



**UNIVERSITY
OF TURKU**

This is a self-archived – parallel-published version of an original article. This version may differ from the original in pagination and typographic details. When using please cite the original.

AUTHORS	Noora Seilo, Nina Mellenius, Pauliina Parhiala
TITLE	Pitäisikö psykososiaalista menetelmää muokata – miten tunnistaa ja arvioida muokkaustarpeet? Esimerkkinä IPT-TH, ryhmämuotoinen menetelmä masennusoireita kokevien nuorten avuksi
YEAR	2025
DOI	https://doi.org/10.61259/kt.177482
VERSION	Publisher's PDF
CITATION	Seilo, N., Mellenius, N., & Parhiala, P. (2025). Pitäisikö psykososiaalista menetelmää muokata – miten tunnistaa ja arvioida muokkaustarpeet? Esimerkkinä IPT-TH, ryhmämuotoinen menetelmä masennusoireita kokevien nuorten avuksi. <i>Kasvun Tuki -Aikakauslehti</i> , 5(2). https://doi.org/10.61259/kt.177482
LICENSE	CC BY

Pitäisikö psykososiaalista menetelmää muokata – miten tunnistaa ja arvioida muokkaustarpeet?

Esimerkkinä IPT-TH, ryhmämuotoinen menetelmä masennusoireita kokevien nuorten avuksi

- Kun halutaan parantaa menetelmän soveltuvuutta asiakkaille, ammattilaisille tai palveluihin, on tärkeää arvioida menetelmän muokkaustarpeita systemaattisesti.
- Itsenäisyyden juhluvuoden lastensäätiö (Itla) on kehittänyt menetelmän muokkaustarpeiden arviointiin Viisio-työkalun, jota testattiin yhteistyössä Tampereen yliopiston IPT-TH-menetelmää tutkivan ryhmän kanssa.
- Näyttöön perustuvien menetelmien suunnitelmallinen muokkaaminen paremmin palvelujärjestelmään soveltuviksi auttaa vakiinnuttamaan niiden käyttöä.



NOORA SEILO
LT, nuorisolääkäri
kehittämispäällikkö
Itla



NINA MELLENIUS
KM, väitöskirjatutkija
Turun yliopisto
asiantuntija
Itla



PAULIINA PARHIALA
psykologian yliopistonlehtori
Tampereen yliopisto

Suomessa on käytössä kymmeniä erilaisia psykososiaalisia menetelmiä, joiden tavoitteena on tukea ja hoitaa lasten ja nuorten mielenterveyttä. Menetelmiä on tuotu meille eri puolilta maailmaa vuosikymmenien ajan erilaisilla järjestöillä sekä sosiaali- ja terveydenhuollon ja sivistystoimen organisaatioille suunnatuilla hankerahoituksilla. Myös tutkimusryhmät tuovat uusia menetelmiä Suomeen.

Yhdessä ympäristössä hyvin toimiva menetelmä ei kuitenkaan välttämättä ole sellaisenaan toimiva toisessa ympäristössä. Kun menetelmä siirretään toiseen maahan tai ympäristöön, muuttuu kulttuuri, palvelujärjestelmä, toteuttavan ammattiryhmän koulutus-taso tai vähintään kieli. Jotta menetelmä voisi toimia myös uudessa ympäristössä, menetelmän muokkaustarpeita on arvioitava siellä, missä sitä käytetään. Muokkaustarpeita kannattaa arvioida myös silloin, kun menetelmää käyttävät ammattilaiset tuovat toistuvasti esille sen käyttöön liittyviä haasteita.

”Jotta menetelmä voisi toimia myös uudessa ympäristössä, menetelmän muokkaustarpeita on arvioitava siellä, missä sitä käytetään.”

Mitä pitäisi tehdä, kun muokkaustarpeet on tunnistettu? Psykososiaalisen menetelmän adaptointi on keino suunnitella ja toteuttaa menetelmään tehtäviä muutoksia. Adaptointi tarkoittaa menetelmän suunnitelmallista muokkausta uuteen kontekstiin sopivaksi, kuten uuteen kulttuuriin, uusiin palveluihin tai uudelle asiakasryhmälle. Lisätietoa adaptoinnista on Itsenäisyyden juhluvuoden lastensäätiön (Itla) verkkosivuilla itla.fi/adaptointi.

MITEN MENETELMÄN MUOKKAUSTARPEITA VOI ARVIOIDA?

Haimme kansainvälisestä kirjallisuudesta tutkittuja välineitä menetelmien muokkaustarpeiden arviointiin, mutta sellaisia ei löytynyt. Siksi kehitimme Itlassa tähän tarkoitukseen uuden Viisio-työkalun, jonka avulla voi tarkastella pilotissa tai käytössä olevan menetelmän muokkaustarpeita.

Viisio-arviointi lähtee menetelmäkuvauksen huolellisesta tarkastelusta (kuvio 1). Tämän jälkeen arvioidaan menetelmän käytettävyyttä, sopivuutta palveluihin ja käyttöönoton edellyttämää tukea. Näiden lisäksi selvitetään, onko menetelmän käytössä noussut esiin kulttuurisia muokkaustarpeita. Arviointi toteutetaan ryhmäkeskusteluna, eli sen tulokset ovat systemaattisesti kuvattua laadullista tietoa.

Viisiossa menetelmän käytettävyyttä, sopivuutta palveluihin ja käyttöönoton tukea arvioidaan kysymyksillä, jotka on muokattu yhdysvaltalaisen Pohjois-Carolinan yliopiston kehittämästä Hexagon-työkalusta (Metz & Louison, 2019). Hexagon on tarkoitettu menetelmien – ei niiden muokkaustarpeiden – arviointiin. Se toimi kuitenkin hyvänä pohjana Viisiolle, sillä se tarkastelee laajasti erilaisia menetelmän käyttöönottoon vaikuttavia tekijöitä. Lisäksi hyödynsimme Viisio-kehittämisenä FRAME-viitekehystä (an expanded framework for reporting adaptations and modifications to evidence-based interventions) (Stirman ym., 2019) varmistaaksemme, että muokkaustarpeita arvioidaan riittävän monipuolisesti.

NUORTEN MASENNUSTA ENNALTAEHKÄISEVÄN MENETELMÄN MUOKKAUSTARPEIDEN ARVIOINTI

Tampereen yliopiston tutkimusryhmä toi Suomeen ja pilotoi IPT-TH-menetelmän (Interpersonaalinen terapia -taitoharjoittelu). Pilotin jälkeen keväällä 2025 testasimme Viisioa IPT-TH-menetelmän muokkaustarpeiden arvioinnissa yhteistyössä tutkimusryhmän kanssa. Viisio-testauksen tavoitteena oli selvittää, onko tämäntyyppinen menetelmän muokkaustarpeiden systemaattinen arviointi toteutettavissa, mitä tietoa se tuottaa ja onko tieto hyödyllistä.

IPT-TH on ryhmämuotoinen, kouluissa toteutettavaksi tarkoitettu 12–16-vuotiaille suunnattu menetelmä, jonka tavoitteena on ennaltaehkäistä masennusta (Young ym., 2006). IPT-TH on adaptoitu Suomeen IPT-AST-menetelmästä (Interpersonal Psychotherapy Adolescent Skills Training), jonka on vaikuttavuustutkimuksissa todettu vähentävän nuoruusikäisten masennusoireita, ennaltaehkäisevän masennusta ja parantavan toimintakykyä (Young ym., 2016; Zheng ym., 2023). Tampereen yliopiston tutkimuksessa IPT-TH-ryhmät oli suunnattu kuudesluokkalaisille, joilla oli lieviä masennusoireita, mutta ei diagnosoitavaa masennusta.

Menetelmää ei ole aiemmin käytetty Suomessa, mikä korostaa adaptoinnin tarvetta. Ennen pilottitutkimusta menetelmään liittyviä materiaaleja käännettiin suomeksi, ja niissä esiintyviä esimerkkejä muutettiin paremmin kuudesluokkalaisille sopiviksi.

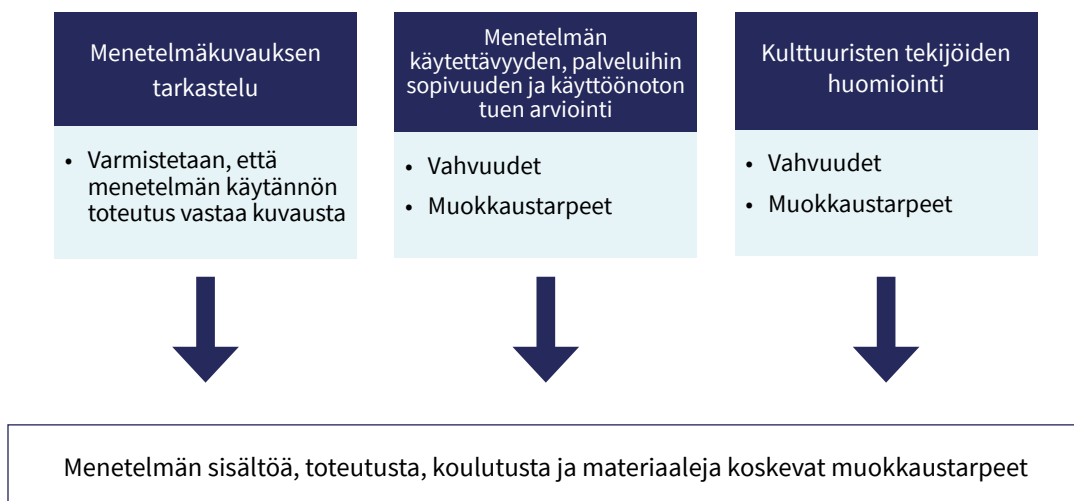
”Viisio-testauksen tavoitteena oli selvittää, onko tämäntyyppinen menetelmän muokkaustarpeiden systemaattinen arviointi toteutettavissa, mitä tietoa se tuottaa ja onko tieto hyödyllistä.”

IPT-TH:n muokkaustarpeiden arviointiin osallistui seitsemän menetelmän pilottitutkimukseen osallistunutta IPT-TH-ryhmän ohjaajaa. Heistä neljä työskenteli opiskeluhuollossa Pirkanmaan hyvinvointialueella ja kolme oli Tampereen yliopiston psykologian maisteriopiskelijoita. Osallistujilla oli kokemusta yhden tai kahden ryhmän ohjaamisesta pareittain.

Menetelmän muokkaustarpeet arvioitiin kolmen tunnin ryhmäkeskustelussa. Tämän artikkelin kirjoittajat olivat mukana arviointikeskustelussa: Itlan asiantuntijat toimivat puheenjohtajana ja

KUVIO 1.

Menetelmän muokkaustarpeiden arvioinnin osa-alueet.



keskustelun kirjaajana, ja tutkimusryhmän edustaja seurasi keskustelua. Kirjoittajat eivät kuitenkaan osallistuneet itse arviointiin.

Arviointikeskustelun perusteella Itlan asiantuntijat kokosivat tutkimusryhmälle yhteenvedon menetelmän sisältöön, toteutustapaan ja koulutukseen liittyvistä muokkaustarpeista (taulukko 1). Lisäksi he raportoivat tutkimusryhmälle arvioinnissa esiin tulleet, menetelmään jo tehdyt muokkaukset. Niistä osa oli tutkimusryhmän suunnitelmallisesti tekemiä ja osa muokkauksia, joita menetelmää käyttäneet työntekijät olivat tehneet itsenäisesti menetelmän toteuttavuuden parantamiseksi.

MITÄ HYÖTYÄ MENETELMÄN MUOKKAUSTARPEIDEN ARVIOINNISTA ON?

Näyttöön perustuvien menetelmien käyttöönottoon tehdyt investoinnit eivät tällä hetkellä realisoidu riittävästi lasten, nuorten ja perheiden hyödyksi, mikä on suuri haaste niin Suomessa kuin kansainvälisestikin. Keskeinen syy ovat merkittävät ongelmat menetelmän suunnitelmallisessa käyttöönotossa eli implementoinnissa (Roach ym., 2023; WHO, 2024), mutta kaikkia siihen vaikuttavia tekijöitä ei ole vielä tunnistettu. Osasyynä ovat todennäköisesti haasteet menetelmän käytettävyydessä, hyväksyttävyydessä ja toteutettavuudessa (Lyon ym., 2021; Munson ym., 2022; Proctor ym., 2023), joita Viisio-arviointi nostaa esiin.

”Näyttöön perustuvien menetelmien käyttöönottoon tehdyt investoinnit eivät tällä hetkellä realisoidu riittävästi lasten, nuorten ja perheiden hyödyksi.”

Monet psykososiaalisiin menetelmiin liittyvät muokkaustarpeet ovat pieniä ja helposti ratkaistavissa, mutta kumuloituessaan ne heikentävät menetelmän hyväksyttävyyttä tai hankaloittavat sen käyttöä. Tällöin ammattilainen valitsee usein toisen työskentelytavan tai asiakas jättää käyntinsä väliin.

Terapiatakuulainsäädännön toimeenpanon seurauksena Suomessa investoidaan lähivuosina merkittävästi lasten, nuorten ja nuorten aikuisten mielenterveyttä tukeviin näyttöön perustuviin psykososiaalisiin menetelmiin. Jotta nämä panostukset eivät mene hukkaan, on varmistettava, että käytettävät menetelmät soveltuvat niin lapsille, nuorille ja perheille kuin niitä käyttäville ammattilaisille ja palvelujärjestelmään. Menetelmien muokkaustarpeiden arviointi ja soveltuvuuden parantaminen (ks. www.itla.fi/soveltu-vuus) tukevat terapiatakuun toimeenpanoa.

OLIKO VIISIO-ARVIOINNISTA HYÖTYÄ TUTKIMUSRYHMÄLLE?

IPT-TH-menetelmän Viisio-arvioinnista kirjattiin lähes 30 menetelmään, sen toteuttamiseen ja kouluttamiseen liittyvää muokkaustarvetta. Näistä osa oli Tampereen yliopiston tutkimusryhmälle tuttuja, sillä ne nousivat esiin myös IPT-TH:n pilottitutkimuksen yhteydessä tehdyissä menetelmän toteutettavuuteen ja hyväksyttävyyteen liittyvissä kyselyissä.

Arviointikeskustelun avulla päästiin kuitenkin kyselyjä syvemälle ammattilaisten tekemien havaintojen ja muokkaustarpeiden syihin ja perusteluihin, joten tiedonkeruun muodot täydensivät hyvin toisiaan. Tutkimusryhmä sai kattavan kuvan menetelmän implementointivalmiuksista ja konkreettisia keinoja edistää menetelmän toteutettavuutta, käytettävyyttä ja hyväksyttävyyttä ennen laajempaa tutkimusta.

TAULUKKO 1.

Esimerkkejä Viisio-arvioinnissa esiin nousseista IPT-TH-menetelmään ja sen toteuttamiseen liittyvistä muokkaustarpeista ja niiden perusteista.

Muokkaustarve	Peruste
Menetelmässä pitäisi olla enemmän toiminnallisuutta.	12-vuotiaille avoin keskustelu ryhmässä ja reflektointi oli haastavaa, ja leikkilisyys tai pelillisyyys helpotti keskustelua.
Materiaaleja pitäisi muokata paremmin 12-vuotiaille sopiviksi.	Osa menetelmän materiaaleista (esim. “teinitipsit”) oli sellaisia, joiden omaksuminen oli haasteellista 12-vuotiaille nuorille, ja niiden käyttö vaati ryhmänohjaajalta paljon selittämistä.
Menetelmään liittyvien materiaalien hankinnasta tarvitaan parempi kuvaus.	Menetelmän toteuttamista vaikeutti se, että toteuttamisessa tarvittavien materiaalien (esim. kynät ja kansiot) hankintatavoista ja prosesseista ei ollut etukäteen sovittu.
Menetelmän rekrytointiprosessia tulisi kehittää.	Osa ryhmänohjaajista toi esille hyväksyttävyyshaasteita, koska nuoret rekrytoitiin menetelmään luokittain tehdyllä masennusseulonalla. Osa nuorista ei halunnut tai ei kehitysvaiheensa vuoksi osannut vastata seulontakyselyyn.
Koulutuksessa voisi tuoda enemmän esille esimurrosikäisten ryhmämuotoisten menetelmien toteuttamiseen liittyviä haasteita ja ratkaisuja niihin.	Erityisesti nuorten kielellisen reflektoinnin haasteet ja ryhmädynaamiset ilmiöt edellyttäisivät lisäkoulutusta.

KUTSU YHTEISTYÖHÖN

IPT-TH:n Viisio-arviointi oli innostava kokemus, ja haluamme kiittää Tampereen yliopiston professori Klaus Rannan tutkimusryhmää yhteistyöstä sekä psykososiaalsiin menetelmiin liittyvän ymmärryksen kasvattamisesta.

Tavoitteenamme on jatkaa Viisio-työkalun testaamista myös muiden Suomessa käyttöönotettavien tai tutkittavien sosiaali- ja terveydenhuollon menetelmien kanssa. Kutsumme lämpimästi menetelmien ylläpitäjiä ja tutkijoita ottamaan yhteyttä, jotta voisimme edistää yhdessä näyttöön perustuvaa lasten ja nuorten mielen-terveystyötä sekä terapiatakuun laadukasta toimeenpanoa. ●

”Tavoitteenamme on jatkaa Viisio-työkalun testaamista myös muiden Suomessa käyttöönotettavien tai tutkittavien sosiaali- ja terveydenhuollon menetelmien kanssa.”

AVAINSANAT:

masennus, menetelmä, muokkaus, adaptointi, arviointi

SIDONNAISUUDET:

Noora Seilo ja Nina Mellenius työskentelevät Itsenäisyyden juhluvuoden lastensäätiössä (Itla).

Saapunut: 18.9.2025

Hyväksytty: 3.10.2025

LÄHTEET:

Lyon, A. R., Pullmann, M. D., Jacobson, J., Osterhage, K., Al Achkar, M., Renn, B. N., Munson, S. A. & Areán, P. A. (2021). Assessing the usability of complex psychosocial interventions: The Intervention Usability Scale. *Implementation Research and Practice*, 2, 263348952098782. <https://doi.org/10.1177/2633489520987828>

Metz, A. & Louison, L. (2019). The Hexagon Tool: Exploring Context. NIRN – University of North Carolina at Chapel Hill.

Munson, S. A., Friedman, E. C., Osterhage, K., Allred, R., Pullmann, M. D., Areán, P. A. & Lyon, A. R. (2022). Usability Issues in Evidence-Based Psychosocial Interventions and Implementation Strategies: Cross-project Analysis. *Journal of Medical Internet Research*, 24(6), e37585. <https://doi.org/10.2196/37585>

Proctor, E. K., Bunger, A. C., Lengnick-Hall, R., Gerke, D. R., Martin, J. K., Phillips, R. J. & Swanson, J. C. (2023). Ten years of implementation outcomes research: A scoping review. *Implementation Science*, 18(1), 31. <https://doi.org/10.1186/s13012-023-01286-z>

Roach, A., Cullinan, S., Shafran, R., Heyman, I. & Bennett, S. (2023). Implementing brief and low-intensity psychological interventions for children and young people with internalizing disorders: A rapid realist review. *British Medical Bulletin*, 145(1), 120–131. <https://doi.org/10.1093/bmb/ldad001>

Stirman, S. W., Baumann, A. A. & Miller, C. J. (2019). The FRAME: An expanded framework for reporting adaptations and modifications to evidence-based interventions. *Implementation Science*, 14(1). <https://doi.org/10.1186/s13012-019-0898-y>

WHO. (2024). *Psychological Interventions Implementation Manual: Integrating Evidence-Based Psychological Interventions into Existing Services* (1st ed). World Health Organization.

Young, J. F., Benas, J. S., Schueler, C. M., Gallop, R., Gillham, J. E. & Mufson, L. (2016). A Randomized Depression Prevention Trial Comparing Interpersonal Psychotherapy—Adolescent Skills Training to Group Counseling in Schools. *Prevention Science: The Official Journal of the Society for Prevention Research*, 17(3), 314–324. <https://doi.org/10.1007/s11121-015-0620-5>

Young, J. F., Mufson, L. & Davies, M. (2006). Efficacy of Interpersonal Psychotherapy-Adolescent Skills Training: An indicated preventive intervention for depression. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47(12), 1254–1262. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2006.01667.x>

Zheng, K., Xu, H., Qu, C., Sun, X., Xu, N. & Sun, P. (2023). The effectiveness of Interpersonal Psychotherapy-Adolescent Skills Training for adolescents with depression: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychiatry*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1147864>