

TOIMINTAMAHDOLLISUUDET OVAT SIDOKSISSA TOIMINTAYMPÄRISTÖIHIN

Hyödynnetäänkö ja tutkitaanko ympäristöihin kohdentuvia kuntoutusinterventioita riittävästi?

Toimintakyvyn haasteet syntyvät yksilön toimiessa ympäristössään eli toimintarajoitteen laatu ja määrä ovat aina riippuvaisia siitä, tukeeko vai estääkö ympäristö toimintaa. Ehkä perinteisimpiä kuntoutuksen keinoja vaikuttaa ympäristöön ovat erilaiset apuvälineet sekä asunnonmuutostyöt. Lisäksi myös lähi-ihmisten ohjaus ja tukeminen ovat kuuluneet tärkeänä osana erilaisiin kuntoutusinterventioihin.

Entä laajemmin ympäristötekijöihin vaikuttaminen, esimerkiksi rakennettuun ympäristöön tai asenteisiin vaikuttaminen, ovatko ne tai tulisiko niiden olla osa kuntoutuksen keinovalikoimaa? Katsausartikkelissa tarkasteltiin ympäristötekijöiden vaikutusta työelämään osallistumiseen niillä nuorilla, joilla on haasteita toimintakyvyssä, ja todettiin, että merkittävimmät esteet ovat järjestelmä- ja organisaatiotasolla (Shahin ym. 2020). Nämä esteet eivät poistu ainoastaan yksilöön vaikuttamalla. Kuntoutuksen ammattilaisilla on laajaa, kokonaisvaltaista ymmärrystä myös makrotason ympäristötekijöiden vaikutuksista yksilön toimintakykyyn ja toimintamahdollisuuksiin. Olisikin varsin luontevaa, että kuntoutuksen ammattilaiset voisivat osaltaan olla vaikuttamassa organisaatio- ja yhteisötasolla niin, että toiminnan esteet huomioitaisiin ja löytyisi keinoja esteiden poistamiseksi.

Ympäristötekijöiden rooli yksilön toimintakykyyn tulisi huomioida kaikissa tilanteissa, näin ohjaa myös kuntoutusalalle yhteisen viitekehyksen antava ICF-luokitus. On tärkeää tunnistaa, mitkä ympäristötekijät vaikuttavat toimintaan ja osallistumiseen, ja erityisesti on vielä tunnistettava ne tekijät, joita voidaan muuttaa. Esimerkiksi lasten ja nuorten, joilla on cp-vamma, osallistumista kartoittavassa katsauksessa tunnistettiin, että vanhempien stressi, perheen orientatio toimimiseen sekä koulutyypit vaikuttavat lapsen osallistumiseen (van der Kemp ym. 2021).

ICF-luokituksen sisältyviä ympäristötekijöitä on tutkittu enim-
mäkseen siitä näkökulmasta, miten ne vaikuttavat yksilön toimin-
taan. Paitsi ympäristötekijöiden vaikutuksia toimintakykyyn ja
toimintamahdollisuuksiin tulisi tutkia myös interventioita, jotka koh-
dentuvat ympäristötekijöihin. Tarvitaan tutkimusta interventioiden
vaikutuksista sekä implementaatiotutkimusta siitä, kuinka toimivia
interventiot ovat ja miten niitä on mahdollista modifioida konteks-
tiin sopiviksi. Kuntoutukseen sovellettavissa olevaa tutkimustietoa
on olemassa muun muassa lähiympäristöön suuntautuvista toimista
terveyden edistämisen, erityisesti fyysisen aktiivisuuden lisäämisen,
näkökulmasta (McGowin ym. 2021). Samalla tavoin kuin kuntoutuk-
sessa katse tulisi suunnata yksilön voimavaroihin, tulisi kartoittaa
myös ympäristöjen vahvuudet. Kun innovoidaan ympäristötekijöihin
sekä yksilön ja ympäristön monimuotoiseen suhteeseen kohdentuvia
kuntoutusinterventioita ja tutkimusta niistä, olisi lähtökohtaisesti hy-
vä tarkastella ympäristön tarjoamia mahdollisuuksia ja voimavaroja.

Tämä vuoden viimeinen Kuntoutus-lehden numero sisältää kolme
tieteellistä artikkelia, jotka kuvastavat kuntoutusalan moninaisuutta
tutkimuksen kontekstin ja asiakasryhmien näkökulmasta kuin myös
kuntoutuksen tutkimuksen moninaisia menetelmiä.

Rikos- ja päihdetaustaisten henkilöiden kasvua kokemusasiantun-
tijoiksi tutkivat Janika Lindström ja Karoliina Nikula aineistonaan
kanssatutkijoina toimineiden kokemusasiantuntijoiden päiväkirjat.
Tutkimuksen tulosten soveltamisalueena tutkijat nostavat esille ko-
kemusasiantuntijan ja ammattilaisen toteuttaman työparityöskent-
telyn vahvistamisen sekä kokemusasiantuntijoiden kuntoutumista
ja kokemusasiantuntijaksi kasvua tukevan vertaismentoroinnin ke-
hittämisen. Annu Suvinen, Henna Saari ja Anu Kinnunen tutkivat
aivoverenkiertohäiriöpotilaiden hoitajaksojen piirteitä ja kuntou-
tuksen sisältöjä perusterveydenhuollon sairaaloiden lyhytaikaisilla
hoitajaksoilla. Hoitajaksoilla painottui yksilökuntoutus, jossa koh-
dennuttiin useimmin kävelemisen ja liikkumisen sekä tasapainon
harjoittamiseen. Tutkimustulosten perusteella he peräänkuuluttavat
erityisesti moniammatillisen yhteistyön kehittämistä. Lehden kol-
mannen tieteellisen artikkelin aiheena on korkeakouluopiskelijoiden
kokema psyykkinen kuormittuneisuus ja sen yhteys opiskelukykyä
tukevien Kelan kuntoutuspalveluiden tarpeeseen. Karoliina Kosken-
vuon, Jonna Ikosen ja Suvi Parikan tutkimus osoitti, että näillä on
yhteyttä. He tähdentävät johtopäätöksissään psyykkisen kuormittu-
misen varhaisen tunnistamisen tärkeyttä ja opiskelukykyä tukeviin
kuntoutuspalveluihin ohjaamisen tehostamista.

Tieteellisten artikkeleiden lisäksi lehti tarjoaa monipuolisen kat-
tauksen kuntoutuksen tutkimukseen ja kehittämiseen nivoutuvia ar-
tikkeleita: puheenvuoron, koulutusesittelyn, lektion sekä kirja-ar-
vostelun. Luonnon terveys- ja hyvinvointivaikutukset sekä niiden
toteutuminen autonomisen hermoston kautta ovat Anja Yliviikarin,
Marja Uusitalon ja Anssi Leikolan puheenvuoron teemana. Jäsen-
nys luonnosta terveysvaikutusten mahdollistajana yhtäältä rauhoit-
tumisen sekä psyykkisen turvan ympäristönä ja toisaalta tekemisen
ympäristönä on ehdottomasti tarkemman tutustumisen arvoinen.

Koulutusesittelyssä Juha Klemelä, Jaana Kemppainen ja Leena Boltar kuvaavat Mielihyvin duunissa -hankkeessa toteutettua työkykykoordinaattorikoulutusta. Heidän esittämistään koulutuksen arviointiloksista välittyy kuva varsin onnistuneesta koulutuksesta.

Kari Sorjosen väitöstutkimuksessa tarkasteltiin mielenterveyden kokemusasiantuntijoina toimineiden henkilöiden kokemuksia toiminnan merkityksistä oman kuntoutumisen prosessissa ja laajemmin mielenterveystyön palvelujärjestelmän kehittämisessä. Lektiossaan hän tuo esille kokemusasiantuntijaksi hakeutumisen monenlaiset vaikeudet ja samalla yhdistävänä tekijänä halun auttaa muita mielenterveyden haasteita kohdanneita. Jan Johansson toteaa Minna Mattila-Aallon ja Anneke Leinosen ”Työn tasapainottamisen taide. Taitotietoa työkuormituksen hallintaan” -kirjasta tehdyssä arviossaan, että kirja antaa hedelmällisiä näkökulmia myös kuntoutuksen tutkijoille ja asiantuntijoille työkuormituksen hallinnan tarkasteluun. Jo kirja-arvostelun lukeminen herätti miettimään työn ja siihen vuorovaikutuksessa olevien elementtien monimutkaisuutta. Kannustankin lukijoita tutustumaan sekä Sorjosen lektioon että Johanssonin kirja-arvosteluun, kumpikin julkaisu päätyi omalle lukulistalleni.

Toivon inspiroivia lukuhetkiä kiinnostavien artikkeleiden parissa!

Maarit Karhula

päätoimittaja

toimintaterapeutti, TtT, erikoistutkija, Kela

Lähteet

- Van der Kemp, J., Ketelaar, M., & Gorter, J. W. (2021). Environmental factors associated with participation and its related concepts among children and youth with cerebral palsy: a rapid review. *Disability and Rehabilitation*, 44(9), 1571–1582. <https://doi.org/10.1080/09638288.2021.1923839>
- Shahin, S., Reitzel, M., Di Rezze, B., Ahmed, S., & Anaby, D. (2020). Environmental Factors that Impact the Workplace Participation of Transition-Aged Young Adults with Brain-Based Disabilities: A Scoping Review. *International journal of environmental research and public health*, 17(7), 2378. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072378>
- McGowan, V.J., Buckner, S., Mead, R. et al. Examining the effectiveness of place-based interventions to improve public health and reduce health inequalities: an umbrella review. *BMC Public Health* 21, 1888 (2021). <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11852-z>