



Uusperheiden digitaalinen tuki -Nuorten osion kehittäminen StepApp-sovelluksessa

Sanna Suhonen

2024 Laurea





Laurea-ammattikorkeakoulu

**Uusperheiden digitaalinen tuki
-Nuorten osion kehittäminen StepApp-sovelluksessa**

Sanna Suhonen
Sosionomi AMK
Opinnäytetyö
Toukokuu, 2024

Sanna Suhonen

Uusperheiden Digitaalinen Tuki -Nuorten Osion Kehittäminen StepApp-sovelluksessa

Vuosi

2024

Sivumäärä

59

Tämä opinnäytetyö toteutui kehittämistyönä, joka perustui aitoon työelämän kehittämistarpeeseen. Suomen Uusperheiden Liitto ry (Supli) tarjoaa uusperheille suunnattua valmennusta. Valmennuksessa on käytössä StepApp-sovellus. Tämä sovellus on uusperheiden tukena valmennuksen ajan. Siinä on omat osiot myös perheen lapsille (6-12v.) sekä nuorille (13-17v.) Sovellus mahdollistaa myös uusperheen lasten ja nuorten osallistumisen valmennuksen sisältöihin ja he saavat sen kautta tietoa sekä vinkkejä uusperheen erilaisiin tilanteisiin. Uusperheille suunnattuihin valmennuksiin kuuluva StepApp-sovellus kaipasi nuorten osioon uudistettua tieto- ja tehtäväsisältöä.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa uutta sisältöä nuorten osioon StepApp-sovelluksessa ja olla mukana järjestämässä työpaja Suplin kehittäjänuorille, joiden avulla uusi sisältö arvioitiin. Opinnäytetyön tavoitteena oli työpajasta saatujen tulosten avulla edistää StepApp-sovelluksen kehitystyötä, jotta saavutettaisiin toimivampi ja mielekkäämpi sisältö nuorille. Opinnäytetyön teoreettisena taustana avataan uusperheen käsitettä ja nuoria uusperheessä. Teoriaa tuodaan esille myös sovelluksen uudistetuista nuorten osion teemoista ja niiden sisällöistä. Näiden käsitteet avataan uusperheiden nuorten näkökulmasta.

StepApp-sovellusta on kehitetty pitkän palvelumuotoiluun perustuvan työn tuloksena. Se sai alkunsa Stepping-hankkeesta 2018. Keväällä 2024 oli ajankohtaista uudelleen kehittää nuorten osion sisältöä ja tätä kehittämistyötä tehtiin yhdessä Suplin StepApp-tiimin kanssa yhteiskehittämällä. Uusittu sisältö esiteltiin työpajassa Suplin kehittäjänuorille, joiden avulla sisältöä arvioitiin. Työpajasta sisältö etenee viimeistelyyn ja siirrettäväksi sovellukseen Suplin toimista heidän kehittämispäivässänsä 2024. Jatkokehitystyön seuraava vaihe on kehittää sekä uudistaa lasten osion sisältö. Tämän työstämiseen voidaan hyödyntää nuorten osion uudistuksia.

Asiasanat: uusperhe, yhteiskehittäminen, StepApp-sovellus

Sanna Suhonen

Digital Assistance for Stepfamilies -Developing Youth Section in the StepApp Application

Year

2024

Pages

59

This Bachelor's thesis was carried out as a development work based on a genuine need of development in the work field. Stepfamily Association of Finland (Finnish Supli) offers counselling for stepfamilies. During counselling, families are given access to StepApp application developed to support stepfamilies during counselling. StepApp application contains different sections for adults, children (6-12y.) and teens (13-17y.) in the family. The application also allows children and adolescents in stepfamilies to participate in the content of the counselling and through it, gain information and tips for different situations in stepfamilies. The StepApp application aimed at stepfamilies needed updated content in the youth section.

The purpose of this thesis was to produce new content for the youth section in the StepApp application and to participate in organizing a workshop for Supli's young developers. They evaluated the new content. The objective of this Bachelor's thesis was to develop the youth section of the StepApp application with the results from the workshop, so the content for the youth section would be more functional and more meaningful. The theoretical background for this thesis stepfamilies and adolescents as concepts. The theory also included the renewed themes of the youth section of the application and their contents. These concepts were discussed from the point of view of the youth in stepfamilies.

StepApp application was developed as a result of long work based on service design. It started from Stepping-project in 2018. In spring 2024, the renewal of the youth section was current, and this development was conducted together with Supli's StepApp-team using co-development. The renewed content was presented to Supli's young developers, which helped to reevaluate the content in the workshop. The content from the workshop will progress to completion and transfer to the application by Supli on their development day later in 2024. The next stage of the further development work is to develop and renew the content of the children's section. The reforms of the youth section can be used to work on this.

Keywords: stepfamily, co-development, StepApp application

Sisällys

1	Johdanto.....	8
2	Opinnäytetyön tausta	9
2.1	Työelämäkumppanin esittely	9
2.1.1	StepApp-toiminta	9
2.1.2	StepApp-sovellus.....	10
2.1.3	Suplin kehittäjänuoret	11
3	Uusperhe	12
3.1	Uusperhe käsitteenä	12
3.2	Nuoret uusperheessä.....	12
4	StepApp-sovelluksen kehittämistyön taustaa.....	14
4.1	Stepping-hanke	14
4.2	Kiihdyttämö-prosessi	14
4.3	Sovelluskehitys	15
5	StepApp-sovelluksen nuorten osio ja sen käsitteet.....	16
5.1	Uusperhe perheenä	17
5.2	Nuorten oikeudet.....	18
5.3	Tunnetaidot	19
5.4	Kommunikaatio	19
5.5	Vaikuttaminen	20
6	Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite	21
7	Opinnäytetyön prosessi	21
7.1	Lähestymistapana palvelumuotoilu	21
7.2	Menetelmävalinnat.....	22
7.3	Kehittämistyön suunnittelu ja toteutus	23
7.3.1	Työpaja	24
7.3.2	Jatkokehittäminen	26
8	Opinnäytetyön arviointi	27
8.1	Kehittämistyön arviointi.....	27
8.2	Opinnäytetyön prosessin arviointi	28
9	Eettisyys ja luotettavuus	29
10	Pohdinta	31
	Lähteet.....	34
	Kuvat	36
	Taulukot	36
	Liitteet	37

1 Johdanto

Uusia digitaalisia palveluja kehitetään jatkuvasti. Digitaalisilla ratkaisuilla pystytään tarjoamaan palveluja, jotka antavat tukea ja lisäävät mahdollisuuksia täydentää perinteisiä palveluita. Digitaalisten palveluiden kehittäminen antaa mahdollisuuksia myös täysin uusien toimintatapojen sekä palveluiden luomiseen. (THL 2024.) Suomen Uusperheiden Liitto ry (Supli), on kehittänyt omaan StepApp-toimintaansa ensimmäisen uusperheiden tukemiseen tarkoitettun StepApp-sovelluksen. Taustalla on Stepping-hanke ja kehittämistyö yhdessä Turun yliopiston kanssa. Hankkeessa kehitetty StepApp-sovellus on osana uusperheille tarjottavaa valmennusta ja näin tarjonnut tukea ja apua uusperheiden arkeen.

Uusperheet ovat monimuotoinen osa yhteiskuntaamme, jossa perheen jäsenten tarpeiden ymmärtäminen ja huomioiminen on tärkeää. Lapset ja nuoret ovat keskeinen osa uusperheen dynamiikkaa. Suomen Uusperheiden Liitto on järjestö, joka vaikuttaa ja toimii hyvin monipuolisesti sekä monella eri tasolla. Se pyrkii parantamaan uusperheiden hyvinvointia ja yhdenvertaisuutta muiden perhemuotojen joukossa. Supli on ainutlaatuinen organisaatio ja ainoa uusperhekysymyksiin erikoistunut järjestö maailmassa.

StepApp-sovelluksen nuorten osion sisällön uudelleen kehittäminen oli ajankohtaista keväällä 2024. Aiempi sovelluksen käyttöaste oli matala varsinkin lasten ja nuorten keskuudessa. Sovelluksen haluttiin osallistavan lapset ja nuoret mukaan uusperheiden valmennuksiin ja siten saada heidän äänensä kuuluviin. (Supli 2024a.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa uutta sisältöä nuorten osioon StepApp-sovelluksessa ja olla mukana järjestämässä työpaja Suplin kehittäjänuorille, joiden avulla uusi sisältö arvioitiin. Opinnäytetyön tavoitteena oli työpajasta saatujen tulosten avulla edistää StepApp-sovelluksen kehitystyötä, jotta saavutettaisiin toimivampi ja mielekkäämpi sisältö nuorille. Opinnäytetyöni toisena tavoitteena oli oma oppimisprosessini. Tavoitteeni oli lisätä ymmärrystä kehittämistyöstä ja vahvistaa itsensä johtamisen taitoja.

Tässä opinnäytetyössäni esittelen kehittämismuotoista opinnäytetyöprosessia, jossa lähestymistapana oli palvelumuotoilu ja konkreettisina menetelminä yhteiskehittäminen ja työpaja. StepApp-sovellus, kuten kaikki digitaaliset palvelut, ovat jatkuvan kehittämisen kohteena. Opinnäytetyössäni kuvailtu prosessi on siis laaja kokonaisuus, joka on alkanut jo 2018 käynnistyneestä hankkeesta. Siitä syystä avasin työssäni runsaasti myös StepApp-sovelluksen kehittämistyön taustoja. Oma osuuteni tällä matkalla on siis vain lyhyt vaihe, jonka aikana sain olla mukana yhteiskehittämässä sisältöä sovellukseen StepApp-tiimin ja kehittäjänuorten kanssa. Sovelluksen kehitystyö jatkuu opinnäytetyöni jälkeen, eikä opinnäytetyöni aikatauluun enää ehtinyt työpajasta saatujen tulosten sekä hyödyn arviointi tai vaikuttavuuden mittaaminen.

2 Opinnäytetyön tausta

2.1 Työelämäkumppanin esittely

Opinnäytetyöni työelämäkumppani oli Suomen Uusperheiden Liitto ry eli Supli. Liitto on perustettu vuonna 1996. Se on valtakunnallinen asiantuntija- ja kansalaisjärjestö, jonka tavoitteena on edistää uusperheiden etua ja hyvinvointia. Supli on mukana yhteiskunnallisessa tutkimus- ja vaikuttamistyössä, jotta myös uusperheiden näkökulma tulee otetuksi huomioon keskustelussa sekä päätöksenteossa. Liitolla on kaksi perhepoliittista päätavoitetta. Lapsilla, jotka elävät uusperheessä on oikeus sekä heidän biologisiin, että sosiaalisiin vanhempiinsa. Toinen tavoite on muistuttaa, että uusperheen aikuisten parisuhde on pohjana ja kantavana voimana uusperheessä ja sen varaan uusperhe rakentuu. (Supli 2024b.)

Suomen Uusperheiden Liitto on voittoa tavoittelematon kansalaisjärjestö. Vaikutustyötä tehdään lasten oikeuksien eteen, jotta lapsilla olisi oikeus kaikkiin merkityksellisiin vanhempiin ja aikuisiin elämässään. Edistystyön alla on muun muassa sosiaaliturvan ja palveluiden uudistaminen niin, että se huomioi myös vuoroasuvat lapset ja heidän tasavertaiset mahdollisuutensa asua kahdessa kodissaan ja saada kaksi virallista osoitetta. (Supli 2024b.)

Suomen Uusperheiden Liitto on jäsen Monimuotoiset perheet- verkostossa. Se on yhteistyöverkosto, joka sisältää kymmenen eri perhejärjestöä. Kaikki nämä perhejärjestöjen perheet ovat rakenteeltaan monimuotoisia. Monimuotoiset perheet-verkoston tavoitteena on edistää perheiden yhdenvertaisuutta ja saadaan aikaan yhteiskunta, jossa jokainen voi olla perheestään sekä itsestään ylpeä. Yhteistyötä tehdään Eduskunnan Monimuotoiset perheet-ryhmän kanssa. Supli toimii aktiivisena vaikuttajana sekä asiantuntijana perhepolitiikkaan liittyvissä tilaisuuksissa. Kehitystyö ja uusperhetutkimus on myös Suplin tärkeä osa-alue. (Supli 2024b.)

Supli järjestää uusperheneuvojakoulutusta (30 op), joka on maksullinen ammatillinen täydennyskoulutus. Se lisää valmiuksia kohdata uusperheitä työssään ja ymmärtämään erilaisia perhemalleja. Koulutus toteutetaan yhteistyössä Opintokeskus Siviksen kanssa. Koulutus on suunnattu sosiaali-, terveys- ja kasvatustalon ammattilaisille. Koulutus antaa työkaluja oman ammatillisen itsetuntemuksen vahvistamiseksi sekä työskentelyyn uusperheiden kanssa. Uusperheneuvojakoulutus lisää ymmärrystä monimuotoisten perheiden dynamiikasta ja antaa tietoa, miten ennaltaehkäistä uusperheiden syrjäytymistä. (Supli 2024b.)

2.1.1 StepApp-toiminta

StepApp-toiminta on kiinteä osa Suplin toimintaa ja se tarjoaa maksutonta valmennusta uusperheille. Valmennus kestää viisi viikkoa ja sitä ohjaavat StepApp-valmentajakoulutuksen saaneet ammattilaiset. Ammattilaiset toimivat hyvinvointialueilla ja kohtaavat työssään

uusperheitä. Tällä hetkellä StepApp-valmennuksien osalta yhteistyötä tehdään Pirkanmaan, Varsinais-Suomen ja Keski-Uudenmaan hyvinvointialueiden kanssa. Toimintaa laajennetaan tulevana vuosina uusille hyvinvointialueille. Valmennus uusperheille sisältää viisi ryhmätapaamista, joihin osallistuu perheen aikuiset. Valmennuksen tueksi perheet saavat käyttöönsä myös uusperheille kehitetyn StepApp-sovelluksen. Sen avulla perheen lapset ja nuoret pääsevät osaksi valmennuksen aiheita ja yhteisiä tehtäviä. Valmennuksessa uusperheet saavat vertaistukea, tietoa ja ohjausta. Valmennus tarjoaa työkaluja perheen arkeen ja suhteisiin. Aiheet käsittelevät uusperheen menneisyyttä sekä tulevaisuutta, vanhemmuutta ja parisuhdetta sekä lapsia ja nuoria uusperheessä. (StepApp 2024.)

StepApp-valmentajia koulutetaan maksutta yhteistyössä ja sopimuksilla hyvinvointialueiden kanssa. Kohderyhmänä on hyvinvointialueilla työskentelevät sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan ammattilaiset, jotka kohtaavat työssään uusperheitä. Koulutuksen jälkeen ammattilaiset ovat valmiita toimimaan valmentajina StepApp-valmennuksissa uusperheille. Koulutuksen tarkoituksena on lisätä valmiuksia ammattilaisille kohdata työssään uusperheitä. Koulutuksen myötä uusperhedynamiikan hahmottaminen ja perheiden monimuotoisuuden ymmärtäminen on helpompaa. Koulutuksen sisällöt pohjautuvat uusperhetutkimuksiin ja Suplin kokemukseen, asiantuntija-, neuvonta- ja koulutustyöhön, jota on tehty uusperheiden parissa. Kokemusasiantuntijuus sekä uusperhetutkimukset tuovat myös vankan pohjan koulutuksiin. StepApp-valmennus on viiden viikon mobiilivasteinen valmennus, johon sisältyy viisi ammatillisesti ohjattua tapaamiskertaa. Viikkojen teemat aikuisille ovat uusperhe perheenä, vanhemmuus, lapset ja nuoret, parisuhde ja perheytyminen. StepApp-valmennuksesta uusperheet saavat tutkittua tietoa ammattilaisilta ja vertaisryhmän tukea. Valmennus tarjoaa työkaluja, harjoituksia sekä koko perheen StepApp-sovelluksen. (StepApp 2024.)

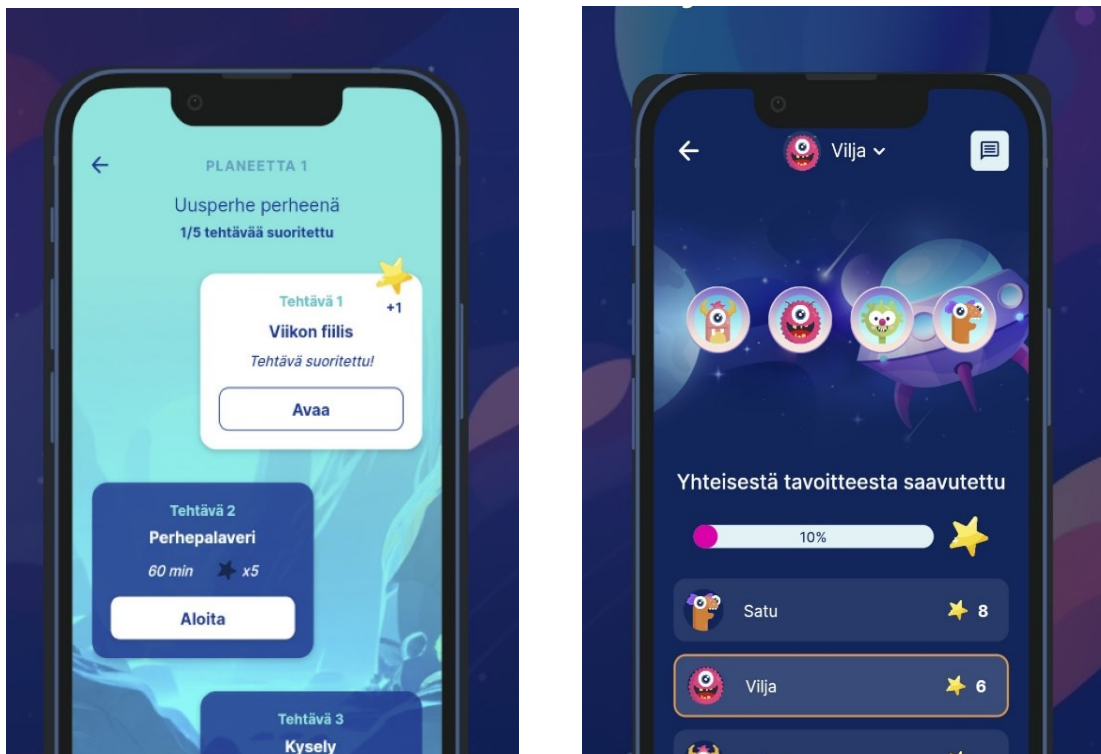
Suomen Uusperheiden Liiton, eli Suplin, StepApp-sovellus on maailman ensimmäinen sosiaalialan palveluiden mobiilivasteinen, joka on osa uusperheille tarjottavaa valmennusta. StepApp-toiminta on lähtenyt Stepping-hankkeesta 2018, joka on ollut tutkimustyötä yhteistyössä Turun yliopiston hoitotieteen laitoksen Connected Health UTU tutkimusryhmän kanssa. Toiminta on STEA-rahoitteista. Hankeavustuksen 2018-2021 jälkeen rahoitus vaihtui STEA:n toimintaavustukseen vuoden 2022 alusta. Siitä lähtien StepApp-toiminta on ollut kiinteä osa Suplin palveluja. StepApp-sovelluksen nuorten osion kehittämistyö lähti etenemään StepApp-toiminnan voitettua Itsenäisyyden juhluvuoden lastensäätiö Itlan ”Lapsuuden rakentajat”-haastekilpailun 2021. Voitostaan Supli palkittiin palvelumuotoiluun perustuvalla kiihdyttämö-prosessilla Adventure Club Impact Club Acceleratorin kanssa. (StepApp 2024.)

2.1.2 StepApp-sovellus

StepApp-sovellus on keskeinen osa valmennusta. Sitä käyttää valmennukseen osallistuva uusperhe. Sovellus sisältää eri käyttäjänäkymät aikuisille, lapsille (6-12 v.) ja nuorille (13-17 v.).

Sovellus sisältää perheelle yhteisiä harjoituksia, uusperhetietoa, vinkkejä ja videoita (Kuva 1.). Sen avulla perheen aikuiset voivat kotona käydä yhdessä lasten kanssa läpi valmennuksessa käsiteltyjä teemoja. Näin uusperheen lapset ja nuoret pääsevät myös osaksi valmennusta ja yhteistä tekemistä sen teemojen äärellä.

Tavoitteena sovelluksen taustalla on, että valmennus ei olisi vain perheen aikuisille irrallinen ja niiden välissä arki jatkuisi muuttumattomana. Sovelluksen avulla lapset ja nuoret pääsevät osaksi valmennusta ja heidän äänensä saadaan kuuluviin. (StepApp 2024.)



Kuva 1: Kuvia StepApp-sovelluksen tehtävä näkymistä

2.1.3 Suplin kehittäjänuoret

Suplilla on toiminnassaan mukana myös aktiivisia nuoria kehittämässä toimintaa ja tuomassa uusperheiden nuorten ääntä esille. Tämän opinnäytetyön työpajaan osallistuneet kehittäjänuoret ovat myös Suplin uudet lapsenäänivaltuutetut ja ovat tänä päivänä mukana Suplin hallitustyöskentelyssä.

Kehittäjänuorten yhteistyö Suplin kanssa alkoi sattumalta, kun he vierailivat StepApp-valmennukseen liittyvässä kehittämistyössä Stepping-hankkeen alkuaikoina. Nykyään he tekevät monipuolista vaikuttamistyötä ja tuovat esiin nuorten ääntä uusperheisiin liittyvissä asioissa. He

olivat molemmat mukana Stepping-hankkeen aikana sovelluksen ensimmäisen version testajina. Heillä on molemmilla uusperhetausta. (Autio 2024b, 7-8.)

3 Uusperhe

3.1 Uusperhe käsitteenä

Uusperheen käsite määritellään siten, että uusperheessä on ainakin yksi alle 18-vuotias lapsi, joka on vain toisen puolison lapsi (Tilastokeskus 2024). Suomessa uusperheitä on noin 10 prosenttia kaikista lapsiperheistä. Käytännössä uusperheitä on huomattavasti enemmän, sillä Tilastokeskus tilastoi lapset yhteen perheeseen, eli siihen, jossa ovat kirjoilla. Lapsen toinen perhe, joka myös voi olla uusperhe, jää tällöin tilastoimatta. Myös yli 18-vuotta täyttäneet lapset tai sateenkaariperheet, joissa myös paljon uusperheitä, eivät näy uusperheiden tilastoissa. Uusperheissä on ryhmittymänä eniten vain äidin lapsia. Yhteisiä lapsia uuspareilla on noin 40 prosentissa uusperheistä. Avioliittoon ja avoliittoon uusparit jakautuvat noin puoliksi molempiin. (Rosenborg & Törmänen 2019, 19-20.) Vaikka uusperheitä on ollut yhtä kauan, kuin perheitä ylipäänsä, eroaa se ensiperheestä, johon lapsi syntyy. Ensiperhettä on pidetty tavoiteltavana ja ihanteellisena instituutiona, tavallaan itsestäänselvytenä. Uusperheenkin sisälle voi syntyä ensiperhe. (Linnavuori, Murtorinne-Lahtinen & Heikinheimo 2021, 28-29.)

3.2 Nuoret uusperheessä

Sanotaan, että lapsi oppii tarvitsemansa roolit yhteiskunnassa toimimiseen perheessään. Perhe vahvistaa sekä luo rooleja. Lapsen ja nuoren ikä vaikuttaa siihen, miten hän suhtautuu esimerkiksi vanhempiansa eroon tai uusperheen muodostumiseen. Uusperheissä roolikuviot joudutaan pohtimaan uudelleen. Nuorella ei aina ole selkeää kuvaa omasta paikastaan perheessä tai ketkä oikeastaan hänen perheeseensä kuuluvat. Nuori voi kokea ristiriitaisia tunteita pohtiessaan omaa uusperhettään. Nuori saattaa pohtia omaa suhtautumistaan perhekäsitteeseen ja mieltää perhesuhteita biologisten ja laajentuneiden perhekäsitysten valossa. (Aaltonen ym. 2007, 195-200.) Uusperheen muodostumisvaiheessa nousee esiin, etteivät kaikki uusperheen jäsenet ole eläneet ja kasvaneet yhdessä. Myös jokaisen erilaiset toimintatavat ovat alkuun vieraita. Yhteisiä pelisääntöjä tarvitaan. Nuori on kiinnostunut perheestään, vaikka se ei näkyisi aina ulospäin. Tarvitaan arvostavaa keskustelua ja tutustumista. Nuori tarvitsee biologista vanhempaansa olemaan riittävän läsnä ja lähellä, että nuori saa tuntea olevansa rakastettu. Biologisen vanhemman on myös hyvä tuoda näkyväksi uudelle puolisolleen oman nuorensa persoonaa. (Heikinheimo 2022a, 14-15.)

Teini-iässä alkaa nuoren kehitystehtävään kuuluva irtautuminen perheestä ja itsenäisyyden opettelu. Jos tähän samaan vaiheeseen osuu uusperheen muodostuminen, voi nuoren käyttäytyminen ja suhtautuminen uusperheeseen näyttäytyä monella eri tapaa. Aikuiset saattavat

tulkita nuoren käytöksen teini-ikään kuuluvana irtautumisena, kun se olisikin uusperheestä johtuvaa reagoitua tai toisinpäin. Joka tapauksessa nuori tarvitsee yhä vanhempiaan, vaikka sanoisikin pärjäävänsä itsekseen. Uusperhe tuo lapselle ja nuorelle tilanteen, jossa arkeen osallistuu ihmisiä, jotka aiemmin ovat olleet tuntemattomia. Tutustuminen vaatii tietoista paneutumista ja aikaa. Perheen käytänteet joutuvat pohdinnan alle, kun omat tutut perheruutiinit voivatkin toisten mielestä olla huonoa käytöstä tai vierasta. Riidoiltakaan tai erimielisyyksiltä ei voi välttyä. Näissä tilanteissa aikuisen tuki ja aito kiinnostus on tärkeää. Perheen käytänteiden pohtiminen ja riitojen selvittely hyötyy mentalisoivasta suhtautumisesta, jossa yhdessä käydään läpi, miten ymmärsimme ja miten koimme tilanteet. (Heikinheimo 2024b, 23-25.)

Uusperheessä nuori tarvitsee kokemuksen, että hän voi vaikuttaa häntä koskeviin päätöksiin ja että häntä halutaan kuulla. Uusperheessä asuvilla nuorilla voi olla taustalla pettymyksiä ja surua ensiperheensä erosta ja tilanteesta. Toisaalta uusperhe voi myös tarjota nuorelle uutta mahdollisuutta ja uutta turvaa, hyväksyntää ja yhteenkuuluvuutta. Uusperheessä on hyvä pitää mielessä, ettei kaikki nuoren käytös ja tunteet johdu pelkästään uusperheestä tai vain teini-ikästä. Avoin keskustelu ja erilaisten vaihtoehtojen huomioon ottaminen on keinoja, joilla aikuinen pystyy selvittämään nuoren olotilaa. (Heikinheimo 2024b, 25-27.)

Uusperhe tuo usein mukanaan myös uusia sisarusuhteita. Uusperheessä niitä voi olla täyssisaruksia, joilla on samat biologiset vanhemmat, puolisisaruksia, jolloin toinen vanhemmista on yhteinen sekä bonussisaruksia, joihin ei ole biologisia siteitä. On yksilöllistä, miten nuori kokee uusperheensä sisarusuhteet. Suhteen muodostuminen vaatii aikaa ja siihen vaikuttaa vahvasti ikä, sukupuoli, temperamentti, elämäntilanne ja yhdessä jaetut kokemukset. Jaettu biologinen suhde vahvistaa usein sisarusuhdetta myös puolisisarukseen. Läheinen sisarusuhde voi kuitenkin muodostua myös bonussisarusten välille, esimerkiksi kun he ovat samanikäiset. Oma rooli ja paikka perheessä voi uusperheen muodostumisen myötä vaihtua vaikkapa esikoisen roolista keskimmäiseksi tai kuopus ei enää olekaan perheen pienin. Uusperheeseen voi tulla monta teiniä yhtä aikaa. Jos on tottunut elämään perheen ainoana lapsena tai nuorena, voi sopeutuminen tällaisiin tilanteisiin vaatia aikaa ja ymmärrystä. Eri kodeissa voi olla myös eri rooli tai kun uuspari saa yhteisen lapsen, muuttuu roolit jälleen. Ymmärrettävästi tällaiset muutokset ovat nuoren elämässä haastavia. Aikuisten on tärkeä sanoittaa tunteita ja tilanteita sekä auttaa nuorta ymmärtämään sekä löytämään paikkansa uusperheessä. Sisarusuhteiden tukemisessa aikuisten rooli on tärkeä. Aikuisten suhtautuminen tasapuolisesti ja sisarusuhteiden tukeminen vahvistaa nuorta löytämään paikkansa ja auttaa tunteiden käsittelyssä. (Autio & Heikinheimo 2024, 11-13.)

4 StepApp-sovelluksen kehittämistyön taustaa

Tässä luvussa esittelen kehittämistyöhön kuuluvia vaiheita vuosien 2018-2023 aikana, joita StepApp-sovelluksen kehitystyöhön on kuullut ennen minun opinnäytetyötäni (Taulukko 1.).

4.1 Stepping-hanke

Kehittämistyössä on kaksi prosessia, kehittämistyö ja tutkimus. Kehittämistyö perustuu aina jonkinlaiseen käytäntöön ja sen aiheet tulevat usein työelämästä. Kehittämistutkimuksessa on taustalla usein jokin ongelma tai asiantila, joka halutaan korjata tai muuttaa parempaan. Tutkimuksellisuus kehittämistyössä tarkoittaa dokumentointia ja sitä, että erilaisten menetelmien avulla tuotetaan uutta tietoa. (Kananen 2012, 13, 21, 45.)

StepApp-toiminta perustuu tutkimuksiin ja sen taustalla on Stepping-hanke. Suomen Uusperheiden Liitto aloitti tutkimusyhteistyön Turun yliopiston Connected Health UTU (Gamification for Health Promotion) -tutkimusryhmän kanssa keväällä 2018. Gamification for Health Promotion- tutkimusryhmä on asiantuntija lasten, nuorten ja perheiden hyvinvointiin tähtäävien pelipohjaisten interventoiden kehittämis- ja tutkimustyössä. Tutkimusryhmän toimijat edustavat terveystieteiden, informaatioteknologian ja lääketieteen aloja.

Stepping-tutkimus käynnistyi keväällä 2018 kehittämisen tutkimuksella. Tähän tutkimukseen sisältyi kirjallisuuskatsaus uusperhetutkimuksiin, kyselyt uusperheille ja perheiden parissa työskenteleville sote- ja kasvatustieteen ammattilaisille, katsaus perheiden mobiilisovelluksiin sekä sovelluksen kehittämisen työpajat. Hankitun tiedon avulla lähdettiin kehittämään ja pilotoimaan StepApp-mobiilisovellusta ja StepApp-valmentajakoulutusta. (StepApp-raportti 2021.) Kehittämistutkimuksella kehitetään jotain asiaa paremmaksi. Pelkän kuvailun ja selittämisen sijaan vaihtoehtoja testataan ja niiden toimivuutta todennetaan, jotta lopputuloksena saavutetaan jotain parempaa. (Kananen 2012, 44.)

4.2 Kiihdyttämö-prosessi

StepApp-sovellus voitti Itsenäisyyden juhluvuoden lastensäätiö Itlan ”Lapsuuden rakentajat”-haastekilpailun elokuussa 2021. Palkinto oli palvelumuotoiluun perustuva kiihdyttämö-prosessi Adventure Club Impact Club Acceleratorin kanssa. Adventure Club pyrki luomaan nuorten sovellusosioon parempaa käyttökokemusta kehittämällä sen sisältöä uusperheen nuorille sopivammaksi. Alkuperäinen sisältö oli hyvin paljon aikuisten sisältöä myötäilevä, jolloin nuoren oma kokemus sovelluksen käytöstä jäi irralliseksi. Sovelluksen sisältöä haluttiin kehittää motivoivammaksi. (StepApp 2024.)

Tämä Adventure Clubin kanssa toteutettu kiihdyttämö prosessi noudatti kehittämistyön lähestymistavoista tapaustutkimuksen periaatteita. Tapaustutkimus on tutkimusstrategia, joka sopii hyvin silloin, kun on tarkoitus tuottaa kehittämissuhteita ja -ideoita. Tapaustutkimuksen

avulla voidaan tuottaa tietoa palvelusta ja prosessista, jota tutkitaan. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 52-53.) Näitä Adventure Clubin kehittämiä sisältöehdotuksia Adventure Club testasi kuulemalla kokemusasiantuntijoita, eli uusperheissä asuvia tai asuneita nuoria. Nuoria haastateltiin sisällöstä ja tavoitteena oli saada nuorten mielipide kuuluviin sekä kehityskohteita, joita nuorilla heräsi sisällön suhteen. (StepApp 2024.) Sen avulla pystytään ymmärtämään kehittämisen kohdetta paremmin ja siten tuottaa uusia kehittämissuhteita. Tapaustutkimuksen kehittäminen ei ala tyhjästä. Sen taustalla on aiempaa tutkimusta ja teorioita, joita voidaan käyttää hyödyksi. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 53.)

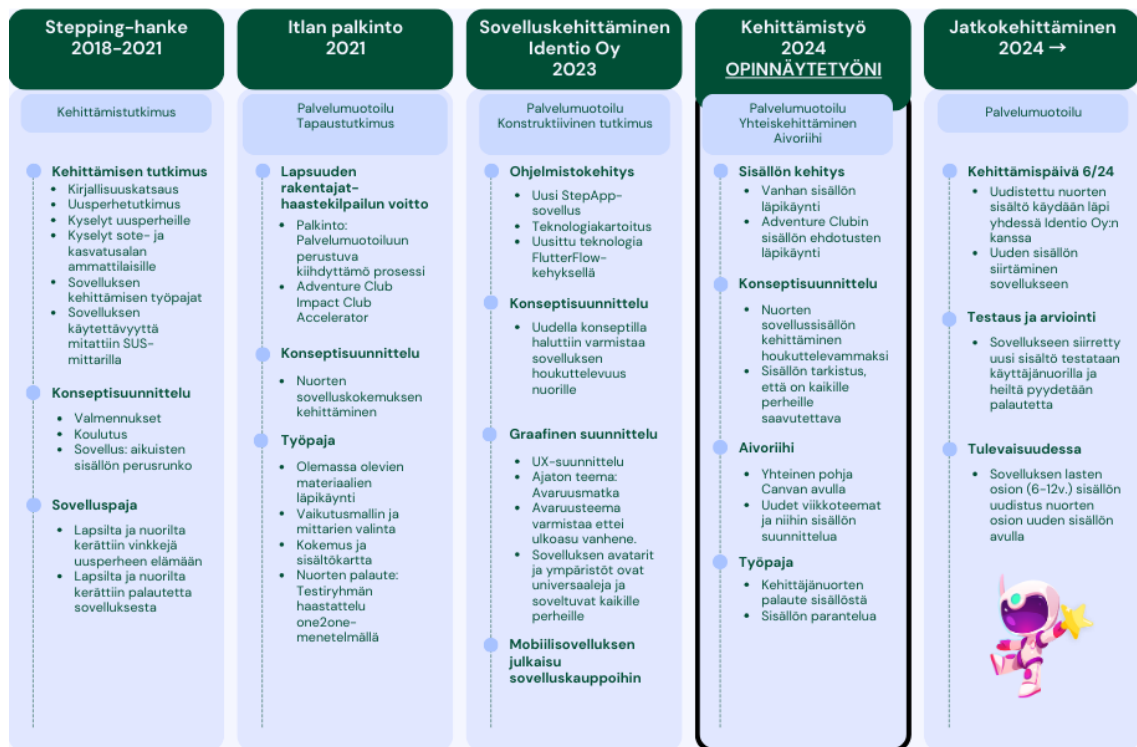
Menetelmä tässä haastattelussa oli laadullinen, vapaamuotoinen oneZone-haastattelu (StepApp 2024). Ojasalon ym. (2015, 55) mukaan tapaustutkimuksissa käytetään usein erilaisia haastatteluja tiedon keräämiseen. Niihin sopii niin laadulliset, kuin määrällisetkin menetelmät.

4.3 Sovelluskehitys

Kehitystyön prosessi eteni Suplin kehittämispäivässä kesäkuussa 2023 sovelluksen kehitystarpeiden arviointiin, jonka myötä tehtiin kilpailutus sovelluksen uudistamiseksi sekä visuaalisen ilmeen ja käyttöystävällisyyden kehittämiseksi. (StepApp 2024.) Konstruktivisessa tutkimuksessa tarkoituksena on löytää ongelmaan käytännönläheinen ratkaisu olemassa olevan sekä kerätyn tiedon avulla. Vaikka konstruktivinen tutkimus vaikuttaa hyvin paljon innovaation tai palvelumuotoilun kaltaiselta, on siinä oma näkökulmansa siten, että sen avulla syntyneitä rakenteita saadaan aikaan kehitystyön kautta. Uudella rakenteella voidaan parantaa aiempia toimintoja, prosessia sekä tekniikkaa. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 65.)

Sovelluskehityksen ylläpito siirtyi Identio Oy:lle. Identio kehitti loppuvuoden 2023 ja vuodenvaihteen aikana sovellukseen kokonaan uuden visuaalisen ilmeen ja käyttäjäkokemuksen. Uusittu versio julkaistiin sovelluskaupassa ja sen visuaalista ilmettä ja käyttökokemuksia testattiin kyselyn avulla. Kyselyä jaettiin digitaalisena StepApp-toiminnan kautta. (StepApp 2024.) Konstruktivinen tutkimus on suunnittelua, mallintamista ja näiden toteuttamista sekä testaamista. Konstruktivinen tutkimus sopiikin parhaiten lähestymistavaksi, kun ollaan luomassa jotain konkreettista, kuten järjestelmää tai sovellusta. Menetelmiksi tähän sopivat useat eri menetelmät, sillä tämän lähestymistavan avulla kehitetään jotain uutta. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 66-68.)

Taulukko 1: StepApp-sovelluksen kehitystyö



5 StepApp-sovelluksen nuorten osio ja sen käsitteet

Tässä kappaleessa esittelen viisi uutta viikkoteemaa, jotka tulevat nuorten osioon vanhojen teemojen tilalle. Vanhat viikkoteemat uusperhe perheenä, vanhemmuus, lapset ja nuoret, parisuhde ja perheytyminen, olivat yhtenäiset aikuisten osion viikkoteemojen kanssa vanhassa sovellusversiossa. Näistä vanhemmuus ja parisuhde ovat esimerkkejä teemoista, joita ei koettu nuorten osiossa toimiviksi. Tämä tiedettiin kyllä jo hankkeen alkuvaiheessa, kun StepApp-sovellusta kehitettiin. Silloin oli kuitenkin tärkeää keskittyä aikuisten osion valmistumiseen ja lasten ja nuorten osion tiedettiin saavan jatkokehittämistä tulevaisuudessa.

Stepping-hankeessa kehitetty StepApp-sovellus (Kuva 2.) on tarkoitettu tukemaan valmennukseen osallistuvan perheen hyvinvointia. Sovellus on ladattavissa sekä Android, että IOS-käyttöjärjestelmiin sovelluskaupoista. Sovelluksen sisältö etenee valmennuksen rinnalla viikoittain vaihtuvilla teemoilla ja pyrkii vahvistamaan perheen vuorovaikutustaitoja, arjen hallintaa sekä perheiden toimivuutta ja ongelmanratkaisutaitoja. Sen tarkoitus on tukea perheen yhdessä toimimista. (StepApp-raportti 2021.) Sovelluksessa on oma käyttöliittymä aikuisille, jossa viisi eri viikkoteemaa ovat uusperhe perheenä, vanhemmuus, lapset ja nuoret, parisuhde ja perheytyminen. Stepping-tutkimuksessa ilmeni, että hankkeen ja sovelluksen kehittämisen aikana, valmennukseen osallistuneista aikuisista 97 % (n=34) käyttivät sovellusta valmennuksen aikana. Aikuiset pitivät erityisesti sovelluksessa kyselyistä, harjoituksista ja

vinkeistä. Tutkimustulosten analyysi toi esiin, että aikuisten käyttöliittymän käytettävyys sai hyvän arvosanan. Lasten ja nuorten tutkimukseen osallistui vain viisi henkilöä, jotka löysivät sovelluksesta enemmän kehitettävää. (Stepping-hanke 2021, 6.) Sovelluksen käyttöliittymät lapsille (6-12 v.) ja nuorille (13-17 v.) saavat nyt uudet viikkoteemat. Uudet viikkoteemat nuorten osiossa ovat: uusperhe perheenä, nuorten oikeudet, tunnetaidot, kommunikointi ja vaikuttaminen. Avaan nämä uudet teemat käsitteinä uusperheiden nuorten näkökulmasta ja kuvailen mitä sisältöä sovellukseen on teemoihin liittyen kehitetty.



Kuva 2: StepApp-sovelluksen viikkoteemojen näkymiä

5.1 Uusperhe perheenä

Uusperhe voi sisältää perheenjäseniä, joilla on monenlaista taustaa ja erilaisia perheyhteyksiä. Vanhemmuus uusperheessä voi olla lähivanhemmuutta ja sosiaalista vanhemmuutta sekä etävanhemmuutta. Uusperheen lapsetkin ovat lähilapsia, etälapsia tai molempia. Uusperheen muodostuessa syntyy myös uusi perhekulttuuri. Sen perhekulttuurin pohjana on uusparin molempien lapsuuden perheet ja mahdollisten aiempien perheiden tavat ja tottumukset. Myös lasten toisten kotien perhekulttuurit tulevat osaksi uusperheen rakenteita. Yhteisen kulttuurin luominen vaatii kohtaamista ja kokeilemistä. (Falck & Ruotsalainen 2022, 157-158.)

Uusperheen perusta on parisuhde. Se on ainakin toiselle osapuolelle vähintäänkin toinen parisuhde. Ensiperheen muodostamisesta uusperhe eroaa siten, että siinä on aina vähintään yksi lapsi valmiiksi kuviossa mukana. Biologinen vanhempi kantaa koko ajan mielessään myös lasta/lapsia, joka tuo toisenlaisen arjen uusparin elämään mukaan alusta asti. Uusperheen muodostumisen myötä, myös perhekäsitys, sukulaisten piirin laajeneminen ja ex-puolisoiden elämä saattavat tulla osaksi uusperheen uutta arkea. (Murtorinne-Lahtinen 2013. 27-29.)

Sovelluksessa tähän teemaan tuodaan nuorille tietoa uusperheestä ja sen määritelmästä. Siinä avataan nimitykset, kuten bonusvanhempi tai bonussisar, joita uusperheen jäsenistä voi

halutessaan käyttää. Teeman ”faktakornerissa” avataan uusperheeseen sopeutumista ja kerrotaan mikä auttaa sopeutumisessa. Teeman ensimmäisessä ”vinkkitaulussa” luetellaan erilaisia yhteisen tekemisen tapoja ja toisessa annetaan vinkkejä käsitellä mahdollista vanhempien eroa ja sen nostamia ajatuksia. Ensimmäiseen viikkoteemaan kuuluu myös ”viikon fiilis”-kysely, joka tapahtuu emojin valinnalla, perhepalaveri, jossa ohjeistetaan perhepalaverin järjestämiseen, kysely ja videot. Videot ovat lyhyitä vertaistukea antavia videoita, joissa lapset, uusperheiden aikuiset tai ammattilaiset kertovat kokemuksiaan ja ajatuksiaan.

5.2 Nuorten oikeudet

YK:n lapsen oikeuksien sopimus on merkittävä lasten ihmisoikeuksien kannalta, näin sanotaan Mannerheimin Lastensuojeluliiton, MLL (2024) sivuilla. Se on yleissopimus lasten, eli alle 18-vuotiaitten oikeuksista. Suomessa lapsen oikeuksien sopimus tuli voimaan heinäkuussa 1991 ja sen tavoitteena on turvata lasten oikeudet laajasti. Yksi merkittävä tekijä lapsen oikeuksien sopimuksessa on se, että siinä lapset nähdään yhteiskunnallisina toimijoina, eikä vain toimijoiksi kasvavina (Lagström, Pösö, Rutanen & Vehkalahti 2010, 29).

Suomen perustuslaissa (731/1999) ei tunneta sanaa nuori. Lapsi- käsitettäkään ei ole avattu sen enempää, kuin että sillä tarkoitetaan alle 18-vuotiasta. Nuorten ja lasten erityisyys ilmenee kuitenkin perustuslain 6.3 §:ssä, jossa todetaan, että ”lapsia on kohdeltava tasa-arvoisesti yksilöinä ja heidän tulee saada vaikuttaa itseään koskeviin asioihin kehitystään vastaavasti”. Tämä tarkoittaa siis sitä, että nuorella on oikeus tulla kuulluksi ja hänen mielipiteellään on merkitystä. Uusperheissä tämän merkitys korostuu usein tilanteissa, joissa sovitaan lapsen hullosta ja tapaamisista (361/1983). Siinä 11 §:n mukaan lapsen omat toivomukset ja mielipide on otettava huomioon lapsen ikä ja kehitystaso sekä lapsen muu tilanne huomioon. (Lagström ym. 2010, 26-27.) Laki lapsen hullosta ja tapaamisista turvaa nuoren oikeuden myönteisiin ja läheisiin ihmissuhteisiin, erityisesti vanhempiensa kanssa. Nuorella on myös oikeus ikään ja kehitystasoon nähden tarpeelliseen huolenpitoon ja turvaan. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilen 2007, 43.)

Uusperheiden nuorilla, kuten kaikilla nuorilla, on oikeus päättää joistakin omaan elämään kuuluvista asioista itse, kuten omista kiinnostuksen kohteistaan. Nuori saa päättää omasta ulkonäöstään, miten hän pukeutuu, meikkaa tai minkälaisen hiustyylin hän haluaa. Nuorella on oikeus omiin mielipiteisiinsä. Hän saa suunnitella oman huoneensa sisustuksen omalla tyylillään. Nuorella on oikeus ilmaista tunteitaan. Hän saa olla vihainen, surullinen, ärtynyt tai tympääntynyt kaikkeen. Asiat, jotka liittyvät nuoren omaan persoonallisuuteen ja heidän omaan yksityiseen elämäänsä, ovat sellaisia, joita aikuistenkin on hyvä kunnioittaa. (MLL 2024.)

Sovelluksen toisen viikon teeman alla kerrotaan nuorten oikeuksista uusperhe kontekstissa. ”Faktakornerissa” luetellaan mitä oikeuksia nuorella on uusperheessään sekä kerrotaan

asumisjärjestelyistä. Kyselyssä herätellään pohtimaan omia oikeuksia ja miten ne omalla kohdalla toteutuu. Tämän viikon teemaan kuuluu myös ”viikon fiilis” ja videot.

5.3 Tunnetaidot

Uusperheessä elävät nuoret ovat usein ikänsä ja kehitysvaiheensa myötä monen eri tekijän vaikutuksen alla. Teini-ikä jo itsessään voi tuoda haasteita vanhemmuuteen. Uusperheessä voi perheen aikuisilla olla vaikeuksia tunnistaa mikä nuoren käytöksessä johtuu teini-ikäisen vaiheista ja mikä taas liittyykin uusperheen tilanteeseen tai dynamiikkaan. Nuoruusiän kehitysvaiheeseen kuuluu vanhemmasta irtautuminen ja tämä saatetaan nähdä joskus uusperheessä tekijänä, jonka turvin tai sen selittämänä nuoren annetaan olla omillaan. Nuoruusvaihe tekeekin tähän kohtaan uusperhettä koskevan ristiriidan, sillä samaan aikaan aikuiset toivovat, että nuori muodostaisi yhteyden uusperheen uusiin jäseniin, kun nuoren luonnollinen kehitystehävä irrottaa häntä pikkuhiljaa vanhemmastaan ja lisää itsenäisyyden tarvetta. Uusperheessä onkin hyvä pysähtyä pohtimaan, tarvitseeko nuoruusiässä enää rakentaa tiiviitä ja erityisen läheisiä perhesuhteita esimerkiksi vanhemman uuteen kumppaniin. Kaverilliset ja asialliset välitkin voivat riittää. (Autio 2022a, 12.)

Uusperhe voi nostaa nuorella esiin haastaviakin tunteita, eikä nuori välttämättä kerro näistä tunteistaan. Nuoren tunteet uusperheestä saattavat olla negatiivisia tai hän kantaa huolta biologisesta vanhemmastaan. Yksi yleisimmistä haasteista tunteiden osalta uusperheissä on nuoren kokemus lojaliteettiristiriitaa. Pelko siitä, että nuori menettäisi oman biologisen vanhempansa suosion, koska näyttää pitävänsä uudesta bonusvanhemmasta. Tähän auttaa jo se, että vanhemmat ymmärtävät tämän kuvion ja auttavat nuorta purkamaan näitä tunteita. Nuorilla voi olla myös epäreiluuden ja kateuden tunteita uusperheessä. Vanhempien ero voi tuntua suruna sekä pettymyksenä. Kaikkien näiden tunteiden salliminen ja aikuisten kyky ottaa niitä vastaan on nuorelle avuksi tunteidensa säätelyssä sekä hyväksymisessä. (Autio 2022a, 12-13.)

Kolmannen viikkoteeman alla sovelluksessa tuodaan tietoa tunteista ja niiden käsittelystä. ”Faktakornerissa” luetellaan perustunteita ja autetaan tunnistamaan niitä. ”Vinkkitaulussa” annetaan keinoja omien tunteiden säätelyyn. Tämän teeman alla on myös kysely ja ”viikon fiilis”-mittari.

5.4 Kommunikaatio

Ero tai uusperhe rakenteena ei nuorten mielestä ole niinkään se syy haasteisiin tai ongelmiin uusperheessä. Nuoret nostavat esiin ennemminkin aikuisten vuorovaikutustaidot. Uusperheen nuoret toivovat, että heidän kanssaan keskusteltaisiin perheen asioista enemmän. (Linna-vuori, Murtorinne-Lahtinen & Heikinheimo 2021, 154-155.) Kommunikaatio nousee tärkeäksi erityisesti uusperheessä. Perheissä jokainen haluaa eri asioita ja asioista ollaan usein montaa

eri mieltä. Miten näihin tilanteisiin löydetään ratkaisu ja miten kaikki tulevat kuulluksi. Yksi perheille sopiva käytänte on uusperheissäkin hyväksi todettu perhepalaveri. Siinä jäljitellään kokousta ja kaikki saavat puhua puheenvuoronsa rauhassa. (Kärkkäinen 2017, 66-67.)

Tämän viikkoteeman alla nuorille kerrotaan kommunikoinnista ja ”faktakornerissa” esitellään erilaisia tyylejä viestiä toisille ihmisille. Ensimmäisessä ”vinkkitaulussa” esitellään ajatuksia suhteessa vanhemman uuteen kumppaniin. Toisessa annetaan vinkkejä suhteessa bonussaruksiin.

5.5 Vaikuttaminen

Uusperheessä aikuiset ovat jo päättäneet kenen kanssa asutaan ja miten haluavat elää. Siispä lapsia ja nuoria on tärkeä kuulla. Aikuisen antama aika, rakkaus ja rajat auttavat myös nuorta tuomaan turvallisesti omat ajatuksensa esiin. Uusperheessä tarvitaan avointa keskustelua ja aikuisten malli tässä on ensiarvoisen tärkeää. (Syld 2023, 13.) Enemmän löytyy asioita, joihin nuori ei voi vaikuttaa uusperheessään. Onkin siis tärkeää, että nuori voi saada kokemuksen siitä, että voi vaikuttaa edes joihinkin. On hyvä tuoda myös nuorelle näkyväksi, millä tavoin hän voi omia ajatuksia ja tunteita tuoda esiin ja siten myös vaikuttaa perheen asioihin. Aikuisen on tärkeä pysähtyä kuuntelemaan aidosti ja kiireettä.

Viimeisen viikkoteeman alla kerrotaan vaikuttamisesta uusperheen näkökulmasta ja esitellään minäpystyvyyttä-käsite. ”Vinkkitauluissa” kerrotaan miten omaa minäpystyvyyttään voi vahvistaa sekä miten nuori voi vaikuttaa uusperheessään. Teeman alla sovelluksessa on myös ”viikon fiilis”-mittari, perhepalaveri ja videot.



Kuva 3: Kuva StepApp-sovelluksen sisällöstä

6 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa uutta sisältöä nuorten osioon StepApp-sovelluksessa ja olla mukana järjestämässä työpaja Suplin kehittäjänuurille, joiden avulla uusi sisältö arvioitiin.

Opinnäytetyön tavoitteena oli työpajasta saatujen tulosten avulla edistää StepApp-sovelluksen kehitystyötä, jotta saavutettaisiin toimivampi ja mielekkäämpi sisältö nuorille. Opinnäytetyöni toisena tavoitteena oli oma oppimisprosessini. Tavoitteeni oli lisätä ymmärrystä kehittämistyöstä ja vahvistaa itsensä johtamisen taitoja.

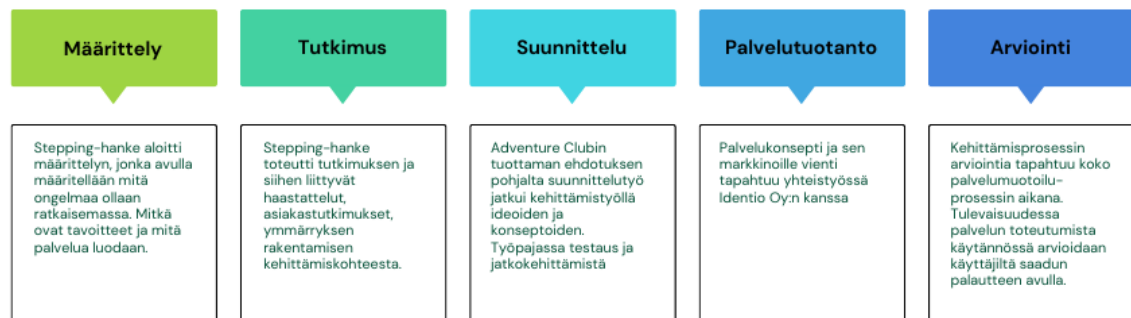
7 Opinnäytetyön prosessi

7.1 Lähestymistapana palvelumuotoilu

Tässä opinnäytetyössä lähestymistavaksi valikoitui palvelumuotoilu (service design), sillä sen antamat selkeät askelmerkit ovat käynnistyneet jo 2018 Stepping-hankkeen myötä. Palvelumuotoilun avulla voidaan ideoida ja kehittää myös digitaalista palvelua hyvin. Palvelumuotoilu antaa mahdollisuuden aineettomankin palvelun uudistamiselle ja testaamiselle. Palvelumuotoilun avulla voidaan seurata selkeää prosessia ja hyödyntää menetelmiä, jotta saavutetaan tavoite käyttäjälle hyödyllisestä ja haluttavasta palvelusta. Palvelumuotoilun näkökulma on sen käyttäjäkeskeisyydessä. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 71-78.) Stepping-hankkeessa keskiössä ovat olleet testiryhmän osallistujat sekä ensimmäiset sovelluksen käyttäjät. Heiltä on kerätty palautetta ja kehittämisehdotuksia. Palkinnoksi saatu kiihdyttämö-prosessi 2021 Adventure Clubin toimesta syventyi kehittämään ehdotuksia juuri nuorten osioon ja näitä ehdotuksia testattiin uudella nuorista koostuvalla ryhmällä. Käyttäjäkeskeisyys korostuu palvelumuotoilussa siten, että siinä on tärkeää ja oleellista osallistaa eri osapuolia kehittämistyöhön, jotta saadaan mahdollisimman paljon erilaisia ideoita (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 72).

Palvelumuotoilun avulla voi havaita uusia mahdollisuuksia toteuttaa palveluita. Palvelumuotoilun tapa lähestyä palveluiden kehittämistä on alati kehittyvää osaamista. Palvelumuotoilu antaa mahdollisuuksia monenlaisten työkalujen ja eri menetelmien käyttöön, kuten ihmisten ja konseptien analysointiin tai ideoiden testaamiseen. Palvelumuotoilun ytimen eli palveluiden suunnittelun rinnalle on tullut keskeisiä ajattelumalleja asiakaslähtöisyydestä, prototyypoinnista, visualisoinnista ja yhteiskehittämisestä. (Tuulaniemi 2011.) Yhteiskehittäminen on työtapana, joka tässä opinnäytetyössä erityisesti nousee sisällön ideoinnissa ja suunnitteluvaiheessa StepApp-tiimin kanssa. Tämä opinnäytetyö oli osa suunnitteluvaihetta (Taulukko 2.).

Taulukko 2: Palvelumuotoilu StepApp-sovelluksen kehittämistyössä



Palvelumuotoilussa käytetään kokemuksellista suunnittelua, joka voi näkyä visualisointina ja prototypointina eli erilaisten konkreettisten mallien valmistamisena. Visualisointi voi olla, vaikka kuvia, piirroksia, post-it-lappuja tai animaatioita. Palvelumuotoilu sisältää paljon erityyppisiä prosessimalleja. Niissä yhdistyy tiedonhankinta, yhteisöllinen ideointi sekä erilaisten mallien luominen. Palvelumuotoilu sopii digitaalisten palvelujen suunnitteluun, sillä sen konkreettiset keinot soveltuvat hyvin myös virtuaalisten palveluympäristöjen kehittämiseen. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 71-78.) Yhteiskehittämisen näkyväksi tekeminen toteutui tässä kehittämistyössä Canva-ohjelman avulla, johon sisältöä ideoitiin ja mallinnettiin (Liite 1.)

7.2 Menetelmävalinnat

Palvelumuotoiluprosessia voidaan käyttää myös osittain ja hyödyntää siitä soveltuvia osia silloin, kun ollaan kehittämässä jo olemassa olevaa palvelua (Tuulaniemi 2011). Opinnäytetyöni kohdistui prosessin suunnitteluvaiheeseen, jossa olemassa olevaa sovelluksen sisältöä haluttiin kehittää. Palvelumuotoilu sopi StepApp-sovelluksen kehittämiseen ja sen lähtökohtana oli yhteiskehittäminen.

Yhteiskehittäminen on nimitys, jota voidaan käyttää palvelumuotoilusta. Se sitouttaa kehittämiseen eri osapuolia, mutta ei tarkoita, että kaikki palvelun osapuolet ovat prosessissa mukana koko sen ajan tai päättäisivät palvelun lopputuloksesta. Yhteiskehittämisen avulla saadaan kaikki eri näkökulmat huomioiduksi. Yhteiskehittämiselle tyypillisintä työskentelyä on työpajat. Myös virtuaaliset tilat, joissa tiedon jakaminen ja ajatusten vaihto on helppoa, sopii hyvin yhteiskehittämiselle. Yhteiskehittäminen on palvelumuotoilun työtapaa. (Tuulaniemi 2011.)

Oma opinnäytetyöni oli osa edellä mainittua yhteiskehittämisen prosessia, joka tässä opinnäytetyössä toimi myös käytännön menetelmänä. Yhteiskehittäminen on palvelumuotoilun ominaispiirre, jota pystytään käyttämään menetelmänä, kun kehitetään nykyistä toimintaa

paremmaksi. Silloin osallistetaan eri osapuolia mukaan kehittämistyöhön. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 72.). Yhdessä StepApp-tiimin kanssa työstettyämme sisältöä, suunniteltiin työpajapäivä Suplin kehittäjänuurille.

Työpaja on hyvä tapa asettua jonkin ennalta asetetun tehtävän tai haasteen äärelle. Työpajan järjestämiselle on hyvä olla selkeä suunnitelma, joka on osallistujille selvillä. Työpajaa suunnitellessa on hyvä olla vastaus kysymyksiin; mikä on työpajan todellinen tarkoitus, mitkä ovat tavoitteet, miksi nämä osallistujat, miksi tämä aika ja paikka? Työpajaan osallistuville turvallinen ilmapiiri luo tunteen, että jokainen uskaltaa puhua ja osallistua. Yhdessä kehittäminen ja ideointi onnistuu entuudestaan tuntemattomienkin kesken, kun työpajaan on luotu hyvä tunnelma ja osallistujat pystyvät olemaan aidosti läsnä. Työpajan tärkeimmät elementit ovat turvallisuus, läsnäolo ja fokusointi tarkoitukseen ja odotuksiin. Selkeät ohjeistukset antavat työpajassa työskentelyyn raamit ja osallistujille ei muodostu epäselvä olo työpajan tarkoituksesta. (Kantojärvi 2012.)

7.3 Kehittämistyön suunnittelu ja toteutus

Palvelumuotoilun prosesseina toistuu tiedonhankinta, yhteisöllinen ideointi ja mallien luominen sekä testaaminen (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 74). Kehittämistyössäni aloin hahmottamaan sovelluksen prosessia ja keräämään tietoa sovelluksen olemassa olevasta sisällöstä. Sovelluksen sisällöstä haluttiin säästää sinne tehdyt videot ja toimiviksi koetut tehtävät, vinkkitaulut ja tekstiosuudet. Kävin läpi sisältöä tehden huomioita niistä kohdista, joissa olisi hyvä tehdä korjauksia. Luin Adventure Clubin esityksen, joka oli tuotettu kehittämään ehdotuksia uudeksi sisällöksi nuorten osioon. Tätä sisältöä kävin läpi nostaen toimivia ehdotuksia kehitykseen ja hyläten kohdat, jotka koettiin toimimattomiksi. Tämä vaihe oli oman kehittämistyöni asiakas- ja toimintaympäristöymmärryksen hankintaa, kuten palvelumuotoilu-prosessin alkuun kuuluu (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 74).

Vasta syvällisen asiakasymmärryksen hankinnan jälkeen siirrytään menetelmän pariin, joka tässä työssä oli yhteiskehittäminen yhdessä muun StepApp-tiimin kanssa. Tässä vaiheessa palvelumuotoilussa puhutaan luovuudesta ja yhteisöllisyydestä (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2017, 75). Tammikuu-maaliskuu 2024 yhdessä StepApp-tiimin kanssa aloimme työstämään säilytettävää sisältöä vanhasta sovelluksesta, sekä luomaan uutta sisältöä Adventure Clubin ehdotusten pohjalta. Loimme Canva-ohjelmaan pohjan (Liite 1.), johon pystyimme reaaliaikaisesti työstämään ideoita yhdessä. Canva mahdollisti mahdollisimman visuaalisen työskentelyn, jota kaikki pääsivät muokkaamaan. Sinne luotiin ehdotuksia ja ideoita, joita yhdessä muokattiin ja jatkokehitettiin.

Ideointivaiheen jälkeen palvelumuotoilu-prosessissa siirrytään mallinna ja arvioi-vaiheeseen. Siinä erilaiset prototyypit, mallinnukset ja simuloinnit tuovat konkretiaa aineettomankin palvelun hahmottamiseen ja arviointiin. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 76.) Canva antoi

tähän toimivan pohjan. Loimme Canvaan viiden eri viikkoteeman mukaiset suunnitelmat sovelluksen sisällöksi. Sen avulla oli helppo hahmottaa sovelluksen eri teemoja ja kokonaisuuksia. Canvaan luotu prototyyppi oli helpommin esiteltävissä myös Suplin kehittäjänuorille, joille sovellukseen tuotettu sisältö esiteltiin työpajassa. Tämä oli testausvaihe, jossa saatiin kohderyhmän palautetta ja ajatuksia, joiden pohjalta voidaan tehdä viimeiset korjaukset.

7.3.1 Työpaja

Sovelluksen toimivuuden ja sisällön kehittämisen tuotoksien esittämiselle paras tapa oli niiden työstäminen työpajassa. Työpaja mahdollisti ajan ja paikan keskittyä sisällön tarkastelulle ja palautteen antamiselle. Työpaja oli myös yhteiskehittämislle toimiva menetelmä, joka on aina ollut Suplin kantava työskentelytapa. Tämän kehittämistyön tuotoksia eli uusittua sisältöä sovelluksen nuorten osioon oli tärkeä testata nuorilla. Suplin kehittäjänuoret olivat tähän vaiheeseen oikea valinta, sillä heillä on kokemusta ja tietopohjaa sovelluksen historiasta ja aiemmasta versiosta. Heillä on molemmilla kokemusta uusperheessä asumisesta nuorena ja kiinnostusta olla mukana vaikuttamassa sekä kehittämässä toimintaa uusperheiden nuorten puolesta.

Työpajan ajankohta sovittiin Suplin puolelta. StepApp-tiimin työntekijä sopi nuorten kanssa sopivan päivän ja lähetti myöhemmin sähköpostilla heille vahvistuksen, jossa kerrottiin myös työpajapäivän sisältöä sekä tavoitteita. Näin kaikilla oli etukäteen tiedossa, mitä työpajan aikana on tarkoitus tehdä.

Konkreettinen kehittämistyö tapahtui työpajassa Suplin Turun pisteen toimistolla. Työpaja kehittäjänuorten kanssa toteutui 25.4.2024 klo 8.00-12.00. Se alkoi aamupalan ja kahvittelemällä, joka mahdollisti kiireettömän tutustumisen toisiimme ja keskustelun merkeissä viritäytymisen aamupäivän työskentelyyn. Sovelluksen sisällön esittely toteutettiin tehokkaasti teema kerrallaan ja aikaa oli tarkoitus käyttää noin puoli tuntia per teema. Sisältö oli selkeintä tuoda näkyväksi Canvasta tulostetuilla pohjilla. Riittävän suuret tulosteet mahdollistivat yhteisen tarkastelun sekä muokausehdotusten asettelu post-it lapuilla tulosteisiin. Post-it lappujen lisäksi korjauksia alettiin tehdä suoraan tulosteisiin. Tämä muotoutui hyvin nopeasti ja luontevasti tarkoituksenmukaiseksi, sillä silloin voitiin tehdä myös pieniä kirjoitusvirhe- ja sananvaihdoskorjauksia (Kuva 4.).

Työpajassa tarkoitus oli hahmotella sovellusta mahdollisimman visuaalisesti, jotta sen käyttökokemus konkretisoitui. Uudistettujen sisältöjen tekstit, tehtävät ja vinkit esiteltiin nuorille jokaisen teeman kohdalla erikseen. Luimme ääneen jokaisen kohdan ja pysähdyimme pohtimaan korjauksien tarvetta. Työskentelytapana toteutui yhteiskehittämiseen sopiva aivoriihi. Keskustelu ja pohdinta oli hyvin vapaata ja siellä nousi esiin rohkeasti eriävät ajatukset tai toisenlaiset näkökulmat. Konkreettiset korjausehdotukset sisällön osalta koskivat esimerkiksi kielioppia sekä erilaisten lauseiden tulkittamisen vaihtoehtoja. Tulkintaa pohdittiin

ensimmäisen teeman kyselyssä, josta löytyy kysymys: miten onnellinen olet? Kehittäjänuoret pohtivat, mitä onnellisuudella tässä kohtaa tarkoitetaan. Oma onnellisuuden tunnetta kaiken kaikkiaan vai uusperheeseen liittyen. Myös useita lisäyksiä tuli kehittäjänuorilta. Kyselyssä tiedusteltiin, herättääkö jonkun perheenjäsenen jaksaminen huolta. Tähän lisättiin myös oman jaksamisen kohta.

Toisen teemaviikon aihe; nuorten oikeudet oli kehittäjänuorten mielestä tärkeä. Teeman sisällä oli lista vahvuuksista ja se herätti paljon keskustelua. Listan tämänhetkistä määrää pidettiin liian suurena ja tarkennusta vaati myös sen varmistaminen, että jokainen kohta on nimenomaan vahvuus eikä esimerkiksi persoonaan liittyvä. Kolmannen viikon teemana oli tunnetaidot ja siellä oli esimerkiksi riitelyyn liittyvä kysely. Kehittäjänuoret huomasivat tarpeen lisätä siihen myös omiin mahdollisiin riitatilanteisiin liittyvän kohdan, ettei se olisi jäänyt vain koskemaan aikuisten riitelyä. Toinen kohta, jossa aiheena oli turvallinen tila, herätti ajatuksia. Kehittäjänuoret pohtivat, että turvallinen tila on jossain määrin kaikkien vastuulla, mutta aikuisen vastuu turvallisen tilan toteutumisesta on suurempi. Tämä lisättiin teemaan ja samoin vinkkejä, kuinka riitatilanteesta on lupa poistua rauhoittumaan.

Kehittäjänuorilta itseltään nousi vahvasti esiin lisäysehdotus neljännen teeman kohdalla. Aiheena on kommunikointi ja tähän haluttiin tuoda enemmän tietoa siitä, miten ottaa esille vaikeat asiat ja tunteet. Tähän ei selkeästi löytynyt riittävää tietoa sisällöstä, joten sen lisäystä pidettiin tärkeänä. Viimeisen vaikuttaminen-teeman sisältönä on kysely, jossa kysymykset ovat osittain syväluotaavia, kuten kohta elämän tarkoituksesta. Kehittäjänuorten mielestä viimeisen viikon kohdalla saa olla hieman haastavaakin pohdintaa. Vaikuttamisen lisäksi tällä viimeisellä viikolla käsitellään myös aihetta minäpystyvyys. Se oli alkuperäisessä Adventure Clubin ehdotuksessa teeman toinen aihe. Kehittäjänuoret kokivat tämän aiheen sopivan edelleen vaikuttamisen rinnalle ja ehdottivat sen nimen palauttamista takaisin alkuperäiseen muotoonsa minäpystyvyys ja vaikuttaminen- teemaksi.

Saimme työpajan aikana kaikki teemat ja niiden osiot käytyä läpi. Aikataulu ei täysin pitänyt suunnitellusti, vaan ensimmäisten teemojen äärellä keskustelu oli pidempää ja rönsyilevämpää, kunnes aikataulu pakotti kirimään hieman loppua kohden. Työpaja koettiin onnistuneeksi. Tunnelma työpajan jälkeen oli innostunut ja iloinen. Työpaja saavutti tavoitteensa, sillä jokainen kohta sovelluksen nuorten sisällöstä käytiin läpi ja tarvittavat poistot, lisäykset sekä korjaukset saatiin tehdyksi (Liite 2.).



Kuva 4: Yhteiskehittämistä työpajassa

7.3.2 Jatkokehittäminen

Palvelumuotoilun päätös tapahtuu lopullisen konseptoinnin myötä ja prosessin käytäntöön saattamisena (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015.76). Tämä vaihe ei ole enää opinnäytetyöni sisällä, sillä tämä tulee tapahtumaan tulevaisuudessa.

Jatkotyöstö näistä työpajan korjauksista jää Suplin StepApp-tiimille, jonka he tekevät tulevassa kehittämisspäivässään Identio Oy:n kanssa. Tässä kesäkuun 2024 kehittämisspäivässä StepApp-tiimi sekä kehittäjänuoret tulevat esittelemään viimeistellyn sisällön Identiolle ja sen jälkeen Identio ottaa sisällön siirrettäväksi sovellukseen. Identiolle on tehokas työmenetelmä, jonka avulla he pystyvät aikatauluttamaan jokaisen vaiheen ja saamaan tälle myös laskutus-hinnan ja näiden pohjalta sovellukseen tehdään myös muutokset käytettävyyden osalta, jotka budjetin mahdollistamana pystytään. Sisällön sovellukseen siirtämisen jälkeen se on valmis tulevien valmennusryhmien käyttöön sekä käyttäjien arvioinnin ja palautteen keräämiseen. Tulevaisuudessa sovelluksen kehitystyö jatkuu lasten (6-12 v.) osion uudistamisella. Se tapahtuu samalla tavalla, kuin nuorten osion kehittäminen ja siinä pystytään muokkaamaan ja seuraamaan nuorten osioon tehtyjä uudistuksia.

8 Opinnäytetyön arviointi

8.1 Kehittämistyön arviointi

Arviointi kuuluu kehittämistyössä olla mukana alusta loppuun. Kehittämistyön varhaisissa vaiheissa arviointi ohjaa suuntaa sekä antaa välipalautetta. Vasta loppuarviointi kertoo, onko kehittämistyössä onnistuttu tavoitteiden mukaisesti. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 47.) Tämän opinnäytetyön arviointi alkaa työn kehittämisen harjoittelustani, jossa yhteiskehittämällä ryhdyimme työstämään uutta teksti- ja tehtäväsisältöä nuorten osioon StepApp-sovelluksessa. Palvelumuotoilu oli tässä opinnäytetyössä valittu lähestymistapa, sillä se sopii hyvin monenlaiseen kehittämiseen, jossa keskiössä on asiakasymmärrys ja laaja tiedonkeruu (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 72).

Arvioinnissa yleisesti keskitytään panoksiin, prosessin muutoksiin ja viimeisenä lopputuotoksiin. Näitä voidaan arvioida myös eri tasoilla, kuten yksilön tai ryhmän näkökulmista. Se mitä arvioinnissa tarkastellaan, on jokaiseen eri kehittämistyöhön erikseen liittyvää. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 47.) StepApp-sovelluksen osalta laaja tiedonkeruu on saanut alkunsa jo Stepping-hankkeessa, jolloin sovelluksen ensimmäinen versio luotiin. Sen jälkeen Adventure Club koosti ehdotuksensa uusista nuorten sisällöistä tiedonkeruun sekä testiryhmän palautteen perusteella. Asiakasymmärrys antoi pohjan tähän yhteiskehittämisen vaiheeseen, johon opinnäytetyöni kohdistui. Tarkoituksena oli kehittää uutta sisältöä sitä edeltävän version ja kiihdyttämö-prosessin ehdotuksien pohjalta. Tämä kehittämistyön tavoite saavutettiin. Uudet tekstit ja tehtävät koottiin Canva-ohjelman avulla visuaaliseen muotoon, joka kehittäjänuorille esiteltiin. Palvelumuotoilussa keskeinen ominaispiirre on kehitettävän kohteen saaminen visuaaliseen muotoon ja prototyypin rakentaminen (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 72). Canva-ohjelma mahdollisti nämä molemmat tämän kehittämisen yhteydessä ja sisältö sai sen avulla näkyvän muodon.

Nuorten osion sisällön testaamiseen tarvittiin nuoria antamaan palautetta sen toimivuudesta. Koska me emme pystyneet itse arvioimaan ideoitua sisältöä nuorten näkökulmasta, oli tärkeää järjestää työpaja, johon pyydettiin kahta Suplin toiminnassa olevaa kehittäjänuorta. Suplin kehittäjänuorten kanssa tehty työpaja oli tässä kohtaa oikea tapa testata sisältöä. Heillä on aiemmasta sovelluksesta ja sen kehittämisestä kokemusta, ja he pystyvät antamaan uusperheessä asuvan nuoren näkökulman. Supli olisi toteuttanut tämän työpajan myös ilman opinnäytetyötäni, joten oli tarkoituksenmukaista edetä tämän suunnitelman puitteissa. Tämä kohta olisi kuitenkin mahdollistanut isommankin testiryhmän kokoamisen opinnäytetyön näkökulmasta, jos se olisi ollut aikataulullisesti mahdollista. Isompi testiryhmä uusperheissä asuvia nuoria olisi antanut laajemman mahdollisuuden kerätä palautetta. Opinnäytetöihin usein kuuluvia menetelmiä, kuten kyselyitä ja haastatteluita olisi voinut myös hyödyntää ja saada testausvaiheeseen siten suurempaa otantaa. Supli ei tällaista suurempaa otantaa tässä vaiheessa

kuitenkaan tarvinnut. Heidän suunnitelmansa on testata sovellusta laajemmalla testiryhmällä, kun sisältö on siirretty sovelluspohjaan ja otettu käyttöön valmennuksissa. Tämä mahdollistaa aidot käyttäjäkokemukset ja muokkaukset näiden palautteiden perusteella ovat edelleen mahdollisia ja niitä tullaan tekemään tulevaisuudessakin.

Työpajalla haluttiin saavuttaa arvioitu sisältö, jonka on läpikäynyt uusperheessä asuneet nuoret. Tämä toteutui kehittäjänuorten kanssa. Olin hämmentynyt miten sitoutuneesti ja keskityen nämä kaksi kehittäjänuorta kävivät läpi sovelluksen sisältöä. Ihailin sitä, miten he eivät päästäneet läpi mitään puolihuolimattomasti, vaan aidosti pysähtyivät kyseenalaistamaan kohtia sekä ehdottamaan korjauksia. Työpajan aikana saimme sisällön läpikäytyä ja korjaus- sekä muutosehdotukset kirjattiin suoraan Canvan tulosteille sekä post-it lapuille. Jatkokehitys näiden pohjalta toteutuu StepApp-tiimin toteuttamana.

Osallistujien mielestä työpaja sujui mutkattomasti ja tuotteliaasti. Siitä jäi innostunut olo. StepApp-tiimin jäsen totesi, että yhteiskehittäminen on parasta. Tähän toinen kehittäjänuorista lisäsi, kuinka yhdessä olemme parempia. Näihin arvioihin oli helppo yhtyä. Työpaja oli onnistunut saavuttamaan tavoitteensa. Työpajasta saatiin lopputulos, jota StepApp-tiimi tulee hyödyntämään siinä vaiheessa, kun sisältö siirretään sovellukseen.

8.2 Opinnäytetyön prosessin arviointi

Opin kehittämistyön aikana, että kehittäminen on melko hidasta työskentelyä ja etenee vaihe vaiheelta. Kehittämisen prosessi saattaa kestää kauan. Kehittämisessä usein tuntuu myös ottavan yhden askeleen eteenpäin ja sitten kaksi taakse. Sovelluksen sisältöön haluttiin nuorille lyhyitä vinkkitauluja, joista nuori voi saada vinkkejä erilaisiin tilanteisiin uusperheessä. Lyhyen, yhdenkin lauseen mittaisen vinkin laatiminen osoittautui haastavaksi, jotta sen saa toimivaan muotoon. Taustatiedon keruuta piti tehdä paljon ja laajasti. Sisällön kehittämisen aikana huomasin myös usein kaipaavani mahdollisuutta heti testata ideaa kohderyhmällä, mikä oli kuitenkin mahdotonta. Ideointityössä huomaa nopeasti sokaistuvansa omalle idealle. Sen vuoksi aivoriihen yhteisideointi ja yhdessä työstäminen osoittautui hyvin merkittäväksi.

Opinnäytetyön tutkimuksellisten vaatimusten toteutuksessa olisi voinut olla parannettavaa, sillä en kyennyt työssäni tarkemmin arvioimaan työpajan hyötyä ja vaikuttavuutta järjestölle. Lisäksi työni oli osa laajempaa vuosia jatkunutta kehitystyötä, eikä opinnäytetyöni aikataulullisesti mahdollistanut laajemmin arvioimaan tavoitteiden toteutumista. Jos tämän olisin pystynyt tarkemmin tekemään, olisin saanut kokonaisvaltaisemman opinnäytetyön ja täyttänyt akateemiset käytännön vaatimukset. Työpajan ja sen suunnittelun avulla haluan kuitenkin osoittaa, että työlle on ollut selkeä suunta ja sillä on haluttu kehittää sekä edistää työelämäkumppanin toimintaa. Opinnäytetyölläni on pyritty osoittamaan, että sen kehittämistyöllä on ollut merkitystä ja vaikutusta toimeksiantajalle. Opinnäytetyön tavoite kertoo, että halusin

parantaa ja kehittää nykyisessä toiminnassa olevaa palvelua. Olin konkreettisesti luomassa ja kehittämässä jotain uutta, joka hyödyttäisi sekä käyttäjiä että toimeksiantajaa.

Opinnäytetyössäni olisi voinut olla laajemmin käsiteltynä sosiaalialan digitaaliset palvelut. Tällöin tarkastelu mahdollisten aiempien tutkimusten ja yleisen sosiaalipuolen ammatillisen keskustelun kanssa olisi tullut voimakkaammin esiin. Sosiaalipalveluiden puolella digitaalisia palveluita on vähemmän ja Suplin StepApp-sovellus on ensimmäinen uusperheille suunnattu mobiilisovellus maailmassa. Tästä syystä myös helposti löydettävää tutkimusta tai vertailtavia palveluita on ollut haastavaa löytää. Yleisesti sote-alalla digitaalisten palveluiden määrä on kasvanut Suomessa ja sen monipuolisuus laajenee. Digitaaliset palvelut lisääntyvät neuvonnan osalta, asiakasvastaanotoilla, potilaspalveluissa, ajanvarauksissa ja kohtaamisina etänä. Nämä palvelut ovat pääasiassa kuitenkin terveydenhuollon puolella. (THL 2024.)

Tiivis yhteistyö Suplin ja erityisesti StepApp-tiimin kanssa oli vaivatonta ja antoisaa. Yhteyttä pidettiin jo alkusyksystä 2023 lähtien, jolloin työharjoittelun sekä opinnäytetyön aihiot alkoivat muodostumaan. Ammatillisesti kasvoin prosessin aikana, sillä pääsin haastamaan itseäni uusien tehtäväalueiden parissa. Pääosin etänä toteutunut harjoittelu ja opinnäytetyöprosessi kasvattivat omatoimista työtettä ja pakottivat itsenäiseen tiedonhakuun ja työskentelytapojen löytämiseen. Sain arvokasta kokemusta järjestyksen kehittämistyöstä, joka on perustunut tarpeelle parantaa palveluja. Ymmärrän nyt paremmin, miten opinnäytetyön prosessi etenee ja miten se rakentuu. Jos nyt olisin opinnäytetyöprosessini alussa, tekisin monta asiaa toisin. Pohtisin paljon tarkemmin, minkälaista opinnäytetyötä olen ryhtymässä tekemään ja mikä menetelmä siihen kuuluu. En myöskään lähtisi kiirehtimään tekstin tuottamisessa ennen kuin työn tarkoitus ja tavoite ovat varmistuneet. Näiden pohdintojen äärellä viettäisin paljon pidemmän ajan ennen etenemistä, jotta vastaus näihin kaikkiin olisi kirkas ja selkeä. Tämä vähentäisi myös prosessin eri vaiheissa syntyvää epävarmuutta ja valintojen kyseenalaistamista. Alussa opinnäytetyöprosessille asettamani aikataulu oli enemmän kuin riittävä. Aina kaikki ei mene kuitenkaan niin kuin on suunnitellut. Haasteet oikean menetelmävalinnan löytymisestä prosessin aikana ja toimeksiantajan sopima päivämäärä työpajalle olivat muun muassa tekijöitä, jotka muodostivat opinnäytetyöprosessille aikatauluun loppua kohden kiristyvää painetta.

9 Eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyön eettiset säännöt korostavat huolellista ja rehellistä työskentelyä. Työskentelyn tulee olla tarkkaa ja läpinäkyvää. Samoin on kehittämistöissä, yritysmaailmassa ja kaikkialla ihmisten välisissä tilanteissa. Sinänsä eettiset säännöt ovat aina rehellistä toimintaa ja korkeaa moraalialueita odottavat yleiset yhteiskunnalliset odotukset. Opinnäytetöissä eettisissä säännöissä ensimmäisenä korostuu plagioinnin välttäminen. Myös hyvä tieteellinen käytäntö

edellyttää, ettei toisten tutkijoiden töitä käsitellä väärin tai tuoda niistä epäarvostavaa ajattelua esiin. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 48-49.) Opinnäytetyöni raportoinnissa olen seurannut sille annettuja ohjeita ja olen etsinyt sopivaa ja tarkoituksenmukaista lähdekirjallisuutta ja käyttänyt niistä tietoa lähdeviittaustekniikan mukaisesti. Kehittämistöissä eettisen haasteen muodostaa rehellisyys arvoihin ja asenteisiin. Näiden ollessa eriävät toimeksiantajan näkemysten kanssa, tulee rehellinen raportointi ja asioiden esiin tuominen olla tarkasti tuotettua. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 48-49.) Opinnäytetyössäni olen rehellisesti ja läpinäkyvästi pyrkinyt tuomaan esiin kehittämistyöhön ja sen prosessiin kuuluvat vaiheet ja elementit. Arvot, asenteet ja rehellisyys ovat olleet yhteneväiset myös toimeksiantajan näkemysten kanssa, joten koen yhteistyöni toimeksiantajan kanssa opinnäytetyöni kohdalla toimineen moitteettomasti.

Opinnäytetyöni osuus Suplin kehittämistyössä sovelluksen sisällön osalta keskittyi sen ideointi- ja suunnitteluvaiheeseen. Opinnäytetyöni tavoite ei ollut koko sovelluksen valmiiksi tuottaminen. Siten kokonaiskuvan ja koko kehittämisprosessin oikeudelliset kysymykset ja sopimukset, vastuut ja velvollisuudet sekä työn tulosten omistusoikeudet, ovat Suomen Uusperheiden Liiton vastuulla. Suomen Uusperheiden Liiton toiminta perustuu tutkimuksellisen tiedon hyödyntämiseen. Kehittämistöissä Suplin tapa on tarkastella sekä ammattilaisten, että asiakkaiden näkökulmista ja palautetta vastaanottaen. Yhteiskehittäminen ohjaa myös Suplin toimintaa laajasti. (Supli 2024.)

Digitalisaatio sosiaalialalla on yksi eettistä pohdintaa vaativa osa-alue. Opinnäytetyössäni vasta suunniteltiin sisältö nuorille tarjottavaan digitaaliseen palveluun. Siksi onkin erityisen tärkeää, että eettinen pohdinta on vahvasti mukana jo suunnitteluvaiheessa. Digitaaliset palvelut voivat tarjota vertaistukea ja voimaantumisen tunnetta. Niiden avulla voidaan tarjota tietoa ja se voi olla osa vaikuttamistyötä. Sosiaalialalla on kuitenkin huomioitava missä määrin palvelu on digitaalisessa ympäristössä ja milloin tarvitaan kasvokkaista kohtaamista. (Talentia 2018, 46-48.) StepApp-valmennuksissa tämä tapahtuu aikuisten osalta, sillä viikoittaiset valmennuskerrat ovat yleensä paikan päällä tapahtuvia. StepApp-sovellus, joka perheelle valmennuksen ajaksi tarjotaan, on perheen lapsille ja nuorille ainut tapa saada kosketuspintaa aikuisten käymään valmennukseen. Siksi sisällön tarkka pohdinta ja sen sopivuus uusperheen lapsille ja nuorille on erityisen tärkeää. Osa StepApp-sovelluksen kyselyistä on sellaisia, joissa lasten ja nuorten vastaukset tulevat nimettöminä valmentajille näkyviin. Tämä mahdollistaa sen, että valmentajat pystyvät nostamaan lapsia ja nuoria pohdituttavat aiheet esiin aikuisten valmennuskerroilla ja antamaan tukea ja neuvoja niiden läpikäymiseen.

Yksi sovelluksen sisällön kehittämisen muutoskohteena oli erilaisuuden ja monimuotoisuuden tunnistaminen. Samalla kun sisältöä kehitettiin, käytiin läpi tekstiä tarkastellen, että se toteuttaa monimuotoista kohtaamista erilaisten perheiden ja perhemuotojen kanssa. Sosiaalialan ammattihenkilön eettisissä ohjeissa on kohta erilaisuuden ja monimuotoisuuden

tunnustamisesta (Talentia 2018, 21). Sovelluksen tekstissä tämä näkyi esimerkiksi kohdissa, joissa vanha muoto äidistä ja isästä vaihdettiin vanhemmiksi. Perheiden monimuotoisuus tulee tässä otetuksi huomioon paremmin.

Eettinen pohdinta on erityisen tärkeää aina, kun aihe koskettaa lapsia ja nuoria. Lasten ja nuorten äänen kuuleminen ja heidän osallisuutensa korostuu tänä päivänä myös tutkimuksissa ja sen käytännöissä. Tutkimuskäytänteiden yleiset eettiset periaatteet ovat asioita, jotka tulee ottaa huomioon myös lasten ja nuorten kanssa tehtävissä tutkimuksissa. Tutkijat ovatkin kokeneet eettisinä haasteina juuri lasten ja nuorten aseman ja sen, tuleeko heidän äänensä lopulta kuuluviin. (Lagström ym. 2010, 14-15.) Suplin kehittäjänuoret ovat jo täysi-ikäisyyden ylittäneitä. Tässä työpajatyöskentelyssä ei noussut erityisiä seikkoja, jotka olisivat vaatineet eettistä pohdintaa nuoren kannalta, mutta eettinen pohdinta lasten ja nuorten kanssa toimimisesta ja tutkimuskäytännöistä, jos he ovat osa tutkimusta, on mielestäni silti tärkeää. Kehittäjänuoret saivat työpajassa turvallisen ympäristön tuoda esiin omia ajatuksiaan ja mielipiteitään. Toimintaa ohjaamassa oli turvalliset aikuiset ja kyseisen toiminnan StepApp-asiantuntija.

Kehittämismuotoisissa töissä voidaan hyödyntää laadullisen tutkimuksen luotettavuuskriteereitä. Nämä kriteerit ovat uskottavuus, vahvistettavuus, refleksiivisyys ja siirrettävyys. (Kylmä & Juvakka 2007, 128-129.) Tässä opinnäytetyössä luotettavuuskriteerit tutkimuksellisesta näkökulmasta eivät ole siinä muodossa, että niiden voitaisiin todeta kokonaan täyttyvän. Onnistuin opinnäytetyössäni riittävään kuvaukseen, joka mahdollistaisi toistettavuuden. Uskottavuutta voidaan tuoda kehittämismuotoisessa työssä esiin kuvaamalla kokemuksia ja tuomalla esiin valintoja, joita on pohdittu tarkkaan (Kylmä & Juvakka 2007, 128). Valintoja ja itse kehittämistyötä olen pohtinut tarkkaan. Vielä tarkempaan työn tulokseen olisi avuksi ollut tarinan tutkimuspäiväkirjan pitäminen. Tällöin olisi omien kokemusten kuvaaminen ja valintojen tiedostaminen ollut vahvempaa. Refleksiivisyys liittyy tutkimuksen tekijään ja hänen itsetuntemukseensa tutkimuksen tekijänä. Tarkka prosessin kirjaaminen mahdollistaa vahvistettavuuden ja siirrettävyyden, jolloin toinen tutkija voisi seurata selkeää prosessikulkua ja toistaa vastaavan prosessin. (Kylmä & Juvakka 2007, 128-129).

10 Pohdinta

Oma opinnäytetyön tekeminen ei mennyt ihan niin, kuten olin sen mielikuvissani kuvitellut. Aihe ja toimeksianto opinnäytetyölleni tuli Suplilta samaan aikaan, kun sovimme työharjoittelustani. Sovelluksen lasten ja nuorten osion sisällön kehitystyö oli odottamassa henkilökunnan työlistalla ja työharjoitteluuni kuuluva tehtävä pureutua tähän sisällön kehittämiseen antoi siihen tarvittavan alkusysäyksen. Minulle esiteltiin taustat ja Adventure Clubin ehdotukset, joita lähdettiin työstämään. Uusittujen viikkoteemojen joukossa oli vielä siinä vaiheessa

yhtenä teemana minäpystyvyyden ja vaikuttaminen. Ilmoitin heti, että haluan aloittaa keskittymällä minäpystyvyyssaiheeseen, sillä se on kiinnostanut minua jo vuosia. Opinnäytetyölleni hahmoteltiin tästä näkökulmasta laadullisen tutkimuksen menetelmää, jossa tuottaisin tietoa, miten nuoret ymmärtävät minäpystyvyyden käsitteen ja miten sovelluksen minäpystyvyyden sisällöllä voitaisiin tukea nuoren minäpystyvyyden tunnetta. Tiedon keruu oli mielenkiintoista ja sain taas pureutua kiinnostuksen kohteeni äärelle. Opinnäytetyön ohjaustapaamisissa laadullinen menetelmä ei kuitenkaan tuntunut loksahdavan paikoilleen ja lopulta tultiin siihen tulokseen, että kehittämistyö, jota Suplille harjoittelussani teen, antaa pohjan kehittämismuotoiselle opinnäytetyölle, jossa kaikki nuorten osion viisi teemaa tulevat sisällymään opinnäytetyöhön vain yhden teeman sijaan. Menetelmän vaihtuminen ja teoreettisen työmäärän kasvaminen pelotti, vaikka muutokset saivatkin työn loksahdamaan paikoilleen. Vaikka palaset olivat nyt paikoillaan ja työ hahmottui mielessäni, seurasi tästä muutoksesta kuitenkin lauantuminen. En hetkeen saanut työtäni eteenpäin.

Ohjaus sekä Laurean puolelta, että työharjoittelun ohjaajaltani, auttoivat kuitenkin takaisin opinnäytetyön äärelle. Sisältöjen kehittäminen ja ideointi oli mielenkiintoista työtä. Siinä todella tuotetaan villedä, uudenaikaisia ja innostavia ideoita ja tyrmätään niitä, jotka koetaan toimimattomiksi. Näin kävi lopulta myös minäpystyvyyssaiheen kohdalla. Totesin prosessin aikana minäpystyvyyden liian laajana aiheena sovelluksen sisältöön. Sen saaminen toimivaksi uusperheen nuoren näkökulmasta oli sumuista ja tuntui liian kaukaa haetulta. Ehdotin, että teemasta poistettaisiin minäpystyvyyssaihe ja jäljelle jäisi vaikuttaminen. Työryhmän kanssa tästä oltiin samaa mieltä ja sovellukseen se antoi nyt selkeämmät aiheet, joiden sisältö toimii uusperheen nuoren maailmassa. Tämä muutos olisi tapahtunut ehkä aiemmin ilman opinnäytetyötäni. Nyt se pysyi matkassa vain siitä syystä, että sen piti olla aluksi opinnäytetyöni aihe ja olin tehnyt sen eteen paljon työtä. Tämä oli konkreettinen opetus kehittämistyön vaiheista ja siitä, kuinka mitään tuotetta tai palvelua ei voi väkisin vääntää maaliin vain, koska se on itse tekijää kiinnostava. Vaikka minäpystyvyyssaiheen pois jättäminen oli karvas takapakkii, tuntui se kuitenkin oikealta ratkaisulta siinä vaiheessa sekä koin ammatillisesti ylpeyttä siitä, että uskalsin tehdä tämän ratkaisun. Työpaja toi sitten tähän vielä sen lopullisen draamakäänteeseen. Kehittäjänuoret näkivät potentiaalia minäpystyvyyssaiheen säilyttämisessä sekä teeman nimessä että sisällössä ja tämä loi tietynlaisen ympyrän sulkeutumisen tähän prosessiin. Koen, että sain tämän myötä kokemuksen aikamoisesta kehittämistyön pyöryksestä ja olen sen myötä saanut itselleni arvokasta kokemusta ja näkemyspintaa kehittämisen suhteen. Tämä kokemus kaikkine käänteineen oli mielestäni arvokasta oppimiseni kannalta.

Kuten arviointi kohdassa totesin, olisi pitänyt tarkoituksen, tavoitteen sekä menetelmien suhteen tehdä vahvempaa pohtimistyötä. Vaikka päädyin pitämään valitsemani menetelmät, oli matkan varrella kuitenkin hetkiä, jolloin ne herättivät epävarmuutta ja usko tekemiseen horjui. Näiden pohdintojen takia kirjoittaminen oli välillä haastavaa ja koska omat ajatukset sumenivat epäilyistä, oli selkeän lukijalle ymmärrettävän tekstin kirjoittaminen vaikeaa. Tässä

opinnäytetyössä kirjoittaisin monta kohtaa uudelleen selkeämmäksi ja kirkkaammaksi. Opinnäytetyön aikataulu kuitenkin kohdallani kiristyi loppuvaiheessa ja oma jaksamiseni oli vaaka-
laudalla. Tässä kohtaa kuuntelin sekä omaa järjen ääntäni sekä tukijoukkojani ja opettelin joissakin kohdin hellittämään ja laskemaan haaveilemieni tavoitteiden rimaa. Tästäkin päätöksestä olen ylpeä, vaikka en täysin saakaan hiljennettyä sitä tahtotilaa, joka vielä viilaisi työtä hiukan.

Digitaaliset palvelut kasvavat ja kehittyvät myös sosiaalialan kentällä. Sosiaalialalla ja sosionomin työtehtävissä on oltava valmis myös digitaalisiin kohtaamisiin asiakkaiden kanssa, sekä käyttämään erilaisia digitaalisia palveluita. Digitaaliset palvelut sekä asiakaskohtaukset etänä, pohdituttavat paljon sosiaalialalla sekä eettisestä, että inhimillisestä näkökulmasta. Sosiaaliala on ihmisen kohtaamista ja huomioimista kokonaisvaltaisesti. Palveluiden siirtyminen kokonaan digitaaliseksi tai etänä tapahtuvaksi on näkymä, joka ymmärrettävästi voi huolestuttaa. Parhaimmillaan digitaaliset palvelut ovat sosionomin työssä kohtaamisen rinnalla tuomassa lisää vaikuttavuutta ja toimintoja, joiden avulla löydetään jokaiselle sopiva tapa kohdata sekä työskennellä. Digitaalisten palveluiden avulla voidaan tavoittaa ihmisiä monipuolisemmin. Aidot kohtaamiset ja etäkohtaukset tukevat toisiaan tai ainakin niistä voi löytää jokainen itselleen parhaiten sopivan tavan. Myös sovellukset ja erilaiset toiminnot digitaalisesti sekä mobiililaitteilla tuovat varmasti tulevaisuudessa lisää vaihtoehtoisia tapoja työskennellä asiakkaiden kanssa ja löytää niiden myötä laajasti erilaisia työskentelymenetelmiä sekä tiedon jakamisen keinoja.

Tämän opinnäytetyön työ painottui sisällön suunnitteluun, joten antaa se tilaa jatkotutkimukselle sisällön toimivuuden ja tavoitteiden saavuttamisen osalta. StepApp-sovellus on hieno innovaatio sosiaalipuolen palveluiden kentällä ja se tarjoaa tietoa sekä tukea lapsille ja nuorille, jotka elävät uusperheissä. Sovelluksen jatkuva kehittäminen ja sen toimivuuden mittaaminen on tulevaisuudessakin tärkeää ja merkityksellistä.

Ilo valmiista opinnäytetyöstäni on suuri. Samalla koen, että tietoni sekä taitoni ovat lisääntyneet tutkimuksen ja kehittämisen maailmasta. Ja jos ei muuten, ainakin minun minäpystyvyyden tunteeni vahvistui tässä prosessissa ja olen varmasti vahvempi ja valmiimpi erilaisiin haasteisiin myös tulevaisuudessa.

Lähteet

- Aaltonen, M., Ojanen, T., Vihunen, R. & Vilen, M. 2007. Nuoren aika. 2.-3. painos. Helsinki: WSOY, 43, 195-200.
- Autio, P. 2022a. Perhetyön ammattilaiset pohtivat: Uusperheen ongelmia vai normaaleja nuoruusiän vaiheita? Supliikki 1/2022. Suomen Uusperheiden Liitto ry, 12-13.
- Autio, P. 2024b. Suplin uudet lapsenäänivaltuutetut: sattuma johti kipinään kahden nuoren vaikuttajauralle. Supliikki 1/2024. E-julkaisu. Suomen Uusperheiden Liitto ry, 7-8. Viitattu 14.4.2024. <https://www.e-julkaisu.fi/supli/supliikki/1-2024/#pid=6>
- Autio, P & Heikinheimo, K. 2024. Sisko, veli bonus vai puolikas. Kuinka uusperheen sisarusuhteet syntyvät? Supliikki 1/2024. E-julkaisu. Suomen Uusperheiden Liitto ry, 11-13. Viitattu 14.4.2024. <https://www.e-julkaisu.fi/supli/supliikki/1-2024/#pid=10>
- Falck, E. & Ruotsalainen, P. 2022. Uusi suhde. Rakkaus kypsässä iässä. Helsinki: Viisas Elämä, 157-158.
- Heikinheimo, K. 2022a. Nuoren kasvu omaksi itsekseen uusperheessä. Supliikki. 1/2022. Suomen Uusperheiden Liitto ry, 14-15.
- Heikinheimo, K. 2024b. Teini uusperheessä. Supliikki 1/2024. E-julkaisu. Suomen Uusperheiden Liitto ry, 23-27. Viitattu 14.4.2024. <https://www.e-julkaisu.fi/supli/supliikki/1-2024/#pid=22>
- Kananen, J. 2012. Kehittämistutkimus opinnäytetyönä. Kehittämistutkimuksen kirjoittamisen käytännön opas. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu, 13,21,44.
- Kantojärvi, P. 2012. Fasilitointi luo uutta. Menesty ryhmän vetäjänä. E-kirja. Helsinki: Talentum.
- Kylmä, J. & Juvakka, T. 2007. Laadullinen terveystutkimus. E-kirja. Helsinki: Edita, 128-129.
- Kärkkäinen, K. 2017. Vahvista lasta. Helsinki: Duodecim, 66-67.
- Lagström, H., Pösö, T., Rutanen, N. & Vehkalahti, K. (toim.) 2010. Lasten ja nuorten tutkimuksen etiikka. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto, 14-15, 26-27, 29.
- Linnavuori, H., Murtorinne-Lahtinen, M. & Heikinheimo, K. 2021. Kaksi kotia. Selviytymisopas vuoroasumiseen. Tampere: Vastapaino, 28-29, 154-155.
- MLL 2024. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Vanhempainnetti. Vinkkejä lapsiperheen arkeen. Mistä asioista nuori voi päättää itse? Viitattu 21.3.2024. <https://www.mll.fi/vanhemmille/vinkkejä-lapsiperheen-arkeen/mista-asioista-nuori-voi-paattaa-itse/>
- Murtorinne-Lahtinen, M. 2013. Hyvä paha äitipuoli. Uusperheen arjessa. Helsinki: Kirjapaja, 27-29.
- Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. 2015. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaa mistä liiketoimintaan. 3.-4. painos. E-kirja. Helsinki: Sanoma Pro, 26, 47-49, 52-53, 55, 65-68, 71-78, 158.
- Rosenborg, M., & Törmänen, T. 2019. Uusperheen käsikirja. Helsinki: Otava, 19-20.
- StepApp 2024. Suomen Uusperheiden Liitto ry. Viitattu 21.3.2024. <https://www.stepapp.fi/>

Stepping-hanke 2021. Stepping-hanke, yhdessä tehden ja tutkien. Sovelluksen käytön arviointi ja kehittäminen. Supliikki 2/2021. Suomen Uusperheiden Liitto ry, 6.

Supli 2024b. Suomen Uusperheiden Liitto ry. Viitattu 22.3.2024. <https://supli.fi/>

Syld, S. 2023. Kuule lasta ja nuorta, - tee aikuisten päätöksiä. Supliikki 1/2023. Suomen Uusperheiden Liitto ry, 13.

Talentia 2018. Arki, arvot ja etiikka. Sosiaalialan ammattihenkilön eettiset ohjeet. 2. painos. Helsinki: Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry, 21, 46-48.

THL 2024. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Sote-palvelujen johtaminen. Digitaaliset palvelut. Viitattu 20.4.2024. <https://thl.fi/aiheet/sote-palvelujen-johtaminen/kehittyva-palvelujarjestelma/digitaaliset-palvelut>

Tilastokeskus 2024. Uusperheen määritelmä. Viitattu 13.1.2024. <https://www.stat.fi/meta/kas/haku.html?q=uusperhe>

Tuulaniemi, J. 2011. Palvelumuotoilu. E-kirja. Helsinki: Talentum.

Julkaisemattomat lähteet

StepApp-raportti 2021. Suomen Uusperheiden liitto ry. Stepping-hanke. Huhtikuu 2021. Uusperheiden asialla. Väli-raportti.

Supli 2024a. Suplin ja Identio Oy:n kehittämisraportti StepApp-sovelluksen kehittämissyhteistyöstä.

Kuvat

Kuva 1: Kuvia StepApp-sovelluksen tehtävä näkymistä	11
Kuva 2: StepApp-sovelluksen viikkoteemojen näkymiä	17
Kuva 3: Kuva StepApp-sovelluksen sisällöstä	20
Kuva 4: Yhteiskehittämistä työpajassa	26

Taulukot

Taulukko 1: StepApp-sovelluksen kehitystyö	16
Taulukko 2: Palvelumuotoilu StepApp-sovelluksen kehittämissä	22

Liitteet

Liite 1: Sovelluksen sisältö Canva-pohjalla	38
Liite 2: Työpajan tulos.....	58

Liite 1: Sovelluksen sisältö Canva-pohjalla



ALKUTEKSTI

Tiesitkö, että Suomessa asuu yli 100 000 lasta ja nuorta uusperheessä? Tilastokeskuksen määritelmän mukaan uusperheessä on vähintään yksi alle 18-vuotias lapsi, joka ei ole pariskunnan yhteinen. Tilastoista kuitenkin jää uupumaan sateenkaariperheiden lapset sekä joidenkin sellaisten perheiden lapset, joissa on vuoroasuvia lapsia, sillä lapsella voi olla vain yksi virallinen kotiosoite. Eli todellisuudessa uusperheissä asuu enemmän lapsia mitä tilastot kertovat.

Uusperhe tarkoittaa usein ainakin kahta kotia ja sitä, että elämässäsi on laajempi joukko aikuisia, sisarusia, isovanhempia, sukulaisia tai muita tärkeitä ihmisiä. Lemmikkejä unohtamatta! Tiedätkö millä uusperheen jäseniä usein kutsutaan esim. mediassa ja ammattilaisten keskuudessa?

- Bonusvanhempi/bonusaikuisen on uusperheessä elävä aikuinen, joka ei ole sinulle biologista tai oikeudellista sukua. Usein puhutaan myös äiti- tai isäpuolesta.
- Bonussisarukset tarkoittaa samaa kuin uusisarukset tai sisaruspuoli. Bonussisarukset on bonusaikuisen lapsi, joka on osa uusperhettä.
- Biovanhempi tarkoittaa lapsen biologista vanhempaa huomioiden myös adoptiovanhemmat.

Kuitenkin perheen kesken jokainen kutsuu toisiaan juuri niin kuin tuntuu kaikkein luonnollisimmalla, vaikka etu- tai lempinimellä.

VIIKON FIILIS

PERHEPALAVERI

Näiden ohjeiden avulla voitte harjoitella perhepalaverin pitämistä. Tavoitteena perheen me-hengen nostatus ja perheen arjen sujuvoittaminen ja se, että kaikki pääsevät kartalle siitä, mitä kenenkin arjessa on sillä hetkellä meneillään. Uusperheessä perhepalavereita kannattaa pitää säännöllisesti ja etenkin silloin, kun perheen kokoonpano muuttuu.

VAIHE 1 Perhepalaverin aika ja paikka

Perhepalaveriin on hyvä varata ainakin tunti aikaa. Olisi myös hyvä, jos mahdollisimman moni perheestä pääsisi osallistumaan. Jos tämä ei ole mahdollista, pyrkikää osallistamaan kaikki perheenjäsenet mukaan vaikka videoyhteydellä tai viestein. Jos tämäkään ei onnistu, harjoitelkaa perhepalaverin pitämistä ensin pienemmällä porukalla ja toteuttakaa se koko porukalla heti, kun siihen tulee mahdollisuus.

VAIHE 2 Perhepalaverin herkut

Arpokaa etukäteen, kuka perheenjäsenistä saa päättää ensimmäisen perhepalaverin herkuista. Huolehdi, että toiveherkkuja tai lempiruokaa on tarjolla sovittuna ajankohtana palaverissa. Parasta, jos ruokaa tai herkkua voidaan valmistella yhdessä koko perheen kesken!

VAIHE 3 Perhepalaverin pitäminen ja asioiden kirjaaminen

Pitäkää perhepalaveri ja kirjatkaa siinä keskustellut asiat ylös. Valitkaa etukäteen, kuka toimii kirjurina. Voitte käydä läpi esimerkiksi seuraavia asioita:

- Koulu/esikoulu/päiväkoti
 - lukujärjestykset
 - kokeet
 - läksyjen teko
 - koulun tapahtumat lapsilla
 - koulun tapahtumat aikuisilla esim. vanhempainillat, vanhempainvartit
- Työ
 - työajat
 - kokoukset
 - työmatkat
- Harrastukset
 - ajankohdat
 - paikat
 - harrastuskuljetukset/kuka vie/hakee
 - harrastusten vanhempainillat
 - kisat/ottelut/esitykset
- Perheen muut tapahtumat
 - kyläilyt
 - juhlat
 - ostosreissut
 - elokuvat/teatterit/konsertit/pelit-ottelut
 - ravintola
 - illanvietot/saunaillat/peli-illat
 - lomamatkat/reissut

Jos edessä on joku suurempi muutos, kuten muutto ja sen myötä muutoksia asumis-/huonejärjestelyissä tai vaikka lapsen syntymä, voi olla hyvä ottaa erillinen perhepalaveri tällaiselle isommalle aiheelle. Jokainen voi ehdottaa perhepalaverin aiheita ja jokaisen ajatuksia ja kokemuksia on tärkeää kuulla.

VAIHE 4 Perhepalaverin arvosana

Jokainen osallistuja antaa lopuksi perhepalaverille arvosanan. Kuinka hyvin perhepalaverinne sujui? Pitivätkö ennalta sovitut asiat? Saivatko kaikki osallistua tasavertaisesti? Valitse perhepalaverille arvosana.

5 6 7 8 9 10

KYSELY

Vastauksesi ovat luottamuksellisia ja näkyvät ainoastaan valmentajille, jotka ohjaavat aikuisten ryhmiä. Vastausten avulla valmentajat saavat paremman käsityksen lapsia ja nuoria pohdituttavista asioista. Kyselyssä on 4 kysymystä. Voit palata kyselyyn uudestaan ja muokata vastauksiasi myös niiden tallentamisen jälkeen.

Miten tyytyväinen olet tällä hetkellä uusperheenne toimivuuteen/tilanteeseen?

En ole lainkaan tyytyväinen
 En ole täysin tyytyväinen
 En osaa sanoa
 Olen jokseenkin tyytyväinen
 Olen täysin tyytyväinen

Miten onnellinen olet tällä hetkellä?

En ole lainkaan onnellinen
 En ole täysin onnellinen
 En osaa sanoa
 Olen jokseenkin onnellinen
 Olen täysin onnellinen

Minua mietityttää seuraavat asiat:

Vanhempieni ero
 Vanhempieni välit nykyään
 Vanhemman uusi puoliso
 Vanhemman ja tämän uuden puolison välit
 Vanhemman poissaolo elämästäni
 Sisarus- ja/tai bonussisarussuhteet
 Jonkun perheenjäsenen jaksaminen
 Asuminen, vuoroasuminen tai huonejärjestelyt
 Muut käytännön asiat (esim. tavarat, harrastukset, kulkeminen)
 Ei mikään näistä

Kerro omin sanoin, mitkä asiat sinua erityisesti mietityttävät tai mihin toivoisit muutosta?**FAKTAKORNERI****UUSPERHEESEEN SOPEUTUMINEN**

Lapset ja nuoret ymmärtävät perheen usein paljon laajemmin, kuin uusperheen vanhemmat. Heidän perheeseensä kuuluu usein myös toinen biologinen vanhempi, biologisia sisarusia ja uusia sisarusia molemmissa kodeissa sekä iso joukko muita sukulaisia ja läheisiä ihmisiä. Lapset ja nuoret määrittelevät perheen enemmän ihmissuhteiden kuin perherakenteiden kautta.

Ei siis ihme, että välillä on vaikeaa hahmottaa, ketä omaan perheeseen kuuluu ja kertoa omasta perheestä muille. Helppoa ei aina myöskään ole sopeutua uuteen tilanteeseen sekä tottua uusiin perheenjäseniin ja heidän tapoihinsa. On normaalia, että sopeutuminen voi viedä aikaa ja olla ajoittain haasteellistakin.

Sopeutumiseen vaikuttaa monet eri tekijät, kuten perherakenne, perheen voimavarat, vanhempien välinen yhteistyö, vanhempien stressi, perheen sosiaalinen tuki, ja uusperheen suhteiden laatu. Tutkimusten mukaan sopeutumista voi hankaloittaa, jos uusperheessä on lapsia molempien vanhempien edellisistä suhteista sekä uusparin yhteisiä lapsia. Myös iällä on merkitystä uusperheeseen sopeutumisessa. Murrosiässä uusperheen tuomiin muutoksiin sopeutuminen ja suhteiden luominen uusiin perheenjäseniin on usein vaikeampaa. Murrosikäisen kehitystehtävä on pikkuhiljaa itsenäistyä ja ikään kuin irrottautua perheestään, ei niinkään kiinnittyä uusiin perheenjäseniin.

Uusperheeseen sopeutuminen voi olla hankalaa ja viedä paljonkin aikaa. Saatat tuntea ulkopuolisuuden tunteita tai kokea, että sinun on vaikea löytää omaa paikkaasi uudessa kodissa. Voit tuntea mustasukkaisuutta vanhemmistasi tai sisaruksistasi. Erilaiset säännöt ja kasvatustavat eri kodeissa voivat aiheuttaa ristiriitaisia tunteita. Voi olla vaikeaa hyväksyä, saati tykätä vanhemman uudesta kumppanista. Kaikki nämä tunteet ovat normaaleja ja sallittuja. Voi myös olla, että et ole kokenut mitään näistä. Ja se myös on normaalia ja sallittua.

MIKÄ AUTTAA SOPEUTUMISESSA?

HYVÄKSYMINEN

Uuteen perhetilanteeseen sopeutuminen vie aikaa ja voi herättää monenlaisia tunteita. Näiden luonnollisten tosiasioiden hyväksyminen suojaat siltä, että mikään suhde tai tunne ei ole pakotettu. Anna siis itsellesi lupa ottaa aikasi ja tuntea tunteesi, äläkä koe näistä huonoa omaatuntoa. Huomioi myös, että toisilla perheenjäsenillä sopeutuminen voi tapahtua nopeammin tai hitaammin, ja he voivat kokea aivan erilaisia tunteita kuin sinä. Tärkeää on, että hyväksyt nämäkin.

PUHUMINEN

Uuteen tilanteeseen sopeutumista voi helpottaa omista ajatuksista ja tunteista puhuminen. Kun kuuntelee ja pyrkii ymmärtämään myös muiden perheenjäsenten tilannetta ja tunteita, voi suhteiden luominen uusien perheenjäsenten välillä helpottua. Hyvän keskusteluyhteyden luominen voi kuitenkin viedä aikaa. Tärkeää on, että sinulla olisi lähipiirissä vähintään yksi luotettava aikuinen, jolle voit puhua.

KIRJOITTAMINEN

Joskus jostakin tietyistä aiheista tai tietyn perheenjäsenen kanssa puhuminen voi tuntua vaikealta. Tällöin voi helpottaa se, että voi rauhassa pohtia mitä toiselle haluaa ilmaista ja millä sanoin. Tämän voi tehdä vaikka kirjoittamalla kirjeen. Kirjoittaminen auttaa jäsentelemään omia ajatuksia. Kirje voi joskus olla myös helpompi vastaanottaa ja sen haluaakin lukea ajatuksella.

YHTEINEN TEKEMINEN

Yhteinen tekeminen sekä huumori ja hassuttelu voivat usein auttaa uusien suhteiden luomisessa. On hyvä yhdessä miettiä, mikä olisi se juttu mistä teidän koko uusperhe tykkäisi?

VINKKITAULU

YHTEISTÄ TEKEMISTÄ

Miettikää, mikä voisi olla "teidän lauman" yhteinen juttu, josta kaikki perheenjäsenet nauttivat. Pyrkikää tekemään tästä säännöllisesti toistuva juttu.

Arvokasta yhteistä aikaa perheenjäsenten kesken ovat myös pienet hetket ostosten, ruuanlaiton arjen askareiden tai harrastuksiin kускаamisten yhteydessä.

Reissatkaa yhdessä vaikkapa mökille, ulkomaille tai sukulaisten luo tai tehkää jotain muuta arjesta poikkeavaa. Tämä voi lisätä perheen kokemaan yhteyttä.

Ottakaa paljon valokuvia matkoista, arjesta, juhlista ja harrastuksista... eli kaikenlaisista perheen yhteisistä hetkistä!

Bonusaikuisen kannattaa välillä tehdä jotain bonuslasten kanssa ilman, että lasten biologinen vanhempi on paikalla.

Huolehdiä siitä, että perheen lapset saavat kahdenkeskistä aikaa biologisen vanhempansa kanssa.

Yhteistä tekemistä voivat olla vaikkapa säännölliset uintireissut, lautapeli- tai leffaillat. Toisinaan on kiva poiketa rutiineista ja kokeilla perheen kesken aivan jotain uutta!

Oma aika on tärkeää, mutta kannattaa pohtia milloin on hyvä aika sulkeutua vaikkapa omaan huoneeseensa tai kännykän äärelle, ettei se veisi yhteiseltä ajalta.

VANHEMPIEN ERO

Lapsi ja nuori voi kokea eron jälkeen vaikeita tunteita, sillä vanhempien ero on iso asia. Voit saada helpotusta oloosi näistä vinkeistä. Vinkit pohjaavat tutkimuksiin sekä lasten ja nuorten omiin ajatuksiin vanhempien eron jälkeen.

Älä syyllistä itseäsi. Vanhempien ero ei ole koskaan lapsen vika. Ero on vanhempien keskinäinen ratkaisu, johon muut eivät ole voineet vaikuttaa.

Sinulla on oikeus molempiin vanhempiin. Ero ei tapahdu lapsen ja vanhemman välillä, vaan vanhempien välillä, eikä sen pitäisi vaikuttaa sinun ja vanhempiesi väliseen suhteeseen.

Anna itsellesi lupa tuntea kaikenlaisia tunteita. Epätietoisuus, viha, ikävä, suru, häpeä, yksinäisyys ja huoli voivat olla aivan normaaleja tunteita vanhempien eron jälkeen. Älä kuitenkaan jää tunteittesi kanssa yksin!

Vanhemmilla voi olla voimakkaitakin tunteita eroon liittyen. Näiden tunteiden keskellä voi olla joskus vaikeaa nähdä ja huomioida sinun ajatuksia ja tunteita. Koeta löytää hyvä hetki, jolloin voisit kertoa näistä vanhemmillesi!

Vanhempien ero voi muuttaa paljon asioita elämässäsi, muttei kaikkea. Elä normaalia arkea ja pidä kiinni vanhoista hyvistä rutiineistasi. Tee sellaisia asioita, missä tunnet olosi hyväksi!

Aika on ystäväs! Anna itsellesi aikaa sopeutua vanhempien eron tuomiin muutoksiin. Erosta aiheutuneet negatiiviset tunteet helpottavat myös ajan kanssa.

VIDEOT



ALKUTEKSTI

Vanhemman parisuhde ja uusperheen arki tuo usein nuoren elämään muutoksia, joihin ei ole itse voinut vaikuttaa. Välillä saattaa tuntua, että kaikki pitää vaan hyväksyä ja kaikkeen on pakko sopeutua. Jokaisella nuorella on kuitenkin myös oikeuksia ja mahdollisuuksia vaikuttaa.

Tunnetko omat perusoikeutesi? Niitä ovat mm. oikeus turvallisuuteen, tasavertaiseen kohteluun, mielipiteen ilmaisemiseen sekä yksityisyyteen. Sinulla on oikeus tuntea ja ajatella asioista omalla tavalla ja kommunikoida nämä ajatukset perheenjäsenillesi ja tulla kuulluksi.

Oikeuksien kanssa tulee myös velvollisuuksia. Oikeus ajattelunvapauteen tarkoittaa, että itsellä on velvollisuus kunnioittaa myös toisten näkemyksiä.

VIIKON FIILIS

OMINAISUUDET

NIMI - Valitse perheenjäsenellesi häntä parhaiten kuvaavat viisi vahvuutta. Antamasi vahvuudet näkyvät hänen sovelluksessaan sanapilvenä.

- Vahva itsetunto
- Hyvä ongelmanratkaisija
- Hyvä ajankäytön hallitsija
- Hauska
- Huumorintajuinen
- Iloinen
- Ymmärtäväinen
- Hyvä keskustelukumppani
- Rakastava
- Reipas
- Ahkera
- Omatoiminen
- Leikkimielinen
- Hyvä rajojen asettaja
- Hyvä harrastuskuski
- Ihana
- Kaunis
- Komea
- Rento
- Hassu
- Kiva leikkikaveri
- Hyvä tyyppi
- Kekseliäs
- Sporttinen
- Hyvä ruoanlaittaja
- Hyvä organisoija

- Hyvä hoitamaan raha-asioita
- Kiinnostunut muiden jaksamisesta
- Hyvä sanomaan kivoja asioita
- Viisas
- Fiksu
- Rohkea
- Empaattinen
- Älykäs
- Pohtivainen
- Kiltti
- Hyvä sovittelija
- Hyvä riidanratkoja
- Järkevä
- Taitava käsistään
- Innokas oppimaan uutta
- Lämmin
- Luotettava
- Lohduttaja
- Turvallinen
- Rauhallinen
- Utelias
- Hyvä keskustelija
- Hyvä hahmottamaan kokonaisuuksia

FAKTAKORNERI

OIKEUTENI UUSPERHEESSÄ

Sinulla on oikeuksia, joista sinun on hyvä olla tietoinen. Jos oikeuksiasi ei kunnioiteta voit kokea vihastumisen tunnetta. Kehosi ja mielesi herättää voimakkaan tarpeen puolustautua ja suojella omia rajoja. Tämä on luonnollista ja sinulla on myös oikeus osoittaa tuo tunne läheisillesi. Tärkeää kuitenkin on, että pyrit rauhoittamaan tunteesi ja ilmaiset sen myös toisten oikeuksia ja rajoja kunnioittaen.

Tässä on joitakin oikeuksiasi:

- Sinulla on oikeus saada tukea ja turvaa vanhemmistasi.
- Sinulla ei saa olla liikaa vastuuta ja huolta muista, vaan sulla tulee olla mahdollisuus kasvuvaiheen mukaiseen tekemiseen.
- Oikeus olla kuulematta, että joku puhuu pahaa sun vanhemmista.
- Oikeus olla ottamatta puolia vanhempien erotilanteessa.
- Oikeus omiin tunteisiin ja temperamentteihin.
- Oikeus olla osa perhettä.
- Sinulla on oikeus olla lapsi perheessäsi.
- Sinulla on oikeus tasapuoliseen kohteluun.

ASUMISJÄRJESTELYT

Uusperhe voi tuoda muutoksia asumisjärjestelyihin. Sinulla voi olla samaan aikaan kaksi kotia, joissa on erilaista asua. Voit jakaa kotia uusien perheenjäsenten kanssa, jotka eivät tunnu vielä yhtä läheisiltä ja tutuilta, kuin ne joiden kanssa olet kasvanut. Tämä ei välttämättä ole aina helppoa, vaikka ajattelisitkin, että on mukavaa saada uusia perheenjäseniä ja että on kivaa kun on kaksi kotia. Muista antaa itsellesi aikaa sopeutua muutoksiin ja pyydä rohkeasti tarvitsemaasi omaa tilaa. Sinulla on oikeus siihen. Kodin kuuluu olla paikka, jossa jokaisella siellä asuvalla on hyvä olla.

Mieti mielessäsi tai kirjoita vaikka paperille, millaiset asiat asumiseen liittyvät tuntuivat sinusta hyviltä? Onko asioita joihin kaipaisit muutoksia? Mitä?

KYSELY

Vastauksesi ovat luottamuksellisia ja näkyvät ainoastaan valmentajille, jotka ohjaavat aikuisten ryhmiä. Vastausten avulla valmentajat saavat paremman käsityksen lapsia ja nuoria pohdituttavista asioista. Kyselyssä on 4 kysymystä. Voit palata kyselyyn uudestaan ja muokata vastauksiasi myös niiden tallentamisen jälkeen.

Pohdi oikeuksiasi ja vastaa seuraaviin väittämiin: Kyllä/Ei/En osaa sanoa

- Saan tarvitsemani tukea ja turvaa vanhemmiltani uusperheessä.
- Kumpikaan uusperheen vanhemmista ei puhu kotona pahaa mun toisesta biologisesta vanhemmasta.
- Mun ei tarte ottaa kummankaan biologisen vanhemman puolta kotona, vaan saan olla itse omaa mieltä asioista.
- Saan olla kotona oikeasti minä sellaisena kuin olen.
- Koen olevani uusperheeni täysmääräinen jäsen.
- Minua kohdellaan tasavertaisesti perheen muiden lapsien kanssa.
- Saan olla lapsi ja tehdä ikäisteni juttuja ilman, että joutuisin kantamaan vastuuta perheestä.

Millaisia muita oikeuksia koet itselläsi olevan omaan perhetilanteeseesi nähden?

Kerro omin sanoin, mihin asiaan toivoisit kiinnitettävän enemmän huomiota, jotta oikeutesi toteutuvat.

Kiitä omin sanoin perhettäsi tai vaikka tiettyä perheenjäsentä jonkin oikeuden varmistamisesta.

VIDEOT



PLANEETTA 3 TUNNETAIDOT

STEPAPP-SOVELLUS

ALKUTEKSTI

Tunteet tuovat meille tärkeää tietoa ympäristöstä, toisista ihmisistä ja itsestäme. Tunteet vaikuttavat siihen miten toimimme ja mitä ajattelemme. Siksi on tärkeää, että osaamme tunnistaa tunteemme ja pysähtyä niiden äärelle. Ne kertovat meille jotain, ja kun ymmärrämme tunteemme viestin, meidän on helpompi toimia sen pohjalta ja sanoittaa tunnettamme läheisillemme.

On tärkeää, että perheessä annetaan tilaa jokaisen tunteille. Uusperheessä voi esimerkiksi vanhempi kokea suurta iloa ja innostusta uudesta kumppanista ja elämänvaiheesta samaan aikaan kuin jollekin lapsista sopeutuminen on haastavaa ja jotkut muutokset harmittavat. Tärkeintä on, että jokainen tulee kuulluksi ja nähdyksi.

VIIKON FIILIS

FAKTAKORNERI

TUNTEET

Kaikkialla maailmassa ihmiset kokevat samoja perustunteita: iloa, surua, pelkoa, vihaa, hämmästyystä ja inhoa. Perustunteisiin kuuluu monenlaisia tunnetiloja, jotka ovat voimakkuudeltaan erilaisia. Esimerkiksi viha voi vaihdella ärtymyksestä raivoon. Muistatko tilanteita joissa olet kukenut näitä tunteita? Missä kohtaa kehoa tunne tuntuu? Miten tunne ilmenee?

ILO

Ilo kannustaa meitä tekemään asioita itsemme ja muiden hyväksi sekä huomaamaan hyvän. Ilo ja mielihyvä auttavat meitä myös palautumaan kuormittavista tilanteista. Ilo ohjaa meitä kulkemaan jatkossakin iloa tuottavia asioita kohti. Ilo kannustaa yhteyteen toisten kanssa, jakamiseen ja ilon kasvattamiseen. Ilolla on tapana tarttua!

SURU

Surun tunne liittyy menettämiseen ja irtipäästämiseen. Suremme sitä, mikä on poissa tai muuttunut siitä, mihin olemme tottuneet. Voimme surra myös toteutumaton toivetta. Suru auttaa luopumaan vanhasta ennen uuteen suuntaamista

PELKO

Pelko herättää aistit ja auttaa valpastumaan ja suojautumaan vaaran uhatessa. Pelon tehtävä on suojella, joskus jopa niin hanakasti, että se valjastaa vihan puolustamaan itseään. Lievempiä pelon muotoja ovat huoli ja jännitys.

VIHA

Viha on voimallinen tunne, josta saamme sisua tehdä asioita. Vihaa voi kokea esimerkiksi silloin kun itseä tai toista kohdellaan epäoikeudenmukaisesti tai omia rajoja ei kunnioiteta. Viha antaa päättävyyttä toimintaamme sekä rohkeutta kohdata vaikeita tilanteita. Fyysisenä tunteena viha myös usein kaippaa fyysistä purkuväilyä, muttei toisia kohtaan. Tehokas vihan purkukeino on siitä puhuminen.

HÄMMÄSTYS

Hämmästyminen on jonkin yhtäkkiä tai odottamattoman seikan aiheuttama tunne. Se voi olla myönteinen tai kielteinen. Hämmästyksen tunteeseen vaikuttaa yllättävän tapahtuman tärkeys ja se vaikuttaa muihin samanaikaisesti koettuihin tunteisiin. Yllättävät myönteiset tapahtumat ovat nautinnollisempia kuin odotetut myönteiset tapahtumat. Vastaavasti yllättävät kielteiset tapahtumat tuntuvat pahemmilta kuin odotetut kielteiset tapahtumat. Hämmästyminen edesauttaa uteliaisuutta ja oppimista. Hämmästyminen saa ihmisen valpastumaan ja kiinnittämään huomiota tapahtumaan.

INHO

Inho on voimakkaan vastenmielisyyden ja iljetyksen tunne johon liittyy halu päästä pois inhottavaksi koetun asian läheltä. Yleisiä inhon kohteita ovat asiat, joihin liittyy tartuntavaara. Sosiaalisesti, kulttuurisesti ja moraalisesti määrättyvät inhon kohteet ovat kulttuurioppuvia ja voivat liittyä esimerkiksi vieraisiin asioihin tai tabuihin.

Perustunteiden lisäksi tunteille on monia muitakin kuvaavia ja syventäviä sanoja, jotka laajentavat käsitystämme tunteista. Tunnistatko kokeneesi esimerkiksi seuraavia tunteita ja mitä muita tunteita sinulla tulee mieleen?

Häpeän tunne Syyllisyyden tunne Kateuden tunne Kiitollisuuden tunne
Turvallisuuden tunne Helpotuksen ja huojenuksen tunne Yksinäisyyden tunne
Ulkopuolisuuden tunne

TUNNETAIDOT

Tunnetaidoilla tarkoitetaan kykyä tunnistaa, ilmaista ja säädellä omia tunteita. Hyvät tunnetaidot luovat perustaa niin omalle mielenterveydellemme kuin toisten kanssa vuorovaikutustilanteissa toimimiselle. Tunnetaitojen merkitys korostuu erityisesti silloin, kun koemme voimakkaita tunteita. Tunnetaidoissa voi kehittyä erityisesti ihmissuhteissa, mutta se vaatii tietoista työskentelyä.

Hyvät tunnetaidot voivat ehkäistä joitakin riitoja, mutta riidoilta ei voi täysin välttyä. Tärkeää on osata riidella rakentavasti. Vinkkitaulusta löydät vinkejä rakentavaan riiteltyyn.

KYSELY

Vastauksesi ovat luottamuksellisia ja näkyvät ainoastaan valmentajille, jotka ohjaavat aikuisten ryhmiä. Vastausten avulla valmentajat saavat paremman käsityksen lapsia ja nuoria pohdittavista asioista. Kyselyssä on 4 kysymystä. Voit palata kyselyyn uudestaan ja muokata vastauksiasi myös niiden tallentamisen jälkeen.

Miten usein perheen aikuiset riitelevät?

Todella usein
Melko usein
En osaa sanoa
Vain harvoin
Ei juuri koskaan

Miten aikuiset ratkovat erimielisyyksiä?

Mitä teet kun aikuiset riitelevät?

Mikä on sinun toiveesi perheen aikuisille riitatilanteessa?

VINKKITAULU

RAKENTAVA RIITELY JA TUNNESÄÄTELY

Kun huomaat itsessäsi voimakkaan tunteen, hyväksy tunne ja rauhoita itseäsi esimerkiksi hengittämällä syvään muutaman kerran. Kuulostele, mitä tunne sinulle kertoo.

Sinulle voi tulla tarve ratkaista tilanne tai purkaa tunteesi heti. Joskus on kuitenkin hyvä ottaa pieni tauko ja miettiä hetki, mistä tässä olikaan kyse.

Jos sinun tekee mieli korottaa ääntäsi tai mieleesi tulee loukkaavia tai ivallisia ilmaisuja tai syytöksiä, kuvittele suusi eteen vetoketju. Vedä se kiinni hetkeksi.

Koeta vihaisenakin pitää mielessä, että on tärkeää säilyttää tilanteen turvallisuus itselle ja toiselle. Älä loukkaa toista sanoin tai teoin. Vihaisuus voi tuntua käsissä, mutta älä koske toista vihaisena,

Älä aloita lausetta sanalla "sinä" - Sinä aina ärsytät minua kun... - Syyttelevät lauseet on vaikea ottaa vastaan. Aloita "minä" -sanalla ja kerro siitä miltä sinulta tuntuu - Minusta tuntuu pahalta, kun... - Tämä herättää toisessa empatiaa.

Kysy toisen toiveista ja tarpeista ja kuuntele tarkasti, mitä toinen kertoo. Älä oletta, että tiedät. Odota toisen tarkoitusperistä hyvää. Kummallakin on pohjimmitaan jokin hyvä tarkoitus. Kiinnostu siitä.

Pysy asiassa ja selkeytä mikä on riidan todellinen aihe. Mikä olisi ratkaisu ja miten olisi hyvä toimia?

On hyvä jutella tapahtuneesta jälkikäteen ja muistaa pyytää toiselta anteeksi. Kohtele itseäsi ja toista myötätunnolla ja kannustaen.

VIDEOT



ALKUTEKSTI

Kommunikaatio toisen kanssa ei aina ole helppoa, etenkin kun meillä jokaisella on oma tapa viestiä ja tulkita asioita. Jollekin voi olla luontevaa saada isossakin porukassa äänensä kuuluviin, toinen saattaa asettaa tarkkailija rooliin. Joku voi sanoa heti asioita mitä tulee mieleen tai ilmaista tunteensa sitä mukaan kun ne ilmenevät ja toinen voi haluta ensin jäsenellä asioita mielessään ennen kuin on valmis niitä jakamaan. Myös välittämistä ja kiintymystä voi yksi ilmaista sanomalla "Olet rakas.", toinen halaamalla ja kolmas jättämällä jääkaapin oveen viestin tai valmistamalla yllätysaterian perheelle.

Kommunikaatio on aina kaksisuuntaista - sitä mitä ja miten viestit sekä sitä miten vastaanotat ja tulkitset toisen viestit. Vastuu on aina molemmilla osapuolilla. Viestimme suullisesti (auditiivinen), mutta valtaosa viestinnästämme on myös kehollista (kinesteettinen). Ilmeet ja äänenpainot voivat muuttaa viestin merkitystä täysin ja toisinaan aiheuttaa myös väärinymmärryksiä. Joissain tapauksissa voi olla helpompaa viestiä esimerkiksi kirjeellä, kuvallisesti tai muiden näköhavaintojen kautta (visuaalinen). Esimerkiksi perheen pienimmille voi olla helpompaa viestiä osoittamalla asioita tai vaikka piirtämällä.

Kun tunnustat oman tapasi kommunikoida ja ymmärrät myös toisten luonteita ja tyyliä, saat viestisi paremmin perille ja ymmärrys sekä läheisyys perheenjäsenten välillä paranee. Kun kommunikointi perheen välisissä suhteissa pelaa, jokainen tulee nähdyksi ja kuulluksi ainutlaatuisena itsenään ja jokainen voi kokea kuuluvuutta.

VIIKON FIILIS

HARJOITUS

Kommunikoinnin yksi tärkeimpiä taitoja on kuuntelemisen taito. Usein sanotaankin, että siksi meillä on vain yksi suu, mutta kaksi korvaa. Tähän harjoitukseen voit valita mukaan kenen tahansa perheenjäsenesi. Toinen asettuu puhujan ja toinen kuuntelijan rooliin. Puhuja saa puhua keskeytyksettä 3 minuuttia ihan mistä vaan mieleen juolahtavasta aiheesta. Aihe voi myös vaihtua kesken kaiken, jos ensimmäisestä aiheesta ei enää tunnu riittävän kerrottavaa. Kuuntelijan tehtävä on keskittyä kuuntelemaan toisen puhetta sekä havainnoimaan toisen elekieltä. Kun aika on loppu, roolit vaihtuvat. Tämän voi toistaa muutaman kerran ja sitten yhdessä reflektoida, miltä tuntui olla kummassakin roolissa ja mitä ajatuksia harjoitus herätti.

KYSELY

Vastauksesi ovat luottamuksellisia ja näkyvät ainoastaan valmentajille, jotka ohjaavat aikuisten ryhmiä. Vastausten avulla valmentajat saavat paremman käsityksen lapsia ja nuoria pohdituttavista asioista. Kyselyssä on 7 kysymystä. Voit palata kyselyyn uudestaan ja muokata vastauksiasi myös niiden tallentamisen jälkeen.

Onko sinulla joku läheinen ihminen, jolle uskallat ja pystyt puhumaan mieltä askarruttavista asioista?

Kyllä
Ei
En osaa sanoa

Jos vastasit kyllä, kuka tämä henkilö on? (Voit valita useamman.)

Äiti
Isä
Isäpuoli
Äitipuoli
Sisko
Veli
Siskopuoli
Velipuoli
Uussisko
Uusveli
Ystävä
Isovanhempi
Muu sukulainen
Opettaja
Ammattilainen (esim. koulun terveydenhoitaja)
Joku muu

Jos vastasit "Joku muu", kuka tämä henkilö on?

Minkälainen kommunikointi tuntuu sinusta luontevalta? (voit valita useamman)

Käytännön asioista puhuminen
Tunteista tai vaikeista asioista puhuminen
Tarkkaavainen kuuntelu
Omien ajatusten selkiyttäminen ennen niistä puhumista
Puhuminen voidakseen selkiyttää omia ajatuksia
Kirjeiden tai viestien kirjoittaminen paperille
Puhelimessa puhuminen
Videopuhelut
Keskustelu kasvokkain
Keskustelu rinnakkain (esim. kävellessä tai autolla ajaessa)
Kuvien piirtäminen tai muu taiteellinen viestintä
Musiikki osana viestintää
Kännykällä viestien laittaminen
Emojit, gifit ja kuvat osana viestintää
Videoilla viestiminen
Kehollinen viestintä esim. halaukset
Elekieli (esim. ilmeet ja käden liikkeet)
Pienet huomionosoitukset (esim. lempiruuan laittaminen toiselle, oven avaaminen)

Mieti onko joku tai joitakin henkilöitä, joiden kanssa sinulla on ollut vaikeaa kommunikoida. Mistä ajattelet tämän johtuvan?

Mieti henkilöitä, joiden kanssa sinulla on ollut helppoa kommunikoida. Mistä ajattelet tämän johtuvan?

Miten voisit kehittää omaa kommunikaatiokykyäsi?

VINKKITAULU

SUHDE VANHEMMAN KUMPPANIIN

Parhaassa tapauksessa, saat uudesta aikuisesta turvallisen ihmisen elämäsi, joka voi pitää sinusta huolta ja auttaa sinua erilaisissa asioissa.

Anna aikaa. Hyvät suhteet eivät synny yhdessä yössä. Anna uudelle aikuiselle mahdollisuus tutustua sinuun.

Kun molemmat hyväksyvät toisensa sellaisena kuin on ja myös näyttävät sen toiselle, muutos parempaan on jo hyvällä alulla.

Mieti mitä sanot ja miten. Kaikissa suhteissa kannattaa ensin pohtia, miltä sanat ja teot tuntuisivat, jos ne kohdistuisivat itseesi.

Tehkää jotain mukavaa yhdessä. Kun viettää aikaa enemmän yhdessä, voi löytää jotain yhteistä kivaa tekemistä. Yhdessä tekemällä on helpompi tutustua toiseen.

Kohtaa avoimesti kun uusi aikuinen kyselee kuulumisiasi. Sinäkin voit kysellä hänen kuulumisiaan - se tuntuu kenestä tahansa kivalta.

Keskustele ja kuuntele. Kun saatte hyvän keskusteluyhteyden, moni muukin asia alkaa sujua paremmin. Jatkossa voi olla helpompi puhua myös vaikeista asioista.

SUHDE BONUSSISARUKSIIN

Välit bonussisaruksiin voivat muodostua läheisiksi, mutta se ei ole välttämätöntä. Tutustuminen saa tapahtua rauhassa.

Ota puheeksi aikuisen kanssa ikävät tunteet, kuten kateuden, epäreilisuuden, vihan tunteet liittyen bonussisaruksiin.

Tutustuminen voi tapahtua yhteisen tekemisen kautta.

Aluksi voi tuntua oudolta uudet ihmiset, mutta vähitellen uusiin ihmisiin perheessä tottuu.

Voit itse määritellä, miten haluat kutsua bonussisarukiasi

Ei heti tarvitse tuntea olevansa perhettä tai parhaita kavereita.

Jokainen saa olla oma itsensä ja omanlaisensa.

VIDEOT



ALKUTEKSTI

Meissä kaikissa on uskomus mihin me uskomme pystyvämme ja mihin ei. Sitä kutsutaan minäpystyvyyden tunteeksi.

Kotona perheen kesken on joskus tilanteita, joissa ehkä pysähdyt miettimään, pystynkö minä sanomaan oman ajatukseni ääneen. Haluat ehkä pyytää aikuiselta enemmän aikaa sinun kanssasi olemiseen tai kysyä, miksi aikuinen käyttäytyy eri tavalla kuin aiemmin?

Kun sinulla on vahva minäpystyvyyden tunne, uskallat paremmin kohdata haastaviakin tilanteita ja luotat paremmin siihen, että voit vaikuttaa asioihin. Kaikkien mielen valtaa silti välillä "Mä en pysty tähän"- ajatus. Minäpystyvyyden tunne vahvistuu aiemmista onnistumisen kokemuksista, joten kun niitä kertyy, uskot paremmin löytäväsi keinoja myös jatkossakin. Eikä yksin tarvitse kenenkään osata tai pärjätä. Aina kannattaa pyytää apua ja tukea. Minäpystyvyyttä voi onneksi vahvistaa.

VIIKON FIILIS

KYSELY

Vastauksesi ovat luottamuksellisia ja näkyvät ainoastaan valmentajille, jotka ohjaavat aikuisten ryhmiä. Vastausten avulla valmentajat saavat paremman käsityksen lapsia ja nuoria pohdituttavista asioista. Voit palata kyselyyn uudestaan ja muokata vastauksiasi myös niiden tallentamisen jälkeen.

Mitä mieltä olet seuraavista väittämistä? Väittämiä on 12. Merkitse jokaisen väittämän kohdalla se vaihtoehto, joka kuvaa parhaiten omaa kokemustasi.

Tunnen, että päivittäiset tekemiseni ovat merkityksellisiä.

Täysin eri mieltä.

Jokseenkin eri mieltä.

Ei samaa eikä eri mieltä.

Jokseenkin samaa mieltä.

Täysin samaa mieltä.

Saan myönteistä palautetta tekemisistäni.

Täysin eri mieltä.
Jokseenkin eri mieltä.
Ei samaa eikä eri mieltä.
Jokseenkin samaa mieltä.
Täysin samaa mieltä.

Kuulun itselleni tärkeään ryhmään tai yhteisöön.

Täysin eri mieltä.
Jokseenkin eri mieltä.
Ei samaa eikä eri mieltä.
Jokseenkin samaa mieltä.
Täysin samaa mieltä.

Olen tarpeellinen muille ihmisille.

Täysin eri mieltä.
Jokseenkin eri mieltä.
Ei samaa eikä eri mieltä.
Jokseenkin samaa mieltä.
Täysin samaa mieltä.

Pystyn vaikuttamaan oman elämäni kulkuun.

Täysin eri mieltä.
Jokseenkin eri mieltä.
Ei samaa eikä eri mieltä.
Jokseenkin samaa mieltä.
Täysin samaa mieltä.

Tunnen, että elämälläni on tarkoitus.

Täysin eri mieltä.
Jokseenkin eri mieltä.
Ei samaa eikä eri mieltä.
Jokseenkin samaa mieltä.
Täysin samaa mieltä.

Pystyn tavoittelemaan minulle tärkeitä asioita.

Täysin eri mieltä.
Jokseenkin eri mieltä.
Ei samaa eikä eri mieltä.
Jokseenkin samaa mieltä.
Täysin samaa mieltä.

Saan itse apua silloin, kun sitä todella tarvitsen.

Täysin eri mieltä.
Jokseenkin eri mieltä.
Ei samaa eikä eri mieltä.
Jokseenkin samaa mieltä.
Täysin samaa mieltä.

Koen, että minuun luotetaan.

Täysin eri mieltä.
Jokseenkin eri mieltä.
Ei samaa eikä eri mieltä.
Jokseenkin samaa mieltä.
Täysin samaa mieltä.

Pystyn vaikuttamaan joihinkin elinympäristöni asioihin.

Täysin eri mieltä.
Jokseenkin eri mieltä.
Ei samaa eikä eri mieltä.
Jokseenkin samaa mieltä.
Täysin samaa mieltä.

Koen, että StepApp-valmennuksesta on ollut perheelleni hyötyä.

Täysin eri mieltä.

Jokseenkin eri mieltä.

Ei samaa eikä eri mieltä.

Jokseenkin samaa mieltä.

Täysin samaa mieltä.

Koen, että StepApp-sovelluksesta on ollut itselleni hyötyä.

Täysin eri mieltä.

Jokseenkin eri mieltä.

Ei samaa eikä eri mieltä.

Jokseenkin samaa mieltä.

Täysin samaa mieltä.

PERHEPALAVERI

Harjoittelitte valmennuksen ensimmäisessä tehtävässä perhepalaverin pitämistä perheen arjen asioiden helpottamiseksi. Arjen asioiden jakamista kannattaa jatkaa edelleen, jotta pysytte kartalla toistenne menoista. Tässä perhepalaverissa luodaan Teidän Perheen Yhteiset Säännöt.

VAIHE 1 Perhepalaverin aika ja paikka

VAIHE 2 Perhepalaverin herkut

VAIHE 3 Perhepalaverin pitäminen ja asioiden kirjaaminen

Perhepalaverissa sovittavat/keskusteltavat asiat:

- Perheen säännöt ja sopimukset
 - kotiintuloajat
 - nukkumaanmenoajat
 - tietokone- ja pelivuorot/ajat
 - kaverit kylässä/kaverikylässä
 - viikkorahat/kuukausirahat/palkkiot
 - mistä muusta halutaan sopia?
- Ruokailu
 - ruoka-ajat
 - yhteinen ruokailu
 - ruokailun säännöt (esim. ruokailuvälineiden vienti tiskiin)
- Arjen askareet
 - astianpesukoneen täyttö ja tyhjennys
 - imuroiminen
 - roskien vieminen
 - wc/kylpyhuoneen pesu
 - pyykit (pyykkien laitto kuivumaan ja sieltä kaappiin)
 - oman huoneen siivous (tavarat paikoilleen, vaatteet kaappiin tai pyykkiin, pölyt, imurointi, petivaatteiden vaihto, lattian pesu, maton tamppaus)
 - pihatytöt (nurmikon leikkaus, lumen luonti, haravointi)
 - ruokapöydän kattaus ja puhdistus ruokailun jälkeen
 - auton huolto (pesu, imurointi)
 - lemmikin hoitaminen (esim. koiran ulkoiluttaminen, kissahiekkalaatikon puhdistus)
 - yhteiset talkoot

VAIHE 4 Perhepalaverin arvosana

Jokainen osallistuja antaa lopuksi perhepalaverillemme arvosanan. Kuinka hyvin perhepalaverinne sujui? Pitivätkö ennalta sovitut asiat? Saivatko kaikki osallistua tasavertaisesti? Valitse perhepalaverillemme arvosana.

5 6 7 8 9 10

VINKKITAULU

MITEN VAHVISTAN MINÄPYSTYVYYTTÄNI?

Silloin, kun minäpystyvyytesi tunne on vielä heikko, saattaa edessä oleva tehtävä tai tilanne tuntua ylitsepääsemättömältä. Silloin tekee mieli luovuttaa. Liian aikainen luovuttaminen saa aikaan sen, ettei sinulle pääse kertymään juuri niitä onnistumisia, joita voisi sitten muistella, kun seuraavan kerran jännittää tai tuntuu epätoivoiselta jokin tehtävä.

Uskalla yrittää, vaikka jännittää.
Tällaiset kokemukset vahvistavat minäpystyvyttäsi.

Kun näet ihailmasi henkilön tai vaikka oman kaverisi pystyvän suoriutumaan jostakin tilanteesta antaa se myös sinulle uskoa luottaa omiin kykyihisi.

Jännitys voi tuntua kehossa esimerkiksi hikoiluna, vatsakipuna tai paniikinomaisena tunteena, mutta nämä eivät ole merkkejä siitä, ettekö sinä pystyisi johonkin asiaan.

Ota kannustus ja tsemppaus muilta vastaan ja usko siihen.

Hyvä minäpystyvyys ei tarkoita sitä, että uskoo pystyvänsä kaikkeen. On tärkeää tunnistaa omat rajat ja pyytää tarvittaessa apua.

MITEN VOIN VAIKUTTAA UUSPERHEESSÄNI?

Ääneen puhumisen sijaan, voit myös kirjoittaa ajatuksiasi kirjeenä.

Kun keskustelun aloitus tuntuu vaikealta, pyydä aikuista kysymään ja sen jälkeen vain kuuntelemaan, mitä mielessäsi on.

Itselle voi pyytää riittävästi tilaa ja aikaa, kun haluaa käsitellä jotain uutta asiaa.

Kerro rohkeasti omat ajatukset myös perhepalaverissa. Ajatuksesi ovat arvokkaita.

Voitte kirjoittaa perhepalaverissa toivelistan, mitä halutaan tehdä yhdessä esimerkiksi kesälomalla.

Jokainen perheenjäsen voi kertoa tai kirjoittaa, mitä perinteitä tai tapoja haluaa, että pidetään yllä esimerkiksi juhlapyhinä.

HARJOITUS

Tällä viikolla te perheen lapset ja nuoret voitte toimia tiiminä, joka saa teidän perheen yhdessä luomaan maataideteosta. Käykää yhdessä sopimassa aikuisten kanssa teidän perheelle sopiva päivä. Maataide voi olla minkälaista vaan. Sen luomiseen voi käyttää esimerkiksi lehtiä, kiviä, keppejä, käpyjä ja kaikkea muuta, mitä ympäristöstä löytyykään. Näitä materiaaleja voi asetella maahan minkälaiseen muotoon vain haluaa. Ne voivat muodostaa kuvioita, muotoja tai toistuvia kehiä.

Tässä tehtävässä te lapset saatte olla ohjaajia. Etsikää yhdessä luonnosta mielenkiintoinen paikka ja suunnitelkaa yhdessä luonnonmateriaalit, joita alatte keräämään. Ohjatkaa perheen aikuiset mukaan. Saatte yhdessä ohjata, miten aloitatte ja miten haluatte, että taideteos etenee. Ottakaa lopuksi kuva muistoksi valmiista maataiteestanne.



VIDEOT

Liite 2: Työpajan tulos



