme pelin tulevan aidosti tarpeeseen ja toivottavasti ehkäisevän ja korjaavan nuorten tyttöjen minäkuvan ja itsetunnon ongelmia. Omasta mielestämme sekä pelistä saamamme palautteen perusteella produktiomme on ollut onnistunut ja tavoitteenamme on kehittää siitä vieläkin parempi.

LÄHTEET

- Aaltola, Elisa 2014. Empatia ja moraalinen toimijuus. Teoksessa Pekka Kuusela ja Mikko Saastamoinen (toim.) Hyvän elämän sosiaalipsykologia. Toimijuus, tunteet ja hyvinvointi. Kuopio: Unipress, 21.
- Aaltonen, Marjo; Ojanen, Tuija; Vihunen, Riitta & Vilén, Marika 2003. Nuoren aika. Porvoo: WSOY.
- Aho, Sirkku 2004. Minä. Teoksessa Sirkku Aho ja Kaarina Laine Minä ja muut – kasvaminen sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Helsinki: Otava, 18–20.
- Bjurström, Marco & Enäkoski, Ritva 2001. Joustoa viestintään – viesti vakuuttavasti. Helsinki: WSOY.
- Harju, Vilhelmiina & Multisilta, Jari 2014. Leikkien mutta tosissaan. Leikillä iloa oppimisympäristöön. Teoksessa Marjaana Kangas; Kaisa Kopisto ja Leena Krokfors Oppiminen pelissä. Pelit, pelillisyyys ja leikillisyyys opetuksessa. Tampere: University Press, 164–165.
- Honkasalo, Veronika 2011. Tyttöjen kesken. Monikulttuurisuus ja sukupuolten tasa-arvo nuorisotyössä. Helsinki: Nuorisotutkimusseura.
- Hytönen, Taru & Valli, Siru 2016. Ihanat tytöt – menetelmäopas hiljaisten ja ujojen tyttöjen kohtaamiseen. Helsinki: Lasten Keskus ja Kirjapaja Oy.
- Juusola, Mervi 2015. Vahvaksi rakennettu itsetunto ja elämä: Jämäkkyystaitojen valmennus 16–25-vuotiaat. Espoo: Voimakirja Oy.
- Kangas, Marjaana 2014. Leikillisyyttä peliin. Näkökulmia leikillisyyteen ja leikilliseen oppimiseen. Teoksessa Marjaana Kangas; Kaisa Kopisto ja Krokfors, Leena Oppiminen pelissä. Pelit, pelillisyyys ja leikillisyyys opetuksessa. Tampere: University Press, 73–78.
- Keltikangas-Järvinen, Liisa 2014. Hyvä itsetunto. Helsinki: WSOY.
- Keltikangas-Järvinen, Liisa 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Helsinki: WSOY.
- Kuusinen, Jorma 2003. Nuorten aikuisten kehitystehtävät, onnellisuus ja kehityksen hallinta. Teoksessa Mikko Korhokangas; Heikki Lyytinen ja Paula Lyytinen Näkökulmia kehityspsykologiaan. Kehitys kontekstissaan. Porvoo: WSOY, 316–317.
- Laki sosiaalihuollosta 2014/1301, 30.12.2014. Viitattu 31.1.2017.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141301>

- Laki tekijänoikeudesta 2015/607, 22.5.2015. Viitattu 23.1.2017.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1961/19610404>
- Maasola, Miina & Toivakka, Sari 2012. Itsetunto kohdalleen! Harjoituksia itsetuntemuksen ja vuorovaikutustaitojen oppimiseen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Manninen, Tony 2007. Pelisuunnittelijan käsikirja. Ideasta eteenpäin. Oulu: Kustannus Oy Rajalla.
- Myllyniemi, Sami (toim.) 2016. Arjen jäljillä. Nuorisobarometri 2015. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö.
- Laine, Terhi & Pesonen, Aino-Elina 2016. Sosiaaliohjaus koulujen sosiaalisessa työssä. Teoksessa Jari Helminen (toim.) Sosiaaliohjaus -lähtökohtia ja käytäntöjä. Helsinki: Edita Publishing Oy.
- Liukko, Seija 1998. Ilmaisua ipanoille. Helsinki: Tammi.
- Nicehearts i.a.a. Muutos on meissä kaikissa. Viitattu 25.11.2016.
<http://www.nicehearts.com>
- Nicehearts i.a.b. Tarinamme. Viitattu 25.11.2016.
www.nicehearts.com/nicehearts/#tarina
- Niemistö, Raimo 2004. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. Helsinki: Palmenia-kustannus.
- Nurmi, Jari-Erik 2003. Nuoruusiän kehitys: etsintää, valintoja ja noidankehiä. Teoksessa Mikko Korkiakangas; Heikki Lyytinen ja Paula Lyytinen Näkökulmia kehityopsykologiaan. Kehitys kontekstissaan. Porvoo: WSOY, 256–257.
- Sarajärvi, Anneli & Tuomi, Jouni 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Pennington, Donald C. 2005. Pienryhmän sosiaalipsykologia. Helsinki: Gaudeamus.
- Vehkalahti, Reetta 2007. Kehu lapsi päivässä: Vinkkejä ja toimintatapoja lapsen itsetunnon tukemiseen. Helsinki: Lasten keskus.

LIITE 1: Palautekysymykset ryhmäpelistä ohjaajille

PELIPASSI JA PELILAUTA

- Oliko pelipassi hyvä apuväline tutustumisessa?
- Toimiko pelipassi hyvin pelaamisen aikana?
- Oliko ruutuja tarpeeksi?
- Oliko pelipassi helposti ymmärrettävä?
- Oliko pelilauta helposti ymmärrettävä / selkeä?
- Muita huomioita?

PELI

- Oliko peli ajallisesti sopivan pituinen?
- Oliko peli mielenkiintoinen?
- Vastasiko peli tarpeita ja odotuksia?
- Muita huomioita?


































OHJAAJAN OPAS

- Oliko ohjaajan opas selkeä?
- Vastasiko opas pelin aikana herääviin kysymyksiin?
- Olivatko pelin ohjeet riittävän selkeät?
- Risut ja ruusut :)

PELITILANNE

- Miten tytöt ryhmäytyivät? Tunsivatko toisiaan ennestään?
- Oliko kysymyksissä / tehtävissä sellaista, mikä tuntui liian haastavalta vastata / suorittaa?
- Syntyikö keskustelua ja miten paljon?
- Oliko keskustelu ja tehtävien suorittaminen oma-aloitteista vai pitikö ohjaajan kannustaa paljon?
- Oliko pelaaminen tytöistä hauskaa / haastavaa / tylsää?
- Koitko pelin purkuvaiheen tarpeelliseksi?

LIITE 2: Palautelomake tytöille

<i>Väritä sopivin hymiö!</i>	<i>Eri mieltä</i>	<i>En osaa sanoa</i>	<i>Samaa mieltä</i>
<i>Tykkäsin pelipassista.</i>			
<i>Peli oli helppo oppia.</i>			
<i>Pelikausi oli sopivan mittainen.</i>			
<i>Peli oli mielenkiintoinen.</i>			
<i>Peli oli hauska.</i>			
<i>Pelin aiheet ja kysymykset olivat minulle ajankohtaisia.</i>			
<i>Pelin aiheet olivat minulle vieraita.</i>			
<i>Ohjaajan läsnäolo oli tarpeellista.</i>			
<i>Tunsin muut pelaajat.</i>			
<i>Ryhmän läsnäolo helpotti vastaamista.</i>			
<i>Pelaisin peliä uudestaan.</i>			

Miten peliä voisi parantaa? Pitäisikö peliin lisätä tai poistaa jotain?

Sana vapaa! Haluatko sanoa jotain pelistä ja pelaamisesta?

Kiitos vastauksista, palautteesi on meille tärkeä! 😊