

Riikka Hietala & Otto Kela

**TRAUMATIETOISUUDEN PERIAATTEET JA AISTILÄHTÖISET MENETELMÄT
TOIMINTATERAPIAN ASIAKASTYÖSSÄ**

**TRAUMATIETOISUUDEN PERIAATTEET JA AISTILÄHTÖISET MENETELMÄT
TOIMINTATERAPIAN ASIAKASTYÖSSÄ**

Riikka Hietala & Otto Kela
Opinnäytetyö
Syksy 2023
Toimintaterapian tutkinto-ohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Toimintaterapian tutkinto-ohjelma

Tekijät: Riikka Hietala & Otto Kela

Opinnäytetyön nimi: Traumatietoisuuden periaatteet ja aistilähtöiset menetelmät toimintaterapian asiakastyössä

Työn ohjaajat: Kaija Nevalainen & Sanna Kyllönen

Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Syksy 2023

Sivumäärä: 53

Sana traumainformoitu on sateenvarjokäsite, joka pitää sisällään tietoisuuden trauman olemassaolosta ja vaikutuksista. Traumainformoitu työskentely pyrkii edistämään yksilöllistä arjen toiminnoista suoriutumista muun muassa voimavaroilähtöisesti, itsesäätelyn keinoin ja trauman ymmärtämisen näkökulmasta. Traumainformoidussa työskentelyssä on kyse nimenomaan psyykkisestä traumasta, eli henkisestä vammasta, joka on syntynyt jostain voimakkaasta kokemuksesta ja sen vaikutusten tiedostamisesta

Toimintaterapeutit ovat avainasemassa tukemassa traumainformoidun toimintatavan toteutumista organisaatiossa. Traumainformoituun työskentelyyn kuuluu muun muassa kehotietoisuus, tunne- ja vuorovaikutus sekä säätelytaidot. Traumainformoitu työskentely ei ole pelkästään traumakokemusten läpikäymistä tai traumojen työstämistä. Ihmisellä tulee olla riittävästi turvaa, vakautta ja itsesäätelyn taitoja, jotta traumakokemuksia voidaan käydä läpi esimerkiksi traumapsykoterapiassa.

Tämän opinnäytetyön tarkoitus on selvittää, millaisia käytänteitä ja toimintatapoja traumainformoitu toimintaterapia pitää sisällään näyttöön perustuvan tutkimustiedon näkökulmasta. Tarkoituksena on myös koota tietoa siitä, millaisia mahdollisia vaikutuksia traumainformoidulla työskentelyllä on asiakkaalle sekä hänen toipumiselleen. Tutkimusmetodina tässä opinnäytetyössä on kuvaileva kirjallisuuskatsaus. Tutkimuskysymykset ovat: Millaista traumainformoitu työskentely on toimintaterapeutin työssä ja millaisia vaikutuksia traumainformoidulla työskentelyllä on toimintaterapiassa?

Kirjallisuuskatsauksen aineistoon päätyi kymmenen eri tutkimusta, joiden perusteella traumainformoidussa toimintaterapiassa korostuu sensoriset menetelmät itsesäätelyn tukena, traumatietoisuuden periaatteet ohjaamassa toimintaterapeutin työskentelyä ja Bottom-up-lähestymistapa.

Asiasanat: näyttöön perustuva toimintaterapia, traumainformoitu työskentely, sensoriset menetelmät, itsesäätely, Bottom-up-lähestymistapa

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree Programme in Occupational Therapy

Authors: Riikka Hietala & Otto Kela

Title of thesis: The principles of trauma-informed care and sensory-based methods in occupational therapy client work

Supervisors: Kaija Nevalainen & Sanna Kyllönen

Term and year when the thesis was submitted: Autumn 2023 Number of pages: 53

Trauma-informed care aims to promote individual coping in everyday life through self-regulation and an understanding of trauma. Trauma-informed care is specifically concerned with psychological trauma.

Occupational therapists play a key role in supporting the implementation of a trauma-informed approach at organisational level. The tools of trauma-informed care include body awareness, emotional and interactional skills, and regulatory skills. Clients need to have security, stability and self-regulation skills to work through traumatic experiences, for example in trauma psychotherapy.

The purpose of this thesis is to explore the practices of trauma-informed occupational therapy from the perspective of evidence-based research. It also aims to gather information on the possible effects of trauma-informed work on the client and on the client's recovery. The research method used in this thesis is a descriptive literature review.

The literature review included 10 different studies, which showed that trauma-informed occupational therapy emphasises sensory methods to support self-regulation, the principles of trauma awareness to guide the occupational therapists work and a bottom-up approach.

Keywords: evidence-based occupational therapy, trauma-informed care, sensory methods, self-regulation, Bottom-up

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	7
2	TRAUMAINFORMOITU TYÖSKENTELY	9
2.1	Psykinen trauma ja trauman vaikutukset	10
2.2	Traumainformoidun työskentelyn periaatteita.....	11
3	TOIMINTATERAPIA JA TRAUMAINFORMOITU TYÖSKENTELY.....	13
3.1	Merkityksellinen toiminta.....	14
3.2	Sensoriset menetelmät	14
3.3	Bottom-up ja Top-down	15
3.4	Minän tietoinen käyttö ja terapisuhteen luominen.....	16
3.5	Traumainformoidun työskentelyt periaatteet asiakkaan kohtaamisessa	16
3.6	Kirjallisuus traumainformoidusta työskentelystä toimintaterapiassa	17
4	KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TOTEUTUS	18
4.1	Kuvaileva kirjallisuuskatsaus	19
4.2	Sisäänotto- ja poissulkukriteerit	20
4.3	Hakulausekkeet.....	21
4.4	Aineiston haku	22
4.5	Aineiston analyysi.....	30
5	TUTKIMUKSEN TULOKSET	37
5.1	Sensoriset menetelmät itsesäätelyn tukena.....	37
5.2	Traumatietoisuuden periaatteet ohjaamassa toimintaterapeutin työskentelyä	38
5.3	Bottom-up-lähestymistapa	39
6	TULOSTEN TARKASTELU JA JOHTOPÄÄTÖKSET	40
6.1	Johtopäätökset	41
7	TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS	43
8	POHDINTA.....	46
	LÄHTEET	49

1 JOHDANTO

Sana traumainformoitu on sateenvarjokäsite, joka pitää sisällään tietoisuuden trauman olemassaolosta ja vaikutuksista. Se sisältää myös tietoa uudelleen traumatisoitumisen ennaltaehkäisystä ja siihen varautumisesta. (The Institute on Trauma and Trauma-Informed Care 2019, 25.) Traumainformoitu työskentely pyrkii edistämään yksilöllistä arjen toiminnoista suoriutumista muun muassa voimavaroilta lähtöisesti, itsesäätelyn keinoin ja trauman ymmärtämisen näkökulmasta (Champagne 2020b, 246, 254). Traumainformoidussa työskentelyssä on kyse nimenomaan psyykkisestä traumasta, eli henkisestä vammasta, joka on syntynyt jostain voimakkaasta kokemuksesta (Duodecim Terveyskirjasto 2016), ja sen vaikutusten tiedostamisesta (Champagne 2020b, 241).

Toimintaterapeutit hyödyntävät työssään merkityksellistä toimintaa, merkityksellisiä ihmissuhteita sekä korostavat toiminnallista tasapainoa päivittäisissä rutiineissa, kuten työn, itsestä huolehtimisen ja vapaa-ajan välillä. Toimintaterapeutit työskentelevät laajan asiakaskunnan kanssa, tarjoten kuntoutusta hyvin nuorista asiakkaista ikäihmisiin. Toimintaterapeutit työskentelevät monissa eri konteksteissa ja vaihtelevissa rooleissa esimerkiksi osana työryhmiä. Toimintaterapeuteilla on tärkeä rooli muuttuvalla sosiaali- ja terveydenhuollon alalla tarjoten apua muun muassa erilaisiin mielenterveyden haasteisiin. (Creek & Lougher 2008, 14.) Erityisesti mielenterveyspalveluissa traumainformoitu työskentely on sovitettavissa yhteen tämän päivän asiakaskeskeisen ja toipumisorientoituneen toimintaterapian lähestymistapojen kanssa. Traumainformoitu työskentely on mukana edistämässä terapeutista osallistumista ja se on myös yhdistettävissä terapeuttiin tekniikoihin sekä muihin toipumisen periaatteisiin. (MacRae 2019, 24, 120.)

Traumainformoitu työskentely on tärkeää tämänhetkisessä sosiaali- ja terveysalan murroksessa sekä hyvinvointialueiden suunnittelussa ja palveluiden toteutuksessa. Sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaiset, mutta myös hyvinvointialueiden johtajat, kehittäjät ja päättäjät, tarvitsevat ymmärrystä siitä, mikä kestävään hyvinvointiin vaikuttaa ja miten pahoinvointia voidaan ennaltaehkäistä ja hoitaa. Nämä kysymykset ovat kestävä talouden kuin sosiaalisesti kestävä tulevaisuuden näkökulmasta välttämättömiä. Traumainformoitu lähestymistapa auttaa rakentamaan hyvinvointialueita oikeudenmukaisiksi, turvallisiksi, vakauttaviksi ja vaikuttaviksi järjestelmiksi. (Linner Matikka & Hipp 2023.) Traumainformatiivisuuden ja yleisen toipumiskyvyn

rakentaminen osaksi yhteisöjä on välttämätöntä julkisen terveydenhuollon ja hyvinvoinnin edistämiseksi (MacRae 2019, 41).

Opinnäytetyön aiheena on traumainformoitu työskentely toimintaterapiassa. Opinnäytetyössä keskitytään traumainformoidun työskentelyn hyödyntämiseen psyykkisestä traumasta kärsivien asiakkaiden kanssa. Aihetta ja asiakasryhmää ei rajata iän mukaan, vaan tutkitaan traumainformoidun työskentelyn käyttöä lasten ja nuorten, työikäisten sekä ikäihmisten kanssa. Opinnäytetyössä kuvataan tietoa aikaisemmasta tehdystä tutkimuksesta. Opinnäytetyössä kuvataan, millaisia käytänteitä traumainformoidussa toimintaterapiassa käytetään maailmalla, ja pohditaan, miten ulkomaisia, hyviä käytänteitä olisi mahdollista hyödyntää Suomessa.

Opinnäytetyön aihe on saatu opettajalta, ja kiinnostus siihen heräsi muun muassa sen ajankohtaisuuden myötä. Opinnäytetyössä tutkitaan, mitä hyötyä traumainformoidusta työskentelystä on toimintaterapian alalle ja asiakkaille. Aiheesta ei ole juurikaan tehty Suomessa tutkimusta eikä opinnäytetöitä, ainakaan toimintaterapian näkökulmasta. Tarkoituksena on perehtyä näyttöön perustuviin käytänteisiin, koska se on alallemme tärkeää. Traumatyöskentely on tärkeää toimintaterapian alalla ja trauma on läsnä monen asiakkaan arjessa. Traumatyöskentelyä ei voi tehdä ilman erillistä koulutusta, ja siitä syystä alamme ammattilaisten tulisi olla traumatietoisia ja osata työskennellä traumasensitiivisesti, jotta terapeutin vuorovaikutus parantuisi. Traumatietoisuus vähentää riskiä asiakkaiden traumojen pahenemiseen ja niiden aktivoitumiseen terapiatilanteissa. Työn muotona on kuvaileva kirjallisuuskatsaus. Tarkoituksena on löytää vastauksia siihen, miten traumainformoitu työskentely näkyy toimintaterapiassa, miten sitä hyödynnetään ja minkälaisia hyötyjä siitä on.

2 TRAUMAINFORMOITU TYÖSKENTELY

Traumainformoitu työskentely on tapa hahmottaa pahoinvoinnin syitä ja seurauksia laajasti, ihminen kokonaisvaltaisesti huomioiden. Traumaattiset tapahtumat voivat vaikuttaa somaattisella, psyykkisellä ja sosiaalisella tasolla. Traumainformoituun työskentelyyn kuuluu muun muassa kehotietoisuus, tunne- ja vuorovaikutus sekä säätelytaidot. (Linner Matikka & Hipp 2023.) Traumainformoitu työskentely ei ole pelkästään traumakokemusten läpikäymistä tai traumojen työstämistä. Ihmisellä tulee olla riittävästi turvaa, vakautta ja itsesäätelyn taitoja, jotta traumakokemuksia voidaan käydä läpi esimerkiksi traumapsykoterapiassa. (Champagne 2020b, 254; Fraser, MacKenzie & Versnel 2019, 331, 326.)

Kun puhutaan traumainformoidusta työskentelystä, termistössä on jonkin verran hajontaa suomeksi. Englanninkielisessä aineistossa käytetään termiä ”Trauma-Informed Care”, kun taas suomeksi aiheesta puhutaan traumatietoisuutena ja traumainformoituna työotteena. Tässä opinnäytetyössä muun muassa traumainformoidun lähestymistavan pääperiaatteet on käännetty tutkimuksen tutkijoiden tulkintojen mukaan, koska niillä ei ole vielä vakiintunutta suomenkielistä käännöstä. Traumainformoidun lähestymistavan pääperiaatteet ovat **turvallisuus, luotettavuus, yhteisön tuki, yhteistyö, voimaantuminen sekä kulttuuri-, historia- ja sukupuolisensitiivisyys**. Traumasensitiivisyys ja traumaspesifisyys kuuluvat traumainformoidun sateenvarjokäsitteen alle. Traumasensitiivinen tarkoittaa organisaation toimivuuden tarkastelua traumanäkökulmasta ja traumaspesifinen sisältää näyttöön perustuvia menetelmiä traumasta toipumiseen sekä niiden käytön organisaatiossa. (The Institute on Trauma and Trauma-Informed Care 2019, 25.)

Traumainformoidun lähestymistavan voi ajatella edustavan uudenlaista eri tieteenaloja integroivaa ja episteemisesti oikeudenmukaisempaa työskentelytapaa, missä palvelut muotoillaan ihmisläheisesti ja näyttöä hyödyntäen. Palvelunkäyttäjää kannustetaan aktiiviseksi, oman itsensä parhaiksi asiantuntijoiksi. Traumainformoitu työote on paradigmasiirtymä, joka tarjoaa syvällisempää ymmärrystä toipumisen kulttuuriin. Traumainformoituun työotteeseen on integroitunut viime vuosikymmeninä yhä enemmän myös ACE-tietoisuutta eli ymmärrystä lapsuuden aikaisten haitallisten kokemusten vaikutuksista. (Linner Matikka & Hipp 2023.)

Traumainformoitu työote on yksi lähestymistapa monimutkaisten vuorovaikutussuhteiden ymmärrykseen. Sen vahvuutena on näkemyksen syvällisyys ja sen tarjoamalla yhteisellä käsitteielellä on potentiaalia, kun tavoitellaan eri toimijoiden saumatonta yhteistyötä. Traumainformoitu työote sisältää organisaatiotason ja ruohojuuritason käytäntöjen muutoksia, jotka voivat parantaa asiakkaiden sitoutumista, toipumista ja vähentää samalla palveluiden turhaa käyttöä ja samalla edistää palveluntarjoajan henkilökunnan hyvinvointia. Terveystieteiden ammattilaiset tarvitsevat terapeuttista ymmärrystä traumaista ja niistä toipumisesta, ei pelkästään asiakkaiden, mutta myös oman hyvinvointinsa vuoksi. (Linner Matikka & Hipp 2023.)

2.1 Psyykinen trauma ja trauman vaikutukset

Traumaa on sekä fyysistä että psyykkistä. Trauma voi olla ulkoisen voiman aiheuttama kudosvaurio tai voimakkaan elämyksen aiheuttama henkinen vamma. (Duodecim 2016.) Englannin kielessä traumaa kuvataan usein fyysisenä traumana, eli ulkoisen tekijän aiheuttamana kehoon kohdistuvana vammana. Suomen kielessä puolestaan trauma yleensä ymmärretään psyykkisenä traumana fyysisen trauman sijaan. Tässä tutkimuksessa ja opinnäytetyössä keskitymme tarkastelemaan nimenomaan psyykkistä traumaa, johon myös traumainformoitu työote paljolti perustuu.

Psyykinen trauma on lähtöisin voimakkaasta tapahtumasta, jonka kokemus vaikuttaa ihmiseen traumatisoivasti. Tietynlaisten tapahtumien tiedetään tuottavan traumaattisia kokemuksia ja elämyksiä, mutta mikä tahansa tapahtuma voidaan kokea traumaattisena, jos sen tuottama elämys on tarpeeksi voimakas. Trauma on siis yksilöllistä eikä välttämättä johdu tapahtumasta itsestään vaan sen kokemuksesta, joka ihmiselle syntyy. (Champagne 2020b, 241–242.) Traumatisoiva tapahtuma tai tapahtumien sarja koetaan jollain tapaa emotionaalisesti tai fyysisesti vahingolliseksi tai uhkaavaksi. Tällä elämyksellä on pysyvä vaikutus ihmisen toimintakykyyn emotionaalisella, sosiaalisella, fyysisellä ja hengellisellä tasolla. (Substance Abuse and Mental Health Services Administration 2014a, 7.) Traumaattisia tapahtumia ovat usein muun muassa hyväksikäytön, väkivallan, onnettomuuksien ja sodan kokeminen tai todistaminen sekä kuoleman näkeminen (Champagne 2020b, 241). Traumakokemus ei rajoitu pelkästään yksilötasolle, vaan se voi koskettaa myös muun muassa perheitä, yhteisöjä ja sukupolvia (SAMHSA 2014a, 7).

On olemassa erityyppistä traumaa, joista osalle on olemassa omat diagnoosinsa. Kaikki koettu trauma ei kuitenkaan ole niin merkittävää, että se johtaisi traumaperäisen sairauden diagnoosiin. Ihminen ei välttämättä myöskään muista kaikkea kokemaansa traumaa kuten traumaattisia tapahtumia kohdussa tai vauvaiässä. Eri tavoilla syntyneille traumatyypeille on omia nimityksiään ja diagnooseja. Näitä trauman tyyppisiä on useita ja niiden syntymekanismit vaihtelevat. Esimerkiksi yksittäisen suhteellisen lyhyen tapahtuman seurauksesta syntyneeseen traumaan viitataan usein akuuttina traumana. Krooninen trauma syntyy yleensä pitemmällä ajalla useiden koettujen traumaattisten tapahtumien seurauksena. Traumakokemukset ovat siis vaihtelevia ja täten yksilöllisiä, mikä vaikuttaa myös trauman määrittelyn vaikeuteen. (Champagne 2020b, 242, 249.)

Traumaattiseen tapahtumaan liittyy hallitsemattomuuden, kauhun ja avuttomuuden tunteita. Tapahtuma on mahdollisesti ennustamaton, kontrolloimaton ja epäoikeudenmukainen. Traumaattinen kokemus voi vaikuttaa syömiseen, nukkumiseen tai muihin arjen toimintoihin sekä tunteiden ja mielialan säätelyyn. Traumaattinen kokemus voi ilmetä ahdistuksen ja paniikin tunteina, itsetuhoisina ajatuksina ja käyttäytymisenä sekä identiteetti-, ihmissuhde- ja seksuaalisina ongelmina. Traumaattinen kokemus voi myös johtaa päihteiden väärinkäyttöön. On poikkeuksellista, että henkilö ei kärsi missään elämänsä vaiheessa traumaperäisestä stressistä, koska trauma on ilmiönä systemaattinen, ei yksilöllinen. Lapsuuden aikaisten haitallisten kokemusten lisäksi onnettomuudet, luonnonmullistukset, lääketieteelliset toimenpiteet, syrjintä ja pandemiat voivat aiheuttaa traumaa. (Linner Matikka & Hipp 2023.)

Resilienssi on kykyä toipua vastoinkäymisistä. Resilienssiä vahvistavat tekijät muistuttavat suojatekijöitä, joita ovat muun muassa tukevat ihmissuhteet ja tuntemus minäpystyvyydestä sekä kyky kokea positiivisia tunteita. Kun työskennellään traumataustaisten asiakkaiden kanssa, on tärkeää käyttää voimavaralähtöistä, yhteistoiminnallista, yksilöllistettyä ja traumainformoitua lähestymistapaa, joka kasvattaa voimaantumista, resilienssiä ja toiminnallista osallistumista. (Champagne 2020b, 246–247).

2.2 Traumainformoidun työskentelyn periaatteita

Traumainformoidun työskentelyn periaatteet vaihtelevat jokseenkin riippuen lähteestä. Tutkimusta ja opinnäytetyötä varten on käytetty toimintaterapian kirjallisuudessa toistuvia traumainformoidun työskentelyn määritelmiä ja periaatteiden listaa. Toimintaterapian kirjallisuus on aiheen ja ammatin

kehittämisen kannalta relevanteinta tässä tutkimuksessa. Lisäksi nämä samat määritelmät ja listaus löytyvät yhdestä yleisimmin referoidusta lähteestä (SAMHSA, 2014b, 10), jota käytetään traumainformoidun työtavan kuvaamisessa muissa lähteissä.

Traumainformoidun työskentelyn pääperiaatteiden mukaan turvallisuus ja vakaus koskettaa kaikkia organisaation toimijoita. On tärkeää, että asiakkaat ja heidän lähipiirinsä, mutta myös henkilökunta kokee olonsa turvalliseksi. Organisaation toiminnan sekä päätösten tulee olla luotettavia, läpinäkyviä, myötätuntoisia. Niillä tulisi pyrkiä edistämään luottamuksen rakentamisesta henkilöstön ja asiakkaiden välille. Kanssaihmisten tuen ja toisista huolehtimisen tulisi olla olennaista organisaatiolle ja sen tarjoamille palveluille. Ne ovat avaintekijöitä turvallisuuden, luottamuksen ja voimaantumisen saavuttamisessa. (SAMHSA, 2014b, 11.)

Organisaation tulee tiedostaa, että jokaisella toimijalla on keskeinen rooli terapeutisessa prosessissa (Champagne 2020b, 249). Toimintaterapiassa terapeutisella prosessilla viitataan ammattilaisten tarjoamiin palveluihin, jotka muodostuvat asiakkaan arvioinnista, interventiosta ja lopputuloksesta. Terapeuttinen prosessi voi toteutua yksilö, ryhmä tai väestö tasoilla, ja sen keskiössä toimintaterapiassa on toimintaan osallistuminen. (American Occupational Therapy Association 2023.) Kun voimasuhteita tasapainotetaan yhteistyön ja vastavuoroisuuden avulla, jaettu päätöksenteko ja luottamuksellisuus lisääntyvät. Voimavaralähtöisyyden tulee korostua kaikessa toiminnassa. (Champagne 2020b, 249.) Voimavaralähtöisyydellä tarkoitetaan toimintatapaa, jossa tuetaan jo olemassa olevia ja piileviä voimavaroja. Voimavarat ovat yksilöllisiä ja ne voivat olla esimerkiksi uskoa tulevaisuuteen tai luottamusta omiin kykyihin. (Kirvesniemi, Leppilampi & Poikolainen, 2016, 4.) Traumainformoidulle työskentelylle on välttämätöntä, että tunnistetaan asiakkaan, hänen lähipiirinsä ja henkilöstön voimavarat sekä yksilöllisyys. Taustalla on myös ydinajatus siitä, että kaikki yksilöt, organisaatiot ja yhteisöt voivat toipua. Traumainformoidulle organisaatiolle on myös oleellista toimia kulttuurinen, historiallinen ja sukupuolinen sensitiivisyys huomioiden. Tällainen organisaatio on kulttuurisesti puolueeton ja poistaa käytöstä stereotyyppiat sekä pyrkii toteuttamaan kulttuurisensitiivisyyttä. Se tarjoaa myös sukupuolta vastaavia palveluita ja tunnistaa sekä ottaa esille historiallista ja sukupolvet ylittävää traumaa. (Champagne 2020b, 249.)

3 TOIMINTATERAPIA JA TRAUMAINFORMOITU TYÖSKENTELY

Toimintaterapiassa on olennaista ymmärtää trauman vaikutus ihmisen kykyyn osallistua tehokkaalla ja turvallisella tavalla elämän merkityksellisiin toimintoihin, rooleihin ja rutiineihin. Ymmärrys trauman vaikutuksista ihmisen toiminnallisiin, emotionaalisiin, sosiaalisiin ja käytöksellisiin voimavaroihin auttaa tukemaan toimintaterapeutin kliinistä päättelyprosessia. Ymmärrys edistää myös asiakkaan myötätuntoista kohtaamista ja yhteistyöprosessia asiakkaan kanssa. Toimintaterapian kannalta olennaista on myös ymmärtää trauman vaikutukset ihmisen toiminnasta suoriutumiseen vaadittaviin taitoihin ja osallistumiseen. Trauma voi aiheuttaa erilaisia puutteita muun muassa kognitiivisissa taidoissa ja toiminnanohjauksessa, vaikeuttaa emotionaalisia ja neurofysiologisia haasteita sekä haitata ihmissuhteiden muodostusta ja ylläpitämistä. Trauma voi aiheuttaa myös haasteita toiminnoista suoriutumiseen elämän eri osaluilla, esimerkiksi itsestä huolehtimisessa, työssä sekä vapaa-ajan ja sosiaalisissa toiminnoissa. Koska traumataustat ja -kokemukset ovat ihmisillä erilaisia, myös traumasta johtuvat haasteet ovat yksilöllisiä ja vaihtelevia. (Champagne 2020b, 241, 243.)

Traumainformoidun työotteen yhtenä lähtökohtana on, että jokainen, joka työskentelee mielenterveysasiakkaiden kanssa, tunnistaa trauman esiintyvyyden kyseisessä asiakasryhmässä ja ymmärtää sen kokonaisvaltaisen vaikutuksen. Kuitenkin useat asiakkaat, jotka hakeutuvat toimintaterapian piiriin, ovat kohdanneet tapahtumia, joilla on mahdollisesti ollut traumatisoiva vaikutuksia. Traumaattisten tapahtumien kokemukset ovat yleisempiä kuin, mitä on aiemmin luultu. Asiakkaan historiaan voivat kuulua muun muassa mielenterveydelliset, kehitykselliset tai oppimisen haasteet, mutta myös onnettomuuden, vammautumisen tai tunkeilevien lääketieteellisten toimenpiteiden kokemukset. Tämä korostaa traumainformoidun työskentelyn tärkeyttä koko toimintaterapian alalla. Traumainformoidun työotteen omaksuminen on siksi suositeltavaa yleisemmällä tasolla. Sen tulee olla toimintaterapeutin työssä tiedostettua ja toimintaan sisällytettyä. Toimintaterapeutit ovat myös avainasemassa tukemassa traumainformoidun toimintatavan toteutumista organisaatitasolla. (Champagne 2020b, 241, 249, 257.) Traumatietoisessa työotteessa organisaation kaikilla toimijoilla on perusymmärrys traumasta ja sen vaikutuksista yksilöön. Organisaation toimijat osaavat myös tunnistaa trauman piirteet. (SAMHSA, 2014a, 9–10.)

3.1 Merkityksellinen toiminta

Toiminnan merkitys määrittyy toimintaan osallistuvan asiakkaan yksilöllisen tilanteen, motivaation ja kokemusten mukaan. Terapiassa pyritään käyttämään merkityksellistä toimintaa ja luomaan positiivisia kokemuksia, koska ne edesauttavat asiakasta sopeutumaan erilaisiin tilanteisiin. (Hagedorn 2000, 20, 70.) Osallistuminen merkitykselliseen toimintaan auttaa asiakkaita löytämään vahvuuksia sekä mielenkiinnonkohteita. Merkityksellisen toiminnan kautta asiakkaalla on mahdollisuus luoda uudelleen identiteettiään sekä näkemystä itsestään. Tämä voi mahdollistaa asiakkaalle selviytymiskeinojen kehittämisen ja auttaa mukautumaan erilaisiin tilanteisiin. (O'Brien ym. 2020, 55.) Tarjoamalla asiakkaille mahdollisuuksia osallistua turvalliseen ja merkitykselliseen toimintaan annetaan samalla myös enemmän valinnanvaraa ja mahdollisuuksia. Tämä puolestaan tukee toimijuutta, valinnanvapautta ja hallinnan tunnetta. (Carroll ym. 2020. 12–13.)

3.2 Sensoriset menetelmät

Sensorinen integraatio -termin on kehittänyt tohtori Jean Ayersin. Suurin osa kehitetyistä malleista, jotka ovat kytköksissä aisteihin, on kehitetty tukeutuen Ayersin työhön. Sensorinen integraatio on neurofysiologinen prosessi, joka viittaa siihen, kuinka ihminen vastaanottaa aisti-informaatiota kehosta, sen ulkopuolelta sekä aistijärjestelmän kautta ja miten ihminen käsittelee ja hahmottaa saatua informaatiota. Sensorinen integraatio on perustuksellinen osa ihmisen kehitystä, käyttäytymistä ja toiminnallista osallistumista. Sensorista prosessointia käytetään usein synonyyminä sensoriselle integraatiolle. (Champagne 2020a, 104–105.)

Aistimodulaatiolla tarkoitetaan yksilön kykyä säädellä ja järjestää sitä astetta, voimakkuutta ja luonnetta, jolla aistiärsyksiin vastataan porrastetusti ja mukautuvalla tavalla. Tämä mahdollistaa yksilölle optimaalisen vaihtelun suoriutumisessa sekä mukautumisen päivittäisen elämän muutoksiin. Se on yksi sensorisen integraation ja aistitiedon käsittelyn komponenteista. Aistimodulaatio on suoraan kytköksissä itsesäätelyyn. (Champagne 2020a, 104–105.)

Itsesäätelyllä tarkoitetaan itseohjautuvaa prosessia, jonka avulla ihminen kykenee jäsentämään, tasapainottamaan tai uudelleen säätämään sensorisia ärsyksiä ja tunteitaan ilman interventiota (Brown, Stoffel, & Munoz 2019, 973; Fraser, MacKenzie & Versnel, 2017, 201). Tämä mahdollistaa

yksilön tehokkaan vuorovaikutuksen ympäristön kanssa ja osallistumisen monenlaisiin toimintoihin (Fraser, MacKenzie & Versnel ,2017, 201).

Aistilähtöiset eli sensoriset menetelmät ovat interventioita, joissa käytetään aistiärsykeitä muokkaamaan yksilön vireystilaa vastaamaan tilanteen vaatimuksia. Nämä interventiot huomioivat aistimodulaation haasteet itsesäätelystä, joka ei vastaa tilanteiden tarpeita. Sensoristen interventioiden on tarkoitus toteutua asiakkaan omassa luonnollisessa ympäristössä. (Brown, Steffen-Sanchez, & Nicholson 2019, 333–334; Brown, Stoffel, & Munoz 2019, 973.)

3.3 Bottom-up ja Top-down

Bottom-up-lähestymistavassa keskitytään niihin toiminnan osiin, jotka vaaditaan toiminnalliseen suoriutumiseen. Tässä lähestymistavassa pohditaan ensimmäisenä perustuksellisia tekijöitä asiakkaan rajoitusten, haasteiden ja vahvuuksien ymmärtämiseksi. Lähestymistavan ajatus on, että saavuttamalla tarvittavat toiminnalliset taidot ja valmiudet voidaan lopulta saavuttaa myös toiminnoista suoriutuminen. Bottom-up-lähestymistavan vastakohtana voidaan pitää Top-down-lähestymistapaa, jossa interventiot keskittyvät toimintaan ja siitä suoriutumiseen toimintalähtöisestä näkökulmasta, ja taitojen paraneminen on toissijainen tulos. Top-down-lähestymistavan katsotaan olevan holistinen eli kokonaisvaltainen lähestymistapa, kun taas Bottom-up voidaan nähdä enemmän reduktionistisena eli tarkastelu tapahtuu kokonaisvaltaisuuden sijaan pienempien asiakokonaisuuksien kautta. (Weinstock-Zlotnick & Hinojosa 2004, 594, 596–597.)

Toimintaterapianimikkeistön (Savolainen & Aralinne 2017) mukaan yksilön sensoriset ominaisuudet luokitellaan valmiustasolle, eli ne ovat tekijöitä, jotka mahdollistavat taitojen käyttöä. Sensorisiin valmiuksiin kuuluvat eri aisteihin liittyvät aistihavainnot. Näitä ovat viiden perusaistin lisäksi myös asentoon, tasapainoon ja kipuun liittyvät aistihavainnot. (Savolainen & Aralinne 2017, 18–19.) Tämän määritelmän pohjalta sensoriset menetelmät edustavat hyvin vahvasti Bottom-up-lähestymistapaa.

3.4 Minän tietoinen käyttö ja terapiasuhteen luominen

Yksi toimintaterapian ydinprosesseista on minän tietoinen käyttö. Minän tietoinen käyttö viittaa terminä terapeutin tietoisuuteen omasta toiminnastaan. Minän tietoisuuden käytön mahdollistaa se, että terapeutilla on riittävä määrä emotionaalista kypsyyttä, näkemystä omista tarpeistaan ja ymmärrystä erilaisista ihmisten välisistä suhteista. Yksi avain elementti terapiainterventiossa on kommunikaatio asiakkaan kanssa, millä luodaan terapeutista suhdetta. (Hagedorn 2000, 60–61.) Toimintaterapia perustuu kokonaisvaltaiseen näkemykseen asiakkaista. Toimintaterapiassa korostetaan asiakkaan ja ammattilaisen välistä kunnioitusta ja yhteistyötä ja tästä syystä se on hyvin yhdistettävissä traumainformoituun työskentelyyn. Toimintaterapeutit keskittyvät myös terapeutin vuorovaikutussuhteeseen, joka on traumainformoidun työskentelyn keskeinen elementti. Traumainformoidun työskentelyn periaatteet vaikuttavat minän tietoiseen käyttöön, minkä avulla voidaan luoda yhteys ja rakentaa kumppanuussuhdetta. (Caroll ym. 2020, 11.)

3.5 Traumainformoidun työskentelyt periaatteet asiakkaan kohtaamisessa

Traumainformoidun lähestymistavan pääperiaatteet ovat **turvallisuus, luotettavuus, yhteisön tuki, yhteistyö, voimaantuminen sekä kulttuuri-, historia- ja sukupuolisensitiivisyys.** **Turvallisuus** muodostuu asiakkaan määrittelemistä fyysisistä ja psykologisista tekijöistä. Se syntyy turvallisten ympäristöjen, vuorovaikutustilanteiden ja ihmissuhteiden kautta. **Luotettavuus** muodostuu läpinäkyvästä toiminnasta ja päätöksenteosta, jonka päämääränä on rakentaa luottamusta asiakkaiden, heidän verkostojensa ja ammattilaisten välille. **Yhteisön tuki** lisää turvallisuutta, toivoa, luottamusta, yhteistyötä ja toipumista. Yhteisön tukeen kuuluu olennaisesti vertaistuki, eli ihmiset, joilla on eletty kokemus traumasta. Asiakkaiden perheenjäsenet, joilla on kokemus traumaattisista tapahtumista ovat avainasemassa kuntoutuksessa. **Yhteistyössä** on oleellista ammattilaisten ja asiakkaiden välinen kumppanuus sekä voimasuhteiden tasaaminen. Tällaisessa kumppanuuteen pohjautuvassa yhteistyössä jokaisella osallisella on roolinsa toipumisprosessissa. **Voimaantuminen** muodostuu vahvuuksien etsimisestä ja merkityksellisyyden kokemuksesta. Sillä on tarkoitus edistää traumasta toipumista osallistamalla asiakkaat päätöksentekoon. Voimaantumista tulisi mahdollistaa asiakkaiden lisäksi ammattilaisille, jotta he voisivat tehdä työnsä mahdollisimman hyvin. (SAMHSA, 2014b, 11.)

3.6 Kirjallisuus traumainformoidusta työskentelystä toimintaterapiassa

Traumainformoitua työskentelyä käsittelevää toimintaterapian teoksia ei ole kovinkaan runsaasti. Yhdysvalloissa mielenterveysorganisaatioiden traumainformoidun työskentelyn juuret ulottuvat 2000-luvun alkupuolelle (Champagne 2020b, 241). Suuri osa traumainformoitua työskentelyä koskevasta tiedosta tai malleista on peräisin muilta kuin toimintaterapian alalta (Cole 2018, 405). Yhdysvaltojen Päihteidenkäyttö- ja mielenterveyspalveluiden hallinto (Substance Abuse and Mental Health Services Administration) on tuottanut ohjeistuksia ja tietoa traumainformoidusta työskentelystä ja toiminut sen lippulaivana jo vuosikymmeniä (SAMHSA 2014b, 5). Toimintaterapian kirjallisuudessa nousee usein esiin nimi Tina Champagne. Hän on kirjoittanut traumainformoidusta työskentelystä useissa teoksissa.

Theseus-tietokannassa 2023 talvella toteutetun haun perusteella löytyi yhteensä neljä opinnäytetyötä, jotka jollain tavalla käsitelivät traumatietoisuutta tai traumainformoitua työtapaa. Ainoa opinnäytetyö, jonka selkeänä aiheena oli traumainformoitu työskentely, oli puolestaan sosionomin toteuttama diakoniatyötä käsittelevä opinnäytetyö (Hedman 2020). Spesifisti traumainformoidusta työskentelystä toimintaterapiassa ei siis Theseus-haun perusteella ole varsinaisesti tehty yhtään ammattikorkeakoulun opinnäytetyötä. Tämä vahvistaa sitä, että traumainformoidusta työskentelystä ei ole paljoa tietoa Suomen toimintaterapian alalla. Sosiaali- ja hoitotyön alojen opinnäytetöitä traumatietoisesta ja -informoidusta työskentelystä löytyy selkeästi runsaammin, mikä viittaa siihen, että tietoa aiheesta on olemassa myös Suomessa. Myös tästä syystä voidaan todeta, että tämän opinnäytetyön aihe on merkityksellinen toimintaterapian alalle; traumainformoidun työskentelyn tärkeys muilla aloilla ja maailmalla on tunnistettu, mutta se ei ole vielä saavuttanut suomalaista toimintaterapian kenttää. Lähes kaikki traumainformoitua työskentelyä käsittelevä kirjallisuus suuntautuu mielenterveyskontekstiin.

4 KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TOTEUTUS

Opinnäytetyön tavoitteena on ollut toteuttaa kuvaileva kirjallisuuskatsaus, jossa tarkastellaan ja kootaan yhteen tietoa aineistolähtöisen sisällönanalyysin avulla toimintaterapian alalla toteutuvasta traumainformoidusta työskentelystä, sen käytettävyydestä ja mahdollisista hyödyistä. Tutkimuksella on selvitetty, millä tavalla traumainformoitua työskentelyä toteutetaan muualla maailmassa. Koska kirjallisuutta traumainformoidusta työskentelystä toimintaterapiassa ei ole runsaasti, näemme tarpeellisena koota yhteen suomenkielistä, näyttöön perustuvaa ja käyttökelpoista tietoa traumainformoidusta työskentelystä toimintaterapian alalla. Tällä tavalla voidaan edistää aiheen näkyvyyttä sekä rantautumista suomalaisten toimintaterapeuttien tietoisuuteen ja toimintatapoihin. Traumainformoitu työskentely ja sen periaatteet voivat toteutua toimintaterapiassa vain, jos niistä on saatavilla vankkaa tutkimusnäyttöä, mikä valitettavasti tällä hetkellä on puutteellista (MacRae 2019, 120).

Opinnäytetyö on pääasiassa harjoitustutkimus, jonka tarkoituksena on näyttää opiskelijoiden osaamista ja harjoitella tieteellisen tutkimuksen tekemistä. Siksi yhtenä tavoitteena tälle opinnäytetyölle on ollut toteuttaa mahdollisimman laadukas kuvaileva kirjallisuuskatsaus, jossa pyritään toimimaan ja työskentelemään hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti. Samalla halutaan kerätä tietoa ja tutustua tärkeään, mutta tutkijoille entuudestaan tuntemattomaan aiheeseen, joka edistää tutkimuksen tekijöiden ammatillista kasvua tulevina toimintaterapeutteina sekä sosiaali- ja terveysalan ammattilaisina.

Sosiaali- ja terveysalan opintyönnäytteisiin liittyvä oleellinen osana kirjallisuuskatsaus, jonka tarkoituksena on näyttää, miten asiaa on aikaisemmin tutkittu, mistä näkökulmasta ja miten suunniteltu tutkimus liittyy jo olemassa oleviin tutkimuksiin. Kirjallisuus on tutkimustiedon tutkimusta eli toisen asteen tutkimusta. Evidence based -ajattelu on vahvistunut etenkin terveydenhuollon aloilla viime vuosien aikana. Toteutetun hoidon tulisi perustua tutkittuun tietoon ja oppimisteorioita pitäisi verrata toisiinsa niistä tehtyjen tutkimusten pohjalta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 138–140.)

Tuomi & Sarajärvi (2018, 174) kuvaavat kirjassaan laadullisen tutkimuksen etenemistä spiraalina, joka alkaa aiheen valinnasta ja etenee eri vaiheiden kautta aina takaisin aiheen valintaan. Tässä opinnäytetyössä on hyödynnetty Tuomin ja Sarajärven (2018) mallia tutkimuksen etenemisen vaiheista.

1. Aiheen valinta
2. Kirjallisuuden tutkiminen
3. Tutkimusongelman/tehtävän hahmottaminen
4. Tutkimuksen metodologian ja metodien pohdinta
5. Aineiston keruu
6. Aineiston analyysi
7. Raportin kirjoittaminen
8. Mahdollinen seuraava tutkimus

(Tuomi & Sarajärvi 2018, 174.)

Laadullisessa tutkimuksessa ja sen raportoinnissa tutkimuksen eri vaiheiden erottaminen toisistaan voi olla oikukasta, koska esimerkiksi aineiston keruu ja analysointi voivat olla yhteen kietoutuneita. Kun tutkimuskysymys on onnistuneesti määritelty, voidaan siirtyä pohtimaan, kuinka siihen saadaan vastaus. Täytyy kuitenkin muistaa, että myös tutkimuskysymys voi muuttua laadullisen tutkimuksen edetessä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 173,175.) Tämä osoittaa myös tutkimuksen vaiheiden päällekkäisyyden, joten voidaan olla täysin varmoja siitä, kuinka tutkimus etenee, vasta sitten, kun tutkimus on toteutettu.

Tämän opinnäytetyön tarkoitus on selvittää, millaisia käytänteitä ja toimintatapoja traumainformoituun toimintaterapiaa kuuluu näyttöön perustuvan tutkimustiedon näkökulmasta. Tarkoituksena on myös koota tietoa siitä, millaisia mahdollisia vaikutuksia traumainformoidulla työskentelyllä on asiakkaalle sekä hänen toipumiselleen.

Tutkimuskysymykset ovat:

Millaista traumainformoitu työskentely on toimintaterapeutin työssä?

Millaisia vaikutuksia traumainformoidulla työskentelyllä on toimintaterapiassa?

4.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Kirjallisuuskatsauksen tavoitteena on luoda uutta tai kehittää olemassa olevaa teoriaa. Sitä voidaan käyttää teorian arvioimiseen tai kokonaiskuvan rakentamiseen tietystä asiakokonaisuudesta. Kirjallisuuskatsaus on tukena terveydenhuollossa ohjaamassa näyttöön perustuvaa toimintaa.

(Stolt, Axelin & Suhonen 2016, 7.) Katsauksella pyritään tunnistamaan ongelmia ja se mahdollistaa tietyn teorian kehityksen kuvaamisen historiallisesti. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on yksi yleisimmin käytetyistä kirjallisuuskatsauksen perustyypeistä. Se on yleiskatsaus ilman tiukkoja ja tarkkoja sääntöjä. Käytetyt aineistot ovat laajoja ja niiden valintaa ei rajaa metodiset säännöt. Tutkittava ilmiö pystytään kuvaamaan laajasti ja sen ominaisuuksia voidaan luokitella tarvittaessa. (Salminen 2011, 6.) Kirjallisuuskatsauksen pitää olla toistettavissa samaan tapaan kuin minkä tahansa muunkin tutkimuksen. Katsauksen vaiheet tulee kuvata niin systemaattisesti ja suorasti, että lukijalla on mahdollisuus arvioida jokaisen vaiheen toteutusta ja katsauksen luotettavuutta. (Stolt ym. 2016, 7, 23)

Kuvailevaa kirjallisuuskatsausta voidaan myös kutsua narratiiviseksi kirjallisuuskatsaukseksi, ja sen tarkoitus on luoda ymmärrystä käsiteltävästä aiheesta (Vilka 2023, 21–22). Kirjallisuuskatsauksia on useita tyyppisiä ja jokaisella niistä on oma tarkoituksensa. Narratiivisen kirjallisuuskatsauksen tehtävä on kertoa tai kuvata aiheeseen liittyvää aikaisempaa tutkimusta. Katsaustyyppien kysymyksenasettelu on yleensä laaja ja se keskittyy erityisesti vertaisarvioituihin tieteellisiin tutkimuksiin. Narratiivisen kirjallisuuskatsaus toimii keinona, jonka avulla voidaan kuvata ja kertoa tutkimuksista, niiden laajuudesta, syvyydestä sekä määrystä, joita jostain ilmiöstä tai aiheesta on tehty. Narratiivisen kirjallisuuskatsauksen avulla voidaan tiivistää, selittää ja tulkita jo olemassa olevaa näyttöä tutkittavasta aiheesta. (Stolt ym. 2016, 8–9.)

4.2 Sisäänotto- ja poissulkukriteerit

Täsmällinen tutkimuskysymys on oleellinen tutkimuksen kannalta, jotta saadaan rajattua aineistoa riittävän kapeaksi, mutta samalla saavutetaan aiheen kannalta keskeinen kirjallisuus, ja pystytään ylipäätään saamaan vastaus johonkin. Tutkimuskysymyksen määrittelyyn avuksi on olemassa PICO-formaatti, joka toimii kysymyksen asettelussa muistisääntönä ja ohjeena. Se ohjaa tutkimuskysymyksen määrittelyssä ottamaan huomioon neljä tekijää, jotka ovat tutkimuksen kannalta oleellisia. Nuo neljä määriteltävää tekijää ovat: Potilasryhmä tai tutkittava ongelma, tutkittava interventio tai interventiot, interventioiden vertailu, kliiniset tulokset eli lopputulosmuuttujat. Nämä samat tekijät ohjaavat katsauksen toteutusta myös myöhemmissä vaiheissa kirjallisuushaussa ja arvioinnissa. PICO-formaattia voidaan hyödyntää myös aineiston valintaprosessin kriteerien määrittelyssä. (Johansson 2007, 47.)

Sisäänotto- ja poissulkukriteerit on määritelty sen mukaan, millaisten tutkimusten uskotaan antavan vastauksia tutkimuskysymyksiin. Myös PICO-formaattia on hyödynnetty tutkimuskysymyksen sekä sisäänotto- ja poissulkukriteerien määrittelyssä. Määrittelyt vaatimukset tutkimuksille ovat:

Tutkimuksen tulee olla toimintaterapian alan tutkimus.

Tutkimuksen tulee käsitellä psyykkistä traumaa.

Tutkimuskohteena tutkimuksessa täytyy jollain tapaa olla traumainformoitu työskentely.

Tutkimuksen tulee olla kirjoitettu kielellä, jota osaamme lukea (suomi, englanti, ruotsi).

Tutkijoilla tulee olla pääsy tutkimusartikkeliin kokonaisuudessaan.

Tutkimuksen tulee olla vertaisarvioitu ja luotettavaksi todettu.

Tutkimuksen tulee olla julkaistu aikaisintaan vuonna 2013.

TAULUKKO 1. PICO-Formaatti mukailten (Vilka 2023, 51–52)

PICO -formaatti	
P Tutkittava ryhmä	Psyykkisestä traumasta kärsivät toimintaterapia-asiakkaat
I Mielenkiinnon kohde	Millä tavoin traumainformoitu työskentely näkyy toimintaterapiassa
C Konteksti	Toimintaterapian konteksti
O Tulokset	Kaikki tulokset, joista voidaan kuvata, millaista traumainformoitu työskentely on toimintaterapiassa

4.3 Hakulausekkeet

Tutkimusaineiston hankinta toteutetaan etsimällä tutkimuskysymyksen vastaavia artikkeleja eri tietokannoista. Hakua varten on määritelty tiettyjä hakusanoja ja niiden yhdistelmiä, hakulausekkeita, joiden on katsottu auttavan tutkimuskysymysten kannalta relevanttien tutkimusten löytämisessä. Aineistohaun ja hakulausekkeiden muodostamisen tueksi sovittiin tapaamisen Oulun ammattikorkeakoulun kirjaston informaattikon kanssa 15.5.2023 ennen tiedonhaun aloittamista. Informaattikon hakupaja tarjosi apua hakulausekkeen laatimiseen aineiston keruuta varten.

TAULUKKO 2: Hakulausekkeen termien määrittely

Käsityhmä 1 TOIMINTATERAPIA	Käsityhmä 2 TRAUMAINFORMOITU	Käsityhmä 3
toimintaterapia toimintaterapeutti occupational therapy occupational therapist	traumainformoitu trauma informed trauma-informed traumainformed	

Alustavan testihaun aikana saatiin kuitenkin huomata, että kun hakulausekkeen kirjoitusasussa on ”trauma inform*”, haun tuloksissa on paljon tutkimukselle epärelevantteja artikkeleita. Tutkimuksen aiheen kannalta relevantit artikkelit löytyvät (trauma-inform* OR traumainform*) -hakulausekkeella, vaikka tutkimuksessa sanat olisivatkin kirjoitettu erikseen. Osassa tietokannoista kirjoitusasun muutokset eivät vaikuttaneet hakutulokseen. Alustavan testihaun perusteella rajattiin myös tietokannoista pois OTDBase, koska sen hakujärjestelmän toimintaperiaate poikkesi muista tietokannoista huomattavasti, eikä tarjonnut alustavassa haussa yhtään tulosta.

Informaatikon tapaamisen ja ohjeistuksen sekä testihaun perusteella hakulausekkeeksi muodostui: ”occupational therap*” AND (trauma-inform* OR traumainform*). Tämä hakulauseke toimi lähtökohtana aineistohaun aloittamiselle, ja sitä hyödynnettiin lähes kaikissa tietokannoissa.

4.4 Aineiston haku

Aineiston haku eri tietokannoista toteutettiin 25.–29.5.2023. Tietokannat, joissa lopulta toteutettiin aineistohaku, olivat: EBSCHOST (eBook Collection, Academic Search Premier ja CINAHL with Full text), MEDLINE, Cochrane Library, Elsevier science direct, Medic, OTSeeker, PubMed, Sage Journal ja Wiley Online Library. Tietokannat jaettiin tutkijoiden kesken aineistohaun toteuttamiseksi. Joidenkin tietokantojen osalta jouduttiin hakulauseketta muokkaamaan tai pilkkomaan osuimien löytymiseksi. Muita rajoituksia, kuten artikkelien julkaisuvuotta, käytettiin tietokantakohtaisesti. Näistä tarkempi kuvaus Taulukossa 3. Tietokannat.

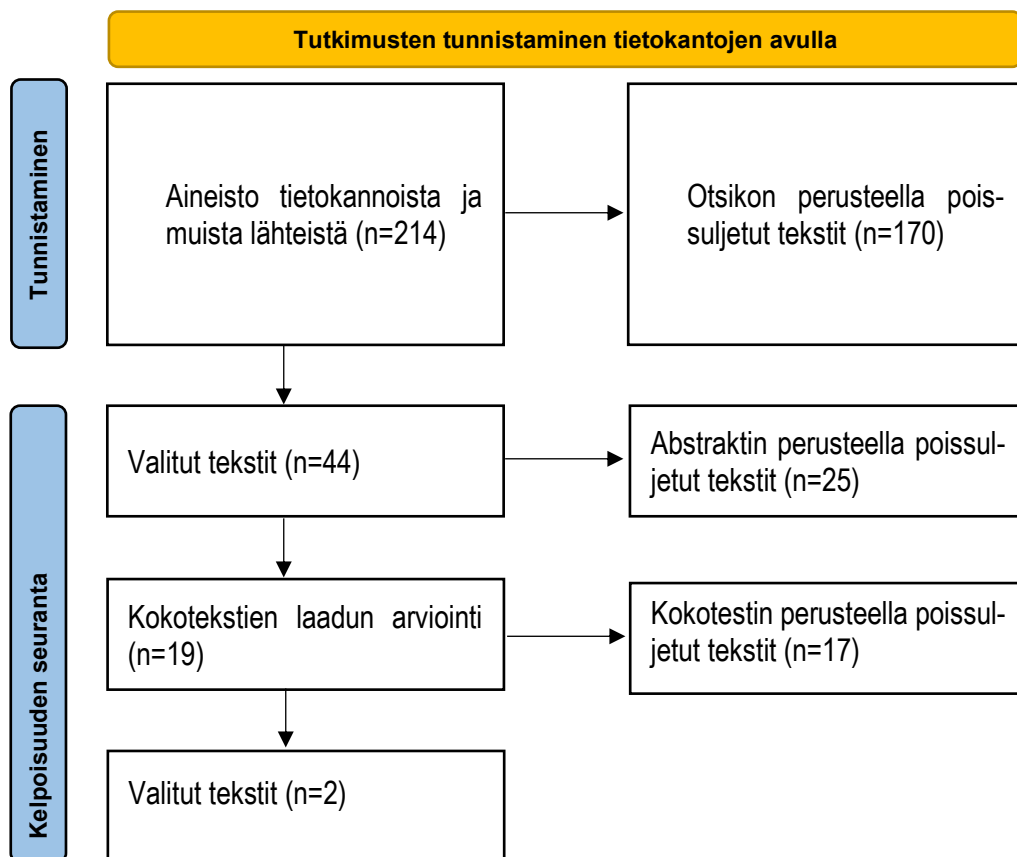
TAULUKKO 3. Tietokannat

Tietokanta	Päivämäärä	Hakulause	Rajaukset	Osumat yhteensä
EBSCHOST: eBook Collection	26.5.2023	"occupational therap*" AND (trauma-inform* OR traumainform*)		0
EBSCHOST: Academic Search Premier	26.5.2023	"occupational therap*" AND (trauma-inform* OR traumainform*)	2013-2023 Full text	18
EBSCHOST: CINAHL with Full text	26.5.2023	"occupational therap*" AND (trauma-inform* OR traumainform*)	2013-2023 Full text	7
MEDLINE	26.5.2023	"occupational therap*" AND (trauma-inform* OR traumainform*)	2013-2023 Full text	6
Cochrane Library	26.5.2023	"occupational therap*" AND (trauma-inform* OR traumainform*)		0
Elsevier science direct	26.5.2023	occupational therap AND (trauma-inform OR trauma inform OR traumainform)	2013-2023	25

Medic		occupational therap* AND trauma-inform* OR traumainform*	Koko teksti, 2013- 2023 ja alkuperäistutkimu s	26
	25.5.2023	occupational therap* AND trauma-inform* OR traumainform*	Koko teksti, 2013- 2023 ja muut artikkelit	55
OTDBase	25.5.2023			0
OTSeeker	25.5.2023	"occupational therap*" AND (trauma-inform* OR traumainform*)		2
		trauma-inform* OR traumainform*		3
PubMed	25.5.2023	"occupational therap*" AND (trauma-inform* OR traumainform*)	Koko teksti ja kieli (englanti, suomi, ruotsi)	26
Sage Journal	29.5.2023	occupational therap* AND (trauma-inform* OR traumainform*)	2013-2023	19
Wiley Online Library	25.5.2023	occupational therap* AND trauma-inform* OR traumainform*	2013-2023, journals	27
Yhteensä				214

Google Scholar (manuaalinen haku)	26.5.2023	"occupational therapy*" AND (trauma- informed* OR traumainform*)	2013-2023, rajataan 100 ensimmäistä hakutulosta	2 970
Yhteensä				3184

Tietokantahaku tuotti yhteensä 214 osumaa, joista 44 läpäisivät otsikkotasaisen karsinnan. Näistä 44 neljästä artikkelista 25 karsittiin pois abstraktin perusteella. Jäljellejääneet 19 artikkelia luettiin kokonaan ja niistä ainoastaan 2 artikkelia päätyi tutkimuksen aineistoon. Tarkempi kuvaus artikkelien karsintaprosessista kaaviossa 1.

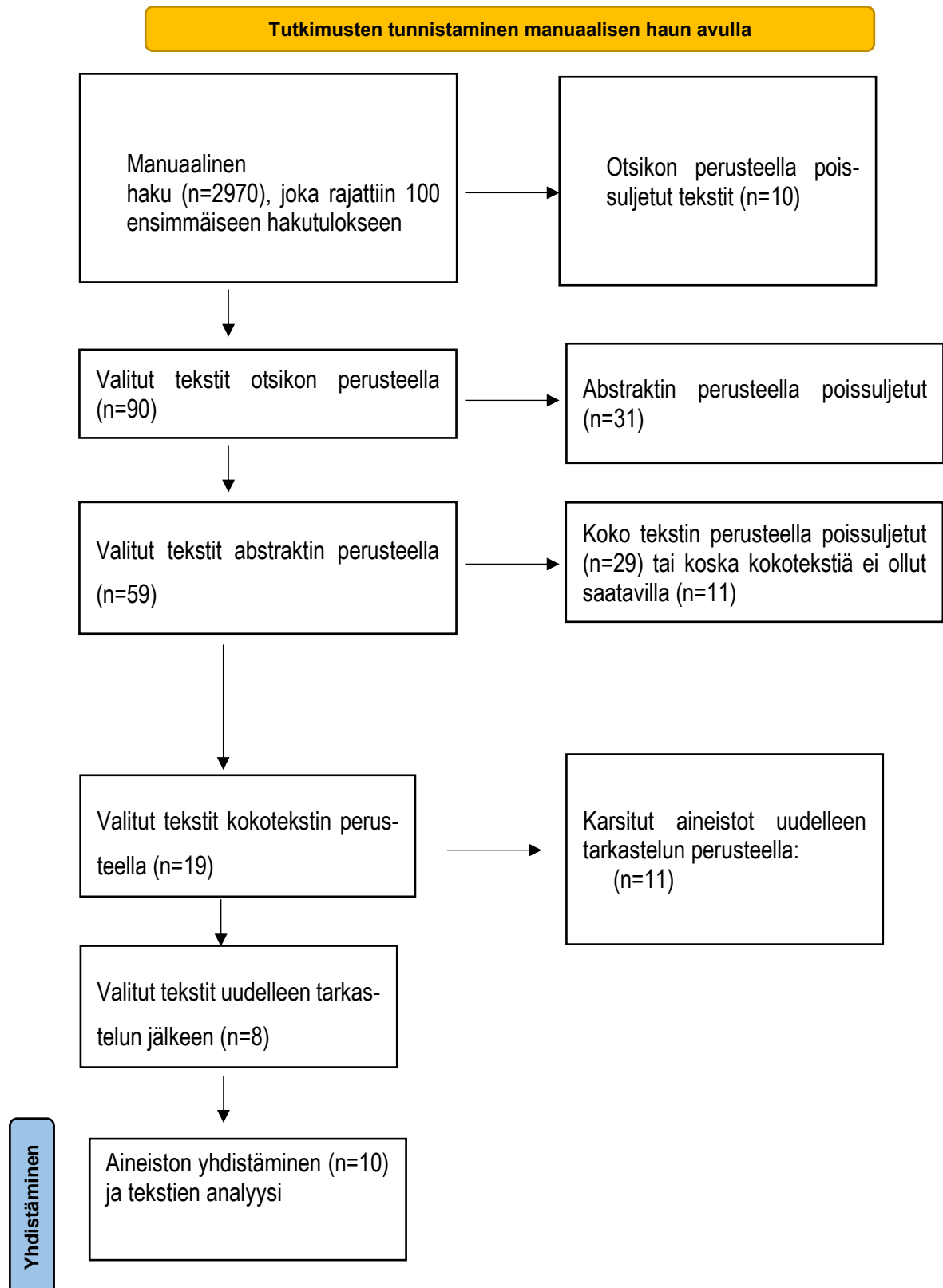


KAAVIO 1: PRISMA-kaavio mukailten (Vilka 2023, 67–68) aineiston valintaprosessista

Koska tietokantahaku ei tarjonnut juurikaan artikkeleja aineistoa varten, päätettiin toteuttaa manuaalinen haku Google Scholar -tietokannasta. Manuaalinen haku Google Scholar -tietokannasta antoi hakulausekkeellamme yhteensä 2970 tulosta. Laajan osumamäärän vuoksi,

osumien seulonta rajattiin 100 ensimmäiseen osumaan, joista toinen tutkia kävi läpi ensimmäiset 50 osumaa ja toinen tutkija loput 50. Tämän tyylinen manuaalinen haku pohjautuu Vilkan teoksessa Kirjallisuuskatsaus metodina, opinnäytetyön osana ja tekstilajina (2023, 66) esitettyyn esimerkkiin Google Scholar -tietokantahausta. Tämän metodin toimivuutta puolsi myös se, kuinka 100 ensimmäisen osuman osalta suurin osa kokoteksti-seulasta läpäisseistä artikkeleista painottui selkeästi osumien alkupäähän. (Vilka 2023, 51–52.)

100 ensimmäisestä Google Scholarin osumasta 90 läpäisi otsikkotasaisen seulan. Näistä 90 osuman osalta abstraktin perusteella karsittiin pois 31, minkä jälkeen 59 artikkelia eteni luettavaksi kokonaan. Osa näistä 59 artikkelista rajautui pois aineistosta, koska niistä ei ollut saatavilla kokotekstiä (n=11). 29 artikkelia rajautui pois kokotekstin perusteella tai koska ne eivät täyttäneet sisäänottokriteereitä esimerkiksi kielen osalta, joten lopulta kokotestiseulan läpäisseitä artikkeleita aineistoon päätyi 19. Tarkempi kuvaus manuaalisesta hausta kaaviossa 2. Nämä manuaalisella haulla löydetyt artikkelit ja kaksi tietokantahaussa löytynyttä artikkelia muodostivat tutkimuksen alustavan aineiston (n=21).



KAAVIO 2: PRISMA-kaavio mukailten (Vilka 2023, 67–68) aineiston valintaprosessista

Ohjaavilta opettajilta saadun palautteen perusteella alkuperäinen aineisto osoittautui liian suureksi. Tästä syystä aineistolle toteutettiin uusi karsintaprosessi. Tutkimuskysymystä tarkennettiin, minkä jälkeen aineistoa (n=21) tarkasteltiin uudestaan. Lisäksi aineiston sisäänotto- ja poissulkukriteerit täsmennettiin ja sen artikkelit luettiin uudelleen ristiin tutkijoiden toimesta.

Aineistosta karsittiin pois artikkelit, jotka a) eivät vastanneet tutkimuskysymykseen, b) eivät olleet vertaisarvioituja, c) eivät olleet tutkimuksia ja d) olivat opinnäytetyötasoisia tutkimuksia. Tämän lopullisen karsintavaiheen seurakusena aineistosta karsiutui pois 11 artikkelia, jolloin lopullinen aineisto muodostui 10 artikkelista, jotka vastasivat uudelleen asetettuihin tutkimuskysymyksiin sekä täyttivät täsmennetyt sisäänottokriteerit. 10 lopullisen aineiston artikkeleista 8 saatiin manuaalisen Google Scholar -haun kautta. Aineiston artikkelit on kuvattu taulukossa 4.

TAULUKKO 4: Kirjallisuuskatsaukseen valittujen tutkimusten tarkoitukset sekä aineistot

Numero	Tekijät ja julkaisu- vuosi	Julkaisija	Tutkimusten tarkoitus	Tutkimus- tyyppi ja -me- netelmät	Aineisto
1	Carroll, Laura, Casey, Hannah, Adams, Rory, O'Connor, Stephanie and O'Reilly, Áine 2022	Emerald Open Access	Koronapandemian myötä terapiapalveluissa toteutettujen muutosten määrittely ja kuinka TIC-periaatteet integroitiin.	Case-tutkimus	Ryhmiin osallistujamäärien seuranta ja sanallinen palaute asiakkailta
2	Cerny, Shana, Maassen, Alexya & Crook, Krista 2019	Occupational therapy in mental health	Ihmiskaupan uhrien toimintaterapiaprosessin määrittely; teoreettiset viitekehukset ja interventiota ohjauvan näytön sekä niiden tulosten käsittely.	Retrospektiivinen pre-test/postest-malli	22–64-vuotiaiden asiakkaiden toimintakyvyn arvioinnit ennen ja jälkeen intervention
3	Craswell, Gisele 2021	Journal of occupational therapy, schools & early intervention	Tarkastella näyttöä aistimodulaatiolähestymistapojen käytöstä vankien mielenterveyspalveluissa ja pohtia niiden merkitystä toimintaterapeuteille.	Integratiivinen kirjallisuuskatsaus	10 määrällistä, 3 laadullista ja 4 sekamenetelmä tutkimusta

4	Dowdy, Rachel, Estes, Joanne, Linkugel, Maria & Dvornak, Mikaila 2020	Occupational therapy in mental health	Määrittää aistilähtöisten toimintaterapian menetelmien vaikutusta korkeimman turvaluokituksen nuorisovankilan vangeille.	Sekamenetelmätutkimus	15–20-vuotiaiden miesvankien toimintakyvyn arviointien tiedot laitoksen tietojärjestelmästä ja haastattelut
5	Dowdy, Rachel, Estes, Joanne, McCarthy, Cara, Onders, Jane, Onders, Molly & Suttner, Alexandra 2023	Journal of Child & Adolescent Trauma	Tunnetilamuutosten tunnistaminen nuorisovangeilla aistilähtöisen toimintaterapian jälkeen.	Kysely ja kvantitatiivinen retrospektiivinen tutkimussuunnitelma	12–20-vuotiaiden vankien mielenterveysdiagnoosit, ACE-testitulokset ja Emotions Intervention Tool ennen ja jälkeen intervention sekä yli 18-vuotiaiden miesvankien täyttämä kysely
6	Fraser, Kerry, MacKenzie, Diane & Versnel, Joan 2017	Occupational therapy in mental health	Määrittää traumoja kokeneiden lasten ja nuorten kanssa käytettävien aisteihin perustuvien interventioiden tehokkuutta koskevan tutkimuksen laajuus ja kuvata näitä interventioita suhteessa toimintaterapiakäytäntöihin.	Scoping-katsaus	Yhteensä 16 artikkelia, joihin kuulu laadullisia ja määrällisiä tutkimuksia, pääkirjoituksia ja keskustelupapereita.
7	Fraser, Kerry, MacKenzie, Diane. & Versnel, Joan 2019	Journal of occupational therapy, schools & early intervention	Laadullisen analyysin perusteella määrittää kompleksisesta traumasta kärsivien lasten ja nuorten kanssa työskentelevien toimintaterapeuttien käyttämät arviointi- ja interventiomenetelmät.	Kuvaileva laadullinen tutkimus, joka hyödyntää semistrukturoituja haastattelukysymyksiä.	Semistrukturoidut haastattelut kokeneille toimintaterapeuteille, jotka sillä hetkellä työskentelevät 5–18-vuotiaiden trauma-asiakkaiden kanssa.
8	Lynch, Breanna P. Brokamp, Kristen M., Scheerer, Carol R., Bishop, Mackenzie,	Journal of occupational therapy, schools & early intervention	Traumoja kokeneille nuorille lapsille tarjot-	Retrospektiivinen tulostaulukoiden tarkastelu	Haitallisia lapsuuden kokemuksia kokenei-

	Stable, Lauryn, Hagedorn, Becky & Endres, Lauren 2021		tujen toimintaterapia-palveluiden tulosten kerääminen.		den 0–5-vuotiaiden lasten asiakastiedot.
9	McGreevy, Suzie, Boland, Pauline 2020	Irish Journal of Occupational Therapy	Tunnistaa, analysoida ja tiivistää empiiristä näyttöä aisteihin perustuvista interventiosta, joita toimintaterapeutit käyttävät traumasta selviytyneiden aikuisten ja nuorten kuntoutuksessa.	Integratiivinen kirjallisuuskatsaus	9 empiiristä tutkimusta ja 9 tutkimussuunnitelmaa
10	Walker, Patrick J., Gee, Bryan M. & Leonard, Sharon 2022	The Open Journal of Occupational Therapy	Toimintaterapian rooli tilanteissa, joissa lapsi siirtyy sijaisperheestä takaisin biologisten vanhempien hoivaan	Case-raportti yksittäisestä tapauksesta	Yhden 3-vuotiaan pojan toimintakyvyn arvioinnit ennen ja jälkeen intervention

4.5 Aineiston analyysi

Koska tutkimuksen aihe on ollut tutkijoille uusi, on tutkimuksessa käytetty aineistolähtöistä analyysiä. Aineistolähtöisessä analyysissä aikaisempi tieto tutkittavasta aiheesta tai ilmiöstä ei ole merkityksellistä analyysin tai lopputuloksen kannalta (Tuomi & Sarajärvi 2018, 95). Aineiston analyysi on toteutettu kartoittavana analyysinä, jossa on pyritty löytämään tutkimuksista yleisiä ja yhteisiä teemoja (Vilka 2023, 88). Tällä tavalla on pyritty löytämään vastaus siihen, millaista traumainformoitu toimintaterapia on. Analyysin tukena on käytetty myös Tuomi & Sarajärven teoksessa Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi (2018, 123) esiteltyä sisällönanalyysin etenemisen runkoa. Analyysia on pyritty havainnollistamaan myös taulukoinnin avulla.

Aineiston analyysin eteneminen:

1. Hakuprosessin läpäisseiden tutkimusartikkeleiden lukeminen ja niiden sisältöön perehtyminen
2. Pelkistettyjen ilmausten korostaminen ja erottaminen muusta aineistosta
3. Listaus pelkistetyistä ilmauksista
4. Heterogeenisyyden ja homogeenisyyden etsiminen pelkistetyistä ilmauksista
5. Alaluokkien muodostaminen pelkistetyistä ilmauksista ryhmittelemällä

6. Yläluokkien muodostaminen
 7. Mahdollinen pää- ja muiden luokkien muodostaminen
- (Tuomi & Sarajärvi 2018, 123.)

Kyseisestä listauksesta poiketen opinnäytetyössä on pitäyditty pelkässä teemoittelussa. Opettajien ohjeistuksen ja kirjallisuuden (Tuomi & Sarajärvi 2018) pohjalta opinnäytetyössä ei jatketa teemoittelua luokitteluun asti. Kun lopullinen aineisto oli saatu karsittua tutkimuksen kannalta sopivan kokoiseksi, aloitettiin tutkimuskysymyksiin vastaavien havaintojen etsiminen aineistosta sekä analyysin valmistelu. Tätä varten aineisto jaettiin tutkijoiden kesken. Kun kaikki aineiston tekstit oli käyty läpi, toteutettiin aineiston organisoitin kokoamalla havainnot yhteen Word-tiedostoon kokonaisina lainauksina teemojen muodostamista varten. Valitut lainaukset pelkistettiin, minkä jälkeen ne jaettiin alustaviin aihekokonaisuuksiin. Tämän jälkeen niitä lähdettiin yhdistelemään ja jakamaan ryhmiin eli muodostamaan teemat.

Aineiston analyysin pohjalta muodostui kolme teemaa, joiden tutkijat uskovat vastaavan tutkimuskysymyksiin. Nämä teemat ovat: Sensoriset menetelmät itsesäätelyn tukena, Traumatietoisuuden periaatteet ohjaamassa toimintaterapeutin työskentelyä ja Bottom-up-lähestymistapa. Taulukkoon 5 on kerätty kunkin artikkelin merkittävimmät lainaukset teemojen mukaisesti. Taulukko on havainnollistava esimerkki analyysin toteutuksesta.

TAULUKKO 5: Teema-analyysi

Alkuperäinen ilmaisu	Suomennos alkuperäisilmaisusta	Pelkistetty ilmaus
<p>“Occupational therapy interventions used with women survivors of human trafficking... Sensory processing... ...Proprioceptive input Weighted blanket Weightlifting Trauma-focused yoga Creation of individual sensory diets Guided imaginary Home modifications for calming and self-expression” (2)</p>	<p>”Ihmiskaupan uhrien kanssa käytetyt toimintaterapia interventiomenetelmät perustuivat aistiprosessointiin...mm. proprioseptiiviset ärsykkeet, painopeitot, painonnosto, traumatietoinen jooga, yksilöllisten aistiohjelmien (sensory diet) luominen, ohjattu mielikuvaharjoittelu sekä rauhoittumista ja itseilmaisua edistävät kodinmuutostyöt.” (2)</p>	<p>Ihmiskaupan uhrien kanssa käytetyt aistiprosessointiin pohjautuvat interventiomenetelmät.</p>
<p>“Sensory modulation approaches are being used in prison mental health services as a means of empowering clients with self-regulation tools to improve occupational performance and overall well-being. (3)”</p>	<p>”Vankiloiden mielenterveyspalveluissa käytetään aistimodulaatiota itsesäätelyn keinona voimaantumiseen, minkä avulla asiakkaat voivat edistää toiminnallista suoriutumistaan ja yleistä hyvinvointiaan.” (3)</p>	<p>Aistimodulaatio ja itsesäätely voimaantumisen keinona ja hyvinvoinnin lisäämiseenä</p>
<p>“Participants pointed to sensory components like music and repetitive drawing activities when discussing new coping strategies practiced in occupational therapy.” (4)</p>	<p>”Keskustellessa uusista selviytymiskeinoista osallistujat kertoivat menetelmistä kuten musiikki- ja toistuvat piirtämistoiminnot, joita toimintaterapiassa harjoiteltiin.” (4)</p>	<p>Sensoristen menetelmien käyttö selviytymiskeinoina.</p>
<p>“In addition to classic cognitive approaches, sensory-based activities that facilitate practice in emotional management, impulse control, goal setting, and self-efficacy can be used to address deficits associated with complex trauma and mental health challenges supplementing cognitive-based treatment approaches with activity-based techniques that target the sensory system in a trauma-informed manner.” (5)</p>	<p>”Klassisten kognitiivisten lähestymistapojen lisäksi voidaan käyttää aisteihin perustuvia toimintoja, jotka helpottavat tunteiden- ja impulssin hallinnan, tavoitteiden asettamisen sekä omatoimisuuden harjoittelua, jotta voidaan puuttua monitahoisiin traumoihin ja mielenterveyshaasteisiin. Kognitiivisiin hoitomenetelmiin perustuvia lähestymistapoja täydennetään aktiviteetteihin perustuvilla tekniikoilla, jotka kohdistuvat aistijärjestelmään traumakeskeisellä tavalla.” (5)</p>	<p>Aisteihin perustuvat toiminnot kognitiivisen lähestymistavan tukena</p>

<p>“Occupational therapists can also develop sensory diets for these children with thorough assessment and an understanding of their trauma history. Approaches using a sensorimotor framework suggested positive change, whether it was decreased aggressive behaviors or increased emotional awareness and self-regulation, and perceived improvement in relationships and improved self-regulation” (6)</p>	<p>”Toimintaterapeutit voivat myös kehittää näille lapsille aistiohjelmiä perusteellisen arvioinnin ja heidän traumahistoriansa ymmärtämisen avulla. Sensomotorista viitekehystä käytävissä lähestymistavoissa esitetään positiivisia muutoksia, olipa kyse sitten aggressiivisen käyttäytymisen vähenemisestä tai lisääntyneestä tunnetietoisuudesta ja itsesäätelystä sekä ihmissuhdetaidoista ja parantuneesta itsesäätelystä.” (6)</p>	<p>Aistiohjelmat positiivisen muutoksen edistäjänä käytöksessä.</p>
<p>“As one participant described, addressing attachment via emotional and sensory interventions is an important component of working with children/youth with complex trauma...” (7)</p>	<p>”Kuten eräs osallistuja kuvaili, kiintymyssuhteen käsitteleminen emotionaalisten ja sensoristen interventioiden avulla on tärkeä osa työskentelyä lasten/nuorten kanssa, joilla on monitahoinen trauma...”(7)</p>	<p>Kiintymyssuhteen käsittely emotionaalisten ja sensoristen interventioiden avulla.</p>
<p>“The current study indicates the distinct value occupational therapists bring to a trauma-informed treatment team working with young children, through client-centered care that focuses on sensory processing and developmental skills.” (8)</p>	<p>”Tämä tutkimus osoittaa, että toimintaterapeutit tuovat erityistä arvoa pienten lasten kanssa työskentelevälle traumaperusteisille hoitotiimille asiakaskeskeisellä työskentelyllä, jossa keskitytään aistien käsittelyyn ja kehityksellisiin taitoihin.” (8)</p>	<p>Aistien käsittelyyn ja kehityksellisiin taitojen merkitys pienten lasten traumatiimissä.</p>
<p>“All studies highlighted atypical SP patterns, mainly expressed in sensory sensitivity, sensory avoidance and low registration as compared to the AASP normal range values. --- A lower tendency for sensory seeking behaviours, was evident in three studies.” (9)</p>	<p>”Kaikissa tutkimuksissa korostettiin epätyypillisiä aistiprosessoinnille malleja, jotka ilmenivät pääasiassa aistiherkkyytenä, aistien välttämisenä ja vähäisenä rekisteröintinä verrattuna AASP:n normaaliarvoihin. Kolmessa tutkimuksessa oli havaittavissa vähäisempi taipumus aistihakukseen käyttäytymiseen.” (9)</p>	<p>Trauman näkyminen aistiprosessin poikkeamina.</p>
<p>“Demonstration given on transition periods using an auditory timer followed by a decompressing sensory strategy, such as joint approximation, deep breathing, or belly breathing. This was then followed by an age-appropriate tabletop task. These strategies promote trauma-informed care by allowing the child to participate in predictable routines and</p>	<p>”Siirtymätilanteiden demonstraatiossa käytettiin ajastinta, minkä jälkeen käytettiin tilanteen purkavaa aististrategiaa, kuten nivelpuristusta, syvähengitystä tai vatsahengitystä. Tämän jälkeen suoritettiin iänmukaisia pöytätason tehtäviä. Näillä strategioilla edistetään traumainformoitua kuntoutusta antamalla lapsen osallistua</p>	<p>Aististrategiat siirtymätilanteissa luomassa ennakoitavuutta.</p>

pairing sensory with cognitive interventions.” (10)	ennakoitaviin rutiineihin ja yhdistämällä aisti- ja kognitiivisia interventioita.” (10)	
“To provide opportunities for individuals to engage in safe, meaningful occupation despite restrictions. To offer enhanced choice and opportunity to clients... supporting individuals to have agency, choice and control.” (1)	”Tarjotaan yksilöille mahdollisuuksia osallistua turvalliseen ja merkitykselliseen toimintaan rajoituksista huolimatta. Tarjotaan asiakkaille enemmän valinnanvaraa ja mahdollisuuksia... tuetaan yksilöiden toimijuutta, valinnanvapautta ja hallinnan tunnetta” (1).	Turvallinen, merkityksellinen toiminta tukemassa toimijuutta, valinnanvaputta ja hallinnan tunnetta.
“Youth described a safe sense of control while in occupational therapy because activities were youth-directed, intrinsically motivating, and provided consistent support during the chronic stress of incarceration.” (4)	”Nuoret kuvailivat turvallista hallinnan tunnetta toimintaterapiassa ollessaan, koska toiminta oli asiakaslähtöistä, sisäisesti motivoivaa ja tarjosi johdonmukaista tukea vankilatuomion aiheuttaman kroonisen stressin aikana.” (4)	Toimintaterapiassa saavutettu turvallisuuden tunne apuna krooniseen stressiin.
“Many participants especially appreciated being able to choose from a variety of sensory-based strategies when describing what they liked about occupational therapy.” (4)	”Monet osallistujat arvostivat erityisesti mahdollisuutta valita erilaisten aistilähtöisten strategioiden välillä, kun he kuvailivat sitä, miksi pitivät toimintaterapiasta.” (4)	Valinnan mahdollisuus toimintaterapiassa.
“In trauma-informed care it is important to do this using a holistic and strengths-based approach that builds trust, rather than targeting an individual behavior that needs to be corrected, such as fighting.” (5)	”Traumainformoidussa työskentelyssä on tärkeää käyttää kokonaisvaltaista ja vahvuuksiin pohjautuvaa lähestymistapaa, joka rakentaa luottamusta sen sijaan, että keskityttäisiin yhden asian kuten tappelun, korjaamisen käytöksessä.” (5)	Kokonaisvaltaisuus ja vahvuuksiin pohjautuva työskentely rakentaa luottamusta.
“As discussed earlier, the importance of including the caregiver into the therapy process was identified as an important part of therapy. This was described by participants in three different ways: 1) It builds relationships with the child and adolescent; 2) it helps to build strong attachments; and 3) it helps lay the foundation for regulation work.” (7)	”...huoltajan ottaminen mukaan terapiaprosessiin on tärkeä osa terapiaa. Osallistujat kuvasivat tätä kolmella eri tavalla: se 1) rakentaa suhteita lapseen ja nuoreen, 2) auttaa rakentamaan vahvaa kiintymyssuhdetta ja 3) auttaa luomaan pohjan säätelyn työstämiselle.” (7)	Yhteistyö huoltajan kanssa osana terapiaa.
“... the distinct value occupational therapists bring to a trauma-informed treatment team working with young	”... toimintaterapeutit tuovat erityistä arvoa pienten lasten kanssa työskentelevälle traumainformoidulle	Toimintaterapeutin arvo yhteistyössä.

children, through client-centered care that focuses on sensory processing and developmental skills.” (8)	hoitotiimille asiakaslähtöisellä työskentelyllä, jossa keskitytään aistien käsittelyyn ja kehityksellisiin taitoihin.” (8).	
“...sensory-based interventions have been shown to support the preparatory phases in trauma treatment by assisting in creating a sense of safety or stability for the survivor --- and may also be used throughout the trauma processing phase -- and the ongoing life journey.” (9)	”... aisteihin perustuvien interventioiden onkin osoitettu tukevan traumatyöskentelyn valmisteluvaiheita auttamalla luomaan selviytyjälle turvallisuuden tai vakauden tunnetta ---, ja niitä voidaan käyttää myös koko trauman prosessointivaiheen --- ja jatkuvan elämänmatkan aikana.” (9)	Aisti-interventiot luovat turvallisuuden tunnetta traumatyöskentelyn prosessin aikana.
”... coaching session also focused on empowerment and allowing the child to predict the upcoming routine, which is supported for trauma-informed care in OT.” (10)	”...(vanhempien) valmennuksessa keskityttiin myös voimaantumiseen ja siihen, että lapsi voi ennakoita tulevaa rutiinia, mikä tukee traumainformoitua työskentelyä toimintaterapiassa” (10)	Yhteistyö tukee voimaantumiseen ja ennakoitaviin rutiineihin
”Sutton et al. (2013) referred to sensory intervention as a ‘bottom up’ response to arousal and aggression and linked it with neurological and biological mechanisms, suggesting these may provide a better understanding of how sensory approaches impact on behavior.” (3)	”Sutton ym. (2013) viittasivat sensoriseen interventioon Bottom-up vasteena vireystilaan ja aggressioon ja yhdistivät sen neurologiseen ja biologiseen mekanismiin esittäen, että nämä tuovat parempaa ymmärrystä kuinka sensoriset lähestymistavat vaikuttavat käyttäytymiseen.” (3)	Sensoriset interventiot Bottom-up lähestymistapana ja sen vaikutukset käyttäytymisen ymmärtämiseen.
”The use of occupation such as play or drawing effects change through bottom-up processes relating to their sensory experience of that occupation.” (6)	”Leikin tai piirtämisen kaltaisten toimintojen käyttäminen vaikuttaa muutokseen Bottom-up prosessien kautta, jotka liittyvät lasten ja nuorten aistikokemuksiin kyseisestä toiminnasta.” (6)	Muutos aistikokemuksen tuoman Bottom-up prosessin kautta.
”This new knowledge on brain function and trauma confirms the importance of utilizing a bottom-up approach with various sensory-based therapies to lay the foundation for later top-down approaches.” (7)	”Tuore tieto aivojen toiminnasta ja traumasta vahvistaa, että on tärkeää käyttää Bottom-up-lähestymistapaa erilaisilla aisteihin perustuvilla terapioidella, jotta voidaan luoda perusta myöhemmille Top-down-lähestymistavoille.” (7)	Bottom-up lähestymistapa luo perustaa Top-down lähestymistavoille.
”Using vestibular, visual and auditory input as a “bottom-up” or body-informed approach to addressing the	”Käyttämällä vestibulaarisia, visuaalisia ja auditiivisia ärsykeitä Bottom-up tai kehotietoisina	Bottom-up ja kehotietoiset lähestymistavat

<p>symptoms of adults with a history of complex trauma, Kaiser and colleagues found significant changes in total scores of self-perception and affect/impulse regulation.” (9)</p>	<p>lähestymistapana oireiden käsittelyssä sellaisten aikuisten, joilla on ollut kompleksisia traumoja, Kaiser ja kollegat havaitsivat merkittäviä muutoksia itsetuntemuksen ja impulssin säätelyssä...” (9)</p>	<p>kompleksisten traumojen käsittelyssä.</p>
--	---	--

5 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Neljässä aineiston tutkimuksessa (1,2,3,9) oli asiakasryhmänä aikuiset, neljässä nuoret (4,5,7,9,) ja lapset (6,7,8,10). Aineistossa ei siis ollut yhtään tutkimusta, jossa olisi käsitelty traumainformoitua työskentelyä ikäihmisten kuntoutuksessa. Tämä vaikuttaa tutkimustuloksiin, vaikka muutoin ikäryhmät olivat kohtuullisen tasaisesti edustettuna. Aineiston tutkimuksissa ympäristöinä näkyivät muun muassa klinikat, vankilat ja mielenterveyspalvelut.

5.1 Sensoriset menetelmät itsesäätelyn tukena

Yhtä tutkimusta lukuun ottamatta (2) kaikissa aineiston tutkimuksissa käsiteltiin sensoristen menetelmien käyttöä traumatisoituneiden asiakkaiden toimintaterapiassa. Näistä yhdeksästä tutkimuksesta kahdeksassa käsiteltiin itsesäätelyn tukemista aistimenetelmillä (3,4,5,6,7,8,9,10). Aisteihin perustuvia interventioita käytetään traumainformoidussa toimintaterapiassa, koska ne mahdollistavat rauhallisen ja turvallisen tilan luomisen, jolloin voidaan harjoitella itsesäätelyyn liittyviä strategioita (5). Lapsilla ja nuorilla traumat vaikuttavat aivojen kehitykseen ja erityisesti kykyyn käsitellä aistitietoa. Kompleksisia traumakokemuksia kohdanneiden lasten ja nuorten kohdalla itsesäätelyn ohella on havaittu muun muassa haasteita aggression ja tunnesäätelyn osalta sekä heillä on usein taipumus tulkita väärin sensorista informaatiota (6). Tutkimuksissa tuodaan esille, kuinka traumalla on vaikutusta asiakkaan kykyyn käsitellä aistiärsyksiä (8). Aistien käsittelyn haasteiden on osoitettu vaikuttavan kielteisesti tunne-elämän ja itsesäätelyn hallintaan (6). Aineiston tutkimuksissa korostettiin epätyypillisiä aistiprosessoinnin malleja ja haasteita, jotka ilmenivät pääasiassa aistiherkyytenä, aistien välttämisenä ja vähäisenä rekisteröintinä verrattuna normaaliarvoihin (6,9). Yksi tutkimus toi esille vähäisempiä taipumuksia aistihakuiseen käyttäytymiseen traumatisoituneilla asiakkailla (9).

Puolessa aineiston teksteissä painotettiin merkityksellisten toimintojen käyttöä traumainformoidussa toimintaterapiassa (1,3,5,6,9). Aineiston tutkimuksissa käytettyjä aistilähtöisiä toimintoja ovat muun muassa aistitehostettu tai traumainformoitu jooga (2,9), hengitysharjoitukset (5,10) ja taiteen tekeminen (4,6,9). Aineiston tutkimuksissa käytettyjä aistilähtöisiä välineitä olivat muun muassa rauhoittava musiikki (4,5), painopeitot (2,5) aistihuoneet (3,4,9), sekä aistiohjelmat (sensory diets) (4,6,9). Lisäksi tutkimuksissa tuotiin esiin itsesäätelyä

tukevien ympäristön muutosten tärkeys (2,3,4,9,10). Muutoksilla pyritään muun muassa luomaan ympäristöstä miellyttävämpi ja turvallisempi sekä itsesäätelyä tukeva (3,4).

Itsesäätelyn tukemisen lisäksi sensorisilla menetelmillä ja aistimodulaatiolla nähtiin olevan vaikutuksia myös asiakkaiden toiminnalliseen suoriutumiseen ja yleiseen hyvinvointiin (3). Niiden keinoin pystyttiin myös muun muassa vähentämään väkivaltaista ja aggressiivista käyttäytymistä (4,6), lisäämään toimintaan osallistumista (9) sekä käyttämään niitä keskustelun tukena (4,5).

5.2 Traumatietoisuuden periaatteet ohjaamassa toimintaterapeutin työskentelyä

Kerätyn aineiston artikkeleissa korostuvat turvallisuus, luotettavuus, yhteistyö ja voimaantuminen. Kaikki artikkelit käsittelevät jollain tasolla traumainformoitua työskentelyä toimintaterapiassa ja sen periaatteita. Lähes kaikki artikkelit mainitsivat jonkun traumainformoidun työskentelyn periaatteista ja sen näkymistä toimintaterapiassa. Puolet artikkeleista mainitsivat suoraan voimaantumisen ja sen näkymisen toimintaterapiassa. (2,3,4,9,10) Asiakkaiden voimaantumista edistettiin muun muassa parantamalla heidän suoriutumistaan ja hyvinvointiaan tarjoamalla heille itsesäätelyn keinoja (3). Puolet artikkeleista mainitsivat turvallisuuden periaatteen ja sen näkymisen toimintaterapiassa (1,3,4,5,9). Turvallisuus kuvautuu hallinnan tunteena toimintaterapiassa, kun toiminta oli asiakaslähtöistä, sisäisesti motivoivaa ja tarjoaa johdonmukaista tukea vankilatuomion aiheuttaman kroonisen stressin aikana. Sensoristen ärsykkeiden yhdistäminen omaan toimijuuteen ja valintojen mahdollisuuteen tukee nuoria ja vahvistaa turvallisuuden tunnetta. Turvallisuuden tunne vähentää ympäristöön kohdistuvaa defensiivistä käyttäytymistä (4).

Puolet artikkeleista mainitsee yhteistyön periaatteen. Yhteistyö näkyy pyrkimyksenä moniammatillisuuteen (3,6,7,8,9) ja asiakkaan lähipiirin osallistamisena kuntoutuksessa (7,10) sekä ammattilaisten sekä asiakkaan välisenä kumppanuutena (1,3,7). Aistimodulaatio lähestymistapana mahdollistaa yhteistyön asiakkaan ja ammattilaisten välille. Yhteistyö mahdollistaa lähestymistavat, jotka ovat yksilöllisiä, traumainformoituja ja toipumisorientoituneita. (3) Luottamuksen rakentamisesta puhutaan parissa tutkimuksessa (5,7). Traumatietoisessa työskentelyssä on tärkeää käyttää kokonaisvaltaista ja vahvuuksiin pohjautuvaa lähestymistapaa, joka rakentaa luottamusta sen sijaan, että keskityttäisiin käytöksen korjaamiseen (5). Esimerkiksi kompleksisia traumoja kokeneilla lapsilla ja nuorilla on usein vaikeuksia luottaa toisiin, koska heillä on pulmia tulkita ja hahmottaa sensorista informaatiota (6).

5.3 Bottom-up-lähestymistapa

Bottom-up lähestymistapa mainitaan aineiston kuudessa tutkimuksessa ja se on vahvasti yhteydessä sensorisiin menetelmiin (3,5,6,7,9,10). Bottom-up lähestymistapa luo parempaa ymmärrystä siitä, kuinka sensoriset menetelmät vaikuttavat käyttäytymiseen (3) ja kuinka kokemus toiminnasta muuttuu, kun aistikokemuksessa tapahtuu muutosta (6). Bottom-up lähestymistavat valmistelevat asiakkaita myöhemmille Top-down-lähestymistavoille, joihin lukeutuvat esimerkiksi kognitiiviset ja keskustelupohjaiset terapiat (5,6,7,10). Bottom-up lähestymistapaa käytettiin kompleksisten traumaoireiden käsittelyssä ja sillä havaittiin olevan merkittäviä muutoksia itsetuntemuksen ja impulssin säätelyssä (9).

On näyttöä siitä, että trauma vaikuttaa aistitiedon prosessointiin. Tästä syystä sensorisia menetelmiä käytetään traumainformoidussa työskentelyssä. Muodostetuissa teemoissa on vahvoja kytköksiä toisiinsa, mikä vahvistaa löydöksiä luotettavuutta. Esimerkiksi sensorisilla menetelmillä pyritään luomaan ennakoitavuutta toimintaan (4,7,10), mikä lisää turvallisuuden tunnetta, joka on puolestaan yksi traumainformoidun työskentelyn periaatteista. Bottom-up lähestymistapa puolestaan linkittyy vahvasti sensorisiin menetelmiin, koska yksilön sensoriset ominaisuudet luokitellaan valmiustason tekijöiksi (Savolainen & Aralinnä 2017, 18–19). Bottom-up lähestymistapa operoi myös tällä tasolla, jossa yksittäiset valmiustason ominaisuudet huomioidaan (Weinstock-Zlotnick & Hinojosa 2004, 594).

6 TULOSTEN TARKASTELU JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimuksessa oli tarkoitus selvittää, millaista traumainformoitua työskentelyä toteutetaan toimintaterapeutin työssä ja millaisia vaikutuksia traumainformoidulla työskentelyllä on. Tutkimuskysymyksiin on saatu vastaus tämän aineiston pohjalta. Selkeimmin esille aineistosta nousevat sensoriset menetelmät, joita käytetään valmisteleivina tai rinnakkaisina interventioina itse trauman käsittelyyn keskittyville terapioille. Sensorisia menetelmiä käytetään traumainformoidussa työskentelyssä toimintaterapiassa, koska trauma vaikuttaa aistitiedon prosessointiin ja itsesääteilyyn. Aistikokemusten vastaanottaminen ja tulkitseminen vaikuttaa subjektiiviseen kokemukseen toiminnasta ja maailmasta (Champagne 2020a, 108). Sensorisilla menetelmillä tuetaan itsesääteilyä ja luodaan ennakoitavuutta toimintaan, mikä lisää voimaantumista ja turvallisuuden tunnetta, jotka ovat traumainformoidun työskentelyn periaatteita. Bottom-up lähestymistapa puolestaan linkittyy vahvasti sensorisiin menetelmiin, koska yksilön sensoriset ominaisuudet luokitellaan valmiustason tekijöiksi (Savolainen & Aralinnä 2017, 18–19). Traumainformoidun työskentelyn periaatteista yhteistyö näkyy pyrkimyksenä moniammatillisuuteen ja asiakkaan lähipiirin osallistamisena kuntoutuksessa sekä ammattilaisten sekä asiakkaan välisenä kumppanuutena.

Kirjallisuuden mukaan sensoristen menetelmien käytöstä on eniten näyttöä autismikirjon lasten kuntoutuksessa (Champagne 2020a, 105; Whitney 2018, 124). Sensoriset interventiot ovat alun perin kehitetty mahdollistamaan tavanomaista aistiärsykkeiden vastaanottamista ja vähentämään välttelevää ja defensiivistä aistikäyttäytymistä, jotka haittaavat sensorisen järjestelmän kehitystä lapsilla (Whitney 2018, 131). Tämän tutkimuksen aineiston mukaan on näyttöä siitä, että traumataustaisilla henkilöillä sensoriset menetelmät ovat toimiva lähestymistapa itsesääteilyn tukemiseen. Traumataustaisten henkilöiden ja varsinkin aikuisten kanssa sensoristen menetelmien käyttö tarvitsee kuitenkin jatkotutkimusta. Sensorisista menetelmistä esimerkiksi aistiohjelmien käyttö aikuisasiakkailta on varsin uusi asia (Whitney 2018, 133).

On enenemässä määrin näyttöä siitä, että traumakokemuksella on vaikutusta sensorisen integraation ja prosessoinnin epätyypillisyyteen, mikä puolestaan vaikuttaa ihmisen merkityksellisiin toimintoihin osallistumiseen, ihmissuhteisiin ja elämänä laatuun (Champagne 2020a, 117). Tämän tutkimuksen aineiston mukaan mahdollistamalla turvalliseen ja

merkitykselliseen toimintaan osallistuminen tarjoaa yksilölle valinnanvapauden ja mahdollisuuksia. Tämä puolestaan tukee toimijuutta, valinnanvapautta ja hallinnan tunnetta.

6.1 Johtopäätökset

Tutkimuksen aineistossa kuvataan selkeästi, mitä konkreettiset toiminnot ja välineet ovat, joita traumainformoidussa toimintaterapiassa käytetään. Tutkimuksen aineistossa on myös selkeästi kuvattu, mitä vaikutuksia näiden menetelmien käytöllä on; luodaan kokemusta turvallisuudesta, voimaantumista, luotettavuudesta sekä kumppanuuteen pohjautuvasta yhteistyöstä. Tämän aineiston tutkimukset ja niiden johtopäätökset ovat vahvasti linjassa toistensa kanssa ja ristiriitaisuuksia on havaittavissa verrattavan vähän.

Useassa tutkimuksessa korostetaan toimintaterapeutin kykyä olla traumainformoidun työskentelyn asiantuntija. Traumainformoidun työskentelyn periaatteet sulautuvat toimintaterapian ydinosamaisen kanssa, joten niitä on osittain vaikea erottaa toisistaan, mikä näkyy esimerkiksi tutkimuksissa, jossa puhutaan terapisuhteen luomisesta ja minän tietoisesta käytössä. Tämä puoltaa tutkimusten näkökulmaa siitä, kuinka toimintaterapeutit ovat avainasemassa traumainformoidun työskentelyn edistämiseksi. (2,8,9). Tutkimustiedon pohjalta voidaan siis todeta, että toimintaterapeuteilla on paljon valmiuksia toimia traumainformoidun työskentelyn ammattilaisina eri organisaatioissa ja jalkauttaa traumainformoitua lähestymistapaa asiakastyöhön.

Varsinkin sensoristen menetelmien käyttö traumainformoidussa toimintaterapiassa painottui tässä aineistossa ja siitä voisi riittää kirjallisuutta laajempaankin jatkotutkimukseen. Tutkimuksen alussa tiedostettiin traumatietoisuuden näkymättömyys toimintaterapiakoulutuksessa, ja tämä sama ilmiö havaittiin myös alan tutkimuksissa. Koulutuksen puutteellisuutta ei käsitelty tässä tutkimuksessa, koska painotus oli nimenomaan asiakastyössä. Jatkotutkimusta voisi tehdä lisää kyseisestä aiheesta, esimerkiksi koulutusmateriaalin muodossa, joka lisäisi toimintaterapeuttien tietämystä traumainformoidusta työskentelystä. Se olisi hyödyllinen sekä toimintaterapeuttipiskelijoille että työelämässä oleville toimintaterapeuteille. Koulutuksessa sekä työelämässä tarvitaan myös lisää osaamista aistimenetelmien käyttöön kaikissa ikäryhmissä. Etenkin ikäihmisten kohdalla tutkimustieto näyttäytyy tällä hetkellä puutteelliselta, joten jatkotutkimusta aiheesta tarvitaan. Myös traumataustaisten asiakkaiden kohtaaminen muualla kuin mielenterveyskontekstissa tarvitsisi

jatkotutkimusta. Sensoriset menetelmät tulisivat olla mukana traumatisoituneiden asiakkaiden kanssa työskentelyssä arvioinnista interventioihin saakka. Tätä voitaisiin tukea esimerkiksi tarjoamalla aiheeseen liittyvää jatkokoulutusta, kuten aistimodulaation käyttöä traumatisoituneiden asiakkaiden kanssa.

7 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS

Tämä tutkimus on toteutettu opinnäytetyönä kahden opiskelijan toimesta, mikä vaikuttaa tutkimuksen luotettavuuteen. Opinnäytetyö on harjoitustutkimus, jonka tarkoitus on osoittaa ja edistää opiskelijan kykyä toimia asiantuntijana tulevassa ammatissaan (Oulun ammattikorkeakoulu 2023). Tämä tutkimus on siis ollut osa tutkijoiden opintoja. Lisäksi tutkijat ovat toteuttaneet tutkimuksen hyvin itsenäisesti ja vähäisellä ohjauksella aikataulullisista syistä.

Tutkijat itsessään vaikuttavat tutkimuksen luotettavuuteen, koska ovat itse tutkimuksen luoja ja tulkitsijoita. Tutkimuksessa tulisi huomioida myös tutkimuksen tekijän puolueettomuus. Tutkimuksen validiteetilla tarkoitetaan sitä, että tutkitaan sitä, mitä on suunniteltu. Reliabiliteetti viittaa puolestaan siihen, kuinka hyvin tulokset ovat toistettavissa. Tutkimus tulee olla toteutettu hyvien tieteellisten tutkimuksen periaatteiden mukaan. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 136, 139). Tämän tutkimuksen tekijät ovat sitoutumattomia, eikä tutkijoilla ole mitään sidoksia tutkittaviin tahoihin.

Uskottavuus voidaan määritellä aineiston riittävällä kuvauksella. Siihen liittyy myös arvio aineiston totuudenmukaisuudesta. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 138). Kaikki tutkimusaineiston tutkimukset ovat vertaisarvioituja tutkimuksia, joten harmaata kirjallisuutta ei ole tutkimusaineistossa ollenkaan, mikä lisää tutkimuksen luotettavuutta. Lisäksi jokainen tutkimus on kertaalleen arvioitu soveltuvaksi vastaamaan tutkimuskysymykseen vähintään yhden tutkijan toimesta. Joissain tapauksissa molemmat tutkijat ovat lukeneet tutkimuksen sen merkityksellisyyden arvioimiseksi. (Vilkkä 2023, 92–93). Aineisto on myös opettajien ohjeistuksesta uudelleen arvioitu ja karsittu ennen analysointivaiheen aloittamista, mikä vahvistaa tutkimusten merkityksellisyyttä aiheelle ja korostaa tutkimuksen laatua.

Tutkimuksessa aineistoon hyväksytyjen artikkelien julkaisuvuodet on rajattu vuosiin 2013–2023. Tällä on pyritty siihen, että tutkimuksessa käsiteltävät artikkelit edustaisivat ajantasaista tietoa. Täytyy kuitenkin ottaa huomioon se, että jotkin aineiston artikkeleista ovat olleet kirjallisuuskatsauksia, joissa vanhimmat tutkimukset ovat 2013–2023-rajauksen ulkopuolelta. Tämä saattaa vaikuttaa tutkimusten tulosten luotettavuuteen ja ajantasaisuuteen.

Traumainformoidun työskentelyn yhtenä lähtökohtana on asiakaskeskeisyys (McGreevy & Boland 2020, 43, 48). Kuitenkin suurimmassa osassa aineiston tutkimuksista tutkimustieto oli kerätty

jostain muualta kuin asiakkailta itseltään. Traumasta kärsivien asiakkaiden ääni jää siis tutkimusten osalta lähes kokonaan kuulematta. Tämän saman ilmiön nostetaan esille myös McGreevy & Boland (2020, 43, 48) tutkimuksessaan. Tietenkin asiaan vaikuttaa myös se, että osa tutkittavista asiakkaista on ollut lapsia, joilla ei välttämättä ole kykyä kertoa omaa kantaansa, jolloin kokemukset suodattuvat esimerkiksi lasten vanhempien näkemysten kautta. Koska aineiston artikkeleissa asiakkaiden oma ääni jää vähäiseksi, se voi vaikuttaa tutkimuksen eettisyyteen ja luotettavuuteen.

Tutkimuksen tekemisen jälkeen huomattiin, että esimerkiksi aineistoon päätyneissä kirjallisuuskatsauksissa on samoja tutkimuksia, kuin tämän opinnäytetyön aineistossa. Tämä herättää kysymyksiä; ovatko esimerkiksi jotkut tietyt teemat ylikorostuneet tässä opinnäytetyössä tämän ilmiön seurauksena? Kirjallisuudessa tutkimuksen toteutuksesta ei ole löydetty ratkaisua tähän ongelmaan.

Tämän tutkimuksen luotettavuudesta kertoo aineiston artikkeleissa toistuvat nimet ja aiheet (Vilka 2023, 94). Aineistossa mainitaan useaan otteeseen Tina Champagne, jonka tiedetään tutkineen traumainformoitua työskentelyä toimintaterapiassa. Tämä viittaa myös siihen, että tutkijat ovat tehneet työtään hyvin ja oikein.

Vahvistettavuus viittaa siihen, kuinka hyvin tutkijat ovat esittäneet tutkimuksen etenemisen ja päätökset (Tuomi & Sarajärvi 2013, 139). Tutkijat ovat pyrkineet toteuttamaan tutkimuksen tarkasti ja perusteellisesti hyödyntäen tutkimuksen tekemiseen ja etenkin kirjallisuuskatsaukseen keskittyvää kirjallisuutta. Tutkimuksen raportoinnissa on myös pyritty läpinäkyvyyteen ja siihen, että tutkimus olisi mahdollisimman hyvin toistettavissa raportin pohjalta. Tätä tukemaan raportissa on hyödynnetty taulukoita ja kaavioita, jotka auttavat hahmottamaan tutkimusprosessin kulkua (Vilka 2023, 93). Vaikka opettajien ohjaus on jäänyt tutkimuksessa vähäiseksi, sitä on pyritty kompensoimaan perehtymällä kirjallisuuteen ja hyödyntämällä muita koulun resursseja.

Reflektiivisyys tarkoittaa sitä, että tutkijan on oltava tietoinen omista lähtökohdistaan tutkijana ja kuinka itse vaikuttaa tutkimusprosessiinsa ja aineistonsa. (Kylmä & Vehviläinen-Julkunen & Lähdevirta. 2003, 613.) Aineiston analyysi on toteutettu kahden tutkijan yhteistyönä, mikä vahvistaa sen luotettavuutta. Tutkijoiden välinen konsultointi ja ajoittain näkemysten haastaminen perusteluin tuo tutkimukseen lisää luotettavuutta. Opettajien pyynnöstä lähdettiin karsimaan aineistoa, joka oli jo valmiiksi tarkoin valittu. Aineisto onnistuttiin karsimaan yli puoleen alkuperäisestä. Tämä

huolellinen aineiston karsintaprosessi ja analysointi lisäävät tämän tutkimuksen luotettavuutta. Tutkimuksen aineiston koko on edelleen kattava, mikä lisää myös tutkimuksen luotettavuutta.

Siirrettävyys viittaa siihen, kuinka hyvin tutkimuksen tulokset ovat yhdistettävissä tosielämän käytäntöihin (Tuomi & Sarajärvi 2013, 138). Tutkimuksen käsittelemät teemat ovat jo nyt havaittavissa työelämässä. Tutkimuksen aihe sekä tulokset nähdään tarpeellisiksi työelämän sekä opintojen kannalta.

Tutkimusetiikalla viitataan niihin toimintatapoihin, joita noudattamalla tutkijan on mahdollista tuottaa kestäväää tietoa sekä kohdella tutkittavia ihmisiä hyvin. Tutkimusetiikka kuuluu osaksi hyviä tieteellisiä käytäntöjä (Kallinen & Kinnunen 2023), jotka ohjaavat eettisesti hyväksytyyn ja luotettavan tutkimuksen toteutusta (Tutkimustieteen neuvottelukunta 2023). Tutkimuksen eettisyyttä tulee arvioida tutkimuksen kaikissa vaiheissa. Tiivistettynä eettisyys tutkimuksissa tarkoittaa sitä, että tutkittavia henkilöitä tulee kohdella oikein ja tasa-arvoisesti sekä tutkimus tulee toteuttaa huolellisesti, rehellisesti sekä tarkasti (Kallinen & Kinnunen 2023.) Koska kirjallisuuskatsauksessa ei ole suoranaisesti tutkittavia henkilöitä, tutkimuksen etisyys kohdistuu enemmänkin tutkijoiden tekemiin päätöksiin, huolellisuuteen sekä rehellisyyteen tutkimusta tehdessä, ja näitä periaatteita on noudatettu tutkimusta tehdessä.

8 POHDINTA

Opinnäytetyöprosessi käynnistyi vuoden 2023 tammikuussa, kun tutkimusaihe saatiin opettajalta. Mielenkiinto aihetta kohtaan on kantanut koko noin vuoden mittaisen opinnäytetyöprosessin ajan. Tutkinto-ohjelman opettajien ohjauksen lisäksi opinnäytetyön toteutuksessa on hyödynnetty muulta koulun henkilökunnalta saatua tukea, esimerkiksi osallistumalla opinnäytetyöpajoihin ja konsultoimalla koulun kirjaston informaatikkoa toukokuussa 2023. Aineiston haku on myös tehty toukokuussa 2023 ja aineiston seulonta kesä-elokuussa 2023. Opettajien tapaaminen, tutkimuskysymyksen uudelleen muotoilu sekä aineiston uudelleentarkastelu tapahtui elokuussa 2023. Aineiston analyysi on tehty syyskuussa 2023 ja raportti on kirjoitettu marras-joulukuussa 2023. Tutkimusta on edesauttanut oheiskirjallisuuden saatavuus ja mielenkiintoisuus. Tutkimukseen orientoituessa oheiskirjallisuuden lisäksi yksi tärkeistä oheismateriaaleista on ollut Traumainformoitu Toivo -podcast.

Traumaa ja trauman kohtaamista ei juurikaan käsitellä toimintaterapeutin opinnoissa, mikä tekee aiheesta tutkijoille ennalta tuntemattomamman. Koulutuksen tarpeellisuudesta on tutkimustietoa. Koska tutkimukseen on lähdetty syventymään täysin tuntemattomaan aiheeseen, koko tutkimuksen ajan tutkijoilla on ollut mukana tutkimusmatkamentaliiteettia ja seikkailumieltä, mikä sopii hyvin tutkijoiden luonteeseen ja on edesauttanut itsessään tutkimuksen tekemistä. Opiskelijan näkökulmasta aiheeseen perehtyminen ja tutkimuksen tekeminen on edistänyt toimintaterapeutin ammattiosaamista ja laajentanut ymmärrystä etenkin mielenterveysasiakkaiden kohtaamisesta. Tutkimuksen avulla kerrytetty tietotaito on jo nyt osoittautunut hyödylliseksi.

Aihe osoittautui vaikeammaksi, mitä aluksi luultiin. Opettajat ovat myös kommentoineet aiheen haasteellisuutta. Opinnäytetyön aihe on herättänyt myös mielenkiintoa esimerkiksi työelämässä ja kanssa opiskelijoiden keskuudessa. Tutkijoita on muun muassa pyydetty esittelemään opinnäytetyötä työpaikoilla sekä jakamaan sitä nuoremmille vuosikursseille. Tämä kertoo opinnäytetyön aiheen tärkeydestä ja ajankohtaisuudesta. Kun aineisto oli saatu kerättyä, mielenkiinto aihetta kohtaan nousi entisestään ja aineiston analyysin tekeminen ja raportin kirjoittaminen tehtiin aitoa kiinnostusta osoittaen ja intensiivisellä työskentelyllä, vaikka tutkijoiden elämäntilanne oli hyvin kiireinen muun muassa harjoittelun päällekkäisyyden vuoksi. Tutkijoiden hektisen elämäntilanteen vuoksi tutkimus on toteutettu hyödyntäen etätöskentelymahdollisuuksia.

Koska aiheesta ei ollut juurikaan tietoa eikä aikaisempia opinnäytteitä toimintaterapian alalta, tutkimusten määrä yllätti runsaudellaan. Kerätty aineisto oli alun perin kaksi kertaa suurempi. Aiheen tärkeys ja ajankohtaisuus on korostunut prosessin aikana. Muun muassa tutkijoiden ollessa harjoittelussa toimintaterapian kentällä näkyy traumainformoidun työskentelyn merkitys. Työelämässä olevia toimintaterapeutteja on koulutettu molempien tutkijoiden harjoittelun aikana traumainformoituun lähestymistapaan sekä trauma- ja aistityöskentelyyn. Myös toisen tutkijan harjoittelupaikan potilaissa traumataustaisia henkilöitä on paljon, mikä itsessään on korostanut tutkimuksen tärkeyttä ja mielenkiintoa aihetta kohtaan. Tutkimus on auttanut ymmärtämään traumataustaisia potilaita paremmin ja antanut vinkkejä, kuinka uutta tutkittua käytäntöä voisi hyödyntää kentällä. Opinnäytetyössä kartoitettua tietoa on jo siis päästy hyödyntämään työelämässä.

Aineistossa yllätti vuorovaikutussuhteen käsittelyn vähäisyys. Vaikka traumainformoidun työskentelyn periaatteen auttavatkin ymmärtämään ja jäsentämään terapiasuhdetta, suoranaisten vuorovaikutusta auttavien asioiden vähyys yllätti. Esimerkiksi aiheet siitä, kuinka olla laukaisematta traumoja terapiatilanteissa ja kuinka terapeutti itse suojautuu traumatisoitumiselta, loistivat poissaolollaan. Henkilökunnan traumatisoitumisen ehkäisy, henkilökunnan yhteistoimijuuden ja sosiaalisten ympäristöjen selkeä kuvaus jäi myös vähäiseksi.

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on hyvä tapa lähestyä aihetta, jos aineiston laajuutta ei etukäteen tiedetä. Materiaalin määrä oli kuitenkin todellisuudessa sen verran suuri, että aineistoa olisi riittänyt laajempaankin tutkimukseen, esimerkiksi systemaattiseen kirjallisuuskatsaukseen. Jos abstrahointia olisi jatkettu pidemmälle kuin teemoitteluun, olisi saatu kattavampi ymmärrys aiheesta. Luokittelulla olisi voinut syventyä esimerkiksi terapiasuhteen luomiseen ja minän tietoiseen käyttöön. Menetelmänä kirjallisuuskatsauksessa oli kuitenkin omat haasteensa, koska sitä käsittelevä ja ohjaava kirjallisuus on jokseenkin ristiriitaista ja usein käsittelee kirjallisuuskatsausta opinnäytetyötä laajempina tutkimusmuotona.

Traumainformoidun työskentelyn perusajatuksiin kuuluu tietoisuus siitä, että kenellä tahansa voi olla trauma (Champagne 2020b, 249). Aineiston tutkimuksissa kuitenkin korostuu esimerkiksi mielenterveyspalveluiden ja vankiloiden konteksti, joiden asiakkaiden tiedetään omaavan enemmän traumataustaa kuin muiden palveluiden käyttäjien (Brown ym. 2019, 357–359). Huomioon ottaen trauman syntymekanismiin, trauma voi syntyä esimerkiksi vammautumisen tai leikkaushoidon seurauksena, jolloin asiakas ei kuitenkaan ole välttämättä

mielenterveyspalveluiden asiakas (Champagne 2020b, 249). Aineiston tutkimukset eivät tarkastele lainkaan traumainformoidun työskentelyn toteutumista esimerkiksi somaattisessa kontekstissa. Traumainformoidun työskentelyn periaatteista yhteisön tuki, sekä kulttuuri-, historia- sekä sukupuolisensitiivisyys eivät juurikaan nouse esiin tutkimuksen aineistosta. Tämä on kuitenkin selitettävissä sillä, että yhteisön tuki mielletään hyvin lähelle yhteistyön periaatetta. Kulttuuri-, historia- sekä sukupuolisensitiivisyys ovat jo itsessään integroituneita toimintaterapian ydinosaamiseen ja alan ajatusmaailmaan.

Tutkimusten tulosten ja traumainformoidun työskentelyn välillä näyttäytyy kuitenkin eräänlainen ristiriita. Traumainformoidun työskentelyn tulisi olla holistista, mikä viittaisi sen edustavan enemmän Top-down-lähestymistapaa. Tutkimukset kuitenkin osittavat, että reduktionistisellä Bottom-up-lähestymistavalla on oma merkityksensä ja paikkansa osana traumainformoitua työskentelyä. Sensoriset menetelmät toimivat valmisteleivina interventioina, jotta itse trauman käsittely olisi mahdollista Top-down menetelmien avulla (5,6,7,9). Kenties sekä Top-down että Bottom-up-lähestymistapojen hyödyntäminen rinnakkain traumainformoidussa työskentelyssä on avain siihen, että asiakkaasta ja hänen kokemuksistaan saadaan luotua mahdollisimman kattava ymmärrys.

LÄHTEET

American Occupational Therapy Association 2023. Domain & process. Hakupäivä: 13.4.2023. <https://www.aota.org/practice/domain-and-process>.

Brown, Catana, Steffen-Sanchez, Patricia, & Nicholson, Rebecca 2019. Sensory Processing. Teoksessa Occupational therapy in mental health: A vision for participation. (toim. Brown, Catana, Stoffel, Virginia C., & Munoz, Jaime Phillip) Second edition. Philadelphia, PA: F. A. Davis Company. 323–341

Brown, Catana, Stoffel, Virginia C., & Munoz, Jaime Phillip 2019. Occupational therapy in mental health: A vision for participation. Second edition. Philadelphia, PA: F. A. Davis Company.

Carroll, Laura, Casey, Hannah, Adams, Rory, O'Connor, Stephanie & O'Reilly, Áine 2022. COVID-19 on an acute psychiatric unit: An interdisciplinary, trauma-informed response. The Irish journal of occupational therapy, 50(1), 10-15. doi:10.1108/IJOT-04-2021-0011

Cerny, Shana, Maassen, Alexya & Crook, Krista 2019. Occupational Therapy Intervention for Survivors of Human Trafficking. Occupational therapy in mental health, 35(3), 287-299. doi:10.1080/0164212X.2018.1557579

Champagne, Tina 2020a. Sensory Modulation. Teoksessa Psychosocial occupational therapy. (toim. Carson, Nancy & Champagne, Tina). Philadelphia, PA: Elsevier. 104–124.

Champagne, Tina 2020b. Trauma-Informed Care. Teoksessa Psychosocial occupational therapy. (toim. Carson, Nancy & Champagne, Tina). Philadelphia, PA: Elsevier. 241–261.

Cole, Marilyn B. 2018. Group dynamics in occupational therapy: The theoretical basis and practice application of group intervention. Fifth edition. Thorofare, NJ: SLACK Incorporated. E-kirja. Vaatii käyttöoikeuden.

Craswell, Gisele, Dieleman, Crystal & Ghanouni, Parisa 2021. An Integrative Review of Sensory Approaches in Adult Inpatient Mental Health: Implications for Occupational Therapy in Prison-

Based Mental Health Services. Occupational therapy in mental health 37(2). 130-157. doi:10.1080/0164212X.2020.1853654

Creek, Jennifer & Lougher, Lesley 2008. Occupational Therapy And Mental Health. Fourth Edition. Elsevier. Hakupäiviä 16.4.2023.

Dowdy, Rachel, Estes, Joanne, Linkugel, Maria & Dvornak, Mikaila 2020. Trauma, Sensory Processing, and the Impact of Occupational Therapy on Youth Behavior in Juvenile Corrections. Occupational therapy in mental health, 36(4), 373-393. doi:10.1080/0164212X.2020.1823930

Dowdy, Rachel, Estes, Joanne, McCarthy, Cara, Onders, Jane, Onders, Molly & Suttner, Alexandra 2023. The Influence of Occupational Therapy on Self-Regulation in Juvenile Offenders. Journal of child & adolescent trauma, 16(2), 221-232. doi:10.1007/s40653-022-00493-y

Duodecim Terveyskirjasto 2016. Trauma. <https://www.terveyskirjasto.fi/ltt03497>. Hakupäivä 24.3.2023

Fraser, Kerry, MacKenzie, Diane & Versnel, Joan 2017. Complex Trauma in Children and Youth: A Scoping Review of Sensory-Based Interventions. Occupational therapy in mental health, 33(3), 199-216. doi:10.1080/0164212X.2016.1265475

Fraser, Kerry, MacKenzie, Diane. & Versnel, Joan 2019. What is the Current State of Occupational Therapy Practice with Children and Adolescents with Complex Trauma? Occupational therapy in mental health. 35(4). 317–338. doi:10.1080/0164212X.2019.1652132

Hagedorn, Rosemary 2000. Tools for Practice in Occupational Therapy: A Structured Approach to Core Skills and Processes. Edinburg. Churchill Livingstone.

Hedman, Aster 2020. Traumainformoitu orientaatio seurakunnan auttamistyössä: Opas kirkon kasvatusta- ja auttamistyössä toimiville ammattilaisille. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Hakupäivä: 22.3.2023. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2020090720181>.

Johansson, Kirsi 2007. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Turku: Turun yliopisto.

Kallinen, Timo & Kinnunen, Taina. Etnografia. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. Hakupäivä: 9.12.2023. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/>

Kirvesniemi, Tiina, Leppilampi, Antti & Poikolainen Jaana 2016. Menetelmätarjotin voimavaraistamiseen. KYAMK. Hakupäivä 13.4.2023. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/120713/menetelma.pdf?sequence=1>.

Kylmä, Jari, Vehviläinen-Julkunen, Katri & Lähdevirta, Juhani. 2003. Laadullinen terveystutkimus mitä, miten ja miksi? Duodecim 119, 613. Hakupäivä 9.12.2023.

Linner Matikka, Johanna & Hipp, Tiia 2023. Traumainformoitu työote. PS Kustannus. Hakupäivä 22.3.2023. E-kirja. Oula-Finna. Vaatii käyttöoikeuden.

Lynch, Brenna P., Brokamp, Kristen M., Scheerer, Carol R., Bishop, Mackenzie, Stauble, Lauryn, Hagedorn, Becky & Endres, Lauren 2022. Outcomes of Occupational Therapy in Trauma-Informed Care. *Journal of occupational therapy, schools & early intervention*. 15(4). 357–373. doi:10.1080/19411243.2021.2003733

MacRae, Anne, 2019. Cara and MacRae's psychosocial occupational therapy: An evolving practice. Fourth edition. Thorofare, NJ: Slack Incorporated.

McGreevy, Suzie & Boland, Pauline 2020. Sensory-based interventions with adult and adolescent trauma survivors. *The Irish journal of occupational therapy*. 48(1) 31–54. doi:10.1108/IJOT-10-2019-0014

O'Brien, Jane, Stoffel, Ashley, Fisher, Gail & Iwama, Michael 2020. Occupation-Centered Practice Models. Teoksessa *Psychosocial occupational therapy*. (toim. Carson, Nancy & Champagne, Tina). Philadelphia, PA: Elsevier. 47–75.

Oulun ammattikorkeakoulu 2023. Opinnäytetyö. Opinto-opas. Hakupäivä: 24.11.2023. <https://www.oamk.fi/opinto-opas/opintojen-sisalto/opinnaytetyo>

Salminen, Ari 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Opetusjulkaisuja 62. Julkisjohtaminen 4. Vaasan yliopisto. Vaasa. Hakupäivä 16.4.2023. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-476-349-3>.

Savolainen, Tuija & Aralinna, Virpi 2017. Toimintaterapianimikkeistö. Kuntaliitto. Helsinki. Hakupäivä: 14.11.2023

Stolt, Minna, Axelin, Anna & Suhonen, Riitta 2016. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. 2. korjattu painos. Turku: Turun yliopisto.

Substance Abuse and Mental Health Services Administration 2014a. A Treatment Improvement Protocol: Trauma-Informed Care in Behavioral Health Services Tip 57. U.S. Department of Health and Human Services. 14–4816. Hakupäivä: 23.3.2023

Substance Abuse and Mental Health Services Administration 2014b. SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach. SAMHSA's Trauma and Justice Strategic Initiative. U.S. Department of Health and Human Services. Hakupäivä: 24.3.2023

The Institute on Trauma and Trauma-Informed Care. University at Buffalo. School of Social Work. Trauma-Informed Organizational Change Manual 2019. <https://www.tfec.org/wp-content/uploads/Organizational-Change-Manual-University-of-Buffalo.pdf>. Hakupäivä 24.3.2023.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö (HTK). Hakupäivä: 9.12.2023. <https://tenk.fi/fi/hyva-tieteellinen-kaytanto-htk>

Vilka, Hanna 2023. Kirjallisuuskatsaus metodina, opinnäytetyön osana ja tekstilajina. Helsinki: Art House.

Walker, Patrick J., Gee, Bryan M. & Leonard, Sharon 2022. Occupational Therapy's Psychosocial Role for Young Children Transitioning out of Foster Care. *The open journal of occupational therapy*, 10(3), 1-15. doi:10.15453/2168-6408.2003

Whitney, Rondalyn 2018. *Sensory Integration and Sensory Processing Frames of Reference. Teoksessa Clinical reasoning in occupational therapy.* (toim. Cronin, Anne & Graebe, Garth). Bethesda, MD: American Occupational Therapy Association.

Weinstock-Zlotnick, Gwen & Hinojosa, Jim 2004. Bottom-up or top-down evaluation: Is one better than the other? *The American journal of occupational therapy*, 58(5), 594–599. Hakupäivä: 15.11.2023 doi:10.5014/ajot.58.5.594