

Miten kuntoutuksen vaikutukset tulevat näkyviksi?

Tiina Autio ja Meri Pekkanen

Koska kuntoutuminen on muutos ihmisen sisäisessä maailmassa, sen vaikutuksia on mitattava selvittämällä ihmisen oma kokemus. Blogissa tarkastellaan systemaattisesti kuntoutuksen prosessia. Näin on mahdollista tunnistaa joskus piilossa olevia tai vaikeasti huomattavia kuntoutuksen vaikutusmekanismeja ja vaikutuksia ja tehdä ne näkyviksi.

Jotta kuntoutuksen vaikuttavuutta voidaan arvioida, on tunnistettava siihen liittyvien interventioiden vaikuttavat mekanismit. Näiden mittaaminen on monesti vaikeaa; onnistunut kuntoutus ja kuntoutuminen ovat usein muutoksia ihmisen pätevyyden ja elämän mielekkyyden kokemuksissa. Vaikutukset saadaan monia eri reittejä. Esimerkiksi terapeutin ja asiakkaan välinen vuorovaikutussuhde, oikea-aikaisesti ja oikealla tavalla annettu palaute ja usko parempaan tulevaisuuteen ja kuntoutumiseen ovat yhtä lailla vaikuttavia tekijöitä kuin fyysisen, kognitiivisen ja sosiaalisen toimintakyvyn parantaminen harjoittelulla.

Koska kuntoutuminen on muutos ihmisen sisäisessä maailmassa, sen vaikutuksia on mitattava selvittämällä ihmisen oma kokemus.

Kuntoutuminen on kuntoutujan prosessi, jossa edetään kehämäisesti jatkuvasti oppien ja syventäen ymmärrystä. Kuntoutuksen tuloksellisuus on muutosta ihmisen omassa käsityksessä itsestään ja elämästään. Ammattilaisten tehtävä on tukea ja mahdollistaa tätä myönteistä kehitystä.

Yksi keino tunnistaa kuntoutumisen mekanismeja on tarkastella kuntoutumista prosessin eri osien kautta. Tässä taulukossa on kuvattu kuntoutuksen eri vaiheet: kuntoutustarpeen havaitseminen, alkuarviointi, suunnittelu ja toteutus sekä intervention jälkeinen loppuarviointi ja seuranta, jotka kuuluvat aina kokonaiseen kuntoutusjaksoon. Todellisissa tilanteissa vaiheet voivat mennä osin päällekkäin, mutta vaiheittainen tarkastelu auttaa tekemään näkyväksi keskeisiä tekijöitä ja toimenpiteitä kuntoutumispolun varrelta.

Erityisen tärkeää on havaita niitä asioita, jotka kuntoutumisen eri vaiheissa vahvistavat vaikutuksia ja tukevat muutosten pysyvyyttä.

Syvällinen ymmärrys kuntoutuksen vaikutusmekanismeista ja niiden huomioiminen käytännössä näyttää esimerkiksi tältä:

- Kuntoutuksen vaikutuksia ei arvioida erillään asiakkaan omasta kokemuksesta, jos asiakas pystyy kommunikoimaan kokemuksensa.

- Asiakkaan oma tarve ohjaa kuntoutuksen aloittamista → painopiste siirtyy varhaisempaan ja ennaltaehkäisevään kohtaan, jolloin vaikutukset saadaan pienemmällä panoksella ja pitkäaikaisempina tai pysyvinä.
- Jokaisen mittarin käyttö pystytään perustelemaan asiakkaalle koituvan hyödyn näkökulmasta.

Mittaamisen ytimessä on tärkeää olla tämä ymmärrys: jos asiakkaan ääni ei kuulu, tieto kuntoutuksen vaikuttavuudesta on puutteellista. Asiakkaan kokemuksen liittäminen kerättävään tietoon parantaa kuntoutuksen laatua ja tuottaa luotettavaa tietoa kuntoutuksen vaikutuksista. Sote-uudistus on erinomainen kohta uudistaa järjestelmä vastaamaan nykyaikaista käsitystä kuntoutuksesta kokonaisvaltaisena muutosprosessina.

[Tässä taulukossa \(pdf\)](#) on kuvattu kuntoutuksen prosessin eri vaiheita ja kussakin vaiheessa korostuvia piirteitä. Taulukkoa voi käyttää apuna esimerkiksi olemassa olevan tai kehitteillä olevan kuntoutuspalvelun tarkasteluun.

Systemaattisesti prosessia tarkastelemalla on mahdollista tunnistaa joskus piilossa olevia tai vaikeasti huomattavia kuntoutuksen vaikutusmekanismeja ja vaikutuksia ja tehdä ne näkyviksi.

Kirjoittajat Tiina Autio ja Meri Pekkanen ovat pitkään työskennelleet GeroMetrossa tehdyn kokonaan kuntoutuksen mallin parissa.