

Opinnäytetyö AMK

Toimintaterapeuttikoulutus

NTOIMS14

2017

Ella Isaksson & Jonna Kiikola

WCPA TUTUKSI

– Weekly Calendar Planning Activity -
arviointimenetelmän jalkauttaminen
toimintaterapeuttien työvälineeksi

Ella Isaksson & Jonna Kiikola

WCPA TUTUKSI

- Weekly Calendar Planning Activity -arviointimenetelmän jalkauttaminen toimintaterapeuttien työvälineeksi

Käsitteenä toiminnanohjaus (executive function) on monimuotoinen ja käsittää useita eri toimintoja esimerkiksi suunnittelu, muisti ja abstrakti ajattelu, jotka tukevat tavoitteellista toimintaa. Toiminnanohjauksen merkitys tulee esiin erityisesti uusissa, poikkeuksellisissa ja monimutkaisissa tilanteissa, sekä tilanteissa, joissa tulee sulkea pois ympärillä olevat häiriötekijät. Tällöin toiminnanohjaus mahdollistaa toiminnan suunnittelun, aloittamisen ja ylläpitämisen, niin että tehtävä saadaan suoritetuksi. Toiminnanohjauksesta ollaan yhä enemmän kiinnostuneita erityisesti toimintaterapian alalla, koska toiminnanohjaus on vahvasti yhteydessä henkilön toimintakykyyn ja arjesta suoriutumiseen. Tällä hetkellä toiminnanohjauksen arviointiin on käytössä vähäisesti nykyaikaisia ja standardoituja arviointimenetelmiä.

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena oli jalkauttaa Weekly Calendar Planning Activity –arviointimenetelmää neurologisella kentällä. Joan Toglian kehittämä menetelmä on julkaistu vuonna 2015 eikä siitä ole vielä tehty suomenkielistä versiota ja on tämän takia vielä heikosti tunnettu Suomessa. Menetelmää jalkautettiin tekemällä suomenkielinen ohjekirja, joka sisältää tärkeimmät ohjeistukset menetelmän käyttöönottoa varten. Lisäksi suomennettiin testin tekemisen kannalta oleelliset lomakkeet. Arviointimenetelmän käyttökokemusten keräämiseksi tehtiin yhteistyötä toimintaterapeuttien kanssa. Lisäksi WCPA –arviointimenetelmää käytiin esittelemässä eri organisaatioissa, joissa työskentelee useita toimintaterapeutteja. Menetelmä herätti kiinnostusta ja sitä esiteltiin suunniteltua useammassa organisaatiossa. Menetelmän vakiinnuttaminen käyttöön vaatii lisätyötä, mutta tämän opinnäytetyön avulla WCPA tuli tunnetummaksi.

ASIASANAT:

toiminnanohjaus, arviointimenetelmä, toimintaterapia, Weekly Calendar Planning Activity, WCPA

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Occupational Therapy

2017 | 28 + 3 appendixes

Ella Isaksson & Jonna Kiikola

GETTING TO KNOW WCPA

- The implementation of the Weekly Calendar Planning Activity -assessment method as a tool for occupational therapists

As a term executive function is diverse and includes several functions like planning, memory and abstract thinking that support goal-directed action. Executive function is highlighted in novel, exceptional and complex situations and in situations where distractions need to be ignored. This is when executive function enables planning, initiation and maintaining action. Because executive function is strongly related to one's occupational performance and managing daily life, occupational therapists are increasingly interested in EF. Currently there is not many modern and standardized methods to assess executive function.

Aim of this practice-based thesis was to implement the Weekly Calendar Planning Activity -assessment method in neurological field. Method developed by Joan Toglia was published in 2015 and it has not been officially translated into Finnish and is therefore still poorly known in Finland. The assessment method was implemented by making guidebook in Finnish, which includes main instructions how to use WCPA. In addition, most essential forms of the test were translated into Finnish to facilitate the use of the method. During this thesis there was collaboration with occupational therapists to collect user's experience about WCPA. Additionally, the WCPA was presented in different organizations where several occupational therapists work. Assessment method aroused interest and it was presented to more people than originally planned. To embed assessment method requires more work but with the help of this thesis WCPA became better known.

KEYWORDS:

executive function, assessment method, occupational therapy, Weekly Calendar Planning Activity, WCPA

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS	7
3 TOIMINNANOHJAUS	9
3.1 Toiminnanohjauksen haasteet	9
3.2 Toiminnanohjauksen arviointi	10
3.3 Toiminnanohjauksen kuntoutus	11
4 WCPA-ARVIOINTIMENETELMÄ	13
4.1 WCPA-arviointimenetelmän kehittäjä Joan Toglia	13
4.2 WCPA-arviointimenetelmästä	13
4.3 WCPA-arviointimenetelmän käyttö	14
5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	17
5.1 Toiminnallinen opinnäytetyö	17
5.2 Opinnäytetyön toteutuksen vaiheet	18
6 OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEIDEN TOTEUTUMINEN	23
7 POHDINTA	24
7.1 Luotettavuus	25
7.2 Eettisyys	26
LÄHTEET	27

LIITTEET

- Liite 1. WCPA tutuksi
- Liite 2. Kysymykset toimintaterapeuteille
- Liite 3. Suomenosluvan kysyminen

KUVAT

Kuva 1. Tason 1 tapaamisten merkitsemistyyli	14
Kuva 2. Tason 2 tapaamisten merkitsemistyyli	14
Kuva 3. Tason 3 tapaamisten merkitsemistyyli	14
Kuva 4. Esimerkki asiakkaan täyttämästä viikkokalenterista	15

KUVIOT

Kuvio 1. Lewinin tutkimuksellisen kehittämistyöprosessin spiraalimalli	18
Kuvio 2. Opinnäytetyön ajankäyttösuunnitelma	19

1 JOHDANTO

Toiminnanohjaus on vahvasti yhteydessä henkilön toimintakykyyn ja arjesta selviytymiseen. Toimintakyky määritellään koostuvan useista eri osa-alueista, joista yksi on kognitiivinen toimintakyky, jonka alakäsitteisiin toiminnanohjaus sisältyy (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2016). Itsenäisen arjen mahdollistamiseksi toiminnanohjauksen arviointi ja sen kuntoutus ovat erittäin tärkeitä. Toiminnanohjauksen arviointi antaa tietoa asiakkaan toiminnallisesta suoriutumisesta etenkin uusissa ja haasteellisissa tilanteissa, joita tulee vastaan esimerkiksi työelämässä. Tällä hetkellä standardoitujen arviointimenetelmien käyttö toiminnanohjauksen arvioinnissa on vielä puutteellista ja vähäistä. (Poulin 2013, 3–4; Baum ym. 2008, 447.) Standardoitu menetelmä antaa tuloksia, joita voidaan verrata viitearvoihin ja näin saada tarkempaa tietoa haasteiden laajuudesta.

Toiminnanohjauksesta ollaan kiinnostuneita ja aiheesta kaivataan lisätietoa sekä tarkempia tutkimuksia. Tämänhetkinen tutkittu tieto on vielä suppeaa ja pinnallista, joka on vaikuttanut myös opinnäytetyön lähdeaineistoon. Lisäksi toiminnanohjaus käsitteen määritelmästä on useita eri variaatioita, jotka hankaloittavat käsitteen ymmärtämistä. Opinnäytetyössä on pyritty löytämään selkeä ja useita lähteitä yhdistävä määritelmä toiminnanohjaukselle. Lähdetietoa on pyritty löytämään uusista ja luotettavista lähteistä ja lähteitä on tarkasteltu kriittisesti. On kuitenkin jouduttu käyttämään myös vanhempia lähteitä, joiden luotettavuutta on pohdittu tämän raportin lopussa.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on jalkauttaa vuonna 2015 julkaistua Weekly Calendar Planning Activity -arviointimenetelmää, joka on kehitetty arvioimaan toiminnanohjausta. Tavoitteena on tuoda esiin menetelmää ja sen käytettävyyttä toimintaterapian alalla toiminnallisen opinnäytetyön keinoin. Opinnäytetyöprosessin aikana tarkoituksena on koota valmis suomenkielinen paketti menetelmän käyttämiseen.

Tässä raportissa kerrotaan ensimmäiseksi opinnäytetyön tarkoituksesta ja sen lähtökohdista, jonka jälkeen käsitellään opinnäytetyön aiheen kannalta oleellista teoretietoa. Opinnäytetyön toteutus kappaleessa kerrotaan toiminnallisen opinnäytetyön teoriaa sekä opinnäytetyöprosessin toteutuksesta sykleittäin. Lopussa pohditaan tavoitteiden toteutumista, arvioidaan kriittisesti opinnäytetyön onnistumista sekä sen luotettavuutta ja eettisyyttä.

2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on jalkauttaa WCPA-arviointimenetelmää neurologisella kentällä. Toimeksianto opinnäytetyöhön tuli Turun ammattikorkeakoulun toimintaterapian lehtori Tuija Suominen-Rombergilta. Toimeksiantajan toiveena on saada tarkempaa tietoa uudesta arviointimenetelmästä ja sen käytöstä. Tällä hetkellä neurologisella kentällä on huonosti käytössä toiminnanohjauksen arviointimenetelmiä, jotka olisivat helppoja ja nopeita toteuttaa sekä soveltuisivat nykyaikaan. Nyt toiminnanohjausta arvioidaan pitkälti vain havainnoimalla. WCPA keskittyy erityisesti toiminnanohjauksen tarkkailuun eri näkökulmista, toisin kuin muut useasti käytetyt menetelmät, joissa tarkastellaan monia kognition osa-alueita. Usein toiminnanohjaus saatetaan sekoittaa muihin kognitiivisiin haasteisiin tai käytöshäiriöihin, mutta WCPA:n avulla on mahdollista vähentää näitä väärinymmärryksiä. (Toglia 2015, 4.) Tämän takia toisena toimeksiantajan toiveena oli menetelmän jalkauttaminen toimintaterapian kentälle.

Opinnäytetyön päätavoitteeksi asetettiin menetelmän tuominen Turun alueen toimintaterapeuttien ja alan opiskelijoiden tietoisuuteen sekä menetelmän käytön lisääminen kyseisellä alueella. Opinnäytetyön avulla he saavat käyttöönsä uuden ja toimivan menetelmän, jota hyödyntää toiminnanohjauksen arvioinnissa ja terapian suunnittelussa. Opinnäytetyö on osa pidemmän aikavälin tavoitetta ja yksi edistävä tekijä tavoitteen saavuttamiseksi. Pitkän aikavälin tavoitteena on korostaa toiminnanohjauksen arvioinnin tärkeyttä toimintaterapiassa. Tieto toiminnanohjauksesta ja sen häiriöistä tulisi toimintaterapeuttien yleiseen tietoon ja sen arviointiin sekä kuntouttamiseen käytettäisiin enemmän resursseja.

Opinnäytetyön alussa luotiin osatavoitteet päätavoitteen saavuttamiseksi. Osatavoitteena on koota ohjekirja ja suomentaa arviointimenetelmän toteuttamisen kannalta tärkeimmät lomakkeet, joiden avulla menetelmän käyttöönotto helpottuu. Ohjekirjan tulee olla selkeä, visuaalisesti miellyttävä, suomenkielinen ja helppolukuinen, jotta se vastaa tarkoitusta. Lisäksi ohjekirjan tulee olla kaikkien saavutettavissa ja helposti jaettavissa eteenpäin. Opinnäytetyön tavoitteen saavuttamiseksi on myös tarkoituksena tehdä yhteistyötä yksityisten toimintaterapeuttien kanssa käyttökokemusten keräämiseksi. Näitä kokemuksia menetelmän käytöstä voidaan myöhemmin jakaa muille toimintaterapeuteille. Ohjekirjan koontin, lomakkeiden suomennoksen ja käyttökoke-

musten keräämisen jälkeen tarkoituksena on esitellä menetelmää ja sen käyttöä erilaisissa organisaatioissa.

3 TOIMINNANOHJAUS

Aivojen etuotsalohkojen vaurioita tutkittaessa on huomattu niillä olevan vaikutusta käyttäytymiseen ja toimintaan. Tutkimuksien pohjalta on syntynyt ajatus korkeammasta toimintaa säätelevästä järjestelmästä, jota on alettu kutsua toiminnanohjaukseksi. (Jehkonen ym. 2015, 73–74.) Aivojen etuotsalohkojen lisäksi toiminnanohjaus täydentää toimintaansa useista aivojen alueista (Mueller ym. 2013, 1051). Käsitteenä toiminnanohjaus (executive function) on monimuotoinen ja siitä on useita eri määritelmiä (Jehkonen ym. 2015, 73). Yleisen käsityksen mukaan toiminnanohjaus koostuu viidestä pääkomponentista; aloittaminen, itsehillintä, työmuisti, kognitiivinen joustavuus ja oman toiminnan tarkkailu. Yhdessä nämä pääkomponentit edesauttavat kognitiivista kontrollia ja itsesäätelyä, joita tarvitaan toiminnan suunnittelussa, organisoinnissa, ongelmanratkaisussa ja useamman tehtävän samanaikaisessa suorittamisessa. (Toglia 2015, 1; Diamond 2013, 1.)

3.1 Toiminnanohjauksen haasteet

Toiminnanohjaus on yhteydessä kaikkeen tarkoituksenmukaiseen toimintaan. Toiminnanohjaus käsittää useita eri toimintoja esimerkiksi suunnittelu, muisti ja abstrakti ajattelu, jotka tukevat tavoitteellista toimintaa. Toiminnanohjauksen häiriöt tulevat esiin erityisesti uusissa, poikkeuksellisissa ja monimutkaisissa tilanteissa, sekä tilanteissa, joissa tulee sulkea pois ympärillä olevat häiriötekijät. Haasteet näkyvät toiminnan aloittamisen vaikeutena, impulsiivisina tekoina sekä kyvyttömyytenä joustaa rutiineista. Toiminnanohjaus näyttäytyy myös sosiaalisissa tilanteissa esimerkiksi tunneilmaisun hallitsemattomuutena, empatiakyvyn puuttumisena sekä kykenemättömyytenä eettiseen ajatteluun. Henkilö saattaa käyttäytyä loukkaavasti muita kohtaan tai olla huomiomatta heitä tai heidän tunnetilojaan. (Jehkonen ym. 2015, 74; Libin 2015, 3–4.)

Toiminnanohjauksen haasteet näkyvät koko ajan muuttuvassa ja monimutkaisessa jokapäiväisessä ympäristössä. Niillä on suuri merkitys elämänlaatuun sekä kotona ja yhteisöissä selviytymiseen (Bade 2010, 389). Toiminnanohjauksen haasteet vaikeuttavat kykyä ylläpitää sosiaalisia suhteita, huolehtia koti- ja rahataloudesta sekä toimia eri yhteisöissä niiden vaatimalla tavalla (Libin 2015, 5; Mueller & Dollaghan 2013, 1051). Lisäksi toiminnanohjauksen haasteet vaikuttavat yksilöön kykyyn suoriutua päivittäisis-

tä toiminnoista (activities of daily living) kuten pukeutuminen ja syöminen (Libin 2015, 5). Erityisesti haastavimmat ja monimuotoisemmat arjen toiminnot (instrumental activities of daily living) kuten ruuanlaitto tai taloudellisista asioista huolehtiminen, vaativat hyvää toiminnanohjausta (Jacoby ym. 2012, 182). Toiminnanohjaus mahdollistaa toiminnan suunnittelun, aloittamisen ja ylläpitämisen niin, että tehtävä saadaan suoritetuksi. Toiminnanohjauksen haasteet näkyvät esimerkiksi vaikeutena odottaa omaa vuoroa, vaihtaa toimintaa tai kiinnittää huomiota yhteen asiaan kerrallaan. Tällöin esimerkiksi tehtävien samanaikainen hallinta eli niin sanottu ”multitasking” tuottaa vaikeuksia. Lisäksi tilanteissa, joissa on paljon häiriötekijöitä, keskittyminen heikentyy entisestään ja lisää tällöin alttiutta virheille. (Jehkonen ym. 2015, 84; Klenberg 2015, 10.)

Toiminnanohjaus on vastuussa myös muiden kognitiivisten toimintojen ohjauksesta, hallinnasta ja koordinoinnista (Klenberg 2015, 10). Etuotsalohkovauriot eivät ole suora syy esimerkiksi kielellisiin tai hahmottamisen häiriöihin, mutta niiden toiminta saattaa vaikeutua johtuen toiminnanohjauksen ongelmista. Toisaalta hyvällä toiminnanohjauksella pystytään osittain korvaamaan muita kognitiivisia häiriöitä, mikä mahdollistaa yleisen toimintakyvyn ylläpitämisen. (Jehkonen ym. 2015, 74.)

Toiminnanohjauksen haasteita ilmenee niin lapsilla, nuorilla kuin aikuisillakin. Haasteita esiintyy neurologisten ja psykiatristen sairauksien, kuten aivovammojen, muistisairauksien ja skitsofrenian yhteydessä. Lisäksi erilaisten kehityshäiriöiden, kuten ADHD:n ja autismin yhteydessä esiintyy toiminnanohjauksen haasteita. (Togliola 2015, 1–2.) Lisää esimerkkejä sairauksista, joiden yhteydessä toiminnanohjauksen haasteita ilmenee, on koottu WCPA tutuksi –ohjekirjaan (liite 1, 5).

3.2 Toiminnanohjauksen arviointi

Useat toiminnanohjauksen arviointimenetelmät pohjautuvat viime kädessä aiemmin opittuihin taitoihin, jolloin testitulokset eivät kerro toiminnanohjaustaidoista ja tulokset saattavat näin vääristyä. Eroa toiminnanohjauksen ja automatisoituneiden taitojen välillä on lähes mahdotonta osoittaa tarkasti. Kuitenkin oletetaan toiminnanohjauksen koostuvan useista erillisistä toiminnoista, joiden yhteistoiminnalla saavutetaan halutut tavoitteet. (Jehkonen ym. 2015, 76.) Toiminnanohjauksen arvioinnissa on erityisen tärkeä erottaa muut kognitiiviset tekijät toiminnanohjauksesta. Toiminnanohjaus pystytään erottamaan muista kognitiivisista häiriöistä tekemällä uusia ja ei vielä rutiininomaiseksi muodostuneita tehtäviä, sillä tutuiksi tulleissa tehtävissä toiminnanohjauksen merkitys

on huomattavasti pienempi. Kuitenkin toiminnanohjausta tutkittaessa erilaisin testein, tulee ottaa huomioon, että tulos voi vääristyä, jos henkilöllä on muita kognitiivisia häiriöitä. (Jehkonen ym. 2015, 81.)

Arvioinnissa pyritään huomioimaan toiminnan suunnittelu sekä sen aloittaminen ja lopettaminen. Havainnoidaan, miten arvioitava muuttaa toimintaansa sekä miten väärin toimintamallien ja yllikkeiden ehkäisy sujuu tehtävän aikana. Lisäksi pohditaan, miten kokonaisuuden hallinta on onnistunut. Tehtävän jälkeen lisäkysymyksiä esittämällä pyritään saamaan tietoa testattavan itsearviointikyvystä. Samojen tehtävien käyttäminen toiminnanohjauksen arvioinnissa ei ole suositeltavaa, ettei tehtävien kohdalla tapahdu oppimista. Jos tehtävästä tulee rutiininomainen, toiminnanohjausta ei enää tarvita ja tällöin testi ei enää mittaa haluttua asiaa. Tästä syystä toiminnanohjauksen arviointimenetelmissä tulisi olla käytettävissä myös päteviä rinnakkaisversioita. (Jehkonen ym. 2015, 82.)

Toiminnanohjauksen tärkeimpiä arviointikeinoja ovat edelleen käyttäytymisen havainnointi sekä asiakkaan ja hänen läheistensä haastattelu. Tärkeää on saada selville, millainen asiakkaan käyttäytyminen on ollut ennen sairastumista ja miten se eroaa tämän hetkisestä tilanteesta. Toiminnanohjauksen ongelmiin on myös usein liitettävissä oiretiedottomuutta, jolloin läheisen haastattelun merkitys korostuu entisestään. (Jehkonen ym. 2015, 82.) Toiminnanohjauksen arvioinnissa kyselyt eivät välttämättä anna todellista kuvaa sairaudesta. Toiminnanohjauksen oireet ovat hyvin monimuotoisia ja ne ilmenevät monin erin tavoin, jolloin tarkat standardoidut kysymykset rajaavat vastausvaihtoehtoja. Avoimissa kysymyksissä esimerkiksi haastatellen, saadaan paljon kattavampaa ja yksilöllisempää tietoa siitä, millaisia oireita asiakkaalla ilmenee. Arvioinnissa on hyvä tarkentaa miten voimakkaita piirteet ovat ja haittaavatko ne käytännössä. Esimerkiksi monille uudet asiat voivat olla aluksi hankalia, mutta se ei aina ole merkki toiminnanohjauksen ongelmista. Haastattelun ja havainnoin tueksi tarvitaan uusia toiminnanohjauksen arviointimenetelmiä, jotka toimisivat objektiivisesti. (Jehkonen ym. 2015, 83.)

3.3 Toiminnanohjauksen kuntoutus

Aivovauriosta seuranneet toiminnanohjauksen vammat saattavat aluksi olla voimakkaita, mutta lievää parantumista voi tapahtua. Kuitenkin kokonaisuudessaan toiminnanohjauksen oireet ovat yleensä pysyviä. Kuntoutumista edistää hoitomyönteisyys ja läheisten tuki, kun taas kuntoutumista heikentää aikaisemmat psykiatriset oireet tai päihde-

riippuvuus. Toiminnanohjauksen kuntouttaminen on aina osa neuropsykologista kuntoutusta. Kuntoutuksen tarkoituksena on kompensoida puuttuvia keinoja ja ylläpitää toimintakykyä. Toiminnanohjauksesta ja sen toiminnasta on vielä huonosti ja jokseenkin ristiriitaista tietoa, minkä takia sen kuntoutukselle ei ole selkeää yhtenäistä ohjeistusta. (Jehkonen ym. 2015, 84.).

Toimintaterapeutit käyttävät työssään holistista näkökulmaa ja esimerkiksi kanadalaisessa toiminnallisuuden mallissa (Canadian Model of Occupational Performance and Engagement) tarkastellaan kolmen eri osa-alueen, ihmisen, toiminnan ja ympäristön, välistä dynaamista suhdetta (Polatajko ym. 2007, 13–36). Toimintaterapeutit pyrkivät muokkaamaan ympäristöä asiakkaalle sopivaksi ja tavoitteena on mahdollistaa asiakkaan itsenäistä arjesta suoriutumista sekä merkitykselliseen elämään osallistumista (American Occupational Therapy Association 2017; WFOT 2012). Koska toiminnanohjaus on vahvasti yhteydessä arjen toiminnoista suoriutumiseen, on toimintaterapialla merkityksellinen rooli toiminnanohjauksen kuntoutuksessa (Poulin ym. 2013, 3). Heikentyneen toiminnallisen suoriutumisen lisäksi toiminnanohjauksen haasteet saattavat vaikuttaa myös asiakkaan elämänlaatuun ja itsetuntoon heikentävästi. Toimintaterapian avulla voidaan edistää asiakkaan kykyä kontrolloida omaa elämää ja työhön paluuta ja näin kohottaa asiakkaan itsetuntoa sekä ehkäistä psyykkisten ongelmien syntymistä. (Bade 2010, 390.)

Kuntoutuksessa on tärkeää luoda yksilölliset osatavoitteet selkeyttämään päätavoitetta. Samalla osatavoitteet edesauttavat toiminnan aloittamista. Toimintaterapiassa voidaan käyttää apuna ympäristön muokkausta, häiriötekijöiden vähentämistä ja suoritusajan lisäämistä sekä tarpeellisia apuvälineitä esimerkiksi kalenteria ja tarkastuslistaa. Tavoitteena on itseohjautuvuus, johon päästään vähentämällä ohjausta asteittain. Tarkoituksena harjoitella käytännönläheisiä tehtäviä, jotka siirtyisivät terapiasta asiakkaan arkeen. (Jehkonen ym. 2015, 84.) Näitä voivat esimerkiksi olla uusien asioiden kirjoittaminen muistiin, priorisoidut tehtävälisterit, kalenterin ja sähköisten muistutuksien käyttö, hyvien ja huonojen puolien listaaminen päätöksenteon tueksi, rentoutumistekniikoiden harjoittelu ja rooliharjoittelu sosiaalisia tilanteita varten (Bade 2010, 392; Chung ym. 2013, 3–4). Toiminnanohjaus vaatii asiakkaalta oireiden tiedostamista ja pitkäaikaista kuntoutusta. Tärkeimpinä keinoina toimivat hallinta- ja kompensatiokeinot. Asiakkaan tietoisuus omista kyvyistä ja rajoituksista on edistävää tekijä kuntoutukselle. (Jehkonen ym. 2015, 85.)

4 WCPA-ARVIOINTIMENETELMÄ

4.1 WCPA-arviointimenetelmän kehittäjä Joan Toglia

Weekly Calendar Planning Activity on tohtori Joan Toglian vuonna 2015 kehittämä toiminnanohjauksen arviointimenetelmä. Toglialla on yli kolmenkymmenen vuoden kokemus toimintaterapiasta ja hän on tunnettu kognitiivisen kuntoutuksen edelläkävijänä. Hän kirjoittanut useita julkaisuja liittyen kognitiiviseen kuntoutukseen, muun muassa ”The Multicontextual Approach to Cognitive Rehabilitation” (2013). Lisäksi hän on pitänyt yli 250 työpajaa ja opetustuntia maailman ympäri. Työpajojen aiheena on ollut kognitiivinen kuntoutus keskittyen kognitiivisiin strategioihin, metakognitiivisiin taitoihin sekä toiminnanohjaukseen eri ikäisillä. (Toglia 2015; Mercy College).

WCPA-arviointimenetelmä antaa mahdollisuuden havainnoida, kuinka henkilö suoriutuu kognitiivisesti haasteellisesta toiminnallisesta tehtävästä (Toglia 2015, 1). Arvioinnin tuloksena saadaan tietoa asiakkaan haasteista ja vahvuuksista sekä tarkka toiminnanohjauksen arvio. Arviointimenetelmä on kehitetty 18–94-vuotiaille aikuisille. Lisäksi testiä on laajennettu luomalla omat versiot 12–18-vuotiaille yläkoulu- ja lukioikäisille sekä 16–21-vuotiaille nuorille. Testi soveltuu henkilöille, joilla on tai arvellaan olevan toiminnanohjauksen haasteita. Testattavan tulee olla orientoitunut, kykenevä keskittymään vähintään kymmenen minuutin ajan ja lisäksi hänen tulee ymmärtää kirjoitettua tekstiä. (Toglia 2015, 3–4).

4.2 WCPA-arviointimenetelmästä

WCPA -arviointimenetelmässä testattava järjestää 17–18 eri tapaamista tai tehtävää viikkokalenteriin. Samalla hänen tulee noudattaa tiettyjä sääntöjä, välttää konflikteja, seurata ajankulkua ja estää häiriötekijöitä vaikuttamasta omaan toimintaansa. Testin tekeminen kestää noin 20–30 minuuttia. Testi sisältää kolme eri tasoa ja jokaisesta tasosta on kaksi eri versiota testin uusimista varten esimerkiksi haluttaessa testata terapian vaikuttavuutta. Testi on standardoitu ja sisältää viitearvot testitason ja iän mukaan. (Toglia 2015, 6).

Ensimmäisessä tasossa tapaamiset ovat listattu selkeästi erikseen luettelomerkeillä ja tarkasti määritellyt tapaamiset ovat listan alussa. Lisäksi tapaamiset, joissa on useampi vaihe ovat siinä järjestyksessä, jossa ne tulee suorittaa.

- Dentist on Thursday at 3:00 p.m. (1 hour)
- Lunch with a friend on Tuesday from 1:00–2:00 p.m.
- Haircut on Monday from 11:00 a.m.–12:00 p.m.

Kuva 1. Tason 1 tapaamisten merkitsemistyyli

Toisessa tasossa tapaamiset ovat merkattu erotellusti ilman luettelomerkkejä satunnaisessa järjestyksessä.

- Dentist on Thursday at 3:00 p.m. (1 hour)
- One-hour visit with cousin who is only available on Thursday between 2:30 and 4:00 p.m. or on Monday or Tuesday between 1:00 and 2:30 p.m.
- Carpool: One morning at 9:00 a.m. and one afternoon at 3:00 p.m. (45 minutes)

Kuva 2. Tason 2 tapaamisten merkitsemistyyli

Tasolla kolme tapaamiset ovat kirjoitettu peräkkäin ilman kappalejakoja. Kolmannen tason tapaamiset ovat kirjoitettu tarinamuotoon, jolloin testattavan tulee löytää kalenteriin merkattavat tapaamiset tekstistä. (Toglia 2015, 6–7).

You have a dentist appointment on Thursday at 3:00 p.m. for an hour. Also, you need to call to renew your prescription and pick up the medication. You take your medication 3 times a day (8:00 a.m., noon, and 9:00 p.m.) and will be out of medication after taking your last pill on Tuesday at noon.

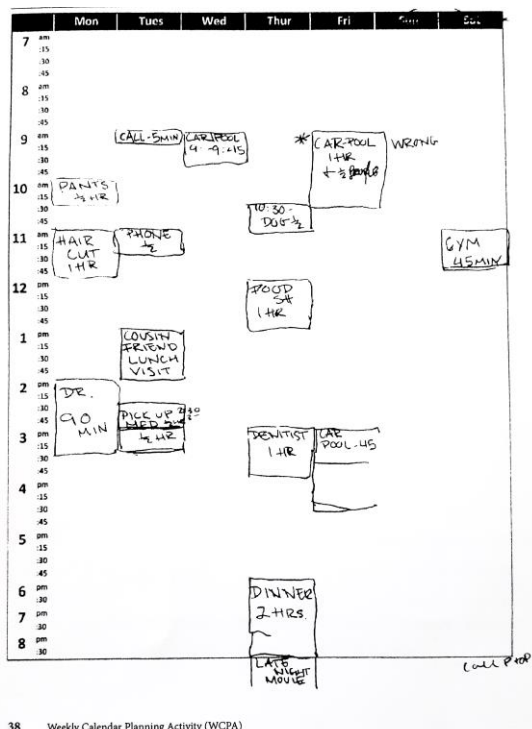
Kuva 3. Tason 3 tapaamisten merkitsemistyyli

4.3 WCPA-arviointimenetelmän käyttö

Arviointimenetelmän ensimmäinen vaihe on valita asiakkaalle sopiva tapaamislista tason ja iän mukaan sekä kerätä muut tarvittavat välineet tehtävän toteuttamiseksi. Tämän jälkeen annetaan asiakkaalle ohjeistus tehtävästä ja siihen kuuluvista säännöistä sekä käydään läpi tehtävämateriaalit. Tehtävän aikana asiakkaan tulee noudattaa viittä eri sääntöä. Ensimmäinen sääntö koskee tapaamisten merkitsemistä. Kun asiakas on merkinnyt tapaamisen kalenteriin, sitä ei saa enää sutata tai yliviivata. Toinen sääntö on kertoa testattavalle, kun testin alusta on kulunut seitsemän minuuttia. Kolmas sääntö kieltää merkitsemästä yhtäkään tapaamista vapaapäivälle. Neljännen

säännön mukaan asiakas ei saa vastata testaajan esittämiin kysymyksiin testin aikana. Viides sääntö on ilmoittaa testajalle tehtävän ollessa valmis. (Toglia 2015, 9–11).

Tehtävän alkaessa asiakas merkitsee annetut tapaamiset tyhjään viikkokalenteriin. Jotkut tapaamiset ovat tarkasti määriteltyjä ja ne tulee sijoittaa tietylle päivälle tiettyyn aikaan. Toiset tapaamiset ovat joustavia ja niillä on useampi paikka mihin ne voidaan sijoittaa. Useimmat tapaamiset ovat yksiosaisia, mutta listan joukossa on myös tapaamisia, joissa on useampi vaihe. Asiakkaan tulee ottaa huomioon vaiheiden looginen suoritusjärjestys. Tapaamiset tulee merkitä kalenteriin ulkopuolisellekin ymmärrettävästi ja siten, että tapaamiseen kuluva aika on selkeästi merkitty. Tehtävää suorittaessaan asiakkaalla on apuna mallikalenteri, ohjeistuslomake, tyhjiä papereita sekä korostuskyntiä. (Toglia 2015, 9–11).



Kuva 4. Esimerkki asiakkaan täyttämästä viikkokalenterista

Asiakkaan tehdessä tehtävää testaja täyttää kirjauslomaketta. Lomakkeeseen merkitään, noudattaako asiakas kaikkia sääntöjä, kuinka kauan asiakas käyttää aikaa suunnitteluun ja miten hän reagoi kalenterin virheisiin. Kirjauslomake sisältää myös strategioiden käytön havainnoinnin. Lomakkeessa on listattu valmiiksi yleisimmin käytetyt strategiat, joista testaja määrittelee käyttääkö asiakas niitä ja kuinka tehokkaasti. Asiakkaan käyttämiä strategioita voivat olla esimerkiksi ääneen puhuminen, värikoodien

käyttö, tärkeiden tietojen alleviivaus tai materiaalien uudelleen järjestely. (Toglia 2015, 11–16). Tehtävän jälkeinen haastattelu ja arvosteluasteikko -lomake täytetään heti viikkokalenterin täyttämisen jälkeen. Sen tarkoituksena on arvioida asiakkaan omaa kokemusta hänen suoriutumisestaan. Lomake sisältää myös itsearviointin, jonka avulla pystytään arvioimaan asiakkaan itsetietoisuutta. (Toglia 2015, 16,20).

Tehtävän jälkeen täytetään kalenterin pisteytyslomake. Kalenterin pisteytyksessä tarkastellaan neljää erilaista virhetyyppiä: toisto-, sijoitus-, aika- ja epätarkkuusvirhe. Näitä virhetyyppejä tarkastelemalla saadaan tarkempaa tietoa asiakkaan haasteista (Toglia 2015, 23, 26–27). WCPA -käsikirja sisältää viitearvot 16-94 -vuotiaille. Tehtävästä saatuja pisteitä voidaan verrata näihin viitearvoihin, joiden pohjalta saadaan tietoa asiakkaan toimintakyvyn haasteiden laajuudesta. (Toglia 2015, 77).

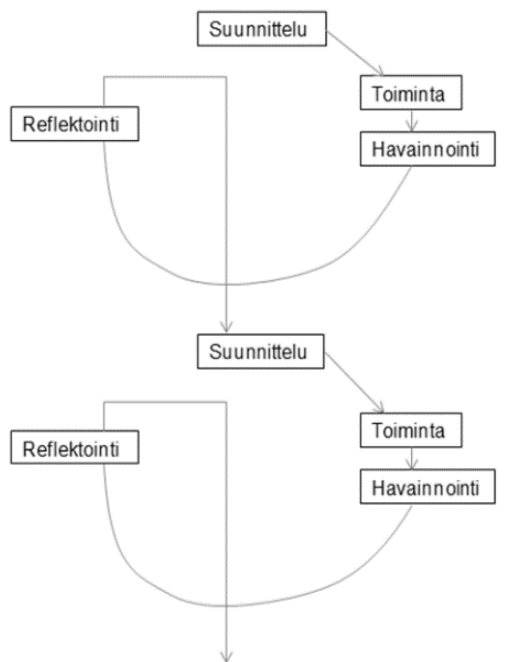
WCPA -arviointimenetelmän käytössä on useita hyötyjä. Se sisältää jokaisesta tasosta toisen version testin uusimista varten ja antaa tarkkaa tietoa asiakkaan toiminnallisesta suoriutumisesta objektiivisesti. Testi on nopea ja helppo toteuttaa. Sen tekeminen vaatii vain kyniä, paperia ja kellon, jolloin testi on helppo kuljettaa mukana eikä sido tiettyyn aikaan eikä paikkaan. Näin pystytään myös mahdollistamaan arvioinnin tekeminen yhdenmukaisesti ja standardoidusti. Lisäksi testin tuloksista saadaan tietoa asiakkaan suorituskyvystä, tehokkuudesta, strategioiden käytöstä ja kyvystä tarkkailla ja mukauttaa omaa toimintaa. Näitä tietoja voidaan suoraan hyödyntää apuna terapian suunnittelussa. (Toglia 2015, 3).

5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

5.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallinen opinnäytetyö eroaa tutkimuksellisista opinnäytetyöstä siten, että toiminnallisen opinnäytetyön tuloksena on aina jokin konkreettinen tuotos. Tuotos voi olla esimerkiksi kirja, tietopaketti, palvelu, menetelmä tai työkäytäntö. Toteutustapa tulee valita kohderyhmä huomioon ottaen ja tuotteen tulee erottua muista vastaavista yksilöllisyydellään ja persoonallisuudellaan. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 51–53, 56.) Tämän opinnäytetyön tuloksena syntyi useita eri tuotoksia, jotka suunniteltiin yksilöllisesti käyttäjäkunnalle sopiviksi. Esimerkiksi ohjekirjassa kiinnitettiin huomioita, että se sopii niin opiskelijoiden kuin työelämässä olevien toimintaterapeuttien käyttöön. Toinen selkeä ero tutkimukselliseen työhön on, että toiminnallinen opinnäytetyö sisältää hankkeen eri vaiheissa mukana olevia toimijoita (Salonen 2013, 6). Tässä opinnäytetyössä toimijoina oli tekijöiden lisäksi toimeksiantaja, yhteistyössä toimivat toimintaterapeutit sekä organisaatiot, joissa opinnäytetyön tuotoksia esiteltiin. Lisäksi toiminnallisessa opinnäytetyössä voidaan käyttää myös tutkimuksellisia menetelmiä, mutta niiden käyttö ei ole välttämätöntä täyttääkseen toiminnallisen opinnäytetyön kriteerit. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 51.) Tässä opinnäytetyössä tutkimuksellisena menetelmänä käytettiin ainoastaan ryhmähaastattelua.

Opinnäytetyön vaiheistaminen on tärkeää, koska suunnittelulla ja osatavoitteisiin jakamalla se on helpommin ymmärrettävissä ja toteutettavissa (Salonen 2013, 21). Opinnäytetyöprosessin vaiheiden pohjana käytettiin spiraalimallia (kuvio 1). Spiraalimallissa kehittäminen kuvataan sykleinä, joissa toistuu suunnittelu, toiminta, havainnointi ja reflektointi (Salonen 2013, 14). Tämä opinnäytetyöprosessi sisälsi yhteensä kuusi sykliä, jotka kulkivat osittain lomittain koko työskentelyn aikana. Ideana oli kuitenkin jokaisen syklin jälkeinen havainnointi ja reflektointi, jotka auttoivat työn kehittämisessä ja opinnäytetyön osatavoitteiden toteutumisen arvioinnissa. Seuraavassa alaluvussa kerrotaan tarkemmin, mistä toteutuksen vaiheista syklit koostuivat.



Kuvio 1. Lewinin tutkimuksellisen kehittämistyöprosessin spiraalimalli

5.2 Opinnäytetyön toteutuksen vaiheet

Ensimmäinen opinnäytetyöprosessin sykli oli aiheeseen tutustuminen ja suunnitelman laatiminen. Toimeksianto antoi mahdollisuudet lähteä toteuttamaan työtä hyvin vapaasti. Toimeksiantajan tavoitteena oli arviointimenetelmään tutustuminen ja sen jalkauttaminen, mutta toteutustapoja tavoitteen saavuttamiseksi ei määritelty tarkasti. Ensimmäisen suunnittelupalaverin aikana saatiin idea, miten jalkauttamista lähdetäisiin toteuttamaan. Päädyttiin ajatukseen ohjekirjasta ja lomakkeiden suomennoksesta, jotta menetelmää pystyttäisiin käyttämään suomeksi. Aluksi pohdittiin isompaa koulutustilaisuutta, johon kutsuttaisiin paikalle toimintaterapeutteja ja alan opiskelijoita. Resurssien vuoksi päädyttiin järjestämään pienempiä esittely- ja koulutustilaisuuksia eri työpaikoilla ja koulussa, jolloin osallistumisprosentti olisi mahdollisimman suuri. Opinnäytetyön alussa tehtiin suunnitelma työn etenemisestä ja ajankäytöstä (kuvio 2.)



Kuvio 2. Opinnäytetyön ajankäyttösuunnitelma

Opinnäytetyön varsinaisessa toteutuksessa lähdettiin liikkeelle teoreettiseen tietoperustaan tutustumisella. Aineisto hankittiin eri tietokannoista sekä kirjallisuuslähteistä. Teoreettinen viitekehys muodostui toiminnanohjauksen sekä WCPA-arviointimenetelmän teoriasta. Lisäksi opinnäytetyön rakenteen muodostamiseksi perehdyttiin toiminnallisen opinnäytetyön ohjeistukseen. Käytetyt teoreettiset viitekehykset antoivat tutkittua tietoa opinnäytetyöhön liittyvistä aiheista ja tukivat näin opinnäytetyön toteutusta. Teoreettiseen viitekehykseen tutustuminen ja sen kirjoittaminen muodostivat opinnäytetyöprosessin toisen syklin.

Teoreettiseen tietoon tutustumisen jälkeen siirryttiin opinnäytetyön kolmanteen sykliin, joka sisälsi lomakkeiden suomentamisen ja ohjekirjan kokoamisen. Menetelmän lomakkeiden suomentamiseksi pyydettiin lupa Joan Toglialta. Suomennettavaksi valittiin tärkeimmät ja testin suorittamisen kannalta oleelliset lomakkeet. Suomentaminen tehtiin huolella menetelmän luotettavuuden säilyttämiseksi. Lisäksi lomakkeet tehtiin täsmälleen samannäköisiksi kuin alkuperäiset englanninkieliset versiot. Lomakkeet käännettiin vain englannista suomeksi, eikä niistä tehty takaisinkäännöstä, jolloin ne eivät ole täysin virallisia. Lomakkeet suomennettiin, jotta menetelmää voidaan käyttää suomenkielisillä asiakkailla. Valmiiksi suomennetut lomakkeet tarkoitettiin toimintater-

peuttien ja opiskelijoiden käyttöön helpottamaan ja nopeuttamaan menetelmän käyttöönottoa.

WCPA tutuksi -ohjekirja (Liite 1) koottiin keräämällä WCPA-arviointimenetelmään liittyvät oleelliset tiedot yhteen kansiin suomeksi. Ohjekirjan tarkoituksena on helpottaa menetelmään tarttumista ja toimia tukena viralliselle WCPA-käsikirjalle. Ohjekirja sisältää lyhyen teoriaosuuden toiminnanohjauksesta ja WCPA-arviointimenetelmästä, tiivistetyn ohjeistuksen arviointimenetelmän toteutuksesta ja pisteytyksestä sekä toimintaterapeuttien kokemuksia menetelmän käytöstä. Ohjekirjan tarkoituksena ei ole korvata oikeaa WCPA-käsikirjaa, joten tarkemmat ohjeet testin tekemiseen ja pisteytykseen, ongelmatilanteisiin liittyvät kysymykset ja viitearvot jätettiin ohjekirjasta pois. Ohjekirjasta pyrittiin tekemään mahdollisimman selkeä valitsemalla sopivat fontit sekä käyttämällä paksunnoksia ja suurempaa riviväliä. Mielekkäämmän lukukokemuksen luomiseksi ohjekirjaan lisättiin kuvia, värejä ja tekstiruutuja.

Ohjekirjan toiminnanohjausosuudesta tehtiin selkeä, helposti ymmärrettävä sekä visuaalisesti kiinnostava, jotta esimerkiksi opiskelijoiden olisi helpompi ymmärtää toiminnanohjauskäsite ja sen sisältö. Arviointimenetelmän ohjeistusosuudessa kerrotaan, mitä välineitä testin tekemiseen tarvitaan ja miten testin tekeminen etenee vaiheittain. Ohjeistusosuuteen valittiin vain toteutuksen kannalta tärkeimmät vaiheet. Pisteytys ohjeistettiin yksinkertaistetusti ja tarkemmat ohjeet pisteytyksestä esimerkkeineen löytyy itse käsikirjasta. Toimintaterapeuttien käyttökokemukset liitettiin ohjekirjaan, jotta sen lukijat saisivat käytännön tietoa ja kokemusta arviointimenetelmästä.

Neljännessä opinnäytetyön syklissä toimittiin yhteistyössä yksityisten toimintaterapeuttien kanssa käyttökokemusten saamiseksi. Toimeksiantajan ehdotuksesta päädyttiin kolmeen lähialueella työskentelevään yksityiseen ammatinharjoittajaan. Heidän asiakasryhmänsä koostuu pääasiallisesti asiakkaista, joilla on neurologisia haasteita. Toimintaterapeuttien kanssaan sovittiin tapaaminen, jolloin heille jaettiin WCPA tutuksi -ohjekirja, suomennetut lomakkeet sekä WCPA-käsikirja. Tapaamisessa kerrottiin lyhyesti menetelmästä ja ohjeistettiin sen käyttöön. Toimintaterapeuttien tarkoituksena oli testata menetelmää muutamalle asiakkaalle ja pohtia menetelmän käytettävyyttä ja suomennettujen materiaalien toimivuutta. Sovittiin tapaaminen kahden kuukauden päähän, jolloin tarkoituksena oli järjestää ryhmähaastattelu kokemuksista.

Ryhmähaastattelussa esitettiin kysymyksiä WCPA tutuksi -ohjekirjaan ja WCPA-arviointimenetelmään ja sen käyttöön liittyen. Haastattelukysymykset löytyvät liitteenä

opinnäytetyön lopusta (Liite 2). Haastattelun ideana oli rento keskustelunomainen tilanne. Tarkoituksena oli vaihtaa kokemuksia ja mielipiteitä terapeuttien kesken. Haastattelukysymykset luotiin antamaan keskustelulle runko, jotta kaikki oleelliset asiat tulisivat käytyä läpi. Haastattelun avulla saatiin kuulla toimintaterapeuteilta käytännön kokemuksia sekä menetelmän hyötyjä ja haittoja heidän näkökulmastaan. Lisäksi esiin nousi ongelmakohtia, joihin pyrittiin keskustelussa löytämään ratkaisuja. Kysymyksiä herätti muun muassa lomakkeiden paljous ja niiden tärkeys sekä pisteytyksen tarpeellisuus. Menetelmän hyötyinä toimintaterapeutit kokivat menetelmän ymmärrettävyyden asiakkaan näkökulmasta. Toimintaterapeutit kertoivat menetelmän tulosten vastanneen jo aiempia asiakkaasta tehtyjä havaintoja, mutta antoivat myös uutta lisätietoa asiakkaan toiminnasta ja hänen strategioiden käytöstä. Yksi toimintaterapeuteista ei päässyt osallistumaan ryhmähaastatteluun, joten kysymykset lähetettiin hänelle kirjallisena. Toimintaterapeuttien haastattelun jälkeen heidän käyttökokemuksensa kirjattiin osaksi WCPA tutuksi -ohjekirjaa haastattelun aikana tehtyjen muistiinpanojen pohjalta. Lisäksi ohjekirjaan tehtiin joitakin muutoksia ja viimeistelyjä saatuja palautteita hyödyntäen.

Opinnäytetyön tavoitteen saavuttamiseksi otettiin yhteyttä organisaatioihin, joissa toimii useita toimintaterapeutteja. Resurssit huomioon ottaen tämä ratkaisu oli toimivin ja näin tavoitettiin useita toimintaterapeutteja samanaikaisesti. Yhteyttä otettiin kolmeen eri paikkaan, jossa toimintaterapeutteja työskentelee neurologisten sairauksien parissa ja jotka voisivat hyötyä työssään uudesta toiminnanohjauksen arviointimenetelmästä. Turun yliopistollinen keskussairaala sekä Turun kaupunginsairaala olivat heti kiinnostuneita aiheesta ja järjestivät mahdollisuuden tulla esittelemään menetelmää. Kolmanesta paikasta ei otettu yhteyttä takaisinpäin. Lisäksi toimeksiantajan kanssa sovittiin arviointimenetelmän esittelystä toimintaterapeuttiopiskelijoille Turun ammattikorkeakoulussa. Nämä esitykset ja niiden valmistelut koostavat opinnäytetyöprosessin viidennen syklin.

Esittelyitä varten tehtiin PowerPoint-esitys, jossa kerrotaan opinnäytetyön aiheesta, toiminnanohjauksesta, WCPA-arviointimenetelmästä sekä sen taustasta ja käytöstä. Nämä aiheet valittiin tukemaan menetelmän ymmärtämistä ja sen luotettavuutta. Menetelmän taustasta ja toiminnanohjauksesta haluttiin kertoa, jotta kuulijan olisi helpompi ymmärtää miksi menetelmä soveltuu juuri toiminnanohjauksen arviointiin. Lisäksi esitykseen liitettiin tärkeimpiä lomakkeita havainnollistamaan menetelmän käyttöä. Nämä kyseiset lomakkeet jaettiin myös kuuntelijoille helpottamaan esityksen seuraamista. Esittelyyn haluttiin liittää teoriaosuuden lisäksi käytännöllisempi osuus, jossa havainnol-

listettiin menetelmän käyttöä käytännössä. Esityksestä pyrittiin tekemään mahdollisimman selkeä ja ymmärrettävä, jotta uuden ja monia komponentteja sisältävän menetelmän oppiminen olisi helpompaa.

Kaupunginsairaalan esitykseen osallistui yhteensä yksitoista toimintaterapeuttia ja yliopistollisen keskussairaalan esitykseen kaksitoista. Esitykset toteutettiin suunnitelman mukaisesti. Kaikissa paikoissa osallistujat vaikuttivat menetelmästä kiinnostuneilta ja aihe herätti paljon keskustelua. Esityksen lopussa pyydettiin myös palautetta ja kehitysehdotuksia seuraavia esittelyitä varten. Palautteiden perusteella esitykseen lisättiin tietoa menetelmän kehittäjästä ja toiminnanohjauksesta sekä esityksen rakennetta muutettiin toimivammaksi. Kaupunginsairaala sekä Turun yliopistollinen sairaala kokivat menetelmän sopivan heidän käyttöönsä ja olivat kiinnostuneita hankkimaan WCPA-käsikirjan.

Viimeinen opinnäytetyöprosessin sykli on raportin kokoaminen. Se sisältää työn oikolu-kua, muokkaamista ja viimeistelyä. Lisäksi opinnäytetyön raportoinnin jälkeen Turun ammattikorkeakoulussa järjestetään ”Toiminnanohjaus ja sen arviointi toimintaterapiassa” -koulutus, jossa menetelmää esitellään ja harjoitellaan sen käyttöä. Myös Suomen aikuisneurologisten toimintaterapeuttien unioni ry on osoittanut kiinnostustaan WCPA-menetelmään pyytämällä esittelytilaisuutta heidän jäsenilleen, tilaisuus sovittiin järjestettäväksi lokakuussa.

6 OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEIDEN TOTEUTUMINEN

Opinnäytetyön tavoitteena oli arviointimenetelmän tuominen toimintaterapeuttien ja alan opiskelijoiden tietoisuuteen. Opinnäytetyötä esiteltiin Turussa erilaisissa isoissa organisaatioissa, joissa työskentelee useita toimintaterapeutteja. Yhteensä WCPA-arviointimenetelmää on esitelty tähän mennessä lähemmäs neljällekympenelle toimintaterapeutille ja toimintaterapeuttiopiskelijalle tämän opinnäytetyön puitteissa. Menetelmä herätti kiinnostusta ja useat olivat halukkaita ottamaan menetelmän käyttöön. Opinnäytetyö on siis vastannut tarkoitustaan ja toiminut edistävänä tekijänä menetelmän jalkauttamiselle Turun seudulla.

Opinnäytetyöprosessi on kuitenkin ollut vain osa menetelmän jalkauttamista ja jalkauttamistyö jatkuu edelleen opinnäytetyön päätyttyä. Marraskuussa Turun ammattikorkeakoulussa järjestettävässä ”Toiminnanohjaus ja sen arviointi toimintaterapiassa” -koulutuksessa esitellään edelleen WCPA-arviointimenetelmää. Koulutuspäivän tavoitteena opinnäytetyön kannalta on vielä useamman toimintaterapeutin saavuttaminen. Erityisesti osallistujiksi toivotaan yksityisiä ammatinharjoittajia sekä toimintaterapeutteja myös Turun ulkopuolta, joita on aiemmin ollut resurssien puutteissa vaikeampi tavoittaa.

Opinnäytetyön tuotoksena syntyi WCPA tutuksi –ohjekirja ja se jää opinnäytetyön liitteiden kautta kaikkien halukkaiden käyttöön. Esimerkiksi kouluissa menetelmää voitaisiin harjoitella ohjekirjaa hyödyntäen. Suurin opinnäytetyön hyöty on valmis suomenkielinen käyttöpohja WCPA-arviointimenetelmälle, sisältäen tiivistetyn ohjekirjan sekä tärkeimmät lomakkeet suomeksi. Vaikka opinnäytetyö toteutui neurologisella kentällä toimivien toimintaterapeuttien kanssa, on opinnäytetyön tuotoksena syntyneet materiaalit myös muille toimintaterapian kentille soveltuvia. Lisäksi yhtenä erillisenä tuotoksena opinnäytetyöstä syntyi esitys, jossa esitellään WCPA-arviointimenetelmää.

Toimeksiantaja hyötyi opinnäytetyöstä saamalla lisää tietoa menetelmästä ja uuden menetelmän opetuskäyttöön sekä opinnäytetyön tuotoksena syntyneet materiaalit käyttöönsä. Tekijöille opinnäytetyön tekeminen lisäsi omaa ammatillista tietämystä erityisesti toiminnanohjauksen osa-alueella. Työn tekeminen selkeytti kehittämistyön ideologiaa sekä antoi valmiuksia kehittämistyön toteuttamiseen jatkossa. Lisäksi opinnäytetyön teko kehitti organisointi-, yhteistyö-, projekti- ja esiintymistaitoja.

7 POHDINTA

Opinnäytetyön aloittaminen oli helppoa, sillä aihe motivoi ajankohtaisuudellaan. Suomessa toiminnanohjauksen arviointiin on vielä vähäisesti toimivia menetelmiä ja mielestämme oli hienoa saada antaa toimintaterapeuteille tietoa uudesta toiminnanohjauksen arviointimenetelmästä. Näin pystyimme omalla toiminnallamme kehittämään toimintaterapiaa Suomessa.

Tarkan suunnitelman ja aikataulun tekeminen selkeytti työskentelyä ja ohjasi aina seuraavaan vaiheeseen. Vaikka suunnitelman aikataulu ei täysin pitänyt, työskentely toteutui kuitenkin tasaisesti. Onnistuimme laatimaan opinnäytetyön tavoitteet realistisiksi resurssit huomioon ottaen ja saavuttamaan ne määräajassa. Tavoitteita luodessamme pohdimme niiden realistisuutta. Päätimme kuitenkin asettaa tavoitteet korkealle, jotta yltäisimme parhaaseen mahdolliseen suoritukseen. Työskentely toteutui suunnitellusti ja jalkautimme arviointimenetelmää odotettua laajemmalle alueelle.

Tutustuimme toiminnallisen opinnäytetyön rakenteeseen ja onnistuimme toteuttamaan työn sen periaatteita noudattaen. Valitsimme mielestämme toimivan mallin toiminnallisen opinnäytetyön pohjaksi ja toteutimme työskentelyn sen avulla sykleittäin. Aluksi määrittelimme opinnäytetyön tavoitteet ja sen lähtökohdat, joiden pohjalta toteutimme työskentelyn. Alkuperäisen suunnitelman mukaan jalkauttava tekijä oli WCPA tutuksi -ohjekirja ja esitys oli tarkoitettu ohjekirjan tueksi. Teimme kuitenkin esityksestä kattavan ja näin opinnäytetyöprosessimme aikana syntyi kolme erillistä tuotosta: WCPA tutuksi -ohjekirja, suomennetut lomakkeet sekä WCPA-esitys. Käytimme koko opinnäytetyöprosessin ajan arvioivaa otetta, mutta lopullinen arviointi tehtiin ennen prosessin päättämistä.

Toiminnanohjaus on monimuotoinen ja haastava käsite, mutta perehdyimme aiheeseen perusteellisesti ja saimme luotua siitä itsellemme selkeän käsityksen. Toiminnanohjaukseen tutustumisen avulla ymmärsimme paremmin myös WCPA-arviointimenetelmää ja sen, miksi se mittaa juuri toiminnanohjausta. Myös WCPA-menetelmään tutustuminen vaati paljon aikaa ja perehtymistä. Arviointimenetelmä tuli hallita hyvin, jotta olimme valmiita esittelemään sitä ja opettamaan sen käyttöä toimintaterapeuteille ja opiskelijoille.

Koska WCPA on monimuotoinen ja useita komponentteja sisältä arviointimenetelmä, sen esitleminen johdonmukaisesti tuntui aluksi haastavalta. Ensimmäisen WCPA-esittelyn pidimme yhteistyössä toimiville toimintaterapeuteille. Esitys oli sekava ja emme olleet valmistautuneet siihen tarpeeksi. Ennen virallisia esittely-/koulutustilaisuuksia perehdyimme menetelmään vielä tarkemmin ja pohdimme huolella parhainta mahdollista järjestystä esittää asiat. Harjoittelimme esitystä paljon ja onnistuimme luomaan selkeän ja johdonmukaisen esityksen, joka toi esiin menetelmän käyttökelpoisuuden. Esittelytilaisuuksista saimme hyvää palautetta sekä kehitysideoita, joiden avulla kehitimme esitystä edelleen.

Tästä aiheesta ei ole aikaisemmin tehty opinnäytetyötä ja menetelmä on Suomessa vielä tuntematon, joten lähdimme liikkeelle täysin alusta. Teimme kattavan työn suomentaessamme lomakkeet, kokoamalla ohjekirjan ja saamalla menetelmää toimintaterapeuttien tietoisuuteen. Kehittämistyötä voisi jatkaa edelleen suomennostyöllä ja käännösten virallistamisella. Menetelmän jalkauttamista voisi vielä jatkaa mahdollisesti toisen opinnäytetyön kautta. Kuitenkin menetelmän vakiinnuttaminen käyttöön vaatii aikaa ja lisätyötä.

Mielestämme suoriuduimme opinnäytetyöstä kokonaisuudessaan hyvin, mutta esiin nousi myös joitakin kehityskohtia. Olisimme voineet suunnitella tavoitteet tarkemmiksi, jotta niiden saavutettavuus olisi paremmin arvioitavissa. Opinnäytetyöprosessin aikana tapasimme opinnäytetyönohjaajaa virallisesti vain muutaman kerran, jolloin pohdimme tarkemmin opinnäytetyön edistymistä ja raportin rakennetta. Näitä ohjauskertoja olisimme voineet hyödyntää useammin jo prosessin aikaisemmissa vaiheissa.

7.1 Luotettavuus

Pohdintaa opinnäytetyön luotettavuudesta herätti englanninkielisen aineiston kääntäminen suomen kielelle. Erityistä tarkkuuta vaadittiin tapaamislistan ja ohjeistuslomakkeen käännöksessä, jotta testi säilyisi mahdollisimman samanlaisena. Teimme lomakkeista alkuperäisiä vastaavat sekä sisällöllisesti että ulkonäöllisesti. Ainoan poikkeuksen teimme kalenterilomakkeessa, jossa muutimme 12 tunnin kellon 24 tunnin kelloksi, koska jälkimmäinen on Suomessa käytetty tapa ajan esittämiseen. Perehdyimme menetelmään huolella ja testasimme sen käyttöä, jotta ymmärtäisimme menetelmän mahdollisimman hyvin. Näin pyrimme varmistamaan ohjekirjan ja WCPA-esityksen luotetta-

vuuden. Mikäli esityksen aikana nousi esiin kysymyksiä, joihin emme tiedneet varmaa vastausta, tarkistimme asian ennen vastaamista.

Pohdimme myös opinnäytetyössä käytettyjen lähteiden luotettavuutta niiden julkaisua-jankohdan vuoksi. Päädyimme kuitenkin käyttämään vanhempiakin lähteitä, sillä uusia lähteitä oli heikosti saatavilla. Luotettavuutta kuitenkin lisäsi asioiden toistuvuus useis-sa eri lähteissä. Pyrimme käyttämään eri lähdetyyppisiä monipuolisesti kuten tutkimuk-sia, kirjallisuutta ja sähköisiä lähteitä.

Ohjekirja sisältää vaan tärkeimmät osiot WCPA-käsikirjasta, jolloin se yksinään ei ole riittävä arviointimenetelmän käyttöön luotettavasti. Olemmekin jo ohjekirjan alussa sel-ventäneet, että sen tarkoituksena ei ole korvata varsinaista WCPA-käsikirjaa vaan toi-mia sen tukena. Halusimme varmistaa, ettei ohjekirja korvaa varsinaista WCPA-käsikirjaa, joten jätimme pois viitearvot, jotka ovat oleellisia menetelmän standardoidun käytön kannalta. Näin pyrimme kunnioittamaan WCPA-arviointimenetelmän kehittäjän tekijänoikeuksia.

7.2 Eettisyys

Turun yliopiston mukaan eettisyys on pyrkimystä oikeudenmukaisiin ja vastuullisiin ratkaisuihin (Turun yliopisto 2013). Opinnäytetyön eettisyyttä tuli arvioida suomennet-taessa lomakkeita, koottaessa ohjekirjaa sekä tehdessä yhteistyötä eri tahojen kanssa. Jotta opinnäytetyömme noudattaisi eettisyyden periaatteita, kysyimme lupaa WCPA-lomakkeiden suomentamiseen menetelmän kehittäjältä Joan Toglialta. Lähestyimme häntä sähköpostitse, jossa kerroimme opinnäytetyön aiheesta ja tarkoituksesta (liite 3). Myöntävän vastauksen saatuaamme meidän tuli ilmoittaa lomakkeet, jotka aioimme suomentaa.

Tehdessämme yhteistyötä eri tahojen kanssa toimimme eettisesti ottaen vastuuta ja sitoutuen yhteisiin asioihin. Kunnioittaaksemme yhteistyössä toimivien toimintaterapeuttien anonymiteettiä emme maininneet heidän nimiään opinnäytetyössämme. Esi-tystilaisuuksia sopiessamme otimme huomioon vastaanottavan tahon toiveet ja mielenpi-teet sekä toimimme niiden mukaan. Emme pyrkineet tavoittelemaan omaa etua, vaan halusimme antaa mahdollisimman monelle mahdollisuuden kuulla arviointimenetelmäs-tä, järjestämällä ilmaisia esittelytilaisuuksia marraskuussa järjestettävän maksullisen koulutustilaisuuden lisäksi.

LÄHTEET

Bade, S. 2010. Cognitive executive functions and work: Advancing from job jeopardy to success following a brain aneurysm. *Work*. Vol. 36, No 4, 389–398.

Baum, C.M., Connor, L.T., Morrison, T., Hahn, M., Dromerick, A.W. & Edwards, D.F. 2008. Reliability, validity, and clinical utility of the Executive Function Performance Test: a measure of executive function in a sample of people with stroke. *The American journal of occupational therapy: official publication of the American Occupational Therapy Association*. Vol. 62, No 4, 446–455.

Chung, C.S., Pollock, A., Campbell, T., Durward, B.R. & Hagen, S. Cognitive rehabilitation for executive dysfunction in adults with stroke or other adult non-progressive acquired brain damage. John Wiley & Sons, Ltd.

Diamond, A. 2013. Executive functions. *Annual review of psychology*. Vol. 64, No 1, 135–168.

Jacoby, M., Averbuch, S., Sacher, Y., Katz, N., Weiss, P.L. & Kizony, R. 2013. Effectiveness of Executive Functions Training Within a Virtual Supermarket for Adults With Traumatic Brain Injury: A Pilot Study. *IEEE Transactions on Neural Systems and Rehabilitation Engineering*. Vol. 21, No 2, 182–190.

Jehkonen, M. & Liippola, P. Aivoverenkiertohäiriön aiheuttamat neuropsykologiset häiriöt. Opas. Aivoliitto ry. Saatavissa myös <https://www.aivoliitto.fi/files/1998/symbok.pdf>

Jehkonen, M., Saunamäki, T., Paavola, L. & Vilkki, J. 2015. *Kliininen neuropsykologia*. 1., painos. Helsinki: Kustannus oy Duodecim. Saatavissa myös <https://www.jyu.fi/edupsy/fi/laitokset/psykologia/valintakoe/vilkki-ja-saunamaki-2015.pdf>

Klenberg, L. 2015. Assessment and development of executive functions in school-age children. Väitöskirja. Käyttäytymistieteellinen tiedekunta. Helsinki: Helsingin yliopisto. Viitattu: 20.5.2017 <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-51-0867-8>.

Libin, A.V., Scholten, J., Schladen, M.M., Danford, E., Shara, N., Penk, W., Grafman, J., Resnik, L., Bruner, D., Cichon, S., Philmon, M., Tsai, B., Blackman, M. & Dromerick, A. 2015. Executive functioning in TBI from rehabilitation to social reintegration: COMPASS goal, a randomized controlled trial. *Military Medical Research*. Vol. 2, No 1.

MercyCollege. Joan Togli. Viitattu 12.9.2017 Home > Directory School of Health and Natural Sciences > Joan Togli. <https://www.mercy.edu/users/jtoglia>

Mueller, J.A. & Dollaghan, C. 2013. A systematic review of assessments for identifying executive function impairment in adults with acquired brain injury. *Journal of speech, language, and hearing research: JSLHR*. Vol. 56, No 3, 1051–1064.

Polatajko, H., Davis, J., Stewart, D., Cantin, N., Amoros, B., Purdie, L., & Zimmerman, D. 2007. Specifying the Domain of Concern: Occupation as Core. Teoksessa Polatajko, H.J. & Townsend, E.A. (toim.) *Enabling Occupation II: Advancing and Occupational Therapy Vision for Health, Well-being & Justice Through Occupation*. Ottawa: CAOT Publications ACE, 13–36.

Poulin, V., Korner-Bitensky, N. & Dawson, D.R. 2013. Stroke-specific executive function assessment: a literature review of performance-based tools. *Australian Occupational Therapy Journal*. Vol. 60, No 1, 3–19.

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön – Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turun ammattikorkeakoulun puheenvuoroja 72. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. Viitattu 9.9.2017 <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015. Toimintakyvyn ulottuvuudet. Viitattu 9.9.2017
<https://www.thl.fi/fi/web/toimintakyky/mita-toimintakyky-on/toimintakyvyn-ulottuvuudet>

The American Occupational Therapy Association 2017. About Occupational Therapy. Viitattu 6.9.2017 <https://www.aota.org/About-Occupational-Therapy.aspx>

Toglia, J. 2015, Weekly Calendar Planning Activity (WCPA): a performance test of executive function, American Occupational Therapy Association, Bethesda.

Toglia, J. 2015. Weekly Calendar Planning Activity (WCPA): A Performance Test of Executive Function. AOTA Press.

Turun yliopisto 2013. Eettisyys. Viitattu 15.9.2017
<https://www.utu.fi/fi/yksikot/tse/tietoa/arvot/eettisyys/Sivut/home.aspx>

Vilkkä, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

WFOT 2012. Definition about occupational therapy. Viitattu 2.10.2017
<http://www.wfot.org/AboutUs/AboutOccupationalTherapy/DefinitionofOccupationalTherapy.aspx>

WCPA TUTUKSI

WCPA TUTUKSI

Opas toiminnanohjauksen
arviointimenetelmän käyttöön



Ella Isaksson & Jonna Kiikola
Turun AMK
WCPA TUTUKSI

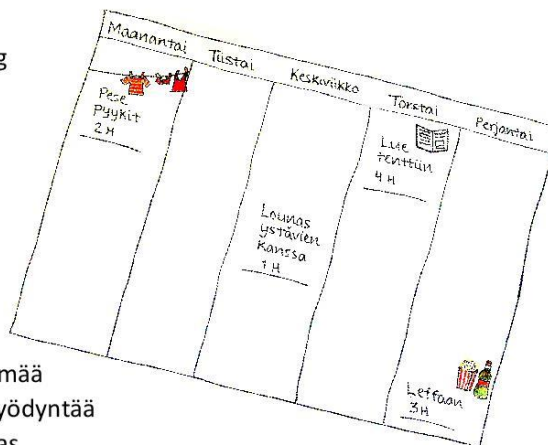
Sisällys

Toiminnanohjauksesta lyhyesti	3
Toiminnanohjauksen haasteet:	3
WCPA – arviointimenetelmä	5
Mikä?	5
Kenelle?	5
Miten?	6
Miksi?.....	6
Ohjeet arvioinnin toteutukseen	7
Tarvittavat välineet.....	7
Valmistelu	8
Pisteytys.....	12
Tulosten tulkinta.....	14
Käyttökokemuksia menetelmästä	18

Aluksi

Tämän oppaan tarkoituksena on helpottaa Weekly Calendar Planning Activity -arviointimenetelmään tutustumista ja sen käyttöönottoa.

Opas on suunnattu toimintaterapeuteille ja toimintaterapiaopiskelijoille. Oppaan avulla arviointimenetelmään tutustuminen on helppoa ja se antaa lyhyet ohjeet, miten menetelmää käytetään. Lisäksi opasta voidaan hyödyntää kouluissa opetuskäytössä. Tämä opas ei kuitenkaan korvaa varsinaista WCPA -käsikirjaa vaan tarjoaa lyhyen opastuksen menetelmästä suomeksi.



Opas sisältää lyhyesti tietoa toiminnanohjauksesta, menetelmän taustasta ja tarkoituksesta sekä siitä kenelle se soveltuu. Lisäksi se sisältää tiivistetyn ohjeistuksen testin toteuttamiseen vaihe vaiheelta. Liitteenä jaamme suomennettuja testiin kuuluvia lomakkeita, joiden avulla menetelmää voidaan ymmärtää paremmin ja toteuttaa harjoitusmielessä.

Opas on toteutettu osana opinnäytetyötä Turun ammattikorkeakoulun toimintaterapian koulutusohjelmassa vuonna 2017. Opinnäytetyömme tarkoituksena on jalkauttaa WCPA -arviointimenetelmää, joten päätimme luoda tämän oppaan helpottamaan menetelmään tarttumista. WCPA -menetelmää ovat kokeilleet muutamat yhteistyössä olleet toimintaterapeutit ja heidän kokemuksiaan on myös liitetty tähän oppaaseen. Kiitokset toimintaterapeuteille, jotka lähtivät mukaan kehittämistyöhömme.

Ella Isaksson & Jonna Kiikola

Toiminnanohjauksesta lyhyesti

Käsitteenä toiminnanohjaus (executive function) on monimuotoinen ja käsittää useita eri toimintoja esimerkiksi suunnittelu, muisti ja abstrakti ajattelu, jotka tukevat tavoitteellista toimintaa. Toiminnanohjauksen merkitys tulee esiin erityisesti uusissa, poikkeuksellisissa ja monimutkaisissa tilanteissa, sekä tilanteissa, joissa tulee sulkea pois ympärillä olevat häiriötekijät. Tällöin toiminnanohjaus mahdollistaa toiminnan suunnittelun, aloittamisen ja ylläpitämisen, niin että tehtävä saadaan suoritetuksi. Rutiinomaisissa ja tutuissa tilanteissa käytetään valmiita toimintamalleja, jolloin toiminnanohjauksen merkitys on vähäisempää.

(Jehkonen ym. 2015, 74; Togliola 2015, 1)

Toiminnanohjauksen haasteet:



Toiminnan aloittamisen vaikeus
ja motivaation puute

Toiminnan vaihtaminen vaikeaa
esimerkiksi puheenaihetta vaihtaessa tai
siirtymätilanteissa



Toimiminen sosiaalisissa tilanteissa:

- Tunneilmaisun hallitsemattomuus
- Empatiakyvyn puuttuminen /kykenemättömyys eettiseen ajatteluun
- Loukkaava käyttäytyminen muita kohtaan tai heidän tunnetilojen huomiotta jättäminen

Impulsiivisuus

- oman käyttäytymisen hallitseminen tilanteen niin vaatiessa on vaikeaa, esimerkiksi omaa vuoroa odottaessa



Huomion kiinnittäminen yhteen asiaan kerrallaan (keskittyminen) vaikeaa

- Virhealttiuden lisääntyminen keskittymisen heikentyessä

Tehtävien samanaikainen hallinta (multitasking)



Kyvyttömyys joustaa rutiineista



WCPA – arviointimenetelmä

Mikä?

Weekly Calendar Planning Activity on Joan Toglian vuonna 2015 kehittämä toiminnanohjauksen arviointimenetelmä. Menetelmä antaa mahdollisuuden havainnoida, kuinka henkilö suoriutuu kognitiivisesti haasteellisesta toiminnallisesta tehtävästä.

Kenelle?

Arviointimenetelmä on kehitetty 18-94 –vuotiaille aikuisille. Lisäksi testiä on laajennettu luomalla omat versiot 12-18 –vuotiaille yläkoulu- ja lukioikäisille sekä 16-21 –vuotiaille nuorille. Testi soveltuu henkilöille, joilla on tai arvellaan olevan toiminnanohjauksen haasteita.

Toiminnanohjauksen haasteita ilmenee:

- Lapsilla, nuorilla ja aikuisilla
- Neurologisten sairauksien yhteydessä, kuten:
 - o aivovammat
 - o aivoverenkiertohäiriöt
 - o aivokasvaimet
 - o aivoja rappeuttavat sairaudet esimerkiksi alzheimer, parkinsonin tauti, MS
 - o krooniset sairaudet esimerkiksi sydänsairaudet
- Psykiatristen sairauksien yhteydessä, kuten:
 - o pakko-oireinen häiriö (OCD)
 - o kaksisuuntainen mielialahäiriö
 - o skitsofrenia
- Kehityshäiriöiden yhteydessä, kuten:
 - o ADHD
 - o oppimisvaikeudet
 - o autismi

(Toglia 2015, 1–2)

Miten?

WCPA-arviointimenetelmässä testattava järjestää 17-18 eri tapaamista tai tehtävää viikkokalenteriin. Samalla hänen tulee noudattaa tiettyjä sääntöjä, välttää konflikteja, seurata ajankulkua ja estää häiriötekijöiden vaikutukset. Testin tekeminen kestää noin 20-30min. Testi sisältää 3 eri tasoa ja jokaisesta tasosta on 2 eri versiota testin uusimista varten. Testi on standardoitu ja sisältää viitearvot testitason ja iän mukaan.

Miksi?

Toiminnanohjauksen arviointiin soveltuvia arviointimenetelmiä on vähäisesti ja useimmat niistä saattavat olla vanhahtavia tai vaikeasti toteutettavia. WCPA-arviointimenetelmä on uusi ja soveltuu siksi hyvin nykypäivään. Testi on nopea ja helppo toteuttaa. Testin tekeminen vaatii vain kyniä, paperia ja kellon, jolloin testi on helppo kuljettaa mukana eikä sido tiettyyn aikaan eikä paikkaan. Arviointimenetelmän sisältö on arkista ja tarvittaessa muokattavissa testattavalle sopivammaksi (esimerkiksi kulttuuri-/ikäerot). Lisäksi testin tuloksista saadaan paljon tietoa, jota voidaan suoraan hyödyntää apuna terapian suunnittelussa. Koska testi sisältää kaksi versiota kustakin tasosta, on se helppo toteuttaa uudelleen esimerkiksi halutessa testata terapian vaikuttavuutta.



Ohjeet arvioinnin toteutukseen

Tarvittavat välineet

Ensimmäinen vaihe on valita testattavalle oikea testilomake iän, tason ja version mukaan (valitse versio kaksi, jos testattava on tehnyt testin aiemmin).

Toinen vaihe on kerätä tarvittavat tavarat testin tekoa varten.

Testattava tarvitsee

- ohjeistuslomake (lomake E.1)
- varattavat tapaamiset ja ajanvaraukset (taso I, II tai III)
- tyhjä viikkokalenteri (lomake E.2)
- mallikalenteri (lomake E.4)
- kuulakärkikynä (ei lyijykynä!)
- 2 eri väristä ylivivaustussia (tasot II ja III)
- 1 tai 2 tyhjää suttupaperia (taso II ja III)
- kello näkyvällä paikalla

Testaaja tarvitsee

- sekuntikello
- testaajan ohjeet kaikille tasoille (löytyy liitteistä)
- vaihtoehtoinen taustatietolomake (lomake E.5)
- WCPA kirjauslomake (lomake E.6)
- tehtävän jälkeinen haastattelu ja arvosteluasteikko (lomake E.7)
- vaihtoehtoinen havainnointilomake (E.8)

Huomio! Ennen testin varsinaista toteuttamista, tutustu menetelmään ja lomakkeisiin huolella. Lisäksi harjoittele testin tekemistä kahdelle tai kolmelle terveelle henkilölle.

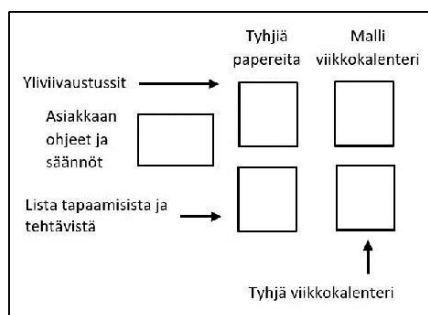


Pisteytykseen tarvittavat lomakkeet

- pisteytyslomake (lomake A-D, riippuen mitä testiä on käytetty)
- vaihtoehtoinen: pisteiden yhteenveto (lomakkeet F)

Valmistelu

Asettele tarvittavat materiaalit pöydälle kuvan mukaisesti ja esitele ne testattavalle. Muista merkitä ohjeistuslomakkeeseen aika, jolloin testin aloittamisesta on kulunut 7 minuuttia. Lisäksi merkitse kyseisen version vapaapäivä lomakkeeseen.



Kuva 1. Tarvikkeiden asettelu ja sijoittaminen

Aloittaminen

Tässä vaiheessa voit halutessasi täyttää vaihtoehtoisen taustatietolomakkeen (lomake E.5) asiakkaan kanssa. (Täytettyäsi lomakkeen) lue testattavalle tarkka suullinen ohjeistus, jonka löydät oppaan liitteistä.

Tehtävän aikana kirjauslomakkeen täyttö

WCPA kirjauslomaketta (E.6) täytetään tehtävän aikana. Merkkää lomakkeeseen taso ja versio, jota käytetään. Kun kerrot tehtävän alkavan, aloita ajanotto. Sinun tulee merkata kulunut aika kahdesti kirjauslomakkeeseen.

- Suunnittelu-aika: kirjaa aika, kun asiakas merkitsee ensimmäisen tapaamisen (min+sek). Voit halutessasi kirjata ajan myös asiakkaan merkatessa toisen tapaamisen.
- Kokonaisaika: Kirjaa aika, kun asiakas kertoo lopettaneensa tai laskee kynän. Tämä aika sisältää sekä suunnitteluajan ja tehtävään käytetyn ajan (min+sek).

Tehtävän aikana testaaja havainnoi ja kirjaa, kuinka hyvin testattava noudattaa sääntöjä (pisteet 0-5).

Sääntö 1: Kysymyksiin vastaaminen

Tehtävän aikana testattava kysyy asiakkaalta kolme epäolennaista kysymystä, joihin asiakasta on ohjeistettu olemaan vastaamatta. (Tämä vaatii kykyä sivuuttaa asiaankuulumatonta tietoa.) Nämä kysymykset tulee kysyä 2, 5 ja 10 minuutin jälkeen (jos asiakas on nopeampi, voit kysyä viimeisen kysymyksen aiemmin). Jokaisen kysymyksen kohdalla merkitse kirjauslomakkeeseen Kyllä tai Ei, jos asiakas vastaa yhteenkin kysymykseen on sääntöä 1 rikottu.

1. Tiedätkö, millaista säätä on luvattu huomiseksi?
2. Onko sinulla lemmikkejä?
3. Milloin on syntymäpäiväsi?



Kuva 2. Testin aikana kysyttävät kysymykset

Sääntö 2: Kertoo ajan 5 minuutin sisällä sovitusta ajasta

Jos asiakas kertoo ajan yli viiden minuutin jälkeen sovitusta ajasta, on sääntöä 2 rikottu. Testaaja merkitsee kirjauslomakkeeseen, jos asiakas unohtaa kertoa ajan tai jos hän ilmoittaa sen liian myöhään.

Sääntö 3: Ilmoittaa ollessaan valmis

Testaaja merkitsee kirjauslomakkeeseen muistaako asiakas ilmoittaa olleensa valmis (Kyllä/Ei).

Sääntö 4: Tapaamisia merkattu vapaapäivälle

Asiakasta on ohjeistettu olemaan merkitsemättä tapaamisia tietyille päivälle, useimmissa versioissa tämä päivä on keskiviikko. Löydät vapaapäivän kyseisen testi

version pisteytyslomakkeesta. Jos kyseiselle päivälle on merkitty tapaamisia, on sääntöä 4 rikottu. Huomio virhe myös täyttäessäsi pisteytyslomaketta.

Sääntö 5: Yliviivattujen tapaamisten määrä

Asiakasta on ohjeistettu olemaan vetämättä yli tapaamisia viikkokalenterista. Kaikki ylivedettyjen tapaamisten määrä merkitään kirjauslomakkeeseen. Jos asiakas yliviivaa yhdenkin tapaamisen, on sääntöä 5 rikottu.

Havainnoinnit

Testaaja merkkää kirjauslomakkeeseen, kuinka monesti asiakas palaa ohjeistuslomakkeeseen tehtävän aikana.

Tarkkaile miten asiakas käsittelee kalenterin virheitä ja merkitse havainnoimasi kirjauslomakkeeseen. Tämä antaa tärkeää tietoa asiakkaan kyvystä suoriutua odottamattomista tilanteista. Jos asiakas kysyy sinulta kalenterin virheistä, älä ohjeista vaan rohkaise jatkamaan itsenäisesti.

Poikkeustilanteissa katso ohjeet WCPA -käsikirjasta, sivulta 13-14.

Strategioiden havainnointi

Testaajan tulee huomioida asiakkaan strategioiden käyttöä, tehokkuutta ja asiakkaan taitoa tarkkailla omia kykyjään ja virheitään. Testaajan merkkää strategian tyyppin ja kuinka usein testattava sitä käyttää. (Halutessasi voit havainnoida vain pelkästään strategioiden käyttöä ilmoittamatta, kuinka usein sitä on käytetty.) Muista huomioida myös, jos asiakas käyttää harvinaisempia strategioita kuten peittää osan listasta toisella paperilla tai hyräilee keskittyäkseen.

Tehtävän jälkeinen haastattelu

Tehtävän jälkeinen haastattelu ja arvosteluasteikko (lomake E.7) tehdään heti tehtävän suorittamisen jälkeen, jotta voidaan arvioida asiakkaan omaa näkökulmaa hänen suoriutumisestaan. Avoimet kysymykset tulee kirjata sanatarkasti heti kun mahdollista. Jos asiakas ei tiedosta strategioiden käyttöä suorituksen aikana, testaajan tulisi mainita huomioistaan ja rohkaista asiakasta pohtimaan, miksi hän toimi testaajan huomaamalla tavalla.

Asiakas arvioi omaa suoriutumistaan neljän väitteen avulla asteikolla 1-4. Yhteen lasketuista pisteistä voidaan arvioida asiakkaan kokemus tehtävän vaikeudesta (mitä pienempi luku sitä helpommaksi asiakas koki tehtävän). (Vaihtoehtoinen: testaaja voi kirjoittaa taulukkoon myös oman arvionsa. Testaajan ja asiakkaan yhteenlaskettujen lukujen erotusta voidaan käyttää arvioimaan asiakkaan itsetietoisuutta. Jos erotus on 0, viittaa se yksimielisyyteen eli hyvään itsetietoisuuteen.) Sama pätee ajan tietoisuuden ja tarkkuuden arvioinnissa.

Tarkat kuvaukset itsetietoisuuden tasoista löydät WCPA -käsikirjasta sivulta 21. Näitä voit hyödyntää terapiassa.

Halutessaan testaaja voi käyttää havainnointilomaketta (E.8) havainnoidessaan asiakasta tehtävän aikana. Lomakkeen avulla testaaja saa tarkempaa tietoa asiakkaan menetelmistä, joita hän käyttää täyttäessään kalenteria. Tämän lomakkeen käyttö ei ole välttämätöntä, mutta siitä saattaa olla apua tulkinnessa ja pisteytyksessä.

Pisteytys

Valitse pisteytykseen testiversiota vastaava pisteytyslomake. Pisteytyslomaketta käytetään tunnistamaan ja pisteyttämään, kuinka tarkasti tapaamiset on merkitty.

Virheiden itsearviointi

Tehtävän aikana asiakas saattaa ilmaista sanallisesti tai elein tehneensä virheen. Jos asiakas huomaa virheen (vaikka virhe jäisi korjaamatta), testaajan tulee tehdä merkintä itsearviointi (IA) -sarakeeseen tapaamisen kohdalle. Tehtävän jälkeistä haastattelua voidaan käyttää vahvistamaan testaajan havaintoja.

Pisteytyslomakkeen täyttö

Vaihe 1: Ensimmäinen vaihe on tunnistaa merkityt tapaamiset ja tapaamiset, jotka ovat unohdettu tai tietoisesti jätetty pois.

- Jos tapaaminen on merkitty, tee merkintä "merkitty"-sarakeeseen (vaikka tapaaminen olisi virheellisesti merkitty).
- Jos tapaaminen on unohdettu tai jätetty pois, tee merkintä "puuttuu"-sarakeeseen (tapaaminen lasketaan puuttuvaksi myös silloin kun se on vedetty kalenterista yli).
- merkittyjen ja unohdettujen tapaamisten yhteismäärä tulisi olla 17 tai 18.

Vaihe 2: Tässä vaiheessa testaajan tulee käydä läpi merkityt tapaamiset ja tunnistaa sieltä oikeinmerkityt sekä virheelliset tapaamiset.

Huomio! WCPA pisteytyksen avulla on myös mahdollista arvioida asiakkaan tehokkuutta. Ohjeet siihen löydät WCPA-käsikirjasta s.25.



Jos tapaaminen sisältää useita virheitä, vain yksi niistä lasketaan. Virheet merkitään tietyssä arvojärjestyksessä:

1. T (Toisto/Repetition)
2. S (Sijoittaminen/Location)
3. A (Aika/Time)
4. E (Epätarkka/Inaccurate)

Esimerkki.

Asiakas on sijoittanut tapaamisen väärään päivään (2) ja tapaamisen kesto on tuntia pidempi kuin kuuluisi (3). Lisäksi tapaaminen on nimetty puutteellisesti (4). Tällöin virhe katsotaan sijoittamisvirheeksi, koska se on arvojärjestyksessä korkeimmalla.

Toistovirhe

Asiakas merkitsee saman tapaamisen useammin kuin kerran (eikä toistettu tapaaminen ole tietoinen yritys korjata väärin merkittyä tapaamista).

Sijoitusvirhe

Asiakas merkitsee tapaamisen väärälle päivälle tai oikealle päivälle väärään ajankohtaan.

Aikavirhe

Asiakas merkitsee tapaamisen oikeaan kohtaan, mutta tapaamisen kesto heittää enemmän kuin 15 minuuttia (7.00-18.00) tai 30 minuuttia (18.00-21.00). Toisin sanoen tapaaminen on enemmän kuin yhden ruudukkoviivan verran liian lyhyt tai pitkä. Virhettä ei kuitenkaan tule, vaikka tapaaminen olisi piirretty kahden ruudukkoviivan verran liian lyhyeksi tai pitkäksi, jos tapaamisen kesto on kirjoitettu kalenteriin oikein.

Epätarkkuusvirhe

Asiakas merkitsee tapaamisen nimen epätarkasti, puutteellisesti tai vaillinaisesti niin että sen merkitys jäisi epäselväksi ulkopuoliselle henkilölle.

Huomio! Lisätietoa pisteytyksestä, virhemerkinnöistä ja poikkeustilanteista sekä kuvallisia esimerkkejä löydät WCPA-käsikirjasta s.23-40.

Usein kysytyjä kysymyksiä s.41-42.

Asiaankuulumattomat tapaamiset

Asiakas merkitsee kalenteriin tapaamisia, joita ei löydy listalta tai jotka ovat asiaankuulumattomia tai epäolennaisia.

Tulosten tulkinta

WCPA- arviointimenetelmän tulkinta sisältää tehtävän tulosten analysoinnin, testaajan tekemät havainnot sekä vastaukset tehtävän jälkeiseen haastatteluun. WCPA on yksi osuus arvioinnista. WCPA -arvioinnin tuloksia tulee vertailla muista menetelmistä (havainnointi/muut testit) saatuihin tuloksiin. Näiden tulosten pohjalta tehdään arvio asiakkaan toimintakyvystä ja mahdollisista toiminnanohjauksen haasteista.

WCPA -käsikirja sisältää viitearvot 16-94 -vuotiaille. Tehtävästä saatuja pisteitä voidaan verrata näihin viitearvoihin, joiden pohjalta saadaan tietoa asiakkaan toimintakyvyn haasteiden laajuudesta. Testaaja valitsee ensin oikean muunnostaulukon, jonka jälkeen hän pyrkii löytämään mahdollisimman oikean vaakarivin, joka vastaa asiakkaan tuloksia. Prosentit antavat nopean suuntaa antavan arvion siitä, miten asiakas sijoittuu viitearvoihin nähden. Prosentit ilmaisevat, kuinka moni koeryhmästä on saanut saman tuloksen tai alle.

Prosenttien lisäksi muunnostaulukossa on testiryhmän keskiarvo, keskihajonta, mediaani ja vaihteluväli. Prosenttien avulla voidaan nopeasti ja helposti tulkita useimpia tuloksia, mutta tarkkuutta ja kokonaisuutta tarkastellessa kannattaa vertailla keskiarvoja ja keskihajontaa. WCPA:n kokonaistuloksista voidaan tehdä yhteenveto eri tavoilla käyttäen apuna taulukoita ja kaavioita. Vaihtoehdot sisältävät nopean yhteenvedon raakapisteistä, viitearvoihin vertailun, suoritus- ja virheprofiilin (lomakkeet F s.147 →).

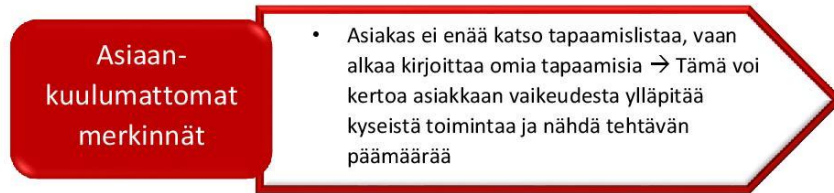
Suoriutumisen analysointi ja liittäminen terapiaan

Määrällisten tulosten lisäksi WCPA antaa tärkeää tietoa, kuinka asiakas selviytyy kognitiivisista haasteista. Tämä tieto on oleellista terapian suunnittelussa. Koska terapian tarkoituksena on vähentää suoritusvirheitä arjessa, on tärkeää ymmärtää, miksi tietyt virheet toistuvat asiakkaan toiminnassa. Nämä WCPA:ssa esiin tulevat virheet ovat yhteydessä arjessa ilmeneviin haasteisiin.

Listaus virhetyypeistä ja niiden yhteys arkeen:







Käyttökokemuksia menetelmästä

Tässä kappaleessa kerromme yhteistyössä toimineiden toimintaterapeuttien kokemuksia WCPA-menetelmän käytöstä.

Kukin toimintaterapeutti käytti arviointimenetelmää kolmen eri asiakkaan kanssa. Useimmilla arvioitavilla asiakkailla oli aivovamma tai jonkinasteinen kehityshäiriö. Toimintaterapeutit kertoivat oletaneensa aluksi menetelmän sopivan vain harvoille. Käytettyään menetelmää toimintaterapeutit huomasivat kuitenkin, että testi soveltuikin oletettua useammalle. Vaikea afasia tai luetunymmärtämisen haasteet vaikeuttivat ja rajoittivat menetelmän käyttöä. Toimintaterapeutit kokivat myös, että arvioinnin voi toteuttaa myös asiakkaille, joilla ei ole havaittu toiminnanohjauksen ongelmia. Toimintaterapeutit käyttivät arvioidessaan tason kaksi tehtävää.

Toimintaterapeutit kokivat arviointimenetelmän käytön etenkin alussa melko haastavaksi, koska lomakkeita ja huomioon otettavia asioita oli paljon. He kuitenkin kertoivat menetelmään etukäteen perehtymisen helpottavan sen käyttöä. Helpottaakseen edelleen arviointimenetelmän käyttöä, he olivat kukin päättäneet soveltaa menetelmää. Toimintaterapeutit olivat käyttäneet 3-4 eri lomaketta, jotka he kokivat tarpeellisimmiksi. Eräs toimintaterapeuteista kehui erityisesti itsearviointilomaketta, sillä hänen mielestään se mahdollistaa asiakkaan toiminnan hahmottamisen kokonaisuudessaan. Toimintaterapeutit eivät pitäneet pisteyttämistä tarpeellisena, sillä he kokivat saavansa tarvittavat tiedot jo testin aikana sekä hyödyntämällä itsearviointilomaketta.

Toimintaterapeutit kokivat testin tukevan jo asiakkaasta aiemmin saatuja havaintoja. Testiä tehdessä asiakkaan toiminnassa näkyivät samat haasteet ja vahvuudet kuin muissa toiminnoissa. He ajattelivat testin olevan asiakkaalle rankka, mutta yllättyivät positiivisesti siitä, miten pitkään asiakkaat jaksoivat keskittyä tehtävän tekoon.

Toimintaterapeutit kokivat WCPA-arviointimenetelmän hyödylliseksi. He kertoivat saaneensa uutta tietoa asiakkaiden strategioiden käytöstä ja niistä oli apua terapian suunnittelussa. Koska testin sisältö liittyy usein asiakkaalle olennaiseen aiheeseen, on asiakkaan tällöin helppo ymmärtää, miksi testi tehdään. Asiakkaan on myös helppo ymmärtää testin tulokset, sillä virheet ovat selkeästi nähtävillä tarkistusvaiheessa.

KYSYMYKSET TOIMINTATERAPEUTEILLE

Kysymykset toimintaterapeuteille

1. Kuinka monen asiakkaan kanssa käytitte menetelmää? Millaisia olivat asiakkaan taustat (diagnoosi, oliko aikaisemmin tiedossa toiminnanohjauksen ongelmia, oliko asiakas uusi, yms.)?
2. Oliko helppo löytää asiakas, jonka kanssa menetelmää voisi käyttää? Minkälaista seulaa käytit valikoidessasi asiakkaat? Minkälaisille asiakkaille testiä voisi mielestäsi käyttää ja voisiko kyseinen testi toimia esimerkiksi osana alkuarviointia?
3. Mitä versiota testistä käytitte, 1, 2 vai 3? Kokeilitteko vain kyseistä versiota?
4. Oliko käyttö helppoa terapeutin näkökulmasta/asiakkaan näkökulmasta?
5. Sovelsitteko jotain osaa testistä? Jos niin mitä, ja mitä vaikutusta sillä oli?
6. Pisteytittekö lopuksi? Jos, niin oliko pisteytys helppoa?
7. Tukiko testin tulokset aikaisempia havaintoja asiakkaasta?
8. Saitteko testin avulla tietää jotain uutta asiakkaasta tai hänen toimintakyvystään?
9. Oliko testistä apua terapian suunnitteluun? Saitteko uusia ideoita terapiaan?
10. Koittateko menetelmän hyödylliseksi? Perustele
11. Oliko meidän kokoamamme ohjekirja mielestänne hyödyllinen? Korjaus tai kehitysideoita? Mikä oli toimivaa?
12. Käytittekö WCPA tutuksi -ohjekirjaa vai WCPA -käsikirjaa? Jos käytitte molempia, tukivatko ohjekirjat toisiaan?
13. Aiotteko jatkossa käyttää tätä menetelmää?

SUOMENNOSLUVAN KYSYMINEN

Dr. Joan Toglia

Main Hall, 4th Floor, Room PH
555 Broadway
Dobbs Ferry NY 10522

914-674-7746

JToglia@mercy.edu

WCPA permission

We are two occupational therapy students, Ella Isaksson and Jonna Kiikola, from Turku University of Applied Sciences in Finland. We are doing thesis about Weekly Calendar Planning Activity. Our aim is to implement WCPA for occupational therapists and occupational therapy students. To be able to do that we would have to do informal Finnish translations of WCPA forms. We plan to do a short manual in Finnish so that it would be easier to orient to WCPA. The purpose of our manual is not to replace the actual WCPA manual but to ease using the assessment method by a small introduction of the WCPA in Finnish. Our manual would be used at schools so that students had information about the WCPA.

?

We would like your permission to do the translations and the short manual for our thesis.

?

?

Best Regards
5th December 2016

Ella Isaksson
student
ella.isaksson@edu.turkuamk.fi
+358 440561995

Jonna Kiikola
student
jonna.kiikola@edu.turkuamk.fi
+358 504077309