

Arvio toimintamallista: Pelaaminen sosiaalisesti vahvistavana toimintana

Peliryhmän tavoitteena on sosiaalisen toimintakyvyn ja vuorovaikutustaitojen kehittäminen pelaamisen avulla. Toimintaa on kehitetty yhdessä asiakkaiden ja ammattilaisten kanssa osallistujien peliosaamista ja kiinnostusta hyödyntäen.

Kehittäjä:

PRO SOS – uudenlaista sosiaalityötä yhdessä rakentamassa, Pääkaupunkiseudun osahanke, Espoo, Helsinki, Vantaa. Socca – Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus (ESR 1.8.2016–31.7.2019 asti). Malli on arvioitu¹ osana Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke – Sokran ja ESR TL5 -hankkeiden Osallisuuden palaset -kehittämistyötä.

Kehittäjän yhteyshenkilöt: Tytti Hytti, Socca – Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus, tytti.s.hytti(a)hus.fi; Kalle-Pekka Hietala, Steppi Vantaan kaupunki/ Sosiaalisen kuntoutuksen tiimi, kallepekka.hietala(a)vantaa.fi

Samankaltaista toimintaa on kehitetty myös

- PRO SOS Pääkaupunkiseudun osahankkeessa leikillisyyttä ja pelillisyyttä hyödyntävää matalan kynnyksen ryhmätoimintaa sosiaalityön nuorille asiakkaille, 3 kokeilua, Helsinki ja Vantaa, Socca - Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus (ESR 1.8.2016–31.7.2019)
- PRO SOS Pääkaupunkiseudun osahankkeessa, Digitaaliset hyötypelit nuorten ryhmätoiminnassa, Espoo, Socca - Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus (ESR 1.8.2016–31.7.2019)

¹ Malli on arvioitu osallisuuden osa-alueiden ja lupaavan käytännön kriteerien näkökulmista Sokran toimesta hankkeen dokumentaatiota hyödyntäen.



Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



Mallin kuvaus

Toimintamallissa pelaaminen muodostaa sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätoiminnan sisällön ja houkuttelee osallistumaan ryhmään. Ryhmätapaamisiin kuuluu pelaamista, pelillisiä ja toiminnallisia ryhmäharjoitteita sekä kahvittelua. Pelit voivat olla lauta-, kortti- tai muita pelejä, joita voi pelata ryhmässä. Ryhmäharjoitteet liittyvät eri teemoihin kuten mielenterveyteen. Pelaamisen ohessa syntyvä keskustelu on yksi tavoitteellisen sosiaalityön pyrkimyksistä, ja pelit, harjoitteet sekä keskustelu on suunniteltu tukemaan toisiaan. Pelit ja pelillisuus helpottavat tutustumista ja keskustelemista esimerkiksi arvoista, tunteista, vuorovaikutustavoista ja -tyyleistä. Ryhmän tarkoituksena on edistää sosiaalista toimintakykyä ja vahvistaa vuorovaikutustaitoja. Toiminta on voimavarakeskeistä. Peleistä paljon tietävän asiakkaan osaaminen tulee ryhmässä arvostaen tunnustetuksi.

Peli sosiaalisena ympäristönä

Peli luo oman sosiaalisen ympäristönsä, jossa on eri säännöt kuin arkielämässä. Jokin fyysinen pelillinen elementti, kuten noppa, kortit tai lautapeli, etäännyttävät keskustelijaa omasta itsestä, jolloin hänen on helpompi kertoa omista asioistaan. Pelatessa asiakas voi ottaa pelihahmon tai pelinappulan roolin ja kertoa asioita sen kautta eikä omana itsenään. Lisäksi yhteisen pelin pelaaminen mahdollistaa yhteisestä aiheesta puhumisen. Pelissä on oma rytminsä, mikä helpottaa keskustelun kuuntelemista. Keskustelussa ei eksytä aiheesta yhtä helposti, kun pelaaminen rytmittää keskustelua. Kaikkien osallistujien kohdalla palataan esiin nousseisiin aiheisiin. Tavallisemmissa ryhmäkeskusteluissa aktiivisemmat osallistujat ovat helposti eniten äänessä ja muut ovat hiljaa. Ryhmässä pelatessa kaikki saavat automaattisesti vuoron puhua ilman, että puheenvuoroa pitää erikseen pyytää.

Peliryhmään tulo ja ohjautuminen

Peliryhmän Sosiaalihuollon omatyöntekijät ohjaavat peliryhmän toimintaan asiakkaita, joita pelaaminen ja peliryhmä voisivat kiinnostaa. Omatyöntekijöillä on tärkeä rooli asiakkaiden motivoinnissa ja ohjauksessa palveluun.

Pelillisiin ja toiminnallisiin ryhmäharjoitteisiin voidaan käyttää Suomen Mielenterveysseuran [Mielenterveys voimaksi –kirjan \(2015\)](#) harjoitteita

Kohderyhmä

Peliryhmän osallistujiksi sopivat pelaamisesta kiinnostuneet sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaat, joilla on haasteita sosiaaliin tilanteisiin liittyen tai kodista ulos lähtemisessä esimerkiksi masennuksen takia. Toimintaa ohjaavien työntekijöiden olisi hyvä tuntea pelejä jonkun verran, jotta pelaamiseen valikoituu kaikille ryhmäläisille sopivia pelejä. Lisäksi



Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



ryhmässä voi olla mukana kokemusasajia, jotka toimivat sekä peliasiantuntijoina että vertaistukena asiakkaille.

Toiminta on yhteiskehitetty pelaamisesta kiinnostuneiden asiakkaiden kanssa

Peliryhmän malli on luotu yhteiskehittämällä asiakkaiden ja ammattilaisten kesken sosiaalisen kuntoutuksen tiimissä, jossa oli mukana 19–30-vuotiaita. Sosiaalisen kuntoutuksen ryhmässä oli mukana myös asiakas, jolla oli aiempaa kokemusta vastaavasta ryhmästä toisesta kaupungista. Hänellä oli suuri rooli ryhmän suunnittelussa. Mukana kehittämistyössä on ollut myös pelien ja pelaamisen kokemusasaja.

Pelaaminen helpottaa asiakkaiden ja ammattilaisten vuorovaikutusta

Peliryhmässä voi olla osallistujia, jotka eivät lähtökohtaisesti ota lainkaan osaa keskusteluun ja siksi varsinkin toiminnan alussa kannattaa valita sellaisia pelejä ja harjoitteita, joissa ei ole pakko puhua – tämä helpottaa paikalle tulemistä ja toimintaan osallistumista, joka voi olla jo itsessään iso asia. On tärkeää, että peleissä ei ole ketään syrjiviä elementtejä eikä niistä tule osallistujille epämukavaa oloa.

Pelatessa kaikki ryhmän osallistujat saavat halutessaan oman vuoron puhua, mikä madaltaa kynnystä ottaa osaa keskusteluun. Samalla saadaan harjoiteltua oman vuoron odottamista ja muiden huomioimista ryhmässä. Tämä helpottaa myös ohjaajan työtä, sillä ryhmätilanteissa voi olla haastavaa saada kaikki mukaan keskusteluun.

Keskustelun syvällisyyteen on hyvä kiinnittää huomiota. Toisaalta pitäisi päästä keskustelemaan vaikeista arjen kysymyksistä ja esimerkiksi mielenterveyden kysymyksistä, mutta toisaalta sosiaalisen kuntoutuksen ryhmässä ei ole tarkoitus mennä terapiakeskustelun tasolle. On myös tärkeää, että ohjaaja pystyy huomioimaan ryhmäläisten erilaiset ominaisuudet ja sen, että monelle osallistujalle vuorovaikutus voi olla haastavaa ja esimerkiksi vetäytyminen voi olla yleistä.

Ryhmätapaamisten välillä asiakkaisiin ollaan tiiviisti yhteydessä kannustaen heitä mukaan toimintaan. Ennen jokaista kertaa asiakkaille lähetetään muistutustekstiviesti ja ryhmätapaamisen yhteydessä asiakkaille annetaan paljon myönteistä palautetta: on tärkeää saada osallistujille tervetullut olo ja kokemus siitä, että he ovat tärkeitä ryhmän jäseniä. Ryhmän on hyvä kokoontua paikassa, jonne asiakkaiden on helppo tulla. Pelaamisen lisäksi ruokatarjoilu toiminnan ohessa motivoi asiakkaita lähtemään mukaan.



Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



On hyvä miettiä, miten ryhmäläisten keskinäistä yhteydenpitoa voidaan tukea ryhmätoiminnan ulkopuolella ja sen jälkeen, jos osallistujat ovat ilmaisseet halunsa olla yhteydessä toisiinsa ryhmän jälkeen. Tämä olisi tärkeää ryhmäläisille, joille vuorovaikutus voi olla haastavaa ja joille kodista ulos lähteminen voi tuntua vaikealta.

Mallin arviointi

Osallisuuden toteutuminen mallissa

Toiminta sopii asiakkaille, joilla voi olla suuri kynnys ryhmätoimintaan osallistumiseen. Toimintaan voi osallistua satunnaisesti ja aluksi vain sivustakatsojana. Osallistujat voivat olla tekemisissä muiden ryhmäläisten kanssa muillakin tavoilla kuin keskustelemalla. Ryhmässä käytetään varsinkin aluksi pelejä ja harjoitteita, joissa ei ole pakko puhua, niin että paikalle uskalletaan tulla ja toimintaan pääsee osallistumaan, vaikka ei osallistuisi keskusteluun.

Toiminnassa kahvittelu on tärkeää, sillä se houkuttelee mukaan yhtäältä joidenkin heikon rahatilanteen takia ja toisaalta siksi, että monet syövät yksin. Kahvittelu voi tuntua helpommalta tavalta olla vuorovaikutuksessa muiden kanssa kuin kokoontua pelkästään keskusteluryhmään.

Ryhmään osallistuja saa olla toimija ja hänen asiantuntemuksensa otetaan huomioon toiminnassa. Asiakkaat saavat esimerkiksi tapaamiskerroilla valita ohjaajien tuomista peleistä sen, jota pelattaisiin sillä kerralla. Jo tämä voi olla merkittäväkin osallisuutta edistävä seikka asiakkaalle, jolle ryhmään osallistuminen voi olla haastavaa. Asiakas saattaa myös tietää peleistä enemmän kuin ryhmän ohjaaja, jolloin asiantuntijan rooli ei ole vain ammatillisella.

Toimintaa muotoillaan yhdessä asiakkaiden kanssa. Toimintaa kehittäneessä hankkeessa aloite peliryhmälle tuli asiakkailta, joilta oli kerätty kyselyllä toivomuksia toiminnan suhteen. Ryhmän asiakkaiksi valikoitui pelaamisesta pitäviä tai siitä kiinnostuneita, ja toimintaa kehitettiin heidän kanssaan. Kun ryhmän toiminnan lähtökohtana ovat osallistujien kiinnostuksen kohteet, se tarjoaa mahdollisuuden hyvälle kohtaamiselle ja osallistujien vertaistuelle.

Ryhmässä mukana olevilla kokemusosaajilla voi olla merkittävä rooli ryhmässä peliasiantuntijoina ja vertaistukena asiakkaille. Monet asiakkaat kokivat kokemusosaajan läsnäolon tapaamisessa tärkeäksi ja kaipasivat tätä niillä kerroilla, jolloin tämä ei osallistunut tapaamisiin.



Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



Toimintamalli lupaavana käytäntönä

Toiminnan suunnittelussa on hyödynnetty olemassa olevaa tutkimustietoa, jonka mukaan palveluissa tulisi hyödyntää enemmän vertaistukea ja ryhmätoimintaa. Tutkimus myös osoittaa, että toiminnallisuudella pystytään saamaan hiljaisemmatkin ryhmän jäsenet mukaan keskusteluun. Näyttöä on lisäksi siitä, että paljon pelaavia nuoria miehiä voi saada mukaan peliryhmään helpommin kuin ryhmään, jossa vain keskustellaan. Nuoria miehiä on usein vaikeampi saada mukaan ryhmätoimintaan kuin samanikäisiä naisia.

Pelejä on käytetty ennenkin sosiaalisen kuntoutuksen ryhmissä. Tässä uutta on pelaaminen toiminnan keskiössä – ei vain osana muuta toimintaa. Ryhmässä ei vain pelata pelejä vaan myös mietitään sitä, miten menetelmä sanoitetaan, mitä pitää ottaa huomioon pelien valitsemisessa sekä itse pelaamisessa kohderyhmän tarpeet huomioiden.

Toiminnassa esimerkiksi huomattiin, että muutaman henkilön ryhmässä ei pystytä käsittelemään teemoja niin laajasti kuin vähän isommalla ryhmäkoolla. Toisaalta pienemmässä ryhmässä osallistujat saavat yksilöllisempää ohjausta ja tukea.

Sosiaalialan ammattilaisille järjestetyssä työpajassa, jossa teemana oli lautapeliin hyödyntäminen tavoitteellisessa sosiaalityössä, työntekijät näkivät, että he voisivat olla kiinnostuneita hyödyntämään lautapelejä esimerkiksi henkilöiden kanssa, joille sosiaaliset tilanteet voivat olla hankalia ja jotka kaipaavat tukea vuorovaikutukseen, sekä työtoiminnan asiakkaiden kanssa osana työtoiminnan elintapaohjausta. Pelaamisen hyötyinä nähtiin muun muassa voimaantuminen, keskusteluyhteyden nopeampi luonti sekä asiakaslähtöisempi työskentely, jos pelaaminen on tärkeä osa asiakkaan elämää.

Toiminta on helposti levitettävissä, sillä sitä voi muokata erilaisten kohderyhmien tarpeiden mukaan ja pelaamista voi harrastaa erilaisissa tiloissa.

Ohjaajat voivat miettiä, miten pelejä voisi muokata niin, että pelaamiseen voi osallistua, vaikka ei haluaisi puhua. Pelejä voisi hyödyntää myös yksilötyöskentelyssä vapautuneemman ilmapiirin luomiseksi. Ohjaajien mielestä erityisesti Metropolia-ammattikorkeakoulun Kepeli-hankkeen kortit ja muut voimavarakortit voisivat toimia hyvin yksilötapaamisissa.

[Mieltymysmittari-pelin kortit](#)

[Kepeli-harjoitekirja](#)



Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



Samankaltaista toimintaa on kehitetty eri nuorten ryhmissä pääkaupunkiseudulla

PRO SOS -hankkeessa on pilotoitu ryhmiä, joissa on pelaamisen ohella tarkoitus päästä keskustelemaan helpommin nuorten kanssa. Tästä on kolme kokeilua:

Helsingissä Rukkilan asumisyhteisössä pitkäaikaisasunnottomien nuorten kanssa, Helsingissä eteläisellä sosiaaliasemalla vaikeasti palveluihin kiinnittyvien nuorten kanssa, sekä Vantaan sosiaalisen kuntoutuksen Steppi-tiimin peliryhmässä pelaamisesta kiinnostuneiden nuorten kanssa.

Kokeilujen kautta huomattiin, että kun matalan kynnyksen toimintaa muokattiin pelillisyyden ja leikillisyyden avulla, osallistuminen ja yhteisöllisyys ryhmissä kehittivät. Vuorovaikutus helpottui nuorten välillä, nuoren ja ammattilaisen välillä sekä ammattilaisten välillä. Nuoret on pyritty tavoittamaan ja samaan osallistujiksi ryhmiin muokkaamalla toimintaa ja ammattilaisten roolia vähemmän virallisiksi ja järjestelmälähtöisiksi.

Pelitoiminta järjestettiin ryhmässä niin, että osallistujat saivat halutessaan olla hiljaa, varsinkin ensimmäisillä tapaamiskerroilla. Toisaalta toiminnassa mahdollistettiin nuorten osallistuminen ryhmän toiminnan suunnitteluun sekä käytännön toteutukseen heidän omien voimavarojensa mukaan. Tämä vahvistaa nuorelle kuvaa itsestä ryhmän jäsenenä ja aktiivisena toimijana eikä pelkkänä asiakkaana. Ideaalitulanteessa ryhmässä tehtävät asiat olisivat sellaisia, joissa nuorille mahdollistuisi esimerkiksi oman harrastuneisuutensa myötä ottaa asiantuntijan rooli suhteessa ryhmän ammattilaisiin. Pelaaminen on yksi tällainen tekemisen muoto.

Sosiaalialan ammattilaisen ei tarvitse välttämättä erottua joukosta viranomaisena, vaan aikuisena, joilla on erityisosaamista tietyistä asioista. Titteliä jättäminen sivuun voi helpottaa luottamuksen rakentumista nuoren kanssa.

PRO SOS -hankkeessa digitaalisia hyötypelejä kokeiltiin Espoon aikuissosiaalityössä nuorten aikuisten yhteiskehittämissyhmässä. Nuorten antaman palautteen seurauksena hyötypelejä alettiin hyödyntää säännöllisesti avoimessa ryhmätoiminnassa. Ryhmissä käsiteltiin esimerkiksi terveyttä, talouden hallintaa, opiskelua ja työelämää sekä vapaa-aikaa digitaalisia hyötypelejä pelaten. Hyötypelejä voidaan käyttää tavoitteen saavuttamiseksi, kuten oppimisen tueksi, kunnon parantamiseksi tai asenteen muuttamiseksi. Ryhmässä kokeiltiin muun muassa elämänhallinnan avuksi kehitettyä Elämän eväslaatikko -peliä, ja Suomen Mielenterveys ry:n Mielen Saaret -peliä, jossa harjoitellaan kanssakäymisen taitoja. Ryhmässä tutustuttiin myös mobiilisovelluksiin, joiden tavoitteena on edistää terveyttä ja hyvinvointia. Samalla pohdittiin, miten sovelluksia voisi hyödyntää omassa elämässä.



Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



Nuorten ja ammattilaisten antaman palautteen mukaan peliin on helppo osallistua ja pelatessa syntyy hyviä keskusteluja. Ammatillaiset kokevat, että asiakkaan on helpompi lähestyä heitä, koska pelin aikana syntyy luonteva suhde ammattilaisen ja asiakkaan välille. Keskusteluiden lomassa työntekijät pystyvät kertomaan erilaisista palveluista, kuten oppisopimuspaikoista ja niihin hakemisesta. Pelaaminen laajentaa ammattilaisen keskustelumahdollisuuksia asiakkaan kanssa. Ammatillaiset kokivat uudet avaukset voimaannuttavina.

Ammattilaisen on suotavaa heittäytyä peliin mukaan pelaajana muiden joukossa ja jättää työntekijän rooli sivuun. Työntekijällä on kuitenkin vastuu pelin ja keskustelun ohjaamisesta. Pelatessa on tärkeää huomioida kaikki osallistujat ja yrittää saada jokainen mukaan omalla tavallaan. Ammatillaisen on hyvä varmistaa etukäteen pelien soveltuvuus ryhmään sekä tarkistaa, että pelit toimivat niillä laitteilla, joilla niitä aiotaan pelata. Joskus peleissä ilmaantuu teknisiä ongelmia tai niissä on kysymyksiä, jotka voivat herättää ryhmässä hämmennystä. Ohjaajan on hyvä miettiä etukäteen, miten tällaisissa tilanteissa toimitaan, jotta kenellekään ei tule ryhmässä epämukava olo.

Sosiaalialalle on kehitetty monia ei-digitaalisia hyötypelejä, kuten PRO SOS -hankkeessa kehitetty Elämän värit -lautapeli, jossa käsitellään esimerkiksi sosiaalisia suhteita. Peli soveltuu tutustumiseen ja keskustelun avaamiseen vaikeampienkin aiheiden äärellä, kun pelin kautta voidaan etäännyttää pelaajan persoona aiheesta. Samalla harjoitellaan suomen kieltä. Pelin avulla teemat valikoituvat keskusteluun neutraalisti. Pelaaja voi itse päättää kuinka paljon hän on valmis jakamaan.

Lopuksi

Pelien hyödyntäminen sosiaalisessa kuntoutuksessa helpottaa sekä asiakkaiden että ryhmää ohjaavien ammattilaisten työskentelyä. Pelaamisen avulla saadaan vahvistettua asiakassuhteita ja yhteisöllisyyttä sekä helpotetaan keskustelun avaamista.

PRO SOS Pääkaupunkiseudun osahanke päättyy heinäkuussa 2019. Peliryhmän idea on kehitetty Vantaan aikuissosiaalityön sosiaalisen kuntoutuksen tiimissä, Stepissä, joka on yksi osahankkeen kehittäjätiimeistä. Kokeilu on ollut hyvä ja se on pohjana uusien sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätoimintojen suunnittelulle.



Kestävä kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020

