

SAKARI KAINULAINEN

3X10D®-elämäntilannemittarin kehitystyö 2015–2019

Diak

Sakari Kainulainen

3X10D®-ELÄMÄNTILANNEMITTARIN
KEHITYSTYÖ 2015–2019

Diakonia-ammattikorkeakoulu
Helsinki 2019



Tämä teos on lisensoitu Creative Commons
Nimeä-EiKaupallinen-EiMuutoksia 4.0
Kansainvälinen -lisenssillä.

DIAK **PUHEENVUORO** 28

Julkaisija: Diakonia-ammattikorkeakoulu
Kannen kuva: Shutterstock
Taitto: PunaMusta Oy

ISBN 978-952-493-344-5 (verkkojulkaisu)
ISSN 2343-2217 (verkkojulkaisu)

<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-493-344-5>

PunaMusta Oy
Tampere 2019

TIIVISTELMÄ

Sakari Kainulainen

**3X10D®-ELÄMÄNTILANNEMITTARIN
KEHITYSTYÖ 2015–2019**

Helsinki:

Diakonia-ammattikorkeakoulu, 2019

56 s.

Diak Puheenvuoro 28

3X10D-elämäntilannemittari on työväline, joka on kehitetty yhtäältä vahvistamaan asiakkaan ääntä ja helpottamaan moniammatillista ja -alaista yhteistyötä ammattilaisten välillä ja toisaalta tuottamaan määrällistä tietoa asiakkaiden elämäntilanteesta. Mittari toimii myös oman elämäntilanteen itsearviointivälineenä.

Alun perin elämäntilannemittari kehitettiin vuosien 2015 ja 2016 aikana Valtiovarainministeriön rahoittamassa kuntakokeiluhankkeessa Kuopiossa. Tuolloin tarvittiin työvälinettä monia palveluita tarvitsevien 16–29-vuotiaiden nuorten tuen parantamiseksi. Myönteisten kokemusten siivittämänä työvälineestä laadittiin myös versiot koululaisten (7–9-, 10–13- ja 14–17-vuotiaat) ja näiden vanhempien elämäntilanteen arviointiin erityisesti kouluterveydenhuollon tarpeisiin.

Kaikki versiot ovat mahdollisimman lyhyitä ja helppokäyttöisiä kuitenkin niin, että ne antavat laaja-alaisesti tietoa vastaajan elämästä. 3X10D-elämäntilannemittarista syntyvä tieto korostaa vastaajan omia toiveita tulevaisuuden suhteen ja toimii systemaattisena keskustelun avaajana asiakastyössä.

Käsillä olevassa raportissa kuvataan 3X10D-elämäntilannemittarin rakentamisen tausta, tavoitteet ja alkuvaiheen käyttökokemukset sekä arvioidaan työvälineen mahdollisuuksia tuottaa kepeydestään huolimatta oikeaa tietoa. Alustavien kokemusten perusteella elämäntilannemittarille on suuri tarve ja se näyttää toimivan tiedon tuottajana ja asiakastyön systematisoijana eri aloilla.

Asiasanat: mittarit, koettu hyvinvointi, elämäntilanne, nuoret, koululaiset

Teemat: Hyvinvointi ja terveys

ABSTRACT

Sakari Kainulainen

DEVELOPMENT OF 3X10D® SURVEY EVALUATION TOOL 2015–2019

Helsinki:

Diaconia University of Applied Sciences, 2019

56 p.

Diak Puheenvuoro 28
[Diak Speaks 28]

The 3X10D Survey evaluation tool was developed in order to strengthen the customer's voice and to facilitate the work of professionals in a multidisciplinary environment and also to produce quantitative data of customers' circumstances. The tool also works as a self-assessment tool.

Initially, the tool was developed in the town of Kuopio in 2015 and 2016 during a municipal trial project funded by the Ministry of Finance of Finland. At that time, tools were required in order to better support young people in the ages of 16–29 and in need of multiple services. Due to the positive experiences of the tool, there were new versions of it developed for the assessment of the circumstances of school children (ages 7–9, 10–13 and 14–17) and their parents, to be used by school health services, in particular.

All tool versions are as concise and as easy to use as possible but nevertheless, they provide extensive data of the respondent's life. The data obtained with the 3X10D Survey evaluation tool highlights the respondent's own hopes for the future and functions as a conversation opener in customer work.

This report describes the work behind the 3X10D Survey evaluation tool, its goals and the initial use experiences; the report also assesses the possibilities of the tool for producing valid information regardless of its light structure. On the basis of the first experiences, there is a great need for the tool, and it seems to work well in producing information as well as in systematising customer work in different fields.

Keywords: measuring tools, experienced wellbeing, circumstances, young people, school children

Themes: Wellbeing and health

SISÄLLYS

ESIPUHE	9
MISTÄ ON KYSE?	10
MITEN MITATA ERI VÄESTÖRYHMIEN ELÄMÄNTILANNETTA?	14
PILOTOINTIA ODA-HANKKEESSA	35
3X10D-ELÄMÄNTILANNEMITTARIN MONIKÄYTTÖISYYS	42
JATKOPOLKUJA	46
KÄYTÖSSÄ OLEVAT ELÄMÄNTILANNEARVIOT	47
MITEN MITTARIA KÄYTETÄÄN?	48
LÄHTEITÄ	50

ESIPUHE

Tässä dokumentissa kuvataan 3X10D-elämäntilannemittarin kehitystyön ajallinen ja sisällöllinen eteneminen eri vaiheissaan. Kehittämistyössä olen saanut tehdä yhteistyötä monien eri ammattilaisten kanssa ja saanut myös sukeltaa digitaalisuuden maailmaan. Kehitystyö ei olisi milloinkaan toteutunut, jos Kuopiossa ei oltaisi joitain vuosia sitten etsitty Kuntakokeilussa aitoja käytännön ratkaisuja monenlaista tukea tarvitsevien nuorten tarpeisiin ja myöhemmin koululaisten ja näiden perheiden tarpeisiin. Kiitos mahdollisuudesta olla mukana tässä uudelleen palvelutapaan tähtäävässä prosessissa Anna-Mari Juutinen, Markku Tervahauta, Arto Holopainen, Katriina Kankkunen, Merja Jumpponen, Anni Riepponen ja Maija Tirri sekä monet muut.

Helsingissä 6.11.2019

Sakari Kainulainen

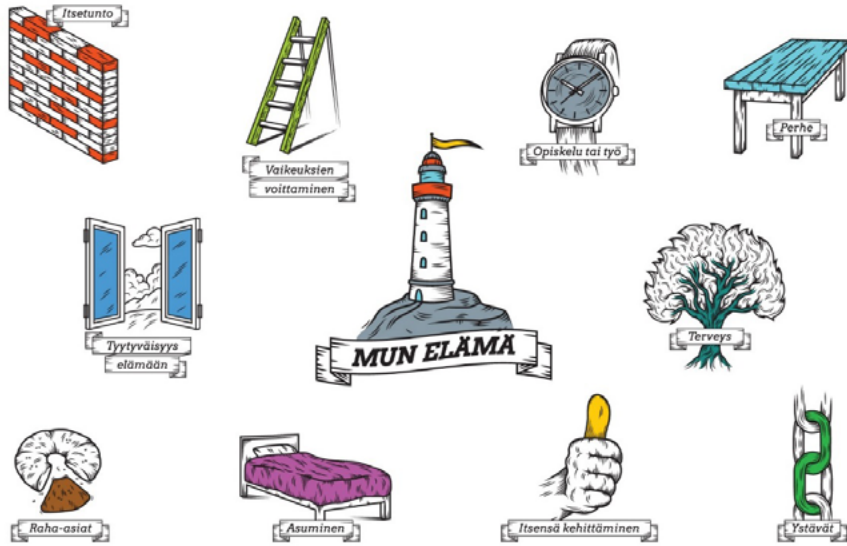
MISTÄ ON KYSE?

Tämä luku pohjautuu aiempiin julkaisuihin Moniammatillisesta yhteistyöstä digitaaliseksi ja monialaiseksi asiakastyöksi (Juutinen & Kainulainen 2017) ja Kuopion kokeilu osoitti: nuoria voi tukea ilman siiloja (Juutinen, Tervahauta & Kainulainen 2016).

3 X10D-elämäntilannemittarin taustalla on yhteistyö Diakonia-ammattikorkeakoulun ja Kuopion kaupungin kanssa. Kaupunki oli mukana valtiovarainministeriön kuntakokeilussa vuosina 2015 ja 2016 rakentaen hyvinvoinnin integraattori-mallia. Hyvinvoinnin integroidun toimintamallin periaatteet oli määritelty ns. kuntakokeilulaissa (1350/2014) siten, että kokeiluihin oli sisällytettävä monialaista palvelujen integrointia, palvelusuunnitelmien yhdistämistä sekä asiakasvastaava-toimintaa. Kuopion kokeiluun osallistui kuntapalveluista sosiaali- ja terveysterveyst, oppilashuolto, nuorisopalvelut, erikoissairaanhoidon ja kunnan yhteinen psykiatrian keskus sekä kaksi ostopalvelujen tuottajaa (VAMOS-Kuopio, Päihdepalvelusäätiö).

Kokeilussa kehitettiin Mun elämä -menetelmä, joka pohjasi digitaaliseen palveluintegraatioon, vastuutyöntekijätoimintaan, elämänhallinnan kokonaisvaltaiseen arviointiin ja henkilökohtaiseen hyvinvointisuunnitelmaan (palvelusuunnitelmien yhdistämiskokeilu). Toimintamallissa on kaksi osaa. Integraattori-malli kuvaa vastuutyöntekijätoimintaan ja palvelusuunnitelmien monialaiseen yhdistämiseen perustuvaa digitaalista palveluintegraatiota ja ”Mun elämä” Elämänpyörä ja 3X10D-elämäntilannemittari nuoren kokonaisvaltaisen elämänhallinnan arvioinnin työmenetelmää.

TÄRKEYS – TYYTYVÄISYYS - TULEVAISUUS



Kuopion kuntakokeilut 2015-2016

3X10D® Elämänpyörä

KUVA 1. 3X10D Elämänpyörä – 10 aihepiiriä ja 3 näkökulmaa

Kokeilun tavoitteena oli kehittää monialaisen ja moniammatillisen asiakastyön toimintamallia, testata asiakkaan ja ammattilaisten yhteinen hyvinvointisuunnitelma (palvelusuunnitelmien yhdistelmä), kehittää ja kokeilla nuoren elämänhallinnan itsearviointimittaristoa, lisätä sähköisiä kommunikointimahdollisuuksia asiakkaan ja ammattilaisten välillä, sekä lisätä nuoren osallisuutta ja pärjäämistä.

Menetelmän kehittäminen aloitettiin asiantuntijoiden tarpeiden selvittämisestä. Suhteellisen nopeasti tuli selväksi, että kullakin ammattiryhmällä on omat tarpeensa ja tapansa kartoittaa nuoren tarpeita. Tällöin lähdettiin hakemaan ulkopuolista tahoa tai henkilöä avustamaan erilaisten näkemysten yhteen saattamisessa. Etsinnän jälkeen dosentti Sakari Kainulainen lupautui mukaan kehittämisprosessiin. Menetelmän käyttötarpeesta käydyn keskustelun jälkeen vahvistui käsitys, että yhteisen kielen tai nuoren tarpeiden jäsenyyksen tulisi pohjautua nuorelle keskeisille elämänalueille. Moniulotteisen hyvinvointinäkemys pohjalta syntyi jäsenyys kymmenestä keskeisestä elämänalueesta. Nuoret arvottavat maailmaa usein eri tavoin kuin vanhempansa ja tämän vuoksi nykyhetken tyytyväisyyden lisäksi tarvittaisiin näkemys siitä kuinka merkityksellisiä nämä asiat nuorelle ovat. Nuoruuteen liittyy myös oleellisesti voimakas tulevaisuusorientaatio. Tutkimusten (Kainulainen 2006) mukaan noin 30 ikävuoteen men-

nessä ihminen on löytänyt asemansa yhteiskunnassa keskeisiltä osiltaan. Tämän vuoksi kolmas näkökulma liittyi tulevaisuuteen ja sen tavoitteluun. Käytön helpottamiseksi kuntakokeiluhanke tilasi 3X10D-menetelmälle visuaalisen ilmeen (ks. kuva edellä).

3X10D-elämäntilannemittari on rakennettu kahden periaatteen varaan: 1) se helpottaa moniammatillista yhteistyötä tarjoten eri ammateista tuleville yhteisen kielen, jolla keskustella toistensa ja asiakkaan kanssa ja 2) korostaa itsearvion tekemisen omaa roolia ja vastuuta sekä nostaa esiin vahvuuksia ilman diagnosointia ja ongelmia.

3X10D on itsearviointikysely jolla voi kartoittaa elämää keskeisillä elämäntilanteilla. Elämäntilanteita on ensimmäisessä mittarissa (16–29-vuotiaat) kymmenen kappaleita. Kullekin vastaajaryhmälle kartoitetaan heille keskeiset elämäntilanteet, jolloin määrä voi olla eri kohderyhmien mittareissa myös muu kuin kymmenen. On myös mahdollista lisätä kartoitettavia asioita kulloisenkin tarpeen mukaan. Kutakin elämäntilannetta arvioidaan samalla tavoin, nollasta kymmeneen. Asteikkojen samanlaisuus mahdollistaa erilaisten summatietojen laskemisen niin haluttaessa.

Elämäntilanteen arvion lisäksi voidaan keskusteluissa muiden kanssa arvioida sitä, miten tärkeitä kukin elämäntilanteet ovat. Itsearvion tekijä voi laatia itse tai yhdessä asiantuntijan kanssa lyhyen suunnitelman tulevaisuuden tilanteen parantamiseksi. Kokonaisuudessa kymmentä elämäntilannetta peilataan siis niiden tärkeyden, nykytilan ja tulevaisuuden toiveiden näkökulmista. Tällöin puhutaan ennemminkin elämäntilanteesta kuin elämäntilanteen kartoittamisesta.

Tuloksena arvioinnista jää vastaajalle numeeriset arvot kymmenen elämäntilanteen tilanteesta ja itselle laadittu suunnitelma asioiden parantamiseksi niillä tilanteilla, joilla sen näkee tarpeelliseksi.

Elämäntilanteen kehittymistä on helppo seurata, sillä testin tekemiseen ei yleensä kulu muutamaa minuuttia kauemmin. Mittari on teknisesti niin kevyt, että sitä voidaan käyttää kaikissa päätelaitteissa. Elämäntilanteen (tärkeys ja tulevaisuus) miettimiseen voi kulua kauemmin aikaa.

Tuloksia on mahdollista tarkastella tilastollisesti ja laatia päätöksentekijä pohjautuen annettuihin vastauksiin yksilötasolla. Karkealla tasolla voidaan arvioida, että asteikolla nollasta kymmeneen viittä pienemmät arvot antavat aiheen tarkastella elämäntilannetta tarkemmin.

Kun mittaria käytetään osana palveluprosessia, niin sitä voi hyödyntää eri näkökulmista: asiakkaan, työntekijän ja päätöksentekijän näkökulmista. Antaessaan asiakkaalle tilaa tuottaa haluamansa kuvaus omasta elämästään, se vahvistaa asi-

akkaan roolia palvelussa kertoen hänen omista tarpeistaan. Samalla se kannustaa asiakasta olemaan aktiivinen toimija omassa asiassaan.

Ammattilaisen näkökulmasta elämäntilannemittari tuottaa etukäteen tietoa siitä, kuinka keskusteluun tulee orientoitua. Se voi toimia myös seulana tai asiakasohjauksen tukena sekä moniammatillisen yhteistyön suuntaajana. Se auttaa käymään kokonaisvaltaisesti asiakkaan elämäntilannetta läpi myös silloin kun tarve ei ole ilmeinen. Se auttaa ottamaan puheeksi teemoja systemaattisesti lisäten työn laatua. Asiakkaan elämäntilannearvio auttaa suuntaamaan tukityötä ja kertoo myös oman työn merkityksestä silloin, kun mittarilla seurataan ajallisia muutoksia.

Kattavaa tilastotietoa on mahdollista hyödyntää palveluiden suunnittelussa ja vaikutusten osoittamisessa. Samalla syntyy tietoa väestön yleisestä hyvinvoinnista eri alueilla.

TAULUKKO 1. Hyödyt ja käyttötavat

Hyödyt	Käyttötavat
Asiakas	
<ul style="list-style-type: none"> • Asiakkaan äänen vahvistaminen • Kokonaisvaltainen kohtaaminen • Tarpeen ja tuen yhdistäjä • Oma tulevaisuudensuunnitelma 	Itsearvio, omasuunnitelma, osana palvelusuunnitelmaa,
Asiantuntija/Ammattilainen	
<ul style="list-style-type: none"> • Seula • Työn suuntaaja • Yhteistyön suunnan näyttäjä 	Puheeksioton väline, osa palveluprosessia, tarpeenmukaisen tuen määrittäminen, vaikutusten osoitin
Johto ja päätöksentekijät	
<ul style="list-style-type: none"> • Vaikutusten osoittaja • Yhteisvaikutusten todentaminen • Alueen hyvinvoinnin osoitin 	Muutosten tarkastelu, systemaattinen tiedonkeruu

syys, tulevaisuus) muutettiin keskustelujen pohjalta. Tämän jälkeen lomaketta testattiin 54 Diakin opiskelijalla, jonka jälkeen tärkeyttä koskevien kysymysten vastausvaihtoehtoon lisättiin keskimmäiseksi luokaksi ”tavanomaisen tärkeää”. Vastuutyöntekijät perehtyivät menetelmään ja sen käyttöön, missä yhteydessä vastuutyöntekijät kieltäytyivät hyvinvointisuunnitelman käyttöönotosta ilman 3X10D-arviointia havaittuaan sen tukevan työtään. Systemaattinen ja samankaltainen työote kaikkien asiakkaiden kanssa helpotti työskentelyä. Samaan aikaan elämänhallinta-arvion ohjeistusta kehiteltiin ja dokumentoitiin organisaatorajat ylittävään MediaWiki-kantaan (Kuowi). Sähköisen lomakeversion toteutus tilattiin Forsanteen (mobiili työväline). Ensimmäiset lomakkeenäyttöpöyrynnöt kokeiluun suostumuksen antaneille nuorille lähtivät helmikuussa 2016.

Kevään 2016 aikana kerättiin noin 80 kysymystä sisältävä aineisto noin 900 kuopiolaiselta (Savonia, SAKKY, yliopisto, työpajatoiminta, VAMOS, työttömät, kaupungin <30-vuotiaat työntekijät) 3X10D Kyselyn laadunkehittämistä varten. Kuntakokeiluun liittyen koottiin kokeilussa mukana olevilta asiakas- ja henkilöstökyselyt kesäkuussa (palautetta myös 3X10D:stä). Kesäkuun loppuun mennessä 34 nuorta oli täyttänyt arvion kerran tai useammin. Joulukuussa uusittiin elämänhallinnan itsearviot kokeiluun osallistuvilta nuorilta pitkäikäisvertailun tekemiseksi.

Vuoden 2016 aikana toimintamallia kokeiltiin aidossa asiakasympäristössä 16–29-vuotiaiden kuopiolaisnuorten ja 17 ammattilaisen kesken. Kokeiluun osallistui 33 kokeiluun suostumuksensa antanutta nuorta sekä monialainen asiantuntijatiimi sosiaalipalveluista, terveydenhuollosta, oppilashuollosta ja nuorisopalveluista, kaupungin ja erikoissairaanhoidon psykiatrian keskukselta sekä kahdesta ostopalveluyksiköstä (VAMOS-Kuopio, Päihdepalvelusäätiö).

Kokeilu oli selvästi kiinni laajemminkin julkisten palveluiden kehittämisessä. Tästä esimerkkinä pääsy OECD:n julkisten palveluiden innovaatioita esittelevään julkaisuun vuonna 2018 ja pyyntö päivittää innovaatiota vuoden 2019 kansainväliseen tietokantaan. OECD:n arvioissa on korostunut näkemys, että maailman ja ihmisten tarpeiden monimutkaistuessa perinteiset yhteen ongelmaan ratkaisuja tarjoavat palvelut eivät enää toimi. Tarvitaan helpompaa pääsyä palveluiden äärelle ja räätälöidympiä palvelukokonaisuuksia. Matalan kynnyksen (digitaaliset) ratkaisut ovat yksi mahdollisuus saattaa ihmisten monimukaisia tarpeita palvelujärjestelmän ratkaistavaksi. Kuopion kaupungin Mun Elämä -toimintamalli on OECD:n arvion mukaan oikean suuntainen tapa ratkaista palvelujärjestelmän ja yksilöiden moninaistuvien tarpeiden välistä suhdetta.

Toimiiko kehitetty mittari?

Tässä luvussa on esitetty tiivistetysti HAMK Unlimited-lehdessä julkaistun artikkelin *Nuoren elämäntilanteen hahmottaminen 3X10D™-mittarilla* tulokset. (Kainulainen & Juutinen 2017). Tämän luvun lähdeviitteet viittaavat em. artikkelin yhteydessä olevaan lähdeluetteloon, joka löytyy tämän julkaisun lähdeluettelon jälkeen sivulta 51.

Nuorten elämäntilanteen itsearvioinnin lähtökohdat

Nuoruusikää ja siihen kytkeytyvää elämäntilannetta hahmotettaessa on syytä katsoa nuoruuden erityispiirteitä. Nuoruushan voidaan nähdä siirtymävaiheena lapsuuden ja aikuisuuden välissä (ks. Sinkkonen-Tolppi 2005; Kainulainen 1991). Tätä vaihetta leimaavat monenlaiset siirtymäriitit, kuten siirtyminen lapsuuden kodista kouluttautumisen kautta työelämään kiinnittymiseen ja oman kodin perustamiseen. Silloin muodostetaan usein myös pitkäkestoisia ihmissuhteita ja muodostetaan oma perhe. Elämäalueissa on tiettyjä pysyviä alueita, mutta niiden rooli ja merkitys painottuvat eri tavoin eri iässä. Myös kokonaan uusia elämäalueita syntyy, joista esimerkkinä työelämässä toimiminen. Nuoruus on muutoksen aikaa, jossa on vahva tulevaisuusorientaatio. Noin 30-vuotiaina suomalaisnuoret ovat löytäneet paikkansa yhteiskunnassa (Kainulainen 2006).

Anna Rönkä (1999) on tutkinut pitkittäisaineistolla lasten elämänkulkua aikuisikänsä (36 v.) saakka. Tarkastelun keskiössä oli niin sanotun sosiaalisen selviytymisen analysointi. Rönkä oli kiinnostunut siitä, miten lapset ja nuoret selviytyivät ikävaiheensa keskeisistä kehitystehtävistä ja miten tutkittavat sopeutuivat yhteiskunnan normeihin. Hän tarkasteli työelämään, talouteen, sosiaalisiin suhteisiin, parisuhteeseen, identiteettiin, tulevaisuuteen suuntautumiseen, kehityskulkujen hallintaan ja (ongelma)käyttäytymiseen liittyviä tekijöitä. Tarkastellut tekijät heijastavat sitä, mitkä tekijät tutkija oli nähnyt teorian mukaan tähän siirtymävaiheeseen keskeisimmiksi. Kaiken kaikkiaan nuoruutta on kuvattu biologisen, fysiologisen ja psykologisen kasvun ja kehityksen ajaksi (Salmela 2006).

Nuoruuden ikävaiheessa tulevaisuus on keskeinen aihepiiri. Tällöin kyse on siitä, millaisia tavoitteita nuorella on ja kuinka hän pyrkii tavoitteisiinsa mahdollisista vastuksista huolimatta. Voidaan puhua jossain mielessä elämänhallinnasta. Elämänhallinta on Pauli Niemelän (1991) mukaan valmiutta toimia uusissa tilanteissa, kykyä kohdata vaikeita tilanteita ja ehkäistä niihin liittyviä ahdistavia kokemuksia sekä kykyä ratkoa erilaisia ongelmatilanteita. Tutkimusten mu-

kaan nimenomaan alle 30-vuotiaiden elämänhallinnan ongelmat ovat kasvaneet Suomessa voimakkaasti viimeisten vuosikymmenten aikana. Erityisesti masennusdiagnoosien lisääntyminen työkyvyttömyyseläkkeelle jäämisen syynä on voimistunut. Masennus ei ole tauti, joka iskee yllättäen, vaan se kehittyy pikkuhiljaa ja kietoutuu yhteen monen muun elämänalueen kanssa. (Raitasalo & Maaniemi 2008.)

Hyvinvointitutkimuksen historiassa on tehty lukemattomia jäsennyksiä hyvinvointiin keskeisesti liittyvistä aihepiireistä, samalla kun on etsitty hyvinvoinnin käsitteen syvintä olemusta (ks. Saari 2011; Kainulainen 2011; Simpura & Uusitalo 2011). Kansainvälisesti käytetyssä Personal Wellbeing Index (PWI) -mittarissa on eroteltu aikuisten keskeisiksi hyvinvoinnin ulottuvuuksiksi elintaso, terveydentila, saavutukset elämässä, henkilökohtaiset ihmissuhteet, oma turvallisuus, ryhmiin kuuluminen, turvattu tulevaisuus ja hengellisyys (International Wellbeing Group 2006). OECD (2013) taas jaottelee hyvinvointia esimerkiksi terveydentilaan, elämässä menestymiseen tai saavutuksiin, henkilökohtaisiin ihmissuhteisiin, henkilökohtaiseen turvallisuuteen, yhteisöllisyyteen ja osallisuuteen, tulevaisuuteen (luottamus), mahdollisuuteen tehdä, mitä erityisesti haluaa tehdä, ympäristön laatuun ja työhön. Näkökulmasta riippuen hyvinvoinnin keskeisimpiä ulottuvuuksia voidaan katsoa olevan noin kymmenkunta. Keskeisiä ovat muiden muassa taloudellinen toimeentulo, työ, terveys, koulutus ja erityisesti sosiaaliset suhteet (Saari 2011; Kainulainen 2014). Suomessa nuorisotutkimusverkosto on vuoden 2007 nuorisobarometrissa kartoittanut 15–29 vuotiaiden tyytyväisyyttä terveyteen, ihmissuhteisiin, vapaa-aikaan, työhön, koulutukseen ja talouteen (Myllyniemi 2007).

Oma keskustelunsa käydään myös sen ympärillä, onko koetussa hyvinvoinnissa kyse yksi- vai moniulotteisesta ilmiöstä. Vahvimmin yhden kokonaisvaltaisen käsitteen takana on hollantilainen Ruut Veenhoven (2016), jonka mukaan ihminen kykenee arvioimaan onnellisuuttaan ”subjective enjoyment of life” yhdellä kysymyksellä. Ehkä eniten maailmanlaajuisesti käytetty kysymys on ”kun arvioit elämäsi kokonaisuutena, niin kuinka tyytyväinen olet siihen...”. Yhdelläkään mittarilla ei kuitenkaan ole ylivertaista asemaa suhteessa muihin. Yleisen elämään tyytyväisyyden lisäksi käytetään myös esimerkiksi elämän saavutuksia kartoittavaa Cantril’s Ladder -asteikkoa ja tunnetilaa kartoittavia mittareita (positiiviset tunteet vs. negatiiviset tunteet; onnellisuus).

Kehitetystä 3X10D-elämäntilannemittarissa tarkastellaan nuoruutta osana ihmisen elämänkaarta, jolloin kymmentä hyvinvoinnin osa-aluetta: itsetunto, terveydentila, resilienssi, ystävyysuhteet, perhe, pärjääminen, talous, asuminen,

elämään tyytyväisyys ja vahvuudet, tarkastellaan kolmesta ajallisesta näkökulmasta. Ensin kartoitetaan sitä, minkä painoarvon tai merkityksen nuori antaa kullekin elämänalueelle. Toiseksi näitä elämänalueita arvioidaan nykyhetkessä; millaista elämä on arviointihetkellä. Kolmantena näkökulmana ovat nuorten asetamat napakat tavoitteet kullekin kymmenelle elämänalueelle.

Tässä artikkelissa pyritään osoittamaan 3X10D-elämäntilannemittari päteväksi mittamaan kokonaisvaltaisesti nuorten elämäntilannetta hyvinvoinnin näkökulmasta. Vielä tarkemmin tavoitteena on saada varmuus siitä, voidaanko arviointihetken elämään tyytyväisyyttä käyttää luotettavasti laajemmista ilmiöistä käytävien asiantuntijakeskustelujen pohjana. Mittarin taustalla on muun muassa edellä kuvattu tieto nuoren ihmisen keskeisistä elämänalueista. Keskeisten elämänalueiden määrittämisessä hyödynnettiin myös lasten ja nuorten ryhmissä tapahtuneiden hyvinvointimuutosten arviointiin kehitettyä ”NPC’s Well-being Measure” -jäsenystä (Nevill 2009).

Muuttajat

Elämäntilanteeseen tyytyväisyyttä pyydettiin arvioimaan kysymällä vastaajilta: Kun ajattelet nykyhetkeä, niin kuinka tyytyväinen olet seuraaviin asioihin? (vastausasteikko 0 = Erittäin tyytymätön – 10 Erittäin tyytyväinen) seuraavien kymmenen elämänalueen avulla: itsetunto, terveydentila, kyky voittaa elämässä eteen tulevia vaikeuksia, luotettavien ystävien määrää, perhe, päivittäinen pärjääminen (esim. opiskelu, työpaja, työ), taloudellinen tilanne, asumisolot, elämä kokonaisuutena ja omien vahvuuksien kehittäminen (esim. harrastamalla mieluisia asioita).

Kultaisiksi standardeiksi etsittiin jo runsaasti käytettyjä mittareita, jotka olivat mahdollisimman lähellä kutakin ulottuvuutta. Tällaisia vertailukysymyksiä olivat Rosenbergin (1989) itsetuntomittari (10 osiota), koettu terveys (yksi kysymys), Beck Depression Index (13-osioinen; Raitasalo 2007), The Perceived Social Provision Scale (ks. Salmela 2006; ystävyysuhteet 8 väittämää; perhe 4 väittämää) ja Tulojen riittävyys (yksi kysymys). Yleinen elämään tyytyväisyys vastaa jo itsessään muissa tutkimuksissa runsaasti käytettyä mittaria, jolloin sille ei asetettu vastaavaa vertailumittaria kuin edellä luetellut mittarit.

Asumisviihtyvyyssmittari oli ainoa verrokkimittari, joka jouduttiin rakentamaan itse kyselyä varten muun muassa kaupungin vuokrataloyhtiön asiantuntemusta hyödyntäen. Asumista mitattiin tutkimusta varten erikseen rakennetulla mittarilla kysymällä ”Kuinka tyytyväinen olet tällä hetkellä seuraaviin asumi-

seen liittyviin asioihin? 0 = Täysin tyytymätön, 5 = Neutraali, 10 Täysin tyytyväinen” ja tarjoamalla seitsemän arviointikohdetta: asuinympäristön viihtyisyys, lähipalvelujen toimivuus, joukkoliikenne ja liikkuminen (esim. pääsy keskustaan), asuinympäristön turvallisuus, asunnon taso, asunnon koko sekä oma rauha ja yksityisyys. Asuinympäristöön oltiin tyytyväisimpiä (ka 8,24) ja joukkoliikenteeseen ja liikkumiseen tyytymättömmimpiä (ka 7,41). Joukkoliikenne ja liikkuminen korreloi heikoimmin muihin asumisen ulottuvuuksiin. Yhdessä ulottuvuudet muodostivat ehyen kokonaisuuden (Cronbach Alpha .803).

Harrastamista ja aktiivisuutta kartoittava kokonaisuus poimittiin kouluterveyskyselystä, vaikka se ei ollutkaan yhtenäiseksi rakennettu mittari. Mukana olleet 11 väittämää aktiivisuudesta vaihtelivat kohteittain ja mittarin reliabiliteetti jäi alhaiseksi (Cronbach Alpha .537).

Mittaavatko ulottuvuudet sitä mitä pitääkin?

Korrelaatiot 3X10D-elämäntilannemittarin kysymysten ja näitä testaavien validointikysymysten välillä olivat hyvin korkeita ($r > .702$) kaikkien muiden paitsi omien vahvuuksien kehittämistä koskevan kysymyksen kohdalla ($r = .325$). Korkeat korrelaatiot ($r > .7$) viittaavat siihen, että kyseessä ovat samaa ilmiötä kuvaavat muuttujat (Lyubomirsky & Lepper 1999). Noin 0.05 ero korrelaatiossa on tämän kokoisella aineistolla tilastollisesti merkitsevä (ks. Steiger 1980; Hoerger 2013).

TAULUKKO 2. Kymmenen elämäneluetta, niitä vastaavat olemassa olevat mittarit ja näiden väliset korrelaatiot.

Ulottuvuus	Asteikko	KA	Kh	Verrokkimittari	Asteikko	KA	Kh	Korrelaatio (Pearson)
Itsetunto	0-10	6,98	2,40	Rosenberg itsetuntomittari (10 kys)	4-40	30,41	6,35	,736**
Terveydentila	0-10	7,39	2,20	Koettu terveys	1-5	2,03	0,96	,754**
Resilienssi	0-10	7,28	2,31	Beck Depression Index (Raitasalo)	0-39	3,98	5,59	-,774**
Ystävyyssuhteet	0-10	7,54	2,62	Perceived Social Support Scale –R (ystävät)	8-40	33,67	6,47	,711**
Perhe	0-10	8,28	2,22	Perceived Social Support Scale –R (perhe)	4-20	16,37	3,71	,792**
Päryääminen	0-10	7,39	2,39	Beck Depression Index (Raitasalo)	0-39	3,98	5,59	-,710**
Talous	0-10	6,33	2,77	Tulojen riittävyys	1-6	3,63	1,40	,702**
Asuminen	0-10	7,87	2,23	Asumisviihtyvyys (rakennettu)	0-10	7,85	1,52	,714**
Elämään tyytyväisyys	0-10	7,65	2,14	Elämään tyytyväisyys(*)	0-10	8,12	1,24	
Vahvuudet	0-10	7,44	2,27	Harrastamisen useus	1-5	2,80	0,54	,325**

*) 18–30-vuotiaat TITA-aineistossa, erillinen kysymys

Itsetuntoa kuvaava Rosenbergin itsetuntomittari (Rosenberg 1989) korreloi voimakkaimmin ($r=.73$) itsetuntoon tyytyväisyyden kanssa ja Beckin Depressio Indexin (RBDI, Raitasalo 2007) kanssa ($r=-.70$). Kaikkien muiden tekijöiden korrelaatiot itsetuntoon tyytyväisyyden kanssa eroavat tilastollisesti Rosenbergin itsetuntomittarin korrelaatiosta ollen selvästi tätä matalampia. Korrelaatiot muiden verrokkitekijöiden kanssa jäivät matalammalle tasolle (taloudellinen toimeentulo $r=.24$).

Tyytyväisyys omaan terveydentilaan korreloi odotetusti voimakkaimmin koetun terveyden kanssa ($r=-.76$) ja voimakkaasti myös RBDI:n kanssa ($r=-.65$), ja selvästi vähemmän muiden verrokkimuuttujien kanssa (aktiivisuus $r=.20$).

Resilienssi (kyky voittaa eteen tulevia vaikeuksia) vaihtelee selkeimmin masennuskokemusten ($r=-.78$) ja itsetunnon ($r=.73$) kanssa. Pienimmät korrelaatiot löytyvät resilienssin ja tulojen riittävyyden ($r=.28$) ja aktiivisuuden kanssa ($r=.28$). Resilienssin mittaamiseen ei löydetty käytettävää vertailumittaria, mutta odotetusti se korreloi voimakkaimmin masennus- ja itsetuntokokemuksen kanssa.

Tyytyväisyys ihmissuhteisiin korreloi odotetusti voimakkaimmin The Perceived Social Support Scale – Revised PSSS-R (Kansanterveyslaitos 2005; Laakso 2013) -mittarin ystäviä koskeviin arvioihin ($r=.71$). Kaikkien muiden tekijöiden kanssa korrelaatiot ovat selvästi matalammat ja pienimmillään tulojen riittävyyden ($r=.16$) ja aktiivisuuden ($r=.20$) kanssa. Hyvin samansuuntainen tulos näkyy tyytyväisyydessä perheeseen: vahvin yhteys on perhettä koskeviin arvioihin ($r=.79$) ja heikoin aktiivisuuteen ($r=.15$) ja tuloihin ($r=.17$).

Kokemus päivittäisistä toimista selviytymisestä korreloi voimakkaimmin masennuskokemuksen ($r=-.71$) ja itsetunnon ($r=.64$) kanssa ja yllättäen heikoimmin aktiivisuuden ($r=.25$) kanssa. Samoin kuin kokemus päivittäisistä toimista selviytyminen, myös omien vahvuuksien kehittäminen korreloi voimakkaimmin masennuskokemuksen ($r=-.65$) kanssa. Korrelaatio aktiivisuuden kanssa oli samoin heikompaa ($r=.34$), vaikkakin heikoimmin omien vahvuuksien kehittäminen korreloi tulojen riittävyyden ($r=.27$) kanssa. Taloudelliseen tilanteeseen tyytyväisyys korreloi vahvimmin tulojen riittävyyden ($r=.69$) ja heikoimmin aktiivisuuden ($r=.23$) kanssa.

Asumisolosuhteisiin tyytyväisyys korreloi voimakkaimmin asumisen tasoa laajasti mittaavan mittarin kanssa ($r=.71$) ja vähiten aktiivisuuden ($r=.20$) kanssa.

Elämään tyytyväisyyden kokonaisuus korreloi suhteellisen voimakkaasti tarkemmin eri elämäntilanteita mittaavien tekijöiden kanssa. Eniten elämään tyytyväisyys korreloi masennuskokemuksen ($r=-.80$), itsetunnon ($r=.72$) ja koetun terveydentilan ($r=.62$) kanssa. Heikoimmin elämään tyytyväisyys korreloi tulojen riittävyyden ($r=.26$) kanssa.

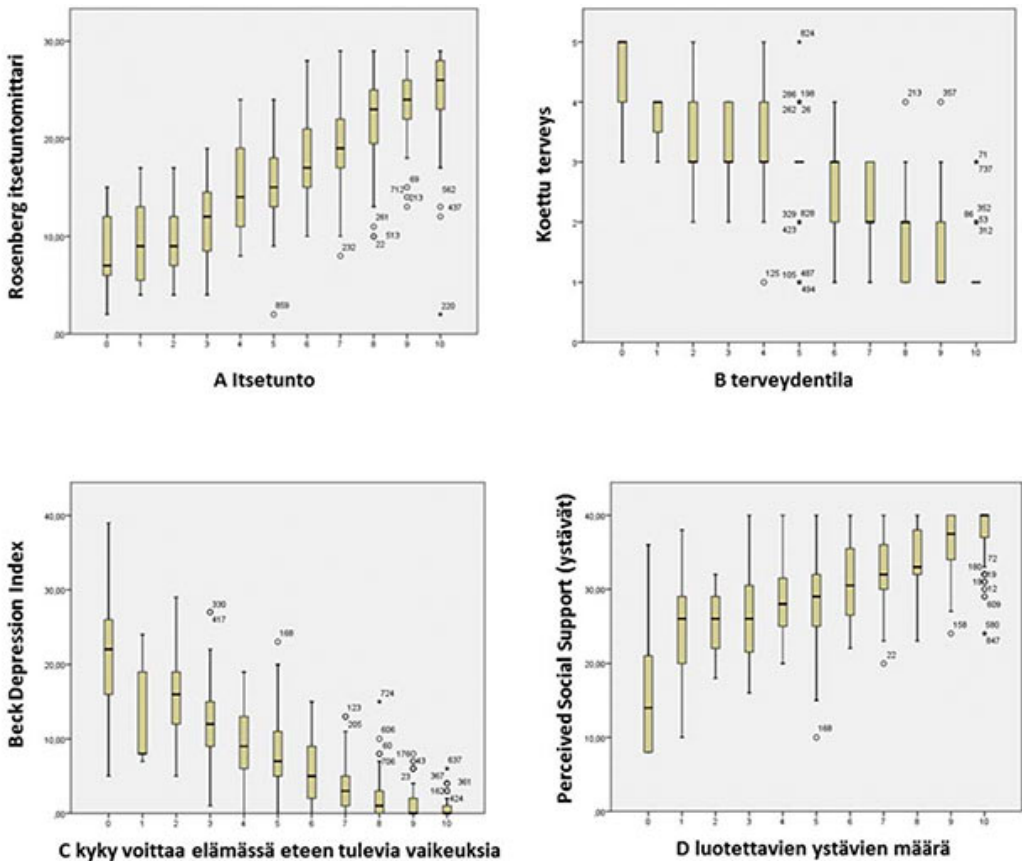
Itsetunto ja erityisesti masennuskokemukset heijastuvat laajimmin muihin tyytyväisyysarvioihin. Masennuskokemus korreloi voimakkaimmin neljän tyytyväisyysulottuvuuden kanssa ja korreloi loppujenkin ulottuvuuksien kanssa vahvasti. Muut vertailuun valitut mittarit korreloivat selkeästi voimakkaimmin aina sen tyytyväisyysulottuvuuden kanssa, jonka kanssa sen oletettiin korreloivan. Valtaosassa ulottuvuuksista voimakkaimman ja seuraavaksi voimakkaimman korrelaation ero on tilastollisesti erittäin merkitsevä. Aktiivisuutta kartoittava mittari korreloi kauttaaltaan heikoimmin tyytyväisyysulottuvuuksien kanssa, mutta sen-

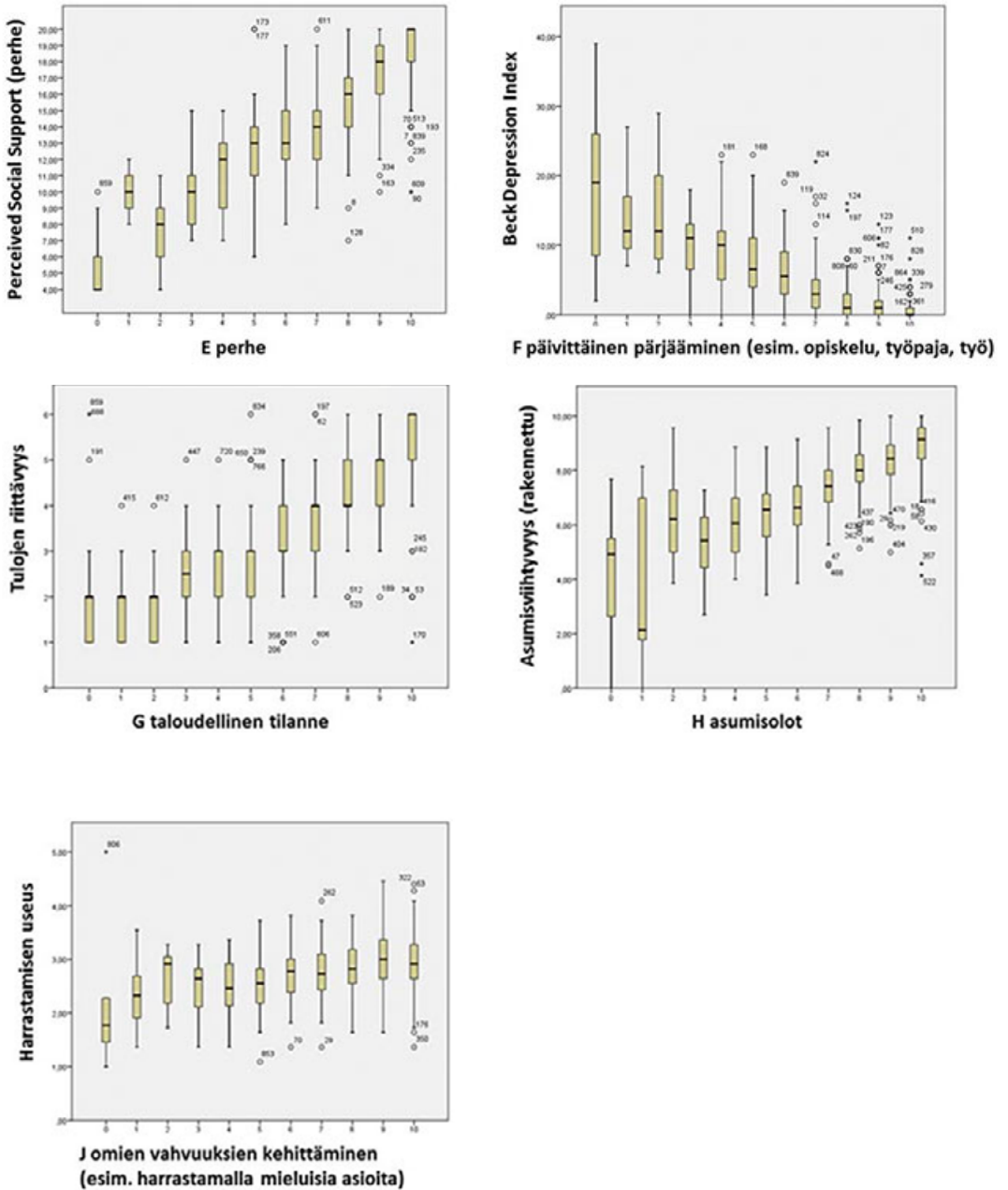
kin osalta korkein korrelaatio oli omien vahvuuksien kehittämisen ($r=.34$) kanssa, kuten oletettiin.

Kuvioon 1 on koottu tyytyväisyysulottuvuudet ja niitä kuvaavien kultaisten standardien keskiarvot. Kuvioiden tavoitteena on selvittää, kuinka johdonmukaisesti kultaisten standardien keskiarvot lisääntyvät tai vähentyvät asteikon kasvaessa tai vähentyessä. Samalla on mahdollista arvioida, missä kohdin tyytyväisyysasteikkoa on sellaisia kohtia, joissa kultainen standardi saavuttaa jonkin merkityksellisen tason.

Itsetunto (Kuvio 1 A) kasvaa lineaarisesti siihen tyytyväisyyden kanssa. Alimmillaan itsetunto on tyytyväisyysarvion nolla kohdalla ja suurimmillaan arvon kymmenen kohdalla. Keskimääräistä matalampi itsetunto (alle 15 pistettä) on niillä vastaajilla, jotka arvioivat tyytyväisyytensä siihen tasolle nollasta neljään.

Terveydentilaan tyytyväisyytensä (B) tasolle nolla tai yksi arvioivat luokituttavat koetun terveyden mittarilla tasolle melko huono tai huono. Tätä korkeammat tyytyväisyysarvot saavat koetun terveyden mittarilla arvon keskitasoinen, melko hyvä tai hyvä.





KUVIO 2. Vertailumuuttujien keskiarvot tyytyväisyysulottuvuuksittain.

Arvon kuusi tai sitä korkeamman omaan resilienssiin (kyky voittaa elämässä eteen tulevia vaikeuksia, C) antaneilla vastaajilla ei ollut depressio-oireita (pisteitä alle viisi). Lieviä masennusoireita oli vastaajilla, joiden tyytyväisyys resilienssiin oli ta-

solla neljä tai viisi. Tätä alhaisemman tyytyväisyyden omaavilla oli kohtalainen masennus ja tasolla nolla jo vakava masennus. Vaikeuksista selviytyminen käytätty masennuksen kanssa samoin kuin päivittäisissä toimissa (opiskelu, työ) pärjääminen (F). Mitä tyytymättömämpi on päivittäiseen pärjäämiseen, sitä voimakkaampia masennusoireita vastaajalla on.

Tyytyväisyys ystäviin (D) seuraa PSSS-R -mittarista poimittua ystävyyssuhteita kuvaavaa mittaria siten, että mitä tyytyväisempi ystäviin on, sitä enemmän saa erilaista tukea ystäviltyään. Tyytyväisyyden matalimmilla tasoilla sosiaalista tukea ei saa ystäviltyä juuri lainkaan. Vastaava tilanne näkyy perheeltä saatavan tuen osalta; mitä enemmän tukea, sitä tyytyväisempi vastaaja on perheeseensä (E) ja päinvastoin.

Tyytyväisyys taloudelliseen toimeentuloon (G) kertoo taloudellisesta selviytymisestä. Arvo pienimmästä mahdollisesta tyytyväisyydestä asteikon puoleen väliin (0-5) kertoo tulojen riittämättömyydestä menoihin, ja tätä suurempi tyytyväisyys kertoo tulojen riittävän menoihin.

Tyytyväisyys asumisoloihin (H) seuraa laajemman asumisolomittarin muuoksia niin, että asteikon keskikohtaa (viisi) suurempi tyytyväisyys nosti tasaisesti laajemman tyytyväisyysmittarin keskiarvoa noin kuudesta yhdeksään. Asteikon puoliväliä pienempi tyytyväisyys kertoi matalammasta tyytyväisyydestä laajemmin asuinoloja kohtaan.

Omien vahvuuksien tyytyväisyys (J) heijasteli systemaattisesti harrastamisen ja aktiivisuuden useutta, vaikkakin ero keskiarvoissa tyytyväisyysasteikon pienimmän ja suurimman arvon välillä oli tarkastelluista tekijöistä kaikkein pienin.

Errotteleeko mittari elämäntilanteet toisistaan?

Tyytyväisyys eri elämäntilanteisiin vaihtelee eri elämäntilanteessa olevien välillä. Pelkistäen voi sanoa, että opiskelun tai työskentelyn ulkopuolella olevien nuorten tyytyväisyys on kaikilla elämäntilanteilla kaikkein matalimmalla tasolla. Työssä tai opiskelemissa olevien nuorten tyytyväisyys vaihteli jonkin verran riippuen siitä, minkä elämäntilanteen tyytyväisyydestä oli kyse. Työssä olevat nuoret olivat muita useammin tyytyväisiä eri elämäntilanteisiin. He arvioivat itsetuntonsa, resilienssinsä, arjessa pärjäämisensä, taloudellisen tilanteensa ja itsensä kehittämisen muita korkeammalle tasolle. Myös ammattikorkeakoulussa tai yliopistossa opiskelevien tyytyväisyys näihin tekijöihin oli korkealla tasolla ja varsinkin lähellä työssä olevien tasoa. Ammattikorkeakouluopiskelijoiden tyytyväisyys oli muita ryhmiä korkeammalla tasolla ystävyssuhteiden, perheen ja yleisesti elämän kohdalla. Yli-

opisto-opiskelijoiden tyytyväisyys terveydentilaan oli muita korkeammalla tasolla. Lukiossa tai opistoissa opiskelevien tyytyväisyys eri elämänalueisiin oli näitä matalammalla tasolla. Lukiossa opiskelevien tyytyväisyys asuinolosuhteisiin oli kuitenkin muita ryhmiä korkeammalla tasolla. Ryhmien väliset erot olivat kaikki tilastollisesti erittäin merkitsevällä tasolla ($p < .000$).

	Opisto	Lukio	Amk	Yliopisto	Työ	Työpaja	Kuntakokeil	Keskimäärin
Itsetunto	6,51	6,82	7,65	7,41	7,69	5,41	5	6,98
Terveys	6,96	7,51	7,77	7,9	7,81	6,07	5,52	7,39
Resilienssi	6,79	7,09	7,97	7,8	8,08	5,55	5,59	7,28
Ystävyyssuhteet	7,14	7,71	8,14	7,65	7,92	6,1	6,97	7,54
Perhesuhteet	7,96	8,08	8,84	8,46	8,68	7,53	7,76	8,28
Pärvääminen	7,01	6,82	7,97	7,96	8,53	5,97	4,79	7,39
Talous	5,96	6,69	6,14	6,43	7,5	5,06	4,07	6,33
Asuminen	7,56	8,18	8,1	7,81	8,14	7,19	6,38	7,87
Elämään tyytyväisyys	7,22	7,57	8,37	7,96	8,31	5,96	5,48	7,65
Itsensä kehittäminen	6,88	7,58	7,99	7,51	8,19	6,24	5,28	7,44

KUVIO 3. Tyytyväisyysulottuvuudet eri elämäntilanteissa. Korkeimmat keskiarvot lihavoitu.

Johtopäätökset

Analyysien tulokset osoittivat, että kymmenen elämänaluetta kuvaavat hyvin yleistä elämäntilanteeseen kohdistuvaa tyytyväisyyttä. Kukin elämänalue on oma ulottuvuutensa, joten niiden määrää ei ole tarpeen vähentää. Korrelaatiot olivat aina selvästi korkeimmat kultaisen standardin kanssa. Lähinnä toisiaan olivat itsetunto ja masennuskokemukset, joiden korrelaatiot muiden tekijöiden kanssa olivat korkeita.

Korrelaatiot olivat varsin korkeita ($>.7$) kertoen siitä, että verrokkimittari ja kulloinenkin elämänalueen ulottuvuus kuvasivat samaa ilmiötä. Ainoastaan aktiivisuutta mittaavaksi aiotun verrokkimittarin korrelaatiot jäivät selvästi matalammalle tasolle. Kuviosta 1 voitiin havaita selkeät ja systemaattiset erot tyytyväisyysulottuvuuden asteikon luokkien välillä.

Työpajatoiminnassa tai muussa vastaavassa toiminnassa mukana olevien nuorten tyytyväisyys kymmenen elämänalueeseen oli selvästi matalampi kuin muilla ryhmillä.

Vastausasteikon puoliväliä matalammat tyytyväisyysarvot kielivät tarpeesta käydä keskustellen läpi nuoren elämäntilannetta. Mitä alemmas tyytyväisyysasteikolla mennään, sitä selkeämpää on keskustelun tarve. Tämä tarkoittaa sitä, että mittarin avulla on mahdollista tehdä päätelmiä siitä, keiden nuorten olisi perusteltua miettiä elämäntilannettaan vaikka yhdessä asiantuntijan tai vertaisen kanssa.

Perheen elämäntilannemittarin kehittäminen

Perheiden tapaaminen järjestettiin 15.2.2017. Tilaisuuden alussa käytiin läpi sitä, miksi ollaan koolla. Keskeistä oli selvittää mihin keskustelua käytetään ja miten tästä kehitetään mittaria. Samalla varmistettiin, että syntyvän tuotoksen saa lähettää osallistuneille kommentoitavaksi.

Lyhyessä esittelykierröksessä perheiden edustajat kertoivat muille sen, minkä perheestään halusivat esille tuoda. Mukana oli neljä hyvin erilaista perhettä. Ensimmäinen perhe oli kahden naisen ja heidän alle kouluikäisen lapsen ja koululaisen muodostama perhe. Lapset olivat vuoroin isiensä luona. Molemmat olivat työssä, toinen vuorotyössä. Toisessa perheessä oli isä ja äiti sekä kaksi lasta. Molemmat vanhemmat olivat vuorotöissä. Kolmas perhe muodostui neljästä lapsesta ja heidän työssä käyvästä yksinhuoltajastaan. Lapset olivat vuoroviikoin toisen vanhemman luona. Neljännen perheen isällä ja äidillä oli kolme lasta ja yli 20 yhteistä vuotta.

Esittelykierröksen jälkeen käytiin vapaamuotoinen keskustelu perheen arjesta siten, että yksi perhe aloitti ja muut tulivat mukaan keskusteluun kertomalla omasta arjestaan. Keskusteluissa nousi esiin perheiden arkea yhdistäviä, mutta myös perheiden erilaisuudesta johtuvia eroavaisuuksia.

Vasta aloituskeskustelun jälkeen esiteltiin 3X10D:n aihepiirit ja käytiin läpi sitä, miten ne suhteutuvat siihen mistä edellä keskusteltiin. Samoin käytiin pohdintaa siitä, millä termeillä voidaan kuvata perhetasolla samoja tai eri asioita kuin 3X10D:ssä. Perhetasolla arjessa oli samankaltaisia aihepiirejä kuin yksilötasolla, mutta myös selvästi eroavia aihepiirejä.

Kahden tunnin aikana käytiin pääasiassa keskustellen läpi perheiden arkea. Keskustelusta Sakari Kainulainen kirjasi perheiden kuvauksista ylös 83 erillistä lausetta, lyhyttä arjen kuvausta. Nämä arjen kuvaukset listattiin ryhmäkeskustelun jälkeen yhteen ja luokiteltiin. Valmista luokittelua ei ollut, vaan luokittelua rakennettiin sitä mukaa kun arjen kuvauksia luettiin. Lopulliseen luokitteluun muodostui kahdeksan pääteemaa. Muutama lause jäi luokittelun ulkopuolelle niiden erityisyyden vuoksi.

Neljän perheen keskustelussa nousi vahvasti esiin perheiden arjen erilaisuus. Kuitenkin niissä kaikissa toistui muutamia samoja elementtejä. Alla on kuvattu lyhyesti muodostuneet elementit, joita voi nimittää perheiden elämäntilanteen ulottuvuuksiksi.

Rutiinit ja toimintatavat (22 kpl). Tähän teemaan liittyy keskustelu esimerkiksi aamutoimista, lasten kouluun ja hoitoon lähdöt, vanhempain töihin lähdöt,


iltapäivän ja illan toiminnot sekä vanhempien roolit perheen toiminnoissa. Kasvatuksen (20) teemaan liittyvät lasten koulunkäyntiä ja läksyjä ja sekä yleistä lasten kasvatusta koskevat asiat. Harrastamiseen ja jaksamiseen (11) kiinnittyvät lasten ja vanhempien harrastaminen sekä sellainen toiminta, joka uudistaa ja virkistää perheen jäseniä. Tukiverkosto-teemaan (9) liittyvät perheiden ulkopuolisilta (tarvittaessa) saatava tuki. Useimmin ulkopuolisia henkilöitä ovat isovanhemmat tai sisarukset ja muut sukulaiset. Parisuhteeseen (6) liittyvät vanhempien keskinäiseen suhteeseen ja siitä huolehtimiseen liittyvät asiat. Suhteet muihin ihmisiin -teemaan (6) liittyvät perheenjäsenten suhteet perheen muihin ulkopuolisiin ihmisiin, joita ovat esimerkiksi lasten kaverit, vanhempien ystävät ja ex-puolisot. Logistiikkaan (6) liittyvät erilaiset kulkemiset ja liikkumiset erityisesti lasten, mutta myös vanhempien osalta. Työ ja perhe -teemaan (3) liittyvät työelämää sekä perheen ja työelämän sovittamiseen liittyvät aiheet.

Perheiden arjen kuvaukset linkittyivät suhteellisen hyvin jo aiemmin nuorten elämäntilanteen kartoitukseen tehdyn 3X10D Kyselyn ulottuvuuksien kanssa. Perheiden keskustelussa ei kuitenkaan noussut esille kolmea seikkaa: taloutta, asumista ja itsetuntoa. Näistä kuitenkin talous ja asuminen on silti syytä ottaa mukaan perheen elämäntilanteen kartoittamiseen. Ryhmäkeskustelussa nämä asiat saattoivat jäädä vähemmälle huomiolle tuntemattomien seurassa. Pohdittavaksi jäi itsetunnon vastine perheen tasolla. Keskusteluissa pohdittiin sitä, että voisiko itsetuntoa vastaava termi olla perheen tasolla ylpeys perheestä.

Ryhmäkeskustelun perusteella muodostettiin ensimmäinen versio kysymyksiksi perheille. Testaukseen etsittiin vapaaehtoisia Diakonia-ammattikorkeakoulun Intranetin kautta ja henkilökohtaisen Facebook-kutsun avulla. Viikkojen 17 ja 18 aikana 24 vanhempaa osallistui lomakkeen kommentointiin. Suurin osa kommentoineista oli parisuhteessa eläviä naisia. Mukana oli 4 yksinhuoltajaa ja vain 3 miestä.

Perheen yhteishengen (2 kommenttia) osalta todettiin, että se on käsitteenä hahmottumaton ja että ilmapiiri voisi olla sopivampi termi. Arjen rutiinien sujuminen yhdistettiin kommentteissa (3) kotitöihin ja -askareisiin ja tätä pidettiin hyvänä. Toisaalta kaivattiin tietoa siitä, kuinka lapset osallistuvat näihin. Muiden ihmisten tuki silloin kun tarvitaan jätti testaajat arvuuttelemaan, mitä tällä tarkoitetaan. Yhdeksästä kommentista viisi toivoi selvennöstä siitä, keitä nämä ”muut” ovat, perheenjäseniä vai perheen ulkopuolisia (sukulaisia, ystäviä) ihmisiä. Kommentoitiin myös sitä, että avun riittävyttä (sukulaisilta) olisi tarpeen saada selville. Naapureihin ja muihin ulkopuolisiin ihmisiin -teemaan tuli kymmenen kommenttia tai kysymystä. Kysyttiin esimerkiksi sitä, että tarkoitetaanko tyyty-

väisyydellä konkreettista avun saamista vai yleisempää ilmapiiriä naapurustossa, tai että miten vastaisi tilanteessa, missä suhteet naapureihin huonot mutta muihin hyvät. Samoin kysyttiin, kuuluvatko tähän kohtaan myös viranomaiset ja järjestöt ja muut verkostot. Parisuhteen toimivuutta pidettiin selkeänä arvioitavana asiana, mutta arveltiin sen pitävän sisällään monia alakysymyksiä, joita olisi hyvä saada myös tietoa. Toinen kommentti ehdotti, että arvioitaisiin parisuhdetta eikä sen toimivuutta. Tehdyn ansiotyön määrä keräsi viisi kommenttia. Ne kaikki nostivat sen kysymyksen, että haetaanko kyselyssä erityisesti työn ja perheen yhteensovittamisen vaikeutta. Tyytyväisyyttä taloudelliseen toimeentuloon pidettiin selkeänä kysymyksenä. Toisessa kommentissa esitettiin taloudellista tilannetta paremmaksi tavaksi kysyä. Asumiseen tyytyväisyyttä pidettiin selkeänä, mutta toisessa kommentissa mietittiin, että mitä asumiseen liitetään. Mahdollisuutta harrastaa, virkistyä (vanhemmat) pidettiin tärkeänä, koska aikaa ei usein riitä ainakaan silloin, jos ei ole tukiverkostoa lähellä. Toisessa kommentissa esitettiin käytettäväksi termiä ”oma aika”, jota nuoret vanhemmat nykyään käyttävät puheissaan. Lasten kasvatusta keräsi kymmenen kommenttia. Valtaosa näistä kommentteista kysyi tai pohti sitä, että haetaanko kysymyksellä tietoa vanhempien (ja muiden) yhteisestä kasvatuksesta tai kasvatuksesta ja sen toimivuudesta vai vastausta siihen, kuinka hyvin on onnistunut kasvattajana. Yhdessä kommentissa kysyttiin myös sitä, että mitä jos perheessä on sairas lapsi joka voi tarvita erityistä kasvatuksellista tukea. Yhdessä kommentissa toivottiin lasten kasvatusta jaettavan tarkempiin osiinsa.

Lopuksi kysyttiin vielä ”Entä tulevatko perheesi arjen keskeiset osa-alueet kuvattua yllä olevilla kymmenellä kysymyksellä vai puuttuuko jokin?”. Eniten ehdotuksia tuli perheen yhdessäoloon ja ihmissuhteisiin liittyen, mutta myös yhdessä tekemiseen liittyen. ”Ylipäättänsä hyvä olo ja tunteet  ” kuvaa näitä kommentteja. Toisaalta toivottiin myös ystävyys-suhteita mukaan. Samoin esitettiin toive, että erilaisia tukitoimia ja palveluita (päivähoito, koulu) kartoitettaisiin. Asumisen osalta toivottiin asuinalueeseen liittyvää kysymystä. Myös töiden jakautumisesta kaivattiin tarkempaa tietoa kuin myös huolehtimisvelvoitteista (lasten lisäksi isovanhemmat). Lisäksi haluttiin lisättävien selventäviä jatkokysymyksiä, jos esiintyy tyytymättömyyttä. Tällöin kysymysten arveltiin toimivan hyvin esimerkiksi neuvolassa. Yhdessä kommentissa toivottiin tarkempaa erilaisia ongelmia kartoittavia kysymyksiä mukaan.

10–13-vuotiaiden elämäntilannemittarin kehittäminen

Lasten (viidesluokkalaiset) haastattelu toteutettiin 5.4.2017. Viitosluokkalaisten ryhmähaastattelu toteutui osapuilleen samalla ohjelmalla kuin vanhempien ryhmäkeskustelu aiemmin. Kaikki neljä lasta oli tyttöjä. Lasten keskustelu oli kuitenkin niukempaa ja heidän keskinäinen vuoropuhelunsa vähäistä. Tämän vuoksi kuuleminen toteutui niin, että jokainen kertoi ensin vuorollaan, kuinka heidän tavanomainen viikkonsa sujuu ja mitä siihen kuuluu. Alla on tiivistys lasten kertomuksista. Kierroksen jälkeen käytiin yhdessä läpi kymmenen keskeistä elämäntilannetta ja mitä niihin heidän mielestä kuuluu.

Ensimmäinen tyttö syö itse tekemänsä aamupalan ja menee kouluun kello 8:n ja 10:n välillä. Kouluun on kilometrin matka, ja siihen kuluu aikaa 10–20 minuuttia. Koulussa on oppitunteja, ja välitunneilla pelataan ja jutellaan ulkona. Kotiin hän tulee koulusta klo 13:n ja 15:n välillä, tekee läksyt ja lähtee tanssi- ja pianoharkkoihin. Lisäksi hän on silloin tällöin apuvalmentajana jumppakerhossa. Jos hänellä ei ole harkkoja, niin alkuillat kuluvat kavereitten kanssa. Iltatoimien jälkeen tulee seurattua kännykkää ennen nukkumaan menoa. Tyttö tykkää liikunnasta ja kuva-aineista, mutta ei lukuaineista. Perjantaisin perhe käy syömässä yhdessä. Toinen mummo käy kerran viikossa kylässä, ja kerran kuussa isovanhemmat kuljettavat harrastuksiin. ”Koeviikot” ovat hieman raskaita. Kaveruussuhteet ovat hyviä eikä kiusaamista ole havaittavissa.

Toinen tyttö tekee itse aamupuuhat paitsi silloin, jos koulu alkaa kello 8, jolloin joku on kotona. Joskus vanhemmista toinen on etätöissä. Tyttö pitää liikunnasta, kuvaamataidosta ja käsitöistä, mutta ei pidä matematiikasta. Koulunkäynti sujuu helposti. Koulun jälkeen hän menee näytelmäkerhoon tai kaverille, ellei tule suoraan kotiin. Koulun jälkeen hän tekee läksyt ja syö välipalan. Iltaruonan jälkeen hän menee ulos tai leikkii pikkusiskon kanssa. Siskokset kinastelevat joskus. Tämän jälkeen iltapuuhat ja sitten nukkumaan. Mummia tyttö näkee melkein joka viikko.

Kolmannen tytön aamupuuhat sujuvat isän kanssa, koska tämä on kotona. Kouluun mennään pyörällä tai kävellen. Oppiaineista kaikki on tytön mielestä mukavia. Välitunnilla he pelaavat jalista tai leikkivät ja juttelevat. Koulusta kotiin, sitten harkkoihin (jalis, piano, tanssi) ja tämän jälkeen läksyjen tekoon (jos ei ennen harkkoja). Harrastuspaikat ovat lähellä, mutta hän kulkee niihin kuitenkin kyydillä. Iltapala ja iltapuuhien jälkeen hän seuraa kännykkää (videot, pelit, Snapchat, Musically, Instragram, Whatsapp) ja tämän jälkeen nukkumaan. Isovanhemmat asuvat kaukana, joten heitä näkee harvemmin.

Neljäs tyttö tekee aamutoimet yksin tai vanhempien kanssa. Äiti lähtee töihin puoli kahdeksalta ja isä on vuorotyössä. Lähikouluun pääsee hyvin fillarilla. Kuvaamataito, kielet (ei äidinkieli) ja liikunta ovat kivoja tunteja. Välitunnilla pelataan tai kuljeskellaan ympäriinsä. Koulu loppuu klo 12:30:n ja 14:15:n välillä, minkä jälkeen tyttö menee kotiin tai kaverin luokse. Koulussa on raskasta silloin, kun kokeita kasautuu lähekkäin. Tyttö syö koulun jälkeen välipalan ja tekee läksyt. Kerran viikossa hänellä on pianoharkat. Äiti tulee kotiin puoli viideltä ja sitten syödään. Joskus tyttö menee kaverin luokse. Iltapuuhiin jälkeen tyttö lukee fantasiakirjoja ja menee nukkumaan. Viikonloppuna perhe voi mennä mummolaan toiselle paikkakunnalle. Tytöllä on kolme hyvää kaveria.

Arjen kuvausten jälkeen lasten kanssa käytiin läpi sitä, miten he ymmärtävät aiemmin määritellyt kymmenen elämänaluetta. Käsitteistä keskusteltiin ensin yhdessä ja sitten pyrittiin löytämään yhteinen ajatus. Itsetunto ei ollut lapsille tuttu termi. Terveystila tarkoittaa sitä, ettei ole kipeä, ja siihen kuuluu myös mielen-terveys. Resilienssi ei ole ymmärrettävästi tuttu käsite. Ystävyys(suhteita) pidettiin vanhana, ja parempi termi olisi kaverit tai luokkakaverit. Hyvät ystävät ovat BFF (best friends forever). Perheeseen kuuluvat vanhemmat ja sisarukset. Isovanhemmat eivät ole perhettä vaan sukua. Koulussa pärjääminen tarkoittaa sitä, että osaa tehdä tarvittavia asioita ja ne sujuvat hyvin. Talous ja kuluttaminen merkitsevät rahaa, ja sitä saa esimerkiksi kotitöistä. Asuminen merkitsee taloa missä asuu ja kotia, missä on joskus rauhatonta, kun sisarukset meluavat (ilmapiiri). Asumiseen liitettiin myös sen sijainti (metsäreitti kouluun). Elämään tyytyväisyys on tunne, kun kaikki on hyvin, esimerkiksi kun kokeet ovat ohi. Silloin tuntuu mahtavalta ja on ”olen vapaa”-tunne. Tyytyväinen on parempi termi kuin iloinen. Vahvuudet on vaikea hahmottaa, ja myös ”itsensä kehittäminen” on liian yleinen.

Rajalan koulu toimitti mittaria testaavan kyselyn viikoilla 18 ja 19 Wilman välityksellä viidesluokkalaisten vastattavaksi (myös vanhemmilla mahdollisuus vastata). Yhdeksän koululaista vastasi lähetettyyn kyselylinkkiin. Kyselyssä kysymykset esitettiin yksitellen, ja sen jälkeen kysyttiin avokysymyksellä, oliko kysymys ymmärrettävä. Lopuksi kysyttiin, puuttuiko lomakkeesta joku asia, mitä olisi syytä kysyä. Kysymyksiin oli vastattu normaalisti, ja useimmiten kysymysten jälkeisiin avovastauksiin oli vastattu ”ymmärsin” tai ”ymmärsin hyvin”. Lopuksi tuli ehdotus, että lisättäisiin kohta ”onko tekemistä kotona”. Tämän perusteella lomakkeeseen ei tehty muutoksia.

7–9-vuotiaiden elämäntilannemittarin kehittäminen

31.5.2017 erään koulun 1. luokalla järjestettiin työpaja, jossa oli läsnä 23 oppilasta ja opettaja. Kaksoistuntia pohjustin seuraavasti: ”Yritän selvittää, mitä kaikkea voi tapahtua ekaluokkalaiselle. Tarkoituksena on tehdä lapsille internettiin testi, millä he voivat arvioida sitä, kuinka tyytyväisiä he ovat eri asioihin. Nyt kootaan listaa ekaluokkalaisille tärkeistä asioista. Tärkeät asiat voivat tuottaa iloa tai surua, olla mukavia tai epämukavia. Esitän teille muutaman kysymyksen ja pyydän jokaiselta vastaamaan mitä mieleen nousee. Ei ole olemassa oikeita tai vääriä vastauksia. Kirjoita paperiin niitä asioita, jotka tulevat kysymyksestä mieleen.”

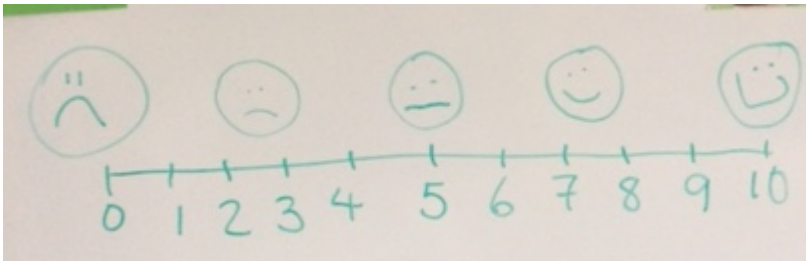
Yleisen keskustelun aikana jaoin oppilaille vastauskaavakkeet. Kaavakkeessa oli viisi kysymystä, jotka esitettiin yksitellen ja ohjeistettiin vastaamisessa ja avattiin vaikeita kohtia kertomalla, mitä ne tarkoittivat. 1 Ajattele tavallista aamua heräämisestä ensimmäisen koulutunnin alkamiseen. Mitä mukavia tai epämukavia asioita voi tapahtua aamulla ennen koulun alkamista? 2 Ajattele tavallista koulupäivää. Mitä mukavia tai epämukavia asioita voi tapahtua koulupäivän aikana? 3 Ajattele tavallista päivää koulun jälkeen ennen iltaruokaa. Mitä mukavia tai epämukavia asioita voi tapahtua koulupäivän jälkeen? 4 Ajattele tavallista iltaa ja yötä. Mitä mukavia tai epämukavia asioita voi tapahtua illalla ja yöllä? 5 Ajattele tavallista viikonloppua. Mitä mukavia tai epämukavia asioita voi tapahtua viikonloppuna?

Saadut lomakevastaukset tallennettiin Excel-ohjelmaan ja siellä niistä muodostettiin avainsanoja tai -teemoja. Näitä muodostui viiden kysymyksen vastauksista yhteensä 290 kappaletta. Samaan aihepiiriin liittyvät vastaukset liitettiin toisessa analyysivaiheessa omaan ryhmäänsä. Kolmannessa vaiheessa yhdistettiin lähellä olevat ryhmät toisiinsa. Näin muodostui kahdeksan lapsille keskeistä elämäntilannetta. Teemojen tai elämäntilanteiden nimet on muodostettu viimeiseksi. Analyysi noudatteli Grounded Theoryn tapaa etsiä aineistosta induktiivisesti keskeiset rakenteet.

Yleisimmin mainittiin kaverisuhteisiin ja aamu- tai iltatoimiin (56 kpl) liittyviä asioita tai vapaa-aikaan (53) ja koulunkäyntiin (48) liittyviä asioita. Maininnat liittyivät myös nukkumiseen (24), perheenjäseniin (20), harrastuksiin (18) ja koulumatkoihin (15). Harrastamiseen kytkeytyivät maininnat liikunnasta (15) ja lukemisesta (3). Kaverisuhteisiin liittyivät maininnat kavereista (24), kiusaamisesta (18), yksinäisyydestä (11) ja kummeista (3). Koulumatkaan kytkeytyivät yksittäiset maininnat kouluun lähdöstä ja matkasta eri muodoissaan. Koulunkäyntiin liittyi mainintoja opettajasta (3), oppitunneista (33), ruokailusta (4) ja välitunneis-

ta (8). Nukkumisen alle tuli mainintoja koulun alkamisajankohtaan liittyen (3) ja nukkumiseen ja uniin liittyen (21). Perheenjäsenet kokoaa vanhempiin (8), sisaruksiin (6) ja lemmikkieläimiin (6) liittyviä mainintoja. Vapaa-aikaan niputtuivat sellaiset alateemat kuin rentoutuminen (13), konsolipelit (8), ruokailu (9), TV:n katselu (9), iltapäiväkerho (6), karkkipäivä (5), loma (1), seurustelu (1). Aamu- ja iltatoimiin liittyivät herääminen (17), aamutoimet (7), aamupala (9), iltatoimet (11), iltasatu (8), iltapala (4) ja iltatoimet (11).

Työpajassa haluttiin myös hakea tietoa siitä, kuinka pienet lapset ymmärtävät 11-portaisen vastausasteikon. Heille esitettiin kysymys ”Mittarilla mitataan tyytyväisyyttä. Mittarissa on lukuja nolasta kymmeneen. Nolla tarkoittaa että on hyvin tyytymätön ☹ ja Kymmenen tarkoittaa että on hyvin tyytyväinen 😊 ja piirrettiin taululle kuva hahmottamaan asteikkoa.



KUVA 2. Asteikko.

Lapsia pyydettiin kirjoittamaan sopiva numero (1-9), jos ekaluokkalainen on hieman tyytymätön, keskimääräisen tyytyväinen tai melko tyytyväinen. Alla olevassa taulukossa on esitetty lasten vastausjakaumat kuhunkin arvioitavaan tyytyväisyyden määrään. Hieman tyytymättömän keskiarvo on 3,45 ja yleisimmin mainittiin arvo kolme. Keskimääräisen tyytyväisen keskiarvo on 5,64 ja yleisimmin valittu arvo oli viisi. Melko tyytyväisen keskiarvo on 8,32 ja useimmin valittu arvo oli yhdeksän. Vastauksissa on hajontaa, mutta ekaluokkalaiset kykenivät erottamaan kohtuullisen hyvin vastausasteikon merkityserot.

TAULUKKO 3. Lasten arviot 0–10 asteikolla mitä vastaavat hieman tyytymätön, keskimääräisen tyytyväinen ja melko tyytyväinen.

Hieman tyytymätön		Keskimääräisen tyytyväinen		Melko tyytyväinen	
Vastaus	Kpl	Vastaus	Kpl	Vastaus	Kpl
2	3	5	15	7	5
3	11	6	1	8	7
4	3	7	5	9	8
5	5	8	1	10	2
keskiarvo 3,45	22	keskiarvo 5,64	22	keskiarvo 8,32	22

Täysi-ikäisten elämäntilannemittarin kehittäminen

Mittarin pohjana käytettiin Kuopiossa kehitettyä 16–29-vuotiaiden mittaria. Maalis-huhtikuussa 2016 aloitettiin 3X10D:n testaus pitkäaikaistyöttömien kanssa työtä tekevien ammattilaisten kanssa. 12.5.2017 Kuopiossa pidettiin tilaisuus, jossa keskusteltiin kokemuksista mittarin käytöstä. Ammattilaiset olivat käyttäneet aiemmin työssään asiakaskeskustelun pohjana Kykyviisaria, mutta kokivat sen raskaaksi. Testi oli toteutettu siten, että ensimmäisellä tutustumiskäynnillä annettiin lomakkeet mukaan esitietolomakkeen kanssa. Tavoitteena oli, että asiakkaat täyttävät lomakkeet omatoimisesti ja seuraavalla kerralla ne käydään yhdessä läpi.

Tulevaisuutta koskevat avovastaukset olivat vaikeita, mikä näkyi tyhjinä vastauksina. Todettiin, että ne voi jättää tyhjäksi, ja asiakas vastaisi vain niiden elämäntilanteiden tulevaisuusosioihin, joihin kaipaa muutosta. Lomakkeeseen tulisi lisätä täyttöohje (vain yksi ruksi?). Lomaketta pidettiin enemmän nuorille sopivana. Arjessa pärjääminen, resilienssi herätti keskustelua, mutta tuntui toimivan. Pärjäämisessä ei tarvittaisi selityksiä, vaan riittäisi ”Arjen hallinta / pärjääminen”. Samoin talouden osalta työntekijät ehdottivat hallintaa (taloudellisen tilanteen hallinta (katto pään päällä)) enemmän kuin pelkästään taloudellista tilannetta. Omien vahvuuksien kehittäminen tuntui olevan vastaajille vaikea ymmärtää, kun itsetunto on hyvin matala. Tähän yhdistettiin esimerkiksi autojen korjailu tai muu vastaava toiminta.

Pohjois-Savon kunnissa kerättiin tammi-helmikuussa 2019 tietoa maakunnan asukkaiden kokemuksellisesta hyvinvoinnista. Tässä hyödynnettiin alkuperäistä 3X10D-elämäntilannemittaria. Tässä yhteydessä sitä arvioitiin sen suhteen, sopiiko se myös ikäihmisten arviointimittariksi. Mittariin tehtiin tässä yhteydessä kaksi muutosta, että se toimii koko aikuisväestöllä. Ensiksi lisättiin kohtaan ”perheeseesi” myös ”läheiset”. Toiseksi kohdasta ”Päivittäinen pärjääminen” poistettiin lisäselitykset työstä ja opiskelusta jne.

PILOTOINTIA ODA-HANKKEESSA

Suun terveys erilliskysymyksenä

Samana päivänä 10–13-vuotiaiden ryhmäkeskustelun kanssa Sakari Kainulainen kävi keskustelemassa Itä-Suomen yliopistolla hammaslääkäri Anni Riepposen kanssa. Tavoitteena oli pohtia, kuinka ODA-hankkeessa voitaisiin saada integraatiota aikaan suun terveydenhuollon ja kouluterveydenhuollon välille. Ongelmana on, että osa heistä, joilla on suun terveydessä ongelmia, pääsee luiskahtamaan läpi erilaisista tarkastuksista. Tarvittaisiin integroidumpaa työskentelytapaa ja yhteistä tietoa asiakkaasta. Toisaalta on monia syitä, minkä vuoksi osa nuorista ei hakeudu hammastarkastuksiin, vaikka olisikin tarvetta. Näitä kaikkia eri syitä on mahdoton kartoittaa hyvin yleisellä mittarilla. Tarvitaan siis yleinen arviointityökalu suun terveyden itsearviointiin. Tarjolla oli esimerkiksi viisiportainen (Subjective Oral Health, SOH): ”Onko hampaidenne kunto ja suunne terveydentila mielestänne nykyisin” ja kaksiportainen (Subjective Treatment Need, STN): ”Oletteko mielestänne hammashoidon tarpeessa?”. Keskustelujen jälkeen päädyttiin siihen, että näistä parempi ja 3x10D-konseptiin sopivampi työkalu on SOH vastauskaalaltaan modifioituna. Tämä lisättiin 3X10D-elämäntilannemittariin 11. kysymykseksi.

Kuopiossa pidettiin 10.4.2018 arviointikokous, missä oli koolla pilotointiin osallistuvia tahoja. Pilotissa oli lasten mukana toimitettu vanhemmille perheen elämäntilannetta kartoittava 3X10D-kysely ja täytetty lomake palautui koululle. Terveystenhoitaja haki lomakkeet pilottiluokasta ja ajoitti lasten tapaamiset tämän perusteella niin, että ensin tulivat ne oppilaat, joiden perheissä näytti olevan huolen aiheita. Oppilaat täyttivät itsearvion ohjatusti terveydenhoitajan läsnä ollessa. Käynnin jälkeen terveydenhoitaja otti yhteyttä lapsen vanhempaan ja kävi läpi huolen aiheet. Vanhemmat ottivat soitot hyvillään vastaan.

7–9-vuotiaat

Vanhemmat vastasivat hyvin ja nostivat huolia esiin. Terveystenhoitajan puhelut otettiin hyvin vastaan. Seitsemän vanhempaa ilmaisi huolta. Keskustelun jälkeen terveydenhoitaja arvioi yhden huolen hyvin aiheelliseksi. Tämän pohjalta syntyi jatkokehitysidea: vanhemmat voisivat ottaa itse yhteyttä halutessaan.

Lasten oli aluksi vaikea hahmottaa asteikkoa (joka jakautui teknisistä syistä johtuen usealle riville). Ensimmäisten vastausten jälkeen he kuitenkin tottuivat asteikkoon. Osalle lapsista oli vaikeaa käyttää perinteistä ”hiirtä”, kun olivat tottuneet Tablettiin. Lapset tarvitsevat tukea kyselyyn vastaamiseen, yksin he eivät osanneet vastata nykymuotoiseen kyselyyn. Jatkokehitysidea: ohjeistetaan kysely paremmin niin, että lapsi voisi vastata itsenäisesti. Ohjeeseen myös neuvo milloin voi pyytää vanhemmilta apua täyttämiseen.

Terveydenhoitajien mielestä kysely toimi hyvin puheeksi oton välineenä ja tuki keskustelua lapsen ja vanhempien kanssa. Se nosti myös uusia aiheita mukaan keskusteluihin. Terveydenhoitajalle nostettiin esiin huolia, joihin heillä ei ollut tarjota vastausta eikä työyhteisössä ollut sovittua tapaa, kuinka tällaiset asiat käsitellään. Yhden selkeän huolen perusteella järjestettiin moniammatillinen neuvottelu. Terveydenhoitajan haastattelut tai keskustelut perheiden kanssa kestivät noin 40 minuuttia. Jatkokehitysidea: Terveydenhoitajilla tulisi olla selkeät toimintatavat siitä, kuinka vastataan asiakkaiden tarpeisiin eri tilanteissa.

Mittarissa jotkut vastaajat (lapset) tulkitsevat numeron viisi tarkoittavan ”en tiedä”. Jonkin verran ilmeni hankaluuksia ymmärtää kysymyksiä (luettua). Kaveri- ja tavaroihin ja heräämiseen liittyviä kysymyksiä oli vaikea ymmärtää. Jatkokehitysidea: käyttöliittymään saatava minimissään liukusäätimet ja kyselyn alussa selvä ohje, kuinka vastausasteikkoa käytetään (video?). Muutetaan kolmea vaikeaksi todettua kysymystä selkeämmiksi.

10–13-vuotiaat

Vanhemmat suhtautuivat kyselyyn positiivisesti ja kysymysten koettiin kuvaavan perheiden arkea hyvin .

Lapset suhtautuivat kyselyyn positiivisesti, ymmärsivät, miksi se tehtiin ja hyväksyivät siihen vastaamisen. Kyselyä pidettiin kivana. Kyselyyn vastattaisiin mieluummin yksin kotona. Yksi lapsi ilmaisi huolta, mutta tämä ei terveydenhoitajan arvion mukaan ollut selkeä huoli, joka olisi vaatinut jatkotoimia.

Terveydenhoitajan näkökulmasta kysymykset kattoivat vastaajan arkea niin laajasti, ettei hänellä olisi välineitä vastata kaikkiin tarpeisiin. Tämän vuoksi kysely ei toimisi pelkästään kouluterveydenhoitajan työvälineenä. Se ei myöskään nostanut riittävästi erilaisia huolenaiheita esiin. Kyselyn myötä nousi keskustelua terveydenhoitajan ja lasten/perheiden välille, joita ei ilman sitä olisi noutanut. Haastattelut kestivät noin 30 minuuttia. Jatkokehitysidea: Terveydenhoitajilla tulisi olla selkeät toimintatavat siitä, kuinka vastataan asiakkaiden tarpeisiin eri tilanteissa.

10–13-vuotiaiden mielestä osa mittarin kysymyksistä oli liian abstrakteja. Ongelmallisiksi koettiin vaikeuksien voittaminen (arveltiin tarkoittavan pahan tekoa), talous, asuminen, virkeäksi tunteminen (nyt vai yleensä) ja kavereiden riittävyys (arvelivat tarkoittavan kavereiden määrää). Jatkokehitysidea: käyttöliittymää parannettava (liukusäätimet) ja kyselyn alussa selvä ohje kuinka vastausasteikkoa käytetään (video?). Muutetaan vaikeaksi todetut kysymykset selkeämmiksi.

14–17-vuotiaat

Vanhempien mukaan kysely oli helppo täyttää. Kolmelle vanhemmalle soitettiin ja nämä ottivat soiton tyytyväisenä vastaan.

Nuorten mielestä vastaaminen oli helppoa. Yksi vastaaja ilmaisi huolen suun terveydestä (terveydenhoitajan arvion mukaan kyse suuren huolen oppilaasta muutoinkin).

Mittari tuntui toimivan puheeksi oton välineenä terveydenhoitajan työssä. Vallitsevaan työtapaan mittari vaikuttaa niin, että se haastaa monialaiseen ja -ammatilliseen työtoteeseen. Terveydenhoitajalla ei ole yksinään vastausta kaikkiin tarpeisiin. Terveydenhoitaja arvioi Mittarin arvioitiin toimivan paremmin opiskelijaterveydenhuollossa eikä tuovan lisäarvoa määräaikaistarkastuksiin (esim. vähän terveystarkastuksia). Terveydenhoitajat olivat myös sitä mieltä, että mittarin täyttö vastaanotolla ei ole toimiva ratkaisu, sillä vastaanotolla keskeistä on keskustelu. Jatkokehitysidea: Terveydenhoitajilla tulisi olla selkeät toimintatavat siitä, kuinka vastataan asiakkaiden tarpeisiin eri tilanteissa.

Nuorten oli vaikea ymmärtää mittarin avokysymyksessä kohtaa toimeentulo. Jatkokehitysidea: tulevaisuusarkistukset vapaavalintaisiksi ja lisätään ohjetekstiä.

Nuorten vanhemmille suunnatussa perhemittarissa nousi esiin tarve ottaa perheiden monimuotoistuminen paremmin huomioon. Kysymyksiä voisi avata enemmän (ohjetekstit). Jatkokehitysidea: lisätään ohjetekstit ja tarkistetaan perhemuodot neutraaleiksi.

Pilotoinnin tilastolliset tulokset

Kustakin ikäryhmästä vastasi noin 20 lasta ja heidän perhettään. Alla olevaan taulukkoon on koottu kunkin luokka-asteen vastausten keskiarvot sekä jaoteltuna kolmeen luokkaan (0–5, 6–7 ja 8–10) eri elämäalueittain. Tuloksista nousee esiin muutamia huomioita, vaikka niistä ei aineiston pienuuden vuoksi voi vetää yleisempiä johtopäätöksiä. Ensinnä se tuo näkyviin sen yleisen toteamuksen, että valtaosalla Suomen nuorista asiat ovat hyvin. Tässä yhteydessä on arvioitu, että

10–20 prosenttia nuorista kokee elämässään ongelmia, jotka vaativat erilaista tukea. Poikkeuksetta elämäntilannearviot sijoittuvat enimmäkseen luokkaan 8–10. Toiseksi tuloksista nousee näkyviin pienimpien koululaisten vastausten ero vanhempien lasten vastauksiin nähden. Heillä näyttää olevan enemmän tyytymättömyyttä kuin muilla. Tulos voi olla seurausta myös siitä, että heiltä asioita on kysytty hieman eri tavoin. Toisaalta tulosta vahvistaa se löydös, että sama ilmiö näkyy myös vanhempien vastauksissa, vaikka kysymykset ovat samanlaiset. Pienten koululaisten perheissä on monin kohdin enemmän tyytymättömyyttä kuin vanhempien koululaisten perheissä.

Koska tulokset vaihtelevat eri ikäryhmissä, kannattaa pohtia sitä tulisiko näille määritellä erilaiset ”hälytysrajat”.

TAULUKKO 4. Vastausten keskiarvot eri luokka-asteilla (lapset ja vanhemmat) ja jaoteltuna kolmeen luokkaan (%).

Luokka	Ulottuvuus	Yht	KA	0–5	6–7	8–10
2	Kuinka turvallinen olo sinulla on?	19	8,84	0 %	26 %	74 %
6	Kuinka tyytyväinen olet itseesi?	18	8,67	0 %	11 %	89 %
9	Itsetuntoosi	20	8,55	0 %	15 %	85 %
2	Kuinka hyvin jaksat herätä aamuisin?	19	6,37	32 %	26 %	42 %
6	Kuinka virkeäksi tunnet itsesi?	18	8	0 %	28 %	72 %
9	terveydentilaasi	20	8,8	0 %	10 %	90 %
2	Kuinka selviät aamu- ja iltatoimista (hampaiden pesu, suihku)?	19	8,53	5 %	11 %	84 %
6	Kuinka selviät yleensä vaikeuksista?	18	8,11	0 %	22 %	78 %
9	kykyysi voittaa elämässä eteen tulevia vaikeuksia	20	8,7	0 %	10 %	90 %
2	Kuinka paljon sinulla on hyviä kavereita?	19	9,53	5 %	0 %	95 %
6	Kuinka paljon sinulla on hyviä kavereita?	18	8,89	11 %	0 %	89 %
9	luotettavien ystävien määrään	20	9,15	0 %	5 %	95 %
2	Kuinka hyvin viihdyt kotona?	19	9,11	0 %	11 %	89 %
6	Kuinka hyvin viihdyt kotona?	18	9,39	0 %	6 %	94 %
9	perheeseesi	20	9,45	0 %	0 %	100 %
2	Kuinka hyvin viihdyt koulussa?	19	8,95	0 %	5 %	95 %

6	Kuinka hyvin pärjät koulussa?	18	8,11	11 %	11 %	78 %
9	päivittäiseen pärjäämiseesi	20	8,85	0 %	5 %	95 %
2	Onko sinulla tarpeeksi haluamiasi tavaroita ja vaatteita?	19	9,21	0 %	11 %	89 %
6	Onko sinulla tarpeeksi haluamiasi tavaroita ja vaatteita?	18	9,67	0 %	0 %	100 %
9	taloudelliseen tilanteeseesi	20	9,05	0 %	0 %	100 %
2	Kuinka selviät koulumatkoista?	19	9,11	5 %	11 %	84 %
6	Kuinka turvallista on kodin ulkopuolella (esimerkiksi koulumatkoilla tai leikkipaikoissa)?	18	9,33	0 %	11 %	89 %
9	asumisoloihisi	20	9,6	0 %	0 %	100 %
2	Asiat ovat elämässäni...	19	9,05	5 %	5 %	89 %
6	Asiat ovat elämässäni ...	18	8,78	6 %	0 %	94 %
9	elämäsi kokonaisuutena	20	9,2	0 %	0 %	100 %
2	Voin harrastaa ja tehdä haluamiani asioita	19	9,42	0 %	5 %	95 %
6	Voin harrastaa ja tehdä haluamiani asioita	18	9,33	0 %	0 %	100 %
9	omien vahvuuksiesi kehittämiseen (esim. harrastamalla mieluisia asioita)	20	8,9	0 %	10 %	90 %
2	Onko hampaittesi kunto ja suusi terveys mielestäsi nykyisin...?	19	9,05	0 %	21 %	79 %
6	Onko hampaittesi kunto ja suusi terveys mielestäsi nykyisin...?	18	8,67	0 %	6 %	94 %
9	Hampaittesi kuntoon ja suun terveyteen	20	8,3	5 %	10 %	85 %
2	Perheen ilmapiiriin	19	8,05	5 %	26 %	68 %
6	Perheen ilmapiiriin	22	8,68	0 %	9 %	91 %
9	Perheen ilmapiiriin	16	8,44	0 %	6 %	94 %
2	Arjen rutiinien sujumiseen	19	8,53	5 %	5 %	89 %
6	Arjen rutiinien sujumiseen	22	8,18	0 %	23 %	77 %
9	Arjen rutiinien sujumiseen	17	8,35	0 %	6 %	94 %
2	Ystävien apuun silloin kun sitä tarvitsette	19	7,89	16 %	11 %	74 %
6	Ystävien apuun silloin kun sitä tarvitsette	22	8,32	9 %	18 %	73 %

9	Ystävien apuun silloin kun sitä tarvitsette	17	8,65	0 %	6 %	94 %
2	Kodin ja koulun yhteistyöhön	19	8,32	5 %	11 %	84 %
6	Kodin ja koulun yhteistyöhön	22	8,77	0 %	14 %	86 %
9	Kodin ja koulun yhteistyöhön	17	8,29	6 %	6 %	88 %
2	Parisuhteen toimivuuteen, rakkauteen	18	7,28	17 %	22 %	61 %
6	Parisuhteen toimivuuteen, rakkauteen	19	8,21	0 %	26 %	74 %
9	Parisuhteen toimivuuteen, rakkauteen	16	8,81	0 %	13 %	88 %
2	Perheen yhdessä touhuamiseen/tekemiseen	19	7,74	5 %	32 %	63 %
6	Perheen yhdessä touhuamiseen/tekemiseen	22	8,27	0 %	27 %	73 %
9	Perheen yhdessä touhuamiseen/tekemiseen	17	7,71	6 %	24 %	71 %
2	Taloudelliseen toimeentuloon	19	6,84	26 %	21 %	53 %
6	Taloudelliseen toimeentuloon	22	7,77	5 %	36 %	59 %
9	Taloudelliseen toimeentuloon	17	8,12	0 %	29 %	71 %
2	Asuinoloihinne (asunto, asuinalue)	19	8,42	5 %	16 %	79 %
6	Asuinoloihinne (asunto, asuinalue)	22	9,23	0 %	0 %	100 %
9	Asuinoloihinne (asunto, asuinalue)	17	9,06	0 %	0 %	100 %
2	Vanhempien mahdollisuuden virkistyä, harrastaa	18	7,44	17 %	22 %	61 %
6	Vanhempien mahdollisuuden virkistyä, harrastaa	22	8,27	9 %	14 %	77 %
9	Vanhempien mahdollisuuden virkistyä, harrastaa	17	9,18	0 %	6 %	94 %
2	Taitoihinne kasvattaa lapsia	18	7,83	6 %	22 %	72 %
6	Taitoihinne kasvattaa lapsia	22	8,73	0 %	14 %	86 %
9	Taitoihinne kasvattaa lapsia	17	8,53	0 %	18 %	82 %

Pilotointi vuodenvaihteessa 2018–19

Alla alustavia ajatuksia terveydenhoitajilta, jotka ovat 3X10D-kyselyä testanneet oppilaiden ja vanhempien kanssa:

”Täällä testaukset ja tarkastukset tehty. Vanhempien osallistuminen oli hyvin vähäistä. Osa 6. luokkalaisistakin kieltäytyi. Vastanneet kokivat ihan mukavaksi kyselyn. Välillä linkki ei toiminut, ja kyselyt eivät palautuneet, katsoin vastukset aina etukäteen, jotta ei tarvinnut heidän useaan kertaan sitä täytellä. Yksi punainen oppilas löytyi, joskaan perheen kanssa juteltuani huolia ei varsinaisesti ollut. Mutta hyvä se on istahtaa asioitaan päähkäämään ja mukavia juttutuokioita näistä nousi.”

”Olen kysellyt mitä mieltä ovat kyselystä olleet, negatiivista palautetta en ole saanut, muuta kuin tämä ”error” muutamilla vastaajilla. Kehitysideoita ei ole koululaiset myöskään antaneet, ovat tuumanneet, että ihan kiva ja ihan hyvät kysymykset. Kysymykset ovat kuulemma selkeitä ja niihin on ollut helppo vastata.”

”Minun osalta testailu on nyt käynnistynyt kunnolla. Toistaiseksi huolet on vastaanotolla puhumalla selvinneet ja oppilaat olleet tyytyväisen oloisia. Kirjauksia hieman olen itsekin pohtinut ja maininnan tekstiin olen laittanut tuosta kyselylomakkeesta. Itelläkin heittää erroria välillä, mutta uuden linkin kautta toimii. Tabletilla hieman hankala kirjoitella noita oppilaiden omia ajatuksia, kun jätättää melko lailla. Olenkin joidenkin kohdalla täyttänyt suoraan tekstiin, jos tulee jotain mainittavaa. Kiva on ollut oppilaiden kanssa keskustella hieman eri raameilla terveystarkastuksessa.”

3X10D-ELÄMÄNTILANNEMITTARIN MONIKÄYTTÖISYYS

Ensimmäisenä Kuopion ulkopuolella 3X10D-elämäntilannemittaria kehitettiin Siilinjärven perhetyössä. Siilinjärvellä ”perhetyöllä tarkoitetaan kaikkea lapsen, nuoren ja hänen perheensä kanssa tehtävää suunnitelmallista työtä, jonka tavoitteena on auttaa perhettä selviytymään perheensä. Perhetyötä järjestetään lapsiperheille sekä osana perhesosiaalityön palveluita (sosiaalihuoltolain mukaisena palveluna) että lastensuojelun avohuoltoa (lastensuojelulain mukainen tehostettu perhetyö).”

Syksyllä 2018 Siilinjärven perhetyössä lähdettiin kokeilemaan Kuopion kaupungin kahdessa hankkeessa kehitettyä 3X10D®-elämäntilannemittaria. Mittareilla arvioidaan eri ikäisten lasten ja perheiden elämänalueita ja laaditaan tulevaisuudensuunnitelmia näiden elämänalueiden parantamiseksi. Tavoitteena oli arvioida työkäytäntöjä tukevan mittarin käyttöä perhe- ja lastensuojelutyössä.

Mittarin lähtökohtana on asiakkaan äänen vahvistaminen ja elämäntilanteen arviointi kokonaisvaltaisesti. Mittarin käyttö on integroitu Kuopion kouluterveydenhoitajien työhön osana digitaalista kansallista Omaolo-palvelua. Palvelu on tarjolla vuoden 2019 alussa kaikkien kuntien ja maakuntien käyttöön.

Kahden kuukauden testivaiheessa mittaria käyttivät kaikki kunnan perhetyöntekijät. Käytössä olivat paperiset 3X10D-elämäntilannemittarit. Vastaavat tiedot laadittiin kunnan Efficia-asiakaspalvelujärjestelmään. Tiedot siirrettiin perhetyöntekijän toimesta järjestelmään.

Mittaria hyödynnettiin yli kymmenen perheen ja lapsen/nuoren elämäntilanteen hahmottamiseen. Verrattuna muihin lomakkeisiin testaajat korostivat kokemusta, että asiakkaan oman äänen parempi huomioiminen lisää osallisuutta ja sitoutumista asetettuihin tavoitteisiin. Mittarin positiiviset kysymykset auttoivat tarttumaan haastavampiinkin asioihin paremmin kuin pelkkiä ongelmia kartoittavat kysymykset. Toisaalta päihteidenkäyttöä ja esimerkiksi mielenterveyteen liittyvien kysymysten puuttuessa niihin on kiinnitettävä huomiota yhteisessä keskustelussa.

”Äärimmäisen hyvä (12-vuotiaan keskustelussa)!”

Suurin osa numeerisista arvioista asettui (asteikko 0–10) arvoon seitsemän tai enemmän. Tätä pienempiä arvoja käytettiin myös. Toisin sanoen testauksessa mukana olleilla vastaajilla elämäntilanne ei ollut kaikilla elämänalueilla synkkää.

Elämäntilannemittarin käyttöä pidettiin hyvänä sen jäsentäessä elämän kokonaisuutta ja nosti keskusteluun myös aiheita, joita ei ilman menetelmää olisi noussut esiin. Elämänalueiden teemat nousivat esiin tulevaisuussuunnitelmissa ja konkretisoituivat pieniksi selkeiksi tavoitteiksi. Aikuiset (vanhemmat) hahmottelevat tulevaisuuttaan monisanaisemmin kuin nuoret.

Osa perheistä halusi oman rauhan mittarin täyttämiseen. Kuulolla olevat lapset tai muut ihmiset häiritsivät vastaamista ja vanhemmat halusivat keskustella vastauksista keskenään. Tämä onkin ollut mittarin kehittäjien ajatuksissa, eli tavoitteena on saada mahdollisimman tarkasti vastaajan oma käsitys keskustelun pohjaksi ja vasta sen jälkeen laatia yhteinen näky elämäntilanteen parantamiseksi. Kokemuksen mukaan vastaamisen voisi jakaa myös osiin niin, että kerrallaan käytäisiin läpi vain sen verran elämänalueita kuin vastaaja haluaa ja jaksaa. Vastaavanlainen kokemus on aiemmin syntynyt nuorten asiakkaiden kohdalla Kuopiossa (Juutinen & Kainulainen 2018).

Jatkossa mittarin käyttöä systematisoidaan niin, että sen käyttö kirjoitetaan sisään perhetyön prosesseihin. Tavoitteena on saada näkyviin muutoksia asiakkaalle itselle, mutta myös työyhteisölle. 3X10D®-elämäntilannemittaria hyödynnetään asiakkaaksi tulon alku- ja loppuvaiheessa sekä ainakin kerran näiden välissä. Jotuen testauksen ajallisesta lyhydestä ei tätä ole vielä voitu arvioida.

Kaiken kaikkiaan kokemukset ovat olleet hyvät. Kokeilun myötä alkaa perhetyössä kertyä yhdenmukaista tietoa asiakasjärjestelmään ja perhetyön prosesseihin on kirjattu ajankohdat, jolloin mittaria hyödynnetään. Perhetyöntekijät ehdottavat, että vastaavaa työtapaa alettaisiin käyttää myös kunnan sosiaalityössä laajemmin.

Testaus nosti myös itse menetelmään kehittämisehdotuksia. Esimerkiksi pienimmille lapsille tarvittaisiin 5–6-vuotiaille soveltuva työväline vastaavalla periaatteella kuin on vanhemmille lapsille. Samoin menetelmälle tulee laatia yhdenmukaistavat käyttöohjeet siten, että käsitteistö ymmärretään samalla tavoin eri ammattiryhmien kesken. Jatkossa tulee myös selvittää, kuinka kertyvä tieto olisi vain kertaalleen kirjattuna niin, että eri asiakasjärjestelmät voisivat hyödyntää samaa tietoa. Tähän tuleva Kantajärjestelmään kytkeytyvä Omaolojärjestelmä voisi olla toimiva ratkaisu.

Kokeilusta julkaistiin artikkeli Talentian 30 päivää -lehdessä (Moilanen 2019, 21–22):

”Siulinjärven perhetyössä on käytetty 3X10D-elämäntilannemittaria noin vuoden verran. Mittarilla arvioidaan eri-ikäisten lasten ja perheiden arkea 10 elämänaalueen kautta. Lisäksi laaditaan tulevaisuussuunnitelma keskeisten elämänaalueiden parantamiseksi.

– Kokeilimme mittaria ja se tuntui toimivalta. Se on nyt meillä yksi perustyössä käytettävistä työkaluista, perhetyöntekijä Tomi Kettunen kertoo.

Kettusen mukaan mittarista on hyötyä erityisesti silloin, kun perheen arjesta ei tiedetä paljon ennakoon. Lomakkeiden kautta saadaan kokonaiskuva siitä, millaista perheen arki on ja missä kohtaa perhe toivoo eniten muutosta.

– Itse käytän mittaria usein työskentelyn alussa. Samalla tulee tarkistettua, etten ole unohtanut ottaa puheeksi mitään tärkeää osa-alueita, joka vaikuttaa lapsen elämään ja arkeen, Kettunen sanoo.

Kyselyn tuloksena vastaaja pysähtyy tarkastelemaan elämää kokonaisuutena vahvuuksineen ja heikkouksineen. Asiakastyön näkökulmasta lomake on arjen hyvin kattava, mutta toisaalta kuitenkin lyhyt ja ytimekäs.

Työkalu ottaa asiakkaan mukaan

Tomi Kettunen näkee 3X10D-mittarin vahvuutena sen osallistavuuden. Työkalu haastaa asiakasta pohtimaan omaa ja oman perheen tilannetta sekä nimeämään keskeisiä muutostarpeita. Kaikilla osa-alueilla ei tarvitse yltää kymppiin asti. Tärkeää on se, mitä tavoitteita asiakas itse asettaa.

– Ihmiset itse tietävät, millaista heidän oma arkensa on, ovatko he siihen tyytyväisiä, mitä asioita he arvostavat ja missä he haluavat kehittyä, Kettunen sanoo.

Lomakkeita voi käyttää paperiversioina asiakaskäyntien yhteydessä. Käytännössä osa perheistä täyttää mielellään lomakkeen omassa rauhassa. Vastaamisen voi myös jakaa niin, että kerrallaan käydään läpi vain sen verran elämänaalueita, kuin vastaaja haluaa ja jaksaa.

Siilinjärvellä lomakkeet on myös tallennettu sähköiseen asiakasjärjestelmään, jonne ne voidaan täyttää suoraan. Yhdessä on sovittu, että lomaketta saa käyttää myös asiakkaan kanssa laadittavan perhetyösuunnitelman pohjana.

Jatkokeskustelu on tärkeää

Tomi Kettusen mukaan oleellista on se, että lomake käydään läpi yhdessä perheen kanssa keskustellen. Se avaa mahdollisuuden jatkokysymyksille. Joskus keskustelu lomakkeen pohjalta on ohi puolessa tunnissa. Toisinaan yhdestä kohdasta saatetaan keskustella useamman tapaamisen ajan.

Mittarin elämänaalueet ovat luonteeltaan yleisiä ja neutraaleja eli lähtökohta ei ole ongelmakeskeinen. Tämä tekee näkyväksi myös yksilön ja perheen voimavaroja.

Toisaalta esimerkiksi päihteiden käytöstä ja mielenterveydestä lomakkeessa ei ole erillisiä kohtia. Näistä asioista on tarvittaessa tärkeää keskustella lomakkeen läpikäynnin yhteydessä.

Kettunen on pyrkinyt hyödyntämään 3X10D-työkalua myös palautteen saamiseen omasta työstään. Silloin hän pyytää asiakasperhettä täyttämään lomakkeen työskentelyn alussa ja myöhemmin uudestaan.

– Jos asiakas ei koe saaneensa apua ja tukea arkeensa, meidän työntekijöiden täytyy mennä itseemme ja miettiä, mitä olisi voitu tehdä toisin.”

JATKOPOLKUJA

3 X10D-elämäntilannemittaria on testattu käytännössä eri puolilla. 11 Ohjaamo testasi sitä kesällä 2019 ja päätyi esittämään, että testiä laajennettaisiin myös muihin Ohjaamoihin. Loppusyksyn aikana mittaria halusi kokeilla vielä 6 Ohjaamo lisää. Vastaavanlainen testi on käynnistymässä syksyllä 2019 Nuorisoasuntoliiton pilottitoimistoissa eri puolilla Suomea. Turun nuorisoasunnot ry on valmistellut pilottia keväällä 2019 ja luonut sille jo selkeän käyttötavan. Vastaavia ”kenttäkokeita” on käynnistymässä myös yksittäisissä kunnissa ja myös yksityisissä yrityksissä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu on keskittynyt myös elämäntilannemittarin kehittämiseen erityisesti itsearviointivälineenä. Tällöin tarkastelun keskiössä on rakentaa myös digitaalista vuorovaikutusta itsearvion tekijän ja digitaalisen ohjelman välille. Dosentti Reija Paanasen johdolla on jäsenetty sitä, millaista nuorten elämäntilanne on ja mihin kohtiin nuorille olisi turvattava erilaista tukea. Tämän tiedon pohjalle on mahdollista rakentaa digitaalisia ratkaisuja jotka antavat itsearvion tekijälle suuntia etsiä tukea elämänsä niihin kohtiin, jotka vastaushetkellä askarruttavat. Diakonia-ammattikorkeakoulu on hakenut STEAlta rahoitusta vuosiksi 2020–2022 3X10D-elämäntilannemittarin itsearvioon perustuvaan digitaalisen palveluohjauksen alustan kehittämiseen n. 15–25-vuotiaille nuorille. Tavoitteena on selkeyttää nuorten tukipalveluita tarvelähtöisesti ja tuoda palvelut mahdollisimman lähelle nuorta ja helposti saavutettaviksi. Itsearvion tehtyään nuori tavoite on, että nuori saa palautteen tehdystä elämäntilannearviosta ja tarvittaessa ohjausta esimerkiksi tarkempien digitaalisten palveluiden piiriin, muiden palveluiden piiriin tai ohjausta ottamaan yhteyttä oikeaan tahoon. Palautteesta voi seurata myös suora linkitys tarpeenmukaiseen tukeen tai ammattilaisen yhteydenotto yhteystiedot antamalla tai tunnistautumalla. Itsearvio on tarkoitettu rakentaa alustalle, josta se on jaettavissa ja kustomoitavissa paikallisiin tarpeisiin (paikalliset palvelut ja ohjautuminen) sekä upotettavissa eri järjestelmiin.

KÄYTÖSSÄ OLEVAT ELÄMÄNTILANNEARVIOT

7–9-vuotiaat, itsearvio & vanhempien/ulkopuolinen arvio (suomi)

10–13-vuotiaat, itsearvio & vanhempien/ulkopuolinen arvio (suomi)

14–17-vuotiaat, itsearvio (suomi, ruotsi, englanti, norja, espanja, liettua, saksa, farsi, arabi) & vanhempien/ulkopuolinen arvio (suomi)

18+ -vuotiaat, itsearvio (suomi, ruotsi, englanti, norja, espanja, liettua, saksa, farsi, arabi) & vanhempien/ulkopuolinen arvio (suomi)

Perhe, itsearvio (suomi)

MITEN MITTARIA KÄYTETÄÄN?

Kyselyn täyttäminen

3X10D-elämäntilannemittari kartoittaa vastaajan tyytyväisyyttä keskeisiin elämäntilanteisiin. Mittari soveltuu kerta-arvioksi tai muutosten seurantaan. Mittarin lyhydestä johtuen sillä on mahdollista tehdä tilannearvioita lyhyin väliajoin. Muutoksen mittaamisessa on syytä kerätä tilannearvioita ennen interventiota ja riittävän kauan sen jälkeen sekä lisäksi tarvittaessa näiden välillä esimerkiksi kuukauden tai kolmen kuukauden välein. Mittaria voidaan hyödyntää myös asiakastyössä kokonaisvaltaisena keskustelun ja hyvinvointisuunnitelman laatimisen pohjana.

Mittaria voidaan käyttää paperiversiona tai digitaalisena versiona. Asiakastyössä mittaria hyödynnetään itsearvion pohjalta keskusteluun ja tulevaisuuden suunnitteluun. Tällöin voidaan käydä pohdintaa keskeisten elämäntilanteiden osalta niiden merkityksestä, tilasta ja tulevaisuudesta.

Kullekin itsearviolle on omat täyttöohjeensa. Pääsääntöisesti ohjeistetaan täyttämään arvio mahdollisimman itsenäisesti, mutta pienempien lasten kohdalla ohjeistetaan pyytämään apua aikuiselta, mikäli täyttäminen on vaikeaa, ja perheiden kohdalla ohjeistetaan vanhempia täyttämään itsearvio yhdessä.

Kunkin elämäntilanteen osalta arvioidaan tyytyväisyyttä asteikolla nolosta (erittäin tyytymätön tai muu vastaava) kymmeneen (erittäin tyytyväinen tai muu vastaava).

Vastatessa pyydetään keskittymään vastaushetken tuntemuksiin.

Halutessaan voi vastaaja kirjoittaa kutakin elämäntilannetta koskevan muutostilanteen lähitulevaisuuteen.

Tulkinta

3X10D-elämäntilannemittari on tarkoitettu tuottamaan tietoa keskeisistä elämäntilanteista. Näin ollen siitä ei ole suunniteltu laskettavan yhtä kokonaispistemäärää kertomaan elämäntilanteen kokonaisuudesta. Mikäli tähän on kuitenkin tarvetta, niin siihen ei ole teknistä estettä, mutta tuloksen tulkinta jää abstraktille tasolle. Kussakin eri versiossa on mukana yksi kysymys, missä vastaaja summaa itse yhteen eri elämäntilanteet arvioidessaan tyytyväisyyttä elämäänsä kokonaisu-

tena. Tätä kysymystä on perustellumpaa käyttää koetun hyvinvoinnin (elämäntilanteen) mittarina.

Vastaukset toimivat oman elämäntilanteen arvioinnin pohjana tai osana ammattilaisten kanssa käytäviä keskusteluita. Tällöin on mahdollista keskittyä miettimään, kuinka saisi vähennettyä tyytymättömyyttä aiheuttavia ongelmia joko itse tai yhdessä ammattilaisen kanssa.

11-portaisen asteikon keskimäinen pisteluku viisi (5) muodostaa yhden selkeän katkaisukohtan tulkinnalle. Arviot nolasta viiteen kuvaavat (vahvaa) tyytymättömyyttä elämäntilannetta kohtaan ja vastaavasti (voimakasta) tyytyväisyyttä osoittavat arviot kahdeksasta kymmeneen. Näiden välillä olevat arviot kuudesta seitsemään kertovat kohtuullisesta tyytyväisyydestä. Kolmiportainen tulkinta (ns. liikennevalot) auttaa löytämään nopeasti tyytymättömyyden ja tyytyväisyyden kohteet.

LÄHTEITÄ

- Juutinen, A.-M. & Kainulainen, S. (2017). Moniammatillisesta yhteistyöstä digitaaliseksi ja monilaiseksi asiakastyöksi. Teoksessa P. Malin, K. Nousiainen & M. Tapola-Haapala (toim.), *Tutkiva sosiaalityö. Sosiaalityö digitalisoituvassa maailmassa* (s. 38–53). Helsinki: Talentia ja Sosiaalityön tutkimuksen seura. Saatavilla http://www.sosiaalityontutkimuksenseura.fi/data/_uploaded/Tutkiva_sosiaalityo_2017.pdf
- Juutinen, A.-M., Tervahauta, M. & Kainulainen, S. (13.12.2016). *Kuopion kokeilu osoitti: nuoria voi tukea ilman siiloja*. Saatavilla <https://kokeilevasuomi.fi/blogi/-/blogs/kuopion-kokeilu-osoitti-nuoria-voi-tukea-ilman-siiloja>
- Kainulainen, S. & Juutinen, A.-M. (9.2.2017). Nuoren elämäntilanteen hahmottaminen 3X10D-mittarilla. *HAMK Unlimited: Scientific*. Saatavilla <https://unlimited.hamk.fi/hyvinvointi-ja-sote-ala/nuoren-elamantilanteen-hahmottaminen-3x10d-mittarilla/>
- Manssila, S. & Koivisto, J. (2017). *Kuntakokeiluilla parempia ratkaisuja – Innokylän innovaatiokatsaus*. (Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. Työpäperi 29/2017). Saatavilla <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-893-7>
- Moilanen, H. (3.7.2018). Nuoren ei pitäisi joutua odottamaan diagnoosia saadakseen apua. Sosiaalivakuutus. Helsinki: Kansaneläkelaitos. Saatavilla <https://sosiaalivakuutus.fi/nuorten-ei-pitaisi-joutua-odottamaan-diagnoosia/>
- Moilanen, H. (2019). Asiakas oman arkensa asiantuntijaksi. *30 päivää : Talentia-lehden erikoisnumero lastensuojelun ammattilaisille*. Saatavilla <https://talentia.e-julkaisu.com/2019/30paivaa/#page=21>
- Observatory of Public Sector Innovation (OPSI). (2018). *Embracing Innovation in Government. Global Trends 2018*. Saatavilla <https://oecd-opsi.org/wp-content/uploads/2018/03/Embracing-Innovation-2018-Web-Version.pdf>
- Observatory of Public Sector Innovation (OPSI). (29 October 2016). MY LIFE Service Integration Model Call for Innovations [tekijän huomautus: Mun elämä-menetelmän kuvaus OECD OPSIn tietokannassa]. Saatavilla <https://oecd-opsi.org/innovations/my-life-service-integration-model/>
- Palander, A., Liukkonen, H., Miettinen, T., Rajamaa, M. & Savolainen, K. (2018). Creating an operational framework for digital multi-disciplinary oral health promotion in children - the ODA pilot in Kuopio public oral health care. *Finnish Journal of eHealth and eWelfare* 10(4), 396–404. Saatavilla <https://doi.org/10.23996/fjhw.74578>
- Sandberg, E., Löfstedt, J., Rouvinen, J., Jokinen, S., Nordlund-Spiby, R., Valkeinen, H., Kärkkäinen, J., Pajunen, M., Lämsä, R. & Raivio, H. (2018). *Toimintakyvyn arviointi 16–29-vuotiailla NEET-nuorilla. Suositus avuksi Kelan ammatilliseen kuntoutukseen ohjattaessa*. Helsinki: Kansaneläkelaitos. Saatavilla <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2018100237189>
- Sosiaali- ja terveysministeriö, Yksi lapsi, yhteinen suunnitelma -työryhmä. (2017). *Yksi lapsi, yhteinen suunnitelma : LAPE-hankeeseen liittyvän moniammatillista tiedonhallintaa kehittävän työryhmän raportti*. (Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2017:36). Saatavilla <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3886-1>

Lähteet sivulta 16 alkavaan artikkelitiivistelmään

- Kainulainen, S. & Juutinen, A.-M. (9.2.2017). Nuoren elämäntilanteen hahmottaminen 3X10D-mittarilla. *HAMK Unlimited: Scientific*. Saatavilla <https://unlimited.hamk.fi/hyvinvointi-ja-sote-ala/nuoren-elamantilanteen-hahmottaminen-3x10d-mittarilla/>
- de Vet, H.C.W., Terwee, C.B., Mokkink, L.B. & Knol D.L. (2011). *Measurement in medicine. Practical guides to biostatistics and epidemiology*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Hoerger, M. (2013). ZH: An updated version of Steiger's Z and web-based calculator for testing the statistical significance of the difference between dependent correlations. Haettu 24.1.2017 osoitteesta http://www.psychmike.com/dependent_correlations.php
- International Wellbeing Group (2013). *Personal Wellbeing Index: 5th Edition*. Melbourne: Australian Centre on Quality of Life, Deakin University. Haettu 24.1.2017 osoitteesta <http://www.acqol.com.au/iwbg/wellbeing-index/pwi-a-english.pdf>
- Kainulainen, S. (1991). Myöhäisnuoruus (ikävuodet 18–24) elämänvaiheena. Teoksessa P. Niemelä (toim.) *Turvattomuus, sen syyt ja hallintakeinot eri ikävaiheissa*. Kuopion yliopiston julkaisuja. Yhteiskuntatieteet. Kuopio: Alkuperäistutkimukset 3/1991.
- Kainulainen, S. (2006). Huono-osaisuuden kasautuminen ja pitkittyminen Suomessa 1970–2000. *Yhteiskuntapolitiikka* 71(4), 373–386.
- Kainulainen, S. (2011). Hyvinvointitutkimuksen kehityslinjat Suomessa. Teoksessa J. Saari (toim.) *Hyvinvointi. Suomalaisen yhteiskunnan perusta*. Helsinki: Gaudeamus.
- Kainulainen, S. (2014). Raha ja rakkaus hyvinvoinnin lähteinä. *Yhteiskuntapolitiikka* 79(5), 485–497.
- Kansanterveyslaitos (2005). Menetelmäraportti. Terveys 2000 -tutkimuksen toteutus, aineisto ja menetelmät. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B6. Helsinki.
- Laakso, M. (2013). Sosiaalisten tekijöiden yhteys 15–18-vuotiaiden tyttöjen itsetuntoon ja ruumiinkuvaan. Pro gradu tutkielma. Yhteiskuntatieteiden laitos, Itä-Suomen yliopisto. Haettu 24.1.2017 osoitteesta <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uef-20130083>
- Laki kuntien veloitteiden ja ohjauksen vähentämistä ja monialaisten toimintamallien tukemista koskevista kokeiluista. Finlex 2014/1350. Haettu 24.1.2017 osoitteesta <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141350>
- Lyubomirsky, S. & Lepper, H. (1999). A Measure of Subjective Happiness: Preliminary Reliability and Construct Validation. *Social Indicators Research* 46(2), 137–155. Haettu 24.1.2017 osoitteesta <http://www.jstor.org/stable/27522363>
- Myllyniemi, S. (2007). *Perusarvot puntarissa. Nuorisobarometri 2007*. Nuorisosaian neuvottelukunta, julkaisuja 37. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 79. Helsinki: Nuorisotutkimusseura.
- Nevill, C. (2009). Feelings count. Measuring children's subjective well-being for charities and funders. London: New Philanthropy Capital. Haettu 24.1.2017 osoitteesta http://www.well-beingmeasure.com/media/44382/feelings_count.pdf
- Niemelä, P. (1991). Väestön turvattomuus- ja elämäntilanteen tutkimuksen käytännölliset ja teoreettiset lähtökohdat. Teoksessa P. Niemelä (toim.) *Turvattomuus, sen syyt ja hallintakeinot eri ikävaiheissa*. Osa 1: Tutkimuksen teoreettiset ja käytännölliset lähtökohdat, ikävaihekuvaukset, empiiriset esitutkimustulokset, muuttujien muodostaminen ja haastattelulomake. Kuopion yliopiston julkaisuja 1991:3, 7–24.
- OECD (2013). *OECD Guidelines on Measuring Subjective Well-being*. Pariisi: OECD Publishing. Haettu 24.1.2017 osoitteesta <http://dx.doi.org/10.1787/9789264191655-en>
- Raitasalo R. (2007). Mielialakysely. Suomen oloihin Beckin lyhyen depressiokyselyn pohjalta kehitetty masennusoireilun ja itsetunnon kysely. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 86. Helsinki.
- Raitasalo, R. & Maaniemi, K. (2008). Mielenterveyden häiriöt syrjäyttävät nuoria työelämästä. *Sosiaalivakuutus* 46(6): 8–10.

- Rosenberg, M. (1989). *Society and the Adolescent Self-Image*. Revised edition. Middletown, CT: Wesleyan University Press.
- Rönkä, A. (1999). *The accumulation of problems of social functioning: outer, inner, and behavioral strands*. Väitöskirja. Jyväskylä studies in Education, Psychology, and Social Research 148. Jyväskylä: University of Jyväskylä.
- Saari, J. (2011). Hyvinvoinnin kentät. Teoksessa J. Saari (toim.) *Hyvinvointi. Suomalaisen yhteiskunnan perusta*. Helsinki: Gaudeamus.
- Salmela, J. (2006). Koetun sosiaalisen tuen, pätevyiden, itsearvostuksen ja liikunnan yhteyksiä nuoruusiän kasvuvuosina. Väitöskirja. Chydenius-instituutin tutkimuksia 1. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Haettu 24.1.2017 osoitteesta <http://urn.fi/URN:ISBN:951-39-2490-4>
- Siljander, E., Luoma, M-L. & Meriläinen-Porras, S. (2015). Validity and reliability of Finnish version of WHOQOL-Bref on adult population in Finland, *Int. J. Happiness and Development* 2(1), 52–68.
- Simpura, J & Uusitalo, H. (2011). Hyvinvointi ja sosiaalinen kehitys. Teoksessa J. Saari (toim.) *Hyvinvointi. Suomalaisen yhteiskunnan perusta*. Helsinki: Gaudeamus.
- Sinkkonen-Tolppi, M. (2005). *Maaailma kutsuu, katkeavatko juuret? Nuorten kotiseudulle kiinnittyminen ja sen yhteys nuorten sosiaaliseen pääomaan*. Väitöskirja. Kuopion yliopiston julkaisuja E, yhteiskuntatieteet 125. Haettu 24.1.2017 osoitteesta <http://urn.fi/URN:ISBN:951-27-0076-X>
- Steiger, J. H. (1980). Tests for comparing elements of a correlation matrix. *Psychological Bulletin* 87(2), 245–251.
- Valkeinen, H. & Anttila, H. & Paltamaa, J. (2014). Opas toimintakyvyn mittarin arviointiin TOIMIA-verkostossa (1.0). Haettu 24.1.2017 osoitteesta https://www.thl.fi/documents/974_257/1449823/Mittariopas_VALMIS_090614+%282%29.pdf/b53595b9-15b8-4fa3-8765-23cd9221de8f
- Veenhoven, R. (2016). World Database of Happiness. Rotterdam: Erasmus University. Haettu 24.1.2017 osoitteesta <http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl>

DIAK PUHEENVUORO

DIAK PUHEENVUORO –sarjassa julkaistaan Diakonia-ammattikorkeakoulun temaattisia puheenvuoroja, erilaisia selvityksiä sekä opinnäytetöitä. Tekstilajiltaan julkaisut voivat poiketa tieteellisestä tai raportoivasta tekstistä.

Diak Puheenvuoro 1: Liisa Kauppinen & Irina Leino & Kirsti Kauppinen (toim.), 2016. Kokemuksellista taidetietä kulkemassa

Diak Puheenvuoro 2: Jorma Niemelä (toim.), 2016. Sote sosiaalisen kestävyysden vahvistajana

Diak Puheenvuoro 3: Raili Gothóni, Mikko Malkavaara & Minna Valtonen (toim.), 2016. Muutosvoimaa – tutkimuksia diakista ja teologiasta

Diak Puheenvuoro 4: Mari Pulkkinen, Eija Rautasalo & Tuija Rönkä (toim.), 2016. Arjen helmiä – työelämälähtöistä osallistavaa kehittämistä sairaanhoitajakoulutuksessa

Diak Puheenvuoro 5: Marina Seffansson & Outi Polso, 2017. Masennuksen hoitoon lääkkeitä, terapiaa ja liikuntaa.

Diak Puheenvuoro 6: Päivi Thitz, 2017. Etsivää ja osallistavaa vanhustyötä kehittämässä. Ikäarvokas –hankkeen ulkoinen arviointi

Diak Puheenvuoro 7: Hanna Hovila, Anna Liisa Karjalainen & Juhani Toivonen (toim.), 2017. Yhteistyötä, kehittämistä ja kokeilua ammattikorkeakoulujen kielten ja viestinnän opetuksessa

Diak Puheenvuoro 8: Päivi Vuokila-Oikkonen & Pirkko Pätynen, 2017, Osallistavan yhteiskehittämisen prosessi : Esimerkkinä osallisuutta ja uusia palvelumalleja moniammatillisen palveluohjauksen keinoin (OSUMA) –projekti

Diak Puheenvuoro 9: Keijo Piirainen & Tuula Pehkonen-Elmi 2017, Muuttuvatko palvelut ja mihin suuntaan? Nuorten palvelujen kehittämisen tuloksia Pieksämäellä 2015–2017

Diak Puheenvuoro 10: Anne Surakka, Virpi Kuvaja-Köllner & Reija Paananen 2017. Valmennuspaja Mahiksen vaikutusten ja kustannusten tarkastelua: Aina saa tulla ja voi puhua mistä vaan, luottamuksella

Diak Puheenvuoro 11: Heikki Hiilamo, Anne Määttä, Karoliina Koskenvuo, Jussi Pyykkönen, Tapio Rissanen & Sanna Aaltonen 2017. Nuorten osallisuuden edistäminen. Selvitysmiehen raportti

Diak Puheenvuoro 12: Marja Pinolehto (toim.), 2017. Sujuvampia opinpolkua romaneille ja maahanmuuttajille. Opin portailla Pohjois-Pohjanmaalla -hankkeen loppuraportti

Diak Puheenvuoro 13: Anu Ahola, 2018. Humanoidirobotti pienten alakoulu-
laisten tukena haastaviksi koetuissa vuorovaikutustilanteissa

Diak Puheenvuoro 14: Tiina Ervelius (toim.), 2018. Sairaanhoidaja-diakonissa-
koulutus saamelaisalueella

Diak Puheenvuoro 15: Niina Mäenpää, Katri Perho & Mertsu Ärling (toim.),
2018. Uskalla! It's possible: romanien sujuvat koulutus- ja työllisyyspolut. Tšeta-
nes naal- ja Nevo tiija –hankkeiden loppujulkaisu

Diak Puheenvuoro 16: Mikko Malkavaara (toim.), 2018. Pohdintaa oikeasta,
väärästä ja diakoniasta : Kai Henttosen juhlakirja

Diak Puheenvuoro 17: Anu Halonen, Leena Sundqvist ja Marja Tomberg
(toim.), 2018 Sujuvampia opintopolkua maahanmuuttajille Satakunnassa. Opin
portailla Satakunnassa –hankkeen loppuraportti

Diak Puheenvuoro 18: Keijo Piirainen, 2018. Kriisiavusta vastuulliseen
asiakasohjaukseen. Opas sosiaalisen kuntoutuksen rakenteen ja prosessin
haltuunottoon

Diak Puheenvuoro 19. Anne Surakka & Reija Paananen, 2018. Valmennuspa-
ja-asiakkuus ja nuorten sosiaali- ja terveystalvelujen käyttö

Diak Puheenvuoro 20. Susanna Hyväri, Marja Lindholm & Niko Nummela (toim.), 2019. Nuorten osallisuuden vahvistaminen teatteri- ja liikunta-alan yhteistoimintaa kehittämällä

Diak Puheenvuoro 21. Reija Paananen, Sakari Kainulainen, Essi Hyppönen, Henni Leikas, Anette Lindström & Juuso Lökfors, 2019. 10 tarinaa nuoruudesta ja tuen tarpeista. Nuorten ajatuksia palveluiden kehittämiseksi

Diak Puheenvuoro 22. Ari Nieminen, 2019. Osallisuuden tila. Käsitteestä ja toteutuksesta

Diak Puheenvuoro 23. Susanna Hyväri, Marja Lindholm & Niko Nummela (eds.), 2019. Improving the social inclusion of young people through the cooperation of theatre and sports

Diak Puheenvuoro 24. Ari Haapanen (toim.), 2019. Auta miestä mäessä. Nuorten miesten koulutus- ja työuravalmennusprojekti

Diak Puheenvuoro 25. Aija Kettunen & Tuula Pehkonen-Elmi, 2019. Henkilökohtaisen budjetoinnin taloudellisen arvioinnin toteutettavuus ja alustava arviointisuunnitelma

Diak Puheenvuoro 26. Aija Kettunen & Tuula Pehkonen-Elmi (2019). Feasibility of economic evaluation of personal budgets in Finland and preliminary evaluation plan

Diak Puheenvuoro 27. Jari Helminen (2019). Sosionomin ammattiin ulkomailta suoritettulla koulutuksella – Ammattipätevyyden arviointi ja ammatinharjoittamisoikeuden hakeminen Suomessa

Diak Puheenvuoro 28. Sakari Kainulainen (2019). 3X10D® –elämäntilannemittarin kehitystyö 2015-2019

DIAKONIA-AMMATTIKORKEAKOULUN JULKAISUJEN KRITEERIT

DIAK TUTKIMUS -sarjassa julkaistaan uutta ja innovatiivista tietoa tuottavia tieteellisiä tutkimuksia Diakonia-ammattikorkeakoulun opetus-, tutkimus- ja kehittämistoiminnan alueilta. Julkaisut ovat monografioita tai artikkelikokoelmia.

Diakin ulkopuolisen referee-arvioijan lisäksi sarjassa julkaistavan tutkimuksen lukee diakilainen tutkijakoulutuksen saanut lukija. Sarjaan voivat tarjota julkaisuja sekä Diakonia-ammattikorkeakoulun omat työntekijät että ulkopuoliset kirjoittajat.

DIAK TYÖELÄMÄ -sarjassa julkaistaan tutkimus- ja kehittämisraportteja sekä opinnäytetöitä, jotka ovat tuottaneet innovatiivisia ja merkittäviä työelämää kehittäviä tuloksia. Sarjaan voivat tarjota julkaisuja Diakin työntekijät, opinnäyte-työntekijät ja ulkopuoliset kirjoittajat.

DIAK PUHEENVUORO -sarjassa julkaistaan Diakonia-ammattikorkeakoulun temaattisia puheenvuoroja, kehittämisraportteja, erilaisia selvityksiä sekä opinnäytetöitä.

DIAK OPETUS -sarjassa julkaistaan pedagogista kehittämistä kuvaavia julkaisuja, oppimateriaaleja, oppaita ja työkirjoja.

Julkaisut ovat luettavissa avoimesti verkossa ammattikorkeakoulujen Theseus-julkaisuarkistossa.

ISBN 978-952-493-344-5 (verkkojulkaisu)

ISSN 2343-2217 (verkkojulkaisu)

3X10D-elämäntilannemittari on työväline, joka on kehitetty vahvistamaan asiakkaan ääntä sekä helpottamaan moniammatillista ja -alaista yhteistyötä. 3X10D-elämäntilannemittarista syntyvä tieto korostaa vastaajan omia toiveita tulevaisuuden suhteen ja toimii systemaattisena keskustelun avaajana asiakastyössä. Mittari toimii myös oman elämäntilanteen itsearviointivälineenä.

Tässä julkaisussa kuvataan 3X10D-elämäntilannemittarin rakentamisen tausta, tavoitteet ja alkuvaiheen käyttökokemukset sekä arvioidaan työvälineen mahdollisuuksia tuottaa kepeydestään huolimatta oikeaa tietoa. Alustavien kokemusten perusteella

elämäntilannemittarille on suuri tarve, ja se näyttää toimivan tiedon tuottajana ja asiakastyön systematisoijana eri aloilla.

Alun perin elämäntilannemittari kehitettiin vuosien 2015 ja 2016 aikana valtiovarainministeriön rahoittamassa kuntakokeiluhankkeessa Kuopiossa. Tuolloin tarvittiin työvälinettä monia palveluita tarvitsevien 16–29-vuotiaiden nuorten tuen parantamiseksi. Myönteisten kokemusten siivittämänä työvälineestä laadittiin myös versiot erityisesti kouluterveydenhuollon tarpeisiin. Kaikki versiot ovat mahdollisimman lyhyitä ja helppokäyttöisiä kuitenkin niin, että ne antavat laaja-alaisesti tietoa vastaajan elämästä.