



Vilma Ilonen ja Sara Lipponen

Toimintaterapiainterventiot kansainvälisesti päihdekuntoutuksessa

Kirjallisuuskatsaus

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Toimintaterapeutti (AMK)

Toimintaterapian tutkinto-ohjelma

Opinnäytetyö

15.11.2021

Tekijä	Vilma Ilonen ja Sara Lipponen
Otsikko	Toimintaterapiainterventiot kansainvälisesti päihdekuntoutuksessa
Sivumäärä	30 sivua
Aika	15.11.2021
Tutkinto	Toimintaterapeutti (AMK)
Tutkinto-ohjelma	Toimintaterapian tutkinto-ohjelma
Ohjaajat	Lehtori Jasu Forss Lehtori Jari Pihlava
<p>Toimintaterapia on aina asiakaslähtöistä, tavoitteellista ja teoriaan pohjautuvaa. Päihdekuntoutuksessa avainasemassa on asiakkaan motivointi. Tämä opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Helsingin kaupungin psykiatria- ja päihdepalveluiden toimintaterapeuttien kanssa. Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, mitä toimintaterapian interventioita on osana päihdekuntoutusta kansainvälisellä tasolla. Kirjallisuuskatsauksessa verrattiin tutkimuksen tuottamaa tietoa opinnäytetyön yhteistyökumppanin toimintamalleihin. Tavoitteena oli kirjallisuuskatsauksen avulla esittää teoreettista ja tutkittua tietoa päihdekuntoutuksesta toimintaterapian saralla. Näiden tietojen avulla yhteistyökumppani voi vahvistaa ja mahdollisesti kehittää jo olemassa olevia omassa työssään käyttämiä menetelmiä, työtapoja ja viitekehyksiä.</p> <p>Opinnäytetyön teoriaosuudessa käsiteltiin toimintaterapian malleja, sekä erilaisia päihdekuntoutuksessa käytettyjä viitekehyksiä. Teoreettiset lähtökohdat perustuivat yhteistyökumppanin toimintatapoihin. Opinnäytetyö toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena, jonka aineistona käytettiin yhdeksää englanninkielistä tutkimusartikkelia. Tutkimusartikkelit olivat Etelä-Afrikasta (1), Filippiineiltä (1), Jordaniasta (1), Norjasta (2), Portugalista (1) ja Yhdysvalloista (3). Tutkimusartikkelit analysoitiin sisällönanalyysiä mukaillen.</p> <p>Tutkimusartikkelit esittelivät toimintaterapian yksilö- ja ryhmäinterventioita, toimintaterapian vakuuttavuutta, arviointimenetelmiä ja toimintaterapeutin roolia päihdekuntoutuksessa. Lisäksi tuloksissa käsiteltiin kuntoutujien näkökulmia toimintaterapiasta päihdekuntoutuksessa. Useat aineistojen tuloksissa tarkastellut teemat, toimintamallit ja interventiot ovat yhteneväisiä yhteistyökumppanin toimintatapojen kanssa.</p> <p>Helsingin kaupungin päihdepalveluiden toimintaterapeuttien toimintatavat vastasivat pääosin kansainvälisellä tasolla toteutettua toimintaterapian päihdekuntoutusta. Opinnäytetyön pieni tutkimusjoukko heikensi tutkimuksen yleistettävyyttä. Kansainvälisen päihdekuntoutuksen toteutumisen vertailu Suomen kuntoutusjärjestelmään oli haasteellista, koska ei aineistojen pohjalta ei saatu riittävää tietoa kuntoutusjärjestelmien rakenteista eri maissa.</p>	
Avainsanat	toimintaterapia, päihdehäiriö, päihdekuntoutus, kirjallisuuskatsaus

Author	Vilma Ilonen and Sara Lipponen
Title	Occupational Therapy Interventions internationally in Substance Use Rehabilitation
Number of Pages	30 pages
Date	15 November 2021
Degree	Occupational Therapy
Degree Programme	Bachelor of Health Care
Instructors	Jasu Forss (Senior Lecturer) Jari Pihlava (Senior Lecturer)
<p>The thesis project was carried out within the occupational therapists of the City of Helsinki psychiatric and substance abuse services. The goal of this thesis was to explore international occupational therapy interventions for people with substance use disorders. The research question of this study was: “How occupational therapy interventions are implemented internationally in substance use rehabilitation?”</p> <p>Method of this study was a literature review. Data for the study was collected from different databases. Nine articles met the inclusion criteria, all focusing on aspects of occupational therapy interventions in substance use rehabilitation. All articles were in English, and they were from six different countries, Jordanian (1), Norway (2), Philippines (1), Portugal (1) South Africa (1), and the United States (3).</p> <p>We found that the articles illustrated different individual and group interventions that are used in occupational therapy. Assertiveness of occupational therapy was explained with different theories and frameworks. Rehabilitants’ experiences of effectiveness in occupational therapy interventions were pointed out.</p> <p>The results supported the assumption that occupational therapy methods used in the City of Helsinki substance abuse services mainly correspond to substance use rehabilitation methods that are implemented at international level. This literature review may possibly be helpful in clarifying and developing our affiliates’ working methods. For future research, more investigation is suggested to further explain assertiveness of occupational therapy in substance abuse rehabilitation.</p>	
Keywords	substance abuse rehabilitation, occupational therapy, occupational therapy interventions, substance abuse services

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Helsingin kaupungin päihdepalvelut	3
2.1	Päihdekuntoutus	3
2.2	Toimintaterapia päihdekuntoutuksessa	4
3	Teoreettiset lähtökohdat	6
3.1	Toimintaterapian mallit	6
3.1.1	Kanadalainen toiminnallisuuden ja sitoutumisen malli	6
3.1.2	Inhimillisen toiminnan malli	7
3.2	Päihdekuntoutuksen viitekehyksiä	8
3.2.1	Kognitiivinen viitekehys	8
3.2.2	Toipumisorientaatio- viitekehys	9
3.2.3	De Leonin toipumisen vaihemalli	10
3.2.4	Hyväksymis- ja omistautumisteoreettinen viitekehys	10
4	Opinnäytetyön menetelmä	11
4.1	Kuvaileva kirjallisuuskatsaus	11
4.2	Aineiston haku ja valinta	11
4.3	Aineiston analyysi	17
5	Tulokset	18
5.1	Toimintaterapian yksilöinterventiot	18
5.2	Toimintaterapian ryhmäinterventiot	20
5.3	Toimintaterapian vakuuttavuus	21
5.3.1	Arviointimenetelmät	21
5.3.2	Toimintaterapeutin rooli kuntoutuksessa	22
5.4	Kuntoutujien näkökulma	24
6	Johtopäätökset	25
7	Pohdinta	27
7.1	Eettisyys ja luotettavuus	28
7.2	Päätelmät ja jatkotutkimusehdotukset	29

Lähteet

1 Johdanto

Psykiatristen tai päihteisiin liittyvien syiden vuoksi hoidon piiriin hakeutuvia on paljon. Osalla henkilöistä on ongelmia, jotka esiintyvät rinnakkaisina pahentaen toisiaan. Päihde- ja mielenterveyshäiriö voi siis esiintyä samanaikaisesti ja niiden välinen syy-suhde on moninainen. Päihde- ja mielenterveyshäiriö voi esiintyä myös yhtäaikaisesti itsenäisenä häiriönä. (Lindholm, Luoto, Koivukangas & Kampman 2013: 2057.) Päihdepsykiatrisella kuntoutujalla tarkoitetaan sellaista henkilöä, jolla on päihdehäiriöön yhdistettynä vähintään yksi samanaikaisesti esiintyvä psykiatrinen häiriö. Ne yhdessä pahentavat toisiaan ja lisäävät oirehdintaa vaikuttaen alhaisempaan hoitoon sitoutumiseen. Lisäksi paranemisennuste on huonompi sekä retkahtamis- ja sairastumisriski paljon korkeampi. Useimmat psykiatriset sairaudet alkavat nuoruusaikuisuudessa ja kasvattavat riskiä myöhäisemmälle päihdehäiriön kehittymiselle ja sen pysyvyydelle. Päihdeiden käyttö voi nopeuttaa psykiatrista oirehdintaa ja toisinpäin. (Spencer ym. 2021.) Päihdepsykiatriassa hoidetaan henkilöitä, joilla esiintyy samanaikaisesti mielenterveyden häiriö ja päihdeongelma. Tutkittaessa psyykkisiä oireita tulee selvittää, onko taustalla päihdeiden ongelmakäyttöä. Kaksoisdiagnoosi määritellään, kun potilaalla on vähintään yksi mielenterveyden häiriö ja samanaikaisesti päihderiippuvuus tai muu päihdeongelma. (Aalto & Vormaa 2013: 2079–2080.)

Riippuvuudet voivat aiheuttaa terveydellisiä ja muita elämän haasteita. Riippuvuudet vaikuttavat globaalisti yhteiskunnassa. Tutkitun globaalin terveyteen ja alkoholiin liittyvän tilannekatsauksen mukaan (2018), alkoholin on todettu olevan yleisin väärinkäytetty aine maailmassa. Alkoholi aiheuttaa vuosittain miljoonia kuolemia. (Dalal 2020: 235.) Suomessa päihde- ja riippuvuusilmiöiden käyttötrendit, toimintaympäristöt ja väestön asenteet ovat muuttuneet viime vuosien aikana. Muiden laittomien päihdeiden käyttö on lisääntynyt merkittävästi, vaikka tupakan ja alkoholin kulutus on laskenut. Silti alkoholi ja tupakka ovat merkittäviä kansanterveysuhkia Suomessa, ja erilaisten päihdeiden käyttö aiheuttaa yhteiskunnalle merkittäviä kustannuksia. Usein päihde- ja riippuvuusongelmat lisäävät yhteiskunnallista eriarvoisuutta. (Työpaperi 04/21 2021: 10.) Päihdekuntoutus aiheena on erittäin ajankohtainen, sillä päihde- ja mielenterveysongelmat ovat huomattava haaste kansanterveydessä. Ne aiheuttavat maailmanlaajuisesti toiminta- ja työkyvyttömyyttä suurella mittakaavalla. Toimintaterapia on tärkeä osa päihdekuntoutusta. Se auttaa asiakkaita suunnittelemaan ja jäsentämään ajankäyttöä sekä keskittymään rakentavaan ja mielekkääseen toimintaan. Nämä mielekkäät toiminnot pyrkivät korvaamaan päihdeiden käyttöön liittyviä toimintoja. (Bell ym. 2015: 10–14.)

Opinnäytetyön tarkoituksena on käsitellä erilaisia kansainvälisiä toimintamalleja toimintaterapian osa-alueella päihdekuntoutuksessa. Olemme tarkentaneet päihdekuntoutuskäsitettä päihdepsykiatriaan kohdentaksemme tiedonhakua ja vastaamaan yhteistyökumppanimme palveluiden rakennetta. Opinnäytetyössä tuotamme kuvailevan kirjallisuuskatsauksen. Opinnäytetyön menetelmäksi valikoitui kirjallisuuskatsaus, sillä tarkoituksena on tuottaa yhteistyökumppanillemme uutta ja hyödyllistä tietoa jo tutkitusta aiheesta. Tutkimuskysymyksenä opinnäytetyössämme on:

Millaisia toimintatapoja ja interventioita toteutetaan päihdekuntoutuksessa kansainvälisesti toimintaterapian saralla?

Opinnäytetyön tarkoituksena on hakea tutkittua tietoa toimintaterapian interventioista päihdekuntoutuksessa kansainvälisesti ja miten näitä tietoja voitaisiin jatkossa hyödyntää yhteistyökumppanin toiminnassa. Tarkastelemme päihdekuntoutuksen ja toimintaterapian välisiä yhteyksiä vahvistaen toimintaterapian vakuuttavuutta tutkitun tiedon pohjalta. Tämän tiedon avulla yhteistyökumppanimme voi mahdollisesti kehittää omia toimintamallejaan ja vahvistaa käytössä olevia menetelmiä. Kirjallisuuskatsauksen tuottaman tiedon avulla voidaan perustella toimintaterapiainterventioiden vakuuttavuutta. Toimintaterapian vakuuttavuus pohjautuu tutkitun tiedon kautta perusteltuun toimintaan terapiatyössä.

Opinnäytetyön yhteistyökumppanina toimii Helsingin kaupungin psykiatria- ja päihdepalvelut. Opinnäytetyön aihe on kehittynyt yhteistyökumppanin tarpeita kuunnellen, sekä oman kiinnostuksemme pohjalta. Kuvaamme yhteistyökumppanin toimintaterapia-palveluita, mikä auttaa lukijaa ymmärtämään kirjallisuuskatsauksen työelämänyhteyden. Tarkastelemme tutkimuksia vastaavasta toiminnasta ja interventioista kuudesta eri maasta. Opinnäytetyömme teoreettiset lähtökohdat ovat valikoituneet yhteistyökumppanimme käyttämistä toimintamalleista. Työmme teoreettinen perusta on toimintaterapialähtöinen ja sen keskeisenä teemana on toimintaterapian mallit. Luvussa kolme käsittelemme tarkemmin opinnäytetyömme teoreettisia lähtökohtia ja viitekehyksiä. Avainkäsitteet työssämme ovat toimintaterapia, päihdehäiriö, päihdekuntoutus, kirjallisuuskatsaus.

2 Helsingin kaupungin päihdepalvelut

Helsingin kaupunki tarjoaa monipuolisia mielenterveys- ja päihdepalveluita. Päivystystä ja kiireellistä hoitoa, mielenterveyspalveluita terveysasemilla, psykiatrisia palveluita, päihdepalveluita, ympärivuorokautista hoitoa sekä ehkäisevää mielenterveys- ja päihdetyötä. (Mielenterveys- ja päihdepalvelut.) Päihdepoliiklinikat ovat tarkoitettu asiakkaille, jotka tarvitsevat apua riippuvuuksista irtautumiseen. Poliiklinikat ovat avohoito- paikkoja, jotka ovat erikoistuneet riippuvuusongelmiin ja siellä tuetaan asiakasta elämän muutoksessa monipuolisesti. Palvelut ovat suunnattu päihteiden käyttäjille, sekä heidän läheisilleen. (Helsingin kaupunki 2021a.) Ehkäisevän mielenterveys- ja päihdetyön tarkoituksena on tuottaa tietoa kaupunkilaisille päihteiden käytön haitoista sekä tarjota välineitä päihteiden käytön ehkäisyyn ja hallintaan. Ammattilaisten työvälineiden ja osaamisen kautta tavoitteena on edistää mielenterveyttä ja vähentää päihteiden käyttöä. Asiakas saa ammatillista sekä vertaistukea omatoimiseen muutokseen. (Helsingin kaupunki 2020.)

2.1 Päihdekuntoutus

Helsingissä on useita avohoitopaikkoja, joiden tarkoituksena on tukea asiakkaita riippuvuusongelmien hoidossa. Helsingin alueella toimii neljä päihdepoliiklinikkaa: Kalasatamassa, Laaksossa, Malmilla ja Vuosaarella, joista päihteiden käyttäjät ja heidän läheisensä voivat saada apua ja tukea. Vieroitushoitoon ja muihin akuutteihin päihteiden käyttöön liittyvissä tilanteissa hakeudutaan päihdepoliiklinikoiden vastaanottoon ilman ajanvarausta (VIA) kautta. Alle 24-vuotiaita palvelee nuorisoasema. Kaikki palvelut ovat maksuttomia. Asiakas voi itse määritellä millä päihdepoliiklinikalla asioi, mutta tärkeää on, että asiointi tapahtuu hoitosuhteen ajan aina samalla poliiklinikalla. Päihdepoliiklinikat järjestävät erilaista ryhmätoimintaa. Esimerkiksi starttiryhmästä saa tukimuotoja omaan suoriutumiseen ja hoitoon sekä tietoa erilaisista päihdepalveluista. Päihdehoidon muotoja voivat olla esimerkiksi yksilöajat ja ryhmämuotoinen päihdekuntoutus, vertaistukiryhmät ja avoimet liikuntaryhmät. Päihdepalveluissa työskennellään moniammatillisesti asiakkaan toimintakykyä edistäen. Päihdekuntoutuspalveluissa työskentelee esimerkiksi sosiaaliohjaajia, sosiaaliterapeutteja, sosiaalityöntekijöitä, sairaanhoitajia, psykologeja, toimintaterapeutteja ja lääkäreitä. Lisäksi päihdepalvelut hyödyntävät kokemusasiantuntijoita. (Helsingin kaupunki 2021b; Helsinki-kanava 2020.)

Helsingin kaupunki tarjoaa päihdehuollon kuntouttavaa laitoshoidtoa, jonne voi hakeutua esimerkiksi päihdepoliklinikan tai nuorisoaseman kautta. Laitoshoidtoa varten tarvitaan avohoidon suunnitelma sekä kuntoutus tulee aloittaa selvin päin ilman akuutteja vieroituseireita. Helsingin alueella laituskuntoutuspaikkana toimii 29 paikkainen kuntoutusyhdistys Luoto, johon kuuluu myös Päiväkeskus Aalto. Kuuden viikon laituskuntoutusjaksoon sisältyy strukturoitu arki ja viikko-ohjelma, erilaista kuntouttavaa yksilö- ja ryhmätoimintaa sekä muita tapahtumia. (Helsingin kaupunki 2021c.)

2.2 Toimintaterapia päihdekuntoutuksessa

Yhteistyökumppanimme tuottaa toimintaterapiapalveluita Helsingin kaupungin päihdepoliklinikoilla päihdehoito-ohjelman mukaisesti. Toimintaterapiaa toteutetaan päihdepoliklinikoilla määräaikaisina jaksoina. Toimintaterapia on asiakaslähtöistä ja tavoitteellista kuntoutusta. Toimintaterapeuttien työnkuvaan kuuluu asiakkaan toimintamahdollisuuksien arviointi ja edistäminen joko yksilöllisesti tai ryhmässä, neuvontaa ja ohjausta sekä muuta toimintaterapian asiakastyötä. Arviointiprosesseja toteutetaan niin yksilökuin ryhmämuotoisena. Työskentely tapahtuu moniammatillisessa tiimissä yhteistyössä asiakkaan kanssa. Toimintakyvyn arvioinnissa ja toiminnallisuuden edistämässä on tärkeänä osana konkreettinen tekeminen. Keskeistä on toiminnan terapeuttinen käyttö sekä toimintaterapeutin ja asiakkaan välinen vuorovaikutus. Toimintaterapiassa pyritään rohkaisemaan asiakasta ja ehdottamaan merkityksellisiä toimintoja, joita hän voi tehdä toimintakyvyn heikkenemisestä huolimatta. Päihdepoliklinikalla päätavoitteena on asiakkaan toipumispääoman lisääntyminen. (Hartikainen 2019: 2–3.)

Asiakas voi ohjautua toimintaterapiaan monista lähtökohdista. Ennen toimintaterapian aloittamista tehdään toimintaterapiatarpeen arviointi. Moniammatillinen työryhmä voi myös konsultoida toimintaterapeuttia liittyen asiakkaan toimintakyvyn haasteisiin tai kuntoutuksen oikea-aikaisuuteen. Ensimmäisestä tapaamisesta sovitaan yhdessä asiakkaan ja hänen vastuutyöntekijänsä kanssa. Toimintaterapiassa voidaan keskittyä toimintakyvyn ja arjessa suoriutumisen haasteisiin, arjen suunnittelun tukemiseen, konkreettisesti toimintakokonaisuuksien ja taitojen harjoitteluun sekä toipumisen ja kuntoutumisen tavoitteiden asettamiseen. Toimintaterapiaa toteutetaan yksilö- ja ryhmämuotoisena kuntoutuksena, sekä mahdollisuuksien mukaan myös asiakkaan omissa toimintaympäristöissä. Kansainvälisen pandemian aikana on kehitetty myös etäkuntoutusmenetelmiä. Päihdepoliklinikalla toteutetaan erilaisia interventioita, joita ovat toiminnalli-

suuden arviointi ja edistäminen sekä asiakkaan neuvonta ja ohjaus. Lisäksi toimintaterapeutin tehtäviin kuuluu toimintaterapian muu asiakastyö, joka sisältää asiantuntija- ja koulutustehtäviä sekä tutkimus- ja kehittämistyötä. (Hartikainen 2019: 10–15.)

Toiminnallisuuden eli toimintamahdollisuuksien arvioinnin apuna käytetään voimavara- lähtöistä työskentelyä, motivoivaa haastattelua ja toivon herättelyä. Arviointi toteutetaan noin 2–6 tapaamiskerran aikana ja tarkoituksena on lisätä tietoa asiakkaan toimintakyvystä kaikille osapuolille hoidon kohdentamiseksi ja jatkosuunnittelua varten. Toimintamahdollisuuksien arvioinnissa kartoitetaan asiakkaan elämäntilanne, arvioidaan toimintakokonaisuuksia ja ajanhallintaa sekä asiakkaan taitoja ja valmiuksia. Arvioinnin menetelminä ovat esimerkiksi vapaamuotoiset haastattelu sekä strukturoidut toimintaterapian arviointimenetelmät, kuten OSA- toimintamahdollisuuksien itsearviointi, Mohost, ADL-taksonomia, työroolin arviointi WRI, viestintä- ja vuorovaikutustaitojen arviointi ACIS, motoristen ja prosessitaitojen arviointi AMPS, Kanadalainen toiminnallisen suoriutumisen mittari COPM ja toimintaan motivoitumisen arviointimenetelmä VQ. Ajanhallinnan arvioinnin tukena käytetään toimintakokonaisuuksien ajankäytön seurantaan. Toiminnallisia tilanteita, kuten keittiötoimintoja voidaan havainnoida asiakkaan omassa toimintaympäristössä tai toimintaterapiaan soveltuvassa tilassa. Arvioinnissa otetaan huomioon asiakkaan roolit, verkostot, arvot, voimavarat ja mielenkiinnonkohteet. Tarpeen vaatiessa tutustutaan asiakkaan aikaisempiin hoito- ja kuntoutustietoihin sekä tavataan asiakkaan läheisiä kokonaistilanteen kartoittamiseksi. (Hartikainen 2019: 15–16.)

Määräaikaisen toimintaterapiajakson aikana pyritään edistämään asiakkaan toiminnallisuutta. Toimintaterapiajakson kesto on noin 4–10 tapaamista joko yksilö- tai ryhmämuotoisena toteutuksena. Tavoitteena on edistää toimintakykyä asiakkaan toimintaympäristöissä sekä parantaa asiakkaan toimintakykyä mahdollistaen itsenäisen suoriutumisen arjessa. Toimintaterapiassa harjoitellaan esimerkiksi itsestä- ja kodista huolehtimiseen, asioimiseen sekä työhön ja opiskeluun liittyviä toimintoja. Taitoja ja valmiuksia kehittämällä edistetään asiakkaan aktiivista roolia ja vahvistetaan osallistumista mielekkäeseen toimintaan. Keskeistä on päihteettömän arkielämän suunnittelu ja harjoittelu. Toimintaterapeutin ohjaamissa ryhmissä keskitytään taitovalmennukseen, elämän- ja arjenhallintaan sekä toipumista tukevaan terapeuttiseen toimintaan. Toimintaterapiaa on mahdollista saada yksittäisinä käynteinä tai konsultaatioina ohjauksen ja neuvonnan muodossa. (Hartikainen 2019: 16–18.)

Lähes kaikilla päihdepoliklinikan asiakkailla on arkitaitoihin, ajanhallintaan ja toiminnalliseen identiteettiin liittyviä haasteita. Toimintaterapiassa harjoitellaan, pilkotaan osiin ja mallinnetaan aikuiselämän arkitaitoja, jotka ovat jääneet oppimatta päihdeiden käytön myötä. Tällaisia taitoja ja toimintoja ovat esimerkiksi laskujen maksaminen, kaupassa käynti, siivous ja muut kodin askareet. Päihdekäyttäjän identiteetti on niin vahva, että yksilöllä on haasteita tunnistaa elämältä haluamiaan asioita. Toimintaterapiassa vahvistetaan uutta identiteetin löytymistä itsetuntemusta lisäävällä toiminnalla, tarkastellaan asiakkaan motivoivia tekijöitä, arvoja sekä elämän mielekkäitä asioita. Usein asiakkaat kykenevät taitavasti analysoimaan keskustellen omaa elämää, mutta arjentianteista konkreettisesti suoriutuminen tuottaa haasteita. Stressitilan noustessa on helpompi hakea päihdyttäviä aineita helpottamaan oloa, kuin rauhoittaa mieltä muilla tavoin. Päihderiippuvuuden kuntoutuksessa asiakkaan motivointi ja motivaatio ovat tärkeässä osassa. (Tammisto 2021.)

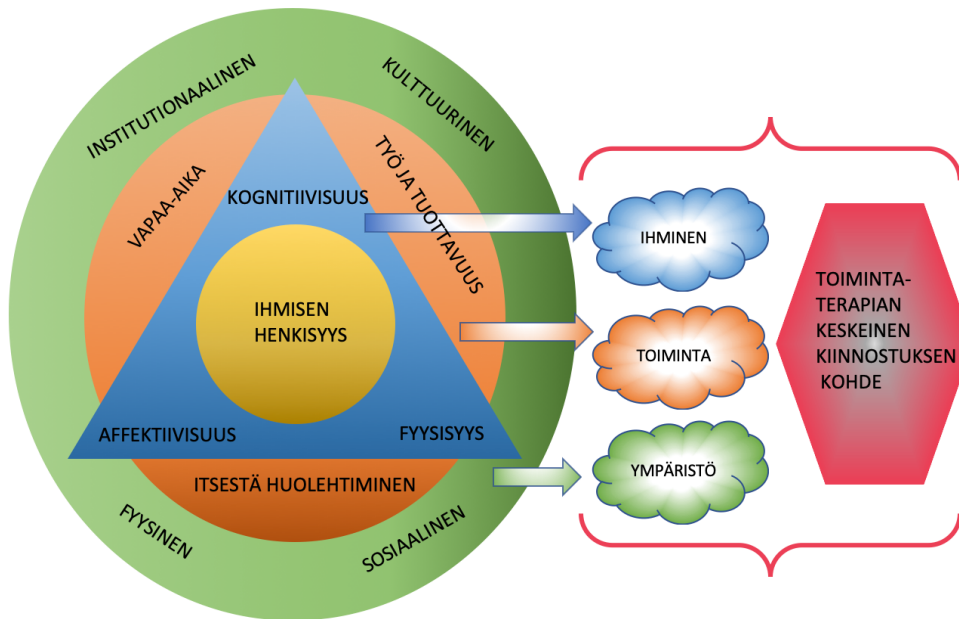
3 Teoreettiset lähtökohdat

Toimintaterapeutit käyttävät työnsä tukena teoreettisia lähtökohtia. Päihdekuntoutuksessa toimintaterapiatyötä ohjaavat myös päihde- ja mielenterveystyön viitekehykset. Yhteistyökumppanimme käyttämät teoreettiset lähtökohdat ovat opinnäytetyömme taustateorian, joita hyödynnämme peilaamalla aineiston analyysin tuottamiin tuloksiin.

3.1 Toimintaterapian mallit

3.1.1 Kanadalainen toiminnallisuuden ja sitoutumisen malli

Kanadalaisen toiminnallisuuden ja sitoutumisen malli (*Canadian Model of Occupational Performance and Engagement, CMOP-E*), on asiakaslähtöiseen toimintatapaan ohjaava toimintaterapian malli, jonka keskeisiä käsitteitä ovat toiminnallisuus (*occupational performance*) ja toimintaan sitoutuminen (*occupational engagement*). CMOP-E:ssä kuvataan dynaamista suhdetta ihmisen, ympäristön ja toiminnan välillä. Näiden tuloksena syntyy toiminnallinen kokonaisuus. Pääkäsitteiden (ihminen, ympäristö, toiminta) lisäksi toimintaterapeutit ovat kiinnostuneita asiakkaan rooleista, tyytyväisyydestä, identiteetistä, kehityksestä, suorituskyvystä, voimavaroista ja historiasta. Kaikki nämä käsitteet liittyvät toimintaan sitoutumiseen. CMOP-E:n mukaan toimintaan sitoutuminen on perustarve. Kaikilla ihmisillä tulisi olla resursseja ja mahdollisuuksia toimimista varten. (Polatajko ym. 2007: 13–36.)

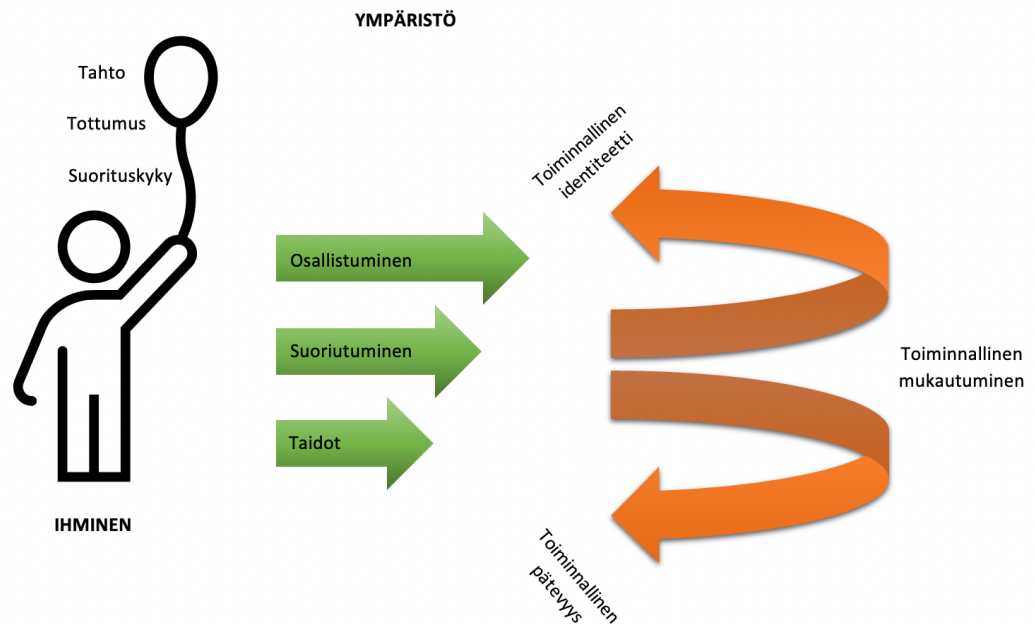


Kuva 1. Kanadalaisen toiminnallisuuden ja sitoutumisen malli (CMOP-E) (Polatajko ym. 2007).

CMOP-E:ssä toiminnallisuus eritellään toimintakokonaisuuksien kautta kuvaamaan ihmisen toimintaa. Toimintaa tarkasteltaessa se suhteutetaan fyysiseen, sosiaaliseen, institutionaaliseen ja kulttuuriseen ympäristöön. Ihminen tarvitsee erilaisia taitoja toimintojen ja toimintakokonaisuuksien suorittamiseksi. Taidot ovat opetettavissa olevia toimintoja ja mahdollistavat ihmisen toiminnallisuuden. Valmiudet taas mahdollistavat ihmisen taitojen oppimisen. Valmiudet ovat ihmisellä luonnostaan ilman ympäristön vuorovaikutusta. Toimintaterapian ytimessä on ihmisen ja ympäristön vuorovaikutus. (Hartikainen 2019: 4.)

3.1.2 Inhimillisen toiminnan malli

Yksi kansainvälisesti ja laajasti tunnistettu toimintaterapian malli on inhimillisen toiminnan malli (*The Model of Human Occupation, MOHO*). Mallin keskiössä on vamman tai sairauden sijasta inhimillinen toiminta ja asiakaslähtöinen terapiakäytäntö. MOHO:n asiakaslähtöisellä ja holistisella ihmiskäsityksellä ihminen nähdään jakamattomana kokonaisuutena. Mallin käsitteiden avulla voidaan ymmärtää paremmin toimintojen jäsenytymistä, motivoitumista toimintaan sekä ihmisen, toiminnan ja ympäristön välistä vuorovaikutusta. Niin ulkoiset ympäristötekijät, kuin sisäiset tekijät muodostavat dynaamisen kokonaisuuden. (Kielhofner 2008.)



Kuva 2. Inhimillisen toiminnan malli (MOHO) (Kielhofner 2008).

Päihdekuntoutuksessa ihmisen tahtoa, tottumusta ja suorituskykyä tarkastellaan muutoksen kautta. Toimintaterapiassa tarkastellaan päihderiippuvaisen henkilön muuttunutta arvomaailmaa, muutosmotivaatiota, rooleja ja hyödyllisiä rutiineja. Lisäksi toimintaterapiassa arvioidaan ihmisen ajanhallintaa, arjesta suoriutumista ja muita taitoja. Toiminnan analysoinnissa tutkitaan toiminnallista osallistumista, toiminnallista suoriutumista ja toiminnallisia taitoja. On tärkeää keskittyä ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Toimintaterapeutti mukauttaa tarvittaessa toimintoja asiakkaan kykyjä ja tarpeita vastaaviksi. Toimintaterapiassa ympäristöä tarkastellaan fyysisestä, sosiaalisesta, kulttuurisesta, taloudellisesta ja poliittisesta näkökulmasta. Ympäristön ja päihderiippuvaisen ihmisen välisen vuorovaikutuksen ymmärtäminen on merkittävä osa toimintaterapiaa. Ympäristön moninaisia vaikutuksia ihmisen toimintaan voidaan tarkastella myös moniammatillisesta näkökulmasta. (Hartikainen 2019: 5.)

3.2 Päihdekuntoutuksen viitekehyksiä

3.2.1 Kognitiivinen viitekehys

Kognitiivinen viitekehys soveltuu hyvin päihdekuntoutuksen teoriaksi. Kognitiivisen viitekehysten pohjalta toteutuvan toimintaterapian tavoitteena on edistää asiakkaan kognitiivisia taitoja, kuten tietoisuutta omasta toiminnasta, sen vaikutuksista sekä ilmennei-

den haasteiden korjaamisesta. Viitekehyksen käsitteellinen tausta pohjautuu aivotutkimukseen neuropsykologiaan ja psykologiaan. Kirjallisuudesta ilmenee monia määritelmiä kognitiolle, mutta yhden määritelmän mukaan sen voi nähdä informaation prosessina, jolla selittää mielen ilmiöitä. Tähän prosessiin sisältyy tiedon vastaan ottaminen, sulauttaminen, jäsentäminen ja uuden tiedon integroiminen aiempiin kokemuksiin. Kognitio ei ole yksiselitteinen tai lineaarinen prosessi. Kognitio sisältää korkean tason prosessit sekä erityiset kognitiiviset toiminnot. Korkean tason prosesseja kutsutaan meta-kognitioksi, joka sisältää tietoisuuden ja toiminnanohjauksen käsitteet. Erityiset kognitiiviset toiminnot pitävät sisällään sellaiset kognitiiviset kyvyt, joita voidaan luokitella useilla eri tavoilla. Perinteisen luokittelun alle kuuluvat, keskittyminen, tarkkaavuus, muisti ja visuospatiaalinen hahmottaminen. Kognitiiviset kyvyt voidaan jakaa myös toiminnallisiin kykyihin. (Kielhofner 2009, 85–104.)

3.2.2 Toipumisorientaatio- viitekehys

Helsingin kaupungin päihdepoliklinikoilla kuntoutuksen tukena on päihde- ja mielenterveyshuollon toipumisorientaatio- viitekehys. Toipumisorientaatiosta on tullut keskeinen viitekehys mielenterveyspalveluiden tuottamiseen ja järjestämiseen useissa maissa. Toipumisorientaatio on toiminnan ja ajattelun viitekehys. Siinä painottuvat ihmisen voimavarat, toivo, osallisuus, merkityksellisyys ja positiivinen mielenterveys. Henkilökohtainen toipumisprosessi johtaa toiveikkaaseen elämään psyykkisen sairauden rajoituksista huolimatta. Toipumisen prosessiin liittyy eteenpäin menon, että taantumisen vaiheita. Toipumisorientaatio on nousemassa merkitykselliseksi suomalaisessa mielenterveyshuollossa. (Nordling 2018.)

Toipumisorientaatiossa ei keskitytä diagnooseihin eikä kaavamaisiin hoitokäytänteisiin, vaan toipuminen nähdään yhteisenä matkana kohti potilaan mielekästä elämää sairaudesta huolimatta. Toipumisorientaation lähestymistavassa ei ole tarkoitus kumota potilaan hoitomuotoja tai lääkitystä, vaan lisätä potilaan ymmärrystä ja tiedollisia resursseja liittyen oman sairautensa hoitomuotojen merkitykseen. Ihmisen sisäinen motivaatio on olennaisessa osassa ajattelumallia, sillä motivaatio toipumiseen on lähdettävä potilaan omista tavoitteista ja kiinnostuksen kohteista. (Honkala 2017.) Toipumisorientaatiossa ei ole ensisijainen tarkoitus parantaa ihmistä vaan auttaa yksilöä elämään mahdollisimman täysipainoista elämää kehittämällä selviytymiskeinoja. Toipuminen on henkilökohtainen asenteiden, tunteiden, arvojen, taitojen, päämäärien ja roolien muutosprosessi. Toipumisprosessin aikana yksilö tavoittelee parempaa terveyttä ja hyvin-

vointia, vahvuuksien ja voimavarojen hyödyntämistä sekä itsenäisempää elämää. Perustana on toivon herättelyä siitä, että vaikeistakin tilanteista voi selvitä. Toipumiseen on monta tietä ja siihen voi kuulua myös erilaiset vastoinkäymiset. (Hartikainen 2019.)

3.2.3 De Leonin toipumisen vaihemalli

Helsingin kaupungin päihdepoliklinikoilla päihdekuntoutujien kanssa käytetään De Leonin toipumisen vaihemallia, jonka avulla tuetaan asiakkaan toipumista. Vaihemallin kymmenen vaiheisessa prosessissa edetään kieltämisdefenssistä toipuneeseen täysipainoiseen elämään. Ensimmäisessä vaiheessa, kieltämisessä kuntoutuja ei näe itsellään ongelmaa päihteiden käytössä. Toinen vaihe, epäröinti on edistysaskel kieltäytymisestä. Siinä kuntoutuja tiedostaa, että jonkinlainen ongelma on, mutta kokee pystyvänsä lopettamaan halutessaan, eikä samaistu muihin päihdeongelmaisiin. Seuraavissa kahdessa vaiheessa kuvataan kuntoutujan ulkoista ja sisäistä motivaatiota. Viidennessä vaiheessa kuntoutuja on valmis muutokseen. Kuudennessa vaiheessa kuntoutuja on taas valmis hoitamaan ongelmaa ja on valmis ottamaan apua vastaan. Seitsemännessä vaiheessa alkaa vieroittuminen päihteestä kuntoutujan opetellessa elämään ilman päihteitä. Kahdeksannessa vaiheessa kuntoutuja on onnistunut pysymään raittiina pidemmän aikaa, jota pyrkii ylläpitämään tiedostamalla riskit, joita välttää. Yhdeksäs vaihe kuvaa vakiintumista päihteettömään elämään, uusien elämäntapojen ja arvojen oppimisella. Viimeinen vaihe on sisäistäminen ja identiteetin muutos, jossa pyrkimyksenä on pitää haitalliset addiktiot poissa mielekkästä elämästä. (Hartikainen 2019: 6.)

3.2.4 Hyväksymis- ja omistautumisteoreettinen viitekehys

Hyväksymis- ja omistautumisteoreettisen viitekehyyksen (HOT) roolia on alettu pohtia mielenterveyskuntoutuksessa. Yhteistyökumppanimme toimintaterapeutit käyttävät tätä terapiamenetelmää yhtenä viitekehyyksenä työnsä tukena. HOT:in periaatteeseen kuuluu, että yksilön tulee keskittyä asioihin, joihin hän voi vaikuttaa sekä tehdä asioita ja valintoja, jotka vastaavat hänen omia arvojaan. Tämä luo yksilön elämästä merkityksellisempää. HOT on mindfulness-menetelmään pohjautuva käyttäytymisterapiamalli, joka kannustaa yksilöä elämään kivun ja kärsimyksen sallimissa rajoissa mahdollisimman kokonaisvaltaista elämää. Hyväksyminen ja henkilökohtainen kehittyminen priorisoidaan ennen oireiden vähenemistä. Näkökulmana on, että onnellisuutta ei voida saavuttaa, jos aina keskitytään ongelmien hoitoon. Toimintaterapeutisesta näkökulmasta toiminnallinen sitoutuminen helpottaa tietoisuutta tästä hetkestä, joka auttaa saavuttamaan flow-tilan, taitojen kehityksen ja hyvänolon tunteen. (Matthews 2020.)

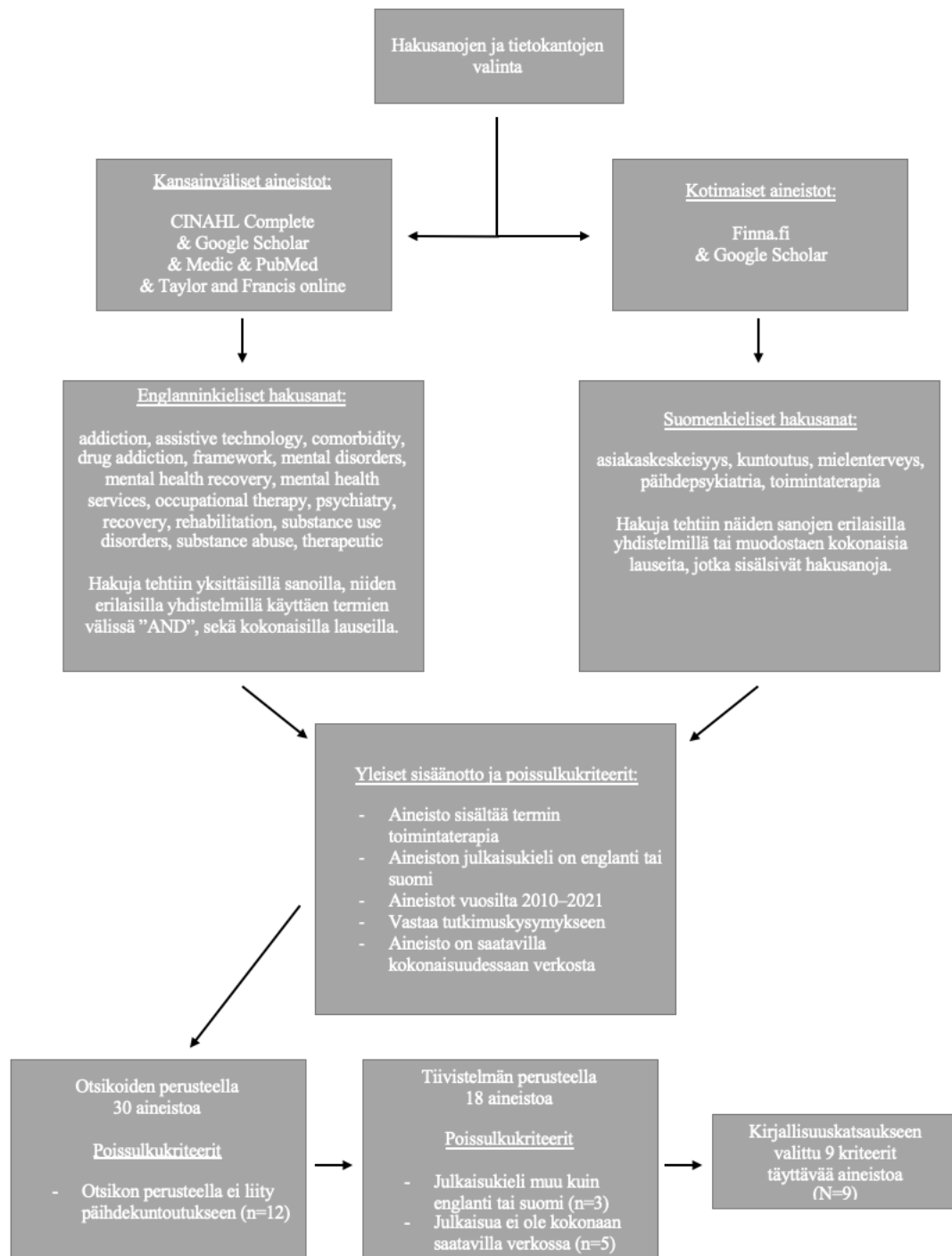
4 Opinnäytetyön menetelmä

4.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Tarkoituksena on kirjallisuuskatsauksen avulla selvittää, miten päihdekuntoutusta toteutetaan kansainvälisesti toimintaterapian osa-alueella. Kirjallisuuskatsauksessa tarkastellaan tutkimusten ja artikkelien tuottamaa tietoa. Tämän tiedon avulla esitellään mahdollisesti uusia interventioita ja arviointivälineitä sekä käsitellään toimintaterapeutin roolia päihdekuntoutuksessa. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa tutkimusmenetelmä tähtää aikaisemman tiedon kokoamiseen ja ymmärtämiseen (Kangasniemi ym. 2013: 298). Opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa uutta tietoa jo tutkitusta aiheesta. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa ei ole tiukkoja ja tarkkoja sääntöjä esimerkiksi aineiston valinnan suhteen. (Salminen 2011: 6.)

4.2 Aineiston haku ja valinta

Tiedonhakuja on suoritettu käyttämällä sähköisiä tietokantoja. Kansainvälisiä artikkeleita ja tutkimuksia haettiin seuraavista sähköisistä tietokannoista: CINAHL Complete, Google Scholar, Medic, PubMed, Taylor&Fracis online. Kotimaisia artikkeleita ja tutkimuksia haettiin näistä sähköisistä tietokannoista: Finna.fi ja Google Scholar. Tiedonhaussa olemme rajanneet artikkelit vuosiin 2010–2021, koska pyrimme tuottamaan mahdollisimman ajankohtaista tietoa kirjallisuuskatsauksessamme. Sisäänottokriteerit olivat: 1) aineisto sisältää termin toimintaterapia, 2) aineiston julkaisukieli on englanti tai suomi, 3) aineistot vuosilta 2010–2021, 4) vastaa tutkimuskysymykseen, 5) aineisto on saatavilla kokonaisuudessaan verkosta. Esitämme aineiston keruun etenemisen kuviossa 1.



Kuvio 1. Aineiston keruun eteneminen

Olimme opinnäytetyötä varten rajanneet aiheemme ja tutkimuskysymyksen perusteella olennaisimpia käsitteitä, joita olemme käyttäneet tiedonhaussa. Tiedonhaussa käytettyihin hakusanoihin tuli sisällyttää "occupational therapy" tai "toimintaterapia", jotta tavoitamme oman alamme tietoa. Englanninkieliset hakusanat "mental health" ja "mental illness" tarjosivat kattavasti aineistoja, joten käyttämällä hakusanoja "substance abuse", "substance-use", "psychiatry" ja "psychiatric patients" saimme rajattua

aineistoja yksityiskohtaisemmin vastaamaan kirjallisuuskatsauksemme aihetta. Tavoitteenamme oli rajata aineistoja kuntoutuksen näkökulmaan, joten hakusanoiksi valikoituivat ”recovery” ja ”rehabilitation”. Kaikki englannin- ja suomenkieliset hakusanat on esitetty taulukossa 1.

Suoritimme tiedonhakua pelkillä hakusanoilla ja niiden yhdistelmillä englanniksi, että suomeksi. Lisäksi tiedonhakua suoritettiin kokonaisin lausein englanniksi. Esimerkki hakusanoilla toteutetusta tiedonhausta: ”occupational therapy and rehabilitation and substance abuse” ja ”toimintaterapia ja päihdepsykiatria ja kuntoutus”. Esimerkkilause englanniksi suorittamastamme tiedonhausta: ”How occupational therapist can help people recover from addictions?”.

Tiedonhaun prosessissa valitsimme tutkimuskysymyksiä vastaavia artikkeleita otsikoiden perusteella. Otsikoiden perusteella myöhäisempää tarkastelua varten valikoitui 30 artikkelia (N=30), 27 (n=27) englanninkielistä ja kolme (n=3) kotimaista artikkelia. Hausta hylättiin tiivistelmien perusteella 12 aineistoa, koska ne eivät liittyneet tarpeeksi toimintaterapiaan ja päihdekuntoutukseen. Luetuista koko teksteistä kolmessa (n=3) oli julkaisukieli muu kuin englanti tai suomi ja viittä aineistoa (n=5) ei ollut saatavilla kokonaisuudessaan verkossa. Koko tekstien lukemisen jälkeen analysoitavaksi valikoitui 9 artikkelia (N=9). Kirjallisuuskatsaukseen valitut artikkelit on esitetty taulukossa 1.

Taulukko 1. Kirjallisuuskatsaukseen valitut artikkelit

Nro	Tekijät, vuosi, maa	Artikkelin nimi	Tutkimuksen tarkoitus	Aineisto ja tutkimusmenetelmät	Katsauksen kannalta keskeiset tulokset
1.	Abu Tariyah, Hashem S & Hamed, Razan & Al-Omari, Hassan 2015. Jordania	Jordanian client perspectives of substance abuse; Implications for occupational therapists	Tässä tutkimuksessa tutkitaan päihteen käyttöön vaikuttavia yksilöllisiä tekijöitä jordanialaisten päihteen käyttäjien näkökulmasta sekä näiden tekijöiden vaikutusta toimintaterapiaan.	Kokeileva laadullinen tutkimus, haastattelussa yhdeksän avointa kysymystä, joilla selvitettiin tutkittavien kokemuksia heidän sairautensa ja kuntoutukseen.	Tutkimuksesta nousi esille asiakkaiden näkökulmasta viisi pääteemaa: pelot, henkilökohtaiset piirteet, auttavat tekijät, puhuminen ja paras ratkaisu. Toimintaterapeutit voivat suunnitella asiakaslähtöi-

					siä toimenpiteitä huomioiden asiakkaan yksilölliset piirteet, jotka vaikuttavat heidän kuntoutukseensa.
2.	Amorelli, Catrinna R. 2016. Yhdysvallat	Psychosocial Occupational Therapy Interventions for Substance-Use Disorders: A Narrative Review	Katsaus tehtiin psykososiaalisten interventioiden tutkimiseksi aikuisille päihteiden käyttäjille. Katsauksessa käsitellään päihderiippuvuutta ja sen yhteyttä toimintaterapiaan.	Kirjallisuuskatsaus, aineistolähtöinen tutkimus, joka sisälsi 10 tutkimusartikkelia. Artikkeleita ei ole rajattu minäkään tietyn päihteen käytön mukaan.	Tutkimustulokset tukivat ammattilaisten kykyä parantaa päihteiden käytöstä toipuvien yksilöiden toiminnallista itsenäisyyttä (<i>functional independence</i>) ja toiminnallista suorituskykyä (<i>occupational performance</i>).
3.	Bell, Teneil & Wegner, Lisa & Blake, Lauren & Jupp, Leigh & Nyabenda, Fides & Turner, Tamryn 2015. Etelä-Afrikka	Clients' perceptions of an occupational therapy intervention at a substance use rehabilitation centre in the Western Cape	Tässä tutkimuksessa tutkittiin toimintaterapian hyödyllisyyttä asiakkaiden näkökulmasta Western Capen hoitokeskuksissa, erityisesti intensiivisen hoitajakson jälkeen. Hoitokeskuksen asiakkaat olivat 12–18-vuotiaita.	Laadullinen tutkimus, jossa haastateltiin toimintaterapeuttia sekä seurantar ryhmän kautta intensiivisen hoitajakson päätteeksi 8 osallistujaa: 8 henkilöä osallistuivat keskuksen jälkihoito-ohjelmaan, joista muodostui tutkimukselle kolme kohderyhmää.	Osallistujat kokivat taitojen kehittämisen, työhön kouluttautumisen, elämäntaitoharjoittelun ja vapaaajan toimintojen kartoittamisen hyödyllisiksi. Tutkimus korostaa asiakaslähtöisyyttä ja asiakkaiden näkökulmien ymmärtämistä interventioiden hyödyllisyyden perustelemiseksi. Tulokset osoittavat, että tulisi olla enemmän yhteisölähtöisiä avohoidon tukiohjelmia nuorille, jotta asianmukaiset

					palvelut ovat helpommin saatavilla.
4.	Hoxmark, Ellen & Wynn, Trude Nydal & Wynn, Rolff 2012. Norja	Loss of activities and its effect on the well-being of substance abusers.	Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia kuntoutusyksikössä olevien kuntoutujien aktiivisuuden ja haluttujen toimintojen määrää sekä toimintojen puutetta. Lisäksi tutkittiin näiden vaikutusta hoidossa olevien päiheteiden käyttäjien hyvinvointiin.	Kyselytutkimus, joka toteutettiin lomakkeen avulla.	Päihdehäiriö liittyy aktiiviteettien määrän muutokseen. Aktiiviteettien menettäminen voi vaikuttaa hyvinvoinnin heikentymiseen. Auttamalla päihdekuntoutujia saavuttamaan mielekkäitä toimintoja voidaan parantaa heidän hyvinvointiaan.
5.	Pasareanu, Adrian R & Opsal, Anne & Vederhus, John-Kåre & Kristensen, Øistein & Clausen, Thomas 2015. Norja	Quality of life improved following inpatient substance use disorder treatment	Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata elämänlaatua (QoL) potilailla, jotka ovat vapaaehtoisesti tai pakollisesti päiheteiden käytön takia sairaalahoidossa ja joilla on myös tyypillisesti samanaikaisesti psykiatrinen sairaus. Lisäksi tarkoituksena oli tutkia elämänlaadun muutoksia kuuden kuukauden kuluttua hoidosta ja tunnistaa muutosten ennusmerkit.	Prospektiivinen tutkimus. Elämänlaatua mitattiin QoL-5-kyselelyllä, jolla mitataan elämän tyytyväisyyttä yleisesti.	Tässä tutkimuksessa ilmeni, että suurimmalla osalla laitostuneista päihteiden käytön häiriötä sairastavilla potilailla on selkeästi heikentynyt elämänlaatu. Potilaiden elämänlaatu parani kuuden kuukauden seurannassa. Nämä tulokset osoittivat, että elämänlaadun mittaukset olivat hyödyllisiä todistamaan terapeuttista hyötyä päihdekuntoutuksessa.
6.	Peloquin, Suzanne M & Ciro, Carrie A	Population-Centered Groups for	Artikkeli on jatkokutkimus,	Takautuva poikittaistutkimus, jossa	Tutkimuksen tulokset korke-

	& Fingerhut, Patricia & Patterson, Tara 2017. Yhdysvallat	Women Recovering from Substance Abuse: Satisfaction, Engagement, and Lessons Learned.	jonka tarkoituksena on toistaa aiemmin kuvattu tutkimus ja vertailla näiden tutkimusten tuloksia. Tutkimus koskee asiakkaan tyytyväisyyttä ja sitoutumista omien elämänhallintataitojen kehittämiseen.	tutkitaan kvantitatiivisia ja kvalitatiivisia tietoja tutkimusten jälkeen valmistuneista interventioista. Kuvailtavaa tilastotiedettä käytettiin asiakastytyväisyyden tarkastelussa. Tilastollista päättelyä käytettiin asiakkaiden sitoutumisen erojen määrittämiseksi.	asta asiakastytyväisyydestä ja sitoutumisesta tukevat aikaisempia tutkimuksia. Laadulliset tiedot osoittavat, että oppiminen tapahtui erityisesti ryhmäistuntojen aikana.
7.	Ribeiro, Jaime & Mira, Eva & Luorenco, Ines & Santos, Maria & Braúna, Monica 2019. Portugali	The intervention of Occupational Therapy in drug addiction: a case study in the Comunidade Terapêutica Clínica do Outeiro Portugal	Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää missä määrin toimintaterapia edistää päihdehäiriöstä kärsivien henkilöiden kuntoutusta juuri kyseisellä klinikalla Portugalissa.	Kuvaileva tutkimus, kvalitatiivinen lähestymistapa, tapaus tutkimus. Tiedonkeruu tapahtui asiakkaiden, toimintaterapeuttien ja muun tiimin haastattelulla.	Tutkimustulokset osoittavat, että toimintaterapia on merkittävässä roolissa päihdekuntoutuksessa. Toimintaterapia koostuu yhteensä usean eri tieteenalojen tietämystä ja tämän vuoksi se voi olla tärkeä osa terveydenhuollon, sekä yksilöllisemmän lähestymistavan kehittämisessä.
8.	Sargent, Jeffrey & Valdes, Kristen 2021. Yhdysvallat	Use of Occupation-Based Outcome Measure and Strength-Based Self-Report with Persons	Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää OCAIRS ja VIA-IS-P-arviointimenetelmien käyttöä päihdekuntoutujien kanssa.	Prospektiivinen kohorttitutkimus.	Tutkimus osoitti, että toimintaterapeutit voivat käyttää OCAIRS ja VIA-IS-P-arviointimenetelmiä tunnistamaan

		with Substance Use Disorders: A Prospective Cohort Study.			maan toimintahäiriöitä. Niiden avulla voidaan kerätä tietoa päihteiden käytöstä aiheutuvista oireiluista ja edistää asiakaslähtöistä kuntoutusta.
9.	Sy, Michael & Oshima, Nobuo & Roraldo, Ma & Patricia, Nicole R. 2018. Filippiinit	The Role of Filipino Occupational Therapists in Substance Addiction and Rehabilitation: A Q-methodology	Tutkimuksen tarkoituksena on tunnistaa filippiiniläisten toimintaterapeuttien rooli päihteidenkäyttäjien kuntoutuksessa toimintaterapeuttien, mielenterveysalan ammattilaisten, entisten käyttäjien ja hoitajien näkökulmasta tarkasteltuna.	Tutkimuksessa käytettiin Q-menetelmää tutkittavien näkemysten tutkimiseen.	Tutkimus osoittaa, että filippiiniläisten toimintaterapeuttien rooli päihdekuntoutuksessa on edistää asiakkaiden toiminnallista osallistumista (<i>promoter</i>). Toimintaterapeutti toimii asiakkaan yhteistyökumppanina (<i>collaborator</i>), hänen osallistumisen ja hyvinvoinnin lisäämiseksi sekä edistää ympäristön tukitoimia asiakkaan toiminnallisen osallistumisen parantamiseksi (<i>facilitator</i>).

4.3 Aineiston analyysi

Olemme käyttäneet aineiston analysoinnissa sisällönanalyysiä, jonka avulla analysoimme dokumentteja systemaattisesti sekä objektiivisesti. Tässä opinnäytetyössä aineistot ovat olleet tutkimusartikkeleita. Tällä menetelmällä olemme pyrkineet saamaan tiivistetyn ja yleistetyn kuvauksen tutkittavasta ilmiöstä. Sisällönanalyysi on teksti-

analyysiä valituista aineistoista. Sisällönanalyysi mahdollistaa aineiston tiiviin ja selkeän muodon säilyttäen samalla sen sisältämän informaation. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä erottuu prosessista kolme eri vaihetta, aineiston pelkistäminen, aineiston ryhmittely sekä teoreettisten käsitteiden luominen. (Tuomi & Sarajarvi 2018.)

Sisällönanalyysin ensimmäisessä vaiheessa eli pelkistämässä karsimme tutkimuksen kannalta epäolennaisimmat aineistot pois. Pelkistämävaiheessa etenimme kolmen eri vaiheen kautta. Aluksi valikoimme otsikoiden perusteella tutkimuskysymykseen sopivimmat aineistot. Tämän jälkeen luimme aineistojen abstraktit, jonka jälkeen valitsimme lopulliset aineistot kirjallisuuskatsauksemme koko aineiston lukemisen jälkeen. Tutkimustuloksia analysoitiin aineistoja tiivistämällä kolmeen teemaan: 1) toimintaterapia interventiot päihdekuntoutuksessa, 2) toimintaterapian vakuuttavuus päihdekuntoutuksessa ja 3) asiakkaiden kokemukset päihdekuntoutuksesta. Nämä teemat vastasivat tutkimuskysymykseen: ”Millaisia toimintatapoja ja interventioita toteutetaan päihdekuntoutuksessa kansainvälisesti toimintaterapian saralla?”. Sisällönanalyysin toisessa, eli ryhmittelyvaiheessa, havainnollistimme aineistojen aiheiden samankaltaisuuksia käsitteiden jaottelun avulla. Aineistojen pohjalta tulokset saatiin ryhmiteltyä kolmeen yläkäsitteeseen, joita kuvataan tarkemmin opinnäytetyön tuloksissa.

5 Tulokset

5.1 Toimintaterapian yksilöinterventiot

Yksilöinterventiot ovat yleisin toimintaterapiassa käytetty terapiamuoto. Yksilöinterventio tavoitteena on parantaa yksilön elämänlaatua, toiminnallista osallistumista ja suoriutumista sekä löytää mielekkäitä toimintoja. Yksilön omat mielenkiinnon kohteet ohjaavat toimintaterapian tavoitteiden asettamista. Tarkoituksena on, että yksilö tunnistaa omia vahvuuksiaan sekä toimintakykynsä haasteita. Toimintaterapiaa toteutetaan monipuolisesti asiakkaan toimintaympäristöissä. Toimintaterapian interventioihin sisältyy vapaa-ajan toimintojen ja osallistumismahdollisuuksien kartoittaminen, rentoutumisterapia, elämäntaitoharjoittelu, taide ja käsityöt sekä muiden taitojen kehittäminen. Erilaisien taitojen harjoittelu on näkyvä osa toimintaterapiaa. Tavoitteena on tarjota asiakkaille mahdollisuuksia mielekkäisiin ja tarkoituksenmukaisiin toimintoihin. Laajempaan tavoitteena toimintaterapiassa on edistää terveyttä ja hyvinvointia. (Bell ym. 2015: 10–14.)

Amorelli (2016) esittää artikkelissaan, että toimintaterapeutit käyttävät näyttöön pohjautuvia kuntoutusmenetelmiä päihderiippuvaisten hoidossa. Näitä ovat esimerkiksi nopea puuttuminen, kognitiivinen käyttäytymisterapia, motivaatio strategiat, 12-askel ohjelma, haittavaikutusten vähentämishjelma ja yhteisön vahvistamismenetelmä. Kaikki kyseeseen artikkeliin valitut aineistot käsittelivät elämäntaitoharjoittelua, joka tukee yksilön raittiutta ja hyvinvointia. Toimintaterapiassa käytetään sekä yksilö- että ryhmämuotoisia interventioita. Interventioissa keskitytään stressin- ja vihanhallintaan, käyttäytymisen muokkaamiseen, työkokeiluihin, työmahdollisuuksien ja vapaa-ajan toimintojen kartoitukseen, vanhemmuustaitoihin, itseilmaisuuksiin, rentoutumisharjoituksiin, merkityksellisiin toimintoihin, ajankäytön hallintaan, menneisyyden, nykyhetken ja tulevaisuuden reflektointiin sekä fyysisiin aktiviteetteihin. Elämäntaitoharjoittelu oli pääteema kaikissa tässä artikkelissa esitetyissä aineistoissa. Interventioita toteutettiin muun muassa erilaisissa kuntoutusyksiköissä, ohjelmamuotoisina kokeiluina sekä eripituisina ryhmäinterventioina. Kaiken kaikkiaan toimintaterapeuttien toteuttamat elämäntaitoihin keskittyvät psykososiaaliset interventiot ovat hoitomenetelmänä tärkeitä ja arvostettuja päihdeettömyyden saavuttamiseksi ja ylläpitämiseksi. (Amorelli 2016: 167–182.)

Ribeiron, Miran, Luorencon, Santosin ja Bráunan (2019) artikkelin ensimmäinen interventio keskittyi strukturoimaan asiakkaiden terveellisiä rutiineja ja elämänlaatua, kehittämään toiminnallisia rooleja ja uusia tapoja. Toimintaterapeuteilla on erityinen asema päihderiippuvuudesta kärsivien kuntoutuksessa. He auttavat päihderiippuvaisia vahvistamaan identiteettiään ja tunnistamaan asiakkaiden tärkeitä rooleja. Toimintaterapeutit tukivat päivittäisten toimintojen (ADL) ylläpitämistä: hygienian ja itsestä huolehtimisen taitojen harjoittelua, sekä välineellisten päivittäisten toimintojen (IADL) suorittamista: pyykkien viikkaaminen, kaappien siistiminen ja oman tilan siivoaminen. Nämä toiminnot olivat intervention perustavia teemoja. Asiakkaiden stressinsietohallinnan kehittämisen tukena käytettiin sosiaalisten taitojen harjoittelua ja tunnetaitoharjoittelua luovilla aktiviteeteilla, kuten runojen, musiikki-, tanssi- ja taideterapian keinoin sekä rentoutusharjoitusten avulla. Ulkoilu oli osana interventiota, joka stimuloi fyysistä hyvinvointia ja auttoi asiakkaita integroitumaan yhteisöön. Tietokoneella tehtävät harjoitukset kehittivät asiakkaiden teknisiä taitoja ja tietokonetyöskentelyä. Artikkelissa toimintaterapian lähtökohdat pohjautuvat toimintaterapiamalleihin ja -teorioihin. Toimintaterapia-interventiot tulee toteuttaa työn, itsestä huolehtimisen, vapaa-ajan ja levon tasapainoa edistäen. (Ribeiro & Mira & Luorenco & Santos & Braúna 2019: 1585–1594.)

5.2 Toimintaterapian ryhmäinterventiot

Bell ym. (2015) artikkelissa toimintaterapian interventiot keskittyvät ryhmätyöskentelyyn, jossa pyritään saamaan pysyviä muutoksia asiakkaan elämäntapoihin ja käyttäytymiseen. Ryhmätyöskentelyn aikana toimintaterapeutit käyttävät ryhmille ominaisia terapeutteja tekijöitä saadakseen aikaan toivottua muutosta. Näitä tekijöitä ovat esimerkiksi toivon herättely, universaalisuus, tunnistaminen, altruismi ja ihmissuhdeoppiminen. Toimintaterapian tavoitteena on antaa asiakkaalle mahdollisuus tunnistaa ongelma ja sen seuraukset, myöntää avun tarve sekä opetella elämään haasteiden kanssa rakentavalla tavalla. (Bell ym. 2015: 10–14.)

Toipumismalli (*recovery model*) tukee dynaamista vuorovaikutusta yksilön ja ympäristön välillä. Sen toimintaperiaatteisiin liittyy itsensä määrittely, osallistuminen mielekkäseen toimintaan, hallinnan omaksuminen sekä muiden tuen vastaanottaminen. PEO-malli (*The Person Environment Occupation Model*) korostaa yksilön ympäristön ja toiminnan vaikutuksia toiminnalliseen suoriutumiseen. Toipumis- ja PEO-mallien kokonaisvaltainen ja asiakaskeskeinen luonne johtivat siihen, että niitä käytettiin Pelouquinin, Ciron, Fingerhutin ja Pattersonin (2017) artikkelissa toimintaterapiaryhmien kehittämisessä asuinkeskuksen päihderiippuvaisille naisille. Interventiossa oli kaksi ryhmää, joiden sisällöt pohjautuivat Colen laatimaan vaihemalliin. (Pelouquin & Ciro & Fingerhut & Patterson 2017: 138–149.)

Lisäksi toimintaterapeutit käyttivät erilaisia lähestymistapoja, jotka ovat todistetusti hyödyllisiä päihderiippuvaisten kuntoutuksessa. Näitä olivat esimerkiksi lyhyet interventiot, kognitiiviseen viitekehykseen pohjautuva kognitiiviskäyttäytymisstrategia, asiakaslähäinen ja empaattinen keskustelu. Ryhmäintervention päätavoitteena oli kehittää asiakkaiden selviytymistaitoja. Niiden avulla pyritään siihen, että toiminnallisen tyytymättömyyden sekä henkilökohtaisten ja ympäristöön liittyvien asioiden käsittely helpottuisi. Teemoina oli käsitellä stressitekijöitä ja nostaa stressinsietokykyä, määritellä ja sitouttaa asiakkaita merkityksellisiin ja päihteettömiin toimintoihin, sekä parantaa heidän toiminnallista suoriutumista ja elämäntaitoja. Muita tavoitteita oli kommunikointi- ja itseilmaisukyvyyn sekä ongelmanratkaisutaitojen kehittäminen. (Pelouquin ym. 2017: 138–149.)

Peloquinin ym. (2017) artikkelissa todettiin, että teoreettisten mallien pohjalta suunnitellut toimintaterapiaryhmät ovat rakennettu väestön tarpeita vastaavien mallien mukaisesti. Toiminnalliset ryhmät, joissa hyödynnetään erilaista pohdintaa ja merkityksellistä toimintaa, edistävät asiakkaiden oppimista ja kehittymistä. Asiakkaiden sitoutuminen ryhmän toimintaan oli merkityksellistä tavoitteiden saavuttamisen kannalta. (Peloquin ym. 2017: 138–149.)

5.3 Toimintaterapian vakuuttavuus

5.3.1 Arviointimenetelmät

Toimintaterapeutit käyttävät asiakkaan arvioinnin tukena erilaisia näyttöön perustuvia arviointimenetelmiä. Arviointimenetelmät voivat esimerkiksi olla strukturoituja, puolistrukturoituja tai strukturoimattomia haastattelu- tai havainnointimenetelmiä. Arviointimenetelmien avulla saadaan tietoa asiakkaan toimintakyvystä elämän eri osa-alueilla ja toimintaympäristöissä. Lisäksi menetelmät tuovat vakuuttavuutta toimintaterapeutin työskentelyyn.

Toimintaterapialla on hyvin raportoitu historia mielenterveysalalla työskentelystä, mutta ei niinkään päihdekuntoutujien kanssa työskentelystä. Päihderiippuvaisella henkilöllä voi olla haasteita tai ongelmia mukauttaa elämänmuutoksia sairauteensa. Asiakkaan toiminnallista suoriutumista edistääkseen, toimintaterapeutti voi arvioida asiakkaan rooleja keskittymällä toimintakyvyn rajoitteisiin. Sargentin ja Valdesin (2021) artikkelissa tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää OCAIRS ja VIA-IS-P arviointimenetelmien käyttöä päihdekuntoutujien kanssa työskennellessä. OCAIRS on puolistrukturoitu haastattelu, joka tuottaa tietoa yksilön toiminnallisesta osallistumisesta. OCAIRS on inhimillisen toiminnan malliin (MOHO) perustuva menetelmä, joka käyttää ja hyödyntää MOHO:n termistöä toimintaterapian perustana. OCAIRS kerää tietoa esimerkiksi asiakkaan rooleista, tavoista, arvoista, taidoista ja mielenkiinnonkohteista. VIA-IS-P on vahvuuksien itsearviointimenetelmä, joka koostuu 24 eri vahvuudesta. VIA-IS-P auttaa tunnistamaan yksilön parhaimpia ominaisuuksia, jonka avulla voidaan edistää hyvinvointia. Tutkimus osoitti, että toimintaterapeutit voivat käyttää OCAIRS ja VIA-IS-P arviointimenetelmiä tunnistamaan toimintahäiriöitä. Niiden avulla voidaan kerätä tietoa erilaisista päihteidenkäytöstä aiheutuvista oireiluista ja edistää asiakaslähtöistä kuntoutusta. Artikkelisiin valittujen menetelmien yhteiskäyttö voi tarjota toimintatavan, jossa keskitytään yksilön positiivisiin muutoksiin ja terveyden edistämiseen. (Sargent & Valdes 2021: 208–223.)

Pasareanu, Opsal, Vederhus, Kristensen ja Clausen (2015) käsittelevät artikkelissaan elämänlaadun konseptia (Quality of Life, QoL), joka on lääketieteessä käytetty mittari määrittämään potilaan subjektiivista kokemusta omasta kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnistaan. Päihdehäiriöiden on usein ajateltu olevan krooninen, uusiutuva sairaus, johon liittyy tyypillisesti psykiatriset, somaattiset ja sosiaaliset sairaudet, jotka lyhentävät elinajanodotetta. Perinteisesti riippuvuushoito on keskittynyt pidättäytymiseen päihdyttävistä aineista. Nykyisen tiedon valossa tätä kapeaa tavoitetta hoidon tehokkuuden mittarina on arvosteltu. Yleisemmin on tunnustettu, että on tärkeää keskittyä muihin positiivisiin hoitomuotoihin ja kuntoutumiseen. Toipumista on pidetty yleisesti ajanjaksona, jolloin päihteiden käyttö on vähentynyt, henkilökohtainen terveys parantunut ja sosiaalinen toiminta kehittynyt. Siten elämän laadun konsepti (QoL) on asianmukainen menetelmä päihdekuntoutuksessa, koska sen rakenne sisällyttää yksilön subjektiivisen kokemuksen useista kliinisistä, toiminnallisista ja henkilökohtaisista muuttujista. (Pasareanu & Opsal & Vederhus & Kristensen & Clausen 2015: 1–6.)

Pasareanun ym. (2015) artikkelin tarkoituksena on kuvailla henkilöiden elämänlaatua, jotka ovat vapaaehtoisesti tai pakollisesti päihteiden käytön takia sairaalahoidossa ja joilla on myös samanaikaisesti psykiatrinen sairaus. Lisäksi tarkoituksena on tutkia elämänlaadun muutoksia kuuden kuukauden kuluttua hoidosta ja tunnistaa muutosten ennusmerkit. Tutkimukseen osallistuvat henkilöt olivat potilaina julkisessa hoitokeskuksessa Norjassa. Tutkimuksessa oli mukana kolme eri hoitokeskusta. Tutkimuksen alkuvaiheessa käytettiin arviointimenetelmänä ja mittarina The Mini International Neuropsychiatric Interview (MINI) version 5.0, jolla varmistettiin päihdeongelman diagnoosi. Psykkisiä oireita mitattiin Sympton Checklist-90-R avulla. Elämänlaatua mitattiin yleisellä elämäntyytyväisyysmittarilla QoL-5. Analyseissä otettiin huomioon hoitopäivien lukumäärä ja oliko sairaalahoito vapaaehtoista vai pakollista. Suurimmalla osalla laitostuneista päihdehäiriötä sairastavista potilaista oli selkeästi heikentynyt elämälaatu. Heikko elämänlaatu korreloi korkeaan psykiatriseen oirekuormaan. Kuuden kuukauden päästä toteutetussa jatkotutkimuksessa elämänlaadussa oli nähtävissä positiivista muutosta. (Pasareanu ym. 2015: 1–6.)

5.3.2 Toimintaterapeutin rooli kuntoutuksessa

Syn, Oshiman ja Roraldon (2018) artikkelissa tutkimuksen tarkoituksena on tunnistaa filippiiniläisten toimintaterapeuttien rooli päihdekuntoutuksessa toimintaterapeuttien, mielenterveysalan ammattilaisten, entisten päihdehäiriöisten ja hoitajien näkökulmasta tarkasteltuna. Tutkimuksessa osallistujat jaettiin kolmeen eri ryhmään, jotka arvioivat omista näkökulmistaan toimintaterapeutin roolia kyseisessä yksikössä. Ensimmäisessä

ryhmässä oli kuusi toimintaterapeuttia, kaksi psykiatria ja kokemusasiantuntija, jotka arvioivat toimintaterapeutin päärooleiksi päihdekuntoutumisessa asiakkaan roolien vahvistamisen ja vapaa-ajan toimintojen määrittämisen. Sen lisäksi toimintaterapeutti auttaa asiakasta työelämäntaitojen harjoittamisessa sekä vaihtoehtoisten ja terveellisten päivittäisten aktiviteettien kartoittamisessa. Toiseen ryhmään kuuluivat yhden toimintaterapeutin lisäksi, kolme mielenterveysalan ammattilaista sekä kuusi hoitajaa. He määrittivät toimintaterapeutin tärkeäksi tehtäväksi työskennellä osana moniammatillista tiimiä. Toimintaterapeutti edistää ja harjoittaa asiakkaan työelämä- ja itsestä huolehtimisen taitoja. Kolmas ryhmä muodostui neljästä toimintaterapeutista, neljästä hoitajasta ja yhdestä psykologista. Heidän näkökulmastaan toimintaterapeutin rooli on arvioida ja määritellä asiakkaiden fyysisiä ja sosiaalisia ympäristöjä, jotka tukevat heidän päihteettömyyttä. Tämän tutkimuksen tulokset vahvistavat toimintaterapeuttien panosta Filippiinien päihdekuntoutukseen. Filippiiniläisten toimintaterapeuttien rooli päihdekuntoutuksessa on edistää asiakkaiden toiminnallista osallistumista (*promoter*). Toimintaterapeutti toimii asiakkaan yhteistyökumppanina (*collaborator*), hänen osallistumisen ja hyvinvoinnin lisäämiseksi sekä edistää ympäristön tukitoimia asiakkaan toiminnallisen osallistumisen parantamiseksi (*facilitator*). (Sy & Oshima & Roraldo 2018: 367–385.)

Hoxmark, Wynn & Wynn (2012) esittävät artikkelissaan, että toimintaterapeutilla on useita työtehtäviä, kuten päivittäisten toimintojen arviointi ja edistäminen, naisten ryhmät, miljööterapia sekä hallinnollinen työ. Artikkelissa tarkastelluista yksiköistä kolmessa työskenteli toimintaterapeutti osana moniammatillista työryhmää. (Hoxmark & Wynn & Wynn 2012: 78–83.)

Kirjallisuuskatsauksen artikkeleissa tarkasteltiin toimintaterapeutin roolia osana päihdekuntoutusta. Näiden perusteella toimintaterapeutilla on monimuotoinen ja tärkeä rooli moniammatillisessa työryhmässä sekä asiakkaan kuntoutusprosessissa. Toimintaterapeuttien on todettu olevan tärkeässä roolissa päihteiden käyttäjien kuntoutuksessa. Toimintaterapia on hyvä kuntoutusmuoto asiakkaille, sillä siinä keskitytään yksilön itsestä huolehtimisen taitojen kehittämiseen, vapaa ajan sekä muihin tuottaviin ja merkityksellisiin toimintoihin, jotka tukevat toimintakykyä (Abu Tariah & Hamed & Al-Omari 2015: 566–572). Toimintaterapeutin rooli on auttaa ja valmistella asiakkaita yhteiskuntaan sopeutumisessa, tarjoamalla keinoja päihteiden käytön lopettamiseen (Bell ym. 2015: 10–14). Kirjallisuuskatsauksen artikkelit toivat esille päihdekuntoutujien kokemuksia toimintaterapiasta. Pääsääntöisesti toimintaterapian asiakkaat olivat tyytyväisiä kuntoutukseen ja sen vaikuttavuuteen osana päihdekuntoutusta.

5.4 Kuntoutujien näkökulma

Abu Tariahin, Hamedin ja Al-Omarin (2015) artikkelissa asiakkaat toivat haastattelussa esiin useita heidän toimintakykynsä vaikuttavia tekijöitä. Näitä tekijöitä olivat pelot, henkilökohtaiset piirteet ja tukevat toiminnot. Tulokset osoittivat, että useimmat asiakkaat olivat eniten huolissaan laillisista seuraamuksista, kuten vankilaan joutumisesta, matkustusrajoituksista ja rikosrekisterin saamisesta. Sosiaaliset seuraamukset olivat toinen merkittävä huolenaihe asiakkaiden keskuudessa. Asiakkailla on pelko oman, sekä perheensä maineen menettämisestä. Päihderiippuvaiset kokevat fyysisten ja psykososiaalisten haasteiden häiritsevät toiminnallista suorituskykyä. (Abu Tariah ym. 2015: 566–572.)

Henkilökohtainen tahto ja oma halu päästä eroon päihteiden käytöstä nimettiin asiakkaiden näkökulmasta parhaaksi ratkaisuksi heidän päihteiden käytön ongelmiin. Abu Tariahin ym. (2015) artikkelissa tutkimukseen osallistuneet asiakkaat raportoivat useita eri tekijöitä, jotka helpottavat heidän päihteiden käytön ongelmia. Useimmat vastasivat helpottaviksi tekijöiksi työn ja vapaa-ajan toiminnot. Näitä ovat esimerkiksi urheilu, musiikki, netin selailu, ulkoilu, matkustelu, juhliminen, maalaaminen ja elokuvien katselu. Perheen tuki sekä muu sosiaalinen osallistuminen koettiin myös tärkeäksi. Päihderiippuvaiset kokevat fyysisten ja psykososiaalisten haasteiden häiritsevän toiminnallista suorituskykyä. (Abu Tariah ym. 2015: 566–572.)

Bellin ym. (2015) artikkelissa tutkimuksen tarkoituksena on tarkastella teini-ikäisten asiakkaiden kokemuksia toimintaterapiasta, jotta voidaan tunnistaa toimintaterapian kannalta hyödyllisiä ja tärkeitä elementtejä. Tutkimukseen osallistuneille painotettiin kommunikoinnin tärkeyttä kuntoutuksen kannalta. Läheisten osallistuminen ja heidän kanssaan kommunikointi on tärkeä osa kuntoutusta. Osallistujat kaipasivat enemmän käytännöllistä lähestymistä elämän taitojen harjoitteluun, ja toivoivat, että heitä kannustettaisiin harjoittelemaan näitä taitoja myös kotilomien aikana. Osallistujat kokivat vapaa-ajan toimintojen kartoitusryhmän hyödylliseksi. Suurin osa tutkimukseen osallistuneista tunnisti osallistuneensa vapaa-ajan toimintoihin aikaisemmin, mutta tällä hetkellä päihteiden käyttö vaikuttaa näihin toimintoihin sitoutumiseen, koska se vie valtaosan heidän elämästään. Intervention aikana osallistujat tutustuivat urheilu ja vapaa-ajan toimintoihin. Vapaa-ajan toimintoihin sitoutuminen edisti heidän tyytyväisyyttään ja yleistä hyvinvointia kehittäen uusia mielenkiinnonkohteita. Ammatillinen kartoitus koettiin myös hyödylliseksi. Toimintaterapiassa keskityttiinkin enemmän ammatillisiin taitoihin kuin koulutukselliseen suoriutumiseen. Taide- ja käsityöryhmät koettiin merkityksettöminä ja tylsinä. (Bell ym. 2015: 10–14.)

Bellin (2015) artikkelissa tutkimukseen osallistuneet henkilöt kokivat hyötyvänsä eniten käytännön taitojen harjoittelusta, jotka pystytään suoraan siirtämään omaan elämään. Kommunikointi- ja itsevarmuustaidot olivat osallistujien mielestä merkityksellisimpiä raittiuden kannalta. Tutkimuksen mukaan, tärkeiden roolien säilyttäminen oli suuri motivaatiotekijä pysyä raittiina yhteisöön sopeutumisen jälkeen. Tutkimus korostaa asiakaslähtöisyyttä ja asiakkaiden näkökulmien ymmärtämistä interventioiden hyödyllisyyden perustelemiseksi. (Bell ym. 2015: 10–14.) Pelloquinin ym. (2017) artikkelin analyysin perusteella asiakkaat olivat lähes sataprosenttisesti tyytyväisiä ja sitoutuneita toimintaterapiaryhmiin ja niiden toimintaan. Korkea tyytyväisyys ja sitoutuminen vastasi myös aikaisemman tutkimuksen tuloksia. (Pelloquin ym. 2017: 138–149.)

Hoxmarkin, Wynnin ja Wynnin (2011) artikkelissa tutkitaan kuntoutusyksikössä olevien kuntoutujien aktiivisuuden ja haluttujen toimintojen määrää sekä toimintojen puutetta. Lisäksi tarkastellaan näiden vaikutusta hoidossa olevien päihteidenkäyttäjien hyvinvointiin. Tutkimuksessa oli mukana viisi päihteiden käyttäjien hoitoon ja kuntoutukseen erikoistunutta yksikköä. Yksiköt tarjosivat eripituisia kuntoutusjaksoja, jotka sisältävät arviointeja, kaksoisdiagnoosin hoitoa, vieroitushoitoa, osastohoitoa, yksilö- ja ryhmäkuntoutusta. Tutkimuksessa käytettiin kyselyä, joka oli erityisesti kehitetty tätä tutkimusta varten toimintaterapeutti Trude Nydal Wynnin toimesta. Kyselyllä oli tarkoitus selvittää asiakkaiden menneet, nykyiset ja tulevaisuudessa toivotut aktiviteetit. Päihderiippuvaiset potilaat raportoivat alhaisemmasta hyvinvoinnista kuin valtaväestö. Yllättävää tutkimustuloksissa oli se, että jopa 29 % vastaajista ilmoittivat olevansa hyvässä kunnossa vakavista päihdeongelmista huolimatta. Alkoholin ja muiden päihdyttävien aineiden raskaampi käyttö AUDIT- ja DUDIT-mittausten perusteella liittyvät molemmat heikompaan hyvinvointiin. Tämä vahvistaa aikaisempaa tutkittua tietoa päihteiden käytön negatiivisista vaikutuksista hyvinvointiin. Asiakkaiden toimintojen määrä on merkittävästi vähäisempi kuin ennen päihteiden väärinkäyttöä. Päihdeongelmilla on suuri vaikutus elämään, kuten kykyyn ylläpitää elämän merkityksellisiä toimintoja. Tämä tutkimus vahvistaa, että ammattilaisten on tärkeä tunnistaa toimintoja, joihin asiakas on sitoutunut ennen päihteiden käytön aloittamista. (Hoxmark ym. 2012: 78–83.)

6 Johtopäätökset

Kirjallisuuskatsauksen tutkimuskysymys on: ”Millaisia toimintatapoja ja interventioita toteutetaan päihdekuntoutuksessa kansainvälisesti toimintaterapian saralla?”. Verrattaessa tutkimusartikkeleiden tuottamaa tietoa yhteistyökumppanin toimintatapoihin, havaittiin niissä samankaltaisuuksia. Tämän kirjallisuuskatsauksen artikkeleissa kuvattiin

monipuolisesti erilaisia toimintaterapian interventioita, joita toimintaterapeutit käyttävät asiakastyössä kansainvälisellä tasolla. Erilaiset näyttöön pohjautuvat kuntoutusmenetelmät, kuten MOHO ja CMOP-E, ovat osana päihderiippuvaisten hoitoa. Ihmisen kohtaaminen kokonaisvaltaisesti ja yksilöllisesti vastaa toipumisorientaatio- viitekehyksen periaatteita. Päivittäisten toimintojen ja elämäntaitojen harjoittelu, vapaa-ajan toimintojen sekä työmahdollisuuksien kartoittaminen olivat artikkeleissa toistuvia teemoja. Asiakkaan ulkoisen ja sisäisen motivaation saavuttaminen on tärkeä osa päihdekuntoutusta, joka on yksi osa myös De Leonin toipumisen vaihemallissa. Useat aineistojen tuloksissa tarkastelemamme teemat, toimintamallit ja interventiot ovat osana Helsingin kaupungin päihdepoliklinikoiden toimintaterapeuttien työskentelyä.

Teoreettiset lähtökohdat määrittyivät yhteistyökumppanin käyttämistä viitekehysistä ja malleista. Artikkeleissa kuvattiin näitä samoja teoreettisia lähestymistapoja päihdekuntoutuksessa. Kuntoutuksen tavoitteena on, että asiakkaat pystyisivät elämään mahdollisimman täysipainoista elämää. Toimintaterapian mallit ja viitekehykset ovat monissa maissa vakiintuneita toimintaterapian työvälineitä. Niiden käyttötavat voivat vaihdella kuitenkin maasta toiseen. Helsingin kaupungin päihdepalveluiden toimintaterapeutit käyttävät työskentelynsä tukena kanadalaisen toiminnallisuuden ja sitoutumisen mallia, sekä inhimillisen toiminnan mallia. Näihin samoihin malleihin pohjautuvia menetelmiä käytettiin myös artikkeleissa, kuten OCAIRS:ia ja PEO-mallia.

Moniammatillinen työote oli yhtenä teemana kaikissa tutkimuksissa. Toimintaterapeuteilla on erilaisia rooleja moniammatillisessa tiimissä riippuen kuntoutusyksikön toimintatavoista. Taitojen kehittäminen ja merkityksellisen toiminnan kautta yksilön toimintakyvyn parantaminen edistävät päihdekuntoutusta. ADL- ja IADL-toimintojen sekä elämäntaitojen kehittäminen yksilö- ja ryhmäkuntoutuksessa ovat yleisiä toimintaterapian tavoitteita. Vertaistuki ja sosiaalisen vuorovaikutuksen lisääminen auttavat erilaisiin toimintaympäristöihin sopeutumisessa. Käyttäytymisen, stressin- ja vihanhallinnan kehittäminen sekä tunteiden ja ajatusten jäsentäminen edistävät kuntoutujan arjenhallintaa. Erilaiset rentoutumisharjoitukset ja luovat toiminnot kuuluvat osaksi kuntoutusta.

Useasta aineistosta nousi esille ryhmäinterventioiden hyödyntäminen terapiamuotona. Monipuoliset ryhmäinterventiot on todettu vaikuttavaksi kuntoutusmuodoksi. Ryhmäinterventioissa toimintaterapeutit käyttävät erilaisia terapeutteja tekijöitä ja lähestymistapoja. Ryhmien taustalla on käytetty esimerkiksi toipumismallia, PEO-mallia sekä Colen vaihemallia. Ryhmät ovat kestoaltaan eripituisia ja pohjautuvat asiakaslähtöisyyteen ja empaattiseen keskusteluun. Ryhmien tavoitteina on auttaa asiakkaita tunnistamaan haasteita ja käsitellä tyytymättömyyttä elämään. Ryhmissä harjoitellaan erilaisia taitoja

ja autetaan asiakkaita sitoutumaan merkityksellisiin toimintoihin ilman päihteitä. Helsingin kaupungin päihdepalvelujen tarjoamissa toimintaterapiaryhmissä keskitytään muun muassa taitovalmennukseen, elämän- ja arjenhallintaan sekä toipumista tukevaan terapeuttiseen toimintaan. Ryhmien toimintamallit tukevat toipumisorientaatio- viitekehyyksen toteuttamista.

7 Pohdinta

Kirjallisuuskatsauksen tavoitteena oli hakea tutkittua tietoa siitä, miten toimintaterapian interventioita toteutetaan päihdekuntoutuksessa kansainvälisesti. Tulosten monipuolistamiseksi tavoitteena oli saada tutkimustuloksia useammasta maasta. Yhteistyökumppanin toiveena oli saada vahvistusta ja mahdollisesti kehittämisehdotuksia omille toimintatavoilleen. Tutkimuksen tuloksia voi hyödyntää myös muut vastaavaa toimintaa harjoittavat toimintaterapeutit ja kuntoutusyksiköt.

Kirjallisuuskatsaus valikoitui tutkimusmenetelmäksi, koska sen avulla pystytään tuottamaan tietoa jo tutkitusta aiheesta. Kirjallisuuskatsauksen aineistot valikoituivat tarkasti sisäänotto- ja poissulkukriteerien mukaisesti vastaten tutkimuskysymykseen. Aineistojen tuli sisältää termi toimintaterapia, jotta opinnäyteyöme aihe pysyy toimintaterapian kentällä. Aineistot rajautuivat vuosiin 2010–2021, sillä halusimme tarkastella mahdollisimman tuoretta tutkimustietoa. Aineistojen tuli olla englannin- tai suomenkielisiä.

Tämä valinta perustui omaan kielitaitoomme, sekä oletukseen, että englanniksi tutkittua tietoa aiheesta on enemmän. Sisällönanalyysiä hyödyntäen saimme tiivistettyä aineistosta oleelliset tiedot säilyttäen tärkeimmän informaation tutkimuksemme kannalta. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin vaiheiden avulla saimme lopputuloksena tutkimustuloksia jaoteltua kolmeen teemaan. Teoreettista perustaa ohjasi yhteistyökumppanin käyttämät teoriat ja viitekehyykset.

Aloitimme opinnäytetyöprosessin syksyllä 2020. Aihe herätti meissä molemmissa mielenkiintoa ja yhteistyökumppanin tarve tuki kirjallisuuskatsauksen toteuttamista.

Koimme kirjallisuuskatsauksen tutkimusmenetelmänä haastavaksi, mutta kokonaisuudessaan prosessi on ollut opettavainen. Kirjallisuuskatsauksen tekeminen on vaatinut keskeneräisyyden sietämistä ja pitkäjänteistä työskentelyotetta. Suunnitelmavaiheen selkeämpi rakenne ja toteutustapaan tutustuminen olisi tukenut opinnäytetyön raportoinnin sujuvuutta. Ajoittain opinnäytetyöprosessimme on ollut epäloogista ja hidasta

toteuttaa. Olemme käyttäneet Microsoft Teams-alustaa yhteydenpitoon ja kommunikointiin yhteistyökumppanimme kanssa koko opinnäytetyöprosessin ajan. Olemme myös hyödyntäneet opettajien ohjausta ja vertaisarvioijien neuvoja.

7.1 Eettisyys ja luotettavuus

Olemme tuloksissa teemoitelleet kirjallisuuskatsauksen aineistot seuraavasti: yksilöinterventiot, ryhmäinterventiot, arviointimenetelmät, toimintaterapeutin rooli kuntoutuksessa sekä asiakkaiden näkökulma. Olemme jokaisen teeman mukaisesti nostaneet aineistoista tutkimuskysymykseen vastaavia tuloksia. Kirjallisuuskatsauksemme esittää kansainvälisiä toimintaterapiainterventioita, jotka vastaavat pääsääntöisesti yhteistyökumppanin toimintamalleja.

Odotuksena oli, että päihdekuntoutuksesta on saatavilla vähän tutkimustietoa toimintaterapian alueelta. Kuitenkin hakutulokset osoittivat laajasti erilaisia tutkimusartikkeleita, joita rajasimme sisäänotto- ja poissulkukriteereillä tarkemmin valitaksemme sopivia aineistoja kirjallisuuskatsauksemme. Aineiston tuloksia tarkastellessa samankaltaisuus yhteistyökumppanin toimintatapoihin oli yllättävää. Odotuksena oli, että saamme tuotettua enemmän uutta tietoa yhteistyökumppanin kannalta, kuin lopulta tutkimuksemme tulokset osoittavat.

Näkökulmamme tutkimukseen oli tutkia samankaltaisuuksia aineistojen ja yhteistyökumppanin toimintaterapiainterventioiden välillä. Tarkasteluun olisi voinut olla parempi etsiä toiminnasta eroavaisuuksia, mutta kuntoutusjärjestelmän rakenteiden eroavaisuudet kansainvälisesti olivat haasteena tämän näkökulman tulkitsemisessä. Tutkimuksen edetessä huomasimme, että aineistojen pohjalta on vaikea tehdä tulkintoja päihdekuntoutuksen toteutumisesta eri maissa, joten toiminnan vertailu suomen kuntoutusjärjestelmään on haastavaa.

Tutkimuskysymyksen rajaaminen tarpeeksi selkeäksi on ollut opinnäytetyöprosessissamme ajatuksia herättävä, ja tutkimuskysymyksemme on tarkentunut prosessin aikana. Olemme pohtineet aineistojen sopivuutta tutkimukseen aineiston analyysin jälkeen ja todenneet, että valitsemamme artikkelit olivat sopivia tutkimuksemme. Tutkimusmenetelmän vieraus on tuonut omat haasteensa tutkimuksen edetessä. Aineiston haku-, valinta ja analyysiprosessin olisi varmasti voinut toteuttaa vielä järjestelmällisemmin. Tiedonhaussa käytettyjä termejä oli paljon sekä termien johdonmukainen ja

systemaattinen käyttö rakoili. Termien rajaaminen selkeämmin olisi voinut helpottaa aineistojen valinnassa. Aineistoja on tutkimuksessa aiheen laajuuteen nähden niukasti (9), joten tulosten yleistettävyyden kyseenalaistettavissa.

Tulokset on esitelty valikoitujen teemojen mukaan, joka mielestämme oli parempi ratkaisu, kuin aineistojen erittely yksitellen. Kuitenkin olemme vastanneet tutkimuskysymykseen ja tuottaneet aineistojen pohjalta selkeitä tuloksia, jotka vahvistavat yhteistyökumppanimme toimintatapoja. Kirjallisuuskatsauksellamme olemme koonneet kansainvälistä tietoa toimintaterapian interventioista päihdekuntoutuksessa. Kirjallisuuskatsauksen avulla aineistoista esiteltiin toimintaterapian interventioita, arviointimenetelmiä ja selkeytettiin toimintaterapeutin roolia ja asiakkaiden kokemuksia päihdekuntoutuksessa.

Toimintaterapeutit ovat koulutettuja auttamaan asiakkaita tarkastelemaan päivittäisiä toimintoja, sekä arvioimaan niiden merkitystä heidän hyvinvointiinsa. Lisäksi toimintaterapeutti arvioi asiakkaan tapoja ja tottumuksia. Toimintaterapeutti tukee asiakasta löytämään merkityksellistä toimintaa ja uusia rooleja esimerkiksi korvaamaan päihdeiden käyttöä ja sen tuomia haitallisia käyttäytymismalleja. Toimintaterapeuteilla on perustellusti iso rooli päihde- ja mielenterveyskuntoutuksessa. Toimintaterapeutit työskentelevät yhteistyössä asiakkaan ja hänen läheisten kanssa pyrkien saavuttamaan pidemmän aikavälin tavoitteita. (Opp, 2020.)

7.2 Päätelmät ja jatkotutkimusehdotukset

Kirjallisuuskatsaus vahvistaa ja tuo näkyväksi, että Helsingin kaupungin psykiatria- ja päihdepalvelut tekevät oikeansuuntaista työtä päihdekuntoutuksessa toimintaterapian osalta. Kirjallisuuskatsauksen tuottamaa tutkittua tietoa voidaan jakaa työyhteisöissä ja näin tukea toimintaterapian vakuuttavuutta moniammatillisessa kuntoutuksessa. Toimintaterapeutit voivat vahvistaa omaa terapeuttista osaamistaan päihdekuntoutuksessa ja tutustua kansainvälisiin toimintaterapiainterventioihin kirjallisuuskatsauksemme kautta.

Jatkotutkimusaiheeksi esitämme tämän kirjallisuuskatsauksen perusteella toimintaterapian vakuuttavuuden tutkimista päihdekuntoutuksessa. Toimintaterapian vakuuttavuutta voisi tarkastella niin toimintaterapeuttien kuin asiakkaiden näkökulmasta. Toimintaterapeutteja voisi haastatella, miten he kokevat oman työnsä vakuuttavuuden moniammatillisessa kuntoutustiimissä ja miten he perustelevat oman työnsä tehokkuutta.

Toimintaterapiainterventioita päihdekuntoutuksessa voisi tutkia myös kotimaisella tasolla ja vertailla onko toiminnassa alueellisia eroavaisuuksia esimerkiksi sairaanhoitopiirien välillä. Kansainvälisistä toimintaterapian interventioista voisi tehdä tutkimusta laajemmalla aineistolla ja perehtyä tarkemmin kansainvälisiin kuntoutusjärjestelmien rakenteisiin, jotta vertailu Suomen toimintaan olisi vielä luotettavampaa. Tutkimusasetelmaksi voisi ottaa vertailun, jossa kohteena olisi tietyn maan kuntoutuskeskuksen toiminta ja suomalaisen kuntoutuskeskuksen toiminta toimintaterapian näkökulmasta. Eri-laisia toimintaterapian interventioita on tutkittu kansainvälisesti jonkin verran, mutta poikkeuksetta tutkimukset edellyttävät jatkotutkimuksia. Suomalaisia tutkimuksia toimintaterapiasta päihdekuntoutuksessa on vähäisesti.

Lähteet

Aalto, Mauri & Vormaa, Helena 2013. Erikoissairaanhoidon päihdepsykiatria etenee kohti tarkempaa erotusdiagnoosiikkaa. Päihdepsykiatria-teema, katsaus. Duodecim 2013; 129:2079-84. <<https://docplayer.fi/64032664-Erikoissairaanhoidon-paihdepsykiatria-etenee-kohti-tarkempaa-erotusdiagnoosiikkaa.html>>. Viitattu 25.10.2021.

Abu Tariah, Hashem S & Hamed, Razan & Al-Omari, Hasan 2015. Jordanian client perspectives of substance abuse: Implications for occupational therapists. International Journal of Therapy and Rehabilitation 22(12), 566–572. <https://www.researchgate.net/publication/286523105_Jordanian_client_perspectives_of_> Viitattu 25.10.2021.

Amorelli, Catrinna R. 2016. Psychosocial Occupational Therapy Interventions for Substance-Use Disorders: A Narrative Review. Occupational Therapy in Mental Health 32 (2). 167–184.

Bell, Teneil & Wegner, Lisa & Blake, Lauren & Jupp, Leigh & Nyabenda, Fides & Turner, Tamryn 2015. Clients' perceptions of an occupational therapy intervention at a substance use rehabilitation centre in the Western Cape. South African Journal of Occupational Therapy 45 (2). 10-14. <<http://www.scielo.org.za/pdf/sajot/v45n2/03.pdf>>. Viitattu 25.10.2021.

Dalal, P. K. 2020. Changing scenario of addiction psychiatry: Challenges and opportunities. Indian Journal of Psychiatry. 235–241. <<https://www.indianjpsychiatry.org/article.asp?issn=0019-5545;year=2020;volume=62;issue=3;spage=235;epage=241;au-last=Dalal>>. Viitattu 25.10.2021.

Hartikainen, Leena 2019. Toimintaterapiapalvelut Helsingin kaupungin päihdepoliikklinikoilla. Helsingin kaupunki, Uramalli 2019–2020. Yhtenevät toimintaterapiapalvelut päihdepoliikklinikoilla.

Helsingin kaupunki 2020. Aikuisten ehkäisevä mielenterveys- ja päihdetyö. Mielenterveys- ja päihdepalvelut. Päivitetty 17.11.2020. <<https://www.hel.fi/helsinki/fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/mielenterveys-ja-paihdepalvelut/ety/>>. Viitattu 25.10.2021.

Helsingin kaupunki 2021a. Päihdepalvelut Mielenterveys- ja päihdepalvelut. Päivitetty 16.4.2021. <<https://www.hel.fi/helsinki/fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/mielenterveys-ja-paihdepalvelut/paihdepalvelut/paihdepalvelut/>>. Viitattu 25.10.2021.

Helsingin kaupunki 2021b. Päihdepoliikklinikat. Päivitetty 16.4.2021. <<https://www.hel.fi/helsinki/fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/mielenterveys-ja-paihdepalvelut/paihdepalvelut/paihdepoliikklinikat/>>. Viitattu 25.10.2021.

Helsingin kaupunki 2021c. Päihdekuntoutus Luoto ja päiväkeskus Aalto. <<https://www.hel.fi/helsinki/fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/mielenterveys-ja-paihdepalvelut/paihdepalvelut/paihdekuntoutus/laitoskuntoutus/paihdekuntoutus-luoto>>. Viitattu 25.10.2021.

Helsinki-kanava 2020. Helsingin kaupungin päihdepalvelut. Helsinki, sosiaali- ja terveysterveyspalvelut. <<https://www.helsinkikanava.fi/web/helsinkikanava/player/vod?assetId=58815336>>. Viitattu 25.10.2021.

Honkala, Eija. 2017. Mitä on toipumisorientaatio? HELMI Mielenterveysyhdistys ry. <<https://mielenterveysterveys.fi/blogi/vaikuttava-mieli/mita-on-toipumisorientaatio/>>. Viitattu 25.10.2021.

Hoxmark, Ellen & Wynn, Trude Nydal & Wynn, Rolff 2012. Loss of activities and its effect on the well-being of substance abusers, Scandinavian Journal of Occupational Therapy, 19 (1). 78–83.

Kangasniemi, Mari & Utriainen, Kati & Ahonen, Sanna-Mari & Pietilä, Anna-Maija & Jääskeläinen Petri & Liikkanen, Eeva 2013. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsennettyyn tietoon. Hoitotiede 25 (4). 291–301.

Kielhofner, Gary 2008. Model of Human Occupation. Theory and application. 4.painos. Baltimore MD: Lippincott Williams & Wilkins.

Kielhofner, Gary. 2009. Conceptual Foundations of Occupational Therapy Practice. 4. painos. Philadelphia: F.A. Davis Company. 85-104.

Kyllönen, Sanna 2018. Toimintaterapia tarjoaa monipuoliset menetelmät työllistymiseen ja kouluttautumiseen. Toimintaterapeutti-lehti 2/2018. (14). Saatavana myös sähköisesti osoitteessa: <http://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/site/assets/files/2581/tt_tarjoaa_monipuoliset_menetelma_t_tyollistymiseen_ja_kouluttautumiseen.pdf>. Viitattu 25.10.2021.

Lindholm, Lars & Luoto, Kaisa, & Koivukangas, Antti & Kampman, Olli 2013. Psykye plus ja päihteitä mukana: päihdepsykiatrisen potilaan arviointi perusterveydenhuollossa Päihdepsykiatria-teema, katsaus. Duodecim 2013;129. 2057–2062. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/97029/psykye_plus_ja_paihteita_2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y> . Viitattu 25.10.2021.

Matthews, Abi 2020. Is there a role for Acceptance and Commitment Therapy (ACT) in mental health Occupational Therapy? Saatavana osoitteessa: <<https://www.theot-hub.com/post/is-there-a-role-for-acceptance-and-commitment-therapy-act-in-mental-health-occupational-therapy>>. Viitattu 1.6.2021.

Mielenterveys- ja päihdepalvelut. Helsingin kaupunki. Sosiaali- ja terveysterveyspalvelut. <<https://www.hel.fi/helsinki/fi>>. Viitattu 25.10.2021.

Nordling, Esa 2018. Mitä toipumisorientaatio tarkoittaa mielenterveystyössä? Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. <<https://www.duodecimlehti.fi/duo14435>>. Viitattu 25.10.2021.

Opp, Ashley 2020. Recovery With Purpose: Occupational Therapy and Drug and Alcohol Abuse. American Occupational Therapy Association. <<https://www.aota.org/About>>

Occupational-Therapy/Professionals/MH/Articles/RecoveryWithPurpose.aspx>. Viitattu 25.10.2021.

Pasareanu, Adrian R & Opsal, Anne & Vederhus, John-Kåre & Kristensen, Øistein & Clausen, Thomas 2015. Quality of life improved following in-patient substance use disorder treatment. Pasareanu et al. Health and Quality of Life Outcomes. 1-6. <<https://hqlo.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/s12955-015-0231-7.pdf>>. Viitattu 25.10.2021.

Peloquin, Suzanne M & Ciro, Carrie A & Fingerhut, Patricia & Patterson, Tara 2017. Population-Centered Groups for Women Recovering from Substance Abuse: Satisfaction, Engagement, and Lessons Learned. 2018. 138–149.

Polatajko, Helene & Davis, Jane & Stewart, Deb & Cantin, Noemi & Amoroso, Bice & Purdie, Lisa & Zimmerman, Daniel 2007. Specifying the Domain of Concern: Occupation as Core. Teoksessa Polatajko, H.J & Townsend, E.A. (toim.). Enabling occupation II: Advancing an Occupational Therapy Vision for Health, Well-being & Justice Through Occupation. Ottawa: CAOPT Publications ACE. 13–36.

Ribeiro, Jaime & Mira, Eva & Luorenco, Ines & Santos, Maria & Braúna, Monica 2019. The intervention of Occupational Therapy in drug addiction: a case study in the Comunidade Terapêutica Clínica do Outeiro – Portugal. 1585–1594. <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232019000501585&script=sci_arttext&lng=en>. Viitattu 25.10.2021.

Salminen, Ari 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan Yliopiston julkaisu. <https://www.univaasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf>. Viitattu 25.10.2021.

Sargent, Jeffrey & Valdes, Kristen 2021. Use of Occupation-Based Outcome Measure and Strength-Based Self-Report with Persons with Substance Use Disorders: A Prospective Cohort Study. Occupational Therapy in Mental Health 2021, 37 (3). 208–223.

Spencer, Andrea E. & Valentine, Sarah E., Sikov, Jennifer & Yule, Amy M. & Hsu, Heather & Hallett, Eliza & Xuan, Ziming & Silverstein, Michael & Fortuna, Lisa 2021. Principles of Care for Young Adults With Co-Occurring Psychiatric and Substance Use Disorders. PEDIATRICS Volume 147, number s2. <https://pediatrics.aappublications.org/content/pediatrics/147/Supplement_2/229.full.pdf>. Viitattu 25.10.2021.

Sy, Michael & Ohshima, Nobuo & Roraldo, Ma & Patricia, Nicole R. 2018. The Role of Filipino Occupational Therapists in Substance Addiction and Rehabilitation: AQ-Methodology. Occupational Therapy in Mental Health, 34 (4). 367–385.

Tammisto, Elina 2021. Toimintaterapeutti. Helsingin kaupunki. Microsoft Teams. Haastattelu 18.10.2021.

Työpaperi 04/21 2021. Alkoholi-, tupakka-, huumausaine- ja rahapelitilanne Suomessa – Päihde- ja riippuvuusstrategian taustaselvitys. Warpenius, Katariina (toim.). Terveysten- ja hyvinvoinninlaitos. Helsinki 2021. 10 https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/141160/URN_ISBN_978-952-343-622-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y

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