



Kirjallisuuskatsaus digitaalisten päihdekuntoutusmenetelmien vaikuttavuudesta ja mahdollisuuksista osallisuuden edistämiseksi

Ramona Salo

2021 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

**Kirjallisuuskatsaus digitaalisten päihdekuntoutusmenetelmien
vaikuttavuudesta ja mahdollisuuksista osallisuuden
edistämiseksi**

Ramona Salo
Sosionomi, rikosseuraamusala
Opinnäytetyö
Toukokuu, 2021

Ramona Salo

Kirjallisuuskatsaus digitaalisten päihdekuntoutusmenetelmien vaikuttavuudesta ja mahdollisuuksista osallisuuden edistämiseksi

Vuosi

2021

Sivumäärä

58

Opinnäytetyön tarkoitus oli kuvata digitaalisesti toteutettujen päihdekuntoutusmenetelmien vaikuttavuutta sekä niiden mahdollisuuksia osallisuuden edistämiseksi. Tavoitteena oli tuottaa uutta tietoa, joka on hyödynnettävissä sähköisten palvelujen kehittämisessä. Opinnäytetyön tilaajana toimi DigilN-hanke. Opinnäytetyön tietoperustassa kuvattiin sosiaali- ja terveysalan digitalisaation sekä sähköisten päihdekuntoutusmenetelmien lähtökohtia ja nykytilaa. Tietoperustassa avattiin myös digitaalisen osallisuuden ja syrjäytymisen käsitteitä sekä asiakaslähtöisyyttä ja saavutettavuutta digitaalisten palveluiden lähtökohtina. Lisäksi esiteltiin vaikuttavuuteen ja sen mittaamiseen liittyviä näkökulmia.

Opinnäytetyö toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena, jossa hyödynnettiin systemaattisen kirjallisuuskatsauksen menetelmää, jotta aineistohaku olisi toistettavissa. Lisäksi sisällönanalyyysissa hyödynnettiin laadullisia menetelmiä. Lopullinen aineisto koostui 13 kansainvälisestä tieteellisestä artikkelista. Opinnäytetyön tuloksista nousi viitteitä siitä, että sähköiset menetelmät voivat vähentää päihdeiden käytön useutta sekä määrää ja edistää hoitoon sitoutumista. Digitaaliset menetelmät voivat vaikuttaa myös mielenterveyteen sekä kognitioon positiivisesti. Digitaalisten menetelmien osallisuutta edistävinä seikkoina nähtiin saavutettavuus, joustavuus sekä helppokäyttöisyys. Haasteita tuottivat sähköisten menetelmien sisällön vaikea ymmärrettävyys, tekniset ongelmat sekä valvontaan liittyvät kysymykset vankilaympäristössä. Näiden seikkojen lisäksi mahdollisina kehittämiskohteina tulisi huomioida naisten, nuorten ja ikääntyneiden näkökulmat sähköistyvissä palveluissa. Myös rikostaustaisiin asiakkaisiin sekä mielenterveyden näkökulmiin keskittyvää tutkimusta tulisi edistää tulevaisuudessa.

Asiasanat: digitalisaatio, päihdekuntoutus, osallisuus, vaikuttavuus

Ramona Salo

A literature review of the effectiveness of digital substance abuse rehabilitation methods and the possibilities for promoting inclusion

Year	2021	Pages	588
------	------	-------	-----

The purpose of this Bachelor's thesis was to research the effectiveness of digitally executed substance abuse rehabilitation methods and the possibilities they offer for promoting inclusion. The aim was to produce new information that could be used for developing e-services. This thesis was commissioned by the DigilIN project. The theoretical framework described the basis and present conditions of the digitalisation of social and health services and digital substance abuse rehabilitation methods. The theoretical framework also described the concepts of digital inclusion and exclusion as well as customer orientation and accessibility as the basis for digital services. In addition, the viewpoints of effectiveness and its assessment were presented.

This Bachelor's thesis was carried out as a descriptive literature review. The method of systematic literature review was also utilized to ensure that the data search was reproducible. In addition, qualitative methods were utilized for content analysis. The final data consisted of 13 international scholarly articles. The results indicated that digital methods could reduce the amount and frequency of alcohol consumption and promote commitment to treatment. It was observed that digital methods might have also had a positive effect on mental health and cognition. Accessibility, flexibility and user-friendliness were seen as factors that promote inclusion. The challenges of digital methods turned out to be technical problems and supervision especially in prison surroundings. Also some of the content of the digital methods was seen as difficult to understand. Areas for possible development include the aforementioned challenges and the viewpoints of women, youth and senior citizens as the users of e-services. Research based on people with criminal background or mental health issues should also be addressed more in the future.

Keywords: digitalization, substance abuse rehabilitation, inclusion, effectiveness

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Toimintaympäristönä DigilN-hanke	7
3	Tietoperusta	8
3.1	Sosiaali- ja terveysalan digitalisaation lähtökohdat.....	8
3.2	Päihdekuntoutusmenetelmien sähköistyminen	9
3.3	Digitaalinen osallisuus ja syrjäytyminen	11
3.4	Digitaalisten palveluiden asiakaslähtöisyys ja saavutettavuus	12
3.5	Vaikuttavuuden mittaamisen merkitys	13
4	Tutkimusasetelma.....	14
4.1	Kuvaileva kirjallisuuskatsaus tutkimusmenetelmänä.....	14
4.2	Tutkimuskysymykset	15
4.3	Aineiston valitseminen	15
4.4	Kuvailun rakentaminen.....	19
4.5	Tulosten tarkastelu ja eettiset kysymykset	20
5	Tulokset	21
5.1	Kognitiivisbehavioraalisuuteen pohjaavien aineistojen esittely.....	21
5.2	Älypuhelinsovellukset ja muut sähköiset menetelmät aineistossa	23
5.3	Digitaalisten menetelmien asiakastyytyväisyys ja käytettävyys.....	24
5.4	Saavutettavuus ja joustavuus digitaalisten menetelmien etuna	25
5.5	Digitaaliset menetelmät vaikuttavat päihteidenkäyttöön.....	26
5.6	Vaikuttavuus suhteessa mielenterveyteen ja kognitiokykyyn.....	28
6	Johtopäätökset	29
6.1	Digitaalisten päihdekuntoutusmenetelmien kirjo	29
6.2	Asiakastyytyväisyys, käytettävyys ja saavutettavuus yhteydessä osallisuuteen...	30
6.3	Päihteidenkäyttö, mielenterveys ja hoitoon sitoutuminen osana vaikuttavuutta	32
7	Pohdinta	33
7.1	Oman ammatillisen kasvun reflektointi	33
7.2	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus.....	34
7.3	Jatkotutkimus- ja kehittämissuhteet	35
	Lähteet: Kirjallisuuskatsauksen aineisto	44
	Kuviot	46
	Taulukot	46
	Liitteet	47

1 Johdanto

Tämä opinnäytetyö on kirjallisuuskatsaus digitaalisten päihdekuntoutusmenetelmien vaikuttavuudesta. Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata digitaalisesti toteutettujen päihdekuntoutusmenetelmien vaikuttavuutta sekä mahdollisuuksia osallisuuden edistämiseksi. Tavoitteena on tuottaa uutta tietoa digitaalisten päihdekuntoutusmenetelmien vaikuttavuuden mahdollisuuksista. Saatua tietoa voidaan hyödyntää tulevaisuudessa valtakunnallisella tasolla sähköisten palvelujen kehittämisessä asiakaslähtöisestä näkökulmasta. Opinnäytetyön tilaajana toimii DigiIN-hanke, jonka yhtenä tavoitteena on tuottaa helpommin saatavia ja saavutettavia sähköisiä palveluita sosiaalisen syrjäytymisen vaarassa oleville marginaaliryhmille, kuten päihteidenkäyttäjille, mielenterveyskuntoutujille sekä vangeille (DigiIN 2020c).

Päihdekuntoutujille tarjottavien palveluiden vaikuttavuutta pyritään arvioimaan tasalaatuisten ja taloudellisesti kannattavien palveluiden varmistamiseksi. Päihdekuntoutusmenetelmät on tarkoitettu asiakkaan elämänhallinnan ja toimintakyvyn parantamiseksi, ja Suomessa erilaisia kuntoutusmenetelmiä tarjotaan monien eri palveluntuottajien toimesta (Päihdehuoltolaki 41/1986; Sosiaali- ja terveysministeriö 2020). Huoltosuhteen heikkenemisen sekä tuottavuuden ja kustannustehokkuuden vaatimusten kasvaessa digitalisaatiolla pyritään etsimään vastauksia kansalaisten terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi (Digitalisaatio terveyden ja hyvinvoinnin tukena 2016). Digitaalisten palvelujen käyttö edellyttää kuitenkin asiakkaalta entistä enemmän itseohjautuvuutta sekä osaamista palveluiden käyttöön (Heponiemi ym. 2019; DigiIN 2020c). Riski palveluista syrjäytymiseen on marginaaliryhmillä jo valmiiksi suuri, ja muuttuva yhteiskunta vaikuttaa tutkimustulosten perusteella ainoastaan lisäävän eriarvoisuutta, mikäli haavoittuvammassa asemassa olevia ei huomioida palveluita suunniteltaessa. Digitalisoituvan sosiaali- ja terveysalan myötä tulisikin varmistaa, että kansalaiset osaavat omaa osallisuuttaan vahvistaen käyttäen näitä palveluita. (Heponiemi ym. 2019.)

Valitsin aiheen, sillä tietoa sähköisten palveluiden ja menetelmien vaikuttavuudesta marginaaliryhmille on toistaiseksi Suomessa vähän. Digitaaliset palvelut ja menetelmät ovat kuitenkin tulevaisuudessa yleistymässä ja vaikuttavuutta tulee olla tarkasteltuna, kun palveluita halutaan lähteä kehittämään asiakasystävällisestä näkökulmasta. Opinnäytetyöhön on sisällytetty myös rikosseuraamusasiakkaiden näkökulmia sähköisiin päihdekuntoutuksen menetelmiin, sillä esimerkiksi Rikosseuraamuslaitoksen asiakkaista noin 80 prosentilla on päihteiden ongelmakäyttöä (Rikosseuraamuslaitos 2020a). Päihdekuntoutusmenetelmien vaikuttavuutta on tärkeää tutkia relevantin ja soveltamiskelpoisen tiedon saamiseksi. Digitaalisesti toteutettavat päihdekuntoutusmenetelmät eivät olleet minulle ennestään tuttuja, joten tahdoin opinnäytetyön aihevalinnalla myös kehittää omaa tietämystäni ja osaamistani aihealueen tiimoilta.

2 Toimintaympäristönä DigiIN-hanke

DigiIN-hankkeen tavoitteena on vastata digitalisoituvan yhteiskunnan vaatimuksiin tuottamalla parempia sähköisiä palveluita kaikille asiakasryhmille. Sosiaali- ja terveydenhuollon palvelukulttuuria uudistamalla voidaan ehkäistä haavoittuvassa asemassa olevien ihmisryhmien, kuten ikääntyneiden, päihteidenkäyttäjien sekä monikulttuurisista taustoista tulevien sosiaalista syrjäytymistä. Hanke toteutetaan vuosina 2019-2025 yhteistyössä Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen, Aalto-Yliopiston, Jyväskylän yliopiston, Laurea-ammattikorkeakoulun sekä Ikäinstituutin kanssa. (DigiIN 2020a; DigiIN 2020c.) Hanketta rahoittaa Strategisen tutkimuksen neuvosto, joka toimii Suomen Akatemian yhteydessä ja jonka tehtävänä on rahoittaa merkittäviin suomalaisen yhteiskunnan haasteisiin pureutuvia tutkimuksia (DigiIN 2020a; Suomen Akatemia 2020).

DigiIN-hanke pyrkii kiinnittämään huomiota syrjäytymisvaarassa olevien ryhmien tarpeiden tarkasteluun palveluita sähköistettäessä. Digitalisaatio vaatii sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten lisäksi myös asiakkailta osaamista sekä itseohjautuvuutta, jota haavoittuvassa asemassa olevilla ihmisryhmillä ei ole samassa määrin kuin muulla väestöllä. Kyseiset ihmisryhmät ovat myös yleensä niitä, jotka palveluita eniten tarvitsisivat. Hanke pyrkii erilaisten tutkimusmenetelmien avulla tuottamaan korkeatasoisia tieteellisiä julkaisuja sekä käytännön ratkaisuja vuorovaikutuksessa sosiaali- ja terveysalan toimijoiden kanssa. Tavoitteena on tuottaa helposti hyödynnettävää tietoa alan osaajille sekä päättäjille esimerkiksi prototyyppien, koulutusmateriaalin ja suunnitteluohjeiden muodossa. Yhteistyötä tutkimusten tiimoilta tehdään muun muassa kuntien, järjestöjen sekä ministeriöiden kanssa. (DigiIN 2020a; DigiIN 2020b.)

Hanke on jaettu erilaisten teemojen mukaan viiteen eri työpakettiin, joita organisoidaan eri toimintaympäristöistä käsin. Työpaketeissa tutkitaan tapoja edistää uutta digitaalisissa palveluissa ja etsitään rakenteellisia tekijöitä, joilla on vaikutusta osallisuuden edistämiseen tai sen vähenemiseen yhteiskunnassa. Samalla kiinnitetään huomiota digiosallisuutta koskevaan työskentelyyn sekä siihen, minkälaista osaamista ammattilaisilta tulee edellyttää asiakkaiden osallisuuden lisäämiseksi ja miten osaamista voidaan aiheen tiimoilta laajentaa. Asiakasryhmien ja ammattilaisten kokemuksia kartoittamalla pyritään varmistamaan kaikkien käyttäjäryhmien tasavertainen ja sujuva pääsy palveluiden piiriin tulevaisuudessa. (DigiIN 2020b; DigiIN 2020c.)

Tämä opinnäytetyö kohdistuu työpakettiin, jossa käsitellään sosiaalisesti marginalisoitujen ryhmien tukemista digitaalisten palveluiden käytössä. Kyseisessä työpaketissa tutkimusta tehdään erityisesti päihdeongelmaisten, vankien sekä mielenterveyskuntoutujien ryhmistä ja heidän osallistamisen mahdollisuuksistaan. Työpaketissa kartoitetaan ja analysoidaan digitaalisuuteen liittyviä kokemuksia mainittujen käyttäjäryhmien keskuudessa ja ideoidaan

kehittämismahdollisuuksia tulevaisuutta ajatellen. Uusia pedagogisia malleja pyritään kehittämään työelämän ammattilaisten lisäksi myös sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulutusta ajatellen. (DigilN 2020b.)

3 Tietoperusta

Tässä luvussa käsitellään opinnäytetyön tietoperustaa sekä toteutuksen kannalta keskeisiä käsitteitä. Opinnäytetyössä kuvaillaan digitaalisten päihdekuntoutusmenetelmien nykytilaa ja sitä, miten digitaalisuudella voidaan edistää kuntoutumista. Ensimmäisessä alaluvussa käsitellään yleisellä tasolla sosiaali- ja terveysalan digitalisaatiota ja kartoitetaan, mitä palveluiden digitalisoimisella tavoitellaan. Digitaalisten päihdekuntoutusmenetelmien yleistilaa kartoitetaan erityisesti Suomen tasolla, mutta myös kansainvälisesti. Palveluiden digitalisoitumiseen liittyvät oleellisesti digitaalisen osallisuuden ja digitaalisen syrjäytymisen käsitteet, joiden yhteyttä ihmisen hyvinvointiin sekä palveluiden sähköistämiseen käsitellään kolmannessa alaluvussa. Lisäksi tietoperustassa käsitellään asiakaslähtöisyyden ja saavutettavuuden merkitystä sähköisiä palveluita kehitettäessä sekä avataan vaikuttavuuden mittaamista ja sen suhdetta sähköisiin palveluihin.

3.1 Sosiaali- ja terveysalan digitalisaation lähtökohdat

Suomi kuuluu kansainvälisiin kärkimaihin sosiaali- ja terveysalan sähköisiä palveluita tarkasteltaessa. Terveystieteiden huollolla on käytössä esimerkiksi koko maan kattava Omakanta-palvelu sekä monissa kunnissa sähköinen hammashoidon ajanvaraus, jotka ovat seurausta jo 1980-luvulla alkaneesta terveysalan digitalisoitumisesta. (Tieto hyvinvoinnin ja uudistuvien palvelujen tukena 2020, 7-8.) Sähköisten sosiaalipalveluiden käyttö on Suomessa jakautunut kuitenkin epätasaisesti ja kuntien tarjoamien palveluiden sisällöt ja kattavuus vaihtelevat (Kauppila, Kiiski & Lehtonen 2018, 22). Suomessa palvelujen sähköistämistä edistämään on Valtiovarainministeriön toimesta kehitetty Digitalisaation edistämisen ohjelma vuosille 2020-2023. Ohjelmassa määritellyt toimenpiteet keskittyvät digitaalisten palveluiden ja tuen saatavuuden ja laadun kehittämiseen koko Suomessa (Digitalisaation edistämisen ohjelma 2020-2023).

Sähköisten asiointipalveluiden määrä sekä sosiaali- että terveysalalla on varsin matala erityisesti niissä kunnissa, joissa suurin osa palveluista tarjotaan ostopalveluna. Vaikka digipalveluilla pyritäänkin helpottamaan palvelujen äärelle pääsyä, on kaikenlaisten palvelujen määrä usein vähäisempi juuri harvaan asutuilla alueilla ja käyttö vähäisempää niissä ihmisryhmissä, jotka palveluista hyötyisivät eniten. (Kauppila ym. 2018, 22-24; Hyppönen & Ilmarinen 2016.) Toisaalta palvelun sähköinen versio voi kannustaa sellaisia henkilöitä hakemaan apua, joilla kynnyksen kotoa poistumiseen on suuri. Päihdehuollon sähköistä tarjontaa

on Suomessa toistaiseksi vähän erityisesti julkisen sektorin tuottamien päihdepalveluiden osalta. (Kauppila ym. 2018, 32.)

Muun muassa asiakkaan mahdollisuus joustavampiin, laaja-alaisempiin ja yksilöllisempiin palveluihin tukee palveluiden sähköistämistä. Tarvetta sähköisille palveluille selittää myös paine sosiaali- ja terveydenhuollon parempaan tuottavuuteen mahdollisimman vähäisillä kustannuksilla. (Digitalisaatio terveyden ja hyvinvoinnin tukena 2016; Hollis ym. 2015; Hill ym. 2017). Palveluita voidaan tarjota asiakkaalle ammattilaisten tekemän työn tukena tai kokonaan itsenäisinä omahoito-ohjelmina. Sähköisten palveluiden avulla asiakas voi saada yhteyden ammattilaiseen, tarkkarajaista apua tiettyyn ongelmaan tai ohjeita, tukea ja vaikkapa muistutuksia varatuista ajoista. Suurimmalla osalla maailman väestöstä on pääsy internetiin esimerkiksi älypuhelimella, mikä mahdollistaa sähköisten palveluiden pariin pääsemisen sosioekonomisesta asemasta riippumatta niille, jotka syystä tai toisesta eivät kasvokkain tapahtuvien palveluiden äärelle pääse tai halua hakeutua. Tällöin digitaaliset palvelut voivat mahdollistaa tuen saamisen esimerkiksi puhelimen välityksellä silloin, kun tukea eniten tarvitsee. (Naslund ym. 2017.)

Rikosseuraamusasiakkaiden palveluiden tilanne on kansainvälisesti muun väestön kuntoutuspalveluita huonompi. Digitaalisten palveluiden käytön hallinnan on todettu olevan heikkoa erityisesti vangeilla, jotka yhteiskuntaan sopeutumisen kannalta tarvitsisivat sähköisiin palveluihin liittyvää osaamista. Vankiloiden kuntoutuksessa hyödynnetään digitaalisuuden tarjoamia mahdollisuuksia varsin harvoin. (Reisdorf & Rikard 2018, 1274.) Eräissä Ison-Britannian vankiloissa Skypeä on hyödynnetty yhteydenpitoon vankien perheiden kanssa, mutta kuntouttavaan toimintaan Skypeä ei Reisdorf'n ja Jewkes'n (2016) tutkimuksessa todeta käytettäneen. Norjassa ja Belgiassa suurimmalla osalla vangeista on rajoitettu pääsy internetiin, mutta toista äärilaitaa edustaa esimerkiksi Yhdysvallat, jossa vangeilla ei ole lähtökohtaisesti pääsyä internetiin laitosten sisällä. Vankeustuomio voikin jo itsessään olla merkittävä haaste sähköisten palveluiden pariin pääsemiselle. (Reisdorf & Rikard 2018, 1274.)

3.2 Päihdekuntoutusmenetelmien sähköistyminen

Suomessa päihdehuollon riittävä järjestäminen kuuluu kuntien vastuulle. Päihdepalveluita tulisi olla tarjolla niin kutsutulla yleistasolla sekä erityistasolla eli osana sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita sekä omina, päihdehuoltoon erityisesti tarkoitettuina yksiköinä. Palvelut tulee järjestää niin, että asiakas voi hakeutua niiden pariin oma-aloitteisesti. (Päihdehuoltolaki 41/1986.) Suomessa päihdehuoltoa ja -kuntoutusta on tarjolla sekä yksityisinä että julkisina palveluina, yksilö- ja ryhmäkeskeisinä menetelminä. Päihdepalveluita tarjotaan avoimuudessa, laituskuntoutuksena sekä katkaisu- ja vieroitushoitona (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020.)

Päihdeet ovat yksi keskeisimmistä tekijöistä rikollisen elämäntavan jatkumiselle ja siksi päihdeiden käyttöön pyritään myös vankeusaikana puuttumaan erilaisten menetelmien avulla.

Esimerkiksi vankiloissa on mahdollisuus aloittaa tai jatkaa vieroitushoitoa sekä osallistua erilaisiin motivointiohjelmiin, joita toteutetaan sekä yhteisö- että yksilömuotoisina. Vertaisryhmätoimintaan osallistuminen on mahdollista, samoin vankilan ulkopuoliseen päihdehoito- tai kuntoutuslaitokseen sijoittaminen korkeintaan puolen vuoden pituiseksi ajanjaksoksi. (Rikosseuraamuslaitos 2020a.) Joitakin päihdeohjelmia, kuten Antiriippuvuudet-motivointiohjelmaa, tarjotaan myös yhdyskuntaseuraamustoimistojen asiakkaille (Rikosseuraamuslaitos 2019).

Kauppilan ym. (2018, 29) raportissa todettiin erityisesti julkisen sektorin tuottamien sähköisten päihdepalveluiden määrän olevan vähäinen ja keskittyvän lähinnä kuntien tarjoamiin nettiajanvarausmahdollisuuksiin. Helsingin kaupunki on kuitenkin lisännyt päihdepalveluiden joukkoonsa Helsinki Recovery App -sovelluksen, joka tarjoaa tietoa päihderiippuvuudesta ja siitä toipumisesta päihteidenkäyttäjille, heidän läheisilleen sekä ammattilaisille. Sovellukseen on kehitetty muun muassa päiväkirja sekä erilaisia mittareita esimerkiksi toimintakyvyn arvioimiseksi. (Helsinki 2020.) Kolmannen sektorin toimijat ovat kuitenkin julkista sektoria tyypillisempiä digitaalisten palveluiden tarjoajia (Kauppila ym. 2018, 32). Esimerkiksi A-klinikkasäätiö tarjoaa verkkoterapiaa alkoholinkäytön vähentämiseen sekä etävastaanottoja, joissa ammattilaisen kanssa keskustellaan luottamuksellisesti omasta elämäntilanteesta. Molempia palveluita tarjotaan koko Suomen alueelle. Verkkoterapiassa tehdään päihteettömyyttä tukevia tehtäviä, joita ammattilaisen kanssa käsitellään terapiaistunnoissa. (Kauppila ym. 2018, 32; A-klinikka 2020.) Myös Päihdelinkki tarjoaa päihdeongelmiin sähköisiä oma-apu-ohjelmia, joissa hyödynnetään muun muassa videoita sekä ohjeita käytön vähentämistä tukemaan (Päihdelinkki 2020).

COVID-19 viruksen leviämisen estämiseksi Suomessa on tehty maaliskuun 2020 jälkeen useaan otteeseen rajoituksia kasvokkain tapahtuviin asiakaskontakteihin. Palveluita siirrettiin tai muokattiin nopealla tahdilla sähköiseen muotoon sopivammaksi, mutta esimerkiksi monia matalan kynnyksen kohtaamispaikkoja suljettiin (Korhonen 2020, 6-7.) Esimerkiksi avohoidon vastaanottopalvelut on pitkälti korvattu etäyhteyksillä, jotka vaikuttavat tavoittaneen erityisesti nuoria asiakkaita. Huolta on kuitenkin herättänyt palveluiden ulkopuolelle jäävä ryhmä, jolle sähköiset palvelut eivät syystä tai toisesta ole soveltuneet. Jalkautuvan työn merkitys on kasvanut, ja sitä onkin pyritty tehostamaan laajalti. (Partanen, Kuussaari & Viskari 2020.) Etäyhteyksien käytön koetaan olevan tulevaisuudessakin varteenotettava lisäys perinteisen asioinnin rinnalle (Korhonen 2020, 6-7), mutta etäyhteyksien ei ajatella korvaavan kasvokkain tehtävän työn merkitystä (Partanen, Kuussaari & Viskari 2020). Kansainväliselläkin tasolla COVID-19-pandemian aikana on kehitelty esimerkiksi vertaistukeen painottuvia sähköisiä palveluita, kuten videovälitteisiä ryhmiä, sosiaalisen median sivustoja sekä erilaisia keskustelualustoja päihteidenkäyttäjää varten. Näkemyksenä onkin, että pandemia on ongelmistaan huolimatta mahdollistanut päihdehoitoon liittyvien ongelmien tarkastelemisen ja

monipuolisten ratkaisujen etsimisen myös pidempää aikaväliä ajatellen. (Bergman & Kelly 2020).

3.3 Digitaalinen osallisuus ja syrjäytyminen

Palvelujen sähköistämällä pyritään tasa-arvoisuuden ohella lisäämään kansalaisten osallisuutta (Heponiemi ym. 2019). Asiakasosallisuuteen liittyy digitaalinen osallisuus, joka voidaan käsittää yksilöiden ja ryhmien kyvyksi päästä käyttämään tietotekniikan tuottamaa informaatiota. Tähän informaatioon lasketaan kuuluvaksi muun muassa pääsy internetiin tärkeäksi koetun sisällön ja palveluiden pariin sekä kyky löytää ja käyttää tietoa internetistä. (Helsper 2008, 18; Perlgut ym. 2011, 1-2; Farooq ym. 2015.) Digitaaliselle osallisuudelle on vastapainona digitaalisen syrjäytymisen käsite, jossa kansalaisella ei syystä tai toisesta ole pääsyä sähköisten palveluiden pariin tai tarvittavaa osaamista niiden hyödyntämiseen. Tällöin henkilö on vaarassa pudota modernin yhteiskunnan ulkopuolelle, sillä moni yhteiskunta pyörii nykyään suurelta osin sähköisten palveluiden varassa. (Farooq ym. 2015.) Digitaalisen osallisuuden tai syrjäytymisen kokemuksia voivat myös korostaa yksilön asenne ja kiinnostus digitaalisuutta ja sähköisiä palveluita kohtaan ylipäätään (Helsper 2012).

Digitaalisen osallisuuden merkitys ihmisen kokonaisvaltaiselle osallisuuden kokemukselle on merkittävä (Helsper 2008, 37). Matalat osallisuuden kokemukset ovat tutkimusten mukaan yhteydessä muun muassa yksinäisyyteen ja vakavaan psyykkiseen kuormittuneisuuteen, kun taas osallisuuden kokemukset lisäävät toivoa ja turvallisuuden tunnetta ja parantavat kokonaisvaltaista terveyttä. Osallinen ihminen kokee voivansa vaikuttaa omaan elämäänsä sekä yhteisön ja yhteiskunnan asioihin omana itsenään. (THL 2020.) Sosiaalisesta näkökulmasta osallisuus nähdään keinona torjua köyhyyttä ja syrjäytymistä ja edistää tasa-arvon toteutumista. Osallisuus on subjektiivinen kokemus, mutta sitä on todettu voitavan parantaa muun muassa sosiaaliturvan takaamisella sekä kansalaisten pääsillä sosiaali- ja terveyspalveluiden pariin. (Leemann, Kuusio & Hämäläinen 2015, 1-3.)

Digitalisoituminen saattaa kasvattaa eriarvoisuutta eri ihmisryhmien välillä, mikäli palveluita suunniteltaessa ja kehitettäessä ei huomioida erityisryhmien tarpeita. Digitaalisten palvelujen käyttö edellyttää asiakkailta digiosaamista ja itseohjautuvuutta, joita monilla erityisryhmiin kuuluvilla ei ole. Toisaalta erityisryhmiin kuuluvilla olisi useammin myös tarvetta palvelujen hyödyntämiselle kuin muilla ihmisryhmillä. (Heponiemi ym. 2019; Helsper 2012.) Esimerkiksi rikosseuraamusasiakkailta on Kriminaalihuollon tukisäätiön (2018) sekä Reisdorfin ja Rikardin (2018, 1286) mukaan suuri palvelujen tarve monien erilaisten ongelmien vuoksi, mutta puutteelliset digitaidot suhteessa nyky-yhteiskunnan vaatimuksiin lisäävät todennäköisyyttä palvelujen ulkopuolelle jäämiseen. Eryteisesti pitkiä vankeustuomioita suorittavat ovat digitaalisen syrjäytymisen vaarassa, sillä heillä ei ole tyypillisesti pääsyä sähköisiin palveluihin vankeusaikana tai osaamista tällaisten palveluiden hyödyntämiselle siinä määrin kuin nyky-

yhteiskunnat vaativat (Taugerbeck ym. 2019). Palveluiden äärelle pääseminen ja digitaitojen vahvistaminen tukisi kuitenkin rikosseuraamusasiakkaiden yhteiskuntaan uudelleensijoittumista ja vähentäisi uusintarikollisuutta (Kriminaalihuollon tukisäätiö 2018).

Suomessa vankien kokemuksiin haasteisiin digitaalista osallisuutta koskien pyritään vastaamaan Rikosseuraamuslaitoksen Älykäs vankila -hankkeella. Hämeenlinnan uusi naisvankila valmistui loppuvuodesta 2020 ja on näin Suomen ensimmäinen älyvankila. Digitaalisten ratkaisuiden avulla edistetään vankien mahdollisuutta sähköiseen asiointiin, millä puolestaan pyritään edistämään sekä digiosallisuuden että sosiaalisen osallisuuden kokemuksia. (Rikosseuraamuslaitos 2020b.) Sähköisistä palveluista esimerkkinä Rikosseuraamuslaitos on ottanut käyttöön Suomi.fi -viestipalvelun, jonka avulla vanki voi vastaanottaa ja lähettää sähköpostia viranomaisille turvallisella yhteydellä (Rikosseuraamuslaitos 2020c). Pitkän tähtäimen tavoitteena on, että Rikosseuraamuslaitoksen muissakin yksiköissä voitaisiin digitalisoida osittain sekä toimintaa että kuntoutusprosesseja (Rikosseuraamuslaitos 2020b).

3.4 Digitaalisten palveluiden asiakaslähtöisyys ja saavutettavuus

Asiakasosallisuuteen on vahvasti yhteydessä myös asiakaslähtöisyys. Digitalisaatio terveyden ja hyvinvoinnin tukena (2016) -linjauksien mukaan sosiaali- ja terveystieteiden digitalisoinnin periaatteisiin tulevaisuudessa kuuluu palvelujen kehittäminen asiakaslähtöisesti eri asiakasryhmien erityispiirteet huomioiden. Asiakaslähtöisyyden lisääminen on Suomessa myös SOTE-uudistuksen tuottaman palvelujärjestelmän uudistamisen keskeisiä tavoitteita. Asiakaslähtöisyyden ytimessä annetaan palvelunkäyttäjille mahdollisuus osallistua palveluihin, mikä nähdään SOTE-uudistuksen strategiassa palvelunkäyttäjien oikeutena. Kehittämistyössä tärkeinä elementtinä ovat asiakkaiden antamat arviot palvelujen ja palvelukokonaisuuksien toiminnasta. (THL 2019.)

Asiakasosallisuuden toteutumista voidaan arvioida ja seurata esimerkiksi asiakaspalautekyselyiden avulla, jotka voivat toimia tärkeänä tapana kehittää mahdollisimman vaikuttavia palveluja (Hyppönen & Ilmarinen 2016; THL 2019). Asiakaspalautteen keräämisen lisäksi esimerkiksi älypuhelimien sovelluksia kehitetään muun muassa keräämällä dataa sovelluksen käyttäjistä sekä heidän tarpeistaan ja tottumuksistaan. Kerätyn tiedon avulla voidaan tarjota asiakkaan tarpeisiin vastaavia palveluita ja mahdollisesti oppia hahmottamaan interventioiden vastaanottavuuden kannalta merkittävimpiä ajankohtia. Lisäksi ymmärrys terveyskäyttäytymisestä, myös päihderiippuvuudesta, voi lisääntyä kerättyä dataa analysoimalla. (Marsch ym. 2020).

Asiakaslähtöisyydestä keskusteltaessa on huomioitava saavutettavuuden käsite. Digitaalisten palveluiden saavutettavuutta pyritään Suomessa edistämään SOTE-uudistuksen yhteydessä (THL 2019). Saavutettavuudella tarkoitetaan digitaalisissa ympäristöissä sitä, että mahdollisimman moni ihminen voi käyttää erilaisia sähköisiä palveluja itsenäisesti. Tämä vaatii palvelujen

helppokäyttöisyyden lisäksi ymmärrettävää kieltä sekä teknisen toteutuksen onnistumista. (Aluehallintovirasto 2021.) Suomessa muun muassa saavutettavuuden vaatimuksista sähköisiä palveluita koskien määrätään Laissa digitaalisten palvelujen tarjoamisesta (306/2019), jossa korostetaan esimerkiksi juuri sähköisen sisällön ymmärrettävyyden merkitystä suhteessa laadukkaisiin ja helposti saavutettaviin palveluihin. Asiakaslähtöinen ajattelu ja saavutettavat palvelut nähdään hyvinvointia lisäävänä tekijänä sekä tapana kehittää vaikuttavia palveluita tulevaisuudessa (THL 2019).

3.5 Vaikuttavuuden mittaamisen merkitys

Vaikuttavuuden mittaamisen keskiössä ovat lähtökohtaisesti asenteiden tai käyttäytymisen muutokset (Hakkarainen 2020). Vaikuttavuuden arvioimista tarvitaan sosiaalialalla, jotta voidaan tunnistaa toimivia ja tarkoituksenmukaisia työskentelyn menetelmiä sekä kehittää palveluita asiakkaiden tarpeita parhaiten tukeviksi. Päättäjien katsotaan tarvitsevan tietoa ja näyttöä vaikuttavuudesta, jotta resursseja osataan kohdentaa suunnitelmallisesti oikeisiin menetelmiin. (Kivipelto, Blomgren, Karjalainen & Saikkonen 2013, 17-18; Lagomasino, Zatzick & Chambers 2010.) Yhteiskunnallisesti tehokkaampien resurssien käyttö edellyttää kustannusarvioiden tekemistä, joissa arvioidaan esimerkiksi toimenpiteen kustannuksia suhteessa mahdollisen syrjäytymisen aiheuttamiin kustannuksiin (Piirainen & Kettunen 2018, 58). Tavoitteisiin kustannustehokkuudesta pyritään vastaamaan digitaalisten palveluiden avulla, joiden toivotaan tuovan taloudellisia säästöjä ja mahdollistavan työntekijäresurssien suuntaamisen erityistä tukea tarvitsevien kanssa asiointiin kasvokkain (Hakkarainen 2020).

Vaikuttavuuden arvioimiselle ei sosiaalialalla ole selkeitä käytäntöjä käsitteen abstraktiuden vuoksi. (Kivipelto ym. 2013, 17-20; Piirainen & Kettunen 2018, 20). Kaiken vaikuttavuuden arvioinnin haasteena voidaan pitää sitä, ettei varmuutta voida saada juuri tietyn menetelmän vaikuttavuudesta, vaan muutokseen johtavia syitä voi olla useita. Vaikutukset saattavat myös ilmetä vasta vuosia intervention tai toimenpiteen jälkeen. Tehtyä työtä voi olla haastava saada mitattavaan muotoon, osin toisistaan eroavien käytäntöjen ja käsitteiden vuoksi. Palveluiden ja menetelmien vaikuttavuuteen on alettu Suomessa keskittyä sosiaali- ja terveydenhuollossa kunnolla vasta 2010-luvulla ulkoisten vaatimusten myötä, mutta vieläkin laajojen vaikuttavuustutkimusten tekeminen ei ole tavallista. (Kivipelto ym. 2013, 17-20; Piirainen & Kettunen 2018, 20).

Usein vaikuttavuutta lähdetään arvioimaan esimerkiksi asiakastyölle asetettujen tavoitteiden toteutumista tarkastelemalla. Tämä tarkoittaa tyypillisesti palvelunkäyttäjien elämänhallinnan ja toimintakyvyn muutoksien ja sosiaalisen osallisuuden kokemusten tarkastelemista. Elämäntilanteessa tapahtuneet muutokset ovat oikeastaan ainoita konkreettisia asioita, joita vaikuttavuutta tutkiessa voidaan mitata. (Kivipelto ym. 2013, 21; Piirainen & Kettunen 2018, 58.) Rikosseuraamusalalla kuntoutuksen vaikuttavuutta arvioidaan pääosin uusintarikollisuuden

ilmenemisellä intervention jälkeen verrokkiryhmään suhteutettuna. Myös toimenpiteeseen ennalta asetettujen tavoitteiden toteutumisen voidaan ajatella kertovan yksittäisen toimenpiteen vaikuttavuudesta. (Tyni 2015, 2-3.) Sähköisten palveluiden vaikuttavuuden mittaamisessa pätevät pitkälti samat kriteerit kuin kasvokkain tapahtuvissakin palveluissa. Digitaalisissa palveluissa voidaan kuitenkin keskittyä myös siihen, miten ihmisten valmius käyttää palveluita muuttuu sähköistymisen yleistyessä. Myös yksittäisen palvelun osallistavat tai syrjäyttävät vaikutukset tulee arvioida, jotta voidaan kehittää mahdollisimman vaikuttavia palveluita kaikille kansalaisille. (Hakkarainen 2020.)

4 Tutkimusasetelma

Tämä opinnäytetyö toteutettiin kirjallisuuskatsauksena, jonka tavoitteena on jo tutkittua tietoa yhdistelemällä luoda uutta tietoa valitusta aiheesta. Kirjallisuuskatsauksen avulla voidaan myös arvioida ja kritisoida teoriaa sekä rakentaa kokonaiskuvaa jostakin aihealueesta poikkeavuudet ja samankaltaisuudet huomioimalla. Kirjallisuuskatsaus ei ole tiivis referointi jostakin tekstistä, vaan nimenomaan laaja-alainen ja kriittinen tarkastelu tutkimuskysymysten pohjalta. (Kangasniemi ym. 2013, 293-294; Salminen 2011, 4.)

Kirjallisuuskatsauksen tulee menetelmänä olla systemaattisesti toteutettu ja toistettavissa oleva. Kirjallisuuskatsaus perustuu johtopäätöksiin, joita tehdään korkeatasoisista tutkimuksista, ja sen tulee sisältää kriittistä tarkastelua tutkitun aiheen tiimoilta. Muiden tutkimusmenetelmien tavoin kirjallisuuskatsauksen tulee täyttää hyvän tieteellisen tutkimuksen tavoitteet, joihin kuuluu kriittisen tarkastelun lisäksi esimerkiksi objektiivisuuden tavoite. (Salminen 2011, 4-7.)

4.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus tutkimusmenetelmänä

Opinnäytetyö toteutettiin kuvailevana eli narratiivisena kirjallisuuskatsauksena. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on yksi yleisimmistä käytetyistä kirjallisuuskatsauksen tyypeistä, jossa käytetyt aineistot ovat laajoja ja tutkittavaa ilmiötä kuvataan niin ikään laaja-alaisesti. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen prosessia ohjaavat määritellyt tutkimuskysymykset, joihin etsitään vastausta jo olemassa olevista tutkimuksista. Tutkimuskysymykset ovat kuitenkin väljempiä ja enemmän muokkailtavissa löytyvän tiedon pohjalta kuin esimerkiksi systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa. (Salminen 2011, 6.) Opinnäytetyössä hyödynnettiin systemaattisen kirjallisuuskatsauksen systemaattista raportointia, jotta tutkimus olisi tarvittaessa toistettavissa.

Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa valitun aineiston perusteella tuotetaan laadullinen vastaus, jossa käsitellään ilmiötä koskevia uusia näkökulmia. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus rakentuu kuvailun, aineistolähtöisyyden sekä ilmiön ymmärtämisen ympärille. Kuvaileva

kirjallisuuskatsaus voidaan jakaa neljän vaiheen muodostamaksi kokonaisuudeksi: tutkimuskysymysten muodostaminen, aineiston valinta, kuvailun rakentaminen sekä tuotetun tuloksen tarkasteleminen. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa edetään näiden vaiheiden mukaan, mutta vaiheet saattavat edetä osin päällekkäisessä suhteessa toisiinsa. (Kangasniemi ym. 2013, 294-295.)

4.2 Tutkimuskysymykset

Kirjallisuuskatsauksen tutkimuskysymykset ovat keskeisiä opinnäytetyön toteuttamisen kannalta. Tutkimuskysymysten määrittelyä edeltää alustava kirjallisuuskatsaus, jonka avulla tutkimuskysymykset voidaan liittää osaksi laajempaa teoreettista viitekehystä. Tutkimuskysymykset liittyvät tyypillisesti johonkin ilmiöön, jonka monipuolisen tarkastelun takaamiseksi tutkimuskysymykset eivät saa olla liian suppeita. Kuitenkin onnistunut tutkimuskysymys on rajattu riittävän täsmällisesti, jotta tarkasteltavaa ilmiötä voidaan tutkia syvällisellä tasolla. (Kangasniemi ym. 2013, 294-295).

Tutkimuskysymykset muodostettiin opinnäytetyön tavoitteen ja tarkoituksen avulla. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata digitaalisten päihdekuntoutusmenetelmien vaikuttavuutta ja osallisuuden mahdollisuuksia. Tavoitteena oli tuottaa uutta ja valtakunnallisestikin sovellettavaa tietoa aiheesta DigilN-hankkeelle. Tarkoituksen ja tavoitteen pohjalta tutkimuskysymyksiksi muotoutuivat oheiset kysymykset.

1. *Miten erilaisia digitaalisia päihdekuntoutusmenetelmiä on toteutettu?*
2. *Miten päihdekuntoutusmenetelmien digitaalisuus voi edistää osallisuutta?*
3. *Minkälaista vaikuttavuutta digitaalisilla päihdekuntoutusmenetelmillä on?*

Tutkimuskysymykset jätettiin tarpeeksi laajoiksi, jotta kohtuullisen vähän tutkitusta aiheesta saataisiin tietoa kattavasti. Tutkimuskysymykset muokkautuivat hieman opinnäytetyöprosessin edetessä. Näin kysymykset saatiin vastaamaan paremmin opinnäytetyön tavoitteeseen ja tarkoitukseen, mikä on kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa olennaista.

4.3 Aineiston valitseminen

Opinnäytetyön aineiston valintaa ohjaavat tutkimuskysymykset. Aineiston valinnassa tulee huomioida alkuperäistutkimusten vastaavuus suhteessa omiin tutkimuskysymyksiin. Aineiston tulisi avata tai kritisoida ennakkoon määrättyjä tutkimuskysymyksiä. Aineisto koostuu aiemmin julkaistusta tiedosta ja opinnäytetyön tietolähteenä käytetään painettuja lähteitä sekä elektronisia tieteellisiä hakukantoja. Tämän opinnäytetyön aineiston valinnassa käytettiin niin kutsuttua eksplisiittistä valintaa, jossa systemaattisesti raportoidaan aineiston valintaprosessin vaiheet. Keskeinen painoarvo on kuitenkin aineiston sisällöllä ja tutkimuskysymyksiin

vastaamisella, eikä yksityiskohtaisella hakukriteerien seuraamisella. (Kangasniemi ym. 2013, 295-296.)

Aineiston valinnassa ennakkoon määritellyillä hakukriteereillä etsittiin ennakkoon määritellyistä tietokannoista tutkimuskysymyksiin vastaavia artikkeleita. Hauissa käytetyt tietokannat olivat kaikki sähköisiä, millä haluttiin varmistaa ajankohtaisen tiedon saavuttaminen. Lisäksi opinnäytetyön tekoaikana vallinnut COVID-19 -pandemia asetti omat rajoituksensa kirjastojen hyödyntämiselle. Kyseiset tietokannat valittiin, sillä niistä arvioitiin löytyvän ajankohtaisia ja laadukkaita tutkimuksia sosiaali- ja rikosseuraamusalaa ajatellen. Aineiston löytämiseen käytettiin seuraavia tietokantoja:

- EBSCOhost
- ProQuest Central
- Sage Premier

Lisäksi yksi aineiston artikkeleista löytyi manuaalisen haun avulla Google Scholarista. Hakuja tehdessä tuli huomioida tietokantojen eroavaisuudet. Hakutermejä muokattiin tietokantoihin sopiviksi ja rajauksia tehdessä hakuihin sisällytettiin esimerkiksi vain tutkimusartikkelit tai vertaisarvioidut artikkelit sekä tekstit, jotka olivat saatavilla kokopitkinä. Myös erilaisten aiheajauksen käyttö tuli joissakin tietokannoissa tarpeelliseksi hakutulosten suuren määrän vuoksi. Lisäksi aiheajauksien avulla pystyttiin karsimaan pois hakutuloksista tutkimusaiheeseen liittymättömät artikkelit.

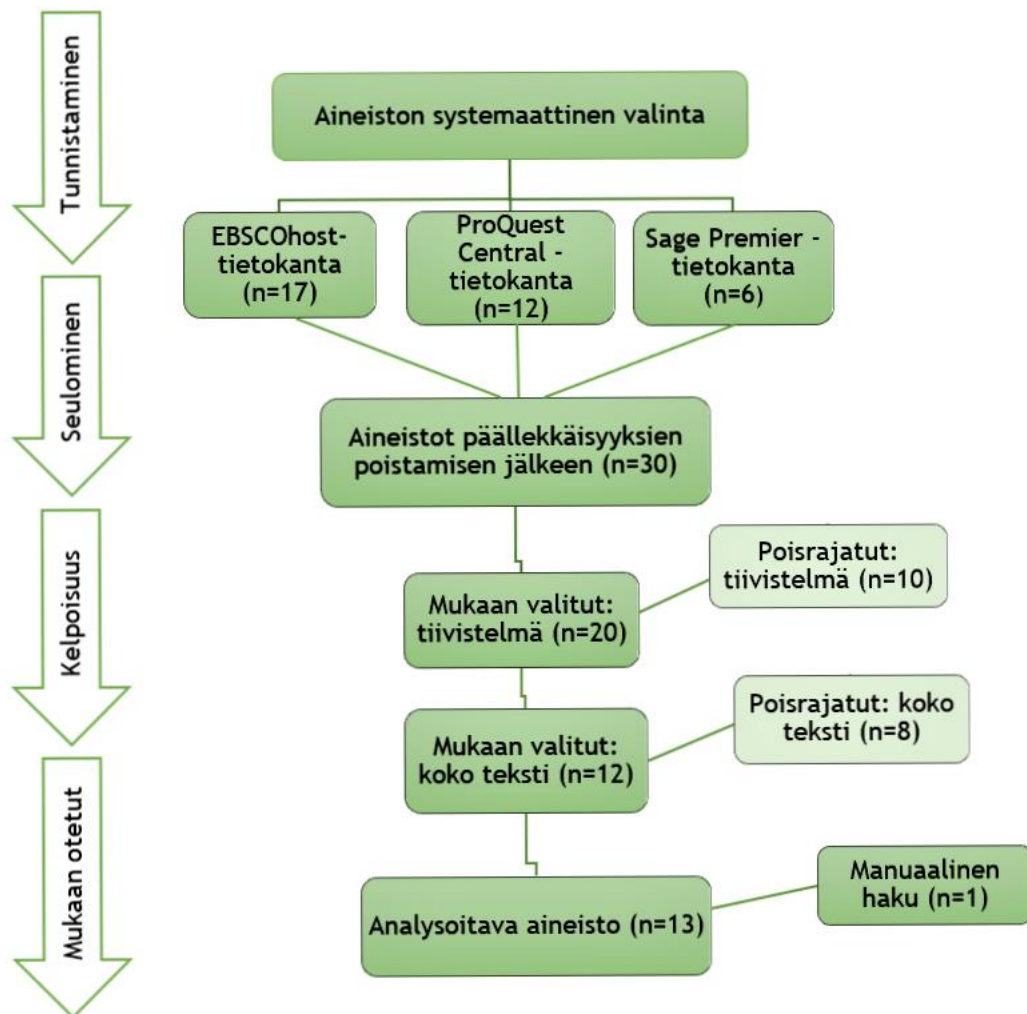
Tietokantojen toimintaa sekä artikkelien laatuun liittyviä arvioita tehtiin harjoitushakujen avulla ennen varsinaisia hakuja. Aineistoa etsittäessä hyödynnettiin myös tietokantojen rajausmahdollisuuksia, kuten aika- ja kielirajauksia (Kivelä 2020; Komulainen, Alastalo & Vierula 2018). Tässä opinnäytetyössä käytettyjen tietokantojen haut ohjautuvat Boolean operaattorin avulla, jonka tehtävänä on ohjata hakutermin käytössä. Esimerkiksi sanojen AND, OR ja NOT avulla hakutermejä pystyttiin yhdistelemään tai erottelemaan ja fraasihaun yhteydessä termit laitettiin lainausmerkkien sisään. Hakutermejä pystyttiin myös laajentamaan katkaisumerkin * avulla, jolloin tietokanta etsi sanan rungon perusteella hakutuloksia. Tämän kirjallisuuskatsauksen aihetta tutkiessa kävi ilmi, että pidemmät hakusanayhdistelmät ja synonyymien käyttö antoivat osuvampia hakutuloksia kuin lyhyet sanayhdistelmät. Myös hakutermin katkaisu todettiin hyödylliseksi joissakin tietokannoissa. Erityisesti ProQuest Central -tietokanta tarjosi otsikoltaan lupaavia ja aiheeseen liittyviä artikkeleja, mutta hakutuloksia tuli jopa joitakin tuhansia. Kaikkien tulosten läpikäyminen ei olisi ollut mielekäästä, joten Subject-työkalua käyttäen hakutulosten määrää saatiin pienennettyä niin, että lupaavalta vaikuttavat artikkelit säilyivät hakutuloksissa mukana.

Kirjallisuuskatsauksessa käytettävän aineiston valitsemiseen käytetään sisäänotto- ja poissulkukriteerejä. Käytettävien artikkelien määrää rajoitetaan kriteerien avulla artikkelin otsikon, tiivistelmän ja lopuksi koko tekstin perusteella. (Kivelä 2020; Komulainen ym. 2018.) Oheisessa taulukossa on kuvattu tämän opinnäytetyön tekemisessä käytetyt aineiston sisäänotto- ja poissulkukriteerit, jotka varmistivat valittavien artikkelien tarkoituksenmukaisuuden suhteessa opinnäytetyön tarkoitukseen ja tavoitteeseen. Kyseiset kriteerit määriteltiin ajankohtaisen ja luotettavan tiedon sekä tutkimuskysymyksiin vastaavan aineiston löytämiseksi. Suomi ja englantia valittiin tutkimusten julkaisukieliksi opinnäytetyön tekijän kielitaidon perusteella.

Sisäänottokriteerit	Poissulkukriteerit
Vastaa ainakin yhteen tutkimuskysymykseen	Ei vastaa yhteenkään tutkimuskysymykseen
Vuodesta 2010 vuoteen 2020 julkaistut	Ennen vuotta 2010 julkaistut
Tutkimus julkaistu suomeksi tai englanniksi	Tutkimus julkaistu muulla kielellä kuin suomeksi tai englanniksi
Vertaisarvioitu tai tieteellinen artikkeli	Opinnäytetyöt
Päihdekuntoutusmenetelmät	Muut kuntoutusmenetelmät
Digitaaliset menetelmät	Muutoin kuin digitaalisesti toteutettavat menetelmät

Taulukko 1: Sisäänotto- ja poissulkukriteerit

Osana aineiston valintaprosessia syyt artikkelien sisäänottoon tai poissulkuun kirjattiin systemaattisesti ylös sen jälkeen, kun aineiston valintaprosessissa oli edetty tiivistelmän mukaan valitsemisen vaiheeseen. Oheisessa kuviossa on kuvattu aineiston systemaattinen valintaprosessi mukailen Axelin, Stolt & Suhonen (2016, 63).



Kuvio 1: Aineiston systemaattinen valinta

Opinnäytetyön toteuttamista varten tietokannoista haettiin artikkeleita ennakkoon määriteltyjen hakutermin avulla. Hakutermit liittyivät tutkittavaan aiheeseen ja pyrkivät vastaamaan tutkimuskysymyksiin. Hakusanoista tehtiin vastineet sekä suomeksi että englanniksi. Seuraava taulukko havainnollistaa aineistonhaussa käytettyjä hakutermejä:

Hakusanat suomeksi	Hakusanat englanniksi
päihdeongelmat alkoholiriippuvuus huumausaineriippuvuus päihdekuntoutus päihderiippuvuus addiktio	substance abuse/use drug abuse/use alcohol abuse/use substance abuse rehabilitation substance use disorder (SUD) addiction
kuntoutus interventio menetelmä	rehabilitation intervention method
digitalisaatio digitaalisuus digi* tietokonepohjainen internet sähköiset palvelut teknologia	digitalization/digitalisation digital*/digi* computer-based internet e-services technology telemedicine online
vaikuttavuus vaikuttava	efficiency effectiveness efficacy effective
rikoksentekijä(t) vanki vankila	offender inmate criminal incarcerated people prison

Taulukko 2: Hakutermit

Hakutermit muuttuivat hieman opinnäytetyöprosessin edetessä, sillä joitakin termejä muuttamalla tai uusia termejä lisäämällä saatiin parempaa vastaavuutta tutkimuskysymyksiin, mikä on kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa olennaista. Joidenkin alun perin käytettäväksi suunniteltujen termien todettiin harjoitushakujen tekovaiheessa antavan tutkittavaan aiheeseen liittymättömiä tuloksia, jolloin tällaiset termit jätettiin pois ennen varsinaisten hakujen toteuttamista. Lupaavien artikkelien avainsanoja läpikäymällä löydettiin myös kuvaavampia ja ajankohtaisempia termejä, joita hyödynnettiin aineiston etsimisessä.

4.4 Kuvailun rakentaminen

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen kuvailun ytimenä on valittuihin tutkimuskysymyksiin vastaaminen aineiston perusteella. Kuvailussa tehdään synteesiä saadusta aineistosta ja analysoidaan sisältöä kriittisesti. Valitusta aineistosta luodaan siis jäsentynyt kokonaisuus aineiston sisäisen vertailun, tiedon analysoimisen sekä päätelmien tekemisen avulla.

(Kangasniemi ym. 2013, 296-297). Analysoidun aineiston sekä tuloksista tehdyn synteesin pohjalta opinnäytetyössä voitiin esittää johtopäätöksiä sekä kehittämissuhteita (Kivelä 2020; Komulainen, Alastalo & Vierula 2018).

Tämän opinnäytetyön kuvailun rakentamisessa hyödynnettiin erilaisia kirjallisuuskatsauksille tyypillisiä menetelmiä sekä laadullisen tutkimuksen menetelmiä. Kaikista teksteistä kirjoitettiin sähköisesti yhteenveto, jossa painotettiin tutkimuskysymyksiin vastaavia yksityiskohtia. Tämän jälkeen kirjallisuuskatsaukselle tyypilliseen tapaan aineisto raportoitiin tutkijantaulukkoon (liite 1), josta käy tiivistetysti ilmi valitun aineiston sisältö ja tulokset. Varsinaista sisällönanalyysia helpottamaan tehtiin taulukointia sekä tulosten teemoittelua esimerkiksi koodausta apuna käyttäen, jolloin tietoa pystyttiin vertailemaan. Teemoittelussa havainnoidaan sisällön analysoimiseksi tärkeitä tekijöitä, jonka jälkeen tekijöille keksitään yhteisiä nimittäjiä eli teemoja (KvaliMOTV 2021a). Tässä opinnäytetyössä analyysivaiheeseen valitut artikkelit tulostettiin ensin paperiseen muotoon, jonka jälkeen tekstit käytiin läpi ja niistä etsittiin tutkimuskysymyksiin vastaavia yhteneviä näkökulmia sekä eroavaisuuksia, jotka merkittiin papereihin merkkauksien avulla. Tämän jälkeen kolmen tutkimuskysymyksen aiheeseen nojautuen tehtiin paperisia miellekarttoja, joihin kirjattiin esimerkiksi vaikuttavuuteen sekä asiakastyytyväisyyteen liittyvät ilmaukset teksteistä. Ilmaukset värikoodattiin koskemaan samaa näkökulmaa tai samankaltaista lähestymistapaa aiheeseen. Värikoodauksen avulla aineistosta saatiin poimittua tutkimuskysymysten ja opinnäytetyön tarkoituksen kannalta olennaisia asioita, jolloin saatiin käsitys aineiston sisällöstä ja varsinaisen analyysin tekeminen helpottui (KvaliMOTV 2021b).

Teemoittelua lähdettiin seuraavaksi rakentamaan värikoodattujen ilmausten pohjalta sähköisten kaavioiden muotoon. Kaavioihin hahmoteltiin tutkimuskysymyksiin vastaamisen kannalta oleelliset pääotsikot, jotka jakoutuivat ylä- ja alaotsakkeisiin. Pääotsikoiksi muodostuivat digitaaliset menetelmät, osallisuuden edistäminen sekä vaikuttavuus. Aineiston perusteella digitaalisten menetelmien alle kirjattiin omaksi yläotsakkeeseen menetelmien kirjo, kuten tietokonepohjaiset menetelmät sekä sovellukset, ja toiseksi yläotsakkeeksi erilaisten menetelmien rakenteelliset seikat, kuten tutkimusten verrokkiryhmät ja tutkimusten kesto. Osallisuuden edistäminen jakautui yläotsikoina mahdollisuuksiin ja haasteisiin, joita opinnäytetyön aineistosta nousi esiin. Vaikuttavuus jakautui kolmeen tekijään, päihteisiin, mielenterveyteen sekä kognitioon. Yläotsikoiden perusteella koottiin opinnäytetyön tulososion alalukuja ja kaavion alaotsakkeiden perusteella alalukujen sisällöt. Koko opinnäytetyöprosessin ajan hakukriteerit sekä tiedon etsintätavat merkittiin huolellisesti ylös.

4.5 Tulosten tarkastelu ja eettiset kysymykset

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen viimeinen vaihe on tulosten tarkastelu. Tuloksia tarkasteltaessa pohditaan sekä tutkimuksen sisällöllisiä seikkoja että toteutuksessa käytettyjä

menetelmiä. Tuloksia tarkastellaan osana suurempaa kontekstia ja hyviä tieteellisiä käytäntöjä. Lopuksi esitellään jatkotutkimukseen liittyvät haasteet sekä johtopäätökset tulevaisuuskuva mukaan luettuna. Tuloksiin tulee liittää pohdintaa tutkimuksen eettisyydestä ja luotettavuudesta sekä tuotetuista tuloksista. (Kangasniemi ym. 2013, 297-298.)

Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa tutkijan tekemien valintojen ja raportoinnin eettisyys korostuu. Tutkimuksen luotettavuutta ja eettisyyttä voidaan parantaa läpinäkyvällä ja johdonmukaisella etenemisellä työvaiheesta toiseen. Tutkijan tulee perustella valintansa ja päätöksensä huolellisesti ja tarkasti. (Kangasniemi ym. 2013, 297-298.) Keskeinen tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttava tekijä on aineiston valinta, jossa tulee huomioida valintojen perustelevuus tarkasti. Aineiston valinnassa ja käsittelyssä tulee korostua raportoinnin oikeudenmukaisuus, tasavertaisuus ja rehellisyys, ja esimerkiksi aineiston valintakriteerien muuttuminen tulee eritellä luotettavuuden parantamiseksi. Mikäli valitun aineiston perusteita ei selvitetä, voidaan aineiston perusteella tehdyt johtopäätökset kyseenalaistaa. Tutkimuksen luotettavuutta parantavat lisäksi selkeät esittelyt ja perustelut tutkimuskysymyksiä koskien. Tutkimuskysymyksiä muotoillessa on pyrittävä huolellisuuteen. (Kangasniemi ym. 2013, 297-298.)

Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa analysoidut tutkimukset tulee liittää teoriapohjaan mahdollisimman tiiviisti. Tutkimustuloksia ei saisi tarkastella liian yksipuolisesti ja kuvailu tulisi rakentaa mahdollisimman laajalta näkökannalta tutkijan subjektiivisuuden aiheuttaman vinouman huomioiden. Väitteet ja johtopäätökset tulee perustella huolellisesti ja niiden tulee olla johdonmukaisia. (Kangasniemi ym. 2013, 298.)

5 Tulokset

Tässä osiossa esitellään opinnäytetyön tulokset, joita jäseneltiin selvyyden saamiseksi kaavioiden avulla (liite 3). Analyysivaiheen pohjalta esiin nousseita teemoja olivat digitaalisten menetelmien toteutus, osallisuuden edistäminen sekä vaikuttavuuden näkökulmat. Interventioiden toteutuksen todettiin olevan monimuotoista. Asiakastyytyväisyyttä käsiteltiin käyttäjäystävällisyyden sekä saavutettavuuden näkökulmista, joilla on yhteys palveluita kehitettäessä olennaisiin osallisuuden kokemuksiin. Vaikuttavuutta lähdettiin tutkimaan päihteidenkäytön muutoksien osalta, mutta myös mielenterveyteen ja kognitioon liittyviä teemoja nousi aineistosta esiin.

5.1 Kognitiivisbehavioraalisuuteen pohjaavien aineistojen esittely

Suurin osa aineistosta keskittyi tietokoneella toteutettavien erilaisten psykososiaalisten kuntoutusmuotojen tutkimiseen. Moore, Fazzino, Garnet, Cutter & Barry (2011) keskittyivät huumausaineriippuvaisten näkökulmaan, kun taas alkoholin käyttöön vaikuttavia interventioita

lähestyivät Sundström, Blankers & Khadjesari (2017) sekä Khadjesari, Murray, Hewitt, Hartley & Godfrey (2011). Psykososiaalisia kuntoutusmuotoja tietokoneen välityksellä tutkivista artikkeleista loput viisi käsittelivät sekä huumausaine- että alkoholiriippuvaisten näkökulmia. Artikkelit tietokoneen välityksellä toimivista interventioista olivat tyypillisesti kirjallisuuskatsauksia tai kokeellisia tutkimuksia, jotka vertailivat uutta hoitomuotoa totuttuun standardimuotoiseen hoitoon.

Yksi psykososiaalisen kuntoutusmuodon tutkimuksista koski vankeja ja yksi rikosoikeudellisen järjestelmän piirissä olevia. Chaple ym. (2014) tutkivat tietokonepohjaisen intervention käyttäjäkokemuksia kognitiivisbehavioraalisen ohjelman (TES) pohjalta. Tutkimus oli laaja, ja lopullinen otos tutkimuksessa oli 494 lievää tai keskivaikeasti päihdeongelmaista vankia. Osallistujat jaettiin joko kokeelliseen tai standardiin koeryhmään. Kokeellisessa ryhmässä olevat suorittivat 8 viikon aikana kaksi tuntia viikossa ydinmoduuleja, joiden sisältö liittyi muun muassa päihdeidenkäytön säätelyyn, kognitiiviseen ja emotionaaliseen säätelyyn sekä psykososiaaliseen toimintakykyyn. 8 viikon jälkeen koehenkilöt osallistuivat 4 viikon ajan vapaaehtoisten moduulien suorittamiseen tai ydinmoduulien kertaamiseen. Standardissa koeryhmässä koehenkilöt osallistuivat kaksi tuntia viikossa päihdeohjaajan ryhmäterapiaan 8-12 viikon ajan. Terapiassa keskityttiin tunnistamaan ajatusten, tunteiden sekä käyttäytymisen yhteyttä sekä pyrittiin oppimaan coping-keinojen hallintaa. Interventio saatiin toteutettua menestyksekkäästi 10 eri vankilassa, vaikkakin joitakin haasteita koettiin esimerkiksi ohjelman asentamisessa sekä tilojen sovittelussa vankilan omat rajoitukset huomioon ottaen. Turvallisuussyistä pääsyn estäminen muualle kuin intervention toteutus pohjalle oli järjesteltävä esimerkiksi erillisen palvelimen avulla. Ristiriitana nousi esiin myös vankilan järjestyssääntöjen vaatima valvonta vangin suorittaessa TES-ohjelman moduuleja, vaikka TES oli alun perin suunniteltu kokonaan itseohjautuvasti suoritettavaksi. (Chaple ym. 2014.)

Rikosoikeudellisen järjestelmän piirissä olevia henkilöitä tutkivat Lee ym. (2017), jonka tutkimuksen aineisto, 507 eri päihdeohjelmiin osallistuvaa, saatiin toisen tutkijaryhmän riippuvuustutkimuksesta vuodelta 2012. Siinä koehenkilöt olivat osallistuneet 12 viikon aikana joko standardimuotoiseen tai standardimuotoiseen ja kokeelliseen hoitomuotoon (TES), joka on sama, kuin Chaplen ym. (2014) tutkimuksessa. Koehenkilöt siis suorittivat moduuleja kognitiivisbehavioraalisuuteen pohjaavan tietokoneohjelman avulla. Leen ym. (2017) toissijaista dataa arvioivassa tutkimuksessa vertailtiin muun muassa rikosoikeudellisen järjestelmän piirissä olevien osanottajien hoitotuloksia heihin, jotka eivät olleet tekemisissä oikeusjärjestelmän kanssa. Tutkimuksen tuloksia varten toisesta tutkimuksesta saadun aineiston osallistujat jaettiin kolmeen ryhmään: päihdehoito viranomaisten vaatimaa, suosittelemaa tai vapaaehtoista heillä, joilla ei ollut yhteyttä rikosoikeudelliseen järjestelmään. Kahden ensimmäisen ryhmän osallistujat olivat ottaneet osaa päihdehoitoon sen sijaan, että olisivat suorittaneet vankilatuomion rikkomuksistaan. (Lee ym. 2017.)

Tutkimuksista lyhyin seuranta-aika oli Mooren ym. (2017) tutkimuksessa, jossa kahdessa eri koeryhmässä tutkimusjaksojen kestot olivat kaksi ja neljä viikkoa. Moore ym. (2017) tutkivat kognitiivisbehavioraalisuuteen pohjaavaa järjestelmää, Recovery Line'a, jonka ideana oli tarjota reaaliaikaista tukea automatisoitujen puheluiden muodossa metadonikorvaushoidossa oleville. Asiakas valitsi itselleen vuorokaudesta sopivimman kahden tunnin aikaraamin, jolloin koki hyötyvänsä eniten linjalle soittamisesta. Soittamalla asiakas sai pääsyn moduuleihin, joiden avulla käsiteltiin esimerkiksi päihteiden käyttöön liittyviä haluja sekä asetettiin ja tarkkailtiin tavoitteita. Tutkimuksessa oli kaksi tutkimusryhmää, joista kahden viikon pituisessa tutkimuksessa noin puolelle osallistujista suositeltiin moduuleja suoritettavaksi lyhyen arvioinnin perusteella ja puolet osallistujista ohjattiin päävalikkoon arvioinnin jälkeen. Toisessa tutkimusryhmässä osallistujille lähetettiin muistutustekstiviestejä välittömän, lyhyen tai pitkän aikaviiveen määritelmällä. Tämän tutkimuksen kesto oli neljä viikkoa. Yhteensä kahteen kokeelliseen tutkimukseen osallistui 127 koehenkilöä. (Moore ym. 2017.)

5.2 Älypuhelinsovellukset ja muut sähköiset menetelmät aineistossa

Tämän opinnäytetyön aineiston pisimmän vaikuttavuustutkimuksen tuottivat Freyer-Adam ym. (2018). Kyseessä oli kahden vuoden seuranta-ajalla tuotettu jatkotutkimus Freyer-Adamin aiempaan tutkimukseen. Tässä kirjallisuuskatsauksessa käytetyssä tutkimuksessa (Freyer-Adam ym. 2018) osanottajat olivat alkoholin ongelmakäyttäjiä (n=961), jotka poimittiin osallistumaan tutkimukseen erään sairaalan yleisiltä osastoilta. Koehenkilöt saivat käyttöönsä elektronisen laitteen, jolla he raportoivat omaa alkoholinkäyttöään. Lisäksi koehenkilöt jaettiin satunnaisesti kolmeen ryhmään heille toteutettavan intervention mukaan: henkilökohtainen neuvonta motivoivaan keskusteluun pohjaten (PE), tietokoneen luoma palaute sekä oma-apuohjelmat (CO) tai standardihoito sekä minimaalinen arviointi esimerkiksi alkoholin käytön määrästä (AO). Näistä ryhmistä PE- sekä CO-interventioihin osallistuvat saivat yhden ja kolmen kuukauden kuluttua tutkimusjakson alkamisesta palautetta edistymisestään. (Freyer-Adam ym. 2018.)

Älypuhelimilla käytettäviin sovelluksiin liittyviä artikkeleita valikoitui opinnäytetyön aineistoon kaksi. Barrio, Ortega, Lopez & Gual (2017) keskittyivät tutkimuksessaan SIDEAL-nimisen älypuhelimien saatavan sovelluksen käytettävyyteen, kun taas Colbert, Thornton & Richmond (2020) koostivat kirjallisuuskatsauksen muodossa tietoa saatavilla olevista älypuhelinsovelluksista päihdekuntoutumisen edistämisessä. Sekä Barrion ym. (2017) tutkima SIDEAL-sovellus että Colbertin ym. (2020) kirjallisuuskatsauksen aineisto kohdistuivat alkoholinkäytön vähentämiseen tarkoitettuihin sovelluksiin. Barrion ym. (2017) tutkimus SIDEAL-sovelluksesta oli kestoltaan kuusi viikkoa, jonka jälkeen osallistujilta kerättiin kokemuksia sovelluksen käytöstä. Koehenkilöt osallistuivat standardimuotoiseen hoitoon eli psykososiaaliseen terapiaan ammattilaisen ohjaamana. Lisäksi jotkut koehenkilöistä saivat lääkettä. SIDEAL-sovelluksen käyttäjäprofiili oli räätälöitävissä asiakkaan tavoitteiden mukaan esimerkiksi alkoholinkäytön

vähentämistä ja lopettamista ajatellen. (Barrio ym. 2017.) Colbertin ym. (2020) kirjallisuuskatsauksen aineistosta 12 sovellusta oli suunnattu aikuisille ja 7 nuorille. Sovelluksia tutkivien tutkimusten seurantajaksot vaihtelivat neljästä viikosta 12 kuukauteen.

Sovellusten ja erilaisten tietokonevälitteisten menetelmien lisäksi tämän kirjallisuuskatsauksen tutkimusaineistoon valikoitui myös yksi opetuksellisia videoita tutkiva artikkeli (Tavakoli Ghouchani, Niknami, Aminshokravi & Hojjat 2017). Tutkimuksen koehenkilöt, 28 miestä ja 12 naista, olivat huumausaineiden käyttäjiä, jotka valikoituivat tutkimukseen juuri ennen ensimmäistä terapiakertaansa. Tutkimuksen aikana koehenkilöt osallistuivat normaalisti yksilöhoitoon, joka sisälsi lääkehoitoa sekä kognitiivisbehavioraalista terapiaa. Verrokkiryhmää ei ollut. Tutkimuksen koehenkilöt katsoivat eri ajankohtina kaksi videota ennen terapiakertojaan. Opetukselliseen sisältöön pyrkivät videot sekä niiden oheen liitetyt lentolehtiset sisälsivät tietoa esimerkiksi huumausaineiden sivuvaikutuksista sekä minäpystyvyyden merkityksestä ja läheisten roolista osana toipumista. Koehenkilöt raportoivat kyselylomakkeella kokemuksistaan ennen kuin katsoivat ensimmäisen videon sekä kuukausi sen jälkeen, kun olivat katsoneet toisen videon. Lisäksi tutkimukseen sisältyi 6 kuukauden seuranta-aika. (Tavakoli Ghouchani ym. 2017.)

5.3 Digitaalisten menetelmien asiakastytyväisyys ja käytettävyys

Intervention tai menetelmän käytettävyyttä arvioitiin kuudessa aineiston artikkelissa. Kolme niistä antoi viitteitä korkeasta asiakastytyväisyydestä sähköisiä interventioita koskien. Asiakastytyväisyyttä mitattiin tutkimuksissa yleensä palautelomakkeen avulla. Chaplen ym. (2014) mukaan vankilaympäristössä toteutettu psykososiaalinen interventio koettiin mielenkiintoisemmaksi ja hyödyllisemmäksi kuin verrokkiryhmässä toteutettu standardi hoitomuoto, vaikkakin interventiossa tuotetun informaation ymmärtäminen koettiin hankalammaksi sekä kokeellisessa että standardissa ryhmässä. Tästä huolimatta yleinen asiakastytyväisyys oli korkeampi sähköisessä kuin perinteisemmässä interventiossa, minkä voi olettaa lisäävän interventioon kohdistuvaa kiinnostusta (Chaple ym. 2014). Myös Mooren ym. (2011) kirjallisuuskatsaus antoi viitteitä siitä, että tutkitut tietokonepohjaiset interventiot olivat interventioiden ja metodien erilaisesta kirjosta huolimatta yhdistettävissä korkeampaan asiakastytyväisyyteen kuin verrokkiryhmien standardimuotoiset hoidot.

Asiakastytyväisyydestä voi kertoa myös hyväksyttävyyden kokemusten arvioiminen tutkimukseen osallistujien joukossa. Intervention hyväksyttävyydellä viitattiin aineiston artikkeleissa tutkimusten osanottajien hyväksyvään asenteeseen uudenlaista interventiota kohtaan ja toisaalta siihen, miten hyvin intervention voidaan ajatella vastaavan tarpeisiin, joihin vastaavanlainen menetelmä pyrkii yleensä vastaamaan. Holmes, Van Agteren & Dorstyn (2019) saivat kirjallisuuskatsauksessaan viitteitä tietokone- ja älypuhelinvälitteisten interventioiden korkeasta asiakastytyväisyydestä sekä hyväksyttävyydestä, eikä raportointeja

esimerkiksi intervention keskeyttämisestä tyytymättömyyden vuoksi ollut kirjattu. Myös Lee ym. (2017) saivat tuloksia, joiden mukaan sekä hyväksyttävyyden että käytettävyyden kokemukset olivat korkealla tasolla. Eroja näissä kokemuksissa ei havaittu olevan rikosoikeudellisen järjestelmän piirissä olevien ja muiden koeryhmien välillä (Lee ym. 2017).

Käytettävyyden tutkimisella haettiin artikkeleissa kokemuksia helppokäyttöisyydestä sekä siitä, minkälainen käyttöaste jollakin interventiolla oli. Käytettävyyttä kyetään mittaamaan esimerkiksi palautekyselyiden lisäksi keräämällä sovelluksesta dataa käyttäjien toiminnasta, mikä onkin sovelluksia kehitettäessä olennaista (Barrio ym. 2017). Barrion ym. (2017) mukaan tutkimuksen kohteena ollutta SIDEAL-sovellusta käytettiin osallistujien toimesta peräti 80%:ssa tutkimusjakson päivistä. Tämä viittaa sovelluksen korkeaan käyttöasteeseen verrattuna aiempiin tutkimustuloksiin, jotka ovat tarkastelleet päihteidenkäytön vähentämiseen tarkoitettuja sovelluksia. Tämän lisäksi sovellus sai koehenkilöiltä hyvät arvostelut kokonaisvaltaisen helppokäyttöisyyden lisäksi siitä, että sovelluksen käytön oppiminen oli yksinkertaista. Alkoholin käytön rekisteröintiin käytettävä toiminto koettiin käyttäjien osalta hyödyllisimmäksi sovelluksen ominaisuudeksi erityisesti, mikäli käyttäjän tavoitteena oli alkoholin käytön vähentäminen. Kyseiseen toimintoon sisältyi myös palautteen saamisen mahdollisuus, mikä tarjosi sekä sovelluksen käyttäjälle että ammattilaiselle mahdollisuuden tarkkailla käyttäjän etenemistä kohti tavoitettaan. Harvemmin käytettyjä toimintoja SIDEAL-sovelluksessa olivat muun muassa kalenteri sekä palautteen antamiseen tarkoitetut kyselyt. (Barrio ym. 2017.) Myös Lee ym. (2017) sekä Chaple ym. (2014) saivat tutkimuksissaan tuloksia, joiden mukaan digitaalisten interventioiden käytettävyyden taso oli korkealla tasolla. Terapiamateriaalien yleisesti korkeasta käyttöasteesta tuloksia saivat Holmes ym. (2019).

5.4 Saavutettavuus ja joustavuus digitaalisten menetelmien etuna

Erityisesti internetin välityksellä toimivat interventiot mahdollistavat menetelmän äärelle pääsemisen esimerkiksi kotoa käsin tai matkapuhelimen avulla, mikä mahdollistaa aikataulujen joustavuuden sähköisiä interventiota suoritettaessa (Chaple ym. 2014). Mooren ym. (2017) tutkimassa Recovery Line -puhelinpalvelun ideana oli, että osallistujat päättivät vuorokaudesta itselleen parhaiten sopivan kahden tunnin aikaraamin, jolloin asiakas todennäköisimmin soittaisi linjalle. Linjan ideana oli tarjota tukea ja erilaisia moduuleja suoritettavaksi. Kahdesta koeryhmästä toisessa osallistujille lähetettävien muistutustekstiviestien pyrkimys oli omalta osaltaan muistuttaa asiakkaita saatavilla olevasta tuesta, vaikkakin viestien teho osoittautui lopulta vähäiseksi. Osanottajien tuen saamisen mahdollisuus haluttiin kuitenkin turvata akuuteissakin tilanteissa, joten puhelinlinja pidettiin molemmissa koeryhmissä auki vuorokauden ympäri. Linjalle soittaminen oli mahdollista myös vanhanaikaisemmilla puhelimilla, millä haluttiin edistää saavutettavuutta marginalisoituneiden ryhmien joukossa. Recovery Line -palvelu vaikuttikin olevan helposti saavutettava ja joustava tukimuoto

metadonikorvaushoidossa oleville, mutta tulokset eivät olleet yleistettävissä. (Moore ym. 2017.)

Vankilaympäristössä sähköisen intervention tarjoama joustavuus voi olla suuri etu interventioita kehitettäessä. Vankiloissa usein hyödynnettävien ryhmämuotoisten interventioiden haasteena koetaan yksityisyyteen sekä luottamuksellisuuteen liittyvät seikat. Sähköisistä interventioista on alustavia viitteitä, joiden mukaan tällaisia perinteisen muotoisia menetelmiä karttavat henkilöt saattaisivat olla myöntyväisempiä kokeilemaan sähköisiä interventioita, jotka takaavat anonymiteetin sekä luottamuksellisuuden säilymisen. (Chaple ym. 2014.) Juuri Chaple ym. (2014) tutkivat tietokoneella toteutettavaa TES-interventiota vankilaympäristössä. Joustavuutta TES osoitti mahdollistamalla suorituskertojen aikatauluttamisen vangeille parhaiten sopiviin ajankohtiin, minkä lisäksi kyseinen interventio mahdollisti osallistujien etenemisen moduuleissa yksilöllisellä tahdilla. Verrokkiryhmänä toiminut ryhmämuotoinen standardihoito taas ei mahdollistanut esimerkiksi väliin jääneiden terapiakäyntien korvaamista tai hoidon etenemistahdin räätälöimistä yksilön tarpeiden mukaan. (Chaple ym. 2014.)

Chaple ym. (2014) sekä Freyer-Adam ym. (2018) tarttuvat molemmat näkökulmaan, jonka mukaan sähköisten interventioiden etuna on se, että tarjottavan intervention laatu on tasainen. Työntekijän osaamistaso sekä erilaiset resurssit saattavat vaikuttaa siihen, minkälainen intervention toteutus on, kun taas sähköiset interventiot etenevät tietyn kaavan mukaan, joka on kaikille samanlainen (Chaple ym. 2014; Freyer-Adam ym. 2018). Sähköiset interventiot tarjoavat käyttäjälleen samankaltaisia osallisuuden kokemuksia kuin perinteisetkin hoitomuodot. Digitaaliset menetelmät ovat myös lähtökohtaisesti jatkuvasti saatavilla sekä matalakustanteisia perinteisempiin hoitomuotoihin verrattuna. (Moore ym. 2011). Saatavuus ja kustannukset mahdollistavat hoitokapasiteettia muuttamalla sen, että yhä useammalla päihdeongelmaisella on mahdollisuus päästä palveluihin käsiksi. Mahdollista on myös, että vaihtoehtoiset hoitomuodot houkuttelevat heitäkin, jotka eivät aktiivisesti hakeudu palveluiden äärelle. (Chaple ym. 2014; Freyer-Adam 2018; Moore ym. 2011.)

5.5 Digitaaliset menetelmät vaikuttavat päihteidenkäyttöön

Vaikuttavuutta tutkittiin aineiston artikkeleissa päihteiden käytön näkökulmasta. Holmes ym. (2019) sekä Moore ym. (2011) saivat kirjallisuuskatsauksissaan tuloksia, joiden mukaan digitaaliseen interventioon sitoutuminen ja sen suorittaminen loppuun asti olivat samaa tasoa kuin kasvokkain tapahtuvissa interventioissa. Myös Chaple'n ym. (2014) tuloksista käy ilmi, että intervention istuntoihin osallistuminen oli yhtä yleistä sekä kokeellisessa TES-hoitomuodossa että standardissa ryhmämuotoisessa terapiassa. Tämän lisäksi TES-intervention loppuun saattaneiden lukumäärä oli korkea (Chaple ym. 2014). Latinokulttuurin erityispiirteet huomioivan CBT4CBT -kognitiivisbehavioraalisen ohjelman kaikki 7 moduulia suoritti 56% tutkimukseen osallistuneista, mitä pidettiin hyvänä tuloksena aiempiin tutkimustuloksiin

vertailtuna (Paris ym. 2018). Tavakoli Ghouchani ym. (2017) puolestaan saivat opetuksellisten videoiden vaikuttavuutta tutkiessaan viitteitä siitä, että videot olisivat muun intervention oheistoimintana tehokas tapa pitää ihminen kuntoutukseen motivoituneena.

Suoranaisesta vaikuttavuudesta päihteiden käytön vähentämiseen saatiin aineistossa vaihtelevia, mutta lupaavia tuloksia. Khadjesari ym. (2011) saivat tutkimuksissaan viitteitä siitä, että tietokonepohjaiset interventiot olisivat tehokkaampia alkoholin viikkokulutuksen sekä humalahakuisen juomisen vähentämisessä kuin lyhyet päihteiden käytön arvioinnit. Tietokonepohjaiset interventiot vähensivät alkoholin viikkokäyttöä peräti 26 grammaa enemmän kuin käytön arviointiin painottuvat lyhytinterventiot (Khadjesari ym. 2011). Freyer-Adam ym. (2018) saivat samankaltaisia tuloksia, joiden mukaan tietokonepohjainen palautteeseen ja oma-apuohjelmiin perustuva interventio vähensi alkoholin viikkokulutusta peräti kahden vuoden ajanjaksolla enemmän kuin pelkkään arviointiin perustuvat interventiot. Tämän lisäksi tutkimuksesta käy ilmi, että tietokonevälitteisillä interventioilla on mahdollisuus kehittyä ainakin yhtä tehokkaiksi kuin kasvokkain toteutettavissa terapiainterventioissa (Freyer-Adam ym. 2018). CBT4CBT -ohjelmasta saadut tulokset puolestaan osoittivat, että standardihoitoon sekä kognitiivisbehavioraaliseen ohjelmaan osallistuneiden päihteiden käyttöpäivien määrät vähenivät selkeästi suhteessa pelkkään standardihoitoon osallistuneisiin (Paris ym. 2018).

Viitteitä tutkittujen digitaalisten interventioiden vaikuttavuudesta saivat myös Sundström ym. (2017) sekä Moore ym. (2011). Molemmat tutkimukset olivat kirjallisuuskatsauksia, joissa tietokonepohjaisten interventioiden katsottiin olevan jopa vaikuttavampia hoidon aikana kuin perinteisten hoitomuotojen. Samalla kuitenkin saatiin tuloksia, joiden mukaan intervention tehokkuus vaikutti vähenevän ajan myötä. (Sundström ym. 2017; Moore ym. 2011.) Puhelinsoitoilla toimiva Recovery Line tuotti tutkijoilleen tuloksia, joiden mukaan linjalle soitettujen puheluiden määrä ja samalla pidemmän aikavälin vaikuttavuus väheni merkittävästi neljän viikon pituisen tutkimusjakson aikana (Moore ym. 2017).

Colbert ym. (2020) kohdistivat tutkimuksensa älypuhelimella toimiviin sovelluksiin. Lopputuloksia kuvailtiin sovellusten kannalta lupaaviksi, mutta vähäisen tutkimustuloksen vuoksi epävarmoiksi. SIDEAL-sovelluksella puolestaan katsottiin olevan potentiaalia kehittyä hyödylliseksi ja vaikuttavaksi interventioksi heille, jotka pyrkivät vähentämään alkoholin kulutustaan, mutta tuloksien yleistettävyyys kyseenalaistettiin niin ikään vähäisen tutkimustiedon vuoksi (Barrio ym. 2017). Sundström ym. (2017) esittivät varovaisia viitteitä siihen suuntaan, että pitkäkestoiset digitaaliset interventiot olisivat digitaalisia lyhytinterventioita vaikuttavampia, mutta näihinkin tuloksiin suhtauduttiin varauksella.

5.6 Vaikuttavuus suhteessa mielenterveyteen ja kognitiokykyyn

Kuudessa aineiston artikkelissa vaikuttavuuteen liittyviä tuloksia saatiin myös mielenterveyden ja kognitiivisten kykyjen saralta. Tietokonepohjaisiin interventioihin kyettiin liittämään lyhytaikaista masennuksen keskivaikeiden tai vaikeiden oireiden helpottumista. Kuitenkin vain puolessa kyseisen kirjallisuuskatsauksen tutkimuksista oireiden helpottumista oli havaittavissa sekä masennuksessa että päihteiden käytössä. Tulokset saatiin 1-3 kuukauden pituisista tutkimuksista, joten pitkälle aikavälille päätelmät eivät ole sovitettavissa. (Holmes ym. 2019.) Paris ym. (2018) saivat tutkimuksessaan yhdistettyä intervention vaikuttavuutta myös niihin asiakkaisiin, jotka oireilivat esimerkiksi maanisdepressiivisillä piirteillä. CBT4CBT -ohjelman vaikuttavuuden voidaan mahdollisesti tulkita ulottuvan myös päihteiden käyttäjien skaalan ulkopuolelle. Tutkimuksesta saatiin myös viitteitä siitä, että CBT4CBT-ohjelman suorittaneiden tietotaito kognitiivisbehavioraalisuuteen liitettävistä käsitteistä parani huomattavasti. (Paris ym. 2018.)

Opetuksellisia videoita osana perinteisiä päihdekuntoutusmenetelmiä tutkivat Tavakoli Ghouchani ym. (2017), jotka saivat tutkimuksessaan viitteitä siitä, että videot ovat vaikuttava tapa lisätä ihmisen minäpystyvyyden kokemuksia sekä kokemusta perheen roolin tärkeydestä kuntoutuksessa. Minäpystyvyyden kokemusten on todettu olevan tehokas tekijä siinä, että henkilö sitoutuu päihdekuntoutukseen. Sen on katsottu olevan jopa suorassa yhteydessä ihmisen onnistumisen mahdollisuuksiin päihdekuntoutuksessa. Myös kuntoutujan perheen roolilla eli esimerkiksi perheeltä saadulla emotionaalisella tuella on suuri merkitys kuntoutumisen jatkumisessa haasteita kohdattaessa. (Tavakoli Ghouchani ym. 2017.)

Sekä Shulman ym. (2018) että Chaple ym. (2014) tutkivat TES-ohjelmaa eli psykososiaalista interventiota ja siihen liittyvää kognitiivista vaikuttavuutta. Chaple ym. (2014) keskittyivät erityisesti coping-keinoihin eli mielen hallinta- tai selviytymiskeinoihin, jotka päihteidenkäytössä liittyvät esimerkiksi ihmisen ongelmanratkaisutaitoihin ja kykyyn hallita käyttöön liittyviä mielihaluja sekä negatiivisia ajatuksia. Erilaisten terveellisten coping-keinojen tiedostaminen ja hallinta on retkahduksen ehkäisyä ajatellen tärkeä tekijä. TES-interventiota tutkittaessa saadut tulokset antavat viitteitä siitä, että se edistää terveiden coping-keinojen hallintaa ja voi täten edesauttaa retkahduksen ehkäisemisessä. (Chaple ym. 2014.) Shulman ym. (2018) saivat omasta päihteidenkäyttäjien kognitioon keskittyvästä tutkimuksestaan tuloksia, joiden perusteella voidaan päätellä, että TES on vaikuttava päihteidenkäyttöön kohdistuva interventio myös heille, joilla on todettu olevan kognitiivisten kykyjen heikentymistä. Internetpohjaiset interventiot vaikuttavat olevan yhtä tehokkaita ja vaikuttavia kognitiivisten kykyjen heikentymistä kokeneille kuin heille, joilla todetaan olevan normaali kognitiokyky. (Shulman ym. 2018.)

6 Johtopäätökset

Tässä osiossa esitellään tutkimustuloksista muodostettuja johtopäätöksiä, joita peilaan opinnäytetyön teoreettiseen viitekehykseen. Tämän kirjallisuuskatsauksen tutkimuskysymyksinä esitin: miten erilaisia digitaalisia päihdekuntoutusmenetelmiä on toteutettu, miten digitaaliset päihdekuntoutusmenetelmät voivat edistää osallisuutta ja minkälaista vaikuttavuutta digitaalisilla päihdekuntoutusmenetelmillä on.

Johtopäätöksissä tämän kirjallisuuskatsauksen tuloksia peilataan työn alussa esiteltyyn tietoperustaan. Tuloksia ja tietoperustaa käsitellään rinnatusten, jotta näiden väliset yhteneväisyydet ja eroavaisuudet saadaan esiin. Aikaisemmin esitetyn tiedon ja aineiston vuoropuhelun avulla voidaan täydentää sitä tietoa, joka teoreettisesta viitekehyksestä on saatu. Tämän opinnäytetyön johtopäätökset käsittelevät tutkimuskysymyksille uskollisena erilaisten digitaalisten päihdekuntoutusmenetelmien kirjoa, osallisuuden mahdollisuuksia ja haasteita sekä vaikuttavuuden näkökulmia.

6.1 Digitaalisten päihdekuntoutusmenetelmien kirjo

Sosiaali- ja terveysalan digitalisoitumisen vauhti on kiihtynyt viime vuosina, mutta Suomessa sähköisiä päihdepalveluita on ollut tarjolla niukasti ja niiden kattavuus sekä sisältö vaihtelevat suuresti (Kauppila ym. 2018, 29). Erityisesti vuodesta 2020 lähtien jyllännyt COVID-19 pandemia on edistänyt myös päihdepalveluiden sähköistämistä maailmanlaajuisesti. Tämän opinnäytetyön aineiston perusteella maailmalla on tosin jo ennen pandemiaa ollut laaja skaala erilaisia sähköisiä päihdepalveluita tutkimus- ja kehittämiskohteina. Tämän tutkimuksen aineistossa keskityttiin tutkimuksen aiheelle ja tutkimuskysymyksille uskollisesti päihdeongelmaisten kokemuksiin digitaalisista menetelmistä. Suurin osa tutkimusten kohderyhmistä oli sekä alkoholi- että huumausaineriippuvaisia ja yksi tutkimus kohdistui metadonikorvaushoidossa olevien kokemuksiin. Viidessä artikkelissa tutkimuskohteena olivat nimenomaan alkoholin ongelmakäyttäjät ja kahdessa huumausaineriippuvaiset. Lisäksi tämän opinnäytetyön aineistossa Chaple ym. (2014) keskittyivät vankilaympäristössä toteutettavaan tietokonevälitteiseen interventioon ja Lee ym. (2017) sisällyttivät tutkimukseensa rikosoikeudellisen järjestelmän piirissä olevia. Kuten tietoperustastakin ilmenee, rikostaustaisten huomioiminen sähköisten päihdekuntoutusmenetelmien käyttäjinä on olennaista, sillä kyseisellä asiakasryhmällä esiintyy runsaasti päihdeongelmia (Rikosseuraamuslaitos 2020a). Lisäksi lähtökohtaisesti puutteellisten digitaitojensa vuoksi rikostaustaiset ovat digitaalisen syrjäytymisen vaarassa (Reisdorf & Rikard 2018, 1286).

Psykososiaalisia tietokonevälitteisiä interventioita tutkittiin tämän kirjallisuuskatsauksen aineiston 13 artikkelista suurimmassa osassa eli kahdeksassa. Tietokoneella toimivat interventiot olivat tyypillisesti itsenäisesti suoritettavia moduuleja, jotka keskittyivät kognitiivisbehavioraalisuuteen pohjaten vaikuttamaan tai lisäämään yksilöiden tietotaitoa

esimerkiksi itsesäätelystä tai käyttäytymisen malleista. Myös Recovery Line -palvelu, joka toimi linjalle soittamalla, oli suunniteltu kognitiivisbehavioraalisuuden ja moduulien suorittamisen pohjalle. Näiden lisäksi aineistoon mahtui sovelluksia, videovälitteinen interventio sekä määrittelemätön elektroninen laite, jolla tutkimuksen osanottajat seurasivat omaa alkoholinkäyttöään. Älypuhelinsovellusten sekä elektronisen laitteen tarkoituksena oli mahdollistaa oman alkoholinkulutuksen seuraaminen ja tavoitteiden asettaminen. Kaikkien tutkimusten yhdistävänä tekijänä oli selvittää, minkälaisia vaikutuksia tutkituilla menetelmillä oli päihdeongelmaisten päihteiden käyttöön tai siihen sidoksissa olevaan psyykkiseen toimintakykyyn.

Tämän kirjallisuuskatsauksen aineistona käytettyjen tutkimusten pituudet vaihtelivat suuresti. Sekä kirjallisuuskatsauksissa käsiteltyjen tutkimusten että itsenäisten kokeellisten tutkimusten kestot vaihtelivat interventiosta ja mahdollisesta seuranta-ajasta riippuen aina kahdesta viikosta kahteen vuoteen. Pitkittäisvaikutavuutta ajatellen merkittävimpiä tuloksia tuottivat kahden vuoden seuranta-ajalla Freyer-Adam ym. (2018), jotka tutkivat elektronisen laitteen hyötyjä alkoholinkulutuksen seurannassa. Lyhyiden tutkimusten tuloksia ei voida yleistää koskemaan pitkää aikaväliä, ja kuten tuloksistakin kävi ilmi, joidenkin interventioiden vaikutukset vähenivät ajan myötä (Sundström ym. 2017; Moore ym. 2011; Moore ym. 2017).

6.2 Asiakastytyväisyys, käytettävyys ja saavutettavuus yhteydessä osallisuuteen

Asiakaslähtöisyys on selkeässä yhteydessä osallisuuteen ja sähköisistä palveluista puhuttaessa digitaaliseen osallisuuteen. Asiakaspalautekyselyt ovat oivallinen tapa lisätä asiakasosallisuuden kokemuksia sekä edistää mahdollisimman vaikuttavien palveluiden kehittämistä (THL 2019). Opinnäytetyön aineistossa asiakaspalautekyselyt olivat tapa kerätä tietoa kokemuksista, joita käyttäjät interventioista saivat. Aineiston mukaan vaikuttaa siltä, että yleinen asiakastytyväisyys sähköisiin interventioihin on jopa korkeampi kuin verrokkiryhmän perinteisissä interventioissa (Chaple ym. 2014; Moore ym. 2011). Käytettävyyttä mitattiin palautekyselyiden lisäksi älypuhelinsovelluksista dataa keräämällä. Sähköisiä interventioita pidettiin lähtökohtaisesti helppokäyttöisinä (mm. Chaple ym. 2014; Lee ym. 2017; Barrio ym. 2017). Digitaalisen osallisuuden lisäämisen yhtenä tarkoituksena on turvata palvelujen tarjonta kaikille kansalaisille osaamisesta tai kyvyistä riippumatta (Tieto hyvinvoinnin ja uudistuvien palvelujen tukena 2020, 7). Päihteidenkäyttäjien usein puutteellisia digitaatioja ajatellen sähköisten ohjelmien tai sovellusten helppokäyttöisyys on tärkeää, jotta asiakkaat saadaan kiinnostumaan palveluista sekä pysymään niiden käyttäjinä. Liian monimutkainen tai turhaksi koettu sisältö voi lisätä intervention keskeyttäneiden määrää ja karkottaa potentiaalisia käyttäjiä.

Saavutettavuuden lisääminen on yksi tärkeimmistä tavoitteista Suomessa SOTE-uudistuksen yhteydessä (THL 2019). Saavutettavia palveluita kehittämällä voidaan tavoittaa suurempi

joukko asiakkaita ja tarjota samantasoisia palveluita kaikille asuinpaikasta tai kyvyistä riippumatta. Erityisesti vankilaympäristössä toteutettua Chaplen ym. (2014) sähköistä TES-interventiota pidettiin osallistujien toimesta helposti saavutettavana siksi, että ohjelman sähköisyys mahdollisti aikatauluissa joustamisen eri tavalla, kuin ryhmämuotoisessa verrokkiryhmän interventiossa. Myös mahdollisuus suoritustahdin yksilöimiseen koettiin positiivisena asiana (Chaple ym. 2014). Asiakkaan vaikutusmahdollisuuksien lisääminen ja yksilöllisyyden huomioiminen ovat osa asiakaslähtöistä toimintaa, jonka tarkoituksena on osallisuuteen vaikuttaminen (THL 2019). Vaikutusmahdollisuuksien myötä voidaan olettaa mielenkiinnon interventiota kohtaan pysyvän yllä ja samalla osallisuuden kokemusten lisääntyvän.

Esimerkkinä saavutettavuuden soveltamisesta digitaalisissa laitteissa toimi Freyer-Adamin ym. (2018) tutkimus elektroninen laite, jonka avulla käyttäjät pystyivät seuraamaan omaa alkoholinkulutustaan. Se mahdollisti sähköisten palveluiden tarjoamisen myös niille kuluttajille, joilla ei ollut älypuhelin tai pääsyä internetiin. Recovery Line -puhelinpalvelu puolestaan mahdollisti palvelun käyttämisen myös heille, joilla oli vanhanaikainen internetyhteydetön matkapuhelin käytössään. Linjalle soittaminen oli mahdollista kaikkina vuorokaudenaikoina, joten asiakkailla oli pääsy palvelun pariin silloin, kun tuen tarve oli suurinta. (Moore ym. 2017.) Vastaavanlaiset sähköiset ratkaisut lisäävät myös marginalisoituneiden ihmisryhmien mahdollisuutta päästä käyttämään tärkeiksi koettuja palveluja, mikä on tärkeää digitaalisen osallisuuden toteutumista ajatellen (Helsper 2008, 24; Perlgut 2011, 1-2; Farooq 2015).

Vankilaympäristö luo omanlaisensa haasteet päihdekuntoutuksen sähköiselle toteuttamiselle esimerkiksi valvonnallisista sekä teknisistä syistä (Chaple ym. 2014). Toisaalta sähköisistä menetelmistä voidaan hyötyä vankilaympäristössä suuresti muun muassa siksi, että interventioiden suoritusaikataulut joustavat. Samalla sähköiset menetelmät tarjoavat mahdollisuuden sellaiseen yksityisyyteen ja luottamuksellisuuteen, jota ryhmämuotoisissa menetelmissä ei voida taata. (Chaple ym. 2014.) Nämä mahdollisuudet voi houkutellessa myös sellaisia asiakkaita palveluiden pariin, jotka ovat huolissaan oman yksityisyytensä säilymisestä tai eivät muutoin ole kiinnostuneita ryhmämuotoisesta kuntoutuksesta. Näin sähköisellä ratkaisulla voidaan saavuttaa enemmän asiakkaita, mikä on yksi palveluiden sähköistämisen tavoitteista (Tieto hyvinvoinnin ja uudistuvien palvelujen tukena 2020, 7). Yksittäisen ihmisen tasolla monimuotoisemmat palveluratkaisut voivat lisätä osallisuuden kokemuksia ja täten parantaa ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia. Mooren ym. (2011) kirjallisuuskatsauksen tulokset osoittavat, että osallisuuden kokemukset sähköisistä palveluista voivat olla samaa tasoa kuin perinteisissä, kasvokkain toteutettavissa interventioissakin.

6.3 Päihteidenkäyttö, mielenterveys ja hoitoon sitoutuminen osana vaikuttavuutta

Vaikuttavuutta mitataan yleensä rikosseuraamus- ja sosiaalialalla tutkimalla tutkittavaan asiaan liittyviä muutoksia tai tavoitteiden saavuttamista (Kivipelto ym. 2013, 21; Piirainen & Kettunen 2018, 58; Tyni 2015, 2-3). Päihdekuntoutumisen vaikuttavuutta ajatellen yleensä keskitytään päihteiden käytön määrän ja useuden muutoksiin, joita tämänkin opinnäytetyön aineistossa oli lähdetty kartoittamaan. Vaikuttavuuden mittaamisella pyritään kehittämään mahdollisimman tehokkaita ja asiakkaiden tarpeisiin vastaavia palveluita, joilla voitaisiin lisätä myös osallisuuden kokemuksia (Kivipelto ym. 2013, 17-18). Aineiston perusteella digitaaliset päihdekuntoutusmenetelmät näyttävät olevan lyhytinterventioita tehokkaampia tapoja vähentää päihteiden käytön määrää (Khadjesari ym. 2011; Freyer-Adam ym. 2018). Viitteitä oli myös siitä, että jotkut sähköiset menetelmät olisivat perinteisiin hoitomuotoihin verrattuna jopa tehokkaampia tapoja vähentää päihteiden käyttöä (Sundström ym. 2017; Moore ym. 2011; Paris ym. 2018).

Kognitiivisiin kykyihin ja esimerkiksi coping-keinoihin vaikuttaminen ovat myös tärkeä osa päihteidenkäytön muutoksien tavoittelua. Terveellisten coping-keinojen taitaminen on tärkeä tapa ennaltaehkäistä retkahtamista (Chaple ym. 2014). Aineisto osoitti, että sähköisillä interventioilla voi olla positiivista vaikutusta myös mielenterveyteen sekä kognitiivisiin kykyihin. Päihteidenkäyttäjillä saattaa esiintyä kognitiivisen heikentymistä sekä terveellisten coping-keinojen vähäisyyttä, jolloin menetelmän tai intervention sisällöllä on suuri merkitys asiakkaan hyvinvoinnin ja osallisuuden kokemusten kannalta. Tämän vuoksi aineistossa esiintynyt yksityiskohta siitä, että sähköiset interventiot sopisivat suoritustavoiksi myös sellaisille henkilöille, jotka kokevat kognitiivisten kykyjen heikentymistä, on tärkeä. Tällöin sähköisiä menetelmiä voidaan kehittää laajemmallekin kohderyhmälle suunnattaviksi, mikä on merkittävä tavoite sosiaali- ja terveyspalvelujen sähköistämistä ajatellen (Tieto hyvinvoinnin ja uudistuvien palvelujen tukena 2020, 7).

Digitaalisilla palveluilla tavoitellaan yksittäisen palvelun tehokkuuden lisäksi kustannustehokkuutta sekä parempaa tuottavuutta (Hakkarainen 2020). Päihdekuntoutuksen vaikuttavuutta tutkittaessa aineistosta nousi esiin hoitoon sitoutumisen näkökulma. Aineiston perusteella vaikuttaa siltä, että digitaalisten menetelmien suorittamiseen sitoudutaan samalla intensiteetillä kuin kasvokkain toteutettavaankin interventioon (Holmes ym. 2019; Moore ym. 2011; Chaple ym. 2014). Tämä on resurssien kohdentamista ajatellen tärkeä yksityiskohta, sillä kuntoutus, johon ei sitouduta, ei ole kustannustehokkuuden kannalta optimaalinen. Digitaalisten palveluiden tarjoaminen niihin sitoutuneelle asiakkaalle vie vähemmän työntekijäresursseja kuin kasvokkain tapahtuvassa asioinnissa, minkä seurauksena työntekijöillä on enemmän aikaa niille asiakkaille, jotka tarvitsevat erityistä tukea kasvokkain tapahtuvan asioinnin muodossa (Hakkarainen 2020). Korhonen (2020, 6-7) ja Partanen, Kuussaari & Viskari (2020) painottavat, ettei sähköisten menetelmien ole tarkoitus korvata

kasvokkain tehtävää työtä, vaan tulla perinteisten menetelmien rinnalle täydentämään kuntoutusohjelmien repertuaaria, kuten esimerkiksi Tavakoli Gouchani ym. (2017) tutkimuksessaan toteavat.

7 Pohdinta

Opinnäytetyön aihe sekä tutkimuksen tekeminen ylipäätään olivat opinnäytetyön tekijälle uusia asioita. Kiinnostus tärkeäksi koettua tutkimusaihetta kohtaan ajoi kuitenkin hankkimaan tietoa ja herätteli pohtimaan myös eettisyyteen liittyviä kysymyksiä. Opinnäytetyön viimeisessä luvussa reflektoidaan tekijän oppimisprosessia tutkimuksen tekemisen aikana, vastataan eettisyyteen ja luotettavuuteen koskeviin kysymyksiin ja käsitellään kehittämiseen sekä jatkotutkimuksiin liittyviä näkökulmia.

7.1 Oman ammatillisen kasvun reflektointi

Opinnäytetyön tekijälle kuvaileva kirjallisuuskatsaus oli tutkimusmenetelmänä kohtuullisen vieras opinnäytetyötä aloittaessa, sillä menetelmää ja sen toteutusta oli käsitelty opintojen aikana vain lyhyesti. Tutkimuksen tekeminen ylipäätään oli myös uusi asia, johon totuttelemisen kesti koko opinnäytetyöprosessin ajan. Kokemus tutkimuksen tekemisestä jäi lopulta hyväksi. Erityisesti alkuvaiheen haasteena olikin vieraan menetelmän omaksumisen lisäksi tutkimuksen tekemiseen liittyvien vaatimusten ymmärtäminen. Kirjallista materiaalia kirjallisuuskatsauksen toteuttamisesta oli tarjolla rajoitetusti, mutta erilaiset työpajat sekä opetusvideot avasivat menetelmää teoriassa. Käytännössä osaaminen ja ymmärrys kirjallisuuskatsauksen vaatimuksista sekä sen toteuttamisesta kasvoivat opinnäytetyötä tehdessä. Englanninkielisen materiaalin käsittely osoittautui paikoitellen haastavaksi, mutta kielitaito alan aihesanaston tiimoilta koheni tutkimusprosessin edetessä.

Opinnäytetyön aihe ei ollut tekijälle alussa kovinkaan tuttu, mutta kiinnostus uutta ja tärkeäksi koettua aihetta kohtaan motivoi tutkimuksen edistämässä haastavinakin hetkinä. Opinnäytetyön edetessä oma tietämys ja näkemykset aiheesta kasvoivat ja muuttuivat vähitellen, mikä oli mukava huomata konkreettisesti loppua kohti edetessä. Uusi aihe muuttui omassa mielessä moniulotteiseksi ja yhteiskunnallisesti tärkeäksi ajan kuluessa. Opinnäytetyöprosessin aikana osallistuttiin ryhmämuotoisiin etäohjaustapaamisiin noin kolmen viikon välein. Tällöin omaa etenemistä ja oppimista jaettiin pienryhmän kanssa. Tapaamiset motivoivat edistämään omaa työtä ja muilta opiskelijoilta saatu vertaistuki helpotti erityisesti haastaviksi koetuissa tilanteissa. Muilta opiskelijoilta sekä ohjaavalta opettajalta saadut neuvot ja mielipiteet antoivat uudenlaista näkökulmaa omalle työlle, jolle ajan kuluessa tuli itse sokeaksi.

Koen voivani hyödyntää saamaani tietoa ja uusia näkökulmia tulevaisuudessa, ja ammatillista kasvua koen tapahtuneen juurikin näkökulmien muutosten ja lisääntyneen tiedon myötä. Koen myös, että tiedon etsiminen ja sen tarkastelu kriittisesti ovat edistäneet omaa kykyäni hahmottaa erilaisia kokonaisuuksia. Tulevaisuutta ajatellen koen, että tiedon etsiminen luotettavista lähteistä on oman ammatillisuuden ylläpitämiseksi ja kasvattamiseksi tärkeää. Digitalisaatioon liittyvä opinnäytetyön aihe on ajan hermolla, ja tietämys aiheesta voi osoittautua merkittäviksi esimerkiksi kehittämistyötä ajatellen. Erityisesti päihdetyön asiakaslähtöistä kehittämistä ja sosiaalialan digitalisoitumista ajatellen tutkimuksen tekemisestä saadut näkökulmat voivat olla tulevalla työuralla arvokkaita.

7.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta tarkasteltaessa tulee ottaa huomioon hyvä tieteellinen käytäntö. Tutkimuseettisistä näkökulmista hyviin käytäntöihin kuuluvat muun muassa rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus tutkimusta toteutettaessa. Tutkimusta tehdessä ja sen tuloksista raportoitaessa toteutetaan avoimuutta ja muiden tutkijoiden työ ja saavutukset tulee tunnustaa esimerkiksi oikeellisen viittaustekniikan avulla. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.)

Opinnäytetyö toteutettiin kirjallisuuskatsauksena, ja koska tutkimusta varten ei haastateltu ketään tai kerätty henkilötietoja, tutkimuslupaa ei tarvinnut anoa. Tutkimuksen aineisto kerättiin julkisista tietokannoista, joista todennäköisimmin sai ajankohtaista tutkimustietoa aiheesta. Kuitenkin opiskelijan pääsyoikeudet erilaisiin tietokantoihin ovat rajatut, minkä vuoksi joitakin tutkittavaan aiheeseen oleellisesti liittyviä artikkeleja on voinut rajautua tutkimuksen ulkopuolelle. Analysoitavat artikkelit valittiin kuitenkin huolella laadukkaista tietokannoista. Tutkimusprosessista raportoitiin mahdollisimman selkeästi, jotta saadut tutkimustulokset olisivat tarvittaessa jäljiteltävissä ja muiden tutkijoiden tekemiin töihin viitattiin asianmukaisesti (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012). Saadut tulokset raportoitiin rehellisesti ja avoimesti ja tiedon tuottamisessa pyrittiin objektiivisuuteen eli siihen, etteivät tutkijan omat käsitykset tutkimusaiheesta vaikuta tutkimuksen etenemiseen tai tiedon tuottamiseen. Opinnäytetyön tekijällä oli prosessin alussa ajatus siitä, etteivät sähköiset menetelmät voisi olla läheskään yhtä vaikuttavia kuin kasvokkain toteutettavat. Tutkimusta lähdettiin kuitenkin tekemään avoimin mielin, eikä käsityksen lopulta koeta vaikuttaneen tutkimuksen tuloksi.

Tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa on tärkeä huomioida, että opinnäytetyötä teki vain yksi henkilö. Tutkimuksen yksin tekemisen haasteet korostuivat erityisesti englanninkielistä tekstiä lukiessa ja käännöstyötä tehdessä. Tieteellisten artikkelien teksti on jo lähtökohtaisesti vaativaa, ja itselle vieraalla kielellä lukeminen lisäsi haastetta. Joidenkin käsitteiden tai konseptien ymmärtäminen osoittautui haastavaksi erityisesti, mikäli mitkään käännösohjelmat

eivät termejä ymmärtäneet. Tutkimusta yksin tehdessä jonkin sanan tai kokonaisen asiayhteyden selvittäminen vei toisinaan aikaa, minkä lisäksi täyttä varmuutta tekstin oikeellisesta ymmärtämisestä ja kääntämisestä ei aina voinut saada. Saadun tiedon luotettavuutta pyrittiin kuitenkin lisäämään lukemalla tekstiä moneen kertaan eri ajankohtina ja toisinaan luetuttamalla tekstiä jollakulla ulkopuolisella henkilöllä. Toisinaan termien kääntäminen suomeksi osoittautui haastavaksi myös erilaisten yhteiskunta- tai oikeusjärjestelmien vuoksi. Tällöin tuli pyrkiä termin kääntämiseen tavalla, joka vastaisi mahdollisimman tarkasti alkuperäiskielistä käännöstä asiayhteyttä vääristämättä.

Yksi saadun tutkimustiedon luotettavuuteen mahdollisesti vaikuttava tekijä on tutkittujen digitaalisten menetelmien skaalan laajuus. Suurehko määrä erilaisia menetelmiä tuntui toisinaan hankalalta hallita, sillä menetelmien vaikuttavuuden tai toimintojen vertaaminen toisiinsa oli haastavaa toisistaan poikkeavien toteutustapojen ja menetelmien sisältöjen vuoksi. Toisaalta tutkimustietoa sähköisistä päihdekuntoutusmenetelmistä ei lähtökohtaisesti ollut saatavilla kovinkaan laajasti, joten aiheen rajaaminen vain esimerkiksi älypuhelinsovellusten tai tietokoneperustaisten ohjelmien tutkimiseen olisi saattanut kaventaa tutkimusaineistoa liiaksi. Opinnäytetyön tekeminen perustuu suuresti opinnäytetyön tilaajan toiveiden pohjalta tehtyyn tutkimukseen. Tämän opinnäytetyön tilaajalta tullut toive oli, että opinnäytetyöllä selvitettäisiin sitä, minkälaisia erilaisia päihdekuntoutusmenetelmiä olisi sekä sitä, minkälaista vaikuttavuutta näillä menetelmillä oli. Näiden toiveiden täyttämiseksi oli olennaista, että aineistoon valikoitui monia erilaisia digitaalisia kuntoutusmenetelmiä.

Tämän tutkimuksen loppuvaiheessa koronapandemian aikaa oli eletty jo yli vuosi ja esimerkiksi palvelujen sopeuttamista digitaaliseen muotoon oli ehditty kehittää pidemmälle kuin opinnäytetyötä aloittaessa. Opinnäytetyön tutkimusaineisto kerättiin syksyn 2020 aikana. Tämän ansiosta esiin nousi ajatus siitä, olisivatko tutkimustulokset opinnäytetyön aiheen tiimoilta olleet erilaisia, mikäli tutkimusaineiston kerääminen olisi aloitettu esimerkiksi vasta keväällä 2021. Tutkimuksen luotettavuuteen tällä ei ole suoraa vaikutusta, mutta ajankohtaisuutta ajatellen jatkuvasti kehittyvä tieto herätti pohtimaan tätäkin näkökulmaa. Toisaalta digitaalisuuteen kuuluu olennaisesti sen nopea kehittyminen, joten tutkimuksen aiheeseen liittyviä uusia tuloksia olisi ehditty todennäköisesti ilman koronapandemiaakin julkaista ennen opinnäytetyön julkaisemista.

7.3 Jatkotutkimus- ja kehittämisehdotukset

Kirjallisuuskatsauksen aineistoa tarkastellessa kävi ilmi, että digitaalisiin päihdekuntoutusmenetelmiin kohdistuvat tutkimukset ovat monelta osin alkutekijöissään. Erilaisia menetelmiä kehitetään jatkuvasti, mutta tutkimuksen tekeminen vie aikaa. Tämän opinnäytetyön aineistoon valikoitui ainoastaan yksi pitkittäistutkimus, jonka seuranta-aika oli kaksi vuotta. Lyhyen aikavälin tutkimuksen tuloksia ei lähtökohtaisesti voida yleistää

koskemaan pidempää aikaväliä, ja erityisesti vaikuttavuutta tutkiessa olisi tärkeää, että menetelmiä olisi tutkittu useamman vuoden ajan. Osa aineiston artikkeleista antoi viitteitä vaikuttavuuden vähenemisestä ajan myötä, ja mahdollisimman tehokkaiden ja kannattavien menetelmien kehittämisessä pitkittäistutkimuksia tulisikin hyödyntää. Näin saataisiin luotettavampaa ja yleistettävämpää tietoa jonkin menetelmän vaikuttavuudesta. Myös suomalaista tutkimusta digitaalisista päihdekuntoutusmenetelmistä tarvittaisiin enemmän, sillä valtioiden välinen edistys ja käytännöt vaihtelevat suurestikin.

Opinnäytetyön aineistossa erityisryhmien näkökulma jäi vähäiseksi. Joissakin artikkeleissa mainittiin esimerkiksi naisten osuus tutkimuksen kohderyhmästä, mutta naisiin liittyviä erityispiirteitä tai heidän mahdollisia eroavuuksiaan suhteessa miehiin ei nostettu artikkelien tutkimustuloksissa merkittävästi esiin. Tutkimusten tuloksia on siis saatettu sulauttaa yhteen sukupuolineutraalisti, tai sitten naisten erityispiirteitä ei ole noussut tutkimuksissa esiin. Sukupuolen lisäksi ikää ei ole juurikaan eroteltu tutkimuksissa, eikä siis senkään mahdollisesta merkityksestä voida tehdä johtopäätöksiä. Naisiin sekä ikää koskeviin erityisryhmiin, kuten nuoriin tai senioreihin, liittyy kuitenkin omat erityispiirteensä päihdekuntoutusta ja erityisesti digitaalista sellaista ajatellen. Naisten päihdekuntoutuksessa tulisi huomioida monia nais erityisyyden osa-alueita, kuten traumataustaa sekä mielenterveyden haasteita mahdollisimman vaikuttavan lopputuloksen aikaansaamiseksi. Nuoriin päihdekuntoutujiin taas voi liittyä kysymyksiä päihdekuntoutuksesta ja sen toteuttamisesta ylipäätään, sillä nuorille harvoin on tarjolla matalan kynnyksen päihdepalveluita, joihin hakeutuminen pysyisi nuoren sekä työntekijän välillä. Nuorilla on myös omia ikään liittyviä haasteitaan siinä missä ikääntyvilläkin, joiden sähköisessä päihdekuntoutuksessa tulisi huomioida digitaalitoihin liittyviä kysymyksiä. Naisten, nuorten ja ikääntyneiden digitaalista päihdekuntoutusta ja sen etuja tai mahdollisia rajoitteita tulisi siis tutkia tulevaisuudessa enemmän, jotta saataisiin kehitettyä mahdollisimman vaikuttavia menetelmiä kaikenlaisille ihmisryhmille.

Rikostaustaisiin keskittyviä tutkimuksia oli opinnäytetyön aineistossa kaksi. Useampiakin tutkimuksia olisi mielellään hyödynnetty, mutta rikostaustaisten digitaaliseen päihdekuntoutukseen keskittyviä tutkimuksia oli saatavilla olevissa tietokannoissa vähänlaisesti. Tämä kirjallisuuskatsaus sivusi rikostaustaisten haasteita digitaalisuuteen liittyen, mutta rikostaustaisista ja erityisesti vankilatuomiota suorittavista olisi hyvä tehdä laajemmin tutkimusta osana päihdekuntoutusmenetelmien digitalisoitumista. Vankilaympäristössä toteutettavia sähköisiä menetelmiä ajatellen on tärkeä huomioida aineistosta esiin nousseet haasteet, jotka liittyivät menetelmien tekniseen toteutukseen sekä valvonnalliseen näkökulmaan. Sähköisessä muodossa olevan kuntoutuksen suorittaminen valvomatta ja yksin on tavoite, jonka avulla ajetaan työntekijäresurssien säästämistä. Kuten todettu, valvomattomuus ja itsenäinen työskentely voivat myös toimia kannusteena monille sellaisille, jotka eivät ryhmämuotoisiin toimintoihin halua osallistua. Vankila on kuitenkin lähtökohtaisesti valvottu ympäristö, mikä tuo ristiriitaa toiminta-ajatusten yhdistämiselle.

Monen maan vankilakäytäntöihin verrattuna Suomessa päihdekuntoutumisen edistämiseksi suoritettu valvomattomuus voi kuitenkin olla helpommin toteutettavissa, erityisesti avovankiloissa. Tästä aiheesta sekä erinäisistä teknisistä haasteista ja samalla vankiloiden valmiuksista sähköisten palveluiden toteuttamiselle olisi hyvä tehdä tutkimusta erityisesti Suomessa tutkimuksen vähäisen määrän vuoksi.

Eräässä aineiston artikkelissa sivuttiin lyhyesti älypuhelinsovelluksen käyttäjien kokemuksia siitä, mikä sovelluksessa oli sen käyttäjien kannalta olennaisinta. Esimerkiksi oman alkoholinkäytön määrän merkitseminen koettiin hyväksi toiminnoksi, kun taas kalenteria pidettiin epäolennaisena. Erialaisten sovellusten kehittämisessä vastaavanlaisen tiedon hankinta on tärkeää, ja pelkästään sovelluksiin keskittyvän tutkimuksen tekeminen olisi hyödyllistä. Toisessa artikkelissa nousi sivutuotteena esiin tutkimukseen osallistujien kokemus siitä, että sekä digitaalisesti että kasvokkain toteutetun päihdekuntoutusohjelman sisältö oli haastava ymmärtää. Tämä herätti pohtimaan erityisesti kirjallisen sisällön merkitystä sähköisiä menetelmiä kehitettäessä. Digitaaliset menetelmät pyritään suunnittelemaan niin, ettei asiakas tarvitse työntekijän läsnäoloa menetelmää hyödyntäessään. Jotta menetelmä kykenee vastaamaan tähän tavoitteeseen ja palvelemaan asiakasta parhaalla mahdollisella tavalla, on tärkeää, että menetelmän sisältö on helposti ymmärrettävässä muodossa. Myös esimerkiksi jonkinlaisen lukuohjelman mahdollisuutta osana sähköistä menetelmää voisi harkita huonokuuloisten asiakkaiden palvelemiseksi. Lisää tutkimusta näistä aiheista voitaisiin hankkia esimerkiksi verrokkiryhmiä hyödyntämällä.

Digitaalisia päihdekuntoutusmenetelmiä tutkiessa esiin nousi näkökulmia kuntoutuksen vaikuttavuudesta myös mielenterveyteen sekä kognitioon. Näitä aiheita käsiteltiin lyhyesti sekä opinnäytetyön tuloksissa että johtopäätöksissä. Kognitiivisten kykyjen alenema on monilla kytköksissä päihteiden käyttöön ja esimerkiksi mielenterveysongelmia esiintyy usein päihdeongelmien kanssa samanaikaisesti. Aineiston näkökulmat mielenterveyteen sekä kognitioon ovat hyvin mielenkiintoisia, ja niiden tutkimista osana päihdekuntoutusta tai täysin omana aiheenaan voisi edistää esimerkiksi opinnäytetyön muodossa.

Lähteet

Painetut

Axelin, A., Stolt, M. & Suhonen, R. 2016. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. 2. painos. Turku: Grano Oy.

Sähköiset

A-klinikka. 2020. Digitaaliset palvelut. Viitattu 3.10.2020.

<https://www.aklinikka.fi/palvelut/digitaaliset-palvelut>

Aluehallintovirasto. 2021. Yleistä saavutettavuudesta. Viitattu 2.4.2021.

<https://www.saavutettavuusvaatimukset.fi/yleista-saavutettavuudesta/>

Bergman, B.G. & Kelly, J.F. 2020. Online digital recovery support services: An overview of the science and their potential to help individuals with substance use disorder during COVID-19 and beyond. *Journal of Substance Abuse Treatment* 4. Viitattu 5.11.2020.

<https://doi.org/10.1016/j.jsat.2020.108152>

DigiIN. 2020a. Konsortio ja yhteistyökumppanit. Viitattu 24.9.2020.

<https://www.digiin.fi/konsortio-ja-yhteistyokumppanit/>

DigiIN. 2020b. Sosiaalisesti syrjäytyneet. Viitattu 25.9.2020.

<https://www.digiin.fi/sosiaalisesti-syrjaytyneet/>

DigiIN. 2020c. Tietoa hankkeesta. Viitattu 24.9.2020. <https://www.digiin.fi/tietoa-hankkeesta/>

Digitalisaatio terveyden ja hyvinvoinnin tukena. 2016. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus. Digitalisaatiolinjaukset 2025. Viitattu 28.9.2020.

<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/75526>

Digitalisaation edistämisen ohjelma 2020-2023. Toimintasuunnitelma 2020.

Valtiovaraministeriö. Viitattu 28.9.2020.

<https://vm.fi/documents/10623/1464506/Digitalisaation+edist%C3%A4misen+ohjelman+toimintasuunnitelma/5cd124e3-ec59-2fcb-79e0-a501f7ec404c/Digitalisaation+edist%C3%A4misen+ohjelman+toimintasuunnitelma.pdf>

Farooq, S., Taylor, C.D.J., Gire, N., Riley, M., Caton, N. & Husain, N. 2015. Digital inclusion: The concept and strategies for people with mental health difficulties. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry* 49(9), 772-773. Viitattu 16.10.2020.

<https://doi.org/10.1177%2F0004867415591827>

Hakkarainen, P. 2020. Digitaalisten palveluiden vaikuttavuuden mittaaminen. SOSTE Suomen sosiaali- ja terveys ry. Viitattu 21.3.2021.

<https://www.soste.fi/kansalaisyhteiskunta/digitaalisten-palveluiden-vaikuttavuuden-mittaaminen/>

Helsinki. 2020. Toipumisen kompassi taskussa. Viitattu 6.4.2021.

<https://www.hel.fi/sote/fi/esittely/julkaisut/ uutiskirjeet/recovery>

Helsper, E. 2008. Digital inclusion: an analysis of social disadvantage and the information society. Lontoo: Department for Communities and Local Government. Viitattu 12.5.2021.

<https://core.ac.uk/download/pdf/213972.pdf>

Helsper, E. 2012. A Corresponding Fields Model for the Links Between Social and Digital Exclusion. *Communication theory* 22(4), 403-426. Viitattu 12.5.2021.

<https://doi.org/10.1111/j.1468-2885.2012.01416.x>

Heponiemi, T., Kujala, S., Kouvonen, A., Taipale, S., Rantanen, T., Topo, P., Iltanen-Tähkävuori, S., Hörhammer, I., Kempainen, L., Buchert, U., Safarov, N., Järveläinen, E., Juujärvi, S. & Pöyry-Lassila, P. 2019. Palvelukulttuuria uudistamalla kaikki mukaan digitaaliseen yhteiskuntaan. Tilannekuvaraportti. Viitattu 27.9.2020.

<https://helda.helsinki.fi/handle/10138/317762>

Hill, C., Martin J.L., Thomson, S., Scott-Ram, N., Penfold, H. & Creswell, C. 2017. Navigating the challenges of digital health innovation: considerations and solutions in developing online and smartphone-application-based interventions for mental health disorders. *The British Journal of Psychiatry* 211(2), 65-69. Viitattu 13.10.2020.

<https://doi.org/10.1192/bjp.bp.115.180372>

Hollis, C., Morriss, R., Martin, J., Amani, S., Cotton, R., Denis, M. & Lewis, S. 2015.

Technological innovations in mental healthcare: harnessing the digital revolution. *The British Journal of Psychiatry* 206(4), 263-265. Viitattu 13.10.2020.

<https://doi.org/10.1192/bjp.bp.113.142612>

Hyppönen, H. & Ilmarinen, K. 2016. Sosiaali- ja terveydenhuollon digitalisaatio.

Tutkimuksesta tiiviisti 22/2016. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Helsinki. Viitattu 28.9.2020.

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131301/URN_ISBN_978-952-302-739-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kangasniemi, M., Utriainen, K., Ahonen, S-M., Pietilä, A-M., Jääskeläinen, P. & Liikanen, E. 2013. Kuvailtava kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon.

Viitattu 13.10.2020. <https://search-proquest->

com.nelli.laurea.fi/docview/1469873650/fulltextPDF/5D6562FF16AC4BEFPQ/1?accountid=12003

Kauppila, T., Kiiski, K. & Lehtonen M. 2018. Sähköhelmenkalastus. Sosiaalihuollon sähköisten palvelujen nykytila ja kehittämistarpeet. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 14/2018. Viitattu 28.9.2020.

https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160653/STM_rap_14_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kivipelto, M., Blomgren, S., Karjalainen, P. & Saikkonen, P. (toim.) 2013. Vaikuttavaa aikuissosiaalityötä - arviointimalleista mittareihin. Tutkimus- ja kehittämishankkeen loppuraportti 8/2013. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 15.10.2020.

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104473/URN_ISBN_978-952-245-864-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Korhonen, S. 2020. Koronakriisi ja päihdekuntoutujat. Sosiaalinen raportti 7/2020. Helsingin kaupunki. Viitattu 4.10.2020. <https://www.hel.fi/static/liitteet-2019/SoTe/Palaute/sosiaalinen-raportointi/paihdehuollon-jalkikuntoutus-koronakysely-2020.pdf>

Kriminaalihuollon tukisäätiö. 2018. Rikosseuraamusasiakkaiden sote-palveluihin pääsy tulee varmistaa. Viitattu 10.11.2020. <https://www.krits.fi/2018/06/kriminaalihuollon-tukisaatio-rikosseuraamusasiakkaiden-sote-palveluihin-paasy-tulee-varmistaa/>

KvaliMOTV. 2021a. 7.3.4 Teemoittelu. Viitattu 28.4.2021.

https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_4.html

KvaliMOTV. 2021b. 7.2.2 Koodaus. Viitattu 28.4.2021.

https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_2_2.html

Lagomasino, I.T., Zatzick, D.F. & Chambers, D.A. 2010. Efficiency in Mental Health Practice and Research. *General Hospital Psychiatry* 32(5), 477-483. Viitattu 15.10.2020.

<https://doi.org/10.1016/j.genhosppsy.2010.06.005>

Laki digitaalisten palvelujen tarjoamisesta 306/2019. Finlex. Viitattu 4.4.2021.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2019/20190306>

Leemann, L., Kuusio, H. & Hämäläinen, R-M. 2015. Sosiaalinen osallisuus. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 29.9.2020.

https://thl.fi/documents/966696/3775621/Tietopaketti_Sosiaalinen_Osallisuus.pdf/4bc56a65-8eb2-41c3-87b8-0cd963a2c600

Marsch, L.A., Campbell, A., Campbell, C., Chen, C-H., Ertin, E., Ghitza, U., Lambert-Harris, C., Hassanpour, S., Holtyn, A.F., Hser, Y-I., Jacobs, P., Klausner, J.D., Lemley, S., Kotz, D., Meier, A., McLeman, B., McNeely, J., Mishra, V., Mooney, L., Nunes, E., Stafylis, C., Stanger, C., Saunders, E., Subramaniam, G. & Young, S. 2020. The application of digital health to the assessment and treatment of substance use disorders: The past, current, and future role of the National Drug Abuse Treatment Clinical Trials Network. *Journal of Substance Abuse Treatment* 112, 4-11. Viitattu 6.11.2020. <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2020.02.005>

Naslund, J., Aschbrenner, K., Araya, R., Marsch, L. A., Unützer, J., Patel, V. & Bartels, S. J. 2017. Digital technology for treating and preventing mental disorders in low-income and middle-income countries: a narrative review of the literature. *The Lancet Psychiatry* 4(6), 486-500. Viitattu 12.10.2020. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(17\)30096-2](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(17)30096-2)

Partanen, A., Kuussaari, K. & Viskari, I. 2020. Päihdepalvelut toimivat myös koronaepidemian aikana - palveluiden käyttöön kannattaa rohkaista. THL-blogi. Viitattu 17.3.2021. <https://blogi.thl.fi/paihdepalvelut-toimivat-myos-koronaepidemian-aikana-palveluiden-kayttoon-kannattaa-rohkaista/>

Perlgut, D. 2011. *Digital Inclusion in the Broadband World: Challenges for Australia*. Sydney: Communications Policy and Research Forum. Viitattu 29.9.2020. <https://core.ac.uk/download/pdf/30680191.pdf>

Piirainen, K. & Kettunen, A. 2018. Sosiaalisen kuntoutuksen yhteiskunnalliset vaikutukset. Teoksessa Raivio, H. (toim.) *Enemmän sosiaalista toimintakykyä, lisää osallisuutta! Yhteiskehittäen vaikuttavampaa sosiaalista kuntoutusta. Sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishankkeen (SOSKU) 2015-2018 loppuraportti*. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi 7/2018. Viitattu 26.2.2021. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136144/URN_ISBN_978-952-343-070-9.pdf?sequence=1

Päihdehuoltolaki 41/1986. Finlex. Viitattu 30.9.2020. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041#L1P6>

Päihdelinkki. 2020. Oma-apu. Viitattu 3.10.2020. <https://paihdelinkki.fi/fi/oma-apu>

Reisdorf, B.C. & Jewkes, Y. 2016. (B)Locked sites: cases of Internet use in three British prisons. *Information, Communication & Society* 19(6), 771-786. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2016.1153124>

Reisdorf, B.C. & Rikard, R.V. 2018. Digital rehabilitation: A Model of Reentry Into the Digital Age. *American Behavioral Scientist* 62(9), 1273-1290. Viitattu 15.11.2020. <https://doi.org/10.1177%2F0002764218773817>

Rikosseuraamuslaitos. 2019. Päihdeohjelmat. Viitattu 10.11.2020.

<https://www.rikosseuraamus.fi/fi/index/taytantonpano/toiminnot/kuntouttavatoiminta-paihdeyto/paihdeohjelmat.html>

Rikosseuraamuslaitos. 2020a. Kuntouttava toiminta - Päihdetyö. Viitattu 9.11.2020.

<https://www.rikosseuraamus.fi/fi/index/taytantonpano/toiminnot/kuntouttavatoiminta-paihdeyto.html>

Rikosseuraamuslaitos. 2020b. Hankkeet. Viitattu 12.11.2020.

<https://www.rikosseuraamus.fi/fi/index/ajankohtaista/hankkeet.html>

Rikosseuraamuslaitos. 2020c. Rikosseuraamuslaitos ottaa käyttöön Suomi.fi-viestit - sähköinen viranomaisposti saavuttaa nyt myös vangit.

<https://www.rikosseuraamus.fi/fi/index/ajankohtaista/tiedotteet/2020/rikosseuraamuslaitos-ottaakayttoonsuomi.fi-viestit-sahkoinenviranomaispostisaavuttaanytmyosvangit.html>

Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasa: Vaasan yliopiston julkaisuja. Viitattu 13.10.2020.

https://www.univaasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2020. Päihdepalvelut. Viitattu 3.10.2020.

<https://stm.fi/paihdepalvelut>

Suomen Akatemia. 2020. Strategisen tutkimuksen neuvosto. Viitattu 24.9.2020.

<https://www.aka.fi/fi/akatemia/stn>

Taugerbeck, S., Ahmadi, M., Schorch, M., Unbehau, D., Aal, K. & Wulf, V. 2019. Digital Participation in Prison - A Public Discourse Analysis of the Use of ICT by Inmates. Proceedings of the ACM on Human-Computer Interaction 3. Viitattu 12.11.2020.

<https://dl.acm.org/doi/abs/10.1145/3361114>

THL. 2019. Asiakkaat ja osallisuus. Viitattu 17.3.2021. <https://thl.fi/fi/web/sote-uudistus/palvelujen-tuottaminen/asiakkaat-ja-osallisuus>

THL. 2020. Osallisuuden osa-alueet ja osallisuuden edistämisen periaatteet. Viitattu 29.9.2020. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-osa-alueet-ja-osallisuuden-edistamisen-periaatteet>

Tieto hyvinvoinnin ja uudistuvien palvelujen tukena. 2020. Sote-tieto hyötykäyttöön - strategia. Viitattu 28.9.2020.

https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/70321/URN_ISBN_978-952-00-3548-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Viitattu 6.4.2021. <https://tenk.fi/fi/ohjeet-ja-aineistot/HTK-ohje-2012#HTK>

Tyni, S. 2015. Vankeinhoidon vaikuttavuus - Onko kuntoutukselle tilastollisia perusteita? Akateeminen väitöskirja. Rikosseuraamuslaitoksen julkaisuja 1/2015. Viitattu 16.10.2020. https://www.rikosseuraamus.fi/material/attachments/rise/julkaisut-risenjulkaisusarja/l1CTvAnMd/RISE_1_2015_Vankeinhoidon_vaikuttavuus_-_Onko_kuntoutukselle_tilastollisia_perusteita_Sasu_Tyni_vaitoskirja_net.pdf

Julkaisemattomat

Kivelä, S. 2020. Kirjallisuuskatsauspajan diaesitys. Laurea-ammattikorkeakoulu 9.10.2020.

Komulainen, K., Alastalo, M. & Vierula, J. 2018. Kirjallisuuskatsauspajan diaesitys. Laurea-ammattikorkeakoulu 2.2.2018.

Lähteet: Kirjallisuuskatsauksen aineisto

Barrio, P., Ortega, L., Lopez, H. & Gual, A. 2017. Self-management and Shared Decision-Making in Alcohol Dependence via a Mobile App: a Pilot Study. *International Journal of Behavioral Medicine* 24(5), 722-727. <https://doi.org/10.1007/s12529-017-9643-6>

Chaple, M., Sacks, S., McKendrick, K., Marsch, L.A., Belenko, S., Leukefeld, C., Prendergast, M. & French, M. 2014. Feasibility of a computerized intervention for offenders with substance use disorders: a research note. *Journal of Experimental Criminology* 10(1), 105-127. <https://doi.org/10.1007/s11292-013-9187-y>

Colbert, S., Thornton, L. & Richmond, R. Smartphone apps for managing alcohol consumption: a literature review. 2020. *Addiction Science & Clinical Practice* 15(17), 1-16. <https://doi.org/10.1186/s13722-020-00190-x>

Freyer-Adam, J., Baumann, S., Haberecht, K., Tobschall, S., Bischof, G., John, U. & Gaertner, B. 2018. In-Person Alcohol Counseling Versus Computer-Generated Feedback: Results From a Randomized Controlled Trial. *Health Psychology* 37(1), 70-80. <https://doi.apa.org/doi/10.1037/hea0000556>

Holmes, N.A., Van Agteren, J.E.M. & Dorstyn, D.S. 2019. A systematic review of technology-assisted interventions for co-morbid depression and substance use. *Journal of Telemedicine and Telecare* 25(3), 131-141. <https://doi.org/10.1177%2F1357633X17748991>

Khadjesari, Z., Murray, E., Hewitt, C., Hartley, S. & Godfrey, C. 2011. Can stand-alone computer-based interventions reduce alcohol consumption? A systematic review. *Addiction* 106(2), 267-282. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2010.03214.x>

Lee, J.D., Tofighi, B., McDonald, R., Campbell, A., Hu, M.C. & Nunes, E. 2017. Acceptability and effectiveness of a web-based psychosocial intervention among criminal justice involved adults. *Health & Justice* 5(1), 1-9. <https://doi.org/10.1186/s40352-017-0048-z>

Moore, B.A., Fazzino, T., Garnet, B., Cutter, C.J. & Barry, D.T. 2011. Computer-based interventions for drug use disorders: A systematic review. *Journal of Substance Abuse Treatment* 40(3), 215-223. <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2010.11.002>

Moore, B.A., Buono, F.D., Printz, D.M.B., Lloyd, D.P., Fiellin, D.A., Cutter, C.J., Schottenfeld, R.S. & Barry, D.T. 2017. Customized Recommendations and Reminder Text Messages for Automated, Computer-Based Treatment During Methadone. *Experimental and Clinical Psychopharmacology* 25(6), 485-495. <http://dx.doi.org/10.1037/pha0000149>

Paris, M., Silva, M., Añez-Nava, L., Jaramillo, Y., Kiluk, B.D., Gordon, M.A., Nich, C., Frankforter, T., Devore, K., Ball, S.A. & Carroll, K.M. 2018. Culturally Adapted, Web-Based Cognitive Behavioral Therapy for Spanish-Speaking Individuals With Substance Use Disorders: A Randomized Clinical Trial. *American Journal of Public Health* 108(11), 1535-1542. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2018.304571>

Shulman, M., Campbell, A., Pavlicova, M., Hu, M-C., Aharonovich, E. & Nunes, E.V. 2018. Cognitive Functioning and Treatment Outcomes in a Randomized Controlled Trial of Internet-Delivered Drug and Alcohol Treatment. *The American Journal on Addictions* 27(6), 509-515. <https://doi.org/10.1111/ajad.12769>

Sundström, C., Blankers, M. & Khadjesari, Z. 2017. Computer-Based Interventions for Problematic Alcohol Use: a Review of Systematic Reviews. *International Journal of Behavioral Medicine* 24(5), 646-658. <https://doi.org/10.1007/s12529-016-9601-8>

Tavakoli Ghouchani, H., Niknami, S., Aminshokravi, F. & Hojjat, S.K. 2017. Effectiveness of the video-based education in the retention of addiction treatment. *Journal of Substance Use* 22(3), 253-259. <https://doi.org/10.1080/14659891.2016.1182592>

Kuviot

Kuvio 1: Aineiston systemaattinen valinta	18
---	----

Taulukot

Taulukko 1: Sisäänotto- ja poissulkukriteerit	17
Taulukko 2: Hakutermit	19

Liitteet

Liite 1: Tutkijantaulukko	48
Liite 2: Aineistohaku	55
Liite 3: Teemoittelu	58

Liite 1: Tutkijantaulukko

Tutkimuksen otsikko, tekijät, julkaisija ja julkaisuvuosi	Tutkimuksen tarkoitus	Tutkimuksen kohderyhmä + tutkimusaineisto / tutkimusmenetelmä	Keskeiset tutkimustulokset	Valintaperusteet
<p>Computer-Based Interventions for Problematic Alcohol Use: a Review of Systematic Reviews</p> <p>Christopher Sunström, Matthijs Blankers & Zarnie Khadjesari.</p> <p>International Journal of Behavioral Medicine 2017</p>	<p>Koota tietoa alkoholiriippuvaisille suunnattujen tietokonepohjaisten interventioiden vaikuttavuudesta ja tutkia neljän vaikuttavuutta mittaavan osaluheen vaikutuksia</p>	<p>Kirjallisuuskatsaus kirjallisuuskatsauksista ja PubMed-tietokantaa hyödyntäen. (n=14)</p>	<p>Tietokonepohjaiset interventiot jopa perinteisiä vaikuttavampia alkoholinkäytön vähentämisessä, mutta vaikuttavuus vähenee ajan kuluessa.</p> <p>Pidempiaikaiset interventiot saattavat olla vaikuttavampia kuin lyhytinterventiot.</p>	<p>Vastaa ainakin yhteen tutkimuskysymykseen.</p>
<p>Feasibility of a computerized intervention for offenders with substance use disorders: a research note</p> <p>Michael Chaple, Stanley Sacks, Karen McKendrick, Lisa A. Marsch, Steven Belenko, Carl Leukefeld, Michael Prendergast & Michael French.</p> <p>Journal of Experimental Criminology 2014</p>	<p>Vertailla tietokonepohjaisen intervention käytettävyyttä, käyttäjätyytyväisyyttä sekä interventiota seuraavaa kognitiivisten kykyjen karttumista kontrolliryhmään.</p>	<p>Päihdeongelmaiset mies- ja naisvangit. (n=494)</p> <p>Avoin kokeellinen tutkimus.</p>	<p>Tietokonepohjaiset interventiot ovat joustavia ja voivat houkuttaa interventioita kartteleviakin.</p> <p>TES oli yhtä vaikuttava tapa lisätä vankien tietotaitoa coping- eli hallintakeinoista kuin perinteinenkin hoitomuoto.</p> <p>TES koettiin hyödyllisempänä ja siihen oltiin tyytyväisempiä kuin kontrolliryhmän perinteiseen hoitomuotoon.</p>	

Tutkimuksen otsikko, tekijät, julkaisija ja julkaisuvuosi	Tutkimuksen tarkoitus	Tutkimuksen kohderyhmä + tutkimusaineisto / tutkimusmenetelmä	Keskeiset tutkimustulokset	Valintaperusteet
<p>Self-management and Shared Decision-Making in Alcohol Dependence via a Mobile App: a Pilot Study</p> <p>Pablo Barrio, Lluisa Ortega, Hugo López & Antoni Gual.</p> <p>International Journal of Behavioral Medicine 2017</p>	<p>Arvioida mobiilisovellus SIDEAL'n käytettävyyttä sekä vaikuttavuutta osana alkoholiriippuvuuden hoitoa.</p>	<p>Diagnoosin alkoholi-riippuvuudesta saaneet aikuiset miehet ja naiset. (n=24)</p> <p>6 viikon pituinen seurantatutkimus.</p>	<p>SIDEAL koettiin hyödylliseksi erityisesti oman alkoholinkulutuksen merkitsemismahdollisuuden osalta.</p> <p>Käytettävyys sekä käyttäjätyytyväisyys olivat korkealla tasolla.</p>	
<p>Smartphone apps for managing alcohol consumption: a literature review</p> <p>Stephanie Colbert, Louise Thornton & Robyn Richmond.</p> <p>Addiction Science & Clinical Practice 2020.</p>	<p>Tuottaa tietoa alkoholinkäytön vähentämiseen tarkoitetuista sovelluksista sekä tieteelliseen näyttöön perustuvien sovellusten saatavuudesta.</p>	<p>Kirjallisuuskatsaus Pubmed, MEDLINE, PsycINFO ja Google Scholar -tietokantoja hyödyntäen.</p>	<p>Tulokset sovellusten vaikuttavuudesta olivat lupaavia, mutta yleistyksiä vaikuttavuudesta ei voida tehdä.</p>	

Tutkimuksen otsikko, tekijät, julkaisija ja julkaisuvuosi	Tutkimuksen tarkoitus	Tutkimuksen kohderyhmä + tutkimusaineisto / tutkimusmenetelmä	Keskeiset tutkimustulokset	Valintaperusteet
<p>Culturally Adapted, Web-Based Cognitive Behavioral Therapy for Spanish-Speaking Individuals With Substance Use Disorders: A Randomized Clinical Trial</p> <p>Manuel Paris, Michelle Silva, Luis Añez-Nava, Yudilyn Jaramillo, Brian D. Kiluk, Melissa A. Gordon, Charla Nich, Tami Frankforter, Kathleen Devore, Samuel A. Ball & Kathleen M. Carroll.</p> <p>American Journal of Public Health 2018.</p>	<p>Arvioida, minkälaista vaikutusta internet-pohjaisen kognitiivisbehavioraalisen hoitomuodon lisäämisellä osaksi riippuvuushoitoa on suhteessa kontrolliryhmään.</p>	<p>Latinotaustaiset aikuiset (n= 49 + 43)</p> <p>Satunnaistettu kliininen tutkimus 6kk seuranta-ajalla.</p>	<p>CBT4CBT -ohjelmaan määrättyillä pääasiallisen päihteen käyttöön liittyvät päivät vähenivät enemmän kuin kontrolliryhmällä 6kk seurantajakson aikana.</p> <p>Kognitiivis-behavioraalisten konseptien tietotaito lisääntyi CBT4CBT-ohjelmaan osallistuneilla enemmän kuin kontrolliryhmällä.</p> <p>Ohjelman vaikuttavuus saattaa ulottua mielenterveysongelmista kärsiviinkin.</p>	
<p>Acceptability and effectiveness of a web-based psychosocial intervention among criminal justice involved adults</p> <p>J.D. Lee, B. Tofighi, R. McDonald, A. Campbell, M.C. Hu & E. Nunes.</p> <p>Health & Justice 2017.</p>	<p>Vertailla internet-pohjaisen, psykososiaaliseen riippuvuudenhoito tutkimuksen kliinisiä piirteitä sekä hoitotuloksia rikosoikeuden kanssa tekemisissä olevien sekä siviilikansalaisten välillä.</p>	<p>Toissijaista datan arviointia tutkimuksesta, jonka aineisto aiemmin julkaistusta tutkimuksesta. (n=507)</p> <p>Kolme kohderyhmää: päihdehoito vapaaehtoista, viranomaisten suosittelemaa tai viranomaisten vaatimaa.</p>	<p>Sähköisen intervention hyväksyttävyyden ja käytettävyyden kokemukset olivat korkealla tasolla kaikissa tutkimusryhmissä.</p>	

Tutkimuksen otsikko, tekijät, julkaisija ja julkaisuvuosi	Tutkimuksen tarkoitus	Tutkimuksen kohderyhmä + tutkimusaineisto / tutkimusmenetelmä	Keskeiset tutkimustulokset	Valintaperusteet
<p>Cognitive Functioning and Treatment Outcomes in a Randomized Controlled Trial of Internet-Delivered Drug and Alcohol Treatment</p> <p>Matisyahu Shulman, Aimee Campbell, Martina Pavlicova, Mei-Chen Hu, Efrat Aharanovich & Edward V. Nunes.</p> <p>The American Journal on Addictions 2018.</p>	<p>Tutkia kognitiivisten kykyjen muutoksia osana vaikuttavuustutkimusta vertailemalla internet-pohjaista ohjelmaa perusmuotoiseen kuntoutukseen.</p>	<p>Toissijaista datan arviointia tutkimuksesta, jonka aineisto aiemmin julkaistusta tutkimuksesta. (n=507)</p>	<p>TES vaikuttaa tehokkaalta hoitokeinolta myös niille päihteidenkäyttäjille, joiden kognitiiviset kyvyt ovat heikentyneet.</p>	
<p>Customized Recommendations and Reminder Text Messages for Automated, Computer-Based Treatment During Methadone</p> <p>Brent A. Moore, Frank D. Buono, Destiny M.B. Printz, Daniel P. Lloyd, David A. Fiellin, Christopher J. Citter, Richard S. Schottenfeld & Declan T. Barry</p> <p>Experimental and Clinical</p>	<p>Arvioida Recovery Line -intervention toimivuutta niiltä osin, jotka on suunniteltu vähentämään päihteidenkäyttöä</p> <p>Tutkia tekstiviestimistusten vaikuttavuutta ja hyödyllisyyttä Recovery Line -interventiota käytettäessä.</p>	<p>Metadonikorvaushoidossa olevat henkilöt.</p> <p>Kliininen tutkimus kahdella kohderyhmällä (Trial 1 n= 31+29) ja (Trial 2 n=67).</p>	<p>Muistutustekstiviestit eivät vaikuttaneet potilaiden Recovery Linen käyttöön.</p> <p>Recovery Lineen tehtyjen soittojen määrä väheni huomattavasti neljä viikkoa tutkimuksen alun jälkeen.</p> <p>Recovery Line edustaa joustavaa ja helppokäyttöistä hoitomuotoa ainakin metadonikorvaushoidossa oleville.</p>	

Psychopharmacology 2017.				
Tutkimuksen otsikko, tekijät, julkaisija ja julkaisuvuosi	Tutkimuksen tarkoitus	Tutkimuksen kohderyhmä + tutkimusaineisto / tutkimusmenetelmä	Keskeiset tutkimustulokset	Valintaperusteet
<p>Can stand-alone computer-based interventions reduce alcohol consumption? A systematic review</p> <p>Zarnie Khadjesari, Elizabeth Murray, Catherine Hewitt, Suzanne Hartley & Christine Godfrey</p> <p>Addiction 2011.</p>	<p>Selvittää alkoholinkulutuksen vähentämiseen suunnattujen tietokonepohjaisten interventioiden vaikutuksia.</p>	<p>Kirjallisuuskatsaus the Cochrane Library, MEDLINE, EMBASE, CINAHL, PsychINFO, ERIC, Web of Science ja IBSS-tietokantoja hyödyntäen.</p> <p>(n=24)</p>	<p>Tietokonepohjaiset interventiot vaikuttavat olevan lyhytinterventiota tehokkaampia alkoholin viikkokulutuksen ja humalahakuisen juomisen vähentämisessä.</p>	
<p>Effectiveness of the video-based education in the retention of addiction treatment</p> <p>Hamid Tavakoli Ghouchani, Shamsedin Niknami, Farkhondeh Aminshokravi & Seyd Kaveh Hojjat.</p> <p>Journal of Substance Use 2017.</p>	<p>Arvioida opetuksellisten videoiden vaikutusta retkahduksen ennaltaehkäisyssä sekä tutkia ennaltaehkäisyyn liittyviä tekijöitä.</p>	<p>Yksilöllisesti rutiininomaista hoitoa saavat oopiumhuumeiden käyttäjät. (n=40)</p> <p>Haastattelututkimus, jossa haastattelut tehtiin ennen ja jälkeen intervention.</p>	<p>Opetukselliset videot ovat vaikuttavia keinoja pitää henkilö kiinni päihdekuntoutuksessa.</p> <p>Videot lisäsivät vaikuttavuuden kokemuksia perheen ja minäpystyvyyden osalta.</p> <p>Opetuksellisia videoita voitaisiin käyttää perinteisten hoitomuotojen ohella.</p>	

Tutkimuksen otsikko, tekijät, julkaisija ja julkaisuvuosi	Tutkimuksen tarkoitus	Tutkimuksen kohderyhmä + tutkimusaineisto / tutkimusmenetelmä	Keskeiset tutkimustulokset	Valintaperusteet
<p>In-Person Alcohol Counseling Versus Computer-Generated Feedback: Results From a Randomized Controlled Trial</p> <p>Jennis Freyer-Adam, Sophie Baumann, Katja Haberecht, Stefanie Tobschall, Gallus Bischof, Ulrich John & Beate Gaertner.</p> <p>Health Psychology 2018</p>	<p>Vertailla alkoholinkäytön lyhytinterventioiden vaikuttavuutta kasvokkain sekä tietokonevälitteisesti toimitettavan palautteen välillä.</p> <p>Vertailla lyhytinterventioiden vaikuttavuutta suhteessa alkoholinkäytön arvioinnissa käytettäviin mittareihin.</p>	<p>Jatkotutkimus. Satunnaistettu vertailukoe 2 vuoden pitkäaikaisesta tutkimuksesta, aineistona aiemman tutkimuksen osallistujat.</p> <p>Sairaalan yleispuolen potilaat, joilla alkoholin riskikäyttöä yli 2 vuoden ajan.</p>	<p>Itse raportoidun alkoholinkäytön määrä ei eronnut merkittävästi vertailla kasvokkain tapahtuvaa lyhytinterventiota tietokonevälitteiseen interventioon.</p> <p>Tietokonevälitteinen palaute vähensi huomattavasti alkoholin viikkokulutusta kahden vuoden aikana verrattuna lyhyeen alkoholinkäytön arviointiin.</p> <p>Tietokonevälitteisillä interventioilla on potentiaalia yhtä vaikuttaviin tuloksiin kuin kasvokkain tapahtuvilla interventioilla.</p>	
<p>A systematic review of technology-assisted interventions for co-morbid depression and substance use</p> <p>Nicola A Holmes, Joseph EM van Agteren & Diana S Dorstyn.</p> <p>Journal of Telemedicine and Telecare 2019</p>	<p>Tutkia teknologiavälitteisten interventioiden vaikuttavuutta yhtäaikaaisesti ilmenevään masennukseen sekä päihderiippuvuuteen.</p>	<p>Kirjallisuuskatsaus the Cochrane Library, Embase, PubMed, PsycINFO ja Scopus -tietokantoja hyödyntäen. (n=6)</p>	<p>Kolme tutkimusta kuudesta osoitti parannusta sekä masennusoireissa että päihteiden käytön oirehdinnassa.</p> <p>Digitaalisia interventioita suoritettiin loppuun yhtä usein kuin kasvokkain tapahtuviakin.</p> <p>Terapiamateriaalien käytettävyyden sekä osallistujien tyytyväisyys olivat yleisesti korkealla tasolla.</p>	

Tutkimuksen otsikko, tekijät, julkaisija ja julkaisuvuosi	Tutkimuksen tarkoitus	Tutkimuksen kohderyhmä + tutkimusaineisto / tutkimusmenetelmä	Keskeiset tutkimustulokset	Valintaperusteet
<p>Computer-based interventions for drug use disorders: A systematic review.</p> <p>Brent A. Moore, Tera Fazzino, Brian Garnet, Christopher J. Cutter & Declan T. Barry.</p> <p>Journal of Telemedicine and Telecare 2019</p>	<p>Tutkia tietokoneväälitteisten interventioiden vaikuttavuutta osana huumausaineiden ongelmakäytön hoitoa.</p>	<p>Kirjallisuuskatsaus MEDLINE ja PsychINFO - tietokantoja hyödyntäen. (n=12)</p>	<p>Tietokoneväälitteisistä interventioista korkeita asiakastytyväisyyskemuksia.</p> <p>Saman tasoisia kokemuksia osallisuudesta kuin kasvokkain tapahtuvissakin interventioissa.</p> <p>Digitaaliset interventiot helposti saatavilla ja matalakustanteisia.</p>	

Liite 2: Aineistohaku

Tietokanta	Haun tarkennukset	Hakusanat	Hakutulosten määrä	Otsikon perusteella
EBSCOhost	Advanced search	(digital services OR digitalisation OR computer-based) AND (intervention* OR method* OR rehabilitation) AND (substance use disorder OR substance abuse OR drug abuse OR alcohol abuse)	65	8
	Full text			
	Scholarly Journals			
	Academic Journals			
	Language: english			
	2010-2020	alcohol use OR drug use AND rehabilitation AND digital	15	0
		(substance abuse OR substance use OR drug abuse OR drug addiction OR drug use OR alcohol use OR alcohol abuse OR alcohol addiction) AND (digitalisation OR computer-based OR digital) AND (efficiency OR effectiveness OR effective)	110	9
		substance abuse AND incarcerated* (people) OR prisoner* OR inmate* AND digital OR digitalisation	0	0
		(substance abuse OR addiction) AND (digitalisation OR computer-based OR digital) AND (incarcerated people OR prisoner* OR inmate*)	1	0

		(digital services OR digitalisation OR computer-based) AND (intervention OR rehabilitation) AND (substance use disorder OR substance abuse OR drug abuse OR alcohol abuse) AND (prisoners or inmates OR criminals OR offenders OR incarcerated people)	4	0
ProQuest Central	Advanced Search Full text Peer reviewed	(substance abuse OR substance use disorder) AND digitalisation AND (incarcerated people)	10	0
	Scholarly Journals Language: English 2010-2020	(substance use disorder OR substance abuse OR drug abuse) AND (digital services OR digitalisation) AND (efficacy OR efficiency) Subject: (intervention OR smartphones OR drug abuse OR drug use) AND (mental disorders OR alcohol use OR alcohol) AND (internet)	86	10
		incarcerated people OR inmate OR prisoner AND (substance use disorder OR substance abuse OR drug abuse) AND (digital services OR e-services OR computer-based OR digital methods) AND (efficiency OR efficient) Subject: (prisons OR mental disorders OR imprisonment OR intervention OR prisoners OR drug abuse OR substance abuse treatment OR	79	2

		addictions OR alcohol OR alcohol use OR drug use) NOT (children & youth AND chronic illnesses)		
SAGE Premier	Research article	digital AND prison AND services	138	0
	Open access content only	"substance abuse" AND digital AND intervention OR rehabilitation	85	0
	2010-2020	"substance abuse" AND "incarcerated people" OR offender* AND digital OR digitalisation	20	0
	Research article	substance use disorder AND digi* OR telemedicine	7	1
	2010-2020	(title) substance* OR drug* OR alcohol* AND prison OR incarcerated* AND (title) mobile* OR computer-based OR technology	4	2
	Research article	"substance use" AND intervention AND online OR internet	57	0
	2010-2020	Subject: Social sciences & humanities		
	Research article	"substance abuse" OR "drug use" OR "alcohol use" OR "substance use" OR "alcohol abuse" AND digi* OR computer-based OR internet OR online OR technology	11	4
2010-2020	Title			
2010-2020	Only content to which I have full access	"substance use" OR "drug use" AND digi* AND "incarcerated people"	0	0

Liite 3: Teemoittelu

