



# **Aikuisten toiminnallinen tasapaino COVID-19-pandemiarajoitusten aikana ja toimintaterapeuttien kontribuutiot verkostoissa sen tueksi**

**Kuvaileva kirjallisuuskatsaus**

Virve Kuusisto-Mäkinen

Opinnäytetyö, ylempi AMK

Joulukuu 2022

Verkostojohtamisen tutkinto-ohjelma

Kuusisto-Mäkinen, Virve

**Aikuisten toiminnallinen tasapaino COVID-19-pandemiarajoitusten aikana ja toimintaterapeuttien kontribuutiot verkostoissa sen tueksi: Kuvaileva kirjallisuuskatsaus**

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Joulukuu 2022, 153 sivua.

Verkostojohtamisen koulutusohjelma, sosiaali- ja terveysala, YAMK opinnäytetyö

Julkaisun kieli: suomi

Julkaisulupa avoimessa verkossa: kyllä

**Tiivistelmä**

Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin COVID-19-pandemia-ajan rajoitustoimenpiteiden aiheuttamia muutoksia ihmisten arjen toiminnoissa sekä rajoitusten yhteyksiä aikuisten toiminnalliseen tasapainoon. Aihetta käsiteltiin sekä toimintaterapeuttien käytännön työn ja verkostoitumisen näkökulmasta (A) että toiminnantieteen näkökulmasta (B). Tutkimuskysymykset olivat: (A)1. Millaisiin toimiin ja työn tekoihin toimintaterapeutit ryhtyivät pandemia-aikana tukeakseen aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallista tasapainoa? (A)2. Millaisissa verkostoissa toimintaterapeutit toimivat tukiessaan aikuisväestön toiminnallista tasapainoa pandemiarajoitusten aikana? (B)3. Millaista tutkimusnäyttöä on pandemia-ajan rajoitusten ja aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallisen tasapainon yhteyksistä?

Tutkimus toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Aineistot katsaukseen valittiin eksplisiittisesti ja niiden laatu arvioitiin. Tutkimusaineisto koostui A-osiossa vertaisarvioituista tutkimusartikkeleista ja muista kirjallisista asiantuntija-aineistoista (n=37), kuten esimerkiksi ammatillisten lehtien artikkeleista, oppilaitosten ja organisaatioiden julkaisuista sekä verkkojulkaisuista ja blogiteksteistä. B-osion tutkimusaineisto koostui vertaisarvioituista tutkimusartikkeleista (n=7). Aineistojen analyysissä hyödynnettiin temaattista analyysia ja kuvailevaa luokittelua kirjallisuuskatsauksen analyysin prosessimallien mukaisesti.

Tutkimusosuuden A tulokset osoittivat, että pandemia-aika aktivoi toimintaterapeutteja monissa eri maissa innovoimaan ja toimimaan tavanomaista kuntoutus- ja asiakastyötään laajemmissa verkostoissa sekä tuomaan asiantuntemustaan esille väestön toiminnallisen tasapainon ja hyvinvoinnin tueksi. Tutkimusosuuden B tulokset osoittivat, että pandemia-aika aktivoi toiminnantieteen tutkijat tutkimaan toiminnallista tasapainoa väestötasolla pandemia-aikana. Lisäksi tutkimusosuuden B tulokset viittasivat siihen, että pandemia-ajan rajoitustoimenpiteillä ei ollut väestötasolla merkitseviä välittömiä vaikutuksia aikuisten toiminnalliseen tasapainoon lyhyellä aikajänteellä (enintään kaksi kuukautta). Aineiston tutkimuksissa oli kuitenkin tunnistettu yksilöityjä riskitekijöitä toiminnalliselle epätasapainolle. Niitä olivat muun muassa negatiivinen itsetunto, opiskelijastatus, hoitovastuu läheisistä, puolison puuttuminen, riittämätön tiedonsaanti ja asuminen pienessä asunnossa. Tutkimuksissa oli tunnistettu viitteitä siitä, että pitkään jatkuessaan toimintaympäristöjen ja toiminnallisuuden rajoittaminen voi haastaa aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallista tasapainoa.

Tutkimus nostaa esiin toiminnan merkityksen väestötason hyvinvointitekijänä ja kannustaa toimintaterapeuttien asiantuntijuuden hyödyntämiseen kuntoutustyötä laajemmin. Tutkimus kuvaa myös verkostotyön merkitystä toimintaterapia-alan kehittymiselle ja kannustaa kehittämään eri tieteen- ja käytännöalojen asiantuntijoiden välistä keskustelua ja verkostoyhteistyötä.

**Avainsanat (asiasanat)**

**aikuiset, COVID-19, toiminnallinen tasapaino, toiminnantiede, toimintaterapia, pandemia, rajoitukset, verkostot**

Kuusisto-Mäkinen, Virve

**Occupational balance of adults during the COVID-19 pandemic restrictions and the contributions of occupational therapists in networks to support it: Descriptive literature review**

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, December 2022, 153 pages.

Master's Degree Programme in Business Network Management. Master of Health Care and Social Services. Master's thesis.

Permission for open access publication: Yes

Language of publication: Finnish

**Abstract**

This study examined the changes in people's everyday activities caused by the restriction measures during the COVID-19 pandemic and the connections of the restrictions to the occupational balance of adults. The topic was discussed A) from the perspective of occupational therapists' practical work and networking, and B) from the perspective of occupational science. The research questions were: (A)1. What actions did occupational therapists take during the pandemic to support the occupational balance of the normal adult population? (A) 2. In what kind of networks did occupational therapists support the occupational balance of the adult population during pandemic restrictions? (B) 3. What kind of research evidence is there on the connections between restrictions during the pandemic and the occupational balance of the adult normal population?

The research was carried out as a descriptive literature review. The materials for the review were explicitly selected and the quality of the materials was evaluated. In section A, the research material consisted of peer-reviewed research articles and other written expert materials (n=37), such as articles from professional magazines, publications of educational institutions and organizations, and online publications and blog posts. The research material of section B consisted of peer-reviewed research articles (n=7). In the analyzes of the data sets, thematic analysis and descriptive classification were utilized in accordance with the process models of the literature review analysis.

The results of research part A showed that the pandemic period activated occupational therapists in many different countries to innovate and work in wider networks than their usual rehabilitation and client work is done and to bring out their skills in support of the occupational balance and well-being of the population. The results of research part B showed that the pandemic period activated occupational science researchers to study occupational balance at the population level during the pandemic period. In addition, the results of research part B indicated that the pandemic period restriction measures did not have significant immediate effects on the occupational balance of adults at the population level in the short term (up to two months). In the studies risk factors for occupational imbalance had been identified. The studies also had identified indications that, if continued for a long time, the limitation of occupational environments and participation can lead to challenges in the occupational balance of the adult normal population.

The study highlights occupational balance as an important well-being factor at the population level and encourages the utilization of the expertise of occupational therapists in a wider range. The study also describes the importance of networking for the development of occupational therapy and encourages the development of network cooperation between experts from different fields of science and practice.

**Keywords/tags (subjects)**

**adults, COVID-19, network, occupational balance, occupational science, occupational therapy, pandemic, restrictions, social distancing measures**

## Sisältö

<b>Käsitteet</b> .....	<b>8</b>
<b>1 COVID-19-pandemia-aika oli maailmanlaajuinen toiminnallisuuden häiriötila ja verkostoitumisen ajuri</b> .....	<b>10</b>
<b>2 Opinnäytetyön konteksti ja tietoperusta</b> .....	<b>12</b>
2.1 Opinnäytetyön orientaatioperustan kuvaus .....	12
2.2 COVID-19-pandemia ja aikuisväestöt.....	13
2.2.1 Pandemiatilanne loppuvuodesta 2022.....	13
2.2.2 COVID-19-pandemia-ajan rajoitustoimenpiteet .....	13
2.2.3 COVID-19-pandemia-ajan rajoitusten vaikutukset aikuisväestöissä .....	14
2.3 Verkostot ja verkottuminen .....	16
2.3.1 Verkosto käsitteenä .....	16
2.3.2 Yleinen verkostokäsite .....	17
2.3.3 Verkostojen analysointi, tyypittely ja kuvailu.....	18
2.3.4 Verkostojen syntyminen ja verkostojen johtaminen .....	20
2.3.5 Pandemia-ajan vaikutuksia verkostotyöhön .....	22
2.4 Toimintaterapia ja toiminnantiede .....	23
2.4.1 Toimintaterapeuttien ja toiminnantieteen tutkijoiden työpositiot .....	24
2.4.2 Toimintaterapeuttien työn verkostot mikro-, meso- ja makrotasoilla.....	24
2.4.3 Toimintaterapia ja toiminnantiede pandemia-aikana.....	26
2.4.4 Toiminnantieteen näkökulmia pandemia-aikaan.....	27
2.5 Toiminnallinen tasapaino .....	32
2.5.1 Toiminnallisen tasapainon määritelmä .....	32
2.5.2 Toiminnallisen tasapainon yhteydet hyvinvointiin.....	34
2.5.3 Toiminnallisen tasapainon arviointi.....	35
<b>3 Tutkimuksen tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset</b> .....	<b>37</b>
<b>4 Tutkimuksen toteutus</b> .....	<b>39</b>
4.1 Tutkimuksen metodologiset valinnat ja niiden perustelut .....	39
4.2 Aineistojen keruut.....	40
4.2.1 Aineistojen hakustrategiat.....	41
4.2.2 Aineistojen valintaprosessit.....	47
4.3 Aineistojen kuvaukset ja laadun arvioinnit .....	47
4.3.1 Aineistojen kuvaukset.....	47
4.3.2 Aineistojen laadun arviointikriteerit.....	47
4.3.3 Aineiston A laadun kuvaus.....	48

4.3.4	Aineiston B laadun kuvaus.....	49
4.4	Aineistojen analyysit .....	50
4.4.1	Analyysiprosessi.....	50
4.4.2	Aineiston A analyysin kuvaus.....	52
4.4.3	Aineiston B analyysin kuvaus.....	54
4.4.4	Arvio aineistojen riittävydestä tutkimuskysymyksiin vastaamiseksi .....	55
<b>5</b>	<b>Tulokset.....</b>	<b>56</b>
5.1	Toimintaterapeuttien kontribuutiot aikuisten toiminnallisen tasapainon tueksi pandemia-aikana .....	56
5.1.1	Suoraan ja välillisesti väestöön kohdistuvia toteutettuja ja kehkeytymäisillään olevia kontribuutioita.....	57
5.1.2	Tutkimustyö .....	58
5.1.3	Yleiset kannanotot.....	60
5.1.4	Koulutus.....	62
5.1.5	Verkossa julkaistut tietopaketit.....	64
5.1.6	Käytännön projektit ja interventiot .....	65
5.1.7	Kuvattuja mahdollisuuksia eli kehkeytyviä kontribuutioita .....	67
5.1.8	Aineiston kontribuutiot havainnollistettuna inhimillisen toiminnan mallin (MOHO) ympäristön kolmessa eri kontekstissa .....	69
5.2	Verkostot, joissa toimintaterapeutit toimivat tukeakseen aikuisten toiminnallista tasapainoa pandemia-aikana .....	70
5.2.1	Verkostotyön ajurit, mahdollistajat, edistäjät ja hidasteet.....	71
5.2.2	Verkostojen ulottuvuudet ja verkostotyytit .....	73
5.2.3	Verkostotahot ja verkostot mikro-, meso- ja makrotasoilla tarkasteltuina .....	76
5.2.4	Tietoisesti rakennettuja ja spontaaneja verkostoja .....	77
5.2.5	Aineiston verkostot havainnollistettuna inhimillisen toiminnan mallin (MOHO) ympäristön kolmessa eri kontekstissa .....	81
5.3	Aikuisten toiminnallinen tasapaino pandemia-ajan rajoitusten aikana .....	82
<b>6</b>	<b>Johtopäätökset.....</b>	<b>87</b>
6.1	Tutkimustehtävät ja keskeiset vastaukset tutkimuskysymyksiin.....	87
6.2	COVID-19-pandemia-ajan rajoitukset voivat olla riski aikuisikäisen normaaliväestön toiminnalliselle tasapainolle erityisesti pitkään jatkuessaan.....	88
6.3	Pandemia-aikana toimintaterapeutit toteuttivat lukuisissa eri maissa monenlaisia aikuisväestöjen toiminnallista tasapainoa ja hyvinvointia tukevia työn tekoja .....	90
6.4	Verkostot mahdollistivat sen, että toimintaterapeuttien tuki tavoitti väestön .....	91
6.5	Johtopäätösten kooste.....	92

<b>7</b>	<b>Pohdinta.....</b>	<b>93</b>
7.1.1	Tutkimuksen eettisyys .....	93
7.1.2	Tutkimuksen luotettavuus .....	95
7.1.3	Tutkimuksen hyödynnettävyys.....	98
7.1.4	Jatkotutkimus- ja kehittämissuositukset .....	99
7.1.5	Vielä toimintaterapian ja toiminnantieteen näkökulmasta verkostoihin .....	101
	<b>Lähteet .....</b>	<b>104</b>
	<b>Lähteet - Aineisto A .....</b>	<b>122</b>
	<b>Lähteet - Aineisto B .....</b>	<b>125</b>
	<b>Liitteet .....</b>	<b>126</b>
	Liite 1. Tämän opinnäytetyön ja siihen sisältyneiden kirjallisuuskatsausten prosessikuvaukset infograafeina .....	126
	Liite 2. Toiminnantieteen käsitteitä ja esimerkkejä pandemia-aikaa käsittelevistä toiminnantieteen tutkimuksista.....	127
	Liite 3. Aineiston A hakuprosessia kuvaava PRISMA-vuokaavio .....	128
	Liite 4. Aineiston B hakuprosessia kuvaava PRISMA-vuokaavio .....	129
	Liite 5. Aineistojen laadun arvioinnissa käytetyt JBI -arviointikriteerit.....	130
	Liite 6. Aineistojen A ja B keruut ja laadun arvoinnit infograafeina.....	131
	Liite 7. Aineistojen A ja B kuvaukset infograafeina .....	132
	Liite 8. Aineiston A kuvaus taulukkona .....	133
	Liite 9. Aineiston B kuvaus taulukkona alkuperäiskielellä englanniksi .....	148
	Liite 10. Aineistojen analyysia ohjanneet prosessikuvaukset infograafeina.....	150
	Liite 11. Aineiston B sisältötiivistelmät alkuperäiskielellä englanniksi .....	151
	<b>Kuviot</b>	
	Kuvio 1. Opinnäytetyön orientaatioperusta. ....	12
	Kuvio 2. Esimerkkejä vaikuttavista vertaisverkostoista. ....	19
	Kuvio 3. Moniverkosto ympäristö ja verkostojen ulottuvuudet.....	19
	Kuvio 4. Organisaatioiden väliset ja sosiaaliset, tietoisesti kehitetyt ja vapaasti kehittyvät verkostot. ....	20
	Kuvio 5. Ekosysteemin kehkeytymisen ydinvaiheet. ....	22
	Kuvio 6. Toiminnallisuuden osa-alueita ja arkielämän toimintakokonaisuuksia.....	28
	Kuvio 7. Toiminnallisuus toimintaterapian keskiössä. ....	29
	Kuvio 8. Esimerkkejä tekijöistä, jotka sisältyvät inhimillisen toiminnan mallissa (MOHO) fyysiseen, sosiaaliseen ja toiminnalliseen ympäristöön kolmessa eri kontekstissa (vrt. mikro-, meso-, makrotasot).....	31

Kuvio 9. Toiminnallinen tasapaino. Miellekartta.....	36
Kuvio 10. Tutkimustehtävät Venn-diagrammina.....	37
Kuvio 11. Toimintaterapeuttien kontribuutiot aikuisten toiminnallisen tasapainon tueksi pandemia-aikana.....	57
Kuvio 12. Aineiston kontribuutioita havainnollistettuna inhimillisen toiminnan mallin (MOHO) ympäristön kolmessa eri kontekstissa.....	69
Kuvio 13. Verkostotasojen ilmeneminen aineistossa ja esimerkkejä verkostotahoista.....	71
Kuvio 14. Vertaisverkostomuotojen esiintyminen aineistossa ja aineistosta tehtyjä havaintoja vertaisverkostoista.....	74
Kuvio 15. Toimintaterapeuttien kontribuutioita Brasilian psykososiaalisen terveydenhuollon monitoimijaverkostossa.....	75
Kuvio 16. Cape Townin yliopiston oppimisalusta Facing Up:in moniverkostoympäristö.....	76
Kuvio 17. Normal Life has been interrupted -opas ja kehkeytyvä verkosto.....	78
Kuvio 18. Aineistokokonaisuudessa ilmeneviä emergentin verkoston piirteitä.....	80
Kuvio 19. Aineiston verkostotoimijoita havainnollistettuna inhimillisen toiminnan mallin (MOHO) ympäristön kolmessa eri kontekstissa.....	81
Kuvio 20. Katsaukseen hyväksytyjen tutkimusten ydintulokset suhteessa tutkimuskysymykseen (B)3.....	82
Kuvio 21. Kaikkien tutkimuskysymysten keskeisimmät tulokset.....	88

## Taulukot

Taulukko 1. Tutkimustehtävästä (B)3 johdetut tiedonhakuun liittyvät asiasanat PICO-menetelmään pohjautuvan laadulliseen tutkimusasetelmaan soveltuvan PICO-menetelmän mukaisesti jäsennehtyinä.....	42
Taulukko 2. Tutkimuskysymyksittäin tunnistetut lisäkäsitteet.....	42
Taulukko 3. Opinnäytetyön tutkimusaineistojen sisäänotto- ja poissulkukriteerit.....	45
Taulukko 4. Esimerkkejä mahdollisista toimintaterapiainventioista koronakriisin aikana mikro-, meso- ja makrotasoilla tarkasteltuina.....	67
Taulukko 5. Esimerkkejä toimintaterapeuttien verkostotyötahoista mikro-, meso- ja makrotasoilla perustuen aineistoon A.....	76

## Käsitteet

Käsitteet on esitetty siinä järjestyksessä kuin ne esiintyvät opinnäytetyössä. Lukemisen sujuvoittamiseksi tekstiä on toisinaan korostettu typografisesti. Keskeisimmät asiat on lihavoitu ja kursiivia on käytetty, kun tärkeä käsite esiintyy tekstissä ensimmäisen kerran.

### AIKUISET

Tässä opinnäytetyössä käytetään käsitettä **aikuinen** tarkoittaen kaikkia **yli 18-vuotiaita**. Käsitteellä **aikuisväestöt** viitataan siihen, että opinnäytetyössä tarkastellaan aikuisikäisiä ensisijaisesti väestötasolla ja termillä **aikuisikäinen normaaliväestö** selvennetään, että tarkastelua ei rajata koskemaan vain erityisryhmiä tai toimintaterapian tavanomaisen kuntoutuksen ja terapiatyön asiakkaita, joiden toimintakyky on rajoittunut esimerkiksi sairauden tai vamman vuoksi.

### TOIMINNALLINEN TASAPAINO

**Toiminnallinen tasapaino** on yksilön **kokemus siitä, että hänellä on toimintoja oikeassa suhteessa ja oikeanlaista vaihtelua toimintojensa välillä** (Wagman, Håkansson & Björklund 2012, 322–327). Arjen käytännön tasolla toiminnallinen tasapaino tarkoittaa sitä, että ihmisen elämään kuuluvat toiminnot, kuten lepo, vapaa-aika, työ ja itsestä huolehtiminen, ovat tasapainossa keskenään. Toiminnallinen tasapaino on tärkeä tekijä mm. sen kannalta, miten mielekkäänä elämä koetaan, sekä miten hyväksi terveys koetaan. Toiminnallisen tasapainon lähikäsitteitä muilla tieteenaloilla ovat mm. *life balance*, *balanced lifestyle* ja *work-life balance*.

### COVID-19-PANDEMIA

Maaliskuun 11. päivä vuonna 2020 Maailman terveysjärjestö (WHO) ilmoitti aiemmin tunnistamattoman koronaviruksen SARS-CoV-2 aiheuttaman **COVID-19-taudin** eli *koronavirustaudin* (engl. coronavirus disease) olevan **maailmanlaajuinen vakava epidemia** eli pandemia (WHO 2022). Sanalla **pandemia** viitataan tässä opinnäytetyössä poikkeuksetta COVID-19-pandemiaan myös silloin, kun sana esiintyy ilman etuliitettä COVID-19.

### PANDEMIA-AIKA

Maailman terveysjärjestö (WHO) ei toistaiseksi ole vielä antanut ilmoitusta pandemian päättymisestä (28.10.2022, WHO:n www-sivut). Näin ollen pandemia-ajalla viitataan tässä opinnäyttyessä **vuoden 2020 alusta vähintään** opinnäytteen julkaisemisajankohtaan eli **joulukuuhun 2022**. Toiston välttämiseksi käytetään myös termiä **koronakriisi**. Sanavalinnoilla pyritään tuomaan esille pandemia-aikaan liittyneet moninaiset muut ihmisten toiminnallisuuteen ja hyvinvointiin vaikuttaneet tekijät itse virustaudin ja siihen sairastumisen lisäksi.

### PANDEMIARAJOITUKSET

**Pandemiarajoituksilla tarkoitetaan pandemia-aikana yhteisöissä ja yhteiskunnissa säädettyjä ja toimeenpantuja erilaisia lakeja, ohjeita, suosituksia ja rajoituksia.** (WHO Coronavirus [COVID-19] Dashboard 2022; Valtioneuvosto Rajoitukset ja suositukset koronaepidemian aikana 2022.) Toiston välttämiseksi käytetään myös termejä (pandemia-ajan / pandemia-aikana toteutetut) **rajoitustoimenpiteet ja rajoitustoimet**.

### TOIMINTATERAPEUTIT

**Toimintaterapeutit** (engl. occupational therapists) ovat kuntoutusalan ammattilaisia, joiden työnä on auttaa niitä ihmisiä ja ihmisryhmiä, jotka kokevat toimintakyvystään tai ympäristöstä johtuvia rajoituksia ja osattomuutta arjessaan (Toimintaterapeuttiliitto 2022). **Toimintaterapia** (engl. occupational therapy) on asiakaslähtöistä kuntoutusta, jolla tuetaan asiakkaan päivittäistä elämää. Toimintaterapian teoriatausta on monitieteinen ja siinä hyödynnetään monia eri tieteenaloja, kuten kehitys-, neuro-, sosiaali- ja ympäristöpsykologiaa sekä lääketieteestä varsinkin neurologiaa ja psykiatriaa (Pikkarainen 2020, 25; viitattu Hautala, Hämäläinen, Mäkelä & Rusi-Pyykönen



2011). Pääosin toimintaterapian perusteet ovat kuitenkin toiminnantieteessä (Toimintaterapeuttiliitto 2022).

<b>KONTRIBUUTIO</b>	<b>Kontribuutio</b> on henkilön <b>osallistuva teko, panos, myötävaikutus</b> ; erityisesti <b>lisäys olemassa olevaan</b> (Suomisanakirja 2022; Kielitoimiston sanakirja 2022). Tässä opin- näytteessä <i>kontribuutio</i> sanalla viitataan <b>sekä tiedettä edistäviin tekoihin (tieteelli- nen kontribuutio) että tiedon ja opitun soveltamiseen käytännössä eli työhön, toi- miin ja työn tekoihin.</b>
<b>VERKOSTOT</b>	<b>Verkosto</b> on <b>joukko toimijoita ja niiden välisiä suhteita</b> . Käsitteenä <i>verkosto</i> ilmaisee sen, että toimijat – yksilöt ja ryhmittymät – ovat jollain tavalla toisiinsa kytkeytyviä, <i>verkottuvia</i> . (Miettinen, Toikka, Tuunainen, Lehenkari & Freeman 2006; Kielitoimis- ton sanakirja 2022.) <b>Verkottuminen, verkostoituminen ja verkostotyö</b> on monenkes- kistä yhteistyötä. Verkostot voivat olla tietoisesti rakennettuja tai vapaasti kehittyviä.
<b>KOMPLEKSINEN</b>	<b>Kompleksinen</b> on <b>moniosainen, punoutunut, monirakenteinen, -syinen, -säikeinen tai monimutkainen</b> (Suomisanakirja 2022; Kielitoimiston sanakirja 2022). <b>Kompleksi- seen ongelmaan</b> liittyy yleensä paljon tekijöitä, muuttujia, erilaisia arvoja ja näkökul- mia. Ne voivat olla uusia ja ajassa muuttuvia. Puhutaan myös viheliäisistä, pirullisista tai ilkeistä ongelmista (engl. <i>wicked problems</i> ).
<b>TYÖHYPOTEESI</b>	<b>Työhypoteeseja</b> käytetään usein <b>käsitteellisinä kehyksinä laadullisessa tutkimuk- sessa</b> . Tutkijalla on aikaisempia kokemuksia tutkimuskohteesta ja siten <b>esioletuksia</b> eli työhypoteeseja siitä, mitä tutkimus voi tuoda tulleessaan tai miten tutkittava ilmiö voisi olla syvemmin tarkasteltavissa. Tekemällä tutkimuskohteeseen liittyvät esiole- tukset tietoisiksi ja tiettäväiksi pyritään tutkimuksen lähtökohtien ja tutkijaposition avoimuuteen ja siihen, etteivät tutkijan kokemukset ja oletukset kahlitsisi tutkimus- asetelmaa ja tutkimuksen etenemistä. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)
<b>AJURI</b>	Verkostoista puhuttaessa ajureilla tarkoitetaan niitä <b>tekijöitä, joiden vuoksi yhteis- työkumppaneita haetaan tai verkostoituminen lähtee käyntiin</b> . Ajurina voi olla esi- merkiksi täydentävän osaamisen tarve, uudenlainen haaste tai aiemmat myönteiset kokemukset yhteistyöstä. (Valkokari ym. 2014, 13.)
<b>TOIMINNANTIEDE</b>	<b>Toiminnantiede</b> (occupational science) on tieteenala, joka <b>tutkii ihmisen toimintaa</b> arjessa. Toiminnantieteessä ollaan kiinnostuneita toimintoihin liittyvistä yksilöllisistä valinnoista ja <b>toiminnan merkityksestä terveydelle ja hyvinvoinnille</b> . Toiminnan- tiede tutkii ja analysoi yksilön, toiminnan ja ympäristön välistä suhdetta sekä toimin- nan mahdollistavia ja sitä estäviä tekijöitä. Toiminnantiede <b>painottaa toimijuutta, toimintaa inhimillisenä tarpeena</b> sekä yksilön kokemusta omasta merkityksellisyy- destään. Toiminnantieteessä tehdään sekä perustutkimusta kehittäen ja vahvistaen tieteenalan teoriaa että soveltavaa tutkimusta, kuten toimintaterapian menetelmien vaikuttavuustutkimusta, näyttöön perustuvan terapian tueksi. (Toimintaterapeutti- liitto 2022; Calhoun 2021; Clark, Parham ym. 1991.)
<b>OCCUPATIONAL DISRUPTION</b>	<b>Toiminnallisuuden tilapäinen häiriötila</b> viittaa toimintojen ja toimintaympäristöjen häiriöön tai tilapäiseen sekasortoon, joka voi vaikuttaa esimerkiksi yksilön identiteet- tiin, selviytymiskeinoihin, sosiaalisiin suhteisiin ja arvostamiinsa toimintoihin osallistu- miseen. (Nizzero, Cote & Cramm 2017.) <b>Käsitteellä ei ole vakiintunutta suomenkie- listä vastinetta.</b>
<b>EMERGENTTI</b>	<b>Vapaasti kehittyvä, ilmaantuva, spontaanisti kehkeytyvä tai itseorganisoituva.</b> Ekosysteemit (verkostot) <b>ilmaantuvat</b> (engl. <i>emerge</i> ) sitoutuneiden ja intohimoisten (engl. <i>passionate</i> ) <b>avainhenkilöiden ja -projektien</b> ympärille. (Kola-Nyström, Koivu- koski, Koponen & Heino 2020; Järvensivu, Nykänen, Rajala 2010.)

# 1 COVID-19-pandemia-aika oli maailmanlaajuinen toiminnallisuuden häiriötila ja verkostoitumisen ajuri

Ihmiset ovat kautta historian olleet riippuvaisia toisistaan. Yhdistämällä voimansa ja osaamisensa ihmiset ovat löytäneet uudenlaisia ratkaisuja ongelmiinsa. Verkostoituminen on ihmisille hyvin luontainen tapa toimia ja se on auttanut ihmiskuntaa sopeutumaan monenlaisiin muutoksiin. (Harmaja 2019, 9.) Verkostomaista toimintaa pidetään hyvänä erityisesti sellaisissa tilanteissa, joissa pitää reagoida nopeasti muuttuviin tarpeisiin, tai joissa tarvitaan innovatiivisia ratkaisuja (Järvensivu, Nykänen, Rajala 2010, 5–6). Mitä ennakoimattomampi, nopeampi ja kompleksisempi ongelma on, sitä heikommin puolestaan perinteiset hierarkkiset organisaatiot pystyvät niitä ratkaisemaan (Verkostojohtamisen opas 2019, 12).

COVID-19-pandemia oli ihmiskunnalle tällainen yllättävä, mittava ja varsin kompleksinen ongelma. Oli toimittava, vaikka kaikkea ei tiedetty eikä kaikkia vaikuttavia yhteyksiä pystytty hahmottamaan. Pandemia onkin nostanut yhteiskunnalliseen keskusteluun sen, miten kykymme sopeutua kriiseihin ja kehittyä vaatii verkostoitumista ja hierarkioiden rajat ylittävää yhteistyötä, tulevaisuusajattelua ja tiedon jakamista niin globaalisti kuin ruohonjuuritasollakin. (Hämäläinen & Vataja 2020; OECD Policy Responses to Coronavirus [COVID-19] 2020.)

Tämä ylemmän ammattikorkeakoulun opinnäytetyö on toteutettu COVID-19-pandemia-aikana. Opinnäytetyö oli päättävä osa pitkään toimintaterapeutin ammatissa toimineen aikuisopiskelijan verkostojohtamisen tutkinto-ohjelman opintoihin. Opinnäytetyön tekijä jatkoi pandemia-aikanakin työtään toimintaterapeutina toteuttaen Kelan vaativaa lääkinnällistä kuntoutusta sellaisten asiakkaiden kanssa, joilla on vamman tai sairauden vuoksi huomattavia vaikeuksia selviytyä arjen toimista ja osallistua niihin (Kela vaativa lääkinnällinen kuntoutus 2022). Pandemia-aikana arjen toimiin osallistuminen oli kuitenkin merkittäväällä tavalla rajoitettua myös muilla kuin erityisryhmiin kuuluvilla kuntoutujilla. Toimintaterapeutin näkökulmasta pandemia-aika oli tartuntatautiepidemian lisäksi maailmanlaajuinen ja lähes koko ihmiskunnan kattava toiminnallisuuden häiriötila.

Tämä opinnäytetyö syntyi tekijänsä pohdinnasta, miten voisi toimintaterapeutin tietotaidollaan tukea kuntoutujien lisäksi muuta väestöä toimintojen rajoittumisen aikana. Toimintaterapia perustuu tieteellisesti tutkittuun tietoon, näyttöön ja hyviin käytäntöihin. Pandemia-aikana oltiin kuitenkin tilanteessa, että oli toimittava, vaikei vielä kaikkea tutkimuksellisesti tiedetty. Tunnistivatko

toimintaterapia-alan asiantuntijat väestöjen toiminnallisuuden tukemisen tarpeen ja ryhtyivätkö he tarjoamaan osaamistaan väestön avuksi? Syntyikö uudenlaista verkostoitumista ja oliko käytäntö hierarkioita ketterämpää? Entä mitä sanoo tämänhetkinen tutkimusnäyttö?

Opinnäytetyön esioletuksena eli työhypoteesina oli, että toiminnantieteen näkökulmasta COVID-19-pandemia-ajan rajoitukset voivat olla riski aikuisikäisen normaaliväestön toiminnalliselle tasapainolle erityisesti pitkään jatkuessaan, ja että ilmiötä mahdollisesti tutkitaan pandemia-aikana. Toisena työhypoteesina oli, että toimintaterapeuteilla on sellaista osaamista, joka voisi auttaa väestöä ylläpitämään toiminnallista tasapainoa ja hyvinvointia pandemia-ajan rajoitusten aikana. Tämän pohjautuen opinnäytetyön tekijä arveli, että jonkinlaisia kontribuutioita asian eteen myös mahdollisesti toteutettiin pandemia-aikana. Kolmantena työhypoteesina oli, että voidakseen tukea aikuisikäistä normaaliväestöä pandemiarajoitusten aikana, toimintaterapeuttien oli tehtävä jollain tavoin verkostotyötä, ja että uudenaikaisessa tilanteessa ja uudentyyppisiä kontribuutioita kehitettäessä saattoi syntyä uusia verkostoja.

Ensimmäisenä tutkimustehtävänä oli kartoittaa ja kuvata toimintaterapeuttien kontribuutioita, joilla tuettiin aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallista tasapainoa pandemia-aikana. Toisena tutkimustehtävänä oli kartoittaa ja kuvata, millaisissa verkostoissa toimintaterapeutit toimivat tukeessaan aikuisväestön toiminnallista tasapainoa pandemiarajoitusten aikana. Kolmantena tutkimustehtävänä oli kartoittaa ja kuvata toiminnantieteen viimeaikaisiin tutkimuksiin perustuen, millaista tutkimusnäyttöä on pandemia-ajan rajoitusten ja aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallisen tasapainon välisistä yhteyksistä. Opinnäytetyön prosessikuvaukset ovat liitteenä 1.

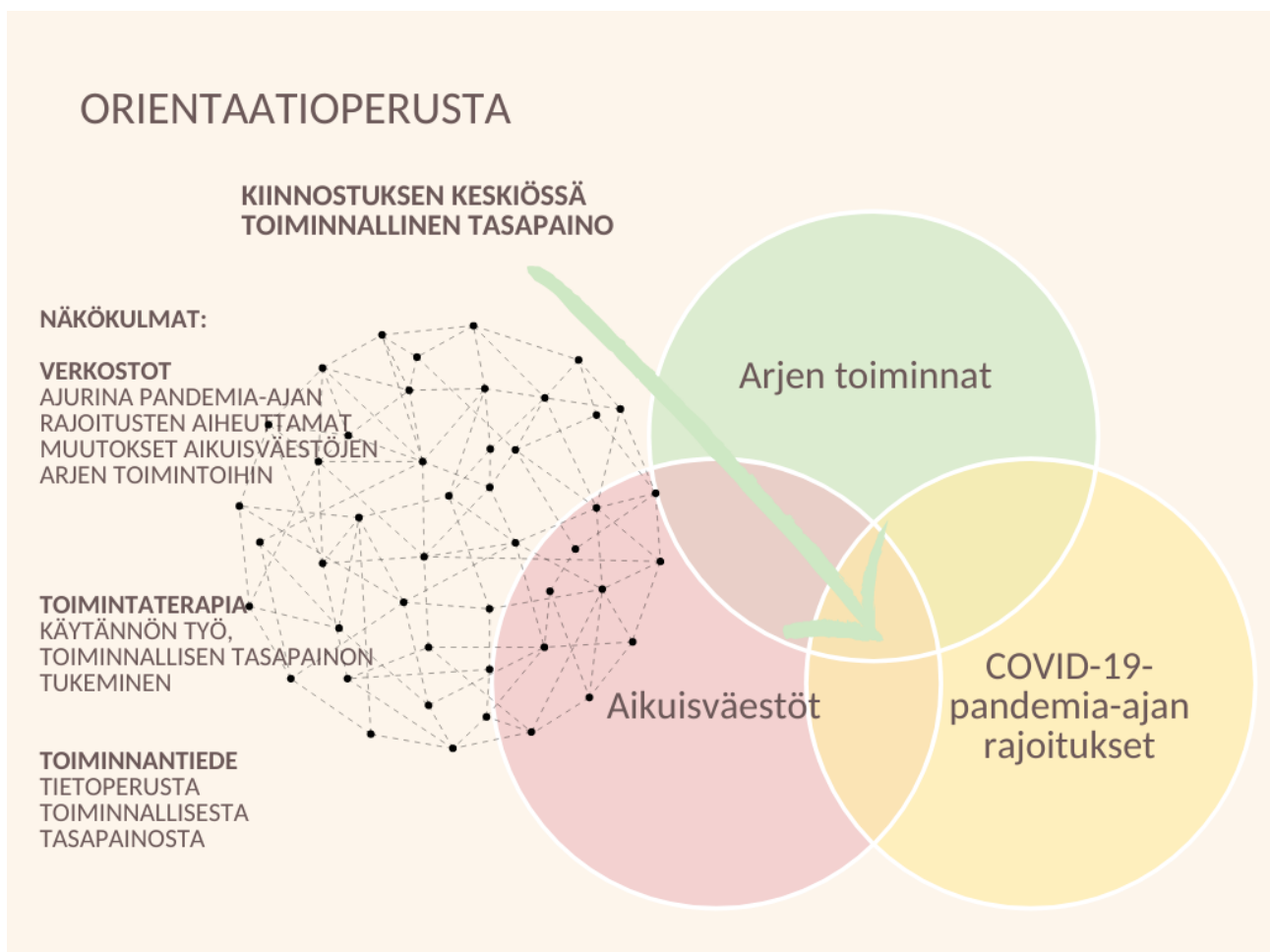
Opinnäytetyö on toimintaterapia-alan kannalta mielenkiintoinen, koska siinä tarkasteltiin toiminnantieteen ja toimintaterapian kontribuutioita uudenaikaisessa tilanteessa ja väestötasolla. Opinnäytetyö toi näkyväksi ammattialan kehittymismahdollisuuksia ja toimintaterapeuttien tietotaidon hyödyntämismahdollisuuksia tavanomaisia työtehtäviä ja -positioita laajemmin. Ottamalla tutkimuksen tarkastelunäkökulmaksi myös verkostot, tuotiin esille sitä, millä tavoin verkostot ovat yhteydessä alan kehittymiseen. Opinnäytetyössä käsitelty aihe ja ilmiö itsessään on ajankohtainen ja arjen tasolla se on koskettanut meitä kaikkia. Opinnäytetyöhön koostetusta tiedosta sekä toiminnallisen tasapainon tukemisen keinoista voi siten hyötyä kuka tahansa hyvinvoinnistaan tai läheisten hyvinvoinnin tukemisesta kiinnostunut.

## 2 Opinnäytetyön konteksti ja tietoperusta

### 2.1 Opinnäytetyön orientaatioperustan kuvaus

Opinnäytetyön konteksti oli COVID-19-pandemia-aika ja siihen liittyneet rajoitustoimenpiteet. Tarkastelun kohderyhmänä oli aikuisikäinen normaaliväestö ja tarkastelun kohteena oli heidän toiminnallisuutensa ja hyvinvointinsa. Valittua ilmiötä tarkasteltiin kolmesta eri näkökulmasta, mitkä olivat verkostotyön, toimintaterapian ja toiminnantieteen näkökulmat. Yhteen kokoava teoreettinen käsite oli toiminnallinen tasapaino.

Opinnäytetyön orientaatioperustaa on havainnollistettu kuviossa 1. Seuraavissa alaluvuissa on sanallisesti kuvattu orientaatioperustan eri osa-alueita ja näkökulmia.



Kuvio 1. Opinnäytetyön orientaatioperusta.

## 2.2 COVID-19-pandemia ja aikuisväestöt

Tässä alaluvussa 2.2 käsitellään COVID-19-pandemiaa sekä pandemia-aikana olleita rajoitustoimenpiteitä ja niiden vaikutuksia aikuisiin yleisellä tasolla opinnäytetyön näkökulmasta.

### 2.2.1 Pandemiatilanne loppuvuodesta 2022

Tätä opinnäytetyötä tehtäessä oli koronakriisin alusta kulunut noin kaksi ja puoli vuotta, mikä antoi mahdollisuuden tarkastella pandemia-ajan siihenastisia vaikutuksia. Maailman terveysjärjestö (WHO) ei toistaiseksi ole julistanut pandemiaa päättyneeksi, ja pandemiaan liittyviä rajoituksia sekä toimintatapojen muutoksia on opinnäytetyön julkaisun aikaan maailmanlaajuisesti käytössä edelleen (WHO COVID-19 policy briefs 2022). Suomessa pandemia-ajan rajoituksista on suurelta osin luovuttu, ei kuitenkaan täysin. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) tiedotteessa 27.7.2022 esitettiin, että koronapandemiasta ollaan siirtymässä uuteen vaiheeseen eli endemiaan. Endeemisessä tilanteessa tautia esiintyy vakiintuneesti alueen väestössä. Virusta esiintyy kaikkialla maailmassa ja toistuvia kausittain vaihtelevia epidemioita tulee olemaan jatkossakin. (Olemme siirtyneet koronapandemiasta uuteen vaiheeseen 2022.)

### 2.2.2 COVID-19-pandemia-ajan rajoitustoimenpiteet

WHO:n ilmoitus epidemian luokittelusta pandemiaksi maaliskuussa 2020 sai lukuisat maailman maat tekemään suunnitelmia ja toimenpiteitä pandemian vuoksi. Maiden valitsemat ja toimeenpanemat suunnitelmat ja toimenpiteet ovat vaihdelleet pandemian eri vaiheissa ja vaihtelevat edelleen pandemian yhä jatkuessa. Toimenpiteiden pääasiallisena **tarkoituksena on ollut vähentää yhtäaikaisten COVID-19 tautitapausten määrää** (engl. flattening the curve) ja siten ehkäistä sairaanhoidon ylikuormittumista. (WHO Coronavirus [COVID-19] Dashboard 2022; Haug, Geyrhofer & Londei 2020.)

Pandemia-aikana on toteutettu rajoituksia, jotka ovat kohdistuneet yksilöihin, yhteisöihin tai tietyille alueille, ihmisryhmiin tai koko väestöön. Pandemiakriisiin liittyviä toimenpiteitä ovat olleet erilaiset alueelliset **sulut** (engl. lockdowns), **ulkonaliikkumiskiellot** (engl. stay-at-home requirements) ja **karanteenit** sekä yksityisiä ja yleisiä **kokoontumisia, matkustamista, työntekoa, opintoja, kulttuuri-, tapahtuma- ja harrastustoimintaa rajoittavat** ja muokkaavat **suositukset, säännökset ja lait**. Rajoituksia ja suosituksia on toteutettu koskien eri **toimintaympäristöjä** (esim.

koulut, työpaikat, ravintolat, teatterit, museot, kirjastot), **toimintamuotoja** (esim. ryhmämuotoinen liikunta, laulaminen, matkustaminen) sekä **toimintaedellytyksiä ja -tapoja** (esim. turvavälit, ihmismäärien rajoitukset, hygieniasäädökset, maskien käyttö, testaukset, jäljitykset, rokotukset, koronapassi). (OECD Policy Responses to the Coronavirus Pandemic 2022; WHO Coronavirus [COVID-19] Dashboard 2022; EU:n toimet koronaviruspandemian johdosta n.d.; Mathieu, Ritchie, Rodés-Guirao, Appel, Giattino, Hasell, ... & Roser 2020.)

### 2.2.3 COVID-19-pandemia-ajan rajoitusten vaikutukset aikuisväestöissä

Pandemia-aika rajoituksineen on vaikuttanut laajalti ja kohdellut väestöjä eri maissa eri tavoin. Pandemialla ja siihen liittyvillä rajoitustoimilla ja suosituksilla on ollut merkittäviä ja moninaisia vaikutuksia väestöjen hyvinvointiin. (Everyone Included: Social Impact of COVID-19 n.d.; Varanka, Määttä, Gullichsen, Tapanainen-Thiess, Pohjola, Voipio-Pulkki, ... & Vänskä 2021, 63; UN Response to COVID-19 n.d.)

Pandemiakriisin vaikutuksia on tutkittu ja tutkitaan edelleen kansainvälisesti monen tieteenalan näkökulmasta. Tutkimuksissa haasteena on erottaa toisistaan rajoitustoimenpiteiden vaikutukset pandemian aiheuttaman yleisen epävarmuuden ja muiden tekijöiden vaikutuksista (Laatikainen, Vapalahti, Kalland, Välijärvi, Huotilainen, Salmivalli, ... & Ollikainen 2020, 17). Tutkimuskirjallisuudessa pandemia-ajan rajoitusten vaikutuksista aikuisväestöihin esille ovat nousseet talouden, työllisyyden sekä työelämän digitalisaation kiihtymisen ja etätöön näkökulmat (Kestilä, Härmä & Rissanen 2020). Niin ikään mielenterveyteen, elintapoihin, yleiseen hyvinvointiin ja terveyteen sekä kotitalouksien tuloihin liittyvää tutkimusta on julkaistu laajalti. (Laatikainen ym. 2020, 17.) Kun tuotettua tietoa on runsaasti, tiedon kokoaminen ja tulkinta on yhä keskeisempää (Aatinen 2020). (Laatikainen ym. 2020, 17; Kestilä ym. 2020; Aatinen 2020.)

WHO:n kokoaman tiedon mukaan tutkimusnäyttö viittaa siihen, että pandemia ja siihen liittyvät toimenpiteet ovat johtaneet **maailmanlaajuiseen mielenterveyden ongelmien kasvuun**, mukaan lukien laajalle levinneen masennuksen ja ahdistuksen. COVID-19-pandemialla on ollut vakava vaikutus ihmisten mielenterveyteen ja hyvinvointiin ympäri maailmaa ja lisäksi mielenterveyspalvelujen saanti on merkittävästi vaikeutunut. (Mental Health and COVID-19: Early evidence of the pandemic's impact 2022.)

Valtioneuvoston tuottamien kansainvälisestä tutkimustiedosta koostettujen COVID-19-tutkimuskatsausten mukaan pandemia-aika on vaikuttanut monin tavoin ihmisten arkielämään ja elintapoihin. Katsausten yhtenä käsiteltävänä osa-alueena on ollut pandemian vaikutukset väestön hyvinvointiin. Seuraavissa kappaleissa on hyödynnetty näitä tutkimuskatsauksia kuvattaessa pandemia-ajan vaikutuksia aikuisiin. (COVID-19 tutkimuskatsaus 2022.) Viittaukset ovat alkuperäislähteisiin niiltä osin kuin niitä on käytetty.

**Työt ja työskentely-ympäristöt ovat muuttuneet ja haastaneet työelämän tasapainon. Sähköinen asiointi ja etätyö ovat lisääntyneet**, mutta etätyömahdollisuudet ja niiden olosuhteet eivät ole yhteneväiset kaikille. Siirtymä etätöihin sujui eri puolilla maailmaa eri tavoin. (Elbaz, Richards, Provost & Sayard 2020.) Suomessa valtaosa etätyötä tehneistä koki etätyön tekemiseen siirtymisen tapahtuneen sujuvasti (Kovalainen, Poutanen & Arvonen 2021, 5; Ruohomäki 2020, 21–28).

Isossa-Britanniassa tehdyn tutkimuksen mukaan sekä miehet että naiset, joiden työtunnit vähenivät ensimmäisenä pandemiakeväänä, **lisäsivät kotitöihin käytettyä aikaa** verrattuna heihin, joiden työtilanteessa ei ollut muutoksia. Erityisesti **naisten kotityö lisääntyi suuresti** ja kotitöiden ja lastenhoidon jakautuminen oli sukupuolittunutta myös pandemian aikana. (Zamberlan, Gioachin, Gritti 2021, 1.) Samansuuntainen tutkimustulos saatiin tarkasteltaessa tohtorin tutkinnon suorittaneiden naistutkijoiden ajankäyttöä eri puolilla maailmaa. Naistutkijoiden tutkimukseen käyttämä aika väheni enemmän kuin miesten, ja lastenhoitoon ja kotitöihin käytetty aika kasvoi. (Deryugina, Shurchkov & Stearns 2022, 267–271.)

Aikuisikäisillä pandemia-aika on **kuormittanut parisuhteita** ja vaikuttanut niiden toimivuuteen. Vaikutukset ovat kuitenkin olleet vaihtelevat. (Cornelius, DiGiovanni, Scott & Bolger 2022.) Pandemia-ajan rajoitukset ja suositukset ovat rajoittaneet myös ihmisten mahdollisuuksia ylläpitää fyysistä aktiivisuuttaan ja liikuntarutiinejaan sekä osallistua liikuntatoimintaan. Ihmiset ovat rajoitusten vuoksi jääneet pitkälti kotiin, ja kotona oleminen on voinut johtaa aiempaa liikkumattomampaan elämäntapaan. **Sosiaalinen kanssakäyminen ja liikkuminen ovat yleisesti vähentyneet** tai muuttaneet muotoaan. (Ruiz, Devonport, Chen-Wilson, Nicholls, Cagas, Fernandez-Montalvo, Choi & Robazza 2021, 1-16.) Japanissa pandemia-ajan poikkeustila näkyi ikääntyvillä etenkin sosiaalisen elämän muutoksina. Kielteisiä muutoksia raportoitiin myös ulkoilussa. Epäterveelliset elä-

mäntävät olivat yhteydessä toimintakyvyn heikkenemiseen. (Abe, Nofuji, Seino, Hata, Narita, Yokoyama, Amano, Kitamura, Shinkai & Fujiwara 2022.) Vaikutukset ihmisten liikkumiseen ja aktiivisuuteen ovat kuitenkin vaihdelleet pandemian eri vaiheissa (Ruiz ym. 2021).

Koronapandemia on globaalisti ollut masentava ja stressaava kokemus monelle. Yli puolet ihmisistä on kokenut koronapandemian aikana **merkittäviä tai hyvin merkittäviä psykologisia vaikutuksia mielenterveydelle**, kuten ahdistuneisuutta, masentuneisuutta ja stressaantuneisuutta. (Wang, Fan, Palacios, Chai, Guetta-Jeanrenaud, Obradovich, Zhou & Zheng 2022, 349–358.) Dale, Budimir, Probst, Stippl ja Pieh mukaan (2021, 1–15) Itävallassa toinen sulkujakso oli yhteydessä kasvaneeseen ahdistuneisuuteen **erityisesti nuorilla ja naisilla**. Puolestaan Turkissa iäkkäiden liikkumisrajoite nosti yli 65-vuotiaiden mielenterveyskustannuksia (Altindag, Erten & Keskin 2021). Liikkumisrajoitusten negatiiviset mielenterveysvaikutukset työikäisillä kohdistuivat Yhdysvalloissa valtaosin naisiin (Adams-Prassl, Boneva, Golin & Rauh 2022, 139–155). Pandemian rajoitusaikojen vaikutukset aikuisväestöjen mielialaan ja mielenterveyteen ovatkin tässä hetkessä pandemiaa arviointuna kiistattomat, joskin monimuotoiset (ks. Casagrande, Favieri, Tambelli & Forte 2020, 12–20; Wang ym. 2022; Kelly 2021, 93–94; Jacob, Smith, Armstrong, Yakkundi, Barnett, Butler, ... & Tully 2021; Stolz, Mayerl & Freidl 2021, 44–49; Faulkner, O'Brien, McGrane, Wadsworth, Batten, Askew, ... & Lambrick 2021; Feter, Caputo, Doring, Leite, Cassuriaga, Reichert, ... & Rombaldi 2021; McKinlay, Fancourt & Burton 2021).

## 2.3 Verkostot ja verkottuminen

Tässä alaluvussa 2.3 käsitellään verkostoja yleisen verkostokäsitteen tasolla. Lisäksi kuvataan opinäytetyön näkökulmasta oleellisimpia verkostojen analysointiin, tyypittelyyn ja kuvailuun sekä verkostojen syntymiseen ja verkostojen johtamiseen liittyviä tekijöitä.

### 2.3.1 Verkosto käsitteenä

Sanaa verkosto käytetään yleisessä merkityksessään yhteen liittyneiden tai keskenään tiiviissä yhteydessä olevien henkilöiden, yhteisöjen tai muiden sellaisten muodostamista kokonaisuuksista tai järjestelmistä (Kielitoimiston sanakirja 2021). Verkoston käsitettä voidaan yleisen merkityksensä lisäksi käyttää viittaamaan tarkempiin merkityksiin. Erilaisia rajatumpia verkostokäsitteitä ovat muun muassa taloussosiologiassa käytettävä *sosiaalinen verkosto*, organisaatiososiologiassa ja



evolutionaarisen taloustieteen innovaatioverkkoja koskevassa tutkimuksessa käytettävä *taloudellinen verkosto* ja sitä täydentävä kulttuurihistoriallisen toiminnan teorian *kohteellinen verkosto*. (Miettinen, Toikka, Tuunainen, Lehenkari & Freeman 2006, 6–8.) Organisaatiotutkimuksessa verkosto tyypillisesti nähdään organisointi- ja koordinointimuotona markkinoiden ja hierarkioiden välissä – tai niiden lisänä, niistä tietyin ominaispiirtein eroten (Miettinen ym. 2006, 9–10; Järvensivu, Nykänen, Rajala 2010, 5; viitattu Podolny & Page 1999; Powell 1990).

### 2.3.2 Yleinen verkostokäsite

Verkosto voidaan määritellä joukoksi toimijoita ja niiden välisiä suhteita. Yleisellä tasolla se metaforan lailla ilmaisee sen, että toimijat – yksilöt ja ryhmittymät – ovat jollain tavalla toisiinsa kytkeytyviä, verkottuvia. Erilaisia verkostokäsitteitä yhdistää ajatus siitä, että verkosto on yksikköjen tai yksittäisten verkkojen joukko, jota niiden väliset siteet yhdistävät. (Kielitoimiston sanakirja 2021; Johanson, Mattila & Uusikylä 1995, 6; Miettinen ym. 2006, 8–9; viitattu lähteisiin Nohria 1992, 4; Castells 2000, 501; Swedberg & Granovetter 2001, 11.)

Verkosto yleisenä käsitteenä kattaa siten varsin moninaiset (sosiaaliset) ryhmittymät, yhteydet, yhteistoiminnan ja organisaatiot – niin viralliset kuin epävirallisetkin (Miettinen ym. 2006, 8). Yleinen verkostokäsite tarkastelee verkostoja yksikköjen ja niitä yhdistävien siteiden rakenteena, joka on ominainen kaikille yhteiskunnan ja luonnon ilmiöille (Miettinen ym. 2006, 6).

Yleisen verkostokäsitteen tutkimusperustan muodostavat muun muassa *sosiaalinen verkostoanalyysi* (engl. social network analysis, SNA) ja *yleinen verkostoteoria*. Edellä mainituista käytetään myös termejä *sosiologinen verkostoanalyysi*, *verkkoanalyysi* ja *verkkoteoria*. (Johanson ym. 1995, 3–5; Miettinen ym. 2006, 6–8.) Yleisen verkostokäsitteen vahvuus on sen realismi. Koska verkostoanalyysi näkee verkostoja kaikkialla, se ei ole rajoittunut vain muodollisten ja virallisten hierarkia- ja markkinasuhteiden tutkimiseen, vaan on kiinnostunut myös niiden puitteissa ja niistä riippumatta muodostuneista epävirallisistakin verkostoista. (Johanson ym. 1995, 12; viitattu lähteisiin Nohria 1992, 5; DiMaggio 2001b, 238.) Yleisen verkostokäsitteen näkökulmaan sisältyy myös metodologisen individualismin kritiikki. Näkökulma tähdentää, että yksiköiden (yksilöiden, ryhmien, organisaatioiden jne.) toimintaa ja ominaisuuksia ei voida ymmärtää tarkastelematta niitä verkostojensa yksikköinä, osana laajempaa kokonaisuutta (Johanson ym. 1995, 11).

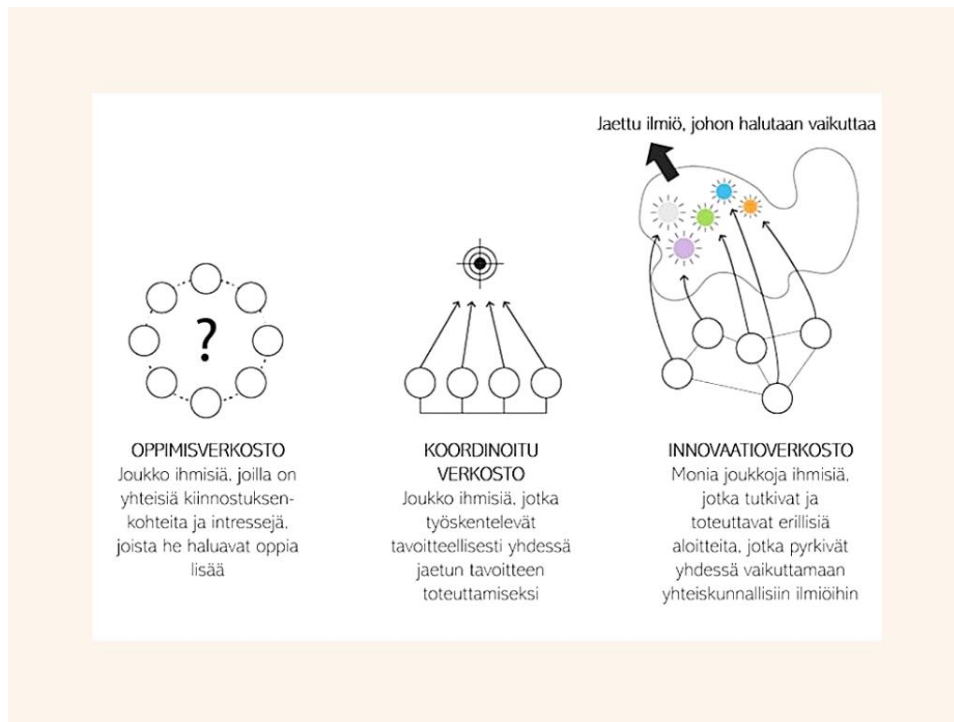
### 2.3.3 Verkostojen analysointi, tyypittely ja kuvailu

Verkostoja voidaan analysoida tai arvioida eri menetelmien avulla, kuten esimerkiksi ns. verkostojen pikatestillä, sidosryhmäanalyysin tai muodostamalla verkostomalleja, -kuvia tai -karttoja. Eri menetelmin voidaan kuvata niin verkostojen kokonaisuutta, yhteistyön laatua, toimijoiden erilaisia rooleja ja merkityksiä kuin myös sidosten vahvuutta ja keskinäisiä suhteita. Yhteistyöverkostojen kenttää voidaan myös jäsentää jonkin yksittäisen toimijan näkökulmasta ja tunnistaa tarpeita uusille yhteistyösuhteille tai verkostoille. (Ojakoski & Pakarinen 2014, 34; Valkokari, Valjakka, Hakanen, Kupi & Kaarela 2014, 8; Valkokari, Hakanen & Airola 2007, 29.)

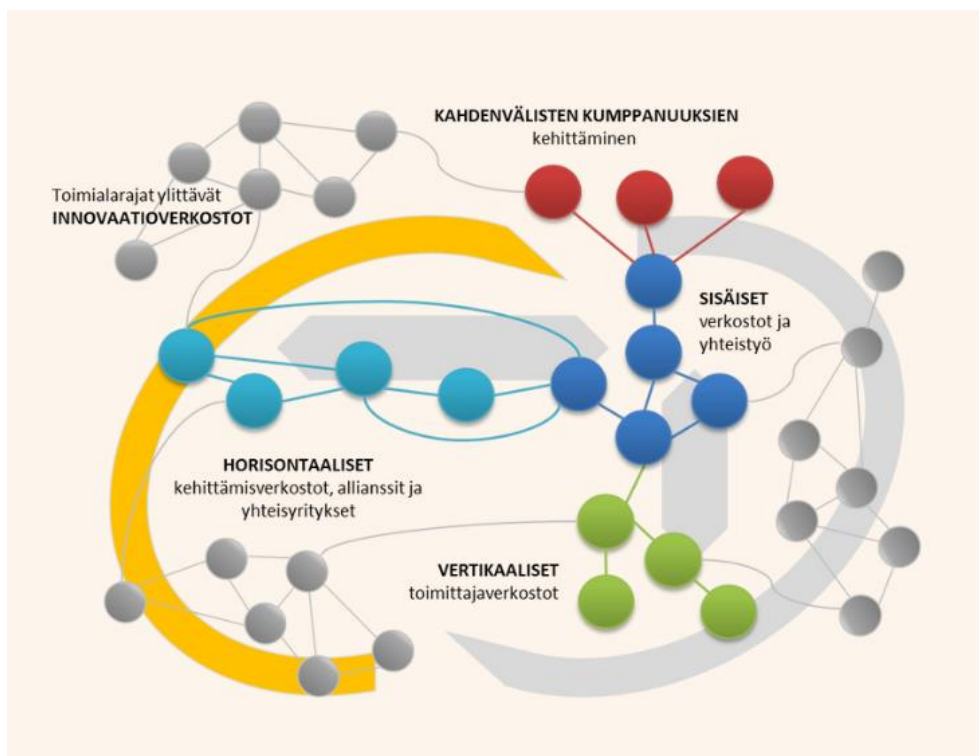
Verkostoja on mahdollista tyypitellä monin eri tavoin, kuten niiden laadun, rakenteen, tarkoituksen, tavoitteiden, käytäntöjen tai toiminnan luonteen mukaan. (Verkostojohtamisen opas 2019, 13; Ojakoski & Pakarinen 2014, 9.) **Rakenteellisesti** toisistaan eroavia verkostotyyppejä ovat muun muassa *toimittajaverkostot*, *uudistavat verkostot* ja *innovaatioverkostot* (Valkokari ym. 2014, 8–9). Verkostojen rakennetta voidaan tarkastella myös **verkostotoimijoiden roolien** (*erikoisosaaja, perustoimija, veturiyrittäjä, vahva päämies, integraattori*) tai **johtajuuden sijoittumisen** (*veturi, hallintaorganisaatio, jaettu johtajuus*) mukaan. Siitä, voidaanko verkostoja ylipäättään johtaa, on moninaisia näkemyksiä (kts. esim. Puustinen 2017). (Valkokari ym. 2007, 31; Verkostojohtamisen opas 2019, 13; Puustinen 2017.)

**Tavoitteiltaan ja toiminnaltaan** toisistaan eroavat esimerkiksi *palveluverkostot*, *vertaispalveluverkostot*, *oppimis- ja kehittämisverkostot*, *vaikuttamisen verkostot* ja *uuden luomisen verkostot* (Ojakoski, Pakarinen 2014, 9; Verkostojohtamisen opas 2019, 13; Mustikkamäki n.d., 3). Esimerkkejä vaikuttavista vertaisverkostoista on esitetty kuviossa 2.

Verkostotoimijoiden välisiä **siteitä tai suhteita** voidaan tarkastella rakenteellisesti, suhteisiin perustuvina (sosiaalisina) tai konnektionistisesti eli yhteyksiin perustuvina (Johanson ym. 1995, 6–9; Mustikkamäki n.d., 10). Suhteita on voitu koordinoita keskitetysti, kahdenkeskeisesti tai monenvälisesti. Verkostot voivat olla *horisontaalisia* eli rinnakkaisia kumppanuusverkostoja, *vertikaalisia*, tai toimialarajat ylittäviä *monitoimijaverkostoja*, *klustereita* tai *moniverkostoympäristöjä*. (Vesalainen & Valkokari 2014, 16; Valkokari ym. 2014, 8; Valkokari ym. 2007, 29.) Moniverkostoympäristöä ja verkostojen ulottuvuuksia on havainnollistettu kuviossa 3.



Kuvio 2. Esimerkkejä vaikuttavista vertaisverkostoista. (Seppälä 2019, 24. Alkuperäinen kuva: Mieke Van Der Bilj-Brower/MaRSDD. Muokattu.)



Kuvio 3. Moniverkostoympäristö ja verkostojen ulottuvuudet. (Valkokari 2015. Palveluverkoston kehittäminen Power Point – esitys, 5. Muokattu.)

Verkostojen osallistujat voivat ovat hyvin erilaatuisia, oikeastaan mitä tahansa yksityishenkilöistä valtioliittojen organisaatioiden kautta yrityksiin ja kansalaisyhteiskunnan järjestöihin (Koivisto, Mikkonen, Vadén, Valkokari, Ahonen & Vainio 2011, 8). Verkostotyypittelyjen moninaisuudessa yksi yksinkertaisimmista tavoista tarkastella verkostoja on niiden tarkasteleminen **mikro-, meso- ja makrotason konteksteissa**. Verkostot voivat olla paikallisia, alueellisia, valtakunnallisia tai globaaleja. (Järvensivu ym. 2010, 12; Bolibar 2016, 3–5.)

Eryteisesti kuvattaessa verkostojen syntymistä tai toimijoiden välisiä siteitä, käytetään usein kieli-kuvallisia käsitteitä kuten *parvi*, *ekosysteemit* ja *elävä verkosto*. (Valkokari 2016, 10-16; Kola-Nyström, Koivukoski, Koponen & Heino 2020; Majoinen 2014, 9.) Näkökulmia verkostojen syntymiseen ja niiden johtamiseen on kuvattu seuraavassa alaluvussa (2.3.4).

### 2.3.4 Verkostojen syntyminen ja verkostojen johtaminen

Verkostot voivat olla **tietoisesti rakennettuja** tai **vapaasti kehittyviä** (Järvensivu ym. 2010, 11; ks. tarkemmin kuvio 4).



Kuvio 4. Organisaatioiden väliset ja sosiaaliset, tietoisesti kehitetyt ja vapaasti kehittyvät verkostot. (Järvensivu, Nykänen, Rajala 2010, 11, kuva 5. Muokattu.)

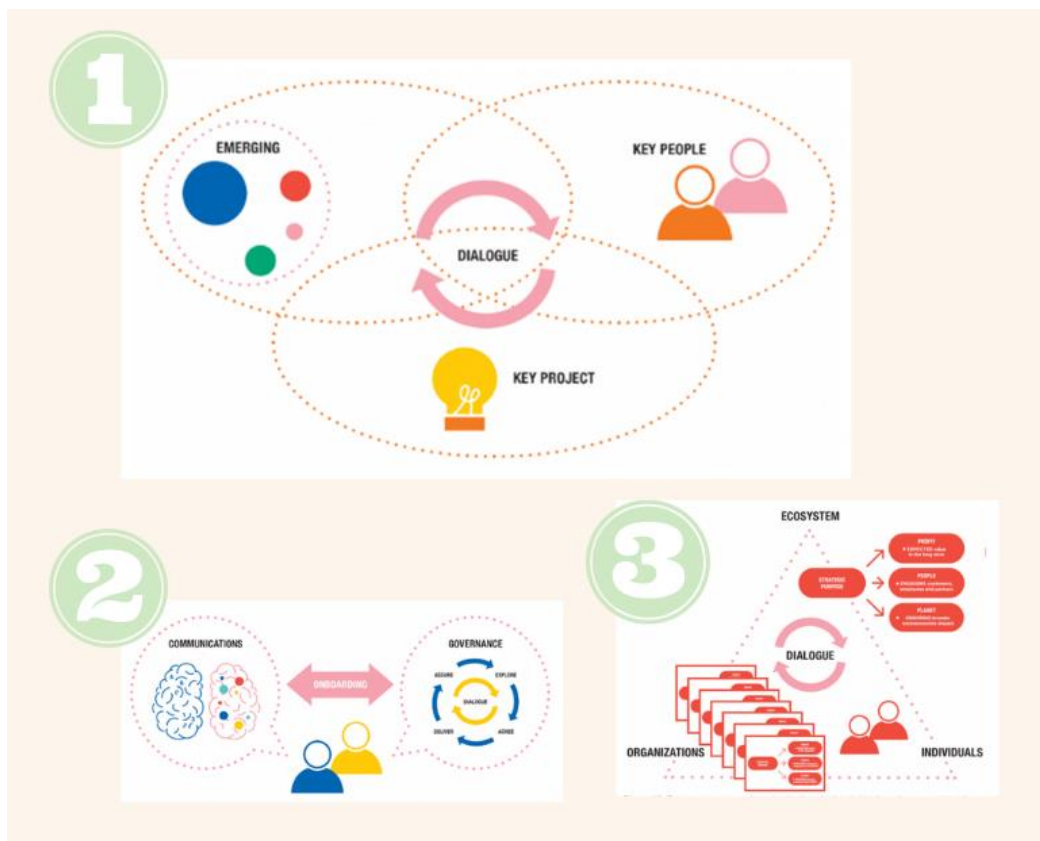
Voidaan puhua dynaamisesta verkostoitumisesta ”yli rajojen” (Koivisto ym. 2011, 8; Verkostojohtamisen opas 2019, 12–13), ”kerroksellisuudesta” ja ”heittäytymisestä” (mm. Valkokari 2016, 10–16), ”ketjuuntuvista *open-source projekteista*” (Koivisto 2011, 181) tai *emergentistä* eli spontaanisti kehkeytyvästä, ilmaantuvasta tai itseorganisoituvasta yhteistyöstä ja vaikuttamisesta (Kola-Nyström ym. 2020).

Verkostoissa toiminnan lähtökohtana pidetään yleisesti vapaaehtoisuutta. Verkostoissa yhteyksien katsotaan perustuvan jaettuihin intresseihin ja joustavuuteen, sekä edellyttävän avoimuutta ja keskinäistä luottamusta muodollisten järjestelmien ja omistajuuteen perustuvien rajojen sijaan. (Valkokari 2016, 6; Koivisto 2011, 32–36.) Verkostoissa eri toimijoiden intressit ja odotukset voivat kuitenkin erota toisistaan. Verkoston toimivuudelle ja vaikuttavuudelle on hyvin merkittävää se, miten hyvin ymmärretään eri toimijatasojen näkökulmat (Ojakoski & Pakarinen 2014, 9). Elinvoimaisen, *elävän verkoston* ajatellaan syntyvän **yksilöiden välisestä vuorovaikutuksesta ja tarvitsevan yhteisölliset tavoitteet** (Majoinen 2014, 9).

*Verkostojohtaminen* voidaan lyhyesti määritellä toimiksi, jotka edistävät tai mahdollistavat verkoston toimivuutta. Voidaan puhua ns. *ajureista, mahdollistajista ja edistäjistä*. **Ajureilla** tarkoitetaan niitä tekijöitä, joiden vuoksi yhteistyökumppaneita haetaan tai verkostoituminen lähtee käyntiin. Ajurina voi olla esimerkiksi täydentävän osaamisen tarve, uudenlainen haaste tai aiemmat positiiviset kokemukset yhteistyöstä. **Mahdollistajat** ovat tekijöitä, jotka käytännössä saavat verkostoyhteistyön aikaan. Mahdollistajia voivat olla esimerkiksi toimintakentän ymmärtäminen, jaetut tavoitteet, sopimukset, sitoutuminen ja luottamus. **Edistäjät** puolestaan ovat tekijöitä, jotka tukevat yhteistyötä verkostossa. Edistäjiin luetaan esimerkiksi selkeä vuorovaikutus ja viestintä, riittävät resurssit ja näkyvät hyödyt. (Valkokari ym. 2014, 12–13; Järvensivu ym. 2010, 13; Verkostojohtaminen on verkoston toiminnan mahdollistamista ja tukemista 2022; Verkostojohtamisen opas 2019, 14–17.)

**Ekosysteemiajattelussa** katsotaan, että riippumatta verkostojen laajuudesta tai tasoista (mikro-, meso- tai makrotasot), ekosysteemit (verkostot) ilmaantuvat (engl. *emerge*) sitoutuneiden ja intohimoisten (engl. *passionate*) *avainhenkilöiden* ja *avainprojektien* ympärille (ks. kuvio 5, kohta 1). Verkoston *tarkoituksen* (engl. *purpose*) on oltava merkityksellinen. Sen tulee olla myös riittävän

avoin, jotta siihen voi liittyä ja sen puitteissa voi toimia erilaisilla näkökulmilla ja omista vahvuuksista käsin. Kehittymisvaiheessa avainhenkilöiden selkeä kommunikaatio yhteisistä haasteista ja tarkoituksesta isommille organisaatioille vahvistaa hallintarakenteita (ks. kuvio 5, kohta 2). Ne puolestaan mahdollistavat avoimen dialogin eritasoistenkin jäsenten välillä sekä verkoston kehittämisen edelleen (ks. kuvio 5, kohta 3). (Kola-Nyström ym. 2020; Seppälä 2019.)



Kuvio 5. Ekosysteemin kehkeytymisen ydinvaiheet. (Kola-Nyström ym. 2020. Ecosystem Handbook, pictures 8, 11, 19. Muokattu.)

### 2.3.5 Pandemia-ajan vaikutuksia verkostotyöhön

Koska verkostoituminen on siirtynyt COVID-19-pandemian aikana lähes yksinomaan verkkoon, **sozialinen media on tullut tärkeämmäksi kuin koskaan** yhteyksien luomisessa ja keskusteluihin osallistumisessa. Sosiaalisen median käyttö yleistyi merkittävästi ensimmäisenä pandemiavuonna 2020. Suomessa somekanavien käyttö kasvoi kyseisen vuoden aikana jopa 13 prosenttia. Tilastokeskuksen uusimman tilaston mukaan 70 prosenttia 16–89-vuotiaista suomalaisista käyttää sosiaalista mediaa, 16–24-vuotiaista jopa 94 prosenttia. (Väestön tieto- ja viestintätekniikan käyttö

2021.) Maailmanlaajuisesti sosiaalisen median eri alustoilla on aktiivisia käyttäjiä kuukausitasolla mitaten (MAU eli monthly active users) miljardeja. Eniten käyttäjiä on Facebookilla (2,9 miljardia), YouTubella (2,3 miljardia), WhatsAppilla (2 miljardia) ja Instagramilla (1,4 miljardia). Pandemia-aikana kovimmassa kasvussa on ollut kiinalainen sosiaalisen median palvelu TikTok. Kuukausittain silläkin on jo miljardi aktiivista käyttäjää. (100 Social Media Statistics You Must Know In 2022.)

CEMS Global Alliance in Management Education:in maailmanlaajuisen kyselytutkimuksen mukaan 90 prosenttia ammattilaisista uskoi, että pandemia on vahingoittanut heidän verkostoitumismahdollisuuksiaan. Monet ihmiset olivat myös **väsyneitä vain verkossa tapahtuvaan vuorovaikutukseen** ja valittivat "Zoom-väsymyksestä". Allianssin näkemys on, että pandemia on luonut välttämättömyyden vahvistaa empaattista lähestymistapaa verkostotyössä. Pandemia-aikana lähes yksinomaan verkkoympäristössä tapahtuneen verkostotyöskentelyn vastapainoksi allianssin jäsenten mukaan **tulevaisuudessa tarvitaan ennen kaikkea aitoja läsnä olevia kohtaamisia** ja olemassa olevien suhteiden syventämiseen keskittymistä. (The COVID-19 pandemic has shattered global networking as we once knew it 2021.)

Kovacsin, Caplanin, Grobin ja Kingin (2021) tekemä tutkimus osoitti, että yksinäisyys oli lisääntynyt pandemia-aikana merkittävästi. Tutkimuksen mukaan myös ammatilliset ja henkilökohtaiset verkostot olivat kutistuneet lähes 16 prosentilla pandemian aikana. Verkostojen kutistumisella voi olla merkittäviä haittapuolia. Yksilötasolla se voi vaikeuttaa työn löytämistä tai haitata uran etenemistä. Yrityksille se voi merkitä luovuuden vähentymistä ja ryhmäajattelun lisääntymistä. Ihmisillä, joilla on vähemmän yhteyksiä, heikentyy yhteenkuuluvuuden tunne. He eivät todennäköisesti samaistu organisaatioon, mikä lisää vaihtuvuuden ja mahdollisesti jopa petosten ja huolimattomuuden riskiä. Tutkimuksen mukaan kasvokkain tapahtuvat kohtaamiset ovat merkittävässä asemassa yhteenkuuluvuuden tunteelle, ja niillä oli käänteinen yhteys yksinäisyyden kokemiseen. Tutkimuksen mukaan pandemiassa oli epätavallista verkostojen suhteen myös se, että vanhoja poistuneita suhteita ei korvattu uusilla, kuten tavanomaisesti tapahtuu. (Kovacs ym. 2021.)

## 2.4 Toimintaterapia ja toiminnantiede

Tämän alaluvun ensimmäisessä ja toisessa alaluvussa tarkastellaan toimintaterapeuttien ja toiminnantieteen tutkijoiden työpositioita sekä työhön liittyviä keskeisimpiä verkostoja mikro-, meso- ja

makrotasoilla (Järvensivu, Nykänen & Rajala 2010). Tarkastelu perustuu omakohtaiseen kokemukseen toimintaterapeuttina sekä tekstiin merkittyihin lähteisiin. Alaluvun kolmannessa alaluvussa 2.4.3 kuvataan pandemia-ajan vaikutuksia toimintaterapiaan ja toiminnantieteeseen ja alaluvun neljännessä alaluvussa 2.4.4 esitetään toiminnantieteen näkökulmia pandemia-aikaan.

#### **2.4.1 Toimintaterapeuttien ja toiminnantieteen tutkijoiden työpositiot**

Toimintaterapeutit (engl. occupational therapists) ovat kuntoutusalan ammattilaisia, jotka auttavat niitä ihmisiä ja ihmisryhmiä, jotka kokevat toimintakyvystään tai ympäristöstä johtuvia rajoituksia ja osattomuutta arjessaan (Toimintaterapia 2022). Kansainvälisesti tarkasteltuna toimintaterapeutit työskentelevät monenlaisissa julkisen, yksityisen ja vapaaehtois- ja järjestösektorin ympäristöissä, kuten kouluissa, terveyskeskuksissa, sairaaloissa, tuetun asumisen yksiköissä, kuntoutuskeskuksissa, yrittäjinä, työterveydenhuolloissa, järjestöissä sekä erilaisissa kehittämis- ja projektitehtävissä. Useimmissa maissa *toimintaterapeutti* on laillistettu terveydenhuollon ammattinimike minkä käyttö edellyttää yliopistotasoisesta koulutuksesta. (Definitions of Occupational Therapy from Member Organisations 2010, 2018).

Toiminnantieteen tutkijat ja toimintaterapian kliiniset tutkijat sijoittuvat työssään yleensä yliopistoihin, sairaaloihin, valtion tutkimuslaitoksiin tai yksityisiin tutkimuskeskuksiin. Toimintaterapeutit työskentelevät kuitenkin myös ennaltaehkäisevissä palveluissa ja tehtävissä, joissa kehitetään yhteiskunnan ja organisaatioiden palveluja toimintakykyä ja osallisuutta tukeviksi. (Toimintaterapeuttiliitto 2022; Definitions of Occupational Therapy from Member Organisations 2010, 2018; Occupational Therapy Fact Sheet AOTA 2017.)

#### **2.4.2 Toimintaterapeuttien työn verkostot mikro-, meso- ja makrotasoilla**

Kun toimintaterapiaa tarkastellaan verkostotyön näkökulmasta **mikro- eli yksilötasolla**, nousee merkittävänä seikkana esille ammatin ja työnkuvan arkilähtöisyys. Toimintaterapeutit ovat kiinnostuneita asiakkaansa arjesta, siitä toiminnasta, mistä hänen tavanomaiset päivänsä koostuvat ja siitä (fyysisestä, kulttuurisesta ja sosiaalisesta) ympäristöstä, missä se kulloinkin toteutuu. Toimintaterapia toteutuu lähes poikkeuksetta ihmisen omassa toimintaympäristössä. Toimintaterapeuttien perustyö vaatii siten käytännössä mikrotason verkostomaista toimintaa huomioiden asiakkaan



arjen verkostot ja kuntoutuksen toteuttamisympäristön. (Toimintaterapia 2022.) Toimintaterapiassa myös kehitetään tietoisesti asiakaslähtöisyyttä ja erilaisia asiakaslähtöisyyden ja asiakkaiden kuulluksi tulemisen varmistavia toimintatapoja (Langlois, Boyle & Cadavid 2020, 21).

**Meso- eli organisaatio- ja ryhmätason** kontekstissa tarkasteltuna toimintaterapeuttien verkostotyö koostuu eri yksiköiden ja organisaatioiden yhteistyöstä ja kahdenvälisistä kumppanuuksista. Yhteistyö voi olla projektimaista tai pitkäkestoista. Kuntoutuksessa toimintaterapeutit työskentelevät usein osana moniammatillista tiimiä tai ovat osallisina työskentelyorganisaationsa sisäisissä työryhmissä. Verkostotoiminta mesotasolla kuuluu myös järjestöissä tai erilaisissa kehittämis- ja projektitehtävissä työskentelevien toimintaterapeuttien perustyöhön. (Toimintaterapeutit työelämässä 2022; Roberts 2020, 17.) Organisaatio- ja ryhmätason verkostotyön kumppanuudet ja verkostotyön periaatteet vaihtelevat toimintaterapeuteilla maittain riippuen kunkin maan sosiaali- ja terveydenhuoltojärjestelmästä (Definitions of Occupational Therapy from Member Organisations 2010, 2018). Moniammatillisuuden näkökulma huomioidaan useimpien maiden toimintaterapeutikoulutuksessa (Haan 2020, 11; Chai, Aparicio & Wang 2020, 19).

Toimintaterapeuttien **makrotason verkostoitumiseen** vaikuttaa ennen kaikkea se, että maailmassa on yhteensä alle 500 000 toimintaterapeutin ammattia harjoittavaa henkilöä (WFOT Human Resources Project 2016). Suhteellisen pienenä ammattiryhmänä toimintaterapeuteille ja toimintatieteelle ovat **kansainväliset kollegiaaliset verkostot** tärkeitä. Alan sisäistä verkostoitumista toteutetaan käytännössä sosiaalisessa mediassa verkkoympäristössä, etäyhteyksin, sekä kansallisten tai toimialuekohtaisten konferenssien, tapahtumien ja erilaisten työpajojen ja koulutusten muodossa. Kansallisilla alan järjestöillä, ammattiorganisaatioilla sekä oppilaitoksilla on alan ammatillisissa meso- ja makrotason verkostoissa merkittävä rooli. (Making Connections: A Guide to Networking for OTs 2022; Kansainvälisyys on aina ollut osa toimintaterapeuttien koulutusta 2022.)

Toimintaterapeuttien verkostotyötä globaaleilla markkinoilla ohjaa kansainvälisen katto-organisaation WFOT:n (The World Federation of Occupational Therapists) lausunto, jossa kuvataan toimintaterapeuttien vastuuta noudattaa työssään vaadittuja käytännösääntöjä ja ammattitaitoa. Toimintaterapeutit ympäri maailmaa ovat aina vastuussa ammatillisten eettisten sääntöjensä mukaisesti toimimisesta ja rehellisestä palvelusta, mukaan lukien muille ammattilaisille tarjotut resurssit ja palvelut. (WFOT Position Statement - International Professionalism 2014.)

Sosiaalisen median käyttö verkostoitumiseen ja ammatilliseen kehittymiseen on lisääntynyt toimintaterapia-alallakin viime vuosina. WFOT:lla ja muilla keskeisillä alan organisaatioilla on esimerkiksi Facebook-tilit. Ympäri maailmaa on muodostettu sosiaalisen median eri alustoille erilaisia toimintaterapia-aiheisia ryhmiä tiedon jakamista, tapahtumien ja toiminnan edistämistä sekä ajankohtaisista asioista keskustelemista varten. (Yan, Sinclair & Penman 2012; Bodell & Hook 2011.)

### **2.4.3 Toimintaterapia ja toiminnantiede pandemia-aikana**

Pandemia-ajan vaikutuksia toimintaterapeuttien työhön on tutkittu sekä kansallisin tutkimuksin että kansainvälisellä tasolla. Hoel, Zweck, Ledgerd & WFOT:n maailmanlaajuisen kyselytutkimuksen (2021) tuloksista käy ilmi, että enemmistö vastanneista arvioi pandemia-ajan vaikuttaneen suuresti heidän työhönsä. Toimintaterapeutit sekä mukauttivat työtään monin tavoin että koulutautuivat runsaasti liittyen muun muassa muuttuviin säännöksiin ja suosituksiin, COVID-19 kuntoutukseen ja näyttöön perustuvan etäkuntoutuksen toteuttamiseen. (Hoel ym. 2021.)

Jotkin palvelut saatettiin tilapäisesti keskeyttää tai lakkauttaa (Hoel ym. 2021). Esimerkiksi Suomessa Kelan ryhmämuotoiset kuntoutukset keskeytettiin ja yksilökuntoutusta kasvokkain toteutettuna rajoitettiin (Kelan kuntoutuspalvelujen järjestäminen koronavirusepidemian aikana 2020).

Toimintaterapiapalveluita mukautettiin etäkuntoutukseksi (ks. Gross, Asante, Pawluk & Niemeläinen 2021; Sánchez-Guarnido, Domínguez-Macías, Garrido-Cervera, González-Casares, Marí-Boned, Represa-Martínez & Herruzo 2021; Van Pelt 2022, 14). Toimintaterapian koulutuksissa siirryttiin niin ikään etäopetukseen (Gustafsson 2020). Tavanomaiset työn toimintaympäristöt sekä terapiassa käytetyt toimintamuodot olivat pitkään rajoitettuja ja käytettävää välineistöä ja toimintatapoja jouduttiin muokkaamaan (Hoel ym. 2021). Toimintaterapeutteja siirtyi tavanomaisista työtehtävistään COVID-19 tautiin sairastuneiden hoitoyksiköihin akuuttihoitoon ja kuntoutusosastoille sekä pitkittyneen koronataudin (engl. long covid) kuntoutukseen (Robinson, Koverman, Becker, Ciancio, Fisher & Saake 2021; Fonrouge 2020; Wilcox & Frank 2021).

Isossa-Britanniassa Wardin ja Castertonin (2020) toteuttaman kuvailevan poikkileikkaustutkimuksen mukaan pandemia-aika on aiheuttanut merkittävää ja hyvin monenlaista muutosta ja mukauttamista toimintaterapeuttien (ml. tutkijat ja opiskelijat) työhön. Pandemia on vaikuttanut lähes

kaikilla vastaajilla heidän työrooleihinsa, vastuisiin ja työtehtäviin. Myös työajat ja työympäristö olivat useimmilla muuttuneet. Osalla vastaajista työtehtävä, -tiimi tai -positio oli vaihtunut täysin toimintaterapiaan liittymättömiin tehtäviin. Osa akuuttiyksiköissä toimivista koki työnsä arvostuksen laskeneen. Vastauksissa korostettiin kuitenkin myös toimintaterapeuttien tarvetta tulevaisuudessa kuntoutustehtävissä. Etätyöskentely ja teknologisten ratkaisujen käyttö kasvoi pandemia-aikana merkittävästi. (Ward & Casterton 2020.)

Pandemia-aika vaikutti myös toiminnantieteen tutkijoiden ja kouluttajien työhön. Tutkimusasetelmia jouduttiin muuttamaan ja tutkimusmenetelmiä mukautettiin karanteenien ja etäsuositusten mukaisesti. Konferensseja ja tapahtumia peruttiin tai toteutettiin etätapahtumina verkossa. Tutkimusympäristön muutokset ja henkilökohtaisten vuorovaikutusten vähentyminen ovat vaikuttaneet erityisesti uransa alussa oleviin tutkijoihin. (Termini & Traver 2020.)

#### **2.4.4 Toiminnantieteen näkökulmia pandemia-aikaan**

Toiminnantieteen ja toimintaterapian näkökulmasta COVID-19-pandemia-aika on ollut vakavan globaalien tartuntatautiepidemian lisäksi myös laaja kansainvälinen häiriötila toiminnallisuudelle (engl. **occupational disruption**, ei vakiintunutta suomenkielistä termiä). Pandemia-ajan rajoitteet ovat vaikuttaneet globaalisti lähes kaikkien ihmisten toimintamahdollisuuksiin, toimintaympäristöihin ja tapoihin tehdä toimintoja. Pandemia-aika on vaikuttanut laajasti arkielämän toimintakokonaisuuksiin kuten työhön, kotielämään ja vapaa-ajan toimintoihin. (WFOT's Public Statement on Occupational Therapy Response to the COVID-19 Pandemic 2020).

Toimintaterapiassa ihminen nähdään ennen kaikkea *toiminnallisena olentona* (engl. occupational being), jolla on **luontainen tarve toimia ja toiminnallaan toteuttaa itseään** (Clark 1997, 86–92). Toiminnantiede perustelee, ja toimintaterapeuteilla oleva käytännön kokemus vahvistaa, että toiminnalla on keskeinen asema ihmisen hyvinvoinnille ja kokemukselle arkensa ja elämänsä mielekkyydestä. Toimintaterapeuttien arvoihin kuuluu edistää toiminnallista tasa-arvoa ja mahdollistaa toimintoihin osallistumista ja osallisuuden ja pystyvyyden kokemusta. (Townsend 2022; Reyes, Baez, Gualberto & Pagcaliwagan 2021.)

Ammatti- ja tieteenalan sisällä pandemia-aikaa rajoituksineen on tarkasteltu teoreettisesti useiden eri mallien ja viitekehysten näkökulmasta. Yläkäsitteenä *toiminnallisuus* löytyy kaikista toimintaterapian eri teorioista ja viitekehyksistä (Savolainen & Aralinna 2017, 10; Theories and Models 2022). Toimintaterapiassa ja toiminnantieteessä *toiminta* (engl. occupation) viittaa niihin merkityksellisiin tekemisiin, toimintoihin, mitä yksilöt arjessaan tekevät (osallistuvat, sitoutuvat, engl. "meaningful activities that individuals engage in"). Toiminnallisuuden osa-alueet kattavat kaikki ihmiselämään kuuluvat tekemiset. (Baum, Christiansen & Bass 2015, 49–56.) Toimintakokonaisuuksia ovat itsestä huolehtiminen, asiointi ja kotielämän toiminnot, koulunkäynti ja opiskelu, työkyky ja työssä suoriutuminen, yhteiskunnallinen osallistuminen, vapaa-ajan toiminta, leikki sekä levon ja ajankäytön tasapaino (Savolainen & Aralinna 2017, 14). Arjen toimintojen moninaisuutta on havainnollistettu kuviossa 6. (Savolainen & Aralinna 2017, 10–14; Baum ym. 2015, 49–56; Bazyk 2022.)



Kuvio 6. Toiminnallisuuden osa-alueita ja arkielämän toimintakokonaisuuksia. (Bazyk 2022, Occupational Therapy: Promoting Participation in Occupation. Muokattu.)

Toimintaterapian ja toiminnantieteen näkemykseen kuuluu oleellisesti ymmärrys siitä, että **toiminnalliseen suoriutumiseen ja osallistumiseen vaikuttavat yksilön ja toiminnan ominaisuuksien**

**lisäksi aina vahvasti myös ympäristö ja tilanne, jossa toiminta tapahtuu.** Ympäristö voi sallia, estää tai edistää ihmisen osallistumista itselle merkitykselliseen toimintaan. Ympäristötekijät myös muokkaavat ihmisen kokemusta toiminnasta. Ihmisen, toiminnan ja ympäristön suhdetta on havainnollistettu kuviossa 7. (Savolainen & Aralinna 2017, 10.)



Kuvio 7. Toiminnallisuus toimintaterapian keskiössä. (Savolainen & Aralinna 2017, 10, kuvio 1, muokattu.)

Toiminnantieteen teorioissa ja toimintaterapian viitekehyksissä tarkastellaan ympäristöä kattavasti. Viitekehysten välillä on hienoisia eroja käsitteiden ja jaottelun suhteen. (Theories and Models 2022.) Teorioihin, viitekehyksiin ja malleihin sisältyviä ympäristön ulottuvuuksia ovat muun muassa fyysinen, sosiaalinen, kulttuurinen, toiminnallinen ja institutionaalinen ulottuvuus. (Hagedorn 2001, 131; Savolainen & Aralinna 2017, 10.)

Konkreettisesti havaittavissa olevan ympäristön lisäksi toimintaan vaikuttaa myös *konteksti, jossa toiminta tapahtuu*. Kontekstilla tarkoitetaan taustaa ja olosuhteita, eli sekä henkilökohtaisia tekijöitä että kulttuuriin ja ajankuvaan liittyviä tekijöitä. Henkilökohtaisia tekijöitä ovat esimerkiksi ikä, terveydentila ja mieltymykset. Kulttuuriin ja ajankuvaan liittyviä tekijöitä ovat ympäristön asenteet ja odotukset. (Occupational Therapy Practice Framework, 2020.) Nykyään huomion kohteena on

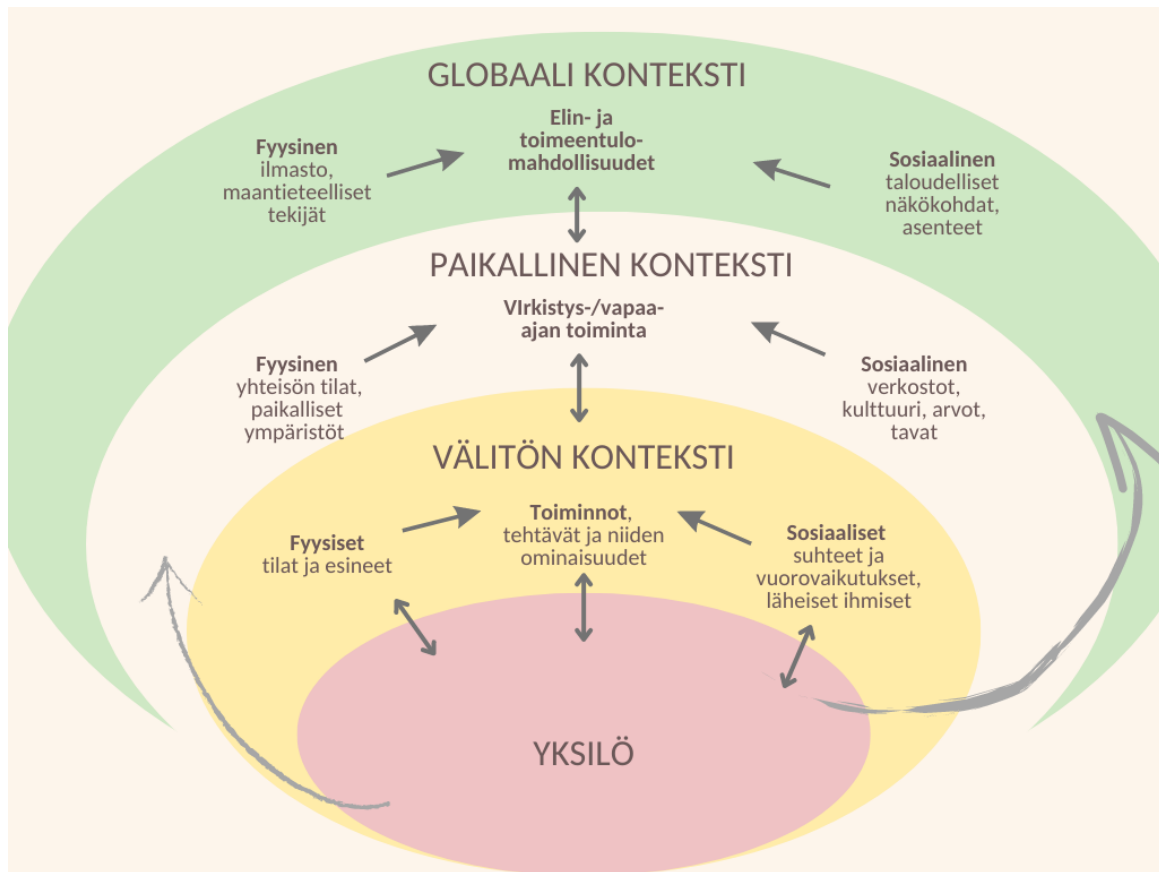
myös teknologian, internetin, mobiililaitteiden ja sosiaalisen median kehityksen myötä *virtuaalinen konteksti* (Rakoski, Douglas & Ferguson 2013). Yksilön, toiminnan ja ympäristön eri ulottuvuuksien ja niiden vaikutussuhteiden analysointi on toimintaterapeuttien ydinosaamista.

Linin ja Fisherin (2020) mukaan **ihimillisen toiminnan mallin** (the Model of Human Occupations, MOHO) kautta on mahdollista tarkastella, miten monitahoisesti pandemia-aika on vaikuttanut ihmisten elämään. Mallissa yksilön nähdään toimivan vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa *toiminnallisen osallistumisen, toiminnallisen suoriutumisen ja toiminnallisten taitojen* tasoilla. Yksilöön liittyviä tekijöitä ovat *tahto, tottumus ja suorituskyvyn* osatekijät. Tahdon osa-alue kuvastaa toimintaan motivoitumista sisältäen yksilön arvot, mielenkiinnonkohteet ja henkilökohtaisen vaikuttamisen. Tahdon osa-alue vaikuttaa siihen, mitä yksilö kokee tärkeäksi ja merkitykselliseksi omassa elinympäristössään liittyen niin olosuhteisiin, tavaroihin kuin toimintoihin. **Ympäristö, joka tukee ihmisen arvoja, mielenkiinnon kohteita ja pystyvyyden tunteita, edistää toiminnallista suoriutumista ja osallistumista.** Tottumus viittaa yksilön tapoihin ja rutiineihin ja sisältää myös yksilöön liittyvät toiminnalliset roolit. Suorituskyvyn osa-alue sisältää fyysiset, psyykkiset ja kognitiiviset kyvyt, jotka ovat toiminnallisen suoriutumisen perusta. (Kielhofner 2008, 12, 101; Lin & Fisher 2020.)

Inhimillisen toiminnan mallissa ympäristön käsite jakautuu *fyysiseen, sosiaaliseen ja toiminnalliseen ympäristöön*. Toiminnallinen ympäristö käsittää sellaisten toimintamahdollisuuksien läsnäolon, jotka heijastavat yksilön mielenkiinnonkohteita, rooleja, kyvykkyyttä ja kulttuurisia mieltymyksiä. Toiminnalliseen ympäristöön kuuluvat toimintojen laatu ja taloudelliset resurssit. Toiminnallisen ympäristön käsitteeseen kuuluvat myös lainsäädäntö ja lait, jotka vaikuttavat siihen, mitä toimintoja on saatavilla ja mitä odotetaan tai vaaditaan suoritettavaksi tietyssä kontekstissa. Mallissa fyysinen ympäristö viittaa tiloihin, joissa toimintaa tehdään ja esineisiin, joita toiminnassa käytetään. Fyysisen ympäristön käsite kattaa myös luonto- ja sääolosuhteet sekä toiminnassa käytettävien esineiden saavutettavuuden. Sosiaalinen ympäristö pitää sisällään sosiaaliset ryhmät ja ihmissuhteet, vuorovaikutuksen laadun, yhteisölliset ja yhteiskunnalliset asenteet sekä käytännöt. (Fisher, Parkinson & Haglund 2017, 96.)

**Fyysistä, sosiaalista ja toiminnallista ympäristöä tarkastellaan mallissa kolmessa eri tasossa** huomioiden *välitön konteksti, paikallinen konteksti* sekä *globaali yhteiskunnallinen konteksti*. Nämä kolme eri tasoa ovat jatkuvassa vuorovaikutuksessa suhteessa toisiinsa ja itse ihmiseen. Ympäristö

voi eri ulottuvuuksissaan luoda mahdollisuuksia ja tukea, mutta vastaavasti asettaa myös vaatimuksia ja rajoituksia toiminnalle. Kuviossa 8 on havainnollistettu esimerkein tekijöitä, jotka sisältyvät inhimillisen toiminnan mallissa (MOHO) fyysiseen, sosiaaliseen ja toiminnalliseen ympäristöön kolmessa eri tasossa. (Fisher ym. 2017, 96.)



Kuvio 8. Esimerkkejä tekijöistä, jotka sisältyvät inhimillisen toiminnan mallissa (MOHO) fyysiseen, sosiaaliseen ja toiminnalliseen ympäristöön kolmessa eri kontekstissa (vrt. mikro-, meso-, makrotasot). (Fisher ym. 2017, 98, muokattu.)

COVID-19-pandemia-aikaa ja sen aiheuttamia muutoksia ihmisten toiminnalle ja toimintamahdollisuuksille on toiminnantieteessä tutkittu yleisellä tasolla käsitteen *occupational disruption* kautta (mm. Hammell 2020, 7–8). Lisäksi tutkimuksia on tehty tarkastellen ilmiötä lukuisten muiden toiminnantieteen käsitteiden näkökulmasta. Pandemia-aikaan liittyviä tutkimuksia on tehty käyttäen muun muassa käsitteitä *merkitykselliset toiminnot*, *osallisuus*, *toiminnallinen sitoutuminen*, *toiminnallinen resilienssi*, *toiminnallinen deprivatio*, *toiminnallinen vieraantuminen*, *toiminnallinen syrjäytyminen*, *toiminnallinen oikeudenmukaisuus*, *työelämän tasapaino* ja *toiminnallinen tasapaino*.

Käsitteiden englanninkieliset vastineet, merkitys ja esimerkkejä pandemia-aikana toteutetuista tutkimuksista on koottu liitteeseen 2. (mm. Hammell 2020; Sangster & Jokić-Begić 2022; Donnelly, Fu-kumura & Richter 2022; Lee, Awan, Chaudhary & John 2022; Keptner & McCarthy 2020; Van-puybrouck & Olson 2021; Balser, O'Brien & Wittman 2020; Brown 2021; Reyes, Baes, Gualberto, Pagcaliwagan 2021; Chu, Chan & So 2022; Jansson-Mackey 2021.)

Seuraavassa alaluvussa on tarkasteltu tarkemmin tämän opinnäytetyön kiinnostuksen keskiössä olevaa toiminnallisen tasapainon käsitettä.

## 2.5 Toiminnallinen tasapaino

### 2.5.1 Toiminnallisen tasapainon määritelmä

**Toiminnallinen tasapaino** (engl. occupational balance) on toiminnantieteen keskeisimpiä käsitteitä, jonka yhteyksiä terveyden ja hyvinvoinnin aspekteihin on tutkittu monipuolisesti. Toiminnallisella tasapainolla tarkoitetaan sitä, että ihmisen elämään kuuluvat toiminnot kuten lepo, vapaa-aika, työ ja itsestä huolehtiminen ovat tasapainossa keskenään. **Toiminnallinen epätasapaino** (engl. occupational imbalance) puolestaan syntyy, kun ihmisen osallistuminen toimintoihin ei vastaa hänen yksilöllisiä fyysisiä, sosiaalisia ja henkisiä tarpeitaan ja arvojaan (Karlsson, Ivarsson & Erlandsson 2022, 363–372).

Wagman, Håkansson ja Björklund (2012, 322–327) esittävät, että toiminnallinen tasapaino voidaan määritellä yksilön kokemukseksi siitä, että hänellä on toimintoja oikeassa suhteessa ja oikeanlaista vaihtelua toimintojensa välillä. Käsiteanalyysissa tunnistettiin kolme näkökulmaa toimintojen keskinäisiin suhteisiin:

1. toiminnan tyypit tai aihealueet eli toimintakokonaisuuksien tasapaino (tuottavat toiminnot kuten työ tai opiskelu, kodinhoito, itsestä huolehtiminen, leikki, vapaa-ajan toiminnot ja lepo),
2. ominaisuuksiltaan erilaiset toiminnot (fyysisiä, psyykkisiä, henkisiä ja sosiaalisia valmiuksia tai taitoja eri tavoin vaativat toiminnot, rauhalliset ja intensiiviset tai aktiiviset toiminnot) ja
3. ajankäyttö.

Toiminnallinen tasapaino on ennen kaikkea subjektiivinen kokemus siitä, että toimintoja on sopiva yhdistelmä (engl. having the right mix) ja sopivassa suhteessa, joten hyvä toiminnallinen tasapaino on käytännössä ainakin jossain määrin erilainen eri ihmisten välillä. (Wagman ym. 2012, 322–327.)



Päivämme koostuvat toiminnoista, joita haluamme tehdä, mitä meidän tulee tehdä, tai mitä meidän odotetaan tekevän. Toiminnallisen tasapainon kokemukseen vaikuttaa ympäristötekijöiden, asenteiden ja arvojen lisäksi myös kulttuuri (ks. mm. Yazdani, Roberts, Yazdani & Rassafiani 2015; Liu, Zemke, Liang & Gray 2021a). Vain yksilö itse elämänsä kokijana pystyy kuitenkin lopulta määrittelemään millaisena toimintansa ja sen tasapainoisuuden kokee (Karlsson ym. 2022).

Toiminnallinen tasapaino sisältää ajatuksen siitä, että toiminnot voivat erota kokemuksellisesti toisistaan sen suhteen, teemmekö niitä omasta valinnasta, pakosta tai velvoitteiden vuoksi, yksin tai yhdessä, aktiivisesti toimien tai ollen, ja ovatko toiminnot rasittavia vai yksilöä elävöittäviä (Wilcock 2015, 343). Lautamo, Juntunen, Lällä ja Pikkarainen (2022, 11) tähdentävät, että toimintojen tasapainon kokemus on yksilöllinen ja kontekstuaalinen. Toiminnoissa tasapainoillaan sosiokulttuuristen ja henkilökohtaisten toiminnallisten vaatimusten välillä. Koetulle toiminnalliselle tasapainolle tärkeimpiä elementtejä ovat kyvyt ja resurssit, yhdenmukaisuus arvojen kanssa ja harmonia eri toimintojen välillä. Toimintojen välinen tasapaino mahdollistaa harmonian kokemuksen. (Karlsson ym. 2022; Lautamo ym. 2022, 11; Wilcock 2015, 343.)

Toiminnallisen tasapainon käsite on syntynyt länsimaisen kulttuurin piirissä. Liu, Zemke, Liang ja Gray (2021b) ovat kehittäneet toiminnallisen tasapainon käsitettä kiinalaisesta näkökulmasta ja luoneet *toiminnallisen harmonian* mallin (engl. Model of Occupational Harmony, MOHar). MOHar pohjautuu kiinalaiseen filosofiaan ja kulttuuriin. Sen ydinajatus on, että ihmisten terveys on optimaalinen, kun he ovat harmoniassa (kiinaksi *He*) luonnon, toistensa ja itsensä kanssa (mts. 229–230). Mallissa kuvataan ihmisen ja ympäristön vuorovaikutuksen useat tasot (vrt. MOHO ja verkkoanalyysin mikro-, meso- ja makrotasot) ja myös ajalliset ulottuvuudet. Mallissa hyödynnetään Taijin näkökulmaa ja toiminnallista sitoutumista luonnehditaan Jinin ja Jangin periaatteiden mukaisesti. Toiminnallisen sitoutumisen eri elementtien keskinäisiä suhteita kuvataan viisiulotteisesti. Nämä suhteet voivat olla toisiaan vahvistavia tai rajoittavia. (ks. tarkemmin Liu, Zemke, Liang & Gray 2021b, e228-e235; Liu, Zemke, Liang & Gray 2021a, 1-15.)

Hyvinvoinnin näkökulma tasapainon määreenä korostuu usein käytetyssä Wilcockin (2015, 343) englanninkielisessä toiminnallisen tasapainon määritelmässä: “A balance of engagement in occupation that leads to well-being. For example, the balance may be among physical, mental, and so-

cial occupations; between chosen and obligatory occupations; between strenuous and restful occupations, or between doing and being”. Seuraavassa aluvussa käsitellään toiminnallisen tasapainon yhteyksiä hyvinvointiin.

### **2.5.2 Toiminnallisen tasapainon yhteydet hyvinvointiin**

Toiminnallinen tasapaino on tärkeä tekijä sen suhteen, miten mielekkäänä elämä koetaan, sekä miten hyväksi terveys koetaan. Toiminnallisen epätasapainon ja hyvinvoinnin välillä puolestaan on käänteinen yhteys. Toiminnallinen epätasapaino voi ilmetä stressinä tai tylsistymisenä ja aiheuttaa ilottomuutta sekä johtaa sairastumiseen. Tutkimustulokset viittaavat niin ikään siihen, että kokemus päivittäisten toimintojen epätasapainosta luo aikuisikäisillä merkittävän riskin sairastua ja joutua pois työelämästä. (Law, Baum & Dunn 2017; Anaby, Backman, Jarus 2010, 280–288; Bejerholm 2010, 1–17; Karlsson ym. 2022, 363–372.)

Toiminnallisen tasapainon ja toiminnallisten arvojen kokemusten on havaittu liittyvän toisiinsa. Myönteisen kokemuksen päivittäisten toimintojen määrästä ja niihin liittyvästä toiminnallisesta arvosta, on todettu parantavan myös kokemusta omasta terveydestä. (Karlsson ym. 2022.) Toiminnallisen tasapainon yhteyksistä muihin hyvinvointiin yhteydessä oleviin tekijöihin on olemassa lukuisia tutkimuksia (Park, Lee, Jeon, Yoo, Kim & Park 2021; Backman 2004, 202–209).

Monipuoliset ja mielekkäät toiminnat päivittäisessä elämässä ovat yhteydessä parempaan elämänlaatuun ja mielenterveyteen (Park ym. 2021). Lautamo ja muut (2022, 11) toteavat, että luopuminen tai ulkopuolelle jääminen harrastuksista, sosiaalisesta toiminnasta tai yhteiskunnallisista tehtävistä heikentää toimijuuden kokemusta. Lautamo ja muut korostavat myös, että ihmisen hyvinvoinnin ja elämänlaadun kannalta on tärkeää, ettei merkityksellisistä toiminnoista luovuta kokonaan voimavarojen vähetessä tai ympäristön muuttuessa. Toimijuuden jatkuvuuden ja hyvinvoinnin kannalta on tärkeää etsiä keinoja, joilla ylläpidetään merkityksellisiä toimintoja. Olennaista on, että ihminen itse määrittelee ne toiminnat, joista hän saa energiaa ja toisaalta tunnistaa energiaa vievät asiat. (Lautamo ym. 2022, 11; Park ym. 2021.)

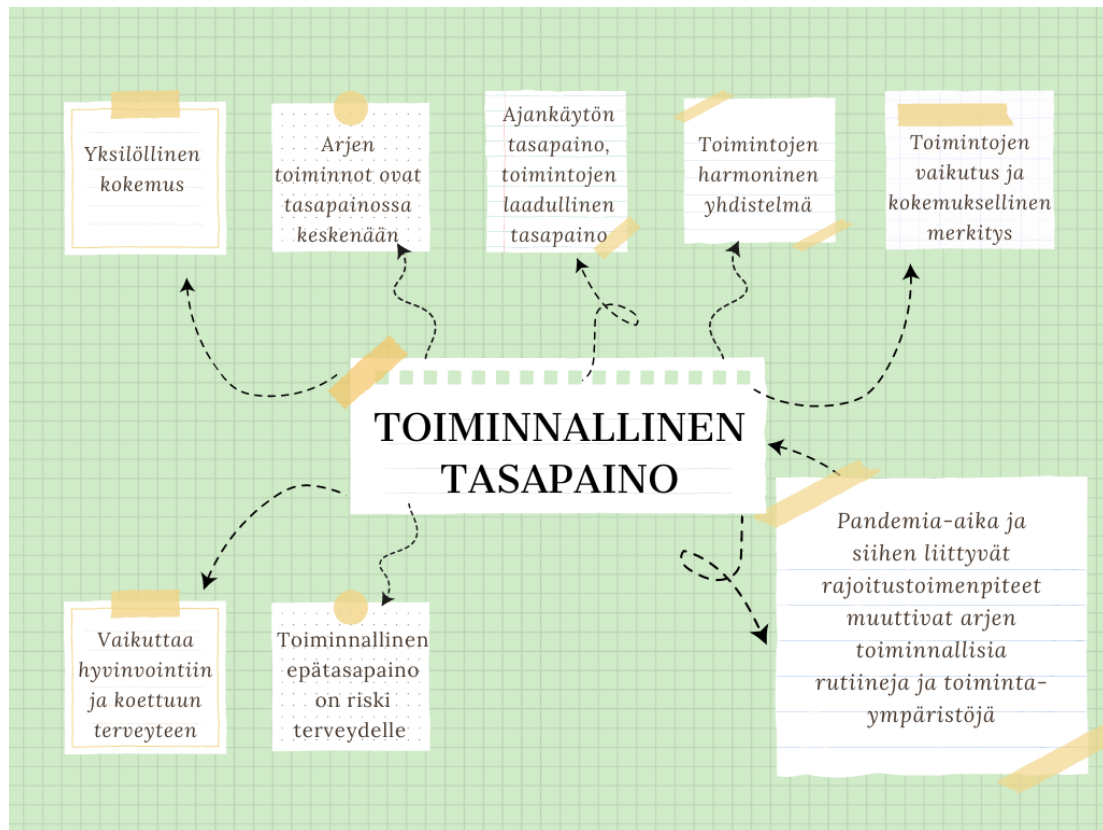
### 2.5.3 Toiminnallisen tasapainon arviointi

Toiminnallisen tasapainon arviointiin ja mittaamiseen on kehitetty useita työkaluja ja mittareita. Håkanson, Wagman ja Hagell (2020, 441) mainitsevat Matuskan (2008) kehittämän Life Balance Inventoryn (LBI), Eakmanin (2015) kehittämän Meaningful Activity Wants and Needs Assessmentin (MAWNA) ja Dürin, Steinerin, Fialka-Moserin ja muiden (2014) kehittämän Occupational Balance Questionnairen (OB-Quest). (Håkanson ym. 2020, 441.)

Näiden lisäksi toiminnallisen tasapainon arvioimiseen kehitettyjä mittareita ja itsearviointityökaluja ovat muun muassa Occupational Balance in Informal Caregivers (OBI-Care) ja Daily Occupations-Occupational Balance (SDO-OB). Näistä ensiksi mainittu on suunnattu epävirallisille omaishoitajille, ja jälkimmäinen ihmisille, joilla on diagnosoitu mielenterveyden häiriö. (Röschel, Wagner & Dür 2021, 1–15; Dür, Röschel, Oberleitner-Leeb, Herrmanns, Pichler-Stachl, Mattner ... & Berger 2021, 1–15; Vidaña-Moya, Eklund, Merchán-Baeza, Peral-Gómez, Zango-Martín & Hultqvist 2020, 1–12.) Toiminnallisen tasapainon elementit ovat usein mukana myös muissa toimintakeskeisissä arviointityökaluissa (kt. esim. Lautamo ym. 2022, 21–33).

Tällä hetkellä kattavin ja monitahoisin normaaliväestön toiminnallisen tasapainon mittaamiseen soveltuva arviointiväline lienee Wagmanin ja Håkansonin (2014, 227–231) Occupational Balance Questionnaire (OBQ). Sen kehitystyötä on jatkettu julkaisunsa jälkeen, ja tarkistettujen versioiden ja käännösten validointitutkimuksia on viime vuosina julkaistu useita. Juuri pandemiaa edeltäen julkaistiin Håkanssonin, Wagmanin ja Hagellin (2020) tutkimus OBQ:n uusimman version (OBQ11) sisäisestä rakenteellisesta validiteetista normaaliväestössä. Lisäksi pandemian aikana OBQ:sta on julkaistu käännökset ja validointi tanskaksi (Hansen, Boll, Skaarup, Hansen, Dür, Stamm & Kristensen 2020, 1–15), turkiksi (Günel, Pekçetin, Demirtürk, Şenol, Håkansson & Wagman 2020, 493–499) ja espanjaksi (Peral-Gómez, López-Roig, Pastor-Mira, Abad-Navarro, Valera-Gran, Håkansson & Wagman 2021, 1–12). (Wagman & Håkanson 2014, 227–231; Håkansson ym. 2020, 441–449; Hansen ym. 2020, 1–15; Günel ym. 2020, 493–499; Peral-Gómez ym. 2021, 1–12.)

Edeltävissä alaluvuissa esitettyjä toiminnallisen tasapainon eri puolia on havainnollistettu kuviossa 9. Pandemia-aika ja siihen liittyvät rajoitustoimenpiteet muuttivat arjen toiminnallisia rutiineja ja toimintaympäristöjä. Tämä on saattanut olla riski väestön toiminnalliselle tasapainolle.



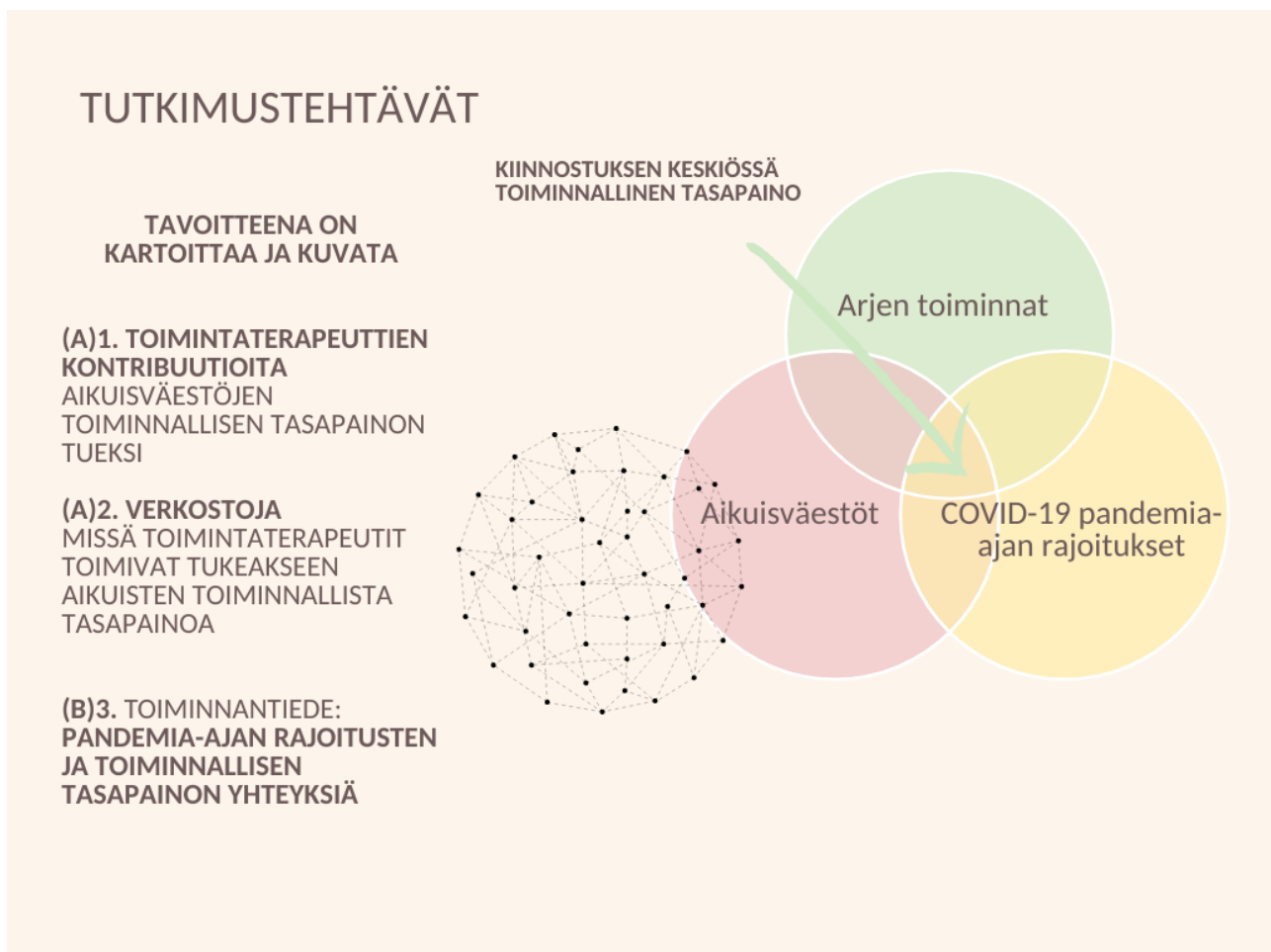
Kuvio 9. Toiminnallinen tasapaino. Miellekartta.

Opinnäytetyön tietoperustassa kuvattiin tutkimuksen kohteena olevan ilmiön konteksti eli COVID-19-pandemia-aika ja siihen liittyvät rajoitustoimenpiteet ja niiden vaikutuksia aikuisväestöissä. Tietoperustassa jäsennettiin myös ilmiön tarkasteluun valitut kolme näkökulmaa, mitkä olivat verkostotyön, toimintaterapian ja toiminnantieteen näkökulmat. Tietoperustan rajausta ja tutkimustehtävien muotoilua ohjasi johdannossa esitelyihin esioletuksiin perustuva retorinen kysymys: COVID-19-pandemia-aika ja siihen liittyneiden rajoitusten aiheuttamat muutokset arjen toimintoihin toimintaterapian ja toiminnantieteen toiminnallista tasapainoa tukevien väestötason kontribuutioiden ja verkostoitumisen ajurina? Valituista näkökulmista esiteltiin opinnäytetyön tutkimusosuuden kannalta keskeisimmät teoreettiset viitekehykset ja käsitteet. Lisäksi opinnäytetyön tutkimusosuuden tarkastelunäkökulmaa rajattiin ja perusteltiin syventävällä tiedolla toiminnallisesta tasapainosta. Seuraavassa luvussa 3 kuvataan opinnäytetyön tutkimustehtävät sekä tutkimuskysymykset.

### 3 Tutkimuksen tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön esioletuksena eli työhypoteesina oli, että toiminnantieteen näkökulmasta COVID-19-pandemia-ajan rajoitukset voivat olla riski aikuisikäisen normaaliväestön toiminnalliselle tasapainolle erityisesti pitkään jatkuessaan, ja että ilmiötä mahdollisesti tutkitaan pandemia-aikana. Toisena työhypoteesina oli, että toimintaterapeuteilla on sellaista osaamista, joka voisi hyödyttää väestöä ylläpitämään toiminnallista tasapainoa ja hyvinvointia pandemia-ajan rajoitusten aikana, ja että jonkinlaisia kontribuutioita asian eteen myös mahdollisesti toteutetaan pandemia-aikana. Kolmantena työhypoteesina oli, että voidakseen tukea aikuisikäistä normaaliväestöä pandemiarajoitusten aikana, toimintaterapeuttien on tehtävä jollain tavoin verkostotyötä, ja että uudella tilanteessa ja uudentyyppisiä kontribuutioita kehitettäessä voi syntyä uusia verkostoja.

Tutkimustehtävät on havainnollistettu Venn-diagrammina kuviossa 10.



Kuvio 10. Tutkimustehtävät Venn-diagrammina.

Ensimmäisenä tutkimustehtävänä oli kartoittaa ja kuvata toimintaterapeuttien kontribuutioita, joilla tuettiin aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallista tasapainoa COVID-19-pandemia-aikana. Toisena tutkimustehtävänä oli kartoittaa ja kuvata, millaisissa verkostoissa toimintaterapeutit toimivat tukiessaan aikuisväestön toiminnallista tasapainoa pandemiarajoitusten aikana. Kolmantena tutkimustehtävänä oli kartoittaa ja kuvata toiminnantieteen viimeaikaisiin tutkimuksiin perustuen, millaista tutkimusnäyttöä on pandemia-ajan rajoitusten ja aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallisen tasapainon välisistä yhteyksistä. Tutkimuskysymykset olivat:

(A)1. Millaisiin toimiin ja työn tekoihin toimintaterapeutit ryhtyivät pandemia-aikana tukeakseen aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallista tasapainoa?

(A)2. Millaisissa verkostoissa toimintaterapeutit toimivat tukiessaan aikuisväestön toiminnallista tasapainoa pandemiarajoitusten aikana?

(B)3. Millaista tutkimusnäyttöä on pandemia-ajan rajoitusten ja aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallisen tasapainon yhteyksistä?

Tutkimuskysymyksissä (A)1 ja (A)2 kiinnostus kohdistui kontribuutioihin, joiden pyrkimyksenä oli tukea aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallista tasapainoa, ja mitkä oli toteutettu ennen kaikkea *toimintaterapian tavanomaista asiakastyötä laajemmissa verkostoissa*. Tavoitteena oli kartoittaa ja kuvata millaisia kontribuutioita toimintaterapeutit *kansainvälisesti tarkasteltuna* toteuttivat ja millaisissa verkostoissa toimien niitä toteutettiin.

Välillisenä tavoitteena oli lisätä ymmärrystä toimintaterapian tietotaidon hyödyntämismahdollisuuksista tavanomaista kuntoutustyön kenttää laajemmalla ulottuvuudella. Sanavalinnalla kontribuutio pyrittiin mahdollistamaan riittävän laaja tarkastelunäkökulma tutkimuskysymysten kannalta ja riittävä avoimuus, jotta pystyttiin tunnistamaan alan tietotaidon soveltamisen tapoja, joilla sitä ei aiemmin ollut sovellettu. Tutkimuksessa kartoitetut kontribuutiot saattoivat siten olla toimintaterapiainterventioita tai jonkinlaisia muita edistäviä työn tekoja tai toimia, toimintaterapeuttien palveluita tai toimintaterapeuttisia toimenpiteitä, kuten neuvonta ja ohjaus, tai muita välillisiä työtehtäviä, kuten tiedottaminen, tiedontuottaminen tai koulutus (Toimintaterapianimikkeistö 2017).

Tutkimustehtävässä (B)3 keskityttiin viimeaikaisiin toiminnantieteen tutkimuksiin, jotka oli kohdennettu väestötasolla *yli 18-vuotiaisiin aikuisiin, joilla ei ollut erityisiä toimintakyvyn rajoitteita* esimerkiksi sairaudesta tai vammasta johtuen. COVID-19-taudin sairastamisen yhteyksiä toiminnalliseen tasapainoon ei tässä tutkimuksessa selvitetty. Tavoitteena oli kartoittaa ja kuvata, *millaisia yhteyksiä* tutkimuksissa on todettu pandemiarajoituksilla ja aikuisikäisten normaaliväestöjen toiminnallisella tasapainolla olleen. Tässä tutkimuksessa ensisijaisena tavoitteena ei ollut arvioida näytön vaikuttavuuden vahvuustasoa.

## 4 Tutkimuksen toteutus

### 4.1 Tutkimuksen metodologiset valinnat ja niiden perustelut

Tutkimusmenetelmäksi valittiin *systemaattisesti toteutettava kuvaileva kirjallisuuskatsaus*. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus arvioitiin soveltuvimmaksi menetelmäksi, koska tavoitteena oli kartoittaa hyvin ajankohtaiseen ilmiöön liittyvää tuoretta tietoa, syventää ilmiön ymmärrystä sekä kuvailla sitä jäsennellysti useammasta eri näkökulmasta (Suhonen, Axelin & Stolt 2016, 7–9; Marjamaa & Sinisalo 2022; Kangasniemi, Utriainen, Ahonen, Pietilä, Jääskeläinen & Liikanen 2013, 291–301). Systemaattisesti toteutettavan kirjallisuuskatsauksen katsottiin olevan tehokas tapa tarkastella esioletuksina olleita työhypoteeseja, esittää tutkimusten tuloksia tiiviissä muodossa sekä arvioida tiedon laatua ja lisätiedon tarpeita (Salminen 2011, 9). Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen katsottiin olevan nimikkeenä ja tutkimustyyppinä riittävän laaja, jotta se kattaisi sekä tutkimustietoon että toimintaterapeuttien käytännön työhön ja verkottumiseen kohdistuvat tutkimustehtävät, ja että sen metodologisin keinoin pystyttäisiin vastaamaan tyydyttävästi kaikkiin tutkimuskysymyksiin (Marjamaa & Sinisalo 2022). (Suhonen ym. 2016, 7–9; Marjamaa & Sinisalo 2022; Kangasniemi ym. 2013, 291–301; Salminen 2011, 9.)

Marjamaan ja Sinisalon mukaan (2022) tutkimustarkoituksessa käytettynä kuvaileva kirjallisuuskatsaus muistuttaa vaiheiltaan järjestelmällisyydessään systemaattista kirjallisuuskatsausta. Aineiston valinta tehdään eksplisiittisesti eri tietokannoista sisäänotto- ja poissulkukriteereitä hyödyntäen. Kangasniemi ja muut (2013, 295) selventävät kuvailevan kirjallisuuskatsauksen poikkeavan systemaattisesta kirjallisuuskatsauksesta siinä, että aineiston valintaperusteena sisältö, ja sen suhde muihin valittuihin tutkimuksiin, menevät ennalta asetettujen hakukriteerien ja rajausten edelle. Myös tutkimuskysymyksen asettelun tarkkuus ja muoto sekä aineiston käsittelytapa ja tulosten

esittämistapa voivat kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa poiketa systemaattisesta kirjallisuuskatsauksesta (Suhonen ym. 2016, 7–16). Systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa tutkijoita on yleensä kaksi tai useampia, yhden tutkijan tekemänä siitä käytetään nimikettä *systemoitu katsaus* (Kunnela 2022a). (Marjamaa & Sinisalo 2022; Kangasniemi ym. 2013, 295; Suhonen ym. 2016, 7–16; Kunnela 2022a.)

Tässä opinnäytetyössä tutkimusosuus jakautui kahteen osaan. A-osuudessa keskityttiin tarkastelemaan toimintaterapeuttien kontribuutioita sekä niiden verkostojen ominaispiirteitä, joissa toimintaterapeutit toimivat pandemia-aikana. B-osuudessa kiinnostuksen kohde oli toiminnantieteen tutkimustuloksissa. Tutkimusosuuden A kirjallisuuskatsaus muistuttikin metodologisesti lähimmin laadullista tutkimusta, minkä aineistona käytettiin kirjallisia asiantuntija-aineistoja (Tuomi & Sarajärvi 2018, 96). Tutkimusosuuden B kirjallisuuskatsaus puolestaan oli metodologisesti lähellä systemoitua kirjallisuuskatsausta (Grant & Booth 2009, 91–108). Yhtenäinen metodologinen valinta tutkimustehtäviin oli kartoittava kuvailu. Opinnäytetyössä kokonaisuutena tarkasteltuna on tunnistettavissa myös integroidun kirjallisuuskatsauksen piirteitä (Sulosaari & Kajander-Unkuri 2016, 107–117; Torraco 2005, 356–367; Whittemore 2008, 149–156). (Tuomi & Sarajärvi 2018, 96; Grant & Booth 2009, 91–108; Sulosaari & Kajander-Unkuri 2016, 107–117.)

Opinnäytetyön kirjallisuuskatsausten teossa käytettiin Marjamaan ja Sinisalon (2022) mallia kuvailevan kirjallisuuskatsauksen vaiheista (liite 1). Mallin vaiheissa ei ole mainittu lainkaan valittavien tutkimusten ja muun aineiston laadun arviointia. Aineistojen laadun arvioinnit kuitenkin toteutettiin (ks. tarkemmin tutkimuksen toteutuksen alaluku 4.3 ja tutkimuksen luotettavuus 7.1.2). Aineistojen keruut, valinta ja laadun arvioinnit on esitetty vuokaavioin ja infograafein liitteissä 3–6 ja sanallisesti seuraavissa luvuissa.

## 4.2 Aineistojen keruut

Aineistot katsauksiin A ja B valittiin eksplisiittisesti, jotta tutkimus olisi läpinäkyvää ja sen luotettavuus arvioitavissa (Tiedonhaun opas 2022; Isojärvi 2017). Aineistojen keruun tapa ja haun toteutus linjattiin katsauksen tarkoituksen ja tutkimuskysymysten perusteella sekä JAMK:in YAMK-opinnäytetöiltä edellyttämien kriteerien mukaisesti (Niela-Vilén & Kauhanen 2015, 27; Kunnela 2022a).



#### 4.2.1 Aineistojen hakustrategiat

Marjamaa ja Sinisalo (2022) toteavat kirjallisuuskatsauksen aineiston haun olevan Järvelinin ja Sormusen (2010, 258) mukaan tarkkuuden ja kattavan saannin välillä tasapainoilua. Tämän opinnäytetyön pääkäsitteitä sekä asia- ja avainsanoja pohdittiin jo tutkimussuunnitelmaa sekä opinnäytetyön viitekehystä kirjoitettaessa. Avuksi laadittiin useita miellekarttoja. Toteutuksen tueksi soveltuvuutensa takia valitussa Marjamaan ja Sinisalon (2022) kirjallisuuskatsauksen prosessimallissa korostettiin tiedonhankinnan suunnitelmallisuutta, testausta ja avointa raportointia. Tästä syystä informaation asiantuntemusta hyödynnettiin hakujen suunnitteluvaiheessa ennen varsinaisten hakujen tekemistä. (Tiedonhaun opas 2022; Marjamaa & Sinisalo 2022; Niela-Vilén & Kauhainen 2015, 27; Kunnela 2022a; Kunnela 2022b.)

Tärkein tutkimuksen kiinnostuksen kohteena ollut yksittäinen käsite oli toiminnallinen tasapaino, ”occupational balance”. Opinnäytteen viitekehystä laadittaessa ja aiheen tutkimuskirjallisuuteen perehdyttäessä tunnistettiin tutkimustehtäviin läheisesti liittyviä käsitteitä. Niitä kuvattiin tutkimuksen orientaatioperustassa ja ne arvioitiin voitavan huomioida haussa, mikäli tutkimuskysymysten kannalta relevantteja artikkeleita ei tiukasti tutkimuskysymysten asiasanoissa pitäytyen tavoitettaisi riittävästi.

Hakustrategiaa suunniteltaessa hyödynnettiin sekä PICO-menetelmää, että laadittiin sisäänotto- ja poissulkukriteerit (Valkeapää 2015, 58–66; Isojärvi J. 2011). Opinnäytetyön tutkimustehtävä (B)3 kuvataan PICO-menetelmän mukaisesti taulukossa 1.

Hakustrategiaa suunniteltaessa ydinkäsitteiden määrittelyn ja asiasanojen tunnistamisen (PICO) lisäksi tunnistettiin tutkimuskysymyksittäin käsitteitä, joiden tarpeellisuutta hakuprosessissa ei kuitenkaan automaattisesti pidetty välttämättömänä. Tutkimuskysymyskohtaisten lisäkäsitteiden osalta tunnistettiin riski hakutuloksien liialliseen rajautumiseen. Taulukossa 2 on lueteltu tutkimuskysymyksittäin keskeisimmät tarkastelun kohteena olleet lisäkäsitteet.

Taulukko 1. Tutkimustehtävästä (B)3 johdetut tiedonhakuun liittyvät asiasanat PICO-menetelmään pohjautuvan laadulliseen tutkimusasetelmaan soveltuvan PICO-menetelmän mukaisesti jäsennehtyinä (Tutkimustiedon hakeminen 2022).

PICO -elementti	asiasanat suomeksi	asiasanat englanniksi
<b>P</b> – population - kohderyhmä	aikuiset, yli 18-vuotiaat, normaaliväestö	adults, adult population
<b>I</b> – intervention / intrest – mielenkiinnon kohde	toiminnallinen tasapaino	occupational balance
<b>Co</b> – context - konteksti	COVID-19 pandemia-aika	COVID-19, pandemic

Taulukko 2. Tutkimuskysymyksittäin tunnistetut lisäkäsitteet. (Taulukko jatkuu seuraavalle sivulle.)

Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymys	Tunnistetut lisäkäsitteet tai asiasanat englanniksi
Kartoittaa ja kuvata toimintaterapeuttien <b>kontribuutioita</b> aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallisen tasapainon tueksi.  (A)1. Millaisiin <b>toimiin ja työn tekoihin</b> toimintaterapeutit ryhtyivät pandemia-aikana tukeakseen aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallista tasapainoa?	contributions, interventions, support, work
Kartoittaa ja kuvata millaisissa <b>verkostoissa</b> toimintaterapeutit toimivat tukiessaan aikuisväestön toiminnallista tasapainoa pandemiarajoitusten aikana.	network, hub

(A)2. Millaisissa <b>verkostoissa</b> toimintaterapeutit toimivat tukieessaan aikuisväestön toiminnallista tasapainoa pandemiarajoitusten aikana?	
<p>Kartoittaa ja kuvata toiminnantieteen viimeaikaisiin tutkimuksiin perustuen, millaista tutkimusnäyttöä on <b>pandemia-ajan rajoitusten</b> ja aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallisen tasapainon yhteyksistä.</p> <p>(B)3. Millaista tutkimusnäyttöä on <b>pandemia-ajan rajoitusten</b> ja aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallisen tasapainon yhteyksistä?</p>	<p>restrictions, Public Health and Social Measures (PHSM), policy responses, distancing measures, surveillance, response measures, measures, lockdown</p>

Alustavia hakuja tehtiin hyödyntäen Googlea ja Google Scholaria, CINAHL- (Ebsco), MEDLINE- (Ebsco), PubMed- ja Elsevier ScienceDirect -tietokantoja. Haut rajattiin ajallisesti julkaisuajankohdan mukaan pandemiavuosille 2020–2022. Ajallinen rajausta supisti tuloksia siinä määrin, että koehakujen perusteella arvioitiin, ettei väljillä hakutermeillääkään osumamäärä välttämättä muodostuisi kohtuuttoman suureksi niiden tutkimuksen aineistoksi soveltuvuuden arvioimiseksi.

Kun opinnäytteen suunnitelmaosuus oli valmis ja hyväksytty, kirjallisuushakua pilotoitiin vielä useamman kerran ennen varsinaisten hakujen toteutusta. Erilaisia hakustrategioita testattiin eri tietokannoissa hyödyntäen Boolean hakuoperaattoreita ja sanakatkaisuja (Lehtiö & Johansson 2015, 40) hakusanoilla: occupational balance, adults, pandemic, COVID-19. Kokeiluja hakusanoilla tehtiin esimerkiksi supistaen hakua tunnistetuin lisäkäsittein (restrictions, Public health and social measures, PHSM) ja laajentaen hakua ottamalla hakulausekkeisiin mukaan toiminnallisen tasapainon lähikäsitteitä. Hakustrategiaa pilotoitaessa tehtiin havainto, että termi ”occupational balance” oli oleellista saada pysymään haussa kokonaisuutena terminä kunkin tietokannan edellyttämin keinoin, jotta vältettäisiin täysin aiheeseen liittymättömät hakutulokset. Asiasanojen lisääminen kapeutti hakutuloksia nopeasti siten, että hakutuloksia saatiin kohtuullisempi määrä kuin rajaamatta, mutta osuimien relevanttius tutkimuskysymysten suhteen oli tällöin varsin heikkoa. Koehakujen perusteella kävi myös varsin ilmeiseksi, että tutkimuksen A- ja B-osuuksien haut oli toteutettava erikseen.

**Tutkimustehtävän (B)3 aineiston lopulliseksi hakustrategiaksi muodostui** käyttää asiasanaa ”occupational balance” ja rajata tulokset ajallisesti vuosiin 2020–2022 sekä vertaisarvioituihin artikkeleihin. Varsinaisessa haussa käytettäviksi tietokannoiksi ja hakupalveluiksi päätettiin JAMK:in kirjaston lisensein ProQuest Central, EBSCO Hostin CINAHL Plus with full text ja MEDLINE, PubMed ja Google Scholar.

**Tutkimusosuuden A aineiston hakustrategia** oli puolestaan moninaisempi. Oletettavaa oli, että tutkimustehtävän (B)3 aineistohakujen sivulöydöksiä löydetään aineistoa myös tutkimustehtäviin (A)1 ja (A)2, mutta että tämä ei kuitenkaan olisi riittävän kattava aineisto tutkimuskysymyksiin vakuuttavasti vastaamiseksi. Tutkimusosiota A varten päätettiin tehdä lisäksi hakuja käyttäen sanoja ”occupational therapy”, ”contributions”, ”interventions”, ”pandemic”, ”COVID-19”. Myös katsauksen (B)3 osioon valittujen tutkimusartikkeleiden lähdeluettelot ja viitteet käytiin läpi, ja niiden avulla etsittiin uusia relevantteja lähteitä (perustuen Niela-Vilén ja Kauhanen 2015, 27).

Tutkimusosuuden A aineiston keruussa merkittävänä pohjana oli, että opinnäytetyön tekijä seurasi läpi pandemia-ajan (maaliskuu 2020 – syyskuu 2022) varsin aktiivisesti toimintaterapia-alan ammatillisia verkkosivuja ja kansainvälisten organisaatioiden aiheeseen liittyviä julkaisuja. Pandemia-aikana näin kerätyn aineiston avulla ja ns. manuaalisena hakuna eli viite- ja käsinhakuna (ks. esim. Niela-Vilén ja Kauhanen 2015, 27) oli mahdollista tavoittaa riittävästi ja tarkemmin lopullisiin tutkimuskysymyksiin vastaavia lähteitä kuin pistemäisellä hakustrategialla. Kaikki aiemmin kerätyt aineistot ja tallennetut viitetiedot olivat tavoitettavissa edelleen varsinaisen aineistonkeruun aikana. Opinnäytetyön tekijä seurasi pandemia-aikana myös Scandinavian Journal of Occupational Therapy -lehteä ja Lancet -ryhmän lehtiä, mutta näistä ei tunnistettu tutkimuskysymyksiin vastaavaa aineistoa.

**A-osuuden aineistoksi katsottiin soveltuvan tutkimusartikkelien lisäksi myös ns. harmaa kirjallisuus ja asiantuntijälähteet** (perustuen esim. Mäkelä, Varonen ja Teperi 1996; Systemaattinen tiedonhaku: opas – Harmaa kirjallisuus 2021). **B-osuuden aineistokappaleiden edellytettiin olevan vertaisarvioituja tutkimusartikkeleita tai alkuperäisiä tutkimusraportteja.**

Opinnäytetyön tutkimusaineistojen sisäänotto- ja poissulkukriteerit esitetään taulukossa 3.

Taulukko 3. Opinnäytetyön tutkimusaineistojen sisäänotto- ja poissulkukriteerit. (Taulukko jatkuu seuraavalle sivulle.)

<b>Sisäänottokriteerit</b>	<b>Poissulkukriteerit</b>
<p>Julkaisu vastaa vähintään yhteen tutkimuskysymyksistä.</p> <p>Toimintaterapeuttien kontribuutiot: (A)1. Millaisiin toimiin ja työn tekoihin toimintaterapeutit ryhtyivät pandemia-aikana tukeakseen aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallista tasapainoa?</p> <p>Verkostot: (A)2. Millaisissa verkostoissa toimintaterapeutit toimivat tukieksaan aikuisväestön toiminnallista tasapainoa pandemiarajoitusten aikana?</p> <p>Toiminnantiede: (B)3. Millaista tutkimusnäyttöä on pandemia-ajan rajoitusten ja aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallisen tasapainon yhteyksistä?</p>	<p>Julkaisu ei vastaa tutkimustehtävään yhdenkään tutkimuskysymyksen osalta.</p> <p>Tutkimus tai teksti ei käsittele toimintaterapeuttien kontribuutioita pandemia-aikana tai se käsittelee ainoastaan kuntoutusta. Kohdeyryhmänä on jokin muu kuin aikuiset väestötäsolla / yleisesti. Tutkimus tai teksti ei käsittele mitään toimea, tekoa tai interventiota mikä liittyisi toiminnallisen tasapainon tukemiseen.</p> <p>Teksti käsittelee toimintaterapeuttien kontribuutioita ainoastaan tavanomaisessa asiakastyöympäristössä.</p> <p>Tutkimus ei käsittele toiminnallista tasapainoa tai tutkimusta ei ole tehty pandemia-aikana, tutkimus käsittelee vain erityisryhmää tai alle 18-vuotiaita, tai se keskittyy COVID19-sairauden vaikutuksiin toimintojen rajoitusten sijaan.</p>
<p>A. Lähde on asiantuntijalähde tai ammattialan luotettavissa viestintäverkostoissa julkaistu.</p>	<p>Tekstin lähteenä ei ole toimintaterapia-alaa luotettavasti tunteva taho.</p>

B. Vertaisarvioitu tieteellinen tutkimus tai alkuperäisartikkeli tai muu vertaisarvioitu tieteellinen toiminnantieteen julkaisu.	Julkaisu ei täytä tieteellisen julkaisun kriteereitä.
Julkaisu on saatavilla koko tekstinä.	Vain abstrakti on käytettävissä.
Julkaisu on saatavilla kohtuullisessa ajassa ja pienin kustannuksin (JAMK:in lisenssit ja opiskelijalla itsellään entuudestaan ostettuna olevat lisenssit).	Julkaisun saatavuus vaatii yli 50 euron maksun tai aikaa vieviä toimenpiteitä.
Julkaistu pandemia-aikana v. 2020–2022.  Kokotekstiarviossa: Tutkimus / interventio on toteutettu pandemia-aikana.	Julkaistu ennen vuotta 2020.  Kokotekstiarviossa: Tutkimus / interventio ei ole toteutettu pandemia-aikana.
Julkaisun kielenä englanti tai suomi.	Julkaisun kielenä muu kuin englanti tai suomi.

Hakustrategioiden ja käytettävien hakupalveluiden ja tietokantojen tarkoituksenmukaisuuden varmistamiseksi konsulttoitiin JAMK:in informaatikkoa Arja Kunnalaa yksilöohjauksella (Zoom-etänevottelu 27.9.2022). Opinnäytetyön tekijä tiedusteli häneltä myös American Journal of Occupational Therapy -lehden kokotekstien saavutettavuudesta ja sai tiedon, että kirjastolla on 1.10.2022 lähtien kokeilussa Ebsco Hostin CINAHL Ultimate, jonka kokotekstivalikoimaan myös em. lehti sisältyisi. Varsinaiset tietokantahaut toteutettiin tämän vuoksi aikavälillä 29.9-4.10.2022. Hakuja ei rajattu kokoteksteihin, vaan kokotekstien jäljittäminen toteutettiin hausta erillisenä otsikko- ja abstraktitason arviointien jälkeen. Yhdestä artikkelista sekä yhdestä kokonaisesta lehdestä tehtiin kokotekstien erillispyynnöt. Näistä toinen tavoitettiin määräajassa. (Kunnela 2022b.)

## 4.2.2 Aineistojen valintaprosessit

Hakutulospäämäärät ja valintaprosessit on kuvattu PRISMA-vuokaavioissa (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) liitteissä 3 ja 4. Kaaviot on vapaasti suomennettu ja mukailtu alkuperäisistä PRISMA-vuokaavioista. (Page, McKenzie, Bossuyt, Boutron, Hoffmann, Mulrow, ... & Moher 2021.)

## 4.3 Aineistojen kuvaukset ja laadun arvioinnit

### 4.3.1 Aineistojen kuvaukset

**Tutkimusosuuden A aineisto** (n=37) koostui tutkimusartikkeleista (n=4), ammatillisten lehtien artikkeleista (n=12), organisaatiojulkaisuista (n=9) ja muista asiantuntijälähteistä (n=12) kuten oppilaitosten julkaisuista ja blogiteksteistä. **Tutkimusosuuden B aineisto** (n=7) koostui vertaisarvioituista tutkimusartikkeleista.

Aineistot on kuvattu tarkemmin infograafeina liitteessä 7 ja taulukoissa liitteissä 8 ja 9. Aineistojen kuvaus, laadun arviointi ja analyysi olivat kiinteästi yhteydessä toisiinsa. Aineistojen laatua kuvataan seuraavissa alaluvuissa 4.3.2–4.3.4 ja aineistojen analysoinnit kuvataan alaluvussa 4.4.

### 4.3.2 Aineistojen laadun arviointikriteerit

Aineistojen laatua arvioitiin Joanna Briggs Instituutin (JBI) arviointikriteereitä käyttäen. Valituista tutkimusartikkeleista selvitettiin, mitä tutkimusmenetelmää tutkimuksessa oli käytetty ja valittiin sen mukaan soveltuvin JBI-arviointikriteeristö (liite 5). Aineistot arvioitiin Hoitotyön tutkimussäätiön (Hotus) suomentamien lomakkeiden avulla. Aineistoja kuvaaviin taulukoihin liitteissä 8 ja 9 on kirjattu käytetyt arviointikriteeristöt. Taulukoihin on merkitty myös arvioinneista tehdyt huomiot, mikäli arviointikriteereiden toteutuminen arvioitiin epäselväksi tai jääneen toteutumatta. Lisäksi aineistojen arvioinneissa tehdyt huomiot on kuvattu yleisellä tasolla seuraavissa kappaleissa. (Tutkimusten arviointikriteeristöt [JBI] n.d.)

Arvioitaessa arviointikriteerit suhteutettiin siihen, että käytettävissä ei ollut alkuperäisiä laajoja tutkimusraportteja vaan niistä laaditut artikkelit, joita voi pitää raporttien suppeina – joskin varsin

informatiivisina – tiivistelminä. Aineistojen artikkelien keskinäistä laatuvertailua ei katsottu tarpeelliseksi (Coughlan, Cronin & Ryan 2013, 19). Laatua arvioitiin ennen kaikkea suhteessa kirjallisuuskatsauksen tutkimustehtäviin. Tutkimusosuuden B aineisto kerättiin ensin ja siltä edellytettiin tutkimuksellista ja tarkempaa laatua kuin aineistolta A. (Coughlan ym. 2013, 19.)

### 4.3.3 Aineiston A laadun kuvaus

**Aineiston A** selkeimmäksi laatuheikkoudeksi yleisellä tasolla nousi epämääräisyydet ajankohtien ilmoittamisessa. Aineistosta oli lähes poikkeuksetta haastavaa löytää tarkka tieto toteutetun intervention tai työn tekojen ajankohdista. Niin ikään puutteita oli itse artikkelin tai muun aineiston julkaisupäivämäärän ilmoittamisen suhteen. Ajankohtien ilmoittamisen puutteista huolimatta aineistosta oli varmuudella tiedossa opinnäytettä tehtäessä, että niissä kuvatut kontribuutiot oli toteutettu ja/tai kuvailtu COVID-19-pandemia-aikana. (JBI: Arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille 2019.)

Mielipiteen lähde oli selkeästi tunnistettavissa kaikissa aineistokappaleissa. Tekijöiden tiedot, kuvaukset pätevydestä ja asema alan asiantuntijoiden joukossa oli helposti hahmotettavissa. Ainoastaan yhden blogitekstin (aineistokappale A32) kirjoittajan koko nimeä ei artikkelin yhteydessä ilmoitettu. Hänen ammatillisen asemansa kuvaus ja yhteystiedot olivat kuitenkin saatavilla. Kirjoitusten kohdeyleisö olisi kautta linjan voinut olla selkeämmin ilmaistu. Esimerkiksi aineistokappaleiden A32 ja A35 osalta jäi epäselväksi, kirjoitetaanko niissä kollegoille, muulle kohderyhmälle vai kaikille pandemia-ajan kohdanneille. Toisinaan (esim. A31, A34) kerrotun kohdeyleisön ja julkaisualustan välillä oli ristiriitaa, eikä teksteistä selvinnyt, miten varsinaisen kohderyhmän tavoittaminen aiotaan toteuttaa. (JBI: Arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille 2019.)

Aineiston A laadullisena vahvuutena oli tekstien selkeys ja perusteluiden ja lähtökohtien avaaminen argumenttien tueksi. Tärkeät käsitteet oli määritelty selkeästi suunniteltu kohderyhmä huomioiden, lähteitä oli käytetty ja niiden viitteet oli kirjattu kultakin dokumenttityypiltä (tutkimusartikkeli/koulutusmateriaali/artikkeli/blogiteksti) odotettavalla tasolla ja tavalla. Kannanotoissa näkemyksiä oli perusteltu loogisesti suhteessa muihin lähteisiin. Tutkimusraporteissa tuotiin esille



myös hypoteesit, johtopäätökset, tutkimuksen mahdolliset heikkoudet, jatkotutkimusaiheet ja kehittämiskohteet. (JBI: Arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille 2019.)

Tietyistä aineiston laadun poikkeamista tai havaituista heikkouksista huolimatta aineistokappaleista ei katsottu löytyvän JBI-arviointien perusteella sellaisia heikkouksia suhteessa tutkimuskysymyksiin, että se olisi johtanut aineiston hylkäämispäätökseen laadunarviointivaiheessa. Tutkimustehtävänä ei ollut arvioida toteutettujen tai kuvailtujen kontribuutioiden vaikuttavuutta tai tieteellistä pätevyyttä, joten aineistolta A ei edellytetty samanlaista metodologista laatua kuin aineistolta B. Tutkimusosion A luotettavuudelle tärkeämpää oli, että aineisto oli kerätty sieltä missä ilmiö todellisuudessa esiintyi (esim. Karjalainen, Kivirinta, Nylund, Valtonen & Vesterinen 2020).

#### 4.3.4 Aineiston B laadun kuvaus

**Aineisto B** koostui vertaisarvioituista julkaistuista tutkimusartikkeleista (n=7), mikä vaikutti takaa-  
van pääpiirteissään hyvän laadun. Kaikkien tutkimusartikkelien laadun arvioinneissa käytettiin JBI-lomaketta ”Arviointikriteerit poikkileikkaustutkimukselle”. Selkein aineistosta B esiin noussut heikkous tai puute oli tutkimusten aineistonkeruun tarkan ajankohdan ilmoittamatta jättäminen. Pandemia-ajan kesto vaihtelevin, eri tasoisin ja laatusin rajoittein ja toimenpitein, on osoittautunut varsin pitkäksi. Tulosten tulkitsemisen ja niistä tehtävien johtopäätösten kannalta on erittäin oleellista, missä vaiheessa pandemiaa ja vallinneita poikkeusolosuhteita tutkimus oli toteutettu. Useimmissa tutkimusartikkeleissa tutkimuksen toteutuksen ja aineiston keruun ajankohtaa ei ollut ilmaistu selkeästi tiivistelmässä, johtopäätöksissä, pohdinnassa – tai aina edes tutkimuksen toteutusta kuvailevassa kappaleessa. Tarkalla kokotekstin lukemisella tutkimuksen toteutusajankohta oli kuitenkin artikkeleista todettavissa lukuun ottamatta yhtä (aineistokappale B5, Inal, Özdemir & Turan 2022), jossa ajankohta oli ilmaistu vain sanallisesti englanniksi: ”during the Covid19 Pandemic period”. Artikkelin julkaisujankohdasta ja julkaisun anomisajasta (31.8.2021) oli pääteltävissä, että tutkimusaineisto oli varsin todennäköisesti kerätty vuoden 2020 aikana. (JBI: Arviointikriteerit poikkileikkaustutkimukselle 2019.)

Aineiston B tutkimusartikkeleissa otos ja taustatiedot sekä tutkimuksen toteutuspaikka tai -paikat oli raportoitu riittävällä tarkkuudella. Mukaanotto- ja poissulkukriteerit oli artikkeleissa kuvattu tiiviisti olennaiset kriteerit kertoen ja perustellen. Kohderyhmä ja tutkimusolosuhteet oli kuvattu

riittäväällä tarkkuudella lukuun ottamatta edellä mainittua tutkimusten ajallista kontekstia. ”Altistus”, eli tässä tapauksessa pandemiarajoitteet, oli artikkeleissa kuvattu artikkelitiivistelmiksi riittäväällä tarkkuudella, kun lukijana oli henkilö, joka itse oli kokenut pandemia-ajan sekä seurannut eri maissa vallinneita rajoitteita ja muita olosuhteita jossain määrin. Pelkästään artikkelitekstien perusteella tutkimusajankohtana vallinneiden pandemiarajoitusten sisältö ja laajuus ei kuitenkaan kuvautuisi tarkkana ilman lukijalla olevia pohjatietoja. Mikäli aiheesta laadittaisiin laajaa tai monitieteistä integratiivista kirjallisuuskatsausta, olisi luotettavien johtopäätösten tueksi hyvä olla laajemmät ja tarkemmat kuvaukset kussakin maassa vallinneista poikkeusolosuhteista ja niiden kestoista. Tarpeen olisi myös tarkempi tieto siitä, missä määrin rajoitukset koskivat kunkin tutkimuksen otannan populaatiota. (JBI: Arviointikriteerit poikkileikkaustutkimukselle 2019.)

Toiminnallisen tasapainon mittaamiseen käytetyt menetelmät oli aineiston B artikkeleissa kuvattu selkeästi, ja kriteerit osallistujien valintaan oli ilmaistu. Tutkimuksissa oli käytetty pääsääntöisesti mittareita, jotka on ennestään validoitu, ja joiden käyttöön tutkijoilla oli riittävä pätevyys. Yleisesti mittarina oli käytetty Occupational Balance Questionnaire (OBQ), johon vastaamiseen vastaajilla oli arvioitu olevan riittävät valmiudet, kyvyt ja taidot. Tunnistetut objektiivisuuden vaarantavat tekijät oli oletettavasti artikkeleissa mainittu – esimerkiksi Intiassa tehdyssä tutkimuksessa (aineistokappale B6, Sahu, Bandyopadhyay, Chandrashekar, Mohapatra, David, Ghanta & Arya 2021) tuotiin esille, että tutkimukseen osallistuminen edellytti vanhemmilta englannin kielen riittävää taitoa, ja että tämä seikka on voinut vääristää tutkimustuloksia tai heikentää niiden luotettavuutta. Sekoittavia tekijöitä oli tutkimuksissa tunnistettu, ja artikkeleissa oli pohdittu niiden vaikutuksia tutkimustuloksiin, tulosten luotettavuuteen, merkitsevyyteen ja yleistettävyyteen. Tutkimusartikkelien kuvausten mukaan tutkimuksissa oli käytetty soveltuvia tilastollisia menetelmiä. (JBI: Arviointikriteerit poikkileikkaustutkimukselle 2019.)

## **4.4 Aineistojen analyysit**

### **4.4.1 Analyysiprosessi**

Aineistojen arviointi- ja analyysivaiheet olivat kiinteästi yhteydessä toisiinsa ja aineiston laadun arviointi jatkui analyysivaiheessa. Aineistojen analyysiprosessia ohjasivat Sulosaaren ja Kajander-Unturin (2015, 115) sekä Niela-Vilénin ja Kauhasen (2015, 3) kuvaukset kirjallisuuskatsauksen aineiston analyysin vaiheista. Kuvausten pohjalta tehtiin infograafit, mitkä prosessimalleina ohjasivat

tämän opinnäytetyön analyysiprosesseja yleisellä tasolla. Infograafit ovat liitteenä 10. Aineistoa käsiteltiin sekä paperisina tulosteina että sähköisissä muodoissaan. Analyysivaiheessa käytettiin apuna perustason tekstinkäsittely-, taulukointi- ja kuvaohjelmia. Analyysi- tai aineistohallintaohjelmia ei opinnäytetyön tekijällä ollut käytettävissä.

Aineistot luettiin useita kertoja, ja aineisto A lajiteltiin aineistokappaleiden alkuperän ja tyyppin mukaan (kuvattu liitteissä 3, 4, 6–9). Analyysin ensimmäisessä vaiheessa kuvattiin myös molempien aineistojen tärkeimmät tiedot, kuten kirjoittajat, julkaisuvuosi ja -paikka, aineiston tyyppi sekä tutkimusasetelma infograafeina ja taulukkomuodossa (liitteet 6–9). Tarkoituksena oli näin luoda kokonaiskuva ja ymmärrys aineistoista. Sekä sisältökuvaukset, että seuraavassa vaiheessa tiivistelmät aineistokappaleiden sisällöstä suhteessa tutkimuskysymyksiin, tehtiin kaikista aineistokappaleista (A n=37, B n=7) taulukkomuotoon (liitteet 8 ja 11). (Em. analysoinnin toimintatapoja suositeltu mm. Niela-Vilén & Kauhanen 2015, 30–31).

A- ja B-aineistojen taulukkomuodot poikkeavat toisistaan hieman. Ratkaisu tehtiin perustuen aineistojen kokoeroon sekä tutkimustehtävien ja -kysymysten eroihin. Aineiston A taulukkoon (liite 8) on aineiston perustietojen lisäksi kirjattu se, miten aineistokappale vastaa tutkimuskysymyksiin (A)1 ja (A)2. Vastaavassa analyysivaiheessa aineistosta B varmistettiin, että kustakin artikkelista on löydettävissä tutkimuskysymykseen (B)3 vastaavaa sisältöä, ja että kunkin artikkelin tutkimuksen toteutus ja kohderyhmä ovat rajausehtojen ja tutkimustehtävän linjausten mukaiset.

Niin PRISMA-vuokaaviot kuin aineistojen kuvaus- ja tiivistelmätaulukoinnitkin, tehtiin ensin alkuperäislähteiden kielellä englanniksi, ja käännettiin suomeksi vasta myöhemmissä analyysivaiheissa. Kaiken kaikkiaan analyysien vaiheet tehtiin mahdollisimman pitkälle artikkelien alkuperäiskieli englanti säilyttäen. Valinta tehtiin, jotta kielten termien erot eivät vaikuttaisi luokitteluun ja ryhmitteilyyn, ja jotta mahdollisten käännösvaihtojen, tai suoranaisten virheiden, vaikutus varsinaisiin tuloksiin olisi mahdollisimman vähäinen. Valinta perustui myös siihen tosiasiaan, että tieteenalan termit ovat vahvasti englanninkielisiä, eikä kaikista ole vakiintunutta suomenkielistä vastinetta.

Aineistojen analyysien päättelyprosessien muodot poikkesivat toisistaan joiltain osin tutkimuskysymyksittäin. Tutkimuskirjallisuudessa eri analyysimenetelmien nimitykset sekä sisällölliset kuvaukset ovat joiltain osin keskenään ristiriitaisia (Tuomi & Sarajärvi 2018, 140–145; Kangasniemi &

Pölkki 2015, 83–91). Seuraavissa alaluvuissa analyysit on eritelty työn konkreettisen etenemisen mukaisesti tutkimustehtävittäin. Tällöin analyysit kuvautuisivat selkeinä, vaikka tutkimuksen tekijä käyttäisi analyysitapojen nimikkeitä eri tavalla kuin lukija ne hahmottaa.

#### 4.4.2 Aineiston A analyysin kuvaus

**Aineistosta A** eriteltiin tutkimuskysymysten ohjaamana A1) kontribuutioita ja A2) verkostoja. Aineisto analysoitiin realistisella analyysiotteella; mitä aineisto on, mitä aineistossa on? Aineistosta A analysoitiin sekä tekstisisältöä että aineistokappaleita suhteessa tutkimuskysymyksiin ja toisiin aineistokappaleisiin. Tiivistelmät aineistokappaleiden sisällöstä suhteessa tutkimuskysymyksiin tehtiin kaikista aineistokappaleista (n=37) taulukkomuotoon.

Aineisto A analysoitiin **tutkimuskysymyksen A1** osalta sisältölähtöisesti. Prosessi eteni kuten Tuomi ja Sarajärvi (2018, 140–142) kuvaavat Braunin & Clarken (2006) temaattisen analyysin etenemisen. Ensimmäisellä lukukerralla aineistoon tehtiin merkintöjä siitä, mikä oli niiden luonne tai tyyppi, eli millä tavoin ne vastasivat tutkimuskysymykseen A1. Tulkintaan vaikutti sekä dokumentityyppi että sen sisältö. Artikkelin tyyppi saattoi olla esimerkiksi ”call for action”, ”case study report”, ”opinion”, ”statement” tai ”doctorate poster”. Vastaavia merkintöjä tehtiin myös suomeksi, eli esimerkiksi ”kannanotto”, ”tutkimusartikkeli”, ”käytännön implementointia kuvaava asiantuntijateksti”, ”suoraan väestölle kohdistettu toimintaterapeuttisia keinoja sisältävä artikkeli” tai ”toteutetun projektin kuvaus”. Ensimmäisten lukukertojen jälkeen hahmottui, että aineistossa oli sekä *käytännössä toteutettuja* kontribuutioita ja niiden kuvauksia, että kuvauksia *kontribuutiomahdollisuuksista* väestön toiminnallisen tasapainon tukemiseksi. Mahdollisuuksia kuvaavien aineistokappaleiden toteutunut kontribuutio oli aineistokappale itse (esimerkiksi kannanotto).

Aineistoa pelkistettiin ja siitä tunnistettiin aineiston kuvaamat kontribuutiot. Tätä ohjaavana taustana opinnäytetyön tekijä tunnisti yleisen käsiteymmärryksensä lisäksi opinnäytetyön kontribuution määritelmän ja Toimintaterapianimikkeistön (Savolainen & Aralinna 2017). Myös kontribuutioiden tarkempaa sisältöä tarkasteltiin eli sitä, mitä toimintaterapeuttisia keinoja kontribuutiot sisälsivät. Tätä ohjasi sekä sisältö ja sen ilmaisut että opinnäytetyön tekijällä oleva ymmärrys ammattinsa interventiokeinoista. Pelkistysvaiheessa pelkistykset ja tiivistelmät taulukoitiin. Taulukoissa pidettiin mukana aineistokappaleiden perus- ja lähdetiedot, jotta alkuperäiseen aineistoon

olisi mahdollisimman helppo palata analyysin eri vaiheissa. (Soveltaen Tuomi & Sarajärvi 2018, 140–142.)

Seuraavassa vaiheessa tarkasteltiin aikaisemman vaiheen pelkistyskäytäntöä ja aineistosta etsittiin eroavaisuuksia ja samankaltaisuuksia. Pelkistysten pohjalta tehtiin temaattinen ”kartta” kuviona (mukaan Tuomi & Sarajärvi 2018, 140–142; viitattu Braun & Clarke 2006). Kontribuutiot ryhmiteltiin tutkimuskysymyksen suunnassa eli sen mukaan, *millaisia* toimia tai työn tekoja ne olivat. Ne jaettiin luokkiin tai teemoihin, kuten yleiset kannanotot, tutkimukset, online-info eli verkossa julkaistut tietopakettit, koulutus ja suoraan väestöön kohdistuvat käytännön projektit ja interventiot. Näistä ensiksi mainittu sisälsi kontribuutiomahdollisuuksien kuvausta ja viimeksi mainitut olivat puolestaan käytännössä toteutettuja. Kontribuutiot jakautuivat myös sen mukaan, kohdentuivatko ne väestöön suoraan vai välillisesti. Vaikka ryhmittelyssä käytettiin apuna aineiston redusointeja, alkuperäislähteet olivat ryhmittelyvaiheessa koko ajan mukana. Analyysin tuloksia havainnollistettiin kuvioilla, ja luodut luokat ja niiden sisältöä kuvattiin raporttiin myös sanallisesti. Lisäksi tuloksia tiivistettiin ja abstrahoitettiin hyödyntämällä teoriaosassa (ks. luku 2.4.4) esiteltyä inhimillisen toiminnan mallia (MOHO).

**Tutkimuskysymykseen A2** vastaamiseksi analyysi toteutettiin teoriaohjaavasti. Analyysi muistutti alkuvaiheen jälkeen deduktiivista temaattista analyysia (Tuomi & Sarajärvi 2018, 140–144). Analyysin ensivaiheissa aineistoa kuitenkin ensin tarkasteltiin, pelkistettiin ja ryhmiteltiin aineistolähtöisesti eli induktiivisesti.

Aineistoa redusoiden ja eritellen saatiin luettelo aineistossa mainituista yhteistyötahoista, ja käsiteltiin siitä, mitkä verkostotoimijat toistuivat aineistossa. Kvantifioivalla otteella aineistosta saatu tieto verkostoista vastaa kysymykseen: ”*minkä tahojen kanssa* toimintaterapeutit tavalla tai toisella toimivat”. Sisällönerittelyllä saatu tieto oli kuitenkin suhteellisen pintapuolista, eikä tahojen yksilöinti tai niiden pelkkä kvantifioiva luokittelu kerro siitä, *millaisissa* verkostoissa toimintaterapeutit toimivat, tai sitä, mikä merkitys eri verkostoilla kussakin kontekstissa oli.

Sisällön erittely yhdistettiin kontekstianalyysiin, ja arvioitiin, mikä merkitys milläkin yhteistyötaholla oli kuvatus intervention/kontribuution ja niiden toteuttamisen kokonaisuuden kannalta. Tarkasteltiin, *minkä tyyppiset* verkostotoimijat toistuivat, *millä tavoin* ne vaikuttivat kontribuutioon ja

*millä tasoilla* (yksilöiden välinen, organisaatiot, lähiyhteisöt ja yritykset) verkostotyötä oli tehty ja/tai kuvattu. (Kontekstianalyysistä esim. Tuomi & Sarajärvi 2018, 105–124.)

Syntyneitä pelkistyksiä ja ryhmiä verrattiin analyysin seuraavissa vaiheissa opinnäytetyön verkostoja käsittelevässä teoriaosassa esitettyihin tyypittelyihin ja tarkastelutapoihin. Yhtymäkohtia tunnistettiin myös toiminnantieteen malleihin. Apukysymyksinä olivat: Mitä verkostotyyppisiä aineistosta on tunnistettavissa? Millä tasoilla (mikro-, meso- ja makrotaso) verkostoissa toimittiin? Oliko verkostotyö suunnitelmallista vai vapaasti muodostuvaa verkottumista? Onko aineistosta tunnistettavissa ekosysteemiajattelun piirteitä kuten avainhenkilöitä tai avainprojekteja?

Vertailun tuloksena aineistolähtöisen sisällönanalyysin elementeistä muodostettiin opinnäytetyön teoriaosassa esiteltyihin malleihin perustuva kuvaileva näkemys siitä, *millaisissa* verkostoissa toimintaterapeutit toimivat. (ks. esim. Tuomi & Sarajärvi 2018, 119–120.) Tulosten esittämisessä, tiivistämisessä ja abstrahoinnissa hyödynnettiin sanallisen kuvailun lisäksi kuvioita ja taulukoita.

#### 4.4.3 Aineiston B analyysin kuvaus

**Aineisto B** analysoitiin sisältölähtöisesti käyttäen kuvailevaa luokittelua. Aineistosta tunnistettiin tutkimusten tärkeimmät tulokset suhteessa tutkimuskysymykseen. Redusointivaiheessa aineiston artikkeleista alleviivattiin kohdat, joissa oli tutkimuskysymykseen vastaavaa sisältöä. Alleviivatut kohdat taulukoitiin (ks. liite 11). Taulukko muodosti ikään kuin tutkimuskysymykseen vastaavan tiivistelmän tutkimusartikkeleittain (n=7) eroteltuina. Tutkimuksista, niiden asetelmista ja edelleen tutkimustuloksista, etsittiin yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia. Tiivistelmistä eroteltiin, millaisia yhteyksiä tutkimustuloksina oli kuvattu liittyen pandemiarajoituksiin ja toiminnalliseen tasapainoon. Tässä vaiheessa sisällönanalyysia käytettiin pelkistetyn aineiston järjestämisen apuvälineenä. Aineistossa kuvattiin sekä pandemiarajoitusten yhteyksiä toiminnalliseen tasapainoon että yhteyksiä muihin yksilöityihin tekijöihin. Käytännössä hahmottamisen apuna käytettiin tekstikohtien merkitsemistä eri värein. Tulokset esitettiin sekä kuvailutaulukon/kuvion avulla että kuvailevana tekstinä. (Soveltaen Niela-Vilén & Kauhanen 2015, 30.)

#### 4.4.4 Arvio aineistojen riittävydestä tutkimuskysymyksiin vastaamiseksi

Analyysivaiheessa arvioitiin, että aineistoihin oli löydetty riittävästi lähteitä, jotka vastasivat tutkimuskysymyksiin. Aineisto A oli jopa verrattain laaja esimerkiksi kontekstianalyysin perusteelliseen läpi viemiseen tuloksien raportointiin asti. Tulosten raportoinnin osalta tehtiin rajaus, että kaikkia aineistossa havaittuja verkostoja ei eritellä, vaan verkostotyyppit kuvataan muutamien aineistoesimerkein. Aineisto on kuvattu raportissa selkeästi ja kattavin lähdetiedoin, jotta lukijan on helppo myös itse tarkastella aineiston lähteitä halutessaan syventää käsitystä tulososion esimerkkejä laajemmalle. Lisäksi liitteiden taulukoissa on tulososaa syventäviä aineistokappalekohtaisia tietoja ja kuvausta siitä, miten kukin yksittäinen aineistokappale vastasi tutkimuskysymykseen. (Aineiston riittävyden arvioimisesta esim. Tuomi & Sarajärvi 2018, 96–99.)

Analyysivaiheessa pystyttiin toisaalta kuitenkin toteamaan, että aineiston laajuus ja monimuotoisuus lisäsi tutkimuksen luotettavuutta. Mikäli tutkimusosan A aineisto olisi sisäänottokriteereissä rajattu, esimerkiksi aineiston laatukriittisyyteen vedoten vain vertaisarvioituihin tutkimusartikkeleihin, olisivat vastaukset tutkimuskysymyksiin jääneet merkittävästi heikommiksi. Tällöin myös ilmiön kokonaisuuden hahmottaminen, ja sitä kautta myös sen kuvaus, olisi jäänyt varsin kapeaksi. Tutkimuksen luotettavuudelle oli olennaisempaa, että aineisto oli kerätty sieltä, missä toimintaterapeuttien toimet ja työn teot todellisuudessa esiintyivät. Muun muassa opiskelijoiden posteritiedotteista, blogiteksteistä sekä yhteisöprojektien ja koulutusmateriaalien kuvauksista saatiin paljon sellaista tietoa sekä toteutetuista kontribuutioista että verkostoista, jota ei olisi tavoitettu, jos aineisto olisi rajattu vain tutkimusartikkeleihin. Verkkosivujen, blogitekstien, postereiden ja opaslehtisten mukaan ottaminen antoi myös tutkimusartikkeleita tarkempaa tietoa implementoitujen interventioiden sisällöstä, sekä arkitason toteutukseen vaikuttaneista verkostoista ja verkostoelementeistä. Analyysivaiheen perusteella aineiston katsottiin olevan tarkoitukseensa sopiva. (Tuomi, Sarajärvi 2018, 96–99.)

## 5 Tulokset

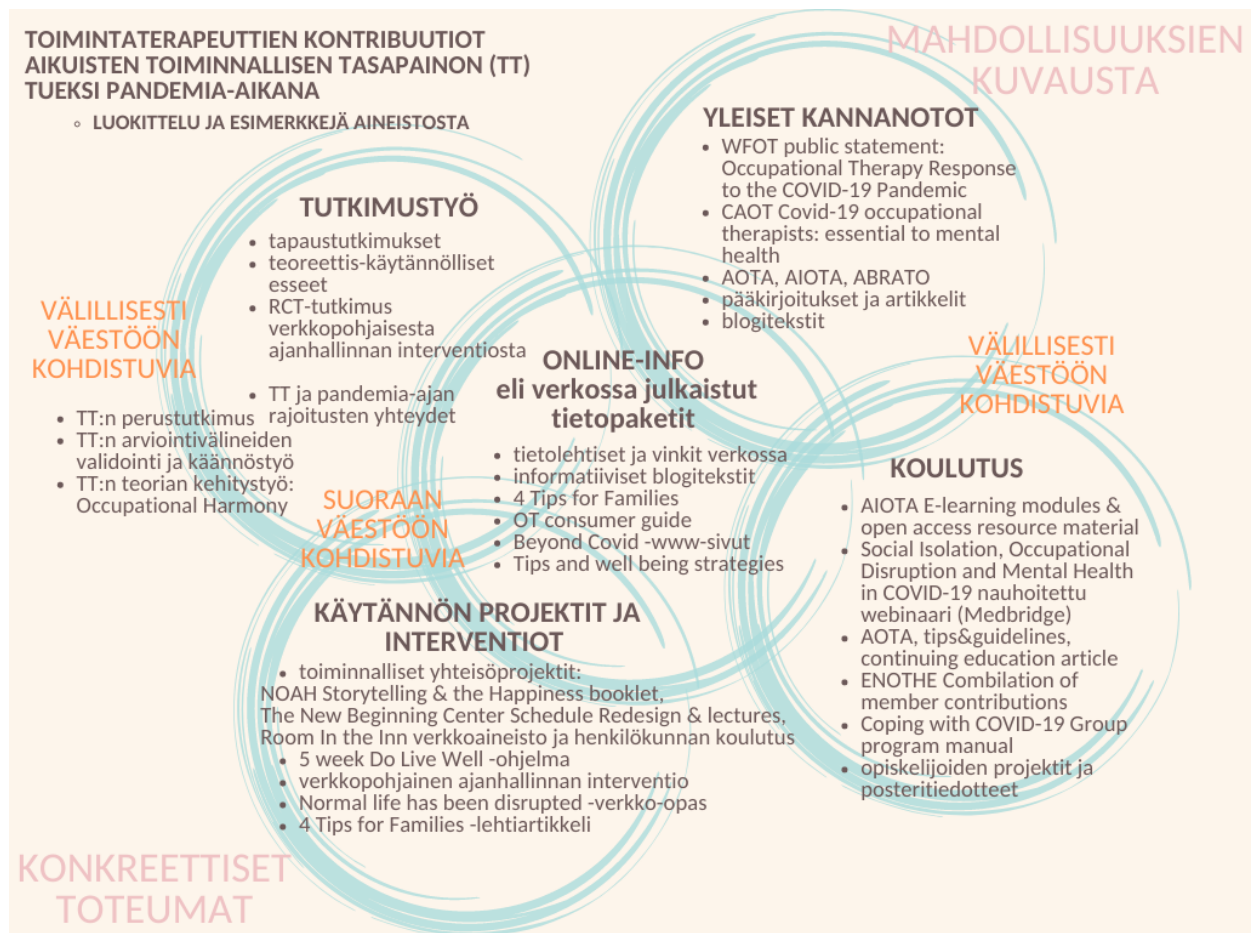
Tutkimuksen tulokset on kuvailtu seuraavissa alaluvuissa sanallisesti sekä havainnollistettu taulukoin ja kuvioin. Aineistokappaleisiin viitataan tavanomaisten asia- ja kirjoittajakeskeisten viittaus-tapojen lisäksi myös numero-kirjain-yhdistelmällä, minkä avulla ne ovat helpommin löydettävissä liitteiden 8, 9 ja 11 taulukoista. Numero-kirjain-yhdistelmässä ensimmäinen kirjain viittaa aineis-toon A (n=37) tai B (n=7). Sitä seuraava numero on aineistokappaleiden juoksevaan numerointiin perustuva luku väliltä 1-37 tai 1-7. Luvun jälkeinen kirjain viittaa aineiston A osalta kunkin aineisto-kappaleen lähdetyyppiin: tutkimusartikkeli (T), organisaatiolähde (O), ammatillisen lehden artikkeli (A), oppilaitosjulkaisu (K) tai verkkosivut (W). Aineisto B koostui vertaisarvioiduista tutkimusartik-keleista, joten niihin viittaavat numero-kirjainyhdistelmät ovat vain kaksiosaisia.

### 5.1 Toimintaterapeuttien kontribuutiot aikuisten toiminnallisen tasapainon tu-eksi pandemia-aikana

Ensimmäisenä tutkimustehtävänä oli kartoittaa ja kuvata toimintaterapeuttien kontribuutioita, joilla tuettiin aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallista tasapainoa COVID-19-pandemia-aikana. Tutkimuskysymys (A)1 oli: **Millaisiin** toimiin ja työn tekoihin toimintaterapeutit ryhtyivät pande-mia-aikana tukeakseen aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallista tasapainoa?

Keskeisimmät tulokset tutkimuskysymykseen (A)1 on havainnollistettu kuviossa 11. Seuraavissa alaluvuissa kuvataan sanallisesti aineistossa edustettuina olleita konkreettisesti toteutettuja kont-ribuutioita samalla tavalla jaoteltuina kuin ne on esitetty kuviossa. Lisätietoja kontribuutioiden si-sällöistä on liitteessä 8. Lisäksi alaluvun seitsemännessä alaluvussa 5.1.7 on eritelty aineistossa ku-vattuja toimintaterapeuttien tietotaidon hyödyntämisen mahdollisuuksia jaotellen ne mikro-, meso- ja makrotason toimiin taulukkoon 4. Alaluvun kahdeksannessa alaluvussa 5.1.8 on tuloksia tiivistetty ja syvennetty hyödyntämällä inhimillisen toiminnan mallia (MOHO) ja kuvattu aineiston kontribuutioita kuviossa 12 toiminnallisen ympäristön kolmessa eri kontekstissa.





Kuvio 11. Toimintaterapeuttien kontribuutiot aikuisten toiminnallisen tasapainon tueksi pandemia-aikana. (Toiminnallisen tasapainon lyhenteenä on kuviossa käytetty kirjainyhdistelmää TT. Projektien, koulutustuotteiden ja artikkelien nimet jätettiin kääntämättä tekijänoikeuksien kunnioittamiseksi.)

### 5.1.1 Suoraan ja välillisesti väestöön kohdistuvia toteutettuja ja kehkeytymäisillään olevia kontribuutioita

Tutkimusaineistosta A voitiin löytää kahdenlaisia kuvauksia aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallista tasapainoa ja hyvinvointia pandemia-aikana tukevista toimintaterapeuttisista toimista. Aineistossa oli kuvattu 1) **konkreettisesti pandemia-aikana toteutettuja kontribuutioita** ja 2) **toimintaterapeuttien tietotaidon hyödyntämisen mahdollisuuksia**.

Sekä konkreettisesti toteutetut että kuvaillut mahdollisuudet voitiin edelleen jakaa kahteen ryhmään sen perusteella, olivatko ne 1) **suoraan väestöön kohdistuvia** vai 2) **välillisesti väestöön vaikuttavia toimia ja työn tekoja**.

**Suoraan väestöön kohdistuvia** kontribuutioita aineistossa olivat muun muassa opasvihkosen toteuttaminen ja jakaminen, aikataulun uudelleensuunnitteluun perustuva ryhmäinterventio asu-  
misyhteisössä, toimintaterapeuttinen kurssi ja toiminnan terapeuttiseen käyttöön perustuvat projektit.

**Välillisesti väestöön vaikuttavia toimia** aineistossa olivat muun muassa kannanotot, palveluasumisen henkilökunnan koulutus, tietoa kokoavan verkkosivuston tai sosiaalisen median alustan perustaminen, markkinointi-, koulutus- ja promootiomateriaalien tekeminen, tutkimus- ja julkaisutyö ja kollegiaalinen sekä moniammatillisen tiimin jäsenten tukeminen.

Osa kontribuutioista ei selkeästi luokitunut suoraan väestöön kohdistuviin tai välillisesti väestöön vaikuttavaksi. Esimerkiksi useimmat keinoja, neuvoja ja vinkkejä tarjonneet verkkosivut, blogikirjoitukset ja online-artikkelit oli kohdennettu ihmisille yleisesti, mutta julkaisukanavana oli käytetty oppilaitoksen tai organisaation verkkosivuja tai ammattialan sisäisiä verkkosivustoja. Aineistossa ei ollut tietoja (pl. tapaustutkimus A2T, Mynard 2020) siitä, keitä verkkotieto todellisuudessa tavoitti. Tutkimuksia puolestaan toteutettiin suoraan väestöstä aineistoa keräten ja myös väestöön suoraan vaikuttaneista interventioista oli tehty tapaus- tai toimintatutkimuksia sekä vaikuttavuustutkimusta (RCT). Tutkimuksissa oli siten elementtejä suoraan väestöön kohdistuvista interventioista, mutta tutkimusten tieteellinen kontribuutio on kuitenkin välillisesti väestöön vaikuttavaa.

Sekä suoraan väestöön kohdistuneita että välillisesti väestöön vaikuttaneita kontribuutioita toteutettiin pandemia-aikana rajoitusten takia **pääasiallisesti verkkoympäristöissä** ja niin sanotusti etänä. Projektit, interventiot, koulutukset, kannanotot ja tutkimukset **perustuivat siihen aiempaan teoreettiseen ja käytännön tietotaitoon**, mitä toimintaterapeuteilla oli sekä intervention kohde-ryhmän **arvioituun tarpeeseen toteutushetkellä**. Toimintaterapeutit *mukauttivat ja porrastivat toimintaa ympäristön ja toiminnan analyysin perusteella* voidakseen toteuttaa väestöä tukevia interventioita myös poikkeustilanteessa.

### 5.1.2 Tutkimustyö

Aikuisväestön toiminnallista tasapainoa tukevasta toimintaterapeuttisesta toiminnasta ja toimintaterapeuttien työn teoista oli tehty kaksi tapaustutkimusta (A2T, Mynard 2020; A4T, Srivastava,

Mishra & Lakshmanan 2020) ja yksi RCT-tutkimus (A3T, Pekçetin & Günal 2021). Lisäksi aihetta käsiteltiin yhdessä teoreettisessa esseessä (A1T, Ferigato, Martini, Fonseca, Gonçalves & Silva 2022). (ks. kuvio 11.)

Mynard (2020) tarkasteli tapaustutkimusartikkelissaan **normaaliväestölle suunnatun oppaan** (A consumer guide "Normal life has been disrupted: Managing the disruption caused by COVID-19") kehitystä ja sen käyttökokemuksia. Opas oli kehitetty tukemaan mielenterveyttä auttamalla ihmisiä sopeutumaan pandemiatilanteeseen ja ylläpitämään toiminnallista tasapainoa ja osallistumista. Digitaalinen muoto mahdollisti nopean leviämisen, ja opas levisi laajasti, kun ihmiset jakoivat sitä niin henkilökohtaisissa kuin ammatillisissa verkostoissaan. Opas käännettiin useille kielille. Mynardin tutkimuksen mukaan lukijat arvostivat oppaan saavutettavuutta, käytännöllistä ja rauhoittavaa sisältöä ja jakoivat esimerkkejä sen käytöstä. Mynardin tutkimuksen mukaan toimintaterapeutit tunnistivat roolinsa (ammattinsa) potentiaalinen asiakkaiden ja laajemman yhteisön tukemisessa pandemian aikana, koska arjen toiminnallisuuden häiriöihin reagoiminen on heidän asiantuntemustaan. Tutkimuksen mukaan oppaan luominen, kääntäminen ja jakaminen oli vahva esimerkki kansainvälisestä yhteistyöstä ja toimintaterapia-alan työn edistämisestä ja vaikuttamisesta. (A2T, Mynard 2020, 82–85.)

Srivastavan, Mishran ja Lakshmananin (2020) tapaustutkimus tarkasteli pandemia-aikana Intiassa toteutetun **verkkopohjaisen ja avoimen koulutuksen** (COVID-19 e-Learning Modules) ja **materiaaliarkiston** kehittämistä, sisältöä ja käyttöä. Srivastava ja muut toteavat, että COVID-19-pandemia oli aiheuttanut vakavia häiriöitä tavallisten ihmisten toimintaan kaikilla elämän osa-alueilla ympäri maailmaa. He kuvaavat tutkimusartikkelissaan All India Occupational Therapists' Associationin (AIOTA) tehneen aloitteita pandemia-aikana esiin nousevien ongelmien torjumiseksi. AIOTA oli vahvistanut toimintaterapian ammattilaisten osaamista koulutuksin ja tukenut heidän toimintaansa eri puolilla maata, mikä puolestaan on voinut auttaa yksilöitä sopeutumaan pandemia-ajan erityisiin elämäntilanteisiin. AIOTA:n aloitteet keskittyivät myös toimintaterapiakoulujen suunnitelmiin jatkaa opiskelijoiden tietotaidon vahvistamista aiheesta. Aloitteissa korostettiin myös verkostokumppanuuksien tärkeyttä ja pyrittiin tukemaan yhteistyötä muiden sidosryhmien kanssa pandemia-ajan kielteisten vaikutusten minimoimiseksi. (A4T, Srivastava ym. 2020, 98–102.)

Pekçetin ja Günalın (2021) tutkimuksen tavoitteena oli arvioida verkkopohjaisen ajankäyttöintervention tehokkuutta yliopisto-opiskelijoiden toiminnallisen tasapainon tukemisessa. Tutkimuksen tuloksina todettiin, että kahdeksan istunnon interventio oli tehokkaampi kuin yhden istunnon interventio toiminnallisen tasapainon tukemisessa. Johtopäätöksinä Pekçetin ja Günal totesivat, että edistääkseen yliopisto-opiskelijoiden toiminnallista tasapainoa Covid-19-pandemian aikana toimintaterapeutit voivat toteuttaa **verkkopohjaisia ajanhallintainterventioita**. (A3T, Pekçetin & Günal 2021, 666–672.)

Ferigaton, Martinin, Fonsecan, Gonçalvesin ja Silvan (2022) essee tarkasteli ja analysoi mielenterveysalalla työskentelevien toimintaterapeuttien kontribuutioiden eri ulottuvuuksia COVID-19-pandemian kontekstissa Brasiliassa. Artikkelissa esiteltiin lyhyesti mielenterveyden ja pandemian yhteyksiä, Brasilian terveydenhuoltojärjestelmä ja psykososiaalisen hoidon järjestämisen verkostot ja toimintamahdollisuudet. Toimintaterapian käytännön työstä esseessä esitettiin neljä ulottuvuutta: **1) taide ja terveydenhuolto, 2) johtamisen toimet, 3) ammattipätevyyttä koskevat toimet eli koulutus ja 4) sosiaalinen osallistuminen ja viestintä**. (A1T, Ferigato ym. 2020, 1–8.)

Lisäksi aineistojen keruun yhteydessä tunnistettiin (ks. liite 4), että toiminnallista tasapainoa oli tutkittu paljon (n=45) pandemia-aikana muutoinkin, kuin vain niissä tutkimuksissa jotka täyttivät tämän kirjallisuuskatsauksen osioiden A ja B sisäänottokriteerit (A n=4; B n=7). Toiminnallisen tasapainon teoriaa (n=3) oli kehitetty edelleen (Liu ym. 2021a, 2021b; Dhas & Wagman 2022) ja toiminnallisen tasapainon mittaamisen työkaluja oli käännetty ja validoitu (n=7) useammalle eri kielelle (mm. Hansen ym. 2020; Günal ym. 2020; Peral-Gómez ym. 2021). Aineiston ulkopuolisena huomiona siten mainittakoon, että tämä **tutkimustyö on myös välillisesti väestötason toiminnallista tasapainoa tukeva tieteenkontribuutio** sen edistäessä alan teoreettista osaamista ja käytännön työkaluja toiminnallisen tasapainon arvioimiseksi.

### 5.1.3 Yleiset kannanotot

Kansainvälisellä tasolla tarkasteltuna pandemia-ajan aiheuttama häiriö väestöjen toiminnallisuudelle (occupational disruption), ja sen mukanaan tuoma riski väestötasolla toiminnallisen tasapainon ja hyvinvoinnin ylläpidolle, ei ollut jäänyt toimintaterapeuteilta huomaamatta. Aihe oli kirjoittanut lukuisia kannanottoja, kollegiaalisia kutsuja toimintaan ja toimintaterapian tietotaidon hyödyntämisen mahdollisuuksia promotoivia ja esiin tuovia kirjoituksia (aineistokappaleet A60,

A8O, A14A, A15A, A16A, A18A, A19A, A21A, A22A, A23A, A24A, A25A, A32W, A34W, A35W). Keskeisimmät aineistoesimerkit kannanotoista on esitetty kuviossa 11.

Eniten kannanottoja oli kirjoitettu yksityishenkilöinä alan ammatillisiin lehtiin, mutta aineistossa oli myös organisaatiotason kannanottoja ja blogikirjoituksia. Kannanotoissa yleisesti kuvattiin toimintaterapeuttien tietotaidon hyödyntämisen ja väestötasolle kohdentamisen mahdollisuuksia pandemiatilanteessa. Kannanottojen sävy vaihteli kirjoittajasta ja kannanoton kontekstista riippuen. WFOT:n julkinen kannanotto oli neutraalin painokas, mutta myös kutsuvia, kannustavia, kriittisen analyttisiä, kehottavia, kuvailevia, pohtivia, teoreettisia ja ammattialaa promotoivia kannanottojen sävyjä oli aineistosta löydettävissä.

Ammatillisissa julkaisuissa julkaistujen kannanottojen kirjoittajat olivat yleisesti alan kokeneita ja arvostettuja asiantuntijoita. Kirjoittajat olivat Kanadasta, Australiasta, Brasiliasta, Yhdysvalloista, Intiasta ja Uudesta-Seelannista. Tutkimuksessa ei havaittu Pohjoismaissa tehtyjä kannanottoja. Aineistohakuun perustuen havainto oli, että pandemiaan liittyviä aiheita oli käsitelty alan pohjoismaisissa julkaisuissa tai ammatillisilla verkkosivuilla varsin vähän etäterapian toteuttamiseen liittyviä aiheita lukuun ottamatta.

Toimintaterapia-alan kansainvälisenä katto-organisaationa World Federation of Occupational Therapists (2020) ilmaisi julkisessa kannanotossaan toimintaterapeuttien tunnistavan pandemia-ajasta aiheutuvat toiminnallisuuden muutokset ja riskit ihmisten hyvinvoinnille. Kannanotossa mainittiin, että pandemia-aika vaikutti toimijuuteen esimerkiksi rajoittamalla toimintamahdollisuuksia ja liikkumista, muuttamalla päivittäisiä toimintoja, viestintää ja sosiaalista vuorovaikutusta sekä heikentämällä hyvinvointia ja mielenterveyttä. Kannanotto tähdensi, että edellä mainitut ovat kuitenkin vain osa toiminnallisuuteen vaikuttavista muutoksista pandemia-aikana. Kannanotossa tuotiin myös esiin, että toimintaterapeutit työskentelevät pandemia-aikana ihmisten kanssa kehittääkseen strategioita, jotka helpottavat toimintoihin osallistumista. Näistä strategioista kannanotossa mainittiin **työskentely yksilöiden, perheiden ja yhteisöjen toiminnallisuuden ja osallistumisen mahdollistamiseksi, sosiaalisten ja ympäristön adaptaatiokeinojen kehittäminen ja implementointi käytäntöön, mielenterveyden tukeminen, avustavan teknologian käyttö ja etäterapian toteuttaminen.** (A6O, Occupational Therapy Response to the COVID-19 2020.)

Organisaatiotason kannanotoista varsin kattava ja monipuolinen oli Canadian Association of Occupational Therapists -yhdistyksen (CAOT n.d./2022) verkkosivuillaan julkaisema kannanotto ja materiaalipankki "COVID-19 Occupational therapists: Essential to mental health". Kannanotossa tähdennettiin, että "nyt enemmän kuin koskaan tarvitsemme kaikki kynnelle kykenevät auttamaan kanadalaisia mielenterveyden hoidossa, jota he tarvitsevat COVID-19-pandemian jokapäiväiseen elämään aiheuttaman ennennäkemättömän häiriön jälkeen". Kannanotossa kerrottiin Kanadan mielenterveyskomission viitanneen COVID-19-pandemian seurauksena tulevaan mielenterveysvaikutusten "kaikupandemiaan". Mielenterveysvaikutusten kaikupandemialla mielenterveyskomissio tarkoitti pandemia-ajan merkittäviä kielteisiä (jälki)vaikutuksia väestön mielenterveyteen. CAOT:in kannanotto korosti sen olevan kriittinen yhteiskunnallinen ongelma, jonka ratkaisemisessa toimintaterapeutit ovat olennainen osa. (A80, COVID-19 Occupational therapists: Essential to mental health n.d./2022.)

Edellä mainitulla verkkosivustolla on myös laadukkaasti toteutettuja kuvitettuja toimintaterapian tapauskuvauksia ladattavaksi ja jaettavaksi. Sivustolla on myös kirjemalleja lähetettäväksi työnantajalle, liitolle tai vakuutusyhtiölle, jotta toimintaterapia sisällytettäisiin kirjeen lähettäjän terveydenhoitosuunnitelmaan. Materiaaleissa kuvattiin toimintaterapian moninaisia mahdollisuuksia sekä ennaltaehkäisevässä että kuntouttavassa työssä väestön mielenterveyden tueksi pandemiatilanteen aiheuttamissa haasteissa ("occupational disruption"). (A80, COVID-19 Occupational therapists: Essential to mental health n.d./2022.)

Liitteen 9 taulukossa on kuvailtu muiden aineistossa A olleiden kannanottojen luonnetta ja sisältöä (aineistokappaleet A14A, A15A, A16A, A18A, A19A, A21A, A22A, A23A, A24A, A25A, A32W, A34W, A35W).

#### 5.1.4 Koulutus

Pandemia-aikana eri tahot panostivat koulutukseen ja opiskelumateriaalien tuottamiseen, jotta toimintaterapeuteilla olisi näyttöön perustuvaa täydentävää tietotaitoa erityisesti pandemia-ajan haasteiden kohtaamiseen (ks. kuvio 11). Väestötason toiminnallisen tasapainon tukeminen oli huomioitu **koulutusmateriaalien tuottamisena ja tarjoamisena** organisaatiotasolla ammatillisissa yhdistyksissä ainakin American Occupational Therapy Associationissa (AOTA 2020) ja All India Oc-

cupational Therapists' Associationissa (AIOTA 2020). Koulutukset oli suunnattu täydennyskoulutukseksi alan opiskelijoille, kouluttajille ja ammattia harjoittaville toimintaterapeuteille. Lisäksi AIOTA:n verkkopohjaiset koulutusmoduulit olivat avoimia kaikille ja niiden kohderyhmänä mainitaan myös väestö ja huoltajat ("for professionals, masses and the caregivers"). Koulutusmoduulit olivat tarjolla sekä englanniksi että hindiksi. (A11O, Whitney & Walsh 2020; A9O, Mishra, Sethuram, Bijlani & Srivastavaa 2020.)

Lisäksi European Network of Occupational Therapy in Higher Education (ENOTHE 2020, A12O) oli tuottanut koosteen jäsentensä koulutukseen liittyvistä kontribuutioista ja innovaatioista pandemia-aikana. Kooste kuvaa ensisijaisesti toimintaterapiakoulutuksen **etäratkaisuihin liittyviä innovaatioita**, mutta esiin tuodaan myös pandemian vaikutus koko väestöön ja aiheeseen liittyvät koulutustarpeet. (Covid-10 and TEACH 2020.)

Missourin St. Louisissa sijaitsevassa Washington University School of Medicinen yksikössä oli pandemia-aikana tuotettu (Tyminski n.d., 2020–2022) MedBridge courses -koulutussarjan tuotteena 170 minuutin kestoisen koulutuswebinaari "Social Isolation, Occupational Disruption, and Mental Health in COVID-19" oheisaineistoinen. Koulutusmateriaali oli suunnattu toimintaterapeuttien ja toimintaterapiaopiskelijoiden lisäksi muiden alojen ammattilaisille. Webinaarin kolme osaa käsittelee toiminnallisen deprivaaion ja eristäytymisen maailmanlaajuisia vaikutuksia ja erityisesti niiden myötä aiheutuvia riskejä väestön mielenterveydelle. Osiot käsittelevät aihetta useasta eri näkökulmasta ja useiden eri väestöryhmien ja kontekstien kannalta. Webinaarissa tuotiin esiin pandemia-ajan ja sen rajoitusten mahdollisesti aiheuttavan "mielenterveyspandemian", kun väestön toimintaympäristöt, toimintamahdollisuudet ja toiminnallisuus ovat merkittävästi muuttuneet. Koulutuksessa esiteltiin myös toiminnallista tasapainoa ja mielenterveyttä edistäviä toimintaterapian keinoja. (A30K, Tyminski n.d.)

Journal of Occupational Science -lehden erikoisnumero (2022) käsittelee pandemia-aikaa toimintaterapian ja toiminnantieteen näkökulmasta ja lehdessä esitellään useissa eri maissa toteutettuja tutkimuksia, opiskelijoiden töitä ja koulutustyötä. Tähän kirjallisuuskatsaukseen ei kokonaista lehteä kuitenkaan tavoitettu erillispyynnöinkään, joten aineistona huomioitiin lehden pääkirjoitus. (A20A, Stanley & Proding 2022.)

### 5.1.5 Verkossa julkaistut tietopaketit

Pandemia-aikana verkkosivuille oli tuotettu monipuolista informatiivista sisältöä väestön toiminnallisen tasapainon tueksi (ks. kuvio 11; A5O, A7O, A10O, A13O, A17O, A28K, A31K, A35W, A37W).

Alun perin Occupational Therapy Australian verkkosivuilla julkaistun, ja sittemmin laajasti verkossa levinneen, arjen käytännön vinkkejä ja coping-keinoja selkeästi esitelleen Mynardin (2020) *Normal Life has been Disrupted* -oppaan lisäksi, erilaisia vinkkejä ja keinoja julkaisivat toimintaterapeuttiyhdistyksistä myös AOTA. Tannerin, Sagesterin ja O'Rourken (2020) lapsiperheille suunnattu "4 Tips for Families from Occupational Therapists During the Summer of COVID-19"-artikkeli julkaistiin AOTA:n verkkosivujen lisäksi *Exceptional Parent Magazine* -lehdessä. Artikkeleihin liittyen julkaistiin lisäksi blogiteksti em. lehden verkkosivuilla. (A5O, Mynard 2020; A7O, Tanner, Sagester & O'Rourke 2020.)

AOTA:n sivuilla julkaistiin myös väitöskirjaopiskelijoiden Zuban ja Hahnin (n.d., 2020–2022) online-artikkelikokonaisuus "WELLNESS FOR LIFE & CAREER, Do You: Occupational Balance & Quality of Life". Se sisälsi vinkkejä ja keinoja toiminnallisen tasapainon ja elämänlaadun tueksi. Artikkelin kohderyhmänä mainittiin toimintaterapeutit, opiskelijat, kouluttajat ja heidän kauttaan muut kohderyhmät. (A10O, Zube & Hahn n.d.)

University of Pittsburgin verkkosivuilla julkaistiin niin ikään väitöskirjaopiskelijoiden Krausen ja Synekin (n.d, 2020–2022) online-artikkeli "How Occupational Therapy Can Help You Stay on Track During The COVID-19 Pandemic". Siinä kuvattiin keinoja ja annettiin vinkkejä ja ideoita toiminnallisen suoriutumisen ja toiminnallisen tasapainon tueksi pandemia-aikana. Teksti oli osoitettu kaikille eli koko väestölle. (A28K, Krausen & Synek n.d.)

Lisäksi yksittäiset henkilöt olivat julkaisseet arjen vinkkejä toiminnallisen tasapainon tueksi sisältäviä blogikirjoituksia (A31K, A35W). Olsonin (2020) online-artikkeli tarjosi monipuolisesti näkemyksiä, keinoja, strategioita ja vinkkejä toiminnallisen tasapainon tueksi. Artikkelin oli julkaistu Arizonan yliopiston verkkosivuilla. Grant (2022) puolestaan kuvaili OT Hubin verkkosivuilla julkaistussa blogitekstissään toimintaterapeuttien tietotaitoa. Blogiteksti sisälsi myös vinkkejä ja toiminnanohjauksellisia keinoja keskittyen rutiineihin ja hyvinvointia sekä toiminnallista tasapainoa tukeviin tapoihin. Kirjoituksen kohderyhmäksi oli mainittu toimintaterapeuttikollegat ja kansainvälinen



vertaisverkosto, mutta teksti toi myös vahvasti esille sen, että pandemiatilanteessa toiminnallisuuden ja toiminnallisen tasapainon haasteet koskevat kaikkia. (A31K, Olson 2020; A35W, Grant 2022.)

Pandemia-aikana toimintaterapeutit Braunizer ja Dark (2020) perustivat myös erityisen verkkosivuston ja sosiaalisen median yhteisötilit kokoavaksi julkaisualustaksi erilaisille toimintaterapeuttisille vinkeille ja keinoille väestön toiminnallisen tasapainon tukemiseksi. OT Magazine huomioi uuden sivuston ja tiedotti siitä kesäkuussa 2020 julkaistussa online-artikkelissaan. Verkkosivustolle oli ideoitu runsaasti erilaisia toiminnallisia ja toimintaterapeuttisia tukemisen ja yhteisön luomisen keinoja. Verkkosivusto ei kuitenkaan tullut aktiivisesti käyttöön ja sen päivittäminen on sittemmin lopetettu. Sivustoon liittyneiden sosiaalisen median tilien ja ryhmien aktiivisuutta ei tässä tutkimuksessa selvitetty. Ammatillisista yhdistyksistä The Ontario Society of Occupational Therapists (OSOT) piti yllä verkkosivuillaan linkkilistaa muihin materiaalilähteisiin ja sivustoille. (A37W, Braunizer & Dark 2020; A17A, Health & Slider 2020; A13O, Benefits of OT During COVID-19 Pandemic n.d. /2020-2022.)

### **5.1.6 Käytännön projektit ja interventiot**

Kaikki tässä tutkimuksessa tavoitetut suoraan väestöön kohdistuneet toiminnallista tasapainoa tukenneet käytännön projektit ja interventiot (ks. kuvio 11) oli toteutettu pääosin opiskelijoiden toimesta. Projektit oli toteutettu Yhdysvalloissa, Kanadassa ja Etelä-Afrikassa (Reezadoost 2020; Cleveland 2020; Balakumar & Inman 2020; NOAH: The story continued... COVID-19. Finding meaning in lockdown: Working with change for change n.d /2020). Brasiliassa merkittävänä käytännössä toteutettujen väestötason interventioiden koordinoijina olivat toimineet alan opettajat (Ferigato ym. 2020).

Väitöskirjaopiskelija Rezadoost (2020) oli toteuttanut projektin, jossa oli hyödynnetty online-materiaalia ja teknologisia ratkaisuja toiminnallisen tasapainon ja yleisen elämänlaadun tueksi. Projektin kohderyhmänä oli Nashvillen kodittomat aikuiset. Online-materiaalin tuottamisen ja jakamisen lisäksi projektissa oli tarjottu koulutusta yhteisön kodittomien kanssa työskenteleville henkilöille. (A26K, Rezadoost 2020.)

Väitöskirjaopiskelija Clevelandin (2020) posteritiedotteessa puolestaan kuvattiin projekti, jossa oli kehitetty ”The New Beginnings Center”-in naisille suunnattua 12-viikkoista ohjelmaa. Kurssiin oli kehitysprojektina lisätty pandemia-ajan tarpeesta osiot, joissa käsiteltiin stressin lievittämistä toiminnallisen tasapainon tukemisen keinoin ja tietoisuustaitoharjoittein. (A27K, Cleveland 2020.)

Toisen vuoden toimintaterapeuttiopiskelijoiden Balakumarin ja Inmanin (2020) työharjoittelujaksoon liittyvänä työnä toteutettiin projekti, jossa kehitettiin ja pilotoitiin ryhmämuotoinen interventio ja sen opaskirja. Pilotti toteutettiin kesällä 2020 ja sen kohderyhmänä oli sosiaalisen palveluasumisen piirissä olevat iäkkäät henkilöt. Tavoitteena oli tukea heidän toimintakykyään pandemia-ajan rajoitusten aikana. Interventio perustui Do Live Well -viitekehukseen, mikä korostaa toimintojen merkityksellisyyttä tietyn terveyttä edistävän objektiivisesti tai ulkopuolelta määriteltävän tasapainon sijaan. (A29K, Balakumar & Inman 2020.)

Myös Etelä-Afrikassa opiskelijat toteuttivat suoraan väestöön kohdistuneen toimintaterapeuttisen intervention. Projekti liittyi opiskelijoiden käytännön työharjoitteluun. Projektin toiminnassa käytettiin Occupation-based community development -viitekehystä ja se toteutettiin yhdessä alueellisen asumisyhteisöpalvelun tuottajan kanssa. Projektissa oli kaksi asiakaslähtöistä ja yhteisöllistä osallistavaa osaprojektia: ”The Storytelling project” ja ”Home-based programme: The Happiness booklet”. Projekti toteutettiin maassa vallinneiden liikkumisrajoitusten ja sulkutoimenpiteiden aikana, arvioidusti kesällä 2020. Toiminta jatkuu yhteistyötahojen kesken ja uusia projekteja on kehitteillä. (A36W, NOAH: The story continued... COVID-19. Finding meaning in lockdown: Working with change for change n.d. /2020.)

Ferigaton ja muiden (2022) esseessä kuvataan yleisellä tasolla Brasilian toimintaterapeuttien toteuttamia väestön mielenterveyttä tukevia kontribuutioita. Esimerkkinä suoraan väestöön kohdistuneista kontribuutioista artikkelissa mainitaan kulttuuri- ja taideilmaisun keinoja etätoteutuksena hyödyntänyt CultivAR-TE festivaali. Festivaalin olivat koordinoineet kaksi yliopiston professuurissa toimivaa toimintaterapeuttia (kaksi artikkelin kirjoittajista). Festivaali pyrki esittelemään monipuolista arkea ja kokemuksia pandemiasta arvostaen erilaisia ilmaisun ja viestinnän tapoja. Ihmiset osallistuivat festivaaliin toteuttamalla virtuaaliseen galleriaan teoksen. Teoksille oli annettu neljä teemaehdotusta: 1) muutokuvia sosiaalisesta eristyneisyydestä, 2) resilienssi pandemia-aikana, 3) välitä itsestäsi ja toisista ja 4) kulttuurin pysyvyys ja muutokset. Teoksia oli toteutettu kahdeksalla

”taiteellisella kielellä”: kuvataide, valokuvaus, tanssi, kirjallisuus, performanssitaide, audiovisuaalinen ilmaisu, musiikki ja teatteri. (A1T, Ferigato ym. 2020, 1–8.)

### 5.1.7 Kuvattuja mahdollisuuksia eli kehkeytyviä kontribuutioita

Aineistokappaleissa A1T, A16A, A18A, A19A, A21A, A22A, A23A, A24A, A25A, A33W ja A34W oli otettu kantaa toimintaterapeuttien tietotaidon kuntoutustyötä laajemmin ja väestöön monipuolisemmin kohdistuvan hyödyntämisen puolesta pandemia-aikana ja sen jälkeen. Osassa teksteistä (esim. 18A, 25A) kuvailu oli enimmäkseen teoreettista tai yleisluontoista, mutta useat kirjoittajat antoivat teksteissään myös konkreettisia esimerkkejä tuotteista, palveluista tai työn teoista. Kuvauksissa toistui näkemys siitä, että toimintaterapeutit voisivat tukea väestön toiminnallista tasa-arvoa, toiminnallisuutta ja hyvinvointia monin tavoin ja tavanomaisia työtehtäviään ja terveydenhoitoalan organisaatioita laajemmissa toimintaympäristöissä.

Taulukkoon 4 on koostettu esimerkkejä aineistossa esitetyistä **toimintaterapeuttien tietotaidon hyödyntämisen mahdollisuuksista**. Esimerkkejä toimintaterapeuttien tietotaidon potentiaalisia hyödyntämismahdollisuuksista oli kuvattu aineistossa kannanotoissa, blogiteksteissä ja artikkeleissa. Taulukkoon 4 koostettujen toimien ja työn tekojen konkreettista toteutumista aineistossa ei kuvattu.

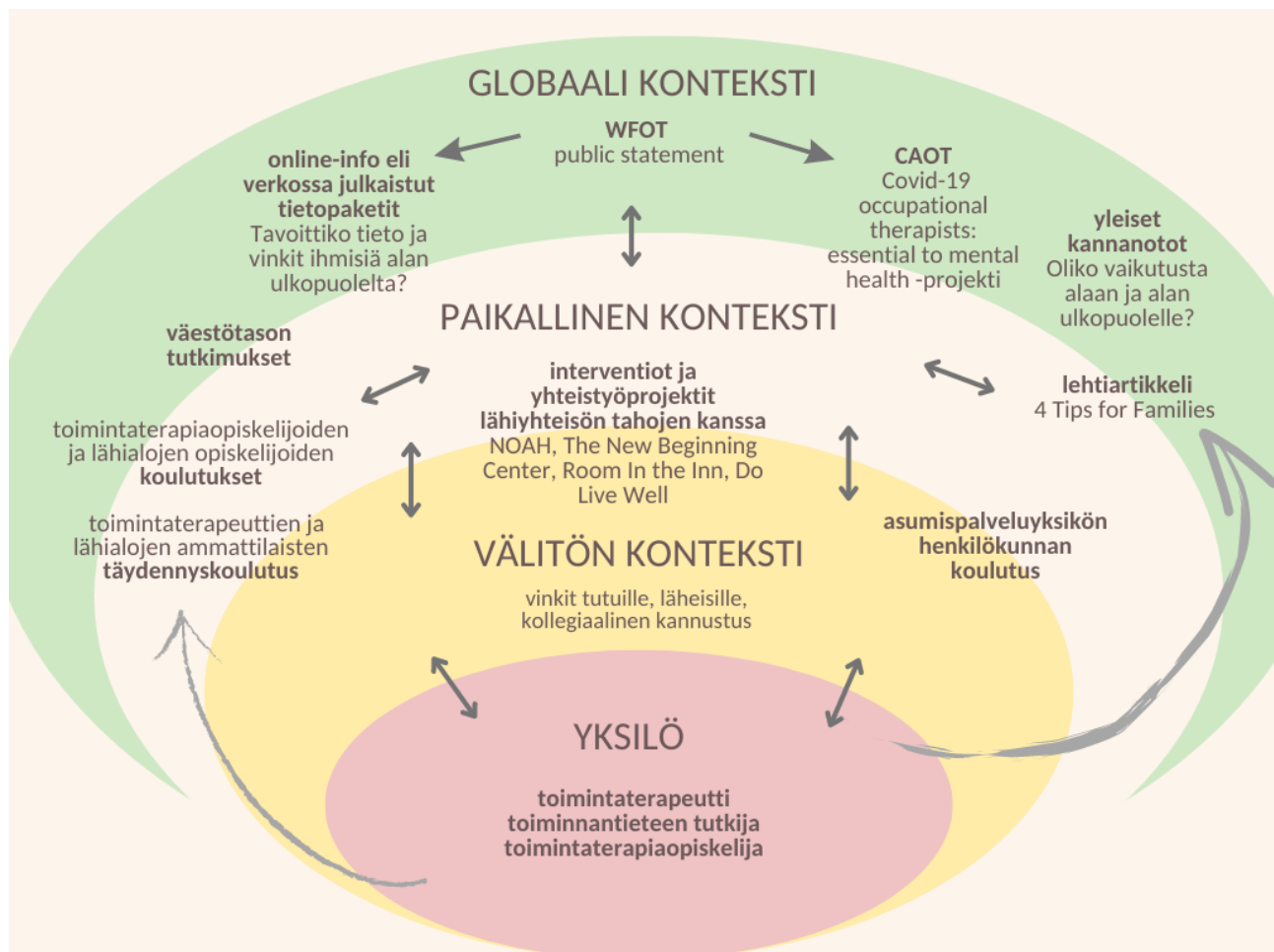
Taulukko 4. Esimerkkejä mahdollisista toimintaterapiainterventioista koronakriisin aikana mikro-, meso- ja makrotasolla tarkasteltuina. Esimerkit perustuvat aineistossa A esiintyneisiin kuvauksiin. (Taulukko jatkuu seuraavalle sivulle.)

<b>Interventioiden tarkastelutaso (mikro, meso, makro)</b>	<b>Esimerkkejä interventioista</b> (Ferigato ym. 2022; Hammel 2020; Brown 2021; Malfitano, Cruz & Lopes 2020; Balsler, O’Brien & Wittman 2020; Leteria, Knecht-Sabres 2020; Kamalakannan & Chakraborty 2020; Linnigan & Tyminski; Hocking 2020; The Importance of Occupational Therapy During the Pandemic 2020; Ram 2020.)
<b>Mikro (yksilö)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yksilöiden ja perheiden ohjaus (etäyhteyksin).</li> <li>- Toiminnan analyysi ja uusien toimintatapojen tai rutiinien omaksumisen tukeminen, ympäristön mukauttaminen tai taitojen harjoittelu.</li> <li>- Psyykkisten, fyysisten, sosiaalisten, kognitiivisten ja eettisten valmiuksien ja taitojen arviointi, tukeminen ja edistäminen.</li> <li>- Stressinhallintakeinojen harjaannuttaminen ja ergonomiaojaus.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Paikallisten tukimahdollisuuksien kartoittaminen ja niiden ohjaus asiakkaalle.</li> <li>- Ajanhallinnan keinojen ohjaus, mielekkäiden ja hyvinvointia tukevien toimintojen sisällyttäminen arkeen, toimintakokonaisuuksien hallinnan tukeminen.</li> </ul>
<b>Meso (yhteisö)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alueellinen arviointi siitä, miten toimintaympäristöjen sulkeminen tai muuttuminen on vaikuttanut paikallisiin toimijoihin, ja miten yhteisöön on vaikuttanut toiminnallinen deprivatio sulkutoimenpiteiden aikana.</li> <li>- Alueellinen tiedottaminen ja verkostotyö vammaisten erityistarpeista, ympäristön esteettömyydestä ja järjestelyiden toimivuudesta kriisin aikana.</li> <li>- Näyttöön perustuvien laadukkaiden etäterapiapalveluiden kehittäminen yhteistyössä muiden alueen toimijoiden kanssa.</li> <li>- Ergonomiakartoitukset ja -interventiot yrityksille ja yhteisöille.</li> <li>- Toiminnan ja ympäristön analyysin palveluiden tarjoaminen alueellisille yrityksille ja yhdistyksille tai kunnallisille toimijoille.</li> <li>- Merkityksellisen toiminnan vaikutuksista informointi.</li> <li>- Moniammatillinen tutkimus- ja kehittämistyö esimerkiksi muiden yhteiskuntatieteiden alojen kanssa.</li> <li>- Yritysten konsultointi.</li> <li>- Mielen terveyteen liittyvien haasteiden tunnistaminen yhteisössä, erityisesti sosioekonomisesti haavoittuvassa asemassa olevissa väestöryhmissä ja keskeisten palveluiden työntekijöissä.</li> <li>- Mielen terveyttä tukeville tahoille viitekehysten ja toimintamallien ehdottaminen väestötason mielen terveyden haasteiden kohtaamiseen.</li> <li>- Opiskelijoiden kanssa opintoihin liittyvien käytännön projektien kehittäminen. Projekteilla voitaisiin tukea väestön toiminnallista tasapainoa ja hyvinvointia.</li> <li>- Tiedonvaihdon jäsentäminen ja fasilitointi terveydenhuollon työntekijöiden, opettajien ja opiskelijoiden välillä.</li> <li>- Toiminnalliseen tasapainoon ja mielen terveyden ylläpitoon liittyvän tiedon saatavuuden edistäminen. Tiedon kohdentaminen ja jalkauttaminen yhteisölle, mukaan lukien professorit, perustutkintoa suorittavat opiskelijat ja terveydenhuollon työntekijät.</li> <li>- Sellaisten tutkimusten toteuttaminen ja kehittäminen, mitkä tallentavat yhteisöhankeissa toteutetut toimet ja tuottavat tietoa muiden toimintakykyä ja mielen terveyttä tukevien interventioiden pohjaksi.</li> </ul>
<b>Makro (yhteiskunta)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vaikutus- ja verkostotyö sen varmistamiseksi, että koko väestön, ml. erityisryhmät, tarpeet ja oikeudet tulevat huomioituiksi kriisiaikana.</li> <li>- Alan liittojen ja yhdistysten kanssa tehtävä yhteistyö ja tutkimustiedon koostaminen päättäjien käyttöön.</li> <li>- Toiminnan ja ympäristön analyysi-, porrastus- ja mukauttamistaitojen hyödyntäminen pandemiatoimenpiteitä suunniteltaessa rajoitustoimenpiteiden sekundääristen vaikutusten minimoimiseksi ja hyöty-haittasuhteen optimoimiseksi.</li> <li>- Sulkujen ja rajoitteiden jälkeisen exit-strategian suunnitteluun osallistuminen.</li> <li>- Tietokantojen ja tiedon jakamisen verkkojen luomis- ja toteutustyössä mukana oleminen, jotta (toiminnallisuuteen liittyvä) tutkimustieto olisi jaettava tärkeiden tahojen kesken. Käytettävyyden ja saavutettavuuden edistäminen yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa.</li> <li>- Ihmisoikeus- ja tasa-arvotyö ennen kaikkea toiminnallisuuden näkökulmasta (toiminnallinen oikeudenmukaisuus) esimerkiksi kansallisissa eettisissä neuvottelukunnissa.</li> </ul>

### 5.1.8 Aineiston kontribuutiot havainnollistettuna inhimillisen toiminnan mallin (MOHO) ympäristön kolmessa eri kontekstissa

Edeltävissä alaluvuissa kuvailtuja tutkimustuloksia on tiivistetty ja syvennetty hyödyntämällä inhimillisen toiminnan mallia (MOHO). Aineiston kontribuutioita on kuvattu mallin avulla (vrt. kuvio 8) toiminnallisen ympäristön kolmessa eri kontekstissa kuviossa 12.



Kuvio 12. Aineiston kontribuutioita havainnollistettuna inhimillisen toiminnan mallin (MOHO) ympäristön kolmessa eri kontekstissa. (Fisher ym. 2017, 98, muokattu.)

## 5.2 Verkostot, joissa toimintaterapeutit toimivat tukeakseen aikuisten toiminnallista tasapainoa pandemia-aikana

Toisena tutkimustehtävänä oli kartoittaa ja kuvata, millaisissa verkostoissa toimintaterapeutit toimivat tukieksaan aikuisväestön toiminnallista tasapainoa pandemiarajoitusten aikana. Tutkimuskysymys (A)2 oli: **Millaisissa** verkostoissa toimintaterapeutit toimivat tukieksaan aikuisväestön toiminnallista tasapainoa pandemiarajoitusten aikana?

Tulokset on kuvailtu seuraavissa alaluvuissa sanallisesti sekä taulukoin ja kuvioin havainnollistettuina. Alaluvut ja käsittelynäkökulmat perustuvat opinnäytetyön teoriaosan luvussa 2.3 Verkostot ja verkottuminen esitettyihin analysoinnin ja tyypittelyn tapoihin ja käsitteisiin siten, kuin ne aineistossa esiintyvät. Kuvauksissa käytetään aineistoesimerkkejä, eikä aineiston sisältämien verkostojen analyysissa ole pyritty tyhjentävään lopputulokseen, vaan kuvailevaan tiivistykseen. Aineistokappaleisiin viitataan myös numero-kirjain-yhdistelmällä, minkä avulla ne ovat helpommin löydettävissä liitteen 8 taulukosta. Lisätietoja aineiston verkostokuvauksista on liitteessä 8.

Keskeisimmät tulokset tutkimuskysymykseen (A)2 on havainnollistettu kuviossa 13. Seuraavissa alaluvuissa kuvataan aineistossa edustettuina olleita verkostotyyppisiä ja verkostojen ulottuvuuksia samansuuntaisesti jaoteltuina kuin ne ovat opinnäytetyön verkostoja käsittelevässä tietoperustassa. Lisäksi alaluvun kolmannessa alaluvussa 5.2.3 on eritelty aineistossa kuvattuja verkostotoimijoita jaotellen ne mikro-, meso- ja makrotasoihin taulukkoon 5. Alaluvun neljännessä alaluvussa 5.2.4 tarkastellaan aineiston verkostoja siinä suhteessa, olivatko ne tietoisesti rakennettuja vai spontaanisti kehkeytyneitä. Alaluvun viidennessä alaluvussa 5.2.5 on tuloksia tiivistetty ja syvennetty hyödyntämällä inhimillisen toiminnan mallia (MOHO) ja kuvattu aineiston verkostoja kuviossa 19 toiminnallisen ympäristön kolmessa eri kontekstissa.



Kuvio 13. Verkostotasojen ilmeneminen aineistossa ja esimerkkejä verkostotahoista.

### 5.2.1 Verkostotyön ajurit, mahdollistajat, edistäjät ja hidasteet

**Ajurina** toimintaterapeuttien verkostoitumiselle toimi **pandemia-aika ja sen vaikutukset toiminnallisuuteen ja toimintaympäristöihin**. Ajurina voi aineiston perusteella katsoa toimineen myös **tunnistettu väestön tuen tarve ja toimintaterapeuttien aiemmat kokemukset** siitä, että toimintaterapeuttisella tietotaidolla voi toiminnallista tasapainoa tukea toimintamahdollisuuksien rajoituttua, vaikka syy toiminnan rajoittumiselle olikin pandemiatilanteessa eri kuin heidän asiakkailtaan tavanomaisesti.

**Mahdollistajiksi** tunnistettiin aineistosta muun muassa **koulutusjärjestelmien rakenteet ja oppilaitosten toiminta, kansallisten ammattiliittojen toiminta** sekä etäkontaktien ja **-teknologian käyttämisen mahdollisuudet**. Erityisesti projektien kuvauksissa ja kannanotoissa mainittiin edellä

mainittujen tekijöiden merkitys kontribuutioiden ja verkostoitumisen mahdollistajina (esim. A18A, A26K, A27K, A36W).

**Edistäjinä** aineistosta nousi esille **riittävät resurssit, näkyvät hyödyt ja viestinnän mahdollistavat julkaisukanavat**. Resursseista ei aineiston perusteella ole mahdollista tehdä syvällistä luotettavaa arviota. Kontribuutioita olivat toteuttaneet pääasiassa opiskelijat, yhdistyksissä työskentelevät sekä tutkijat, kun taas puolestaan toimintaterapeutin ammattia kuntoutuksen tai terapiapalveluiden tuottajina harjoittavilta ei haussa ja aineistosta tunnistettu juuri lainkaan väestötasolla toiminnallista tasapainoa tukevia kontribuutioita. Tämä voi johtua esimerkiksi siitä, että opiskelijoiden, yhdistystoimijoiden ja tutkijoiden on ollut mahdollista suunnata ajankäyttönsä resurssejaan aiheeseen, toisin kuin kuntoutuksen parissa työskennelleiden terapeuttien (vrt. luku 2.4.3 Toimintaterapia ja toiminnantiede pandemia-aikana).

On kuitenkin huomioitava, että kirjallisuuskatsaus metodina voi tältä osin aiheuttaa tulosten vinnoumaa. Kyse voi olla julkaisuharhasta, ja on mahdollista, että väestötason kontribuutioita toteutettiin myös palkkatyössä tai ammatinharjoittajina terapeutteina toimivien toimesta. Verkostojen kehittymiselle on kuitenkin erityisen merkityksellistä selkeä vuorovaikutus ja viestintä, ja niiden edistäjänä alan ammatilliset organisaatio toimijat ja julkaisut ovat alan sisäisesti erittäin merkittäviä tekijöitä. Tämä tuotiin esiin varsinkin aineiston kannanotoissa. WFOT:lla, kansallisilla ammatillisilla yhdistyksillä ja alan keskeisillä julkaisuilla voitiin aineiston perusteella katsoa olevan ainakin ammatti- ja tieteenalan sisäisissä verkostoissa **integraattorin** rooli. WFOT voitaisiin tyypittää myös niin sanotuksi makrotason **veturiksi**.

Aineistosta oli erotettavissa myös joitakin verkostotyön **haasteita tai hidasteita**. Haasteena aineistossa näyttäytyi pitäytyminen totutuissa työympäristöissä ja työtehtävissä sekä maltillisuus tai kainous toiminnan merkityksellisyyden ja asiantuntijuuden esiin tuomisessa. **Rohkeutta tuoda asiantuntijuutta esiin uudenlaisissa ympäristöissä peräänkuulutettiin** kannanotoissa ja lehtiartikkeleissa. Kannanotoissa pohdittiin retorisesti, että toimintaterapeuttien tulisi laajentaa yhteistyöverkostojaan ja toimia aktiivisemmin tavanomaisia organisaatioitaan laajemmissa verkostoissa sekä alueellisesti että makrotasolla (A2T, A6O, A14A, A15A, A18A, A19A, A21A, A22A, A23A, A24A). Käytännön esimerkkejä tarjottiin vain osassa teksteistä (A18A, A19A, A21A).

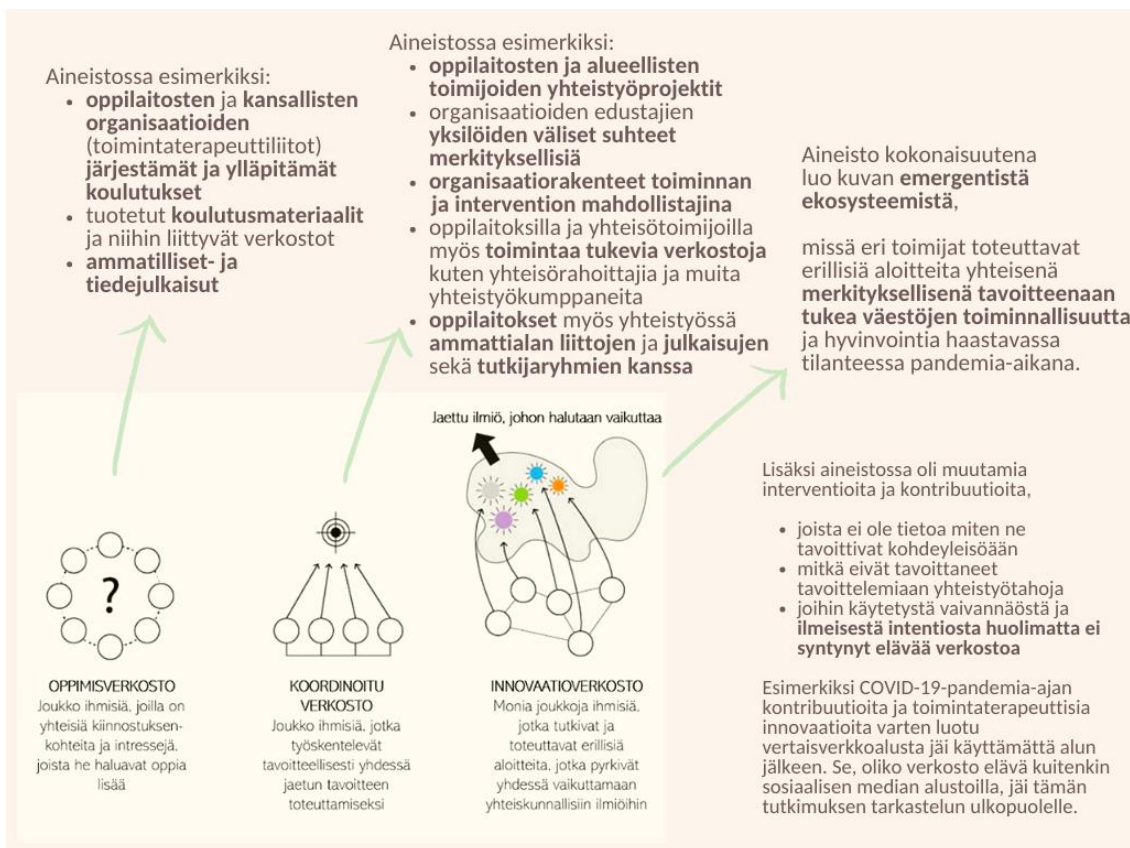


Yhdessä artikkelissa (A1T, Ferigato ym. 2022) korostettiin toimintaterapeuttijohtajuuden merkitystä verkostoitumiselle väestön mielenterveyden tukemiseksi ja tarkasteltiin kriittisesti maan terveydenhuoltojärjestelmää ja pandemia-ajan toimia. Kamalakannan ja Chakrabortyn (2020) artikkelissa puolestaan otettiin kantaa sen puolesta, että pandemian hallintaan osallistuvien tahojen, ”every stakeholder involved in combating COVID-19”, tulisi arvostaa alihyödynnettyä toimintaterapeuttien asiantuntijuutta. Artikkelissa tuotiin esiin, että toimintaterapeutteja on väestömäärään suhteutettuna varsin vähän eli maailmanlaajuisesti keskimäärin vain 0,03 toimintaterapeuttia 100 000 ihmistä kohden. Kirjoituksessa kritisoitiin myös sitä, etteivät toimintaterapeuttitutkijat Ti toiminnantieteen tutkijat ole osa valtion terveys- ja sosiaalihuoltojärjestelmää, eivätkä kuulu sairauksien ennaltaehkäisyyn, terveyden edistämisen ja kuntoutuksen tieteellisiin tai kansanterveyttä johtaviin elimiin tai organisaatioihin ainakaan matalan tulotason maiden terveydenhuoltojärjestelmissä. (A1T, Ferigato, Martini, Fonseca, Gonçalves & Silva 2022; A23A, Kamalakannan & Chakraborty 2020.)

### 5.2.2 Verkostojen ulottuvuudet ja verkostotyypit

Aineistossa oli edustettuna lukuisia eri maita. Maiden sosiaali- ja terveydenhuoltopalveluiden järjestelmät poikkeavat toisistaan. Maasta riippumatta toimintaterapia on yleensä osa sosiaali- ja terveysalan kokonaisuutta, mikä koostuu jollakin tavalla hierarkkisesti järjestäytyneistä organisaatioista. Lisäksi terveydenhuollon, kuntoutuksen ja sosiaalipalveluiden verkostot voivat koostua monenlaisista markkinaehtoisista suhteista. Toimialaa täydentävät kolmas sektori palveluineen sekä oppilaitokset. Nämä organisaatiot ja niiden puitteissa toimivat yksiköt ja yksilöt ovat monita- hoisesti vuorovaikutuksessa keskenään.

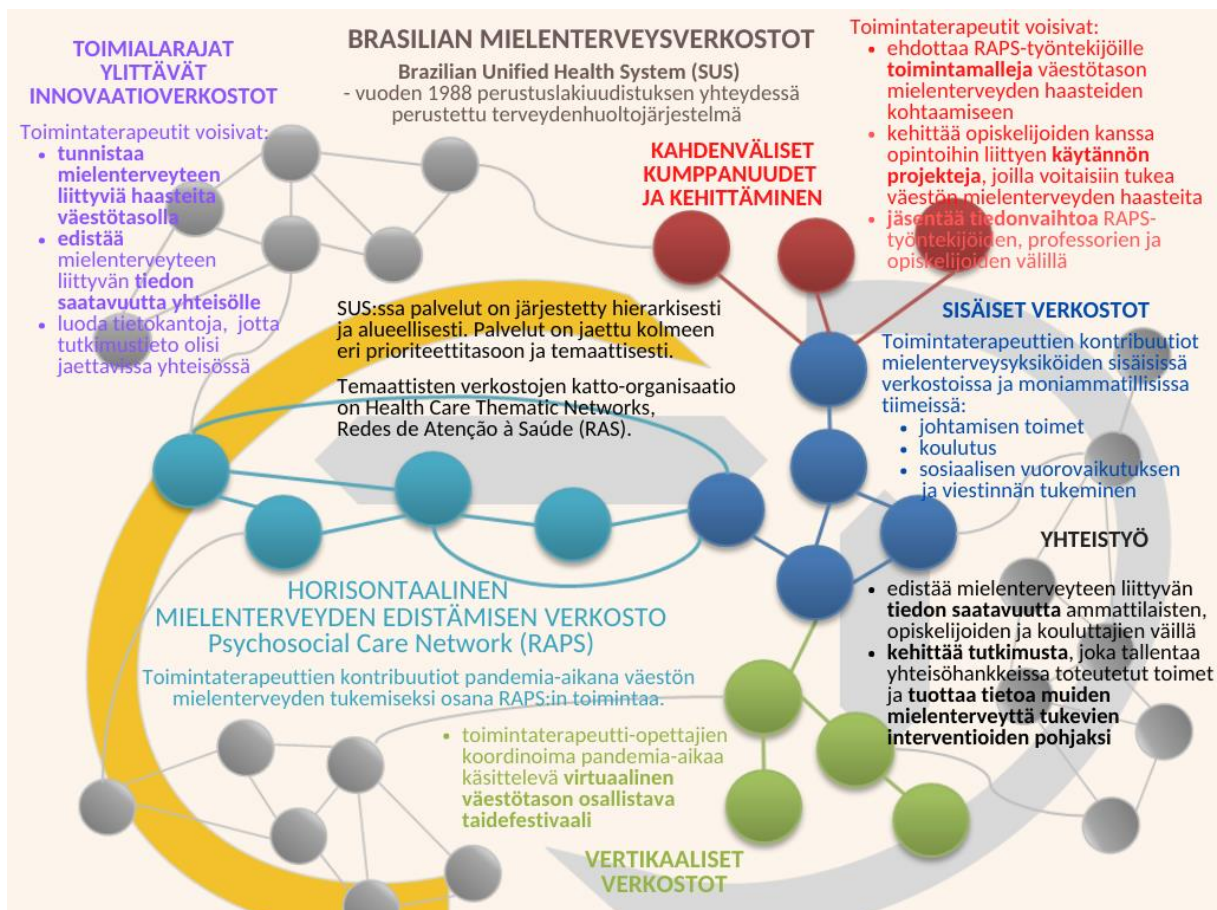
Aineistosta kävi ilmi, että sosiaali- ja terveysalan verkostoissa toimii yhtäaikaaisesti useita verkostoja, jotka ovat kytkeytyneet toisiinsa sekä organisaatioiden välisinä suhteina että yksilötason sosiaalisina suhteina. Verkostojäsenyydet oppilaitosten ja alueellisten toimijoiden kanssa perustuivat aineistossa kuvatuissa projekteissa organisaatioiden välisiin kumppanuuksiin tai projektirooleihin, ja verkostotoiminta oli usein projektimaista yhteisen tavoitteen toteuttamista. Yksilötason sosiaaliset suhteet nousivat esiin aineiston konkreettisesti toteutettuja interventioita kuvaavissa raporteissa. Organisaatioiden välinen yhteistyö tapahtui yksilöiden toimesta, vaikka se olisi ollut organisaatiotason sopimuksin sovittua. Aineistosta tehtyjä huomioita vertaisverkostoista on esitetty kuviossa 14.



Kuvio 14. Vertaisverkostomuotojen esiintyminen aineistossa ja aineistosta tehtyjä havaintoja vertaisverkostoista. (Seppälä 2019, 24. Alkuperäinen kuva: Mieke Van Der Bijl-Brower/MaRSDD. Muokattu.)

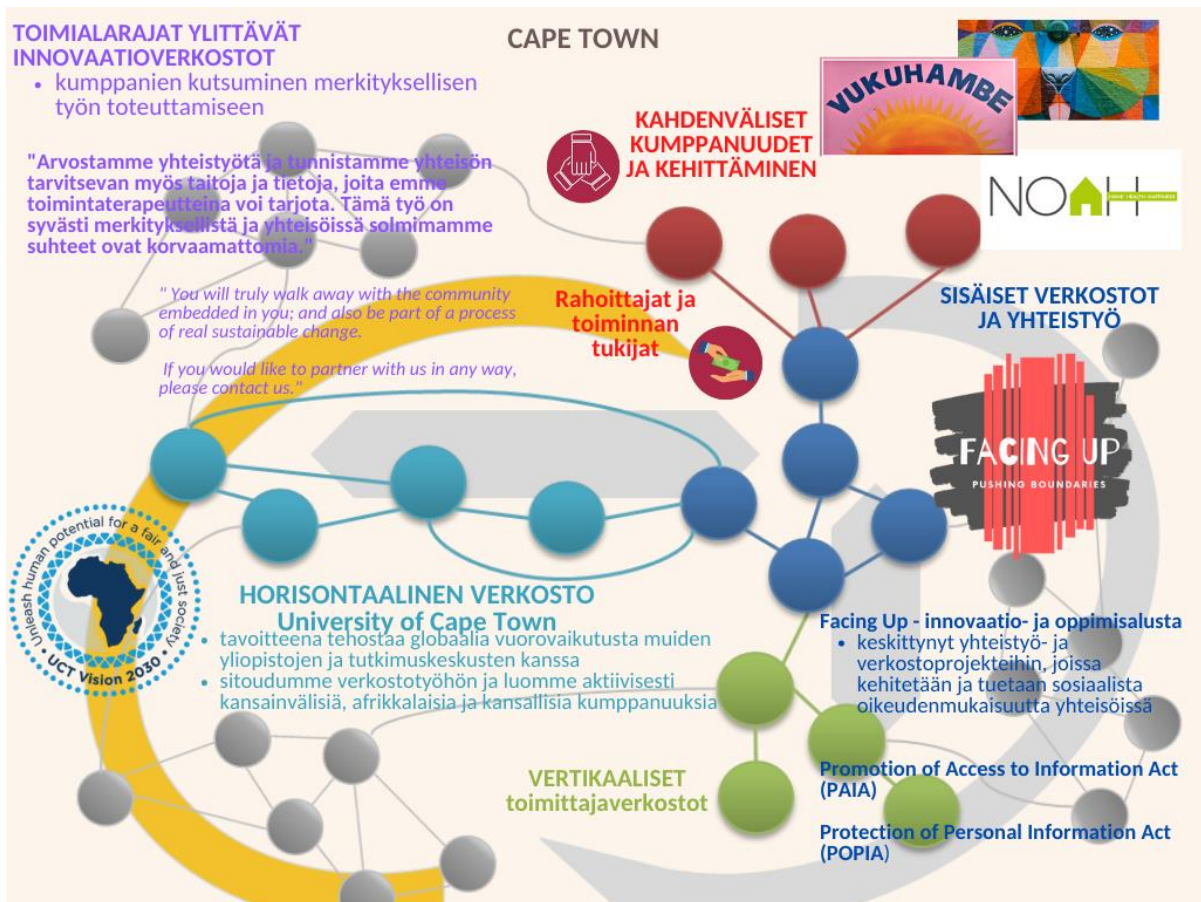
Kahdessa aineistokappaleessa (A1T, Ferigato ym. 2022; A36W, NOAH: The story continued... 2020) verkostoja oli kuvattu sellaisessa laajuudessa, että niiden pohjalta oli esimerkinomaisesti koostettavissa verkostokartat. Verkostokartoilla havainnollistetaan aineistossa mainittuja verkostotoimijoita ja kontekstianalyysiin perustuen verkostojen ulottuvuuksia sekä verkostotyyppisiä. Verkostokartat havainnollistavat kahden hyvin erityyppisen esimerkin kautta verkostotoiminnan merkitystä väestötason kontribuutioiden toteuttamiselle. Verkostokarttojen pohjana hyödynnettiin teoriaosuudessa esiteltyä kuviota 3 moniverkostoympäristöistä. Alkuperäinen kuva (Valkokari 2015) on saatu pyynnöstä sen tekijältä verkostonkehittämistarkoituksissa käytettäväksi.

Kuviossa 15 on havainnollistettu Ferigaton ja muiden (2022) teoreettisen tutkimusesseen kuvaukseen perustuen Brasilian psykososiaalisen terveydenhuollon verkostoja ja toimintaterapeuttien kontribuutioita verkostossa väestön toiminnallisuuden ja mielenterveyden tueksi. (A1T, Ferigato ym. 2022.)



Kuvio 15. Toimintaterapeuttien kontribuutioita Brasilian psykososiaalisen terveydenhuollon monitoimijaverkostossa. (Ferigato ym. 2022; kuvio Valkokari 2015, muokattu.)

Kuvio 16 kuvaa Cape Townin yliopiston toimintaterapiaopiskelijoiden työharjoittelu- ja innovaatiotiimin oppimisalusta Facing Up:in moniverkostoympäristöä. Facing Up on Cape Townin yliopiston innovaatio- ja oppimisalusta, joka yhdistää toimintaterapeuttiopiskelijat ja työelämän toimijat, ja jonka puitteissa opiskelijat toteuttavat käytännön työharjoittelun projekteja. Facing Up on keskittynyt yhteistyö- ja verkostoprojekteihin, joissa kehitetään ja tuetaan sosiaalista oikeudenmukaisuutta yhteisöissä. Se kutsuu aktiivisesti myös muiden alojen toimijoita mukaan yhteisöprojekteihinsa. Pandemia-ajan projektissa yhteistyötahona oli Cape Townin yliopiston ja Facing Up:in lisäksi Neighbourhood Old Age Homes (NOAH). NOAH on voittoa tavoittelematon organisaatio, joka tarjoaa yhteisöllistä tuettua asumista iäkkäille. Projekti oli asiakaslähtöinen ja asiakkaat olivat projektin toteutumisessa merkittävimmät mikrotason yhteistyökumppanit. Jokaisesta tahosta (oppilaitos, opiskelijat, asukkaat, NOAH:in henkilökunta) oli projektin koordinoimiseksi valittu avainhenkilöt tai tiimivastaavat. (A36W, NOAH: The story continued... COVID-19. Finding meaning in lockdown: Working with change for change 2020.)



Kuvio 16. Cape Townin yliopiston oppimislusta Facing Up:in moniverkostoympäristö. (NOAH: The story continued... COVID-19. Finding meaning in lockdown: Working with change for change 2020; kuvio Valkokari 2015, muokattu.)

### 5.2.3 Verkostotahot ja verkostot mikro-, meso- ja makrotasoilla tarkasteltuina

Aineistosta eriteltiin mainittuja yhteistyö- ja verkostotoiminnan tahoja. Esimerkkejä aineistossa esiintyneistä toimintaterapeuttien verkostotyötahoista on listattu mikro-, meso- ja makrotasoihin jaoteltuina taulukossa 5. Aineistosta tunnistettiin myös kontribuutioteemoittain, miten verkostotasot esiintyivät aineistossa. Tulokset havainnollistettiin kuviossa 13.

Taulukko 5. Esimerkkejä toimintaterapeuttien verkostotyötahoista mikro-, meso- ja makrotasoilla perustuen aineistoon A. (Taulukko jatkuu seuraavalle sivulle.)

Verkostotaso	Esimerkkejä verkostotyötahoista ja yhteistyökumppaneista



<b>Mikro (yksilö)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kollegat</li> <li>- ohjaava opettaja</li> <li>- työtiimin jäsenet</li> <li>- opiskelijakaveri</li> <li>- alueellisen yhteisötoimijan tai yhteistyöyrityksen johtaja</li> <li>- asumisyksikön asukkaiden edustaja</li> </ul>
<b>Meso (yhteisö)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alueelliset yritykset</li> <li>- alueelliset yhdistykset</li> <li>- kunnalliset toimijat</li> <li>- oppilaitokset</li> <li>- markkinointitiimi</li> </ul>
<b>Makro (yhteiskunta)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- WFOT &gt; kansalliset liitot ja yhdistykset, WHO</li> <li>- alan liitot ja yhdistykset AIOTA, ENOTHE, CAOT, AOTA</li> <li>- kansallinen eettinen neuvottelukunta</li> <li>- tieteelliset julkaisut ja ammattilehdet</li> <li>- kansainväliset verkkoalustat</li> </ul>

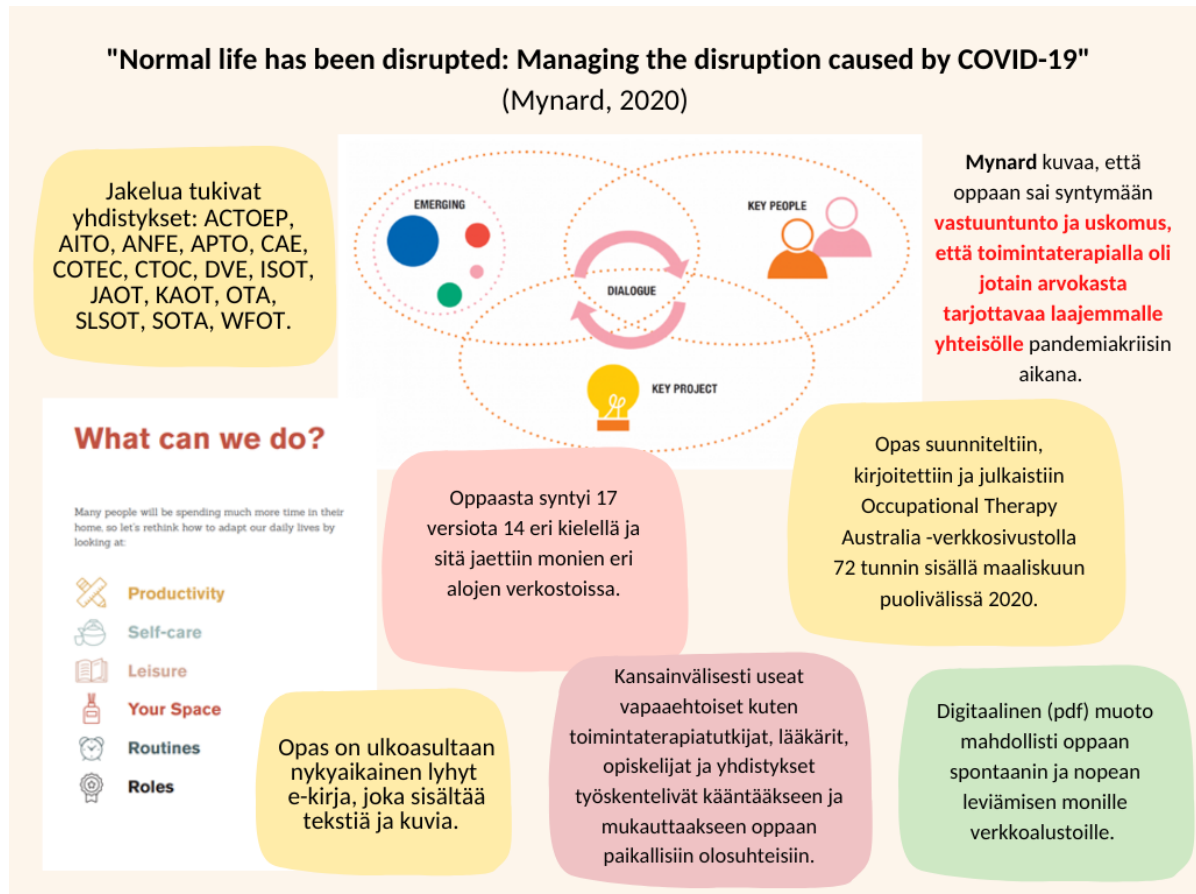
#### 5.2.4 Tietoisesti rakennettuja ja spontaaneja verkostoja

Sekä suoraan väestöön kohdistuneita että välillisesti väestöön vaikuttaneita kontribuutioita toteutettiin pandemia-aikana rajoituksista johtuen pääasiallisesti verkkoympäristöissä. Aineistosta nousi esiin, että suoraan väestöön kohdistuneiden käytännön projektien ja interventioiden toteuttamiset perustuivat pääosin jo entuudestaan olemassa oleviin verkostoihin tai tietoisesti rakennettuihin verkostoihin, kumppanuuksiin ja alueellisten toimijoiden väliseen yhteistyöhön.

Useat toiminnallisen tasapainon tueksi tuotetut ja väestölle hyödyllisiä vinkkejä sisältäneet blogikirjoitukset, koulutukset ja esitteet oli julkaistu alan sisäisissä – ja siten todennäköisesti vain kollegoita tai alan opiskelijoita tavoittavissa – foorumeissa kuten oppilaitosten tai ammatillisten liittojen verkkosivuilla. Aineistosta löydettiin esimerkitapauksia sekä onnistuneesta tiedon jakamisesta ja verkottumisesta (mm. A2T, A5O) että siitä, miten verkosto ei kehittynyt alkunsa jälkeen toivotusti (A17A, A37W).

Pandemia-aikana verkostomaiseksi tiedon jakamisen alustaksi suunniteltu verkkosivusto Beyond Covid ei kehittynyt alkunsa jälkeen ja sen päivittäminen on lopetettu (A17A, Beyond Covid 2020; A37W, Braunizer & Dark 2020). Toisaalta yhden henkilön nopeasti poikkeusajan alussa toteuttama väestölle suunnattu opas levisi laajalle nopeasti, ja sen tiimoilta kehkeytyi laaja verkosto (Mynard 2020). Tapausesimerkistä oli tunnistettavissa ekosysteemiajattelun elementtejä, joita eriteltiin

teoriaosan luvussa 2.3.4 Verkostojen syntyminen ja verkostojen johtaminen. Aineistosta tunnistetuja kehkeytyvän ekosysteemin piirteitä on havainnollistettu kuviossa 17. (A17A, Beyond Covid 2020; A37W, Braunizer & Dark 2020; Mynard 2020.)



Kuvio 17. Normal Life has been interrupted -opas ja kehkeytyvä verkosto. (Mynard 2022; kuvio Kola-Nyström ym. 2020, muokattu. Vrt. kuvio 5.)

Mynardin (2022) opas oli kohdennettu kaikille ihmisille pandemia-aikana, joten sitä oli tarkoitus jakaa laajasti. Digitaalinen pdf-muoto mahdollisti nopean levittämisen useille alustoille. Opas julkaistiin aluksi Occupational Therapy Australian verkkosivulla. Nopeasti kävi ilmi, että opas oli levinnyt, kun toimintaterapeutit jakoivat sitä henkilökohtaisissa ja ammatillisissa verkostoissaan sähköpostitse, digitaalisissa uutiskirjeissä, verkkosivustoilla ja sosiaalisessa mediassa (Facebook, LinkedIn, Instagram ja Twitter). (Mynard ym. 2022.)

Opas linkitettiin myös WFOT:n isännöimälle Occupational Therapy International Online Networkin (OTION) verkkosivustolle, jonne oli perustettu alisivu COVID-19-aiheisten resurssien jakamiseen.

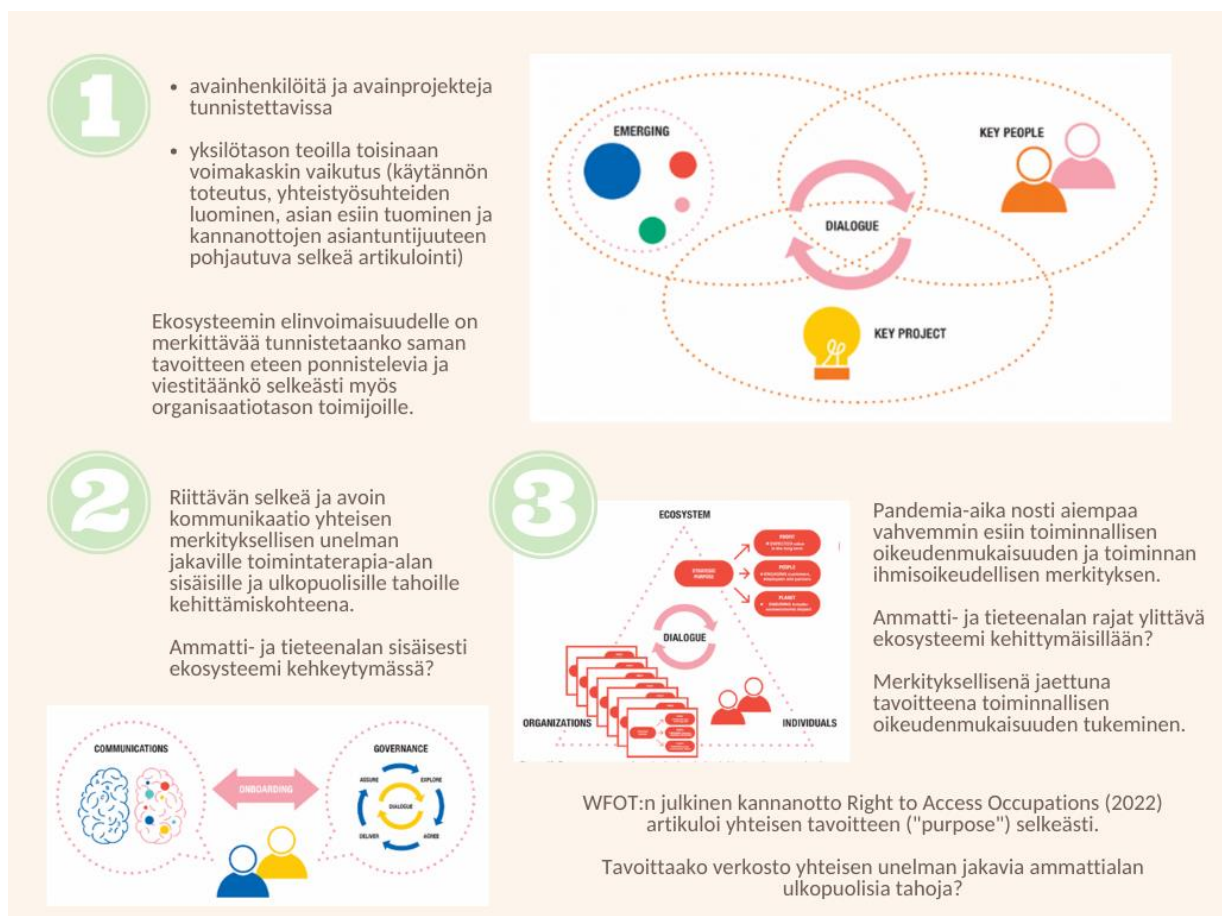
Linkki kansainvälisen katto-organisaation sivustolla auttoi saattamaan oppaan toimintaterapeuttien saataville kaikkialla maailmassa. Mynardin ja muiden (2022) mukaan lukuisat käännöspyyntöt osoittivat, että oppaalla oli varsin nopeasti merkitystä myös Australian ulkopuolella. Kansainvälisesti toimintaterapiatutkijat, lääkärit, opiskelijat ja yhdistykset työskentelivät kääntääkseen ja mukauttaakseen oppaan paikallisiin olosuhteisiin. (Mynard ym. 2022.)

Oppaasta syntyi 17 versiota 14:llä eri kielellä. Opas käännettiin italiaksi, ranskaksi, kiinaksi, koreaksi, arabiaksi, portugaliksi, tšekiksi, saksaksi, espanjaksi, japaniksi, tamiliksi, sinhaliksi ja hepreaksi. Useimmat käännökset säilyttivät alkuperäisen e-kirjamuodon. Muutama muunnelmakin toteutettiin, muun muassa lukien kerrottu PowerPoint-esitys hepreaksi ja laajennettu brasilianportugalilainen versio, jota jaettiin e-kirjana ja julkaistiin myös toimintaterapialehdessä REVISBRATO (da Silva ym. 2020). Kansalliset järjestöt toimittivat monet näistä versioista WFOT COVID-19-resurssisivulle, jotta ne olisivat edelleen niiden saavutettavissa, jotka etsivät materiaalia omalla kielellään. (Mynard ym. 2022.)

Tämä suhteellisen yksinkertainen opas, joka tarjosi toimintaterapeuttisen viitekehyksen ja keinoja COVID-19-pandemia-ajan aiheuttamiin arkielämän häiriöihin sopeutumiseen, teki laajan vaikutuksen. Sitä käyttivät toimintaterapeutit, muut terveydenhuollon ammattilaiset ja kansalaiset monissa maissa ympäri maailmaa. Se tuki mielenterveyttä käsittelemällä jokapäiväisen elämän näkökohtia, jotka aiheuttivat huolta monille ihmisille. Opas auttoi myös toimintaterapeutteja kohdentamaan huomiotaan siihen, kuinka heidän arjen ymmärtämisensä ja asiantuntemuksensa voisi tukea tavanomaisia asiakkaita laajempaa yhteisöä pandemian aikana. "Normal life has been disrupted" -oppaan luominen, kääntäminen ja jakaminen on esimerkki kansainvälisestä yhteistyöstä ammatin sisällä ja "tietojemme ja taitojen jakamisesta muutoksen aikaansaamiseksi" (Mynard ym. 2022). (Mynard ym. 2022.)

Ekosysteemiajatteluun pohjautuvia verkoston kehkeytymisen piirteitä oli tunnistettavissa aineistosta edellä kuvattuun oppaaseen liittyvän verkottumisen lisäksi myös muutoin. Pandemia-aikana nosti aiempaa vahvemmin alan sisäisissä kannanotoissa esiin toiminnalliseen oikeudenmukaisuuteen liittyvät näkökulmat. Ihmisten toiminnallisuuteen globaalisti ja monin tavoin vaikuttanut COVID-19-pandemia rajoitustoimenpiteineen laajensi tarvetta tuoda esiin näkökulmaa toiminnalli-

suudesta inhimillisenä perustarpeena. Kun aiemmin toimintaterapeutit olivat pyrkineet edistämään toiminnallisia oikeuksia lähinnä niillä ihmisryhmillä, jotka kokivat sairauden tai vamman vuoksi toiminnallisuuden rajoittuneisuutta ja osattomuutta arjessaan, laajensi pandemia-aika näkökulman esiin tuomisen tarpeen erityisryhmistä väestötasolle. Kannanotoissa korostettiin merkityksellisten toimintojen välttämättömyyttä ihmisten hyvinvoinnille ja osallisuuteen liittyviä ihmisoikeudellisia näkökulmia. Erityisesti kannanotoissa, joissa käsiteltiin toimintaterapeuttien väestötason kontribuutioiden ja verkostoitumisen mahdollisuuksia, otettiin kantaa myös toiminnallisen oikeudenmukaisuuden puolesta ja korostettiin toimintaterapeuttien velvollisuutta pitää asiaa yhteiskunnallisesti esillä niin pandemia-aikana kuin sen jälkeenkin (A25A, Hocking 2020; A21A, Balser, O'Brien & Wittman 2020; A19A, Malfitano, Cruz & Lopes 2020). Osassa kannanotoista tuotiin esille myös verkostoitumisen ja selkeän viestinnän merkitys toiminnallisen oikeudenmukaisuuden tavoitteiden toteutumiseksi. Kuviossa 18 on havainnollistettu aineistokokonaisuuden perusteella tunnistettuja mahdollisen emergentin verkoston piirteitä.

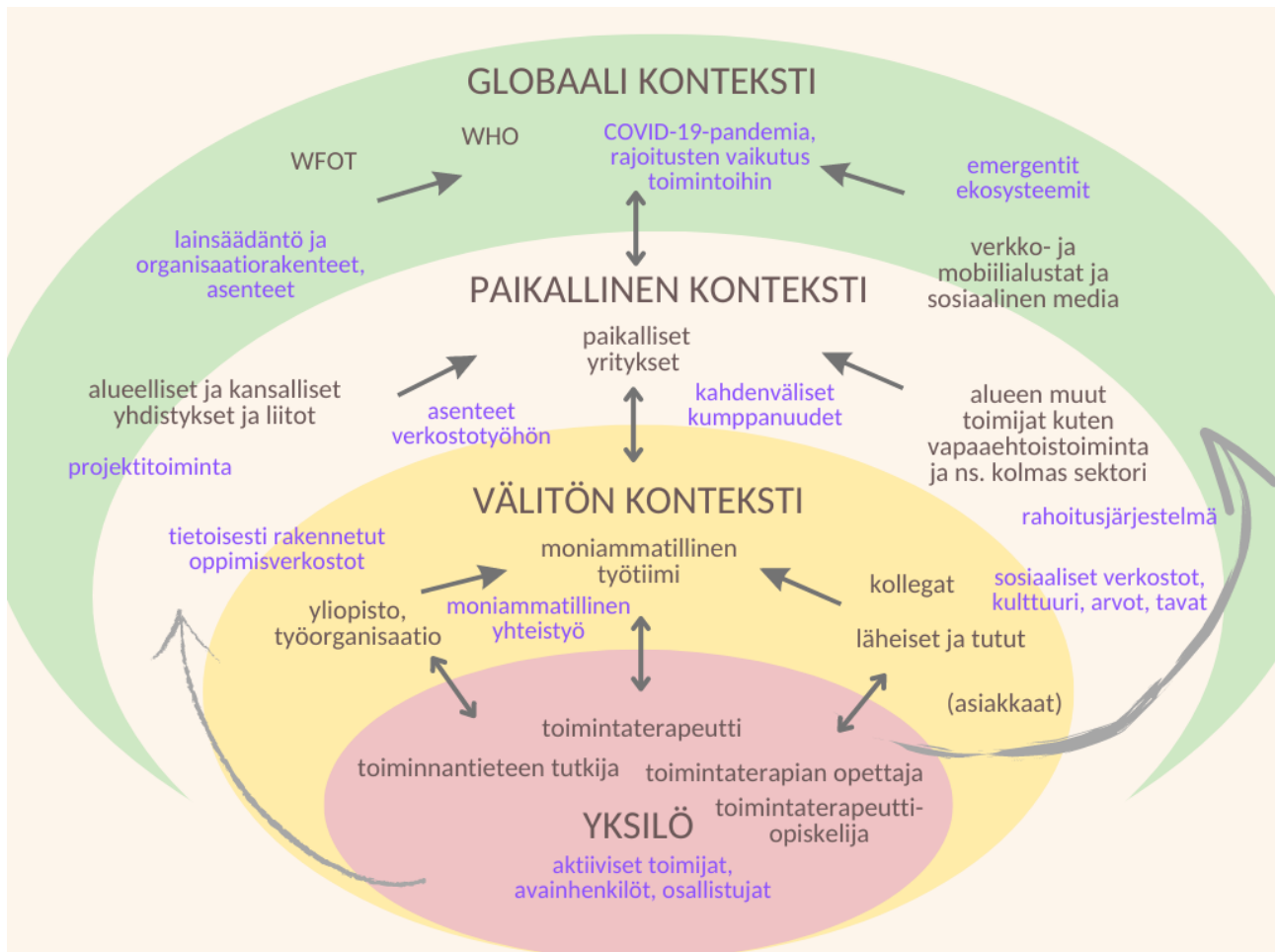


Kuvio 18. Aineistokokonaisuudessa ilmeneviä emergentin verkoston piirteitä. Kuvio Kola-Nyström ym. 2020, muokattu. Vrt. kuvat 5 ja 17.)



### 5.2.5 Aineiston verkostot havainnollistettuna inhimillisen toiminnan mallin (MOHO) ympäristön kolmessa eri kontekstissa

Edeltävissä alaluvuissa kuvailtuja tutkimustuloksia on tiivistetty ja syvennetty hyödyntämällä inhimillisen toiminnan mallia (MOHO). Aineiston verkostotekijöitä on kuvattu mallin avulla (vrt. kuvat 8 ja 12) toiminnallisen ympäristön kolmessa eri kontekstissa kuviossa 19.



Kuvio 19. Aineiston verkostotekijöitä havainnollistettuna inhimillisen toiminnan mallin (MOHO) ympäristön kolmessa eri kontekstissa. (Fisher ym. 2017, 98, muokattu.)

### 5.3 Aikuisten toiminnallinen tasapaino pandemia-ajan rajoitusten aikana

Kolmantena tutkimustehtävänä oli kartoittaa ja kuvata toiminnantieteen viimeaikaisiin tutkimuksiin perustuen, millaista tutkimusnäyttöä on pandemia-ajan rajoitusten ja aikuisikäisen normaali-väestön toiminnallisen tasapainon yhteyksistä. Tutkimuskysymys (B)3 oli: **Millaista** tutkimusnäyttöä on pandemia-ajan rajoitusten ja aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallisen tasapainon yhteyksistä?

Katsaukseen hyväksytyjen tutkimusten ydintulokset suhteessa tutkimuskysymykseen on tiivistetty ja havainnollistettu kuviossa 20 ja tutkimustuloksia on kuvailtu laajemmin sanallisesti seuraavissa kappaleissa.



Kuvio 20. Katsaukseen hyväksytyjen tutkimusten ydintulokset suhteessa tutkimuskysymykseen (B)3.

Aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallista tasapainoa oli tutkittu toimintoihin vaikuttaneiden COVID-19-pandemia-ajan rajoitusten aikana useassa maassa. Katsauksen sisäänottokriteerit täyttäneitä tutkimusartikkeleita tunnistettiin seitsemän. Tutkimuksista kolme oli toteutettu Espanjassa ja muut Itävallassa, Turkissa, Intiassa ja Kanadassa.

Lähes kaikki tähän mennessä julkaistut ja aineistoon hyväksytyt tutkimukset oli toteutettu pandemian ensimmäisen aallon aikana keväällä 2020 (Euroopassa ja Kanadassa maaliskuu-toukokuussa, Intiassa huhti-kesäkuussa). Siihen mennessä vallinneiden rajoitusten kesto ja tutkimusten tarkastelujaksot olivat korkeintaan kaksi kuukautta. Ainoastaan Itävallassa toteutetun (B4, Ramos ym. 2020) tutkimuksen jälkimmäinen kysely oli toteutettu marraskuussa 2020 ja Espanjassa toteutetun Rodríguez-Rivasin ja muiden (B1, 2022) tutkimuksen seurantajakso ulottui vuoden 2021 maaliskuuhun. (B4, Ramos, Röschel, Crevenna, Jordakieva, Andrews, Dür & Stamm 2022; B1 Rodríguez-Rivas, Camacho-Montaño, García-Bravo, García-de-Miguel, Pérez-de-Heredia-Torres, Huertas-Hoyas 2022)

Kaikki tutkimukset olivat online-kyselyinä toteutettuja poikkileikkaustutkimuksia. To-Milesin ja muiden (B2, 2022) tutkimuksessa oli kuitenkin käytettävissä aineistoa myös pitkittäistutkimuksesta vuosilta 2018–2020, johon pandemia-ajan tuloksia voitiin verrata analyysivaiheessa. Ramosin ja muiden (B4, 2022) tutkimuksessa toiminnallisen tasapainon moduuli otettiin osaksi laajempaa paneelikyselyä toteutettua tutkimusta toukokuun lopussa, kun tutkimusmaassa Itävallassa ensimmäisen aallon rajoituksia oli juuri helpotettu. Toinen toiminnallisen tasapainon mittauskohta toteutettiin marraskuussa 2020, kun toista rajoitusjaksoa ("second lockdown") oli kestänyt kolme viikkoa. Kaikissa tutkimuksissa toiminnallisen tasapainon arviointiin käyttäen mittarina Occupational Balance Questionnaire -kyselylomaketta (OBQ). (B2, To-Miles, Backman, Forwell, Puterman, Håkansson & Wagman 2022; B4, Ramos ym. 2022.)

Rodríguez-Fernándezin ja muiden (B3, 2021), İnalın ja muiden (B5, 2022), Sahun ja muiden (B6, 2021) sekä González-Bernalin ja muiden (B7, 2022) tutkimuksissa kysely toteutettiin kertaluonteisena, joten niiden pohjalta ei voida arvioida esimerkiksi sitä, oliko vastanneiden toiminnallinen tasapaino muuttunut pandemiarajoitusten aikana. Pääasiallisesti OBQ-kyselyiden perusteella vastanneiden toiminnallinen tasapaino keskimäärin oli hyvä. Näiden tutkimusten arviot toiminnallisen

tasapainon ja pandemiarajoitusten yhteyksistä on raportoitu varauksin, **eikä selkeää yhteyttä lyhyen ajan voimassa olleiden rajoitusten ja toiminnallisen tasapainon välillä ollut osoitettavissa**. Edellä mainittujen tutkimusten tavoitteina olikin tunnistaa ja määrittää muita yksilöityjä tekijöitä, kuten sosiodemografisia muuttujia tai elintapoihin liittyviä seikkoja, ja niiden yhteyksiä aikuisten toiminnalliseen tasapainoon pandemia-ajan rajoitusten aikana. Tutkimuksissa oli tunnistettu riskitekijöitä ja mahdollisia suojaavia tekijöitä liittyen toiminnalliseen tasapainoon pandemiarajoitusten aikana. (B3, Rodríguez-Fernández, González-Santos, Santamaría-Peláez, Soto-Cámara & González-Bernal 2021; B5, İnal, Özdemir & Turan 2022; B6, Sahu, Bandyopadhyay, Chandrashekar, Mohapatra, David, Ghanta & Arya 2021; B7, González-Bernal, Santamaría-Peláez, González-Santos, Rodríguez-Fernández, Benito León & Soto-Cámara 2020.)

**Riskitekijöinä** pandemiarajoitusten aikaiselle toiminnalliselle epätasapainolle tunnistettiin tutkimuksissa mm. negatiivinen itsetunto, opiskelijastatus, riittämätön tiedon saanti ja pitkät karanteenijaksot (B3, Rodríguez-Fernández ym. 2021). Niin ikään matala koulutustaso, työttömyys, leskeys tai puolison puuttuminen, asuminen pienessä asunnossa, alle 18-vuotiaita lapsia kotona, eristys ja isompi määrä kotikaranteenipäiviä liittyivät alentuneeseen toiminnalliseen tasapainoon (B7, González-Bernal ym. 2020).

**Itsenäisiä ennustetekijöitä hyvälle toiminnalliselle tasapainolle** olivat kokemus siitä, että on saanut riittävästi tietoa pandemia-aikana, se ettei ollut etätyössä ja se ettei ollut sairastunut COVID-19-tautiin (B7, González-Bernal ym. 2020). Naimisissa olevilla oli parempi toiminnallinen tasapaino (B5, İnal ym. 2022) ja myös korkeampi ikä korreloi parempaan toiminnalliseen tasapainoon (B1, Rodríguez-Rivas ym. 2022; B5, İnal ym. 2022; B6, Sahu ym. 2021; B7, González-Bernal ym. 2020).

**Suojaavina tekijöinä** toiminnalliselle tasapainolle puolestaan tunnistettiin säännöllinen, mielekäs ja tarkoituksenmukainen toiminta. İnalin ja muiden (B5, 2022) tutkimuksen tulosten mukaan henkilöillä, joilla oli säännöllisiä fyysisiä ja vapaa-ajan aktiviteetteja, oli parempi toiminnallinen tasapaino ja vähemmän pelkoa COVID-19:stä. (B5, İnal 2022.)

Myös Ramosin ja muiden (B4, 2022) tutkimuksen tulokset osoittivat, että **toiminta, jonka aiempien tutkimusten perusteella tiedetään edistävän mielenterveyttä, oli suojaava tekijä myös pan-**

**demiarajoitusten alussa.** Esimerkiksi urheilu ja sosiaaliset kontaktit korreloivat negatiivisesti masennusoireiden kanssa pandemia-ajan ensimmäisen aallon aikana. Vaikutus kuitenkin hiipui tai katosi neljänteen aaltoon mennessä, kun pandemia-aikaa oli kestänyt useamman kuukauden ajan. Tutkijoiden hypoteesi oli, että pitkään jatkuneet rajoitukset olivat johtaneet väestön väsymykseen ja mielialan muutoksiin siten, etteivät tavanomaisesti resilienssiä kehittävät toiminnot enää suojanneet tehokkaasti kuten pandemia-ajan alussa. (B4, Ramos ym. 2022.)

Ramosin ja muiden (B4, 2022) tutkimuksen tulokset osoittivat myös, että **omaisistaan huolehtivilla**, joko lasten vanhemmilla tai muita läheisiään hoitavilla kuten omaishoitajilla, **oli suurin riski toiminnalliseen epätasapainoon ja masennusoireisiin.** Saman tutkimuksen tuloksissa huomionarvoista on, että merkitsevin yksittäinen tekijä heikommalle toiminnallisen tasapainon kyselyn pistetulokselle oli kyselyn ajankohta. Toiminnallinen tasapaino heikkeni merkittävästi ensimmäisestä kyselystä neljänteen, eli aikavälillä maaliskuusta marraskuuhun 2020. (B4, Ramos 2022.)

Pandemia-ajan ja sen **rajoitusten keston vaikutuksesta toiminnalliseen tasapainoon oli viitteitä** myös katsauksen muissa tutkimusartikkeleissa (B1, Rodríguez-Rivas ym. 2022; B3, Rodríguez-Fernández ym. 2021; B4, Ramos ym. 2022; B7, González-Bernal ym. 2020), vaikka johtopäätökset tuloksista olikin raportoitu asianmukaisin varauksin ottaen huomioon poikkileikkaustutkimusten tutkimusasetelmat, -menetelmät sekä lyhyet seuranta-ajat.

Rodríguez-Rivasin ja muiden (B1, 2022) tutkimus ajoittui katsauksen aineiston tutkimuksista pisimmälle aikavälille. Sen tavoitteena oli tutkia COVID-19-pandemian vaikutusta Espanjan väestön toiminnalliseen tasapainoon vuosi pandemian alkamisen jälkeen pandemian alkuun verrattuna. Tutkimuksen kohderyhmänä oli Espanjan yli 18-vuotias väestö ja tutkimukseen osallistui yhteensä 300 henkilöä, joiden keski-ikä oli 41,39 vuotta. Tutkimuksen tuloksissa havaittiin **merkittävästi suurempi toiminnallinen epätasapaino, kun pandemian alusta oli kulunut vuosi.** Tutkimustuloksissa todetaan, että rajoitustoimenpiteet vaikuttivat negatiivisesti Espanjan väestön toiminnalliseen tasapainoon. Tutkimustulokset osoittivat myös **tavoissa ja rutiineissa** tapahtuneen **muutosta. Toiminnallinen osallistuminen väheni, toiminnallisen suoriutumisen vaikeudet lisääntyivät ja tyytyväisyys toiminnalliseen suoriutumiseen heikkeni.** (B1, Rodríguez-Rivas ym. 2022.)

To-Milesin ja muiden (B2, 2022) Kanadassa toteuttama tutkimus oli katsauksen aineiston tutkimuksista ainut, jossa oli ns. ennen-jälkeen-tutkimusasetelma, sillä käytettävissä oli aineistoa tutkimuksesta, joka oli aloitettu ennen pandemia-aikaa (2018–2020). Alkuperäinen tutkimus oli jouduttu keskeyttämään pandemian vuoksi. Vertailtavat aineistot oli kerätty pandemia-aikaa edeltäen huhtikuun 2019 ja maaliskuun 2020 välisenä aikana sekä pandemian ensimmäisen aallon rajoitusten aikana maaliskoukokuussa 2020. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää COVID-19-pandemian ensimmäisen aallon aikana rajoitusten (16.3.-19.5.2020) vaikutusta toimintoihin ja hyvinvointiin aikuisilla, joilla on niveltulehdus ja aikuisilla, joilla ei sitä ole. Tutkimuskysymyksiä oli kolme: 1) Poikkeavatko toiminnot tyypiltään tai ominaisuuksiltaan rajoitusten aikana verrattuna aikaan ennen pandemiaa? 2) Poikkeako itse arvioitu toiminnallinen tasapaino, fyysinen terveys, mielenterveys ja hyvinvointi rajoitusten aikana verrattuna pandemiaa edeltävään tilanteeseen? 3) Onko pandemian ensimmäisen aallon rajoitusten aikana eroja toiminnan ja hyvinvoinnin mittaustuloksissa aikuisten välillä, joilla on tai ei ole tulehduksellinen nivelsairaus? (B2, To-Miles ym. 2022.)

Ennen pandemiaa tutkimukseen osallistuneista 143 aikuisesta 71 osallistui pandemia-ajan verkkokyselyyn. Tutkimuksen tuloksena oli, että **pandemia vaikutti sekä toiminnan tyypeihin että niiden ominaisuuksiin**. Itsearviointilomakkeiden pisteiden perusteella koettu stressi lisääntyi, toiminnallinen tasapaino parani ja mielenterveys heikkeni. Puolestaan fyysisen terveyden ja tyytyväisyyden elämään koettiin pysyneen samanlaisena kuin ennen pandemiaa. Toiminnallinen tasapaino ja koettu stressi lisääntyivät molemmissa ryhmissä, ja mielenterveys heikkeni vain terveiden ryhmässä. (B2, To-Miles ym. 2022.)

Tutkijat toteavat artikkelissa, että toiminnallisen tasapainon pisteiden nousu verrattuna aiemmin toteutetun kyselyn pisteisiin oli yllättävää, kun ottaa huomioon muutokset toiminnoissa. He arvioivat, että rajoitusten tuoma tauko tai elämänrytmin hidastuminen tilapäisesti (esim. vähemmän sosiaalisten tilanteiden velvoitteita ja etätyö) on saattanut antaa tilaisuuksia toiminnoille, mitkä aiemmin ovat jääneet sivuun muiden toiminnallisten velvollisuuksien ja ajankäytön rutiinien vuoksi. Vastaajat myös olivat voineet pyrkiä valitsemaan arkeensa enemmän toimintoja, jotka he kokivat vähemmän stressaaviksi. Muutos toiminnoissa saattaa siten selittää nousun toiminnallisen tasapainon pisteissä, mutta tutkijat huomioivat ja tuovat esille, että tutkimustulos ei ole linjassa muiden tutkimusten kanssa. He pohtivat myös sosiodemografisten tekijöiden merkitystä ja huo-

mauttavat, että ottaen huomioon muiden tutkimusten tulokset sekä tämän tutkimuksen muut havainnot (muutokset toiminnoissa, lisääntynyt stressi ja heikentynyt mielenterveys), voi pandemiarajoitusten pitkittyminen johtaa toiminnalliseen deprivatioon ja toiminnalliseen epätasapainoon. (B2, To-Miles ym. 2022.)

Tutkimuksissa oli aiempia tutkimuksia vahvistavia havaintoja toiminnallisen tasapainon yhteyksistä muihin hyvinvointia mittaaviin tekijöihin. Positiivinen ja erittäin merkitsevä yhteys havaittiin Sahun ja muiden (B6, 2021) tutkimuksessa toiminnallista tasapainoa mittaavan OBQ-kyselyn ja elämänlaatua mittaavan WHOQOL-Bref-kyselyn pisteiden välillä. Puolestaan COVID-19-pelkoasteikon ja OBQ:n välillä ei ollut tilastollisesti merkitsevää yhteyttä (B5, Inal ym. 2022).

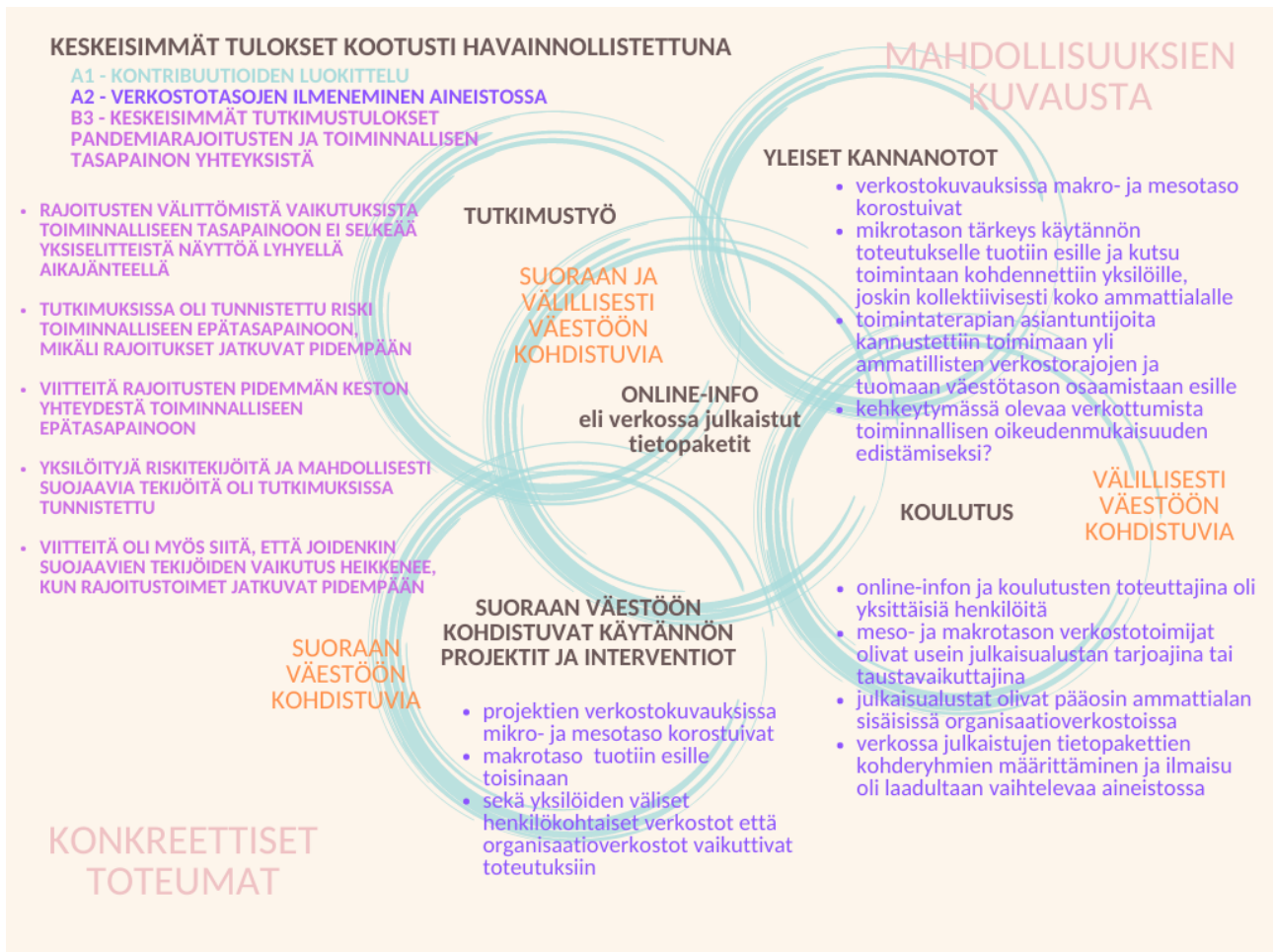
## 6 Johtopäätökset

### 6.1 Tutkimustehtävät ja keskeiset vastaukset tutkimuskysymyksiin

Opinnäytetyön konteksti oli COVID-19-pandemia-aika ja siihen liittyneet rajoitustoimenpiteet (luku 2.2). Tarkastelun kohderyhmänä oli aikuisikäinen normaaliväestö ja tarkastelun kohteena oli heidän toiminnallisuutensa ja hyvinvointinsa. Valittua ilmiötä tarkasteltiin kolmesta eri näkökulmasta, mitkä olivat toimintaterapian, verkostotyön ja toiminnantieteen näkökulmat.

Tutkimustehtävät kohdentuivat sekä toimintaterapeuttien käytännön työhön että toiminnantieteen tuloksien selvittämiseen. Lisäksi tutkimuksessa oltiin kiinnostuneita verkostoista ja niiden laaduista, siitä *millaisissa verkostoissa* toimintaterapeutit toimivat pandemia-aikana. Tutkimusongelman tasolla katsauksella selvitettiin saman ilmiön eri puolia. Ilmiö itsessään oli hyvin laaja tarkasteltavaksi. Yhteen kokoavana teoreettisena käsitteenä tutkimuksessa käytettiin toiminnallista tasapainoa (luku 2.5). Tutkimuksen kolme eri näkökulmaa sekä rajasivat tutkimusasetelmaa, että perustelivat toistensa merkitystä tutkimuksessa (luvut 2.3, 2.4).

Kaikkien tutkimuskysymysten keskeisimmät tutkimustulokset on esitetty vielä kootusti johtopäätösten pohjaksi kuviossa 21. Seuraavissa alaluvuissa on johtopäätökset esitetty työhypoteesien järjestyksessä tutkimuskysymysten mukaisesti jaoteltuina ja lopuksi tiivistelmänä. Johtopäätöksissä on pyritty välttämään tulosten (luku 5) toistoa ja pitäydytty suorissa havainnoissa. Pohdintaluku (luku 7) täydentää ja syventää johtopäätöslukua.



Kuvio 21. Kaikkien tutkimuskysymysten keskeisimmät tulokset.

## 6.2 COVID-19-pandemia-ajan rajoitukset voivat olla riski aikuisikäisen normaali- väestön toiminnalliselle tasapainolle erityisesti pitkään jatkuessaan

Opinnäytetyön esioletuksena eli työhypoteesina oli, että toiminnantieteen näkökulmasta COVID-19-pandemia-ajan rajoitukset voivat olla riski aikuisikäisen normaali-  
väestön toiminnalliselle tasapainolle erityisesti pitkään jatkuessaan, ja että ilmiötä mahdollisesti tutkitaan pandemia-aikana. Oletusta tukee aiempi toiminnantieteen tutkimustieto, jota on esitelty opinnäytetyön teoriaosassa (alaluvut 2.4.3 ja 2.4.4, luku 2.5).

Pandemia-aikana rajoitettiin monia toimintaympäristöjä ja rajoitukset vaikuttivat sekä toiminnan tyypeihin että niiden ominaisuuksiin, toteutustapoihin ja merkityksiin (To-Miles ym. 2022). Tutkimusosion B tulokset osoittivat, että pandemia-aika aktivoi toiminnantieteen tutkijat tutkimaan toi-



minnallista tasapainoa väestötasolla useassa eri maassa pandemia-aikana. Lisäksi tutkimusosuu-  
den B tulokset viittasivat siihen, että pandemia-ajan rajoitustoimenpiteillä ei ollut väestötasolla  
merkittäviä välittömiä vaikutuksia aikuisten toiminnalliseen tasapainoon lyhyellä aikajänteellä  
(enintään kaksi kuukautta). Aineiston tutkimuksissa oli kuitenkin tunnistettu monia yksilöityjä riski-  
tekijöitä toiminnalliselle epätasapainolle. Niitä olivat muun muassa negatiivinen itsetunto, opiske-  
lijastatus, hoitovastuu läheisistä, puolison puuttuminen, riittämätön tiedonsaanti ja asuminen pie-  
nessä asunnossa. Merkittävänä yksittäisenä riskitekijänä näyttäytyi useammassa tutkimuksessa  
toiminnallisen tasapainon mittausajankohta ja sen suhde siihen, miten pitkään vastaajan toimin-  
nallisuus oli pandemian vuoksi ollut rajoitettua.

Tutkimuksissa oli tunnistettu viitteitä siitä, että pitkään jatkuessaan toimintaympäristöjen ja toi-  
minnallisuuden rajoittaminen voi haastaa aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallista tasapainoa.  
Katsauksen aineiston tutkimuksista pisimmälle aikavälille ajoittuvan tutkimuksen tuloksissa havait-  
tiin merkittävästi suurempi toiminnallinen epätasapaino Espanjan aikuisväestössä, kun pandemian  
alusta oli kulunut vuosi (Rodríguez-Rivas ym. 2022). Myös toiminnan tavoissa ja rutiineissa oli ta-  
pahtunut väestötasolla muutosta. Toiminnallinen osallistuminen oli vähentynyt, toiminnallisen  
suoriutumisen vaikeudet lisääntyneet ja tyytyväisyys toiminnalliseen suoriutumiseen oli heikenty-  
nyt. (Rodríguez-Rivas ym. 2022.) Tutkimustulokset ovat linjassa pandemia-ajan rajoitusten vaiku-  
tuksista aikuisväestöihin tehtyjen muiden tutkimusten tulosten kanssa (ks. luku 2.2.3).

Toiminta, jonka aiempien tutkimusten perusteella tiedetään edistävän mielenterveyttä, oli suo-  
jaava tekijä pandemiarajoitusten alussa. Vaikutus kuitenkin hiipui tai katosi kun pandemia-aikaa oli  
kestänyt useamman kuukauden ajan. (B4, Ramos ym. 2022.) Pitkään jatkuneet rajoitukset saattoi-  
vat johtaa väestön väsymykseen ja mielialan muutoksiin siten, etteivät tavanomaisesti resilienssiä  
kehittävät toiminnat enää suojanneet tehokkaasti kuten pandemia-ajan alussa tai niitä ei ollut  
mahdollista toteuttaa yksilön hyvinvointia tukevin tavoin pandemiarajoituksista johtuen. Tutki-  
muksissa oli aiempia tutkimuksia vahvistavia havaintoja toiminnallisen tasapainon yhteyksistä mui-  
hin hyvinvointia mittaaviin tekijöihin kuten elämänlaatuun (Sahun ym. 2021).

Toiminnallista tasapainoa oli tutkittu paljon (n=45) pandemia-aikana muutoinkin, kuin vain niissä  
tutkimuksissa, jotka täyttivät tämän kirjallisuuskatsauksen osioiden A ja B sisäänottokriteerit (A  
n=4; B n=7). Tutkimustulokset ovat lähes poikkeuksetta linjassa aiempien tutkimustulosten kanssa.

### **6.3 Pandemia-aikana toimintaterapeutit toteuttivat lukuisissa eri maissa monenlaisia aikuisväestöjen toiminnallista tasapainoa ja hyvinvointia tukevia työn tekoja**

Toisena työhypoteesina oli, että toimintaterapeuteilla on sellaista osaamista, joka voisi auttaa väestöä ylläpitämään toiminnallista tasapainoa ja hyvinvointia pandemia-ajan rajoitusten aikana. Tähän pohjautuen opinnäytetyön tekijä arveli, että jonkinlaisia kontribuutioita asian eteen myös mahdollisesti toteutettiin pandemia-aikana. Oletusta tukee aiempi tieto toimintaterapiasta ja toiminnantieteestä, jota on esitelty opinnäytetyön teoriaosassa (luku 2.4, luku 2.5 ja alaluku 2.2.3).

Tutkimusosion A tulokset osoittivat, että kansainvälisesti tarkasteltuna COVID-19-pandemia-aikana toimintaterapeutit tunnistivat, että rajoitusten aiheuttamat muutokset ihmisten toiminnallisuuden voivat olla riski väestön toiminnalliselle tasapainolle ja hyvinvoinnille, sekä sen, että toimintaterapian keinoin ihmisten hyvinvointia voitaisiin tukea. Tunnistettuun tarpeeseen vastattiin sekä hyvin nopeasti ja laajasti väestöjä tavoitellen (esim. Mynard 2020) että paikallisia yhteisöjä pidemmällä aikavälillä tukevin projektein (mm. Reezadoost 2020; Cleveland 2020; Balakumar & Inman 2020; NOAH: The story continued... COVID-19). Lisäksi kehitettiin verkkopohjaisia koulutustuotteita sekä ajanhallintaa ja toiminnallista tasapainoa tukevia etänä toteutettavia interventioita ja toimintaterapeuttisia ohjelmia. Pandemia-aika aktivoi toimintaterapeutit innovoimaan, toimimaan ja tuomaan asiantuntemustaan esille monin tavoin väestötasolla aikuisten toiminnallisen tasapainon ja hyvinvoinnin tueksi. Kannanotoissa ilmaistiin huoli pandemia-ajan toimintarajoitusten mahdollisista seurannaisvaikutuksista. Huoli oli perusteltua ja linjassa sekä toiminnantieteen että muiden tieteenalojen ajantasaisten tutkimustulosten kanssa (vrt. luku 2.2.3).

Toimintaterapeutit toimivat COVID-19-pandemia-aikana uudenlaisessa tilanteessa, jossa toiminnallisuus ei ollut rajoittunutta vain erityisryhmillä, vaan maailmanlaajuisesti lähes kaikilla ihmisillä tavalla tai toisella. Toimintaterapeuttien projektit, interventiot, koulutukset, kannanotot ja tutkimukset perustuivat arvioituun tarpeeseen ja aiempaan teoreettiseen ja käytännön tietotaitoon. Toimintaterapeuteilla oli näkemys aiempaan tutkimustietoon sekä käytännön kokemukseen perustuen siitä, miten tärkeä tekijä toiminnallinen tasapaino on sen suhteen, miten mielekkäänä elämä koetaan, sekä miten hyväksi terveys koetaan. He tiedostivat, että toiminnallisen epätasapainon ja hyvinvoinnin välillä puolestaan on käänteinen yhteys ja että toiminnallinen epätasapaino voi ilmetä stressinä, aiheuttaa ilottomuutta ja johtaa sairastumiseen. Toimintaterapeutit mukauttivat ja

porrastivat toimintaa ympäristön ja toiminnan analyysin perusteella voidakseen toteuttaa väestöä tukevia interventioita myös poikkeustilanteessa.

Toimintaterapiassa ja toiminnantieteessä painotetaan toimijuutta ja toimintaa inhimillisenä tarpeena. Tutkimus osoitti, että toimintaterapeutit voivat tuottaa pandemia-aikana monenlaisia väestön hyvinvointia tukevia interventioita. Aineisto sisälsi kaksi tapaustutkimusta sekä yhden RCT-tutkimuksen väestön toiminnallista tasapainoa tukevista interventioista. Interventioiden vaikuttavuuden arviointi ei kuitenkaan ollut tämän tutkimuksen tarkoituksena. Sen sijaan opinnäytetyön tutkimuksen välillisenä tavoitteena oli lisätä ymmärrystä toimintaterapian tietotaidon hyödyntämismahdollisuuksista tavanomaista kuntoutustyön kenttää laajemmalla ulottuvuudella. Tutkimuksessa kartoitetut kontribuutiot ovat esimerkkejä toimintaterapeuttien työn teoista, joita toteutettiin ja voidaan toteuttaa jatkossakin aikuisikäisen normaaliväestön terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Lisäksi tutkimusaineistosta tunnistettiin lukuisia monitahoisia kuvauksia toimintaterapeuttien kontribuutiomahdollisuuksista väestön hyvinvoinnin tueksi mikro-, meso- ja makrotasolla (luku 5.1.7).

#### **6.4 Verkostot mahdollistivat sen, että toimintaterapeuttien tuki tavoitti väestön**

Kolmantena työhypoteesina tutkimukselle oli, että voidakseen tukea aikuisikäistä normaaliväestöä pandemiarajoitusten aikana, toimintaterapeuttien oli tehtävä jollain tavoin verkostotyötä, ja että uudenaikaisessa tilanteessa ja uudentyyppisiä kontribuutioita kehitettäessä saattoi syntyä uusia verkostoja. Oletusta tukee aiempi tieto verkottumisesta, jota on esitelty opinnäytetyön teoriaosassa (luku 2.3, luvut 2.4.1 ja 2.4.2).

Tutkimustulokset osoittivat, että toimintaterapeutteja käytännön kontribuutioita toteutettiin sekä olemassa olevia verkostoja ja organisaatiosuhteita hyödyntäen, että uusien verkostojen luomiseen pyrkien. Tuloksista kuvastuu, että toimintaterapeuttien toiminta ja verkostoituminen oli monin paikoin vahvaa paikallisella tasolla (mikro- ja mesotasolla) ja ammatti- ja tieteenalan sisäisesti myös kansainvälisesti (makrotaso). Tutkimuskysymyksiin vastaavaa aineistoa tunnistettiin lukuisista eri maista. Maiden välillä oli eroja sekä pandemia-ajan rajoitustoimenpiteissä että sen suhteen, miten toimintaterapeutit työssään sijoittuvat maan terveydenhuoltojärjestelmään ja sen organisaatioihin ja verkostoihin. Tutkimuksessa tunnistetuissa kannanotoissa kutsuttiin kollegoita

maailmanlaajuisesti verkostotyöhön ja kannustettiin verkostoitumaan myös alan ulkopuolisten tahojen kanssa.

Tutkimustuloksissa oli näyttöä sekä onnistuneesta tiedon jakamisesta ja verkottumisesta että siitä, miten verkostot eivät kehittyneet alkunsa jälkeen toivotusti. Tutkimustuloksissa oli myös tunnistettuja ekosysteemiajattelun elementtejä ja kehkeytyvän ekosysteemin piirteitä.

Tutkimustulokset eivät pysty tyhjentävästi vastaamaan siihen, miten hyvin toimintaterapeuttien väestön tueksi tuottamat kontribuutiot kohteensa tavoittivat. Verkostanalyysien perusteella tutkimuksessa tunnistettiin kuitenkin lukuisia onnistuneita ja kohteensa tavoittaneita väestötason interventioita. Tutkimustulokset viittaavat siihen, että onnistunut verkottuminen ja elävät verkostot voivat olla merkityksellisiä sen suhteen, miten hyvin toimintaterapeuttien väestön toiminnallista tasapainoa tukevat toimet tavoittivat kohderyhmäänsä. Niin ikään verkostotyöllä ja verkostoilla voi olla merkitystä sille, miten alan muut asiantuntijat rohkaistuvat tuomaan omaa asiantuntemustaan esille ja sille, miten ala kehittyy.

## **6.5 Johtopäätösten kooste**

Tutkimusta pandemiarajoitusten ja toiminnallisen tasapainon yhteyksistä sekä interventiotutkimuksia väestön toiminnallisen tasapainon tukemisen keinoista tehtiin samaan aikaan, kuin väestön toiminnallista tasapainoa tukevia muita toimintaterapeuttisia kontribuutioita toteutettiin. Kirjallisuuskatsauksen tutkimustulokset osoittivat, että vaikka tilanne oli uudenlainen, ja kohderyhmänä oli aikuisikäinen normaaliväestö, toteutettujen toimintaterapeuttien kontribuutioiden taustalla oli aiempaa tutkimusnäyttöä, koeteltuja käytännön työtä ohjaavia viitekehyksiä ja käytännön työn kokemusta. Tutkimustulokset myös osoittivat, että täydennyskoulutusta aiheeseen liittyen toteutettiin pandemiakriisin aikana. Lisäksi toimintaterapeutit ottivat kantaa toimintaterapeuttien tietotaidon kuntoutustyötä laajemman hyödyntämisen puolesta ja kuvailivat väestön hyvinvointia edistäviä työn mahdollisuuksia monin tavoin. Tutkimustulosten perusteella verkostoilla ja viestinnällä oli merkitystä sille, miten kontribuutiot tavoittivat kohteensa aikuisväestöissä. Aineiston tutkimusten mukaan COVID-19-pandemia-ajan rajoitukset voivat olla riski aikuisikäisen normaaliväestön toiminnalliselle tasapainolle erityisesti pitkään jatkuessaan.

## 7 Pohdinta

### 7.1.1 Tutkimuksen eettisyys

Tutkimusaiheen valinta on eettinen valinta (Tuomi & Sarajärvi 2018, 153). Ammattieettisten ohjeiden mukaan toimintaterapeutin tulee seurata yhteiskunnallisia muutoksia, ottaa ne huomioon ja niin ikään tehdä omaa ammattialaansa tunnetuksi (Toimintaterapeuttien ammattieettiset ohjeet, 2016). Tutkimuksen aihe oli valittu sekä ammattialan että tutkinto-ohjelman inspiroimana ja aihe on varsin ajankohtainen. Tutkimuksen aihe on myös ajassaan yhteiskunnallisesti ja inhimillisesti merkittävä.

Toimintaterapeuttien tulee edistää maailman terveyttä ja hyvinvointia sekä ennen kaikkea toiminnallisen oikeudenmukaisuuden toteutumista. Toimintaterapeuttien eettinen velvollisuus on pyrkiä edistämään toiminnallisten ihmisoikeuksien toteutumista sekä vähentämään toimintoihin osallistumisen esteitä. Tasa-arvoinen mahdollisuus merkityksellisiin toimintoihin on oikeudenmukaisten ja osallistavien yhteiskuntien perusta. (Right to Access Occupations 2022.)

COVID-19-pandemia-aika oli kompleksinen ja laaja kriisi. Pandemia muutti maailmaa monin tavoin ja pandemiaan liittyneet moninaiset toimenpiteet nostivat esiin voimakkaitakin mielipiteitä ja tunteita. Näin ollen erikseen mainittakoon, että opinnäytetyö ei pyri ottamaan kantaa rajoitustoimenpiteiden tarkoituksenmukaisuuteen. Opinnäytetyön tuloksiin pohjautuen opinnäytetyön tekijä tuo kuitenkin esiin näkemyksensä sen, että ihmisten toiminnallisuus tulisi muistaa merkittävänä hyvinvointitekijänä niin paikallisia kuin väestötason päätöksiä tehtäessä. Opinnäytetyön tekijä myös esittää, että toimintaterapeuteilla olevaa syvällistä ymmärrystä ihmisen toimijuuden fyysisestä, psyykkisestä ja henkisestä merkityksestä ihmiskunnan terveydelle tulisi hyödyntää kuntoutustyötä laajemmissa yhteyksissä. Väestötason hyvinvoinnin ja toimijuuden voivat haastaa tulevaisuudessa virustautiepidemian lisäksi myös esimerkiksi väestöjen ikääntyminen, yhteiskunnallinen eriarvoistuminen, globaalit ympäristöhaasteet ja digitalisaation kehitys.

Tutkimuksen tietoperusta pohjautuu aikaisempaan tietoon. Muita tutkijoita kunnioitettiin viittamalla heidän tuottamiin lähteisiin asianmukaisesti ja JAMK:n ohjeistusta noudattaen. Opinnäytetyön tekijä tallensi käyttämiensä lähteiden viitetiedot koko opinnäytetyön prosessin ajalta. Vain aihe-ehdotuksessa tai opinnäytetyön suunnitelmassa käytetyt lähteet on poistettu varsinaisen

opinnäytetyöraportin lähdeluettelosta, ja lopullisen raportin lähdeviittaukset on tarkistettu. (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa 2012, 6–7; Liukko & Perttula 2021.)

Opinnäytetyön raportissa olevat väittämät perusteltiin luotettavin lähtein, ja tutkijan oma pohdinta tai mielipiteet ovat erotettavissa. Suositellun passiivimuodon käyttäminen koettiin kuitenkin tälle toisinaan kielelliseksi ja osin myös eettiseksi haasteeksi. Suomen kielen passiivimuoto häivyttää tekijän eikä siitä voi päätellä oliko tekijöitä yksi vai useampi (Viertiö 2000). Passiivimuotoisen tekstin luoma mielikuva on ristiriidassa todellisuuden kanssa. Opinnäytetyön on tehnyt ohjaajiensa tuella se opiskelija, jonka nimi on kansilehdellä ja tiivistelmän alussa. Tietoperusta kehittyi opinnäytetyön raporttiin otsikoin jäsennellyksi synteiseksi opinnäytetyön tekijän tiedonhaun, lukemisen, analyysin, valintojen ja kirjoittamisen tuloksena. Myös tutkimuksen tulokset ovat tutkijan tuottamia erilaisten valintojen, päätösten ja tekojen kautta. Passiivimuodon käyttäminen ei tee tuotetusta tiedosta objektiivisempää kuin mihin opinnäytetyön tekijä on toimintaprosessissaan kyennyt. Verbin pääluokkien ja aikamuotojen vapaampi käyttö vähentäisi tulkintavaikeuksia, kun tutkijan mielipiteet, valinnat ja vastuut olisivat sujuvammin ja selkeämmin ilmaistavissa.

Tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmät valittiin siten, että ne ovat eettisesti kestäviä ja tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia. Tutkimuslupaa ei kirjallisuuskatsauksen aineiston keräämiseen tarvita. Tutkimus- ja arviointimenetelmien valinnassa ja käytössä otettiin huomioon myös rajoitteet tutkijan osaamisessa (ks. myös 7.1.2 Tutkimuksen luotettavuus). Aineiston keruussa ja sen analyysissä, tulosten tallentamisessa, arvioinnissa ja esittämisessä toimittiin rehellisesti ja huolellisesti. Tutkimuksen toteutuksen vaiheet raportoitiin samassa järjestyksessä, kuin ne käytännössä toteutettiin. (Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa 2019, 18; Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa 2012, 6–7.)

Rahoituslähteitä tai tutkimukseen vaikuttavia ulkopuolisia tahoja ei ollut eikä tutkimus tuottanut tekijälleen epäeettistä tahi muutakaan pääomaa tai hyödykettä. (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa 2012, 6–7.)

Valmis opinnäytetyö esitettiin opinnäytetyöprotokollan mukaisesti opinnäytetyöseminaarissa. Lisäksi opinnäytetyön tekijä pyysi julkaisuvaiheessa vertaisoppoinnin toiselta verkostojohtamisen opiskelijalta. Laajemmin kritiikki mahdollistettiin opinnäytteen julkaisemisella avoimessa verkossa Theseus-tietokannassa Jyväskylän ammattikorkeakoulun suosituksen mukaisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 148–149; Kunnela 2022a.) Tekijän yhteystiedot annettiin julkaisun yhteydessä, jotta kenen tahansa on mahdollista tiedustella lisätietoja opinnäytteen toteuttamiseen, sen eettisiin valintoihin sekä käytäntöihin liittyen. (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa 2012, 6–7.)

### 7.1.2 Tutkimuksen luotettavuus

Varsinaisista tutkimuskysymyksistä pyrittiin tekemään selkeitä ja yksiselitteisiä, jotta katsauksen laajuus olisi rajattavissa ja hakustrategia olisi selkeä. Koska tutkimus kohdentui varsin ajankohtaiseen ja emergenttiin ilmiöön, haluttiin tutkimuskysymykset ja hakustrategia pitää riittävän laajoina, jotta tavoitettaisiin riittävä ja olennainen tutkimusaineisto. Käsitteiden määritelmät ja niiden perusteita avattiin teoriaosan lisäksi käsitesanastolla. Katsauksen tekemisen avuksi tutkimuskysymys B3 esitettiin myös PICO -asetelman mukaisesti. (JBI: Arviointikriteerit järjestelmälliselle katsaukselle 2018.)

Niela-Vilén ja Hamari (2016, 24) tähdentävät Aveyardiin (2007) ja Magareyhin (2001) viitaten, että kun tutkija tunnistaa ennako-oletuksiaan jo suunnitelmavaiheessa, on itse kirjallisuuskatsauksen toteuttamiseen ja aineiston analyysiin mahdollista suhtautua neutraalimmin. Opinnäytetyön tekijä tunnsti ennako-oletuksiaan ja toi ne esille avoimesti raportin kaikissa vaiheissa johdannossa kuvatuista esioletuksista eli työhypoteeseista alkaen. Vaikka ennako-oletuksena tunnistettiin, että pandemia-ajan rajoitukset ovat vaikuttaneet laajasti ihmisten toiminnalliseen tasapainoon, ja että vaikutukset ovat todennäköisesti olleet toiminnallista tasapainoa horjuttavia ja heikentäviä, oli opinnäytetyön tekijällä kuitenkin myös ymmärrys siitä, että toiminnallisen tasapainon kokemus on yksilöllistä. Niin ikään opinnäytetyön tekijä oli tietoinen siitä, että pandemia-ajan rajoitustoimenpiteet ovat vaihdelleet ja vaikuttaneet ihmisten arkeen monin eri tavoin, ja että näin ollen rajoitusaika on saattanut joillakin henkilöillä myös parantaa toiminnallista tasapainoa. Taustaymmärryksenä oli myös, että pandemia-aika on saattanut muuttaa niin ihmisten suhtautumista toiminnalliseen tasapainoon, arjen toimintoihin ja niiden toimintaympäristöihin kuin elämänarvoja ylipäätään. (Niela-Vilén & Hamari 2016, 24.)

Kattavan hakustrategian avulla pyrittiin tunnistamaan mahdollisimman laajasti saatavilla oleva tutkimuskysymyksiin vastaava aineisto. Aineistonkeruuprosessi ja hyväksytyt aineisto kuvattiin kattavasti, jotta lukija pystyisi arvioimaan, vastaavatko ne määritellyt kriteerit ja soveltuvatko ne katsauksen kysymyksiin. Niin ikään avoimella katsauksen eri vaiheiden kuvauksella pyrittiin varmistamaan, että lukija pystyy arvioimaan, onko käytettyjen tietolähteiden määrä riittävä tutkimuskysymyksiin nähden. (JBI: Arviointikriteerit järjestelmälliselle katsaukselle 2018; Tiedonhaun opas 2022; Isojärvi 2017.)

Sisääntulo- ja poissulkukriteerit sekä valittu aineisto ja sen laadun arviointi kuvattiin raporttiin laajasti ja tarkoin lähdeviittein, jotta menetelmällinen laatu on osoitettavissa eikä aineiston katsotaisi perustuvan vain tutkijan omiin preferensseihin. Valkeapää (2015, 59) korostaa viitaten Khan ym. (2003), CRD (2008) ja Higgins & Green (2011), että juuri tarkkojen ja määritellyjen mukaanotokriteerien avulla vältetään tutkimusten suosiollista valintaa. Kattava hakustrategia vähentää julkaisuharhan vaikutusta katsauksen tuloksiin (JBI: Arviointikriteerit järjestelmälliselle katsaukselle 2018). Hakustrategia takasikin kansainvälisen ja laajan aineiston. Koska hakustrategian mukaisessa varsinaisessa haussa, eikä sitä edeltäneessä pitkän aikavälin aiheen seurannassa, tavoitettu lainkaan aineistoa Pohjoismaista, tehtiin alan tärkeimpiin pohjoismaisiin julkaisuihin vielä erillishaku. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy* ja *Toimintaterapeutti* -lehtien vuosikerrat 2020, 2021 ja 2022 käytiin manuaalisesti läpi. Todettiin, että em. lehdissä ei ollut tutkimukseen soveltuvaa aineistoa. (Valkeapää 2015, 59; JBI: Arviointikriteerit järjestelmälliselle katsaukselle 2018.)

Tutkimuksen luotettavuuden heikkoutena voidaan pitää, että katsauksen teki vain yksi tutkija. Sekä aineiston keruuvaiheen että analyysissä erityisesti tietojen uuttamisvaiheen harhaa ja systemaattisia virheitä voidaan vähentää toteuttamalla ne vähintään kahden henkilön toimesta, itsenäisesti toisista erillään (JBI: Arviointikriteerit järjestelmälliselle katsaukselle 2018). Koska tämä ei opinnäytetyötä toteutettaessa ollut mahdollista, piti tekijä erityisen tärkeänä kaikkien vaiheiden ja aineistojen kattavaa kuvausta – silläkin uhalla, että se pidentäisi kirjallista raporttia. Hakustrategian tarkoituksenmukaisuus varmistettiin pyytämällä informaatikon näkemys sille, ovatko suunnitellut haussa käytettävät rajaukset asianmukaisia ja perusteltuja. Informaatikon arviota pyydettiin myös hyödynnettävien elektronisten tietokantojen asianmukaisuudesta. Informaatikko Kunnelan asiantuntemus oli erinomainen lisä myös sen hahmottamiseksi, kuinka suuret viitetietokannat ja elektroniset hakupalvelut ja -alustat poikkeavat toisistaan toimintaperiaatteiltaan, sekä mikä on



niiden kattavuus JAMK:in lisensseillä tutkimuksen kannalta oleellisten julkaisujen suhteen. (JBI: Arviointikriteerit järjestelmälliselle katsaukselle 2018; Kunnela 2022b.)

Katsaukseen valittu aineisto arvioitiin käyttäen Hoitotyön tutkimussäätiön suomentamia JBI:n kriittisen arvioinnin tarkistuslistoja. Tässä tutkimuksessa ensisijaisena tavoitteena ei ollut arvioida näytön vaikuttavuuden vahvuustasoa. Aineistona olleiden tutkimusten menetelmällistä laatua ja otoskokoja kuitenkin arvioitiin, ja tutkimustulosten merkitystä tarkasteltiin suhteessa tutkimuskysymyksiin, muihin tutkimuksiin ja opinnäytetyön teoriaosaan. Kuvaus käytetyistä lomakkeista, sekä aineistosta tehdyt tärkeimmät huomiot poikkeamista kriteerien toteumassa, raportoitiin. Lukija pystyy näin arvioimaan käytettyjen arviointilomakkeiden soveltuvuutta sekä suhteessa katsauksen tutkimuskysymyksiin että aineistokappaleen (tutkimus)tyyppiin. Opinnäytetyön tekijä ei ole käynyt instituutin järjestelmällisten katsausten koulutusta (CRS, Comprehensive Systematic Review), mutta on perehtynyt arviointikriteeristöihin ja niiden käyttöön opintoihin kuuluneella laadullisen tutkimuksen kurssilla. Asianmukaisten lähdeviitteiden lisäksi opinnäytetyön liitteeksi (liite 6) koottiin linkit, joista käytetyt lomakkeet sekä lomakkeiden selosteosat ovat saatavilla. (JBI: Arviointikriteerit järjestelmälliselle katsaukselle 2018.)

Opinnäytetyön raportissa on kuvattu aineiston analyysia ohjanneet prosessikuvaukset ja uuttamisvaiheen prosessi käytännössä. Aineisto oli englanninkielistä, ja kääntäminen tunnistettiin luotettavuusriskiksi. Analyysi tehtiin mahdollisimman pitkälle alkuperäiskielellä, ja vasta päätulokset käännettiin suomeksi. Aineistoon palattiin analyysin ja raportin kirjoittamisen vaiheissa lukuisia kertoja tulosten, johtopäätösten ja käännösten oikeellisuuden varmistamiseksi. (JBI: Arviointikriteerit järjestelmälliselle katsaukselle 2018.)

Niela-Vilénin ja Kauhasen (2015, 24) mukaan Aveyardin (2007) näkemys on, että tutkijan aito kiinnostus valittuun aiheeseen vahvistaa motivaatiota saattaa katsausprosessi loppuun saakka. Tässä opinnäytetyössä vahva kiinnostuneisuus aiheeseen vahvisti ennen kaikkea aineiston A kattavuutta. Molempien tutkimusosoiden aineistojen arvioitiin olevan riittävän laajat tutkimuskysymyksiin vastaamiseksi. (Niela-Vilén & Kauhanen 2015, 24.)

Opinnäytetyötason tutkimuksen rajoitteet ja aloittelevan tutkijan osaamisen haasteet tiedostettiin tutkimusta tehtäessä. Tutkimuksen tekemisen merkittävänä käytännön haasteena oli rauhallisen ja häiriöttömän tilan (ja ajan) järjestyminen tekijän elämäntilanteen, asumis- ja työjärjestelyiden sekä pandemiarajoitusten vuoksi. Häiriöttömän tilan puute vaikutti ennen kaikkea tutkimussuunnitelman kirjoittamisvaiheeseen. Opinnäytetyön prosessin kaikissa vaiheissa oli käytävissä ohjaavan opettajan tuki ja huomiot. (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa 2012, 6–7; JBI: Arviointikriteerit järjestelmälliselle katsaukselle 2018.)

Tutkimuksessa ei pyritty yleistettävyyteen eikä kontribuutioiden tai tutkimustiedon näytön vahvuusasteen arvioon. Tutkimustehtävänä oli kartoittaa ja kuvailla valittua ilmiötä kolmesta eri näkökulmasta. Tutkimusote vastaa kysymyksenasetteluun ja tulokset kuvaavat realistisesti aineistolähdeitä.

### **7.1.3 Tutkimuksen hyödynnettävyys**

Tutkimuksen aihe oli sekä ajankohtainen että tärkeä. Pandemia-ajan toiminnallisuuden häiriö on arjen tasolla koskettanut kaikkia. Opinnäyte tuotti arvioivan yhteenvedon kautta monitahoisen kuvauksen aikuisväestöjen toiminnallisesta tasapainosta pandemiarajoitusten aikana. Opinnäytetyöhön koostetusta tiedosta sekä toiminnallisen tasapainon tukemisen keinoista voi hyötyä kuka tahansa hyvinvoinnistaan tai läheisten hyvinvoinnin tukemisesta kiinnostunut. Aineiston lähdeviitteet ovat muusta lähdeluettelosta erillään, jotta lisätiedot kontribuutioiden tarkemmista sisällöistä olisivat helposti tavoitettavissa. Aineistosta on saatavilla runsaasti lisätietoa toiminnallisen tasapainon tukemisen käytännön keinoista.

Opinnäytetyö on toimintaterapia-alan kannalta mielenkiintoinen, koska se tarkasteli toiminnantieteen ja toimintaterapian kontribuutioita uudenaikaisessa tilanteessa ja väestötasolla. Opinnäytetyö toi näkyväksi sekä ammattialan kehittymismahdollisuuksia että kutsuu pohtimaan toimintaterapeuttien tietotaidon hyödyntämismahdollisuuksia tavanomaisia työtehtäviä ja -positioita laajemmin.

Ottamalla tutkimuksen tarkastelunäkökulmaksi myös verkostot, tuotiin esille sitä, millä tavoin verkostot ovat yhteydessä toimintaterapia-alan kehittymiseen. Rohkea ja innovatiivinenkin verkosto-

työ lienee käytännön välttämättömyys, jos halutaan että toiminnantieteen ja toimintaterapian tietotaito olisi hyödynnettävissä ammatti- ja tieteenalojen rajat ylittävissä ympäristöissä. Opinnäytetyön teoriaosuus sekä tutkimustulokset tarjoavat myös monipuolisesti perustietoa verkostotyöstä ja verkostojen kehittämisestä kiinnostuneille. Tutkimus kannustaa kehittämään eri tieteen- ja käytännöalojen asiantuntijoiden välistä keskustelua ja verkostoyhteistyötä.

#### **7.1.4 Jatkotutkimus- ja kehittämisehdotukset**

Toiminnallisen tasapainon ja pandemiarajoitusten yhteyksistä tarvitaan pidemmän aikajänteen tutkimusta. Myös monitieteiset tutkimukset ja laajempi integratiivinen kirjallisuuskatsaus voisivat antaa tärkeää lisätietoa ilmiöstä. Koostettu tieto olisi arvokasta yksilöiden, yhteisöjen ja yhteiskuntien kriisistä toipumiselle, mutta myös mahdollisissa tulevilla globaaleissa haasteissa näyttöön perustuvien päätösten ja toimintalinjausten pohjaksi (ks. Laatikainen ym. 2020; Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030: Valtioneuvoston periaatepäätös 2021; Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030: Toimeenpanosuunnitelma 2021). Verkostojen merkityksen ymmärtäminen ja niiden aktiivinen hyödyntäminen on puolestaan oleellista sille, että tieto tavoittaa myös päätösten tekijät (ks. esim. Tiedeneuvonnasta tiedevälittämiseen 2021).

Tässä tutkimuksessa keskityttiin tarkastelemaan aikuisikäisen normaaliväestön toiminnallista tasapainoa. Kuitenkin tiedetään, että pandemia-aikanakin haavoittuvimmassa asemassa olivat erityisryhmät (Everyone Included: Social Impact of COVID-19 n.d.). Kaikkien ihmisten, erityisryhmiin kuuluvienkin, toiminnallisten oikeuksien toteutumisen ja toiminnallisen tasapainon tuen varmistaminen on syytä muistaa nyt ja jatkossa (Occupational Therapy and Human Rights 2019; Public Statement: Right to Access Occupations 2022).

Tutkimuskysymyksiin vastaavia pohjoismaisia lähteitä ei aineistoihin tunnistettu erikseen toteutulla manuaalisella haullakaan. Syitä tälle ei tämän opinnäytetyön puitteissa lähdetä arvailemaan, mutta asia pohditutti opinnäytetyön tekijää ja aiheen kartoittaminen voisi olla jatkotutkimuksikin sopiva.

Tutkimuksen käytännön kontribuutioita kartoittava aineisto oli laaja, mutta esimerkiksi sosiaalisessa mediassa toteutettuja kontribuutioita ei tässä tutkimuksessa kartoitettu. Rajaus oli välttämä-

töntä tehdä muun muassa sosiaalisen median aineistojen käyttöön liittyvien monitahoisten eettisten aspektien vuoksi (Kosonen, Laaksonen, Terkamo-Moisio & Rydenfelt 2018, 117–124). Pandemiarajoitusten ja toiminnallisuuden yhteyksiä tutkivia sosiaalista mediaa hyödyntäviä tutkimuksia toiminnantieteessä tehtiin kuitenkin tiettävästi ainakin yksi. Donnelly, Fukumura ja Richter (2022) tutkivat pandemia-aikana COVID-19-kokemuksia analysoimalla YouTuben parodiavideoita. He tunnustivat viisi toiminnallisuuden häiriöön (occupational disruption) liittyvää polariteettista teemaa. Teemat olivat: 1) vanhat normit vs. uusi normaali, 2) laajennettu aika vs. tiivistynyt aika, 3) kontrollin etsiminen vs. kontrollin puute, 4) sosiaalinen eristäytyminen vs. liiallinen sosialisatio ja 5) kynnisyys vs. toivo. Tutkimuksen tulokset osoittivat monimutkaisia yhteyksiä aikaisempien tapojen ja rutiinien välillä, sekä toiminnallisuuden, toimintatapojen ja toimintojen merkityksien muuttumista sosiaalisissa, taloudellisissa ja fyysisissä yhteyksissä. Sosiaalisen median rohkeasti tieteellisen tiedon hankkimiseen valjastaneet tutkijat kuitenkin hekin tähdensivät tutkimusartikkelissaan, että digitaalisen sisällön tutkimisessa on edelleen merkittäviä metodologisia ja eettisiä haasteita. (Kosonen ym. 2018, 117–124; Donnelly ym. 2022, 417–429.)

Mikäli tutkimuseettiset haasteet olisivat ratkaistavissa, voisi netnografisen tutkimuksen keinoin saada myös hyvin oleellista lisätietoa opinnäytetyön kohdeilmioistä ja/tai alan ammatillisista verkostoista ja verkostoitumisesta. Virtuaalimaailmaan muodostuneet ryhmät ja online-yhteisöt eroavat paikallisyhteisöistä ja ovat nyky maailmassa väistämättä osa toimintaympäristöämme ja verkottumista. Siksi ei ole eettisesti kestävää myöskään jättää sitä tutkimatta.

Kiinnostava ja merkityksellinen jatkotutkimusaihe olisi myös se, miten toiminnallinen tasapaino palautuu rajoitusten päätyttyä / päättyessä. Jäikö kokemuksesta uudenslaisia totuttuja tapoja, rutiineja, ajatusmalleja tai kulttuuriin vaikuttaneita asenteita? Millä tavoin toimintojen harmonisointumista voidaan tukea koronakriisin jälkeen eri (mikro-, meso- ja makro-) tasoilla? Tämän opinnäytetyön tutkimukseen liittyen olisi myös kiinnostavaa tietää, miten hyvin toiminnallisen tasapainon tukemisen vinkkejä sisältäneet verkkosivut ja muut verkossa julkaistut tietopaketit käytännössä tavoittivat kohdeyleisöään tai miten verkostot muotoutuivat ja toimivat pandemia-ajan akuuttivaiheen jälkeen.

Tämän opinnäytetyön tutkimustuloksissa esitelty ja laajalle levinnyt opas ”Normal life has been disrupted: a guide for managing disruption to occupational participation” sai pandemian myöhemässä vaiheessa jatkukseen sisaroppaan ”The New Normal: Navigating Everyday Life During COVID-19” samalta tekijältä (Mynard 2020b). Opas kehottaa pohdiskelemaan toiminnallisuuden eri puolia auttaakseen ”räätälöimään sinulle sopivan uuden normaalin” eli tasapainoisen, mielekkään ja hyvinvointia tukevan arjen. (Mynard 2020b)

Tämä opinnäytetyö pyrkii osaltaan pienimuotoisesti edistämään vinkkien ja tiedon jalkautumista. Käytännön kehittämistyönä opinnäytetyön pohjalta on suunnitteilla toteuttaa moniammatillinen koulutus- tai keskustelutilaisuus opinnäytetyöntekijän yhteistyökonsernissa ja kirjoittaa tuloksia tiiviimmin esittelevät artikkelit. Tutkimuksen tekeminen inspiroi opinnäytetyön tekijää ideoimaan ja koostamaan jatkossakin tietopaketteja tai koulutuksia eri aiheista kirjallisuuskatsauksiin pohjautuen.

Kehittämisehdotuksena myös esitetään, että tämän opinnäytetyön tutkimuksen tuloksia esittelevässä alaluvussa 5.1.8 mainittuja mahdollisia toimintaterapeuttien kontribuutioita tuotteistettaisiin palvelumuotoilun keinoin kunkin yhteisön ja yhteiskunnan tarpeet ja konteksti huomioiden.

Verkostoihin liittyen jatkokehittämisideana vielä lopuksi esitetään, että toimintaterapia-alalla pohdittaisiin mikro-, meso- ja makrotasoilla koordinoitusti, mitä kaikkea ammattikunnan verkostojen tulisi tehdä, että ne herättäisivät myös laajempaa kiinnostusta. Mitä toimintaterapia-alan verkostot tarvitsevat, että ne pysyisivät elävinä ja kehittyvinä? Kuinka toimintaterapeutit viestisivät asiantuntemuksestaan selkeästi? Mikä tekee verkostojen olemassaolosta jatkossakin merkityksellisen niin toimintaterapeuteille, toiminnantieteen tutkijoille kuin muulle väestöllekin?

### **7.1.5 Vielä toimintaterapian ja toiminnantieteen näkökulmasta verkostoihin**

Toimintaterapian ja toiminnantieteen näkökulmista on tarkasteltu johtajuutta ja johtamisen teorioita (Dunbar & Winston 2015), mutta verkostoja, verkostojohtamista ja verkostotyötä on tutkittu ja tarkasteltu alan näkökulmasta suhteellisen vähän. Toiminnantieteen teoriat ja toimintaterapiassa käytettävät viitekehykset ja mallit ottavat monipuolisesti huomioon sekä yksilöön että toimintaan ja ympäristöön vaikuttavat tekijät, mukaan lukien asenteet, roolit ja tottumukset. Täten verkostojen ja verkostotyön tarkastelu niiden pohjalta voisi olla varsin hedelmällistä.

Toiminnantieteen tutkijat Park, Lawlor, Solomon ja Valente kuvaavat (2020), miten sosiaalisten verkostojen analyysin teorioiden ja metodologioiden omaksuminen voisi täydentää ja laajentaa toiminnantieteen näkemyksiä – ja puolestaan toiminnantieteen näkemyksillä ja teorioilla voisi olla merkittävää antia sosiaalisten verkostojen analyysiin. Sosiaalisten verkostojen analyysi (engl. social network analysis, SNA) on teoreettinen näkökulma, johon liittyy joukko menetelmiä. Parkin ja muiden mukaan sosiaalisten verkostojen analyysin ja toiminnantieteen lähestymistapojen yhdistäminen, voisi tuottaa merkittäviä vaikutuksia ja hyötyjä sekä toiminnantieteeseen että yhteiskuntatieteisiin, jotka käyttävät sosiaalisten verkostojen analyysiä.

SNA:n ja toiminnantieteen lähentyminen voisi mahdollistaa verkostomaista työskentelyä yli ammattirajojen. Tarjoamalla metodologisia lähestymistapoja, jotka täydentävät sosiaalisten verkostojen rakenteellista näkemystä, SNA-mittaukset ja matemaattinen terminologia voisi tehokkaasti yhdistää monimutkaisia tulkintakehyksiä, joita käytetään toiminnantieteessä ymmärtämään toiminnallista sitoutumista (occupational engagement). SNA tarjoaa joukon työkaluja, joiden avulla voidaan kvantitatiivisesti käsitellä ja mahdollisesti yhtenäistää toiminnantieteen näkemyksiä ja tutkimustuloksia. SNA:n metodologiset lähestymistavat ja verkkotiedot tarjoavat yleensä syvällisen kuvan yhteisöistä, organisaatioista, asetuksista ja järjestelmistä visualisoinnin, matemaattisten algoritmien ja laskennan avulla. SNA voisi myös tarjota muiden alojen kanssa yhteiset termit yhteiskunnallisille ilmiöille toiminnantieteen tutkimuksessa, vaikka ne nojautuisivat erilaisiin teoreettisiin kehyksiin, ja joilla on joskus ristiriitainen paradigmaattinen alkuperä. (Park ym. 2020.)

Toiminnantiede puolestaan voisi vaikuttaa merkittävästi sosiaalisten verkostojen analysointien ymmärrykseen siitä, miten ihmisten tekemisen merkitys tai toiminnan merkityksellisyys edistää sosiaalisten verkostojen kehitystä ja kestävyttä. Toiminnantieteen tutkijoiden näkemys puolestaan tuo ainutlaatuisena lisänä SNA-teoriaan ymmärryksen toiminnallisesta sitoutumisesta ja toiminnan merkityksistä. Esimerkiksi kolme ensisijaista mekanismia, jotka ohjaavat siteen muodostumista SNA-terminologiassa, ovat homofiilia (mieltymys samankaltaisuutta kohtaan), transitiivisuus (sulkeutuminen) ja suosio. (Park ym. 2020.)

Homofiilia ohjaa verkoston valintaa. Ihmiset solmivat todennäköisemmin suhteita muiden kaltaistensa kanssa sekä demografisten (esim. sukupuoli, etninen tausta, uskonto) että käyttäytymisominaisuuksien (tupakan käyttö, äänestysmielitymykset, ehkäisymenetelmät) perusteella, kun taas

halu sulkeutua (eli ihmiset ystäväystyvät ystäviensä ystävien kanssa) motivoi usein kenen kanssa valitsemme ystäviä. Lisäksi suhteiden muodostumista voivat motivoida myös etuuskohteluun liittyvät kiintymykset, eli suosituista ihmisistä tulee suositumpia. (Park ym. 2020.)

Vaikka kaikki kolme mekanismia ovat luonteeltaan rakenteellisia ja johdettu olemassa olevista verkostomalleista, **mikään niistä ei tuota luotettavaa tietoa, kun keskitytään siihen, mitä ihmiset todellisuudessa tekevät jokapäiväisessä elämässään.** Sosiaalisista kytkennöistä voitaisiin luultavasti tarjota monitahoisempi kuva yhdistämällä toiminnantieteen ja verkostoanalyysin näkemykset. Voidaan väittää, että tärkeitä yhteyden muotoja ei voi esiintyä ilman jonkinlaista toimintaa, jolla on toimijoille merkitystä, olipa kyseessä sitten todellinen, kuviteltu tai virtuaalinen maailma. Toiminnantieteen teoreettisten viitekehysten runsas monimuotoisuus ja sen keskittyminen merkitykseen voisi tarjota perustietoa toiminnallisen sitoutumisen ja yhteyksien välisestä suhteesta kahdenvälisellä, perheellisellä, yhteiskunnallisella, kulttuurisella ja globaalilla tasolla. SNA:n lisääntyvä näkyvyys sovellettavien yhteiskuntatieteiden monimenetelmällisessä tutkimuksessa voisi puolestaan tehokkaasti laajentaa toiminnantieteen yleisöä ja mahdollistaa toiminnantieteellisten näkemysten ja ymmärryksen selittämistä muille tieteenaloille. (Park ym. 2020.)

## Lähteet

100 Social Media Statistics You Must Know In 2022. 2021. Statusbrew:n verkkosivut. Julkaistu 9.12.2021. Viitattu 30.10.2022. <https://statusbrew.com/insights/social-media-statistics/#social-media-usage-statistics>.

Aatinen, A. 2020. Päätäjille helpotusta koronatiedon tulvaan 2020. Tampereen yliopiston verkkosivut. Julkaistu 14.9.2020. Tampereen yliopisto. Viitattu 9.10.2022. <https://www.tuni.fi/fi/ajankoh-taista/paattajille-helputusta-koronatiedon-tulvaan>.

Abe, T., Nofuji, Y., Seino, S., Hata, T., Narita, M., Yokoyama, Y., Amano, H., Kitamura, A., Shinkai, S., Fujiwara, Y. 2022. Physical, social, and dietary behavioral changes during the COVID-19 crisis and their effects on functional capacity in older adults. *Archives of Gerontology and Geriatrics* 101: 104708. July-August 2022; Available online 21 April 2022. <https://doi.org/10.1016/j.arch-ger.2022.104708>.

About occupational therapy. WFOT, World Federation of Occupational Therapists. Viitattu 3.9.2022. <https://wfot.org/about/about-occupational-therapy>

Adams-Prassl, A., Boneva, T., Golin, M., Rauh, C. 2022. The impact of the coronavirus lockdown on mental health: evidence from the United States. *Economic Policy*, vol.37, Issue 109, January 2022, Pages 139–155. <https://doi.org/10.1093/epolic/eiac002>.

Altindag, O, Erten, B. & Keskin, P. 2021. Mental Health Costs of Lockdowns: Evidence from Age-specific Curfews in Turkey. *American Economic Journal: Applied Economics*, April 6, 2021. <https://cssh.northeastern.edu/economics/2021/04/09/paper-by-bilge-erten-on-mental-health-costs-of-lockdowns/>.

Anaby D.R., Backman C.L., Jarus T. 2010. Measuring occupational balance: a theoretical exploration of two approaches. *Can J Occup Ther.* 2010; 77(5):280–8. <https://doi.org/10.2182/cjot.2010.77.5.4>.

Backman, Catherine. 2004. Occupational Balance: Exploring the Relationships among Daily Occupations and Their Influence on Well-Being. *Canadian journal of occupational therapy. Revue canadienne d'ergothérapie.* 71. 202–9.

Balsler, A., O'Brien, S. P., & Wittman, P. 2020. Doing it right: OT meeting population needs with COVID-19. *The Open Journal of Occupational Therapy*, 8(4), 1–6.

Baum, C. M., Christiansen, C. H., & Bass, J. D. 2015. The Person-Environment-Occupation- Performance (PEOP) model. In C. H. Christiansen, C. M. Baum, & J. D. Bass (Eds.), *Occupational therapy: Performance, participation, and well-being* (4th ed., pp. 49–56). Thorofare, NJ: SLACK Incorporated.



Bazyk, S. 2022. Occupational Therapy: Promoting Participation in Occupation. <https://s3.us-east-2.amazonaws.com/s3.everymomentcounts.com/wp-content/uploads/2022/05/03200324/FINAL>

Bejerholm U. 2010. Occupational balance in people with schizophrenia. *Occupational Therapy in Mental Health*. 2010; 26(1):1–17.

Bodell S. & Hook A. 2011. Using Facebook for Professional Networking: A Modern-Day Essential. *British Journal of Occupational Therapy*. 2011;74(12):588–590. doi:10.4276/030802211X13232584581533.

Bolíbar, M. 2016. Macro, meso, micro: Broadening the ‘social’ of social network analysis with a mixed methods approach. *Quality & Quantity*, 50(5), 2217–2236.

Brown, T. 2021. The response to COVID-19: Occupational resilience and the resilience of daily occupations in action. *Australian Occupational Therapy Journal*.

Calhoun, A.D. 2021. The development and future of occupational science: A budding occupational scientist’s reflections and assertions about the discipline, *Journal of Occupational Science*, 28:2, 193–207, DOI: 10.1080/14427591.2020.1801492.

Casagrande, M., Favieri, F., Tambelli, R. & Forte, G. 2020. The enemy who sealed the world: effects quarantine due to COVID-19 on sleep quality, anxiety and psychological distress in the Italian population. *Sleep Medicine* 75, 12–20.

Chai, E. T., Aparicio, S., Wang, S. 2020. Occupational Therapy Now -lehti. July/august 2020, volume 22, 4. Special Issue: Better together: Occupational Therapy and Multiprofessional Practice. s. 19. [https://caot.ca/uploaded/web/otnow/OT%20Now\\_JULY\\_20.pdf](https://caot.ca/uploaded/web/otnow/OT%20Now_JULY_20.pdf).

Chu, A. M., Chan, T. W., & So, M. K. 2022. Learning from work-from-home issues during the COVID-19 pandemic: Balance speaks louder than words. *Plos one*, 17(1), e0261969. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0261969>.

Clark F. 1997. Reflections on the human as an occupational being: Biological need, tempo and temporality. *Journal of Occupational Science*, 1997; 4:3, 86–92. <http://dx.doi.org/10.1080/14427591.1997.9686424>.

Clark F.A, Parham D., Carlson M.E., Frank G., Jackson J., Pierce D., Wolfe R.J., Zemke R. 1991. Occupational science: academic innovation in the service of occupational therapy's future. *Am J Occup Ther*. 1991 Apr;45(4):300–10. doi: 10.5014/ajot.45.4.300. PMID: 2035601.

Cornelius, T., DiGiovanni, A., Scott, A. W., & Bolger, N. 2022. COVID-19 distress and interdependence of daily emotional intimacy, physical intimacy, and loneliness in cohabiting couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 0(0). First Published June 2, 2022. <https://doi.org/10.1177/02654075221106391>.

Coughlan, M., Cronin, P. & Ryan, F. 2013. Doing a literature review in nursing, health and social care. London: SAGE Publications Ltd.

COVID-19-tutkimuskatsaus 2022. 2022. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminta Tieto käyttöön verkkosivut. Viitattu 30.9.2022. Kaikki COVID-19-tutkimuskatsaukset ovat saatavilla osoitteesta <https://tietokayttoon.fi/covid19-tutkimuskatsaukset>.

Cruyt, E., De Vriendt, P., De Letter, M., Vlerick, P., Calders, P., De Pauw, R., ... & Van de Velde, D. 2021. Meaningful activities during COVID-19 lockdown and association with mental health in Belgian adults. *BMC Public Health*, 21(1), 1–15.

Dale R, Budimir S, Probst T, Stippl P, Pieh C. 2021. Mental Health during the COVID-19 Lockdown over the Christmas Period in Austria and the Effects of Sociodemographic and Lifestyle Factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021; 18(7):3679. (Published April 1, 2021). <https://doi.org/10.3390/ijerph18073679>.

Dhas, B. & Wagman, P. 2022. Occupational balance from a clinical perspective. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*. 29:5, 373–379.

Definitions of Occupational Therapy form Member Organisations 2010. 2018. World Federation of Occupational Therapists (WFOT). Viitattu 30.10.2022. <https://www.wfot.org/resources/definitions-of-occupational-therapy-from-member-organisations>.

Deryugina, T., Shurchkov, O., Stearns, J. 2022. Public School Access or Stay-at-Home Partner: Factors Mitigating the Adverse Effects of the COVID-19 Pandemic on Academic Parents. *AEA Papers and Proceedings* 112: 267–71 (May 2022). <https://www.aeaweb.org/articles?id=10.1257/pandp.20221012>.

Donnelly, M. R., Fukumura, Y. E., & Richter, M. 2022. Untapped sources of contextualized knowledge: Exploring occupational disruption during COVID-19 as showcased through YouTube parodies. *Journal of Occupational Science*, 29(3), 417–429.

Dunbar, S.B. & Winston, K. 2015. An Occupational perspective to leadership. *Theoretical and Practical Dimensions*. Second Edition. SLACK Incorporated, USA.

Dür, M., Röschel, A., Oberleitner-Leeb, C., Herrmanns, V., Pichler-Stachl, E., Mattner, B., ... & Berger, A. 2021. Development and validation of a self-reported questionnaire to assess occupational balance in parents of preterm infants. *PLoS one*, 16(11), e0259648.

Elbaz, S., Richards, J. B., & Provost Savard, Y. 2022. Teleworking and work–life balance during the COVID-19 pandemic: A scoping review. *Canadian Psychology / Psychologie canadienne*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/cap0000330>.

EU:n toimet koronaviruspandemian johdosta. N.d. Aikajana – neuvoston toimet covid-19:n johdosta. Eurooppa-neuvosto, Euroopan unionin neuvoston www-sivut. Viitattu 17.10.2022. <https://www.consilium.europa.eu/fi/policies/coronavirus/timeline/>.

Everyone Included: Social Impact of COVID-19. N.d. UN, United Nations. Viitattu 6.9.2022. <https://www.un.org/development/desa/dspd/everyone-included-covid-19.html>.

Faulkner, J., O'Brien, W. J., McGrane, B., Wadsworth, D., Batten, J., Askew, C. D., Badenhorst, C., Byrd, E., Coulter, M., Draper, N., Elliot, C., Fryer, S., Hamlin, M. J., Jakeman, J., Mackintosh, K.A., McNarry, M. A., Mitchelmore, A., Murphy, J., Ryan-Stewart, H., Saynor, Z., Schaumberg, M., Stone, K., Stoner, L., Stuart, B., Lambrick, D. 2021. Physical activity, mental health and well-being of adults during initial COVID-19 containment strategies: A multi-country cross-sectional analysis, *Journal of Science and Medicine in Sport*, Volume 24, Issue 4, 2021, Pages 320-326, ISSN 1440-2440, <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2020.11.016>.

Feter, N., Caputo, E.L., Doring, I.R., Leite, J.S., Cassuriaga, J., Reichert, F.F., da Silva, M.C., Coombes, J.S., Rombaldi, A.J. 2021. Sharp increase in depression and anxiety among Brazilian adults during the COVID-19 pandemic: findings from the PAMPA cohort, *Public Health*, Volume 190, 2021, Pages 101-107, ISSN 0033-3506, <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2020.11.013>. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0033350620305011>.

Fisher, G., Parkinson, S. & Haglund, L. 2017. The environment and human occupation. Teoksessa R.R Taylor & G. Kielhofner (toim.) *Kielhofner's modern of human occupation: Theory an application*. Fifth edition. Philadelphia: Wolters Kluwer Health, 91-100.

Fonrouge, G. 2020. Occupational therapist teaches NYC coronavirus survivors how to live again. *New York Post*, 26.5.2020. <https://nypost.com/2020/05/26/nyc-therapist-teaches-coronavirus-survivors-how-to-walk-talk-again/>.

Grant M.J. & Booth A. 2009. A typology of reviews: an analysis of 14 review types and associated methodologies. *Health Info Libr J*. 2009 Jun;26(2):91–108.

Gross DP, Asante A, Pawluk J, Niemeläinen R. 2021. A Descriptive Study of the Implementation of Remote Occupational Rehabilitation Services Due to the COVID-19 Pandemic Within a Workers' Compensation Context. *J Occup Rehabil*. 2021 Jun;31(2):444–453.

Gustafsson, L. 2020. Occupational therapy has gone online: What will remain beyond COVID-19? Editorial. *Australian Occupational Therapy Journal*. Volume 67, Issue 3, 15.6.2020. <https://doi.org/10.1111/1440-1630.12672>.

Günal, A., Pekçetin, S., Demirtürk, F., Şenol, H., Håkansson, C., & Wagman, P. 2020. Validity and reliability of the Turkish occupational balance questionnaire (OBQ11-T). *Scandinavian journal of occupational therapy*, 27(7), 493–499.

Haan, K. 2020. Occupational Therapy Now -lehti. July/august 2020, volume 22, 4. Special Issue: Better to-gether: Occupational Therapy and Multiprofessional Practice. s. 11. [https://caot.ca/uploaded/web/otnow/OT%20Now\\_JULY\\_20.pdf](https://caot.ca/uploaded/web/otnow/OT%20Now_JULY_20.pdf).

Hagedorn, R. 2001. Foundations for Practice in Occupational Therapy. 3rd Edition. Edinburg: Churchill-Livingstone.

Hammell, K. W. 2020. Engagement in living during the COVID-19 pandemic and ensuing occupational disruption. Occupational Therapy Now, 22(4), 7–8.

Hansen, A. Ø., Boll, M., Skaarup, L., Hansen, T., Dür, M., Stamm, T., & Kristensen, H. K. 2020. Danish translation and validation of the Occupational Balance Questionnaire. Scandinavian Journal of Occupational Therapy, 1–15.

Harmaja, T. 2019. Esipuhe. Teoksessa Verkostojohtamisen opas 2019. Valtioneuvoston kanslian julkaisuja 2019:12. s. 9–10. Valtioneuvoston kanslia, Helsinki 2019. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161513/VNK\\_12\\_19\\_Verkostojohtamisen\\_opas.pdf](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161513/VNK_12_19_Verkostojohtamisen_opas.pdf).

Haug, N., Geyrhofer, L., Londei, A. et al. 2020. Ranking the effectiveness of worldwide COVID-19 government interventions. Nat Hum Behav 4, 1303–1312 (2020). <https://doi.org/10.1038/s41562-020-01009-0>.

Hautala, T., Hämäläinen, T., Mäkelä, L. & Rusi-Pyykönen, M. 2011. Toiminnan voimaa. toimintaterapia käytännössä. Helsinki: Edita.

Hoel, V., Zweck, C., Ledgerd, R & World Federation of Occupational Therapists. 2021. The impact of Covid-19 for occupational therapy: Findings and recommendations of a global survey, World Federation of Occupational Therapists Bulletin, 77:2, 69-76, DOI: 10.1080/14473828.2020.1855044.

Håkansson, C., Wagman, P., & Hagell, P. 2020. Construct validity of a revised version of the Occupational Balance Questionnaire. Scandinavian Journal of Occupational Therapy, 27(6), 441–449.

Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. 2012. TENK, Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 22.9.2022. [https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf).

Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030: Valtioneuvoston periaatepäätös. Valtioneuvoston julkaisuja 2021:14. Viitattu 28.10.2022. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-864-2>.

Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030: Toimeenpanosuunnitelma. 2021. Valtioneuvoston julkaisuja 2021:27. Viitattu 13.11.2022. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/163021>.

Hämäläinen & Vataja. 2020. Korona paljasti yhteiskunnan haavoittuvuuden. Sitra verkkosivut. Viitattu 5.10.2022. <https://www.sitra.fi/artikkelit/korona-paljasti-yhteiskunnan-haavoittuvuuden/>.

Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa 2019. 2019. 4–13. TENK, Tutkimuseettinen neuvottelukunta. [https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden\\_eettisen\\_ennakoarvioinnin\\_ohje\\_2020.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf).

Isojärvi J. 2011. Tutkimuskysymyksestä hakustrategiaksi: PICO-asetelma informaation työkäluna. Osaamisen ytimessä – tietoaaineistot tutuiksi. BMF ry:n kevätseminaari 13.4.2011 Kuopio. Viitattu 11.10.2022. <https://bmfry.files.wordpress.com/2018/06/pico-asetelma-informaation-tyokalu.pdf>.

Isojärvi J. 2017. Kirjallisuushaku. Haun dokumentointi. Versio 1.1. HTA-opas. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. Viitattu 9.10.2022. [https://www.terveysportti.fi/dtk/hta/avaa?p\\_artikkeli=hta00008](https://www.terveysportti.fi/dtk/hta/avaa?p_artikkeli=hta00008). Koko HTA-opas <https://www.terveysportti.fi/dtk/hta/koti>.

Jacob, L., Smith, L., Armstrong, N. C., Yakkundi, A., Barnett, Y., Butler, L., McDermott, D. T., Koyanagi, A., Shin, J. I., Meyer, J., Firth, J., Remes, O., López-Sánchez, G. F., Tully, M. A. 2021. Alcohol use and mental health during COVID-19 lockdown: A cross-sectional study in a sample of UK adults, *Drug and Alcohol Dependence*, Volume 219, 2021, 108488, ISSN 0376-8716, <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2020.108488>.

Jansson-Mackey, K. 2021. Perceptions of daily occupations in working mothers during restrictions of Covid-19 pandemic.

JBİ: Arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille. The Finnish Centre for Evidence-Based Health Care: A Joanna Briggs Institute Centre of Excellence. Suomalaisen käännöksen toteuttanut Hotus JBİ:n luvalla. Hoitotyön tutkimussäätiö. <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2019/03/jbi-kriteerit-ja-selosteosa-asiantuntijoiden-nakemys-ja-narratiivinen-teksti.pdf> <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2019/03/jbi-kriteerit-asiantuntijoiden-nakemys-ja-narratiivinen-teksti.pdf>.

JBİ: Arviointikriteerit järjestelmälliselle katsaukselle 2018. The Finnish Centre for Evidence-Based Health Care: A Joanna Briggs Institute Centre of Excellence. Suomalaisen käännöksen toteuttanut Hotus JBİ:n luvalla. Hoitotyön tutkimussäätiö. <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2019/03/jbi-kriteerit-ja-selosteosa-jarjestelmallinen-katsaus-final.pdf>.

JBİ: Arviointikriteerit laadulliselle tutkimukselle. The Finnish Centre for Evidence-Based Health Care: A Joanna Briggs Institute Centre of Excellence. Suomalaisen käännöksen toteuttanut Hotus JBİ:n luvalla. Hoitotyön tutkimussäätiö. <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2019/03/jbi-kriteerit-laadulliselle-tutkimukselle-2.pdf>.

JBİ: Arviointikriteerit poikkileikkaustutkimukselle. The Finnish Centre for Evidence-Based Health Care: A Joanna Briggs Institute Centre of Excellence. Suomalaisen käännöksen toteuttanut Hotus

JBI:n luvalla. Hoitotyön tutkimussäätiö. <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2019/04/jbi-kriteerit-poikkileikkaustutkimus-final.pdf>.

JBI: Kriittisen arvioinnin tarkistuslista satunnaistetulle kontrolloidulle tutkimukselle. The Finnish Centre for Evidence-Based Health Care: A Joanna Briggs Institute Centre of Excellence. Suomalaisen käännöksen toteuttanut Hotus JBI:n luvalla. Hoitotyön tutkimussäätiö. <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2019/03/jbi-kriteerit-satunnaistettu-kontrolloitu-tutkimus.pdf>.

JBI: Kriittisen arvioinnin tarkistuslista tapauselostus (case report). The Finnish Centre for Evidence-Based Health Care: A Joanna Briggs Institute Centre of Excellence. Suomalaisen käännöksen toteuttanut Hotus JBI:n luvalla. Hoitotyön tutkimussäätiö. <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2019/03/jbi-kriteerit-tapausselostukselle-1.pdf>.

Jesus, T. S., Kamalakannan, S., Bhattacharjya, S., Bogdanova, Y., Arango-Lasprilla, J. C., Bentley, J., ... & of the American, I. N. G. 2020. People with disabilities and other forms of vulnerability to the COVID-19 pandemic: Study protocol for a scoping review and thematic analysis. Archives of rehabilitation research and clinical translation, 2(4), 100079.

Johanson, J-E., Mattila M., Uusikylä, P. 1995. Johdatus Verkostoanalyysiin. Kuluttajatutkimuskeskus.

Jokić, S. C. A., & Jokić-Begić, N. 2022. Occupational disruption during the COVID-19 pandemic: Exploring changes to daily routines and their potential impact on mental health. Journal of Occupational Science, 1–16.

Järvensivu, T., Nykänen, K., Rajala, R. 2010. Verkostojohtamisen opas: Verkostotyöskentely sosiaali- ja terveysalalla. Versio 1.0 (30.12.2010). Aalto-yliopiston kauppakorkeakoulu. <https://docplayer.fi/799109-Verkostojohtamisen-opas-verkostotyoskentely-sosiaali-ja-terveysalalla.html>.

Kangasniemi, M. & Pölkki, T. 2016. Aineiston käsittely: Kirjallisuuskatsauksen ydin. Teoksessa Stolt M, Axelin A & Suhonen R. 2016. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Juvenes print. Turku. s. 80–91.

Kangasniemi M, Utriainen K, Ahonen A-M, Pietilä A-M, Jääskeläinen P & Liikanen E. 2013. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon. Hoitotiede 25(3), 291–301.

Kansainvälisyys on aina ollut osa toimintaterapeuttien koulutusta. 2022. Toimintaterapeuttiliiton verkkosivut. Viitattu 30.9.2022. <https://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/toimintaterapeutti/>.

Karisto, A. & Seppälä, U. 2004. Maukas gradu. Valmistusvihjeitä tutkielman tekijöille. Vastapaino: Tampere. Takakansi.

Karjalainen, A. L., Kivirinta, M., Nylund, M., Valtonen, M., & Vesterinen, O. (toim.) 2020. Osallistavan ja tutkivan kehittämisen opas 2.0. Tutkimus- ja kehittämistyön luotettavuus. Diakonia-ammattikorkeakoulu. <http://libguides.diak.fi/oskeopas>.

Karlsson, L., Ivarsson, A., & Erlandsson, L-K. 2022. Exploring risk factors for developing occupational ill health – departing from an occupational perspective, *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 29:5, 363-372, DOI: 10.1080/11038128.2021.1936160.

Kelan kuntoutuspalvelujen järjestäminen koronavirusepidemian aikana 2020. 2020. Kelan verkkosivut, Yhteistyökumppanit/Ajankohtaista yhteistyökumppaneille. Julkaistu 26.3.2020. Viitattu 30.10.2022. <https://www.kela.fi/ajankohtaista-yhteistyokumppanit>.

Kelly, B. D. 2021. Quarantine, restrictions and mental health in the COVID-19 pandemic, *QJM: An International Journal of Medicine*, Volume 114, Issue 2, February 2021, Pages 93–94, <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcaa322>.

Keptner, K. M., & McCarthy, K. 2020. Disruption of academic occupations during COVID-19: Impact on mental health and the role of occupational therapy in tertiary education. *World Federation of Occupational Therapists Bulletin*, 76(2), 78–81.

Kestilä, L., Härmä, V., Rissanen, P. (toim.) Covid-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen Asiantuntia-arvio, syksy 2020. Raportti 14/2020. Terveystieteiden tutkimuskeskus ja kansainvälinen tutkimuskeskus. PunaMusta Oy, Tampere 2020. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140661/URN ISBN 978-952-343-578-0.pdf?sequence=1](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140661/URN%20ISBN%20978-952-343-578-0.pdf?sequence=1).

Kielhofner, G. 2008. *Model of Human Occupation: Theory and Application*. Fourth Edition. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Kielitoimiston sanakirja 2022. Kotimaisten kielten tutkimuskeskuksen julkaisuja 132. Internet-versio MOT Kielitoimiston sanakirja 1.0. Helsinki: Kotimaisten kielten tutkimuskeskus ja Kielikone Oy, 2004. ISBN 952-5446-11-5. Viitattu 27.10.2022. <https://www.kielitoimistonsanakirja.fi/#/verkko?searchMode=all>.

Kosonen, M., Laaksonen, S-M., Terkamo-Moisio, A. & Rydenfelt, H. 2018. Sosiaalinen media ja tutkijan etiikka. *Media & viestintä* 41:1, 117–124. Verkkokäyttöön muokattu versio artikkelista on saatavilla <https://etiikka.fi/tutkimusetiikka/sosiaalinen-media-ja-tutkijan-etiikka/>.

Kola-Nyström, S., Koivukoski, U., Koponen, L., Heino, M. 2020. *Ecosystem Handbook*. Alma Talent. Viitattu 8.11.2022. <https://janet.finna.fi>, Ellibslibrary. E-kirjan selainversiossa ei sivunumeroita.

Koivisto, T., Mikkonen, T., Vadén, T., Valkokari, K., Ahonen, M. & Vainio, N. 2011. *Rajoja ylittävä innovointi*. Tampereen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print Tampere.

Kovacs, B., Caplan, N., Grob, S., & King, M. 2021. Social Networks and Loneliness During the COVID-19 Pandemic. *Socius*, 7. <https://doi.org/10.1177/2378023120985254>.

Kovalainen, A., Poutanen, S., Arvonen, J. 2021. Covid-19, luottamus ja digitalisaatio: Tutkimus etätyöstä ja sen järjestymisestä Suomessa keväällä ja syksyllä 2020. (08.04.2021) <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-29-8421-3>.

Kunnela, A. 2022a. Opinnäytetyön ohjaajan käsikirja – Kirjallisuuskatsaukset 2022. Päivitetty 21.9.2022, Arja Kunnela. Jamk, Avoimet oppimateriaalit. Viitattu 7.9.2022. <https://oppimateriaalit.jamk.fi/yamk-kasikirja/kirjallisuuskatsaukset/>.

Kunnela, A. 2022b. Jyväskylän ammattikorkeakoulun informaattikko. JAMK kirjasto. Tiedonhankinnan yksilöohjaus opinnäytetyön tekijälle, Zoom-meeting. 27.9.2022.

Laatikainen, T., Vapalahti, O., Kalland, M., Välijärvi, J., Huotilainen, M., Salmivalli, C., Salo, A., Hiihlammo, H., Kuivalainen, S., Pekkarinen, E., Niemi, J., Välimäki, J., Ollikainen, M. 2020. COVID-19-kriisin haitallisten vaikutusten ehkäiseminen kestävän kehityksen periaatteiden mukaisesti: Valtioneuvoston COVID19-tiedepaneelin vastaukset valmisteluryhmän kysymyksiin. Valtioneuvoston COVID19-tiedepaneelin raportti 1.6.2020. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162482/VNK\\_Tiedepaneelin\\_raportti\\_200601.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162482/VNK_Tiedepaneelin_raportti_200601.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Langlois, S., Boyle, J. & Cadavid, E. 2020. Embracing Interprofessional Practice: Clients Partnering with Students. *Occupational Therapy Now* -lehti. July/august 2020, volume 22, 4. Special Issue: Better to-gether: Occupational Therapy and Multiprofessional Practice. s. 21. [https://caot.ca/uploaded/web/otnow/OT%20Now\\_JULY\\_20.pdf](https://caot.ca/uploaded/web/otnow/OT%20Now_JULY_20.pdf).

Lautamo, T., Juntunen, K., Lällä, K., Pikkarainen, A. 2022. ATPA19-itsearviointityökalun perusteet ja käyttö kuntoutuksessa. Toimijuusnäkökulma asiakkaan kuntoutumisprosessissa. 23.9.2022. Kela, Helsinki. s.11 ISBN:978-952-284-148-3 <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2022091959477>.

Law M, Baum C, Dunn W. 2017. Measuring occupational performance: Supporting best practice in occupational therapy. 3rd ed: Thorofare: Slack Incorporated; 2017.

Lee, S. C., Awan, M., Chaudhary, U., & John, P. 2022. Occupational Disruptions Among Health Professional Faculty During COVID-19 Pandemic. *The Open Journal of Occupational Therapy*, 10(3), 1–9.

Lin, T.T. & Fisher, G. 2020. Impact of the Stay-at-Home Order: A Model of Human Occupation Perspective. <https://cms.ahs.uic.edu/occupational-therapy/wp-content/uploads/sites/3/2020/06/MOHO-COVID-19.pdf>.

Liukko, S., Perttula, S. 2021. Opinnäytetyön raportointi. Jamk avoimet oppimateriaalit. Viitattu 11.11.2022. <https://oppimateriaalit.jamk.fi/raportointiohje/>.



Liu, Y., Zemke, R., Liang, L., & Gray, J. M. 2021a. Occupational harmony: Embracing the complexity of occupational balance. *Journal of Occupational Science*, 1–15. AHEAD-OF-PRINT, 1–15. DOI:10.1080/14427591.2021.1881592. <https://doi.org/10.1080/14427591.2021.1881592>

Liu, Y., Zemke, R., Liang, L., & McLaughlin Gray, J. 2021b. Model of Occupational Harmony: A Chinese Perspective on Occupational Balance. *Annals of International Occupational Therapy*, 4(4), e228–e235. Published Online: January 06, 2021. <https://doi.org/10.3928/24761222-20210601-08>.

Lukin, P., Isojärvi, J., Mäkelä S. & Peltonen T. Systemaattinen tiedonhaku: opas. 2022. Tampereen yliopiston kirjasto. Viitattu 11.10.2022. <https://libguides.tuni.fi/systemaattinen-tiedonhaku>.

Majoinen, K 2014. Kirjassa Ojakoski M., Pakarinen T. (toim.) 2014. Tartu verkkoon. Työvälineitä verkostojen johtamiseen ja kehittämiseen. Suomen Kuntaliitto, Helsinki 2014. s. 9

Making Connections: A Guide to Networking for OTs. 2022. Occupational Therapy Australia [www.otaus.com.au](http://www.otaus.com.au) sivut, OTA Blog. Viitattu 30.10.2022. <https://otaus.com.au/blog/making-connections-a-guide-to-networking-for-occupational-therapists>.

Marjamaa, M., Sinisalo, R. 2022. Ohjaus – perustana tutkimuskysymys ja ohjaushaastattelu. *Kreodi, ammattikorkeakoulukirjastojen verkkolehti*, 2/2022. Ohjauksen ja oppimisen teemanumero, 03.06.2022. Viitattu 7.9.2022. URN: <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2022060343112>.

Mathieu, E., Ritchie, H., Rodés-Guirao, L., Appel, C., Giattino, C., Hasell, J., Macdonald, B., Dattani, S., Beltekian, D., Ortiz-Ospina, E., and Roser, M. 2020. Coronavirus Pandemic (COVID-19). OurWorldInData.org verkkosivut. Viitattu 17.10.2022. <https://ourworldindata.org/policy-responses-covid>.

McKinlay, A.R., Fancourt, D. & Burton, A. 2021. A qualitative study about the mental health and wellbeing of older adults in the UK during the COVID-19 pandemic. *BMC Geriatr* 21, 439 (2021). <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02367-8>.

Mental Health and COVID-19: Early evidence of the pandemic's impact. 2022. Scientific brief 2 March 2022. WHO. Viitattu 18.10.2022. [https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Sci\\_Brief-Mental\\_health-2022.1](https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Sci_Brief-Mental_health-2022.1).

Miettinen, R., Toikka, K., Tuunainen, J. & Freeman, S. 2006. Sosiaalinen pääoma ja luottamus innovaatioverkoissa. Tutkimusraportteja 9. Toiminnan teorian ja kehittävän työntutkimuksen yksikkö, Helsingin yliopisto. [https://www.researchgate.net/publication/251271900\\_Sosiaalinen\\_paaoma\\_ja\\_luottamus\\_innovaatioverkoissa](https://www.researchgate.net/publication/251271900_Sosiaalinen_paaoma_ja_luottamus_innovaatioverkoissa).

Mustikkamäki, N. N.d. Verkostot ja yhteisöt innovaatioympäristöissä. Nina Mustikkamäki, Alueellisen kehittämisen tutkimusyksikkö, Sente. University of Tampere Research Unit for Urban and Regional Development Studies. Viitattu 27.10.2022. <https://homepages.tuni.fi/markku.sotaurauta/verkkokirjasto/nina.pdf>.

Mynard, L. 2020b. The New Normal: Navigating Everyday Life During COVID-19. Viitattu 28.11.2022. [https://otaus.com.au/publicassets/97c2319e-0bc0-ea11-9434-005056be13b5/The%20New%20Normal\\_ebook\\_Final.pdf](https://otaus.com.au/publicassets/97c2319e-0bc0-ea11-9434-005056be13b5/The%20New%20Normal_ebook_Final.pdf).

Mäkelä, M., Varonen, H., Teperi, J. 1996. Systemoitu kirjallisuuskatsaus tiedon tiivistäjänä. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. 1996; 112(21):1999-. Viitattu 11.10.2022. <https://www.duo-decimlehti.fi/duo60413>

Niela-Vilén, H., Hamari, L. 2016. Kirjallisuuskatsauksen vaiheet. Teoksessa Stolt M, Axelin A & Suhonen R. (toim.) 2016. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Juvenes print. Turku. s. 23–34.

Nizzero, A., Cote, P. & Cramm, H. 2017. Occupational disruption: A scoping review, Journal of Occupational Science, 24:2, 114–127, DOI: 10.1080/14427591.2017.1306791.

Occupational Therapy and Human Rights. 2019. WFOT Position Statement. Viitattu 13.11.2022. <https://www.wfot.org/resources>.

Occupational Therapy Fact Sheet AOTA 2017. Viitattu 30.10.2022. <https://www.aota.org/~media/Corporate/Files/Advocacy/Federal/Tips-and-Tools/OT-Fact-Sheet-2017.pdf>.

Occupational Therapy Practice Framework: Domain and Process 2020. 4th ed.; AOTA, 2020.

OECD Policy Responses to Coronavirus (COVID-19) 2020. A systemic resilience approach to dealing with Covid-19 and future shocks. 28 April 2020. The Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD) verkkosivut. Viitattu 13.9.2022. <https://www.oecd.org/coronavirus/policy-responses/a-systemic-resilience-approach-to-dealing-with-covid-19-and-future-shocks-36a5bdfb/>.

Ojakoski M., Pakarinen T. (toim.) 2014. Tartu verkkoon. Työvälineitä verkostojen johtamiseen ja kehittämiseen. Suomen Kuntaliitto, Helsinki 2014. <https://www.kuntaliitto.fi/julkaisut/2014/1647-flash-tartu-verkkoon-tyovalineita-verkostojen-johtamiseen-ja-kehittamiseen>.

Olemme siirtyneet koronapandemiasta uuteen vaiheeseen. 2022. THL tiedote 27.7.2022. Viitattu 6.9.2022. <https://thl.fi/fi/-/olemmesiirtyneet-koronapandemiasta-uuteen-vaiheeseen?redirect=%2Ffi%2F>.

Page, M.J., McKenzie, J.E., Bossuyt, P.M. ym. 2021. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. Syst Rev 10, 89 (2021). <https://doi.org/10.1186/s13643-021-01626-4>. PRISMA-vuokaaviot saatavilla myös <http://www.prisma-statement.org/>.

Park, M., Lawlor, M., Solomon, O. & Valente, T. 2020. Understanding connectivity: The parallax and disruptive-productive effects of mixed methods social network analysis in occupational science. Journal of Occupational Science. 28. 1–21. 10.1080/14427591.2020.1812106.

Park S., Lee HJ., Jeon B-J., Yoo E-Y., Kim J-B., Park J-H. 2021. Effects of occupational balance on subjective health, quality of life, and health-related variables in community-dwelling older adults: A structural equation modeling approach. *PLoS ONE* 16(2): e0246887. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246887>.

Peral-Gómez, P., López-Roig, S., Pastor-Mira, M. Á., Abad-Navarro, E., Valera-Gran, D., Håkansson, C., & Wagman, P. 2021. Cultural adaptation and psychometric properties of the spanish version of the occupational balance questionnaire: An instrument for occupation-based research. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(14), 7506.

PRISMA 2020 flow diagram for new systematic reviews which included searches of databases and registers only. Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ* 2021;372:n71. doi: 10.1136/bmj.n71. Viitattu 11.10.2022. <https://www.prisma-statement.org//PRISMAStatement/FlowDiagram>.

Public Statement: Right to Access Occupations. 2022. WFOT Public Statement. 2 March 2022. Viitattu 13.11.2022. <https://www.wfot.org/resources>.

Puustinen, Alisa. 2017. Voiko verkostoa johtaa? Viitattu 30.10.2022. <https://www.researchgate.net/publication/318128306> Voiko verkostoa johtaa.

Rakoski, Douglas & Ferguson, R.C. 2013. The virtual context of occupation: Integrating everyday technology into everyday practice. *OT Practice*. 18. CE.1-CE.7.

Reyes, R.C.D., Baes, D.M., Gualberto, S.M. & Pagcaliwagan, E. 2021. Experiences of University Students during COVID-19: A case study using Occupational Justice Perspective. *Journal of Social Health*. Volume 4, Issue 1. February 2021.

Roberts, N. 2020. Occupational Therapy Now -lehti. July/august 2020, volume 22, 4. Special Issue: Better to-gether: Occupational Therapy and Multiprofessional Practice. s. 17. <https://caot.ca/uploaded/web/otnow/OT%20Now JULY 20.pdf>.

Robinson, M.R., Koverman, B., Becker, C., Ciancio, K. E., Fisher, G., Saake S. 2021. Lessons Learned From the COVID-19 Pandemic: Occupational Therapy on the Front Line. *Am J Occup Ther* March/April 2021, Vol. 75(2), 7502090010. doi: <https://doi.org/10.5014/ajot.2021.047654>.

Rotenberg, S., Oreper, J. S., Bar, Y., Davids-Brumer, N., Arbel, I., & Dawson, D. R. 2021. Occupational disruption during the COVID-19 pandemic: The lived experience of community-dwelling older adults. *Canadian Journal on Aging/La Revue canadienne du vieillissement*, 40(4), 521–532.

Ruiz, M. C., Devonport, T. J., Chen-Wilson, C.-H., Nicholls, W., Cagas, J. Y., Fernandez-Montalvo, J., Choi, Y., & Robazza, C. 2021. A cross-cultural exploratory study of health behaviors and wellbeing during COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 11, 3897. 1–16.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.608216>.

Ruohomäki, V. 2020. Etätyöoloikka ja hyvinvointi koronakriisin alussa. *Työpoliittinen Aikakauskirja 2/2020*, 21–28. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162308/TEM\\_tyopoliittinen\\_aikakauskirja\\_2\\_2020.pdf?sequence=4&isAllowed=y#page=21](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162308/TEM_tyopoliittinen_aikakauskirja_2_2020.pdf?sequence=4&isAllowed=y#page=21).

Röschel, A., Wagner, C., & Dür, M. 2021. Examination of validity, reliability, and interpretability of a self-reported questionnaire on Occupational Balance in Informal Caregivers (OBI-Care)—A Rasch analysis. *Plos one*, 16(12), e0261815.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. *KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Viitattu 22.11.2022. <https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus>.

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

Sánchez-Guarnido, A.J., Domínguez-Macías, E., Garrido-Cervera, J.A., González-Casares, R., Marí-Boned, S., Represa-Martínez, Á., Herruzo, C. 2021. Occupational Therapy in Mental Health via Telehealth during the COVID-19 Pandemic. *Int J Environ Res Public Health*. 2021 Jul 3;18(13):7138. doi: 10.3390/ijerph18137138. PMID: 34281072; PMCID: PMC8297153.

Sangster Jokić, C. A. & Jokić-Begić, N. 2022. Occupational disruption during the COVID-19 pandemic: Exploring changes to daily routines and their potential impact on mental health. *Journal of Occupational Science*, 1–16.

Savolainen, T. & Aralinna, V. (toim.) 2017. *Toimintaterapianimikkeistö. Nimikkeistöt ja luokitukset*. Helsinki 2017, Kuntaliitto. <https://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/site/assets/files/2411/toimintaterapianimikkeisto.pdf>.

Seppälä, M. 2019. Radikaalia yhteistyötä lasten ja nuorten tueksi? 9.4.2019. Viitattu 7.10.2022. <https://drive.google.com/file/d/1xmCgCVxj9FcontHVN1uxxnekhGufiW3R/view>.

Smallwood, N., Pascoe, A., Karimi, L., Bismark, M., & Willis, K. 2021. Occupational Disruptions during the COVID-19 pandemic and their association with healthcare workers' mental health. *International journal of environmental research and public health*, 18(17), 9263.

Stolz, E., Mayerl, H., Freidl, W. 2021. The impact of COVID-19 restriction measures on loneliness among older adults in Austria, *European Journal of Public Health*, Volume 31, Issue 1, February 2021, Pages 44–49, <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckaa238>.

Suhonen, R., Axelin, A., Stolt, M. 2016. Erilaiset kirjallisuuskatsaukset. Teoksessa Stolt M, Axelin A & Suhonen R. 2016. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turun yliopiston hoitotieteen laitoksen julkaisu 1: 73/2016. Turku. 7–16.

Sulosaari, V., Kajander-Unkuri, S. 2016. Integroitu kirjallisuuskatsaus. Teoksessa Stolt, M., Axelin, A. & Suhonen, R. (toim.) 2015. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turun yliopiston hoitotieteen laitoksen julkaisu 1: 73/2016. Turku. 107–117.

Suomen virallinen tilasto (SVT): Väestön tieto- ja viestintätekniikan käyttö, verkkojulkaisu. ISSN=2341-8699. Helsinki: Tilastokeskus. Viitattu 25.7.2022. <http://www.stat.fi/til/sutivi/index.html>

Suomisanakirja 2022. Viitattu 25.9.2022. <https://www.suomisanakirja.fi>.

Termini, C.M., Traver, D. 2020. Impact of COVID-19 on early career scientists: an optimistic guide for the future. *BMC Biol* 18, 95 (2020). <https://doi.org/10.1186/s12915-020-00821-4>

The COVID-19 pandemic has shattered global networking as we once knew it. 2021. The CEMS Global Alliance in Management Education verkkosivut. 1.7.2021. Viitattu 30.10.2022. <https://www.cems.org/news-events/news/covid-19-pandemic-has-shattered-global-networking-we-once-knew-it-0>.

Theories and Models. 2022. Viitattu 25.9.2022. <https://ottheory.com/theories-and-models>.

Tiedoneuvonnasta tiedevälittämiseen. 2021. Sofi (Science Advice Initiative of Finland) verkkosivut. 22.12.2021. Viitattu 13.11.2022. <https://acadsci.fi/sofi/tiedoneuvonnasta-tiedevalittamiseen/>.

Tiedonhaun opas. 2022. Tampereen yliopiston kirjasto. Viitattu 9.10.2022. <https://libguides.tuni.fi/tiedonhaun-opas>.

Townsend, E. 2022. Bridging critical gaps in occupational justice and social justice in occupational therapy practices. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 30.

Townsend, E. & Wilcock, A.A. 2004. Occupational justice and client-centred practice: A dialogue in progress. *Canadian Journal of Occupational Therapy* 71(2), 75–87.

Toimintaterapeutit työelämässä. 2022. Toimintaterapeuttiliitto www-sivut. <https://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/toimintaterapeutti/>

Toimintaterapeuttien ammattieettiset ohjeet 2016. Viitattu 13.11.2022. <file:///C:/Users/Omis-taja/Downloads/TTn%20Ammattieettisetohjeet-1.pdf>.

Toimintaterapia. 2022. Toimintaterapeuttiliitto. Toimintaterapeuttiliiton verkkosivut. Viitattu 15.9.2022. <https://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/toimintaterapia/>.

Torraco, R. J. 2005. Writing Integrative Literature Reviews: Guidelines and Examples. Human Resource Development Review 4: 3, 356–367.

Tuomi, J., Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Tammi, 2018. Helsinki. Viitattu 8.11.2022. <https://janet.finna.fi>, Elliblibrary. E-kirjan selainversiossa ei sivunumeroita. Sivunumerot määritetty osin vertaamalla saman teoksen vuoden 2013 painokseen.

Tutkimusten arviointikriteeristöt (JBI), N.d. Hoitotyön tutkimussäätiö (Hotus). Viitattu 6.10.2022. <https://www.hotus.fi/jbin-kriittisen-arvioinnin-tarkistuslistat/>.

Tutkimustiedon hakeminen. Aiheen määrittely ja asiasanat. Hotus, Hoitotyön tutkimussäätiön verkkosivut, 2022. Viitattu 21.9.2022. <https://www.hotus.fi/tutkimustiedon-hakeminen/>.

UN Response to COVID-19. United Nations www-sivut, Nd. Viitattu 17.10.2022. <https://www.un.org/en/coronavirus/UN-response>.

Valkeapää, K. 2015. Tutkimusaineiston valinta systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa. Teoksessa Stolt M, Axelin A & Suhonen R. 2015. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Juvenes print. Turku. s. 58–66.

Valkokari, K. 2015. Palveluverkoston kehittäminen Power Point – esitys. VTT. Sähköpostiviesti 12.10.2018. Vastaanottaja V. Kuusisto-Mäkinen. Palveluverkoston kehittämisen työkirjan kuvat ppt-settinä.

Valkokari, K. 2016. Ekosysteemit ja verkostojen parviäly. Tulevaisuuden liiketoiminnan suuntaviivoja. LJK 23.5.2016, Katri Valkokari, VTT. Viitattu 27.10.2022. <https://docplayer.fi/23659240-Ekosysteemit-ja-verkostojen-parviaily-tulevaisuuden-liiketoiminnan-suuntaviivoja.html>.

Valkokari, K., Hakanen, T., Airola, M. 2007. Yritysverkoston strateginen kehittäminen. VTT.

Valkokari, K., Valjakka, T., Hakanen, T., Kupi, E., Kaarela, I. 2014. Palveluverkoston kehittämisen työkirja. VTT, Kuopio.

Valtioneuvosto Rajoitukset ja suositukset koronaepidemian aikana. 2022. Valtioneuvoston verkkosivut. Viitattu 15.9.2022. <https://valtioneuvosto.fi/tietoa-koronaviruksesta/rajoitukset-ja-suositukset>.

Van Pelt, J. 2022. Occupational Therapy and Telehealth. An Emerging Model of Care and Delivery for Older Adult. Today's Geriatric Medicine, Vol. 15 No. 2 P. 14. <https://www.todaysgeriatricmedicine.com/archive/MA22p14.shtml>.

Vanpuymbrouck, L. & Olson, L. 2021. "I Realize I'm Part of a Greater Whole Experiencing Occupational Deprivation": OT Students' Use of Practice Models in the Wake of COVID-19. The American Journal of Occupational Therapy, 75(Supplement\_2), 7512505089p1-7512505089p1.

Varanka, J., Määttä, S., Gullichsen, I., Tapanainen-Thiess, J., Pohjola, P., Voipio-Pulkki, L-M., Lehtimäki, V., Volk, R., Rissanen, P., Salminen, M., Railavo, J., Sovala, M., Spolander, M., Tikka, T., Nederström, H., Pirhonen, E-R., Auranen, K., Leino, T. & Vänskä, S. 2021. COVID-19-epidemia ja sen vaikutukset Suomessa: Keskipitkän aikavälin skenaarioita. Valtioneuvosto 16.04.2021. Julkaisusarja: Valtioneuvoston julkaisuja 2021:41. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/163017>.

Verkostojohtaminen on verkoston toiminnan mahdollistamista ja tukemista. N.d. Valtiolla verkkosivut. Viitattu 23.10.2022. <https://www.valtiolla.fi/verkostojohtaminen-on-verkoston-toiminnan-mahdollistamista-ja-tukemista/>.

Verkostojohtamisen opas. 2019. Valtioneuvoston kanslian julkaisuja 2019:12. Valtioneuvoston kanslia, Helsinki 2019. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161513/VNK\\_12\\_19\\_Verkostojohtamisen\\_opas.pdf](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161513/VNK_12_19_Verkostojohtamisen_opas.pdf).

Vesalainen, J. & Valkokari, K. 2014. Liiketoimintaverkoston moniulotteisuus. Teoksessa K. Valkokari, J. Salminen, A. Rajala, M. Koskela, K. Kaunisto, & T. Apilo (Eds.), Ekosysteemit ja verkostojen parviäly: Tulevaisuuden liiketoiminnan suuntaviivoja (pp. 16–17). VTT Technical Research Centre of Finland. VTT Technology No. 152 <https://publications.vtt.fi/pdf/technology/2014/T152.pdf#page=21>.

Vidaña-Moya, L., Eklund, M., Merchán-Baeza, J. A., Peral-Gómez, P., Zango-Martín, I. & Hultqvist, J. 2020. Cross-cultural adaptation, validation and reliability of the spanish satisfaction with daily occupations-occupational balance (Sdo-ob): An evaluation tool for people with mental disorders. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(23), 8906.

Wagman, P., Håkansson, C. & Björklund, A. 2012. Occupational balance as used in occupational therapy: A concept analysis, Scandinavian Journal of Occupational Therapy, 19:4, 322–327, DOI: 10.3109/11038128.2011.596219.

Wagman, P., Håkansson C. 2014. Introducing the Occupational Balance Questionnaire (OBQ). Scandinavian Journal of Occupational Therapy. 2014; 21 (3): 227–231.

Wang, J., Fan, Y., Palacios, J., Chai, Y., Guetta-Jeanrenaud, N., Obradovich, N., Zhou, C. & Zheng, S. 2022. Global evidence of expressed sentiment alterations during the COVID-19 pandemic. Nature

Human Behaviour 6, 349–358 (2022), 1-10 (Published 17 March 2022).  
<https://doi.org/10.1038/s41562-022-01312-y>.

Ward, G. & Casterton, K. 2020. The impact of the COVID-19 pandemic on occupational therapy in the United Kingdom Survey report. July 2020 Education and Research Royal College of Occupational Therapists. <https://www.rcot.co.uk/news/impact-covid-19-profound-finds-rcot-survey>.

WFOT Human Resources Project. 2016. Edited version. Viitattu 30.10.2022.  
<https://www.apeto.com/assets/vision-internacional-de-los-recursos-humanos-to-2016.pdf>.

WFOT Position Statement. 2014. International Professionalism. Viitattu 13.9.2022.  
<https://www.wfot.org/resources/international-professionalism>.

WFOT's Public Statement on Occupational Therapy Response to the COVID-19 Pandemic. 2020. WFOT, World Federation of Occupational Therapists. 17.3.2022. Viitattu 15.9.2022.  
<https://www.wfot.org/resources/occupational-therapy-response-to-the-covid-19-pandemic>.

Whittemore, R. 2008. Rigour in Integrative Reviews. Teoksessa Reviewing Research Evidence for Nursing Practice: Systematic Reviews, 149–156. Toim. Christine Webb & Brenda Ross. Oxford: Blackwell Publishing.

WHO COVID-19 policy briefs. 2022. WHO:n verkkosivut. Viitattu 5.11.2022.  
<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/covid-19-policy-briefs>

WHO Coronavirus (COVID-19) Dashboard. 2022. Dashboard, Measures, Public Health and Social Measures (PHSM). WHO verkkosivut. Overview. Measures. Viitattu 7.9.2022.  
<https://covid19.who.int/>, <https://covid19.who.int/measures>.

Viertiö, A. 2000. Kuka paljastuu passiivin takaa? Kielikello, kielenhuollon tiedotuslehti. Artikkelin 3/2000. Viitattu 28.11.2022. <https://www.kielikello.fi/-/kuka-paljastuu-passiivin-takaa->.

Wilcox, J., Frank, E. 2021. Occupational Therapy for the Long Haul of Post-COVID Syndrome: A Case Report. Am J Occup Ther July/August 2021, Vol. 75(Supplement\_1), 7511210060. doi: <https://doi.org/10.5014/ajot.2021.049223>.

Wilcock A, Hocking C. 2015. An occupational perspective of health. 3rd ed: Thorofare: Slack Incorporated.

World Federation of Occupational Therapists Definition of Occupational Therapy, WFOT. 2012. Definitions of Occupational Therapy from Member Organizations. Published Oct 2013, Revised May 2018. Viitattu 28.10.2022. <https://www.wfot.org/resources/definitions-of-occupational-therapy-from-member-organisations>.



Yan, Y., Sinclair, K. & Penman, M. 2012. Using social networking for professional development of occupational therapy throughout the People's Republic of China, *World Federation of Occupational Therapists Bulletin*, 66:1, 47–49, DOI: 10.1179/otb.2012.66.1.017.

Yazdani, F., Roberts, D., Yazdani, N., Rassafiani, M. 2015. Occupational balance: A study of the sociocultural perspective of Iranian occupational therapists: Équilibre occupationnel: Étude sur la perspective socioculturelle des ergothérapeutes iraniens. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, vol. 83, 1: pp. 53–62., First Published April 7, 2015. <https://doi.org/10.1177/0008417415577973>.

Zamberlan, A., Gioachin, F., Gritti, D. 2021. Work less, help out more? The persistence of gender inequality in housework and childcare during UK COVID-19. *Research in Social Stratification and Mobility*, Volume 73, June 2021. <https://doi.org/10.1016/j.rssm.2021.100583>.

## Lähteet - Aineisto A

Balakumar, S. & Inman, C. 2020. Coping with COVID-19: Group Program Manual. <http://doliwell.ca/wp-content/uploads/2015/05/Coping-with-COVID-19-Program-Manual-2020.pdf>.

Balser, A., O'Brien, S. P., & Wittman, P. 2020. Doing It Right: OT Meeting Population Needs with COVID-19. *The Open Journal of Occupational Therapy*, 8(4), 1–6. <https://doi.org/10.15453/2168-6408.1753>.

Benefits of OT During COVID-19 Pandemic. 2021. The Ontario Society of Occupational Therapists (OSOT), 2021.

[https://www.osot.on.ca/OSOT/Clinical\\_Guidance\\_For\\_OTs/OT\\_Benefits\\_During\\_COVID-19\\_Pandemic/OSOT/Practice\\_Resources\\_Pages/Clinical\\_Resources/OT\\_Benefits\\_During\\_COVID-19\\_Pandemic.aspx?hkey=32276213-bc96-4d63-99b9-4d095af5b9ac](https://www.osot.on.ca/OSOT/Clinical_Guidance_For_OTs/OT_Benefits_During_COVID-19_Pandemic/OSOT/Practice_Resources_Pages/Clinical_Resources/OT_Benefits_During_COVID-19_Pandemic.aspx?hkey=32276213-bc96-4d63-99b9-4d095af5b9ac).

Beyond COVID, 2020. OT Magazine, Health, Slider, Posted by Admin, Jun 8, 2020. <https://ot-magazine.co.uk/beyond-covid/>.

Braunizer, A., Dark, E. 2020. Beyond COVID - living well during & beyond the coronavirus pandemic. <https://beyondcovid-19.com/>.

Brown T. 2021. The response to COVID-19: Occupational resilience and the resilience of daily occupations in action. *Aust Occup Ther J*. 2021 Apr;68(2):103–105. doi: 10.1111/1440-1630.12721. Epub 2021 Feb 1. PMID: 33527406; PMCID: PMC8014807.

Cleveland, P. 2020. Introducing Occupational Balance and Mindfulness-Based Stress Reduction to Women at The New Beginnings Center. OTD Capstone Projects. 51. <https://repository.belmont.edu/otdcapstoneprojects/51>.

COVID-19 OCCUPATIONAL THERAPISTS: ESSENTIAL TO MENTAL HEALTH. N.d. CAOT, Canadian Association of Occupational Therapists <https://caot.ca/site/aboutot/mentalhealthOT?nav=sidebar>.

Ferigato, S.H., Martini, L.C., Fonseca, L.G., Gonçalves, G.F. & Silva, C.R. 2022. Occupational therapy and COVID-19: weaving mental health networks in the time of a pandemic. *World Federation of Occupational Therapists Bulletin*, DOI: 10.1080/14473828.2022.2073091. Online print-ahead. Saatua erillispyynnöstä tutkimuskäyttöön ennen virallista julkaisua.

ENOTHE, European Network of Occupational Therapy in Higher Education. 2020. Covid-10 and TEACH (a compilation of member contributions). May 2020. <https://enothe.eu/wp-content/uploads/2020/07/COVID-and-Teach-compilation-of-member-contributions.pdf>.

Grant, J. 2020. The Power of Routine. OT Hub verkkosivut. Mar 25, 2020. <https://www.theot-hub.com/article/the-power-of-routine>.

Hammel, K.W. 2020. Engagement in living during the COVID-19 pandemic and ensuing occupational disruption OCCUPATIONAL THERAPY NOW VOLUME 22.4, p.7 [https://caot.ca/uploaded/web/otnow/OT%20Now\\_JULY\\_20.pdf](https://caot.ca/uploaded/web/otnow/OT%20Now_JULY_20.pdf).

Hocking, C. 2020. Invited commentary: An occupational perspective of population health in a pandemic. *New Zealand Journal of Occupational Therapy*, 67(2), 4–5. <https://search.informit.org/doi/10.3316/informit.540076690545379>.

Kamalakaran S., Chakraborty S. 2020. Occupational therapy: The key to unlocking locked-up occupations during the COVID-19 pandemic. *Wellcome Open Res.* 2020 Jul 1;5:153. doi: 10.12688/wellcomeopenres.16089.1. PMID: 32766458; PMCID: PMC7388192.

Krause, E. & Synek, A. N.d. How Occupational Therapy Can Help You Stay on Track During The COVID-19 Pandemic, University of Pittsburg, School of Health and Rehabilitation Sciences, Department of Occupational Therapy. <https://www.shrs.pitt.edu/ot/resources/ot-covid-stay-on-track>.

Lannigan, E.G., Tyminski Q. 2021. Occupational Therapy's Role in Addressing the Psychological and Social Impact of COVID-19. *Am J Occup Ther.* 2021 Jul-Aug;75(Supplement\_1):7511347030p1-7511347030p7. doi: 10.5014/ajot.2021.049327. PMID: 34405802.

Leteria, A., Knecht-Sabres, L. 2020. Are OT practitioners addressing the needs of individuals, groups, and populations during the COVID epidemic? *The Communique*, July/August/September 2020, issue 3.

Malfitano, A. P. S., Cruz, D. M. C., & Lopes, R. E. 2020. Occupational therapy in times of pandemic: social security and guaranties of possible everyday life for all. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 28(2), 401-404. <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoED22802>.

Mishra, N., Sethuramanh, L., Bijlani, J.N., Srivastavaa, A.K. N.d. Occupational therapy intervention in COVID 19, AIOTA. <https://aiota.org/education/resourcepage>

Mynard, L. 2020. Gone viral: the global spread of an occupational therapy COVID-19 resource, *World Federation of Occupational Therapists Bulletin*, 76:2, 82–85, DOI:10.1080/14473828.2020.1804136.

Mynard, L. 2020. Normal Life has been Disrupted - Managing the disruption caused by COVID-19. OT Guide COVID-19 March 2020.pdf <https://otaus.com.au/publicassets/af469002-6f6a-ea11-9404-005056be13b5/OT%20Guide%20COVID-19%20March%202020.pdf>.

NOAH: The story continued...COVID-19. 2020. Finding meaning in lockdown: Working with change for change. Facing Up's verkkosivut. <http://www.facingup.uct.ac.za/stories%20of%20change/noah%20continued>.

Occupational Deprivation and Isolation in Times of COVID-19. OT Hub verkkosivut. Kathy, Oct 26, 2020, Updated: Dec 12, 2021. <https://www.theothub.com/article/occupational-deprivation-and-isolation-in-times-of-covid-19>.

Olson, B. 2020. Well-Being During COVID-19: Strategies from an Occupational Therapy Student. <https://sonoranucedd.fcm.arizona.edu/well-being-during-covid-19-strategies-occupational-therapy-student>.

- Pekçetin, S., Günal, A. 2021. Effect of Web-Based Time-Use Intervention on Occupational Balance During the Covid-19 Pandemic. *Canadian Journal of Occupational Therapy*. 2021;88(1):666–672. doi:10.1177/0008417421994967.
- Ram, S. 2020. Our Time is Now: The Role of Occupational Therapy During a Pandemic. Jun 6, 2020. <https://www.theothub.com/article/the-time-is-now-the-role-of-ot-during-a-pandemic>.
- Rezadoost, R. 2020. Breaking Down Barriers: Utilizing Virtual Resources to Promote Occupational Balance Among Vulnerable Populations In the Midst of a Global Pandemic. *OTD Capstone Projects*. 47. <https://repository.belmont.edu/otdcapstoneprojects/47>.
- Sangrar, R. & Mullally, M. 2020. Editorial: Better together—Advancing occupational therapy practice through alliance-building and collaborative learning. *OCCUPATIONAL THERAPY NOW VOLUME 22.4*, p. 3. <https://caot.ca/uploaded/web/otnow/OT%20Now JULY 20.pdf>.
- Srivastava, A.K., Mishra, N. & Sethuraman, L. 2020. Covid-19 pandemic: The All India Occupational Therapists' Association's response to the challenges, *World Federation of Occupational Therapists Bulletin*, 76:2, 98-102, DOI: 10.1080/14473828.2020.1822578 <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/14473828.2020.1822578?needAccess=true>.
- Stanley, M. & Prodinger, B. 2022. An occupational perspective on COVID-19, *Journal of Occupational Science*, 29:3, 281–283, DOI: 10.1080/14427591.2022.2099784.
- Tanner, Sagester, O'Rourke. 2020. 4 Tips for Families from Occupational Therapists During the Summer of COVID-19. *EpMagazinen verkkosivut*, 2020. Category: Summer Fun. Contributed by AOTA, June 2020. <https://www.epmagazine.com/blog/four-tips-for-families-from-occupational-therapists-during-the-summer-of-covid-19> <https://reader.mediawiremobile.com/epmagazine/issues/206166/viewer?page=26>.
- The Importance of Occupational Therapy During the Pandemic. 2020. Moving With Hope Physical Rehabilitation Clinic verkkosivut. <https://www.movingwithhope.org/posts/the-importance-of-occupational-therapy-during-the-pandemic/>
- Tyminski, Q. N.d. Social Isolation, Occupational Disruption, and Mental Health in COVID-19 (Recorded Webinar). <https://www.medbridgeeducation.com/course-catalog/details/social-isolation-occupational-disruption-and-mental-health-in-covid-19-recorded-webinar-quinn-tyminski/>.
- WELLNESS FOR LIFE & CAREER, Do You: Occupational Balance & Quality of Life. 2020. AOTA:n verkkosivut 2020. Reprinted with permission from Jessica Zuba, OTD student and Bridget Hahn, OTD, OTR/L, Rush University. <https://www.aota.org/career/career-center/wellness-for-life-and-career/do-you-occupational-balance-and-quality-of-life>.
- Whitney, R.W., Walsh, W.E. 2020. Occupational Therapy's Role in Times of Disaster: Addressing Periods of Occupational Disruption. AOTA, <https://www.aota.org/-/media/Corporate/Files/Publications/CE-Articles/CE-Article-May-2020.pdf>.

WFOT's Public Statement on Occupational Therapy Response to the COVID-19 Pandemic. 2020. Occupational Therapy Response to the COVID-19 Pandemic, Mar 2020. <https://www.wfot.org/resources/occupational-therapy-response-to-the-covid-19-pandemic>.

Zafran, H. 2020. Occupational gifts in the time of a pandemic. OCCUPATIONAL THERAPY NOW VOLUME 22.4, p.5. [https://caot.ca/uploaded/web/otnow/OT%20Now\\_JULY\\_20.pdf](https://caot.ca/uploaded/web/otnow/OT%20Now_JULY_20.pdf).

## Lähteet - Aineisto B

To-Miles, F., Backman, C.L., Forwell, S., Puterman, E., Håkansson, C. & Wagman, P. 2022. Exploring occupations and well-being before and during the COVID-19 pandemic in adults with and without inflammatory arthritis. *Journal of Occupational Science*, 29:3, 368–385, DOI: 10.1080/14427591.2022.2057573.

González-Bernal, J.J., Santamaría-Peláez, M., González-Santos, J., Rodríguez-Fernández, P., Benito León, d. B., & Soto-Cámara, R. 2020. Relationship of forced social distancing and home confinement derived from the COVID-19 pandemic with the occupational balance of the spanish population. *Journal of Clinical Medicine*, 9(11), 3606. doi:<https://doi.org/10.3390/jcm9113606>.

İnal, Ö., Özdemir, H. & Turan, F. N. 2022. Occupational Balance, Fear and Agoraphobia in the Covid-19 Pandemic. *Hacettepe University Faculty of Health Sciences Journal*, 9 (1), 207–222. <https://dergipark.org.tr/en/pub/husbfd/issue/67918/988865>.

Ramos R., Röschel, A., Crevenna, R., Jordakieva, G., Andrews, M.R., Dür, M., Stamm, T. 2022. Occupational Balance and Depressive Symptoms During the COVID-19 Pandemic: A Four-Wave Panel Study on the Role of Daily Activities in Austria. *J Occup Environ Med*. 2022 Aug 1;64(8):694–698. doi: 10.1097/JOM.0000000000002567. Epub 2022 Jun 21. PMID: 35732038; PMCID: PMC9377367.

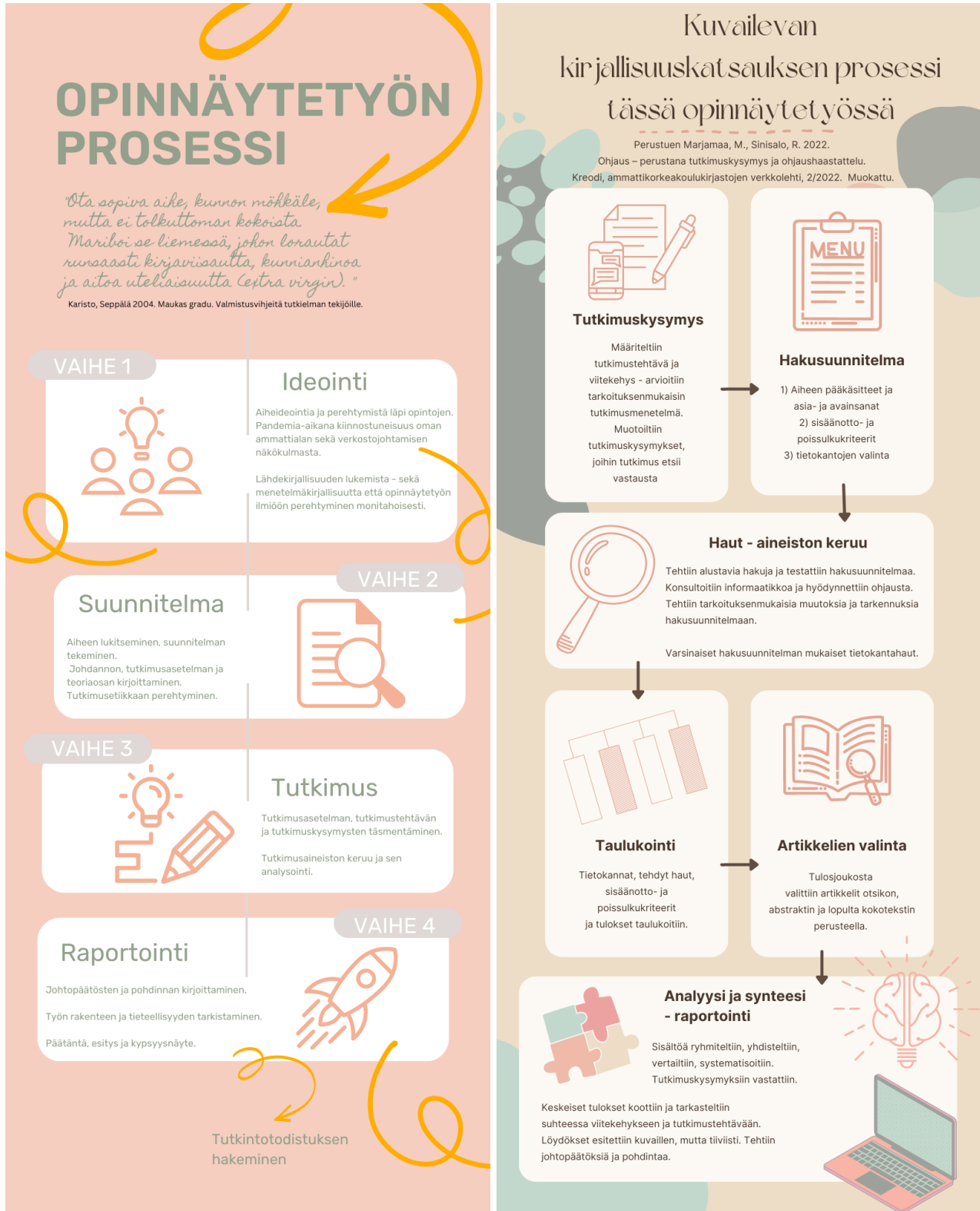
Rodríguez-Fernández, P., González-Santos, J., Santamaría-Peláez, M., Soto-Cámara, R., González-Bernal, J.J. 2021. Exploring the Occupational Balance of Young Adults during Social Distancing Measures in the COVID-19 Pandemic. *Int J Environ Res Public Health*. 2021 May 28;18(11):5809. doi: 10.3390/ijerph18115809. PMID: 34071699; PMCID: PMC8199197.

Rodríguez-Rivas, C., Camacho-Montaña, L.R., García-Bravo, C., García-de-Miguel, M., Pérez-de-Heredia-Torres, M., Huertas-Hoyas, E. 2022. Effects of Social Isolation Measures Caused by the COVID-19 Pandemic on Occupational Balance, Participation, and Activities' Satisfaction in the Spanish Population. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2022, 19, 6497. <https://doi.org/10.3390/ijerph19116497>.

Sahu, S., Bandyopadhyay, B., Chandrashekar, M., Mohapatra, D., David, K.Q., Ghanta, S., Arya, S. 2021. Quality of life and occupational balance during corona virus disease 2019 lockdown in India: A survey on parents of children below 16 years. *Indian J Occup Ther* 2021; 53:138–43. <http://www.ijotonweb.org/text.asp?2021/53/4/138/337464>.

## Liitteet

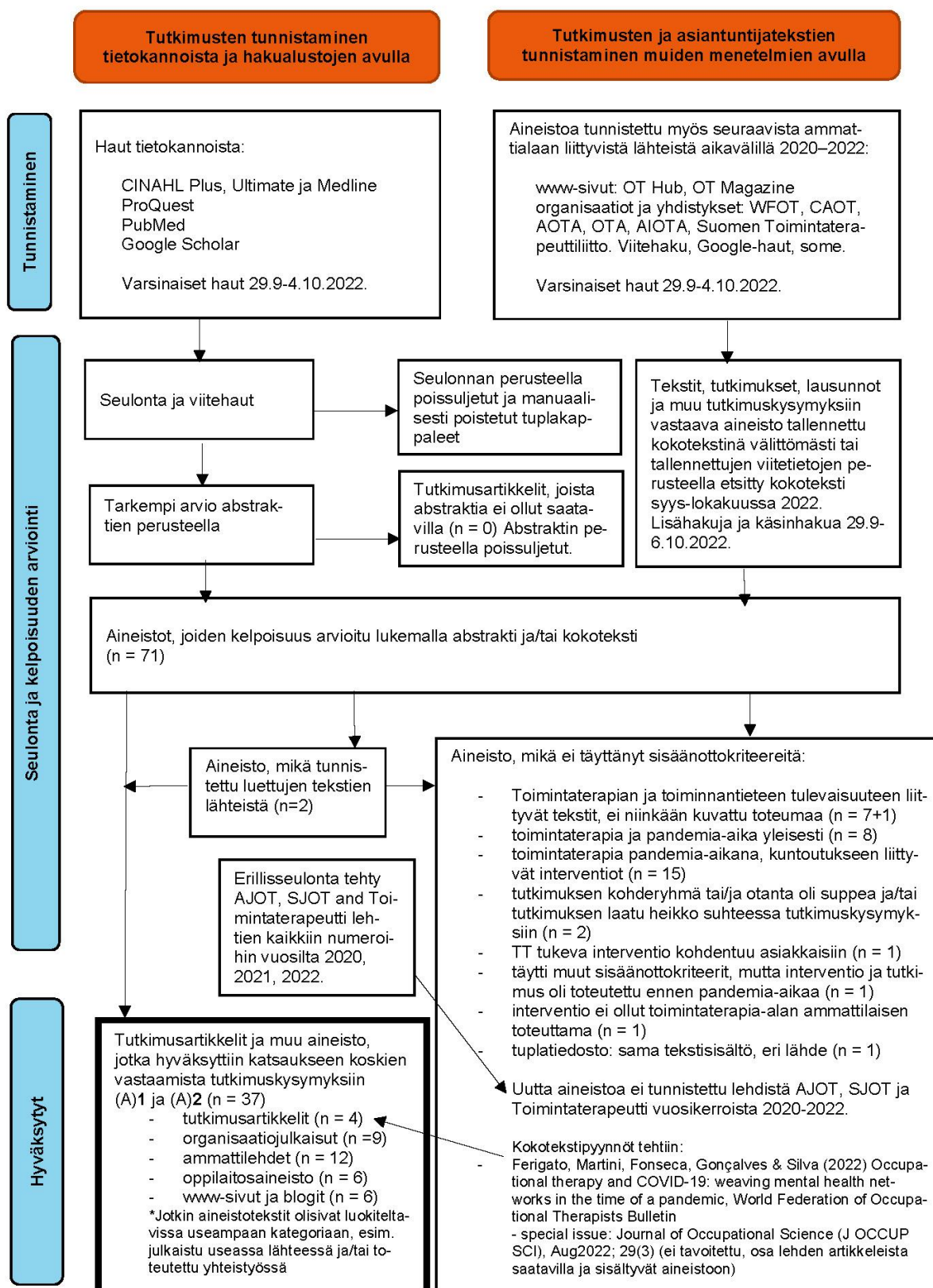
### Liite 1. Tämän opinnäytetyön ja siihen sisältyneiden kirjallisuuskatsausten prosessikuvaukset infograafeina



## Liite 2. Toiminnantieteen käsitteitä ja esimerkkejä pandemia-aikaa käsittelevistä toiminnantieteen tutkimuksista

<b>OCCUPATIONAL DISRUPTION</b>	<b>Toiminnallisuuden tilapäinen häiriötila.</b> Toimintojen ja toimintaympäristöjen häiriö tai tilapäinen sekasorto, mikä vaikuttaa esimerkiksi yksilön identiteettiin, selviytymiskeinoihin, sosiaalisiin suhteisiin ja arvostamiinsa toimintoihin osallistumiseen. <b>Käsitteellä ei ole vakiintunutta suomenkielistä vastinetta.</b> Hammell 2020; Sangster & Jokić-Begić 2022; Smallwood, Pascoe, Karimi, Bismark & Willis 2021; Rotenberg, Oreper, Bar, Davids-Brumer, Arbel & Dawson 2021; Donnelly, Fukumura & Richter 2022; Lee, Awan, Chaudhary & John 2022; Keptner & McCarthy 2020; Jokić & Jokić-Begić 2022.
<b>OCCUPATIONAL ENGAGEMENT</b>	<b>Toiminnallinen sitoutuminen.</b> Lee, Awan, Chaudhary & John 2022.
<b>MEANINGFUL OCCUPATIONS</b>	<b>Merkitykselliset toiminnot</b> Cruyt, De Vriendt, De Letter, Vlerick, Calders, De Pauw & Van de Velde 2021.
<b>OCCUPATIONAL ALIENATION</b>	<b>Toiminnallinen vieraantuminen</b> kuvaa tilannetta, jossa toimintaa ei koeta merkitykselliseksi ja elämää rikastuttavaksi. Mahdollisuuksien tai voimavarojen puute on osa toiminnallisen vieraantumisen käsitettä.
<b>OCCUPATIONAL APARTHEID</b>	<b>Toiminnallinen syrjäytyminen.</b> Ihminen menettää itsemääräämisoi-keutensa valita omia toimintojaan. Taustalla voi vaikuttaa esimerkiksi poliittiset päätökset tai kulttuurinen ympäristö.
<b>OCCUPATIONAL DEPRIVATION</b>	<b>Toiminnallinen deprivatio</b> kuvastaa tilannetta tai tilaa, jossa välttämättömiin tai merkityksellisiin toimintoihin osallistuminen on estynyt yksilöstä riippumattomien ulkoisten tekijöiden vuoksi. Vanpuymbrouck & Olson 2021; Balser, O'Brien & Wittman 2020.
<b>OCCUPATIONAL RESILIENCE</b>	<b>Toiminnallinen resilienssi,</b> viittaa joustavuuteen ja kykyihin mukauttaa toimintaansa ja suhtautumistaan. Brown 2021.
<b>OCCUPATIONAL JUSTICE</b>	<b>Toiminnallinen oikeudenmukaisuus.</b> Townsend 2022; Reyes, Baes, Gualberto, Pagcaliwagan 2021; Jesus, Kamalakannan, Bhattacharjya, Bogdanova, Arango-Lasprilla, Bentley & of the American 2020.
<b>OCCUPATIONAL BALANCE</b>	<b>Toiminnallinen tasapaino.</b>
<b>OCCUPATIONAL IMBALANCE</b>	<b>Toiminnallinen epätasapaino.</b> Yksilön mahdollisuus osallistua monipuoliseen toimintaan on rajoittunut ja ihminen kokee, että arjen toiminnot eivät ole hänelle merkityksellisellä tavalla edustettuina tai hänen hyvinvointiaan tukevalla tavalla tasapainossa. (Townsend & Wilcock 2004, 80–82.)
<b>WORK-LIFE BALANCE</b>	<b>Työelämän tasapaino.</b> Chu, Chan & So 2022; Jansson-Mackey 2021.

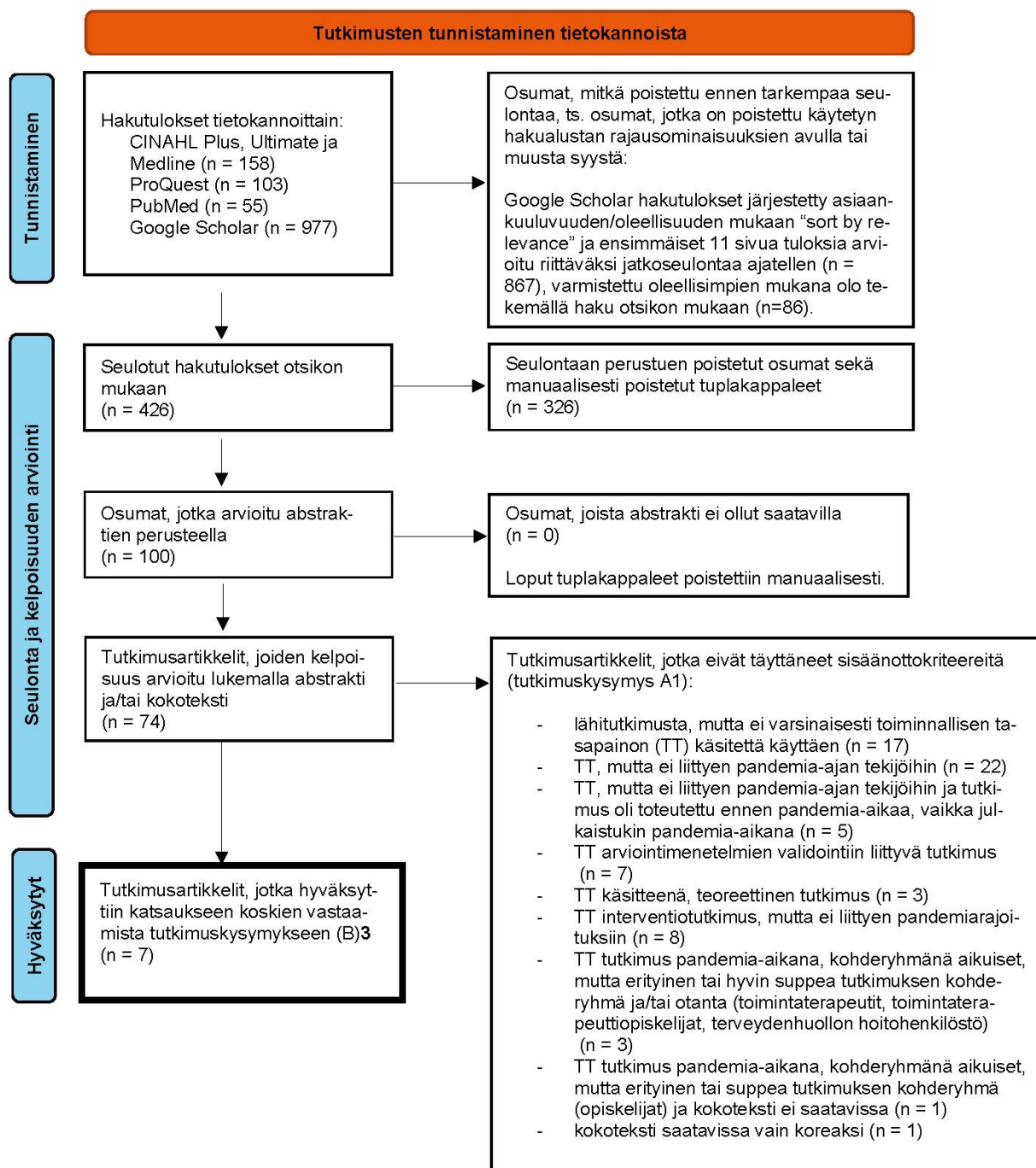
### Liite 3. Aineiston A hakuprosessia kuvaava PRISMA-vuokaavio



Hakuprosessi kuvattuna PRISMA-vuokaavion mukaisesti, tutkimusosio A, tutkimuskysymykset (A)1 ja (A)2. Kaaviossa toiminnallinen tasapaino on lyhennetty kirjainyhdistelmäksi TT. (Page, McKenzie, Bossuyt, Boutron, Hoffmann, Mulrow ym. 2021.)



## Liite 4. Aineiston B hakuprosessia kuvaava PRISMA-vuokaavio



Hakuprosessi kuvattuna PRISMA-vuokaavion mukaisesti, tutkimusosio B, tutkimuskysymys (B)3. Kaaviossa toiminnallinen tasapaino on lyhennetty kirjainyhdistelmäksi TT. (Page, McKenzie, Bossuyt, Boutron, Hoffmann, Mulrow ym. 2021.)

## Liite 5. Aineistojen laadun arvioinnissa käytetyt JBI -arviointikriteerit

Tutkimusten arviointikriteeristöt (JBI). Hoitotyön tutkimussäätiö (Hotus). <https://www.hotus.fi/jbin-kriittisen-arvioinnin-tarkistuslistat/>

JBI: Kriittisen arvioinnin tarkistuslista satunnaistetulle kontrolloidulle tutkimukselle <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2019/03/jbi-kriteerit-satunnaistettu-kontrolloitu-tutkimus.pdf>

JBI: Arviointikriteerit poikkileikkaustutkimukselle: <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2019/04/jbi-kriteerit-poikkileikkaustutkimus-final.pdf>

JBI: Arviointikriteerit laadulliselle tutkimukselle <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2019/03/jbi-kriteerit-laadulliselle-tutkimukselle-2.pdf>

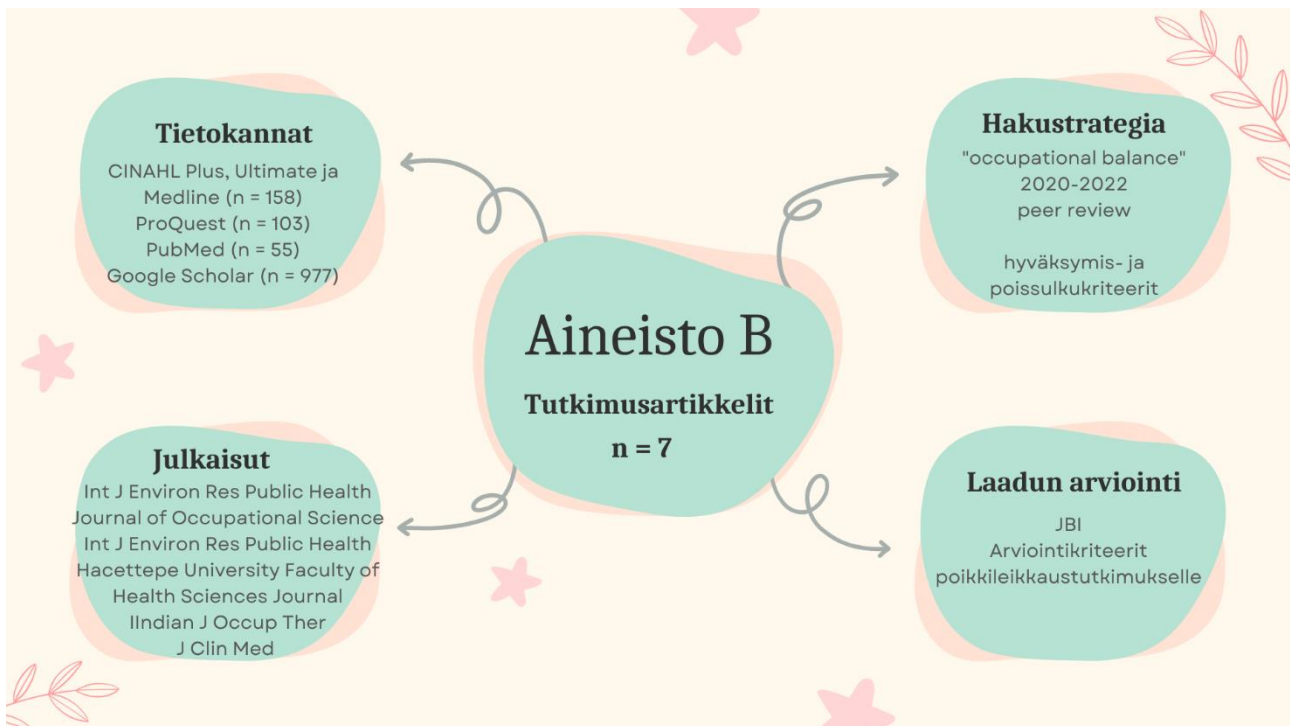
JBI: Arviointikriteerit järjestelmälliselle katsaukselle <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2019/03/jbi-kriteerit-ja-selosteosa-jarjestelmallinen-katsaus-final.pdf>

JBI: Arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2019/03/jbi-kriteerit-ja-selosteosa-asiantuntijoiden-nakemys-ja-narratiivinen-teksti.pdf> <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2019/03/jbi-kriteerit-asiantuntijoiden-nakemys-ja-narratiivinen-teksti.pdf>

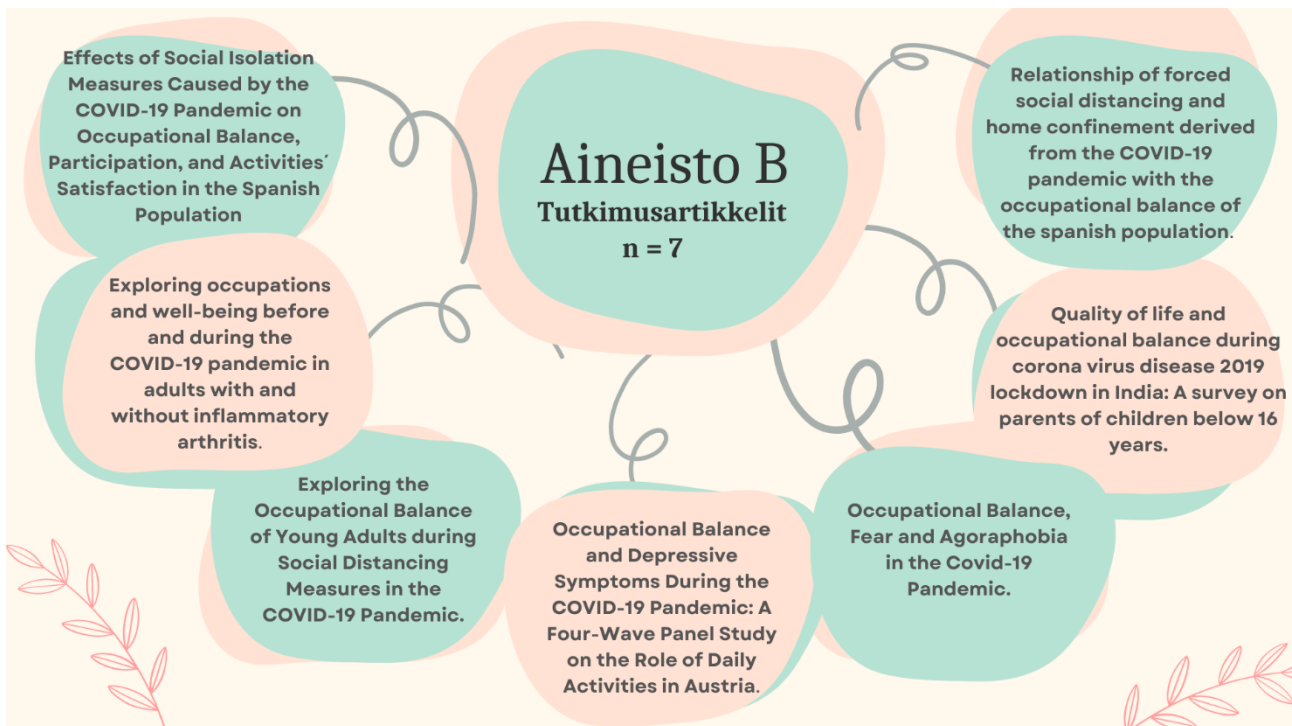
JBI: Kriittisen arvioinnin tarkistuslista tapausselostus (case report) <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2019/03/jbi-kriteerit-tapausselostukselle-1.pdf>

Lisätietoja JBI <https://jbi.global/>

## Liite 6. Aineistojen A ja B keruut ja laadun arvioinnit infograafeina



## Liite 7. Aineistojen A ja B kuvaukset infograafeina



## Liite 8. Aineiston A kuvaus taulukkona

A	<b>Aineiston otsikko</b>  <b>Tekijät (vuosi)</b>  T=tutkimusartikkeli, O= organisaatiolähde, A= ammatillisen lehden artikkeli, K = oppilaitosjulkaisu, W= verkkosivut	<b>Dokumenttityyppi</b>  <b>Julkaisu</b>  <b>tietokanta/lähde</b>  <b>JBI -arviointi/huomiot</b>	<b>Kuvataanko</b>  <b>A1) kontribuutioita – mahdollisuuksia, toteutuneita</b>  <b>A2) verkostoja</b>  <b>toteutuksen ajankohta ja -paikka</b>
1T	<b>Occupational therapy and COVID-19: weaving mental health networks in the time of a pandemic</b>  Sabrina Helena Ferigato, Larissa Campagna Martini, Letícia Gomes Fonseca, Giulia Falcirolli Gonçalves & Carla Regina Silva (2022)	<b>Teoreettinen tutkimusartikkeli / essee</b>  World Federation of Occupational Therapist Bulletin  Taylor & Francis Online  JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille	<b>A1)</b> teoreettista ja käytännön pohdintaa ja kuvausta toimintaterapeuttien kontribuutioista pandemia-ajan kontekstissa  <b>A2)</b> kuvaa Brasilian psykososiaalisen terveydenhuollon verkostoja ja mahdollisuuksia toimintaterapeuttien toiminnalle julkisen terveydenhuollon piirissä  <b>Brasilia</b> (online print-ahead published 19 May 2022, kokoteksti artikkeli saatu tutkimuskäyttöön WFOT:lta sähköpostitse 29.10.2022)
2T	<b>Gone viral: the global spread of an occupational therapy COVID-19 resource</b>  Lorrae Mynard (2020)	<b>Tutkimusartikkeli / case report</b>  World Federation of Occupational Therapists Bulletin  Taylor & Francis Online  JBI tapauselostukselle	<b>A1)</b> Tapaustutkimusraportti missä kuvataan väestölle suunnatun oppaan kehitys ja sen käyttökokemuksia  <b>A2)</b> Kuvaa verkostoja sekä oppaan kehittämisestä, sen leviämisestä ja käyttäjien tavoittamisesta. Kuvailee/ottaa kantaa toimintaterapeuttien kansainväliseen yhteistyöhön ja mahdollisuuksiin jakaa tietoa ja taitoja laajemmin verkostoissa.  <b>Australia</b> /verkkosivustolle luotu opas maaliskuun puolivälissä 2020 > viraali online-ilmiö ja levisi maailmanlaajuisesti

3T	<p><b>Effect of Web-Based Time-Use Intervention on Occupational Balance During the Covid-19 Pandemic.</b></p> <p>Pekçetin S, Günal A. (2021)</p>	<p><b>Tutkimusartikkeli /RCT</b></p> <p>Canadian Journal of Occupational Therapy (Can J Occup Ther). 2021 Mar;88(1):83-90. Epub 2021 Mar 21.</p> <p>PubMed, Sage Journals</p> <p>JBI Kriittisen arvioinnin tarkistusta satunnaistetulle kontrolloidulle tutkimukselle (RCT)</p>	<p><b>A1)</b> Kuvaa toteutetun verkkopohjaisen ajankäytön hallinnan intervention, siitä tehdyn tutkimuksen ja siitä tehdyt johtopäätökset.</p> <p><b>A2)</b> kuvaa verkostoja tämän kontribuution ja tutkimuksen osalta (opiskelijat, yliopisto ja sen sidosryhmät)</p> <p><b>Turkki, yliopisto, 6-7-/2020</b></p>
4T	<p><b>Covid-19 pandemic: The All India Occupational Therapists' Association's response to the challenges</b></p> <p>Anil K. Srivastava, Neeraj Mishra &amp; Lakshmanan Sethuraman (2020)</p>	<p><b>Tapaustutkimus</b></p> <p>World Federation of Occupational Therapists Bulletin, 76:2, 98-102.</p> <p>Käsinhaku (Taylor &amp; Francis)</p> <p>JBI tapauselostukselle</p>	<p><b>A1)</b> Tapaustutkimusraportti missä kuvataan pandemia-aikana toteutetun verkkopohjaisen ja avoimen koulutuksen (COVID-19 e-Learning Modules) ja materiaaliarkiston kehittämistä, sisältöä ja käyttöä.</p> <p><b>A2)</b> Kuvaa verkostoja sekä koulutusmoduulien ja materiaalien kehittämiseen, ja käyttäjiin liittyen sekä kansallisesti että kansainvälisesti eri tasoilla.</p> <p><b>Intia – ja kansainväliset verkostot 2020</b></p>
5 O	<p><b>Normal Life has been Disrupted - Managing the disruption caused by COVID-19</b></p> <p>Lorrae Mynard (2020)</p>	<p><b>Toimintaterapeuttinen opas,</b> .pdf-julkaisu OTA www-sivustolla</p> <p>OT Guide COVID-19 March 2020.pdf</p> <p>organisaatiot/viitehaku</p> <p>JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille</p>	<p><b>A1)</b> väestölle suunnattu opas, sisältö toimintaterapian coping-keinoja ja vinkkejä pandemia-aikaan.</p> <p><b>A2)</b> Kuvaa verkostoja oppaan kehittämisen/kehittäjän osalta</p> <p><b>Australia, 3/2020</b></p>
6 O	<p><b>Occupational Therapy Response to the COVID-19 Pandemic, Mar 2020</b></p>	<p>WFOT:n (The World Federation of Occupational Therapists) <b>julkinen kannanotto /lausunto /tiedote</b></p> <p>organisaatiot</p>	<p><b>A1)</b> Ilmaisee toimintaterapeuttien kansainvälisenä katto-organisaationa toimintaterapeuttien tunnistavan pandemia-ajasta aiheutuvat toiminnallisuuden muutokset ja riskit ihmisten hyvinvoinnille ja toimintaterapeuttien työn sellais-</p>

	WFOT's Public Statement on Occupational Therapy Response to the COVID-19 Pandemic, 2020	JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille	ten strategioiden kehittämiseksi, että ihmisten toiminnallisuus ja osallisuus mahdollistuu.  <b>A2)</b> WFOT edustaa kansainvälistä jäsenistöä ja sen jäsenenä on kansalliset liitot, yhdistykset ja niin ikään henkilöjäseniä ympäri maailman. Lausunnon lopussa mainitaan, että WFOT on mukana kokouksissa, tiedotustilaisuuksissa ja strategian kehittämisessä  <b>17.3.2020</b>
<b>7 O</b>	<b>4 Tips for Families from Occupational Therapists During the Summer of COVID-19</b>  CONTRIBUTED BY AOTA   JUNE 2020   CATEGORY: SUMMER FUN  Kelly Tanner, Grace Sagester, Sara O'Rourke	<b>Artikkeli</b> lehdessä Exceptional Parent Magazine ja siihen liittyen blogiteksti lehden www-sivuilla (ep-magazine.com)  organisaatiot/Google  JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille	<b>A1)</b> AOTA:n tekemä American Occupational Therapy Association lehtiartikkeli, johon on koottu vinkkejä perheille pandemia-aikana ja lyhyesti kuvattu toimintaterapia  <b>A2)</b> Kuvaa verkostoja suppeasti artikkelin/vinkkien tekemisen/tekijöiden osalta (yhteistyö AOTA ja EP Magazine sekä kirjoittajien taustat)  <b>American Occupational Therapy Association, USA, 6/2020</b>
<b>8 O</b>	<b>COVID-19 OCCUPATIONAL THERAPISTS: ESSENTIAL TO MENTAL HEALTH</b>  CAOT, Canadian Association of Occupational Therapists	CAOT, Canadian Association of Occupational Therapists <b>www-sivut</b> , osio "About OT" > Information for you > COVID-19 Occupational therapists: Essential to mental health  organisaatiot  JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille	<b>A1) kannanotto ja materiaaleja</b> (mm. tapauskuvauksia ladattavaksi ja jaettavaksi sekä kirje lähetettäväksi työnantajalle, liitolle tai vakuutusyhtiölle, jotta toimintaterapia sisällytettäisiin kirjeen lähettäjän terveydenhoitosuunnitelmaan. Materiaaleissa kuvataan toimintaterapian moninaisia mahdollisuuksia sekä ennaltaehkäisevässä että kuntouttavassa työssä väestön mielenterveyden tueksi pandemiatilanteen aiheuttamissa haasteissa ("occupational disruption").  <b>A2)</b> www-sivuilla mainitaan tahoja liittyen Kanadan mielenterveyspalveluiden kenttään  <b>Kanada</b>



9 O	<p><b>Occupational therapy intervention in COVID 19</b></p> <p>AIOTA</p> <p>Neeraj Mishra, Lakshmanan Sethuramanh, Jyotika N. Bijlani, Anil K. Srivastavaa</p>	<p><b>verkkopohjainen avoin koulutus</b> (COVID-19 e-Learning Modules) materiaali saatavilla AIOTA:n (All India Occupational Therapists' Association) <a href="http://www.sivuilla">www.sivuilla</a></p> <p><a href="http://www.aiota.org">www.aiota.org</a> (AIOTA, 2020a)</p> <p>organisaatiot/Google</p> <p>JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille</p>	<p><b>A1)</b> Toimintaterapian asiantuntijoiden vinkkejä, keinoja ja ohjeita interventioihin. Kohderyhmänä ammattilaiset, väestö ja huoltajat (“professionals, masses and the caregivers”) kolme pitkää moduulia (30–35 mins) ja neljä lyhyttä (15-20 mins) moduulia englanniksi ja hindiksi.</p> <p><b>A2)</b> tekijät ja kohderyhmät kuvattu, julkaisu kansallisen organisaation sivuilla</p> <p><b>Intia, 2020</b></p>
10 O	<p><b>WELLNESS FOR LIFE &amp; CAREER, Do You: Occupational Balance &amp; Quality of Life.</b></p> <p>AOTA, Reprinted with permission from Jessica Zuba, OTD student and Bridget Hahn, OTD, OTR/L, Rush University.</p>	<p>AOTA:n (American Occupational Therapy Association) <a href="http://www.sivut">www.sivut</a>, n.d.</p> <p>organisaatiot</p> <p>JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille</p>	<p><b>A1)</b> Vinkkejä ja keinoja toiminnallisen tasan ja elämänlaadun tueksi, kohderyhmänä toimintaterapeutit, opiskelijat, kouluttajat ja heidän kauttaan muut kohderyhmät</p> <p><b>A2)</b> Kuvaa verkostoja varsin suppeasti ja lähinnä vinkkien tekijöiden osalta ja kohdelukijoita eritellen. AOTA:n yhteistyötahot löydettävissä sivuston muilta sivuilta.</p> <p><b>USA, Nd.</b> Aineiston alkuperäinen julkaisuaika ei selviä sivuston lähdekoodistaan 2020/2021, saatavilla edelleen 10/2022</p>
11 O	<p><b>Occupational Therapy’s Role in Times of Disaster: Addressing Periods of Occupational Disruption</b></p> <p>AOTA - Rondalyn Varney Whitney, PhD, OTR/L, FAOTA Director of Faculty Development and Scholarship West Virginia University’s School of Medicine, Department of Human Performance, Morgantown, WV Wendy E. Walsh, PhD, OTR/L Chair of University of the Sciences, Department of Occupational Therapy, Philadelphia, PA</p>	<p><b>Jatko-/täydennyskoulutusartikkeli</b></p> <p>AOTA:n (American Occupational Therapy Association) <a href="http://www.sivut">www.sivut</a>, 2020.</p> <p><a href="https://www.aota.org/-/media/Corporate/Files/Publications/CE-Articles/CE-Article-May-2020.pdf">https://www.aota.org/-/media/Corporate/Files/Publications/CE-Articles/CE-Article-May-2020.pdf</a></p> <p>organisaatiot/viitehaku</p>	<p><b>A1)</b> Artikkelin on osa AOTA:n julkaisemaa koulutuskokonaisuutta pandemia-aikaan liittyen. Kohderyhmänä ovat toimintaterapeutit, kouluttajat ja opiskelijat.</p> <p><b>A2)</b> Ei kuvaa verkostoja / kuvaa verkostoja varsin suppeasti ja lähinnä artikkelin tekijöiden taustan ja nimien koulutuksen kohderyhmät yleisellä tasolla. AOTA:n yhteistyötahot löydettävissä sivuston muilta sivuilta.</p> <p><b>USA, 5/2020</b></p>



		JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstile	
<b>12 O</b>	<b>Covid-10 and TEACH (a compilation of member contributions)</b>  ENOTHE, European Network of Occupational Therapy in Higher Education, 2020	<b>.pdf - kooste</b> ENOTHE:n (European Network of Occupational Therapy in Higher Education) jäsenten kontribuutioista ( <b>a compilation of member contributions</b> ) ENOTHE:n www-sivuilla  <a href="https://enothe.eu/wp-content/uploads/2020/07/COVID-and-Teach-compilation-of-member-contributions.pdf">https://enothe.eu/wp-content/uploads/2020/07/COVID-and-Teach-compilation-of-member-contributions.pdf</a>  Google/viitehaku/organisaatiot  JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstile	<b>A1)</b> Kooste kuvaa ENOTHE:n jäsenten kontribuutioita pandemia-aikana ja kutsuu jäseniä jakamaan niitä lisää. Kutsu kohdennetaan ensisijaisesti toimintaterapiakoulutuksen etäratkaisuihin ja innovaatioihin, mutta esiin tuodaan myös pandemian vaikutus koko väestöön ja .pdf-muodossa julkaistu kooste sisältää lyhyen kuvauksen saksalaisten toimintaterapeuttipiskelijöiden tekemästä ”Occupational Therapy and Covid-19“-tietopakettista/ 28-sivuisesta esitteestä mikä on kohdennettu väestölle pandemia-aikana.  <b>A2)</b> Aineistosta kuvautuu osin ENOTHE:n kansainvälisiä verkostoja liittyen pandemia-ajan kontribuutioihin.  <b>7/2020</b>
<b>13 O</b>	<b>Benefits of OT During COVID-19 Pandemic</b>  The Ontario Society of Occupational Therapists (OSOT)	OSOT:in (The Ontario Society of Occupational Therapists) <b>www-sivu – linkkejä sivuston ulkopuolelle</b>  <a href="https://www.osot.on.ca/OSOT">https://www.osot.on.ca/OSOT</a>  Clinical_Guidance_For_OTs/  organisaatiot/Google  JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstile	<b>A1)</b> OSOT:in www-sivuille kerätty linkkejä muihin materiaalilähteisiin ja sivustoille (tutkimuskysymyksiin vastaavia ja sisäänottokriteerit täyttäviä uusia aineistoja ei tunnistu, mutta linkit vahvistavat kerättyä ja hyväksytyjä aineistoja)  <b>A2)</b> sivu linkeineen itsessään on esimerkki online-verkostoista  <b>Kanada, Nd.</b> Aineiston alkuperäinen julkaisuaika ei selviä sivuston lähdekooditakaan 2020/2021, saatavilla edelleen 10/2022
<b>14 A</b>	<b>Editorial: Better together – Advancing occupational therapy practice through alliance-building and collaborative learning.</b>	<b>Pääkirjoitus</b>  Occupational Therapy Now -lehti. July/august 2020, volume 22, 4. Special Issue: Better together: Occupational Therapy and Multi-professional Practice.	<b>A1)</b> Erikoisnumeron pääkirjoitus, yleinen kannanotto pandemia-aikana toimintaterapeuttien kontribuutioista ja yhteistyön ja verkostojen edistämisestä

	Ruheena Sanghar, Maria Mulally, 2020.	<a href="https://caot.ca/uploaded/web/otnow/OT%20Now_JULY_20.pdf">https://caot.ca/uploaded/web/otnow/OT%20Now_JULY_20.pdf</a>  Google/viitehaku  JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille	<b>A2)</b> kuvaa yhteistyötä ja verkostoja yleisellä tasolla ja ottaa kantaa niiden merkitykseen ja kehittämiseen  <b>Kanada, 7/2020</b>
15 A	<b>Occupational gifts in the time of a pandemic.</b>  Hiba Zafran, 2020.	Occupational Therapy Now - <b>lehden artikkeli, sivu 5.</b> July/august 2020, volume 22, 4. Special Issue: Better together: Occupational Therapy and Multiprofessional Practice.  <a href="https://caot.ca/uploaded/web/otnow/OT%20Now_JULY_20.pdf">https://caot.ca/uploaded/web/otnow/OT%20Now_JULY_20.pdf</a>  Google/viitehaku  JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille	<b>A1)</b> Erikoisnumeron artikkeli, esittelee Rachel Thibeaultin näkemyksen ”occupational gifts” merkityksellisistä toiminnoista, ns. ”5Cs” (+ kuudes: kulttuuri) peilaten sitä pandemia-ajan toiminnallisuuden rajoitteisiin ja häiriöön  <b>A2)</b> kannanotto yhteistyöhön ja vaikuttamiseen lähiverkostoissa ja kansainvälisesti  <b>Kanada, 7/2020</b>
16 A	<b>Engagement in living during the COVID-19 pandemic and ensuing occupational disruption</b>  Karen Whalley Hammel, 2020	Occupational Therapy Now - <b>lehden artikkeli, sivu 7.</b> July/august 2020, volume 22, 4. Special Issue: Better together: Occupational Therapy and Multiprofessional Practice.  <a href="https://caot.ca/uploaded/web/otnow/OT%20Now_JULY_20.pdf">https://caot.ca/uploaded/web/otnow/OT%20Now_JULY_20.pdf</a>  Google/viitehaku  JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille	<b>A1)</b> Erikoisnumeron artikkeli, kannanotto toimintaterapeuttien kontribuutioista/mahdollisuuksista pandemia-aikana  <b>A2)</b> Artikkelin kutsuu/rohkailee kollegoita kansainvälisesti tietotaitonsa käytännön implementointiin uudessa tilanteessa  <b>Kanada, 7/2020</b>
17 A	<b>Beyond COVID</b>	OT Magazinen online-artikkeli	<b>A1)</b> Artikkelin kuvaa ja tiedottaa uudesta online alustasta mikä on luotu väestön toiminnallisuuden tueksi pandemia-aikana ”to connect and empower global

	OT Magazine, Health, Slider, Posted by Admin, Jun 8, 2020	Health, Slider, Posted by Admin, Jun 8, 2020. (Article first appeared in the May/June issue of The OT Magazine)  <a href="https://ot-magazine.co.uk/beyond-covid/">https://ot-magazine.co.uk/beyond-covid/</a>  Google/viitehaku  JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstile	citizens to engage in meaningful occupations”.  <b>A2)</b> artikkeli kuvaa online-sivustoa minkä pyrkimyksenä on tavoittaa ns. normaaliväestöjä (verkostoituminen internetissä)  <b>Iso-Britannia, 5–6/2020</b>
<b>18 A</b>	<b>The response to COVID-19: Occupational resilience and the resilience of daily occupations in action.</b>  Brown T.	<b>Pääkirjoitus</b> Occupational Therapy Australian julkaisussa.  Aust Occup Ther J. 2021 Apr;68(2):103-105. doi: 10.1111/1440-1630.12721. Epub 2021 Feb 1. PMID: 33527406; PMCID: PMC8014807.  Pub Med  JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstile	<b>A1)</b> pääkirjoitus, kannanotto kuvaa toimintaterapeuttien tietotaidon hyödyntämisen ja kohdentamisen mahdollisuuksia pandemiatilanteessa  <b>A2)</b> kuvaa yhteistyötahoja ja ammattialan merkittäviä toimijoita ja organisaatioita ja ottaa kantaa verkostoyhteistyön välttämättömyydestä  <b>Australia, 4/2021</b>
<b>19 A</b>	<b>Occupational therapy in times of pandemic: social security and guaranties of possible everyday life for all.</b>  Malfitano, A. P. S., Cruz, D. M. C., & Lopes, R. E. (2020).  The Brazilian Association of Occupational Therapists (ABRATO)	<b>Pääkirjoitus</b> Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional julkaisussa.  Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, 28(2), 401-404. <a href="https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoED22802">https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoED22802</a>  JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstile	<b>A1)</b> Pääkirjoitus kuvaa osittain jo toteutettuja kontribuutioita ja on ennen kaikkea kannanotto, jossa kuvataan toimintaterapeuttien tietotaidon hyödyntämisen ja kohdentamisen mahdollisuuksia ja suorastaan välttämättömyyttä pandemiatilanteessa. Nostaa esille rajoitustoimenpiteiden ja pandemia-ajan kokonaistilanteen riskejä ja haittoja Brasiliassa ennen kaikkea eriarvoisuuden ja sosiaalisten vaikutusten osalta ja korostaa toimintaterapeuttien työn tarvetta näiden osalta.  <b>A2)</b> Artikkelin kuvaa ja nimeää lukuisia verkostoyhteistyötahoja kansallisesti sekä muutamia ammattialan sisäisiä ansainvälisesti. <b>Brasilia, 4–6/2020</b>

20 A	<p><b>An occupational perspective on COVID-19</b></p> <p>Mandy Stanley &amp; Birgit Proding (2022)</p> <p>Association of Occupational Science</p>	<p><b>Guest Editorial -artikkeli</b> Journal of Occupational Science julkaisun erikoisnumerossa.</p> <p>Journal of Occupational Science, 29:3, 281-283, DOI: 10.1080/14427591.2022.209978 4. Special issue</p> <p>Taylor &amp; Francis</p> <p>JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille</p>	<p><b>A1)</b> Lehden erikoisnumero käsittelee pandemia-aikaa toimintaterapian ja toiminnantieteen näkökulmasta ja artikkeleissa on koonti lehdessä esitellyistä kansainvälisesti toteutetuista tutkimuksista, opiskelijoiden töistä ja koulutustyöstä.</p> <p><b>A2)</b> Artikkelit tuo esille eri tahoja ympäri maailman, joskaan ei niiden välisiä suhteita. Lehden erikoisnumero kokoaa artikkeleita Euroopasta, Afrikasta, Australiasta &amp; Uusi-Seelannista ja Pohjois-Amerikasta.</p> <p><b>7/2022</b>, lehti on kansainvälinen (päätoimittaja Uusi-Seelanti, kustantaja Taylor&amp;Francis)</p>
21 A	<p><b>Doing It Right: OT Meeting Population Needs with COVID-19.</b></p> <p>Balsler, A., O'Brien, S. P., &amp; Wittman, P. (2020).</p>	<p><b>Artikkeli</b></p> <p>OJOT, The Open Journal of Occupational Therapy, 8(4), 1-6. <a href="https://doi.org/10.15453/2168-6408.1753">https://doi.org/10.15453/2168-6408.1753</a></p> <p>JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille</p>	<p><b>A1)</b> Artikkelit on kannanotto ja argumentoi sen puolesta, että toimintaterapeuttien tulisi toimia myös tavanomaista yksilökeskeistä kuntoutustyötä laajemmin ja että toimintaterapeuttien tulisi edistää hyvinvointia myös yhteisöjen ja yhteiskuntatasolla. Artikkelissa on eritelty taulukkomuodossa myös esimerkkejä interventioista kolmella tasolla: mikro (yksilö), meso (yhteisö) ja makro (yhteiskunta).</p> <p><b>A2)</b> Tekstissä mainitaan joitakin (kirjoittajille/kirjoittajien mielestä) keskeisiä verkostotekijöitä (pääasiallisesti USA:n terveydenhuoltojärjestelmän puitteissa), mutta pääasiallisesti käsitellään asiaa teoreettisesti mikro-, meso- ja makrotasojen kautta ja nimeten näiden merkitys käytännön tasolla ns. geneerisesti. Artikkelin kirjoittajat ovat USA:n Eastern Kentuckyn yliopiston ja St. Patrick Hospitalin edustajia, toimintaterapeutteja</p> <p><b>USA, 8/2020</b></p>
22 A	<p><b>Are OT practitioners addressing the needs of individuals, groups, and populations during the COVID epidemic?</b></p>	<p><b>artikkeli</b></p> <p>The Communique, July/August/September 2020, issue 3.</p> <p>The Communique on online-julkaisu ILOTA:n jäsenille, käsittelee</p>	<p><b>A1)</b> kannanotto / kirjoitus, mikä otsikonsa mukaisesti pohtii ovatko toimintaterapeutit huomioineet yksilöiden, ryhmien ja väestön tarpeet COVID-epidemian aikana. Kuvaa pandemia-aikaa toiminnallisesta näkökulmasta ja nostaa esille esimerkkejä siitä, miten toimintaterapeutit voisivat edistää yksilöi-</p>

	<p>Alee Leteria, Lisa Knecht-Sabres, 2020.</p>	<p>ajankohtaisia toimintaterapia-alaan liittyviä aiheita.</p> <p>käsinhaku</p> <p>JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille</p>	<p>den, ryhmien, yhteisöjen ja väestön hyvinvointia pandemia-aikana. Kehottaa toimintaterapeutteja käyttämään luovuttaan ja ns. ajattelemaan laatikon ulkopuolelta kehittäessään työtä ja toimia pandemiatilanteessa mikä koskee kaikkia.</p> <p><b>A2)</b> Korostaa toimimista / kutsuu toimintaterapeutteja toimimaan eri tasoilla: yksilön, ryhmien, yhteisön ja väestön tasolla, ei kuitenkaan erittele tai nimeä konkreettisia verkostotahoja.</p> <p><b>USA, Illinois, 7–9/2020</b></p>
<p><b>23 A</b></p>	<p><b>Occupational therapy: The key to unlocking locked-up occupations during the COVID-19 pandemic.</b></p> <p>Kamalakannan S, Chakraborty S.</p>	<p><b>Open letter -artikkeli</b></p> <p>Wellcome Open Res. 2020 Jul 1;5:153. doi: 10.12688/wellcomeopenres.16089.1. PMID: 32766458; PMCID: PMC7388192.</p> <p>PubMed</p> <p>JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille</p> <p>Artikkeli on tutkimusjulkaisussa, vertaisarviointiprosessi on kesken.</p>	<p><b>A1)</b> Kannanotto / kutsu toimintaan, kirjoitus nostaa esille toimintaterapeuttien osaamisen ja erityisesti toiminnananalyysitaidot ja sen, että sitä tulisi hyödyntää pandemiatilanteessa mm. ns. "exit strategiaa" suunniteltaessa kun pohditaan, miten rajoitteista voitaisiin luopua. Artikkelissa annetaan esimerkkejä työstä ja toimenpiteistä, joissa toimintaterapeuttien tietotaitoa voitaisiin hyödyntää. Tuo esille sen, että pandemia-aikana ikään kuin koko maailma kokee tilapäisen heikentyneen toimintakyvyn "temporary form of disability" ja että toimintaterapeuttien asiantuntijuutta tulisi hyödyntää pandemiatilanteessa ja myös tulevaisuudessa muutoinkin laajemmin kuin yksilöiden kuntoutuksessa.</p> <p><b>A2)</b> Ottaa kantaa siihen, että pandemian hallintaan osallistuvien tahojen, "every stakeholder involved in combating COVID-19", tulisi arvostaa alihyödynnettyä toimintaterapeuttien asiantuntijuutta. Tuo esille seikan, että toimintaterapeutteja on maailmanlaajuisesti vain 0,03 toimintaterapeuttia 100 000 ihmistä kohden. Vaikka pieni osa toimintaterapeuteista on tutkijoita, kirjoittajan mukaan he eivät ole osa valtion terveys- ja sosiaalihuoltojärjestelmää tai kuulu sairauksien ennaltaehkäisyyn, terveyden edistämisen ja kuntoutuksen tieteellisiin tai kansanterveyttä johtaviin elimiin/or-</p>

			ganisaatioihin ainakaan matalan tulotason maiden terveydenhuoltojärjestelmissä.
24 A	<p><b>Occupational Therapy's Role in Addressing the Psychological and Social Impact of COVID-19.</b></p> <p>Lannigan EG, Tyminski Q.</p>	<p><b>Artikkeli</b> AOTA:n jäsenlehdessä</p> <p>Am J Occup Ther. 2021 Jul-Aug;75(Supplement_1):7511347030p1-7511347030p7. doi: 10.5014/ajot.2021.049327. PMID: 34405802.</p> <p>JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstile</p>	<p><b>A1)</b> Kirjoitus on kannanotto / kutsu toimintaan, "call to action". Kirjoitus käsittelee toimintaterapeuttien (mahdollisia) kontribuutioita pandemia-ajan aiheuttamiin väestön mielenterveyden haasteisiin. Pandemia on yhteiskunnallinen trauma ja aiheuttaa kollektiivisesti stressiä. Artikkelin nimeä ja kuvaa useamman toimintaterapian viitekehysten ja mallin, joiden pohjalta interventioita voisi toteuttaa. Erittelee / antaa esimerkkejä toimista, joita toimintaterapeutit voisivat toteuttaa yksilöiden kanssa työskennellessään ja myös yhteisöjen ja yhteiskunnallisella tasolla.</p> <p><b>A2)</b> Kirjoitus ottaa kantaa sen puolesta, että kaikkien toimintaterapeuttien - riippumatta siitä missä positiossa, työssä tai ympäristössä he toimivat - tulisi vaikuttaa yleiseen hyvinvointiin ja terveyden edistämiseen omalla ammattitaidollaan. Kirjoitus ei nimeä tiettyjä verkostotoimia, mutta tuo esille tarpeen toimia yksilöiden kanssa tehtävän työn lisäksi yhteistyössä yhteisöjen eri toimijoiden kanssa sekä väestöön vaikuttavilla tasoilla; "collaborating with community partners", "advocate for changes go legislation, policy, and actions to empower all people to engage in meaningful occupations".</p>
25 A	<p><b>Invited commentary: An occupational perspective of population health in a pandemic.</b></p> <p>Hocking, C. (2020).</p>	<p>Invited commentary -artikkeli, kirjoittaja on toimintaterapian professori Aucklandin yliopistosta.</p> <p>New Zealand Journal of Occupational Therapy, 67(2), 4–5. <a href="https://search.informit.org/doi/10.3316/informit.540076690545379">https://search.informit.org/doi/10.3316/informit.540076690545379</a></p> <p>Proquest</p>	<p><b>A1)</b> Artikkelin nostaa esille kysymyksen tulisiko toiminnallista tasapainoa ajatella yksilötason lisäksi väestötasolla ja tarkastelee voisiko Wilcockin "doing, being, belonging and becoming" -konsepti/viitekehys olla sovellettavissa myös ryhmiin, yhteisöihin ja väestöön ja soveltuisiko se väestötason hyvinvoinnin mittariksi pandemia-aikana. Erittelee mitä em. käsitteet tarkoittaisivat väestötason konsepteina: "population doing", "population being", "population belonging" ja "population becoming".</p> <p><b>A2)</b> Johtopäätöksissä kirjoittaja ottaa kantaa toiminnallisen oikeudenmukaisuuden puolesta ja sen puolesta, että</p>

		JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstile	tuomalla esiin kirjoituksessa kuvattua näkökulmaa ("in voicing this perspective") toimintaterapeutit voisivat perustella merkitystään Uuden-Seelannin väestön hyvinvoinnille pandemia-aikana sekä tukea myönteistä muutosta yhteisöissä ja yhteiskunnassa. Kirjoittaja ei erittele miten tai millaisissa verkostoissa tämä käytännössä tehtäisiin.  <b>Auckland, Uusi-Seelanti, 6/2020</b>
26 K	<b>Breaking Down Barriers: Utilizing Virtual Resources to Promote Occupational Balance Among Vulnerable Populations In the Midst of a Global Pandemic</b>  Rezadoost, Roya (2020).	<b>Scholarly Project, OTD Capstone Projects. 47. Degree Level: Doctoral /posteri</b>  Occupational Therapy, School of Health Sciences & Nursing, Gordon E. Inman College of Doctorate of Occupational Therapy (OTD), Belmont University School of Occupational Therapy  Käsinhaku/viitehaku/Google  JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstile / JBI tapausselostukselle	<b>A1)</b> Kuvaa projektin, missä hyödynnetty virtuaalisia/online materiaalia ja teknologisia ratkaisuja toiminnallisen tasapainon ja yleisen elämänlaadun tueksi kohderyhmänä kodittomat aikuiset. Koulutusta myös heidän kanssaan työskenteleville henkilöille.  <b>A2)</b> Kuvaa verkostoja projektin ja siihen liittyneen tutkimuksen osalta.  <b>USA, Tennessee Nashville</b>  Posteri julkaistu kesällä 2020, intervention toteutettu kevättalvella/keväällä 2020.
27 K	<b>Introducing Occupational Balance and Mindfulness-Based Stress Reduction to Women at The New Beginnings Center</b>  Cleveland, Piper (2020).	<b>Scholarly Project, OTD Capstone Projects. 51. Degree Level: Doctoral /posteri</b>  Occupational Therapy, School of Health Sciences & Nursing, Gordon E. Inman College of Doctorate of Occupational Therapy (OTD), Belmont University School of Occupational Therapy  Käsinhaku/viitehaku/Google  JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstile / JBI tapausselostukselle	<b>A1)</b> Kuvaa projektin, missä kehitettiin 12-viikkoista ohjelmaa/kurssia. Lisäykset koskivat stressin lievittämistä toiminnallisen tasapainon tukemisen ja tietoisuustaitojen harjoittelun keinoin. Kohderyhmänä olivat "The New Beginnings Center":in naiset. Tutkimuksen ja palautteiden pohjalta tehtiin myös portfolio markkinointia varten.  <b>A2)</b> Kuvaa verkostoja projektin ja siihen liittyneen tutkimuksen osalta.  Posteri julkaistu kesällä 2020, intervention toteutettu kevättalvella/keväällä 2020.  <b>USA, Tennessee Nashville</b>

28 K	<p><b>How Occupational Therapy Can Help You Stay on Track During The COVID-19 Pandemic</b></p> <p>Written by Elise Krause &amp; Alyssa Synek, OTD Students</p>	<p><b>Online-artikkeli</b>, julkaistu University of Pittsburgin www-sivuilla</p> <p>University of Pittsburg, School of Health and Rehabilitation Sciences</p> <p>Department of Occupational Therapy</p> <p>Google</p> <p>JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille</p>	<p><b>A1)</b> Online-artikkelissa kuvataan keinoja ja annetaan vinkkejä ja ideoita toiminnallisen suoriutumisen ja toiminnallisen tasapainon tueksi pandemia-aikana. Teksti on suunnattu kaikille, julkaistu yliopiston sivuilla.</p> <p><b>A2)</b> Verkostoihin liittyvää tietoa suppeasti (artikkelin tekijä ja julkaisualusta yliopiston sivuilla).</p> <p>Sivujen julkaisuajankohta ei tiedossa tarkemmin, pandemiarajoitusten aikana, sivusto on saavutettavissa edelleen (10.10.2022)</p> <p><b>USA, Ohio Pittsburg</b></p>
29 K	<p><b>Coping with COVID-19: Group Program Manual</b></p> <p>Sahithya Balakumar &amp; Caleigh Inman</p>	<p><b>ryhmämuotoisen intervention /kurssin manuaali</b></p> <p>2. vuoden toimintaterapeuttiopiskelijoiden työharjoittelujaksoon liittyvä työ, the McMaster University</p> <p>Manuaali julkaistu Do Live Well -mallin www-sivustolla</p> <p>Google</p> <p>JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille</p>	<p><b>A1)</b> Ryhmämuotoisen intervention manuaali ja sen viiden viikon kestoisen pilotin kuvaus. Pilotin kohderyhmänä oli sosiaalisen palveluasumisen piirissä olevat iäkkäät henkilöt. Tavoitteena tukea toimintakykyä pandemia-ajan rajoitusten aikana. Interventio perustuu Do Live Well -viitekehukseen, mikä korostaa toimintojen merkityksellisyyttä tietyn terveyttä edistävän tasapainon sijaan.</p> <p><b>A2)</b> Kuvaa verkostoja manuaalin kehittämisen ja siihen liittyneen pilotin osalta.</p> <p>Viiden viikon pilotti toteutettiin kesällä 2020.</p> <p><b>Kanada, Hamilton</b></p>
30 K	<p><b>Social Isolation, Occupational Disruption, and Mental Health in COVID-19</b> (Recorded Webinar).</p> <p>presented by Quinn Tyminski, OTD, OTR/L, BCMH</p>	<p>Nauhoitettu 170 minuutin koulutuswebinaari ja sen kuvaus ja oheisaineisto.</p> <p>MedBridge courses</p> <p>Dr. Quinn Tyminski serves as an instructor in the Program in Oc-</p>	<p><b>A1)</b> Yhdeksään osaan/kappaleeseen jaoteltu nauhoitettu webinaari / koulutuskurssi. Osiot 6, 7 ja 8 käsittelevät aiheita minkä sisällön perusteella aineisto täytti sisäänottokriteerin.</p> <p><b>A2)</b> Verkostoihin liittyvää tietoa suppeasti (tekijä yliopiston kouluttaja ja julkaisualusta yliopiston sivuilla, koulutusmateriaali on suunnattu</p>



		<p>cupational Therapy at Washington University School of Medicine in St. Louis, Missouri.</p> <p>Google/viitehaku</p> <p>JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille</p>	<p>toimintaterapeuttien ja toimintaterapeuttiopiskelijoiden lisäksi muiden alojen ammattilaisille).</p> <p><b>Nd.</b> Aineiston alkuperäinen julkaisuaika ei selviä sivuston lähdekoodistakaan 2020/2021, kurssi saatavilla edelleen 10/2022</p> <p><b>USA, St. Louis, Missouri</b></p>
<b>31 K</b>	<p><b>Well-Being During COVID-19: Strategies from an Occupational Therapy Student</b></p> <p>Benjamin Olson, 2020</p>	<p><b>online-artikkeli/ www-sivu</b> Arizonan yliopiston www-sivuilla</p> <p>The University of Arizona, College of Medicine Tucson, Sonoran Center fo Excellence in Disabilities.</p> <p>Google/viitehaku</p> <p>JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille</p>	<p><b>A1)</b> Artikkelin tarjoaa näkemyksiä, keinoja, strategioita ja vinkkejä toiminnallisen tasapainon ja hyvinvoinnin tueksi. Lisäksi linkkejä sivuston ulkopuolelle laadukkaiksi arvioitujen lisätiedon ja -tuen muuhun tarjontaan. Kirjoittajan intentiona on myös olla inspiraatioksi myös muille myönteisille pandemia-ajan interventioille.</p> <p><b>A2)</b> Verkostoihin liittyvää tietoa suppeasti (tekijä yliopiston toimintaterapeuttiopiskelija ja julkaisualusta yliopiston sivuilla, artikkeli on suunnattu kaikille "individual and their families" pandemia-aikana, julkaistu yliopiston sivuilla).</p>
<b>32 W</b>	<p><b>Occupational Deprivation and Isolation in Times of COVID-19.</b></p> <p>Kathy,2020. Occupational Therapists based in Ireland</p>	<p><b>online-artikkeli / blogikirjoitus,</b> OT Hub www-sivuilla.</p> <p><a href="https://www.theoat.org/article/occupational-deprivation-and-isolation-in-times-of-covid-19">https://www.theoat.org/article/occupational-deprivation-and-isolation-in-times-of-covid-19</a></p> <p>JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille</p>	<p><b>A1)</b> blogikirjoitus, kannanotto yleisellä tasolla, ei kuvaile (interventio)keinoja tarkkaan. Tekstin kohderyhmä ei ole selkeästi ilmaistu, kannustukseksi kollegoille?</p> <p><b>A2)</b> Ei kuvaile verkostoja, kirjoitus itsensä "kutsu kollegoille" ja se on julkaistu OT Hub -verkkosivuilla. OT Hub on toimintaterapeuttien kansainväliseen verkostoitumiseen perustettu verkkosivusto ja sosiaalisen median alusta, online-yhteisö; "worldwide information-sharing community online platform and app".</p> <p>Oct 26, 2020, Updated: Dec 12, 2021</p>

33 W	<p><b>The Importance of Occupational Therapy During the Pandemic</b></p> <p>Moving With Hope, Physical Rehabilitation Clinic</p>	<p>online-artikkeli / blogikirjoitus, Moving With Hope, Physical Rehabilitation Clinic www-sivut. 2020.</p> <p><a href="https://www.movingwithhope.org/posts/the-importance-of-occupational-therapy-during-the-pandemic/">https://www.movingwithhope.org/posts/the-importance-of-occupational-therapy-during-the-pandemic/</a></p> <p>JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille</p>	<p><b>A1)</b> blogikirjoitus, kannanotto / toimintaterapian tietopitoinen promootio. Kuvailee toimintaterapeuttien tietotaitoa ja erittelee miten toimintaterapeutit voivat pandemiatilanteessa auttaa yksilöitä, yhteisöjä ja väestöä.</p> <p><b>A2)</b> Ei kuvaile verkostoja kuin kertoen, miten lukija voi päästä toimintaterapiaan / tavoittaa toimintaterapeutin. Teksti on julkaistu kuntoutuskeskuksen verkkosivuilla.</p> <p><b>USA, Shelton, Nd. 2020.</b> Alkuperäinen julkaisuaika ei selviä sivuston lähdekoodista, saatavilla edelleen 10/2022</p>
34 W	<p><b>Our Time is Now: The Role of Occupational Therapy During a Pandemic</b></p> <p>Sue Ram, OTD, OTR/L</p> <p>Jun 6, 2020</p>	<p>online-artikkeli / blogikirjoitus, OT Hub www-sivuilla.</p> <p><a href="https://www.theothub.com/article/the-time-is-now-the-role-of-ot-during-a-pandemic">https://www.theothub.com/article/the-time-is-now-the-role-of-ot-during-a-pandemic</a></p> <p>some</p> <p>JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille</p>	<p><b>A1)</b> blogikirjoitus/online-artikkeli, kannanotto / toimintaterapian tietopitoinen promootio. Kuvailee toimintaterapeuttien tietotaitoa ja erittelee toimintaterapian interventiomahdollisuuksia, sitä millaisin tavoin toimintaterapeutit voivat pandemiatilanteessa auttaa yksilöitä, yhteisöjä ja väestöä.</p> <p><b>A2)</b> Ei kuvaile juurikaan verkostoja, muutamia organisaatioita mainittu ja teksti sisältää linkkejä sivuston ulkopuolelle (materiaaleja ja lisätietoa). Teksti on julkaistu OT Hub -verkkosivuilla.</p> <p>Artikkeli Jun 6, 2020, Updated: Jan 14</p>
35 W	<p><b>The Power of Routine.</b></p> <p>Jamie Grant, 2022</p>	<p>online-artikkeli / blogikirjoitus, OT Hub www-sivuilla.</p> <p><a href="https://www.theothub.com/article/the-power-of-routine">https://www.theothub.com/article/the-power-of-routine</a></p> <p>some</p> <p>JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille</p>	<p><b>A1)</b> blogikirjoitus/online-artikkeli, kannanotto / toimintaterapian tietopitoinen promootio. Kuvailee toimintaterapeuttien tietotaitoa ja sisältää vinkkejä keskittyen rutiineihin ja hyvinvointia sekä toiminnallista tasapainoa tukeviin tapoihin. Kirjoituksen kohderyhmä on toimintaterapeuttikollegat / kansainvälinen vertaisverkosto, mutta teksti tuo esille, että pandemiatilanteessa asia koskee kaikkia: "for both you and those you support in practice..." --- "we all have the chance to evaluate routines that we want to keep and the meaningful occupations...".</p>

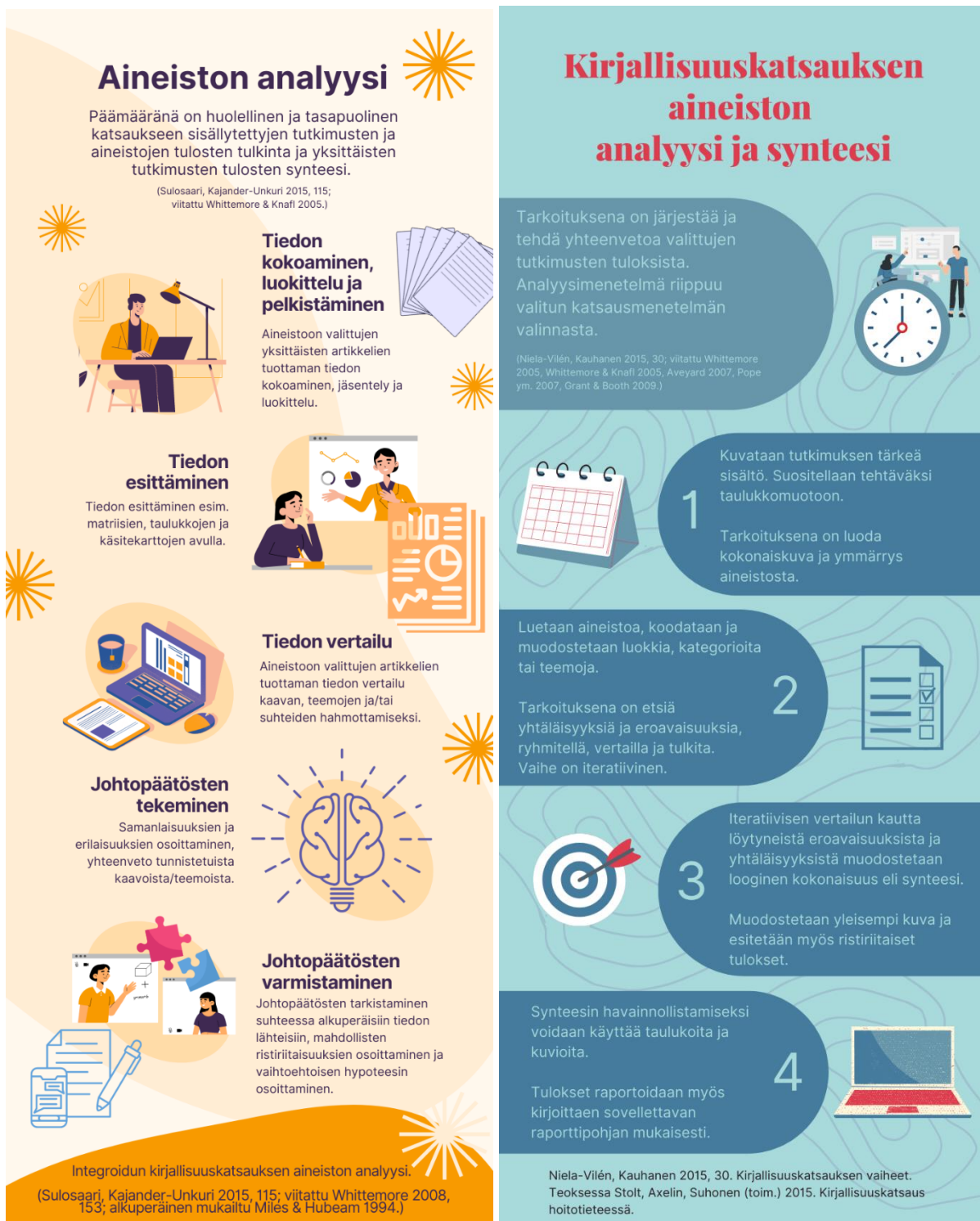
			<p><b>A2)</b> Ei kuvaile verkostoja. Teksti on julkaistu OT Hub -verkkosivuilla.</p> <p>OT Hub www-sivut. Mar 25, 2022.</p>
36 W	<p><b>NOAH: The story continued...COVID-19. Finding meaning in lockdown: Working with change for change, 2020.</b></p>	<p><b>online-artikkeli</b></p> <p>Facing Up's www-sivut</p> <p>University of Cape Town</p> <p><a href="http://www.facingup.uct.ac.za/stories%20of%20change/noah%20continued">http://www.facingup.uct.ac.za/stories%20of%20change/noah%20continued</a></p> <p>JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille</p>	<p><b>A1)</b> Kuvailee suoraan väestöön kohdistuneen pandemia-aikana toteutetun intervention, opiskelijoiden käytännön työharjoitteluun liittyneen projektin ja siihen sisältyneet aloprojektit "The Storytelling project" ja "Home-based programme: The Happiness booklet". Toiminnassa käytettiin Occupation-based community development -viitekehystä. Yhteistyötahojen kesken toiminta jatkuu ja uusia projekteja on kehitteillä.</p> <p><b>A2)</b> Projekti on esimerkki käytännön verkostotyöstä ja tekstissä on kuvattu yhteistyötahot ja verkostotyön käytännön toimijat: organisaatiot/yhteisöt sekä niiden avainhenkilöt. Facing Up on Cape Townin yliopiston innovaatio- ja oppimismalusta, joka yhdistää opiskelijat ja työelämän toimijat ja on keskittynyt yhteistyö- ja verkostoprojekteihin.</p> <p><b>Etelä-Afrikka, Nd. 2020</b> ("during the lockdown 2020 - - - Level 3, tämän perusteella ajankohta on 6/2020)</p>
37 W	<p><b>Beyond COVID - living well during &amp; beyond the coronavirus pandemic, 2020.</b></p> <p>Anna Braunizer, Esther Dark</p> <p><a href="https://beyondcovid-19.com/">https://beyondcovid-19.com/</a></p>	<p><b>www-sivu, verkkoalusta ja some-sivut:</b> www.beyondcovid-19.com, @beyondCOVID (Twitter, Instagram, and Facebook).</p> <p>Google/viitehaku</p> <p>JBI arviointikriteerit asiantuntijoiden näkemykselle ja narratiiviselle tekstille</p>	<p><b>A1)</b> Kahden toimintaterapeutin perustama www-sivusto ja sosiaalisen median yhteisöt, joiden tarkoituksena on olla yhdistävä ja voimauttava ja kannustaa ihmisiä merkityksellisten toimintojen pariin / osallisuuteen. Sivusten kohderyhmänä on ns. normaaliväestö pandemia-aikana.</p> <p><b>A2)</b> Ei kuvaa verkostoja laajasti itsessään kuin sivuston kehittäjien ja ylläpitäjien osalta, esittää kuitenkin toiveen globaalia (toimintaterapeuttien) verkostoyhteistyöstä aihe-, tarve- ja mahdollisuusperusteisesti.</p> <p>3-6/2020, sivusto on olemassa edelleen 10/2022, päivitys ei ole aktiivista.</p>

## Liite 9. Aineiston B kuvaus taulukkona alkuperäiskielellä englanniksi

B	<b>Artikkelin nimi</b>  <b>Tekijät (vuosi)</b>	<b>Julkaisu</b>  <b>tietokanta</b>  <b>JBI -arviointi/huomiot</b>	<b>Tutkimustyyppi ja -menetelmä</b>  <b>tutkimuksen toteutusajankohta ja -paikka</b>
1	<b>Effects of Social Isolation Measures Caused by the COVID-19 Pandemic on Occupational Balance, Participation, and Activities' Satisfaction in the Spanish Population.</b>  Rodríguez-Rivas, C., Camacho-Montaño, L. R., García-Bravo, C., García-de-Miguel, M., Pérez-de-Heredia-Torres, M. & Huertas-Hoyas, E. (2022).	International Journal of Environmental Research and Public Health (Int J Environ Res Public Health) 19, no. 11 (2022): 6497.  ProQuest  JBI poikkileikkaustutkimukselle	A cross-sectional descriptive design observational study (STROBE), online survey, Occupational Balance Questionnaire (OBQ)  March 2020 and February to March 2021  <b>Spain</b>
2	<b>Exploring occupations and well-being before and during the COVID-19 pandemic in adults with and without inflammatory arthritis.</b>  Flora To-Miles, Catherine L. Backman, Susan Forwell, Eli Puterman, Carita Håkansson & Petra Wagman (2022).	Journal of Occupational Science, 29:3, 368-385. Volume 29, 2022 - Issue 3: An occupational perspective on COVID-19  CINAHL Plus with Full Text / Google scholar / Taylor & Francis Online  JBI poikkileikkaustutkimukselle	before-after study, online survey. Pre-pandemic data from a prior longitudinal study 2018-2020.  during pre-pandemic (April 2019-March 12, 2020; Time 1) and phase one pandemic restrictions (March 16-May 19, 2020, Time 2).  <b>British Columbia, Canada</b>
3	<b>Exploring the Occupational Balance of Young Adults during Social Distancing Measures in the COVID-19 Pandemic.</b>  Rodríguez-Fernández P, González-Santos J, Santamaría-Peláez M, Soto-Cámara R, González-Bernal JJ. (2021).	International Journal of Environmental Research and Public Health. 2021 May. 28;18(11):5809.  PubMed (Google scholar, ProQuest)  JBI poikkileikkaustutkimukselle	A cross-sectional study, online survey, Occupational Balance Questionnaire (OBQ)  March 16 to May 10 <sup>th</sup> , 2020 (during the months of forced home confinement)  <b>Spain</b>

4	<p><b>Occupational Balance and Depressive Symptoms During the COVID-19 Pandemic: A Four-Wave Panel Study on the Role of Daily Activities in Austria.</b></p> <p>Ramos R, Röschel A, Crevenna R, Jordakieva G, Andrews MR, Dür M, Stamm T. (2022).</p>	<p>Journal of Occupational and Environmental Medicine (J Occup Environ Med): 2022 Aug; 64(8): 694–698. Published online 2022 Jun 21.</p> <p>PubMed (CINAHL Plus with Full Text, Google scholar)</p> <p>JBI poikkileikkaustutkimukselle</p>	<p>the panel survey, analyzed data from the Austrian Corona Panel Project (four time points, 6-month period) using regression models with logarithmically transformed data and nonparametric repeated-measures tests (N = 871).</p> <p>March 2020 - November 2020, <b>Austria</b></p> <p>“Occupational Balance” module was first included in wave 9 of the panel survey (end of May 2020; ie, right after the first easing of restrictions) and again in wave 17 (end of November 2020; ie, the third week of the second lockdown)</p>
5	<p><b>Occupational Balance, Fear and Agoraphobia in the Covid-19 Pandemic.</b></p> <p>İnal, Ö., Özdemir, H. &amp; Turan, F. N. (2022).</p>	<p>Hacettepe University Faculty of Health Sciences Journal, 9 (1), 207-222.</p> <p>Google scholar</p> <p>JBI poikkileikkaustutkimukselle: <b>aineistonkeruun ja tutkimuksen toteutuksen ajankohtaa ei kerrottu</b></p>	<p>Cross-sectional study, online survey. Occupational Balance Questionnaire, Fear of Covid-19 Scale and DSM-5 Agoraphobia Scale were used in the study.</p> <p>“during the Covid19 Pandemic period” (article sub. date 31<sup>st</sup> Aug 2021)</p> <p><b>Turkey</b></p>
6	<p><b>Quality of life and occupational balance during corona virus disease 2019 lockdown in India: A survey on parents of children below 16 years.</b></p> <p>Sahu S, Bandyopadhyay B, Chandrashekar M, Mohapatra D, David KQ, Ghanta S, Arya S. (2021).</p>	<p>Indian Journal of Occupational Therapy (Indian J Occup Ther) 2021;53:138-43.</p> <p>CINAHL Plus with Full Text, Google scholar</p> <p>JBI poikkileikkaustutkimukselle</p>	<p>cross-sectional study, online survey. World Health Organization QOL Short form (WHOQOL-Bref) and OB Questionnaire (OBQ).</p> <p>“amidst complete lockdown in <b>India</b>” April 24<sup>th</sup> 2020 – June 28<sup>th</sup> 2020.</p>
7	<p><b>Relationship of forced social distancing and home confinement derived from the COVID-19 pandemic with the occupational balance of the spanish population.</b></p> <p>González-Bernal, J.,J., Santamaría-Peláez, M., González-Santos, J., Rodríguez-Fernández, P., Benito León, d. B., &amp; Soto-Cámara, R. (2020).</p>	<p>Journal of Clinical Medicine (J Clin Med), 9(11), 3606.</p> <p>ProQuest (PubMed, Google scholar)</p> <p>JBI poikkileikkaustutkimukselle</p>	<p>cross-sectional study, online survey, Occupational Balance Questionnaire (OBQ), sociodemographic variables, and factors related to COVID-19 infection.</p> <p>16<sup>th</sup> March – 10<sup>th</sup> May 2020</p> <p><b>Spain</b></p>

## Liite 10. Aineistojen analyysia ohjanneet prosessikuvaukset infograafina



(Infograafien sisältö pohjautuu niissä mainittuihin lähteisiin, muokattu.)

## Liite 11. Aineiston B sisältötiivistelmät alkuperäiskielellä englanniksi

Taulukko. Tavoite, otanta, ajankohta- ja paikka sekä tulokset suhteessa tutkimuskysymykseen (B)3.

B	Tavoite ja tarkoitus, populaatio/otanta, maa, ajankohta	Tulokset suhteessa tutkimuskysymykseen (B)3
1	<p>to examine the impact of the COVID-19 pandemic on <b>occupational balance</b> in the Spanish population, <b>one year post the beginning of the pandemic compared with the pre-pandemic period.</b></p> <p><b>Spanish population over 18 years of age</b></p> <p>total 300 participants were included, mean age of 41.39 years - <b>Spain, 3/20, 2-3/21</b></p>	<p><b>The social restriction measures negatively impacted occupational balance in the Spanish population.</b> There was a decrease in occupational participation, increased difficulty in performance, decreased satisfaction in occupational performance, and modification of habits and routines.</p> <p><b>Significantly greater occupational imbalance was found 1-year-post-confinement period of pandemic,</b> as well as an increase in the difficulty of performance and decrease in satisfaction with it.</p>
2	<p>The aim of the study was to explore <b>the impact of initial public health restrictions</b> (March 16-May 19, 2020) <b>during the first wave</b> of the COVID-19 pandemic on occupations and well-being of adults with and without inflammatory arthritis in <b>BC, Canada.</b> There were three research questions: 1) Do occupation types or occupational characteristics differ during the initial pandemic public health restrictions compared to pre-pandemic? 2) Do self-reported <b>occupational balance</b>, physical health, mental health, and well-being differ during the initial public health restrictions compared to pre-pandemic? 3) During the public health restrictions in the first wave of the pandemic, are there differences in measures of occupation and well-being between adults with and without inflammatory arthritis?</p> <p>Of 143 <b>adults</b> from the pre-pandemic study, 71 agreed to participate in a Time 2 online survey. – <b>Canada, 8/19-3/20, 3-5/20</b></p>	<p>Both occupation types and occupational characteristics were affected by the pandemic.</p> <p><b>Perceived stress and occupational balance increased, and mental health decreased while physical health and satisfaction with life remained similar to pre-pandemic ratings.</b> Subgroup analyses of the change from Time 1 showed occupational balance and perceived stress increased in both groups and mental health decreased only in the HC group.</p> <p>IA group reported fewer occupations under Relating to others than the HC group; gave higher ratings to the occupational characteristics of Others' view (how other people view one's projects) and Challenge (the degree to which the participant feels challenged by their projects); and did not significantly differ in other variables except reporting lower physical health, which is consistent with their diagnosis.</p>
3	<p>This study aims to explore <b>the occupational balance of young adults during home confinement</b> and its association with different sociodemographic factors.</p> <p>965 <b>young adults</b> between <b>18 and 30 years old</b> participated in the study. <b>Spain, 3-5/20</b></p>	<p>A predictive model showed that <b>the main predictors of a lower occupational balance were a negative self-perception</b> (<math>\beta = 0.377</math>; <math>p &lt; 0.0001</math>), <b>student status</b> (<math>\beta = 0.521</math>; <math>p = 0.001</math>), <b>not receiving enough information</b> (<math>\beta = 0.951</math>; <math>p = 0.001</math>) and <b>long periods of quarantine</b> (<math>\beta = 0.036</math>; <math>p = 0.007</math>). (4) Conclusions: Considering people's occupational health and related factors could lessen many of the psychosocial consequences of isolation and contribute to the well-being of young people.</p>



4	<p>The aim of this study was to investigate the relationship among daily activities (paid work, childcare, caregiving, voluntary work, sports, and social contact), <b>occupational balance</b>, and depressive symptoms <b>during the COVID-19 pandemic</b>.</p> <p>Approximately <b>1500 respondents per wave</b> representing the sociodemographic structure of the <b>Austrian population</b>. Participants of the ACPD resided in Austria and were <b>14 years and older</b>. 20 Individuals who participated in all four of the abovementioned waves were included for the analyses in the current study. <b>Austria – 3/20-11/20</b></p>	<p>Results showed higher depressive symptoms among women. <b>Family caregivers (either parents or those caring for other relatives) were at the highest risk for occupational imbalance and depressive symptoms</b>. There was a main effect for <b>time point</b> driven by the last wave (amidst the second lockdown), but no significant interaction effects between predictors and time point were found. <b>Occupational balance dropped significantly from W1 to W4, <math>\chi^2_1 = 44.50, P &lt; 0.001</math></b>.</p> <p>Activities known to promote mental health (sports, social contact) were negatively correlated with depressive symptoms in the first waves; the more sports and social contact people had in the last week, the lower they scored in depressive symptoms. The effect waned or disappeared by wave 4. This could be explained by the overriding effects the latest lockdown has had on mental health, rendering many resilience-building activities, such as sports and social contact, less effective. This seems a plausible hypothesis, particularly <u>after months of restrictions that have led to weariness in the population</u>.</p>
5	<p>This study aims to <b>evaluate occupational balance, fear of Covid-19 and agoraphobia in adults during the Covid-19 pandemic</b>.</p> <p><b>699 individuals (Turkey) over 19 years</b> were included in this study. <b>Turkey, Nd. before 8/21</b></p>	<p>A statistically significant moderate correlation was found between the Covid-19 Fear Scale and the DSM-5 Agoraphobia Scale (<math>p &lt; 0.001, r = .497</math>). There was no statistically significant relationship between the Covid-19 Fear Scale and OBQ (<math>p &lt; 0.05</math>). <b>Individuals with regular physical and leisure activity habits had better occupational balance</b> and less fear of Covid-19.</p> <p>In the Covid-19 pandemic, the activity preferences of individuals have changed and individuals generally prefer sedentary activities. Increasing fear of Covid-19 increases the level of agoraphobia. Considering the positive effects of regular activities, it is thought that <b>by supporting individuals with meaningful and purposeful activities in the Covid-19 pandemic, occupational balance can be improved</b> and the fear of Covid-19 can be reduced.</p> <p>Participants <b>aged between 41-64 years were observed to have better occupational balance</b> during the pandemic. <b>Married participants had better occupational balance</b> and lower agoraphobia levels in this study.</p>
6	<p>Purpose of this survey on <b>parents of children below 16 years</b> was to explore the parents' perspective on their QOL and <b>OB during COVID-19 lockdown in India</b>. This survey also aimed to describe the relationship between QOL and OB and the personal and socio-economic factors affecting QOL and OB.</p>	<p><b>most of the parents of children below 16 years old were having good QOL and OB during COVID-19 lockdown</b>. Results showed that the majority of the parents were having good self-rated WHOQOL-Bref and OBQ scores. Various socio-demographic variables including family structure, educational status, employment status and number of children did not influence OB and QOL of the parents. However, Independent sample "t" test</p>



	<p><b>Parents</b> (N = 277: n = 116 male and n = 161 female) of children below 16 years of age from different parts of India. Parents were recruited by a snow ball sampling method. – <b>India, 4/20-6/20</b></p>	<p>showed a <b>significant association</b> (P = 0.014 and 95% confidence interval [95% CI]:-7.845, 0.902) <b>between age of the parents and OBQ scores</b>. In Karl Pearson correlation analysis, it was also found that the <b>association between scores of OBQ and WHOQOL-Bref was positive with a highly significant</b> (P = 0.001 and [95% CI]: 0.243, 0.465).</p>
7	<p>This study aimed to determine the factors related to the <b>occupational balance</b> in the <b>Spanish population during home confinement as a consequence of the coronavirus disease 19 (COVID-19) pandemic</b>.</p> <p>people <b>aged 18 years or above</b>, who resided in Spain during the forced home confinement phase confinement that occurred as a consequence of the COVID-19 outbreak</p> <p>A total of <b>3261</b> subjects completed, mean age of the participants (81.69% women) was 40.53 years (SD ± 14.05). <b>Spain, 3-5/20</b></p>	<p>The measures adopted to contain the spread of the <b>COVID-19 outbreak, based on forced social distancing and home confinement, were not significantly related to occupational balance in the Spanish population</b>. A low educational level, being unemployed, being a widower or not having a partner, living in small house without private access to the outside, having a fewer number of children under 18 years old at home, <b>being isolated, and spending a greater number of days in home confinement were related to a lower occupational balance</b>. Regarding the variables related to COVID-19 infection, <b>being older, the perception of having received enough information during the pandemic, not telecommuting, and not being infected</b> at the time of filling out the form <b>were independent predictive factors of a higher occupational balance</b>.</p>