



Houppi Oy:n Muutosmatka-ohjelman teoreettisen perustan kehittäminen

Taru Meritie

2020 Laurea





Laurea-ammattikorkeakoulu

Houppi Oy:n Muutosmatka-ohjelman teorettinen perusta

Taru Meritie
Sosionomi (AMK)
Opinnäytetyö
11/2020

Taru Meritie

Tutkimuksellinen kehittämishanke: Houppi Oy:n Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta.

Vuosi

2020

Sivumäärä

41

Tämän tutkimuksellisen kehittämishankkeen tavoitteena oli kehittää ja kuvata sosiaalialalla toimivan Houppi Oy:n Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta.

Hyvinvoinnin kokemus on yksilöllinen. Siihen vaikuttavat mm, mahdollisuus toteuttaa itseä/ mielekäs tekeminen, onnellisuus, sosiaalinen pääoma, ihmissuhteet, terveys, materiaallinen hyvinvointi, toiveet ja unelmat, omanarvontunto ja mielekäs tekeminen. (THL 2020a.)

Muutosmatka-ohjelman tavoite on lisätä yksilön kokonaisvaltaista hyvinvointi ja itsetuntemusta niin, että ihminen kokee elävänsä itsensä näköistä riittävän hyvinvoivaa elämää. Muutosmatka -ohjelma on suunniteltu pääosin toteutettaviksi aikuissosiaalityössä. Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta tarkoittaa tässä tutkimuksellisessa kehittämishankkeessa tuotekehitykseen liittyvää käsitteellistä eri tutkittujen teoriapohjien jäsenystä ja siitä muodostuvaa kokonaisuutta.

Tutkimuksellisen kehittämishankkeen teoreettiseen perustaan kuuluvat toipumisorientaatio, itsetuntemus ja muutosprosessi. Tutkimusote kehittämishankkeessa on konstrukttiivinen. Tutkimuksellisuus toteutettiin tässä tutkimuksellisessa kehittämishankkeessa arvioinnilla. Arviointitapoina olivat sekä sisältyvä, osallistuva että tarkkaileva arviointi. Arvioinnin kohteena olivat tutkimuksellisen kehittämishankkeen prosessi, Muutosmatka -ohjelman teoreettisen perustan kehittämisen prosessi sekä Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta.

Tutkimuksellisessa kehittämishankkeessa tutustuttiin eri viitekehyksiin ja esiteltiin niitä Muutosmatka -ohjelman kehittäjille. Prosessi pitää sisällään aiheeseen liittyvän tutkimuskirjallisuuden tutustumisen, keskeisten käsitteiden määrittelyn, lähestymistavan valitsemisen ja kirjaamisen muotoon, josta syntyi dokumentoitu Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta. Prosessi tehtiin tiiviissä yhteistyössä Houppi Oy:n edustajien kanssa. Tutkimuksellisen kehittämishankkeen lopputuoksensa syntyi Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta. Valmis Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta löytyy liitteenä raportista. Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta ei ole julkinen.

Asiasanat: Toipumisorientaatio, itsetuntemus, muutosprosessi

Taru Meritie

Investigational development project: Theoretical basis of Houppi Oy's Muutosmatka project.

Year

2020

Pages

41

The aim of this research and development project was to develop and describe the theoretical basis of Houppi Oy's Muutosmatka project in the social services.

The experience of well-being is individual. It is influenced by, among other things, the ability to realize oneself / meaningful doing, happiness, social capital, interpersonal relationships, health, material well-being, hopes and dreams, self-esteem and meaningful doing. (THL 2020a.) The goal of Muutosmatka project is to increase the individual's overall well-being and self-awareness so that the person feels that he or she is living a life of sufficient well-being. Muutosmatka project is mainly designed to be implemented in adult social work.

In this research and development project, the theoretical basis of Muutosmatka project means the conceptual structuring of the various studied theories related to product development and the entity formed based on them. The theoretical basis of a research and development project includes recovery orientation, self-knowledge, and the process of change. The investigational aspect approach in the development project is constructive. Research was carried out in this research development project through evaluation. The evaluation methods were both inclusive, participatory and observational. The evaluation focused on the process of the research development project, the process of developing the theoretical basis of Muutosmatka project and the theoretical basis of Muutosmatka project.

In the research and development project, various frameworks were introduced and presented to the developers of Muutosmatka project. The process involves familiarizing oneself with the research literature related to the topic, defining key concepts, choosing an approach, and recording it in the form that developed into the documented theoretical foundation of Muutosmatka project. The process was carried out in close cooperation with Houppi Oy's representatives. The final output of the development project was the theoretical basis of Muutosmatka -program. The theoretical basis of the completed Transition program can be found in the appendix to the report. The theoretical basis of Muutosmatka project is not public.

Keywords: Recovery orientation, self-knowledge, the process of change

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Tutkimuksellisen kehittämishankkeen tarve ja lähtökohdat	7
2.1	Tutkimuksellisen kehittämishankkeen tarkoitus, tavoitteet ja tehtävät.....	7
2.2	Hankkeen toimijat	7
3	Muutosmatka -ohjelma	8
3.1	Muutosmatka -ohjelma menetelmänä	8
3.2	Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta	10
4	Muutosmatka -ohjelman toimintaympäristö	11
4.1	Aikuissosiaalityö.....	11
4.2	Mielenterveys- ja päihdetyö.....	12
4.3	Jälkihuolto	13
5	Muutosmatka -ohjelman teoreettisen perustan viitekehys	13
5.1	Toipumisorientaatio	13
5.2	Itsetuntemus.....	14
5.3	Muutosprosessi.....	15
6	Tutkimuksellisen kehittämistyön metodologiset asetelmat	17
6.1	Tutkimuksellinen kehittämishanke	17
6.2	Konstruktiivinen tutkimusote	18
7	Tutkimuksellisen kehittämishankkeen kuvaus vaiheittain	19
7.1	Nykykäytännön kehittämistarpeiden tunnistaminen.....	19
7.2	Ideointivaihe	20
7.3	Suunnitteluvaihe	20
7.4	Toteutusvaihe	22
7.5	Tuotokset / Tulokset	23
8	Arviointi.....	24
8.1	Sisältyvä itsearviointi.....	24
8.2	Tilaaajayrityksen osallistuva arviointi.....	27
8.3	Ulkopuolinen tarkkaileva arviointi	27
9	Tutkimuksellisen kehittämishankkeen eettisyys ja luotettavuus	28
9.1	Luotettavuus.....	28
9.2	Eettisyys.....	29
10	Pohdinta ja johtopäätökset.....	30
	Lähteet.....	31
	Liitteet	35

1 Johdanto

Houppi Oy on neljän osakkaan sosiaalialan yritys. Yritys kehittää sosiaalialalle ihmisen hyvinvointia tukevia ja kuntouttavia kokonaisvaltaisia palveluja. Yrityksen päätuotteena on mielenterveys-, päihde- sekä aikuissosiaalityölle kehitettävä 13 kuukautta kestävä Muutosmatka-ohjelma.

Hyvinvoinnin kokemus on yksilöllinen. Siihen vaikuttavat mm. mahdollisuus toteuttaa itseä, mielekäs tekeminen, onnellisuus, sosiaalinen pääoma, ihmissuhteet, terveys, materiaallinen hyvinvointi, toiveet ja unelmat ja omanarvontunto. Hyvinvoinnin osatekijät ovat terveys, materiaallinen hyvinvointi ja koettu hyvinvointi. (THL 2020a.)

Hyvinvoinnista on tehty myös lukuisia tutkimuksia, kuten myös tutkimuksellisia kehittämishankkeita on paljon. Kokonaisvaltaisesta ihmisen muutosprosessista on kuitenkin vain vähän suomenkielisiä julkaisuja. Tässä tutkimuksellisessa kehittämishankkeessa viitataan mm. Anna-Riitta Myllärisen (2018) akateemiseen väitöskirjaan. Hän on tutkinut väitöskirjassaan elämänsisällön muutosta ja auttamistyötä. Marika Pekkala (2020) on tehnyt opinnäytetyön traumasensitiivisen hyvinvointipalvelun palvelumuotoiluista, joka on mielenkiintoinen kehittämishanke opinnäytetyönä. Siinä yhdistyvät sekä sosiaaliala että liiketoiminta-ala onnistuneesti.

Muutosmatka-ohjelman tavoite on lisätä yksilön kokonaisvaltaista hyvinvointi ja itsetuntemusta niin, että ihminen kokee elävänsä itsensä näköistä riittävän hyvinvoivaa elämää. Ohjelma on kehitetty ensisijaisesti mielenterveys- ja päihdepotilaille sekä muille aikuissosiaalityössä oleville asiakkaille sekä lastensuojelun jälkihuoltoasiakkaille.

Tutkimuksellisen kehittämishankkeen tarkoituksena oli tutustua eri viitekehyksiin ja esitellä niitä Muutosmatka -ohjelman kehittäjille. Prosessi tehtiin tiiviissä yhteistyössä Houppi Oy:n edustajan kanssa. Tutkimuksellisen kehittämishankkeen tavoitteena oli kehittää ja kuvata Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta.

Tämä tutkimuksellinen kehittämishankkeen alkuvaiheessa pohdittiin Houppi Oy:n palvelun kehittäjien kanssa, mitä teoreettinen perusta Muutosmatka -ohjelmassa tarkoittaa ja kenelle se on tarkoitettu. Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perustaksi määriteltiin seuraavasti: Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta tarkoittaa tuotekehitykseen liittyvää käsitteellistä eri tutkittujen teoriapohjien jäsenystä ja siitä muodostuvaa kokonaisuutta. Teoreettinen perusta yhtenäistää ja johdonmukaistaa ohjelmaa ja tekee prosessista kokonaisuuden, jossa eri osat täydentävät palvelevat toisiaan johdonmukaisesti ja tutkimustietoon nojaten. Tämän lisäksi se ohjaa Muutosmatka -ohjelman ohjaajien työskentelyä ja työmenetelmien valintaa. Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta ottaa kantaa työmetodeihin ja tällä tavoin ohjaa työorientaatiota mikrotasolla.

2 Tutkimuksellisen kehittämishankkeen tarve ja lähtökohdat

2.1 Tutkimuksellisen kehittämishankkeen tarkoitus, tavoitteet ja tehtävät

Tämän tutkimuksellisen kehittämishankkeen tavoitteena oli kehittää ja kuvata Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta. Muutosmatka -ohjelma on kehittämisvaiheessa. Ennen kuin kehitystyö voi jatkua tulee Muutosmatka -ohjelmalle luoda teoreettinen perusta. Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta tarkoittaa tässä tutkimuksellisessa kehittämishankkeessa tuotekehitykseen liittyvää käsitteellistä eri tutkittujen teoriapohjien jäsenystä ja siitä muodostuvaa kokonaisuutta. Sitä käytetään selkeyttämään, jäsentämään ja ohjaamaan tuotteen kehitystä. Teoreettinen perusta yhtenäistää ja johdonmukaistaa ohjelmaa ja tekee prosessista kokonaisuuden, jossa eri osat täydentävät palvelevat toisiaan johdonmukaisesti ja tutkimustietoon nojaten. Tämän lisäksi se ohjaa Muutosmatka -ohjelman ohjaajien työskentelyä ja työmenetelmien valintaa. Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta ottaa kantaa työmetodeihin ja tällä tavoin ohjaa työorientaatiota mikrotasolla.

Tutkimuksellisen kehittämishankkeen tarkoituksena oli tutustua eri viitekehyksiin ja esitellä niitä Muutosmatka -ohjelman kehittäjille. Prosessi piti sisällään aiheeseen liittyvän tutkimuskirjallisuuden tutustumisen, keskeisten käsitteiden määrittelyn, lähestymistavan valitsemisen ja kirjaamisen muotoon, josta syntyi dokumentoitu Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta. Prosessi tehtiin tiiviissä yhteistyössä Houppi Oy:n edustajan kanssa. Tutkimuksellisen kehittämishankkeen tavoitteena oli kehittää ja kuvata Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta.

2.2 Hankkeen toimijat

Tutkimuksellisen kehittämishankkeen toimijat olivat: Taru Meritie, sosionomiopiskelija, Laurea-ammattikorkeakoulu, Antti Hupli, palveluvastaava, asiantuntijalääkäri, Houppi Oy. Mikko Meritie, toimitusjohtaja Houppi Oy ja Marianna Sorvali, KM, psykoterapeutti (VET), ryhmäanalytikko, toimintaterapeutti.

Mielenterveys- ja päihdepalvelut ovat merkittävä osa monia sosiaalialan ammatteja ja kokonaisvaltainen hyvinvointi koskettaa jokaista ihmistä. Ihmisen sekä henkisen että psyykkisen hyvinvoinnin kokonaisvaltaisuus ovat kiinnostavia osa-alueita ja tämän kehittämishankkeen kautta pääsin tutustumaan näihin osa-alueisiin syvemmin.

Houppi Oy on neljän osakkaan sosiaali- ja terveysalan yritys. Se kehittää sosiaalialalle, ihmisen hyvinvointia tukevia ja kuntouttavia kokonaisvaltaisia palveluja. Yrityksen päätuotteena on mielenterveys-, päihde- sekä aikuissosiaalityön palvelusektorille kehitettävä 13 kuukautta kestävä Muutosmatka-ohjelma. Tutkimuksellinen kehittämishanke tehtiin tiiviissä dialogisessa yhteistyössä Houppi Oy:n edustajien kanssa, jossa toimin prosessin eri vaiheissa esittelijänä suhteessa muihin toimijoihin.

3 Muutosmatka -ohjelma

3.1 Muutosmatka -ohjelma menetelmänä

Tutkimusten mukaan itsetuntemus tukee fyysistä, henkistä ja psyykkistä hyvinvointia. Se suojaa stressiltä ja ulkoisten tekijöiden vaikutukselta omaan onnellisuuden kokemukseen. Usein ihminen ohjautuu elämän valinnoissaan ja tilanteissa tiedostamatta, toistaen osittain elämän kaavoja ja totuttuja tunneympäristöjä. Itsetuntemuksen avulla on mahdollista löytää vaihtoehtoisia tapoja toimia ja reagoida sekä valita sekä oppia myös stressaavien ja haitallisten tilanteiden hallintaa (Ajanko 2016, 151-153; Puolimatka 2010, 146.) Itsensä tutkiminen ja tietoisuuteen tuominen ei ole kuitenkaan yksinkertaista, sillä tutkimusten mukaan ihminen ei kykene usein katsomaan itseään objektiivisesti vaan tekee tulkintoja tilannetekijöiden kautta (Ojanen 2011, 10-17).

THL:n (2020a) mukaan hyvinvoinnin osatekijät ovat terveys, materiaallinen hyvinvointi ja koettu hyvinvointi / elämänlaatu. Näihin osatekijöihin vaikuttaa keskeisesti asuinolot, mahdollisuus toteuttaa itseä/ mielekäs tekeminen, onnellisuus, sosiaalinen pääoma/ ihmissuhteet, terveys, materiaallinen hyvinvointi, toiveet ja unelmat, omanarvontunto ja mielekäs tekeminen.

Miettunen (2018) mainitsee opinnäytetyössään Ihmisen kokonaisvaltainen hyvinvointi myös Center for Diseases Control and Prevention (2018) hyvinvoinnin määritelmän, jonka mukaan hyvinvoinnin osatekijöinä ovat myös vaikutusmahdollisuudet omaan fyysiseen ja sosiaaliseen ympäristöön, terveet elintavat, pitkäikäisyys ja oma kokemus terveydentilasta sekä tuotteliaisuus. Hyvinvointi ja terveys ovat määritelmältään lähellä toisiaan. Maailman terveysjärjestön WHO:n mukaan terveys on täydellinen psyykkisen, fyysisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tila (Huttunen, 2018).

Muutosmatka-ohjelman menetelmän kehittäjinä ovat yleislääketieteen lääkäri Houppi Oy:n palveluvastaava, osakas, Antti Hupli, kokemusasiantuntija, terapeutti Mikko Meritie sekä neuvoterapeutti, hoitaja Tanja Turcka. Meritie on rakentanut aiemmalla urallaan MES®-ohjelman, joka on terapeutin elämäntilanteen ohjelma lastensuojelun piirissä olevilla

vanhemmille. MES®-ohjelmaa toteutetaan tällä hetkellä Suomen lisäksi myös mm. Ruotsissa ja Australiassa. Houppi Oy:n alustavien sosiaalialan johtohenkilöiden kanssa käytyjen keskustelujen perusteella vastaavalle, mutta laajemmalle ohjelmalle päihde-mielenterveyspalvelusektorilla on tarvetta. (Meritie 2020.)

Muutosmatka -ohjelma on kehittämissivaiheessa. Ennen kuin kehitystyö voi jatkua tulee Muutosmatka -ohjelmalle luoda teoreettinen perusta. Muutosmatka-ohjelman tavoite on lisätä yksilön kokonaisvaltaista hyvinvointi ja itsetuntemusta niin, että ihminen kokee elävänsä itsensä näköistä riittävän hyvinvoivaa elämää. (Meritie 2020.) Tämän tutkimuksellisen kehittämishankkeen tavoite oli luoda Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta. Muutosmatka -ohjelman teoreettisella perusta tarkoittaa tässä tutkimuksellisessa kehittämishankkeessa tuotekehitykseen liittyvää käsitteellistä eri tutkittujen teoriapohjien jäsenystä ja siitä muodostuvaa kokonaisuutta. Sitä käytetään selkeyttämään, jäsentämään ja ohjaamaan tuotteen kehitystä. Tämän lisäksi se ohjaa Muutosmatka -ohjelman ohjaajien työskentelyä ja työmenetelmien valintaa.

Hupli Meritie ja Turcka ovat rakentaneet Muutosmatka-ohjelman itsetuntemuksen ja hyvinvoinnin rakentamisen perusteeksi seuraavat osakokonaisuudet:

- Tässä hetkessä eläminen
 - Hyvän elämän kulmakivet, tunteiden kohtaaminen /-säätely, vireystilan säätely (palautuminen ja aktivointi), motivaatio muutokseen, hyvän vahvistaminen, mielekäs tekeminen, elämästä nauttiminen. sosiaaliset suhteet, kanssakäyminen, itsensä näköinen elämä, kuuntelemisentalo, vuorovaikutus, omistautuminen, terveys (ravinto, liikunta, uni/lepo), arjentalot, tietoisuustaidot, sisäinen puhe, elämän asenne, resilienssi, oman arvon tunne, itsensä rakastaminen, luonto, rakkaus, seksuaalisuus, arvot, HOT, terveet rajat, talous, ongelmien tiedostaminen, palaute, yksilöllinen persoonallisuus, henkisyys, sisäinen rakastava vanhemmuus.
- Menneisyyden jäsentäminen
 - Sukupolvien ketju, traumat / haavat, tunnelukot, ihmissuhteet / kiintymyssuhteet, elämäntaari, uskomukset, menetykset, opitut rajat, tunteet /tunnetaanat, terapeuttiset kirjeet, selviytymisstrategiat, varjo, kehomieli yhteys, sisäinen lapsi

- Itsensä näköinen hyvä tulevaisuus
 - Oman heimon/yhteisön löytäminen, koti turvasatama, unelmat, tavat, suunnitelma, itsensä kehittäminen, itsensä toteuttaminen ja tarkoituksen löytäminen, mentalisaatio, ongelmien ratkaisu, muutosta edistävä toiminta, eheytyminen, elämän muutoksen ylläpitäminen. (Hupli & Meritie 2020.)

Prosessi käydään ryhmämuotoisena henkilökohtaistamisen ja toipumisorientaation metodia käyttäen. Henkilökohtaistamisella tarkoitetaan ajattelu- ja toimintatapaa, jossa asiakas nähdään tasaveroisena ihmisenä ja hänen yksilöllisyytensä otetaan huomioon ja hän saa vaikuttaa prosessin kulkuun. Toipumisorientaatiolla tarkoitetaan prosessin muovautumista yksilöllistä, ja siihen liittyy keskeisesti merkityksellisyys ja toiveikkaus, yhteisöllisyys sekä myönteiset voimavarat. (Wahlbeck ym. 2018, 11.) Muutosmatka-ohjelma on kehitetty ensisijaisesti mielenterveys- ja päihdepotilaille sekä muille aikuissosiaalityön piirissä oleville asiakkaille sekä lastensuojelun jälkihuoltoasiakkaille.

3.2 Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta

Teoriatausta on prosesseissa suunnannäyttävä ja se auttaa jäsentämään eri osa-alueita ja ohjaamaan valintoja. Se toimii myös tehtyjen havaintojen peilauspintana ja siinä on useita aiheeseen liittyviä näkökulmia. Tutkimusten yhteydessä puhutaan usein teoreettisesta viitekehuksesta. Teoreettinen viitekehys sisältää keskeisen aiheeseen liittyvän teoreettisen tieteellisen aineksen, jossa on looginen jatkumo. Se kertoo myös mitä näkökulmaan nimenomaan tässä asiassa käytetään. (Pihlaja 2001, 45.)

Teoreettinen perusta tarkoittaa tässä tutkimuksellisessa kehittämishankkeessa tuotekehitykseen liittyvää käsitteellistä eri tutkittujen teoriapohjien jäsenystä ja siitä muodostuvaa kokonaisuutta. Sitä käytetään selkeyttämään, jäsentämään ja ohjaamaan tuotteen kehitystä. Teoreettinen perusta yhtenäistää ja johdonmukaistaa ohjelmaa ja tekee prosessista kokonaisuuden, jossa eri osat täydentävät palvelevat toisiaan johdonmukaisesti ja tutkimustietoon nojaten. Tämän lisäksi se ohjaa Muutosmatka -ohjelman ohjaajien työskentelyä ja työmenetelmien valintaa. Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta ottaa kantaa työmetodeihin ja tällä tavoin ohjaa työorientaatiota mikrotasolla.

4 Muutosmatka -ohjelman toimintaympäristö

Jotta Muutosmatka-ohjelman menetelmää voidaan ymmärtää osallisuuden ja asiakkuuksien näkökannasta, on ymmärrettävä missä toimintaympäristössä ohjelma toimii. Muutosmatka -ohjelma on suunniteltu pääosin toteutettaviksi kunnan sosiaalipalveluja täydentämään. Keskeisimmät toimintakentät ovat aikuissosiaalityö ja siellä erityisesti mielenterveys- ja päihdetyö sekä jälkihuollon piirissä olevat nuoret aikuiset.

4.1 Aikuissosiaalityö

Muutosmatka-ohjelma on kehitetty ensisijaisesti mielenterveys- ja päihdepotilaille sekä muille aikuissosiaalityön piirissä oleville asiakkaille. Aikuissosiaalityö on pääsääntöisesti yli 18-vuotiaisiin aikuisväestön haasteisiin kohdistuvaa sosiaalityötä, joka on sosiaalihuoltolain (1301/2014) mukaista palvelua, ja sitä ohjeistaa laaja sosiaalialan erityislainsäädäntö, esimerkiksi päihdehuoltolaki (41/1986). Sosiaalihuoltolain painopiste on siirtynyt ennaltaehkäisevien palvelujen suuntaan. Asiakkaiden tulisi saada palveluita ajoissa ja helposti, eikä jäisi ilman palveluja, jos ei täytyä erityislainsäädännön kriteerejä. (Kuusikko-työryhmä 2020.)

Aikuissosiaalityön asiakkaiden haasteet ovat esimerkiksi arkielämän selviytymisen haasteita, päihde- ja mielenterveysongelmia, yksinäisyyttä, syrjäytymistä, asunnottomuutta ja toimeentulohaasteita. Ongelmat ovat usein monisyisiä, eikä asiakas itse tai pelkät peruspalvelut pysty auttamaan asiakasta. Aikuissosiaalityön tavoitteena on asiakkaan elämänhallinnan edistäminen sosiaalisissa suhteissa, arjessa ja toimeentulossa sekä ongelmien ennaltaehkäisy ja kuntoutuminen. Keskiössä on omien voimavarojen ja osallisuuden vahvistaminen sekä monialainen, kuntapalvelusektoreita ylittävä yhteistyö. (Kananoja ym. 2010, 198; Juhila 2008, 82-108.) Aikuissosiaalityön tulisi olla asiakkaan kanssa tehtävää suunnitelmallista, tavoitteellista, pitkäjänteistä ja moniammatillista työtä asiakkaan kokonaiselämäntilanteen edistämiseksi, jossa myös asiakas on itse asiantuntija (Kankainen 2012, 49.)

Sosiaalihuoltolain (1301/2014) 4 luvun 36-37 § määrittelee kaikille sosiaalipalveluille yhteisen asiakasprosessin, jonka vaiheet ovat: yhteydenotto sosiaalitoimeen, kiireellisen avun arviointi, palvelutarpeen arviointi, oman työntekijän nimeäminen, asiakassuunnitelma, päätös palvelusta, palvelujen järjestäminen, asiakkuuden päättymisen, kun tuen tarve lakkaa. Aikuissosiaalityön palveluja ovat esimerkiksi toimeentulotuki, vammaispalvelut, kuntouttava työtoiminta ja asumispalvelut. Myös päihde- ja mielenterveystyö kuuluvat aikuissosiaalityön piiriin (Heinimaa 2015, 10-11.)

4.2 Mielenterveys- ja päihdetyö

Muutosmatka -ohjelman asiakaskohderyhmillä on useilla sekä mielenterveys- että päihdeongelmia ja -asiakkuuksia. Mielenterveyslain (14.12.1990/1116) 1 luvun 1§ mukaan mielenterveystyön tarkoituksena on tuottaa toimintaa, joka lisää ihmisen mielenterveyden vahvistavia ja suojaavia tekijöitä. Päihdehuoltolain (17.1.1986/41) 1 luvun 1 § mukaan päihdehuollon tavoitteena on ehkäistä ja vähentää päihteiden ongelmakäyttöä, niihin liittyviä haittoja ja edistää käyttäjän sekä hänen lähipiirinsä toimintakykyä ja turvallisuutta.

Mielenterveys ja päihdetyö kulkevat sekä palvelupoluissa että myös ihmisen elämässä usein rinnakkain. Noin puolella päihdepotilaita on myös päihteistä riippumattomia mielenterveyden ongelmia. Mielenterveys- ja päihdeongelmat ovat myös toistensa riskitekijöitä. Samalla niihin liittyy usein myös henkilökohtaista häpeää ja leimautumista. (Laitila 2010, 35.)

Mielenterveyttä suojaavia tekijöitä ovat mm. yhteenkuuluvuuden tukeminen, osallisuus ja vaikutusmahdollisuus, suvaitsevaisuus, vastuunkanto, yhteisöön kuuluminen, ystävät ja perhe, positiivinen varhainen vuorovaikutus, myönteinen minäkuva, turvallisuuden tunne, oppimisen kyky ja ongelmanratkaisutaidot, stressihallintataidot. Riskitekijöitä ovat mm: lapsuuteen liittyvät riskitekijät (kuten ennen aikainen syntymä tai alhainen syntymäpaino, kaltoinkohtelu, vanhempien mielenterveyshäiriöt ja päihteiden käyttö sekä heikko koulumenestys), päihdeongelmat, unettomuus, krooninen kipu, yksinäisyys somaattinen sairaus, traumat, menetykset. stressi tai heikko stressinsietokyky, koulutuksen tai asunnon puute, köyhyys, ravinnonpuute, työttömyys. syrjintä ja väkivalta. (Erkko & Hannukkala 2013, 14-16.)

Mielenterveystyö voidaan jakaa promootioon, (mielenterveyden edistämiseen, mielenterveyden suojaavien tekijöiden vahvistamiseen) ja preventioon (ennaltaehkäisyyn ja ongelmien ja oireiden keston vähentämiseen). Erona näiden kahden välillä on promootion positiivista ja voimavaroihin keskittyvää työote ja prevention ongelmalähtöistä ja ennaltaehkäisevää työote. (Fälde, Kanervo & Leppänen 2018, 9; Valkonen 2020.)

Vuonna 2018 päihteiden avopalveluasiakkaista 49% oli 25-49 vuotiaita. Päihdepalveluiden A-klinikkapalveluissa ja nuorisoasemilla asiakkaita oli 40 937. Asumispalvelu- sekä laitoshoitopalveluissa 12 831 asiakasta ja heillä hoitopäiviä yhteensä 1 023 774. Näistä 83 % oli asumispalveluhoitopäiviä. A-klinikka ja nuorisopalvelujen käyttö asukasta kohden on suurinta Pohjanmaalla (n 11,7 N=1000) ja Keski-Pohjanmaalla (n=10,8, N=1000) ja määrällisesti ja määrällisesti Uudellamaalla 14 758 ja Varsinais-Suomessa 3 171. Asumispalveluja ja ensisuojojen hoitopäivämäärä asukasta kohden on suurin Keski-Suomessa (n=414,8 N=1000) ja Etelä-Karjalassa (n=276,6 N=1000) ja määrällisesti eniten Uudellamaalla 1893 ja Varsinais-Suomessa 1012 hoitopäivää. Päihdehuollon laitoksissa asukasta kohden hoitopäiviä on eniten

Kymenlaaksossa (n=59,4, N=1000) ja Pohjanmaalla (n=42, N=1000) ja määrällisesti eniten Uudellamaalla 59 702 ja Varsinais-Suomessa 20 609. Työkyvyttömyyseläkkeitä, joissa esiintyy alkoholi tai huumeet, myönnettiin vuonna 2018 14870 kpl määrä on 9.2 % kaikista voimassa olevista työkyvyttömyyseläkkeistä. (THL 2019, 63-65.)

4.3 Jälkihuolto

Muutosmatka- ohjelma on tarkoitettu myös nuorille aikuisille, joista osa on lastensuojelun jälkihuollon asiakkaita. THL:n (2020b) lastensuojelun käsikirjan mukaan jälkihuollolla tarkoitetaan: ”sijaishuollon tai pitkän avohuollon sijoituksen päättymisen jälkeen tarjottavaa kokonaisvaltaista tukea lapselle tai nuorelle. Jälkihuollon tarkoituksena on tukea lapsen kotiutumista sijaishuollosta tai auttaa aikuistuvaa nuorta saavuttamaan riittävät valmiudet itsenäisen elämän aloittamiselle.”

Jälkihuollon asiakkaat ovat enintään 25-vuotiaita nuoria ja pääosin täysi-ikäisiä. Tukitoimet ovat aina yksilöllisiä ja niissä noudatetaan yhteistyötä eri viranomaisten kanssa. Työ on tukevaa ja sekä käytännön apua, että omien voimavarojen tunnistamista ja itsenäisyyttä tukevaa toimintaa sekä kriisiapua. Riittävän toimeentulon ja asunnon löytyminen ovat perusta jolle jälkihuoltoa rakennetaan. (THL 2020b.)

Vuonna 2019 jälkihuoltoperusteiden sijoitettuna oli 1 500 lasta ja nuorta, minkä lisäksi avohuollon tukea sai yhteensä 7 646 jälkihuollossa olevaa lasta ja nuorta (THL 2020c).

1.1.2020 Lastensuojelulakia 13.4.2007/417 uudistettiin. Uudistuksen myötä jälkihuollon asiakasikärajaa nostettiin 25 vuoteen saakka (STM 2020).

5 Muutosmatka -ohjelman teoreettisen perustan viitekehys

5.1 Toipumisorientaatio

Muutosmatkaohjelman perustana on toipumisorientaatio. Toipumisorientaatioilla tarkoitetaan henkilökohtaista sisäistä muutosprosessia. Sen tavoitteena on, että ihminen voi kokea elämänsä, vaikeuksista ja sairauksista huolimatta mielekkääksi. Ihminen ei ole ainoastaan sairaus, vaan sairaus on vain yksi osa-alue hänen elämänsä kokonaisuudessa. (Nordling 2018.)

Toipuminen pitää sisällään psykologisen toipumisen (elämän merkitys, mielen hyvinvointi), sosiaalisten suhteiden eheytyksen, hyvinvoinnin paranemisen (aktiivisuus, terveellisyys, oireiden kanssa toimeentulo), toipumisen ymmärtäminen kliinisenä käsitteenä ja tukijärjestelmien (perustarpeet, talous, tukitoimet) vahvistamisen. (Nordling 2018.)

Toipumisorientaatiossa pyritään yksilön kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin paranemiseen. Keskeiset osa-alueet ovat toimijuus, osallisuus, kohtaaminen ja toivo. Aito kohtaaminen pitää sisällään sen, että asiakas hyväksytään ja nähdään sellaisena kuin hän kaikkein piirteiden ja ominaisuuksien kanssa ja hän kokee, että hän on tärkeä ja merkityksellinen. Toimijuudella tarkoitetaan, että asiakas tietää mihin hän pystyy, pyrkii ja haluaa ja näistä lähtökohdista hän kykenee asettamaan itselleen tavoitteita. Joskus toimijuus on kumppanuutta, jossa ohjaaja tukee asiakasta, kun hänen omat voimavaransa eivät siihen riitä. Osallisuus on toimijuuden vahvistamista niin, että ihminen kokee hänellä olevan aito mahdollisuus vaikuttaa häntä koskeviin asioihin. Siihen liittyy myös henkilökohtainen vastuunotto ja pyrkimys saavuttaa itse määritellyjä tavoitteita. Toivo luo asiakkaan elämälle merkityksellisyyttä. (Hyttinen & Kanasaar 2017, 8; Korkeila 2017; Tuppurainen 2018, 5-7.)

Ihmisen elämään voi liittyä epäonnistumisen ja menetyksen kokemuksia sekä mahdollisuuksien väheneminen. Tämä voi johtaa ihmisen kokemukseen, ettei hänellä ole mahdollisuutta vaikuttaa omaan elämään. Tulevaisuus nähdään pessimistisenä ja avuttomuuden tunne sekä motivaatiohaasteet ovat läsnä. (Nordling 2018.) Toipumisorientaatiossa asenteet, arvot, tunteet ja taidot muokkautuvat. Elämään tulee toivoa ja tyydytystä haasteiden keskellä ja resilienssi kohenee. Asiakas löytää piilevät voimavaransa. Toipumiseen kuuluu sosiaalisen elämän lisääntyminen sekä uuden merkityksellinen ja mielekkään elämän kokeminen. ((Hyttinen & Kanasaar 2017, 8; Korkeila 2017.)

5.2 Itsetuntemus

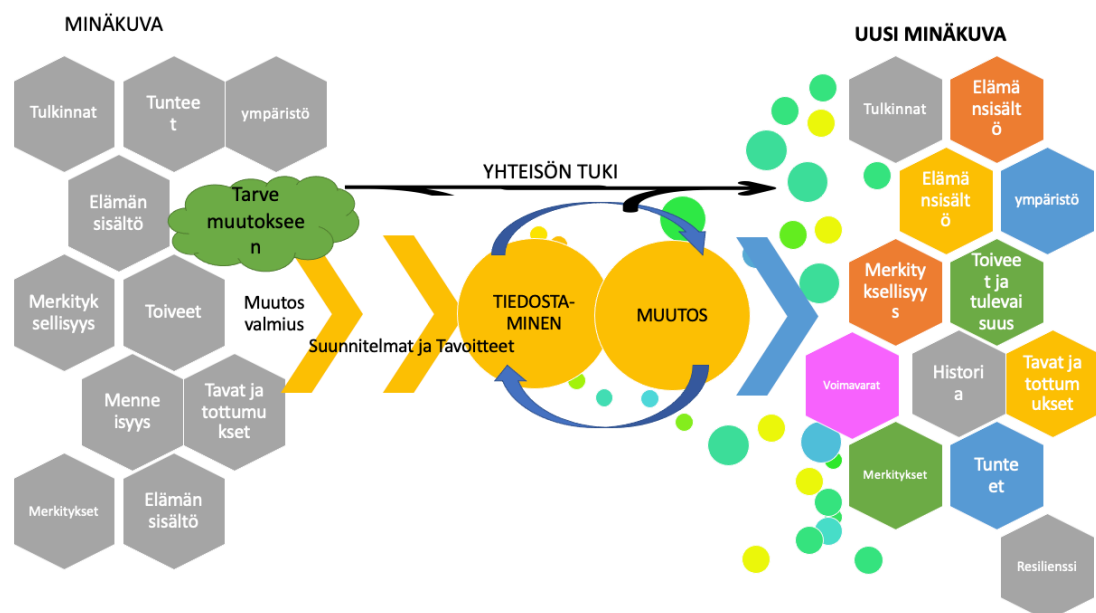
Muutosmatka -ohjelman keskiössä on itsetuntemuksen lisääminen. Itsetuntemus on ymmärrystä omasta itsestä, identiteetistä sekä vuorovaikutuksessa sosiaaliseen ympäristöön. Se on oman itsen eri puolien, omien tunteiden, moraalien, ajattelun, käyttäytymisen, tarpeiden, toiminnan ja tavoitteiden rehellistä ymmärrystä ja reflektointia sekä syvää minuuden tuntemista (Ulvila 2019).

Jokaisella ihmisellä on mielen tuottama käsitys itsestä: omasta persoonasta, kehosta, itsestä sosiaalisena ihmisenä ja toimijana (Jamk 2020). Itsetuntemuksen avulla ymmärrämme paremmin, miksi toimimme ja ajattelemme tietyllä tavalla mitä merkityksiä olemme antaneet eri asioilla. Tiedostamisen kautta pystymme ohjaamaan niin että se tuottaa meille hyvinvointia. (Lehtosalo-Iskanus 2011, 15.)

Itsetuntemusta voi lisätä ymmärtämällä arvojaan, olemassa olevia käsityksiä ja uskomuksia sekä motiiveja, tunnistamalla tunteita ja defensseja. Ymmärtämällä näiden vaikutuksen omaan toimintaan ja valintoihin ihminen toimii tietoisuudesta käsin. Tämän lisäksi

itsetuntemukseen kuuluvat temperamentin, persoonan luonteen ja omien tarpeiden ymmärtäminen. Itsensä tunteva ihminen ymmärtää vuorovaikutustilanteiden vaikutuksen itseän ja itsen vaikutuksen toisiin. Itsensä tunteva ihminen näkee heikkoutensa, keskeneräisyyden ja ristiriidat itsessään ja hyväksyy ne. (Aarnio 2010, 158-159.) Hyvä itsetuntemus lisää ihmisen hyvinvointia ja myönteistä ja totuudellista minäkuvaa sekä itsetuntoa ja sillä on yhteys myös jaksamiseen. (Jamk 2020; Ojanen 2011, 122-123).

5.3 Muutosprosessi



Kuva 1: Muutosprosessi

Olen kuvannut ihmisen muutosprosessia Houppi Oy:n (Hupli, A & Meritie, M. 2020) sekä Anna-Riitta Myllärisen (2011) eri muutosprosesseja yhdistäen. Muutosprosessin vaiheet ovat 1) Elämän tulkinnat ja minäkuva 2) Muutoshaastaja ja muutosvalmiuden syntyminen 3) Suunnitelmat ja tavoitteet 4) Tiedostaminen 5) Muutos 6) Uusi elämäntulkinta ja uusi minäkuva.

Ihmisen elämäntodellisuus koostuu yksilöllisestä tulkinnasta elämän sisältöihin ja elämän eri elementteihin. Jokapäiväisessä elämässä oman elämän todellisuus on itsestäänselvyys, eikä sitä haastetta. Ihminen joutuu kuitenkin elämänsä aikana monien hyvinvointia haastavien muutosten äärelle. Ihminen ratkaisee haasteita tai ongelmia helposti aiemmin opittujen tulkintojen ja ratkaisumallien avulla. Nämä tulkinnat ja mallit eivät kuitenkaan aina palvele ihmisen hyvinvointia. Toistuvien pettymysten ja hyvinvoinnin haasteiden äärellä ihmisen

muutosvalmius kasvaa. Kun vanhat mallit eivät toimi, ihmisessä syntyy halu muutokseen. Muutosvalmiuden motivaattoreina voivat olla haasteiden lisäksi esimerkiksi turhaantuminen, elämän rajallisuuden ymmärrys, arvomaailman muuttuminen, uudet vastuut (kuten vanhemmuus tai puolisona olo, työ) tai uusi elämäntehtävä. (Myllärinen 2011, 28-34, 148-155.)

Tiedostamisen ja muutoksen kohdassa ihminen alkaa tiedostaen arvioimaan omaa elämäänsä ja tulkintoja siitä. Ihminen tarkkailee itseään ja ajattelumallejaan ja käy keskustelua totuttujen ja vaihtoehtoisten näkemysten välillä. Hän haastaa ajattelua, asenteita sekä tunteita ja pyrkii etsimään niille toisenlaisia merkityksiä ja toimintatapoja. Tarkastelua tehdään sekä menneisyyden, tulevaisuuden että nykyisyyden näkökulmista. Tavoitteen on pyrkiä muuntamaan niitä mekanismeja, jotka eivät tue ihmisen hyvinvointia sekä etsimään uudenlaisia malleja, jotka hyvinvointia edesauttavat. (Myllärinen 2011, 132-133, 155.)

Muutosprosessin kriittinen vaihe on avun ja tuen hyväksyminen sekä aitona itsenä elämään kiinnittyminen. Muutos tapahtuu aina sosiaalisessa kontekstissa. Yhteisön apu, tuki ja kannustus sekä toipuneiden muutosmallien tuoma toivo ja muutoksen todentaminen ovat tärkeä osa muutosprosessia. Yhteisön liittymisessä ja tuen vastaanottamisessa tarvitaan luottamusta sekä tunnetta, että on hyväksytty juuri omana itsenään. (Myllärinen 2011, 156.)

Muutosprosessin tavoitteena on, että ihminen tiedostaa yhä paremmin elämän eri sisältöjen merkityksiä ja tulkintoja hyvinvoinnin näkökulmasta itselleen ja yhteisölle eduksi. Hän tulee yhä tietoisemmaksi omista vahvuuksistaan ja heikkouksistaan, tunnistaa tunteet ja ymmärtää mistä käsin tulisi toimia elämän eri ratkaisuisissa. Ihmisen hyvinvointi ja sosiaaliset kontaktit lisääntyvä, hän kokee itsensä merkitykselliseksi ja elämän riittävän mielekkääksi ja merkitykselliseksi. (Myllärinen 2011, 36)

6 Tutkimuksellisen kehittämistyön metodologiset asetelmat

6.1 Tutkimuksellinen kehittämishanke

Tämä opinnäytetyö oli tutkimuksellinen kehittämishanke. Tutkimuksellisella kehittämishankkeella tarkoitetaan prosessimaista toimintaa, jossa hankkeelle asetetaan konkreettinen tavoite ja prosessin kautta arvioiden lisätään tietoa tavoitteiden mukaisesti. Tätä tietoa hyödynnetään lopputuotoksessa. Tutkimuksellisen kehittämishankkeen raporttia voidaan myös julkisesti arvioida. Kehittämishanke on todellinen vain, jos niillä on vaikutusta ulkoiseen todellisuuteen ja sitä voidaan arvioida luottavin menetelmin. (Konkka 2011, 7; Salonen, Elonranta, Hautala & Kinos 2017, 25.) Lopullinen kehittämishankkeen raportti toimii esityksenä, joka antaa kuvan koko kehittämishankkeesta, sen prosessista ja sen arvioinnista. Toisaalta se kuvaa myös tekijän ymmärrystä aiheesta ja hänen ammatillisuuttaan. (Konkka 2011, 7; Salonen, Elonranta, Hautala & Kinos 2017, 25.)

Tässä kappaleessa kerron mitä elementtejä todellisessa tutkimushankkeessa Konkan (2011, 7-8) mukaan on, ja kuinka tämä tutkimuksellinen kehittämishanke vastaa noihin Konkan määritelmiin. Todellisessa tutkimuksellisessa kehittämishankkeessa kehittämiskohde on todellinen ja se vastaa todelliseen kehittämistarpeeseen (Konkka 2011, 7-8). Tämä kehittämishanke toteutetaan Houppi Oy:lle. Valmistuva Muutosmatka-ohjelman menetelmän teoreettiselle perustalle on todellinen tarve ja se on määritetty yhdessä yhteistyöyrityksen kanssa. Konkan (2011, 7-8) mukaan kehittämishankkeen tavoite on saavutettu vain, jos toteutunut tavoite on yhtäpitävä määriteltyjen tavoitteiden kanssa. Tämän tutkimuksellisen kehittämishankkeen tavoitteena oli kehittää ja kuvata Houppi Oy:n Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta. Kehittämishankkeen tuotoksensa syntyi Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta, joten tavoite on saavutettu. Tämän lisäksi todellisessa kehittämishankkeessa tavoitteet ja tulokset on jollain tavoin mitattavissa (Konkka 2011, 7-8). Tässä kehittämishankkeessa tavoitteen mitattavuus toteutettiin arviointina. Arvioinnissa käytettiin sekä sisältyvää arviointia, osallistuvaa arviointia ja tarkkailevaa arviointia. Viimeisenä elementtinä Konkka määrittelee julkisuuden. Kehittämishankkeen prosessi tulee olla saatavilla julkisesti ja niitä voi kuka tahansa arvioida. (Konkka 2011, 7-8). Tämän kehittämishankkeen prosessikuvaus on julkinen.

6.2 Konstruktiivinen tutkimusote

Tässä opinnäytetyössä päädyin valitsemaan konstruktiivisen tutkimusotteen. Konstruktiivinen tutkimusote tarkoittaa kehittämisprosessia, jossa ongelmaratkaisuun osallistuvat henkilöt ovat täysivaltaisia toimijoita. He ohjaavat, suuntavat ja tarkentavat kehittämisen kohdetta ja tavoitteita erilaisten vaiheiden kautta tasavertaisesti. Malli vaatii selkeitä tavoitteita ja kokonaisvaltaista kuvaa kehittämiskohteesta sekä kehittämistyön hyödyistä, mutta vasta prosessin aikana oleva tekeminen ja erehdykset tarkentavat. lopulta, mitä halutaan saada aikaan. Vuorovaikutus ja itsearviointi ovat läsnä koko prosessin ajan. (Salonen, Eloranta, Hautala & Kinos 2017, 25.)

Konstruktiivinen tutkimusote keskittyy tosielämän ongelmiin, se tuottaa innovatiivista konstruktiota, joka keskittyy asetettujen tavoitteiden tai ongelmalähtökohdan ratkaisemisiin. Konstruktiivisessa tutkimusotteessa yhteistyö tutkijan ja käytännön edustajien välissä on tiivistä ja siinä tapahtuu kokemuksellista oppimista. Lisäksi tuotos on kytketty teoreettiseen näkemykseen. (Lukka 2020; Salonen, Elonranta, Hautala & Kinos 2017, 53-66.)

Konstruktiivisen mallin vaiheet:

1. Nykykäytännön kehittämistarpeiden tunnistaminen
Tunnistetaan käytännössä oleva muutostarve tai ongelma. Aihealue rajataan ja muodostetaan yhteinen ymmärrys kehittämiskohteesta.
2. Ideointivaihe
Pohditaan ideoivasti ja luovasti mitä muutettavaa, mitkä ovat tavoitteet ja miten tavoitteisiin päästään. Vaihe on osallistavalla. Pohditaan myös alustavaa etenemissuunnitelma.
3. Suunnitteluvaihe
Nimetään vastuuhenkilöt. Tarkennetaan kehittämistehtävää tarvelähtöisesti ja tavoitetietoisesti. Jäsennetään ideat realistiseksi tavoitteiksi tiedostaen toteuttamisedellytykset. Tehdään taustaselvitystyötä kirjallisuudesta ja tutkimustiedosta. Rajataan aihe ja tehdään kehittämissuunnitelma.
4. Toteutusvaihe
Toteutusvaiheessa edetään suunnitelman mukaan ja suunnitelmat tarkentuvat prosessin aikana. Uutta toimintatapaa kokeillaan ja kehitellään. Tehdään paljon muistiinpanoja. Kaikki materiaali dokumentoidaan huolellisesti.

5. Tulokset / tuotokset

Tulokset / tuotokset -vaihe kertoo kehittämistoiminnan hyödyistä ja toiminnan muutoksista suhteessa asetettuihin tavoitteisiin. Keskeistä on toiminnan hyödyn kohteena olevien henkilöiden näkemys.

6. Arviointivaihe

Arviointia tapahtuu koko prosessin ajan. Arviointi voi sisältää esimerkiksi itsearviointia, ulkoisen arvioinnin ja/tai vertaisarviointia. Arviointia suoritetaan suhteessa asetettuihin tavoitteisiin. Arvioinnin yhteydessä laaditaan loppuraportti.

7. Päättämismuoto, tulosten levitys ja implementointi

Sen suunnittelu, mitä tuotokselle ja tulokselle tapahtuu jatkossa: miten hyödynnetään, miten laajalle aiotaan levittää ja implementoida.

(Lukka 2020; Salonen, Elonranta, Hautala & Kinos 2017, 53-66.)

7 Tutkimuksellisen kehittämishankkeen kuvaus vaiheittain

Esitän tämän tutkimuksellisen kehittämishankkeen vaiheet edellä esitellyn konstruktivisen mallin jäsenyyksen mukaisesti. Konstruktivinen tutkimusote kävi hyvin tähän tutkimukselliseen kehittämishankkeeseen, sillä konstruktivinen tutkimusote keskittyy tosielämän ongelmiin. Lisäksi siinä yhteistyö tutkijan ja käytännön edustajien välissä on tiivistä sekä siinä tapahtuu kokemuksellista oppimista. (Salonen, Elonranta, Hautala & Kinos 2017, 53-66.) Kaikki nämä asiat toteutuivat myös tässä tutkimuksellisessa kehittämishankkeessa.

7.1 Nykykäytännön kehittämistarpeiden tunnistaminen

Tämän tutkimuksellisen kehittämishankkeen prosessi lähti liikkeelle kesällä 2020, jolloin pohdin oman osaamisalueeni vahvistamista sosionomina kuitenkin niin että aihealue hyödyntäisi minua myös nykyisessä työssäni. Olin perehtynyt monissa oppimistehtävissäni sekä lastensuojeluun, vammaispuoleen että vanhustenhoitoon. Aikuissosiaalityö oli kuitenkin osio, joka oli jäänyt vähemmälle huomiolle. Näin ollen minua kiinnosti aikuissosiaalityöhön liittyvät mahdollisuudet tutkia ja kehittää sekä oppia. Olen toiminut yrittäjänä tai ollut yrittäjäpuoliso lähes koko aikuiselämäni. Näin ollen minua kiinnosti työelämälähtöiset kehittämishankkeet, joista olisi konkreettista hyötyä työelämässä.

Kun aihealue oli minulle selkeä, kysyin yksityisellä sosiaalialalla toimivan Houppi Oy:n osakkailta, olisiko heillä tarvetta kehitystyöhön omassa yrityksessään. Kehittämistyön osa-alueita yrityksessä oli lukuisia. Keskustelujen kautta kohdensimme kehittämiskohteeksi Muutosmatka -ohjelman teoreettisen perustan. Muutosmatka -ohjelma oli kehittämisvaiheessa. Ennen kuin kehitystyö voi jatkua tuli Muutosmatka -ohjelmalle luoda teoreettinen perusta.

Päädyin lopulta valitsemaan opinnäytetyökseni tutkimuksellisen kehittämishankkeen ja siihen konstruktivisen tutkimusotteen, joka keskittyy tosielämän ongelmiin. Konstruktivinen tutkimusote tuottaa innovatiivista konstruktiota, joka keskittyy asetettujen tavoitteiden tai ongelmalähtökohdan ratkaisemisiin.

7.2 Ideointivaihe

Tutkimuksellisen kehittämishankkeen ideointivaiheessa pohdimme Houppi Oy:n edustajien kanssa, mitä Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta pitää sisällään ja mitä teoreettinen perusta heille tarkoittaa. Ideoina oli muun muassa käydä läpi kaikki Muutosmatkaohjelman 26 menetelmää/työkalua ja avata ne. Lisäksi pohdinnassa oli viitekehyksen tekeminen. Lisäksi ajatuksena oli myös eri menetelmien mm. vertaistuen merkityksen avaaminen, eri tutkimustulosten vertailu ja niiden yhteenvedon tekemistä sekä myös käsikirja, joka pitäisi sisällään nämä kaikki osa-alueet. Kysymyksinä oli myös, kenelle Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perustaa tehdään: onko se yrityksen sisäiseen käyttöön, tilaajille olevaa oheistietoa, asiakkaille tietoa lisäävä teos, ohjaajille vai käytetäänkö Muutosmatka -ohjelmaan teoreettista perustaa myös markkinoinnissa. Kohderyhmä määrittelee myös teoreettisen perustan sisältöä sekä kirjoitustyyliä. Kaikkien yhteisenä tavoitteena oli saada teoreettinen perusta valmiiksi vuoden 2020 aikana.

7.3 Suunnitteluvaihe

Tutkimuksellisen kehittämishankkeen suunnitelmavaihe oli pitkä ja se konkretisoi, mitä tosiasiallisesti olin tekemässä. Houppi Oy:n kanssa käytyjen keskustelujen pohjasta rajasin tutkimuksellisen kehittämishankkeen koskemaan Muutosmatka -ohjelman teoreettiseen perustaan. Sana teoreettinen perusta tuli kuitenkin määritellä. Siihen ei ollut löydettävissä yksiselitteistä määritelmää, joten se oli määriteltävä itse. Pohdimme asiaa yhteistyössä Houppi Oy:n osakkaiden kanssa, mitä teoreettinen perusta käsittelisi ja miten ja missä laajuudessa. Rajausvaihtoehtoja oli neljä: Muutosmatkaohjelman muutosprosessin (tiedostaminen, tunteet, toiminta, muutos) kautta, Muutosmatka -ohjelman Hyvän elämän

kulmakivien kautta tuleva lähtökohta tai Muutosmatka -ohjelman kolmen eri osakokonaisuuden kautta tai niiden sisällä olevien 26 eri osion kautta. Teoreettisen perustan rakentamiseksi rajattiin lopulta kolme eri osakokonaisuutta, jotka ovat: Hyvän elämän vahvistaminen, Menneisyyden jäsentäminen ja Merkityksellinen tulevaisuus.

Muutosmatka -ohjelman menetelmän teoreettisen perustan kohderyhmäksi määriteltiin yrityksen sisäinen käyttö, Muutosmatka -ohjelman ohjaajien käyttö sekä sen osioita voidaan hyödyntää asiakkaiden tietoisuuden lisäämisessä ja markkinoinnissa. Näin ollen kielen teoreettisessa perustassa tuli olla sellaista, että myös maallikko pystyy sen ymmärtämään.

Jotta Muutosmatka -ohjelman menetelmää voidaan ymmärtää osallisuuden ja asiakkuuksien näkökannasta, on ymmärrettävä missä toimintaympäristössä ohjelma toimii. Tästä johtuen tein taustatyötä myös toimintaympäristöstä, jossa Muutosmatka -ohjelma tulisi toimimaan. Koska Muutosmatka -ohjelman lähikontaktien ja virtuaalikontaktien määrää ei oltu vielä päätetty, päädyttiin jättämään sen vaikutusten arviointi tässä kohtaa pois.

Kehityksellisen osio päädyin toteuttamaan arviointeina, joista ensin pohdintanani oli itsearviointi ja arviointi Houppi Oy:n toimesta. Prosessin aikana todettiin kuitenkin, että näkökantoja on hyvä saada myös täysin ulkopuoliselta henkilöltä. Tutustuin erilaisiin arviointivälineisiin ja päädyin lopulta ottamaan välineiksi sisältyvän arvioinnin, osallistuvan arvioinnin ja tarkkailevan arvioinnin. Näiden sisälle työstin eri kysymykset, jotka oli johdettu suoraan tavoitteista. Tavoite kirkastettiin ja tein alustavan aikatauluehdotuksen sekä työstin suunnitteluvaiheessa kehittämissuunnitelman. Prosessi eli lopussa jo samaan aikaan itse teoreettisen perustan rakentamisen kanssa ja näin kehittämissuunnitelma tarkentui. Tutkimuksellisen kehittämishankkeen aikataulu löytyy liitteestä 1.

Suunnitteluvaiheessa myös kehittämishankkeelle määriteltiin projektiorganisaatio. Toimijoiksi valikoitui Laurea ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelija Taru Meritien lisäksi, Antti Hupli, joka toimii palveluvastaavana ja asiantuntijalääkärinä Houppi Oy:ssä, Houppi Oy:n toimitusjohtaja Mikko Meritie sekä KM, psykoterapeutti (VET), ryhmäanalyttikko, toimintaterapeutti Marianna Sorvali. Suunnitteluvaiheen lopussa allekirjoitimme työelämän sopimuksen, jonka tein yhteistyössä Houppi Oy:n toimitusjohtajan kanssa. Sopimus löytyy liitteestä neljä.

7.4 Toteutusvaihe

Tutkimuksellinen kehittämishanke toteutettiin Muutosmatka-ohjelmaan tutustuen sekä eri viitekehyksiä sekä tutkimustuloksia tutkien ja hyödyntäen. Tutkimuksellinen kehittämishanke piti sisällään aiheeseen liittyvän tutkimuskirjallisuuden tutustumisen, keskeisten käsitteiden määrittelyn, lähestymistavan valitsemisen ja avaamisen kirjalliseen muotoon sekä arvioinnin. Prosessi tehtiin tiiviissä dialogisessa yhteistyössä Houppi Oy:n edustajan kanssa. Alkuperäisesti olin ajatellut dokumentointiin myös nauhoituksia, mutta ne osoittautuivat turhiksi ja haastattelut dokumentointiin kirjallisesti.

Prosessi tehtiin tiiviissä dialogisessa yhteistyössä, jossa toimin prosessin eri vaiheissa esittelijänä suhteessa muihin toimijoihin sekä johdin prosessia ja itseäni. Asetin itselleni jatkuvasti välitavoitteita ja aikatauluja, jotka pääosin pitivät. Töiden tarkka aikataulutus ja omien tavoitteiden vaiheistus lisäsivät prosessin hallittavuutta.

Toteutusvaiheessa haastattelin Houppi Oy:n Mikko Meritietä ja Antti Huplia alussa vielä kertaalleen ja pyysin heitä kertomaan mikä Muutosmatka-ohjelma on ja miten he käsittävät teoreettisen ja mitä viitekehysellisiä näkökulmia heillä on asiaan. Näiden pohjalta tein aineistohakua ja päädyin ottamaan 52 eri lähdettä, joiden kautta voisin tutustua eri viitekehyksiin, niiden tutkimustuloksiin ja vaikutuksiin. Prosessin edetessä kävi kuitenkin ilmi, että Houppi Oy:n Antti Huplilla ja Mikko Meritiellä oli suhteellisen selkeä käsitys siitä, mitkä eri viitekehukset he halusivat Muutosmatka -ohjelmaan.

Prosessi etenikin niin että tarkastelin yhtä viitekehystä kerrallaan ja kävimme dialogista keskustelua siitä, onko tämä oikea viitekehys tähän ohjelmaan ja missä eri osioissa se vaikuttaa ja miten. Lopulta alkuperäisestä viitekehysajatuksista karsiintui kaksi ja siihen lisättiin kolme eri viitekehystä. Alkuperäisesti viitekehukseen oli ajateltu: kognitiivinen, psykodynaaminen-, psykososiaalinen- trauma-, käyttäytymis-, ratkaisukeskeinen-, hyväksymis- ja omistautumis-, hahmo-, keho- positiivinen - ja logoterapia sekä ACA ja tietoisuustaidot (MBCT). (Meritie 2020).

Prosessin edetessä Muutosmatka-ohjelman teoreettisen perustaan päädyttiin sisällyttämään terapeuttisia menetelmiä traumaterapiasta, kognitiivisen terapian suuntauksista, kuten esimerkiksi skeematerapiasta ja moodityöskentelystä, hyväksymis ja omistautumisterapiasta ja kognitiivisesta käyttäytymisterapiasta sekä MBCT- tietoisuustaidoista. Lisäksi hyödynnetään ratkaisukeskeisen terapian, positiivisen psykologian, psykodynaamisen teorian ja siihen liittyvän kiintymyssuhdeteorian, psykososiaalisten kehitysvaiheiden sekä logoterapian tarkastelunäkökulmia ja menetelmiä.

Kirjasin haastattelut ja ne ohjasivat Muutosmatka -ohjelman teoreettisen perustan rakentamista vaihe vaiheelta. Muutosmatka -ohjelman teoreettisen perustan lähetin

prosessointivaiheessa kolme kertaa Mikko Meritielle ja kaksi kertaa Antti Huplille kommentointia ja korjauksia varten. Nopeasti tuli myös selväksi, että tutkimustuloksia on niin paljon ja kaikista pääosin hyviä, että niiden perustelujen laittaminen ei palvele tässä kohtaa Muutosmatka -ohjelman teoreettisen perustan tarkoitusta. 52:sta lähteestä opinnäytetyöhön haarukoitu lopulta 39 lähde. Kaikki näistä lähteistä ei kuitenkaan ollut alkuperäisessä suunnitelmassa.

Prosessi muokkasi myös Muutosmatka- ohjelmaa. Muutosmatka -ohjelman muutosprosessin vaiheet olivat Tiedostaminen, Tunteet, Toiminta, Muutos (Meritie 2020.) Tähän lisättiin lisääntyneen ymmärryksen kautta Turva, joka kulkee läpi koko prosessin.

Lisäksi eri osakokonaisuudet vaihtoivat paikkaansa. Vaikka osakokonaisuuksia käydään asiakkaan kanssa läpi lomittain, oli aluksi Menneisyyden jäsentäminen ensimmäisenä. Turvan luonnin näkökulmasta Hyvän elämän vahvistamisen kokonaisuus muutettiin kuitenkin alkuun. Kun lopullinen rakenne ja tekstit olivat pääpiirteittäin valmiit, tarkensin vielä eri termien käyttöä ja yhtenäistin ne koko teoreettisessa perustassa.

7.5 Tuotokset / Tulokset

Tutkimuksellisen kehittämishankkeen tuotoksena syntyi Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perustaa, joka rakennettu Muutosmatka-prosessin kolmen eri osan ympärille, jotka ovat: Tässä hetkessä eläminen -osakokonaisuus, Menneisyyden jäsentäminen -osakokonaisuus ja Itsensä näköinen hyvä tulevaisuus -osakokonaisuus. Muutosmatka -ohjelman teoreettisessa perustassa avataan eri viitekehykset ja kerrotaan niiden suhde näihin osakokonaisuuksiin. Valmis Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta löytyy liitteenä raportista. Teoreettinen perusta ei ole julkinen.

8 Arviointi

Arviointi on toimenpide, jolla jonkin rajatun asian arvoa määritellään. Se on tuloksellisuuden seuraamista, jossa tarkastellaan joko lopputulosta, prosessia tai molempia. Arvioinnissa on mukana, arvioija, arvioitava toiminta, arvioinnin kohde, arvioinnin intressi ja arvioinnin välineet. (Karjalainen 2015.)

Arvioinnin perusmuodot ovat sisältyvä, osallistuva ja tarkkaileva arviointi. Sisältyvässä arvioinnissa arvioija ja arvioitava ovat sama henkilö ja arvioinnin kohteena on oma prosessi. Osallistuvaa arviointia käytetään yhteistyöprojekteissa, joissa eri toimijoilla on yhteinen päämäärä jonkin asian äärellä. Tarkkaileva arviointi on ulkoapäin tulevaa arviointia. Arvioija on ulkopäin tuleva, ei toimijuudesta käsin oleva arvioija. Arviointi perustuu suorituksen arviointiin suhteessa johonkin normiin. (Karjalainen 2015.)

Tässä tutkimuksellisessa kehittämishankkeessa käytettiin arvioinnissa kaikkia yllä mainittuja arviointimenetelmiä. Sisältyvä arviointi arvioi koko tutkimuksellisen kehittämishankkeen prosessia, osallistuvassa arvioinnissa arvioitiin Muutosmatka -ohjelman kehitystyön prosessia sekä Muutosmatka -ohjelman perustaa ja tarkkailevassa arvioinnissa Muutosmatka -ohjelman perustaa.

8.1 Sisältyvä itsearviointi

Sisältyvässä arvioinnissa arvioija ja arvioitava ovat sama henkilö ja arvioinnin kohteena on oma prosessi (Karjalainen 2015). Sisältyvässä eli itsearvioinnissa arvioijana ja arvioitavan toimijana oli Taru Meritie, arvioitavan kohteena oli tutkimuksellisen kehittämishankkeen prosessi ja arvion intressinä ohjata valintoja ja tarkastella kriittisesti omaa toimintaa. Arviointimenetelmänä käytettiin avointa päiväkirjaa sekä loppuarviointia. Arviointikysymykset löytyvät liitteestä 2.

Itsearviointi on suunnitelmallinen ja jatkuva prosessi. Se auttaa tunnistamaan ihmisen tai organisaation vahvuuksia ja kehittämiskohteita. Itsearvioinnin tarkoitus on tukea niiden tavoitteiden toteuttamista mitä arvioija on itselleen asettanut. (Opetushallitus 2020.)

Arvion Muutosmatka-ohjelman teoreettista perustaa sekä tutkimuksellisen kehittämishankkeen prosessia itsearvioinnilla. Arvioinnin kohteena on tutkimuksellisen kehittämishankkeen tavoitteiden toteutuminen. Itsearvioinnin tukena olen käyttänyt sekä etukäteen asetettuja kysymyksiä että oppimispäiväkirjaa ja muistiinpanoja.

Tutkimuksellisen kehittämishankkeen tavoitteena oli kehittää ja kuvata Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta. Kun tutkimuksellinen kehittämishanke on osa Muutosmatka-ohjelman kesken olevaa kehittämistä, prosessissa oli monia muuttuvia asioita. Kaikki vaikutti kaikkeen ja hahmotus, mitä olin tekemässä vei paljon aikaa. Erityisen vaikeata oli tutkimuksellisen kehittämishankkeen asemoiminen suhteessa tehtävään työhön: teoreettisen perustan rakentamiseen. Itse Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta vastaa sitä, mitä tavoitteissa asetettiin. Prosessi meni erittäin hyvin ja dialogisuus toteutui erinomaisesti. Vain tiukka aikataulu loi haastetta sekä itselleni että Houppi Oy:n yhteistyöhenkilöille.

Tässä tutkimuksellisessa kehittämishankkeessa olin määritellyt prosessiksi, että tutustutun eri viitekehyksiin ja esitellen niitä Muutosmatka -ohjelman kehittäjille. Tutkimuksellinen kehittämishankkeen tuli pitää sisällään aiheeseen liittyvän tutkimuskirjallisuuden tutustumisen, keskeisten käsitteiden määrittelyn, lähestymistavan valitsemisen ja kirjaamisen muotoon, josta syntyy dokumentoitu Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta. Prosessi tuli tehdä tiiviissä yhteistyössä Houppi Oy:n edustajan kanssa.

Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta on kokonaisuus, joka avaa eri teorioiden keskeiset elementit tiiviisti ja kertoo miten ne näkyvät Muutosmatka-ohjelman menetelmässä. Kuten tavoitteissa oli asetettu, käytin paljon aikaa tutkimuskirjallisuuteen tutustuen. Lähestymistapa Muutosmatka-ohjelman teoreettiseen perustaan rakentui askel kerrallaan esitettyjen eri viitekehysten, Muutosmatka-ohjelman menetelmän prosessin syvemmän tuntemuksen ja dialogisen keskustelun kautta. Kirjoitustyylini tuli olla sellaista, että Muutosmatka-ohjaajien ja Houppi Oy:n henkilökunnan sekä muiden alan ammattilaisten lisäksi teoriaa voi riittävästi ymmärtää myös markkinointihenkilöt ja asiakkaat. Muutosmatka-ohjelman suunnittelu ja kirjoitustyö onnistuivat hyvin. Kirjoitustyössä aikataulut olivat haastavat, mutta siitäkkin huolimatta dialogisuus Houppi Oy:n edustajien kanssa toteutui. Myös itsearviointi ja vertaisarviointi toteutui koko prosessin aikana niin että tavoite saavutettiin. Teoreettinen perusta on looginen kokonaisuus. Työskentelyni oli oma-aloitteista erittäin tavoitteellista, dialogista ja täsmällistä. Suunnitteluvaiheessa asetetut aikataulut ohjasivat prosessin kulkua. Tutkimuksellisen kehittämishankkeen rakentumiseen tarvitsin paljon ohjaavan opettajan tukea.

Asetin tutkimuksellisen kehittämishankkeen suunnitteluvaiheessa kysymyksiä itsearviointin tueksi. Lopuksi vastaan tutkimuksellisen kehittämishankkeen suunnitteluvaiheessa asettamiini itsearviointikysymyksiin:

- Millaisia ennakoimattomia asioita projektin aikana ilmeni ja kuinka niitä käsiteltiin? Varsinaisia ennakoimattomia asioita ei tutkimuksellisen kehittämishankkeen aikana ollut. Oma muutaman päivän sairastumiseni haastoi aikataulua, mutta sekä tilaajayritys, että itse pystyimme joustamaan muissa aikatauluissamme niin että tavoite saavutettiin.
- Millaisia haasteita, esteitä tai positiivisia löydöksiä prosessi toi? Haasteena oli kokonaisuuden hahmottaminen ja epävarmuuden sietäminen siitä, että tätä tutkimuksellista kehittämishanketta ei voinut etukäteen suunnitella täysin, vaan Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta rakentui vaihe vaiheelta. Myös tutkimuksellisen kehittämishankkeen kirjaaminen ja mm kehittämishankkeen viitekehyksen löytyminen ja erottaminen Muutosmatka-ohjelman teoreettisesta perustasta oli osittain haaste. Pohdimme myös Muutosmatka-ohjelman teoreettisen perustan suunnitteluaiheessa, miten lähdeviitteet tulisi laittaa merkata. Keskustelussa oli sekä eettisyys, uskottavuus, mutta myös helppolukuisuus. Päädyimme kompromissiin, jossa lähdeviitteet tulevat lukujen loppuun ja niissä näkyvät myös minkä tason lähdeviitteistä on kyse. Näin teksti on helppolukuinen mutta tarvittavaa lisätietoa on helposti löydettävissä. Tällaiset eteenpäin vievät keskustelut ja kompromissit sekä kokonaisuudessaan dialoginen kehittämistyö ja sen onnistuminen olivat erittäin positiivinen kokemus.
- Miten yhteistyö on sujunut? Yhteistyö on sujunut erinomaisesti ja olen yllättynyt, kuinka hienosti Muutosmatka -ohjelman menetelmän teoreettinen perustan rakentaminen pystyttiin tiukasta aikataulusta huolimatta tekemään erittäin dialogisessa yhteistyössä.
- Miten Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta vastaa prosessin alussa annettua tavoitetta? Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta vastaa alussa annettuun tavoitteeseen. Muutosmatka-ohjelman teoreettisessa perustassa on ne osa-alueet avattu, mitä tavoitteissa oli määritelty, kielelliset tavoitteet on saavutettu ja Muutosmatka-ohjelman teoreettista perustaa voidaan käyttää sekä ohjaajien tukena että kehitystyössä.

8.2 Tilaaajayrityksen osallistuva arviointi

Osallistuvaa arviointia käytetään yhteistyöprojekteissa, joissa eri toimijoilla on yhteinen päämäärä jonkin asian äärellä (Karjalainen 2015). Osallistuvan eli vertaisarvioinnin tehtävänä on laadun kehittäminen ja varmistaminen. Sen avulla voidaan löytää kehittämiskohteita ja ohjata kehittämisprosessia. (Opetushallitus 2020.)

Osallistuvassa arvioinnissa arviointia teki yhteistyökumppani Houppi Oy:n edustajat, arvioinnin kohteena oli Muutosmatka-ohjelman menetelmän perustan kehitystyön prosessi sekä valmistunut Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta. Arvioinnin intressinä on yhteisen tuotoksen kehittäminen. Vertaisarviointia tehtiin käytännössä koko dialogisen kehittämistyön aikana, mutta kirjallinen varsinaisen arviointi toteutettiin Muutosmatka-ohjelman teoreettisen perustan valmistuttua. Arviointikysymykset löytyvät liitteestä 2.

Tilaaajayrityksen arvioinnin toteuttivat Mikko Meritie ja Antti Hupli. Arvioinnissaan he totesivat että annettu tavoite saavutettiin erinomaisesti ja yhteistyö onnistui hyvin. Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perustassa on kuvattu Muutosmatka -ohjelman sisältö ja linkitetty se teoriaan. Integratiivisuus tulee selkeästi esille. Jatkokehityksenä kumpikin näki teoreettisen perustan kehittämisen käsikirjamaiseen suuntaan, jossa eri työkaluja ja menetelmiä avataan.

8.3 Ulkopuolinen tarkkaileva arviointi

Tarkkaileva arviointi on ulkoapäin tulevaa arviointia. Arvioija on ulkopäin tuleva, ei toimijuudesta käsin oleva arvioija. Arviointi perustuu suorituksen arviointiin suhteessa johonkin normiin. (Karjalainen 2015.) Tarkkailevan, eli ulkopäin olevaa arvioinnin toteutti KM, psykoterapeutti (VET), ryhmäanalyttikko, toimintaterapeutti Marianna Sorvali. Arvioinnin kohteena oli Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta ja intressi kriittisyys. Arviointikysymykset löytyvät liitteestä 2.

Marianna Sorvali arvioi Muutosmatka -ohjelman teoreettisen perustan suhteessa käytännössä tehtyyn työhön ohjaajien työn viitekehityksenä. Sorvali kävi arvioinnissa läpi koko Muutosmatka -ohjelman teoreettisen perustan ja vastasi ensimmäisessä kysymyksessä Muutosmatka -ohjelmassa käytetyn muutosprosessin mukaan. Hän arvioi, miten teoreettinen perusta vastaa ohjaajan tarpeisiin. Koska arviointi oli erittäin kattava ja yksityiskohtainen, Houppi Oy:n liikesalaisuuksien takia koko arviointia ei voida liittää julkiseen osaan tutkimuksellista kehittämishanketta. Sorvali koki Muutosmatka-ohjelman teoreettisen perustan painotuksen olevan hyvä. Hän kiinnitti erityisesti huomiota siihen, että ohjaajan osaamisen merkitys eri menetelmien valinnassa, asiakkaan yksilöllisyys huomioon ottaen, on erittäin tärkeää. Hän koki, että Muutosmatka -ohjelman tavoitteet ja menetelmät päämäärän saavuttamiseksi

olivat selkeästi esillä. Ne ovat hänen mukaansa välineitä, mitkä antavat ohjaajille tiedon ja varmuuden mennä kohti tavoitetta. Sorvali toivoi ryhmässä tapahtuvan prosessin ja dynamiikan huomioonottamista, eli ryhmäterapiian viitekehyksen lisäämistä teoreettiseen perustaan. Myös psykoedukatioon perustuvan stressi-haavoittuvuuden näkökanta traumaterapiassa olisi hänestä suositeltava huomioida. Muutosmatka -ohjelman vahvuutena hän näki kokonaisvaltaisen muutosprosessin sekä eri menetelmien laaja-alaisen käytön. Haasteena hän koki kokonaisuuden hahmottumisen. Lisäksi hän pohti, tuleeko näin laaja teoriapohja kokonaisuudessaan hyödynnettyksi. (Sorvali 2020.)

9 Tutkimuksellisen kehittämishankkeen eettisyys ja luotettavuus

9.1 Luotettavuus

Tämä opinnäytetyö oli työelämälähtöinen tutkimuksellinen kehittämishanke. Kyseessä ei siis ole puhtaasti tutkimuksellinen opinnäytetyö. Tämä vaikeuttaa luotettavuuden arvioimista, sillä tavoitteena on vastata prosessin alussa määriteltyyn tavoitteeseen. Kanasen (2017,72) mukaan tarkka dokumentaatio kehittämistyön prosessin aikana on yksi tärkeimmistä elementeistä, kun tutkimuksellista kehittämishanketta arvioidaan. Tutkimuksellisen kehittämishankkeen aikana olen dokumentoinut prosessia oppimispäiväkirjaan. Lisäksi kaikki tuotettu aineisto sekä haastattelut ovat tallennettuna kirjallisessa muodossa.

Tutkimuksellinen kehittämishankkeeni oli työelämälähtöinen itsenäinen sosiaalialan selvitystyö Houppi Oy:n kanssa. Hanke kohdistui Muutosmatka-ohjelman tuotekehitykseen. Kehittämistyö oli liitetty tiiviisti työelämään ja yhteistyöyritykseen. Kehittäjän vastuulla on pitää huoli siitä, että yhteistyöyritys tietää koko ajan mitä kehittäjä on tekemässä sekä informoida kehitystyön tavoitteet, kohde ja yrityksen rooli kehittämistyössä. (Ojasalo, Kananen & Ritalahti 2015 48-49.) Tutkimuksellisen kehittämistyön aikana määritimme yhdessä yhteistyöyrityksen kanssa tavoitteen. Tutkimuksellisen kehittämishankkeen prosessi: aikataulu, ohjaus, tekijänoikeus ja tulosten hyödynnettävyys sekä salassa pidettävät asiat sovittiin Houppi Oy:n kanssa. Opinnäytetyön sopimus on allekirjoitettu.

Tekijänoikeudet opinnäytetyön tuloksena syntyvään Muutosmatka -ohjelman teoreettisen perustaan on Houppi Oy:llä. Mikäli kuitenkin teoreettisen perustan tekijät mainitaan, on maininnassa mukana myös Taru Meritien nimi. Koko prosessi tehtiin tiiviissä yhteistyössä yrityksen kanssa ja dialogisuus toteutui erinomaisesti.

Tiedonhankinnassa muiden tekstien plagiointia ja puutteellista raportointia tulee välttää. Lähdeviitteet tulee merkitä tarkasti ja tuloksia ei tule vääristellä kehittämistyön eduksi. Tiedot, joista on sovittu, että ne ovat luottamuksellisia tulisi säilyttää luottamuksellisina. (Ojasalo, Kananen & Ritalahti 2015, 48 - 49.) Prosessin aikana merkitsin tarkasti kaikki

teoreettiset lähdeviittaukset ja prosessin loputtua kävin nämä vielä huolellisesti läpi. Tutkimuksellinen kehittämishanke on julkinen ja sovitusti Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta ei ole julkinen.

Tutkimuksellisen kehittämishankkeen toteutin yksin, yhteistyössä Houppi Oy:n yhteyshenkilöiden kanssa. Toinen heistä on aviopuolisoni ja tämä sidonneisuus on osittain hankala luotettavuuden kannalta, etenkin arvioinnissa. Yritys on kuitenkin pieni ja vaihtoehtoja ei ollut. Pyrimme kaikissa toiminnassa kuitenkin ammatilliseen rooliin ja olimme molemmat tietoisia tästä riskistä.

Tieteellisen käytännön mukaan ”tutkimuksessa sovelletaan tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia ja eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä. Lisäksi tutkimuksessa syntyneet tietoaineistot tallennetaan tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten edellyttämällä tavalla” (Koivisto & Aro, 2019). Tiedonhankinta on ollut järjestelmällistä, maksimissaan yli 10 vuotta vanhoista lähteistä ja tieteellisistä artikkeleista. Tutkimusmenetelmänä oli arviointi. Tietoaineisto tallennettiin Theseukseen.

9.2 Eettisyys

Sosiaalialan eettiset perusteet ovat aina tärkeitä silloin kun toimitaan sosiaalialalla. Ihmisarvo, oikeudenmukaisuus ja ihmisoikeudet ovat lähtökohdat ammattietiikkaan. (Talentia 2017, 7-8.) Tutkimuksellisen kehittämishankkeen tavoitteena oli luoda Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta. Tätä teoreettista perustaa luodessa nämä ammattieettiset arvot olivat läsnä vahvasti.

Opinnäytetyön tekijää ohjaavat seuraavat yleiset periaatteet: Tutkija kunnioittaa tutkimukseen osallistuvien ihmisarvoa ja itsemääräämisoikeutta, tutkija kunnioittaa aineellista ja aineetonta kulttuuriperintöä sekä luonnon monimuotoisuutta, tutkija toteuttaa tutkimuksensa siten, että tutkimuksesta ei aiheudu tutkittavina oleville ihmisille, yhteisöille tai muille tutkimuskohteille riskejä, vahinkoja tai haittoja. (Koivisto & Aro, 2019.)

Ennen opinnäytetyön tekemistä olin perehtynyt seuraaviin osa-alueisiin: hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa, ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden ennakoarviointi Suomessa ja Arenen opinnäytetyön eettiset suositukset

Tutkimuksellisen kehittämishankkeen työstämisvaiheessa minulla oli 137,5 / 210 opintopisteestä suoritettu. Olin suorittanut kurssin Tutkimus- ja kehittämismenetelmät sekä laatinut tutkimuksellisen kehittämishankkeen suunnitelman, joka on hyväksytty sekä Houppi Oy:n yhteyshenkilöllä ja ohjaavalla opettajalla.

Suunnitelma piti sisällään eettisten periaatteiden keskeiset elementit. Tutkimuksellinen kehittämistyö oli työelämälähtöinen ja lisäsi merkittävästi opiskelijan asiantuntijuutta sekä ymmärrystä tuotekehityksestä sekä tuotti Houppi Oy:n tuotekehitystä hyödyntävää tietoa sekä kehitysohjelmaan että myös Muutosmatka ohjaajien perustaksi, kun he koulutautuvat ohjelman ohjaajiksi. Tutkimuksellinen kehittämishanke ei sisällä ihmiseen kohdistuvaa tutkimusta eikä sellaista tutkimusta, jota tulisi arvioida ennakkoon.

10 Pohdinta ja johtopäätökset

Tämän tutkimuksellisen kehittämishankkeen tavoitteena oli kehittää ja kuvata Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta. Teoreettista perusteen tulisi jatkossa selkeyttää, jäsentää ja ohjata tuotteen kehitystä. Teoreettinen perustan tavoitteena oli yhtenäistää ja johdonmukaistaa ohjelmaa ja tehdä Muutosmatka -ohjelman prosessista kokonaisuus, jossa eri osat täydentävät palvelevat toisiaan johdonmukaisesti ja tutkimustietoon nojaten. Tämän lisäksi se ohjaa Muutosmatka -ohjelman ohjaajien työskentelyä ja työmenetelmien valintaa.

Tutkimuksellisessa kehittämishankkeessa tutustuin eri viitekehyksiin ja esitin niitä Muutosmatka -ohjelman kehittäjille. Prosessi piti sisällään aiheeseen liittyvän tutkimuskirjallisuuden tutustumisen, keskeisten käsitteiden määrittelyn, lähestymistavan valitsemisen ja kirjaamisen muotoon, josta syntyi dokumentoitu Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta. Prosessi tehtiin tiiviissä yhteistyössä Houppi Oy:n edustajan kanssa.

Tutkimuksellinen kehittämishanke oli dialoginen prosessi, jossa Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta kehittyi osio kerrallaan kokonaisuudeksi. Jo tämän prosessin aikana se osoittautui merkittäväksi tuotekehitystä ohjaavaksi dokumentiksi ja Muutosmatka -ohjelma muokkautui itsessäänkin tämän tutkimuksellisen kehittämishankkeen aikana.

Saadun palautteen mukaan Muutosmatka -ohjelman laaja-alainen eri viitekehysten tarkastelualue ja eri menetelmien käyttö on vahvuus, joka mahdollistaa valinnanmahdollisuuden sekä yksilöllisesti että ryhmäkohtaisesti. Se vaatii kuitenkin ohjaajilta vahvaa osaamista ja ymmärrystä eri menetelmistä. Nähtäväksi jää myös, pystyykö yksi ohjaaja hyödyntämään näin laaja-alaista teoriapohjaa. Muutosmatka -ohjelman perustaa tullaan kehittämään jatkossa yksityiskohtaisemmaksi ja käsikirjan suuntaan. Ohjaajille voisi olla hyvä järjestää Muutosmatka -ohjaaja koulutus.

Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta on nyt riittävän valmis, jotta sitä voidaan hyödyntää tuotekehityksessä. Prosessi on ollut opettava ja mielenkiintoinen. Uskon että Muutosmatka -ohjelman perustaa kehitetään vielä tuotekehityksen aikana tarkemmaksi sekä arvioijoiden palautteen mukaan osioita lisäten.

Lähteet

Painetut

Ajanko, S. 2016. Moninaisuuden johtaminen. Ytimessä johtajan itsetuntemus. Saarijärvi: Saarijärven Offset.

Erkko, A. & Hannukkala, M. 2013. Mielenterveys voimaksi. 3. painos. Helsinki: Suomen Mielen-terveysseura.

Eskola, J. & Suoranta, J. 2014. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Helsinki: Vastapaino.

Juhila, K. 2008. Aikuisten parissa tehtävän sosiaalityön areenat. Teoksessa Jokinen, A. & Juhila, K. (toim.) Sosiaalityö aikuisten parissa. Tampere: Vastapaino.

Kananen, J. 2017. Kehittämistutkimus interventiotutkimuksen muotona: Opas opinnäytetyön ja pro gradun kirjoittajalle. Jyväskylä. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kananoja, A. 2010. Sosiaalialan tiedontuotanto. Teoksessa Kananoja A., Lähteinen M, Marjamäki P., Laiho K., Sarvimäki, P., Karjalainen, P & Seppänen M. (toim.) Sosiaalityön käsikirja. Helsinki: Tietosanoma.

Ojanen, M. 2011. Minä ja muut. Itsetuntemuksen kirja. Helsinki: Kotimaa/Kirjapaja.

Ojasalo, K. Moilanen, T. Ritalahti, J. 2015. 3 - 4 painos. Kehittämistyön menetelmät - uudenlaista osaamista liiketoimintaan. Helsinki: Sanoma Pro.

Pihlaja, J. 2001. Tutkielmaa tekemään. Helsinki: Soceda.

Puolimatka, T. 2010. Kasvatuksen mahdollisuudet ja rajat. Minuuden rakentamisen filosofia. Hämeenlinna. 2.painos. Ryttylä: Suunta-kirjat.

Sähköiset

Aarnio, H. 2010. Oppimisen ohjaaminen. Teoksessa S. Helakorpi, H. Aarnio & M. Majuri Ammattipedagogiikkaa uuteen oppimiskulttuuriin. HAMK Ammatillisen opettajakorkeakoulun julkaisuja. Viitattu 30.10.2020.
https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/96136/AmmattipedagogiikkaaUuteenOppimiskulttuuriin_e-kirja.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Fälde, S., Kanervo, T. & Leppänen, T. 2018. Terveystietoisuudesta opittua. Opinnäytetyö. Metropolia. Viitattu 25.10.2020.
https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/151539/kanervo_tuuli.pdf?sequence=1

Heinimaa, E. 2015. Vaikuttava aikuissosiaalityö ja asiakassuunnitelmat. Opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Viitattu 27.10. 2020.

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/95293/heinimaa_eini.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Huttunen, J. 2018. Mitä terveys on. Duodecim. Viitattu 27.7.2020.

https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00903

Hyttinen, E. & Kanasaar, L. 2017 Mielenterveyspotilaan toipumisorientaation edistäminen. Opinnäytetyö. Turun ammattikorkeakoulu. Turku. Viitattu 24.11.2020.

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/131453/Hyttinen_Ella_Kanasaar_Laura.pdf?sequence=1&isAllowed=y

JAMK. Itsetuntemus. Viitattu 27.11.2020.

<https://oppimateriaalit.jamk.fi/monikulttuurinenohjaus/4-ohjaajan-osaaminen/itsetuntemus/>

Kankainen, L. 2012. Aikuissosiaalityön haasteet. Ammatillinen lisensiaatintutkimus. Tampereen yliopisto. Tampere. Viitattu

22.10.2020. <https://www.sosnet.fi/loader.aspx?id=56fefcf6-dd5f-494f-b822-e81099b30590>

Karjalainen, A. 2015. Arvioinnin abc. Viitattu 25.10.2020.

http://tievie.oulu.fi/arvioinnin_abc/artikkelit/arvioinninkasite.htm

Koivisto, K., Aro, P., 2019. Ammattikorkeakoulun opinnäytetöiden eettiset kysymykset.

Viitattu 27.7.2020. <http://www.oamk.fi/epooki/2019/ammattikorkeakoulun-opinnaytetoiden-eettiset-kysymykset/>

Konkka, J. 2011. Ammatillisen tutkimus- ja kehittämistoiminnan metodologiset sitoumukset Normatiivinen tarkastelu. Viitattu 19.10.2020.

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/122103/AATOS_1.pdf?sequence=1

Korkeila, J. 2017. Toipumisorientaation paluu. Lääkärilehti. Viitattu 24.11.2020.

<https://www.laakarilehti.fi/ajassa/paakirjoitukset-tiede/toipumisorientaation-paluu/>

Kuusikko-työryhmä 2020. Kuuden suurimman kaupungin aikuissosiaalityö ja toimeentulotuki 2019. Viitattu 29.10.2020.

https://www.hel.fi/hel2/tietokeskus/julkaisut/pdf/20_06_23_Kuusikko_aikuissosiaalityo_ja_toimeentulotuki_2019.pdf

Laajasalo, T & Pirkola, S. 2012. Ennen kuin on liian myöhäistä. THL. Viitattu 27.9.2020.

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90874/URN_ISBN_978-952-245-686-1.pdf?sequence=1

Laitila, M. 2010. Asiakkaan osallisuus mielenterveys- ja päihdetyössä. Akateeminen väitöskirja. Itä-Suomen yliopisto. Kuopio. Viitattu 27.9.2020.

<https://core.ac.uk/download/pdf/15168145.pdf>

Lehtosalo-Iskanus, L. 2011. Itsetuntemus itsensä johtamisen perusta. Opinnäytetyö. Laurea.Espoo. Viitattu 24.11.2020.

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/37227/Lehtosalo-Iskanus_Liisa.pdf?sequence=1

Lukka 2020. Konstruktiivinen tutkimusote. Viitattu 19.10.2020.

<https://metodix.fi/2014/05/19/lukka-konstruktiivinen-tutkimusote/>

Mielenterveyslaki 14.12.1990/1116. Viitattu 27.9.2020.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1990/19901116>

Miettunen, L. 2018. Ihmisen kokonaisvaltainen hyvinvointi. Opinnäytetyö. Arcada. Viitattu 27.9.2020.

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/150918/Miettunen_Lauri.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Myllärinen, A-R. 2011. Lainrikkajien elämänsisällön muutos ja sitä tukeva auttamistyö. Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden yksikkö. Tampere. Viitattu 24.11.2020 <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/66846/978-951-44-8641-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Nordling, E. 2018. Toipumisorientaation perusteet. Viitattu 27.11.2020.

<http://www.sosiaalikallega.fi/poske/tapahtumat/hankkeet/recovery/tapahtumat/041218-esa-nordling>

Opetushallitus 2020. Vertaisarviointi ja itsearviointi. Viitattu 15.11.2020

<https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/vertaisarviointi-ja-itsearviointi>

Pekkala, M. 2020. Traumasensitiivinen hyvinvointipalvelu. Opinnäytetyö. Hämeen Amk. Visamäki. Viitattu 27.11.2020.

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/339159/Pekkala_Marika.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Päihdehuoltolaki 17.1.1986/41, 1:1§. Viitattu 27.9.2020.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041>

Salonen, K. Eloranta, S. Hautala, T. Kinos, S. 2017. Kehittämistoiminta ja kehittämisen menetelmiä ammatillisessa korkeakoulutuksessa. Viitattu 27.9.2020.

<http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522166494.pdf>

Sosiaalihuoltolaki 30.12.2014/1301. Viitattu 27.9.2020.

<https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301>

STM 2020. Lastensuojelulain muutokset 1.1.2020. Viitattu 27.9.2020

<https://stm.fi/lastensuojelulain-muutokset>

Talentia. 2017. Sosiaalialan ammattihenkilön eettiset ohjeet. Viitattu 27.11.2020.

https://talentia.e-julkaisu.com/2017/eettiset-ohjeet/docs/Talentia_Etiikkaopas_2017.pdf

THL 2019. Päihdetilastollinen vuosikirja. Viitattu 27.9.2020.

http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/139083/Päihdetilastollinen%20vuosikirja%202019_verkkoon.pdf?sequence=7&isAllowed=y

THL 2020, a. Hyvinvointi. Viitattu 27.9.2020. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi>

THL 2020, b. Jälkihuolto. Viitattu 27.9.2020. <https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/jalkihuolto>.

THL 2020, c. Lastensuojelun tilastoa. Viitattu 27.9.2020.

<https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/toimijat-tyon-tuki-hallinto/lastensuojelu-ja-thl/lastensuojelun-tilastoa>

Tuppurainen E. 2018. Toipumisorientaation kautta tiedostetaan paremmin se ohjaajan paikka. Opinnäytetyö. Centria Amk. Viitattu 24.11.2020.

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/155059/tuppurainen_elina.pdf?sequence=1

Ulvila, M. 2019. Opettajan itsetuntemus. Viitattu 27.9.2020. Pro Gradu tutkielma. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden ja kulttuurin tiedekunta. Tampere.

<https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/119154/UlvilaMia.pdf?sequence=2>

Valkonen, J. 2020. Promootio päihde- ja mielenterveystyössä - mistä puhutaan, kun puhutaan terveyden edistämisestä? Viitattu 22.10.2020.

https://tietopuu.a-klinikkasaatio.fi/tietopuublogi/jukka_valkonen

Wahlbeck K., Hietala, O., Kuosmanen L., McDaid D., Parkkonen J., Reini K., Salovuori S., Tourunen J. 2018. Toimivat mielenterveys- ja päihdepalvelut.

Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 89/2017. Viitattu 27.7.2020.

[http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160554/89-2017-](http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160554/89-2017-YhdessaMielin_valmis.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

[YhdessaMielin_valmis.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160554/89-2017-YhdessaMielin_valmis.pdf?sequence=1&isAllowed=y) SIVU 9

[http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160554/89-2017-](http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160554/89-2017-YhdessaMielin_valmis.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

[YhdessaMielin_valmis.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160554/89-2017-YhdessaMielin_valmis.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Julkaisemattomat

Hupli, A & Meritie, M. 2020. Muutosmatka-ohjelma. PowerPoint-esitys. Houppi Oy.

Meritie, M. 2020. Haastattelu 25.10.2020. Houppi Oy. Järvenpää.

Sorvali, M. 2020. Arviointi 15.11.2020. Porvoo.

Kuvat

Kuva 1: Muutosprosessi.....	16
-----------------------------	----

Liitteet

Liite 1: Tutkimuksellisen kehittämishankkeen aikataulu.....	36
Liite 2: Arviointikysymykset.....	37
Liite 3: Tilaajayrityksen arviointi.....	38
Liite 3: Tutkimuksellisen kehittämishankkeen sopimus.....	39

Liite 1: Tutkimuksellisen kehittämishankkeen aikataulu

Neuvottelut yhteistyöyrityksen kanssa	valmis 20.7.2020
Projektin esittely yrityksen johtoryhmässä	valmis 27.7.2020
Puhelinkeskustelu Houppi / Meritie	valmis 29.7.2020
Opinnäytetyön suunnitelman v 1 hyväksyntä Houppi OY	valmis 29.7.2020
Tarkennukset/ Meritie	valmis 30.7.2020
Opinnäytetyön esitys ohjaus Meritie /Laurea	valmis 22.9.2020
Opinnäytetyön suunnitelman v2 hyväksyntä Meritie/Laurea	valmis 28.9.2020
Opinnäytetyön yksilöohjaus Meritie / Laurea	valmis 28.9.2020
Opinnäytetyön yksilöohjaus Meritie / Laurea	valmis 20.10.2020
Opinnäytetyön suunnitelma lopullinen Meritie	valmis 25.10.2020
Opinnäytetyösopimuksen allekirjoitus ja suunnitelman esitys Houppi Oy:lle Meritie / Houppi	valmis 25.10.2020
Opinnäytetyön organisointi Meritie	valmis 25.10.2020
Opinnäytetyön rakentaminen alkaa / Meritie	
Asiantuntiahaastattelut Meritie / Houppi	valmis 25.10.2020
Aineiston keruu /Meritie	
Opponointi toisen työ	valmis 3.11.2020
Opinnäytetyön suunnitelman hyväksyminen / ohjaava opettaja	valmis 4.11.2020
Teoreettisen perustan rakentaminen /Meritie	valmis 8.11.2020
Opinnäytetyön ohjaus	valmis 11.11.2020
Asiantuntikomentointi 2 Meritie/Houppi	valmis 11.11.2020
Korjaukset, lisäykset / Meritie	valmis 13.11.2020
Asiantuntijoiden tarkastus ja arviointi	valmis 16.11.2020
Mahdolliset korjaukset /Meritie	valmis 17.11.2020
Arviointi Houppi /Meritie / Sorvali	valmis 15.11.2020
Opinnäytetyön ohjaus	valmis 18.11.2020
Opinnäytetyö valmis	valmis 21.11.2020
Opponointi oma opinnäytetyö	valmis 25.11.2020
Opinnäytetyön esittäminen	valmis 25.11.2020
Kypsyysnäyte	valmis 2.12.2020

Liite 2: Arviointikysymykset

Sisältyvän arvioinnin arviointikysymykset:

- Millaisia ennakoimattomia asioita projektin aikana ilmeni ja kuinka niitä käsiteltiin?
- Millaisia haasteita, esteitä tai positiivisia löydöksiä prosessi toi?
- Miten yhteistyö on sujunut?
- Miten Muutosmatka-prosessin menetelmän perusta vastaa prosessin alussa annettua tavoitetta?

Osallistuvan arvioinnin arviointikysymykset:

- Miten Muutosmatka-ohjelman teoreettinen perusta vastaa prosessin alussa annettua tavoitetta?
- Miten yhteistyö on sujunut?
- Mitä asioita kehittäisit Muutosmatka -ohjelman teoreettisessa perustassa?
- Mitkä ovat Muutosmatka -ohjelman teoreettisen perustan vahvuudet?
- Muu palaute

Tarkkailevan arvioinnin arviointikysymykset:

- Miten Muutosmatka -ohjelman teoreettinen perusta vastaa ohjaajien tarpeita?
- Mitä asioita kehittäisit Muutosmatka -ohjelman teoreettisessa perustassa?
- Mitkä ovat Muutosmatka -ohjelman teoreettisen perustan vahvuudet?
- Muu palaute

Liite 3: Tilaajayrityksen arviointi

Mikko Meritien arviointi 15.11.2020:

”Muutosmatka -ohjelman teorettinen perusta vastaa erinomaisesti annettuun tavoitteeseen. Opiskelija on onnistunut kuvaamaan sen oleellisen tiedon mitä Muutosmatka -ohjelman sisällä tapahtuu sekä linkittämään sen teoriaan. Opiskelija on tutkinut ja tiivistänyt hienosti teoreettiset lähtökohdat Muutosmatka -ohjelman teoreettiseen perustaan.

Yhteistyö opiskelijan kanssa on sujunut moitteettomasti. Kaikki asiat ovat menneet juuri niin kuin pitänytkin. Muutosmatka -ohjelman m teoreettisen perustan vahvuutena on selkeys: ydinasiat ja niiden yhteys Muutosmatka -ohjelmaan on selkeästi avattu. Lisäksi yhteys osakokonaisuuksiin on selkeä.

Muutosmatka -ohjelman teoreettista perustaa tullaan kehittämään varmasti vielä käsikirjan suuntaan, jossa myös eri työkalujen ja menetelmien taustat avataan ja niiden yhteys viitekehykseen kirjataan auki.

Kaiken kaikkiaan tämä prosessi on onnistunut kokonaisuudessaan hyvin.

Antti Huplin arviointi 15.11.2020

”Teorettinen peruta vastaa todella hyvin annettua tavoitetta. Muutosmatka -ohjelman sisältämät vaiheet on avattu hyvin ja ne on linkitetty erinomaisesti olemassa oleviin tietopohjiin. Teorettinen tieto on tiivistetty hyvin opiskelijan toimesta.


Integratiivisuus eli Muutosmatka-ohjelmaan on valittu keskeisimmistä tietopohjista parhaimmat teorit ja työkalut ihmisten auttamiseksi ja ne on esitetty selkeästi ja tiiviisti tässä työssä.

Yhteistyö on sujunut erinomaisesti. Opiskelija on ollut todella itsenäinen ja esittänyt tarpeelliset kysymykset helposti ymmärrettävässä ja tiiviissä muodossa.

Muutosmatka -ohjelman teoreettista perustaa tullaan kehittämään vielä loppujen Muutosmatka -ohjelman vaiheiden osalta (nyt esitetyt vaiheet toki keskeisimmät) ja avataan vielä lisää esim. erilaisten työkalujen taustamekanismeja.

Työ on onnistunut erinomaisesti ja yhteistyö on ollut helppoa. Kiitokset siitä :)”

Liite 4: Tutkimuksellisen kehittämishankkeen sopimus

	AMMATTIKORKEAKOULU <i>University of Applied Sciences</i>	33 (35)	Opinnäytetyön suunnitelma
Taru Meritie		25.10.2020	
Liite 3: Opinnäytetyön sopimus			
OPINNÄYTETYÖN SOPIMUS:			
Opiskelijan tiedot:	Taru Meritie Laurea Amk, Sosionomi verkko-opinnot		
			688 om
Yhteistyöyrityksen tiedot:	Houppi Oy 2911187-1 Yhteyshenkilö: Antti Hupli		
Opinnäytetyötä ohjaavan opettaja:	Mirva Alapoikela aurea.fi		
Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tehtävät			
<p>Tämän tutkimuksellisen kehittämishankkeen tarkoituksena on kehittää ja kuvata Muutosmatka-ohjelman menetelmän teoreettinen tietopohja. Ohjelman prosessi ja päärakenteet on luotu, mutta käytännön toteutus on kehitysvaiheessa. Ennen varsinaisia prosessin eri vaiheiden syvempää tuotteistusta sekä menetelmien valintaa tulee ohjelmalle luoda teoreettinen tietopohja.</p> <p>Tutkimuksellisen kehittämishankkeen tavoitteena on kehittää ja kuvata Houppi Oy:n Muutosmatka-ohjelman menetelmän teoreettinen tietopohja. Teoreettista tietopohjaa käytetään Muutosmatka-prosessin tuotekehityksessä, kun prosessiin valitaan eri työmenetelmiä ja työvälineitä. Tietopohja yhtenäistää ja johdonmukaistaa ohjelmaa ja tekee prosessista kokonaisuuden, jossa eri osat täydentävät palvelevat toisiaan johdonmukaisesti ja tutkimustietoon nojaten.</p> <p>Kehitettävä tietopohja antaa myös Muutosmatkaprosessia ohjaaville ammattilaisille syvemmän ammatillisen ymmärryksen, millainen teoria käytännön ohjauksen takana on. Tietopohja ottaa kantaa työmetodeihin ja tällä tavoin ohjaa työorientaatiota mikrotasolla.</p>			

Taru Meritie

25.10.2020

Tutkimuksellisessa kehittämishankkeessa tutustutaan eri viitekehyksiin ja esitellään niitä Muutosmatkan kehittäjille. Opinnäytetyöprosessi pitää sisällään aiheeseen kokevan tutkimuskirjallisuuden tutustumisen, keskeisten käsitteiden määrittelyn, lähestymistavan valitsemisen ja kirjaamisen muotoon, josta syntyy dokumentoitu Muutosmatka-ohjelman menetelmän tietopohja. Prosessi tehdään tiiviissä yhteistyössä Houppi Oy:n edustajan kanssa.

Luottamuksellinen aineisto:

Opinnäytetyön tilaajana pyydän, että seuraavassa perusteltu ja tarkennettu opinnäytetyön tausta-aineisto käsitellään luottamuksellisena, eikä julkisteta valmiissa opinnäytetyössä: Muutosmatkaohjelman menetelmän tietopohja.

Opinnäytetyön digitaalinen julkistaminen

Opinnäytetyön tilaajana olen tietoinen, että mikäli opiskelija antaa luvan, hyväksytty opinnäytetyö julkistetaan ammattikorkeakoulujen verkkokirjastossa Theseuksessa, www.theseus.fi

Theseuksessa julkistetussa opinnäytetyössä tilaajan nimi

- saa näkyä
 ei saa näkyä

Tekijänoikeudet

Muutosmatkaohjelman menetelmän tietopohjan tekijänoikeudet jäävät Houppi Oy:lle kuitenkin niin että tekijäluettelossa mainitaan Taru Meritien nimi.

Roolit

Opiskelija laatii suunnitelman opinnäytetyöstä yhteistyössä tilaajan ja ammattikorkeakoulun kanssa.

Opiskelija sitoutuu:

- suorittamaan työn suunnitelmallisesti ja ammattikorkeakoulun ohjeistusta noudattaen
- käyttämään tilaajalta saamaansa aineistoa vain opinnäytetyön tarkoitukseen



AMMATTIKORKEAKOULU
University of Applied Sciences

35 (35)

Opinnäytetyön suunnitelma

Taru Meritie

25.10.2020

- toimittamaan valmiin opinnäytetyön tilaajalle sovitussa muodossa (tuloste/sähköinen)

Tilaaaja edustava ohjaaja sitoutuu:

- osallistumaan opinnäytetyösuunnitelman laadintaan
- mahdollistamaan työn suorittamisen työyhteisössä
- ohjaamaan opiskelijaa työhön liittyvissä ammatillisissa kysymyksissä
- antamaan työstä palautetta ja kirjallisen lausunnon työn arviointia varten

Opinnäytetyösopimuksen purkaminen

Opinnäytetyösopimus voidaan purkaa tilaajan puolelta, jos opinnäytetyö-opiskelijasta johtuvasta syystä keskeytyy, ja opiskelijan puolelta, jos opinnäytetyön tekemiseen ei työyhteisössä anneta edellytyksiä, kuten tietoa ja aineistoa.

Muuta

Opiskelijalla on oikeus nauhoittaa erikseen ennalta ilmoitetut haastattelut yhteistyöyrityksen kanssa.

Sopimuksen voimassaolo

Tämän sopimus on voimassa 30.5.2021 saakka

Aika ja paikka:

Allekirjoitus ja nimenselvennys:

MIKKO MERITIE
Houppi Oy

Taru Meritie
opiskelija