

Nea Hietala & Roosa Nyman

## **TAKAPERIN KETJUTTAMINEN PUKEUTUMISEN STRATEGIANA TOIMINTA- TERAPIASSA**

Kolme ohjausvideota lapsen pukeutumistilanteisiin toimintaterapeuteille ja vanhemmille

# **TAKAPERIN KETJUTTAMINEN PUKEUTUMISEN STRATEGIANA TOIMINTATERAPIASSA**

Kolme ohjausvideota lapsen pukeutumistilanteisiin toimintaterapeuteille ja vanhemmille

Nea Hietala & Roosa Nyman  
Opinnäytetyö  
Syksy 2022  
Toimintaterapian tutkinto-ohjelma  
Oulun ammattikorkeakoulu

## TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu  
Toimintaterapian tutkinto-ohjelma

---

Tekijä(t): Nea Hietala ja Roosa Nyman

Opinnäytetyön nimi: Takaperin ketjuttaminen pukeutumisen strategiana toimintaterapiassa

Työn ohjaaja(t): Pirjo Lappalainen ja Maarit Virtanen

Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Syksy 2022

Sivumäärä: 37 + 10

---

Lapsen osallistuminen itsestä huolehtimisen toimintoihin tukee lapsen kehitystä laaja-alaisesti. Pukeutuminen on yksi itsestä huolehtimisen toiminto ja se vaatii lapselta monia taitoja. Takaperin ketjuttaminen on yksi tapa harjoitella pukeutumista. Vanhemmat ovat keskeisessä roolissa, kun lapsi opettelee pukemaan itsenäisesti. Lasten toimintaterapiassa vanhemmat otetaan aina terapia-prosessiin mukaan. Occupational Performance Coaching -malli on yksi keino ohjata vanhempaa lapsen tavoitteiden saavuttamiseksi.

Projektin välittömänä tavoitteena oli suunnitella ja kuvata kolme ohjausvideota vanhemmille pukeutumisen takaperin ketjuttamisesta. Tavoite saavutettiin projektin aikana. Lopputuloksena syntyi T-paidan, collegehousujen sekä sukkiin takaperin ketjuttamisen ohjausvideot vanhemmille. Videot syntyivät yhteistyössä Oulun ammattikorkeakoulun lehtoreiden, yhteistyötahon sekä yhteistyöperheen kanssa. Kehitystavoitteena oli, että yhteistyötahon toimintaterapeutit käyttäisivät ohjevideoita konkreettisena menetelmänä vanhempien ohjauksessa. Tämän lisäksi kehitystavoitteena olivat, että vanhemmat voivat hyödyntää videoita arjessa pukeutumisen harjoittelun tukena ja että lapset oppivat mielekkään ohjauksen avulla pukeutumaan itsenäisesti.

Videoiden laatukriteereinä olivat selkeys, saavutettavuus, arkilähtöisyys ja ohjauksen ymmärrettävyys. Videoiden laatukriteerit saavutettiin projektin aikana. Videoiden laatukriteerien tarkastelemiseksi kerättiin palautetta yhteistyötahon toimintaterapeuteilta sekä opinnäytetyön ohjaavilta toimintaterapian lehtoreilta. Videoita muokattiin saadun palautteen perusteella. Palautteen perusteella toimintaterapeutit kokivat voivansa hyödyntää videoita käytännön työssä. Opettajat kokivat, että videoita voi hyödyntää myös opetuksessa.

Opinnäytetyön projektin toimeksiantajia olivat Rovaniemen kaupungin lasten toimintaterapeutit. Projekti toteutui kevään 2022 ja syksyn 2022 aikana. Opinnäytetyön tuotoksena syntyivät opinnäytetyö sekä kolme ohjausvideota vanhemmille. Jokainen ohjausvideo on kestoaltaan alle 5 minuuttia. Takaperin ketjuttamisen toiminnan vaiheet ovat eritelty videoissa. Videoissa näkyy lapsen tavallinen arkiympäristö sekä aito pukeutumistilanne. Jatkotutkimusaiheena olisi mielenkiintoista saada ajankohtaisempaa tietoa pukeutumisen takaperin ketjuttamisesta toimintaterapiassa.

---

Asiasanat: lasten toimintaterapia, pukeutuminen, ohjaus, neuvonta

## ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences  
Occupational therapy

---

Author(s): Nea Hietala and Roosa Nyman

Title of thesis: Backward chaining as a dressing strategy in Occupational Therapy

Supervisor(s): Pirjo Lappalainen and Maarit Virtanen

Term and year when the thesis was submitted: Autumn 2022

Number of pages: 37 + 10

Child's participation in activities of daily living supports child's development in multiple ways. Dressing is one of the occupations in activities of daily living. Dressing requires many skills for a child. Backward chaining is one technique how to practice dressing. Parents are in main role when a child is learning how to dress themselves. In occupational therapy for children the parents are always included to the therapy process. Occupational Performance Coaching model is one way to guide parents to help their child to reach their goals.

One of the goals on this project was to plan and develop three guide videos for parents about backward chaining for dressing. The goal was achieved during the project. The three backward chaining guide videos were about how to dress a T-shirt, college pants and socks with this technique. They were developed in cooperation with occupational therapy lecturers, cooperation entity and cooperation family. The long-term goal was that the cooperation entity would use the videos as a concrete method to guide the parents. Second long-term goal was that the parents could use the videos in everyday life to practice the dressing with the child. The third long-term goal was that children would learn to dress independently with a pleasant technique.

Quality criteria of our videos were clarity, accessibility, activities in everyday life and understandable guidance. Feedback for the video was collected from the lecturers of the occupational therapy, cooperation entity and cooperation family. The videos were modified based on their feedback. Based on the feedback the occupational therapists in cooperation entity thought that they could use the videos in their occupation. The teachers thought also that they could use the videos as a teaching method for the students.

Principal of this thesis were Rovaniemi City's occupational therapists. The project was completed during spring 2022–fall 2022. The end results of this project were thesis and three guide videos for parents. Length of every video is under 5 minutes. Every step in backward chaining has been split into own sections. Child's regular environment and genuine dressing situation are seen in the video.

---

Keywords: occupational therapy for children, dressing, guidance

# SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	6
2	PROJEKTIN TAUSTA .....	8
2.1	Projektin tavoitteet ja hyödynsaajat .....	8
2.2	Projektiorganisaatio .....	9
2.3	Projektin työvaiheet .....	10
3	VANHEMPIEN OHJAUS JA NEUVONTA TOIMINTATERAPIASSA .....	13
4	LAPSEN PUKEUTUMINEN TOIMINTATERAPIAN NÄKÖKULMASTA .....	16
4.1	Pukeutuminen itsestä huolehtimisen toimintona .....	16
4.2	Pukeutumisen kehittyminen .....	17
4.3	Pukeutumisen takaperin ketjuttaminen .....	19
5	VIDEOIDEN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS .....	21
5.1	Videoiden laatuksiteerit .....	21
5.2	Videoiden luonnostelu ja kehittely .....	23
5.3	Palautteen keruu ja videoiden viimeistely .....	24
6	PROJEKTIN JA VIDEOIDEN ARVIOINTI .....	26
6.1	Projektin työvaiheiden toteutumisen arviointi .....	26
6.2	Projektin tavoitteiden saavuttamisen arviointi .....	29
6.3	Videoiden laatuksiteerien saavuttamisen arviointi .....	30
7	POHDINTA .....	33
	LÄHTEET .....	35
	LIITTEET .....	41

# 1 JOHDANTO

Itsestä huolehtimisen toiminnot ovat tärkeimpiä toimintoja, joita lapset oppivat kasvaessaan ja kypsyessään. Kasvaessaan lapsi oppii suoriutumaan itsestä huolehtimisen toiminnoista sosiaalisesti hyväksyttävien normien mukaisesti, jotta lapsi pystyy osallistumaan muihinkin toimintakokonaisuuksiin perheessä ja muissa yhteisöissä. Usein lapsen ollessa nuori, hän suorittaa itsestä huolehtimisen toimintoja yhdessä vanhemman kanssa. Muut toimintakokonaisuudet, kuten lepo, vaikuttavat itsestä huolehtimisen toimintoihin. Tämän vuoksi on tärkeää, että vanhemmat luovat rutiineja lapsen arkeen. Pukeutuminen on yksi itsestä huolehtimisen toiminto ja sen oppiminen mahdollistaa myös muihin toimintakokonaisuuksiin osallistumisen eri ympäristöissä. Pukeutuminen vaatii lapselta monia taitoja. (Shepherd 2015, 416, 438.)

Toimintaterapia on asiakaskeskeinen sosiaali- ja terveydenhuollon ala, jonka tavoitteena on, että ihmiset voivat osallistua sellaisiin toimintoihin arjessaan, joita he haluavat tehdä tai heidän tarvitsee tehdä. Toimintaterapiassa käytetään erilaisia terapeuttisia toimintoja osallistumisen mahdollistamiseksi. (AOTA 2020.) Toimintaterapiassa painotetaan, että yksilön hyvinvointia ja terveyttä voidaan ylläpitää esimerkiksi osallistumalla päivittäisiin toimintoihin eri ympäristöissä. Pukeutuminen on osa jokapäiväisiä toimintoja. Tämän vuoksi on tärkeää, että lapselle opetetaan pukeutumiseen vaativia taitoja. Pukeutumisen takaperin ketjuttaminen on yksi keino harjoitella pukeutumistilanteita lapsen kanssa. Pukeutumisen takaperin ketjuttamisella tarkoitetaan sitä, että aikuinen tekee suurimman osan toiminnan vaiheista, mutta lapsi tekee itse toiminnan viimeisen vaiheen. (Lee, Muccio & Osborne 2009, 178–180.)

Lasten toimintaterapiassa toimintojen tulee olla sopivia lapsen ja perheen tavoitteisiin, tarjota valintoja sekä saada aikaan luontainen motivaatio (Case-Smith 2015, 34). Lasten toimintaterapiassa tulee aina ottaa huomioon myös lapsen vanhemmat. Vanhemmat ovat lapsensa asiantuntijoita ja heillä on ymmärrys lapsen mielenkiinnonkohteista sekä rooleista ja ympäristöistä, joissa lapsi elää. (Rodger & Keen 2017, 46, 50.) Vanhemmilla on suuri vaikutus siihen, miten lapset viettävät aikansa ja mitä he pitävät tärkeänä. Toimintaterapeutin on tärkeä ymmärtää vanhempien roolia, jotta hän pystyy tukemaan perhettä sekä lasta oikeilla keinoilla. (Jaffe & Cosper 2015, 129.) Vanhempien ohjauksessa ja neuvonnassa toimintaterapeutti voi refleктоivan keskustelun avulla ottaa vanhemmat mukaan terapian tavoitteiden miettimiseen ja ohjata vanhempia tunnistamaan syitä lapsen

haasteisiin sekä analysoimaan itse toimintaa. Ohjauksen avulla vanhempia kannustetaan pohtimaan ratkaisuja ja tunnistamaan keinoja, joilla tavoitteet voidaan saavuttaa. (Case-Smith 2015, 56.) Tämän opinnäytetyön taustalla toimi OPC-malli, eli vanhempien ohjauksen malli, jossa tavoitteena on, että vanhemmat oppisivat tunnistamaan keinoja, jotka voivat helpottaa tavoitteiden saavuttamista.

Opinnäytetyön aihetta miettiessä meille oli selkeää, että kohderyhmänä olisivat lapset, sillä lasten kanssa työskentely kiinnostaa meitä molempia. Aiheen lopullisen idean saimme Oulun Ammattikorkeakoulun toimintaterapian lehtorilta. Pukeutumisen takaperin ketjuttaminen ei ollut meille aiemmin tuttu, minkä vuoksi kiinnostuimme aiheesta. Emme ole löytäneet kyseisestä aiheesta paljoa toimintaterapian tutkimustietoa, emmekä yhtään opinnäytetyötä. Nykyään videotintia hyödynnetään yhä enemmän sosiaali- ja terveysalalla tiedon välittämisessä (Jämsä & Manninen, 2000, 59). Ammattikorkeakouluissa on aiemmin tehty videoita opinnäytetöinä, mutta emme ole löytäneet vanhemmille suunnattuja pukeutumiseen liittyviä ohjevideoita, minkä vuoksi koemme aiheemme tarpeelliseksi. Halusimme tehdä opinnäytetyön projektimuotoisena ja videotintia kiinnosti meitä toteutustapana. Lyhyet videot ovat nykypäivänä suosittuja ja esimerkiksi Youtubesta löytyy monia erilaisia video-ohjeistuksia, minkä vuoksi ohjeet olivat myös luontaista tehdä videoiden muodossa. Opinnäytetyön lopullisia hyödynsajia olivat Rovaniemen kaupungin lasten toimintaterapeutit ja heidän asiakkaansa sekä yhteistyöperhe.

Opinnäytetyö toteutui projektimuotoisena kevään ja syksyn 2022 välisenä aikana. Opinnäytetyöprojektin tuotoksena syntyivät opinnäytetyö ja kolme lyhyttä ohjevideota pukeutumisen takaperin ketjuttamisesta. Videoiden kuvaus toteutettiin yhteistyöperheen kotona heinäkuun 2022 aikana.

## 2 PROJEKTIN TAUSTA

### 2.1 Projektin tavoitteet ja hyödynsaajat

Projektin määrittelyyn kuuluu projektin tavoitteiden ja tehtävien määrittely. Tavoitteissa tulee kuvata haluttu lopputulos. (Pelin 2020, 77.) Tavoitteiden tulisi olla ymmärrettäviä sekä todenmukaisia ja niiden tulee kuvata toiminnan muutosta, johon projektin avulla pyritään. Tavoitteet voidaan jakaa kahteen eri osa-alueeseen; välittömiin tavoitteisiin ja kehitystavoitteisiin. Välittömällä tavoitteella kuvataan projektin tavoiteltua konkreettista lopputulosta. (Silfverberg 2007, 27, 80, 84.) Opinnäytetyön **välittömänä tavoitteena** oli suunnitella ja kuvata kolme ohjausvideota toimintaterapeuttien ja vanhempien käyttöön pukeutumisen takaperin ketjuttamisesta. Ohjausvideoissa havainnollistetaan ja ohjeistetaan millä tavoin T-paidan, collegehousujen ja sukkiin pukemista voidaan harjoitella taaksepäin ketjuttamalla.

Kehitystavoitteella kuvataan pitkän ajan tavoitetta, jonka toteutumista projektin avulla pyritään edistämään erityisesti hyödynsaajaryhmän kannalta. Kehitystavoite toimii projektin johtamistyökaluna, minkä vuoksi on tärkeää, että kehitystavoitteet ovat selkeitä, realistisia ja konkreettisia. Kehitystavoitteen toteutumiseen vaikuttavat myös muut tekijät. (Silfverberg 2007, 83.) Tämän opinnäytetyön **kehitystavoitteena** oli, että yhteistyötahon toimintaterapeutit käyttävät ohjevideoita konkreettisenä menetelmänä, joita he voivat hyödyntää etenkin niiden vanhempien ohjauksessa, joiden lapsilla on haasteita pukeutumistilanteissa. Toisena kehitystavoitteena oli, että vanhemmat voivat hyödyntää videoita arjessa pukeutumisen harjoittelun tukena. Kolmantena kehitystavoitteena oli, että lapset oppivat mielekkään ohjauksen avulla pukeutumaan itsenäisesti.

**Oppimistavoitteenamme** oli saada tietoa pukeutumisen takaperin ketjuttamisesta ja oppia lisää vanhempien ohjauksesta sekä pukeutumisen edistämiseen liittyvästä teoretiedosta lapsen toimintaterapiassa. Lisäksi tavoitteenamme oli oppia projektityöskentelystä, jota voimme myös hyödyntää tulevaisuudessa työelämässä. Videoiden tekeminen ja niiden käyttäminen tuo monia hyötyjä toimintaterapian ammattiin, minkä vuoksi yhtenä oppimistavoitteenamme oli opetella videoinnin perusteita.



Hyödynsaajilla tarkoitetaan tahoja, joille projektin hyödyt on suunnattu. Nämä voidaan jakaa välittömiin ja lopullisiin hyödynsaajiin. Ryhmät tai henkilöt, joille projektissa toteutettu tuotos on suunnattu, ovat **välittömiä hyödynsaajia**. (Silfverberg 2007, 78–79.) Tässä projektissa näitä olivat Rovaniemen kaupungin toimintaterapeutit sekä heidän asiakkaansa. Tahot, joille projektin pitkän aikavälin positiiviset vaikutukset kohdennetaan ovat **lopullisia hyödynsaajia** (Silfverberg 2007, 78–79). Opinnäytetyössämme näitä olivat pukeutumista opettelevat lapset sekä Oulun ammattikorkeakoulun toimintaterapian opiskelijat. Opinnäytetyön tekijät esittävät opinnäytetyön lapsi- ja perhelähtöinen toimintaterapia -opintojaksolla, jolloin hyödyt kohdistuvat sekä lehtoreille että opiskelijoille. Lehtorit hyötyvät opinnäytetyöstä siten, että he voivat hyödyntää opinnäytetyössä olevaa tietoa opetuskäytössä. Lisäksi lehtorit saavat helposti saavutettavissa olevaa tietoa pukeutumisen takaperin ketjuttamisesta. Opiskelijat hyötyvät opinnäytetyöstämme siten, että he saavat tietoa takaperin ketjuttamisesta sekä sen käyttämisestä asiakastyössä.

## 2.2 Projektiorganisaatio

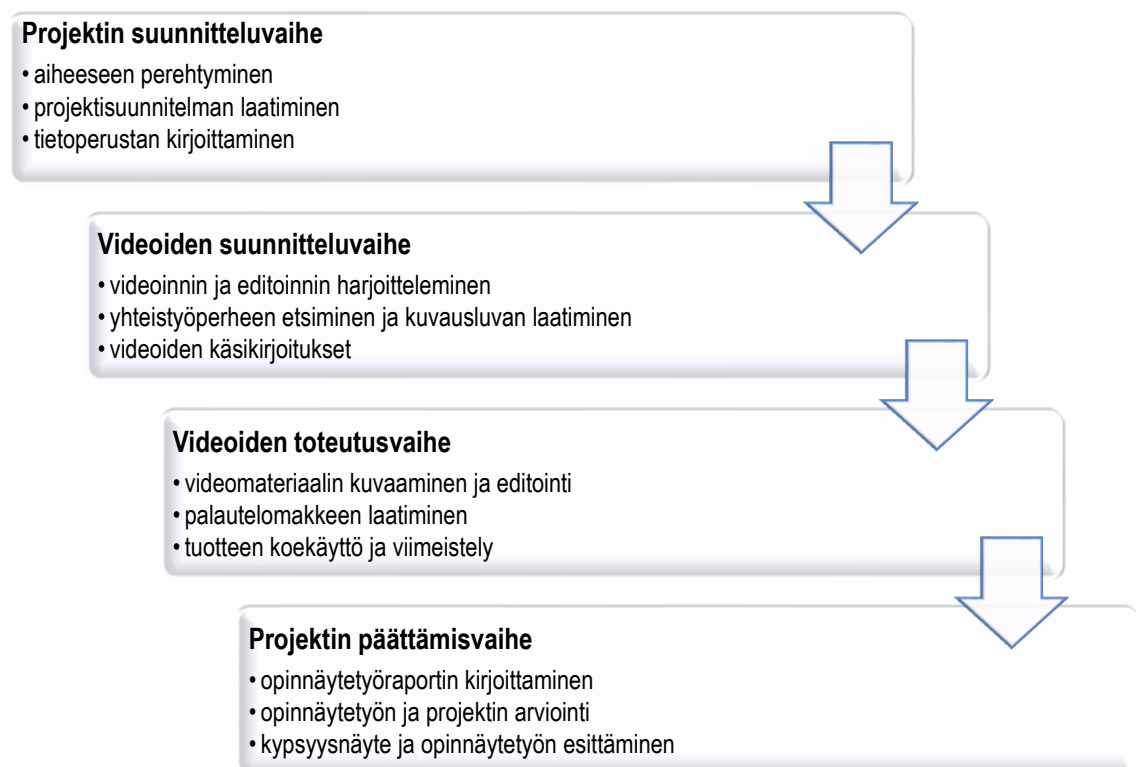
Projektin toteuttamista varten muodostetaan tarkoituksenmukainen organisaatio eli projektiorganisaatio. Projektiorganisaatioon kuuluu keskeisesti muun muassa projektin johtoryhmä sekä projektipäällikkö. Projektit ovat kooltaan ja luonteeltaan erilaisia, joten myös organisoinnissa painottuvat eri asiat. (Pelin 2020, 51, 55–56.)

Ohjausryhmä päättää projektin toteutukseen liittyvistä asioista. Ohjausryhmän tehtäviin kuuluu myös muun muassa projektin edistymisen valvominen sekä sen tulosten arvioiminen. Lisäksi ohjausryhmä voi edesauttaa projektin verkostoitumista sekä tukea projektipäälliköitä projektin suunnittelussa ja johtamisessa. (Pelin 2020, 49, 55–56; Silfverberg 2007, 99.) Opinnäytetyöprojektin ohjausryhmän muodostivat Oulun ammattikorkeakoulun toimintaterapian lehtorit Maarit Virtanen ja Pirjo Lappalainen, jotka tukivat projektin edistymistä ja arvioivat sekä antoivat palautetta projektin eri vaiheissa. Tämän lisäksi he hyväksyivät projektin väli- ja lopputulokset sekä antoivat niistä palautetta. Ohjausryhmään kuului myös Rovaniemen kaupungin toimintaterapeutit, jotka antoivat palautetta projektin käsikirjoituksen suunnittelun vaiheista sekä projektin lopputuloksesta. Lisäksi he edesauttoivat projektin verkostoitumista. Kokonaisvastuussa projektista on projektipäällikkö (Pelin 2020, 49, 55–56). Tämän opinnäytetyön projektipäällikköinä toimivat Nea Hietala ja Roosa Nyman,

jotka vastasivat projektin suunnittelusta, toteutuksesta, tehtävien valvonnasta sekä projektin raportoinnista ja arvioinnista.

Projektiorganisaatioon kuuluu myös tukihenkilöt. Tukihenkilöstöön voi kuulua erityisalueiden asiantuntijoita, joihin projektipäälliköt voivat tukeutua esimerkiksi laatua varmistaessa. Tukihenkilöt toimivat projektipäällikön alaisuudessa. (Ruuska 2012, 129.) Projektimme tukihenkilöitä olivat Oulun ammattikorkeakoulun toimintaterapian lehtorit, vertaisarvioijat sekä videoilla esiintyvä lapsi ja hänen vanhempansa. Toimintaterapian lehtorit toivat toimintaterapian ammatillista näkökulmaa videoiden hyödynnettävyydestä asiakkaiden arkeen ja myös opetuskäyttöön. Opinnäytetyömme vertaisarvioijat myös toivat oman näkökulmansa esille siitä, millä tavoin videoita voitaisiin hyödyntää. Videoissa esiintyvän lapsen vanhemmat toimivat lapsen asiantuntijana sekä olivat tukena videoiden kuvausprosessissa.

## 2.3 Projektin työvaiheet



KUVIO 1. Projektin työvaiheiden eteneminen.

Projektin työvaiheita olivat **projektin suunnittelu, videoiden suunnittelu ja -toteutus sekä projektin päättäminen**. Projektitoimintaan kuuluu kaksi eri vaihetta; ohjausprosessi ja toteutusprosessi. Toteutusprosessin toiminnassa tähdätään välittömästi projektin tuloksen syntymiseen, minkä vuoksi tarvitaan ohjausprosessi. Ohjausprosessiin sisältyy eri vaiheita, jotka ohjaavat työtä mahdollisimman tehokkaasti. Ohjausprosessi alkaa käynnistysvaiheella, jossa asetetaan projektin tavoitteet ja sen toiminnallinen määrittely. Projektin asettaja on vastuussa projektin määrittelystä. (Pelin 2020, 71.) Työsuunnitelman avulla voidaan määritellä projektin aikana tehtävät konkreettiset toimenpiteet sekä näiden aikataulu (Silfverberg 2007, 88).

**Projektin suunnitteluvaihe** toteutui helmikuun 2022-toukokuun 2022 välisenä aikana. Tähän vaiheeseen kuului projektisuunnitelman laatiminen. Projekti alkaa ongelmien ja kehittämistarpeen tunnistamisella, jossa selvitetään ongelman laajuutta, eli mitä asiakasryhmiä asia koskettaa, ja kuinka yleisluonteinen ongelma on (Jämsä & Manninen 2000, 28, 31). Projektin suunnitteluvaiheeseen sisältyi aiheeseen perehtyminen, jossa mietimme tarpeellisia ja mielenkiintoisia aiheita, joiden asiakasryhmänä olisivat lapset. Idean opinnäytetyömme aiheeseen, eli pukeutumisen takaperin ketjuttamiseen, saimme eräältä toimintaterapian lehtoriltamme. Halusimme tehdä toiminnallisen opinnäytetyön, mikä oli yksi syy videoinnin valitsemiseen. Aiheen valinnan jälkeen aloimme luomaan tietoperustaa etsimällä tietoa itsestä huolehtimisesta, pukeutumisesta, vanhempien ohjauksesta ja pukeutumisen takaperin ketjuttamisesta. Tutkimustietoa etsimme toimintaterapian eri tietokannoista.

Kun projektin alustavasta rajauksesta on sovittu, aloitetaan varsinainen suunnittelu projektia koskien. Suunnittelussa mietitään projektin tavoitteet ja sisältö. Suunnittelussa tulee ottaa huomioon tuotteen laatu miettimällä eri osa-alueiden ydinkysymyksiä, kuten arvoja ja periaatteita, tuotteen asiasisältöä sekä asiakasprofiilia. Valmisteluvaiheen tuloksena syntyy projektisuunnitelma, jota hyödynnetään projektin johtamisen työkaluna, ja johon pohjaten projektin toteutusta arvioidaan. (Silfverberg 2007, 40; Jämsä & Manninen 2000, 43.) Suunnittelun loppuvaiheessa rajasimme projektia. Esimerkiksi videoihin päätimme valita vaatekappaleiksi sukat, T-paidan ja housut. Lisäksi rajasimme projektia siten, että videot olisivat suunnattu lasten vanhemmille ja ne olisivat lyhyitä ohjevideoita. Projektisuunnitelma toteutui Oulun ammattikorkeakoulun ohjeistamalla tavalla opinnäytetyötä ohjaavien opettajien palautteen avulla. Välituloksena syntyi projektisuunnitelma.

Tuotteen luonnosteluvaihe toteutui **videoiden suunnitteluvaiheessa**. Videoiden suunnitteluvaihe tapahtui toukokuun 2022-kesäkuun 2022 välisenä aikana. Videoiden suunnitteluvaiheeseen kuului

videoinnin ja editoinnin harjoittelu, yhteistyöperheen hankkiminen sekä kuvausluvan laatiminen. Videoinnissa käytimme iPhone 11 -puhelinta ja gimbal-kuvanvakainta, jonka lainasimme Oulun ammattikorkeakoululta. Videon muokkausohjelmaksi käytimme iMovie -sovellusta. Videoinnin harjoittelu toteutettiin kuvaamalla harjoitusvideoita gimbal-kuvanvakainta käyttäen. Editoinnin harjoittelu toteutettiin harjoitusvideon avulla toisen opinnäytetyön tekijän tietokoneesta valmiiksi löytyvällä editointiohjelmalla. Yhteistyöperheeksi saatiin perhe, jossa on videolle sopivan ikäinen ja taitotasoinen lapsi. Luonnosteluvaiheessa laadimme videoiden käsikirjoitukset. Ohjevideoiden käsikirjoituksesta pyysimme palautetta ohjaavilta opettajilta sekä yhteistyökumppanilta. Välituloksena syntyi videoiden käsikirjoitus.

**Videoiden toteutusvaihe** toteutui heinäkuun 2022-syyskuun 2022 välisenä aikana. Tässä vaiheessa toteutuivat tuotteen kehittäminen ja viimeistelyvaiheet. Videoiden toteutusvaiheeseen kuului videomateriaalin kuvaaminen, videoiden editointi ja koekäyttö, palautelomakkeiden teko (liitteet 2, 3 ja 4) ja palautteen läpi käyminen. Tarkempi kuvaus videoiden toteutusvaiheesta ja viimeistelystä löytyy luvusta 5. Videoiden toteutusvaiheen tuotoksena syntyi kolme valmista ohjevideota.

**Projektin päättämisen vaihe** tapahtui marraskuussa 2022. Päättämisen vaiheeseen kuului opinnäytetyöraportin kirjoittaminen, opinnäytetyöprosessin ja opinnäytetyön arvioiminen, opinnäytetyön esittäminen ja kypsyysnäyte. Seuranta- ja arviointijärjestelmä tulisi luoda jokaiseen projektiin työsuunnittelun pohjaksi. Tämän avulla voidaan seurata projektin etenemistä sekä tavoitteiden saavuttamista. Seurannasta saadaan tietoa projektin etenemisestä, esimerkiksi siitä pysytäänkö laadituissa suunnitelmissa ja aikatauluissa. (Silfverberg 2007, 42.) Opinnäytetyöprosessia arvioitiin laatukriteereiden mukaisesti sekä sitä, miten tavoitteet ja päätehtävät toteutuivat. Opinnäytetyön arviointi tapahtui itse- ja vertaisarviointina sekä ohjaavien opettajien toimesta. Seurannasta vastasivat opinnäytetyön tekijät sekä ohjaavat opettajat. Projektin etenemistä seurattiin projektin tekijöiden ja ohjaavien opettajien yhteisten ohjauskeskusteluiden avulla. Valmis opinnäytetyö esitettiin ”lapsi- ja perhelähtöinen toimintaterapia” opintojaksolla Zoom -ohjelman välityksellä. Opinnäytetyöraportti ja kypsyysnäyte kirjoitettiin Oulun ammattikorkeakoulun ohjeiden mukaisesti. Hyväksytty opinnäytetyö raportoitiin Theseukseen opinnäytetyön tekijöiden toimesta. Konkreettisina välituloksina syntyi opinnäytetyön raportti ja kypsyysnäyte.

### 3 VANHEMPIEN OHJAUS JA NEUVONTA TOIMINTATERAPIASSA

Vanhempien ohjauksessa ja neuvonnassa toimintaterapeutti ottaa refleктоivan keskustelun avulla vanhemmat mukaan terapian tavoitteiden pohtimiseen. Toimintaterapeutti ohjaa vanhempia tunnistamaan lapsen haasteita ja syitä niihin sekä analysoimaan itse toimintaa. Ohjauksen avulla vanhempia kannustetaan pohtimaan ratkaisuja ja tunnistamaan keinoja, joilla tavoitteet voidaan saavuttaa. (Case-Smith 2015, 56.) Toimintaterapeutti voi ohjata vanhempia miettimään vaihtoehtoisia ratkaisuja arjen haastaviin tilanteisiin ja esimerkiksi mallintaa tapoja, joilla lapsen itsenäisempi toiminta mahdollistuu. (Jaffe & Cosper 2015, 142). Toimintaterapeutti ohjaa vanhempia samalla kannustaen heitä tekemään itse valintoja liittyen haluttuun muutokseen (Graham ym. 2017, 225).

Occupational Performance Coaching -interventio (OPC) eli vanhempien ohjauksen malli on yksi ohjaamisen ja neuvonnan malli, joka on tarkoitettu alun perin toimintaterapeuttien käytettäväksi lasten vanhempien kanssa. Nykyään useat eri terveys- ja kasvatusalan ammattilaiset käyttävät OPC-mallia erilaisten toimintakyvyn haasteiden omaavien aikuisten sekä vanhempien kanssa. (Graham 2021, 1.) Tarkoituksena OPC-mallissa on tukea vanhempia saavuttamaan heidän lapsensa toiminnalle asettamia tavoitteita sekä vanhempien taitojen kehittyminen siten, että he tulevaisuudessa osaisivat ratkaista lapsen arjen toimintakyvyn haasteita itsenäisesti. Vaikka toimintaterapeutti voi OPC:tä käyttäessään mallintaa tapoja tukea lasta tai opettaa vanhemmille tekniikoita, on terapia silti pääasiassa vanhemman kanssa yhdessä käytävää tavoitekeskeistä, tukeantavaa sekä ohjaavaa keskustelua, jossa terapeutin tehtävänä on kysymysten ja kuuntelun kautta ohjata vanhempaa. (Graham, Rodger & Kennedy-Behr 2017, 210.)

OPC pyrkii mahdollistamaan vanhempien ja lasten toiminnallisen suoriutumisen. Interventio sopii käytettäväksi, jos lapsen toiminnallinen suoriutuminen on riippuvainen kontekstista tai kun vanhemmat etsivät keinoja tukea lapsen suoriutumista toiminnallisissa rooleissa, toiminnoissa ja rutiineissa sekä, kun vanhemmalla on tavoitteita hänen omaan toiminnalliseen suoriutumiseensa liittyen. OPC ei ole sopiva käytettäväksi, jos vanhemmalla ei ole riittävästi fyysisiä tai henkisiä voimavaroja sitoutumaan interventioon. (Graham ym. 2017, 209.) Pukeutumiseen liittyvien strategioiden opettelu sopii interventioon, sillä pukeutumisen opetteleminen lapsille on todettu tärkeäksi. Pukeutumisen taidot ovat toiminnallisia, niitä tarvitaan päivittäisissä toiminnoissa sekä rutiineissa ja niillä on korkea sosiaalinen pätevyys. Sosiaalisen pätevyyden taitoja voidaan luonnehtia sosiaalisesti merkittävaksi käyttäytymiseksi, joita esiintyy tietyissä tilanteissa. Sosiaalisesti hyväksytyt ja pätevät taidot

vaikuttavat lapsen kykyyn käyttäytyä sosiaalisissa tilanteissa. (Lee ym. 2009, 179; Owens & Johnston-Rodriguez 2010.)

OPC:ssä on kolme mahdollistavaa osa-aluetta, jotka ovat strukturoitu prosessi, emotionaalinen tuki ja tiedon vaihto. Strukturoitu prosessi ohjaa intervention etenemistä, kun taas emotionaalinen tuki ja tiedon vaihto ohjaavat intervention aikana tapahtuvan vuorovaikutuksen sisältöä. (Graham ym. 2017, 211, 223.)

Yhteisen toiminnan analyysin kautta vanhempi oppii tunnistamaan keinoja, jotka voivat helpottaa tavoitteiden saavuttamista (Graham ym. 2017, 210). Yhdessä vanhemman kanssa tehtävä toiminnan analyysi alkaa siitä, että vanhempaa pyydetään kuvaamaan, miten jokin tilanne, esimerkiksi pukeutuminen, tavallisesti sujuu. Tarkoituksena on saada yhteinen ymmärrys siitä, kuinka toiminnan jokainen vaihe sujuu juuri sillä hetkellä. Kun yhteinen ymmärrys tilanteesta on saatu, toimintaterapeutti ohjaa vanhempaa ratkaisukeskeiseen ajatteluun. (Graham ym. 2017, 215–217.)

Seuraavaksi toimintaterapeutti pyytää vanhempaa kuvaamaan, kuinka hän haluaisi toiminnan mielummin tapahtuvan. Vanhemman kuvauksen tulisi sisältää tarkkaa tietoa lapsen, vanhemman ja muiden paikalla olevien toiminnasta, fyysisestä ympäristöstä, muutoksista jaksotuksessa, ajoituksessa ja toiminnan vaiheissa sekä muutoksista suoriutumisessa erityisesti tavoitteiden kannalta. Tavoitteet OPC-mallissa sisältävät kohteen, joka on yleensä lapsi, ja toiminnan, joka linkittyy yleensä johonkin tärkeään rooliin sekä sosiaalisen kontekstin, jossa toiminta tapahtuu. Tavoitteeseen voi sisältyä myös määritelmä siitä missä määrin ja kuinka usein toimintaan osallistutaan. (Graham ym. 2017, 217; Graham & Ziviani 2021, 57.) Esimerkiksi pukeutumiseen liittyen vanhempi voisi asettaa tavoitteeksi, että lapsi pukee collegehousut jalkaan itsenäisesti kotona aamuisin.

Toiminnan analyysiä jatkaessa toimintaterapeutin tulee ottaa huomioon tekijät, jotka voivat mahdollisesti tukea tai estää lapsen toiminnasta suoriutumista. Vahvuuksien ja haasteiden tutkimisessa pureudutaan vanhemman kanssa yksityiskohtaisemmin siihen, millaiseksi tilanne kuvitellaan ja milloin ja miten haasteet tulevat esille, jotta vanhempi tunnistaisi mistä voisi olla hyötyä. Lapsen liittyvistä tekijöistä tärkeimpiä ovat lapsen oma motivaatio, tietämys siitä miten toiminta suoritetaan ja hänen kykynsä tehdä toiminta. Vahvuudet ja haasteet, jotka liittyvät toimintaan, liittyvät tavanomaisesti tehdyn toiminnan sisältämiin vaiheisiin tai jaksottamisen määrään. (Graham ym. 2017, 218; Graham & Ziviani 2021, 69.) Pukeutumisessa lapsen oma motivaatio pukemiseen on siis tärkeää ja se, että hän tietää, kuinka vaatekappale puetaan päälle. Vaatekappaleen pukemisen vaiheet ja

pukemisen jaksottaminen täytyy huomioida. Esimerkiksi takaperin ketjuttaminen voi olla hyvä keino pukeutumisen harjoitteluun. Mukauttamisen kohteena tyypillisimmin ovat fyysinen ja sosiaalinen ympäristö (ks. Graham ym. 2017, 219.)

Kun suunnitelma on valmis, se vielä tarkastetaan ja siirrytään sen toteuttamiseen. Vanhempi toteuttaa suunnitelman perheen tavanomaisten rutiinien aikana. OPC-interventio painottaa vanhemman oman suunnitelman toteuttamista, siinä ympäristössä ja tilanteessa, jossa muutosta halutaan tapahtuvan. Toiminnan arviointi tehdään joko yhdessä vanhemman kanssa tai pyytämällä vanhempaa kertomaan, kuinka lapsi suoriutui toiminnasta. Arviointi tapahtuu tyypillisesti seuraavan terapiakerran alussa, jossa suunnitelman toteutumista tarkastellaan. Vanhempaa rohkaistaan myös itse arvioimaan toimintaa viikon aikana, jotta hänen omat taitonsa arvioida strategioiden toimivuutta kehittyisivät. Jos vanhempi ei ole varma miksi lapsen suoriutuminen ei ole muuttunut tai suoriutuminen on parantunut, ohjaa toimintaterapeutti yhteistä reflektiota ratkaisun löytämiseksi. Kun toimiva strategia on löytynyt, toimintaterapeutti haastaa vanhempaa miettimään, missä muissa toiminnoissa, tilanteissa tai rutiineissa strategiaa voisi hyödyntää, eli kuinka strategiaa voisi yleistää. (Graham ym. 2017, 221–223.)

## 4 LAPSEN PUKEUTUMINEN TOIMINTATERAPIAN NÄKÖKULMASTA

### 4.1 Pukeutuminen itsestä huolehtimisen toimintona

Toimintaterapianimikkeistö (2017) luokittelee itsestä huolehtimisen toiminnot seuraavasti:

Itsestä huolehtimisen toimintoja ovat terveydestä huolehtiminen, pukeutuminen, hygieniasta huolehtiminen, eri kehon osien hoitaminen, wc-toiminnot, ruokailu ja ruokailutottumukset, seksuaalitoiminnot, henkilökohtaisista välineistä huolehtiminen, toiminnallisuutta edistävien tuotteiden ja teknologian käyttö sekä liikkuminen ja siirtyminen toiminnan yhteydessä.

Pohja itsestä huolehtimisen toimintojen oppimiseen alkaa jo vastasyntyneenä, ja ne muotoutuvat erilaisten kehitysvaiheiden myötä. Lapsen kasvaminen ja kypsyminen mahdollistaa osallistumisen erilaisiin rooleihin sekä ympäristöihin, mikä edesauttaa lapsen itsenäistymistä itsestä huolehtimisen toiminnoissa. Kun lapsella on jotain haasteita esimerkiksi jonkin sairauden, vamman tai kehitysviivästymän vuoksi, odotukset itsenäisesti suoriutumisesta itsestä huolehtimisen toiminnoissa muuttuu. (Shepherd 2015, 416.)

Erilaiset yksilölliset haasteet lapsen elämässä voivat vaikuttaa itsestä huolehtimisen toimintoihin. Toimintaterapiassa voidaan vahvistaa eri taitoja, jotta itsestä huolehtimisen toiminnot sujuisivat paremmin. Esimerkiksi aistiyliherkkä lapsi saattaa itkeä pukeutumisen aikana tai kieltäytyä pukeutumasta ollenkaan, vaikka hänellä olisikin kognitiiviset ja motoriset taidot tämän toiminnon suorittamiseen. Lapsilla, joilla on CP-vamma voi taas olla haasteita esimerkiksi motoristen taitojen osalta, vaikka muuten itsestä huolehtimisen toiminnot sujuisivat itsenäisesti. Lapsilla, joilla on ADHD saattaa olla motoriset ja hahmottamisen taidot toiminnosta suoriutumiseen, mutta kognitiiviset taidot, kuten keskittyminen ja muisti, saattavat tuottaa haasteita suoriutumisessa. Myös muut terveydelliset sekä kehitykselliset syyt vaikuttavat itsestä huolehtimisen toimintoihin osallistumiseen sekä niistä suoriutumiseen. (Shepherd 2015, 418.)

Lapsen aktiivinen osallistuminen itsestä huolehtimisen toimintoihin tukee lapsen kehitystä laajalaisesti. Osallistuminen kasvattaa lapsen itsetuntemusta, antaa autonomian tunteen sekä lisää



itseluottamusta. Itsestä huolehtimisen toimintoihin osallistuminen tukee myös muun muassa muistia, koordinaatiota, kehon toimintoja ja terveyttä sekä ongelmanratkaisutaitoja. (Shepherd 2015, 416–417.)

## **4.2 Pukeutumisen kehittyminen**

Tyypillisesti lapsen kehityksessä itsenäisesti pukeutuminen vaatii neljä vuotta harjoittelua. Yleensä riisuminen opitaan ennen pukeutumista. Pukeutuminen vaatii monia taitoja lapselta. Pukeutumisen aikana tulee tietää, miten vartalo on sijoittunut suhteessa ympäristöön ja miten kehon eri osat vaikuttavat toisiinsa. Visuaalisen ja somatosensorisen järjestelmän avulla lapsi ymmärtää oman kehonsa asentoa ja ympäröivää tilaa, mikä mahdollistaa vaatteiden pukemisen oikein. Pukeutumisesta suoriutumiseen tarvitaan silmän ja käden yhteistyötä, sorminäppäryyttä, voiman säätelyä sekä kehon puoltien välistä yhteistyötä. Lapsen täytyy pukeutumisen aikana taivuttaa kehoaan, kurottaa sekä siirtää painoa kehon toiselta puolelta toiselle. Myös keskilinjan ylittäminen on tärkeä osa pukeutumista. Näiden lisäksi pukeutuminen vaatii myös kognitiivisia taitoja. Asianmukaisten vaatteiden valitseminen, toiminnan suunnittelu, toiminnan vaiheiden eteneminen oikeassa järjestyksessä sekä muutoksiin reagoiminen toiminnan aikana vaikuttavat pukeutumisesta suoriutumiseen. (Shepherd 2015, 438.) Alla olevassa taulukossa on kuvattu lapsen pukeutumisen tyypillistä kehitystä.

TAULUKKO 1. Lapsen pukeutumisen tyypillinen kehitys. (Shepherd 2015, 439.)

Ikä (v)	Lapsen itsenäisen pukeutumisen taidot
1	Ojentaa kädet ja jalat pukemisen aikana Ottaa jalan pois kengästä Ottaa sukat pois Työntää kädet hihoista aikuisen laittaessa paitaa päälle Työntää jalat housuista aikuisen laittaessa housuja
2	Ottaa avatun takin pois Kun kengännauhat ovat avattuna, saa itse kengät pois jalasta Avustaa aikuista housujen alas vetämisessä Löytää käden paikat paidasta
2,5	Kykenee ottamaan housut pois, jos housuissa on joustava vyötärö Vetää sukat jalkaan avustettuna Saa puettua edestä napitettavan paidan tai takin Saa avattua isoja nappeja
3	Laittaa päälle vedettävän paidan minimaalisella avustuksella Laittaa itse jalat kenkiin (saattaa mennä väärin jalkoihin) Laittaa sukat, kantapää saattaa tulla väärinpäin Vetää itsenäisesti housut alas Pystyy avata ja laittaa vetoketjun kiinni, jos se on laitettu kohdilleen Tarvitsee apua paidan poisottamisessa Napittaa isoja nappeja
3,5	Löytää vaatteiden etupuolen Saa tarrat auki ja kiinni Saa auki vetoketjun kokonaan Saa kolme tai neljä nappia kiinni Saa vyön auki Pukeutuu valvotusti, tarvitsee apua etuosan ja takaosan kanssa
4	Riisuu päälle vedettävän asusteen itsenäisesti Laittaa vyön tai kengän soljet kiinni Pystyy laittamaan takin vetoketjun kokonaan itsenäisesti Laittaa sukat oikein jalkaan Tarvitsee kengännauhojen solmimiseen apua Tunnistaa vaatteiden etu- ja takaosan
4,5	Laittaa vyön sivurei'istä
5	Solmii ja avaa solmuja Pukee ilman valvontaa
6	Saa takaa vetoketjun kiinni Osaa tehdä rusetin (esimerkiksi kengännauhoihin) Napittaa takanapit

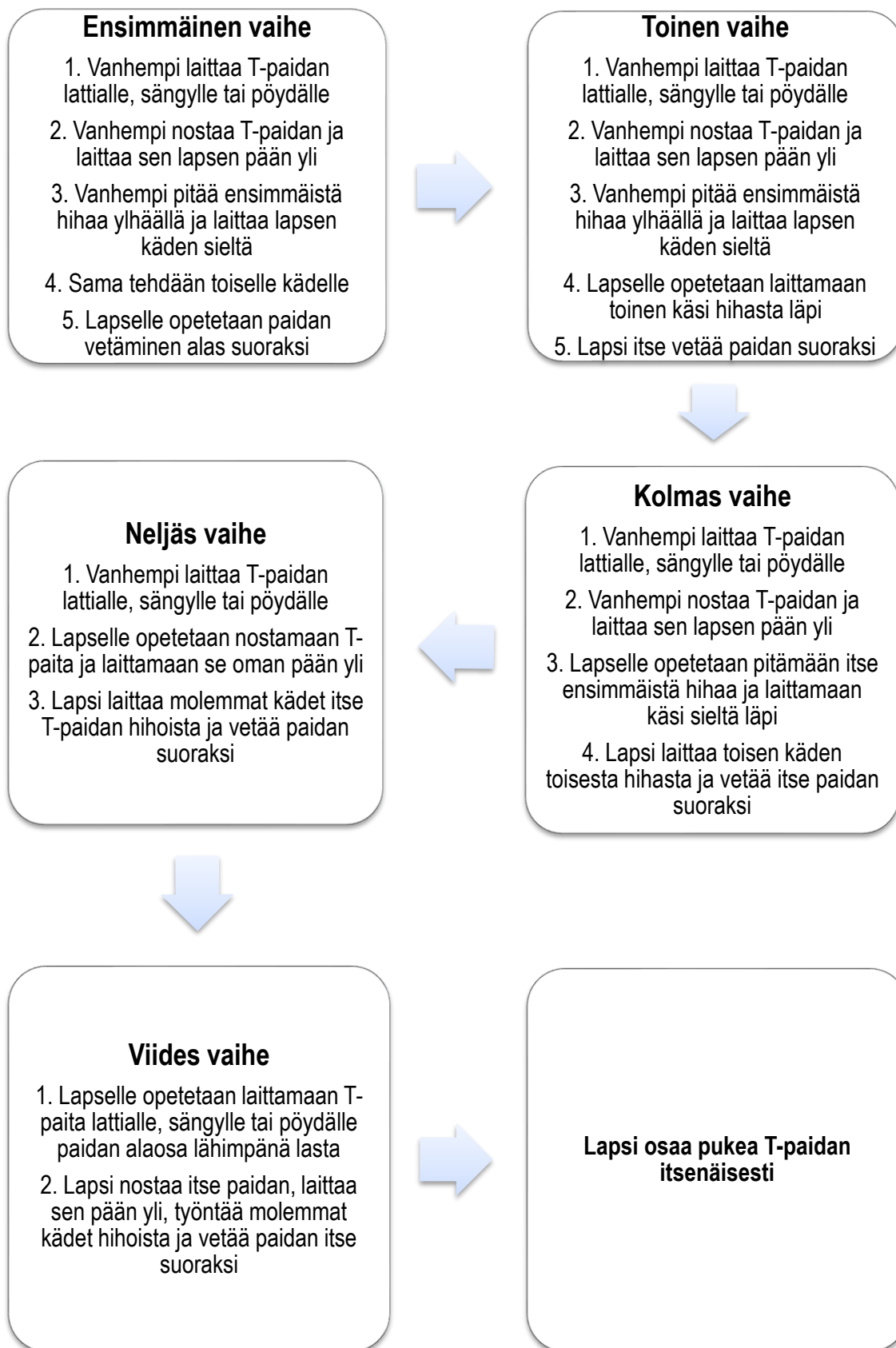
### 4.3 Pukeutumisen takaperin ketjuttaminen

Kun opettelemme uutta taitoa, aloitamme harjoittelemaan usein toiminnan ensimmäisestä vaiheesta. Tämä voi kuitenkin aiheuttaa lapselle turhautumista. Pukeutumisen takaperin ketjuttamisen avulla lapselle voidaan antaa onnistumisen kokemuksia samalla kun vaatteen pukemista harjoitellaan. Pukeutumisen ketjuttaminen on hyvä keino harjoitella pukeutumista, jos taito on lapselle vielä haastavaa. (Specialist Children's Services 2021, 1.) Onnistumisen kokemukset voivat motivoida lasta harjoittelemaan taitoa (Curtis 2021).

Ketjuttaminen määritellään tekniikaksi, jossa toiminnan vaiheet pilkotaan osiin. Ketjuttamista on etuperin ketjuttaminen ja takaperin ketjuttaminen. (Lee 2009, 180.) Tässä opinnäytetyössä tarkastelemme vain takaperin ketjuttamista. Takaperin ketjuttamisessa terapeutti tai vanhempi tekee suurimman osan toiminnan vaiheista ja lapsi suorittaa itse viimeisen toiminnan vaiheen. Harjoittelu jatkuu siten, että terapeutti tekee aina yhden vaiheen vähemmän ja lapsi harjoittelee tekemään useamman toiminnan vaiheen itse. Tämä on tehokas tapa harjoitella pukeutumista. Se auttaa muun muassa lapsia, jotka turhautuvat helposti tai joilla on huono itsetunto, koska se antaa onnistumisen tunteen toiminnan valmiiksi saamisesta. (Lee 2009, 180.) Ketjuttaminen on myös auttanut esimerkiksi kehitysvammaisten lasten kanssa pukeutumisen harjoittelemista (Lee 2009, 188). On tärkeää, että vanhempi tai terapeutti auttaa lasta harjoittelemaan aluksi vaihetta, jonka lapsi tekee itse. Avustusta vähennetään, kun lapsi osaa tämän vaiheen paremmin. (Lee 2009, 180.)

Pukeutumisen takaperin ketjuttaminen etenee siten, että ensin mietitään vaatteiden pukemisen vaiheet (Specialist Children's Services 2021, 1). Pukeutumisen taaksepäin ketjuttamisessa toiminnan vaiheet menevät aina samassa järjestyksessä (Turner ym. 2021). Vanhempi suorittaa pukeutumisesta kaikki muut vaiheet, paitsi viimeisen, jonka lapsi saa itse suorittaa. Kun lapsi osaa tehdä viimeisen vaiheen ilman haasteita, vanhempi suorittaa kaikki muut vaiheet, paitsi kaksi viimeistä vaihetta. Tätä jatketaan niin kauan, että lapsi on oppinut kaikki vaiheet, paitsi ensimmäisen. Lapsi siis ikään kuin harjoittelee pukeutumisen vaiheita toisesta suunnasta, jolloin hän saa olla se, joka saa toiminnan valmiiksi. (Specialist Children's Services 2021, 1.)

Pukeutumisen taaksepäin ketjuttamista voidaan käyttää kaiken ikäisten sekä eri taitotasolla olevien kanssa. On kuitenkin huomioitava, että lapsen pitää olla edes jollakin tapaa kiinnostunut opettelemaan uutta taitoa. Lapset kehittyvät omassa tahdissa ja jokin asia mikä ei motivoi tietyllä hetkellä voi motivoida hetken kuluttua lapsen kehittyessä. (Curtis 2021.)



KUVIO 2. Esimerkki T-paidan takaperin ketjuttamisesta lähdettä mukaillen (Specialist Children's Services 2021, 2–4.)

## 5 VIDEOIDEN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS

### 5.1 Videoiden laatukriteerit

Jämsän ja Mannisen (2000, 127–128) mukaan sosiaali- ja terveydenhuollossa laatua voidaan katsoa eri näkökulmista. Laatua voidaan tarkastella esimerkiksi asiakkaan, palvelujen tuottajan tai organisaation ulkopuolisen arvioitsijan näkökulmasta. Tuotteeseen kohdistuvat odotukset laadusta vaihtelevat riippuen näkökulmasta. Laadukas tuote käyttäjän näkökulmasta vastaa käyttäjän tarpeisiin sekä tyydyttää asiakkaan odotukset tuotteen tuomasta vaikutuksesta. Laatukriteerit ovat niitä ominaisuuksia, jotka on valittu laadun määrittämisen perusteiksi. Videoiden laatukriteerejä tässä projektissa olivat **selkeys, saavutettavuus, arkilähtöisyys ja ohjauksen ymmärrettävyys**. Videoiden tulisi olla konkreettisia, lyhyitä ja helppoja ottaa käyttöön arjessa, jotta vanhemmilla olisi aikaa katsoa niitä kotona.

Videon yhtenä laatukriteerinä oli **selkeys**. Selkeyteen vaikuttaa useat eri asiat. Välikylän (2005, 18, 26, 51–54) mukaan jalustan käyttäminen on edellytys vakaalle videolle, joten sen käyttöä suositellaan. Kameralle on oleellista saada mahdollisimman monta tukipistettä. Ääni on myös oleellinen osa videota, ja huonot äänet voivat pilata tunnelman. Mikäli äänimaiseman aikoo luoda jälkikäteen, on pyrittävä eliminoimaan ylimääräinen taustahäly. Mikrofonin oikea sijoitus on tässä tärkeää. Tekstin ja grafiikan avulla voidaan selkeyttää sisältöä, esimerkiksi toimintaohjeita. Selostustekstillä kuvan ja muun äänen välittämää sisältöä voidaan selkeyttää sekä laajentaa. (Jämsä & Manninen, 59–60.)

Kohteiden asettelu ja kuvan rajausta kuuluvat sommitteluun. Sommittelussa valitaan myös jokin käytettävä kuvakoko. Taustaan on syytä kiinnittää huomiota, jotta jokin taustalla oleva terävä linja, kuten horisontti, ei leikkaa kohteen päätä. Niin sanotuissa kultaisen leikkausten kohdissa kohde näyttää luonnollisimmalta. Kuvaaminen tapahtuu yleensä silmien korkeudelta, mutta kameran korkeutta voidaan käyttää eräänä tehokeinona. (Välikylä 2005, 38, 41.)

Videoita kokeiltiin kuvata eri kuvakulmista ja etäisyyksiltä. Kokeilujen jälkeen valittiin näistä paras tyyli. Kuvatessa käytimme gimbal-kuvanvakaajaa. Videoiden alkuperäiset äänet poistettiin ja niihin

lisättiin selkeä selostus jälkeenpäin. Kuvauksessa kiinnitimme huomiota taustaan ja kuvan tarkkuuteen, jotta pukeutumistilanne olisi mahdollisimman selkeä.

Toisena laatukriteerinä oli **saavutettavuus**. Jokaisen on tärkeää saada tietoa itselleen sopivassa muodossa. Joillekin asioiden omaksuminen voi olla helpompaa videoista kuin esimerkiksi tekstiä lukemalla. Videot parantavat ohjeiden saavutettavuutta varsinkin henkilöille, joilla on haasteita lukea tai ymmärtää tekstiä. Videossa olisi hyvä olla myös teksti, sillä kaikki ihmiset eivät kuule videoita. (Aluehallintovirasto 2022.) Jotta informaation omaksuminen olisi mahdollisimman helppoa, voidaan hyödyntää mikro-oppimista, jossa tieto pilkotaan pieniksi palasiksi. Mikro-oppiminen on hyödyllinen keino, jos tietoa halutaan löytää sillä hetkellä ratkaistavaan ongelmaan, eikä ongelman ratkaisemiseen haluta käyttää liikaa aikaa. (Orpana & Vihtonen 2022.) Jokaiseen ohjevideoomme tuli selostus ja tekstitys. Tavoitteenamme oli, että jokainen vanhempi pystyisi katsomaan ohjevideoita sekä hyödyntämään niitä omassa arjessaan.

**Arkilähtöisyys** toimi kolmantena laatukriteerinä. Toimintaterapia tapahtuu asiakkaiden arkiympäristössä, jossa toteutetaan arkisia, jokapäiväisiä rutiineja ja toimintoja (Case-Smith 2015, 4). Videot tehtiin arkilähtöiseksi siten, että ne kuvattiin lapsen aidossa ympäristössä ja vanhempien olisi helppo ottaa videot käyttöön arjessa. Haron (2022) mukaan älypuhelin on nykyään olennainen osa jokaisen ihmisen arkea. Puhelin kulkee mukana yleensä joka paikassa, minkä vuoksi videoita on helppo ja nopea katsoa arjen eri tilanteissa. Lyhyeen videoon mahtuu paljon informaatiota ja kaikki olennainen tieto aiheesta (Haro 2022). Mikro-oppimista voi tarkastella myös arkilähtöisyyden näkökulmasta. Pukeutuminen on tärkeä osa arkea, mutta joskus sen harjoittelussa voi olla erilaisia haasteita. Ohjevideoissamme tieto on pilkottu pieniksi palasiksi ja niistä saa nopeasti tukea pukeutumisen harjoitteluun arkitilanteissa.

Koska tavoitteenamme oli, että vanhemmat ymmärtävät miten pukeutumisen takaperin ketjuttamista voisi hyödyntää pukemisen harjoittelun keinona, **ohjauksen ymmärrettävyys** toimi neljäntenä laatukriteerinä. Valitsimme videoinnin toteutustavaksi, sillä videon avulla esimerkiksi ohjeiden ymmärtäminen voi olla helpompaa. Puheen ja tekstin lisäksi videosta saadaan informaatiota myös kuvan sekä äänen avulla (Jämsä & Manninen 2000, 59). Videon voi toistaa useita kertoja ja sen voi tarvittaessa pysäyttää. Pukeutumisen takaperin ketjuttamisen tekniikka voi olla helpompi hahmottaa videon välityksellä.

## 5.2 Videoiden luonnostelu ja kehittäminen

**Luonnosteluvaiheessa** analysoidaan sitä, mitkä näkökohdat ja tekijät ohjaavat tuotteen suunnittelua ja valmistamista. Tuotteen laatu turvataan myös tässä vaiheessa. (Jämsä & Manninen 2000, 43.) Videon perustana toimii käsikirjoitus, jossa huomioidaan tietoja videon aiheesta ja sisällöstä, kohderyhmästä, käyttötarkoituksesta sekä tavoitteista. Käsikirjoitusvaiheessa tapahtuu videon sisällön rajaaminen sekä sen rakenteen ja tyylin valinta. (Jämsä & Manninen 2000, 59.) Videon sisällön rajaaminen sekä tietynlaisen rakenteen hakeminen täytyy tehdä ennen kuvausvaihetta. (Aaltonen 2018, 14). Luonnosteluvaiheessa videoiden käsikirjoituksista tehtiin alustava luonnos ja käsikirjoitusta korjattiin opettajien ja yhteistyökumppanin saadun palautteen perusteella. Saadun palautteen perusteella käsikirjoituksiin lisättiin esimerkiksi se, miten aikuinen ja lapsi ovat asettuneet suhteessa tilaan ja toisiinsa sekä miten lapsen onnistuminen huomioidaan. Videoiden kestoksi suunniteltiin noin kolme minuuttia jokaiselle videolle.

**Tuotteen kehittäminen** etenee luonnosteluvaiheessa tehtyjen päätösten mukaisesti. (Jämsä & Manninen, 2000, 54). Opinnäytetyöprojektissa tuotteen kehittäminen jatkui videoiden kuvaamisella käsikirjoituksen mukaisesti. Videon sisältö, -rakenne ja -tyyli tulevat selväksi käsikirjoituksesta. Videoon liittyvistä asioista keskustellaan toimeksiantajan sekä videon tekijöiden kesken. (Jämsä & Manninen, 2000, 59.) Palautteen avulla käsikirjoitusta pystytään muokkaamaan ja korjaamaan tarvittaessa. Käsikirjoitusta voi muokata myös kuvausvaiheessa. (Jämsä & Manninen 2000, 59–60.) Käsikirjoituksen tekemistä ohjasivat tietoperustaan kootut asiat pukeutumisen takaperin ketjuttamisesta sekä yhteistyökumppanilta ja opettajilta saatu palaute.

Videoiden kuvaus toteutettiin puhelimella, joka oli asennettuna gimbal-kuvanvakaimeen. Kuvanvakain helpotti kuvaamista, sillä sen avulla saatiin vähennettyä puhelimen tärinää. Ääniin ei kuvaus-tilanteessa tarvinnut kiinnittää huomiota, sillä ne poistettiin editointivaiheessa. Kuvassa näkyy lapsi sekä toinen opinnäytetyöntekijöistä, joka toimi ohjaavana aikuisena tilanteessa. Käsikirjoituksen mukaisesti videoille kuvattiin kolme eri pukeutumistilannetta, joissa lapsi harjoittelee pukemaan T-paidan, collegehousut ja sukat takaperin ketjuttamalla. Ensin kuvasimme sukan pukemisen, toisen T-paidan ja viimeisenä collegehousut. Sukan takaperin ketjuttamisen video on kestoltaan noin kaksi minuuttia. Kahden muun videon pituudeksi tuli noin neljä minuuttia. Videot ovat mahdollista katsoa puhelimelta, tabletilla ja tietokoneelta.

Videot kuvattiin yhteistyöperheen kotona. Gimbal-kuvanvakaimeen kiinnitetyllä puhelimella kuvattiin kohtisuoraa tuolilla istuvaa lasta ja ohjaavaa aikuista. Ohjaava aikuinen asettautui lattialle, jotta hän on suurin piirtein samalla korkeudella lapsen kanssa. Kuvassa ei näy juurikaan muuta ympäristöä, jotta huomio keskittyy pukeutumistilanteeseen. Kuvaustilanteessa huomioitiin sopiva valaistus sekä tausta, jotta lapsi ja aikuinen erottuvat selkeästi. Myös vaatteiden väri valikoitiin siten, että ne erottuvat selkeästi muusta taustasta.

Videoiden editointi tapahtui iMovie-editointiohjelmalla. Editointiohjelman käyttämisen apuna toimi toisen opinnäytetyön tekijän isä. Videon editoimisella tarkoitetaan kuvattujen videoiden pilkkomista haluttuihin osiin, tekstien lisäämistä videoon sekä äänimaailman rakentamista. Videoihin voi myös lisätä muuta materiaalia kuin ääntä ja tekstitystä, kuten kuvamateriaalia. (Teräs, Viherä & Matilainen 2011, 4.) Videoiden editointi aloitettiin poistamalla epäonnistuneet kohdat, jonka jälkeen onnistuneet kohdat videoista lisättiin editointiohjelmaan. Tämän jälkeen videoihin lisättiin otsikko ja väliotsikot. Videoiden taustalle äänitettiin jälkikäteen selostus ja lisättiin tekstitys ymmärrettävyyden takaamiseksi. Videoiden editoinnin jälkeen ne lähetettiin opettajille sekä yhteistyötaholle arvioitavaksi. Teimme videoiden mukana lähtevän saatekirjeen (liite 5), jossa on lyhyt ohjeistus toimintaterapeuteille videoiden käytöstä.

### 5.3 Palautteen keruu ja videoiden viimeistely

**Videoiden palaute** koostui yhteistyöperheen, yhteistyökumppaneiden ja koekäyttäjän palautteesta. Palautetta saatiin myös opinnäytetyön ohjaavilta toimintaterapian lehtoreilta. Palaute kerättiin palautelomakkeen avulla. Yhteensä saimme viisi erillistä täytettyä palautelomaketta. Palautelomakkeet (liitteet 2, 3 ja 4) sisälsivät väittämiä, jotka olivat koottu videoiden laatukriteerien perusteella. Niissä oli valmiit vastausvaihtoehdot ”täysin samaa mieltä”, ”osittain samaa mieltä”, ”osittain eri mieltä” ja ”täysin eri mieltä”. Lomakkeissa oli huomioitu myös vapaan palautteen antamisen mahdollisuus.

Videot olivat koekäytössä yhteistyötaholla sekä heidän asiakkaallaan. He kirjoittivat palautetta videoista palautelomakkeeseen. Yhteistyökumppanin mielestä videot täyttivät laatukriteerit eli videot olivat selkeitä, ymmärrettäviä, arkieläisiä ja saavutettavissa olevia. He toivat vapaassa palautteessa esiin, että huomiota olisi tullut kiinnittää kuitenkin tuolin valintaan ja T-paidan pukemisen



olisi voinut tehdä seisoma-asennossa. He pitivät siitä, että videot olivat tarpeeksi lyhyitä ja selkeitä. Lisäksi palautteen mukaan yhteistyökumppanit pitivät siitä, että videoiden pysäyttäminen mahdollistaa ohjeiden pilkkomisen vielä pienemmiksi osiksi. Myös tekstitys oli heidän mielestään hyvä lisä esimerkiksi kuulovammaisia ajatellen. Palautteessa tulee huomioida se, että saimme koekäyttäjäksi vain yhden asiakasperheen.

Tuotteen kehittelyvaihetta seuraa **viimeistelyvaihe**, jossa tuotteesta kerätään palautetta. Palautteen ja koekäyttökokemusten pohjalta tuote viimeistellään valmiiksi. (Jämsä & Manninen 2000, 80–81.) Palautteiden läpi käyminen oli nopeaa, sillä määrä oli pieni. Valmiit ohjevideot luovutettiin yhteistyökumppanille sekä toimintaterapian tutkinto-ohjelman opettajille käytettäväksi. Kaikki videot ovat kestoltaan alle 5 minuuttia. Videoita voi katsoa puhelimella, tabletilla tai tietokoneella. Videot ladattiin internetissä toimivaan Youtube -suoratoistovideopalveluun. Videot ovat salaisia ja toimivat linkin avulla. Niitä pääsee katsomaan vain ne henkilöt, joille linkki on jaettu. Videoita ei tulla näyttämään tai jakamaan julkisesti kenelle tahansa vaan ne on tarkoitettu ainoastaan Rovaniemen kaupungin toimintaterapeuttien asiakkaille, joille käyttö on tarkoituksenmukaista. Lupa on saatu myös toimintaterapian tutkinto-ohjelman opetuskäyttöön.

## 6 PROJEKTIN JA VIDEOIDEN ARVIOINTI

### 6.1 Projektin työvaiheiden toteutumisen arviointi

**Aiheeseen perehtyminen** toteutui keväällä 2022. Valitsimme aiheen, josta ei ole tehty toimintaterapiassa opinnäytetöitä, minkä vuoksi opinnäytetyön tekeminen tästä aiheesta tuntui mielenkiintoiselta. Aloitimme aiheeseen perehtymisen etsimällä tietoa pukeutumisen takaperin ketjuttamisesta eri tietokannoista. Perehdyimme myös OPC-malliin sekä pukeutumisen kehittymiseen, sillä ne liittyivät keskeisesti opinnäytetyön aiheeseen. Jaoimme työtehtäviä siten, että etsimme tietoa eri aihealueista ja kirjoitimme näistä tietoa suunnitelmaan. Järjestimme tapaamisia, jossa perehdyimme myös yhdessä aihealueisiin sekä jaoimme tietoa toisillemme kirjoittamistamme asioista.

Jatkoimme aiheeseen perehtymistä rajaten tiedon etsintää vain toimintaterapian tietokantoihin. Aiheeseen perehtyessämme pyrimme etsimään mahdollisimman uutta tietoa. Tämä kuitenkin osoittautui haastavaksi, sillä pukeutumisen takaperin ketjuttamisesta ei ole paljon ajankohtaista tietoa toimintaterapian näkökulmasta. Saimme opettajilta palautetta keräämästämme tietoperustasta, jonka avulla pystyimme muokkaamaan tietoperustan sisältöä. Mielestämme projektin tietoperustan kokoaminen onnistui hyvin, vaikka pukeutumisen takaperin ketjuttamisesta oli melko vähän ajankohtaista tietoa saatavilla.

**Projektin suunnittelu** toteutui kevään 2022–kesän 2022 välisenä aikana. Tutustuimme projektityöskentelyä kuvaavaan kirjallisuuteen sekä projektina tehtyihin opinnäytetöihin. Samalla tavalla kuin aiheeseen perehtyessä, jaoimme työtehtäviä siten, että molemmat perehtyivät omiin osioihin. Tämän jälkeen yhteisissä tapaamisissa kävimme läpi, mitä olimme oppineet. Projektin tekeminen tuntui aluksi haastavalta, sillä se ei ollut meille ennestään kovin tuttua. Projektityöskentely alkoi luonnistumaan paremmin sen jälkeen, kun siihen oli perehtynyt enemmän ja olimme jakaneet ajatuksiamme yhdessä. Myös projektisuunnitelmasta saimme ohjaavilta opettajilta palautetta, jonka avulla pystyimme muokkaamaan projektin aihealueisiin liittyvää sisältöä sekä rakennetta.

Projektisuunnitelmasta saadun palautteen avulla muokkasimme suunnitelmaa. Mielestämme haastavaa projektisuunnitelman tekemisessä oli ajankohtaisen tiedon löytäminen sekä videoiden laatu-

kriteereiden suunnitteleminen. Saimme apua projektisuunnitelman sisältöön ja rakenteeseen ohjaavilta opettajilta sekä perehtymällä muiden opinnäytetöihin. Koemme, että projektin tavoitteiden laatiminen oli selkeää. Projektiorganisaatioon liittyvät henkilöt toimivat vastuullisesti sekä tekivät oman osuutensa projektissa. Projektin suunnitteluvaiheessa teimme myös yhdessä työsuunnitelman sekä aikataulun projektille. Työsuunnitelman laatiminen oli suhteellisen helppoa ja koimme, että molemmat odottivat projektilta samoja asioita niin sisällöllisesti kuin aikataulullisesti. Projekti pysyi työsuunnitelmassa sekä aikataulussa.

Yhteistyökumppanin hankkiminen oli osa projektin suunnitteluvaihetta. Yhteistyökumppanin hankkimisessa oli hieman haasteita, mutta loppujen lopuksi sen hankkiminen hoitui sujuvasti yhteistyössä ohjaavien opettajien kanssa. Yhteistyöperhe löytyi helposti. Yhteistyö molempien yhteistyökumppaneiden kanssa on sujunut hyvin. Yhteydenotto on ollut nopeaa ja aikataulujen sopiminen on ollut sujuvaa. Yhteistyökumppanit ja yhteistyöperhe olivat meille aiemmin tuttuja, mikä varmasti osaltaan helpotti yhteistyötä. Koimme hyväksi, että yhteistyöperhe oli toiselle opinnäytetyön tekijälle aiemmin tuttu, sillä lapsella ja myös lapsen perheellä oli meihin heti alusta alkaen luotto. Myös lapselle kuvaustilanne oli mielekkäämpi, kun toinen kuvaajista oli hänelle tuttu henkilö. Olimme luonnostelleet käsikirjoituksen videoista ennen kuvaamistilannetta, mikä helpotti huomattavasti videoiden kuvaamista. Käsikirjoitus auttoi myös kiinnittämään huomiota olennaisiin asioihin sekä videoiden sujuvaan kuvaamiseen. Kuvauslupa (liite 1) oli pyydetty etukäteen yhteistyöperheeltä.

**Videoiden suunnittelu- ja toteutusvaihe** toteutui toukokuun 2022–syyskuun 2022 välisenä aikana. Videoiden tekeminen ei ollut meille aiemmin tuttua, minkä vuoksi perehdyimme videointiin liittyvään kirjallisuuteen. Kirjallisuudesta saimme tietoa videoiden käsikirjoituksesta, kuvaukseen liittyvistä asioista, kuten kuvakulmasta ja valotuksesta, sekä videoinnissa huomioitavista muista asioista. Koemme, että kirjallisuus auttoi huomattavasti kuvaustilanteessa ottamaan huomioon tarvittavia asioita. Saimme mielestämme vakaita videoita aikaiseksi, sillä käytössä oli kuvanvakaaja ja videoissa ei liikuttu eri paikkoihin, vaan videoita kuvattiin koko ajan samasta kohdasta. Videoiden kuvaamisessa huomioimme taustalla olevaa ympäristöä ja pyrimme sen näyttämään mahdollisimman arkiselta. Videota kuvatessa huomioimme valotuksen, lapsella olevat vaatteet sekä kuvakulman. Kuvasimme videot osissa ja selitimme aina lapselle mitä seuraavaksi tapahtuu ennen videoiden kuvaamista. Tällä tavalla otimme huomioon myös lapsen kuvaustilanteen aikana.

Kuvaustilanne oli huomattavasti sujuvampi mitä olimme odottaneet. Lapsi toimi meidän antamien ohjeiden mukaisesti ja suurin osa videomateriaalista oli käyttökelpoista heti ensimmäisestä otoksesta. Huomasimme vasta jälkikäteen, että lapsi olisi voinut istua erilaisella tuolilla. Lapsen jalat eivät yltäneet maahan, mikä voi tuottaa haasteita joillakin lapsilla. Tämä olisi tullut ottaa huomioon kuvaustilanteessa. Lisäsimme videoihin kohdan, jossa painotamme sitä, että tuoli tulisi valita lapsen taitotasoon nähden sopivaksi. Tämän lisäksi lisäsimme T-paidan pukemiseen liittyvään videoon, että pukeutumistilanteen voi tehdä myös seisoma-asennossa. Videoiden kuvaamisessa haasteita tuotti myös se, että lapsella oli T-paidan alla toinen paita, minkä vuoksi T-paidan pukeminen toisen paidan päälle oli haastavampaa. Pohdimme jälkikäteen, että olisiko kuitenkin pitänyt ottaa enemmän otoksia erilaisia tyylejä kokeillen. Emme kuitenkaan voineet kuvata videoita uudelleen, sillä videot olivat kuvattu eri paikkakunnalla ja olimme sopineet yhteistyöperheen kanssa tietyn ajan, jolloin voimme kuvata videoita.

Imovie-sovelluksella videoiden editointi sujui hyvin. Ohjelman käyttäminen oli helppoa ja selkeää. Vinkkejä ohjelman käyttämiseen saimme toisen opinnäytetyön tekijän isältä. Vaikka videot ovat lyhyitä ja suhteellisen yksinkertaisia, videoiden editointiin kului kuitenkin jonkin verran aikaa. Erityisesti äänen lisääminen videoihin oli aikaa vievää, sillä halusimme äänen olevan mahdollisimman selkeä. Tekstitys videoihin oli myös hieman haastava saada täysin sellaiseksi mitä olimme halunneet, mutta mielestämme siitä tuli loppujen lopuksi ymmärrettävä ja selkeä. Mielestämme onnistuimme editoimaan videoista niiden laatukriteereiden mukaisia.

Videon toteutusvaiheeseen kuului myös palautelomakkeen tekeminen sekä sen läpi käyminen. Videoiden palautelomakkeen tekeminen oli pääosin sujuvaa, mutta jotkut kohdat tuntuivat haastavilta, kuten arkilähtöisyys. Arkilähtöisyyteen liittyviä väittämiä oli hankala keksiä, sillä täytyi miettiä tarkasti se, mitä arkilähtöisyys tarkoittaa meidän projektissamme ja miten arkilähtöisyyden sai muotoiltua ymmärrettävästi palautelomakkeeseen. Palautelomakkeessa oli kysymyksiä videoiden laatukriteereihin liittyen sekä osio vapaasti kirjoitettavasta palautteesta. Saimme palautelomakkeeseen palautetta Rovaniemen kaupungin toimintaterapeuteilta sekä heidän asiakkaaltaan, yhteistyöperheeltä ja ohjaavilta lehtoreilta. Koska videot valmistuivat vasta syksyllä 2022, emme saaneet koekäyttäjiksi kuin yhden asiakasperheen, joille videot olivat tarkoituksenmukaisia. Olemme huomioineet, että yhden koekäyttäjän palautteen perusteella on haastavaa arvioida videoiden todellista toimivuutta.

**Projektin päättäminen** tapahtui marraskuussa 2022. Projektin päättämiseen kuului opinnäytetyöraportin kirjoittaminen, opinnäytetyöprosessin sekä opinnäytetyön arvioiminen, kypsyysnäyte sekä opinnäytetyön esittäminen Oulun ammattikorkeakoulun toimintaterapian opiskelijoille sekä tämän opintojakson lehtoreille. Opinnäytetyöraportin kirjoittaminen oli mielestämme nopeaa, sillä teemmämme suunnitelma toimi hyvänä pohjana raportin kirjoittamiseen.

Opinnäytetyön arvioivat ohjaavat lehtorit sekä vertaisarvioijat. Teimme myös itsearvioinnin opinnäytetyöstämme. Opinnäytetyö esitettiin ”perhelähtöinen lasten ja nuorten toimintaterapia” opintojaksolla Zoom -ohjelman välityksellä. Varasimme sopivan ajan opinnäytetyön esittämiseksi ja tämän lisäksi varasimme myös aikaa kysymyksille sekä kommenteille. Kypsyysnäytteen toteutimme Oulun ammattikorkeakoulun ohjeiden mukaisesti.

## **6.2 Projektin tavoitteiden saavuttamisen arviointi**

Projektin välittömänä tavoitteena oli suunnitella ja kuvata kolme ohjausvideota toimintaterapeuttien ja vanhempien käyttöön pukeutumisen takaperin ketjuttamisesta. Tavoite saavutettiin. Videoiden suunnitteluun kuului käsikirjoitusten tekeminen, mikä oli meille aluksi haastavaa, sillä kaikista kolmesta videosta täytyi tehdä oma käsikirjoituksensa. Oli hyvä, että saimme käsikirjoituksesta palautetta ohjaavilta opettajilta sekä yhteistyökumppanilta, jotta pystyimme palautteen perusteella muokkaamaan sitä. Videomateriaalin kuvaaminen meni meistä odotettua sujuvammin. Myös videoiden editointiin saimme palautetta yhteistyökumppanilta sekä ohjaavilta opettajilta, minkä perusteella pystyimme muokkaamaan editointia.

Kehitystavoitteena oli, että yhteistyötahon toimintaterapeutit käyttäisivät ohjevideoita konkreettisenä menetelmänä, joita he voivat hyödyntää etenkin niiden vanhempien ohjauksessa, joiden lapsilla on haasteita pukeutumistilanteissa. Palautelomakkeen väitteeseen ”Voisin hyödyntää videoita käytännön työssä” yhteistyökumppani oli vastannut ”täysin samaa mieltä”, mikä kertoo, että ainakin tämä kehitystehtävä voisi toteutua projektin jälkeen. Toisena kehitystavoitteena oli, että vanhemmat voivat hyödyntää videoita arjessa pukeutumisen harjoittelun tukena. Kolmantena kehitystavoitteena oli, että lapset oppivat mielekkään ohjauksen avulla pukeutumaan itsenäisesti. Olemme pyrkineet projektin avulla edistämään hyödynsaajien näkökulmasta tavoitteiden toteutumista. Tämän opinnäytetyön aikapuitteissa näiden tavoitteiden saavuttamista ei voida arvioida. Viitteitä saavutta-

misesta voi saada kuitenkin vastauksista palautelomakkeessa olevaan väittämään ”Ohjevideoissamme tieto on pilkottu pieniksi palasiksi ja niistä saa nopeasti tukea pukeutumisen harjoitteluun arkitilanteessa”, johon yhteistyöperhe ja koekäyttäjät olivat vastanneet ”täysin samaa mieltä”.

Ensimmäisenä oppimistavoitteenamme oli saada tietoa pukeutumisen takaperin ketjuttamisesta ja oppia lisää vanhempien ohjauksesta sekä pukeutumisen edistämiseen liittyvästä teoretiedosta lapsen toimintaterapiassa. Ennen projektia olimme tutustuneet vanhempien ohjaukseen toimintaterapiassa sekä pukeutumisen takaperin ketjuttamisen periaatteeseen. Tietoperustaa kootessamme perehdyimme syvemmin pukeutumisen takaperin ketjuttamiseen sekä pukeutumisen edistämiseen liittyvään teoretietoon. Koemme oppineemme vanhempien ohjauksesta, sekä OPC-mallin hyödyntämisestä vanhempien ohjauksessa. Olemme oppineet lapsen pukeutumisen kehittämisestä sekä pukeutumisen takaperin ketjuttamisesta ja siitä, miten takaperin ketjuttaminen etenee käytännössä. Videoiden tekeminen tuki tekniikan ymmärtämistä. Mielestämme olemme saavuttaneet oppimistavoitteen.

Toisena oppimistavoitteenamme oli oppia videoinnin perusteita sekä projektityöskentelyä, jota voimme myös hyödyntää tulevaisuudessa työelämässä. Projektityöskentely ei ollut meille aikaisemmin tuttua, mutta projektityöskentelystä käsitteleviin lähteisiin tutustuminen sekä projektin eteenpäin vieminen opetti projektityöskentelystä paljon. Koemme saavuttaneemme tämän tavoitteen. Uskomme, että projektityöskentelystä saatua tietoa voimme tulevaisuudessa hyödyntää toimintaterapeutin ammatissa. Perehdyimme muutamaa eri videoinnista kertovaan teokseen, jotta saisimme hieman käsitystä, mitä videoinnissa tulisi ottaa huomioon. Koemme oppineemme uusia asioita videon kuvaamisesta sekä editoinnista projektin aikana, joten arviomme mukaan tavoite oppia videoinnin perusteita on saavutettu.

### **6.3 Videoiden laatuksiteerien saavuttamisen arviointi**

Ohjausvideoiden laatuksiteereitä olivat selkeys, saavutettavuus, arkilähtöisyys sekä ohjauksen ymmärrettävyys. Videoiden palautelomake oli koottu laatuksiteerien pohjalta. Saimme viisi täytettyä palautelomaketta, jotka kävimme läpi ja joiden perusteella laatuksiteereitä pystyttiin myös arvioimaan. Saadut palautteet olivat suurimmaksi osaksi melko yksimielisiä vastausten suhteen.

**Selkeys** toteutui mielestämme jokaisessa videossa, sillä kiinnitimme huomiota kuvan laatuun ja kameran vakauteen. Valaistus oli mielestämme hyvä, sillä kuva näkyi selkeästi ja lapsi sekä lapsen vaatteet erottuivat hyvin taustasta. Selkeyttä lisäsi myös editointi. Videoihin lisättiin ääni jälkikäteen, joten taustahäly tai muu melu ei häiritse ohjeiden kuulemistä. Tekstityksen lisääminen selkeyttää myös videoita, jos niitä ei jostain syystä voisi kuunnella äänet päällä tai jos katsojalla on kuulonalenemaa. Palautteen perusteella videot koettiin selkeiksi, sillä väittämiin ”videoiden kuva on selkeä” ja ”videoiden ääni on selkeä” oli molempiin vastattu kaikkien palautteenantajien toimesta ”täysin samaa mieltä”. Vapaassa palautteessa oli vielä mainittu, että videot ovat selkeitä seurata.

Videoiden toisena laatukriteerinä oli **saavutettavuus**. Videoissa saavutettavuus näkyy siten, että niissä on selostuksen lisäksi tekstitys. Tekstityksen avulla myös ihmiset, jotka eivät esimerkiksi kuule, voivat saavuttaa videoiden sisällön. Ohjeistukset ovat pilkottu pienempiin osiin, joten myös sitä kautta videot ovat helposti saavutettavissa. Arviomme mukaan videot ovat saavutettavia useimmille vanhemmille. Tekstityksen lisääminen oli haastavaa, sillä se oli vaikea ajoittaa puheen kanssa siten, että teksti ei etene liian nopeasti. Emme saaneet tekstitystä ihan sellaiseksi kuin olisimme halunneet. Pohdimme, että saavutettavuutta olisi lisännyt vielä se, jos tekstityksen olisi saanut käännettyä eri kielelle. Palautteessa väittämiin ”tekstitys selkeyttää videoita” oli vastattu kaikissa palautteissa ”täysin samaa mieltä”. Väittämään ”videoiden tekstitys on helppolukuista” yksi oli vastannut ”osittain samaa mieltä” ja neljä ”täysin samaa mieltä”. Vapaassa palautteessa oli mainittu, että tekstitys on hyvä lisä esimerkiksi kuulovammaisia ajatellen.

Kolmas laatukriteeri oli **arkilähtöisyys**. Mielestämme arkilähtöisyys toteutuu videoilla, sillä ne ovat kuvattu lapsen omassa ympäristössä kotona ja lapsen omissa vaatteissa. Videoiden helppokäyttöisyys tukee myös arkilähtöisyyttä, sillä videot ovat helppo ottaa käyttöön ja katsoa nopeasti arjen kiireissäkin. Pukeutumisen harjoittelu tapahtuu arjen rutiineissa, joissa videot voivat olla tukena. Palautealomakkeessa väittämään ”videot on helppo katsoa älypuhelimelta” yksi oli vastannut ”osittain samaa mieltä” ja neljä ”täysin samaa mieltä”. Väittämään ”ohjevideoissamme tieto on pilkottu pieniksi palasiksi ja niistä saa nopeasti tukea pukeutumisen harjoitteluun arjessa” olivat kaikki valinneet vastauksen ”täysin samaa mieltä”.

Viimeisenä laatukriteerinä oli **ohjauksen ymmärrettävyys**. Videot voi toistaa niin monesti kuin haluaa ja ne voi tarvittaessa pysäyttää, mikä mielestämme tukee ymmärrettävyyttä. Ohjeet ovat helpompia ymmärtää videoilta. Etenkin pukeutumisen takaperin ketjuttamisen tekniikka on helpompia hahmottaa videon välityksellä, kun taas esimerkiksi pelkän kirjallisen ohjeen avulla ymmärrys voisi

jäädä irralliseksi. Pyrimme, että myös selostuksen ja tekstityksen sisältö olisi ymmärrettävää ja mielestämme onnistuimme siinä. Ohjauksen ymmärrettävyyttä olisi lisännyt se, että videoissa olisi ollut tuoli, jossa lapsen jalat ylettävät maahan. Väittämään ”pukeutumisen harjoittelu takaperin kettumalla on ymmärrettävissä videoilta” neljä oli vastannut ”täysin samaa mieltä” ja yksi vastasi ”osittain samaa mieltä”. Vapaassa palautteessa pidettiin videoiden informaatiota ymmärrettävänä.



## 7 POHDINTA

Toimintaterapeutti pyrkii mahdollistamaan mahdollisimman merkityksellisen arjen. Pukeutuminen on yksi merkityksellisen arjen toiminto. Sen harjoittelu alkaa jo varhaisessa vaiheessa ja tyypillisesti se vaatii neljä vuotta harjoittelua. Pukeutuminen vaatii monia taitoja ja joskus sen harjoittamisessa voi olla haasteita. Pukeutumisen takaperin ketjuttaminen on yksi keino harjoitella pukeutumista. Mielestämme pukeutumisen takaperin ketjuttaminen on hyvä keino harjoitella pukeutumista, sillä sen avulla lapsi saa toiminnasta onnistumisen kokemuksia. Onnistumisen kokemukset ovat tärkeä osa lapsen kehitystä ja kasvua. Opinnäytetyöprojektin kautta perehdyimme tarkemmin pukeutumisen takaperin ketjuttamiseen sekä sen hyödyntämiseen käytännössä. Opinnäytetyötä tehdessä huomasimme, kuinka monia eri taitoja pukeutuminen lapselta vaatii. Oivalsimme myös ympäristön merkityksen pukeutumisen harjoittamisessa. Esimerkiksi päiväkodissa melu sekä ihmispaljous saattaa vaikuttaa pukeutumisen onnistumiseen.

Vanhempien ohjaus on yksi oleellinen osa lasten toimintaterapiaa. OPC-malli eli vanhempien ohjauksen malli oli sopiva opinnäytetyömme taustalle, sillä opinnäytetyön tuotoksena syntyneet videot olivat suunnattu vanhemmille. OPC-mallin mukaan toimintaterapeutti auttaa vanhempia löytämään ratkaisuja lapsen erilaisiin haasteisiin. Pukeutumiseen liittyvissä haasteissa vanhempia voisi esimerkiksi ohjata hyödyntämään takaperin ketjuttamista. Opinnäytetyöprojektia tehdessä ymmärsimme mitä hyötyjä OPC-mallista voisi olla toimintaterapeutin työssä.

Aiheena pukeutumisen takaperin ketjuttaminen ei ollut meille ennestään tuttu, mutta koimme aiheen mielenkiintoiseksi. Aihe oli mielestämme tarpeeksi rajattu, minkä vuoksi opinnäytetyötä oli helppo lähteä työstämään. Pukeutumisen takaperin ketjuttamisesta tuntui luontealta tehdä ohjausvideoita, sillä videoilta tekniikan hahmottaminen oli meidän mielestämme huomattavasti helpompaa. Videoiden katsominen on myös nykyaikaa ja niitä hyödynnetään yhä enemmän tiedon jakamisessa. Tieto on helposti ja nopeasti saatavilla videoiden välityksellä. Ihmiset oppivat myös mallioppimisen kautta, mikä mahdollistuu videoita katsomalla. Oppiminen on helpompaa, kun opetettavan asian näkee itse ja sen voi katsoa monta kertaa. Videot voi myös tarvittaessa pysäyttää tiettyyn vaiheeseen. Videoilta voi heti tarkistaa ja arvioida, menikö opetettava asia oikein. Projektissa syntyneet ohjausvideot ovat hyviä vanhemmille, sillä he voivat katsoa videolta mallia tekniikan käyttämiseen arjessa.

Videointi kiinnosti meitä toteutustapana. Olemme tyytyväisiä valintaamme toteuttaa opinnäytetyö toiminnallisena, sillä se oli motivoiva ja mielekäs tapa. Videoita tehdessä opimme paljon uusia asioita videointiin liittyen, joita voimme hyödyntää tulevaisuudessa. Ohjausvideoista saimme tulevaan työhömmme myös konkreettisen ohjauksen menetelmän.

Projektityöskentely oli meille uutta ja siihen perehtyminen vaati hieman aikaa. Perehtymisen jälkeen projektin eteneminen oli kuitenkin mielestämme melko sujuvaa. Opinnäytetyötä tehdessämme huomasimme, kuinka paljon asioita tulee ottaa huomioon projektia tehdessä. Koska opinnäytetyön tekijöitä oli kaksi, pystyimme jakamaan työtehtäviä siten, että projektin eteneminen oli tehokasta. Olemme pystyneet hyödyntämään molemmille sopivia työskentelytapoja, ja aikataulujen sovittaminen yhteen on ollut joustavaa sekä sujuvaa.

Toimintaterapian näkökulmasta videot toimivat hyvänä ohjauksen välineenä. Videoinnin hyödyntäminen toimintaterapiassa mahdollistaa mallioppimisen hyödyntämisen sekä konkreettisen ohjauksen antamisen asiakkaille ja heidän perheilleen. Videointia voisi hyödyntää mahdollisesti myös muissa ammateissa, kuten kasvatusalalla. Esimerkiksi päiväkodeissa ohjausvideoiden käyttäminen voisi tukea lapsen taitojen kehittymistä sekä arjen sujuvuutta.

Opinnäytetyön tekeminen oli opettavainen ja mielenkiintoinen prosessi. Toivoisimme, että pääsisimme hyödyntämään konkreettisia ohjausvideoita sekä projektityöskentelystä oppiamme tietoja ja taitoja tulevassa ammatissamme. Tutkimustietoa pukeutumisen takaperin ketjuttamisesta oli melko vähän saatavilla, mikä haastoi kattavan tietoperustan kokoamista. Etenkin toimintaterapian näkökulmasta tutkimustietoa löytyi melko niukasti. Pukeutumisen takaperin ketjuttamisesta olisi mielenkiintoista saada ajankohtaisempaa tutkimustietoa toimintaterapian näkökulmasta.

## LÄHTEET

Aaltonen, Jouko 2018. Käsikirjoittajan työkalut. Audiovisuaalisen käsikirjoituksen tekijän opas. Tampere. Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.

Aluehallintovirasto 2022. Videoiden ja äänilähetysten saavutettavuus. Hakupäivä 2.6.2022. <https://www.saavutettavuusvaatimukset.fi/digipalvelulain-vaatimukset/videoiden-ja-aanilahetyksen-saavutettavuus/#videot-parantavat-saavutettavuutta>

American Occupational Therapy Association 2022. Domain and process. Occupations & everyday activities. Hakupäivä 20.4.2022. <https://www.aota.org/practice/domain-and-process/occupations-everyday-activities>

Case-Smith, Jane 2015. An overview of Occupational Therapy for Children. Teoksessa Case-Smith, Jane & O'Brien, Jane C. Occupational Therapy for Children and Adolescents. St. Louis: Elsevier Mosby.

Curtis, Candice 2021. Backward Chaining: A Simple Strategy to Teach Life Skills. Integrate Family Online Occupational Therapy Services. Hakupäivä 22.4.2022. <https://www.integratefamily.com/2021/01/backward-chaining-a-simple-strategy-to-teach-life-skills/>

Graham, Fiona, Kennedy-Behr, Ann & Ziviani, Jenny 2021. Occupational performance coaching: A manual for practitioners and researchers. Routledge, Taylor & Francis Group. Hakupäivä 28.3.2022. Ebook Central. Vaatii käyttöoikeuden.

Graham, Fiona, Rodger, Sylvia & Kennedy-Behr, Ann 2017. Occupational Performance Coaching (OPC): Enabling Caregivers' and Children's Occupational Performance. Teoksessa Rodger, Sylvia & Kennedy-Behr, Ann. Occupation-centered practice with children: a practical guide to occupational therapists. Second edition. Oxford: Wiley Blackwell. Hakupäivä 8.3.2022. Ebsco eBooks. Vaatii käyttöoikeuden.

Haro, Taneli 2022. Video on mainio väline opettaa, ohjeistaa ja oivaltaa. Helsingin Yliopisto. Hakupäivä 2.6.2022. Video on mainio väline opettaa, ohjeistaa ja oivaltaa | Helsingin yliopisto HY+ (helsinki.fi)

Jaffe, Lynn & Cosper, Sharon 2015. Working with families. Teoksessa Case-Smith, Jane & O'Brien, Jane C. Occupational Therapy for Children and Adolescents. St. Louis: Elsevier Mosby.

Jämsä, Kaisa & Manninen, Elsa 2000. Osaamisen tuotteistaminen sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi.

Lee, Supawadee, Muccio, Brianne & Osborne, Nina 2009. The Effect of Chaining Techniques on Dressing Skills of Children with Moderate Mental Retardation: A Single-Subject Design Study. Journal of Occupational Therapy, Schools, & Early Intervention. 2 (3-4), 178–192. Hakupäivä 28.3.2022. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/19411240903392590>

National Health Service 2011. Explaining Dressing Skills. Children's OT Developing Dressing Skills. Hakupäivä 16.4.2022. <https://www.hct.nhs.uk/media/1255/developing-dressing-skills.pdf>

Orpana, Taina & Vihtonen, Joanna 2022. Mikro-oppimista hyödynnetään laajasti isoissa organisaatioissa. LAB Pro. Hakupäivä 2.6.2022. <https://www.labopen.fi/lab-pro/mikro-oppimista-hyodynnetaan-laajasti-isoissa-organisaatioissa/>

Owens, Laura. A & Johnston-Rodriguez, Sarah 2010. Social Competence. Teoksessa Peterson, Penelope, Baker, Eva & McGaw, Barry. International Encyclopedia Of Education. Third edition. Elsevier Science. Hakupäivä 25.4.2022. <https://www.sciencedirect.com/topics/nursing-and-health-professions/social-validity>

Pelin, Risto 2020. Projektihallinnan käsikirja. Projektijohtaminen Oy Risto Pelin.

Rodger, Sylvia & Keen, Deb 2017. Child and Family-centred Service Provision. Teoksessa Rodger, Sylvia & Kennedy-Behr, Ann. Occupation-centered practice with children: a practical guide to occupational therapists. Second edition. Oxford: Wiley Blackwell. Hakupäivä 22.4.2022. Ebsco eBooks. Vaatii käyttöoikeuden.

Ruuska, Kai 2012. Pidä projekti hallinnassa: suunnittelu, menetelmät, vuorovaikutus. Helsinki: Talentum Media Oy.

Shepherd, Jayne 2015. Activities of Daily Living and Sleep and Rest. Teoksessa Case-Smith, Jane & O'Brien, Jane C. Occupational Therapy for Children and Adolescents. St. Louis: Elsevier Mosby.

Silfverberg, Paul 2007. Ideasta projektiksi: Projektityön käsikirja. Helsinki: Edita Prima Oy.

Specialist Children's Services 2021. Self Care Backward Chaining Technique. NHS Greater Glasgow and Clyde. Hakupäivä 25.4.2022. <https://www.nhsggc.org.uk/media/249067/backward-chaining-information-sheet.pdf>

Teräs, Olli, Viherä, Johanna & Matilainen, Juho. 2011. Tehdään video: opas videon editointiin. Espoo: Tietotekniikan liitto.

Toimintaterapianimikkeistö 2017. Arvio toimintakokonaisuuksista. Itsestä huolehtiminen. Hakupäivä 19.3.2022 <https://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/site/assets/files/2411/toimintaterapianimikkeisto.pdf>

Turner, Laura, Lammi, Brenda, Friesen, Kent & Phelan, Natalie 2001. Your Child's Dressing Workbook. Canchild. Centre for Childhood Disability Research. Hakupäivä 25.4.2022. [https://canchild.ca/system/tenon/assets/attachments/000/002/310/original/Your\\_Child's\\_Dressing\\_Workbook.pdf?license=yes](https://canchild.ca/system/tenon/assets/attachments/000/002/310/original/Your_Child's_Dressing_Workbook.pdf?license=yes)

Välikylä, Jaakko. 2005. Digivideokoulu. 1. painos. Jyväskylä: Docendo Finland Oy. <https://www.la-bopen.fi/lab-pro/mikro-oppimista-hyodynnetaan-laajasti-isoissa-organisaatioissa/> Video on mainio väline opettaa, ohjeistaa ja oivaltaa | Helsingin yliopisto HY+ (helsinki.fi)

## LIITTEET

Liite 1: Kuvauslupa ja saatekirje

Liite 2: Yhteistyökumppanin palautelomake

Liite 3: Yhteistyöperheen ja koekäyttäjän palautelomake

Liite 4: Opettajien palautelomake

Liite 5: Videoiden mukana tuleva saatekirje

## KUVAUSLUPA JA SAATEKIRJE

LIITE 1

Hei,

olemme toimintaterapian opiskelijoita Oulun ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyöhömmä liittymen ohjevideoita Rovaniemen kaupungin lasten toimintaterapian toimintaterapeuteille ja heidän asiakkailleen sekä Oulun ammattikorkeakoulun opettajille ja opiskelijoille käytettäväksi.

Videoidemme aihe on pukeutumisen takaperin ketjuttaminen. Videoiden tarkoituksena on kuvata toimintaterapeuteille ja heidän asiakasperheilleen sekä opiskelijoille yksi keino siitä, miten pukeutumista voidaan harjoitella. Pukeutumisen ketjuttaminen voi olla hyvä keino harjoitella pukeutumista, jos taito on lapselle vielä haastavaa.

Videointi toteutetaan kesän 2022 aikana videolle lupautuneen perheen kotona. Videolle kuvataan kolme pukeutumistilannetta, joissa puetaan sukka, T-paita ja housut. Videolla lapsen henkilöllisyyttä ei mainita, vaan kaikki henkilötiedot pidetään salassa. Video pyritään kuvata siten, ettei lapsen kasvoja näy edestäpäin. Ennen videon julkaisua, video näytetään videolla esiintyvälle lapselle ja hänen vanhemmilleen, jotka hyväksyvät sen sisällön.

Video ei tule vapaaseen jakoon, vaan sitä voivat hyödyntää vain seuraavat tahot:

- Oulun ammattikorkeakoulun opettajat ja toimintaterapian opiskelijat,
- Rovaniemen kaupungin lasten toimintaterapeutit
- Opinnäytetyön tekijät (Roosa Nyman ja Nea Hietala)

Tällä lomakkeella pyydän suostumustanne kuvata lastanne ja käyttää kuvausmateriaalia videon tekoon. Jos teillä on kysyttävää, otattehan yhteyttä puhelimitse tai sähköpostitse.

Roosa Nyman  
Toimintaterapian opiskelija  
Oulun ammattikorkeakoulu

Nea Hietala  
Toimintaterapian opiskelija  
Oulun ammattikorkeakoulu

Annan luvan videon kuvaamiselle ja kuvamateriaalin käyttämiselle (rastita sopiva vaihtoehto):

Rovaniemen kaupungin lasten toimintaterapeuteille	
Toimintaterapeuttien lapsiperheille	
Muillekin kuin lapsiperheille	
Suljetulla Oulun yliopiston Moodle -alustalla	

Toimintaterapian opiskelijoille ladattavaksi omaan tulevaan työhönsä	
--	--

Allekirjoitus ja nimenselvennys

---



---

Tämä lomake tullaan hävittämään opinnäytetyön valmistuttua.



## YHTEISTYÖKUMPPANIN PALAUTELOMAKE

LIITE 2

Hei,

Tämä on opinnäytetyöprojektimme tuotoksena syntyneiden pukeutumisen taaksepäin ketjuttamisen ohjevideoiden palautelomake. Videoiden tarkoituksena on kuvata toimintaterapeuteille ja heidän asiakasperheilleen sekä opiskelijoille yksi keino siitä, miten pukeutumista voidaan harjoitella. Tavoitteenamme on, että videoita hyödynnetään Rovaniemen kaupungin lasten toimintaterapiassa ja toimintaterapeuttiopiskelijoiden opetuskäytössä.

Videoidemme laatuksikriteereinä ovat selkeys, saavutettavuus, arkilähtöisyys ja ohjauksen ymmärrettävyys. Alla olevat kysymykset ovat tehty mm. näiden kriteerien pohjalta.

Lue alla olevat väittämät ja rasti vaihtoehto, joka kuvaa mielestäsi videoita parhaiten.

Vastausvaihtoehtoja ovat:

- Täysin samaa mieltä
- Osittain samaa mieltä
- Osittain eri mieltä
- Täysin eri mieltä

	Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä
Videoiden kuva on selkeä				
Videoiden ääni on selkeä				
Videoiden tekstitys selkeyttää videoita				
Videoiden tekstitys on helppolukuista				
Videot on helppo katsoa älypuhelimelta				
Videot ovat sopivan pituisia suhteessa toimintoon				

Ohjevideoissamme tieto on pilkottu pieniksi palasiksi ja niistä saa nopeasti tukea pukeutumisen harjoitteluun arkitilanteissa				
Pukeutumisen harjoittelu takaperin ketjuttamalla on ymmärrettävissä videoilta				
Voisin hyödyntää videoita käytännön työssä (vanhempien ohjauksessa)				

Vapaa palaute (esim. tarkennuksia vastauksiin, korjausehdotuksia, onnistumisia):

---



---



---



---



---

**Annan luvan** palautteeni hyödyntämiseen videoiden kehittämiseksi **kyllä ( ) / ei ( )**

**Kiitos palautteestasi!**

Hei,

Tämä on opinnäytetyöprojektimme tuotoksena syntyneiden pukeutumisen taaksepäin ketjuttamisen ohjevideoiden palautelomake. Videoiden tarkoituksena on kuvata toimintaterapeuteille ja heidän asiakasperheilleen sekä opiskelijoille yksi keino siitä, miten pukeutumista voidaan harjoitella. Tavoitteenamme on, että videoita hyödynnetään Rovaniemen kaupungin lasten toimintaterapiassa ja toimintaterapeuttiopiskelijoiden opetuskäytössä.

Videoidemme laatukriteereinä ovat selkeys, saavutettavuus, arkilähtöisyys ja ohjauksen ymmärrettävyys. Alla olevat kysymykset ovat tehty mm. näiden kriteerien pohjalta.

Lue alla olevat väittämät ja rastita vaihtoehto, joka kuvaa mielestäsi videoita parhaiten.

Vastausvaihtoehtoja ovat:

- Täysin samaa mieltä
- Osittain samaa mieltä
- Osittain eri mieltä
- Täysin eri mieltä

	Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä
Videoiden kuva on selkeä				
Videoiden ääni on selkeä				
Videoiden tekstitys selkeyttää videoita				
Videoiden tekstitys on helppolukuista				
Videot on helppo katsoa älypuhelimelta				
Videot ovat sopivan pituisia suhteessa toimintoon				

Ohjevideoissamme tieto on pilkottu pieniksi palasiksi ja niistä saa nopeasti tukea pukeutumisen harjoitteluun arkitilanteissa				
Pukeutumisen harjoittelu takaperin ketjuttamalla on ymmärrettävissä videoilta				

Vapaa palaute (esim. tarkennuksia vastauksiin, korjausehdotuksia, onnistumisia):

---



---



---



---



---

**Annan luvan** palautteeni hyödyntämiseen videoiden kehittämiseksi **kyllä ( ) / ei ( )**

**Kiitos palautteestasi!**

Hei,

Tämä on opinnäytetyöprojektimme tuotoksena syntyneiden pukeutumisen taaksepäin ketjuttamisen ohjevideoiden palautelomake. Videoiden tarkoituksena on kuvata toimintaterapeuteille ja heidän asiakasperheilleen sekä opiskelijoille yksi keino siitä, miten pukeutumista voidaan harjoitella. Tavoitteenamme on, että videoita hyödynnetään Rovaniemen kaupungin lasten toimintaterapiassa ja toimintaterapeuttiopiskelijoiden opetuskäytössä.

Videoidemme laatukriteereinä ovat selkeys, saavutettavuus, arkilähtöisyys ja ohjauksen ymmärrettävyys. Alla olevat kysymykset ovat tehty mm. näiden kriteerien pohjalta.

Lue alla olevat väittämät ja rastita vaihtoehto, joka kuvaa mielestäsi videoita parhaiten.

Vastausvaihtoehtoja ovat:

- Täysin samaa mieltä
- Osittain samaa mieltä
- Osittain eri mieltä
- Täysin eri mieltä

	Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä
Videoiden kuva on selkeä				
Videoiden ääni on selkeä				
Videoiden tekstitys selkeyttää videoita				
Videoiden tekstitys on helppolukuista				
Videot on helppo katsoa älypuhelimelta				
Videot ovat sopivan pituisia suhteessa toimintoon				

Ohjevideois- samme tieto on pilkottu pieniksi palasiksi ja niistä saa nopeasti tu- kea pukeutumisen harjoitteluun arkitilanteessa				
Pukeutumisen harjoittelu takape- rin ketjuttamalla on ymmärrettä- vissä videoilta				
Voisin hyödyntää videoita ope- tuskäytössä				

Vapaa palaute (esim. tarkennuksia vastauksiin, korjausehdotuksia, onnistumisia):

---



---



---



---



---

**Annan luvan** palautteeni hyödyntämiseen videoiden kehittämiseksi **kyllä ( ) / ei ( )**

**Kiitos palautteestasi!**

## **Ohjausvideoiden tarkoitus, hyödyt ja vanhemman ohjaaminen toimintaterapeuttien työssä**

Ohjausvideoiden aihe on pukeutumisen takaperin ketjuttaminen. Ohjausvideoilla ohjeistetaan T-paidan, collegehousujen ja sukkiain takaperin ketjutus. Nämä videot ovat tarkoitettu vanhemmille, joiden lapsilla on haasteita pukeutumisessa. Videot ovat lyhyitä ja niitä voi katsoa puhelimella, tabletilla tai tietokoneella. Videoissa on selostus ja tekstitys ymmärrettävyyden sekä saavutettavuuden lisäämiseksi.

Takaperin ketjuttaminen on tekniikka, jossa lapsi harjoittelee aikuisen avustuksella toiminnan vaiheet käänteisesti eli käytännössä lapsi aloittaa harjoittelemisen pukemisen viimeisestä vaiheesta. Kun tämä on hallussa, hän siirtyy harjoittelemaan toiseksi viimeistä vaihetta. Tämä jatkuu niin kauan, että kaikki toiminnan vaiheet on harjoiteltu käänteisessä järjestyksessä.

### **Hyödyt**

Pukeutumisen takaperin ketjuttamisen avulla lapselle voidaan antaa onnistumisen kokemuksia samalla kun vaatteiden pukemista harjoitellaan. Pukeutumisen ketjuttaminen on hyvä keino harjoitella pukeutumista, jos taito on lapselle vielä haastavaa. Se voi auttaa muun muassa lapsia, jotka turhautuvat helposti tai joilla on huono itsetunto. (Lee 2009, 180.)

Vanhempi suorittaa pukeutumisesta kaikki muut vaiheet, paitsi viimeisen, jonka lapsi saa itse suorittaa. Tätä kautta lapsi samalla harjoittelee pukeutumista, mutta myös saa onnistumisen kokemuksen siitä, kun hän saa toiminnon itse valmiiksi. (Specialist Children's Services 2021, 1.) Onnistumisen kokemukset voivat motivoida lasta harjoittelemaan taitoa (Curtis 2021).

Pukeutumisen taaksepäin ketjuttamista voidaan käyttää kaiken ikäisten sekä eri taitotasolla olevien kanssa. On kuitenkin huomioitava, että lapsen pitää olla edes jollakin tapaa kiinnostunut opettelemaan uutta taitoa. Lapset kehittyvät omassa tahdissa ja jokin asia mikä ei motivoi tietyllä hetkellä voi motivoida hetken kuluttua lapsen kehittyessä. (Curtis 2021.)

### **Vanhemman ohjaaminen tekniikan käyttämiseen**

Terapeutin tulee ottaa huomioon vanhemman ohjaaminen tekniikan käyttämiseen ennen videoiden käyttöönottoa. Aluksi on tärkeää, että terapeutti kertoo vanhemmalle takaperin ketjuttamisen tarkoituksen ja sen hyödyt. Videot olisi hyvä katsoa ensin yhdessä vanhemman kanssa, jotta vanhempi varmasti ymmärtää videoiden sisällön. Tarvittaessa videoita voidaan myös havainnollistaa vanhemmalle. Vanhemman kannattaa myös harjoitella tekniikan käyttämistä ensin itse. Vanhempa tulisi muistuttaa siitä, että yhtä toiminnan vaihetta voi joutua harjoittelemaan useamman kerran (jopa päiviä tai viikkoja) ennen kuin voi siirtyä seuraavaan toiminnan vaiheeseen. Tärkeää on se, että otetaan lapsen taitotaso huomioon.