



# Toimintaterapeuttiopiskelijoiden koke- muksia Toivo-ryhmän ohjaamisesta etänä

Suvi Hakanen

Tiia-Liisa Kollin

Opinnäytetyö, AMK

Toukokuu 2025

Toimintaterapeutin tutkinto-ohjelma (AMK)

**Hakanen, Suvi & Kollin, Tiia-Liisa**

**Toimintaterapeuttiopiskelijoiden kokemuksia Toivo-ryhmän ohjaamisesta etänä**

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Toukokuu 2025, 30 sivua.

Toimintaterapeutin tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö AMK.

Julkaisun kieli: suomi

Julkaisulupa avoimessa verkossa: kyllä

**Tiivistelmä**

Toimintaterapeuttien koulutuksessa on tärkeää tarjota opiskelijoille kokemuksia ryhmäohjaamisesta ja ammatillisen roolin harjoittelusta. Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata toimintaterapeuttiopiskelijoiden kokemuksia Toivo-ryhmän ohjaamisesta etänä ja selvittää, millaisia toimintaterapeutin työssä vaadittavia osaamisia ryhmäohjausprosessissa vahvistui. Tavoitteena oli tuottaa tietoa opiskelijoiden näkökulmasta siitä, miten käytännön ryhmänojaus tukee ammatillista kasvua.

Toivo-ryhmä on opintonsa aloittaville toimintaterapeuttiopiskelijoille suunnattua pienryhmätoimintaa, jota ohjaavat pidemmälle opinnoissaan edenneet toimintaterapeuttiopiskelijat. Ryhmän toiminnan tarkoituksena on tarjota vertaistukea ja edistää opiskelijoiden terveellisiä elämäntapoja. Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena, ja aineisto kerättiin puolistrukturoidulla ryhmähaastattelulla. Haastatteluihin osallistui toimintaterapeuttiopiskelijoita, jotka olivat ohjanneet Toivo-ryhmää etäyhteyksin. Aineisto analysoitiin laadullisella sisällönanalyysillä.

Tulosten mukaan opiskelijat kokivat osaamisensa vahvistuneen erityisesti ryhmän ohjaamisen prosessin ymmärtämisessä, suunnittelussa ja toteutuksessa. Ohjausympäristö tarjosi mahdollisuuden soveltaa teoreettista tietoa käytäntöön ja se tuki opiskelijoiden ammatillista kasvua. Vertaisohjaus mahdollisti turvallisen ympäristön oppimiselle, ja opiskelijat kokivat onnistumisen tunteita ryhmän toimivista harjoitteista ja vertaistuesta. Opiskelijat kokivat etäohjaamisen vaikuttavan erityisesti ryhmädynamiikkaan ja vuorovaikutukseen. Tulokset tukevat aiempaa tutkimusta, jossa käytännön kokemuksen on todettu olevan keskeistä ammatillisen identiteetin rakentumisessa.

Johtopäätöksenä voidaan todeta, että Toivo-ryhmän ohjaaminen etänä tarjoaa opiskelijoille arvokkaan mahdollisuuden soveltaa toimintaterapian teoreettista tietoa käytäntöön ja kehittää ammatillista osaamista. Etämuotoisen ryhmäohjaamisen kokemukset voivat toimia hyödyllisenä osana opetussuunnitelmaa ja tukevat opiskelijoiden valmiuksia työelämään.

**Avainsanat (asiasanat)**

toimintaterapia, opiskelija, ryhmäohjaus, ammatillinen kehitys

**Muut tiedot (salassa pidettävät liitteet)**

-

**Hakanen, Suvi & Kollin, Tiia-Liisa**

### **Occupational therapy students' experiences of facilitating the Toivo group remotely**

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, May 2025, 30 pages.

Degree Programme in Occupational Therapy. Bachelor's thesis.

Permission for open access publication: Yes

Language of publication: Finnish

#### **Abstract**

In occupational therapy education, it is essential to provide students with experiences in group facilitation and the opportunity to practice a professional role. Occupational therapy students' experiences of remotely facilitating the Toivo group were explored, as well as the professional competencies in occupational therapy that were strengthened through the group facilitation process. The aim was to provide insights from the students' perspective on how practical group facilitation supports professional development.

The Toivo group is a small group activity designed for first-year occupational therapy students and is facilitated by more advanced occupational therapy students. The purpose of the group is to provide peer support and promote healthy lifestyles among students. The study was conducted as qualitative research, and the data were collected through a semi-structured group interview. Participants were occupational therapy students who had remotely facilitated a Toivo group. The data were analyzed using qualitative content analysis.

The results indicate that students felt their competencies had strengthened particularly in understanding, planning, and implementing the group facilitation process. The remote facilitation environment provided an opportunity to apply theoretical knowledge in practice and supported their professional growth. Peer facilitation offered a safe environment for learning, and students experienced a sense of success through functional group activities and peer support. The students perceived that remote facilitation particularly affected group dynamics and interaction. The results support previous research indicating that practical experience plays a central role in the development of professional identity.

In conclusion, remote facilitation of the Toivo group provides students with a valuable opportunity to apply occupational therapy theory in practice and to develop their professional competencies. The experience of facilitating a group in a remote format can be a useful part of the curriculum and support students' readiness for working life.

#### **Keywords/tags (subjects)**

occupational therapy, student, group guidance, professional development

#### **Miscellaneous (Confidential information)**

-

## Sisältö

<b>1</b>	<b>Johdanto</b> .....	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>Toimintaterapia ja ammatillinen kehittyminen</b> .....	<b>4</b>
2.1	Etätoimintaterapia .....	4
2.2	Toimintaterapeutin osaamiset.....	5
2.3	Toivo-ryhmä .....	5
2.4	Opiskelijan ammatillisen osaamisen kehittyminen .....	7
<b>3</b>	<b>Ryhmän ohjaaminen</b> .....	<b>8</b>
3.1	Ryhmän merkitys kuntoutuksessa .....	8
3.2	Toimintaterapeuttinen ryhmä .....	8
3.3	Toimintaterapeuttisen ryhmän ohjaaminen.....	9
3.4	Ryhmän ohjaajan osaamiset .....	11
3.5	Etäryhmän ohjaajan osaamiset.....	12
<b>4</b>	<b>Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset</b> .....	<b>13</b>
<b>5</b>	<b>Opinnäytetyön toteutus</b> .....	<b>13</b>
5.1	Laadullinen tutkimus.....	13
5.2	Tutkijan positio.....	14
5.3	Kestävän kehityksen näkökulma .....	14
5.4	Aineistonkeruu .....	15
5.5	Aineiston analyysi.....	15
<b>6</b>	<b>Tutkimustulokset</b> .....	<b>17</b>
6.1	Ammatillinen kasvu .....	17
6.2	Toiminnallisuuden toteuttaminen ryhmässä .....	18
6.3	Ohjaamiseen liittyvät tunteet ja näkökulmat .....	19
<b>7</b>	<b>Johtopäätökset</b> .....	<b>20</b>
<b>8</b>	<b>Pohdinta</b> .....	<b>21</b>
8.1	Keskeisten tulosten tarkastelua .....	21
8.2	Tutkimuksen eettisyys.....	22
8.3	Tutkimuksen luotettavuus .....	23
8.4	Tulosten hyödyntäminen ja jatkotutkimusehdotukset.....	24
	<b>Lähteet</b> .....	<b>26</b>
	<b>Liitteet</b> .....	<b>29</b>
	Liite 1. Teemahaastattelurunko .....	29
	Liite 2. Saatekirje .....	30

**Taulukot**

Taulukko 1. Esimerkki aineistolähtöisestä sisällönanalysista .....	16
--	----

# 1 Johdanto

Etäpalveluiden tarve kasvoi erityisesti pandemian myötä ja niiden hyödyntäminen on noussut myös osaksi kuntoutuspalveluita. Teknologian kehittyminen ja etäpalveluiden lisääntyminen ovat tuoneet palvelut paremmin kaikkien saataville, sijainnista riippumatta. Remes (2021) mainitsee, että pandemian aiheuttama nopea siirtyminen kasvokkain tapahtuvasta kuntoutuksesta etäkuntoutukseen toi monet ammattilaiset ja asiakkaat uuden äärelle. Kokemukset etäkuntoutuksesta ovat kuitenkin olleet enimmäkseen myönteisiä ja isolla osalla terapeuteista on aikomuksena toteuttaa etäkuntoutusta jossain määrin myös tulevaisuudessa. (Remes 2021.)

Salminen, Heiskanen, Hiekkala, Naamanka, Stenberg ja Vuononvirta (2015) määrittelevät etätoimintaterapian toimintaterapian muodoksi, jossa hyödynnetään digitaalisia välineitä tavoitteellisen kuntoutuksen toteuttamiseen. Sen etuina ovat saavutettavuus ja joustavuus, sillä terapia voidaan toteuttaa asiakkaan omassa arkiympäristössä, mikä tukee taitojen siirtymistä suoraan arkeen. Etäkuntoutus voi olla reaaliaikaista tai ajasta riippumatonta, ja se soveltuu monille asiakasryhmille sekä erilaisiin kuntoutusprosessin vaiheisiin. Erityisesti omaisten ja muiden ammattilaisten ohjaaminen etänä on osoittautunut toimivaksi. (Salminen ym. 2015, 11–12.) Toimintakyvyn suhteen, etänä toteutetulla toimintaterapialla on todettu saavutettavan vähintään yhtä hyviä tuloksia, kuin perinteisellä kasvokkain tapahtuvalla terapiallakin (Aartolahti, Kantanen, Chichaeva, Juntunen, Puranen, Lällä, Paltamaa & Rantakokko 2024, 109).

Toimintaterapeutin koulutuksessa korostetaan toimintaterapeutin roolia kuntoutusalan asiantuntijana. Jyväskylän ammattikorkeakoulun toimintaterapeutin koulutuksessa perehdytään ihmisen toimintaa mahdollistaviin tekijöihin sekä arjen merkityksellisiin toimintoihin. Toimintaterapeutti (AMK) on sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto, jonka aikana opiskelijat saavat valmiuksia työskennellä toimintaterapian eri osa-alueilla. Opinnoissa yhdistyvät teoria ja käytännön harjoittelu, ja koulutuksen aikana opiskelijat voivat suuntautua valinnaisten opintojen ja harjoitteluiden myötä omien kiinnostuksen kohteidensa mukaisesti. Toimintaterapeutin ammattinimike on suojattu, ja Valvira myöntää oikeuden ammatinharjoittamiseen vain tutkinnon suorittaneille. (Toimintaterapeutti mahdollistaa merkityksellisen ja toimivan arjen n.d.)

Tämän opinnäytetyön toimeksiantajana toimi Jyväskylän ammattikorkeakoulun hyvinvointiyksikkö. Jyväskylän ammattikorkeakoulun toimintaterapeutin tutkinto-ohjelmaan sisältyy vertaistukeen ja

hyvinvointia edistäviin elämäntapoihin perustuvaa pienryhmätoimintaa (Toivo-ryhmä). Toivo-ryhmän toimintaan osallistuvat opintonsa aloittavat toimintaterapeuttiopiskelijat ja sitä ohjaavat pidemmälle opinnoissaan edenneet toimintaterapeuttiopiskelijat. Opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia opiskelijoiden kokemuksia Toivo-ryhmän ohjaamisesta etänä, ja selvittää, millaisia toimintaterapeutin työssä vaadittavia osaamisia se on vahvistanut. Tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää Jyväskylän ammattikorkeakoulussa tulevaisuuden opintosuunnitelmia ja Toivo-ryhmän kehittämistä ajatellen.

## **2 Toimintaterapia ja ammatillinen kehittyminen**

### **2.1 Etätoimintaterapia**

Salminen ja muut (2015) määrittelevät etäkuntoutuksen erilaisten teknologioiden tavoitteelliseksi hyödyntämiseksi kuntoutuksessa. Kuntoutuksessa voidaan hyödyntää puhelinta, tietokonetta, tabletteja, videoyhteyksiä ja muita digitaalisia sovelluksia. Etäkuntoutus on ammattilaisen ohjaamaa toimintaa, jolla on selkeä tavoite. Toiminnalla on myös aina määritelty alku ja loppu. Etäkuntoutus voidaan jakaa kahteen kategoriaan. Ensimmäinen kategoria on reaaliaikainen kuntoutus, jossa kuntoutuja ja ammattilainen ovat yhtä aikaa yhteydessä esimerkiksi videopuhelun tai puhelimen välityksellä. Tämä mahdollistaa ohjauksen, arvioinnin ja harjoitusten seurannan välittömästi. Reaaliaikainen kuntoutus sopii niin yksilöterapiaan, kuin ryhmäterapiaankin. Toinen kategoria on ajasta riippumaton etäkuntoutus, jossa kuntoutuja voi suorittaa harjoitteita itsenäisesti ja ammattilainen tarkastelee edistymistä myöhemmin. Etäkuntoutus tarjoaa joustavan ja saavutettavan mahdollisuuden saada kuntoutuspalveluja silloin, kun fyysinen tapaaminen ei ole mahdollista. (Salminen ym. 2015, 11–12.)

Etätoimintaterapia on tehokas kuntoutusmuoto. Etäkuntoutuksen hyötynä on se, että sitä voidaan toteuttaa asiakkaan omassa arkiympäristössä. Tämä edistää opittujen taitojen siirtymistä suoraan arkeen. Etäkuntoutus soveltuu laajasti erilaisille asiakasryhmille. On kuitenkin tärkeää, että asiakas ja terapeutti ovat motivoituneita kokeilemaan etäkuntoutusta ja siihen liittyvä teknologiaa. Etäkuntoutusta voidaan hyödyntää kuntoutusprosessin eri vaiheissa, kuten arvioinnissa ja interventiossa. Etätapaamiset soveltuvat myös hyvin omaisten, avustajien ja muiden ammattilaisten ohjaukseen. Etä- ja lähikuntoutusta voidaan myös vuorotella tarpeen mukaan. Toimintaterapeutina tulee kiinnittää etäkuntoutuksessa huomiota erityisesti tietoturvaan, jotta asiakastietojen käsittely

ja tallentaminen täyttävät salassapitoa ja tietosuojaa koskevat vaatimukset. Etäkuntoutus kokonaisuutena vaatii aikaa perehtymiseen ja työn organisointiin uudella tavalla. Tämä edellyttää sopeutumista niin terapeuteilta, kuin asiakkailtakin. (Heiskanen 2015, 160–182.)

## **2.2 Toimintaterapeutin osaamiset**

Toimintaterapeutin ammatillinen osaaminen on kokonaisuus, joka koostuu teoreettisesta tiedosta, käytännön taidoista ja ammatillisesta reflektoinnista. Toimintaterapian kenttä muuttuu jatkuvasti uusien tutkimustulosten, menetelmien ja teknologian kehittymisen myötä. Ammatillisen osaamisen päivittäminen on keskeinen osa toimintaterapeutin työtä, jotta asiakkaille voidaan tarjota vaikuttavaa ja ajankohtaista kuntoutusta. (Guiding Principles for Competency in Occupational Therapy 2022.)

World Federation of Occupational Therapists (WFOT) on määritellyt toimintaterapeutin osaamista ohjaavat periaatteet, jotka korostavat jatkuvan oppimisen, eettisen ja näyttöön perustuvan työskentelyn, sekä itsereflektion merkitystä. Toimintaterapeutin tulee osata arvioida asiakkaan toimintakykyä ja osallistumista eri ympäristöissä, sekä suunnitella ja toteuttaa yksilöllisiä tai ryhmäinterventioita, jotka tukevat asiakkaan arjen toimintoja ja hyvinvointia. (Guiding Principles for Competency in Occupational Therapy 2022.)

Suomen Toimintaterapeuttiliitto painottaa toimintaterapeutin osaamisen laaja-alaisuutta ja moniammatillisuuden merkitystä. Toimintaterapeutin on hallittava yksilön ja yhteisön kuntouttamisen periaatteet, ymmärrettävä toimintaympäristön vaikutukset asiakkaan toimintakykyyn, sekä osattava suunnitella ja toteuttaa interventioita, jotka tukevat asiakkaan itsenäistä selviytymistä arjessa. Lisäksi toimintaterapeutin on tärkeää hallita vuorovaikutus- ja ohjaustaitoja. Tämä korostuu erityisesti etäkuntoutuksessa, jossa terapeutin on kyettävä rakentamaan luottamuksellinen ja motivoiva ilmapiiri teknologian välityksellä. (Toimintaterapeutti n.d.)

## **2.3 Toivo-ryhmä**

Toivo-ryhmän nimi on lyhenne sanoista toiminnan voima. Se on osa Jyväskylän ammattikorkeakoulun toimintaterapeutin tutkinto-ohjelman opetussuunnitelmaa. Toivo-ryhmän toteutus on vuo-

sien varrella jonkin verran muuttanut muotoaan, mutta tällä hetkellä siihen osallistuminen on ensimmäisen vuoden toimintaterapeuttiopiskelijoille pakollinen osa opintojaksoa Harjoittelu I: Asiakkaan kohtaaminen ja toimintaterapeutin työhön tutustuminen. Ryhmän tarkoituksena on mm. tarjota vertaistukea, tukea opintojen aloittamista ja niihin kiinnittymistä, lisätä ymmärrystä omasta ammatista, ja antaa kokemus toimintaterapeutin ryhmän toimintaan osallistumisesta. Ryhmiin osallistujat jaetaan pienryhmiin siten, että jokaisessa ryhmässä on 5-8 osallistujaa. Ryhmätapaamisia järjestetään yhteensä kuusi kertaa ja ne toteutetaan ensimmäisen lukukauden aikana. (Rutanen n.d.)

Toivo-ryhmän ohjaajina toimivat opinnoissaan pidemmälle edenneet toimintaterapeuttiopiskelijat. Ryhmää voi ohjata joko yksin tai yhdessä toisen opiskelijan kanssa, mutta ohjaajana toimiminen on kuitenkin opiskelijoille vapaaehtoista. Se on vaihtoehtoinen tapa suorittaa pakollinen opintojakso Elämäntapojen toiminnallinen tukeminen, jossa opiskelija suunnittelee ja toteuttaa toiminnallisia menetelmiä hyödyntäen ryhmänohjaustilanteita, jotka ovat ryhmän jäsenille tarkoituksenmukaisia ja edistävät heidän terveellisiä elämäntapojaan (Opetussuunnitelmat n.d). Toivo-ryhmä saattaakin mahdollistaa opiskelijalle hänen ensimmäisen kokemuksensa ryhmän ohjaamisesta.

Toivo-ryhmän teoreettisena perustana on Lifestyle Redesign -ohjelma, joka perustuu toiminnan tieteeseen ja tutkimustietoon. Ohjelman ydinajatuksena on toimintaan osallistuminen ja sitä kautta elämänlaadun parantaminen. Merkitykselliseen toimintaan osallistumisella voidaan edistää ihmisen fyysistä ja psyykkistä hyvinvointia ja luoda tasapainoa elämään. Merkityksellisen toiminnan avulla voidaan myös kehittää uusia elämänlaatua edistäviä rutiineja sekä luoda uusia näkemyksiä itsestä toiminnallisena olentona. (Mandel, Jackson, Zemke, Nelson & Clark 1999, 12–13.) Ohjelmassa käytetään toiminnan lisäksi työtapoina tiedon jakamista, vertaistukea ja kokemusten jakamista, sekä itsetutkiskelua. Toiminnallisen itseanalyysin avulla pohditaan omaa toiminnallisuutta ja opitaan ymmärtämään toiminnan vaikutusta omaan elämään. Toiminnallisen itseanalyysin avulla tunnistetaan itselle merkityksellisiä toimintoja, sekä pelkoja ja toimintaa rajoittavia tekijöitä. Esteiden ja pelkojen ylittäminen tehdään niin pienin askelin, että muutos on mahdollista. (Mandel ym. 1999, 28–30.)

## 2.4 Opiskelijan ammatillisen osaamisen kehittyminen

Aiemmin on tehty tutkimuksia ammatillisen identiteetin kehittämisestä ja toimintaterapeuttiopiskelijoiden osaamisesta. Ashbyn, Adlerin ja Herbertin (2016) tekemä kansainvälinen tutkimus kartoitti toimintaterapeuttiopiskelijoiden käsityksiä ammatti-identiteetistään viidessä maassa: Australiassa, Kanadassa, Irlannissa, Isossa-Britanniassa ja Yhdysvalloissa. Tutkimukseen osallistui 319 opiskelijaa, ja sen tulokset osoittivat, että ammatti-identiteetin kehittymiseen vaikuttivat merkittävimmin ammatillinen koulutus (98 %) ja harjoittelujaksojen aikainen ammatillinen kehittyminen (92 %). Tämä korostaa käytännön kokemusten merkitystä ammatti-identiteetin muodostumisessa. (Ashby ym. 2016.) Tämä on keskeistä myös Toivo-ryhmän etäohjauksessa, jossa opiskelijat opettelevat ammatillisen roolin ottamista ja käytännön taitoja.

Yksi keskeinen asia Ashbyn ja muiden (2016) tutkimuksessa oli havainto teoreettisen tiedon ja käytännön välisestä ristiriidasta. Opiskelijat kokivat, että teoreettiset mallit (esim. toimintaterapian viitekehykset ja toimintatieteellinen näkökulma) vaikuttivat ammatilliseen identiteettiin vähemmän kuin käytännön harjoittelu. (Ashby ym. 2016.) Tämä herättää kysymyksen siitä, miten Toivo-ryhmän etäohjauksessa voidaan tukea teorian soveltamista käytäntöön ja edistää opiskelijoiden ammatillista kasvua.

Vaikka opetussuunnitelmat sisältävät toimintaterapian teoreettisia malleja ja toimintatieteeseen pohjautuvaa opetusta, opiskelijat arvioivat käytännön kokemukset merkityksellisemmiksi ammatti-identiteetin kehittymiselle (Ashby ym. 2016). Opetussuunnitelman suunnittelussa tulisi siis huomioida, että opiskelijat kokevat harjoittelujaksot ammatillisen kasvun rakentumisen keskeisimpinä tekijöinä. Tämä pätee myös Toivo-ryhmän etäohjaukseen: opiskelijoiden osaamisen kehittyminen vaatii sekä teoreettista tietopohjaa että käytännön kokemusta.

Ashbyn ja muiden (2016) tutkimus viittaa myös siihen, että opetussuunnitelmien tulisi tarjota opiskelijoille mahdollisuuksia tarkastella ja soveltaa toimintaterapian periaatteita käytännön harjoittelun aikana. Tämä voi olla erityisen tärkeää etäohjauksessa, jossa opiskelijat voivat kohdata ristiriitoja toiminnallisen lähestymistavan ja käytännön työssä havaitsemansa toimintaterapiakäytännön välillä. Tästä syystä Toivo-ryhmän etäohjauksen kehittämisessä tulisi kiinnittää huomiota siihen, miten opiskelijat voivat reflektoida ja vahvistaa ammatillista identiteettiään etäohjaustilanteissa.

## **3 Ryhmän ohjaaminen**

### **3.1 Ryhmän merkitys kuntoutuksessa**

Toimintaterapiaan tulevien asiakkaiden yksi suurimmista ongelmista on, että vamman tai sairauden vuoksi he ovat vetäytyneet aiemmista ihmissuhteista tai he eivät ole kyenneet muodostamaan ihmissuhteita. Ihmiset kuitenkin tarvitsevat muita ihmisiä ja terveitä ihmissuhteita voidakseen hyvin ja elääkseen laadukasta elämää. Ryhmämuotoinen terapia onkin yksi tehokkaimmista keinoista käsitellä sosiaaliseen osallistumiseen liittyviä ongelmia. (Crouch 2021, 21–22.)

Ryhmään kuulumisen lukeutuu ihmisen perustarpeisiin ja niistä ulkopuolelle jäämisellä on negatiivisia vaikutuksia hyvinvointiin. Vaikeassa elämäntilanteessa ryhmään kuulumisen merkitys korostuu yhä enemmän. Ryhmä tarjoaa tukea, siellä jaetaan tunteita ja kokemuksia, opitaan uusia asioita ja edistetään vuorovaikutustaitoja. Vuorovaikutustaidot ovatkin välttämättömiä hyvinvoinnille, sillä käytännön taitoja opitaan vain olemalla vuorovaikutuksessa muihin. Ryhmä toimii myös peilinä jäsenen toiminnalle, vuorovaikutukselle ja sosiaaliselle identiteetille. (Hautala, Hämäläinen, Mäkelä & Rusi-Pyykönen 2013, 161–162.)

Colen (2018) mukaan ryhmän mahdollisia hyötyjä ovat kommunikoinnin ja itseilmaisun parantuminen, sosiaalisen tuen mahdollistuminen ja vuorovaikutustaitojen kehittyminen. Ryhmässä on helppompaa osallistua ja se sallii jokaisen jäsenen ilmaista oman kulttuurinsa yksilöllisiä arvoja. Ryhmä tarjoaa hyväksyvän ilmapiirin ja tilaisuuksia jakaa oppia ja terapeuttisten strategioiden soveltamista sekä ongelmanratkaisua yhdessä muiden kanssa. Ryhmämuotoinen kuntoutus on myös kustannustehokasta. (Cole 2018, 70.)

### **3.2 Toimintaterapeuttinen ryhmä**

Ryhmämuotoista terapiaa on toteutettu koko toimintaterapian historian ajan (Mandel ym. 1999, 25). Toimintaterapiassa onkin olemassa monenlaisia ryhmiä erilaisiin tarkoituksiin (Hautala ym. 2013, 170). Hautala ja muut (2013) kertovat Finlayn (2001) luokittelevan toimintaterapiaryhmät tukea antaviin ryhmiin ja toimintaryhmiin. Toimintaryhmät jaetaan vielä tehtäväkeskeisiin ryhmiin ja sosiaalisiin ryhmiin, ja tukea antavat ryhmät puolestaan jaetaan kommunikaatioryhmiin ja psy-

koterapeutisiin ryhmiin. Ryhmien rajat eivät kuitenkaan ole tarkkoja ja kaikissa ryhmissä on mahdollista nähdä myös muiden ryhmätyyppien mukaista toimintaa. Toimintaa soveltamalla voidaan samaa toimintaa käyttää erityyppisissä ryhmissä, jolloin toiminnan tarkoitus muutetaan vastaamaan ryhmän tavoitteita. (Hautala ym. 2013, 170–172; viitattu lähteeseen Finlay 2001.)

Tehtäväkeskeisissä ryhmissä tavoitteena on hankkia suorituskyykyyn kuuluvia taitoja, kuten esim. työkyky ja keskittymiskyky. Ryhmissä tuetaan ryhmäläisten elämänhallintaa ja itsestä huolehtimisen taitoja ja tehdään esimerkiksi puutöitä. Sosiaalisten ryhmien tavoitteena on löytää mielekkäitä vapaa-ajan toimintoja ja kokea sosiaalista vuorovaikutusta. Ryhmissä voidaan esimerkiksi pelata erilaisia pelejä ryhmäläisten kesken. Kommunikaatioryhmissä tavoitteena on ryhmäläisten välinen tuki ja jakaminen. Ryhmissä keskustellaan, harjoitellaan vuorovaikutustaitoja ja tehdään erilaisia luovia toimintoja. Psykoterapeuttisissa ryhmissä tavoitteena on tunteiden tutkiminen ja ilmaiseminen, ja menetelminä käytetään mm. leikkiterapiaa ja taideterapiaa. Varsinaisia psykoterapiaryhmiä ei voi toimintaterapeutin koulutuksella ohjata, mutta ne voivat sisältää psykoterapeuttisia elementtejä. (Hautala ym. 2013, 171–172; viitattu lähteeseen Finlay 2001.)

### **3.3 Toimintaterapeuttisen ryhmän ohjaaminen**

Marilyn Cole on kehittänyt toimintaterapeuttiopiskelijoiden avuksi seitsemän vaiheen menetelmän (Cole`s Seven Steps) toimintaterapeuttisen ryhmän ohjaamiseen. Menetelmä suunniteltiin ensisijaisesti mahdollistamaan ryhmän jäsenten osallistuminen yhteisen tehtävän tai toiminnan tekemiseen ja pohtimaan sen merkitystä itse kullekin. Menetelmän jokainen vaihe edellyttää ryhmän ohjaajalta terapeuttisen itsen käyttöä, jotta asiakaslähtöisen käytännön periaatteet toteutuvat. Menetelmän vaiheet ovat: esittely, toiminta, jakaminen, käsittely, yleistäminen, soveltaminen ja yhteenveto. Ryhmästä ja sen tavoitteista riippuen, vaiheet voivat toteutua myös eri järjestyksessä. (Cole 2018, 1–3.)

Esittelyvaiheessa toimintaterapeutti esittelee ensimmäiseksi itsensä, ryhmän ja sen tavoitteet. Terapeutti myös pyytää jokaista ryhmän jäsentä kertomaan nimensä ryhmälle, sillä se vahvistaa ryhmään kuulumisen tunnetta. Myöhemmissä tapaamisissa nimikierrros ei ole välttämätön, mutta jokaisen ryhmäläisen läsnäolo tulisi silti huomioida esimerkiksi tervehtimällä. Seuraavaksi toimintaterapeutin tulisi tarkkailla ovatko ryhmäläiset valmiita vastaanottamaan uutta tietoa ja

kokemusta, vai onko tarpeen tehdä lämmittelyharjoituksia sopivan tunnetilan saavuttamiseksi. Jokaisella ryhmäkerralla toimintaterapeutin tulee myös esitellä kyseisen kerran tavoite ja selventää toiminnan tarkoitus. Esittelyvaiheen loppuun toimintaterapeutti käy lyhyesti läpi ryhmäkerran aikataulun ja suunnitelman. (Cole 2018, 4–5.)

Toimintavaihetta suunniteltaessa toimintaterapeutin tulee mahdollisuuksien mukaan ottaa huomioon ryhmäläisten toiveet toiminnalle. Toiminta tulee aikatauluttaa ja sillä tulee olla selkeä tavoite, joka palvelee suurinta osaa ryhmän jäsenistä. Toimintaa suunnitellessaan toimintaterapeutin tulee myös ottaa huomioon ryhmäläisten mahdolliset fyysiset ja psyykkiset rajoitteet, toiminnan muuttaminen sekä ohjaajan osaaminen. (Cole 2018, 6–7.)

Jakamisvaiheessa jokaisella ryhmäläisellä on mahdollisuus kertoa ja jakaa muille kokemuksiaan tehdystä toiminnasta. Toimintaterapeutin tulee huolehtia turvallisesta ja positiivisesta ilmapiiristä, sekä varmistaa, että kaikki halukkaat saavat äänensä kuuluviin ja tulevat kohdatuiksi. (Cole 2018, 7–8.)

Käsittelyvaihe on opiskelijalle hankalin vaihe omaksua, ja se jääkin usein toteuttamatta ennen kuin ohjaukokemusta kertyy. Tässä vaiheessa tulisi käydä läpi ryhmäläisten ajatuksia ja tunteita toisistaan, ohjaajasta sekä ryhmän toiminnasta ja dynamiikasta. Oikein suoritetusta prosessista voidaan saada tärkeää tietoa ryhmäläisten vaikeista ja negatiivisista tunteista, jotka jäädessään käsittelemättä, voivat heikentää ryhmästä saatua hyötyä. (Cole 2018, 8.)

Yleistämistä ei voi suunnitella etukäteen, sillä terapeutin tehtävänä tässä vaiheessa on tehdä yhteenvetoa ja yleistyksiä ryhmäläisten vastauksista ja kokemuksista, jotka syntyivät toiminnan tuloksena. Tässä vaiheessa voidaan käsitellä myös asioita, jotka ryhmäläiset ovat kokeneet eri tavoin, kuten esim. stressi. Jollekin stressi voi olla motivoiva tekijä ja jollekin se voi aiheuttaa passiivisuutta. (Cole 2018, 8–10.)

Soveltamisvaiheessa terapeutti auttaa ryhmäläisiä soveltamaan yleistämistä opittuja ja esiin nousseita asioita heidän jokapäiväiseen arkeensa. Jokaiselle ryhmäläiselle tulee löytää juuri

hänelle sopiva ja yksilöllinen tapa uusien taitojen arkeen tuomisessa. Tämä vaihe kannustaakin yhteistyöhön, sillä terapeutin lisäksi myös ryhmäläiset voivat auttaa toisiaan uuden tiedon soveltamisessa. (Cole 2018, 10.)

Yhteenvedossa käydään tiivistetysti läpi ryhmän kehitys, tavoitteet ja sisältö. Terapeutti sanoittaa ryhmässä esiin nousseita positiivisia tunteita ja kokemuksia, mikä vahvistaa jäsenten positiivista kokemusta ryhmästä. Terapeutin on myös hyvä kiittää ryhmäläisiä heidän osallistumisestaan, avoimuudestaan ja luottamuksestaan. Viimeisenä velvollisuutenaan terapeutti pitää huolen ryhmäkerän päättymisestä ajallaan. (Cole 2018, 10–11.)

### **3.4 Ryhmän ohjaajan osaamiset**

Ryhmän ohjaaminen edellyttää ohjaajalta monenlaisia taitoja. Mandel ja muut (1999) nostavat esille Toselandin (1995) luokittelemat taidot, joita vaaditaan ryhmän ohjaajalta. Nämä taidot ovat: fasilitointi (mm. läsnäolotaidot ja ryhmän jäsenten osallistaminen), tiedon kerääminen ja arviointi (mm. ajatusten, tunteiden ja käyttäytymisen tunnistaminen ja kuvailu), sekä toimintataidot (mm. mallintaminen ja resurssien tarjoaminen). (Mandel ym. 1999, 26; viitattu lähteeseen Toseland 1995). Ryhmän ohjaaminen onkin sekä innostavaa että haastavaa, sillä samanaikaisesti kun ohjaaja huolehtii ryhmän identiteetin ja koheesion kasvusta, tulee hänen pitää mielessään myös jokaisen ryhmäläisen yksilölliset tavoitteet (Mandel ym. 1999, 25).

Ryhmän ohjaajan tulee saavuttaa positiivinen auktoriteettiasema ja ryhmäläisten luottamus (Ryhmäilmiö 2015, 11). Myös Cole (2018, 11) nostaa esiin luottamuksen ja ohjaajan auktoriteetin. Ohjaajan auktoriteetti lisää ryhmäläisten luottamusta, kuten myös ohjaajan antama tuki ja rohkaisu. Ohjaajan tulee olla empaattinen, ymmärtäväinen ja kyetä vastaamaan ryhmäläisten tarpeisiin. Ohjaajan tulee myös pystyä asettamaan rajoja puuttumalla epäasialliseen käytökseen, ja pitämällä huolen, että kaikilla on yhtäläinen mahdollisuus osallistua aikataulun puitteissa. (Cole 2018, 11–12.)

Ryhmän ohjaaja on vastuussa ryhmän toimintakyvystä. Toimivassa ryhmässä jokaisen ryhmän jäsenen tulee kokea olevansa osa ryhmää. Ohjaajan on näytettävä omalla esimerkillään, miten ryhmässä ollaan vuorovaikutuksessa toisten kesken. (Ryhmäilmiö 2015, 17.) Ohjaajan tulee myös rohkaista ryhmäläisiä vuorovaikutukseen keskenään, sillä ryhmäläiset oppivat ja saavat paljon

enemmän ryhmästä irti, jos he pystyvät tukemaan toisiaan, ilmaisemaan tunteitaan sekä jakamaan kokemuksia ja ideoita. (Cole 2018, 11.)

Itsen terapeutin käyttö on olennaista ryhmän ohjaamisessa, sillä sen välityksellä ohjaaja rakentaa suhteen ryhmän jäseniin (Cole 2018, 70). Itsen terapeutin käytön määrittely ei ole täysin selkeä ja eri kirjoittajat määrittelevätkin sen hieman eri tavalla. Se on tärkeä työväline, jonka avulla rakennetaan ja ylläpidetään terapeutista suhdetta, ja keskeistä sen käytössä on itsetuntemus. Itsen terapeutin käyttö on mm. oman persoonan ja havaintojen suunnitelmallista, harkittua ja tietoista käyttöä, ja se edellyttää oman ajattelun ja toiminnan ymmärtämistä sekä tietoisuutta omista vahvuuksista ja asenteista. (Hautala ym. 2013, 100–101.)

### **3.5 Etäryhmän ohjaajan osaamiset**

Etäryhmän ohjaajalla tulee ryhmän ohjaajan osaamisten lisäksi olla hyvät tietotekniset taidot. Sekä Stenberg ja Parkkila (2023, 8) että Ferrari, Pywell, da Costa ja Marcolino (2022) ilmaisevat, että etänä toimivan ohjaajan tulee hallita erilaisia digitaalisia työkaluja ja olla valmis opastamaan asiakasta tietoteknisissä asioissa. Etäryhmän ohjaajalla tulee myös olla ymmärrystä digitaalisen eriarvoisuuden aiheuttamista ongelmista, kaikilla asiakkailla ei välttämättä ole tarvittavia digitaalisia laitteita tai digiosaamista (Ferrari ym. 2022).

Vuorovaikutustaidot ovat tärkeässä roolissa etäohjaamisessa ja ammattilaisen tulee kiinnittää erityistä huomiota siihen, että asiakas tuntee tulevansa kohdatuksi. Tunteiden ja sanattomien viestien välittäminen saattaa olla vaikeampaa etänä kuin kasvokkain, joten ammattilaisen tulee sanoittaa asioita selkeämmin, jotta asiakkaalle välittyy esim. ymmärrys ja rohkaiseminen. (Stenberg & Parkkila 2023, 14.) Ferrari ja muut (2022) mainitsevat, että etänä vuorovaikutustilanteissa voi tulla väärinkäsityksiä ja muiden läsnäolo voi tuntua jopa voimakkaammalta kuin kasvotusten. Ryhmän jäsenen voi olla myös helpompi poistua etäryhmästä kuin kasvokkain kokoontuvasta ryhmästä. Ohjaajan tulee jatkuvasti havainnoida ryhmäläisiä, jotta hän pystyy toimimaan tällaisten tilanteiden helpottamiseksi ja ehkäisemiseksi. (Ferrari ym. 2022.)

## 4 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, millaisia toimintaterapeutin työssä tarvittavia osaamisia Toivo-ryhmän etänä ohjaaminen on vahvistanut ja miten Toivo-ryhmän ohjaamisen on koettu soveltuvan osaksi toimintaterapeutin opintoja. Tavoitteena oli saada tietoa Jyväskylän ammattikorkeakoulun tulevaisuuden opintosuunnitelmia ja Toivo-ryhmän kehittämistä ajatellen, miten Toivo-ryhmän ohjaaminen edistää toimintaterapeutin työssä tarvittavia osaamisia.

Teoriaosuudessa tarkastellaan toimintaterapian perusteita, ryhmämuotoisen toimintaterapian erityispiirteitä sekä etäohjaamisen osaamisvaatimuksia. Toimintaterapeutin työssä keskeisiä osaamisalueita ovat muun muassa vuorovaikutus- ja ohjaustaidot, toiminnallisten menetelmien käyttö, ryhmän hallinta ja ammatillinen reflektointi. Etäohjaaminen asettaa erityisiä vaatimuksia ohjajalle, kuten digitaalisten välineiden hallintaa, kykyä rakentaa yhteyttä teknologian välityksellä, selkeää viestintää sekä taitoa ylläpitää ryhmän toimintaa etäympäristössä.

Opinnäytetyön tutkimuskysymyksiksi muodostuivat: Mitä toimintaterapeutin työssä tarvittavia osaamisia Toivo-ryhmän ohjaaminen etänä on vahvistanut? Miten Toivo-ryhmän ohjaamisen on koettu soveltuvan osaksi opintoja?

## 5 Opinnäytetyön toteutus

### 5.1 Laadullinen tutkimus

Tämä opinnäytetyö toteutettiin laadullisena eli kvalitatiivisena tutkimuksena. Günther ja Hasanen (2021) tuovat esille, että laadullisen tutkimuksen vahvuuksia ovat joustavuus, tutkittavan ilmiön syvä ymmärtäminen ja kontekstin huomioiminen. Laadullinen tutkimus mahdollistaa tutkittavien omien kokemusten esiin tuomisen, mikä voi tarjota arvokasta tietoa ilmiöistä, joita ei voida helposti mitata. Laadullinen tutkimus tuottaa monipuolista ja yksityiskohtaista tietoa, jonka avulla voidaan tarkastella ihmisten käyttäytymistä, arvoja ja asenteita. Lisäksi laadullinen tutkimus antaa mahdollisuuden sille, että tutkimusasetelmaa voidaan tarkentaa aineiston keruun ja analyysin aikana. Laadullisessa tutkimuksessa on kuitenkin tärkeää huomioida tutkijan oma rooli ja reflektoida sitä kriittisesti, jotta tutkimukseen ei vaikuta liikaa tutkijan ennakkokäsitykset. (Günther & Hasanen, 2021.)

Günther ja Hasanen (2021) toteavat, että laadullisessa tutkimuksessa tutkimusongelmat ovat useimmiten, mitä- ja miten- kysymyksiä, sillä päämääränä on ymmärtää ja kuvata jotakin ilmiötä. Tutkimusongelmaa määritettäessä on olennaista, että tehtävällä tutkimuksella on mahdollista löytää vastaus tutkimusongelmaan. Tutkimusongelmia voi olla yksi tai useampia ja niiden tulisi olla tarkkarajaisia ja ymmärrettäviä. Tulisi siis välttää liian laajan ilmiön kuvaamista, ja ottaa sen sijaan tarkasteluun jokin pienempi osa-alue. (Günther & Hasanen 2021.)

## **5.2 Tutkijan positio**

Tässä luvussa avataan tutkijoiden asemaa, jotta on selvää, mikä on tutkijoiden suhde tutkimuksen aiheeseen ja tutkittaviin. Saaranen-Kauppinen ja Puusniekka (2006) mainitsevat, että tutkijan on mahdotonta olla täysin objektiivinen. Tutkijan tulee kuitenkin pyrkiä toimimaan niin, etteivät hänen omat mielipiteensä ja käsityksensä vaikuta liikaa tutkimukseen. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka, 2006).

Molemmilla tutkijoilla on kokemus Toivo-ryhmästä osallistujana, mikä tarjoaa ymmärrystä ryhmän toiminnasta ja sen merkityksestä toimintaterapeuttiopiskelijoille. Osallistujana kokemukset olivat positiivisia ja niissä tuli esiin vertaistuen tärkeys, ryhmän tuoma apu monimuoto-opintoihin ja konkreettiset vinkit opiskeluiden edistämiseen. Ohjaajana kokemus vahvisti erityisesti vuorovaikutustaitoja, loi varmuutta ryhmän ohjaamiseen ja kykyä yhdistää teoria käytäntöön. Näiden kokemusten pohjalta tekijöillä on mahdollisuus ymmärtää tutkimusaihetta syvällisesti, mutta he tiedostavat myös oman näkökulmansa vaikutukset tutkimusprosessiin.

## **5.3 Kestävän kehityksen näkökulma**

Agenda 2030 -kestävän kehityksen tavoitteista Toivo-ryhmä edistää seuraavia tavoitteita: taata terveellinen elämä ja hyvinvointi kaiken ikäisille ja toimia kiireellisesti ilmastonmuutosta ja sen vaikutuksia vastaan (Agenda 2030 – kestävän kehityksen tavoitteet n.d). Etänä järjestettävä Toivo-ryhmä on ilmastoteko, sillä ryhmäläisten ja ohjaajien ei tarvitse käyttää kulkuneuvoja osallistuakseen ryhmän toimintaan. Ryhmän toiminnassa voidaan käyttää jonkin verran materiaaleja, mutta ohjaajat huolehtivat, että nekin ovat sellaisia, joita jokaisella ryhmäläisellä on jo olemassa, kuten esim. kynä ja paperi. Ryhmän ohjaaminen ja ryhmän toimintaan osallistuminen ei myöskään vaadi

tulostettavia materiaaleja, ja ohjaajat pystyvät omalla toiminnallaan minimoimaan materiaalien käytön ohjauksen suunnitellussa ja toteuttamisessa.

Hyvinvoinnin ja terveellisten elämäntapojen tukeminen on keskeistä Toivo-ryhmän toiminnassa. Ohjaajien täytyy perehtyä hyviä elämäntapoja tukeviin interventioihin, sillä he kannustavat ryhmäläisiä tarkastelemaan omia elämäntapojaan ja pohtimaan niiden merkitystä hyvinvoinnille. Ryhmäläisten tulee myös ohjaajien avustuksella miettiä, olisiko heidän tarpeellista tehdä muutoksia omiin elämäntapoihinsa ja miten näiden muutosten tekeminen tukisi omaa hyvinvointia.

## **5.4 Aineistonkeruu**

Aineisto kerättiin käyttämällä puolistrukturoitua haastattelumenetelmää eli teemahaastattelua. Günther ja Hasanen (2021) kertovat haastattelun olevan tavallinen keino tuottaa aineistoa, kun halutaan tietoa muiden ihmisten kokemuksista, käsityksistä ja toiminnasta. Teemahaastattelu antaa vapautta haastattelukysymyksille sekä tilaa haastateltavien vastauksille (Hyvärinen, Suoninen & Vuori 2021). Teemahaastattelurunko (Liite 1) jaettiin kolmeen teemaan, jotka käsittelivät ryhmän ohjaamista, toiminnallisuutta ryhmässä sekä Toivo-ryhmän ohjaamista osana toimintaterapeutin opintoja.

Tutkimukseen haastateltiin toimintaterapeuttiopiskelijoita, jotka ovat ohjanneet Toivo-ryhmää kokonaan tai osittain etänä. Tavoitteena oli järjestää kaksi ryhmähaastattelua, joissa molemmissa olisi noin neljä haastateltavaa. Opiskelijat saivat kutsun haastatteluun opintojakson keskustelualueen kautta sekä myös suoraan sähköpostitse. Haastatteluihin ilmoittautui kolme opiskelijaa, joten vain yksi ryhmähaastattelu toteutui. Haastattelu toteutettiin Teamsin välityksellä, sen kesto oli noin 40 minuuttia ja se tallennettiin.

## **5.5 Aineiston analyysi**

Tämän opinnäytetyön aineisto analysoitiin käyttämällä aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Tuomen ja Sarajärven (2018, 122) mukaan Miles ja Huberman (1994) määrittelevät aineistolähtöisessä analyysissa olevan karkeasti kolme vaihetta: aineiston redusointi (pelkistäminen), aineiston klusterointi (ryhmittely) ja abstrahointi (teoreettisten käsitteiden luominen). Sisällönanalyysi etenee literoinnin jälkeen niin, että aineistosta etsitään ja merkitään pelkistettyjä ilmauksia. Pelkistetyt

ilmaukset listataan, jonka jälkeen niistä etsitään erilaisuuksia ja samankaltaisuuksia. Seuraavaksi pelkistetyt ilmaukset ryhmitellään/yhdistetään ja muodostetaan alaluokat. Sitten yhdistetään alaluokat ja muodostetaan niistä yläluokat, jotka edelleen yhdistetään pääluokiksi tai yhdistäväksi luokaksi. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 123.) Etukäteen ei kuitenkaan ole mahdollista määritellä millaisia luokkia aineistosta on mahdollista muodostaa, sillä kaikille luokille ei aineistosta riippuen ole välttämättä tarvetta, ja se selviää vasta kun analyysi etenee (Tuomi & Sarajärvi 2018, 127).

Haastatteluiden jälkeen tallenne litteroitiin ja tallennettiin Word-tiedostoksi. Litteroitua aineistoa kertyi 11 sivua Calibri-fontilla 12 ja rivivälillä 1,5. Litterointi tehtiin sanatarkasti ja se sisälsi myös haastattelijoiden kysymykset. Litteroinnin jälkeen listattiin kaikki aineistosta kerätyt alkuperäisilmaukset ja niistä muodostettiin pelkistetyt ilmaukset. Tämän jälkeen pelkistetyt ilmaukset jaoteltiin samaa aihetta käsitteleviin ryhmiin. Näitä ryhmiä, eli alaluokkia, muodostui viisi kappaletta, joista muodostui vielä kolme eri teemoja käsittelevää yläluokkaa.

Taulukko 1. Esimerkki aineistolähtöisestä sisällönanalyysistä

Alkuperäisilmaus	Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka
"Ylipäätään se ryhmän ohjaaminen vähän jännitti, kun ei ole hirveästi kokemusta."	Epävarmuus omista ryhmän ohjaajan taidoista.	Ennakkoajatukset Toivo-ryhmän ohjauksesta.	Ohjaamiseen liittyvät tunteet ja näkökulmat.
"Sinänsä mitään erityistä huolta, sillä kun oli itse toivo ryhmässä ryhmäläisenä, niin ne oli kaikki etänä. Mulla oli tosi positiivinen kokemus siitä itsellä."	Osallistujana positiivinen kokemus.	Ennakkoajatukset Toivo-ryhmän ohjauksesta.	Ohjaamiseen liittyvät tunteet ja näkökulmat.
"Kaikista haastavinta oli siis aikataulujen yhteensovittaminen, kun oli niin erilaiset aikataulut."	Aikataulujen yhteensovittaminen haastavaa.	Haasteet Toivo-ryhmän ohjauksessa.	Ohjaamiseen liittyvät tunteet ja näkökulmat.
"Mulle ehkä haastavinta oli tässä etätoteutuksessa, että pystyy välittämään niille ryhmäläisille sen, että on aktiivisena kuuntelemassa mitä he sanoo."	Haasteena aktiivisen kuuntelun osoittaminen.	Haasteet Toivo-ryhmän ohjauksessa.	Ohjaamiseen liittyvät tunteet ja näkökulmat.

## 6 Tutkimustulokset

Haastatteluaineiston analyysissä muodostui kolme kokonaisuutta: ammatillinen kasvu, toiminnallisuus ryhmän ohjaamisessa sekä ohjaamiseen liittyvät tunteet ja näkökulmat. Toivo-ryhmän ohjaajana toimiminen nähtiin positiivisena kokemuksena ja turvallisena tilana harjoitella ryhmän ohjaamista. Ohjaajana toimimisen koettiin vahvistavan toimintaterapeutin ammatissa tarvittavia osaamisia ja lisäävän itsevarmuutta ryhmän ohjaamiseen. Toiminnallisten harjoitteiden ja niistä käytyjen keskusteluiden nähtiin edistävän ryhmähenkeä ja lisäävän ryhmäläisten itseymmärrystä. Näitä tutkimustuloksia tarkastellaan tarkemmin seuraavissa luvuissa.

### 6.1 Ammatillinen kasvu

Toivo-ryhmän ohjaaminen tarjosi opiskelijoille mahdollisuuden ammatillisen osaamisen kehittymiseen. Opiskelijat kuvasivat, kuinka käytännön tekeminen (ryhmän ohjaaminen) konkretisoi ryhmäprosessin kulun ja vahvisti käsitystä ryhmänohjaajan roolin merkityksestä. Haastattelussa nousi esiin Toivo-ryhmän alussa tehtävä tarvearviointi. Haastateltavat kokivat, että arviointi auttoi hahmottamaan ryhmäläisten tarpeita ja ohjauksen suunnittelua. Tämä vahvisti heidän valmiuksiaan kohdata ryhmäläiset yksilöllisesti.

*Mä koen, että ne aiheet mitä ryhmäläisistä tuli, kun tehtiin se kysely siinä alussa, niin ne oli musta mielenkiintoisia.*

Tärkeänä kokemuksena haastateltavilta nousi esiin teoreettisen tiedon yhdistäminen käytäntöön. Haastateltavat kokivat, että konkreettinen ohjaustyö selkeytti koulussa opittujen teoreettisten mallien merkitystä ja auttoi ymmärtämään niiden soveltamista käytännössä.

*Oli ehkä helpompi yhdistää sitä teoriaa, kun mitä vaan kirjasta opiskelemalla.*

*Olisi ehkä ollut hyvä, että olisi muistanut pitää nämä teoriat aktiivisemmin mukana suunnittelussa.*

Haastateltavat toivat esiin myös, että positiivinen palaute onnistuneista harjoitteista ja suunnitteluprosessin harjoitteluun lisäsivät varmuutta omaan osaamiseen. Ohjauksen toteuttaminen

vertaisopiskelijoiden kanssa koettiin turvallisena ympäristönä harjoitella ryhmän ohjaamista. Ryhmässä oli tilaa kokeilla erilaisia harjoitteita ja kehittää omia ryhmän ohjaamisen taitoja.

*Musta ehkä innostavinta oli se, kun ryhmän jäsenet kertoivat, että niistä harjoitteista mitä siellä tehtiin, oli hyötyä.*

Toivo-ryhmän ohjaamisen myötä opiskelijat kuvasivat ammatillisen osaamisensa lisääntyneen erityisesti seuraavilla osa-alueilla:

- ryhmän ohjaamisen prosessin ymmärtäminen
- suunnittelun ja arvioinnin merkitys
- teoretiedon soveltaminen
- toiminnallisten menetelmien käyttö
- vuorovaikutus- ja ohjaustaidot

## 6.2 Toiminnallisuuden toteuttaminen ryhmässä

Haastateltavat hyödynsivät monia erilaisia keinoja toiminnallisuuden toteuttamiseen ryhmissä ja kertoivat ryhmäläisten osallistuneen aktiivisesti toimintaan. Toiminnallisten tehtävien tekemisessä käytettiin mm. netistä löytyviä kyselyitä, erilaisia sovelluksia (esim. Canva ja PowerPoint), puhe- linta sekä kynää ja paperia. Palautteen keräämisessä hyödynnettiin sähköistä kyselyä. Yhdessä ryhmässä pidettiin myös jokaisella ryhmäkerralla yhteinen taukojumppa.

*Yksi tehtävä missä kysyttiin, että nosta käsi pystyyn, jos olet joskus ajatellut, että olet huonompi kuin muut, tai jos olet joskus kokenut, että et jaksa. Siinäkin tuli kyllä sitä yhteisöllisyyttä ja toiminnallisuutta.*

Toiminnallisten tehtävien jälkeen ryhmissä jaettiin tunteita ja ajatuksia siitä, miten ryhmäläiset kokivat tehtävät. Ryhmäläiset olivat aktiivisia keskustelijoita ja jakoivat mielellään ajatuksiaan. Yhdessä ryhmässä saatiin palautetta siitä, että vapaalle keskustelulle olisi toivottu enemmän mahdollisuuksia.

*Jokaisen tehtävän jälkeen saivat jakaa ajatuksia siitä ja tuloksia, jos niitä oli. Ei tietenkään pakotettu, mutta tosi mielellään tuntuivat kyllä jakavan.*

*Tehtiin ajankäytön ympyrä, ja siinä tajusi, että okei täällä nyt on tätä luppoaikaa jonkun verran, että ehkä mä voisin sille tehdä jotain. Me käytiin myös tätä keskustelua, että mitä he siitä huomasi.*

### 6.3 Ohjaamiseen liittyvät tunteet ja näkökulmat

#### Ennakkoajatukset Toivo-ryhmän ohjaamisesta

Toivo-ryhmän ohjaamiseen liittyvistä ennakko-odotuksista ja huolista keskusteltaessa, ei yhtään haastateltavaa huolettanut varsinaisesti etäohjaaminen. Yksi haastateltavista kertoi kokemuksen puutteen aiheuttaneen hänelle etukäteen jännitystä ryhmän ohjaamisesta. Häntä jännitti, miten onnistuu saamaan ryhmäläisiä osallistumaan toimintaan ja keskusteluihin.

Yhdellä haastateltavalla oli niin positiivinen kokemus osallistujana etämuotoisesta Toivo-ryhmästä, että ohjaaminen ei sen vuoksi aiheuttanut etukäteen huolta tai jännitystä. Yhdellä haastateltavalla taas oli hieman huonompi kokemus osallistujana, joten se aiheutti hänelle painetta saada ohjaimalleen ryhmälle parempi kokemus.

*Silloin kun itse oli ryhmäläisenä niin siitä jäi vähän valju kokemus. Tavallaan ei ihan päässyt kärryille, että mitä tässä haettiin ja mikä tän idea oli. Tavallaan sitten tuntui, että itsellä oli vähän paineita, että saadaan siitä parempi kokemus näille omille ryhmäläisille.*

#### Haasteet Toivo-ryhmän ohjaamisessa

Toivo-ryhmän ohjaamisen haasteet liittyivät aikatauluttamiseen ja etänä tapahtuvaan vuorovaikutukseen. Yhden haastateltavan mukaan kaikista haastavinta oli aikataulujen yhteensovittaminen erilaisten aikataulujen vuoksi. Etäohjaamiseen liittyvistä vuorovaikutuksen haasteista nousi esiin aktiivisen kuuntelun osoittaminen ja se, miten onnistua ilmaisemaan asiansa ymmärrettävästi.

*Mulle ehkä haastavinta oli tässä etätoteutuksessa, että pystyy välittämään niille ryhmäläisille sen, että on aktiivisena kuuntelemassa mitä he sanoo. Mikroilmeet ja eleet ei välity samalla tavalla, kun sitten kasvokkain kohdatessa.*

*Joo, se oli kanssa, että miten saat ilmaistua sun asian sillä tavalla, että se menee perille.*

## Onnistumisen kokemukset Toivo-ryhmän ohjaamisessa

Toivo-ryhmän ohjaamiseen liittyvistä innostavista asioista ja onnistumisen kokemuksista keskusteltaessa nousi eniten esille ryhmäläisten aktiivinen osallistuminen ja heidän välillään vallinnut hyvä ryhmähenki. Yksi haastateltava lisäksi kertoi saaneensa ryhmän ohjaamisesta positiivisen kokemuksen, vaikka häntä jännitti ohjaaminen aika paljon ennen jokaista ryhmäkertaa.

Haastateltavat kertoivat kaikkien ryhmien jäsenien olleen todella aktiivisia. Ryhmissä keskusteltiin avoimesti, kannustettiin toisia ja jaettiin vertaistuellisia vinkkejä. Yksi haastateltava mainitsi, että ryhmään muodostui me-henki, vaikka kaikki ryhmäläiset olivat hyvin erilaisia keskenään.

*Meidän ryhmässä oli tosi aktiivisia ne jäsenet.*

*Meillä oli tosi aktiiviset ryhmäläiset ja he tosi aktiivisesti jakoivat omia kokemuksiaan, antoivat positiivista palautetta ja myös kritiikkiä. Kaikki lähti aina kaikkeen mukaan.*

## 7 Johtopäätökset

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, mitä toimintaterapeutin työssä tarvittavia osaamisia Toivo-ryhmän etänä ohjaaminen on vahvistanut ja miten Toivo-ryhmän ohjaamisen on koettu soveltuvan osaksi toimintaterapeutin opintoja. Opinnäytetyön tutkimuskysymykset olivat: Mitä toimintaterapeutin työssä tarvittavia osaamisia Toivo-ryhmän ohjaaminen etänä on vahvistanut? Miten Toivo-ryhmän ohjaamisen on koettu soveltuvan osaksi opintoja?

Toivo-ryhmän ohjaajana toimiminen nähtiin positiivisena ja opettavaisena kokemuksena. Kokeuttomalle ryhmän ohjaajalle se tarjosi turvallisen paikan harjoitella ryhmän ohjaamista, ja onnistumisen kokemukset lisäsivät opiskelijoiden itsevarmuutta heidän omiin taitoihinsa. Haasteita ohjaamisessa koettiin aikataulujen yhteensovittamisessa sekä etänä tapahtuvassa vuorovaikutuksessa.

Ohjaajana toimiminen edisti myös opiskelijoiden ammatillista kasvua, sillä sen koettiin vahvistavan useita toimintaterapeutin työssä tarvittavia osaamisia. Opiskelijat ymmärsivät oman vuorovaikutuksensa merkityksen ja mukauttivat sitä tilanteiden vaatimalla tavalla. Ohjaaminen lisäsi myös

opiskelijoiden ymmärrystä ryhmäprosessista, ryhmän ohjaajan roolista sekä toiminnallisten menetelmien hyödyntämisestä. Se vahvisti heidän ohjaustaitojaan sekä teorian tiedon käytäntöön soveltamista. Opiskelijat ymmärsivät, kuinka tärkeää on suunnitella ohjaustilanteet hyvin etukäteen ja ottaa myös ryhmäläisten toiveet ja tavoitteet huomioon ryhmäkertojen suunnittelussa.

Tulosten perusteella voidaan tehdä päätelmä, että Toivo-ryhmän ohjaaminen etänä tarjosi opiskelijoille tärkeää kokemusta ryhmän ohjaamisesta ja vahvisti heidän ammatillista osaamistaan. Johdopäätöksenä voidaan todeta Toivo-ryhmän ohjaamisen etänä soveltuvan hyvin osaksi toimintaterapeutin opintoja ja vahvistavan toimintaterapeuttiopiskelijoiden vuorovaikutustaitoja, ohjausosaamista, teorian tiedon soveltamista käytäntöön sekä toiminnan tarkoituksenmukaista käyttöä. Ohjaaminen lisäsi myös opiskelijoiden ymmärrystä ryhmämuotoisesta toimintaterapia-prosessista.

## **8 Pohdinta**

### **8.1 Keskeisten tulosten tarkastelua**

Tutkimuksemme tavoitteena oli selvittää, millaisia osaamisia Toivo-ryhmän ohjaaminen etänä on vahvistanut ja miten ohjaaminen on koettu osana opintoja. Vaikka haastatteluun osallistui lopulta vain kolme opiskelijaa, saimme vastauksia, jotka auttoivat muodostamaan kuvaa opiskelijoiden kokemuksista. Osallistujien määrän pienuudesta huolimatta aineistosta nousi toistuvia teemoja, jotka liittyivät erityisesti ammatillisen osaamisen kehittymiseen ja käytännön kokemusten merkitykseen.

Tuloksista ilmeni, että opiskelijat kokivat Toivo-ryhmän ohjaamisen pääsääntöisesti myönteisenä ja kehittävänä kokemuksena. Vastaukset olivat pääosin sellaisia, kuin olimme odottaneet, eli ohjaustilanteet tarjosivat mahdollisuuden soveltaa teoriaa käytäntöön ja kehittää ryhmäohjaustaitoja. Tämä vahvistaa tutkimuksessamme aiemmin esiin nostettua näkemystä siitä, että käytännön kokemukset vahvistavat opiskelijan ammatillista kasvua ja tukevat ammatti-identiteetin kehittymistä (Ashby ym. 2016).

Etäohjauksen rooli ei noussut opiskelijoiden vastauksissa niin keskeiseksi, kuin ennakkoon olettimme. Se ei vaikuttanut merkittävästi siihen, miten opiskelijat kokivat itse ohjauksen tai oman

osaamisensa kehittymisen. Haastattelussa nousi kuitenkin esiin, että etäympäristö vaikutti erityisesti vuorovaikutukseen ryhmässä. Tätä onkin hyvä pohtia ennakkoon Toivo-ryhmän ohjaajia valmisteltaessa. Tulokset ovat linjassa Salmisen ja muiden (2015) esiin tuoman näkemyksen kanssa, jonka mukaan etäkuntoutus mahdollistaa ohjauksen, arvioinnin ja harjoitusten seurannan, mutta tuo mukanaan myös omat erityispiirteensä. Esimerkiksi vuorovaikutuksen rakentaminen vaatii etäyhteydessä enemmän tietoisia ponnisteluja, ja ohjaajan on suunniteltava toiminta entistä huolellisemmin. (Salminen ym. 2015, 11–12.)

Toivo-ryhmä aiheena kiinnosti meitä tutkijoita jo ennalta, sillä meillä oli siitä omakohtaisia positiivisia kokemuksia. Tutkimuksen aikana koimme antoisaksi syventyä toimintaterapeutin ammatillisiin osaamisiin ja ryhmäohjauksen teoreettiseen taustaan. Teoreettisen tiedon yhdistäminen käytäntöön tuli esiin myös haastatellessamme opiskelijoita. Tämä tukee käsitystä siitä, että käytännön tilanteet mahdollistavat teorian soveltamisen motivoivalla tavalla. Tutkimuksen aikana esiin nousseet osaamiset, kuten vuorovaikutustaidot, ohjausosaaminen ja kyky soveltaa teoriatieta käytäntöön, tukevat Ashby ym. (2016) kansainvälisen tutkimuksen tuloksia. Heidän tutkimuksessaan tarkasteltiin toimintaterapeuttiopiskelijoiden käsityksiä ammatti-identiteetistään ja todettiin, että käytännön kokemukset, kuten ryhmän ohjaaminen, tukevat merkittävästi ammatillisen identiteetin kehittymistä. Myös tässä tutkimuksessa opiskelijat kuvasivat Toivo-ryhmän ohjaamista kokemuksena, joka lisäsi ymmärrystä toimintaterapeutin roolista ja ammatillisista taidoista.

Yhteenvedona voidaan todeta, että vaikka osallistujamäärä jäi pieneksi, saatu aineisto vastasi tutkimuskysymyksiimme. Tulokset vahvistivat käsitystä siitä, että käytännön ohjaukokemukset tukevat opiskelijoiden ammatillista kehittymistä. Tulevaisuudessa olisi kuitenkin tärkeää tutkia aihetta laajemmalla osallistujamäärällä, jotta saataisiin monipuolisempi kuva opiskelijoiden kokemuksista ja näkemyksistä.

## **8.2 Tutkimuksen eettisyys**

Opinnäytetyö toteutettiin noudattamalla hyvän tieteellisen käytännön peruseriaatteita koko prosessin ajan. Nämä peruseriaatteet ovat rehellisyys, luotettavuus, vastuunkanto ja arvostus (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa 2023.) Eettisten periaatteiden noudattaminen tutkimuksessa edellyttää tutkittavien itsemääräämisoikeuden, yksityisyyden, ihmisarvon ja muiden oikeuksien kunnioittamista. Tutkittavia on kohdeltava tasa-arvoisesti ja

välttävä aiheuttamasta heille vahinkoa tai haittaa. (Vuori 2021.) Tutkimukseen tarvittavista luvista ja suostumuksista tulee myös huolehtia ennen kuin tutkimusaineistoa aletaan keräämään (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa 2023, 13).

Opinnäytetyöstä laadittiin sopimus Jyväskylän ammattikorkeakoulun kanssa. Myös tutkimuslupa haettiin Jyväskylän ammattikorkeakoululta ennen haastateltavien rekrytointia ja aineiston keräämistä. Lisäksi laadittiin tietosuojaseloste ja aineistohallintasuunnitelma. Tutkimusluvan saatuamme toimitimme opiskelijoille saatekirjeen (Liite 2), teemahaastattelurungon sekä tietosuojaselosteen. Suostumukset haastateltavilta kerättiin suullisesti haastattelun alussa, ennen tallentamisen aloittamista.

Haastatteluun osallistuminen oli vapaaehtoista. Osallistujilla oli myös mahdollisuus suostumuksensa perumiseen ja osallistumisen keskeyttämiseen kaikissa tutkimuksen vaiheissa. Tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuudesta tiedotettiin sekä saatekirjeessä että suullisesti ennen haastattelun aloittamista. Tutkimusaineisto analysoitiin ja raportoitiin huolehtien haastateltavien anonymiteetista, ja sekä haastattelun tallenne että tekstitiedostot hävitettiin opinnäytetyön valmistuttua.

### **8.3 Tutkimuksen luotettavuus**

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta ja pätevyyttä on mahdollista lisätä miettimällä tarkasti tutkimusprosessin vaiheet ja osatekijät, sekä kuvaamalla selkeästi, miten aineisto on saatu, käsitelty ja analysoitu (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Tässä opinnäytetyössä tutkijat pyrkivät toimimaan mahdollisimman avoimesti ja kertomaan prosessin kaikki vaiheet yksityiskohtaisesti. Tutkimuksen luotettavuutta arvioidessa on kuitenkin otettava huomioon tutkijoiden kokemattomuus. Tämä opinnäytetyö oli tutkijoiden ensimmäinen laadullinen tutkimus.

Haastattelujen toteutus sujui suunnitelmien mukaisesti. Haastattelut suunniteltiin opiskelijoiden lukujärjestyksen yhteyteen, minkä voisi ajatella tekevän osallistumisesta helpompaa. Tästä huolimatta osallistujia oli vaikea saada, mikä voi johtua esimerkiksi opiskelijoiden kuormittuneisuudesta tai tutkimusaiheen rajauksesta. Haastattelu itsessään eteni sujuvasti ja kaikki suunnitellut kysymykset onnistuttiin käymään läpi. Keskustelu oli luontevaa ja osallistujat olivat halukkaita jakamaan kokemuksiaan.

Tutkimuksen luotettavuutta lisäsi haastattelun videotallennus ja sanatarkka litterointi. Aineiston analysoinnissa huolehdittiin, että jokaisessa vaiheessa alkuperäinen tiedosto tallennettiin erilleen ennen kuin se analysoitiin. Näin alkuperäiseen litterointiin ja muihin analyysin vaiheisiin oli mahdollista tarvittaessa palata. Aineiston koko jäi kuitenkin suunniteltua suppeammaksi, mikä osaltaan voi vaikuttaa heikentävästi luotettavuuteen.

Tutkimuksen luotettavuutta pohtiessa on huomioitava myös puolueettomuusnäkökulma. Laadullisessa tutkimuksessa on väistämätöntä, että esim. tutkijan omat kokemukset ja oletukset vaikuttavat jossain määrin siihen, miten tutkija tulkitsee tekemiään havaintoja ja tiedonantajien kertomia asioita. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 119.) Molemmat tutkijoista olivat osallistuneet Toivo-ryhmään ja toinen tutkijoista oli toiminut myös ohjaajana. Tutkijat tiedostivat, että jokaisella on omanlaisensa kokemukset ryhmästä ja pyrkivät toimimaan mahdollisimman objektiivisesti ja välttämään ennakko-oletuksia.

#### **8.4 Tulosten hyödyntäminen ja jatkotutkimusehdotukset**

Toivo-ryhmätoiminta on vakiintunut osaksi Jyväskylän ammattikorkeakoulun toimintaterapeutin opintoja, mutta tämä opinnäytetyö on ensimmäinen, jossa Toivo-ryhmää tutkittiin ohjaajien näkökulmasta. Tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää Jyväskylän ammattikorkeakoulun toimintaterapeutin tutkinto-ohjelman opintosuunnitelman laatimisessa sekä Toivo-ryhmän toiminnan kehittämisessä. Opiskelijoiden kokemukset ryhmän ohjaamisesta tarjoavat tietoa siitä, mitkä osaamiset kehittyvät Toivo-ryhmän ohjaamisen aikana. Tämä voi auttaa painottamaan niitä osaamisia, jotka opiskelijat kokevat erityisen tärkeäksi, kuten vuorovaikutustaidot ja teorian soveltaminen käytäntöön. Etäohjaukseen liittyvät erityispiirteet voivat ohjata opettajia sekä Toivo-ryhmän ohjaajia valmistautumaan paremmin etäohjaukseen.

Tutkimuksen tuloksia voivat hyödyntää myös muut ammattikorkeakoulut opetussuunnitelmia laatiessaan. Ritvoksen (2025) mukaan osassa ammattikorkeakouluja toimintaterapeutin tutkinto-ohjelmaan sisältyy hiukan samankaltaista toimintaa kuin Toivo-ryhmä, mutta toisissa vastaavaa toimintaa ei ole lainkaan. Tämän tutkimuksen tulokset voivatkin kannustaa kehittämään vastaavanlaista toimintaa myös muihin ammattikorkeakouluihin.

Tulevaisuudessa voisi olla hyvä myös tarkastella opettajien näkemyksiä siitä, miten Toivo-ryhmän ohjaajia voidaan tukea etäryhmien ohjaamisessa. Tähän liittyvässä tutkimuksessa voisi tuoda esiin, millaisia valmiuksia Toivo-ryhmän ohjaaminen vaatii ja miten niitä tuetaan opettajien näkökulmasta. Lisäksi Toivo-ryhmää ohjaavien opiskelijoiden kokemuksia voisi syventää tarkastelemalla sitä, miten he ovat kokeneet saaneensa opettajilta tukea prosessin eri vaiheissa. Nämä näkökulmat voisivat tukea opetussuunnitelmien kehittämistä, sekä opiskelijoiden valmiuksien vahvistamista.

## Lähteet

- Aartolahti, E., Kantanen, M., Chichaeva, J., Juntunen, K., Puranen, K., Lällä, K., Paltamaa, J. & Rantakokko, M. 2024. Etäfyysioterapian ja etätoimintaterapian vaikuttavuus, kustannusvaikuttavuus ja merkitykset vaativassa lääkinnällisessä kuntoutuksessa. Helsinki: Kela. Viitattu 21.1.2025. <https://helda.helsinki.fi/items/8d19908f-c82c-4468-90e3-bb9faad3289a>.
- Agenda 2030 – kestävä kehityksen tavoitteet. N.d. Ulkoministeriö. Viitattu 26.1.2025. <https://um.fi/agenda-2030-kestavan-kehityksen-tavoitteet>.
- Ashby, S. E., Adler, J., & Herbert, L. 2016. An exploratory international study into occupational therapy students' perceptions of professional identity. *Australian Occupational Therapy Journal*, 63, 4, 233–243. Viitattu 25.1.2025. <https://janet.finna.fi>, CINAHL Ultimate.
- Cole, M. B. 2018. *Group Dynamics in Occupational Therapy: The Theoretical Basis and Practice Application of Group Intervention*. Fifth edition. Thorofare, NJ: Slack Incorporated. Viitattu 27.1.2025. <https://janet.finna.fi>, eBook Collection.
- Crouch, R. B. 2021. *Occupational group therapy*. Hoboken, New Jersey: Wiley Blackwell. Viitattu 4.2.2025. <https://janet.finna.fi>, ProQuest Ebook Central.
- Ferrari, S. M. L., Pywell, S. D., da Costa, A. L. B. & Marcolino, T. Q. 2022. Occupational therapy telehealth groups in Covid-19 pandemic: Perspectives from a Mental Health Day Hospital. *Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCar*, 30, 1–11. Viitattu 14.2.2025. <https://Janet.finna.fi>, ProQuest Central.
- Guiding Principles for Competency in Occupational Therapy. 2022. WFOT. Viitattu 30.1.2025. <https://wfot.org/resources/guiding-principles-for-competency-in-occupational-therapy>.
- Günther, K. & Hasanen, K. 2021. Tutkimuksen suunnittelu. Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Toim. Jaana Vuori. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Viitattu 25.12.2024. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/>.
- Hautala, T., Hämäläinen, T., Mäkelä, L. & Rusi-Pyykönen, M. 2013. *Toiminnan voimaa. Toimintaterapia käytännössä*. 3. uud. p. Helsinki: Edita Prima.
- Heiskanen, T. 2015. Etätoimintaterapia. Julkaisussa Etäkuntoutus. Toim. Salminen, A-L., Hiekkala, S. & Stenberg, J-H. Helsinki: Kela, 160–182. Viitattu 30.4.2025. <https://helda.helsinki.fi/ser-ver/api/core/bitstreams/731dd5ea-1a52-4ea1-b07a-b5458e4a6e12/content>.
- Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. 2023. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 8.4.2025. [https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje\\_2023.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf).
- Hyvärinen, M., Suoninen, E. & Vuori, J. 2021. Haastattelut. Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Toim. Jaana Vuori. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Viitattu 3.1.2025. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/>.

Mandel, D.R., Jackson, J.M., Zemke, R., Nelson, L. & Clark, F.A. 1999. Lifestyle Redesign. Implementing the Well Elderly Program. Bethesda, Maryland: AOTA.

Opetussuunnitelmat. N.d. Elämäntapojen toiminnallinen tukeminen. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Viitattu 4.1.2025. <https://opetussuunnitelmat.peppi.jamk.fi/48/fi/63/5273/944/0/39902>.

Remes, M. 2021. Etäkuntoutukset tulivat jäädäkseen – korona-aikana saadut kokemukset vauhdittavat etäkuntoutuksen kasvua. Uutinen Kelan sivustolla. Julkaistu 23.8.2021. Viitattu 20.2.2025. <https://tietotarjotin.fi/uutinen/2475668/etakuntoutukset-tulivat-jaadakseen-korona-aikana-saadut-kokemukset-vauhdittavat-etakuntoutuksen-kasvua>.

Ritvos, E. 2025. Toivo-ryhmätoiminta muissa ammattikorkeakouluissa. Sähköpostiviesti 25.4.2025. Vastaanottajat S. Hakanen & T-L. Kollin.

Rutanen, M. N.d. Toivo-toiminta. Toiminnan voima toimintaterapeuttiopiskelijoiden 1. vuoden opintojen tukena. Aineisto Elämäntapojen toiminnallinen tukeminen -opintojakson materiaaleissa Jyväskylän ammattikorkeakoulussa syyslukukaudella 2024.

Ryhmäilmiö. Ryhmänohjaajan käsikirja. 2015. Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry. 2. täyd. p. Viitattu 14.2.2025. [https://ehyt.fi/wp-content/uploads/2020/06/Ryhmailmio\\_opas\\_verkko.pdf](https://ehyt.fi/wp-content/uploads/2020/06/Ryhmailmio_opas_verkko.pdf).

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 14.3.2025. <https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/>.

Salminen, A-L., Heiskanen, T., Hiekkala, S., Naamanka, J., Stenberg, J-H. & Vuononvirta, T. 2015. Etäkuntoutuksen ja siihen läheisesti liittyvien termien määrittelyä. Julkaisussa Etäkuntoutus. Toim. Salminen, A-L., Hiekkala, S. & Stenberg, J-H. Helsinki: Kela, 11–17. Viitattu 10.3.2025. <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/731dd5ea-1a52-4ea1-b07a-b5458e4a6e12/content>.

Stenberg, J. & Parkkila, M. 2023. Opas etäkuntoutuksen käytännön toteutukseen. Helsinki: Kela. Viitattu 28.1.2025. <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/509cca70-4bf6-413b-8ab4-86eae52a85e6/content>.

Toimintaterapeutti. N.d. Suomen Toimintaterapeuttiliitto ry. Viitattu 30.1.2025. <https://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/toimintaterapeutti/>.

Toimintaterapeutti mahdollistaa merkityksellisen ja toimivan arjen. N.d. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Viitattu 27.2.2025. [https://www.jamk.fi/fi/hae-opiskelemaan/amk-tutkinto/toimintaterapeutti-mahdollistaa-merkityksellisen-ja-toimivan-arjen?utm\\_campaign=hyvi\\_yamkit&utm\\_medium=cpc&utm\\_source=google&gad\\_source=1&gclid=Cj0KCQIA2oW-BhC2ARIsADSIAWpfGPPUzbzXZ\\_UPny4MaaLDIy-M85d2ClktT7L-bMvPuDorKQ\\_5DI-gaAsw4EALw\\_wcB](https://www.jamk.fi/fi/hae-opiskelemaan/amk-tutkinto/toimintaterapeutti-mahdollistaa-merkityksellisen-ja-toimivan-arjen?utm_campaign=hyvi_yamkit&utm_medium=cpc&utm_source=google&gad_source=1&gclid=Cj0KCQIA2oW-BhC2ARIsADSIAWpfGPPUzbzXZ_UPny4MaaLDIy-M85d2ClktT7L-bMvPuDorKQ_5DI-gaAsw4EALw_wcB).

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.

Vuori, J. 2021. Tutkimusetiikka ihmistieteissä. Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Toim. Jaana Vuori. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 8.4.2025.  
<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/>.

## **Liitteet**

### **Liite 1. Teemahaastattelurunko**

#### **Taustakysymys:**

Mikä sai sinut lähtemään Toivo-ohjaajaksi?

#### **Teema 1**

Oliko sinulla ennakkoon odotuksia tai huolia etäohjausta kohtaan?

Mikä ryhmän ohjaamisessa oli innostavinta?

Mikä ryhmän ohjaamisessa oli haastavinta?

Mitä opitte ryhmänohjaamisesta?

#### **Teema 2**

Miten ryhmäläiset osallistuivat Toivo-ryhmässä?

Millä keinoilla toteutitte toiminnallisuutta ryhmässä?

#### **Teema 3**

Miten olet kokenut Toivo-ryhmän ohjaamisen soveltuvan osaksi opintoja?

Minkälaisia eväitä Toivo-ohjaajana toimiminen antoi sinulle jatkoon opiskelijana ja toimintaterapeutina?

Mitä neuvoja antaisit tuleville opiskelijoille, jotka aikovat ryhtyä Toivo-ryhmän ohjaajaksi?

## Liite 2. Saatekirje

### Hei! Oletko ohjannut Toivo-ryhmää etänä?

Olemme Jyväskylän ammattikorkeakoulun toimintaterapeuttiopiskelijoita ja teemme opinnäytetyötä aiheesta: *Toimintaterapeuttiopiskelijoiden kokemuksia Toivo-ryhmän ohjaamisesta osana opintoja*. Tarkoituksenamme on selvittää, miten Toivo-ryhmän ohjaaminen etänä on soveltunut osaksi opintoja ja millaisia toimintaterapeutin työssä vaadittavia osaamisia se on vahvistanut. Kokemusten keräämistä varten järjestämme osallistujamäärästä riippuen, yksi tai kaksi ryhmähaastattelua, johon toivomme sinun osallistuvan. Tavoitteenamme on saada yhteen ryhmähaastatteluuun vähintään kolme toimintaterapeuttiopiskelijaa, jotka ovat ohjanneet Toivo-ryhmiä etänä.

Haastattelu toteutetaan Teams-etäyhteyden välityksellä. Haastattelun kesto on noin 45 minuuttia ja se tallennetaan. Haastattelun jälkeen tallenne muutetaan tekstitiedostoksi, jolloin myös mahdolliset tunnistetiedot (esim. nimi) poistetaan. Haastateltavien anonymiteetistä huolehditaan koko prosessin ajan eikä lopullisesta opinnäytetyöstä ole mitenkään mahdollista tunnistaa yksittäistä henkilöä. Opinnäytetyön valmistuttua sekä tallenne että tekstitiedostot hävitetään. Haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista ja sinulla on oikeus perua tai keskeyttää osallistumisesi milloin tahansa.

Tämän saatekirjeen mukana on myös lista haastattelun olennaisimmista kysymyksistä, joten voit tutustua niihin jo ennen varsinaista haastattelua. Ilmoittaudu mukaan haastatteluun 20.3.2025 mennessä.

Kiitos, jos osallistut ja jaat kokemuksesi!

Ystävällisin terveisin,

Tiia Kollin ja Suvi Hakanen