



# Narratiivinen kirjallisuuskatsaus OPC-interventiosta

Jutta Kottonen

Opinnäytetyö, AMK

Toukokuu 2022

Terveys- ja hyvinvointialat

Toimintaterapeutin tutkinto-ohjelma (AMK)

**Jutta Kottonen**

## **Narratiivinen kirjallisuuskatsaus OPC-interventiosta**

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Toukokuu 2022, 39 sivua

Terveys- ja hyvinvointialat. Toimintaterapeutin tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö AMK.

Julkaisun kieli: suomi

Verkkojulkaisulupa myönnetty: kyllä

### **Tiivistelmä**

Toiminta- ja työkyvyn tukeminen sekä edistäminen on yksi keskeisimpiä tavoitteita suomalaisessa kuntoutuksessa. Asiakslähtöisistä, yksilön roolia ja sitoutumista korostavista sekä näyttöön perustuvista menetelmistä tarvitaan uutta tietoa kuntoutuskentällä. Menetelmistä valmentaminen on herättänyt kiinnostusta osana kuntoutusta ja toimintaterapiapalveluita. Valmentamista on käytetty, kun halutaan muuttaa yksilön käyttäytymistä, parantaa terveydentilaa tai maksimoida yksilön suoriutumista päivittäisissä toiminnoissa. Valmentaminen voidaan sisällyttää toimintaterapiainterventioon.

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi Jyväskylän ammattikorkeakoulun toimintaterapeutin tutkinto-ohjelma (AMK) ja toimeksiantona oli tuottaa tietoa Occupational Performance Coaching-interventiomenetelmästä eli OPC-interventiosta opettamis- ja kehittämistarpeisiin. Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää, millaisten asiakasryhmien kanssa OPC-menetelmää on toteutettu, millainen toimintakyky kuntoutujilla on ollut sekä millaisia ovat olleet menetelmän käytön hyödyt ja haasteet kuntoutujien toimintakyvyille. Opinnäytetyö toteutettiin narratiivisena kirjallisuuskatsauksena ja tiedon haku tehtiin sähköisenä kirjallisuushakuna CINAHL- ja ProQuest- tietokannoista. Mukaanotto- ja poissulkukriteerien avulla tutkimukseen valikoitui kahdeksan tutkimusartikkelia, jotka analysoitiin teemoittelun avulla vastaamaan asetettuihin tutkimuskysymyksiin.

Opinnäytetyön tuloksien mukaan OPC-interventiomenetelmää on käytetty erilaisten asiakasryhmien kanssa, joilla on keskenään hyvin erilaiset toimintakyvyn rajoitteet niin kehon valmiuksien kuin suoritus- ja osallistumisrajoitteiden osalta. OPC-menetelmän avulla on voitu edistää osallistujien toiminnallista suoriutumista suhteessa asetettuihin tavoitteisiin sekä lisätä tyytyväisyyttä omaa suoriutumista kohtaan. Nämä ovat merkittäviä havaintoja yksilön subjektiivista kokemusta ja yksilön toimintaan sitoutumista korostavien toimintaa ja osallistumista selittävien mallien näkökulmasta. Kognitiivisen toimintakyvyn lähtötasolla ja kulttuurisella taustalla on ollut merkitystä siihen, kuinka hyödyllisenä OPC-interventio on koettu ja kuinka paljon ohjausta sekä tukea interventioprosessin aikana on tarvittu.

### **Avainsanat (asiasanat)**

Kuntoutus, toimintaterapia, OPC-interventio

### **Muut tiedot (salassa pidettävät liitteet)**

-

**Jutta Kottonen**

### **Narrative literature review on OPC intervention**

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, May 2022, 39 pages.

Health and welfare. Degree Programme in Occupational Therapy. Bachelor's thesis.

Permission for web publication: Yes

Language of publication: Finnish

### **Abstract**

Supporting and promoting occupational performance and ability to work is one of the most important goals in Finnish rehabilitation. New knowledge is needed in the rehabilitation field about client-centered and evidence-based methods that emphasize the role and engagement of the individual. Coaching methods have awakened interest as part of rehabilitation and occupational therapy services. Coaching has been used to change an individual's behavior, improve their health, or maximize an individual's performance in daily activities. Coaching can be included in an occupational therapy intervention.

The thesis was commissioned by the Jyväskylä University of Applied Sciences Degree Program in Occupational Therapy (BA). The purpose was to produce information about the Occupational Performance Coaching intervention method (OPC) for teaching and development needs. The aim of the thesis was to find out which client groups the OPC method has been implemented with, what kind of occupational performance the rehabilitators have had and what have been the benefits and challenges of using the method in relation to the occupational performance of the rehabilitated people. The thesis was carried out as a narrative literature review and the data search was done as an electronic literature review from the CINAHL and ProQuest databases. Using the inclusion and exclusion criteria, eight research articles were selected for the study, which were analyzed using thematic design to answer the research questions.

According to the results, the OPC intervention method has been used with different client groups. These client groups had very different limitations in terms of body capacity as well as performance and participation limitations. The OPC method has been able to promote participants' occupational performance in relation to the set goals, as well as increase satisfaction with their own performance. These were significant observations in terms of models that explain the individual's subjective experience and engagement to occupation and participation. The baseline of cognitive performance and cultural background has affected the usefulness of OPC intervention and how much guidance and support has been needed during the intervention process.

### **Keywords/tags (subjects)**

Rehabilitation, occupational therapy, OPC intervention

### **Miscellaneous (Confidential information)**

-

## Sisältö

<b>1</b>	<b>Johdanto</b> .....	<b>5</b>
<b>2</b>	<b>Suomalainen kuntoutusjärjestelmä</b> .....	<b>6</b>
<b>3</b>	<b>OPC-intervention teoreettinen tausta</b> .....	<b>8</b>
<b>4</b>	<b>Valmentava työote toimintaterapiassa</b> .....	<b>9</b>
<b>5</b>	<b>Occupational Performance Coaching-interventio</b> .....	<b>11</b>
<b>6</b>	<b>Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimuskysymykset</b> .....	<b>12</b>
<b>7</b>	<b>Toteutus</b> .....	<b>12</b>
7.1	Menetelmä .....	12
7.2	Aineiston kerääminen .....	13
7.3	Aineiston esittely.....	16
7.4	Aineiston analysointi.....	21
<b>8</b>	<b>Tulokset</b> .....	<b>22</b>
8.1	OPC-intervention osallistujat .....	22
8.2	OPC-intervention hyödyt ja haasteet osallistujien toimintakykyyn.....	25
<b>9</b>	<b>Pohdinta</b> .....	<b>31</b>
9.1	Tutkimustulosten tarkastelu .....	31
9.2	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus .....	34
9.3	Johtopäätökset.....	35
	<b>Lähteet</b> .....	<b>36</b>

# 1 Johdanto

Hallitusohjelmassa vuosille 2020-2022 on yhdeksi kuntoutuksen kärkitavoitteista nimetty toimintakyvyn parantaminen ja tukeminen. Kuntoutumisen tulisi tapahtua ihmisten arjessa, jossa yksilön oma rooli ja sitoutuminen korostuu. Työ- ja toimintakyvyn tukemiseen tarvitaan uutta osaamista, asiakas- sekä perhelähtöisiä menetelmiä, moniammatillisia toimintatapoja sekä toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden luokituksen eli ICF-viitekehyksen johdonmukaista hyödyntämistä kuntoutuksen suunnittelussa ja arvioinnissa. (Kuntoutuksen uudistaminen 2020, 20–39.) Kansaneläkelaitoksella eli Kelalla on keskeinen rooli tutkimustietoon perustuvan kuntoutuksen järjestäjänä ja myöntäjänä, sekä aktiivisena kuntoutuksen, kuntoutumispalveluiden sekä kuntoutujärjestelmän tutkijana ja kehittäjänä (Kuntoutus n.d.).

Toimintaterapia toteutuu ihmiselle luontaisissa, arjen eri ympäristöissä, toimintaperusteisesti ja asiakaslähtöisesti (Fisher & Marterella 2019, 64). Valmentaminen on yksi keinoista, jonka avulla voidaan mahdollistaa ja edistää yksilön toimintaa sekä osallistumista arjessa, ja sen vuoksi se on kasvava interventiomenetelmä myös toimintaterapiassa. Valmentamista on käytetty, kun halutaan muuttaa yksilön käyttäytymistä, parantaa terveydentilaa tai maksimoida yksilön suoriutumista päivittäisissä toiminnoissa (Kahjoogh, Rassafian, Dunn, Ali Hosseini & Akbarfahimi 2016, 45). Valmentaminen tarjoaa ratkaisukeskeisen lähestymistavan tavoitteiden saavuttamiseksi yksilön omia kykyjä ja oppimisen strategioita hyödyntäen (Novak 2014, 132).

Occupational Performance Coaching eli OPC-interventio on asiakaslähtöinen ja toimintakeskeinen interventiomenetelmä, jonka ydinajatuksena on, että asiakas on itse kykenevä tekemään parhaimmat päätökset koskien omaa elämäänsä ja toivottua muutosta. Tämä edellyttää luottamuksellista kumppanuussuhdetta asiakkaan ja ammattilaisen välillä sekä asiakkaalle merkityksellisten tavoitteiden nimeämistä. Tavoitteet eivät liity asiakkaan kehon valmiuksien parantamiseen tai ongelmien vähentämiseen, vaan tavoitteet ovat ennemminkin asiakkaan tulevaisuuden unelmia ja kohdentuvat tällöin arjessa suoriutumisen sekä osallistumisen osa-alueille. Ammattilainen edistää ja vahvistaa asiakkaan autonomiaa ja pätevyyttä aktiivisena toimijana, jotta asiakas voi itse saavuttaa nimeämänsä tavoitteet. (Graham, Kennedy-Behr & Ziviani 2021, 3.)

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi Jyväskylän ammattikorkeakoulun hyvinvointiyksikön toimintaterapeutin tutkinto-ohjelma. Toimeksiantona oli tuottaa tietoa Occupational Performance Coaching-interventiomenetelmästä eli OPC-interventiosta opettamis- ja kehittämistarpeisiin. Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää, millaisten asiakasryhmien kanssa OPC-menetelmää on toteutettu, millainen toimintakyky kuntoutujilla on ollut sekä millaisia ovat olleet menetelmän käytön hyödyt ja haasteet suhteessa kuntoutujien toimintakykyyn.

## 2 Suomalainen kuntoutusjärjestelmä

Kunnat ja sairaanhoitopiirit vastaavat lääkinnällisestä kuntoutuksesta Suomessa, johon sisältyy esimerkiksi kuntoutusneuvonta, toiminta- ja työkyvyn sekä kuntoutustarpeen arviointi, toimintakyvyn edistämiseen ja ylläpitoon keskittyvät terapiat sekä apuvälinepalvelut. Kunta vastaa myös lääkinnällisen kuntoutuksen suunnittelusta ja yksilöllisistä kuntoutussuunnitelmista. (Lääkinnällinen kuntoutus n.d.) Lisäksi ammatillista kuntoutusta voivat järjestää työeläkelaitokset, sekä työ- ja liikennetapaturmissa vammautuneille tai ammattitautiin sairastuneille tarvittavan kuntoutuksen korvaa tapaturma- ja liikennevakuutus (Repo ja Vainiemi 2021).

Sosiaali- ja terveydenhuollon sekä pelastustoimen uudistus, eli sote-uudistus, on yksi merkittävimmistä hallinnollisista uudistuksista Suomessa. Tammikuussa 2023 vastuu sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä siirtyy kunnilta uusille hyvinvointialueille. Poikkeuksena ovat Helsingin kaupunki ja Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri. (Mikä sote-uudistus? N.d.) Tulevassa sote-uudistuksessa keskeisimpiä periaatteita ovat yhden luukun periaate ja saumaton hoitoketju, jossa yhdistyvät tarkoituksenmukaisesti perusterveydenhuollon, erikoissairaanhoidon, sosiaalitoimen, järjestöjen ja yksityisen sektorin toimijoiden palvelut. Kuntoutuksen järjestäjien osalta keskeisintä osaamista tulee olemaan toimintakyky- ja työkykyosaaminen. (Pekkonen, Holvikivi, Haapala, Hiekkala, Korpi, Nummelin ym. 2022, 8.)

Kansaneläkelaitoksella on myös lakiin perustuva kuntoutusvastuu ja Kelan vaatimaan lääkinnälliseen kuntoutukseen voi olla oikeus, jos vamman tai sairauden vuoksi on merkittäviä haasteita pärjätä arkisissa toiminnoissa tai osallistua niihin, kuntoutuksen tarve on pitkäaikaista eli kestoltaan vähintään vuoden mittaista, kuntoutus ei liity välittömästi sairaanhoitoon ja kuntoutuksen tavoit-

teet tukevat arjessa suoriutumista ja osallistumista, eivätkä ole hoidollisia. Julkisessa laitoshoidossa olevilla ja yli 65-vuotiailla ei ole oikeutta hakeutua Kelan kustantamaan vaativaan lääkinälliseen kuntoutukseen. (Vaativa lääkinällinen kuntoutus 2021.)

Vaativana lääkinällisenä kuntoutuksena järjestetään terapioiden lisäksi toimintaterapiaa, fysioterapiaa, puheterapiaa, allasterapiaa, neuropsykologista kuntoutusta, psykoterapiaa sekä musiikki- ja ratsastusterapiaa. Tarvittaessa toteutetaan myös yksilöityjä moniammatillisia jaksoja sekä kursseja. Terapiasta ja kuntoutuksesta vastaavat palveluntuottajat, joilla on Kelan kanssa tehty sopimus. (Repo & Vainiemi 2021.)

Toimintaterapiaa voi toteuttaa toimintaterapeutin ammattitutkinnon suorittanut Valviran laillistama ammattihenkilö. Toimintaterapian avulla voidaan tukea kuntoutujan valmiuksia ja taitoja, ohjata kuntoutujia hyödyntämään arjessaan kompensatorisia keinoja sekä muokata kuntoutujan arkielämän ympäristöä. Tavoitteena on mahdollistaa kuntoutujan työstä, opiskelusta tai muista arjen toiminnoista suoriutuminen. Toimintaterapiassa huomioidaan laaja-alaisesti yksilö- ja ympäristötekijöitä, mitkä vaikuttavat kuntoutujan toimintaan sekä osallistumiseen ja otetaan myös kuntoutujan lähipiiri osaksi terapiaprosessia. Toimintaterapiassa käytössä olevat menetelmät ovat tutkimusnäyttöön perustuvia ja toiminnat kuntoutujalle mielekkäitä sekä yksilöllisesti valittuja. (Kelan terapian palvelukuvaus 2020, 24.)

Kelan myöntämien vaativan lääkinällisen kuntoutuksen terapioiden ja moniammatillisten kuntoutuspalveluiden täytyy toteutua hyvien kuntoutuskäytänteiden mukaisesti, pohjautua erityisasiantuntemukseen, tutkittuun tietoon ja tarpeelliseen yhteistyöhön muun muassa kuntoutujan omaisten, muiden läheisten ja kuntoutuksen kannalta oleellisten ammattihenkilöiden kanssa (Laki Kansaneläkelaitoksen kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahaetuksista 145/2015 10 §.)

Hyvät kuntoutuskäytänteet tarkoittavat kuntoutuksen toteutuksessa ja kehittämisessä kuntoutusta koskevan lainsäädännön noudattamista, kuntoutusta koskevan tieteellisen tiedon hyödyntämistä sekä hyväksytyjen ja vakiintuneiden toimintatapojen mukaan toimimista. Kun toimitaan hyvien kuntoutuskäytänteiden mukaisesti, kuntoutus vastaa asiakkaan tarpeisiin sekä tavoitteisiin, sitouttaa asiakkaan ja hänen läheisensä kuntoutusprosessiin. Kuntoutus toteutuu oikea-aikaisesti, parantaa sekä tukee asiakkaan toiminta- tai työkykyä sekä perustuu erityiseen asiantuntemukseen

ja osaamiseen. Kuntoutus perustuu yksilölliseen kuntoutussuunnitelmaan ja tavoitteisiin, jotka ammattilainen sekä asiakas määrittelevät ja nimeävät yhdessä kuntoutusprosessille. Kuntoutuksen edistymistä seurataan sekä arvioidaan tasaisin väliajoin. (Hyvä kuntoutuskäytäntö 2021.)

Vaativan lääkinällisen kuntoutuksen viitekehyksenä toimii Maailman terveysjärjestön toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden luokitus eli ICF (2013), jonka avulla kuvataan kuntoutujan sairauden tai vamman vaikutukset yksilön arjessa. Kuntoutussuunnitelmassa pyritään kuvaamaan mahdollisimman tarkasti muun muassa sairauden alkuvaiheet, kehityskaari, oireet sekä aiemmin toteutunut hoito ja kuntoutus, sekä niistä saadut hyödyt. Kuntoutujan elämäntilanne sekä yksilö- ja ympäristötekijöiden vaikutus työ- sekä toimintakykyyn kuvataan suunnitelmassa laaja-alaisesti. Kuntoutujan toimintakyvyn nykytilannetta rajoitteineen ja vahvuuksineen eri osa-alueilla avataan kuntoutussuunnitelmassa mittaus- ja tutkimustuloksineen. Konkreettiset tavoitteet ovat osa kuntoutussuunnitelmaa ja ohjaavat kuntoutusta sekä mahdollistavat kuntoutuksen edistymisen seurannan. (Takala 2018.)

### **3 OPC-intervention teoreettinen tausta**

Occupational Performance Coaching-menetelmän taustalla toimintaa ja ihmisen toimintakykyä selittäviä tutkittuja malleja ovat ICF-viitekehys, Person-Occupation-Environment-malli eli PEO-malli ja Canadian Model of Occupational Performance and Engagement-malli eli CMOP-E-malli. (Graham, Kennedy-Behr & Ziviani 2021, 8.)

Toimintaterapian näkökulmasta toiminta pitää sisällään tiettyyn ympäristöön sidonnaiset päivittäiset toiminnot, mitkä ovat asiakkaalle luontaisesti merkityksellisiä ja tärkeitä. Toiminnallisella suoriutumisella viitataan havaittuun lopputulokseen, joka syntyy vuorovaikutuksessa yksilön, toiminnan ja ympäristön välillä ja tätä voidaan PEO-mallin avulla. PEO-mallin ydinajatuksena on, että toiminnallinen suoriutuminen ja osallistuminen mahdollistuu, kun yksilön kyvyt ja tarpeet, ympäristön tarjoama tuki ja toiminnan edellyttämät vaatimukset vastaavat toisiinsa. PEO-malli on CMOP-E-mallin taustalla, joka pyrkii korostamaan yksilön sitoutumista toimintaan, subjektiivista kokemusta toiminnallisesta suoriutumisesta sekä yksilön henkilökohtaista arvomaailmaa. (Graham, Kennedy-Behr & Ziviani 2021, 13–15.)



Maailman terveysjärjestön toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden luokitus eli ICF (2013) on yksi OPC-intervention taustalla olevista viitekehysistä. ICF-viitekehys ohjaa OPC-interventiassa muun muassa tavoitteen asettamisen vaihetta ja tämän avulla voidaan luoda tavoitteet, jotka edistävät nimenomaan kuntoutujan arjessa suoriutumista ja osallistumista. OPC-interventio tarkastelee ICF-viitekehysten läpi ihmisen terveyttä, toimintakykyä ja toiminnanrajoitteita dynaamisena kokonaisuutena, jossa yksilö- ja ympäristötekijät vaikuttavat kehon valmiuksien ja toimintojen ohella yksilön toimintaan sekä osallistumiseen. (Graham, Kennedy-Behr & Ziviani 2021, 10–11.) ICF-viitekehysten järjestelmällinen käyttö sosiaali- ja terveysalalla tukee sekä vahvistaa yhteistä käsitystä työ- ja toimintakyvystä sekä siihen vaikuttavista elementeistä. (Kuntoutuksen uudistaminen 2020, 26–30).

ICF-luokitus on moniammatillinen viitekehys, joka tarjoaa kansainvälisesti yhteneväiset käsitteistöt ja määritelmät kuvaamaan, arvioimaan sekä dokumentoimaan toiminnallista terveyden tilaa ja terveyteen liittyvää toiminnallista tilaa. Luokituksessa toimintakyky toimii yläkäsitteensä, joka sisältää kaikki ruumiin eli kehon toiminnot, suoritukset ja osallistumisen. Toimintarajoitteiden yläkäsite pitää sisällään ruumiin eli kehon vajavuudet ja suoritus- sekä osallistumisrajoitteet. Luokitus huomioi yksilön toiminnan suhteessa ympäristöön ja ympäristötekijöille on laadittu omat määritelmät, joiden avulla voidaan kuvata yksilön elinoloja (Toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus 2013, 3–4.)

## **4 Valmentava työote toimintaterapiassa**

Toimintaterapiaprosessin perustana on terapeutin vuorovaikutussuhde sekä yhteistyö asiakkaan kanssa. Yleensä asiakkuus laajenee koskemaan myös asiakkaan lähipiiriä, kuten perheenjäseniä ja verkostoja. Toimintaterapian tavoitteena on asiakkaan toiminnan mahdollistaminen, mikä puolestaan vahvistaa asiakkaan osallistumista arjessa tärkeisiin ja merkityksellisiin toimintoihin. Toimintaterapeutin työtä ohjaavat teoreettiset ja toimintakeskeiset mallit, joiden avulla voidaan selittää ihmisen toimintaa ja siihen vaikuttavia tekijöitä. Toimintakeskeinen työote kohdentuu asiakkaan toiminnalliseen suoriutumiseen arjen eri ympäristöissä, osallistumiseen sekä asiakkaan kokemukseen itsestään toimijana. Toimintaterapeutti tunnistaa toiminnan tapahtuvan aina ihmisen

ja ympäristön dynaamisessa vuorovaikutuksessa ja tilannekohtaiset tekijät vaikuttavat tähän jatkuvasti muuttuvaan kokonaisuuteen laajasti. (Hyvät arviointikäytännöt suomalaisessa toimintaterapiassa 2021, 4–5.)

Toimintaterapiaprosessi alkaa arvioinnin ja tavoitteen asettamisen vaiheesta, josta se etenee interventiovaiheen kautta uudelleen arvioinnin vaiheeseen. Arvioinnin ja tavoitteiden asettamisen vaiheessa tunnistetaan yhdessä asiakkaan kanssa hänen vahvuuksiaan ja haasteitaan, selvitetään asiakkaan toiminnalliseen suoriutumiseen ja osallistumiseen vaikuttavia tilannekohtaisia tekijöitä ja kiteytetään, mihin lopputulokseen asiakas pyrkii. Toiminnan analyysin avulla toimintaterapeutti havainnoi asiakkaan toimintaa ja määrittää sen laatua, selvittää asiakkaan oman tyytyväisyyden toiminnalliseen suoriutumiseensa sekä vertailee eroja ja yhtäläisyyksiä omien havaintojen ja asiakkaan itseraportoidun tiedon välillä. Standardoitujen testien, kyselylomakkeiden, havaintojen ja kokemuksien tiedoista ja tuloksista kootaan yhteenveto ja laaditaan toimintaterapiainterventiota ohjaamaan toimintakeskeiset tavoitteet yhdessä asiakkaan kanssa. Sopiva interventiomalli ja -menetelmät valitaan yksilöllisesti vastaamaan asiakkaan tavoitteita. Toimintaterapiaintervention jälkeen toteutetaan uudelleenarviointi, jossa selvitetään, kuinka asetetut tavoitteet ovat täyttyneet ja tarvittaessa muutetaan tai tarkennetaan tavoitteita uudestaan. Toimintaterapiatarvetta arvioidaan havainnoimalla, haastatteleamalla tai hyödyntämällä samoja arviointimenetelmiä, kuin prosessin alussa. (Fisher & Marterella 2019, 50–57.)

CMOP-E-mallissa valmentaminen tunnistetaan yhtenä keinona mahdollistaa toimintaa asiakaslähteisesti ja valmennuksen keskeisimpänä elementtinä pidetään toimintaan sitouttamista, jossa ammattilainen kuuntelee asiakasta ja rohkaisee aloittamaan muutosprosessin, ottamaan vastuuta tilanteesta sekä asettamaan tavoitteet tärkeysjärjestykseen (Townsend & Polatajko 2013, 119–120).

Valmentaminen on viime vuosina herättänyt suurta kiinnostusta ja huomiota strategiana asiakkaiden kanssa työskentelyyn terveydenhuollon ja kuntoutuksen yhteydessä (Graham, Kennedy-Behr & Ziviani 2021, 1). Valmentamisen periaatteita hyödyntävä Occupational Performance Coaching eli OPC-interventio on toimintaterapian teorioihin ja tutkimusnäyttöön pohjautuva interventiomenetelmä, jonka on todettu vaikuttavan positiivisesti kuntoutujien toiminnalliseen suoriutumiseen, tyytyväisyyteen omaa suoriutumistaan kohtaan, sekä havaittu intervention olevan mahdollisesti hyödyllinen menetelmä osana toimintaterapiaprosessia (Kahjoogh ym. 2016).

## 5 Occupational Performance Coaching-interventio

Occupational Performance Coaching-interventio on suunniteltu alun perin käytettäväksi kuntoutuksessa toimintaterapeuttien toimesta lasten vanhempien kanssa tilanteissa, joissa kuntoutuksen tavoitteena on tukea lapsen toimintaan sitoutumista ja osallistumista tai vanhemman roolia. Nykyään OPC-interventio on laajemmin käytössä terveys- ja opetusaloilla sekä aikuis-, että lapsiasiakaiden ja heidän omaistensa tukemiseksi. (Graham, Kennedy-Behr & Ziviani 2021, 1.) OPC-interventioon on saatavilla koulutusta kansainvälisesti, mutta interventiomenetelmään perusteellisesti tutustuminen riittää menetelmän käyttöön ottamiseksi omassa työssä (Occupational Performance Coaching N.d.).

Occupational Performance Coaching-interventiossa valmentaminen perustuu asiakkaan ja ammattilaisen väliseen luottamukselliseen vuorovaikutussuhteeseen, jossa ammattilainen ohjaa asiakasta tekemään valintoja hänen nimeämiensä tavoitteiden saavuttamiseksi, analysoi asiakkaan toimintaa, kehittää ideoita tavoitteiden saavuttamiseksi, arvioi prosessin etenemistä ja lopulta auttaa yleistämään toimiviksi todetut strategiat osaksi asiakkaan tapaa toimia arjessa. Läpi valmennusprosessin korostetaan mieluummin asiakkaan tulevaisuuden tavoitteita kuin nykyhetken haasteita. Tällä on positiivinen vaikutus ratkaisukeinojen syntymiseksi. (Graham, Kennedy-Behr & Ziviani 2021, 10–11.)

Occupational Performance Coaching-interventio rakentuu kolmesta eri osa-alueesta. Ensimmäisessä osa-alueessa luodaan terapeutin vuorovaikutussuhde asiakkaan kanssa, mikä mahdollistaa asiakkaan aktiivisen toimijuuden läpi terapiaprosessin. Tässä vaiheessa prosessia ammattilaiselta edellytetään asiakkaan tilanteen perinpohjaista ymmärtämistä ja kuuntelua, empatian osoittamista sekä kumppanuussuhteen luomista, jotta asiakas saa riittävästi valtaa tehdä päätöksiä ja jakaa omaa osaamistaan. (Graham, Kennedy-Behr & Ziviani 2021, 42–51.)

Seuraavassa osa-alueessa luodaan terapiaprosessille struktuuri, johon sisältyy tavoitteen asettaminen, valitun toiminnan analysointi ja arviointi sekä havaittujen toimivien strategioiden yleistäminen asiakkaan muihin toimintoihin. Tässä vaiheessa ammattilaiselta odotetaan taitoa asettaa toimintakeskeinen tavoite terapiaprosessille ja arvioida yhteistyössä asiakkaan kanssa toiminnasta suoriutumista. (Mts. 54–78.)

Viimeisessä osa-alueessa jaetaan kokemukset ja opitut asiat terapiaprosessista. Ammatilaisen odotetaan kysyvän asiakkaalta itseltään uteliaasti, mitä hän on oppinut ja vahvistaa asiakkaan tekemiä oivalluksia ja ajatuksia refleктоimalla niitä. Ammatilainen odottaa asiakkaalta kekseliäisyyttä ja näin tukee asiakkaan itseohjautuvuutta ratkaisujen keksijänä. Asiakas saa näin mahdollisuuden keksiä toimivia ratkaisuja itse. Avoimien kysymyksen esittäminen on tässä vaiheessa oleellista ja periaatteiden sekä tiedon jakaminen tapahtuu vuorovaikutuksessa asiakkaan kanssa. (Mts. 78–86.)

## 6 Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Tavoitteena on kuvata Occupational Performance Coaching-interventiomenetelmän käyttöä osana toimintaterapiaa. Lopputuotoksena syntyvää selvitystä on tarkoituksena hyödyntää kehittämis- ja opetustarpeeseen. Narratiivisella kirjallisuuskatsauksella haetaan vastauksia seuraaviin kysymyksiin:

1. Millaisten asiakasryhmien kanssa OPC-menetelmää on toteutettu?
2. Millainen toimintakyky OPC-intervention osallistujilla on ollut?
3. Millaisia hyötyjä ja haasteita OPC-interventiolla on ollut kuntoutujien toimintakyvyille?

## 7 Toteutus

### 7.1 Menetelmä

Opinnäytetyö toteutetaan narratiivisena kirjallisuuskatsauksena. Narratiivinen kirjallisuuskatsaus on toinen kuvailevan kirjallisuuskatsauksen alalajeista ja muotona metodisesti kevyin. Narratiivisen kirjallisuuskatsauksen avulla luodaan mahdollisimman monipuolinen kuva käsiteltävästä aiheesta ja tehdään selvitystä tai yleiskatsausta ilmiön nykytilanteesta. Lopputuloksena syntyy helpolukuinen narratiivinen yleiskatsaus aiemmin tehdyistä tutkimuksista. Yleiskatsaus voi olla jopa kriittinen, vaikka narratiivisen kirjallisuuskatsauksen oletusarvona ei olekaan kriittisyys. (Salminen 2011, 6–7.) Tässä opinnäytetyössä synteesiä tullaan tekemään katsauksen pohjalta ja tarkoituksena on kriittisesti pohtia OPC-intervention sovellettavuutta suomalaiseseen toimintaterapiaan.

Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset ohjaavat kirjallisuuskatsauksen etenemistä koko prosessin ajan. Hyvä tutkimuskysymys on aiheeseen nähden sopiva ja riittävän tarkka. Alustava kirjallisuushaku on perusteltua, kun muodostetaan tutkimuskysymyksiä ja halutaan rakentaa ymmärrystä olemassa olevan kirjallisuuden laajuudesta. (Stolt, Axelin & Suhonen 2016, 24–25.) Alustava kirjallisuushaku toteutettiin Google Scholarin ja Janet Finnan kansainvälisten artikkeleiden tarkennetun haun avulla ja tutkimuskysymykset on muodostettu yhteistyössä toimeksiantajan kanssa.

## 7.2 Aineiston kerääminen

Kirjallisuushaku tehtiin kahta eri sähköistä tietokantaa hyödyntämällä, joista tutkimusartikkelit valitaan katsaukseen mukaanotto- ja poissulkukriteerien avulla samoja hakulausekkeita käyttäen. Mukaanotto- ja poissulkukriteerit ohjasivat aineiston valintaa ja lisäävät valinnan luotettavuutta (Stolt ym. 2016, 26). Tietokannoiksi kirjallisuushakuun valikoituivat Jyväskylän ammattikorkeakoulun käyttöliittymien mukaan CINAHL Plus with full text (Ebsco)- ja ProQuest databases and e-book collections- tietokannoista.

Aineistohaku toteutettiin englanninkielisellä hakulausekkeella sähköisistä tietokannoista ja haku rajattiin toteutettavaksi helmikuun 2022 aikana. Hakulausekkeet on kuvattu taulukossa 1. Artikkelit on valittu ensin otsikon ja sitten abstraktin perusteella mukaan. ProQuest-tietokannasta hakua rajattiin abstraktitasonhakuun, sillä otsikkotasoisella haulla artikkeleita löytyi määrällisesti yli 250 kappaletta. Koko tekstin tarkasteluvaiheessa lopulliset artikkelit valikoituivat katsaukseen mukaanotto- ja poissulkukriteerein.

Taulukko 1. Hakulausekkeet eri tietokannoista.

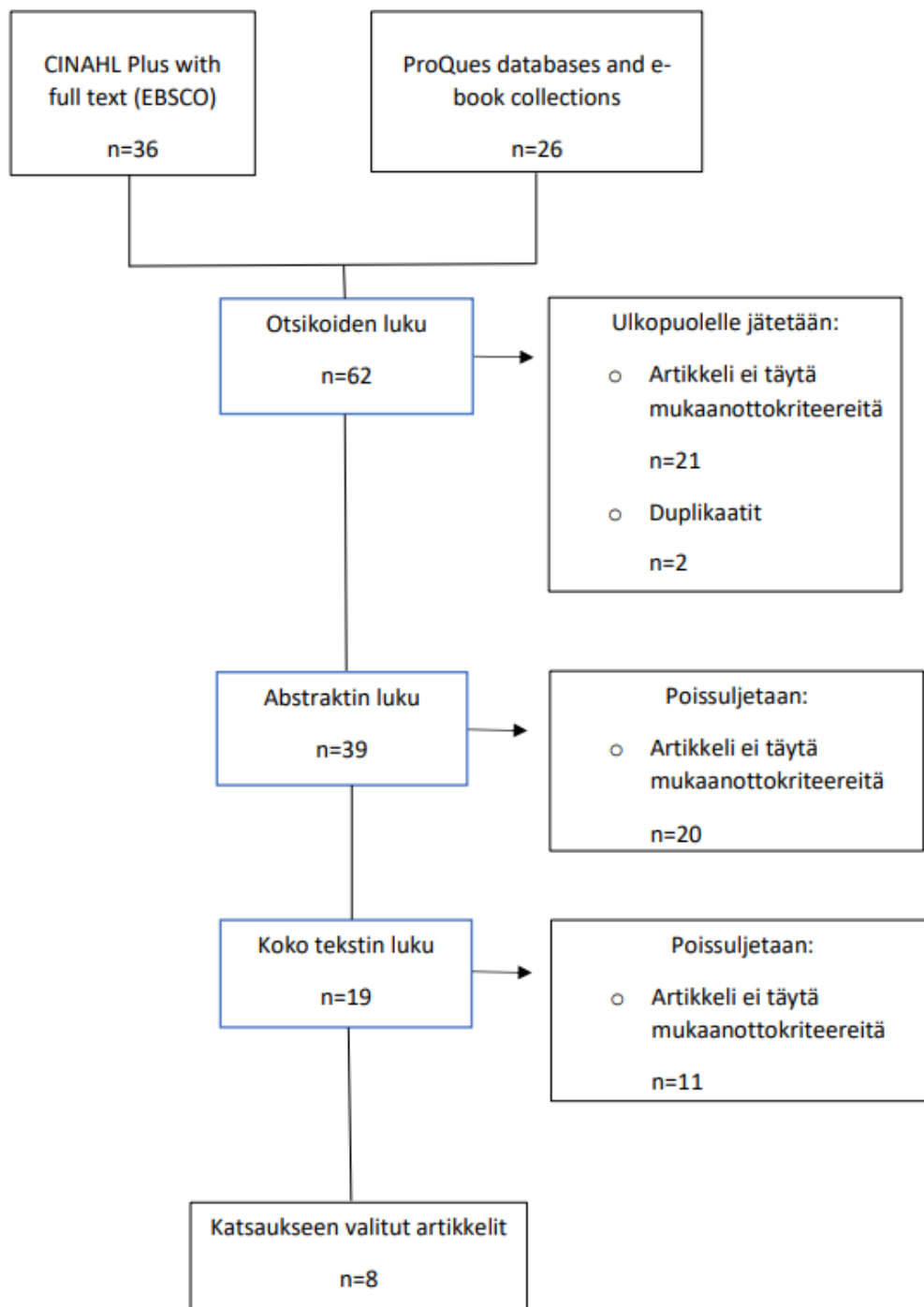
Tietokanta	Hakulauseke
CINAHL Plus with full text (EBSCO)	(“occupational performance coaching” or opc) AND (“occupational therapy”)
ProQuest databases and e-book collections	(“occupational performance coaching” or opc) AND (“occupational therapy”)

Katsaukseen otettiin mukaan tutkimusartikkelit, joissa on tutkittu Occupational Performance Coaching-interventiomenetelmän käyttöä osana toimintaterapiaa ja tutkittavien toimintakykyä on kuvattu riittävän tarkasti, jotta tutkimusartikkeli vastaa opinnäytetyön tutkimuskysymyksiin. Mukaan valikoituneet artikkelit olivat englanninkielisiä ja niistä oli koko teksti saatavilla. Mukaanotto- ja poissulkukriteerit on kuvattu tarkemmin taulukossa 2.

Taulukko 2. Mukaanotto- ja poissulkukriteerit.

Mukaanottokriteerit	Poissulkukriteerit
Tutkimusartikkelissa on tutkittu Occupational Performance Coaching-interventiomenetelmän käyttöä.	Tutkimusartikkelissa on tutkittu muuta valmentamista hyödyntävää interventiomenetelmää.
Tutkimusartikkeli vastaa opinnäytetyön tutkimuskysymyksiin.	Tutkimusartikkeli ei vastaa opinnäytetyön tutkimuskysymyksiin.
Tutkimusartikkeli on kirjoitettu englanniksi.	Tutkimusartikkeli on kirjoitettu muulla kuin englannin kielellä.
Tutkimusartikkelista on koko teksti saatavilla.	Tutkimusartikkelista ei ole koko tekstiä saatavilla.

Hakulausekkeilla tietokannoista löytyi yhteensä 62 tutkimusartikkelia, kun ProQuest-tietokannan hakua oli rajattu abstraktitasoiseen hakuun. Tutkimusartikkeleiden valikoitumista on kuvattu tarkemmin kuviossa 1. Katsauksesta poisjääneet artikkelit olivat joko duplikaatteja tai eivät täyttäneet mukaanottokriteereitä. Poisjääneet artikkelit eivät vastanneet tutkimuskysymyksiin, olivat tutkimuspilotteja, joista ei ollut tutkimustuloksia saatavilla tai olivat kuvailevia kirjallisuuskatsauksia, joissa mukana olleet alkuperäiset artikkelit olivat jo valikoituneet opinnäytetyöhön mukaan.



Kuvio 1. Tutkimusartikkeleiden valikoituminen.

### 7.3 Aineiston esittely

Opinnäytetyön aineistoksi valikoitui kahdeksan tutkimusartikkelia, joissa on tutkittu Occupational Performance Coaching-interventiomenetelmän käyttöä osana toimintaterapiaa ja kuvattu menetelmän hyötyjä ja haasteita suhteessa osallistujien toimintakykyyn. Tutkimusartikkeleista oli koko teksti saatavilla ja ne on kirjoitettu englannin kielellä. Artikkelit on julkaistu aikavälillä 2013–2021, ja artikkeleista viisi on tehty Kanadassa ja loput Australiassa, Uudessa-Seelannissa sekä Intiassa.

Kessler, Egan, Dubouloz, McEwen ja Graham (2018, 327), tutkivat kuvailevassa laadullisessa tutkimuksessaan aivohalvauksen saaneiden henkilöiden (n=7) kokemuksia OPC-Stroke-interventiosta ja selvittävät, mitkä tekijät OPC-interventioprosessissa edistivät nimettyjen toiminnallista suoriutumista koskevien tavoitteiden saavuttamista. Osallistujille tehtiin puolistrukturoidut haastattelut, joiden perusteella kerättiin tietoa osallistujien kokemuksista OPC-intervention hyödyllisyydestä.

Tutkimuksen osallistajat kokivat OPC-intervention hyödyllisenä, motivaatiota ja toivoa lisäävänä menetelmänä, joka tarjosi mahdollisuuden oivaltavalle reflektoinnille. Vaikka ongelmanratkaisuprosessin aikana koettiin haasteita, osallistajat pääsivät kokemaan onnistumisia ja saivat itsevarmuutta saavuttaa tavoitteensa osittain tai kokonaan. Yksi osallistujista olisi toivonut perinteisempää, kehon valmiuksiin keskittyvää kuntoutusta. (Kessler ym. 2018, 334–336.)

Kessler, Andreson ja Dawson (2021, 489–492) tutkivat tapaustutkimuksessaan aivohalvauksen saaneiden henkilöiden (n=6) etäkuntoutuksena toteutetun Tele-OPC-intervention vaikuttavuutta ja käytettävyyttä. Tutkimuksessa selvitettiin, kuinka etäkuntoutuksen avulla pystytään parantamaan osallistujien toiminnallista suoriutumista ja osallistumista suhteessa asetettuihin tavoitteisiin. Tele-OPC-interventio näyttää parantavan joko toiminnallista suoriutumista suhteessa asetettuun tavoitteeseen tai tyytyväisyyttä toiminnasta suoriutumisen suhteen, ja saattaa olla hyödyllinen menetelmä osallistumisen parantamiseksi aivohalvauksen jälkeen. Osallistajat olivat kohtalaisesta jopa erittäin tyytyväisiä Tele-OPC-interventioon ja tyytyväisyys näyttäytyi yhtä hyvänä verrattuna kasvokkain suoritettuihin interventioihin. (Kessler ym. 2021, 489–492.)



Belliveau, Belliveau, Camire-Raymond, Kessler ja Egan (2016, 3–7) tutkivat kuvailevassa tapaustutkimuksessaan (n=1) parantaako OPC-Stroke-interventio aivohalvauksen jälkitilassa olevan osallistujan toiminnallista suoriutumista ja osallistumista arjessa, sekä mitattiin osallistujan tyytyväisyyttä ja emotionaalista hyvinvointia asetettuihin tavoitteisiin nähden. Tulosten perusteella osallistujan suoriutuminen ja tyytyväisyys paranivat intervention aikana niillä osa-alueilla, mihin tavoitteet oli asetettu, mutta muuten osallistujan osallistuminen ei lisääntynyt interventiojakson aikana ja emotionaalinen hyvinvointi laski lähtötilanteesta. Laadulliset tiedot kuitenkin puoltavat menetelmän positiivisia vaikutuksia ja OPC-Stroke-interventio koettiin hyödyllisenä. (Belliveau ym. 2016, 3–7.)

Lamarre, Egan, Kessler ja Sauve-Schenk (2020, 13-15) selvittävät tapaustutkimuksessaan (n=1) Occupational Performance Coaching-intervention mahdollisuuksia ikääntyneiden tuetun asumisen yksikössä. OPC-menetelmä tarjosi mahdollisuuden sitoutua yksilölle merkitykselliseen toimintaan uudelleen ja lisäsi osallistujan varmuutta aktiivisena toimijana, mutta tämä edellytti yhteistyötä perheen ja henkilökunnan välillä sekä merkittävää tukea ja ohjausta osallistujalle.

Alcorn ja Broome (2014, 49) selvittävät kirjallisuuskatsauksessaan toimintaterapian teoriaan pohjautuvan Occupational Performance Coaching-interventiomenetelmän mahdollisuuksista vaikuttaa yksilön elämäntapamuutokseen, sekä ylläpitää ja tukea kroonista sairautta sairastavien ihmisten terveellisiä elämäntapoja. Selvityksessä käy ilmi, että OPC-interventiomenetelmällä on hyvät mahdollisuudet osoittaa tekijöitä, mitkä vaikuttavat yksilön elämäntapamuutokseen, sekä ylläpitää ja tukea kroonista sairautta sairastavien ihmisten terveellisiä elämäntapoja. OPC:n avulla voidaan tukea yksilön vastuuta kroonisen sairauden itsehoidossa toiminnallisen suoriutumisen muutokseen pyrkivien tavoitteiden kautta.

Graham, Rodger ja Ziviani (2013, 11–14) selvittävät tutkimuksessaan Occupational Performance Coaching-intervention vaikuttavuutta parantaa lasten (n=29) ja lasten äitien (n=8) toiminnallista suoriutumista ja äitien luottamusta omaan kykyihinsä vanhempana. Lasten toiminnallinen suoriutuminen ja äitien tyytyväisyys lasten suoriutumiseen asetettuihin tavoitteisiin nähden parani OPC-intervention aikana. Äitien luottamus omaan kykyihin parani intervention aikana, mutta tyytyväisyys omaan rooliin vanhempana ei parantunut missään vaiheessa interventioprosessia.

Angelin, Sugi ja Rajendran (2021, 39–43) tutkivat sekamenetelmätutkimuksessaan, kuinka ryhmämuotoinen OPC-interventio vaikuttaa äitien (n=36) toiminnalliseen suoriutumiseen verrattuna kontrolliryhmään, sekä parantaako OPC-interventio äitien pätevyyden tunnetta vanhemmuuden roolissa. Lasten ja äitien toiminnallinen suoriutuminen sekä äitien tyytyväisyys lasten suoriutumiseen oli muuttunut interventiojakson aikana. Sekä lasten että äitien toiminnallinen suoriutuminen oli parantunut ja äitien tyytyväisyys lastensa suoriutumiseen oli parantunut. Merkittävistä muutoksista huolimatta eroa kontrolliryhmään ei kuitenkaan ilmennyt. Äitien tyytyväisyys omaan roolinsa vanhempana parani merkittävästi, mutta luottamus omaan pätevyYTEEN ei parantunut missään vaiheessa interventiojaksoa.

Hui, Snider ja Couture (2016, 116–121) selvittävät pilottitutkimuksessaan, kuinka yhden päivän mittainen työpaja, jossa peruskoulun opettajat (n=11) pääsivät harjoittelemaan keinoja lasten itsesäätelyn ja tarkkaavaisuuden tukemiseksi ja osallistumaan seuraavien viikkojen aikana kahdeksaan yksilölliseen OPC-tapaamiseen, vaikutti opettajien suoriutumiseen ja tyytyväisyyteen omia kykyjään kohtaan hallita luokkatilannetta, jossa on mukana häiritsevän käytöksen oppilaita. Intervention aikana opettajien kokemus omasta toiminnallisesta suoriutumisesta ja tyytyväisyydestä parani ja opettajien luottamus omiin kykyihin hallita luokkaa pysyi yllä vielä interventiojakson päättymisen jälkeen. Opettajat kuvasivat OPC-tapaamiseen käytetyn ajan arvokkaaksi ja he saivat keskittyä suunnittelemaan ratkaisuja haasteisiin.

Taulukko 3. Tutkimusartikkelien esittely.

Kirjoittajat, julkaisu- vuosi, tutkimusartik- kelin nimi ja maa	Tutkimusasetelma ja tutkimuksen keskeiset tavoitteet	Johtopäätökset
1. Alcorn & Broome. 2014. Occupational performance coaching for chronic conditions: A review of literature. Uusi-Seelanti.	Kirjallisuuskatsauksessa selvitettiin toimintaterapian teoriaan pohjautuvan OPC-interventiomenetelmän mahdollisuuksia vaikuttaa yksilön elämäntapamuutokseen, sekä ylläpitää ja tukea kroonista sairautta sairastavien ihmisten terveellisiä elämäntapoja.	OPC-interventiomenetelmällä on hyvät mahdollisuudet osoittaa tekijöitä, mitkä vaikuttavat yksilön elämäntapamuutokseen, sekä ylläpitää ja tukea kroonista sairautta sairastavien ihmisten terveellisiä elämäntapoja. OPC:n avulla voidaan tukea yksilön vastuuta kroonisen sairauden itsehoidossa toiminnallisen suoriutumisen muutokseen pyrkivien tavoitteiden kautta.
2. Angelin, Sugi & Rajendran. 2021. Occupational Performance Coaching for Mothers of Children with Disabilities in India. Intia.	Sekamenetelmätutkimuksen avulla tutkittiin, kuinka ryhmämuotoinen OPC-interventio vaikuttaa äitien (n=36) toiminnalliseen suoriutumiseen verrattuna kontrolliryhmään, sekä parantaako OPC-interventio äitien pätevyyden tunnetta vanhemmuuden roolissa.	Lasten ja äitien toiminnallinen suoriutuminen sekä äitien tyytyväisyys lastensa suoriutumiseen, oli muuttunut interventiojakson aikana. Sekä lasten että äitien toiminnallinen suoriutuminen oli parantunut ja äitien tyytyväisyys lastensa suoriutumiseen oli parantunut. Merkittävistä muutoksista huolimatta eroa kontrolliryhmään ei kuitenkaan ilmennyt. Äitien tyytyväisyys omaan roolinsa vanhempana parani merkittävästi, mutta luottamus omaan pätevyyteen ei parantunut missään vaiheessa interventiojaksoa.
3. Belliveau, Belliveau, Camire-Raymond, Kessler & Egan. 2016. Use of Occupational Performance Coaching for stroke survivors (OPC-Stroke) in late rehabilitation: A descriptive case study. Kanada.	Tutkimus toteutettiin kuvailevana tapaustutkimuksena (n=1), jossa selvitettiin, edistääkö OPC-Stroke-interventio aivohalvauksen jälkitalassa olevan osallistujan toiminnallista suoriutumista ja osallistumista arjessa, sekä mitattiin osallistujan tyytyväisyyttä ja emotionaalista hyvinvointia asetettuihin tavoitteisiin nähden.	Tulosten perusteella osallistujan suoriutuminen ja tyytyväisyys paranivat intervention aikana niillä osa-alueilla, mihin tavoitteet oli asetettu, mutta muuten osallistujan osallistuminen ei lisääntynyt interventiojakson aikana ja emotionaalinen hyvinvointi laski lähtötilanteesta. Laadulliset tiedot kuitenkin puoltavat menetelmän positiivisia vaikutuksia ja OPC-Stroke-interventio koettiin hyödyllisenä.

Kirjoittajat, julkaisu- vuosi, tutkimusartik- kelin nimi ja maa	Tutkimusasetelma ja tutkimuksen keskeiset tavoitteet	Johtopäätökset
4. Graham, Rodger & Ziviani. 2013. Effectiveness of Occupational Performance Coaching in Improving Children's and Mother's Performance and Mothers' Self-Competence. Australia.	Tutkimus toteutettiin one-group time-series design –menetelmää hyödyntäen ja tarkoituksena on selvittää OPC-intervention vaikuttavuutta parantaa lasten (n=29) ja lasten äitien (n=8) toiminnallista suoriutumista ja äitien luottamusta omaan kykyihinsä vanhempana.	Lasten toiminnallinen suoriutuminen ja äitien tyytyväisyys lasten suoriutumiseen asetettuihin tavoitteisiin nähden parani OPC-intervention aikana. Äitien luottamus omaan kykyihin parani intervention aikana, mutta tyytyväisyys omaan rooliin vanhempana ei parantunut missään vaiheessa interventioprosessia.
5. Hui, Snider & Couture. 2016. Self-regulation workshop and Occupational Performance Coaching with teachers: A pilot study. Kanada.	Pilottitutkimuksessa selvitettiin kuinka yhden päivän mittainen työpaja, jossa peruskoulun opettajat (n=11) pääsivät harjoittelemaan keinoja lasten itsesäätelyn ja tarkkaavaisuuden tukemiseksi ja osallistumaan seuraavien viikkojen aikana kahdeksaan yksilölliseen OPC-tapaamiseen, vaikutti opettajien suoriutumiseen ja tyytyväisyyteen omia kykyjään kohtaan hallita luokkatilannetta, jossa on mukana häiritsevän käytöksen oppilaita.	Intervention aikana opettajien kokemus omasta toiminnallisesta suoriutumisesta ja tyytyväisyydestä parani ja opettajien luottamus omaan kykyihin hallita luokkaa pysyi yllä vielä interventiojakson päättymisen jälkeen. Opettajat kuvasivat OPC-tapaamiseen käytetyn ajan arvokkaaksi ja he saivat keskittyä suunnittelemaan ratkaisuja haasteisiin.
6. Kessler, Anderson & Dawson. 2021. Occupational performance coaching for stroke survivors delivered via telerehabilitation using a single-case experimental design. Kanada.	Tapaustutkimuksessa tutkittiin aivohalvauksen saaneiden henkilöiden (n=6) etäkuntoutuksena toteutetun Tele-OPC-intervention vaikuttavuutta ja käytettävyyttä. Tarkoituksena on selvittää, kuinka etäkuntoutuksen avulla pystytään parantamaan osallistujien toiminnallista suoriutumista ja osallistumista suhteessa asetettuihin tavoitteisiin.	Tele-OPC-interventio näyttää parantavan joko toiminnallista suoriutumista suhteessa asetettuun tavoitteeseen tai tyytyväisyyttä toiminnasta suoriutumisen suhteen, ja saattaa olla hyödyllinen menetelmä osallistumisen parantamiseksi aivohalvauksen jälkeen. Osallistujat olivat kohtalaisesta jopa erittäin tyytyväisiä Tele-OPC-interventioon ja tyytyväisyys näyttäytyi yhtä hyvänä verrattuna kasvokkain suoritettuihin interventioihin. Kuudesta osallistujasta yksi ei kokenut minkäänlaista hyötyä interventiosta.

Kirjoittajat, julkaisu- vuosi, tutkimusartik- kelin nimi ja maa	Tutkimusasetelma ja tutkimuksen keskeiset tavoitteet	Johtopäätökset
7. Kessler, Egan, Dubouloz, McEwen ja Graham. 2018. Occupational performance coaching for stroke survivors (OPC- Stroke): Understanding of mechanisms of actions. Kanada.	Kuvailevassa laadullisessa tutkimuk- sessa tutkittiin aivohalvauksen saa- neiden henkilöiden (n=7) kokemuk- sia OPC-Stroke-interventiosta ja selvitetään, mitkä tekijät OPC- interventioprosessissa edistivät ni- mettyjen toiminnallista suoriutu- mista koskevien tavoitteiden saavut- tamista.	Tutkimuksen osallistujat kokivat OPC- intervention hyödyllisenä, motivaatiota ja toivoa lisäävänä menetelmänä, joka tar- josi mahdollisuuden oivaltavalle reflek- toinnille. Vaikka ongelmanratkaisuproses- sin aikana koettiin haasteita, osallistujat pääsivät kokemaan onnistumisia ja saivat itsevarmuutta saavuttaa tavoitteensa osittain tai kokonaan. Yksi osallistujista olisi toivonut perinteisempää, kehon val- miuksiin keskittyvää kuntoutusta.
8. Lamarre, Egan, Kessler & Sauve- Schenk. 2020. Occu- pational Perfor- mance Coaching in Assisted Living. Kanada.	Tapaustutkimuksessa (n=1) tutkittiin OPC-intervention mahdollisuuksia ikääntyneiden tuetun asumisen yksi- kössä.	OPC-menetelmä tarjosi mahdollisuuden sitoutua yksilölle merkitykselliseen toi- mintaan uudelleen ja lisäsi osallistujan varmuutta aktiivisena toimijana, mutta tämä edellytti yhteistyötä perheen ja henkilökunnan välillä sekä merkittävää tukea ja ohjausta osallistujalle.

## 7.4 Aineiston analysointi

Aineisto analysoidaan hyödyntämällä teema-analyysia, jossa aineistoon perehtymisen jälkeen nimitään aineiston sisältöjen perusteella teemat, joiden muodostamista ohjaavat asetetut tutkimuskysymykset (Stolt ym. 2016, 87 [Thomas & Harden 2008]). Teemoilla tarkoitetaan tässä yhteydessä aineistossa toistuvia sisältöjä, joista etsitään yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia alkuperäistutkimuksien välille. Teemoittelu mahdollistaa tulkintaprosessin, jossa luodaan analyytisiä teemoja, uudenlaisia rakenteita, selityksiä tai hypoteeseja. (Stolt ym. 2016, 87.)

Aineisto pelkistettiin, jotta oli mahdollista tunnistaa yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia alkuperäistutkimusten välille. Keskeisimmät tulokset tutkimuskysymysten ratkaisemiseksi kerättiin erilliselle tiedostolle valittujen teemojen mukaisesti. Aineisto jäseneltiin kootusti yhteen valittujen teemojen, kuten asiakasryhmien ja osallistujien kuvatun toimintakyvyn mukaisesti. Tietoja eri asiakasryhmistä koottiin yhteen. Tulokset taulukoitiin ja tutkimusartikkelit numeroitiin, jotta alkuperäistutkimuksiin on mahdollista palata.

Tutkimusaineiston sisältö jaettiin kahteen keskeiseen aihealueeseen tutkimuskysymysten ratkaisemiseksi:

- 1) Ensimmäinen teema on OPC-intervention osallistujat ja heidän kuvattu toimintakyky. Teemaan sisältyvät asiakasryhmät, joiden kanssa OPC-menetelmää on tutkittu ja tarkemman kuvauksen osallistujien kuvatusta toimintakyvystä.
- 2) Toinen teema on OPC-intervention hyödyt ja haasteet osallistujien toimintakykyyn. Teemaan sisältyvät tiedot OPC-menetelmän havaituista hyödyistä ja haasteista eri asiakasryhmien osallistujien toimintakyvylle. Tämä lisää ymmärrystä OPC-menetelmän mahdollisuuksista ja haasteista edistää yksilön toimintakykyä ja tietoa siitä, millaisia tekijöitä osallistujien toimintakyvystä tulisi huomioida menetelmän käytössä.

## 8 Tulokset

### 8.1 OPC-intervention osallistujat

Tutkimusten osallistujat olivat aivohalvauskuntoutujia, ikääntyneitä aikuisia, lapsia ja heidän äitejään sekä peruskoulun opettajia. Tutkimuksiin osallistuneilla lapsilla oli todettu autismikirjon diagnoosi, älyllinen kehitysvamma tai aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö, mutta lapsilla ei välttämättä ollut mitään lääketieteellistä diagnoosia, vaan arjessa näyttäytyi vanhemman kuvaamana haasteita useammalla eri osa-alueella tai pulmaa aistitiedon käsittelyssä. Lisäksi yksi tutkimusartikkeli on toteutettu kirjallisuuskatsauksena, jossa selvitetään OPC-intervention mahdollisuuksia tukea kroonista sairautta sairastavien terveellisiä elämäntapoja.

Tutkimuksissa esiintyy erilaisia mukautuksia Occupational Performance Coaching-interventiomenetelmästä. Kahdessa tutkimuksessa osallistujat olivat mukana OPC-Stroke-interventiossa, yhdessä tutkimuksessa Tele-OPC-interventiossa, joka oli myös tarkoitettu aivohalvauksen saaneille kuntoutujille. Peruskoulun opettajille suunnatussa koulutuksessa pilotoitiin OPC-intervention mahdollisuuksia osana toista täydennyskoulutusta, ja äideille suunnatussa OPC-interventiossa osallistujat olivat mukana ryhmämuotoisessa interventiossa. Taulukossa 4 esitellään kootusti asiakasryhmät, joiden kanssa OPC-interventiota on toteutettu ja millaisena osallistujien toimintakyky kuvautui.

Aineiston kolmessa alkuperäistutkimuksessa käsiteltiin OPC-intervention mahdollisuuksia parantaa aivohalvauksen saaneiden henkilöiden toiminnallista suoriutumista ja osallistumista (Kessler ym. 2018; Kessler ym. 2021; Belliveau ym. 2016). Tutkimuksien osallistujat oli valittu mukaanotto- ja poissulkukriteerein, joissa on edellytetty tutkittavien olleen ensin sairaalahoidossa aivohalvausdiagnoosin vuoksi ja sen jälkeen kotiutettuna laitoshoidon tai avokuntoutukseen. Lisäksi FIM-asteikolla osallistujat suoriutuivat vähintään kohtalaisesti avustettuna ilmaisun, ymmärryksen, muistin ja ongelmanratkaisun haasteista, jotta interventio on mahdollista toteuttaa. Mikäli kuntoutujalla oli aivohalvauksen lisäksi muita rappeuttavia neurologisia sairauksia, kuten MS-tauti, jäi kuntoutuja tutkimusotannan ulkopuolelle. (Belliveau ym. 2016, 2.)

Kesslerin ja muiden (2021, 489) tutkimuksessa kuvattiin tarkemmin osallistujien valikoituneen kansalaisjärjestöjen, aivohalvauspoliklinikan ja tutkimusinstituutin vapaaehtoisten joukosta. Osallistujat olivat kaikki aikuisia, jotka ymmärsivät puhuttua ja kirjoitettua englannin kieltä. Dementia, vaikea afasia ja päihteiden samanaikainen käyttö oli poissuljettu, ja kukaan ei ollut aiemmin hyödyntänyt toimintaterapiapalveluita. Osallistujilla oli lieviä tai kohtalaisia haasteita kognitiossa orientoitumisen, keskittymis- ja päättelykyvyn, muistin, nimeämisen sekä praksian osalta. Lisäksi edellytettiin, että osallistujat osasivat nimetä vähintään yhden aihealueen, minkä osalta halusivat parantaa omaa suoriutumistaan arjessa. Osallistujilta edellytettiin myös pääsyä nettiyhteydellä varustellulle tietokoneelle tai tabletille. (Kessler ym. 2021, 489.) Yksi alkuperäistutkimuksista kuvasi tutkimukseen osallistuneen olleen 89-vuotias asumisyksikön asukas, jolla näyttäytyi myös merkittäviä haasteita kognitiossa erityisesti muistitoimintojen osalta, sekä fyysisiä haasteita liikkumisessa tasapainon heikentymisen vuoksi (Lamarre 2020, 6).

Kahdessa alkuperäistutkimuksessa kohderyhmänä olivat lapset ja heidän äitinsä (Graham ym. 2013; Angelin ym. 2021). Grahamin ja muiden (2013, 11–12) tutkimuksessa mukaan valikoituneet osallistujat olivat 5–12-vuotiaita lapsia ja heidän vanhempiaan. Puolistrukturoidun haastattelun perusteella lasten toiminnallisessa suoriutumisessa tuli nousta huolta vähintään kolmella eri osa-alueella. Lapsilla saattoi olla todettuna älyllinen kehitysvamma tai Aspergerin oireyhtymä, mutta suurimmalla osalla ei ollut aiempaa lääketieteellistä diagnoosia. Perheet eivät saaneet muita tukitoimia nimettyihin haasteisiin tutkimusjakson aikana, mutta kolmasosa lapsista oli aiemmin saanut tukitoimia vanhempien nimeämiin haasteisiin ammattilaisilta, kuten erityisopettajalta tai toimintaterapeutilta. (Graham ym. 2013, 11–12.) Angelin ja muiden (2021, 42) tutkimukseen valikoituivat

mukaan äidit, joilla oli 3–12-vuotias lapsi, jolla oli todettu aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö, älyllinen kehitysvamma, autismitieteen diagnoosi tai haasteita aistitiedon käsittelyssä. Sekä koe- että kontrolliryhmän lapset saivat lisäksi perinteistä toimintaterapiaa.

Alkuperäistutkimuksessa, jossa OPC-intervention mahdollisuuksia vaikuttaa kroonista sairautta sairastavien henkilöiden toimintakykyyn, kohderyhmä rajautuu diabetes, sydän- ja verisuonisairauksia sekä hengityselinten sairauksia sairastaviin henkilöihin. Nämä krooniset sairaudet Maailman terveysjärjestö sekä Australia ja Uusi-Seelanti ovat tunnustaneet yleisimmiksi kuolemaan johtavista kansantaudeista. (Alcorn ja Broome 2014, 49.)

OPC-interventioon osallistuneilla opettajilla oli opetuskokemusta yhdestä vuodesta 27:ään vuoteen, ja heiltä edellytetään kykyä hallita erityisen tuen tarpeen oppilaita, kenellä tarkkaavaisuuden ja itsesäätelyn haasteita luokkatilanteissa, mikä johtaa häiritsevään käytökseen opetuksen aikana (Hui ym. 2016, 119).

Taulukko 4. Osallistujat ja heidän kuvattu toimintakyky.

Asiakasryhmä	Kuvattu toimintakyky ja taustatiedot
3,6,7 Aivohalvauksen saaneet henkilöt	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lievän tai keskivaikean aivohalvauksen saaneita aikuisia henkilöitä, joita hoidettu ensin sairaalahoidossa ja sen jälkeen kotiutettu laitoshoidon tai avokuntoutukseen.</li> <li>• Valikoituneet kansalaisjärjestöjen, aivohalvauspoliklinikan ja tutkimusinstituutin vapaaehtoisista.</li> <li>• Ei muita neurologisia sairauksia, päihteiden samanaikaista käyttöä tai vaikeaa afasiaa.</li> <li>• FIM-asteikolla suoriutuu vähintään kohtalaisesti avustettuna ilmaisun, ymmärryksen, muistin ja ongelmanratkaisun haasteista, jotta interventio on mahdollista toteuttaa.</li> <li>• Pystyvät nimeämään vähintään yhden aihealueen, minkä osalta haluaisivat parantaa omaa osallistumistaan arjessaan.</li> <li>• Pystyvät käyttämään nettiyhteydellä varusteltua tietokonetta tai tablettia.</li> <li>• Eivät ole aiemmin hyödyntäneet toimintaterapiapalveluita.</li> </ul>

Taulukko jatkuu seuraavalla sivulla.



Asiakasryhmä	Kuvattu toimintakyky ja taustatiedot
<sup>8</sup> Ikääntyneet aikuiset	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 89-vuotias tuetun asumisyksikön asukas.</li> <li>• Fyysisiä ja kognitiivisia haasteita. Liikkuminen tasapainon haasteiden vuoksi rollaattorin turvin ulkona ja heikentyneet muistitoiminnot haittaavat merkittävästi arjen toiminnoista suoriutumista.</li> </ul>
<sup>2,4</sup> Lapset äiteineen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 5-12-vuotiaat lapset, joiden toiminnallisessa suoritutumisessa nousi huolta vähintään kolmella eri osa-alueella.</li> <li>• Lapsilla saattoi olla todettuna älyllinen kehitysvamma tai Aspergerin oireyhtymä, mutta suurimmalla osalla ei ollut aiempaa lääketieteellistä diagnoosia.</li> <li>• Perheet eivät saaneet muita tukitoimia nimettyihin haasteisiin tutkimusjakson aikana, mutta kolmasosa lapsista oli aiemmin saanut tukitoimia vanhempien nimeämiin haasteisiin ammattilaisilta, kuten erityisopettajalta tai toimintaterapeutilta.</li> <li>• Perheet olivat matala-, keski-, ja korkeatuloisia, mutta äideistä suurimmalla osalla oli yleisesti ottaen korkeampi koulutustausta.</li> <li>• 3–12-vuotiaat lapset, joilla oli todettu aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö, älyllinen kehitysvamma, autismitilanteiden diagnoosi tai haasteita aistitiedon käsittelyssä.</li> <li>• Lapset saivat tutkimusjakson aikana lisäksi perinteistä toimintaterapiaa.</li> </ul>
<sup>1</sup> Kroonista sairautta sairastavat henkilöt	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diabetes, sydän- ja verisuonisairaus tai hengityselinten sairaus.</li> <li>• Riittävät kielelliset ja kognitiiviset taidot sekä tarpeeksi vakaa terveydentila.</li> </ul>
<sup>5</sup> Peruskoulun opettajat	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opetuskokemusta yhdestä vuodesta 27:ään vuoteen.</li> <li>• Edellytetään kykyä hallita erityisen tuen tarpeen oppilaita, joilla on tarkkaavaisuuden ja itsesäätelyn haasteita luokkatilanteissa, mikä johtaa häiritsevään käytökseen opetuksen aikana.</li> </ul>

## 8.2 OPC-intervention hyödyt ja haasteet osallistujien toimintakykyyn

Kaikissa tutkimukseen valikoituneissa tutkimusartikkeleissa kuvattiin Occupational Performance Coaching-intervention hyötyjä osallistujien toimintakykyville. Tutkimuksissa kuvattiin myös menetelmän käytön haasteita suhteessa osallistujien toimintakykyyn ja kehitysideoita, kuinka osallistujien toimintakyky sekä siihen vaikuttavat tekijät voitaisiin OPC-intervention aikana ottaa paremmin huomioon. OPC-intervention hyödyt ja haasteet osallistujien toimintakykyille on kuvattu taulukossa 5.

Aluksi käsitellään mientelemästä koettuja hyötyjä osallistujien toimintakykyyn.

Aivohalvauskuntoutujia käsittelevissä tutkimuksissa osallistujat kokivat kaikissa tutkimuksissa,

riippumatta siitä oliko kyseessä OPC-Stroke- vai Tele-OPC-interventio, menetelmän hyödyllisenä (Kessler ym. 2018; Kessler ym. 2021; Belliveau ym. 2016). Osallistujien toiminnallinen suoriutuminen tai tyytyväisyys parani nimettyihin tavoitteisiin nähden. Kahdella osallistujalla parannusta oli tullut sekä toiminnallisessa suoriutumisessa että tyytyväisyydessä. Tavoitteet liittyivät esimerkiksi päivittäiseen liikkumiseen, pukeutumiseen sekä sosiaalisiin tilanteisiin. Tutkimustulosten perusteella OPC-interventio saattaa olla hyödyllinen menetelmä osallistumisen parantamiseksi. (Kessler ym. 2021, 491–492.) OPC-menetelmä tarjosi myös tuetussa asumisyksikössä asuvalle mahdollisuuden sitoutua itselleen merkittävään toimintaan uudelleen (Lamarre 2020, 9).

Suoriutumisen ja tyytyväisyyden koettiin parantuneen niillä osa-alueilla, mihin tavoitteet oli asetettu ja interventioprosessin koettiin aktivoineen toimimaan. Menetelmällä koettiin olevan sosiaalisesti tärkeä merkitys kuntoutumisessa. Prosessin aikana pystyttiin tekemään merkittäviä oivalluksia omasta kuntoutumisesta ja menetelmä mahdollisti oivaltavan reflektoinnin (Belliveau ym. 2016; Kessler ym. 2018). OPC-interventio koettiin motivaatiota ja toivoa tarjoavana menetelmänä, mikä lisäsi itsevarmuutta saavuttaa asetetut tavoitteet ja toimia aktiivisena toimijana (Kessler ym. 2018; Lamarre ym. 2020). Osallistujat pääsivät kokemaan onnistumisia ja saavuttivat tavoitteensa osittain tai kokonaan. Toimivia strategioita pystyttiin yleistämään myös muiden tavoitteiden saavuttamiseksi (Kessler ym. 2018, 334–335.)

Osana toimintaterapiainterventiota OPC-menetelmällä voidaan tukea diabetesta, sydän- ja verisuonisairautta sekä hengityselinten sairautta sairastavia henkilöitä sitouttamalla heidät sairauden hoitoon, harjoittelemaan päivittäisiä toimintoja ja parantamaan arjen toiminnoista selviytymistä. Tavoitesuuntautuneet kysymykset ja OPC-interventiomenetelmästä johdetut toimintatavat ovat keskeisiä elämäntapamuutoksen tukemiseksi. Hyödyntämällä OPC-interventiota toimintaterapiassa, voidaan tukea yksilön vastuuta kroonisen sairauden itsehoidossa toiminnallisen suoriutumisen muutokseen pyrkivien tavoitteiden kautta, esimerkiksi ruokien valmistamista ja valintaa sekä hyötyliikuntaa koskien. (Alcorn ym. 2014, 52.)

Lasten toiminnallinen suoriutuminen ja äitien tyytyväisyys lapsen suoriutumiseen paranivat interventiojakson aikana asetettuihin tavoitteisiin nähden (Graham ym. 2013, 13–16; Angelin ym. 2021,

42–43). Äitien luottamus omiin kykyihin vanhempana parani intervention aikana ja pysyi yllä intervention loputtua. (Graham ym. 2013, 13–16). Äitien tyytyväisyys omaan rooliinsa vanhempana parani merkittävästi ja OPC-intervention koettiin olevan ensimmäinen menetelmä, joka huomio myös vanhemman tarpeet. Mahdollisuus jakaa ajatuksia ja reflektoida ryhmässä koettiin hyödylliseksi ongelmanratkaisuvaiheessa sekä toimintastrategioiden suunnittelussa. Vertaistuen tarjoaminen toisille vahvisti äitien pätevyyden tunnetta ja roolia vanhempana. (Angelin 2021, 43–44.)

OPC-menetelmän aikana äidit kokivat, että kun he oppivat taidon asettaa lapsilleen realistisia tavoitteita sopiville ajanjaksoille, heidän kokemansa stressi ja ahdistus väheni (Angelin ym. 2021, 44). OPC-intervention aikana opitut taidot suhteessa nimettyihin toimintoihin ja tavoitteisiin saattoivat yleistyä myös muuhun toimintaan lapsen arjessa. (Graham ym. 2013, 13–16.)

Opettajien luottamus omiin kykyihin parani intervention aikana myös myöhemmässä vaiheessa opetusuraa. OPC:n ja työpajan yhdistäminen näyttäytyi toisiaan tukevana, sillä opettajat saivat koulutuksesta tarvittavaa lisätietoa, kuinka lasten itsesäätelyä ja tarkkaavaisuutta voidaan tukea kouluympäristössä. OPC-prosessin aikana opettajat pystyivät refleктоimaan oppimaansa ja hyödyntämään saatua tietoa ongelmanratkaisuvaiheessa, kokeilemaan uusia strategioita sekä yleistämään saatua tietoa omissa luokissaan. (Hui ym. 2016, 119.)

Seuraavaksi käsitellään menetelmän haasteita osallistujien toimintakykyyn. Yhdessä alkuperäistutkimuksessa osallistumisen aste ei OPC-intervention aikana muuttunut, vaikka positiivista muutosta suhteessa koettuun tyytyväisyyteen ja suoriutumiseen havaittiinkin (Belliveau ym. 2016, 3–7). Osallistujat tarvitsivat enemmän ohjausta sekä tukea ongelmanratkaisuprosessin aikana ja tapaamiskertoja olisi tämän vuoksi tarvittu enemmän, jotta itsenäinen toimijuus olisi mahdollistunut paremmin prosessin aikana (Lamarre 2020; Belliveau 2016, 3–7). Kesslerin ja muiden (2018, 334–335) tutkimuksessa puolestaan nousi esiin, että aivohalvauksen jälkeisen kognition aleneman ja fatiikin vuoksi voisi olla perusteltua ehdottaa ongelmanratkaisuprosessissa myös valmiita toimintastrategioita kuntoutujille, sillä tässä vaiheessa prosessia osallistujilla ilmeni haasteita.

Osa interventiomenetelmään osallistuneista olisi kaivannut ja toivonut enemmän kehon valmiuksiin keskittyvää lähestymistapaa interventiolta, eivätkä kokeneet saaneensa minkäänlaista

hyötyä interventiojaksosta. Tulevaisuudessa olisi hyvä miettiä, kuinka OPC-Stroke-interventiota pystytään mukauttamaan toiveiden ja tarpeiden mukaan myös niille kuntoutujille, jotka eivät ole vielä valmiita toimintakeskeiseen lähestymistapaan. Osallistujien kognitiivisen toimintakyvyn lähtötaso sekä mieltymykset voivat vaikuttaa siihen, kuinka OPC-menetelmänä koetaan. Kuntoutujat, joilla on havaittu kognition heikentymistä, tarvitsevat enemmän struktuuria ja tukea sekä mukautusta, jotta hyötyvät OPC-interventiosta (Kessler ym. 2018; 2021.) Toisaalta, jotta OPC-interventio voidaan toteuttaa osana kuntoutusta, yksilöllä on oltava riittävät kielelliset ja kognitiiviset taidot sekä tarpeeksi vakaa terveydentila (Alcorn ja Broome 2014, 52–61).

OPC-intervention käytössä lasten ja heidän vanhempiansa kanssa erilaisessa kulttuuriympäristössä koettiin haastavana ja menetelmä ei välttämättä huomioi erilaisille kulttuuriympäristöille tyypillisiä perhemuotoja; naisen rooli ja toiminnan rajoitteista aiheutuvan stigma ohjaavan lasten äitien toimimista yhteiskunnassa (Angelin ym. 2021, 44). Lasten kasvun ja kypsymisen osuutta tavoitteiden saavuttamisessa ja toiminnallisen suoriutumisen edistymisessä ei voida menetelmän avulla määrittää. Äitien tyytyväisyys omaan rooliin vanhempana ei parantunut OPC-menetelmän aikana pysyvämmin (Graham ym. 2013, 13–16).

Taulukko 5. OPC-intervention raportoidut hyödyt ja haasteet osallistujien toimintakyvylle.

Asiakasryhmä	Raportoidut hyödyt OPC-interventiosta suhteessa toimintakykyyn	Raportoidut haasteet OPC-interventiosta suhteessa toimintakykyyn
3, 6, 7 Aivohalvauksen saaneet henkilöt	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toiminnallinen suoriutuminen tai tyytyväisyys parani nimettyihin tavoitteisiin nähden.</li> <li>• Kokemus suoriutumisen ja tyytyväisyyden paranemisesta niillä osa-alueilla, mihin tavoitteet oli asetettu, vaikka osallistumisen aste ei muuttunut.</li> <li>• Onnistumisen tunne siitä, että asetetut tavoitteet pystyttiin saavuttamaan osittain tai kokonaan.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interventiojaksolta kaivattiin myös kehon valmiuksiin keskittyvää lähetysmistapaa. Osallistujat, jotka eivät olleet valmiita toimintakeskeiseen lähestymistapaan kokivat, etteivät saaneet interventiosta minkäänlaista hyötyä, eikä se vastannut heidän odotuksiaan tai tarpeitaan.</li> </ul>

Taulukko jatkuu seuraavalla sivulla.

Asiakasryhmä	Raportoidut hyödyt OPC-interventiosta suhteessa toimintakykyyn	Raportoidut haasteet OPC-interventiosta suhteessa toimintakykyyn
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Itsevarmuutta saavuttaa asetetut tavoitteet.</li> <li>• Toimivia strategioita pystyttiin yleistämään myös muiden tavoitteiden saavuttamiseksi.</li> <li>• Kokemus oman toiminnan aktivoitumisesta.</li> <li>• Sosiaalisesti tärkeä merkitys.</li> <li>• Merkittäviä oivalluksia omasta kuntoutumisesta prosessin aikana.</li> <li>• Motivaatiota ja toivoa herättävä.</li> <li>• Mahdollisuus oivaltavaan reflektointiin.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kognitiivisen toimintakyvyn lähtötaso ja mieltymykset vaikuttavat siihen, kuinka hyödyllisenä menetelmä koetaan.</li> <li>• Kuntoutujat, joilla on havaittu kognition heikentymistä, tarvitsevat enemmän struktuuria ja tukea sekä mukautusta, jotta hyötyvät OPC-interventiosta.</li> <li>• Tapaamiskertojen määrä ei ollut riittävä, minkä vuoksi itsenäinen toimijuus ei täysin toteutunut.</li> <li>• Aivohalvauksen jälkeisen fatiikin ja kognition aleneman vuoksi toimintastrategioiden idonnin työläys haastoi ongelmanratkaisu-prosessissa etenemistä.</li> </ul>
<sup>8</sup> Ikääntyneet aikuiset	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahdollisuus sitoutua uudelleen itselle merkittävään toimintaan.</li> <li>• Lisääntynyt itsevarmuus aktiivisena toimijana.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vähäinen ohjaus ja tuki ongelmanratkaisu-prosessin aikana.</li> <li>• Riittämätön määrä tapaamiskertoja.</li> </ul>
<sup>2,4</sup> Lapset äiteineen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lasten toiminnallinen suoriutuminen ja äitien tyytyväisyys lapsen suoriutumiseen paranivat asetettuihin tavoitteisiin nähden</li> <li>• Äitien luottamus omiin kykyihinsä vanhempana parani</li> <li>• Äitien tyytyväisyys omaan roolinsa vanhempana parani.</li> <li>• Kokemus siitä, että myös vanhemman tarpeet huomioidaan, koettiin tärkeänä.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menetelmä ei huomioi riittävästi kulttuurisia eroja.</li> <li>• Tyytyväisyys omaan rooliin ja kykyihin vanhempana ei parantunut pidemmällä aikavälillä.</li> <li>• Pätevyyden tunteen vahvistumiseen vaikuttavat yhteiskunnalliset tekijät, joihin ei mentelmän avulla voida kaikissa kulttuuriympäristöissä välttämättä vaikuttaa.</li> </ul>

Asiakasryhmä	Raportoidut hyödyt OPC-interventiosta suhteessa toimintakykyyn	Raportoidut haasteet OPC-interventiosta suhteessa toimintakykyyn
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahdollisuus jakaa ajatuksia ja reflektoida ryhmässä, koettiin hyödylliseksi ongelmanratkaisuvaiheessa sekä toimintastrategioiden suunnittelussa. Vertaistuen tarjoaminen vahvisti pätevyyden tunnetta ja roolia vanhempana.</li> <li>• Taito asettaa lapselle realistisia tavoitteita sopiville ajanjaksoille laski koettua stressiä ja ahdistusta.</li> <li>• Opitut taidot suhteessa nimettyihin toimintoihin ja tavoitteisiin saattoivat yleistyä myös muuhun toimintaan lapsen arjessa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lasten kasvun ja kypsymisen roolia toiminnallisen suoriutumisen ja osallistumisen edistymisessä suhteessa nimettyihin tavoitteisiin ei pystytä erottelemaan menetelmän vaikutuksista.</li> <li>• Toimintakeskeisen tavoitteen nimeäminen on haastavaa, jos vanhempi kokee muutostarpeen koskevan ainoastaan kehon valmiuksia.</li> </ul>
<sup>1</sup> Kroonista sairautta sairastavat henkilöt	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Voidaan tukea yksilöä sitoutumaan sairauden hoitoon, harjoitella päivittäisiä toimintoja ja parantaa arjen toiminnoista selviytymistä.</li> <li>• Tavoite-suuntautuneet kysymykset ja OPC-interventio-menetelmästä johdetut toimintatavat ovat keskeisiä elämäntapamuutoksen tukemisessa.</li> <li>• Voidaan tukea yksilön vastuuta kroonisen sairauden itsehoidossa toiminnallisen suoriutumisen muutokseen pyrkivien tavoitteiden kautta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Edellyttää kuntoutujalta riittäviä kielellisiä ja kognitiivisia taitoja sekä tarpeeksi vakaata terveydentilaa.</li> </ul>
<sup>5</sup> Peruskoulun opettajat	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Luottamus omiin kykyihin parani intervention aikana sekä alkuvaiheessa että myöhäisemmässä vaiheessa opetusuraa.</li> <li>• Mahdollisuus reflektoida opittua ja hyödyntää saatua tietoa ongelmanratkaisu-vaiheessa.</li> <li>• Mahdollisuus kokeilla uusia strategioita ja yleistää niitä omassa luokassa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interventioon osallistumista varten täytyy varata aikaa.</li> </ul>

## 9 Pohdinta

### 9.1 Tutkimustulosten tarkastelu

Opinnäytetyön yhtenä tavoitteena oli selvittää, millaisten asiakasryhmien kanssa Occupational Performance Coaching-menetelmää on toteutettu. Tiedossa oli, että OPC-menetelmä on nykyään laajemmin käytössä terveys- ja opetusaloilla sekä aikuis-, että lapsiasiakkaiden ja heidän lähiverkoston tukemiseksi. (Graham, Kennedy-Behr & Ziviani 2021, 1.) Tutkimuksen tulokset osoittavat, että OPC-menetelmää on toteutettu keskenään hyvin erilaisten asiakasryhmien kanssa ja OPC:n positiivisia vaikutuksia osallistujien toimintakykyyn pystyttiin kuvaamaan kaikkien asiakasryhmien kohdalla. Asiakasryhmät ovat toisiinsa nähden heterogeenisiä, toimivat erilaisissa toimintaympäristöissä, ovat kaiken ikäisiä ja heillä on hyvin erilaisia toiminnan rajoitteita niin kehon valmiuksien kuin suoritus- ja osallistumisrajoitteiden osalta.

Tarkempaa tutkimusta tullaan edelleen tarvitsemaan OPC-menetelmän soveltuvuudesta erilaisten asiakasryhmien kanssa. Kroonista sairautta sairastavien henkilöiden osalta tarvitaan tietoa OPC:n sovellettavuudesta terveyskäyttämisen muutoksissa, kuten tupakan polton lopettamisessa (Alcorn & Broome 2014, 52–61). Huin ja muiden (2016, 122) tutkimus antaa toistaiseksi vain alustavaa tietoa kouluperustaisen toimintaterapian mahdollisuuksista hyödyntää OPC-interventiomenetelmää. Tutkimustietoa OPC:n laajemmasta hyödyntämisestä opettajien toiminnallisen suoriutumisen edistämiseksi tarvitaan tulevaisuudessa.

Aivohalvauksen saaneiden henkilöiden toimintakyky kuvautui mukaanotto- ja poissulkukriteerien vuoksi yhtenäisenä, jolloin tuloksia voidaan vertailla alkuperäistutkimusten välillä luotettavammin. Toisaalta tutkimusotanta painottui ainoastaan lievän tai keskivaikean aivohalvauksen saaneisiin kuntoutujiin, ja muut neurologiset etenevät sairaudet oli poissuljettu, jolloin tulokset eivät ole yleistettävissä yhtä laajalle kohderyhmälle. Työskennellessä lasten ja heidän äitiensä kanssa, OPC-intervention hyödyistä tarvitaan tarkempia lisätutkimuksia, erityisesti matalatuloisten perheiden ja eri diagnoosiryhmissä olevien lasten kuntoutuksessa. Nyt tutkimukseen osallistuneiden äitien

koulutustausta oli yleisesti ottaen korkea (Graham ym. 2013, 13–16). Työskennellessä lasten ja heidän äitiensä kanssa, OPC-intervention hyödyistä tarvitaan tarkempia lisätutkimuksia.

Keskeinen asiakasryhmä, jonka kanssa OPC-menetelmää ei ole vielä tutkittu, on mielenterveyskuntoutujat. OPC:n mahdollisuudet tukea ja edistää mielenterveyskuntoutujien toiminta- ja työkykyä olisivat merkittäviä, sillä Leinosen (2022) mukaan Suomessa mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöt ovat yleisin syy työkyvyttömyyseläkkeelle jäämiseen. Lisää tutkimusta OPC:n mahdollisuuksista edistää työkykyä kaivattaisiin ja tästä olisi hyötyä myös työterveyspalveluiden kehittämiseksi Suomessa. Tulevaisuudessa toimintaterapeutit nähdään keskeisenä osana työterveyshuollon moniammatillista tiimiä Suomessa ja toiminta- sekä työkyvyn arvioiminen näyttöön perustuvilla menetelmillä tunnistetaan toimintaterapeuttien ydinosaamiseksi (Vehmanen 2022, 8). Olisi hyödyllistä saada tutkimustietoa siitä, kuinka OPC soveltuisi käytettäväksi työkykyä tukevana ja edistävänä menetelmänä, esimerkiksi suomalaisessa työterveyshuollossa työuupumusta ja siitä seuraavien liitännäissairauksien ennaltaehkäisemiseksi.

Lisäksi on mielenkiintoinen havainto, että tutkimuksiin on valikoitunut ainoastaan lapsia äiteineen, eikä isän roolia ole otettu huomioon perhekeskeisessä valmennusprosessissa. Suomessa vanhempien tasa-arvoista hoitovastuuta ja yhdenvertaisuutta vanhempien välillä korostetaan yhä enemmän ja tätä muutosta kuvaa hyvin elokuussa 2022 voimaan tuleva perhevapaiden uudistus (Perhevapaat uudistuvat vuonna 2022, n.d.). Suomessa voisi olla mielenkiintoista saada tietoa nimenomaan siitä, kuinka perheen molemmat vanhemmat sitoutuvat valmentamisprosessiin ja lapsen kuntoutumiseen.

OPC-menetelmän hyötyjä ja haasteita kuntoutujien toimintakykyyn on haasteellista koota jäsennellysti yhteen, sillä alkuperäistutkimukset ovat keskenään hyvin eri laatuista ja aineistossa esiintyy useita erilaisia tutkimusmenetelmiä, joista saatuja tuloksia ei voida suoraan verrata toisiinsa. Alla esitellään keskeisimpiä tuloksia OPC:n hyödyistä ja haasteista kuntoutujien toimintakyvylle.

Positiiviset muutokset toiminnallisessa suoriutumisessa ja tyytyväisyydessä omaa suoriutumista kohtaan havaittiin useammassa tutkimuksessa, mutta tulokset eivät välttämättä olleet havaittavissa enää interventioprosessin päätyttyä. Tarkempaa tutkimusta toimintastrategioiden



yleistymisestä arjen muuhun toimintaan ja positiivisen muutoksen pitkäkestoista vaikutuksista arjessa osallistumiseen tarvitaan tulevaisuudessa.

OPC-menetelmän käyttö lisäsi erityisesti osallistujien koettua tyytyväisyyttä omaa toiminnallista suoriutumista kohtaan. Tämä on keskeinen havainto CMOP-E-mallin näkökulmasta, jossa korostetaan yksilön omaa subjektiivista kokemusta toiminnallisesta suoriutumisesta. OPC-menetelmä myös laskee osallistujien kokemaa ahdistusta ja stressiä (Angelin 2021, 44). OPC:n aikana kuntoutujien motivaatio kasvoi, mikä osaltaan vaikuttaa toimintaan sitoutumiseen ja osallistujat kokivat itsevarmuutta saavuttaa asetetut tavoitteet.

Osallistujien kognitiivisen toimintakyvyn lähtötaso ja mieltymykset vaikuttivat siihen, kuinka OPC-menetelmänä koettiin. Osallistujat, joilla on havaittu kognition heikentymistä, tarvitsevat enemmän struktuuria ja tukea sekä mukautusta, jotta he hyötyvät OPC-interventiosta. Osa interventiomenetelmään osallistuneista olisi kaivannut ja toivonut enemmän kehon valmiuksiin keskittyvää lähestymistapaa interventiolta, eivätkä kokeneet saaneensa minkäänlaista hyötyä interventiojaksosta. (Kessler ym. 2018; 2021.) Toiminnan analyysin merkitys osana toimintaterapeuttien ydinosasta korostuu, sillä sen avulla voidaan arvioida ja analysoida kuntoutujan taitoja suhteessa ympäristön tukeen ja toiminnan vaatimuksiin. Toiminnananalyysin avulla pystytään tarjoamaan tarvittavat määrät tapaamisia, riittävää ohjausta ja tukea sekä mukautusta intervention aikana sekä tarvittaessa tarjoamaan muita mahdollisia lähestymistapoja kuntoutukseen, kuin OPC-menetelmä. Tutkimuksen tulokset osoittavat kuitenkin sen, että vaikka toimintaterapian nykyinen paradigma ja viimeisin tutkimustieto puoltaa toimintaperusteista lähestymistapaa, osallistujat saattavat kaivata ja hyötyä myös kehon valmiuksia kuntouttavasta toimintaterapiasta, ennen kuin ovat valmiita toimintaperusteiseen lähestymistapaan.

Menetelmän käyttö erilaisissa kulttuuriympäristöissä näyttäytyi osittain haasteellisena. Perhemuoto, naisen rooli yhteiskunnassa sekä toiminnan rajoitteen aiheuttama stigma loivat intialaisessa kulttuuriympäristössä haasteita menetelmän hyödyntämisessä äitien kanssa. Nainen ei välttämättä yhteisössä tai perheessä tee päätöksiä ja lapsen sairaus voi leimata äitiä sekä lasta, mikä osaltaan vaikuttaa merkittävästi kokemukseen omista kyvyistä ja roolista vanhempana (Angelin ym. 2021, 44.) Tutkimuksen tulokset antavat tärkeää tietoa myös suomalaiseen

palvelujärjestelmään, jossa kuntoutuksen asiakkaana ovat kasvavissa määrin eri kulttuuritaustoista tulleita ja kasvaneita vanhempia ja heidän lapsiaan.

Tutkimuksen tulokset osoittavat, että OPC-menetelmä soveltuisi mahdollisesti myös suomalaiseen kuntoutusjärjestelmään. OPC- interventio on asiakaslähtöinen ja toimintaperusteinen menetelmä, joka voitaisiin ottaa Suomessa laajemminkin käyttöön eri asiakasryhmien toimintakyvyn edistämiseksi. OPC voisi soveltua käytettäväksi myös osana Kelan vaativan lääkinnällisen kuntoutuksen toimintaterapiaa, sillä menetelmä on tutkimusnäyttöön perustuva ja ICF-viitekehys sekä osallistumisen edistäminen olisi selvästi kuntoutuksen keskiössä. Tutkimukset OPC-menetelmän käytöstä suomalaisessa kulttuuriympäristössä lisäisivät menetelmän luotettavuutta ja helpottaisi menetelmän käyttöönottoa laajemmin suomalaisessa kuntoutusjärjestelmässä osana toimintaterapiaa ja moniammatillista kuntoutusta.

## 9.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Hyvä tieteellinen käytäntö ohjaa myös opinnäytetöiden kirjoittamista Suomessa. Käytänteillä pyritään ennaltaehkäisemään epärehellistä tieteellistä toimintaa. Opinnäytetyö toteutetaan suunnitelmallisesti, työtä tehdessä on oltava rehellinen, huolellinen ja kunnioitettava muiden tutkijoiden tekemää työtä. (Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset 2020, 8–9). Opinnäytetyö eri vaiheineen on projektoitu prosessin alussa ja tutkimuksen tavoitteet ja tutkimuskysymykset on selvennetty yhteistyössä toimeksiantajan kanssa. Prosessin edetessä tutkimuksen eri vaiheet on pyritty raportoimaan mahdollisimman tarkasti. Lisäksi opinnäytetyön eri vaiheissa on konsultoitu opinnäytetyönohjaajaa ja yhteistyössä seurattu tutkimusprosessin etenemistä.

Narratiivinen yleiskatsaus saattaa olla johdattelva tai toisaalta jopa puolueellinen (Salminen 2011, 7). Ilman tarkkoja metodisia sääntöjä ja rajoituksia on narratiivisena kirjallisuuskatsauksena toteutetussa opinnäytetyössä ollut tärkeää tiedostaa metodin riskit prosessin eri vaiheissa, kun aineistoa valitaan ja analysoidaan. Kun tarkoituksena on tehdä selvitystä ilmiön nykytilanteesta, tutkimukseen valikoituneet artikkelit eivät olleet kaikki vertaisarvioituja, mikä osaltaan vaikuttaa tutkimustulosten luotettavuuteen. Useammassa tutkimusartikkelissa tutkijat olivat samoja ja OPC-interventiomenetelmän kehittäjiä, mikä osaltaan voi vaikuttaa tutkimustulosten luotettavuuteen

ja analysoinnin puolueellisuuteen. Suuntaa antavaa ja alustavaa tietoa tutkimuksista on saatu paljon, joten tulevaisuudessa menetelmän luotettavuutta lisäävät satunnaistetut kontrolloidut tutkimukset eri asiakasryhmien kanssa toteutettuna. OPC-interventiota ei ole tutkittu Suomessa, joten sen soveltuvuutta suomalaiseen lääkinnälliseen kuntoutukseen täytyy pohtia kriittisesti. Ammattilaiset voivat kuitenkin soveltaa OPC-menetelmästä saatua tutkimustietoa paikallisen kulttuurin asianmukaisten kuntoutuskäytänteiden mukaisesti (Occupational Performance Coaching N.d.).

### 9.3 Johtopäätökset

Tämän opinnäytetyön tuloksiin pohjautuen voidaan osoittaa, että Occupational Performance Coaching-menetelmä vaikuttaa soveltuvan osaksi toimintaterapiainterventiota erilaisten asiakasryhmien kanssa käytettäväksi lääkinnällisessä kuntoutuksessa ja asiakkaiden lähiverkostojen ohjaamisessa. Menetelmän käyttö näyttää lisäävän asiakkaiden itsevarmuutta saavuttaa asetetut tavoitteet ja vaikuttaa tarjoavan mahdollisuuden oivaltavalle reflektoinnille. Menetelmän avulla voidaan mahdollisesti edistää toiminnallista suoriutumista ja tyytyväisyyttä omaa suoriutumista kohtaan. Keskeisimpiä haasteita menetelmän käytölle ovat tällä hetkellä sen sovellettavuus eri kulttuuriympäristöissä ja asiakkaiden kanssa, joilla on alentuneet kognitiiviset tai kielelliset taidot. Lisäksi tutkimusta eri diagnoosiryhmien ja eri tulotasoisten asiakkaiden kanssa tarvitaan tulevaisuudessa.

Tutkimuksen tuloksista nousee esiin, että kognitiivisen toimintakyvyn lähtötasosta riippuen interventioon osallistujat voivat tarvita enemmän tukea ja ohjausta interventioprosessin aikana. Tapaamiskertojen määrää tulisi tarvittaessa arvioida yksilöllisemmin osallistujan toimintakyvyn haasteet huomioiden sekä tarvittaessa strukturoida ja mukauttaa ongelmanratkaisuprosessia yksilöllisemmäksi. Tulevaisuudessa tarvitaan tarkempaa tutkimustietoa siitä, voidaanko ongelmanratkaisuprosessissa esittää osallistujille valmiita toimintastrategioita ja selvittää, kuinka valmiit ehdotukset vaikuttavat osallistujien ongelmanratkaisuprosessiin ja omien strategioiden löytymiseen.

## Lähteet

Alcorn, K. & Broome K. 2014. Occupational performance coaching for chronic conditions: A review of literature. *New Zealand Journal of Occupational Therapy*. 61, 2, 49–56. Viitattu 12.2.2022.

<https://janet.finna.fi>, EBSCOhost CINAHL Plus with Full Text.

Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. 2020. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene. Viitattu 5.4.2022. <https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20PINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?t=1578480382>.

Angelin, C. S., Sugi, S. & Rajendran, K. 2021. Occupational Performance Coaching for Mothers of Children with Disabilities in India. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 88, 1, 38–47. Viitattu 14.4.2022. <https://janetfinna.fi>, EBSCOhost CINAHL Plus with Full text.

Belliveau, D., Belliveau, I., Camire-Raymond, A., Kessler, D. & Egan, M. 2016. Use of Occupational Performance Coaching for stroke survivors (OPC-Stroke) in late rehabilitation: A descriptive case study. *The Open Journal of Occupational Therapy*, 4, 2. Viitattu 7.2.2022. <https://janet.finna.fi>, EBSCOhost CINAHL Plus with Full Text.

Fisher, A. & Marterella, A. 2019. *Powerful Practice. A Model for Authentic Occupational Therapy*. USA: CIOTS.

Graham, F., Kennedy-Behr, A. & Ziviani, J. 2021. *Occupational Performance Coaching. A Manual for Practitioners and Researchers*. Abingdon: Routledge.

Graham, F., Rodger, S. & Ziviani, J. 2013. Effectiveness of Occupational Performance Coaching in Improving Children's and Mothers' Performance and Mothers' Self-Competence. *American Journal of Occupational Therapy*, 67, 10–18. Viitattu 14.4.2022. <https://janetfinna.fi>, EBSCOhost CINAHL Plus with Full text.

Harkinnanvarainen kuntoutus. Kansaneläkelaitos. 2022. Viitattu 12.3.2022.

<https://www.kela.fi/documents/10192/3239981/Harkinnanvarainen%20kuntoutus.pdf>.

Hui, C., Snider, L. & Couture, M. 2016. Self-regulation workshop and Occupational Performance Coaching with teachers: A pilot study. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 83, 2, 115–125. Viitattu 14.4.2022. <https://janetfinna.fi>, ProQuest databases and e-book collections.

Hyvä kuntoutuskäytäntö. 2021. Kuntoutuspalvelut. Kela. Viitattu 2.2.2022.

<https://www.kela.fi/yhteistyokumppanit-kuntoutuspa-hyva-kuntoutuskaytanto>.

Hyvät arviointikäytännöt suomalaisessa toimintaterapiassa. 2021. Suomen Toimintaterapeuttiliitto. Viitattu 13.2.2022. [https://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/site/assets/files/2411/toi\\_hyvat\\_arviointikaytannot\\_2021.pdf](https://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/site/assets/files/2411/toi_hyvat_arviointikaytannot_2021.pdf).

ICF-Toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus. 2013. Maailman terveysjärjestö (WHO). 6. Painos. Tampere. Viitattu 30.1.2022. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77744/ICF\\_2013\\_2503verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77744/ICF_2013_2503verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Kahjoogh, M., Rassafian, M., Dunn, W., Ali Hosseini, S. & Akbarfahimi, N. 2016. Occupational Performance Coaching: A Descriptive Review of Literature. *New Zealand Journal of Occupational Therapy*. 63, 2, 45–49. Viitattu 2.2.2022. <https://janet.finna.fi>, EBSCOhost CINAHL Plus with Full Text.

Kelan terapian palvelukuvaus. 2020. Kansaneläkelaitos. Etuuspalvelujen lakiyksikkö. Kuntoutuspalvelujen ryhmä. Viitattu 5.2.2022. <https://www.kela.fi/documents/10180/9184001/Kelan+terapoiden+palvelukuvaus+FI+pdf.pdf>.

Kessler, D., Anderson, N. D. & Dawson, D. R. 2021. Occupational performance coaching for stroke survivors delivered via telerehabilitation using a single-case experimental design. *British Journal of Occupational Therapy*. 84, 8, 488–496. <https://janet.finna.fi>, ProQuest databases and e-book collections.

Kessler, D., Egan, M. Y., Dubouloz, C., McEwen, S. & Graham, F. P. 2018. Occupational performance coaching for stroke survivors (OPC-Stroke): Understanding of mechanisms of actions. *The British journal of occupational therapy*, 81, 6, 326–337. Viitattu 13.3.2022. <https://janet.finna.fi>, EBSCOhost CINAHL Plus with Full Text.

Kuntoutuksen uudistamisen toimintasuunnitelma vuosille 2020-2022. 2020. Kuntoutuksen suunnitelma. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 30.1.2022. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162622/STM\\_2020\\_39.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162622/STM_2020_39.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Kuntoutus. N.d. Tietopaketti. Kela. Viitattu 26.3.2022. <https://www.kela.fi/kuntoutus-tietopaketti>.

L 20.2.2015/145 Laki Kansaneläkelaitoksen kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahaetuksista. Viitattu 30.1.2022. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150145?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=laki%20vaativasta%20l%C3%A4%C3%A4kinn%C3%A4llisest%20kuntoutuksesta>.

Lääkinnällinen kuntoutus. N.d. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 26.3.2022. <https://stm.fi/laakinnallinen-kuntoutus>.

Lamarre, J., Egana, M., Kessler, D. & Sauve-Schenk, K. 2020. Occupational Performance Coaching in Assisted Living. *Physical & occupational therapy in geriatrics*. 38, 1, 1–17. Viitattu 12.2.2022. <https://janet.finna.fi>, EBSCOhost CINAHL Plus with Full Text.

Leinonen, J. 2022. Tuki- ja liikuntatelineisairauksista johtuva työkyvyttömyys. Kela. Viitattu 14.4.2022. <https://www.youtube.com/watch?v=DRAXZFuSkcY>.

Mikä sote-uudistus? N.d. Valtioneuvosto. Viitattu 26.3.2022. <https://soteuudistus.fi/uudistus-lyhyesti->

Novak, I. 2014. Evidence to Practice Commentary New Evidence in Coaching Interventions. *Physical & Occupational Therapy in Pediatrics*, 34, 2, 132–137. Viitattu 26.3.2022. <https://janet.finna.fi>, Taylor & Francis Online.

Occupational Performance Coaching (OPC). N.d. University of Otago. Viitattu 2.2.2022. <https://www.otago.ac.nz/wellington/departments/medicine/postgraduate/rehabilitation/otago695258.html>.

Pekkonen, M., Holvikivi, J., Haapala, E., Hiekkala, S., Korpi, J., Nummelin, I., Raassina, S., Rannisto, S., Seppänen, S., Teittinen, A. & Työläjärvä, R. 2022. Kuntoutuksen osaamis- ja työelämätarpeet. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 26.3.2022. [https://stm.fi/documents/1271139/2013549/20220120\\_kunfo\\_ty%C3%B6ryhm%C3%A4\\_1.pdf/40e31d92-2b4d-d472-f66a-398bf2cb7fed/20220120\\_kunfo\\_ty%C3%B6ryhm%C3%A4\\_1.pdf?t=1642668139566](https://stm.fi/documents/1271139/2013549/20220120_kunfo_ty%C3%B6ryhm%C3%A4_1.pdf/40e31d92-2b4d-d472-f66a-398bf2cb7fed/20220120_kunfo_ty%C3%B6ryhm%C3%A4_1.pdf?t=1642668139566).

Perhevapaat uudistuvat vuonna 2022. N.d. Kela. Viitattu 23.4.2022. <https://www.kela.fi/perhevapaauudistus>.

Repo, J. & Vainiemi, K. 2021. Kelan vaativa lääkinnällinen kuntoutus. Kelan tukema kuntoutus. Duodecim Oppiportti. Duodecim. Viitattu 29.1.2022. [https://www.oppiportti.fi/op/ote00192/do?p\\_haku=kelan%20vaativa%20l%C3%A4kinn%C3%A4llinen%20kuntoutus#q=kelan%20vaativa%20l%C3%A4kinn%C3%A4llinen%20kuntoutus](https://www.oppiportti.fi/op/ote00192/do?p_haku=kelan%20vaativa%20l%C3%A4kinn%C3%A4llinen%20kuntoutus#q=kelan%20vaativa%20l%C3%A4kinn%C3%A4llinen%20kuntoutus).

Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan yliopiston julkaisuja. Vaasan yliopisto. Viitattu 5.2.2022. [https://www.uwasa.fi/materiaali/pdf/isbn\\_978-952-476-349-3.pdf](https://www.uwasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf).

Stolt, M., Axelin, A. & Suhonen, R. 2016. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. 2. korjattu painos. Turku: Turun yliopisto.

Takala, T. 2018. Lääkinnällinen kuntoutus. Vakuutusratkaisut potilaan tukena. Duodecim Oppiportti. Duodecim. Viitattu 30.1.2022. [https://www.oppiportti.fi/op/vpt00035/do?p\\_haku=kelan%20vaativa%20l%C3%A4kinn%C3%A4llinen%20kuntoutus#q=kelan%20vaativa%20l%C3%A4kinn%C3%A4llinen%20kuntoutus](https://www.oppiportti.fi/op/vpt00035/do?p_haku=kelan%20vaativa%20l%C3%A4kinn%C3%A4llinen%20kuntoutus#q=kelan%20vaativa%20l%C3%A4kinn%C3%A4llinen%20kuntoutus).

Townsend, E., Beagan, B., Kumas-Tan, Z., Versnel, J., Iwama, M., Landry, J., Stewart, D. & Brown, J. 2013. Enabling: Occupational therapy's core competency. Kirjassa Townsend, EA. & Polatjko, HJ. Enabling occupation II: Advancing an occupational therapy vision for Health, Well-being, & Justice through Occupation. 2. painos. Canadian Occupational Therapy Guidelines. CAOT. ACE.

Vaativa lääkinällinen kuntoutus. 2021. Kuntoutus. Kuntoutusvaihtoehdot. Kela. Viitattu 25.1.2022. <https://www.kela.fi/vaativa-laakinnallinen-kuntoutus>.

Vehmainen, M. 2022. Toimintaterapeutit mukaan työterveyshuoltoon. TOimintaterapeutti. Suomen Toimintaterapeuttiliitto. Helsinki.