

Toimintaterapia tarjoaa monipuoliset menetelmät työllistymiseen ja kouluttautumiseen

Sanna Kyllönen

TÄSSÄ ARTIKKELISSA esitellään amerikkalaisten tutkijoiden Arbesmanin ja Logsdonin tutkimus toimintaterapian vaikutuksesta mielenterveyskuntoutujien työllistymiseen ja kouluttautumiseen. Tutkimus on julkaistu tieteellisenä artikkelina American Journal of Occupational Therapy -julkaisussa kesäkuussa 2011. Tutkimus on tehty amerikkalaisessa yhteiskunnassa, jossa vapaaehtoistyö on yleisempää kuin Suomessa ja työllistymiseen liittyvät käsitteet, mallit ja ohjelmat eroavat suomalaista.

Maailman terveysjärjestö WHO:n mukaan joka neljäs ihminen maailmassa kokee mielenterveysongelmia tai neurologisia häiriöitä jossain vaiheessa elämäänsä. Arviolta 450 miljoonaa ihmistä kärsii tälläkin hetkellä mielenterveysongelmista. Mielenterveysongelmat ovat maailmanlaajuisesti yksi suurimpia toiminta- ja työkyvyttömyyden aiheuttajia.

Mielenterveyskuntoutajat kokevat usein työkyvyttömyytensä yhdeksi sairautensa suurimmista rasitteista. Työllistymisen vaikeudet ja työkyvyttömyys vaikuttavat mielenterveyskuntoutujien itsensä lisäksi heidän perheisiinsä ja työorganisaatioihinsa sekä yhteiskunnallisella tasolla koko julkiiseen sektoriin. Vakavista mielenterveysongelmista kärsivien kuntoutujien osallistuminen työhön ja tuottavaan toimintaan vaatii usein ulkopuolista tukea ja kuntoutusta, kuten toimintaterapiaa.

Toimintaterapeuttien toteuttamat interventiot

Arbesman ja Logsdon halusivat selvittää toimintaterapiainterventioiden vaikutuksia

mielenterveyskuntoutujien työllistymiseen ja kouluttautumiseen. He halusivat tutkia, mitkä toimintaterapian interventiot ovat tehokkaita edistämään ja ylläpitämään vakavia mielenterveysongelmia sairastavien henkilöiden osallistumista työhön ja opiskeluun. Työllistymistä tutkittiin sekä palkallisena työllistymisenä että palkattomana työllistymisenä (sisältäen vapaaehtoistyön, kotityöt ja lastenhoidon).

Mielenterveyskuntoutujien työllistymistä edistäviä malleja ja ohjelmia on useanlaisia. Ammatillinen kuntoutus (vocational rehabilitation) on yksi varhaisimmista mielenterveyskuntoutujien työllistymisen tuke-

Terapeutin vaihtaminen halvempaan voi tuottaa heikomman kuntoutustuloksen.

misen malleista. Ammatillinen kuntoutus määritellään Arbesmanin ja Logsdonin tutkimusartikkelissa asteittaiseksi arviointi- ja valmennusprosessiksi, jota toteutetaan työhön sijoittumisen yhteydessä. Ajan myötä ammatillinen kuntoutuksen sijaan on alettu puhua tuetusta työllistymisestä (supported employment, SE). Tuettuun työllistymiseen (SE) sisältyy työssä suoriutumisen arviointi sekä ammattihenkilön tuki työssä asiakkaan toiveiden ja tarpeiden mukaisesti. Mielenterveyden hoito toteutuu tiiviisti ammatillisten

palvelujen yhteydessä. Tuettuun työllistymiseen yhdistetään usein muita interventioita, kuten sosiaalisen taitojen tai kognitiivisten taitojen harjoittelua. Tuettuun työllistymisen mallia voidaan toteuttaa myös muissa mielenterveyskuntoutujille tärkeissä tuottavissa toiminnoissa, kuten opiskelussa.

Tutkimuksen toteutus ja aineisto

Arbesmanin ja Logsdonin tutkimus toteutettiin systemaattisena kirjallisuuskatsauksena. Katsaukseen valittiin tutkimusartikkelit, jotka käsitelivät toimintaan perustuvia interventioita sekä kohdistuivat suoriutumiseen, taitoihin, ympäristön osatekijöihin, toiminnallisiin vaatimuksiin ja asiakkaan ominaisuuksiin. Tutkittujen interventioiden piti olla työllistymistä edistäviä, toimintaterapeuttien toteuttamia interventioita.

Artikkeleiden valintakriteerit olivat seuraavat:

- julkaistu tieteellisessä julkaisussa vertaisarvioituna
- julkaistu englanninkielisenä
- tutkimuksiin osallistujien tuli olla 18-65 -vuotiaita henkilöitä, joilla oli vakavaksi luokiteltu mielenterveysongelma
- interventioiden tuli olla työllistymistä edistäviä toimintaterapian interventioita

Artikkeleiden valinnassa sovellettiin AOTA:n (The American Occupational Therapy Association) käytössä olevaa näytön asteen luokitussysteemiä, jossa tutkimusten tieteellinen näyttö luokitellaan tasoihin I-V. Kirjallisuuskatsaukseen hyväksyttiin vain artikkelit, joiden näytön aste vastasi tasoa I (esim. RCT-tutkimukset, systemaattiset kir-

jallisuuskatsaukset ja meta-analyysit), tasoa II (esim. kohorttitutkimukset) ja tasoa III (esim. pretest-posttest -asetelmat). Lopulliseen analyysiin valittiin 46 artikkelia, joista 37 vastasi näytön asteen tasoa I, viisi tasoa II ja neljä tasoa III.

Analyysiin valituissa artikkeleissa tutkittiin seuraavien interventioiden vaikutuksia:

- työllistymistä edistävät ohjelmat (ammattillinen kuntoutus ja tuettu työllistyminen)
- tuetut koulutusohjelmat
- kodinhoitoa, vanhemmuutta ja ympäristöä tukevat ohjelmat
- sosiaalisia ja päivittäisen elämän taitoja tukevat interventiot

Vahvaa näyttöä vaikuttavuudesta

Tutkimuksen tulokset osoittivat, että useat mielenterveyskuntoutujien työllistymistä edistävät toimintaterapian interventiot olivat vaikuttavia. Erityisesti tuetun työllistymisen vaikuttavuudesta löytyi vahvaa näyttöä. Näyttöä löytyi myös tavoitteellisten, taitojen kehittämistä ja kognitiivista harjoittelua sisältävien ohjelmien vaikutuksesta työllistymiseen ja kouluttautumiseen. Sen sijaan vanhemmuutta tukevien ohjelmien vaikutukset vanhempana toimimiseen ja lasten käyttäytymiseen havaittiin rajallisiksi.

Vaikutus työllistymiseen oli erityisen vahva, kun työllistymistä edistävään malliin tai ohjelmaan oli yhdistetty toimintaterapeutin ohjaama sosiaalisten ja/tai kognitiivisten taitojen harjoittelu. Lisäksi havaittiin, että strukturoidut, sosiaalisten ja päivittäisen elämän taitojen harjoittelua sisältävät ohjelmat kehittivät itsenäisen elämän taitoja paremmin kuin perinteiset interventiot.

Rajallista mutta myönteistä näyttöä havaittiin kotitöihin (ostosten tekeminen ja ruuan laittaminen) kohdistuvien toimintaterapiainterventioiden vaikuttavuudesta. Ympäristön kognitiivinen tuki, kuten opasteet, tarkistuslistat ja muut kompensoivat strategiat, auttoi sopeuttamaan ja adaptoimaan käyttäytymistä sekä lisäsi toiminnan turvallisuutta.

Arbesman ja Logsdon toteavat tutkimustulostensa osoittavan, että toimintaterapeuteilla on asiantuntemusta työllistymisen edistämiseen ja tehostamiseen. Kun työllistymistä edistäviin malleihin yhdistetään myös muita toimintaterapian menetelmiä,

kuten sosiaalisten ja kognitiivisten taitojen harjoittelua, työllistyminen tehostuu entisestään. Arbesmanin ja Logsdonin mukaan toimintaterapeuteilla on kyky suunnitella ja soveltaa käytäntöön yksilöllisiin tarpeisiin perustuvia työllistymistä tukevia toimintamalleja sekä kehittää työssä tarvittavia taitoja toiminnan analyysiin perustuen. Toimintaterapeutit pystyvät auttamaan työhön liittyvien toiminnallisten roolien palauttamisessa ja uusien roolien luomisessa.

Arbesmanin ja Logsdonin tutkimus ei kata mielenterveyskuntoutuksen koko kenttää, mutta se kiteyttää yhteen näytön toimintaterapian toimivuudesta mie-

lenterveyskuntoutujien työllistymisessä ja kouluttautumisessa. Näin ollen se tarjoaa näkökulmia olemassa olevien mielenterveyskuntoutuksen käytäntöjen laajentamiseen ja uusien käytäntöjen kehittämiseen. •



LÄHDE:

- Arbesman, M. & Dana W. Logsdon, D.W. 2011. Occupational Therapy Interventions for Employment and Education for Adults With Serious Mental Illness: A Systematic Review. *American Journal of Occupational Therapy* 65 (3), 238-246. doi:10.5014/ajot.2011.001289

PESEVÄ JA KUIVAAVA WC-BIDEE

Viudetan BioBidet1000 on:

- tehokas ja korvaa wc –paperin
- asennetaan wc-istuimen päälle
- helppo asentaa
- kuivaa hyvin
- hinta alle 1600 euroa
- nopeat toimitukset
- Viudetalla 10v kokemus
- neuvonta ja palvelu

www.viudetta.fi
puh 0500411568