



Nuoren vahvuuksien tunnistaminen pelillisyyden avulla Vamos Urapalveluissa

Eveliina Taimela

Julkaisuvuosi **Laurea**



Laurea-ammattikorkeakoulu

Nuoren vahvuuksien tunnistaminen pelillisyyden avulla Vamos Urapalveluissa

Eveliina Taimela
Sosionomi AMK
Opinnäytetyö
Maaliskuu, 2022

Eveliina Taimela

Nuoren vahvuuksien tunnistaminen pelillisyyden avulla Vamos Urapalveluissa

Vuosi

2022

Sivumäärä

55

Tämä opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Diakonissalaitoksen Vamos Urapalveluiden kanssa. Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää digitaalinen peli, jonka tavoitteena oli tukea työn ja koulutuksen ulkopuolella olevia nuoria vahvuuksien tunnistamisessa sekä itsetunte-
muksen syventämisessä. Teoreettisen viitekehyksen kehittämistyölle muodostivat positiivinen psykologia sekä vahvuuslähtöinen ohjaus yhdessä pelillisyyden teorian kanssa. Tunnistamalla vahvuuksia itseluottamus omiin kykyihin kasvaa ja myönteinen minäkuva kehittyy. Edellä mainittujen ominaisuuksien tiedostaminen on tärkeää merkittäviä elämänvalintoja, kuten ammatinvalintaa, tehdessä. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa Vamos Urapalveluille tietoa pelillisyyden vaikuttavuudesta osana uravalmennusta.

Opinnäytetyön toiminnallinen osuus sisälsi viiden uravalmennuksessa olevan nuoren kanssa digitaalisen pelin pelaamista joulukuussa 2021 Vamos Helsingin yksikössä. Pelissä vahvuuksia tutkittiin laajasti ydinarvojen, mieluisan tekemisen, unelmien ja tavoitteiden kautta. Tutkimusaineistoa kerättiin puolistrukturoitua haastattelua sekä havainnointia hyödyntämällä. Tulokset jaoteltiin kolmeen pääteemaan, jotka olivat vahvuuksien tunnistaminen, pelin vaikuttavuus ja pelin toimivuuden arviointi. Kehittämistyön tuloksena nuoret toivat yhtenäisestä esiin pelillisyyden tuomia positiivisia vaikutuksia. Pelin koettiin tukevan itsetuntemuksen vahvistumisessa sekä selkeyttävän toiveita tulevaisuudesta. Kehittämistyönä valmistunutta digitaalista peliä sekä laajemmin opinnäytetyön tutkimuksen tuloksia on mahdollista hyödyntää jatkossa monipuolisesti sosiaalialan yksiköissä ja hankkeissa.

Asiasanat: nuoret, pelillisuus, vahvuudet, uravalmennus, kehittäminen

Eveliina Taimela

Identifying a young person's strengths through gamification in Vamos Career Services

Year 2022 Pages 55

This thesis was carried out in collaboration with the Deaconess Institute's Vamos Career Services. The purpose of this thesis was to develop a digital game that supports young people outside work and education in identifying strengths and deepening their self-knowledge. Positive psychology and strength-based guidance together with the theory of gamification formed the theoretical framework for the development work. By recognizing strengths, self-confidence in one's abilities grows and a positive self-esteem develops. Awareness of the above characteristics is important when making important life choices, such as career choices. The aim of the thesis was to provide Vamos Career Services with information on the effectiveness of gamification as part of career coaching.

The functional part of the thesis included playing a digital game with five young people in career coaching in December 2021 at Vamos Helsinki. In the game, strengths were explored extensively through core values, preferences, dreams and goals. The research material was collected by utilizing a semi-structured interview and observation. The results were divided into three main themes, which were the identification of strengths, the effectiveness of the game and the evaluation of the effectiveness of the game. As a result of the development work, the young people unanimously pointed out the positive effects of playfulness. The game was felt to strengthen self-awareness and clarify hopes for the future. In the future, it will be possible to utilize the digital game completed as a development work and the results of the thesis research in various ways in social services units and projects.

Keywords: youth, gamification, strengths, career coaching, development work

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Vamos Urapalvelut: toiminta ja asiakasryhmä	7
3	Teoreettinen viitekehys	8
3.1	Positiivinen psykologia	8
3.2	Vahvuuslähtöinen ohjaus.....	9
3.3	Pelillisuus osana nuorisotyötä	11
4	Kehittämistehtävä, tavoite ja tutkimuskysymys	13
5	Pelin suunnittelu	14
6	Kehittämistyön toteutus.....	18
6.1	Kvalitatiivinen tutkimus.....	20
6.2	Osallistuva havainnointi	21
6.3	Puolistrukturoitu haastattelu.....	21
6.4	Sisällönanalyysi	22
7	Haastattelun tulokset.....	23
7.1	Vahvuuksien tunnistaminen.....	23
7.2	Pelin vaikuttavuus.....	26
7.3	Pelin toimivuuden arviointi	27
8	Kehittämistyön arviointi.....	29
8.1	Prosessin arviointi.....	29
8.2	Palautteet	32
8.3	Eettisyys ja luotettavuus.....	32
9	Pohdinta	33
	Lähteet.....	36
	Kaaviot	39
	Kuvat	39
	Kuviot	39
	Liitteet	40

1 Johdanto

Opinnäytetyö toteutettiin kehittämistyönä Diakonissalaitoksen Vamos Urapalveluiden kanssa. Palvelu on suunnattu työn ja koulutuksen ulkopuolella oleville nuorille ja nuorille aikuisille, jotka etsivät itselleen sopivaa urapolkua, kaipaavat tukea ammatinvalintaan, jatko-opintoihin sekä työmahdollisuuksien kartoittamiseen. Opinnäytetyön tavoitteena oli pelillisyyden avulla tukea palvelun parissa olevia nuoria vahvuuksien tunnistamisessa sekä itsetuntemuksen syventämisessä, osana itselleen mieleisen ja merkityksellisen urapolun suunnittelua. Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää digitaalinen peli osaksi uravalmennusta ja tuottaa tietoa pelin vaikuttavuudesta.

Kehittämistyönä syksyllä 2021 valmistuneessa kuusivaiheisessa digitaalisessa pelissä nuori tutkii omia vahvuuksiaan laajasti ydinarvojen, itselleen mieluisan tekemisen, unelmien, tavoitteiden ja positiivisen palautteen kautta. Vahvuuksien tunnistaminen on merkittävässä roolissa itselleen mieleisen urapolun löytymisessä. Uusiautun (2019, 24) mukaan tunnistamalla vahvuuksia itseluottamus omiin kykyihin kasvaa ja positiivinen minäkuva vahvistuu, jolloin myös tulevaisuuden suunnitteleminen muuttuu helpommaksi. Omien vahvuuksien tunnistaminen ja osaamisen sanoittaminen ei kuitenkaan ole aina täysin mutkatonta. Erityinen haaste muodostuu silloin, kun henkilökohtaiset tarpeet, arvot ja unelmat eivät vastaa ympäristön odotuksia (Ståhlberg & Herlevi 2007, 51).

Opinnäytetyöraportin aloitan esittelemällä yhteistyökumppanin ja kohderyhmän. Teoreettisen viitekehyksen tälle opinnäytetyölle muodostivat positiivinen psykologia, vahvuuslähtöinen ohjaus sekä pelillisyyden teoria, joita avaan tarkemmin kehittämistyön tietoperusta -kappaleessa. Teoreettisen viitekehyksen jälkeen käyn läpi pelin suunnittelun ja kehittämistyön toteutuksen. Tutkimusaineistoa keräsin uravalmennuksessa olevien nuorten parissa. Sovimme viiden nuoren kanssa yksilötapaamisen Vamos Helsingin yksikköön, jonka aikana pelasimme hyötynä peliä. Osallistuneiden nuorten omat uravalmentajat toimivat tarvittaessa tiedonvälittäjinä läpi opinnäytetyöprosessin.

Tutkimusaineiston hankintaa varten tein tapaamisten yhteydessä havaintoja sekä haastattelin nuoria. Jaoin tutkimuksen tulokset kolmeen ryhmään, vahvuuksien tunnistaminen, pelin vaikuttavuus ja pelin toimivuuden arviointi, jotka esittelen tutkimuksen opinnäytetyön tulokset osuudessa. Tutkimustulokset tuottavat vastauksen siihen, kuinka pelillisyyden tukee nuorta henkilökohtaisten vahvuuksien tunnistamisessa ja itsetuntemuksen syventämisessä osana uravalmennusta.

Opinnäytetyötä varten suunniteltu peli on kohdennettu Vamos Urapalvelun kehittämisen tarpeisiin, kuitenkin peliä on mahdollista hyödyntää myös laajemmin erilaisissa sosiaalialan

yksiköissä ja hankkeissa. Tämän johdosta, opinnäytetyön kehittämistyön tuloksien hyöty koskettaa laaja-alaisesti sosiaalialan nuorisotyön kenttää. Opinnäytetyöraportin lopuksi esittelen jatkokehitysehdotukset sekä pohdintani.

2 Vamos Urapalvelut: toiminta ja asiakasryhmä

Opinnäytetyön yhteistyökumppanina toimiva Vamos on Diakonissalaitoksen nuorille kehitetty valtakunnallinen palvelu. Vuodesta 2008 asti toimineen Vamoksen monipuolinen palvelukokonaisuus on suunnattu tukemaan 16-19 vuotiaita nuoria, jotka ovat työ- ja kouluelämän ulkopuolella. Tästä kohderyhmästä käytetään usein myös lyhennettä NEET-nuoret (neither in employment nor in education or training).

NEET-nuoret ovat kohderyhmänä moninainen, sillä nuorten elämäntilanteet voivat olla hyvin erilaisia. Osa nuorista on työ- ja kouluelämän ulkopuolella vain väliaikaisesti esimerkiksi välivuoden tai opintoihin haun johdosta, kun taas osa nuorista on ollut kiinnittymättä vakituisen työhön tai opintoihin jo useiden vuosien ajan. Erityisesti pitkään jatkuneen työn ja koulutuksen ulkopuolella olemisen on todettu aiheuttavan nuorissa toimintakyvyn alentumista sekä psyykkisiä ja sosiaalisia ongelmia. (OKM, TEM, STM 2019: Diakonissalaitos 2019.)

Vamoksessa nuorten kohtaamiseen käytetään valmentavaa työtettä. Valmennuksen kautta nuori kohdataan tasavertaisesti ja kunnioittaen. Nuori nähdään aktiivisena toimijana ja oman elämän parhaana asiantuntijana. Valmentajan tehtävänä on tavoitteellisesti tukea nuorta löytämään vahvuuksia ja vahvistamaan voimavaroja. (Vamos 2022.)

Vamos pyrkii vastaamaan kohderyhmän tarpeeseen tarjoamalla nuorille yksilöllistä sekä vaihteleviin elämäntilanteisiin sopivaa tukea ryhmä- ja yksilövalmennuksen saralla. Valmennuksen avulla nuori saa eväitä tasapainoisen arjen hallintaan sekä tulevaisuuden suunnitteluun. Palvelu on maksutonta matalankynnyksen toimintaa. Opinnäytetyön aikana palvelumuotoihin kuuluivat Urapalvelut, Etsivä nuorisotyö, NUOTTI-valmennus, Peruskoulustartti sekä ryhmävalmennuksen saralla Rytmi, Startti ja Taimi -ryhmät. Lisäksi Vamos Helsingissä toimii lukuisia yksittäisiä kehittämishankkeita. (Vamos Helsinki 2022.)

Opinnäytetyön kehittämissyhteistyötaho Vamos Urapalvelut on STEA:n rahoittama hanke. Palvelu on suunnattu erityisesti nuorille, jotka kaipaavat tukea ammatinvalintaan, jatko-opintoihin, sekä työmahdollisuuksien kartoittamiseen. Vamos Urapalvelu on intensiivistä yksilötyötä, jonka jokainen valmennuskerta rakentuu aina yksilöllisesti nuoren tarpeiden mukaan. Lisäksi uravalmennusta tehdään toisinaan myös ryhmämuotoisesti. (Vamos 2019.)

Uravalmentaja tukee nuorta oman osaamisen tunnistamisessa ja vahvuuksien kartoittamisessa sekä on apuna käytännönasioissa, kuten työhakemusten kirjoittamisessa tai työhaastatteluun

valmistautumisessa. Valmennuksen perustana toimii nuoren oma motivaatio sekä tahto löytää itselleen sopivia työ- ja koulutusmahdollisuuksia. (Itsenäisyyden juhluvuoden lastensäätiö 2021, 13-14.) Palvelun vaikuttavuutta mitataan nuoren koettuun hyvinvointiin perustuvalla Tulostähti-menetelmällä aina kolmen kuukauden välein (Vamos 2019).

3 Teoreettinen viitekehys

Opinnäytetyötä varten kehittämäni digitaalisen hyötypelin tehtävät pohjautuvat positiivisen psykologian ja vahvuuslähtöisen ohjauksen tietoperustaan. Näiden lisäksi opinnäytetyön viitekehys nojautuu pelillisyyden teoriaan.

3.1 Positiivinen psykologia

Kehittämistyönä suunnitellun digitaalisen pelin viitekehys nojautuu positiivisen psykologian teoriaan, joka on yksi tunnetuimmista elämän ja ihmisyyden myönteisiä puolia korostavista psykologian suuntauksista. Positiivinen psykologia pyrkii tieteen avulla edistämään yksilön kokemaa hyvinvointia ja onnellisuutta. Positiivisen psykologian voi perinteisesti jakaa kolmeen tutkivaan osaan, joita ovat myönteiset tunteet, myönteiset ominaisuudet ja myönteiset institutiot. Näiden lisäksi positiiviseen psykologian piiriin kuuluu laajasti tutkimusta esimerkiksi vuorovaikutuksesta, elämänarvoista ja tavoitteista. Kaikki nämä osa-alueet ovat liitoksissa koetun hyvinvoinnin vahvistamiseen. (Positive Education 2021.)

Tieteellisessä tutkimuksessa nuoruus nähdään usein haasteiden ja kasvukipujen ajanjaksona, jota leimaavat toisinaan haitalliseksi koetut käyttäytymismallit. Viime aikoina on kuitenkin kiinnitetty enemmissä määrin huomiota siihen, minkälaisilla keinoilla nuorta voisi tukea parhaalla mahdollisella tavalla identiteetin rakentumisessa, omien vahvuuksien löytämisessä ja myönteisten elämän osa-alueiden vahvistamisessa, sen sijaan että pyrkimyksenä olisi vain ongelmien estäminen. (Leskisenoja & Sanberg 2019, 43.)

Positiivisessa psykologiassa ihmisen perustarpeiden sekä ominaisuuksien nähdään olevan aina loppujen lopuksi hyvin samankaltaisia keskenään, siitäkin huolimatta, että jokainen ihminen on yksilöllinen ja erityislaatuinen. Samankaltaisuuden johdosta positiivisessa psykologiassa on mahdollista käyttää samoja käsitteitä kuvaamaan kaikkien ihmisten perustarpeita. Hyvään elämään kuuluviksi perustarpeiksi luetut asiat eivät ole itsessään kulttuurisidonnaisia, vaan ne yhdistävät kaikkia ihmisiä erilaisista syntyperistä huolimatta. (Ojanen 2014, 21.)

Martin E.P. Seligman (2008) korostaa, kuinka aitoon hyvään oloon ei ole olemassa oikoreittiä. Ostetut tavarat tai nopea nautinto voivat tuoda onnen häivähdyksen, mutta niiden avulla on vaikea kokea todellista kokonaisvaltaista tyytyväisyyttä, joka luo pohjan aidolle hyvinvoinnille (Seligman 2008, 21). Sen sijaan omien vahvuuksien tunnistaminen ja hyödyntäminen, itselleen

merkityksellisten asioiden toteuttaminen, sekä tähtääminen kohti tavoitteita ja unelmia ovat kaikki oleellisia peruspilareita pitkäkestoiseen hyvinvointiin (Positive Education 2021).

Vaikka nimensä puolesta positiivisen psykologian voisi ajatella olevan keskittynyt ainoastaan elämän myönteisten tunteiden korostamiseen, ei tästä täysin ole kyse. Positiivinen psykologia ei tukahduta negatiiviseksi koettuja tunteita, elämäntilanteita tai kokemuksia, vaan sen voisi kuvailla antavan enemmänkin työvälineitä näistä selviytymiseen. Parhaimmillaan haastavat kokemukset, tunteet ja vastoinkäymiset voivat mahdollistaa itsessään henkilökohtaista kasvua sekä ymmärryksen lisääntymistä. (Leskisenoja & Sanberg 2019, 16-17.) Kuitenkin positiivinen psykologia on saanut osakseen kritiikkiä liialliseen positiivisuuteen keskittymisestä. Elämään kuuluvat vastoinkäymiset ja haasteet ovat todellisia, eikä positiivisen psykologian tutkimusmenetelmillä ja keinoilla kielletä näitä seikkoja, vaan lähtökohtana on se minkälaisilla tavoilla kohtaamme ne. (Ojanen 2014, 24; Uusiautti 2019, 137.)

3.2 Vahvuuslähtöinen ohjaus

Opinnäytetyön tiimoilta kehittämäni digitaalisen pelin perustana toimii positiivisen psykologian lisäksi vahvuuslähtöinen ohjaus. Vamoksessa käytössä olevassa valmentavassa työotteessa on paljon yhteneviä elementtejä vahvuuslähtöisen ohjaukseen. Molempien työotteiden avulla pyritään myönteistä dialogia hyödyntämällä vahvistaman nuoren voimavaroja. Vahvuuksiin keskittyvässä ohjaustyössä pyritään aktiivisesti sanoittamaan ja tekemään näkyväksi kunkin ohjattavan myönteisiä luonteenpiirteitä ja osaamista. Huomio kiinnittyy onnistumisiin sekä itselleen luontevalta tuntuvaan tekemiseen. (Perhekuntoutuskeskus Lauste 2018.)

Vahvuuslähtöisyys itsessään perustuu ajatukseen luontenvahvuuksista ihmisen synnynnäisinä ominaisuuksina, joita voi kehittää ja kasvattaa, niitä tietoisesti huomioimalla. Vaikka vahvuuksia voi kehittää ja muovata, ovat ne silti pohjimmiltaan jotain, joka on meissä syvällä itsessään. Nämä ominaisuudet näkyvät kaikessa mitä luontevasti ajattelempa, tunneimme ja teemme. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 32.)

Luonteen kehittyminen alkaa varhain lapsuudessa, jolloin lapsi reagoi ympäristön signaaleihin ja vuorovaikutukseen. Myönteisen minäkuvan kehittymisen kannalta on tärkeää jo varhaisessa iässä saada kokemus omasta pystyvyydestä, onnistumisen kokemuksia sekä ympäristön tarjoamaa turvallista tilaa kasvaa. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 31.) Luonteen vahvuuksien hyödyntämistä toiminnassa on huomattu jo hyvin pienillä lapsilla (Leskenoja & Sandberg 2019, 112). Myönteisen minäkuvan kehitys jatkuu läpi elämän, kuitenkin varhaisessa iässä muodostunut hyvä itseluottamus antaa vahvan kasvualustan, josta ponnistaa kohti itselleen mieleistä ja merkityksellistä elämää (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 31).

On olemassa runsaasti piirteitä, joita lukuisissa kulttuureissa ympäri maailmaa pidetään suuressa arvossa. Näitä piirteitä kutsutaan hyveiksi ja niiden toteutumista yksilön käytöksessä

tukevat erilaiset vahvuudet. Kuvassa 1 on havainnollistettuna kuusi hyvettä, joista on eritelty esimerkkejä hyveeseen tarvittavista vahvuuksista. (Uusiautti 2019, 38-41.)



Kuva 1: Hyveet ja vahvuudet (Uusiautti 2019, 38-41.)

Nuorella iällä erityisesti toiveikkaus, itsesäätelykyky ja sitoutuminen opiskeluun vaikuttavat hyvinvoinnin kokemukseen. Kaikki nämä ominaisuudet luovat nuorelle kuvan turvallisesta tulevaisuudennäkymästä, jonka kulkuun hän voi omalla toiminnallaan vaikuttaa. (Leskenoja & Sandberg 2019, 112.) Hyödyntämällä omia vahvuuksia on mahdollista kokea syvältä kumpuaava innostusta, tekemisen kepeyttä ja elämän merkityksellisyyttä (Uusiautti 2019, 23). Myöhemmin elämässä erityisesti kiitollisuuden vahvistamisen on huomattu olevan sidoksissa koettuun onnellisuuteen (Uusitalo-Malmivaara 2014, 81).

Tietoinen myönteisten ominaisuuksien tunnistaminen on kytköksissä niin mielenterveyteen kuin myös työ- ja koulumaailmassa menestymiseen. Tunnistamalla vahvuuksia itseluottamus omiin kykyihin kasvaa ja positiivinen minäkuva kehittyy, jolloin myös tulevaisuuden suunnitteluun helpottuu. Ymmärrettävästi, tekemällä jotain, jossa kokee olevansa hyvä, on mahdollista kerryttää arvokkaita onnistumisen kokemuksia. Myönteiset kokemukset itsestään luovat nuorelle uskoa tulevaisuuteen sekä omaan pystyvyyteen kaikissa elämän tuomissa aalloissa. (Uusiautti 2019, 24.)

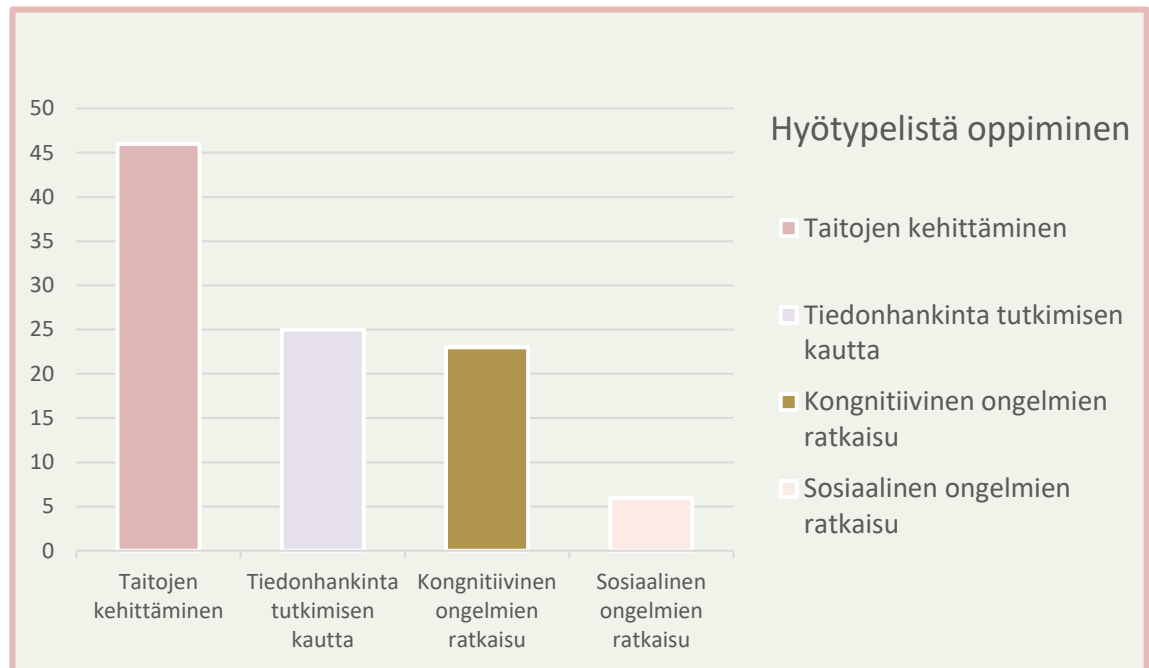
3.3 Pelillisuus osana nuorisotyötä

Opinnäytetyön toiminnallisen osuuden viitekehys muodostui pelillisyydestä. Pelillisyydellä tarkoitetaan yksin tai ryhmässä tapahtuvaa etenemistä kohti tavoitetta, samalla hyödyntäen peleistä tuttuja elementtejä (Krokkfors, Kangas & Kopisto 2014, 58). Tässä opinnäytetyössä pelillisyyttä käytetään työvälineenä vahvuksien kartoittamiseen ja itsetuntemuksen syventämiseen osana nuoren uravalmennusta. Pelillisten elementtien hyödyntäminen valmennuksessa tuo rentoutta ja leikkisyyttä haastavien teemojen tutkimiseen (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2021).

Yhteiskunnassa pinnalla olevat ilmiöt ovat näkyneet kautta aikojen nuorisotyönkentällä nopeammin kuin muualla sosiaaliolla (Komonen, Suurpää & Söderlund 2012, 11). Kääntämällä katseen menneeseen, voi huomata myös pelien pelaamisella olleen jo varsin pitkä historia nuorisotyön saralla. Digitaalisia konsolipelejä on pelattu nuorisotaloilla jo 70- ja 80- luvulta asti, jonka lisäksi perinteiset lauta- ja korttipelit ovat yhä tänäkin päivänä suosittuja välineitä osallistaa nuoria mukaan toimintaan. Pelillisyyden voisikin määritellä olevan osa nuorisokulttuuria. (Harviainen, Meriläinen & Tossavainen 2013, 83.)

2000-luvulla digitaalisuus näkyy jo hyvin kokonaisvaltaisesti nuorten elämässä. Palveluiden lisäksi harrastukset ja vapaa-ajan vietto on siirtynyt entistä enemmän verkkoon (Verke 2019, 9.) Viimeisen vuosikymmenen aikana suosioon ovat kiittäneet erityisesti hyvinvointia ja terveyttä tukemaan kehitetyt applikaatiot sekä digitaaliset hyötypelit. (Jyväskylän ammattikorkeakoulu 2014.)

Hyöty- ja opetuspelit eroavat viihdepeleistä siinä, että niiden tavoitteena on nimenomaan oppiminen. Pelin koko rakenne suunnitellaan vastaamaan tähän tavoitteeseen (NordicEdu 2022). Kaavio 1 on havainnollistettuna hyötypelin monipuolisuus oppimisen kannalta. Hyötypelin avulla pelaajan on mahdollista oppia uusien taitojen kehittämistä, tiedon hankintaa, kognitiivista ongelmien ratkaisua ja sosiaalisten ongelmien ratkaisukykyä. (Ratan & Ritterfeld 2009, 8.)



Kaavio 1: Hyötypeli (Ratan & Ritterfeld 2009, 8.)

Usein nuorten pelaamista kuullaan kauhisteltavan, kuitenkin huomioimatta pelaamisella olevan runsaasti myös myönteisiä vaikutuksia moneen nuoreen. Pelien avulla nuori oppii kommunikoimaan verkossa, joka on tänä päivänä entistä tärkeämpää. Pelien pelaaminen yhdessä muiden kanssa rikastuttaa itseilmaisua sekä auttaa ymmärtämään erilaisia vuorovaikutuksen muotoja. (Verke 2014, 12.)

Pelillisuus mahdollistaa monipuolisen kommunikoinnin väylän, jonka johdosta digitaalinen pelaaminen sopii myös osallistujille, joille luontevin vuorovaikutuksen muoto ei ole asioiden ääneen sanoittaminen (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021). Hyödyntämällä digitaalisia pelejä nuori oppii hallitsemaan laajasti digitaalisia välineitä ja ymmärtää näiden mahdollisuuksia myös muilla elämän osa-alueilla (Verke 2014, 12). Koska digitaalisuus on jo kaikkialla yhteiskunnassamme, näen sen hyödyntämisen olevan johdonmukaista myös nuorten parissa tehtävässä työssä.

Valmentajan rooli voi pelin avulla olla hyvin osallistava ja aktiivinen, mikä parhaimmillaan mahdollistaa yhteyden syntymisen valmennettavaan. Valmentajan tehtävänä on tukea pelaajaa systemaattisesti kohti pelin ydintavoitetta. (NordicEdu 2022.) Pelin hyödyntäminen valmennustyössä tukee valmentajan ja valmennettavan tasavertaisen sekä luottamuksellisen suhteen muodostumista (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021).

4 Kehittämistehtävä, tavoite ja tutkimuskysymys

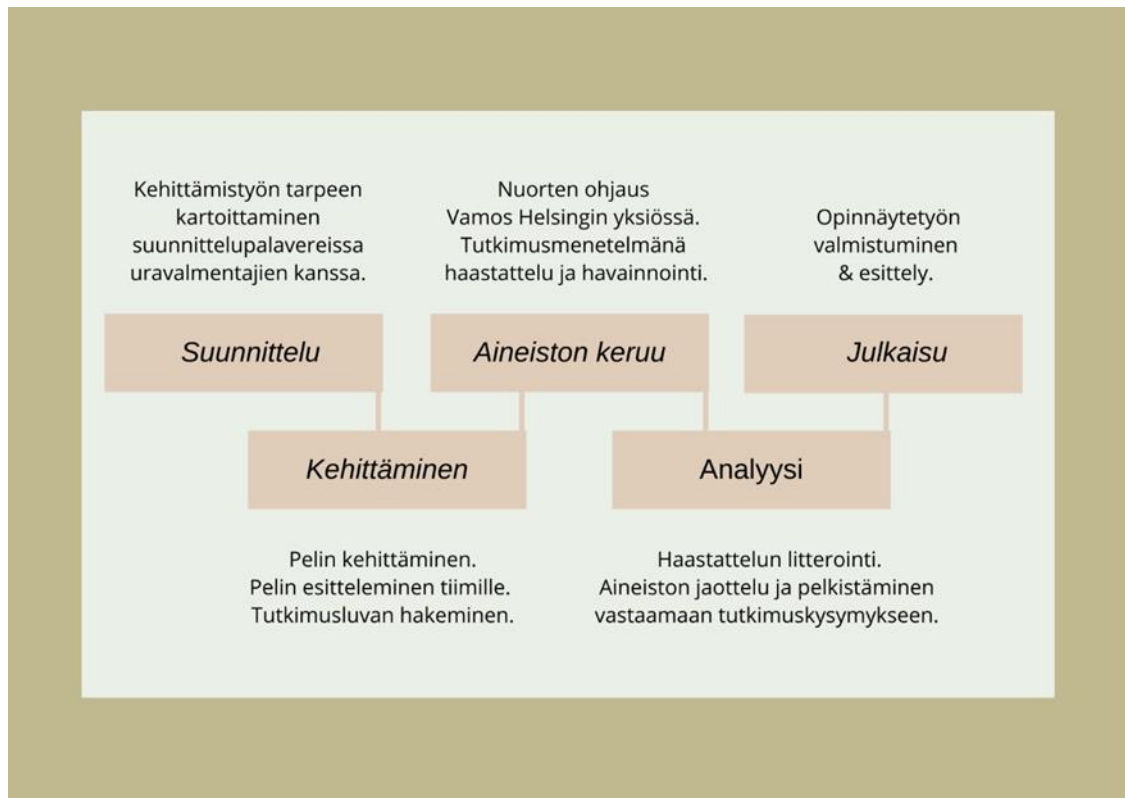
Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää digitaalinen vahvuuksia laajasti käsittelevä hyöty-peli. Prosessikaaviossa (kuva 2) on esiteltynä opinnäytetyön etenemisen suunnitelma. Kehittämistyön prosessi oli rytmittetty viiteen ydinosaan, jotka olivat suunnittelu, kehittäminen, aineiston keruu, analyysi ja lopulta maaliskuussa 2022 valmiin opinnäytetyön julkaisu.

Opinnäytetyön tavoitteena oli pelin avulla tukea nuorta vahvuuksien tunnistamisessa sekä itsetuntemuksen syventämisessä, osana uravalmennuksessa tapahtuvaa itselleen mieleisen ja merkityksellisen urapolun suunnittelua. Omien vahvuuksien ja arvojen tiedostaminen on tärkeää merkittäviä elämänvalintoja tehdessä. Tunnistamalla asioita, joiden tekemisestä nauttii ja jotka ovat itselleen merkityksellisiä, on mahdollista saada selkeyttä tulevaisuuden tavoitteisiin ja päämääriin. (Ståhlberg & Herlevi 2017, 17.)

Suunnittelin pelin valmiille Seppo-pelialustalle, johon Vamoksella oli jo aikaisemmin hankittuna lisenssi. Seppo-pelialusta on tänä päivänä laajasti käytössä erityisesti koulumaailmassa ja sen avulla on mahdollista luoda hyvin monipuolisia pelikokonaisuuksia. Kehittämistyönä suunnittelemani peli on rakennettu vahvuuslähtöisen ohjauksen ja positiivisen psykologian teemojen ympärille. Kuusivaiheisessa pelissä, nuori tutkii omia vahvuuksiaan laajasti ydinarvojen, itselleen mieluisan tekemisen, unelmien, tavoitteiden ja positiivisen palautteen kautta. Peliä käydään teema kerrallaan läpi yhdessä oman uravalmentajan kanssa.

Opinnäytetyön toisena tavoitteena oli tuottaa Vamos Urapalveluille tietoa pelillisyyden vaikuttavuudesta. Pelillisyydellä on aikaisemmin todettu olevan monia hyödyllisiä vaikutuksia, kuten voimavarakeskeisen ajattelun laajeneminen, onnistumisen kokemuksen kartuttaminen ja toimijuuden vahvistuminen (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2021). COVID-19 pandemian johdosta pitkään jatkunut poikkeustila on aiheuttanut sosiaalialalla uudenlaisen tarpeen etänä tehtävän valmennustyön kehittämiseen. Digitaalinen pelialusta vastaa osaltaan tähän tarpeeseen, sillä se mahdollistaa nuoren kanssa työskentelyn joustavasti niin etätapaamisilla kuin myös lähivalmennuksessa.

Opinnäytetyö etsii vastausta siihen miten pelillinen toiminta vaikuttaa nuoren positiiviseen minäkuvaan sekä pystyvyyden kokemukseen, elämänvaiheessa, jolloin nuori etsii suuntaansa tulevan jatko-opiskelun, työnhaun tai ammatinvalinnan parissa. Tutkimus tuottaa vastauksen siihen, kuinka pelillisuus tukee nuorta henkilökohtaisten vahvuuksien tunnistamisessa ja itsetuntemuksen syventämisessä osana uravalmennusta. Valmis kehittäminen toteutettu digitaalinen peli tulee jäämään Vamoksen käyttöön opinnäytetyöprosessin päätyttyä.



Kuva 2 : Opinnäytetyöprosessi

5 Pelin suunnittelu

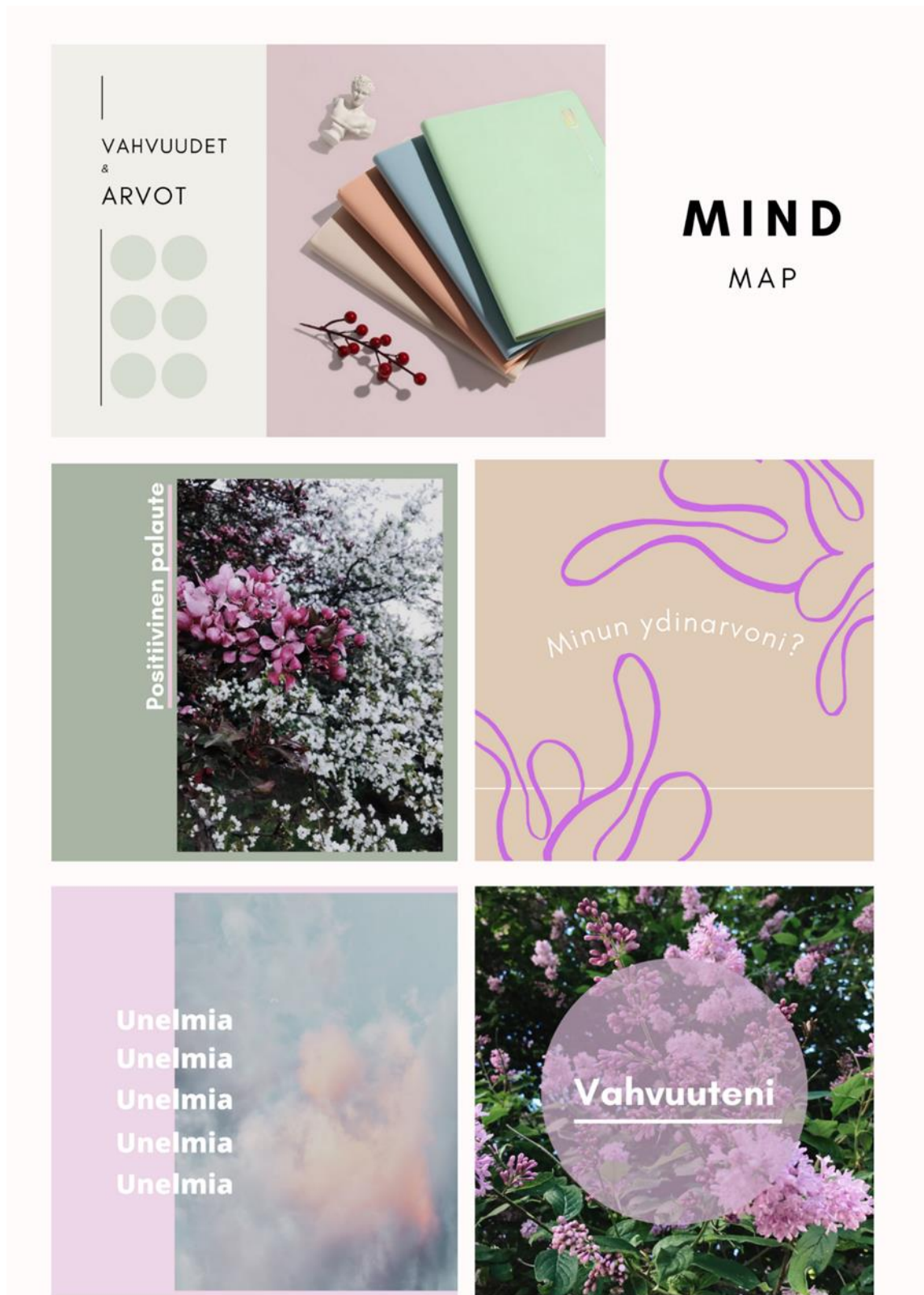
Kehittämistyönä valmistuneen digitaalisen pelin suunnitteluprosessi sai alkunsa suorittaessani syksyllä 2021 sosionomiopintojen työharjoittelua Vamos Urapalveluissa. Keskustellessani Vamos Urapalveluiden työryhmän kanssa palvelun kehittämisen tarpeista esille nousi ajatus digitaalisesta pelistä, jonka avulla nuorta voisi tukea luonteen vahvuuksien kartoittamisessa ja niiden näkyväksi tuomisessa pelillisyyden kautta.

Työharjoitteluni aikana pääsin usein todistamaan, kuinka tärkeäksi vahvuuksien tunnistaminen muodostui, jotta nuori koki löytävänsä aidosti itseään kiinnostavia tulevaisuuden suuntia ja ammatillisia mahdollisuuksia. Uravalmentajan yhtenä toimenkuvana onkin valmennettavan nuoren vahvuuksien, arvojen ja kiinnostuksen kohteiden kartoittaminen erilaisia työmenetelmiä hyödyntämällä. Pelillisuus tuo näiden haastavien teemojen käsittelyyn kepeyttä, visuaalisuutta ja leikkisyyttä. Työvälineenä peli on tavoitteellinen sekä mahdollistaa teemojen rytmittämisen, jonka avulla tehtäviin keskittyminen helpottuu. (Leikkipäivä 2022.)

Lähdin suunnittelemaan pelin tehtäviä positiivisen psykologian ja vahvuuslähtöisen ohjauksen teoriaa hyödyntäen. Näiden viitekehysten avulla erilaiset luonteenvahvuudet pyritään tuomaan tietoisesti näkyviksi, konkretiaa ja aitoa havainnointia hyödyntämällä. Johtoajatuksena

on, että jokainen on hyvä jossain. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 10.) Vahvuuksien toteuttamisella on monia hyvinvointia tukevia vaikutuksia. Tekemällä itselleen luonteelta tuntevia asioita, joissa kokee olevansa vahvoilla, lisääntyvät merkityksellisyyden kokemus sekä tehokkuus. (Uusiautti 2019, 44.)

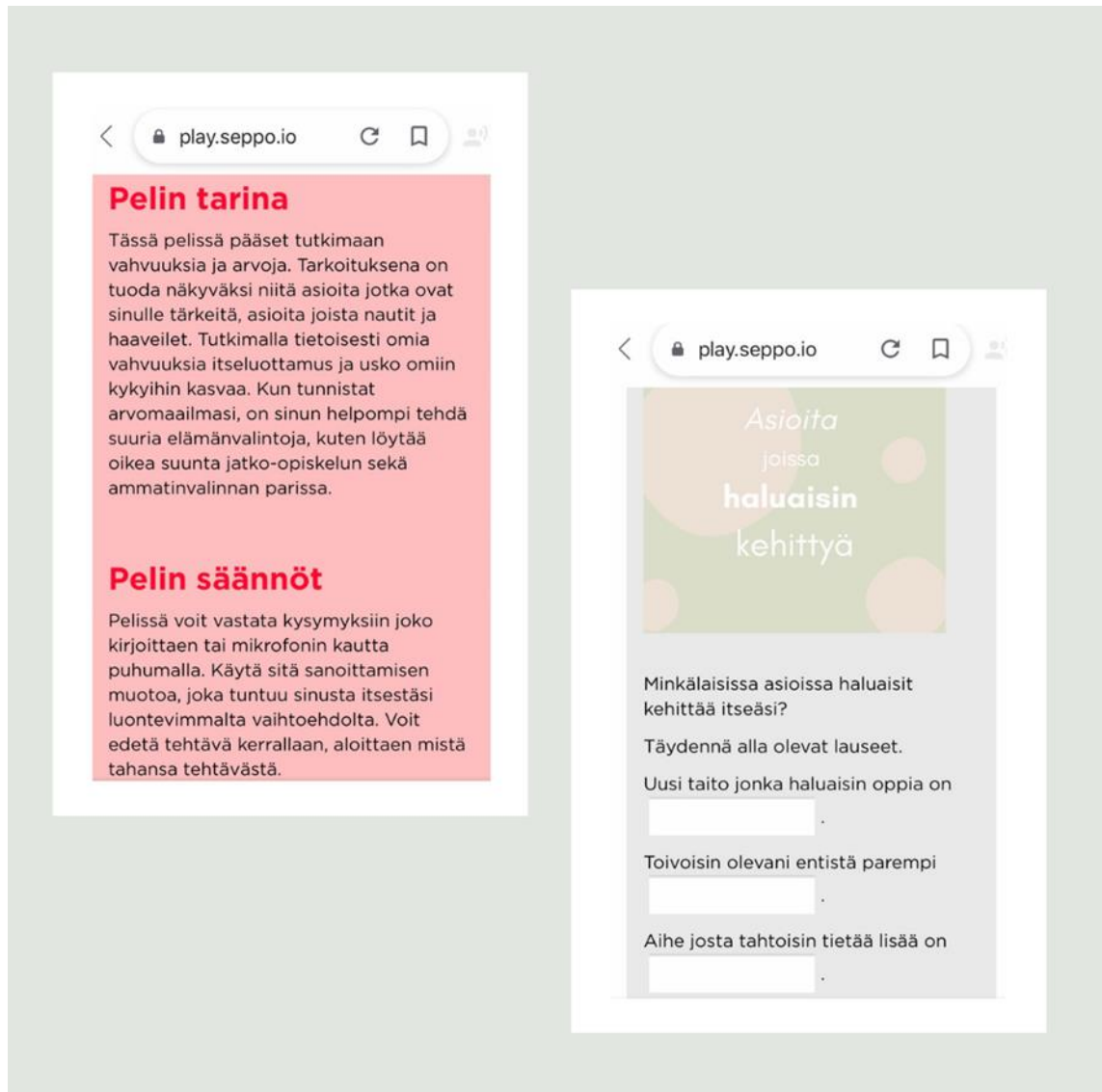
Pelin ollessa suunniteltu osaksi Vamos Urapalveluiden toimintaa, tuli pelin tehtäviin lisätä myös suoraan koulutukseen ja työhön liitännäisiä elementtejä. Lopulta kuusivaiheisen digitaalisen pelin teemoiksi muodostuivat vahvuudet, arvot, itselleen mieleinen tekeminen, kehittämisen kohteet, sisäisen äänen kuunteleminen sekä unelmat (kuva 3). Näen kaikkien näiden osa-alueiden olevan liitännäisiä siihen, kuinka hyvin nuori pystyy navigoimaan itselleen parhaiten sopivia ammatillisia mahdollisuuksia ja tulevaisuuden suuntia.



Kuva 3: Mind map

Osassa tehtäviä käytettiin valmiita sanoja, joiden joukosta pelaaja pystyi valitsemaan itseään parhaiten kuvaavia vahvuuksia ja arvoja. Pelin tehtävät kannustivat pohtimaan käytännön

tilanteita, joissa esimerkiksi omat ydinarvot tulevat esille tai minkälaisessa työssä niitä voisi toteuttaa. Pelin aikana nuori pääsi kuvailemaan miltä unelmien työpaikka näyttäisi ja minkälaisia askelia tuli ottaa, jotta unelma valjastettaisiin tavoitteeksi. Tehtävien äärellä pysähdyttiin myös muistelemaan jo saavutettuja asioita, sekä sitä minkälaiset tekijät ovat auttaneet saavutuksessa. Pelin pysyvä osoite (liite 5) ja valmiit tehtävät (liite 6) löytyvät opinnäytetyöraportin lopusta. Kuvassa 4 näkymä digitaalisesta pelistä puhelimen kautta pelattaessa.



Kuva 4: Näkymä digitaalisesta pelistä

Pelin tehtävien suunnittelussa hyödynsin osittain jo Vamos Urapalveluiden valmennuksessa käytettyjä materiaaleja, alan kirjallisuutta sekä opintojeni kautta kertyneitä ja omassa ohjaustyössä myöhemmin muovautuneita sekä vaikuttaviksi havaittuja harjoitteita. Näin pyrin integroimaan pelin sisällön luontevaksi osaksi Vamos Urapalveluiden kokonaisuutta. Tavoitteenani oli, ettei digitaalinen peli tule jäämään irralliseksi osaksi valmennusta, vaan pelissä

käsiteltävät teemat ovat olleet jo aikaisemmin manuaalinen ja pysyvä osa uravalmennusta. Läpi opinnäytetyöprosessin pyrin käymään aktiivista dialogia yhteistyötahoni kanssa, sekä arvioimaan työtäni kriittisesti. Vastavuoroisen dialogin avulla varmistin kehittämistyön vastaavan organisaation todellisia tarpeita.

Vamoksella oli jo aikaisemmin hankittuna lisenssi Seppo-pelialustalle, johon oli rakennettu muutamia hyötypelejä erilaisilla teemoilla, muun muassa työelämän pelisääntöjen tarkasteluun tarkoitettu peli. Hyödynsin Seppo-pelialustaa myös opinnäytetyössäni, jolloin kehittämistyön kustannukset pysyivät lähes olemattomina. Seppo-pelialusta on mukautuva ja mahdollistaa visuaaliselta ilmeeltään ja sisällöltään hyvin erilaisten pelien kehittämisen. Poikkeuksellisesti moniin muihin peleihin verrattuna, tässä pelissä pelaaja ei kerää laisinkaan pisteitä eikä saa varsinaista palautetta, sillä oman henkilökohtaisen pohdinnan synnyttäminen ja minätuntemuksen lisääminen eivät ole mitattavissa.

Peliä kehittäessä koin osaltaan tärkeäksi huomioida peliestetiikan, jonka tehtävänä oli tuoda visuaalista elämyksellisyyttä pelin teemojen tutkimiseen. Peliestetiikalla tarkoitetaan pelin visuaalista ulkoasua. Pelin miellyttävä ulkoasu on tärkeässä roolissa pelaajan viihtyvyyden sekä pelin koukuttavuuden näkökulmasta katsottuna. Hyvällä estetiikalla on myös mahdollista korjata pelin sisällöllisiä tai toiminnallisia puutteita. Ensisijaisesti kuitenkin hyvin harkittu visuaalinen ulkoasu tukee pelin aihealueita ja syventää pelillistä kokemusta. (Schell 2008, 347.) Parhaimmillaan peliestetiikka tuo peliin nautinnollisuutta, joka taas lisää pelillisyyden houkuttelevuutta (NordicEdu 2018).

6 Kehittämistyön toteutus

Kehittämistyön tutkimusmuodoksi valikoitui kvalitatiivinen tutkimus. Tutkimusmenetelminä käytettiin havainnointia ja haastattelua. Osallistuvan havainnoinnin kautta tutkin kehitystyönä valmistuneen digitaalisen pelin toimivuutta osana uravalmennusta. Pelin vaikuttavuutta taas tutkin hyödyntäen puolistrukturoitua haastattelua.

Joulukuussa 2021 järjestin yhdessä uravalmentajien kanssa Vamos Helsingin yksikössä (kuva 5) viisi yksilötapaamista, joiden aikana pääsin pelaamaan peliä kaksin tutkimukseen osallistuneiden nuorten kanssa. Viidestä vapaaehtoisesti tutkimukseen osallistuneesta nuoresta neljä oli minulle tuttuja aikaisemmin suorittamani työharjoittelun kautta ja yhden nuorista tapasin ensimmäisen kerran vasta opinnäytetyön tiimoilta.

Tutkimukseen osallistuvat nuoret valikoituivat sen perusteella, kuinka ajankohtaista pelin teemojen tutkiminen heille oli osana tulevaisuuden suunnittelua ja oman ammatillisen polun löytymistä. Osallistuneet nuoret olivat iältään 18-27 vuotiaita. Koulutustaustalta nuoret olivat hyvin moninaisia. Osallistuneista yhdellä oli taustallaan aikaisempi ylempi

korkeakoulututkinto, kolmella ammatillinen perustutkinto ja yhdellä peruskoulu. Myös nuorten kerrytetyssä työkokemuksessa oli luonnollisesti eroavaisuutta, ottaen huomioon laajan ikäjakauman. Yhtenevästi kaikki tutkimukseen osallistuneet nuoret olivat jo aikaisemmin kiinnittyneitä Vamos Urapalveluiden toimintaan.



Kuva 5: Vamos Helsinki toimitilat

Jokaiselle yksilötapaamisille olin varannut aikaa 1,5 tuntia. Keräsin tutkimusaineistoa kaikilta tutkimukseen osallistuvilta nuorilta havainnoimalla sekä puolistrukturoidun haastattelun avulla. Opinnäytetyön toiminnallisen vaiheen jälkeen keräsin yhteen päiväkirjamerkintäni ja haastatteluista kertyneet tulokset systemaattisesti analysoimalla. Vertailin aineiston eroavaisuuksia ja huomioin yhteneviä vastauksia sekä havaintoja.

Pyrin arvioimaan tutkimusta haastatteluiden ja havainnoin luotettavuuden näkökulmasta, sekä tuloksien analysointiin vaikuttavien tekijöiden näkökulmasta. Läpi tutkimuksen otin huomioon suhteeni haastateltaviin henkilöihin, tuoden esille vuorovaikutukseen ja havainnointiin mahdollisesti vaikuttavia seikkoja. (Diak 2021.) Seuraavissa alla olevissa luvuissa esittelen tarkemmin käyttämäni tutkimusmuodon, tutkimusmenetelmät ja sisällönanalyysin.

6.1 Kvalitatiivinen tutkimus

Opinnäytetyön tutkimusmuotona toimi kvalitatiivinen tutkimus, jota voidaan kutsua myös laadulliseksi tutkimukseksi. Tutkimusmuodon ydinajatus muodostuu tutkittavien erilaisista todellisuuksista. Näiden toisistaan eroavien todellisuuksien kautta syntyy moninaisia kokemuksia sekä toisistaan poikkeavia näkemyksiä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 160.) Opinnäytetyössä laadullisen tutkimuksen inhimillinen näkökulma sekä kokemuslähteen hyödyntäminen olivat ensisijaisen tärkeitä, sillä tavoitteena oli pelillisyyden avulla tukea palvelun parissa olevia nuoria.

Tässä laadullisessa tutkimuksessa etsin vastausta siihen, kuinka pelillisyyden tukee nuorta vahvuuksien tunnistamisessa ja itsetuntemuksen syventämisessä osana uravalmennusta. Vilkka (2021, 120) toteaa, ettei laadullisen tutkimuksen tarkoituksena ole vastata tutkimuskysymyksen yhdellä ainoalla totuudella. Sen sijaan tutkimuksen voisi kuvailla tuovan esille inhimillisiä kokemuksia ja näkemyksiä, joista tulkintaa hyödyntämällä pyritään muodostamaan yhtenevää tietoa tutkittavasta aiheesta (Vilka 2021, 120; Alasuutari 1994, 34).

Heikkilän (2014, 8) mukaan laadullisessa tutkimuksessa tarkkojen faktojen kerääminen on mahdotonta, sillä osallistujat vastaavat tutkimuskysymyksiin oman kokemuksensa pohjalta. Myös ilmaisumuodot vastaajien kesken voivat vaihdella, joka osaltaan luo haasteita lopuksi tuloksien analysointiin (Heikkilä 2014, 8). ”Ihmiset asettavat kysymyksiä ja tulkitsevat asioita kulloinkin valitsemastaan näkökulmasta ja sillä ymmärryksellä, joka heillä on. Samaa asiaa voidaan siis kuvata monin tavoin” (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 160.)

Laadullisen tutkimuksen käyttökelpoisuutta voidaan mitata tuloksien hyödyllisyyden sekä vakuuttavuuden näkökulmasta katsottuna. Tämän opinnäytetyön tutkimustuloksissa on tärkeää huomioida, kuinka kehittämistyön lopputulokset voivat myöhemmin tulevaisuudessa vaihdella osallistujien yksilöllisyyden sekä kulttuurillisten vaikutteiden mukaisesti. (Toikko & Rantanen 2009, 121-123.) Opinnäytetyötä varten kehitetty peli on suunniteltu vastamaan Vamos Urapalveluissa olevien nuorten tarpeita. Peliä on mahdollista pelata jatkossa myös laajemmin erilaisissa sosiaalialan yksiköissä ja hankkeissa. Uravalmennuksesta irrotetussa kontekstissa pelin vaikuttavuus voi mahdollisesti olla toisenlainen kuin opinnäytetyön tuloksissa.

6.2 Osallistuva havainnointi

Opinnäytetyön kahdesta tutkimusmenetelmästä toisena käytin osallistuvaa havainnointia. Vilkka (2006, 45) toteaa havainnoinnissa tärkeäksi elementiksi nousevan tutkijan ja tutkittavan keskeinen vuorovaikutus sekä luottamus. Havainnointi on laajasti hyödynnetty tiedonkeruumenetelmä nimenomaan laadullisen tutkimuksen kentällä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 81). Koin osallistuvan havainnoinnin luontevaksi valinnaksi, sillä kymmenen viikon työharjoitteluni Vamos Urapalveluissa oli mahdollistanut luottamuksellisten suhteiden rakentamisen osaan tutkimukseen osallistuvista nuorista.

Osallistuvan havainnoinnin voi jakaa useaksi toisistaan hivenen poikkeaviksi alalajeiksi. Erilaisista suuntautumisista huolimatta menetelmälle tyypillistä on se, kuinka tutkija itse osallistuu mukaan tutkittavaan toimintaan. Havainnoija asettuu osaksi osallistujien kokemusmaailmaa ja pyrkii luomaan vuorovaikutuksellisen yhteyden heidän kanssaan. Toisinaan havainnoija voi jakaa myös omia kokemuksiaan aiheesta, yhdessä tutkintaan osallistuvien kanssa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 216-217.)

Yksilötapaamisilla havainnoin suunnittelemani pelin käyttömukavuutta ja sujuvuutta osana uravalmennusta. Kirjasin havainnointini päiväkirjamuodossa jokaisen uraohjaustapaamisen jälkeen. Hirsjärvi, Remes & Sajavaara (2009, 217) painottavat, kuinka tärkeää on pystyä erottamaan havainnot henkilökohtaisesta tulkinnasta. Koin havainnoinnin tuovan lisäarvoa tutkimukseen, sillä tarkoituksenani oli pitää tutkimuksen haastatteluosuus mahdollisimman tiiviinä. Näin pyrin varmistamaan uravalmennustapaamisen tuntuvan rennolta, luontevalta ja helposti lähestyttävältä nuorelle kohderyhmälle.

6.3 Puolistrukturoitu haastattelu

Opinnäytetyön toisena tutkimusmenetelmänä käytin laadullista puolistrukturoitua haastattelua. Menetelmän mukaisesti käytin haastattelussa etukäteen laadittuja ja avoimeksi muotoiltuja kysymyksiä. Esitin samat kysymykset jokaiselle haastateltavalle hyödyntäen valmiiksi laadittua haastattelurunkoa (liite 4).

Aloitin haastattelun kysymyksillä, joiden avulla pyrin alkukartoittamaan nuorten näkemystä vahvuuksien tunnistamisen vaikuttavuudesta työssä tai opinnoissa jaksamiseen, hyvinvointiin sekä ammatinvalintaan. Alkukartoituksen avulla pyrin selvittämään, kuinka kokonaisvaltaisesti tutkimukseen osallistuvat kokivat vahvuuksien tunnistamisen vaikuttavan, ennen pelin aloittamista. Tuomi & Sarajärvi (2009, 73) kuvaavat haastattelun tutkimusmenetelmänä mahdollistavan kysymysten tarkentamisen, jonka avulla vääринymmärrysten mahdollisuus pienenee. Tapaamisen aikana olikin mahdollista käydä joustavasti vuoropuhelua kysymysten herättämistä tulkinnoista, jotka vaihtelivat yksilöllisesti nuorten kesken.

Pelin pelaamisen jälkeen haastattelin nuoria pelin vaikuttavuudesta vahvuuksien ja arvojen tunnistamiseen sekä itsetuntemuksen syventämiseen. Tutkimuksen lopuksi esitin haastattelukysymyksiä pelin toimivuudesta osana uravalmennusta sekä pelin jatkokehittämisestä. Haastattelun avulla pyrin tuomaan tutkimuksen kohderyhmän äänen kuuluviin. Kuula (2006, 154-155) toteaa kuinka, tutkijan tulisi olla haastattelutilanteessa aina mahdollisimman neutraali. Haastattelija ei tuo esille omaa näkemystään tai ilmaisen tunnereaktioita käsiteltävästä aiheesta, sillä ne voivat vaikuttaa haastateltavien vastauksiin (Kuula 2006, 154-155).

Muotoilemalla kysymykset avoimiksi osallistujat pystyivät vastaamaan niihin omin sanoin ja pohjaten subjektiiviseen kokemukseen käsiteltävästä teemasta (Tietoarkisto 2021). Haastattelutilanteissa tulosten luotettavuutta voi osittain heikentää myös haastateltavien käyttämät sosiaalisesti hyväksytyt sanavalinnat (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 206). Tähän haasteeseen pyrin osittain vastaamaan toisena tutkimusmenetelmänä käytetyllä havainnoinnilla.

Tapaamisten aikana äänitin nauhalle ainoastaan haastatteluvaiheen, josta sovin nuorten kanssa etukäteen. Pelin pelaamisen aikana käytyä keskustelua ei taltioitu. Pysin tutkimustilanteessa varmistamaan pelin pelaamisen sekä henkilökohtaisten teemojen pohtimisen tuntuvan nuoresta luontevalta ja turvalliselta, jonka johdosta äänitin vain sovitun osan tapaamisesta.

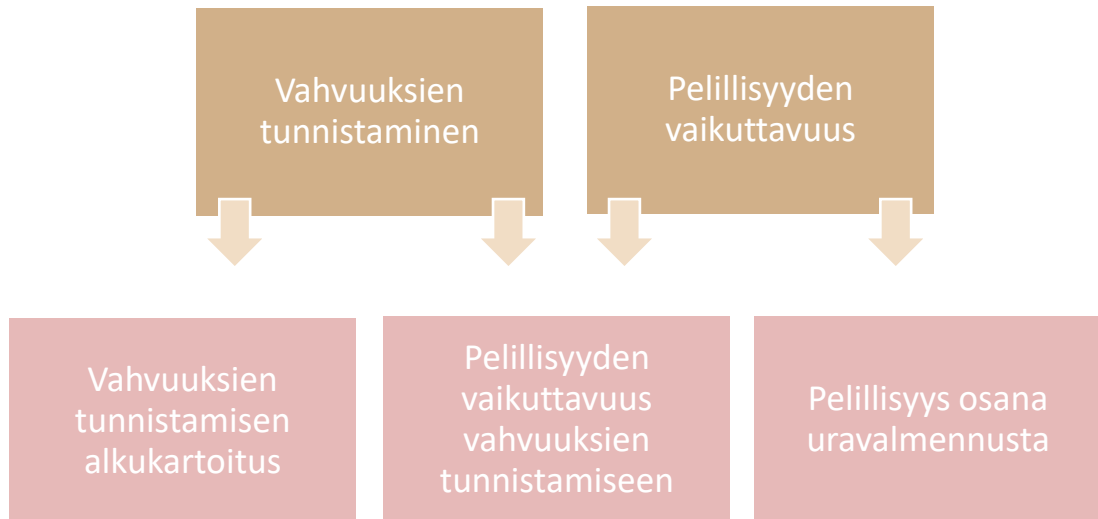
6.4 Sisällönanalyysi

Opinnäytetyön toiminnallisen osuuden jälkeen, syvennyin keräämään haastatteluiden ja havaintojen tulokset yhteen. Tuloksien analysointivaiheessa kirjasin esille tarkkoja lainauksia, joita olin haastateltavilta saanut, jotta aineisto pysyi mahdollisimman läpinäkyvänä (Diak 2021). Tutkimuksessa syntyneiden vastauksien alkuperäisen muodon säilymisen varmistamiseksi nauhoitin haastattelun ja litteroin asiasisällön tutkimusta varten. Lopulta litteroitua haastatteluaineistoa kertyi noin kolmen tunnin verran.

Tutkimusaineiston analysointimenetelmänä käytin sisällönanalyysi -menetelmää. Menetelmän tavoitteena oli saada vastaus tutkimuskysymykseeni. Sisällönanalyysiä on yleisesti hyödynnetty litteroidun haastattelun aineiston tutkimiseen. Purin litteroidun haastattelun kategorioihin, joiden avulla pyrin systemaattisesti pelkistämään aineistoa ja löytämään yhteneväisyyksiä vastauksista. (Tietoarkisto 2021.)

Tutkimuksen pääkategorioiksi muodostuivat vahvuuksien tunnistaminen ja pelillisyyden vaikuttavuus. Näistä pääteemoista lähdin erottelemaan kolme alateemaa, jotka olivat vahvuuksien tunnistamisen alkukartoitus, pelillisyyden vaikuttavuus vahvuuksien tunnistamiseen sekä pelillisyyden osana uravalmennusta (kuvio 2). Sisällönanalyysivaiheessa vertasin tekemiäni havaintoja tukemaan vastauksissa ilmenneitä yhteneväisyyksiä sekä eriävyyksiä. Seuraavassa tuloksia käsittelevässä luvussa pyrin tuomaan selkeästi esille osallistujan yksilöllisen

kokemuksen ja haastattelukysymysten tulkinnan. Tietosuojan turvaamiseksi osallistujien henkilöllisyyttä ei tulla paljastamaan tässä opinnäytetyössä.



Kuvio 1: Tutkimuksen pääteemat ja alateemat

7 Haastattelun tulokset

Puolistrukturoidun haastattelun tulokset olen jakanut kolmeen pääteemaan. Ensimmäinen teema on vahvuuksien tunnistaminen osana itselleen sopivan työ- tai opiskelupaikan löytymistä sekä laajemmin osana koettua hyvinvointia. Tämän jälkeen vuorossa on kehittämistyönä valmistuneen pelin vaikuttavuus itsetuntemukseen. Kolmantena ja viimeisenä pääteemana on pelin toimivuuden arviointi osana uravalmennusta. Haastattelun tavoitteena oli löytää vastaus tutkimuskysymykseen: Kuinka pelillisuus tukee nuorta henkilökohtaisten vahvuuksien tunnistamisessa ja itsetuntemuksen syventämisessä osana uravalmennusta?

7.1 Vahvuuksien tunnistaminen

Haastattelu alkoi alkukartoituksella, jonka avulla pyrittiin selvittämään, kuinka nuoret tunnistavat vahvuuksien ja hyvän itsetuntemuksen vaikuttavan ammatinvalintaan ennen kuin aihetta oli vielä käsitelty pelillisyyden avulla. Alla esiteltynä nuorten suoria vastauksia kysymyksiin. Ensimmäinen kysymys oli, minkälaisen tekijöiden koet vaikuttavan onnistuneeseen ammatinvalintaan?

Se mikä kiinnostaa itseensä, pitkänikäisyys.

Tärkeätä on se, että se on jotain mistä nauttii, tai asia, joka on tosi tärkeä itselle.

Se että tietää omat vahvuudet ja myös heikkoudet. Tiedostaa tavallaan silleen riskit, esimerkiksi oman mielenterveyteen vaikuttavat asiat. Ne varmaan ne päätekijät on.

Tärkeätä on, että on päässyt tekemään jo vähän niitä juttuja aikasemmin.

Mun mielestä koulutus on tärkeätä ja kokemus ja keskustelu ihmisten kanssa, niin että saa sitä tietoo muilta. Jos ite nään että joku on onnellinen, kysyn häneltä mitä hän tekee tai minkälainen koulutus on.

Vastauksissa nuoret toivat esille yksilöllisten voimavarojen tiedostamisen vaikuttavan onnistuneeseen ammatinvalintaan. Osalla haastatteluun osallistuneista nuorista oli taustallaan aikaisempaa kokemusta työssä uupumisesta. Toisinaan työ, jossa pääsee toteuttamaan vahvuksiin tai kutsumustaan, voi silti syödä voimavaroja. Tällöin taustatekijänä voi olla esimerkiksi alan uuvuttava työkuultuuri. Yhtenevästi vastaajat toivatkin esille, hyvän itsetuntemuksen vaikuttavan siihen, oliko ammatinvalinta loppujen lopuksi onnistunut.

Osa vastanneista kertoi konkreettisesti aikaisemman kokemuksen erilaisista työtehtävistä tuovan varmuutta siihen, mikä itselleen sopii ja mikä ei. Tämän lisäksi esille nousi tiedon ja koulutuksen tärkeys sekä ihmisten kanssa jaetut kokemukset. Ympärillä olevien myönteiset kokemukset työ- tai koulu-elämästä, antoivat lisää varmuutta myös omaan urasuunnitteluun.

Vastauksissa nuoret kertoivat tärkeiksi tekijöiksi onnistuneeseen ammatinvalintaan vaikuttavan henkilökohtaisten mielenkiinnonkohteiden tunnistamisen sekä pitkänäköisyyden. Työn tuli olla aidosti itseään kiinnostavaa ja tuntua henkilökohtaisesti merkityksellistä. Alkukartoitus jatkui kysymyksellä siitä, minkälaisien tekijöiden nuoret näkivät päinvastoin vähentävän työssä tai koulussa jaksamista?

Motivaation laskeminen. Sanoisin, että jos on liian rankkaa, liian paljon opiskeltavaa tai töitä samaan aikaan vähän lannistaa. Mun mielestä on aika tärkeätä, että on työelämän ja vapaa-ajan hyvä balanssi. Et jos elämä olis pelkkää työtä, niin sit se ois vähän liian haastavaa.

Jos ei ole hallintaa asioista.

Liika työ ja siihen liittyvä stressi, liian suuret odotukset. Ehkä myös tavallaan työn ulkopuoliset asiat esim jos ei makseta tarpeeksi palkkaa, voi tulla stressiä rahasta.

Ensinnäkin varmaan se, että jos on semmonen juttu, joka ei kiinnosta. Ja jos on liian haastavaa. Ja jos ei oo muut elämäntavat ja muuten elämä reilassa niin kyllä se vaikuttaa.

Opinnoissa se, ettei ole energiaa ja inhottavat opettajat. Inhottavat opettajat on pysäyttänyt mun niin monta eri opintojaksoa. Työpaikalla inhottava ilmapiiri ja esimies vaikuttaa.

Tällä kertaa vastauksissa sivuttiin vain vähän vahvuuksiin ja itsetuntemukseen liitännäisiä teemoja. Nuoret kokivat työssä tai koulussa jaksamista vähentävän liian suuren työmäärän, jolloin energiaa ei jäänyt enää lainkaan vapaa-ajan viettoon. Liian raskaaksi koetut työ- tai opiskelutehtävät veivät voimavaroja ja vähensivät motivaatiota. Myös ympäristön luomat suorituspainheet aiheuttivat työssä ja opinnoissa uupumusta.

Vapaa-ajan ja työn tasapaino nähtiin jaksamisen kannalta tärkeänä. Työhyvinvointia lisäsi myös työstä saatava riittävä rahallinen korvaus, jolloin voimavaroja ei kulunut taloudellisesta tilanteesta huolehtimiseen. Vastaajat kokivat terveellisten elämäntapojen ja tasapainoisen arjen vaikuttavan kokonaisvaltaisesti jaksamiseen kaikilla elämän osa-alueilla. Näiden lisäksi työ- ja opiskelupaikan negatiivisen ilmapiirin oli huomattu vaikuttavan osaltaan jaksamiseen. Alkukartoituksen lopuksi keskustelimme siitä, kuinka nuoret kokivat luonteen vahvuuksien ja ydinarvojen tunnistamisen vaikuttavan kokonaisvaltaisesti hyvinvointiin.

Se että tuntee ittensä, vaikuttaa hyvinvointiin ihan hyvin, on tavallaan ihan kiva tietää mitä haluaa. Tulee semmonen turvallinen olo, kun on joku suunnitelma eikä vaan leiju tyhjän päällä.

Kyllä se vaikuttaa, jos mä tiedän omat vahvuudet, pystyn tekemään parhaani.

Tää on kyllä asia, jonka kanssa oon välillä paininut. Aina ei oo kauheen helppoo muistaa tai tunnistaa vahvuuksia ja alkaa epäilee niitä. Jos ne on selkeitä juttuja, niin on parempi olla itsessään ja helpompi.

Jos esimerkiksi on tosi vahvat arvot, se voi tässä meidän nykyisessä yhteiskunnassamme ja maailmassa tavallaan jopa huonontaa hyvinvointia, jos ne yleiset arvot ei sovi omaan arvomaailmaan. Se on turhauttavaa. Mun alalla työnantajat voi olla aika ahneita, kun ne haluaa vähällä tuottoa, joka ei sovi mun arvomaailmaan ollenkaan.

Vastaajat kokivat vahvuuksien tunnistamisen ja hyvän itsetuntemuksen vaikuttavan hyvin moninaisesti koettuun hyvinvointiin. Henkilökohtaisen osaamisen tunnistaminen toi itsevarmuutta ja turvallisuuden tunnetta. Hyvän itsetuntemuksen avulla oli mahdollista luoda tulevaisuudelle suuntia ja tavoitteita. Kun itselleen oli selkeää mitä elämältä toivoo, tuntui suunnittelemisen helpommalta.

Tälläkin kertaa vastauksissa nousi esille arvostiritojen vaikuttavan negatiivisesti jaksamiseen. Tosinaan omat ydinarvot olivat ristiriidassa ympäristöstä kumpuavan arvomaailman kanssa. Tällöin oman arvomaailman tiedostamisen ja toteuttamisen, koettiin aiheuttavan osaltaan hyvinvoinnin heikkenemistä. Erityisesti työmaailman kilpailuhenkinen ja tulostavoitteinen kulttuuri aiheutti vastanneissa arvostiritoita, joka heijastui kokonaisvaltaisesti koettuun hyvinvointiin.

Alkukartoituksen lopuksi keskustelimme siitä, uskoivatko nuoret vahvuuksien ja arvojen tunnistamisen vaikuttavan tulevaisuudessa omaan ammatti- ja uravalintaan. Vastauksissa ilmeni toistoa aikaisempiin vastauksiin. Ensisijaisesti tulevaisuuden uralta toivottiin

merkityksellisyyttä sekä työtehtäviä, jotka tuntuisivat aidosti itseään kiinnostavilta. Jos työtehtävät koettiin pelkästään pakollisena veloitteena, ei se motivoinut jatkamaan niitä. Kokemus aikaisemmasta itselleen merkityksettömästä työstä, antoi näkemystä siihen, minkälaista työtä tulevaisuudessa haluaa vaihtoehtoisesti tehdä.

Yritän tehdä töitä sellaisilla aloilla, joista oon kiinnostunut, koska jos mulla ei oo yhtään kiinnostusta siihen opiskeluun tai työntekoon, niin ei siitä oikeestaan tuu mitään, jos se on vaan sellasta pakkopullaa.

Kyllä vaikuttaa (vahvuuksien ja ydinarvojen tunnistaminen). Aikaisempi työ tuntu turhalta, haluan tehdä jotain, jolla on merkitys.

7.2 Pelin vaikuttavuus

Pelin pelaamisen jälkeen jatkoimme haastattelua. Tällä kertaa kysymykset oli muotoiltu niin, että niiden avulla oli mahdollista selvittää, kuinka kehittämistyönä valmistunut digitaalinen peli tuki vahvuuksien tunnistamisessa sekä itsetuntemuksen syventämisessä. Ensimmäisenä kysymyksenä oli, toivatko pelin harjoitukset uusia oivalluksia vahvuuksista ja arvoista sekä kivatko pelaajat pelin vahvistaneen itsetuntemusta?

Joo kyllä sanoisin, että ne (tehtävät), auttoi mua hahmottamaan mitä haluaisin tehdä tulevaisuudessa, mikä on mulle tärkeätä, ei sitä välttämättä tuu mietittyä niin paljoo. Tää vahvisti ja auttoi näkemään, mitkä on niitä omia vahvuuksia, tai mitä tykkää tehdä, asioita mitkä on itelleen tärkeitä ja missä haluaisi parantaa.

Joo mun mielestä. Nyt mä tiedän mitä haluisin tehdä, mutta en osannut sanoa sille nimeä aikaisemmin. Oli kiva, kun oli sanoja valmiina, joista sai vaan valita. Niiden avulla oli paljon helpompaa mieltä omia vahvuuksia. En oo aikaisemmin löytänyt oikeita sanoja kuvailemaan itseäni.

Joo ehkä se, että näki ne siinä edessä (vahvuudet ja arvot), niin jonkun verran selkeytti ajatuksia. Oli kiva, että siinä puhuttiin sisäisestä äänestä, en ollu ees ajatellu sitä, en oo silleen hirveesti pohdiskellu asiaa. Mä tykkäsin erityisesti tehtävistä missä pysty valitsee, niitä valmiita sanoja. Se oli kiva, kun ne oli listattu selkeesti, jollon pysty helpommin ajattelee niitä.

Joo moni asia tuntuu nyt konkreettisemmalta. Kyllä se vahvistaa sitä (itsetuntemusta), kun pystyy tarkemmin, pohtii niitä asioita, jotka on jo aiemmin ollu vähän mielessä.

Keskusteltaessa pelin harjoitusten tuomista uusista oivalluksista sekä aikaisemman itsetuntemuksen vahvistamisesta, nuoret toivat yhteneväisesti esiin pelin tuomia positiivisia vaikutuksia. Pelin koettiin tukevan itsetuntemuksen vahvistumisessa ja selkeyttävän lisää jo aikaisemmin tehtyjä oivalluksia itsestään. Selkeäksi kuvaillut tehtävät kannustivat varta vasten pysähtymään ja keskittymään itsetutkiskeluun. Pelin avulla oli mahdollista hahmottaa tulevaisuuden suuntia.

Vastaajat kokivat helpottavaksi sen, kuinka osa tehtävistä sisälsi valmiita sanoja, joilla pystyi kuvailemaan itseään. Tehtävien koettiin tuovan omaa osaamista konkreettisesti ja ymmärrettävästi näkyville. Osalle vastaajista itsensä kuvaileminen oli tuottanut aikaisemmin vaikeuksia. Valmiit sanat selkeyttivät omia ajatuksia.

Oman sisäisen äänen tietoinen kuunteleminen oli myös osalla pelaajista uutta. Pelin tehtävät kannustivatkin kuuntelemaan, minkälaisella sävyllä ja sanavalinnoilla oman mielen sisällä itselleen puhuu. Tehtävät toivat esille sisäisen äänen merkityksen siihen, minkälaisen asioiden koetaan olevan itselleen mahdollisia tai mahdottomia saavuttaa. Seuraava kysymys oli minkälaista lisäarvoa pelillisyyden toi uravalmennustapaamiseen?

Auttoi hahmottaa paremmin tiettyjä asioita ja laittoi miettimään. Jos haluaa edetä pelissä, on oikeesti pysähdyttävä miettimään vastauksia.

Jos mä tykkään tehdä jotain, niin saan siitä iloa. Ehkä tää autto mua kasvaamaan.

Joo toi oli kiva, kun oli pilkottu noi jutut, oli helpompaa, lähtee työstämään tossa muodossa.

Kyllä se tuo, tää tuntu osallistavalta.

On se ihan kiva, tuo vaihtelua, kun ei vaan aina täytetä hakemuksia tai lähetetä yhdessä sähköposteja. Pääsee, vähän miettii muutakin.

Nuoret kertoivat pelin tuoneen mukanaan monipuolisuutta ja tuntuneen osallistavalta. Pelin tehtävien ollessa jaoteltuna kuuteen erilaiseen teemaan, oli niitä helpompi lähteä pohtimaan yksi kerrallaan, ilman että aihe tuntui uuvuttavalta. Peli toi teemojen tutkimiseen rakenteellisuutta, joka auttoi keskittymään aikaisempaa syvemmin itsetutkiskeluun.

Pelillisyyden nähtiin tuovan uravalmennukseen myös mukavaa vaihtelua, sillä usein tapaamisilla aika menee ensisijaisesti käytännön asioiden hoitamiseen. Useat uravalmennuksessa olevat nuoret ovat elämäntilanteessa, joka on jatkuvaa työnhaun tai opinto mahdollisuuksien kartoittamista sekä huolta taloudellisesta tilanteesta. Peli antoi mahdollisuuden irtaannuttaa ajatukset hetkeksi muualle.

7.3 Pelin toimivuuden arviointi

Viimeisenä haastattelun teemana oli pelin toimivuuden arviointi. Ensimmäiseksi keskustelimme siitä, minkälaiset tekijät vaikuttivat siihen, jos jokin pelin tehtävistä tuntui erityisen haastavalta? Vastaukset jakautuivat osittain kahtia. Osalle vastaajista pelin tehtävät eivät tuntuneet erityisen haastavilta, vaan tarjosivat juuri sopivasti pohdintapintaa, kun taas osalle vastaajista tehtävät tuntuivat vaikeilta.

Ei ollut mitään ylitsepääsemättömän haastavia tai vaikeita tehtäviä. Johonkin kohtiin tuli ehkä pysähdytyä vähän pidemmäksi aikaa, mutta kyllä niihin löysi

aina vastauksen. Ehkä se missä voi parantaa ja mitä tekis tulevaisuudessa, oli sellasia kohtia.

Mulle kysymykset ei tuntunut liian vaikeilta tai monimutkasilta. Mutta peli ei ollut kuitenkaan liian helppokaan, vaan joutu välillä oikeesti pysähtyy miettimään.

En tiiä, mulle tää ohjelma oli niin hauska ja hyvä. En osaa sanoa mikä olis tuntunut haastavalta. Suomen kieli oli vaikee, mutta autto tosi paljon, kun sä selitit ja käytettiin translatea. Jos tää ohjelma tulee monella kielellä niin se olisi hyvä mun mielestä, esim arabian kieli ja englanti.

Tehtävät tuntu aika vaikeelta. Varmaan, se mun hiukan heikko itsetuntemus vaikuttaa siihen, me ei päästy sisäinen ääni tehtävään asti mutta se juuri vaikuttaa vahvasti. Täähän vois olla sitä, että kun mä oon tehny näitä vastaavia jo uuesti, että latelisin vaan muistista näitä vastauksia mutta ei se niin mee. Joka kerta löytyy jotain uutta tai vanhaa, jota ei oo muistanut.

Oli haastavia osioita, erityisesti sellaiset kysymykset, joita ei ollut aikaisemmin miettiny, mutta ne aukesi kyllä hyvin kun keskusteltiin niistä.

Haasteeksi pelissä saattoi muodostua pelaajan kokema epävarmuus käsiteltävästä teemasta. Haastaviksi koettiin kehittämisen kohteita käsittelevät tehtävät sekä tavoitteellista tulevaisuuden suunnittelua vaatineet tehtävät. Vaikeaksi koettujen tehtävien koettiin kuitenkin tarjoavan myös sopivasti haastetta pelaamiseen, jotta pelissä eteneminen ei tuntunut liian helpolta.

Nuorelle, joka ei puhunut äidinkielenään suomea, pelissä käytetty sanasto toi pelaamiseen jonkin verran haasteita. Hyväksi kehitysideaksi muodostuikin jatkossa pelin valmiiksi kääntäminen useammalla kielellä. Puitteista huolimatta nuori kertoi nauttineensa pelin pelaamisesta. Yhtenevästi nuoret kertoivat hankalissa tehtävissä auttavan parhaiten keskustelu valmentajan kanssa.

Haastavaksi koettujen tehtävien lisäksi keskustelimme siitä, mitkä pelin tehtävät olivat olleet nuorille erityisen mieluisia. Esille nousivat tehtävät, joiden avulla oli mahdollista tarkastella syvemmin unelmia ja leikitellä erilaisilla ajatuksilla tulevaisuudesta. Yhteen unelmointi tehtävään kuului itselleen ihanteellisen työympäristön sekä työpäivän kuvaileminen. Tehtävissä unelmista muodostettiin osittain konkreettisia tulevaisuuden tavoitteita.

Unelmointi tehtävät oli kivoja, oli hauskaa miettiä mitä mä haluaisin ja se autto selventämään tavoitteita.

Mikä erottu ehkä oli just noi unelma asiat, en mä ollu sitä ajatellu noi konkreettisesti, että mitä mä haluan.

Se oli ihan mieleistä miettiä mikä olisi sellanen työympäristö missä olisi kiva tehdä töitä. Se auttoi hamottamaan sitä.

Haastattelun loppuksi nuoret yhtenevästi kertoivat kokeneensa pelin toimivuuden ja käyttökävyyden hyväksi. Tiedustellessani oliko nuorilla kehitysideoita, joiden avulla peliä voisi

jatkossa hioa palvelemaan vielä entistä paremmin tarkoitustaan, toivat vastaajat esille pelin olevan jo nyt toimiva sekä tarpeeksi tavoitteellinen. Pelin nähtiin kuitenkin muovautuvan ja kehittyvän mitä enemmän sitä jatkossa pelataan. Yhtenevästi pelin pelaaminen koettiin mukavaksi ja hauskaksi lisäksi uravalmennusta.

Mun mielestä tää peli oli perfect mutta aina voi kasvaa. Mulla ei oo mitään kehitysideaa nyt, mutta jos paljon ihmiset käyttää tätä ohjelmaa niin varmasti tulee uusia ideoita sitä kautta. Mun mielestä tää oli tosi hyvä. Jos mä annan numeron kymmenestä kymmeneen niin mä annan kymmenen. Musta tää autto tosi hyvin ja oli hauska.

Ei ole kehitysideoita, musta se oli hyvä tälläsena.

Nyt mulle ei tuu mieleen mitään erityistä. Se oli aika suora peli, toi tavoitteellisuutta ja sitä oli mukavaa tehdä.

Musta tää on hyvä ja selkää tälleen, ei tuu mitään ihmeellistä mieleen.

8 Kehittämistyön arviointi

Kehittämistyönä valmistuneen digitaalisen pelin toimivuuden arvioinnissa käytin tutkimusmenetelmänä puolistrukturoidun haastattelun lisäksi havainnointia. Kirjoitin havainnot ylös päiväkirjamerkintöinä, jokaisen valmennus tapaamisen jälkeen. Tuloksien yhteydessä esitän suoria lainauksia päiväkirjamerkinnöistä.

Kaikkia uravalmennuksessa olevia nuoria yhdistää sama tavoite - löytää itselleen sopiva työ tai opintopolku, jota kohti suunnata. Kuitenkin jokainen palveluun osallistuva nuori on yksilöllinen. Siinä missä toisella nuorella on jo useiden vuosien työhistoriaa takana, voi toinen nuori olla juuri valmistunut peruskoulusta ilman työkokemusta. Tämä lähtökohta heijastui luonnollisesti myös pelin toimivuudessa ja tuloksissa.

8.1 Prosessin arviointi

Pelillisen prosessin jouhevaan etenemiseen vaikutti paljon nuoren aikaisempi itsetuntemus ja suhtautuminen omaan itseensä. Havaintojeni mukaan myönteisessä valossa itseään ja osaamistaan tarkastelleet nuoret etenivät tehtävissä tasaisen nopeasti ja suhtautuivat pelin innokkaasti.

Nuori pelasi kuusi vaiheisen pelin läpi vajaan tunnin aikana. Kävimme jokaisen tehtävän läpi yhdessä keskustellen. Nuorella oli jo valmiiksi erittäin hyvä itsetuntemus, mikä näkyi siinä, ettei hänen tarvinnut juuri punnita erilaisia vaihtoehtoja, vaan hän osasi heti kertoa syvemmällä tasolla esimerkiksi ydinarvoistaan, osaamisestaan sekä asioista, joissa toivoisi kehittyvänsä ja miten sen aikoo myös tehdä.

Havannoin kuitenkin myös useamman nuoren kohdalla pelin pelaamiseen olevan suotavaa varata pidempi aika, kun etukäteen varaamani. Tällöin tehtäviin olisi voinut syventyä entistä paremmin. Yhtenevästi jokainen nuori oli innokas keskustelemaan ja todella pohtimaan tehtävissä esitettyihin kysymyksiin vastauksia.

Tämän päivän tapaamisessa huomasin joidenkin tehtävien vaatineen enemmän aikaa, jotta nuori olisi voinut paneutua niihin kunnolla. Esimerkiksi unelmatehtävä herätti runsaasti pohdintaa ja yhdessä keskusteltaessa unelmat alkoivat vasta toden teolla hahmottumaan. Unelmia pohtiessa nuori oli todella innostunut ja myönteinen, tuntuikin harmilliselta, ettei aika riittänyt teeman syvempään tutkiskeluun.

Vaikeuksia pelin tehtävien etenemisessä tuli, jos nuori koki lähtökohtaisesti itsetuntonsa huonoksi sekä epäroii tunnistaa omaa osaamistaan. Etenemiseen vaikutti myös keskittymisvaikeudet, jonka johdosta pelasimme yhden tutkimukseen osallistuneen nuoren kanssa tapaamisen aikana vain muutaman tehtävän.

Nuoren oli vaikea keskittyä ja löytää sanoja. Hän jäi helposti pitkäksikin aikaa kiinni yhden oikean sanan löytämiseen ja ajatuksien kasaamiseen. Ehdimme tekemään kaksi tehtävää tunnin aikana. Nuori kertoi, kuinka oli tehnyt samankaltaisia arvo ja vahvuus -tehtäviä eri nuorisotoiminnoissa, silti tehtävien tekeminen tuntui hänestä todella vaikealta. Keskustelimme yhdessä siitä, miten hän hyödyntää vahvuuksiaan ja miten hän kokee ydinarvojen näkyvän tällä hetkellä elämässä.

Haasteeksi pelin toimivuudessa muodostui myös taustaltaan monikulttuurisen nuoren kohdalla tehtävissä käytetty suomen kieli. Havaintojeni mukaan suomea äidinkielenään puhuvat nuoret eivät kuitenkaan kokeneet tehtävissä käytettyjä sanoja ja ilmaisumuotoja vaikeaksi ymmärtää. Jotta peli palvelisi entistä tehokkaammin kaikkia uravalmennukseen osallistuvia nuoria, näkisin pelin tehtävien kääntämisen useammalla kielellä suotavaksi.

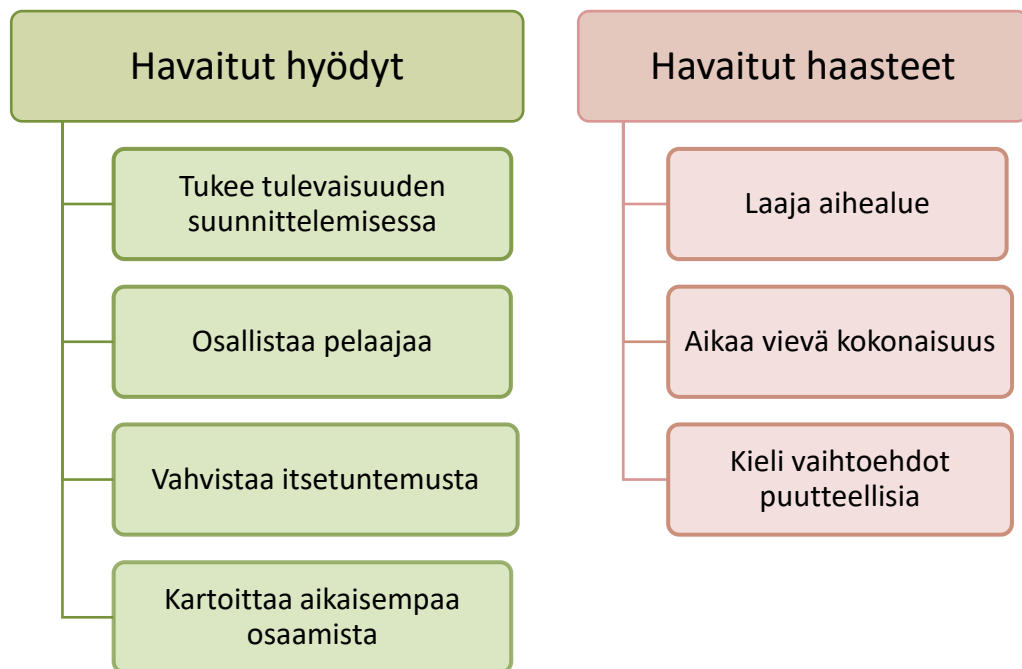
Äidinkielenään ei suomea puhuvalle -nuorelle pelissä käytettyjen sanojen määrittelyjen ymmärtäminen tuotti haasteita. Käytimme haastavimmissa sanoissa apuna kääntäjää, joka toimi ok. Koska kyseessä oli työharjoitteluni kautta tuttu nuori, koin välillemme muodostuneen kielellisistä haasteista huolimatta hyvän ja mutkattoman yhteisen kommunikaation. Kielen johdosta pelin pelaamiselle olisi kuitenkin ollut hyvä varata enemmän aikaa. Ajan puutteen vuoksi yksi tehtävistä jäi kokonaan tekemättä.

Viidestä tutkimukseen osallistuneesta nuoresta neljä oli minulle tuttuja aikaisemman Vamos Urapalveluissa suoritettuna työharjoittelun kautta. Yhden nuorista tapasin ensimmäisen kerran vasta tutkimuksen yhteydessä. Havaintoihin perustuen tämä ei kuitenkaan vaikuttanut merkittävästi tutkimukseen. Jokainen osallistuneista nuorista suhtautui hyvin avoimesti ja vastaanottavaisesti pelille ja sen kautta syvemmälle itsetutkiskelulle. Yhtenevästi kaikki nuoret olivat valmiita jakamaan pelin yhteydessä hyvin henkilökohtaisia unelmia ja epävarmuuksia, huolimatta siitä, olinko nuorelle entuudestaan tuntematon.

Havaintoihin perustuen pelillisuus oli luonteva osuus uravalmennusta. Jokaisella tapaamisella nuoret olivat yhtenevästi pelille avoimia ja kiinnostuneita sekä hyvin keskustelevia. Valmentajana pelillisuus mahdollisti nuoreen syvemmän tutustumisen ja osaamisen kartoittamisen. Pelin avulla oli mahdollista täsmentää nuoren ajatuksia sekä toiveita tulevaisuudesta, jonka avulla valmentaja voi tukea nuorta sopivan työn ja ammatinvalinnan löytämisessä. Digitaalinen peli osallistaa aktiivisesti pelaajaa pohtimaan oman elämän tavoitteita, suuntia ja mahdollisuuksia.

Digitaalinen peli toimi kiitettävästi jokaisella pelikerralla, eikä tietoteknisiä ongelmia ilmennyt tapaamisten yhteydessä. Havaittuna haasteena ilmeni kuitenkin pelin aihealueen laajuus, jonka johdosta pelaaminen oli aikaa vievää. Näin ollen jatkokehityksenä näkisin pelin toimivan parhaiten jaettuna pelikerrat kahteen erilliseen osaan. Pelin tehtävät toimivat yksittäisinä kokonaisuuksina, jonka johdosta peliä ei ole täysin välttämätöntä käydä läpi yhdellä kertaa. Tämä mahdollistaisi myös tehtävien entistä syvemmän tutkimisen.

Oman haasteensa digitaalisen pelin pelaamisella toivat myös pelin rajalliset kielivaihtoehdot. Jatkossa peliä olisikin toivottavaa kehittää palvelemaan entistä jouhevammin nuorisovalinnasta ja monikulttuurista kohderyhmää. Kuviossa 2 on esiteltyä pelin keskeisimmät hyödyt ja haasteet, jotka pohjautuvat haastattelun tuloksiin sekä havaintoihin peliä pelattaessa.



Kuvio 2: Pelin havaitut hyödyt ja haasteet

8.2 Palautteet

Opinnäytetyön yhteistyökumppanin Vamos Urapalveluiden antama palaute valmiista digitaalisesta pelistä oli myönteistä ja rohkaisevaa. Opinnäytetyöprosessin aikana uravalmentajat eivät olleet vielä pelanneet peliä nuorten kanssa, mutta sen uskottiin toimivan jatkossa hyvin yhtenä valmennusta tukevana työkaluna. Pelillisen elementin ja visuaalisuuden koettiin tuovan nuorille lisämotivaatiota verrattuna perinteisiin tehtävälomakkeisiin. Valmennuksen digitalisoituminen nähtiin kehityskulkuna, jossa on tärkeää olla mukana. Kuitenkin tärkeäksi koettiin myös säilyttää valmennuksessa nuoren ja valmentajan aito vuorovaikutus.

Kysyessäni arviota valmiille pelille, kerrottiin Vamos Urapalveluissa pelin olevan kokonaisuudessaan erittäin onnistunut. Esille nousivat pelin monipuoliset tehtävät ja hieno visuaalinen ilme, jonka nähtiin innostavan vastaamaan ja luomaan positiivista tunnelmaa pelihetkeen. Pelin tekstiasu koettiin kannustavana ja rohkaisevana. Kehitysideaksi muodostui ajatus yhteenvedosta, jonka nuori saisi lopuksi tehtyään kaikki pelin tehtävät. Esille nousi myös loistava ajatus seuraavasta digitaalisesta pelistä, jossa Seppo-pelialustalle luotaisiin peli työnantajille nuoren työntekijän työhyvinvoinnin tukemisesta.

Opinnäytetyön yhtenä tavoitteena oli tuottaa tietoa pelillisyyden vaikuttavuudesta yhteistyökumppanille. Vamos Urapalveluissa todettiin opinnäytetyön tuloksia voivan hyödyntää laajasti koko Vamoksen toiminnassa. Pelin nähtiin tukevan hienosti nuoren itsetuntemuksen vahvistamista ja tuovan lisäsyvyyttä valmennusprosessiin kohti nuoren toiveita ja unelmia. Vamos Urapalveluissa aiotaan jatkaa mahdollisesti myös tulevaisuudessa digitaalisten pelien kehittämistä. Toiveena olisi saada nuoret mukaan rakentamaan pelejä alusta alkaen.

8.3 Eettisyys ja luotettavuus

Otin huomioon tutkimuseettiset kysymykset läpi opinnäytetyöni. Ennen haastatteluiden aloittamista lähetin tutkimuslupaa varten anomuksen sekä haastattelukysymykset (liite 3) Diakonissalaitoksen eettiselle toimikunnalle. Haastatteluun osallistuvat saivat opinnäytetyön sisällöstä tiedotteen (liite 2) sekä tutkimusta varten suostumuksen (liite 1) allekirjoitettavaksi. Suostumuksessa käy selkeästi ilmi tutkimuksen tarkoitus ja menetelmät, osallistujien oikeudet, luvananto haastattelun äänittämiseen sekä tieto siitä, että opinnäytetyö on julkinen ja se tullaan julkaisemaan Theseuksessa.

Tutkimukseen osallistuminen oli nuorille vapaaehtoista. Osallistujien anonymiteetin turvaamiseksi, en kerännyt henkilötietoja ja haastattelut suoritettiin nimettömänä. Kirjasin jokaisen aineiston keruuta varten suorittamani valmennuksen kulun ylös, samoin kuin tekemäni havainnot nimettömistä osallistujista. Säilytän aineistoa USB-tikulla, jonka tuhoan opinnäytetyön valmistuttua. Jokainen työvaihe on läpinäkyvä. Koska kyseessä on laadullinen tutkimus, tuon työssäni selkeästi esille jokaisen osallistujan yksilöllisen kokemuksen ja tulkinnan.

Keräsin tutkimusaineistoa suoraan kohderyhmältä, joka antaa tutkimukselle inhimillisen näkökulman. Kuitenkin tässä laadullisessa tutkimuksessa täysin pitävän tiedon kerääminen oli mahdollonta, sillä osallistujat vastasivat haastattelukysymyksiin oman näkemyksensä ja kokemuksensa kautta. Haastattelussa ilmaisumuodot vastaajien kesken vaihtelivat, joka osaltaan loi haasteita tuloksien analysointiin. (Heikkilä 2014, 8.)

Tutkimuksellisiin yksilötapaamisiin osallistuneet nuoret olivat kaikki jo aikaisemmin uravalmennukseen sitoutuneita. Nuoret olivat myös aidosti motivoituneita ja halukkaita syventämään itsetuntemustaan, jotta itselleen mieluisa tulevaisuuden suunta voisi löytyä. Tämä todennäköisesti vaikutti osaltaan tutkimuksen tuloksiin, jotka voisivat olla erilaisia vähemmän motivoituneen kohderyhmän parissa. Koin kohderyhmän valinnan kuitenkin ehdottoman perusteltuna, sillä opinnäytetyöni tarkoituksena on kehittää osallistujille vapaaehtoista uravalmennusta.

9 Pohdinta

Opinnäytetyön tavoitteena oli pelillisyyden avulla tukea Vamos Urapalveluiden parissa olevia nuoria vahvuuksien tunnistamisessa sekä itsetuntemuksen syventämisessä. Opinnäytetyön tavoitetta vastaamaan syntyi digitaalinen vahvuuksia laajasti ja monesta erilaisesta näkökulmasta käsittelevä hyötypeli (liite 6). Peliä pelanneet nuoret toivat yhteneväisesti esiin pelillisyyden kautta ilmenneitä myönteisiä vaikutuksia. Pelin koettiin tukevan itsetuntemuksen vahvistumisessa sekä selkeyttävän ajatuksia. Tehtävien avulla nuoret kokivat mahdolliseksi tulevaisuuden tavoitteiden hahmottamisen ja suuntaviivojen löytämisen.

Opinnäytetyön toisena tarkoituksena oli tuottaa Vamos Urapalveluille tietoa pelillisyyden vaikuttavuudesta. Tutkimuksen tulokset tuottivat vastauksen siihen, kuinka pelillisuus tukee nuorta henkilökohtaisten vahvuuksien tunnistamisessa ja itsetuntemuksen syventämisessä osana uravalmennusta. Tulokset olivat myönteisiä, vaikka luonnollisesti haasteitakin esiintyi. Pelin jatkokehittämisen tarpeiksi muodostuivat pelin teemojen jakaminen useampaan erilliseen valmennuskertaan sekä kielitarjonnan rikastuttaminen useammalla kielellä. Tulosten avulla Vamos Urapalveluiden toimintaa voidaan jatkossakin kehittää vastaamaan parhaalla mahdollisella tavalla kohderyhmän tarpeita.

Opinnäytetyön keskeisenä ja konkreettisenä tuloksena syntyi uusi työväline, jonka avulla on mahdollista tukea tavoitteellisesti nuorta kohti omannäköistä työ- ja opiskeluelämää. Digitaalisen pelin hyödyksi voi lukea sen mahdollistavan työskentelyn hyvin joustavasti niin etä- kuin lähivalmennuksessa. Virtuaalinen peli ei ole sidoksissa aikaan eikä sijaintiin, minkä johdosta se on muunneltavissa joustavasti monenlaiseen valmennustyöhön (Vesterinen & Mylläri 2014, 57). Monipuolisen käyttömahdollisuuden lisäksi näen kehittämistyönä valmistuneen

digitaalisen pelin lisäävän Vamos Urapalveluiden valmennukseen kerroksellisuutta ja elämyksellisyyttä.

Toimeksiantajan Vamos Urapalveluiden tiimin kautta sain arvokasta tukea ja ohjausta läpi opinnäytetyön. Toimeksiantajan kanssa kommunikointi oli vastavuoroista ja innostavaa. Sain valmiista kehittämistyöstä myönteistä palautetta. Opinnäytetyöprosessin aikana pääsin hyödyntämään monipuolisesti ammatillista osaamista työelämän kehittämisessä. Sain vapaasti innovoida, käyttää luovuutta, sekä haastaa tietoteknistä osaamistani digitaalisen pelin suunnittelemisessa.

Opinnäytetyön toiminnallisessa osiossa pääsin pelaamaan peliä viiden uravalmennuksessa olevan nuoren kanssa. Pyrin valmennuksellani syventämään pelin teemojen tutkimista, muun muassa tarkentavien kysymysten avulla. Opinnäytetyön antoisin osuus olikin osallistujien kanssa käydyt keskustelut pelin pelaamisen yhteydessä. Koin pelin syventävän hienosti tutustumista nuoreen. Vaikka kyseessä on digitaalinen peli, mahdollistaa se valmentajan ja nuoren välille aktiivisen vuorovaikutuksen. Parhaimmillaan peli toimii yhtenä työvälineenä, jonka avulla syventää nuoren ja valmentajan välistä dialogia.

En ollut aikaisemmin kehittänyt digitaalista peliä, jonka johdosta pelin toteuttaminen vei enemmän aikaa kuin olin osannut odottaa. Rajallisesta ajasta johtuen jouduin pitämään opinnäytetyön raportoinnin lopulta tiiviinä. Rajasin aihealuetta tuoden esille vain oleellimmat vaikuttajat kehittämistyön ympärillä. Aikataulussa pysyttelemisen kautta opin työn tehokasti porrastamista, tarkkaa suunnittelua ja paineensietokykyä.

Jälkeenpäin tarkastellessani opinnäytetyöprosessia kokonaisuutena, näen kehittämisen kohteeksi muodostuvan haastattelukysymysten muotoilun. Suunnittelemani haastattelurunko ei ollut käytännössä täysin toimiva, sillä useat kysymykset olivat muotoiltu liian avoimiksi, mikä teki niistä osittain vaikeasti ymmärrettäviä. Valmiit kysymykset olisivat voineet olla entistä johdonmukaisempia ja konkreettisempia, jolloin ne olisivat tuottaneet tarvittavaa tietoa aiempaa tehokkaammin itse tutkimuskysymykseen. Haastattelukysymyksissä ilmenneistä puutteista huolimatta, haastattelut olivat kokonaisuudessaan toimivia ja hyvin integroituja pelin pelaamisen yhteyteen.

Tämän lisäksi tuloksien analysoinnissa haasteeksi muodostui odotetusti moninaiset vastaus- ja ilmaisumuodot. Pelin tehtävissä peilattiin usein työ- ja koulumaailmaan, joista nuorilla oli keskenään vaihtelevasti aikaisempaa kokemusta. Jokainen tutkimukseen osallistuva vastasi tutkimuskysymyksiin yksilöllisen kokemusmaailman kautta. Ilmaisumuodot vastaajien kesken vaihtelivat runsaasti. Vastauksien moninaisuuteen olin kuitenkin varautunut jo opinnäytetyöprosessin alussa, valitsemalla laadullisen tutkimusmuodon. Laadullisen tutkimuksen tarkoituksena ei ole vastata suoraan tutkimuskysymykseen yhdellä ainoalla totuudella (Vilkkä 2021,

120). Opinnäytetyössä toisena tutkimusmenetelmä käytetty havainnointi tuki hyvin haastatteluiden tuloksia, joka osaltaan helpotti analysointia.

Koen opinnäytetyön olevan kokonaisuutena onnistunut, täyttäen sille määritetyn tarkoituksen ja tavoitteen. Aikaisemmin opinnoissa kerrytetty ammatillinen osaaminen nuorten parissa työskentelystä tuki pelin tehtävien kehittämisessä sekä myöhemmin toimiessani valmentavana osapuolena nuoren kanssa peliä pelattaessa. Kohderyhmältä saatu positiivinen palaute, antoi rohkeutta myös jatkossa lähteä kehittämään sosiaalialan palveluita entistä monipuolisemmin. Näen opinnäytetyön kautta saaneeni ennen kaikkea lisää varmuutta tavoitteelliseen ja kehitettävään työöteeseen, sekä prosessin avartaneen käsitystäni lukemattomista työn kehittämisen mahdollisuuksista.

Lähteet

Painetut

Alasuutari, P. 1994. Laadullinen tutkimus. 2. uudistettu painos. Tampere: Vastapaino.

Harviainen, J., Meriläinen, M. & Tossavainen, T. 2013. Pelikasvattajan käsikirja. Tampere: Tammerprint.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uudistettu painos. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino.

Komonen, K., Suurpää, L. & Söderlund, M. 2012. Kehittyvä nuorisotyö. Helsinki: Hakapaino

Krokfors, L., Kangas, M. & Kopisto, K. 2012. Oppiminen pelissä. Pelit, pelillisuus ja leikillisuus opetuksessa. Tampere: Vastapaino.

Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino.

Leskisenoja, E. & Sanberg, E. 2019. Positiivinen pedagogiikka ja nuorten hyvinvointi. Keuruu: Otavan kirjapaino.

Ojala, M. 2014. Positiivinen psykologia. 2. painos. Porvoo: Bookwell.

Schell, Jesse 2008. The Art of Game Design. A Book of Lenses. Burlington: Morgan Kaufmann Publishers.

Seligman, M. 2008. Aito onnellisuus. Positiivisen psykologian keinoin täyteen elämään. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino.

Ståhlberg, L. & Herlevi, M. 2017. Oman näköinen elämä. Näin teet hyvä valintoja. Jyväskylä: PS-kustannus.

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. 2.painos. Tampere: Tampereen yliopistopaino.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 5. painos. Jyväskylä: Gummerrus Kirjapaino.

Uusiautti, S. 2019. Tunnista vahvuutesi ja menesty. Helsinki: Kirjapaja.

Uusitalo-Malmivaara, L. 2014. Positiivisen psykologian voima. Jyväskylä: PS-kustannus

Uusitalo-Malmivaara, L. & Vuorinen, K. 2016. Huomaa hyvä! Näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään luonteenvahvuutensa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Verke. 2014. Nuorisotyö pelaa. Helsinki: Paintek Pihlajamäki

Vesterinen, O. & Mylläri, J. 2014. Peleistä pelillisyyteen. Oppiminen: pelit, pelillisuus ja leikillisuus opetuksessa. Tampere: Vastapaino

Vilkkä, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Tammi.

Vilka, H. 2021. Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.

Sähköiset

Diak. 2021. Tutkimus ja kehittämistyön luotettavuus. Viitattu 24.10.2021.

<https://libguides.diak.fi/c.php?g=670543&p=4760642#s-lg-box-15268726>

Diakonissalaitos. 2019. Tehdään kannattava sijoitus nuorten tulevaisuuteen. Viitattu 4.3.2022.

<https://www.hdl.fi/blog/tehdään-kannattava-sijoitus-nuorten-tulevaisuuteen/>

Heikkilä, T. 2014. Kvantitatiivinen tutkimus. Viitattu 21.10.2021. <http://www.tilastollinen-tutkimus.fi/1.TUTKIMUSTUKI/KvantitatiivinenTutkimus.pdf>

Itsenäisyyden juhluvuoden lastensäätiö. 2021. Vamos-nuortenpalvelun vaikuttavuustutkimus. Viitattu 1.3.2022. [file:///C:/Users/taime/Downloads/2021-3-vamos-nuortenpalvelun-vaikutavuustutkimus%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/taime/Downloads/2021-3-vamos-nuortenpalvelun-vaikutavuustutkimus%20(1).pdf)

Jyväskylän ammattikorkeakoulu. 2014. Pelaten terveeks? Viitattu 23.10.2021.

https://www.jamk.fi/globalassets/tutkimus-ja-kehitys--research-and-development/tki-projektien-lohkot-ja-tiedostot/pelaten-terveeks/pelaten-terveeks-raportti_lopullinen.pdf

Leikkipäivä. 2022. Leikillisyyden ja pelillisyyden hyödyntäminen sosiaalityössä. Viitattu

6.3.2022. <https://leikkipaiva.fi/painavaa-kepeyttä-asiakastyöhön-leikillisyyden-ja-pelillisyyden-hyodyntämisestä-sosiaalityössä/>

NordicEdu. 2022. Miten opetus- ja hyötypelit eroavat viihdepeleistä. Viitattu 28.1.2022.

<https://nordicedu.com/blogi/miten-opetus-ja-hyotypelit-eroavat-viihdepeleistä>

NordicEdu. 2018. Estetiikka hyötypeleissä ja pelillistämässä. Viitattu 12.3.2022. <https://nordicedu.com/blogi/estetiikka-hyotypeleissa-ja-pelillistamisessa>

Opetus- ja kulttuuriministeriö., Työ- ja elinkeinoministeriö. & Sosiaali- ja terveysministeriö. 2019. Koulutuksen ja työn ulkopuolella olevat (NEET) nuoret, katsaus tilanteeseen ja toimenpiteisiin. Viitattu 17.2.2022. [https://okm.fi/documents/1410845/4449678/Koulutuksen+ja+ty%C3%B6n+ulkopuolella+olevat+\(NEET\)+nuoret,+katsaus+tilanteeseen+ja+toimenpiteisiin/51231944-1fc0-ef0b-fc7a-afc6c975b010/Koulutuksen+ja+ty%C3%B6n+ulkopuolella+olevat+\(NEET\)+nuoret,+katsaus+tilanteeseen+ja+toimenpiteisiin.pdf](https://okm.fi/documents/1410845/4449678/Koulutuksen+ja+ty%C3%B6n+ulkopuolella+olevat+(NEET)+nuoret,+katsaus+tilanteeseen+ja+toimenpiteisiin/51231944-1fc0-ef0b-fc7a-afc6c975b010/Koulutuksen+ja+ty%C3%B6n+ulkopuolella+olevat+(NEET)+nuoret,+katsaus+tilanteeseen+ja+toimenpiteisiin.pdf)

Perhekuntoutuskeskus Lauste. 2018. Huomaa hyvä, sano se ääneen ja tallenna - kannustus vahvuuspedagogiikan keinoin. Viitattu 23.10.2021. https://lauste.fi/ajankohtaista-asiantuntija-artikkeli_vahvuuspedagogiikka/

Positive Education Oy. 2021. Positiivinen psykologia. Viitattu 23.10.2021. <https://www.positiivinenoppiminen.fi/positiivinen-psykologia/>

Ratan, Rabindra A. & Ritterfeld, U. 2009. Classifying serious games. Viitattu 28.1.2022.

https://www.researchgate.net/profile/Ute-Ritterfeld/publication/262910877_Classifying_serious_games/links/54d883df0cf25013d03e2d9b/Classifying-serious-games.pdf

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2021. Pelillisyyden hyödyntäminen sosiaalityössä. Viitattu

21.10.2021. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-edistamisen-mallit/uudista-asiakastyötä-luovasti-ja-leikkisasti/pelillisyyden-hyodyntäminen-sosiaalityössä>

Tietoarkisto. 2021. Haastattelut. Viitattu 22.10.2021. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/laadullisen-tutkimuksen-aineistot/haastattelut/>

Vamos. 2019. Vaikuttavalla valmennuksella hyvinvointia ja yhteiskunnallisia kustannusvaikutuksia - Vamoksen vuosi 2019. Viitattu 1.3.2022. <https://s3-eu-central-1.amazonaws.com/evermade-hdl/wp-content/uploads/2020/02/04081824/Vamoksen-vaikuttavuuden-vuosi-2019-002.pdf>

Vamos. 2022. Valmentava työote. Viitattu 3.3.2022. <https://www.hdl.fi/vamos/kohdaten-ja-kohdentaen/valmentava-tyoote/>

Vamos Helsinki. 2022. Vamos Helsingin toiminta. Viitattu 1.3.2022. <https://www.hdl.fi/vamos/kaupungit/helsinki/vamos-helsingin-toiminta/>

Verke. 2019. Mitä nuorisotyön tulisi tietää? Havaintoja teknologisoituvasta maailmasta. Viitattu 22.10.2021. https://www.verke.org/uploads/2021/01/07d257a7-mita-nuorisotyon-tulisi-tietaa-havaintoja-teknologisoituvasta-maailmasta-2019_verke.pdf

Kaaviot

Kaavio 1: Hyötypeli (Ratan & Ritterfeld 2009, 8.)	12
---	----

Kuvat

Kuva 1: Hyveet ja vahvuudet (Uusiautti 2019, 38-41.)	10
Kuva 2 : Opinnäytetyö aikataulu	14
Kuva 3: Mind map.....	16
Kuva 4: Näkymä digitaalisesta pelistä	17
Kuva 5: Vamos Helsinki toimitilat	19

Kuviot

Kuvio 1: Tutkimuksen pääteemat ja alateemat	23
Kuvio 2: Pelin havaitut hyödyt ja haasteet	31

Liitteet

Liite 1: Suostumus haastatteluun osallistumisesta.....	41
Liite 2: Tiedote opinnäytetyöstä tutkimukseen osallistuville	42
Liite 3: Haastattelukysymykset	43
Liite 4: Tiedonkeruulomake	44
Liite 5: Pelin osoite.....	45
Liite 6: Pelin tehtävät.....	46

Liite 1: Suostumus haastatteluun osallistumisesta

Tutkimuksen nimi: Nuoren vahvuuksien tunnistaminen pelillisyyden avulla urapalveluissa

Tutkimuksen tekijä: Eveliina Taimela

Kuvaus: Opinnäytetyö on osa Laurea ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveydenalan tutkintoa. Opinnäytetyö käsittelee nuoren vahvuuksien tukemista pelillisyyden keinoin urapalveluissa. Tutkimus koostuu digitaalisesta pelistä, havainnoinnista sekä haastattelusta. Haastattelun kysymykset koostuvat valmiiksi laadituista kysymyksistä. Haastattelut nauhoitetaan ja kaikki haastatteluaineistot hävitetään asianmukaisesti opinnäytetyön valmistuttua. Valmis opinnäytetyö julkaistaan Theseus -sivustolla.

Minulle on selvitetty yllä mainitun tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuksessa käytettävät tutkimusmenetelmät. Olen tietoinen siitä, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Olen myös tietoinen siitä, että tutkimukseen osallistuminen ei aiheuta minulle minkäänlaisia kustannuksia, henkilöllisyyteni jää vain tutkijan tietoon, minua koskevaa aineistoa käytetään vain kyseiseen tutkimukseen ja aineisto hävitetään tutkimuksen valmistuttua.

Suostun siihen, että minua haastatellaan ja havainnoidaan sekä antamiani tietoja käytetään kyseisen tutkimuksen tarpeisiin. Voin halutessani keskeyttää tutkimukseen osallistumisen milloin tahansa ilman, että minun täytyy perustella keskeyttämistä tai että se vaikuttaa asiakassuhteeseeni.

Päiväys

Tutkittavan allekirjoitus ja nimenselvennys

Liite 2: Tiedote opinnäytetyöstä tutkimukseen osallistuville

Hei Vamos urapalveluiden nuori,

Tämä opinnäytetyö on osa Laurea ammattikorkeakoulun sosionomin (AMK) -opintoja. Opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää Vamos Helsingin urapalvelua pellillisyyden avulla. Kehittämistyötä varten olen suunnitellut virtuaalisen pelin Seppo-pelialustalle. Pelin teemana ovat luontevahvuudet ja ydinarvot. Peliä pelaamalla voi saada varmuutta tai mahdollisesti uusia ajatuksia siihen minkälainen tekeminen on itselleen luontaista, missä on hyvä ja minkälaisia asioita elämässä arvostaa.

Olisikin todella hienoa ja arvokasta päästä pelaamaan peliä kanssasi, sekä kuulla ajatuksiasi pelin pelaamisesta ja sen vaikuttavuudesta. Pyytäisin opinnäytetyön tutkimuksen johdosta mahdollisuutta saada haastatella sinua pelin pelaamisen yhteydessä. Osallistumisesi pelin pelaamiseen sekä siihen liittyvään haastatteluun voi osaltaan auttaa kehittämään urapalvelua vastaamaan entistä paremmin palvelua käyttävien nuorten tarpeita.

Haastatteluvaihe nauhoitetaan tulosten raportointia varten. Nauhoitettua aineistoa sekä tekemiäni havainnoiteja pelin pelaamisesta käytetään ainoastaan tämän opinnäytetyön yhteydessä. Opinnäytetyön valmistuttua kaikki tutkimusaineisto hävitetään. Osallistujia ei voi tunnistaa valmiista raportista. Anonymiteetin turvaamiseksi, en tule keräämään henkilötietoja ja haastattelut suoritetaan nimettömänä. Tutkimus on vapaaehtoinen ja sen voi keskeyttää milloin tahansa. Tutkimus ei aiheuta osallistujalle minkäänlaisia kustannuksia. Opinnäytetyö esitellään Laurea-ammattikorkeakoulun henkilökunnalle ja opiskelijoille sekä tallennetaan Theseus-tietokantaan.

Lämmin kiitos avustasi ja kiinnostuksestasi opinnäytetyötä kohtaan.

Ystävällisin terveisin,

Eveliina Taimela, sosionomiopiskelija

eveliina.taimela@student.laurea.fi

Liite 3: Haastattelukysymykset

Vahvuuksien tunnistaminen:

- Mitkä tekijät ovat mielestäsi tärkeitä onnistuneessa ammatinvalinnassa?
- Mitkä tekijät vähentävät mielestäsi työssä tai koulussa jaksamista?
- Miten koet vahvuuksien ja arvojen tunnistamisen vaikuttavan hyvinvointiisi?
- Miten koet vahvuuksien ja arvojen tunnistamisen vaikuttavan omaan ammatti- ja uravalintaasi?

Pelin vaikutus vahvuuksien tunnistamiseen:

- Toivatko pelin harjoitukset sinulle uusia oivalluksia omista vahvuuksista ja arvoista? Jos toivat, niin minkälaisia oivalluksia?
- Miten koit pelin sisällön vahvistavan jo aikaisempaa itsetuntemusta?
- Minkälaista lisäarvoa pelillisyyys tuo mielestäsi uraohjaustapaamiseen?

Pelin toimivuuden arviointi:

- Mitkä tekijät vaikuttivat siihen, jos jokin tehtävä tuntui erityisen haastavalta?
- Mitkä tekijät vaikuttivat siihen, jos jokin tehtävä tuntui erityisen mieleiseltä?
- Minkälaisena koit pelin toimivuuden ja käyttömukavuuden?
- Tuleeko mieleesi kehitysideoita, jotta peli palvelisi entistä paremmin tarkoitustaan vahvuuksien kartoittamiseen?

Liite 4: Tiedonkeruulomake

Tutkimusmenetelmänä käytän laadullisen haastattelun lisäksi osallistuvaa havainnointia. Tutkimuksen aikana tulen havainnoimaan suunnittelemani pelin pelaamista. Tutkin sen käyttömu- kavuutta ja sujuvuutta osana urahjauksen yksilötyötä. Havainnointi tuo lisäarvoa tutkimuk- seen, sillä tarkoitukseni on pitää tutkimuksen haastatteluosuus mahdollisimman tiiviinä. Näin varmistan ohjaushetken tuntuvan luontevalta ja helposti lähestyttävältä nuorelle kohde- ryhmälleni. Koen osallistuvan havainnoinnin olevan luonteva valinta, sillä kymmenen viikon työharjoitteluni urapalvelussa on mahdollistanut luottamuksellisten suhteiden rakentamisen tutkimukseen osallistuvien nuorten parissa. Tulen kirjaamaan havainnointini ylös jokaisen oh- jauskerran jälkeen päiväkirjamuodossa. En käytä havainnoinnissa osallistujien nimiä, eikä heitä voi tunnistaa kuvauksesta. Opinnäytetyön valmistuttua hävitän huolellisesti kaiken tut- kimusaineiston.

Liite 5: Pelin osoite



VAHVUUDET
&
ARVOT

Pelin osoite: www.seppo.io
Pin code: 49D594

Liite 6: Pelin tehtävät

Tehtävä 1

Jokainen meistä on hyvä jossain. Välillä voi kuitenkin tuntua vaikealta sanoittaa omia vahvuuksi, tai huomata niitä arkisilta tuntuissa tilanteissa. Tietoisesti huomioimalla omia vahvuuksia itseluottamus ja usko omaan osaamiseen kasvaa.

Osaisitko sinä nimetä omat vahvuutesi?

Valitse alla olevasta listasta luonteenpiirteitä, jotka tuntuvat juuri sinulle omimmilta.

Reiluus. Luovuus. Vaatimattomuus.
Myötätunto. Ryhmätyötaidot. Vastuuntunto.
Sinnikkyys. Ystävällisyys. Toiveikkuus. Rehellisyys.
Sosiaalinen älykkyys. Itsesäätely. Johtajuus.
Myönteinen sisäinen puhe. Huumorintaju.
Kiitollisuus. Rohkeus. Harkitsevaisuus.
Anteeksiantavuus. Periksiantamattomuus. Kekseliäisyys.
Itsekuri. Ymmärtäväisyys. Kärsivällisyys.

Tehtävä 2

Seuraavaksi pohdi alla olevaan sarakkeeseen, kuinka voisit kertoa omista vahvuuksistasi työhaastattelussa tai pääsykokeiden haastattelussa?

Voit käyttää pohdinnan tukena joitain konkreettisia esimerkkejä siitä, minkälaisissa tilanteissa olet aikaisemmin päässyt hyödyntämään vahvuuksiasi.

Tehtävä 3 & 4

Listaa asioita, joiden tekemisestä nautit.
Huomioi asioita yleisellä tasolla – niiden ei tarvitse tällä hetkellä tuntua milteään. Listattavat asiat voivat olla arkisia kuten esimerkiksi aamun ensimmäinen kuppi kahvia, sateen jälkeinen tuoksu, kissan silittäminen tai vaikkapa lämpimän suihkun ottaminen.

Listamalla asioita joista pidät konkretisoituu se minkälaiset asiat tuovat hyvää oloa päivään ja minkälainen tekeminen tuntuu sinusta luontevalta.

Seuraavaksi täydennä alla olevat lauseet:

Viimeisin asia joka sai minut nauramaan oli _____.

Mielestäni kaunista on _____.

_____ saa minut unohtamaan ajankulun.

Kun haluan rentoutua _____.

Täydellinen vapaapäiväni sisältää _____.

Tehtävä 5, 6 & 7

Minkälaisissa asioissa haluaisit kehittää itseäsi?

Täydennä alla olevat lauseet:

Uusi taito jonka haluaisin oppia on ____.

Toivoisin olevani entistä parempi ____.

Aihe josta tahtoisin tietää lisää on ____.

Minun ja unelmieni esteenä on ____.

Seuraavaksi valitse yksi (1) täyttämistäsi lauseista. Pohdi alla olevaan sarakkeeseen mitä osaamista tai luonteenpiirrettä voisit kehittää, jotta tavoittaisit lauseessa toivotun lopputuloksen.

Usein työhaastattelussa yhtenä kysymyksenä on minkälaisia kehittämiskohteita sinulla on? Pohdi yhdessä ohjaajasi kanssa miten vastaisit tähän kysymykseen.

Tehtävä 8

Omien henkilökohtaisten ydinarvojen tunnistaminen on tärkeää, sillä niiden avulla on mahdollista löytää suunta itselleen sopivaan urapolkuun sekä oman näköiseen elämään. Välillä voi kuitenkin olla hankalaa erottaa juuri itselleen tärkeitä elämänarvoja sekä asioita joita arvostaa ympäristöstä kumpuavasta arvomaailmasta.

Käy kurkkaamassa lisää tietoa arvoista: <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/itsetuntemus-ja-itsetunto/millaisia-asioita-arvostan/>

Valitse seuraavaksi alla olevasta listasta arvoja, jotka tuntuvat juuri sinulle omimmilta.

Reiluus. Muutos. Rohkeus. Kilpailu. Vauraus. Kunnia. Nöyryys.
Hauskuus. Varmuus. Järjestelmällisyys. Saavuttaminen.
Riippumattomuus. Status. Demokratia. Moraali. Yksilöllisyys. Sitkeys.
Epäitsekkyyys. Myötätunto. Anteliaisuus. Mielenrauha. Ekologisuus.
Luovuus. Tasapaino. Hallitseminen. Leikkisyys. Perinteet

Tehtävä 9 & 10

Rajaa valitsemasi arvot viiteen (5) sinulle tärkeimpään ydinarvoon. Pohdi alla olevaan sarakkeeseen, miten nämä viisi arvoa näkyvät elämässäsi tällä hetkellä.

Jos sinusta tuntuu, etteivät kaikki ydinarvot toteudu tällä hetkellä elämässäsi voit myös pohtia minkälaisia valintoja voisit tehdä tänään sen eteen, jotta tulevaisuudessa voisit elää arvojesi mukaista elämää?

Seuraavaksi pohdi yhdessä ohjaajasi kanssa minkälaisessa työssä voisit ajatella ydinarvojesi toteutuvan? Entä minkälainen työ ei kohtaa laisinkaan arvomaailmasi kanssa?

Tehtävä 11

Oletko koskaan kiinnittänyt huomiota siihen, kuinka mielessäsi puhut itsellesi? Sisäinen ääni on merkittävä, sillä se ohjaa päivittäistä ajattelua ja toimintaa. Toisinaan oma sisäinen ääni voi estää tekemästä niitä asioita joita todella haluaisi. Joskus omaan itseen voi kohdistua kohtuuttomia vaatimuksia ja moitteita.

Omaa sisäistä ääntä voi tietoisesti pyrkiä harjoittelemaan kannustavammaksi ja armollisemmaksi. Myönteinen sisäinen puhe vahvistaa itseluottamusta, antaa rohkeutta ja auttaa näkemään mahdollisuuksia.

Pohdi alla olevaan sarakkeeseen, miltä sinun sisäinen äänesi kuulostaa. Pohdinnan tukena voit käyttää ajatusta siitä, puhuisitko läheiselle ystävällesi samoilla sanoilla kuin puhut itsellesi?

Tehtävä 12 & 13

Täydennä seuraavaksi alla olevat lauseet:

Pidän itsessäni siitä, että olen ____.
Koulussa olen/olin hyvä ____.
Olen saanut muilta kiitosta siitä, että olen ____.
Osaan erityisen hyvin ____.
Tulevaisuudessa toivon itselleni ____.
Olen kiitollinen ____.

Kirjaa viimeiseksi alla olevaan sarakkeeseen
yksi saavutus, josta olet ylpeä.
Minkälaiset asiat auttoivat sinua kohti
saavutustasi?

Tehtävä 14 & 15

Unelmoinnin avulla on mahdollista selkeyttää omia tulevaisuuden toiveita ja tavoitteita. Itselleen merkitykselliset tavoitteet auttavat jaksamaan vaikeissa tilanteissa ja luovat toivoa tulevaan.

Kirjaa alla olevaan sarakkeeseen minkälaisista asioista unelmoit kun olit lapsi? Oliko sinulla esimerkiksi haaveammattia?

Seuraavaksi täydennä alla olevat lauseet:

Haluaisin asua ____, jos voisin asua missä tahansa.

Jos mitään esteitä ei olisi, opiskelisin ____.

Unelmieni työpaikka on ____.

Unelmieni työympäristö näyttää ____ & tuntuu ____.

Unelmieni työpäivä sisältää ____.

Tehtävä 16

Kirjaa alas yksi (1) tämän hetkinen unelmasi.

Lopuksi pohdi yhdessä ohjaajasi kanssa seuraavien kysymysten avulla, kuinka unelmasta saisi tehtyä konkreettisen tavoitteen:

Mitä unelman toteuttaminen vaatisi?
Mikä auttaisi sinua saavuttamaan unelmasi?
Miltä uskot sinusta tuntuvan, kun unelma on saavutettu?