

VERKKOKURSSILTA HYVINVOINTIA

Kymmenen järjestöä kehittää yhdessä sopeutumisvalmennusta hankkeessa, jonka päätavoite on tuottaa hyvinvointia verkkokursseille osallistuville asiakkaille. Hanketta rahoittaa sosiaali- ja terveysministeriö Veikkauksen varoilla. Verkkokursseja toteuttavat Aivoliitto, Allergia-, iho- ja astmaliitto, Epilepsialiitto, Invalidiliitto, Lihastautiliitto, Mielenterveyden keskusliitto, Munuais- ja maksaliitto, Neuroliitto, Syöpäjärjestöt ja Suomen Sydänliitto.

– Työstimme kevään aikana sopeutumisvalmennuskurssien sisältöjä palvelumuo-
toilutyöpajoissa, hankkeen johtaja, Invalidiliitto-konsernin tutkimusjohtaja Sinikka Hiekkala kertoo.

– Suunnittelimme yhdessä kuusi erilaista teemaa, jotka sopivat erilaisille ihmisille yli järjestö- ja diagnoosirajojen. Olemme olleet innostuneita uuden luomisesta, sillä näin laajaa yhdessä suunnittelua ja toteutusta ei ole tehty aikaisemmin. Lisäksi sopeutumisvalmennus toteutetaan pääosin verkon välityksellä. Hankkeen nimi onkin ”Etäsopeutumisvalmennus järjestöjen kohderyhmille”, Hiekkala jatkaa.

Yhteiseksi verkkokuntoutusalustaksi on valittu Väestöliiton Hyvä kysymys.fi -palvelu, joka on myös Veikkauksen varoilla kehitetty, järjestöille kohdennettu palvelualusta. Sen lisäksi testataan ainakin kahta ryhmävideoneuvottelujärjestelmää.

Neljä kuudesta etäsopeutumisvalmen-

nuksen teemasta on suunnattu yksilökursseille, yhteensä 16 kurssia. Näistä puolessa on vuorokauden aloitustapaaminen. Puolet kursseista toteutetaan verkossa ensimmäisestä tapaamisesta lähtien.

Kaksi teemaa ovat perhekursseja, yhteensä neljä kurssia. Näissä kaikissa on aloitustapaaminen, jonka jälkeen sopeutumisvalmennus jatkuu verkossa.

Kuntoutussäätiö on mukana testaamassa ja arvioimassa yhteiskehittämisen malleja ja sopeutumisvalmennuksen keskeisten elementtien toteutumista sekä sopeutumisvalmennuksen vaikutuksia. – Arvioinnin kehittämiseen ja yhtenäistämiseen kuuluu asiakaslähtöinen tavoitteiden asettaminen ja elämän arviointi sekä näiden seuraaminen muun muassa yleisillä itsearviointikysymyksillä. Hankkeessa otetaan käyttöön kansallisesti ensimmäisten joukossa PROMIS (Patient Reported Outcomes Measurement Information System) -mittareita, Hiekkala kertoo. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL), joka vastaa valtakunnallisesti PROMIS-mittareiden käännöstyöstä ja sen koordinoinnista, on mukana hankkeessa.

Kuntoutussäätiön tutkija Piia Pietilä tuli mukaan työskentelyyn toukokuun alussa 2018 suoraan neljänteen hanketyöntekijöiden työpajaan.

– Olen ollut aikaisemmin mukana järjestöjen toteuttaman sopeutumisvalmennuksen kehittämistoiminnassa, tässä hankkeessa tar-

joutui kiinnostava tilaisuus selvittää verkko-kurssina toteutetun sopeutumisvalmennuksen haasteita ja mahdollisuuksia. Mukaan hyppääminen kesken toiminnan oli helppoa siitä huolimatta, että hankkeessa on mukana monia tahoja. Yhteistyö on organisoitu hyvin ja tieto kulkenut sujuvasti. Hanketyöntekijöiden työpajatyöskentelyyn osallistuminen on helpottanut kokonaiskuvan hahmottamista ja tutkimussisältöjen suunnittelua. Lisäksi hankkeen materiaalit ovat Innokylässä, joka mahdollistaa kaikkien osapuolien osallistumisen ja eri näkökulmien esiintuomisen suunnitteluprosessissa, Pietilä kertoo.

Hankkeessa toteutettavat kurssit jakautuvat sisällöllisesti kuuteen eri teemaan, mutta kaikille on yhteistä kahden kuukauden kesto ja seurantatapaaminen kolmen kuukauden kuluttua kurssin päättymisestä. Osalla kursseista on kasvokkainen aloitustapaaminen, jonka myötä saadaan myös tietoa kasvokkaisen tapaamisen merkityksestä verkkokurssin osana.

- On tärkeää, että myös kehittämisen alla olevia toimintoja tarkastellaan tutkimuksellisesti. Näin saadaan alustavaa tietoa toimintojen vaikutuksista ja tunnistetaan sellaisia mallin osa-alueita, joissa kehitys on edelleen tarpeen. Koska toiminta on vasta kehittymässä, tutkimuksen anti painottuu kehittämisen tukemiseen. Varsinaista vaikutavuustutkimusta voidaan tehdä vasta, kun toimintamalli on valmis. Tässä vaiheessa on keskeistä selvittää vaikutusten ohella menetelmän käyttäjien, niin kuntoutujien kuin kuntouttajien, näkökulmia mallin toimivuudesta ja kehittämistarpeista, Pietilä toteaa.

Hankkeessa toteutetut sopeutumisvalmennuskurssit käynnistyvät vuoden 2019 alussa. Tutkimusosuuden tulokset raportoidaan vuoden 2020 loppupuolella.

Lisätietoa kursseista: www.etasope.fi

Hastagit: #Etäsope #sopeutumisvalmennus #kuntoutuminen #kuntoutus #vertaistuki #hyvinvointi #jaksaminen

Etäsope-hankkeen osatavoitteet:

- Asiakkailla on kotoa käsin saavutettavissa teemojen mukaisesti vaikuttavia sopeutumisvalmennuskursseja
- Asiakkaat voivat osallistua kursseille, joissa täyttyvät sopeutumisvalmennuksen keskeiset elementit, eli ns. laatukriteerit täyttyvät
- Asiakkailla on käytössä yhtenäinen tapa laatia tavoitteet sopeutumisvalmennuskursseilla
- Asiakkailla on käytössä ICF-luokituksen viitekehyksen mukainen toimintakyvyn ja oman elämän itsearviointimenetelmä
- Järjestöillä on yhteinen verkkoalusta ja toimintamalli etäsopeutumisvalmennuskurssien järjestämiseen.

Kirjoittaja:
Kirsi Tervämäki, Invalidiliitto

