

9.11.2022

Miksi pitkäjänteinen kehittäminen tuo parempia tuloksia kuin lyhyet hankepyrähdykset – esimerkkinä GeroMetron kuntoutuksen kehittäminen

Tiina Autio ja Riitta Ropo

GeroMetro-verkostossa olemme kehittäneet ikäihmisten palveluja pääkaupunkiseudulla jo vuodesta 2014. Päämääränä on koko ajan ollut ikääntyneiden kotona asumisen ja heidän hyvinvointinsa tukeminen. Pitkäjänteinen kehittäminen on ollut mielekästä ja tulokset ovat olleet hyviä. Tässä blogissa kerromme pitkäjänteisen kehittämisen prosessista ja hyödyistä käyttäen esimerkkinä kuntoutuksen parissa tehtyä työtä.



Verkostossa tutustutaan ja kierrätetään osaamista

Pitkäjänteisen kehittämisen pohjana on GeroMetro-verkosto, jonka kaksivuotisille kausille valitaan koko verkostoa yhdistävät teemat. Teemat pilkotaan pienemmiksi tavoitteiksi, joita kehitetään osana omaa työtä. Kokemuksia ja haasteita jaetaan työpajoissa, työkokouksissa ja seminaareissa, ja kehittäjät oppivat ja saavat ideoita toisiltaan. Verkostossa ihmiset tutustuvat toisiinsa ja yhteistyö on helpompaa.

Kehittämisen teemoja syvennetään selvityksillä, kirjallisuuskatsauksilla ja kokoamalla hyviä käytäntöjä. Kaikki tieto kootaan yhteiselle sähköiselle alustalle GeroEkstraan, josta niitä voi hyödyntää myöhemminkin.

Kuntoutumisen teema jalostuu vuosien varrella

GeroMetron kehittämiskausien teemoja ovat olleet mm. kotona kuntoutuminen, sosiaaliset tilanteet ja päivystykselliset tilanteet. Monia teemoja on työstetty useamman kaksivuotiskauden ajan ja ne ovat jalostuneet pitkäjänteiseksi kehittämiseksi. Alla olevassa kuvassa esitetään teemojen etenemisen vuosien varrella (napsauta kuvaa niin se suurenee). Seuraavaksi huomioita siitä, kuinka kuntoutumisen kehittäminen on elänyt verkostossa vuosina 2014-2022. Kuntoutus kulkee kuviossa vihreällä taustavärillä.

GeroMetro 2014–2022: kehittämisen teemat



Ensimmäinen kausi: Kotona kuntoutumisen kehittäminen käynnistyy

Aloitimme kuntoutumisen teeman vuonna 2014 arkikuntoutuksen kehittämisellä. Tällä GeroMetron ensimmäisellä kaudella kehitettiin lisäksi mm. päivätoimintaa, gerontologista sosiaalityötä ja palvelukeskustoimintaa, jotka myös edistivät kuntoutumista.

Kakkoskausi: kotona kuntoutumisen mallin luominen alkaa

Varsinaisesti kuntoutumisen kehittäminen käynnistyi kaudella 2016–2018, jolloin tavoitteena oli kotona kuntoutumisen mallin luominen pääkaupunkiseudulle. Malliin haluttiin koota ja syventää edellisellä kaudella syntyneitä aihioita, aihe tuntui tärkeältä ja sen parissa haluttiin jatkaa.

Uusia ajatuksia lähdimme kehittäjäporukalla hakemaan marraskuussa 2017 tehdyttä opintomatkalta Tanskaan. Sen tuloksena syntyi [seitsemänosainen blogisarja](#) ikääntyneiden kotona asumista tukevista palveluista ja käytännöistä. Näissä kerrottiin mm. tanskalaisista kotikuntoutuksesta, vapaaehtoistyöstä ja muistikylätoiminnasta.

Tanskan oppeja ja muita ideoita hyödyntäen valmistui mallin ensimmäinen versio. Malli sisälsi muun muassa yhteisesti sovittuja toimintatapoja, sekä työntekijöille ja asiakkaille suunnattuja oppaita.

Kolmoskausi: kotona kuntoutumisen mallia juurrutetaan

Kaudella 2018–2020 jatkoimme kuntoutumisen mallin täydentämistä ja keskityimme erityisesti sen juurruttamiseen. Halusimme varmistaa, että aiemman kehittämisen tulokset jäävät elämään. Esiin nousi myös kotikuntoutusjakson seurannan toteuttaminen, mikä nähtiin tärkeäksi pysyvien tulosten varmistamiseksi. Seuranta oli usein puutteellista ja ilman sitä on vaikea nähdä kuntoutuksen hyötyjä. Pohdimme myös sosiaalisen kuntoutuksen sisältöjä ja miten ne voisivat edistää kotona kuntoutumista.

Tulokset kaikkien saataville Terveyskylään

Kolmoskaudella aloitimme myös kehittämisen tulosten eli työstettyjen käytäntöjen ja oivallusten sekä tutkimustiedon tuottaman tiedon siirron Terveyskylään. Kokosimme Terveyskylään laajat materiaalit sekä [ikäihmisille \(linkki\)](#) että [ammattilaisille \(linkki\)](#). Keväällä 2022 aloitimme myös verkkokoulutusten työstämisen Terveyskylään ammattilaisia varten.

Yhteistyö Terveyskylän kanssa avasi meille ainutlaatuisen mahdollisuuden tarjota verkostomme jäsentynyttä tietoa ja osaamista kaikille kiinnostuneille eri puolilla Suomea. Sisältöjen muokkaus verkkopalveluun sopivaksi ja siirto Terveyskylään oli työläs, mutta kannattava prosessi.

Pitkäjänteinen kehittäminen varmistaa tulosten hyödyntämisen

Riittävän pitkän kehittämisajan avulla voi syventää, jatkojalostaa ja juurruttaa tuloksia. Lyhyissä kehittämisrupeamissa on usein vasta päästy hyvään alkuun, kun on jo aika ruveta lopettelemaan. Voi olla turhauttavaa jättää asioita kesken ja miettiä, kuka ottaisi koppia syntyneistä ajatuksista.

Samoin on mahdollista seurata muiden kuntien ja alueiden kehittäjien kokemuksia ja saatuja tuloksia ja myöhemmin ottaa omaan käyttöön erityisen hyväksi havaitut mallit. Kehittämisen aikana käydyissä keskusteluissa huomaa, minkälaiset tulokset sopivat omalle alueelle ja miten niitä pitäisi jalostaa omiin tarpeisiin. Tämä kaikki vie aikaa ja ilman jatkuvuutta monet tärkeätkin

asiat olisivat voineet unohtua matkan varrelle. Kehittäjille on myös palkitsevaa nähdä, kuinka heidän oivalluksensa tulevat laajempaan käyttöön.

Samalla voidaan myös ottaa huomioon mahdolliset väliin tulevat muuttajat. Esimerkiksi koronapandemia ja Apotin käyttöönotto muuttivat väliaikaisesti kehittäjien mahdollisuuksia olla täysipainoisesti mukana kehittämisessä. Pitkäjänteinen toteutus auttoi jatkamaan työtä haasteiden poistuttua.

Kuntoutumisen moninainen, syvälinen ja pitkäaikainen kehittäminen ja työstäminen useiden ammattilaisten yhteistyönä mahdollisti hyviksi havaittujen tulosten kiteyttämisen ja huolella työstetyn lopputuloksen viemisen Terveyskylään. Näin saimme mahdollisimman suuren hyödyn ja näkyvyyden vuosien kehittämistyöstä.

Paljon hyvää olisi jäänyt saavuttamatta, jos aika olisi loppunut kesken.

Kiitos kaikille GeroMetrossa mukana olleille kehittäjille ja pääkaupunkiseudun kuntien ikäihmisten palvelujen johtajille, jotka kaikki ovat vuosien varrella mahdollistaneet pitkäjänteisen kehittämisen!

Kirjoittajat: Tiina Autio ja Riitta Ropo