

MENETELMÄARVIOINTI

Itla arvioi lapsille ja alle 23-vuotiaille nuorille sekä heidän perheilleen suunnattujen mielenterveyttä edistävien psykososiaalisten menetelmien vaikuttavuutta. Arvioon vaikuttavat menetelmäkuvaus ja vaikuttavuusnäyttö. Lisätietoja arvioinnista saat tämän katsauksen liitteestä 3, arviointioppaasta (Merikukka ym., 2025) ja verkkosivuilta itla.fi/metelmapankki

VERTAISARVIOITU

Menetelmää toteuttava ammattilainen ja menetelmän kotipesän, Lyhytterapiainstituutti Oy:n, edustaja ovat tarkistaneet menetelmää koskevat yksityiskohdat.

Tämä ja muut menetelmäarviot ovat luettavissa myös Kasvun tuki -menetelmäpankissa.

Muksuopin (Kids' Skills) vaikuttavuuden arvio – systemaattinen kirjallisuuskatsaus (2. arvio)

Tiivistelmä

Johdanto: Lapsen arjessa voi esiintyä erilaisia käytännön haasteita, koska hänen taitonsa ovat vielä kehittymässä. Muksuoppi-menetelmä on suunnattu 4–15-vuotiaiden lasten itsesäätelyn ja sosiaalisten taitojen vahvistamiseksi varhaiskasvatuksessa, koulussa, sosiaali- ja terveydenhuollossa sekä kotona. Muksuoppia voi soveltaa myös laajemmalle ikäryhmälle ja muihin toimintaympäristöihin. Sitä voivat käyttää ammattilaisten lisäksi myös vanhemmat kotona itsenäisesti lapsen kanssa. Menetelmä soveltuu niin lapsen tyypillisen kehityksen tueksi kuin erilaisiin erityistarpeisiin, kuten oppimisvaikeuksiin, kehitysviiveisiin ja käytöshaasteisiin. Menetelmässä pyritään suuntaamaan huomio ongelmista taitojen kehittämisen tukemiseen. Siinä hyödynnetään ratkaisukeskeistä lähestymistapaa ja 15 askeleesta muodostuvaa struktuuria, jonka käyttöä ohjaa käsikirja.

Tavoite ja tutkimuskysymys: Tässä systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa arvioidaan Muksuoppi-menetelmän vaikuttavuutta tutkimuskirjallisuuden perusteella. Katsaus vastaa kysymyksiin: Miten tarkasti Muksuoppi-menetelmä on kuvattu? Onko Suomessa käytössä olevalla Muksuopilla tutkimusnäyttöön perustuvaa vaikuttavuutta 4–15-vuotiaiden lasten itsesäätelyn ja sosiaalisten taitojen kehittämiseen?

Aineisto ja tutkimusmenetelmät: Systemaattinen kirjallisuushaku tehtiin PCC-hakustrategialla (*Population, Concept, Context*), joka kohdistui kysymykseen: Mitä tutkimusta Muksuopista on tehty? Hakusanoina käytettiin seuraavia: P = leikki-ikäiset, alakouluikäiset, nuoret; C = Muksuoppi, Kids' Skills. Konteksti (C) jätettiin pois hakutulosten liiallisen rajaamisen välttämiseksi. Ensisijaisena kiinnostuksen kohteena haussa olivat menetelmästä tehtyt vaikuttavuustutkimukset. Kirjallisuushaku tehtiin kuuteen viitetietokantaan: MEDLINE, APA PsycInfo, CINAHL, ERIC, *Web of Science* ja Scopus. Lisäksi suomenkielisiä julkaisuja haettiin Finna.fi-palvelusta, ja hakua täydennettiin manuaalisella haulla. Menetelmäkuvausten tarkkuus käsikirjoissa sekä muissa kotipesän ylläpitämisessä kirjallisissa materiaaleissa arviointiin.

Tulokset: Kirjallisuushaussa Muksuoppi-menetelmästä löytyi kaksi kvasikokeellista vertailututkimusta (Hautakangas ym., 2022a; Kitta ym., 2021). Muksuoppi on kuvattu hyvin menetelmän käsikirjassa. Muksuopilla on todettu myönteisiä vaikutuksia lasten itsesäätelytaitoihin HTKS-mittarilla ($d = 0,62$; 95 % luottamusväli (lv): 0,18–1,43), mutta opettajien ja vanhempien raportoimana vaikutusta ei voida todeta luotettavasti loppu- eikä viiden kuukauden seurantamittauksessa (95 % lv: -0,34–1,23) (Hautakangas ym., 2022a). Efektikokojen laskemisen myötä vaikutus lasten sosiaalisiin taitoihin, kuten empatiaan, itseluottamukseen, itsetuntoon ja itsesäätelyyn ovat epävarmoja (Kitta ym., 2021). Jatkossa menetelmän vaikuttavuutta olisi hyödyllistä tutkia laajempien aineistojen pohjalta.

Vaikuttavuusarvio: Hyvin kuvatussa ja teoreettisesti perustellussa Muksuoppi-menetelmästä on lupaavaa tutkimusnäyttöä. Kvasikokeellisissa vertailututkimuksissa (Hautakangas ym., 2022a; Kitta ym., 2021) on saatu näyttöä, että menetelmän avulla voidaan kehittää 4–15-vuotiaiden lasten itsesäätelyä ja sosiaalisia taitoja paremmin verrattuna tavanomaiseen varhaiskasvatukseen tai koulussa annettavaan tukeen. ☑ 3/5, lupaavan tutkimusnäytön menetelmä

Johdanto

Itla arvioi lapsille ja alle 23-vuotiaille nuorille sekä heidän perheilleen suunnattujen psykososiaalisten menetelmien vaikuttavuutta. Menetelmien eli esimerkiksi interventioden, toimintamallien ja ohjelmien tavoitteena on edistää lasten ja nuorten mielenterveyttä ja hyvinvointia tai ehkäistä ja hoitaa varhaisessa vaiheessa heidän mielenterveysongelmiaan. Lisäksi Suomessa käytössä olevien menetelmien tulee perustua ihmistieteisiin liittyvään teoriaan, teoreettiseen malliin tai viitekehykseen ja olla linjassa lapsen oikeuksien sopimuksen kanssa.

Tässä systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa arvioidaan Muksuoppi-menetelmän (Kids'Skills) tutkimusperustaista vaikuttavuutta eli sitä, miten paljon ja minkä tasoista vaikuttavuusnäyttöä menetelmästä on.

Menetelmän tausta

Muksuoppi-menetelmän kehitti psykiatri **Ben Furman** Suomessa 1990-luvun puolivälissä yhteistyössä **Sirpa Birnin** ja **Tuija Terävän** kanssa. Muksuoppi on kehitetty alun perin leikki-ikäisille lapsille varhaiskasvatuksessa ilmenevien ongelmien ratkontaan, mutta menetelmän todettiin melko pian soveltuvan yhtä hyvin myös perusopetukseen alakoulua käyvien lasten haasteisiin. Muksuoppi pohjautuu ratkaisukeskeiseen yksilöiden ja työyhteisöjen valmennusmenetelmään, jossa keskitytään tavoitteisiin, vahvuuksiin ja pieniin edistysaskeliin. Muksuoppi on kehitetty Ben Furmanin ja sosiaalipsykologi **Tapani Aholan** perustamassa Lyhytterapiainstituutissa. Muksuopin menetelmäkoulutusta ammattilaisille alettiin tarjota 1990-luvun lopulta alkaen ja Muksuoppiohjaajia on koulutettu 44 eri maassa.

Nuorimmat lapset, jotka ovat hyötynet Muksuopista erilaisten arjen ongelmakohtien ratkomisessa, ovat olleet alle 4-vuotiaita ja vanhimmat jo murrosikään ehtineitä (Furman, 2000). Vähäisin muunnoksien menetelmän kuvataan soveltuvan myös nuorten ja leikkimielistä omaavien aikuisten ongelmien ratkontaan. Muksuoppi kehitettiin ensisijaisesti ammattilaisten käyttöön, mutta sitä voivat käyttää myös eri ikäisten lasten vanhemmat itsenäisesti. Menetelmän käyttämisen tueksi on julkaistu Muksuopin pohjalta luotu AI-sovellus ja vanhemmille on tarjolla esimerkiksi Muksuoppi Appi -sovellus.

Menetelmän taustoituksessa ja kuvaamisessa on käytetty Muksuoppi-menetelmän käsikirjaa (Furman, 2000), menetelmän verkkosivuja ([Muksuoppi – ratkaisukeskeinen lähestymistapa lasten ongelmiin](#)) ja kotipesältä saatuja materiaaleja.

Menetelmäkuvaus

Kohderyhmä: Muksuoppi-menetelmä kehitettiin lasten kanssa työskentelevien ammattilaisten (opettajat, psykologit, sosiaalityöntekijät, psykoterapeutit) käyttöön. Käytäntö on osoittanut, että menetelmää voivat käyttää myös eri-ikäisten lasten vanhemmat itsenäisesti. Muksuoppi on tarkoitettu leikki-ikäisille, alakouluikäisille, nuorille ja perheille. Sitä on katsottu voitavan soveltaa periaatteessa myös aikuisille. Muksuopin käyttöympäristö on laaja, sillä sitä voidaan käyttää varhaiskasvatuksessa, koulussa, sosiaali- ja terveydenhuollossa sekä kotona. Menetelmä soveltuu tyypillisen kehityksen tueksi sekä erilaisiin erityistarpeisiin kuten oppimisvaikeuksien, kehitysviiveiden ja käytöshaasteiden hoitoon.

Ilmiö: Muksuoppiin liittyviä ilmiöitä ovat lapsen moninaiset arjen haasteet, jotka menetelmässä määritellään taidoiksi, joita ei ole vielä opittu. Esimerkkejä tällaisista taidoista ovat itsesääätely, sosiaaliset taidot, koulunkäyntitaidot ja nukkuminen. Erityisesti itsesääätelytaitojen katsotaan liittyvän moniin arjen tilanteisiin. Itsesääätelytaidoilla viitataan ihmisen tietoiseen kykyyn ymmärtää, ohjata ja säädellä omia tunteitaan, ajatuksiaan, impulssejaan sekä käyttäytymistään erilaisissa tilanteissa (esim. Hautakangas ym., 2021). Omia tunteita ja käyttäytymistä säätelämällä lapsen on helpompi selviytyä arjessa. Muksuopissa tavoitteena on siirtää huomio ongelmista opittaviin taitoihin ja tukea lapsen edistymistä niiden kehittämisessä. Näin voidaan ehkäistä erilaisia käyttäytymiseen ja vuorovaikutukseen heijastuvia pulmia. Muksuopissa pyritään varhaisella huomion suuntaamisella opittaviin taitoihin myös ennaltaehkäisemään ongelmien kasautumista ja vaikeutumista. Itsesääätelytaidot kehittyvät vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa läpi elämän, erityisen voimakkaasti kuitenkin lapsuudessa ja nuoruudessa. Varhaiskasvatuksessa ja koulussa on erityisen hyvä mahdollisuus tukea systemaattisesti näiden taitojen kehittymistä.

Tavoitteet ja vastemuuttajat: Muksuopin päätavoitteena on vahvistaa itsesääätelyä ja sosiaalisia taitoja tukemalla lapsen motivaatiota, itseluottamusta ja yhteistyökykyä. Menetelmä tähtää ikätasoisten taitojen oppimiseen ja niiden tukemiseen arjen tilanteissa. Menetelmän ydin on niin sanottu taidottaminen, jossa ongelmat muunnetaan opeteltaviksi taidoiksi. Sen sijaan, että lasten haasteet nähtäisiin psyykkisen häiriön oireina tai perheen sisäisten ongelmien seurauksina, hyödynnetään lapsille ominaista ajatusta siitä, että vaikeudet johtuvat taidoista, joita ei ole vielä opittu. Menetelmä perustuu siihen, että lapsi on aktiivinen toimija omien taitojensa oppimisessa, mutta oppiminen tapahtuu vuorovaikutuksessa aikuisten tuella. Aikuisten rooli on keskeinen: he auttavat tunnistamaan opittavan taidon ja pilkkomaan sitä harjoiteltaviksi osiksi. Lisäksi aikuiset luovat tilanteita, joissa taitoa voidaan harjoitella arjessa sekä kannustavat edistymisessä. Vanhempien lasten ja nuorten kohdalla lapsen oma rooli korostuu, ja menetelmää voidaan käyttää osittain itsenäisemmin heidän kanssaan. Menetelmän vahvuus on, että taitoihin keskittyminen luo puitteet sujuvalle ja myönteiselle yhteistyölle lapsen kanssa. Lisäksi Muksuoppi edistää yhteistyötä vanhempien kanssa: vanhempia ei syyllistetä, vaan heidät nähdään aktiivisina yhteistyökumppaneina lapsen oppimisen tukemisessa. Menetelmän käyttö perustuu aina vapaaehtoisuuteen ja yhteistyöhön lapsen kanssa, eikä sen avulla tule painostaa lasta toimintaan, johon hän ei ole valmis.

Vastemuuttujina Muksuopin vaikuttavuuden kannalta ovat esimerkiksi lapsen itsesääätely ja sosiaaliset taidot sekä näihin keskeisesti sisältyvät ilmiöt kuten empatiakyky, itseluottamus ja itsetunto.

Teoriaperusta: Muksuopin teoriataustassa on vaikutteita erityisesti lyhytterapiasta ja ratkaisukeskeisestä terapiasta, psykoterapiavaikuttajista muun muassa **Milton Ericksonin** ajattelusta (Furman, 2016). Ratkaisukeskeisessä terapiassa kiinnitetään huomio ongelmien syiden sijasta siihen, mitä asiakas haluaa saavuttaa ja miten hän pääsee tavoitteeseensa. Muksuopissa ei tutkita niinkään perheen vuorovaikutussuhteita tai perhedynamiikkaa, vaan tarkastellaan lapsen arjessaan kokemaa ongelmaa. Menetelmän taustalla on ajatus myös siitä, että keskittymällä lapsen ongelmaan vaikutetaan epäsuorasti myös perheen vuorovaikutussuhteisiin ja lapsen ympäristöön laajemminkin. Muksuoppia voikin luonnehtia systeemiseksi menetelmäksi (Bentner, 2014; Furman, 2016).

Ydinelementit ja joustavuus: Muksuopin ydinelementtinä on itsesääätelyä ja sosiaalisia taitoja vahvistava ratkaisukeskeinen pedagogiikka, ja tähän keskeisesti liittyvät havaitun haasteen uudelleenmäärittely opittavaksi taidoksi, lapsen aktiivinen osallisuus ja toimijuus, konkreettinen harjoitettavan taidon valinta ja sanottaminen, taidon harjoittelu arkitilanteissa, aikuisen antama tuki ja myönteinen palaute, edistymisen näkyväksi tekeminen ja onnistumisen vahvistaminen. Näiden ydinelementtien toteutumista strukturoi 15 askelta, joiden mukaan voidaan edetä.

Menetelmän muokkaus: Muksuoppi-menetelmällä on Suomessa kehitetty 15 askeleen perusrunko, mutta siitä on kehitetty erilaisia sovelluksia, kuten vanhemmille tarkoitettu kurssi ”Muksuoppia vanhemmille” ja alakoulujen luokille tarkoitettu ”Taitava luokka”. Muksuopin askeleita voidaan vaihdella tai jättää välistä sekä improvisoida mikäli se on tarpeen, mutta menetelmän ydinelementtien

säilymisestä on kuitenkin huolehdittava. Tarkoitus on pilkkoa isoja taitoja pienemmiksi harjoiteltaviksi taidoiksi ja edetä askeleittain. Menetelmä on tunnistetuista ydinelementeistä ja niiden edistämistä varmistavista askelista huolimatta laajasti muokattavissa vastaamaan erilaisia tilanteita, joissa on tarpeen huomioida esimerkiksi kohderyhmän ikä ja tunnistetut haasteet.

Toteuttajat: Muksuoppia voivat toteuttaa siihen kouluttautuneet ammattilaiset kuten varhaiskasvatuksen henkilöstö, opettajat, terveydenhoitajat, psykologit, sosiaalityöntekijät ja psykoterapeutit, jotka työskentelevät kohderyhmän kanssa. Ammattilaiset yleensä suorittavat menetelmäkoulutuksen. Myös ilman koulutusta Muksuopista voidaan soveltaa keskeisiä ideoita ja hyvän kasvatuksen periaatteita, mutta oletuksena on, että menetelmää voidaan käyttää tarkoituksenmukaisimmin ja vaikuttavimmin koulutuksen saaneiden ammattilaisten ohjaamana. Menetelmää voivat käyttää myös eri-ikäisten lasten vanhemmat itsenäisesti. Lapsen vanhemmat toimivat yleensä käsikirjan ja Muksuoppi appi -sovelluksen avulla.

Koulutus ja pätevytyminen: Muksuopin käyttöönottoa varten järjestetään koulutusta Suomessa. Koulutuksen laajuus ja sisältö on määritetty. Menetelmäkoulutusta valtuutetuksi Muksuoppi-ohjaajaksi järjestää Lyhytterapiainstituutti sekä kesäyliopistot ja Oppimaa-yritys. Kouluttajien pätevyys on kuvattu, ja se voidaan osoittaa. Lyhytterapiainstituutti ylläpitää rekisteriä pätevyityneistä menetelmän ohjaajista. Menetelmää voi toteuttaa myös ilman pätevyyttä.

Toteutustavat: Muksuoppi on ohjelma, joka koostuu 15 perättäisestä askeleesta:

1. Haasteen tunnistaminen – mikä arjessa tuottaa vaikeutta?
2. Haasteen muuntaminen taidoksi – mitä taitoa tarvitaan?
3. Taidon nimeäminen – lapselle ymmärrettävä nimi
4. Taidon merkityksen avaaminen – miksi taito on hyödyllinen?
5. Lapsen motivoiminen – kiinnostuksen ja halun vahvistaminen
6. Tukijoukon kokoaminen – ketkä auttavat lasta?
7. Tuen sopiminen – miten aikuiset ja muut tukevat?
8. Luottamuksen vahvistaminen – usko onnistumiseen
9. Harjoittelun suunnittelu – miten ja missä taitoa harjoitellaan?
10. Muistikeinojen luominen – mikä auttaa muistamaan taidon?
11. Harjoittelu arjessa – konkreettinen tekeminen
12. Onnistumisten huomaaminen – pienetkin edistysaskeleet
13. Juhlistaminen/palkitseminen – onnistumisten vahvistaminen
14. Taidon jakaminen muille – opettaminen tai näyttäminen
15. Seuraavan taidon siirtäminen – jatkuvuus oppimisessa

Ohjelma suositellaan ensimmäisellä kerralla toteutettavan systemaattisesti askel askeleelta, mutta kun Muksuopin askeleet ovat tulleet tutuiksi, voi toteutusta alkaa soveltaa. Menetelmää voidaan toteuttaa ryhmissä ja yksilöllisesti ja sen käyttöön voivat osallistua ammattilaiset tai vanhemmat. Menetelmän kestoa ei ole tarkkaan määritetty, vaan se etenee yksilöllisesti. Toteutus kestää tyypillisesti muutamasta viikosta muutamaa kuukauteen. Menetelmää käytettäessä ollaan läsnä ja vuorovaikutuksessa lapsen kanssa varhaiskasvatuksessa, koulussa, sosiaali- ja terveydenhuollossa tai kotona. Parhaimmillaan koko lapsen lähiympäristö (esim. varhaiskasvatuksen tiimi ja vanhemmat) toimivat johdonmukaisesti ja noudattavat Muksuopin periaatteita, vaikka vastuuhenkilönä on menetelmään kouluttautunut henkilö. Menetelmän ideana on tukea ja edistää lapsen taitojen kehitystä arkisissa tilanteissa lapsen ollessa aktiivinen toimija. Harjoittelu on päivittäistä tai usein toistuvaa eikä erillisiä harjoitustapaamisia tarvita. Muksuopin työskentelyhetket ovat yleensä lyhyitä ja voivat sijoittua esimerkiksi leikkihetkiin ja siirtymiin. Harjoittelun tuloksia arvioidaan osana arjen sujumista. Toteutusta ohjaa Muksuopin käsikirja, Muksuopin pohjalta luotu tekoälysovellus tai vanhempien tueksi ladattavissa oleva sovellus. Arjen tilanteet ja välineet (leikki, kannustus, muistuttaminen) sekä menetelmän tarjoamat kuvat, lomakkeet ja tehtävät tukevat toteutusta.

Keinot: Muksuopissa käytetään leikkimielisiä harjoituksia opeteltavien taitojen edistämiseksi. Taidot nimetään lapsen tasoisesti. Ohjelma sisältää keskustelua ja yhdessä sopimista, roolileikkejä, symbolisia harjoituksia, tarinoita, kehuja, taitojen esittelyä ja juhlistamista. Konkreettiset materiaalit, kuten kortit ja kuvat, tukevat toteutusta.

Kustannukset: Kustannukset syntyvät mahdollisesta koulutuksesta, hankituista materiaaleista ja aikaresurssista.

Opas toteuttajille: Menetelmän toteuttajille sekä menetelmästä tehdyille eri sovelluksille on omat käsikirjansa. Muksuopilla on myös verkkosivusto, ja siitä on tuotettu runsaasti kirjallisuutta. Käsikirja toimii sekä oppikirjana että opetusmateriaalina ja ideapankkina. Se antaa rungon toteutukselle ja erilaisia esimerkkejä toteutuksen tueksi. Muksuopin käsikirja on saatavilla useilla eri kielillä (suomen ja pohjoismaisten kielten lisäksi kiina, japani, arabia, ranska, saksa, tšekki, romanian, venäjä ja espanja), ja se on kansainvälisesti levittäytynyt Pohjoismaihin ja muualle Pohjois-Eurooppaan. Käytön tueksi on saatavilla myös mobiiliapplikaatio, joka on tarkoitettu ratkaisukeskeiseksi taskuoppaaksi toteuttajille. Se sisältää ydinelementtien kuvauksen (askeleet) ja näihin liittyviä harjoitusideoita.

Materiaalit menetelmän saajille: Materiaaleina lapsille ja nuorille on Muksuoppi-vihko, taitotaulu, julisteet, voimaolentojen kuvat ja kannustajalistat. Materiaalit ovat saatavilla useilla eri kielillä.

Tuki ja ohjaus: Menetelmän kotipesä tarjoaa materiaaleja, koulutusta ja yhteisöllistä tukea. Koulutetut ohjaajat saavat tukea myös toisiltaan toteuttaessaan menetelmää yhteisöllisesti tai yhdessä. Menetelmän kotipesä järjestää työnohjausta ja tarjoaa tukea sähköpostitse. Varsinaisia koulutuksen jälkeisiä vahvistusjaksoja tai vastaavia säännönmukaisia tukitoimia ei järjestetä.

Seuranta ja toistotarkkuuden varmentaminen: Muksuopissa on rakenteellisia elementtejä, jotka toimivat osaltaan toistotarkkuuden varmistajina. Nämä eivät kuitenkaan ole varsinaisia arviointityökaluja tai tarkistuslistoja, vaan esimerkiksi onnistumispäiväkirja, minkä avulla voidaan seurata toteutuneita harjoituksia. Myös kannustajien rooli on seurata edistymistä ja kommentoida sitä. Kotipesä ei kerää näitä tietoja, vaan menetelmäuskollisuus jää toteuttajan vastuulle.

Tutkimuskysymys

Tässä systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa arvioidaan Muksuopin vaikuttavuutta tutkimuskirjallisuuden perusteella. Katsaus vastaa seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

- Miten tarkasti Muksuoppi on kuvattu?
- Onko Suomessa käytössä olevalla Muksuopilla tutkimusnäyttöön perustuvaa vaikuttavuutta 4–15-vuotiaiden lasten itsesäätelyn ja sosiaalisten taitojen kehittämiseen?

Aineisto ja tutkimusmenetelmät

Kirjallisuushaku tehtiin systemaattisena hakuna 12.11.2025 seuraaviin viitetietokantoihin: MEDLINE, APA PsycInfo, CINAHL, ERIC, Scopus ja *Web of Science*. Lisäksi suomenkielisiä tutkimuksia haettiin Finna.fi-hakupalvelusta. Hakustrategian muodostamisessa käytettiin populaatio, konsepti ja konteksti (PCC) -strategiaa (Peters ym., 2020), josta konteksti jätettiin pois hakutulosten liiallisen rajaamisen välttämiseksi. PCC-lähestymistapa valittiin, koska haulla kartoitettiin Muksuoppia koskeva tutkimuskirjallisuus. Hakua ohjasi kysymys: Mitä tutkimusta Muksuopista on tehty? Erityisesti haettiin vaikuttavuustutkimuksia, joiden metodologista luotettavuutta arvioitiin ja joiden perusteella määritetään arvio menetelmän vaikuttavuudesta. Kustannusvaikuttavuutta ja implementointia käsittelevät tutkimukset annetaan tiedoksi kirjallisuuskatsauksen pohdintaosuudessa.

Hakusanat muodostettiin PCC-strategian mukaisesti käyttämällä kahta PCC:n osa-aluetta (P + C).

P = leikki-ikäiset, alakouluikäiset, nuoret

C = Muksuoppi, Kids'Skills

Haun kohteena olivat ensisijaisesti vaikuttavuustutkimukset, joiden tuloksissa on raportoitu menetelmän tavoitteisiin liittyviä muuttujia. Vaikuttavuustutkimukset raportoidaan tuloksissa PICO-lausekkeen avulla. Hakustrategia on nähtävissä liitteessä 1.

Otsikot ja tiivistelmät kävi läpi yksi tutkijataustainen asiantuntija, joka konsultoi epäselvissä tilanteissa toista asiantuntijaa. Kaksi tutkijataustaista asiantuntijaa kävi viitteet läpi kokonaisuudessaan. Haun teki E2 Tutkimus -tutkimuslaitos. Tutkimukset valittiin ennalta määritettyjen mukaanotto- ja poissulkukriteerien perusteella.

Mukaanottokriteerit tutkimuksille

- Tutkimuksen kohderyhmä on tutkimuskysymyksen mukainen.
- Menetelmän vaikuttavuutta on tutkittu Maailmanpankin maaluokituksen mukaisessa korkean tulotason maassa.
- Menetelmän implementointia on tutkittu Pohjoismaissa ja kustannusvaikuttavuutta Suomessa.
- Tutkimus on vertaisarvioitu alkuperäistutkimus tai niistä koostuva systemaattinen kirjallisuuskatsaus tai meta-analyysi.

Poissulkukriteerit tutkimuksille

- Tutkimuksen kohderyhmä ei ole tutkimuskysymyksen mukainen.
- Vaikuttavuustutkimus on tehty Maailmanpankin maaluokituksen mukaisessa matalan tulotason tai keskitulotason maassa.
- Menetelmän implementointia on tutkittu Pohjoismaiden ja kustannusvaikuttavuutta Suomen ulkopuolella.
- Tutkimus on vertaisarvioimaton. Ulkopuolelle jätetään myös pääkirjoitukset ja kommentaarit.

Menetelmäkuvauksen arviointi

Vaikuttavuuden arvioimiseksi menetelmän on oltava riittävän hyvin kuvattu, jotta voidaan varmistaa, että tutkimuksissa käytetty menetelmä vastaa kotipesän kuvausta menetelmästä. Menetelmäkuvauksen arvioitiin osana tätä katsausta. Lähteinä arvioinnissa käytettiin johdannossa esiteltyjä menetelmäkuvauksen osa-alueita, jotka on raportoitu kotipesän toimittamien kirjallisten materiaalien pohjalta.

Vaikuttavuusnäytön arviointi

Vaikuttavuuden osoittamiseksi tarvitaan tutkimusasetelma, jossa koeryhmän muutoksia verrataan vertailuryhmään. Vertailuryhmälle voidaan antaa esimerkiksi psykoedukaatiota tai toteuttaa toinen vaikuttavaksi todettu menetelmä, jolla on sama tavoite kuin arvioitavalla menetelmällä. Vaihtoehtoisesti vertailuryhmänä voi toimia kontrolliryhmä, joka voi saada tavanomaista hoitoa (*treatment as usual*) tai odottaa palvelun alkamista jonotuslistalla.

Vaikuttavuustutkimusten luotettavuutta arvioitiin lomakkeen avulla (Merikukka ym., 2025, s. 51) asteikolla, joka ulottui heikosta erittäin hyvään (1–4 p.). Arvioitavana oli viisi osa-aluetta: mittaaminen, tilastoanalyysit, harhattomuus, toistotarkkuus sekä yleistettävyyys. Kaksi kirjoittajaa pisteytti osa-

alueet itsenäisesti siten, että yksi piste tarkoitti heikkoa, kaksi pistettä tyydyttävää, kolme hyvää ja neljä erittäin hyvää. Mikäli osa-aluetta ei ollut raportoitu tai tutkittu, annettiin nolla pistettä. Lopulliset pisteet annettiin keskustelujen jälkeen yhdessä.

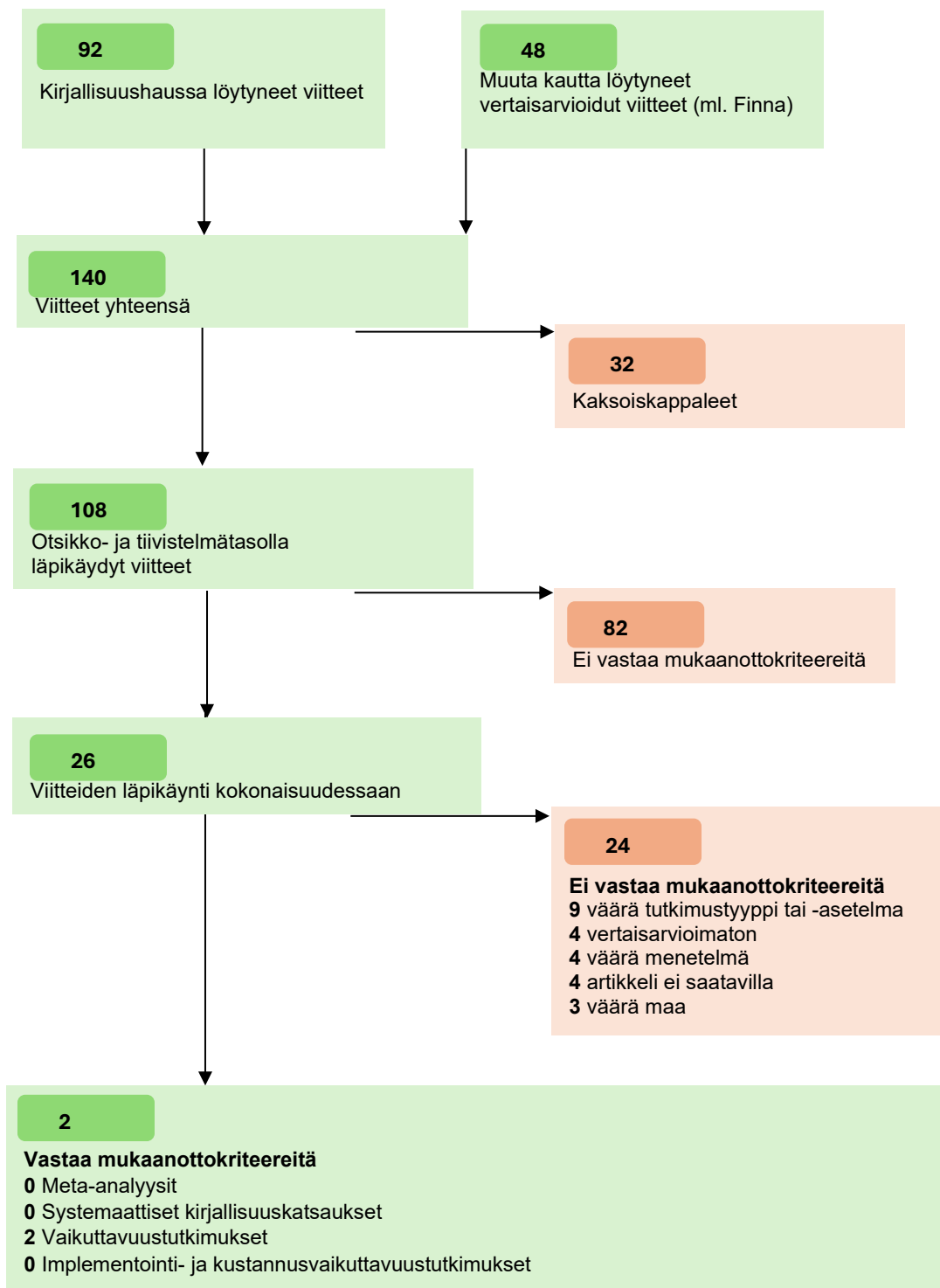
Tilastollisesti merkitsevien tulosten ryhmien väliset efektikoot yli ajan ja niiden 95 prosentin luottamusvälit laskettiin artikkeleiden lukujen perusteella, mikäli niitä ei ollut raportoitu. Laskemiseen käytettiin Campbell Collaboration -tutkimusverkoston laskuria (Wilson, 2023). Cohenin d -efektikoon ohjeelliset tulkintasäännöt ovat seuraavat: d on pieni, kun d on pieni, kun $d = |0,20-0,49|$; keski-suuri, kun $d = |0,50-0,79|$ ja suuri, kun $d \geq |0,80|$ (Cohen, 1988).

Haku keskeisiin kansainvälisiin menetelmätietokantoihin

Kirjallisuushaun lisäksi tehtiin haku keskeisiin psykososiaalisten menetelmien vaikuttavuutta arvioiviin menetelmätietokantoihin. Haetut tietokannat olivat ruotsalainen *Statens beredning för medicinsk och social utvärdering* (SBU, 24.10.2025), norjalainen *Ungsinn* (24.10.2025) ja isobritannialainen *Foundations Guidebook* (24.10.2025) sekä yhdysvaltalaiset *Blueprints for Healthy Youth Development* (24.10.2025) ja *California Evidence-Based Clearinghouse for Child Welfare* (CEBC, 24.10.2025). Menetelmää ei ollut arvioitu missään edellä mainituista tietokannoista.

Tulokset

Hakustrategialla löydettiin yhteensä 92 viitettä. Finna.fi-hakupalvelun ja muiden lähteiden kautta löytyneitä vertaisarvioituja viitteitä oli 48. Kaksoiskappaleita oli 32. Otsikot ja tiivistelmät käytiin läpi 108 viitteestä, joista 26 arvioitiin olennaisiksi. Niistä 24 viitettä suljettiin pois artikkelin lukemisen jälkeen. Lopulta mukaan otettiin 2 tutkimusta, joista kumpikin vaikutti arvioon menetelmän vaikuttavuudesta. Haun eteneminen on kuvattu vuokaaviossa kuviossa 1.



Kuvio 1. Vuokaavio Muksuopin systemaattisen kirjallisuushaun viitteiden valinnasta.

Menetelmäkuvauksen arvio

Menetelmäkuvauksen osa-alueet on raportoitu johdannossa. Niiden tarkkuus on arvioitu Kasvun tuen kriteerien mukaisesti. Arviot esitetään taulukossa 1.

Menetelmä on pääosin kuvattu riittävästi. Menetelmän rikkautena ja haasteena voidaan pitää sen laajaa soveltamismahdollisuutta, mikä vaikuttaa osin kuvauksen ”laveuteen”. Menetelmällä on monipuoliset materiaalit, ja käyttäjillä on tukenaan käyttäjien muodostaman verkoston tuki. Toistotarkkuuden varmistamiseksi ei ole erillistä tarkistuslistaa tai vastaavaa, mutta menetelmän elementeissä on käyttäjille tarkoitettuja toistotarkkuuden varmistamiseen liittyviä materiaaleja kuten onnistumispäiväkirja, jonka avulla voi seurata toteutusta. Menetelmän kustannusten kuvaus jää ohueksi.

Taulukko 1. Muksuopin menetelmäkuvauksen arvio.

Menetelmäkuvauksen osa-alue	Ei olennainen	Ei kuvattu	Kuvattu, mutta ei riittävästi	Kuvattu riittävästi
Keskeinen sisältö				
Kohderyhmä	☐	☐	☐	☒
Ilmiö	☐	☐	☐	☒
Tavoitteet ja vastemuuttajat	☐	☐	☐	☒
Teoriaperusta	☐	☐	☐	☒
Ydinelementit ja joustavuus	☐	☐	☐	☒
Menetelmän muokkaus	☐	☐	☐	☒
Käyttö ja koulutus				
Toteuttajat	☐	☐	☐	☒
Koulutus ja pätevytyminen	☐	☐	☐	☒
Toteutustavat	☐	☐	☒	☐
Keinot	☐	☐	☐	☒
Kustannukset	☐	☐	☒	☐
Materiaalit ja tuki				
Opas toteuttajille	☐	☐	☐	☒
Materiaalit menetelmän saajille	☐	☐	☐	☒
Tuki ja ohjaus	☐	☐	☐	☒
Seuranta ja toistotarkkuuden varmentaminen	☐	☐	☒	☐

Vaikuttavuusnäyttö

Seuraavaksi tiivistetään kirjallisuushaussa löytyneet tutkimukset, joiden avulla muodostetaan menetelmän vaikuttavuusarvio. Näiden tutkimusten PICO-lausekkeet on esitetty taulukossa 2. Taulukossa kuvataan arvioitavan menetelmän ja siitä tehtyjen vaikuttavuustutkimusten kohderyhmä (*population*, P), menetelmän ja sen kuvauksen ero johdannossa kuvattuun menetelmäkuvaukseen (*intervention*, I), vertailumenetelmä (*comparison*, C), vastemuuttajat (*outcome*, O), aika ja paikka sekä tutkimusasetelma. Taulukon tavoite on esittää se, mitä vaikuttavuusnäyttöä menetelmästä on vastauksena tutkimuskysymykseen, joka on myös muotoiltu taulukkoon PICO-lausekkeeksi. Taulukon tavoitteena on tehdä näkyväksi myös menetelmän ja vertailumenetelmän välinen ero tutkimuksittain. Vertailuryhmällisten vaikuttavuustutkimusten tulokset on esitetty taulukossa 3. Tutkimusten luotettavuuden arviointi on esitetty taulukossa 4. Itse tutkimukset on tiivistetty liitteessä 2.

Taulukko 2. Muksuopin vaikuttavuustutkimukset.

Kohderyhmä (P)	Menetelmä (I + C)	Vastemuuttajat (O)	Aika ja paikka
Tutkimuskysymykseen perustuva PICO-lauseke			
4–15-vuotiaat lapset, joilla on haasteita itsesäätelystä ja sosiaalisissa taidoissa	Muksuoppi, joka on kuvattu johdannossa. <u>Vertailumenetelmä:</u> Varhaiskasvatuksen tai koulun tavanomainen toiminta	<u>Päävastemuuttajat:</u> - Itsesäätelystaidot - Sosiaaliset taidot	2020-luvun Suomi <u>Toteutuspaikka:</u> Varhaiskasvatus, koulu, sosiaali- ja terveydenhuolto, koti
Kvasikokeelliset vertailututkimukset			
Hautakangas ym., 2022a			
4–7-vuotiaat lapset, joilla on opettajien arvioiden mukaan heikot itsesäätelystaidot (N = 43) 28 lasta koeryhmässä 15 lasta kontrolliryhmässä	Kids’Skills (Muksuoppi) <u>Vertailumenetelmä:</u> Tavanomainen varhaiskasvatuksessa tarjottava kolmiportainen tuki	<u>Päävastemuuttajat:</u> - Käyttäytymisen itsesäätely (HTKS-tehtävä) - Opettajien ja huoltajien arviot itsesäätelystä ja sosiaalisista taidoista (CBRS) <u>Toissijaiset vastemuuttajat:</u> - Opettajan sitoutuminen ja vuorovaikutustyyli (AES)	Suomi. Opettajien kouluttaminen 8/2017. Intervention toteuttaminen 9–11/2017 <u>Toteutuspaikka:</u> Varhaiskasvatus <u>Mittaukset:</u> - Alkumittaus - Loppumittaus - Seurantamittaus 5 kk intervention päättymisen jälkeen
Kitta ym., 2021			
11–15-vuotiaat nuoret, joilla on havaittu merkittäviä käyttäytymisen haasteita (N = 26) 15 nuorta koeryhmässä 11 nuorta kontrolliryhmässä	Ich schaff’s (Muksuoppi) Menetelmä on mukautettu Muksuopista nuorten kanssa työskentelyyn (Bauer & Hegemann, 2008). Muksuopin periaatteiden mukaisesti menetelmää voidaan soveltaa joustavasti. Nuorille tehdyssä versiossa 15 askelta on ryhmitelty viiteen vaiheeseen. <u>Vertailumenetelmä:</u> Koulun tavanomainen tuki. Tyypillisiä keinoja olivat yksilökeskustelut, kurinpitotoimet (esim. lisätehtävät, retkikielto), mediatiiviset tapaukset ja ”Coolness-Training”-ohjelma (Krüger, 2018).	<u>Päävastemuuttajat:</u> - Käyttäytymisen haasteet - Osallistujien täyttämä voimavarakysely, FRKJ 8–16 - Osallistujien täyttämä älykkyystesti, CFT 20-R	Saksa, ajasta ei tietoa <u>Toteutuspaikka:</u> Koulu <u>Mittaukset:</u> - Alkumittaus (4 vk) - Välimittaus (8 vk) - Loppumittaus (12 vk)

PICO-lausekkeen mukaiset kohdat: **P** (*population*), **I** (*intervention*), **C** (*comparison*) ja **O** (*outcome*) (Davies, 2011).

AES: Adult Engagement Scale; **CBRS:** Children Behavior Rating Scale; **CFT 20-R:** Culture Fair Intelligence Test; **FRKJ 8–16:**

Fragebogen zu Ressourcen im Kin des- und Jugendalter FRKJ 8–16; **HTKS:** Head–Toes–Knees–Shoulders test.

Taulukko 3. Muksuopin vaikuttavuustutkimusten tulokset – ryhmien väliset efektikoot vertailuajankohdten välillä ja efektikokojen luottamusvälit.

Vastemuuttaja (mittari)	Vertailuajankohdat	p-arvo	Ryhmien välinen efektikoko	Efektikoon 95 %:n luottamusväli
Hautakangas ym., 2022a			<i>d</i>	
Itsesäätely (HTKS)	Alkumittaus vs loppumittaus	Ei raportoitu	0,62*	0,18–1,43*
Itsesäätely ja sosiaaliset taidot (CBRS, opettajien ja huoltajien arvioimana)	Alkumittaus vs loppumittaus	Ei raportoitu	0,44*	-0,34–1,23*
	Alkumittaus vs seurantamittaus	Ei raportoitu	0,45*	-0,34–1,23*
Kitta ym., 2021			<i>d</i>	
Empatia (FRKJ 8–16)	Alkumittaus vs välimittaus	Ei raportoitu	0,39*	-0,4–1,21*
	Alkumittaus vs loppumittaus	Ei raportoitu	1,00*	0,06–1,93*
Itseluottamus (FRKJ 8–16)	Alkumittaus vs välimittaus	Ei raportoitu	0,49*	-0,36–1,33*
	Alkumittaus vs loppumittaus	Ei raportoitu	1,08*	0,12–2,03*
Itsetunto (FRKJ 8–16)	Alkumittaus vs välimittaus	Ei raportoitu	0,02*	-0,79–0,83*
	Alkumittaus vs loppumittaus	Ei raportoitu	0,70*	-0,17–1,57*
Itsesäätely (FRKJ 8–16)	Alkumittaus vs välimittaus	Ei raportoitu	0,04*	-0,77–0,86*
	Alkumittaus vs loppumittaus	Ei raportoitu	0,48*	-0,36–1,33*

*Ei raportoitu. Laskettu artikkelin tietojen perusteella.

FRKJ 8–16: Fragebogen zu Ressourcen im Kindes- und Jugendalter FRKJ 8–16; **HTKS:** Head–Toes–Knees–Shoulders test.

Taulukko 4. Muksuopin vaikuttavuustutkimusten luotettavuus.

Vaikuttavuustutkimuksen arvioitava luotettavuuden osa-alue						
Tutkimus	Mittaaminen	Tilastoanalyysit	Harhattomuus	Toistotarkkuus	Yleistettävyyt	Keskiarvo
Kvasikokeellinen vertailututkimus						
Hautakangas ym., 2022a	3 p.	1 p.	2,5 p.	3 p.	2 p.	2,3 p.
Kitta ym., 2021	3 p.	3 p.	2 p.	2 p.	2 p.	2,4 p.

p. = pistettä. 0 p. = ei raportoitu tai tutkittu, 1 p. = heikko, 2 p. = tyydyttävä, 3 p. = hyvä, 4 p. = erittäin hyvä. Jos osa-alue ei ole raportoitu tai tutkittu, annetaan nolla pistettä.

Mittaaminen

Mittaamisen näkökulmasta molemmat arvioidut artikkelit (Hautakangas ym., 2022a; Kitta ym., 2021) olivat pääosin luotettavia. Niissä käytettiin validoituja mittareita tarkoituksenmukaisella tavalla. Hautakangaan ja kollegoiden (2022a) tutkimuksessa mittaamisen tulosten psykometriset ominaisuudet kuvattiin asianmukaisesti: reliabiliteettitiedot raportoitiin osittain, mittausajankohdat oli selkeästi strukturoitu ja käytössä oli sekä suoria käyttäytymismittauksia että usean informantin (opettajat, huoltajat) arvioita, mikä vahvisti tulosten luotettavuutta. Heikkouksina voidaan pitää pientä otoskokoja, opettaja-arvioihin liittyvää mahdollista arvioijaharhaa sekä sitä, että interventioon osallistuminen saattoi itsessään vaikuttaa arvioihin. Kitta kollegoineen (2021) puolestaan raportoi mittareiden sisäisen konsistenssin ja *test-retest*-luotettavuuden, mikä tuki mittauksen teknistä luotettavuutta. Tutkimus nojasi yksinomaan nuorten itsearvioihin, lyhyeen seurantajaksoon ja pieneen pilottiaineistoon, mikä lisäsi sosiaalisen toivottavuuden ja tilannetekijöiden aiheuttaman mittausvirheen riskiä ja heikensi päätelmien kestävyyttä.

Tilastanalyysit

Tilastanalyysit olivat Hautakankaan ja kollegoiden (2022a) tutkimuksessa asianmukaisia ja läpinäkyvästi raportoituja, joskin suppeita. Tutkimuksessa käytettiin toistettujen mittausten asetelmaan sopivia analyysejä (toistomittausten varianssianalyysi, parittaiset *t*-testit) ja pienen otoskoon vuoksi tuloksia tarkistettiin ei-parametrisilla testeillä, mikä osoitti menetelmällistä huolellisuutta. Efektien tarkastelu pohjautui pääosin merkitsevyystesteihin; efektikokojen systemaattinen raportointi olisi vahvistanut tulkintaa. Ryhmäkoot olivat pienet ja epätasaiset, mikä heikensi tilastollista voimaa ja altisti tulokset satunnaisvaihtelulle. Koeryhmästä vertailuryhmään siirtyneitä tai tutkimuksen keskeyttäneitä ei raportoitu. Kokonaisuutena analyysit tukivat tutkimuskysymyksiä, mutta johtopäätöksiä tulee tulkita varovaisesti otoskoon ja testausasetelman rajoitteet huomioiden. Kittan ja kollegoiden (2021) tutkimuksessa tilastanalyysit olivat pilottitutkimukselle sopivia ja varovaisesti valittuja. Pienen ja vinosti jakautuneen aineiston vuoksi käytettiin parametritonta Mann–Whitney-U-testiä ryhmien välisiin vertailuihin. Merkitsevyystasoa korjattiin Bonferroni-menetelmällä useiden testien vuoksi, mikä laski tilastollista voimaa.

Harhattomuus

Hautakankaan ja kollegoiden (2022a) tutkimus oli kohtuullisen huolellisesti toteutettu, mutta siihen liittyi useita rakenteellisia harhan lähteitä. Otos muodostui opettajien tunnistamista lapsista, joilla oli heikot itsesäätelytaidot, mikä altisti tutkimuksen valikoitumisharhalle ja heikensi satunnaistamisen astetta. Lisäksi opettajat toimivat sekä intervention toteuttajina että osin arvioijina, mikä lisäsi odotus- ja havaitisijaharhan riskiä intervention hyväksi. Tutkijan vahva läsnäolo (havainnointi, videointi, ohjaus intervention aikana) saattoi vaikuttaa erityisesti opettajien toimintaan. Myönteistä harhattomuuden kannalta oli kontrolliryhmä, useiden mittausajankohtien hyödyntäminen sekä se, että artikkelissa tunnistettiin avoimesti keskeiset rajoitteet ja arvioijaharhan mahdollisuus. Kittan ja kollegoiden (2021) tutkimuksessa harhattomuuden kannalta tutkimuksen keskeinen haavoittuvuus liittyi pilottiasetelmaan ja itsearviointiin. Kaikki keskeiset vastemuuttujamittarit perustuivat nuorten omiin arvioihin, mikä altistaa sosiaalisen suotavuuden harhalle, erityisesti silloin, kun interventio on intensiivinen ja tutkittavat tietävät olevansa intervention kohteena. Satunnaisjako koe- ja vertailuryhmään sekä ryhmien lähtötason vertailu lievensivät osaa systemaattisesta vinoumasta. Artikkelissa tunnistettiin harhariskit, mikä paransi raportoinnin läpinäkyvyyttä. Kokonaisuutena tutkimus oli harhalle altis.

Toistotarkkuus

Toistotarkkuus toteutui Hautakankaan ja kollegoiden (2022a) tutkimuksessa hyvin. Opettajat koulutettiin Muksuoppiin, ja he toteuttivat toiminnassaan Muksuoppiin kuuluvaa 15 askeleen mallia. Toistotarkkuutta heikensi menetelmän toteutuksen joustavuus: opettajilla oli autonomia soveltaa ohjelmaa eri tavoin eri lapsille, eikä menetelmään kuulu erillisiä tarkistuslistoja. Kittan ja kollegoiden (2021) tutkimuksessa noudatettiin nuorille kehitettyä rakennetta, jossa 15 askelta on ryhmitelty viideksi temaattiseksi vaiheeksi. Artikkelissa ei raportoitu, saiko koulun henkilökunta koulutusta menetelmään tai miten menetelmäuskollisuutta seurattiin.

Yleistettävyyys

Yleistettävyyden näkökulmasta Hautakankaan ja kollegoiden (2022a) tutkimuksen tulokset olivat rajallisesti siirrettävissä muihin toimintaympäristöihin. Otos oli pieni ja koostui kahden suomalaisen päiväkodin lapsista, jotka opettajat olivat tunnistaneet itsesäätelyn osalta erityistä tukea tarvitseviksi. Interventio toteutettiin arjen pedagogisissa tilanteissa ja suomalaisessa varhaiskasvatuksessa, mikä tukee tulosten yleistettävyyttä samankaltaisiin toimintaympäristöihin Suomessa ja mahdollisesti muissa Pohjoismaissa. Sen sijaan tulosten yleistämisessä eri ikäryhmiin, erityyppisiin pedagogisiin järjestelmiin tai kulttuurisesti merkittävästi poikkeaviin ympäristöihin tulee olla varovainen. Kirjoittajat

tunnistivat otoskoon ja kontekstisidonnaisuuden rajoitukset, mikä tuki tulosten maltillista tulkintaa. Kittan ja kollegoiden (2021) artikkelin yleistettävyyks oli melko heikko. Tutkimus kohdistui pieneen, valikoituneeseen joukkoon saksalaisen koulun nuoria, joilla oli tunnistettuja koulunkäyntiin ja elämäntilanteeseen liittyviä riskitekijöitä. Tulokset ovat siten parhaiten yleistettävissä vastaavaan koulumuotoon, ikäryhmään ja koulusosiaalisuuden kontekstiin, jossa kohderyhmällä on samankaltaisia kuormitustekijöitä. Menetelmän joustavuus sekä resurssi- ja voimavaralähtöinen luonne tukivat periaatteellista siirrettävyyttä muihin toimintaympäristöihin, mutta empiirinen näyttö yleistettävyyden tueksi oli toistaiseksi heikko. Lyhyt seuranta-aika ja yksittäinen tutkimusympäristö rajoittavat mahdollisuuksia tehdä laajempia johtopäätöksiä menetelmän vaikuttavuudesta eri toimintaympäristöissä tai pidemmällä aikavälillä.

Vaikuttavuusnäytön yhteenveto

Molemmat kvasikokeelliset vertailututkimukset (Hautakangas ym., 2022a; Kitta ym., 2021) tuottivat myönteistä, mutta rajallista vaikuttavuusnäyttöä Muksuoppi-menetelmästä tutkimuskysymystensä mukaisissa vastemuuttujissa. Hautakankaan ja kollegojen (2022a) tutkimus osoitti, että opettajien ja huoltajien arvioimana koe- ja kontrolliryhmän välillä oli eroja siinä, miten lasten itsesäätely muuttui alkumittauksesta ja loppumittaukseen. Tutkimuksessa ei raportoitu ryhmien välisiä efektikokoja eikä niiden luottamusvälejä, joten vaikuttavuuden suuruus jäi määrällisesti epätarkaksi, vaikka suunta ja yhdenmukaisuus eri mittareilla tukivat vaikutusta. Kittan ja kollegojen (2021) tutkimuksessa koeryhmän nuoret osoittivat loppumittauksen itsearvioinnissa kehitystä empatiassa, itseluottamuksessa ja itsetunnossa verrattuna vertailuryhmään. Itsesäätelyssä havaittiin lievää paranemista interventioryhmässä, mutta ero ei ollut tilastollisesti merkitsevää. Kolmen kuukauden pilottitutkimuksen tulokset osoittivat, että Muksuoppi-menetelmällä oli tilastollisesti merkittävä vaikutus nuorten voimavaroihin. Interventioryhmän nuoret kokivat itsensä empaattisemmiksi, ja heillä oli parempi itseluottamus ja itsetunto verrattuna kontrolliryhmään.

Pohdinta

Vaikuttavuusarvio

Tässä systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa arvioitiin Muksuoppi-menetelmän vaikuttavuutta. Tutkimuskysymyksiin pyrittiin vastaamaan hakemalla tutkimuskirjallisuus systemaattisesti sekä arvioimalla kirjallisuus ja menetelmäkuvaus huolellisesti. Kirjallisuushaussa löydettiin yksi suomalainen kvasikokeellinen vertailututkimus (Hautakangas ym., 2022a) ja yksi saksalainen kvasikokeellinen vertailututkimus (Kitta ym., 2021). Tutkimusten tulokset viittaavat siihen, että Muksuoppi-menetelmällä on vaikuttavuutta 4–15-vuotiaiden lasten itsesäätelyyn ja sosiaalisiin taitoihin varhaiskasvatuksessa ja koulussa. Efektikoot olivat pääosin pieniä. Tutkimusten luotettavuus vaihteli tyydyttävän ja hyvän välillä. Vaikuttavuusnäyttöä tukee se, että arvion perusteella menetelmä on pääasiassa kuvattu riittävän tarkasti kirjallisissa materiaaleissa. Vaikuttavuusarvio asettuu näin ollen tasolle 3/5. Menetelmä ei yllä tasolle 4/5 tutkimusaineistojen pienen koon ja valikoituneisuuden sekä epävarmojen efektikokojen vuoksi. Lisätietoja vaikuttavuusarvion tasojen perusteista on liitteessä 2.

Johtopäätöksenä voidaan todeta, että Muksuoppi osoittautui helposti arjen tilanteisiin sovellettavaksi menetelmäksi lasten itsesäätelyn ja sosiaalisten taitojen vahvistamiseen. Menetelmä tuotti lupaavia tuloksia itsesäätelyn ja sosiaalisten taitojen vahvistamisesta ja vaikutusten pysymisestä ajan yli. Menetelmän toimivuudelle keskeistä oli opettajien vahva sitoutuminen, sensitiivinen vuorovaikutus ja taitojen toistuva harjoittelu arjen eri tilanteissa. Tutkimus antaa lupaavia viitteitä siitä, että itsesäätelyä

ja sosiaalisia taitoja voidaan tukea käyttämällä systemaattisesti Muksuoppi-menetelmää ilman raskaita tai monimutkaisia interventioita.

Myös muissa kuin edellä kuvatuissa tutkimuksissa on havaittu Muksuoppi-menetelmän hyödyllisyys lasten itsesäätelyn, sosioemotionaalisten taitojen, minäpystyvyyden ja pedagogisten käytäntöjen näkökulmista (Hautakangas ym., 2021, 2022b; Lilleoja ym., 2019; Niu ym., 2022; Perband & Rogner, 2019). Näitä vaikuttavuusarviosta puuttuvia laadullisia sekä tapaustutkimuksia yhdistää Muksuopin menetelmäkuvausta mukaillen ratkaisukeskeinen perusajatus: lapsen ongelmat määritellään taidoiksi, joita ei ole vielä opittu ja joiden harjoittelussa voidaan hyödyntää lapsen vahvuuksia ja sosiaalista tukea. Hautakankaan ja kollegoiden (2021) tutkimus korostaa Muksuopin vaikuttavuuden rakentuvan vahvasti pedagogisesta toimintaympäristöstä, jossa lapsen osallisuus, taitojen harjoittelu arkitilanteissa sekä myönteinen suhtautuminen lapsen kehitykseen nähdään keskeisinä. Myös lapsille itselleen menetelmä on näyttäytynyt keinona vahvistaa osallisuutta. Nämä huomiot ovat hyvin linjassa menetelmän kuvauksessa esitettyjen ydinelementtien kanssa. Niun ja kumppanien (2022) tutkimus korostaa Kids'Skills-menetelmän yhteyttä toimijuuteen, sosiaaliseen tukeen ja kestäväan kasvuun sekä sen soveltuvuutta erilaisiin toimintaympäristöihin. Lilleojan ja kumppaneiden (2019) sekä Perbandin ja Rognerin (2019) tutkimuksissa havaittiin Kids'Skills-menetelmän myötä käyttäytymisen haasteiden lievittymistä sekä taitojen yleistymistä myös harjoittelutilanteiden ulkopuolelle. Samalla raportoitiin lasten lisääntyneestä motivaatiosta, itsevarmuudesta ja myönteisemmästä suhtautumisesta oppimiseen. Yhteenvetona nämäkin tutkimukset viittaavat siihen, että menetelmän keskeinen vahvuus on Muksuopin tavoitteen mukaisesti kyky siirtää huomio ongelmista oppimiseen ja vahvuuksiin. Vaikuttaa siltä, että Muksuopin toimivuus edellyttää sitoutumista ja pedagogista osaamista. Nämä tutkimukset löytyvät lähdeluettelosta kohdasta tiedoksi annettavat tutkimukset.

Vahvuudet ja rajoitukset

Tämä systemaattinen kirjallisuuskatsaus vahvistaa näkemystä Muksuoppi-menetelmän positiivisista vaikutuksista lasten itsesäätelyyn ja sosiaalisiin taitoihin. Vaikuttavuustutkimuksissa menetelmä on kuvattu siten, että sen voidaan katsoa vastaavan suomalaisessa toimintaympäristössä toteutettavaa ja Muksuopin käsikirjassa kuvattua menetelmää. Arvioitujen tutkimusten (Hautakangas ym., 2022a; Kitta ym., 2021) keskeisiä vahvuuksia ovat niiden kiinnittyminen aitoihin käytäntöihin, vakiintuneiden ja validoitujen mittareiden käyttö sekä selkeä interventiomallien kuvaus. Hautakangas kollegoineen (2022a) hyödyntää monimenetelmällistä asetelmaa (suorat mittaukset, opettaja- ja huoltaja-arviot, havainnointi), mikä vahvistaa sisäistä validiteettia ja ekologista uskottavuutta, kun taas Kitta kollegoineen (2021) raportoi analyysit ja mittareiden psykometriset ominaisuudet läpinäkyvästi ja käyttää satunnaistettua vertailuasetelmaa huolellisesti.

Molempia tutkimuksia rajoittavat pienet ja valikoituneet otoskoot, kontekstisidonnaisuus sekä Muksuoppi-menetelmän toteutuksen joustavuus, joka heikentää täsmällistä toistettavuutta ja yleistettävyyttä. Muksuopissa menetelmänä on samanaikaisesti rikkautena ja haasteena sen laaja sovellettavuus – samasta syystä vaikuttavuustutkimuksissa voi olla haastavaa yksiselitteisesti tunnistaa, mitkä yksittäiset elementit ovat tulosten kannalta keskeisimpiä. Lisäksi arviointiharhan riski on molemmissa olemassa (erityisesti itsearvioinnit ja toteuttajien tekemät arviot), ja seuranta-ajat ovat lyhyitä, mikä rajoittaa johtopäätöksiä vaikutusten pysyvyydestä.

Tämän katsauksen vahvuutena on sen systemaattinen toteutus. Koska menetelmällä on selkeä nimi sekä suomeksi että englanniksi, on haku voitu toteuttaa luotettavasti. Valikoituneet tutkimukset ovat kohtalaisen tuoreita ja toteutettu Suomessa ja Pohjois-Euroopassa. Vaikka kotipesä kuvaa mahdollisuuden soveltaa menetelmää laajasti, tämä arvio on kohdentunut menetelmäuskolliseen ja melko rajattuun toteutukseen soveltuville kohderyhmille.

Johtopäätökset ja jatkotutkimus

Arvioinnissa hyödynnetyt tutkimukset tukevat käsitystä Muksuopin vaikuttavuudesta. Muksuoppi on lupaava menetelmä, joka tukee myönteisesti lasten itsesäätelyn ja sosiaalisten taitojen kehittymistä. Tämä voi auttaa tunnistamaan negatiivisia kehityskulkuja ajoissa, tarkentamaan hypoteeseja ja mukauttamaan toimintaa. Tulokset rohkaisevat ottamaan Muksuoppi-menetelmän käyttöön erilaisissa lasten ja nuorten toimintaympäristöissä ja yhdistämään sen arviointiin perustuvaan käytäntöön. Menetelmä on laajasti sovellettavissa eri toimintaympäristöihin, ja sen käyttöönotto on käsikirjan ja materiaalien ansiosta helppoa. Lisäksi käyttöön on tarjolla koulutusta. Jatkossa menetelmän vaikuttavuutta olisi hyödyllistä tutkia laajemmilla aineistoilla ja verrokeilla sekä erilaisissa toimintaympäristöissä kuten lastensuojelun palveluissa ja nuorten asumisyksiköissä. Lisäksi jatkotutkimuksessa olisi hyödyllistä pyrkiä tarkentamaan, mitkä menetelmän ydinelementeistä ovat vaikuttavuuden kannalta ratkaisevimpia.

Kirjoittajat:

KT, VO, kehityspäällikkö Elina Weckström, SOS-Lapsikylä, Itä-Suomen yliopisto,
<https://orcid.org/0000-0002-6533-6491>

FL, kliininen opettaja, erikoistutkija Marjaana Raukola-Lindblom, Turun yliopisto
<https://orcid.org/0000-0002-7662-8959>

Sidonnaisuudet:

Ei sidonnaisuuksia. Kirjoittajat eivät käytä menetelmää.

Kiitokset:

Kiitos erityisasiantuntija Heidi Backmanille ja tiedeasiantuntija Marko Merikukalle arviointityön ohjaamisesta ja tukemisesta sekä käsikirjoituksen arvokkaista kommentteista.

Lähteet:

Vaikuttavuusarvioon vaikuttavat tutkimukset

Hautakangas, M., Kumpulainen, K. & Uusitalo, L. (2022a). Children developing self-regulation skills in a Kids'Skills intervention programme in Finnish Early Childhood Education and Care. *Early Child Development and Care*, 192(10), 1626–1642. <https://doi.org/10.1080/03004430.2021.1918125>

Kitta, P., Josupeit, C., Josupeit, J. & Köhler, D. (2021). „ich schaff's“: Pilot-Evaluation eines systemisch-integrativen Beratungsprogramms in der Schulsozialarbeit. *Familiendynamik*, 47(1), 32–43. <https://doi.org/10.21706/fd-47-1-32>

Tiedoksi annettavat tutkimukset

Hautakangas, M., Uusitalo, L. & Kumpulainen, K. (2021). Lapsen itsesääätelytaitojen tukeminen Muksuopin keinoin: Varhaiskasvatuksen ammattilaisten kertomuksia. *Journal of Early Childhood Education Research*, 10(2), 293–328. <http://hdl.handle.net/10138/331180>

Hautakangas, M., Uusitalo, L. & Kumpulainen, K. (2022b). How do children describe learning self-regulation skills in the Kids’Skills intervention? Teoksessa H. Harju-Luukkainen, N. Bahdanovich Hanssen & C. Sundqvist (toim.), *Special education in the early years: Perspectives on policy and practice in the Nordic countries* (s. 119–134). Springer. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:ju-202211175269>

Lilleoja, L., Tammemäe, T. & Jantson-Viljanen, K. (2019). The possibilities of using the Kids’Skills method in preventing behavioral problems of children with special needs. Teoksessa T. J. Karlovitz (toim.), *Theory and practice: Lifelong experiences* (s. 39–52). Sozial und Wirtschafts Forschungsgruppe.

Niu, S. J., Niemi, H. & Furman, B. (2022). Supporting K–12 students to learn social-emotional and self-management skills for their sustainable growth with the solution-focused Kids’Skills method. *Sustainability*, 14(13), 7947. <https://doi.org/10.3390/su14137947>

Perband, A. & Rogner, J. (2019). “Kids’Skills”: Implementation and evaluation of the systemic solution-focused program. Universität Osnabrück.

Muut lähteet

Blueprints for Healthy Youth Development. (2025). *Program Search*. Haettu 24.10.2025 osoitteesta <https://www.blueprintsprograms.org/program-search/>

Bentner, A. (2014). Muksuoppi tutkimuksen kohteena. Saksalaisia selvityksiä suomalaisesta lasten ongelmien ratkaisumenetelmästä.

California Evidence-Based Clearinghouse for Child Welfare. (2025). *Alphabetical List of Programs*. Haettu 24.10.2025 osoitteesta <https://www.cebc4cw.org/search/by-program-name/>

Cohen, J. (1988). Statistical power analyses for the behavioural sciences (2. painos). Lawrence Erlbaum Associates.

Cuijpers, P. (2016). Meta-analyses in mental health research. A practical guide. Vrije Universiteit Amsterdam.

Davies, K. S. (2011). Formulating the evidence based practice question: A review of the frameworks. *Evidence based library and information practice*, 6(2), 75–80. <https://doi.org/10.18438/B8WS5N>

Foundations Guidebook. (2025). *Guidebook*. Haettu 24.10.2025 osoitteesta <https://foundations.org.uk/toolkit/guidebook/>

Furman, B. (2016). Muksuopin lumous. Luova tapa auttaa lapsia voittamaan psyykkiset ongelmat. Lyhytterapiainstituutti.

- Furman, B. (2000). Muksuoppi -käsikirja. Lyhytterapiainstituutti.
- Kraemer, H. C. & Kupfer, D. J. (2006). Size of treatment effects and their importance to clinical research and practice. *Biological Psychiatry*, 59, 990–996.
<https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2005.09.014>
- Laupacis, A., Sackett, D. L. & Roberts, R. S. (1988). An assessment of clinically useful measures of the consequences of treatment. *The New England Journal of Medicine*, 318, 1728–1733.
<https://doi.org/10.1056/nejm198806303182605>
- Merikukka, M., Backman, H., Heikkilä, L. & Kurki, M. (2025). Lasten ja nuorten mielenterveyttä edistävien psykososiaalisten menetelmien vaikuttavuus – Opas näytön systemaattiseen arviointiin. Itlan oppaat ja käsikirjat 2025:1.
- Peters, M., Godfrey, C., McInerney, P., Munn, Z., Tricco, A. & Khalil, H. (2020). Scoping reviews (2020 version). Teoksessa E. Aromataris & Z. Munn (toim.), *Joanna Briggs Institute reviewer's manual, JBI*.
<https://doi.org/10.46658/JBIMES-20-12>.
- Statens beredning för medicinsk och social utvärdering. (2025). *Publications*. Haettu 24.10.2025 osoitteesta <https://www.sbu.se/en/publications2/>
- Ungsinn. (2025). *Tiltak*. Haettu 24.10.2025 osoitteesta <https://uit.no/ungsinn/tiltak>
- Wilson, D. B. (2023). Practical meta-analysis effect size calculator (Version 2023.11.27). Haettu osoitteesta <https://www.campbellcollaboration.org/calculator/>.

Liite 1. Hakustrategiat ja hakutulosten määrät viitetietokannoittain.

Haku tehtiin 12.11.2025.

Haun osa-alue	Hakulausekkeet	Hakutulosten määrä
MEDLINE & PsycInfo (Ovid)		
P	(child* OR children OR childhood OR preschool* OR "pre-school*" OR toddler* OR "early childhood" OR kindergarten* OR "school-age*" OR "school aged" OR "primary school*" OR "elementary school*" OR pupil* OR adolescent* OR youth OR teen* OR teenager* OR "young people" OR "young person*")	6 939 779
C	"muksuoppi" OR "Kids'Skills" OR "Kid* Skills"	29
P AND C		29
CINAHL & ERIC (EBSCO)		
P	(child* OR children OR childhood OR preschool* OR "pre-school*" OR toddler* OR "early childhood" OR kindergarten* OR "school-age*" OR "school aged" OR "primary school*" OR "elementary school*" OR pupil* OR adolescent* OR youth OR teen* OR teenager* OR "young people" OR "young person*")	1 810 966
C	"muksuoppi" OR "Kids'Skills" OR "Kid* Skills"	3
P AND C		3
Web of Science		
P	(child* OR children OR childhood OR preschool* OR "pre-school*" OR toddler* OR "early childhood" OR kindergarten* OR "school-age*" OR "school aged" OR "primary school*" OR "elementary school*" OR pupil* OR adolescent* OR youth OR teen* OR teenager* OR "young people" OR "young person*")	5 260 638
C	"muksuoppi" OR "Kids'Skills" OR "Kid* Skills"	8
P AND C		8
Scopus		
P	(child* OR children OR childhood OR preschool* OR "pre-school*" OR toddler* OR "early childhood" OR kindergarten* OR "school-age*" OR "school aged" OR "primary school*" OR "elementary school*" OR pupil* OR adolescent* OR youth OR teen* OR teenager* OR "young people" OR "young person*")	12 922 778
C	"muksuoppi" OR "Kids'Skills" OR "Kid* Skills"	52
P AND C		52
Finna		
C =	"muksuoppi" OR "Kids'Skills" OR "Kid* Skills"	65

Liite 2. Muksuopin vaikuttavuustutkimukset.

Kvasikokeelliset vertailututkimukset

Hautakangas ym., 2022a: Tutkimus toteutettiin Suomessa kontrolloituna kymmenen viikon kvasikokeellisena interventiotutkimuksena, jossa arvioitiin Kids'Skills (Muksuoppi) -menetelmän vaikutuksia 4–7-vuotiaiden lasten itsesääätelytaitoihin varhaiskasvatuksessa. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, voiko vahvuusperustainen ja ratkaisukeskeinen Muksuoppi-menetelmä parantaa lasten itsesääätelyä sekä millaiset opettajien toimintatavat tukevat taitojen kehittymistä. Interventio toteutettiin kahdessa päiväkodissa osana lasten päivittäistä toimintaa. Kaikilla tutkimukseen valituilla lapsilla oli opettajien arvioimia itsesäätelyn haasteita. Tutkimukseen osallistui yhteensä 43 lasta, joista 28 oli koeryhmässä ja 15 kontrolliryhmässä. Alkumittauksessa interventioryhmästä saatiin HTKS-testitulokset (*Head-Toes-Knees-Shoulders test*) 23 lapselta ja CBRS-arvioinnit (*Children Behavior Rating Scale*) 24 lapselta, kun taas kontrolliryhmässä vastaavat osallistujamäärät olivat kymmenen lasta kummankin mittarin osalta. Varsinaisia poissulkukriteereitä ei kuvattu, mutta kaikki lapset olivat yleisen, tehostetun tai erityisen tuen piirissä itsesääteltyyn liittyvien haasteiden vuoksi. Kontrolliryhmä sai tavanomaista varhaiskasvatuksessa tarjottavaa tukea.

Lasten itsesääätelyä mitattiin kahdella tavalla. HTKS-tehtävä arvioi itsesääätelyä, CBRS-kysely selvitti opettajien ja huoltajien arvioita lasten itsesäätelystä ja sosiaalisista taidoista. Kerättyä videoaineistoa analysoitiin AES-mittarilla (*Adult Engagement Scale*) opettajien sensitiivisyyden, stimuloinnin ja autonomian tukemisen näkökulmista. Aineisto analysoitiin toistettujen mittausten varianssianalyysillä, t-testeillä, epäparametrisilla testeillä ja laadullisella sisällönanalyysillä.

Tulokset osoittivat, että koeryhmän lasten itsesäätelytaidot kehittivät merkittävästi enemmän kuin kontrolliryhmän sekä HTKS- ($d = 0,62$; 95 % lv: 0,18–1,43) että CBRS-mittareilla ($d = 0,44$; 95 % lv: -0,34–1,23) mitattuna. Vaikutukset säilyivät CBRS-mittarin osalta myös viiden kuukauden seurannassa ($d = 0,45$; 95 %:n lv: -0,34–1,23). HTKS-mittarin osalta viiden kuukauden seurantatietoja ei ollut. CBRS-mittarit osoittivat edistystä erityisesti ohjeiden noudattamisessa, tehtäviin palaamisessa, materiaalien organisoinnissa, jakamisessa ja aggressiivisen käyttäytymisen vähenemisessä.

Videoaineiston perusteella interventioryhmän opettajat olivat sensitiivisiä, kannustavia ja lapsen autonomiaa tukevia, kun taas kontrolliryhmässä toiminta oli usein pintapuolista ja reaktiivista. Muksuoppi-menetelmä osoittautui helposti arkeen integroitavaksi, opettajien sitouttamista tukevaksi ja lasten itsesäätelytaitoja vahvistavaksi menetelmäksi.

Kitta ym., 2021: Tutkimus toteutettiin saksalaisessa yläkoulussa. Tutkimusympäristönä toimi koulun oppilashuoltoon kuuluva koulusosiaalisuus. Kyseessä oli kolmen kuukauden mittainen kvasikokeellinen vertailututkimus. Tutkimuksen tarkoituksena oli arvioida Ich schaff's (Muksuoppi) -menetelmän vaikutuksia oppilaiden henkilökohtaisiin ja ympäristöön liittyviin voimavaroihin verrattuna tavanomaisia tukitoimia saaneeseen verrokkiryhmään. Tutkimuskysymys oli, vahvistaako ohjelma erityisesti empatiaa, itseluottamusta, itsetuntoa ja itsesäätelyä sekä koulu- ja vertaisintegraatiota.

Tutkimukseen osallistui 26 iältään 11–15-vuotiaasta oppilasta, jotka oli valittu opettajien havaintojen perusteella. Mukaanottokriteereinä olivat viime kuukausina ilmenneet käyttäytymisen tai koulumenestyksen ongelmat sekä tunnistetut riskitekijät kuten perheen taloudelliset tai sosiaaliset kuormitustekijät. Poissulkukriteereitä ei erikseen raportoitu. Osallistujat jaettiin koeryhmään ($n = 15$) ja kontrolliryhmään ($n = 11$). Kontrolliryhmä sai koulun tavanomaisia tukitoimia, jotka olivat vähän systematisoituja ja perustuivat lineaarisiin syy-seuraus-ajattelumalleihin. Tyypillisiä keinoja olivat yksilökeskustelut, kurinpitotoimet (esim. lisätehtävät, retkikielto), mediatiiviset tapaamiset ja "Coolness-Training".

Keskeisenä mittarina käytettiin FRKJ 8–16 -kyselyä (*Fragebogen zu Ressourcen im Kindes- und Jugendalter*), joka arvioi muun muassa empatiaa, itseluottamusta, itsetuntoa, itsesääätelyä, vertaisintegraatiota, kouluintegraatiota, vanhemmuuden tukea ja autoritaarista kasvatustyyliä. Lisäksi mitattiin älykkyyttä CFT 20-R -testillä (*Culture Fair Intelligence Test*). Kaikki vastaukset kerättiin oppilaiden itsearvioina. Tilastollisessa analyysissä käytettiin Mann–Whitney U -testiä sekä Bonferroni-korjausta.

Tulokset osoittivat, että koeryhmän oppilailla empatia, itseluottamus ja itsetunto kohenivat verrokkiryhmään verrattuna sekä alku- ja välimittauksen (empatia $d = 0,39$; 95 % lv: -0,4–1,21; itseluottamus $d = 0,49$; 95 % lv: -0,36–1,33; itsetunto $d = 0,02$; 95 % lv: -0,79–0,83) että alku- ja loppumittauksen välillä (empatia $d = 1,00$; 95 % lv: 0,06–1,93; itseluottamus $d = 1,08$; 95 % lv: 0,12–2,03; itsetunto $d = 0,7$; 95 % lv: -0,17–1,57). Kouluun kiinnittymisessä havaittiin myönteinen muutos, joka ei kuitenkaan kestänyt korjausta. Itsesääätelyssä vastaavaa muutosta ei ollut.

Tutkimuksen mukaan Muksuoppi-menetelmä vaikutti lupaavalta keinolta vahvistaa nuorten henkilökohtaisia voimavaroja lyhyellä aikavälillä osana koulusosiaalityötä.

Liite 3. Vaikuttavuusarvion tasot ja vaatimukset.

Lisätietoja arviointioppaasta (Merikukka ym., 2025).



Taso	Menetelmäkuvaus	Tutkimus
1/5	Menetelmä on dokumentoitu riittävällä tarkkuudella.	• Enintään vertaisarvioimatonta tutkimusta
2/5	Menetelmän teoreettinen tausta on kuvattu ja perusteltu	• Vertaisarvioitua tutkimusta • Vaikutus- tai vaikuttavuustutkimusta ei ole tai se ei ole luotettavaa
3/5	Menetelmä on dokumentoitu riittävällä tarkkuudella. Teoreettinen tausta on kuvattu ja perusteltu.	• Vertaisarvioitua vaikutus- tai vaikuttavuustutkimusta ennen-jälkeen-asetelmalla tai myönteinen menetelmän näytön arviointi keskeisessä kansainvälisessä menetelmätietokannassa • Luotettavuudeltaan tyydyttävä (keskiarvo vähintään 2)
4/5	Menetelmästä on opas, manuaali tai muu kirjallinen dokumentaatio.	• Vertaisarvioitua vaikuttavuustutkimusta ennen-jälkeen-asetelmalla
5/5	Menetelmällä on Suomessa kotipesä, joka tarjoaa käyttöönoton tukea	• Vertaisarvioitua vaikuttavuustutkimusta seurantamittauksella • Luotettavuudeltaan hyvä (keskiarvo vähintään 3) • Efektikoko on riittävän suuri