

Etäkuntoutuksen mahdollisuudet

NEUROPSYKOLOGIPALVELU

NEMO

Heli Katajamäki

Neuropsykologian erikoispsykologi, PsL

Etäkuntoutus

- ▶ Suomessa HUS edelläkävijänä (mielenterveystalo.fi, kuntoutumistalo.fi)
- ▶ Kelan etäkuntoutushanke
 - ▶ Salminen, Hiekkala & Stenberg (toim.) Etäkuntoutus. Helsinki: Kela, 2016
 - ▶ Salminen & Hiekkala (toim.) Kokemuksia etäkuntoutuksesta. Kelan etäkuntoutushankkeen tuloksia. Helsinki: Kela, 2019
- ▶ Etäkuntoutus, etävastaanotto, reaaliaikainen etäkuntoutus, nettiterapia, verkkoterapia, ajasta riippumaton etäkuntoutus, yhdistelmämalli
 - ▶ Tavoitteellista, ammattilaisen ohjaamaa, hyödyntää etäteknologiaa
- ▶ Todettu monilta osin toimivaksi (mm. Andrews et. al., 2018)
- ▶ Neuropsykologisen kuntoutuksen osalta varsin vähän tutkimustietoa (ks. Hiekkala & Kaitaro, 2016)

Etäkuntoutus - Erialaisten etäteknologiaa hyödyntävien laitteiden ja sovellusten tavoitteellinen käyttö kuntoutuksessa. Etäkuntoutus on ammattilaisen ohjaamaa ja seuraamaa. Etäkuntoutuksella on selkeä tavoite, alku ja loppu.

Reaaliaikainen etäkuntoutus - Asiakkaan ja palveluntuottajan reaaliaikainen yhteys toisiinsa etäteknologiaa hyödyntävien sovellusten avulla.

Ajasta riippumaton etäkuntoutus - Asiakkaan omatoimisesti etäteknologian avulla toteuttama ammattilaisen suosittelema kuntoutus, joka on ajasta ja paikasta riippumatonta.

Nettiterapia, verkkokuntoutus - Tietokoneavusteinen, internetvälitteinen, ajasta ja paikasta riippumaton kuntoutusmuoto, jossa voi olla lisätukena yhteys palvelua tuottavaan ammattilaiseen esim. chatin kautta

Kasvokkainen kuntoutus - Kuntoutus, jossa palvelua tuottava ammattilainen ja asiakas ovat samassa tilassa

Etäkuntoutuksen yhdistelmämalli - Etäkuntoutuksen ja kasvokkaisen kuntoutuksen yhdistelmä

Lähde: Salminen & Hiekkala (2019). Etäkuntoutuksen kehittäminen Kelassa. Teoksessa Salminen & Hiekkala (toim.) *Kokemuksia etäkuntoutuksesta*, s. 9-12, Helsinki: Kela

Etäteknologian hyödyntäminen neuropsykologisessa kuntoutuksessa

- ▶ Neuropsykologinen kuntoutus: tavoitteena vaikuttaa aivojen toimintahäiriöistä johtuviin tiedonkäsittelyn, käyttäytymisen ja tunnesäätelyn vaikeuksiin
- ▶ Työskentelymuotoina esim. psykoedukaatio, kognitiiviset harjoitteet, psykoterapeuttinen työskentely, yhteistyö lähipiirin kanssa
- ▶ Etäteknologian hyödyntäminen
 - ▶ Reaaliaikainen etäkuntoutus - etävastaanotto
 - ▶ Ajasta ja paikasta riippumaton etäkuntoutus
 - ▶ Perinteisen ja etäkuntoutuksen yhdistelmämalli

Etäteknologian hyödyntäminen neuropsykologisessa kuntoutuksessa

- ▶ Vaativan kuntoutuksen toteutus aivovamman saaneilla (Parkkila, Naamanka, Poutiainen & Hiekkala, 2019)
 - ▶ Tavoitteet toteutuivat vaihdellen
 - ▶ Mielialaoireissa ei muutosta
 - ▶ Kohentumista prosessointinopeudessa, toiminnanohjauksessa ja visuaalisessa etsinnässä
- ▶ Edut kuntoutujan kannalta: saavutettavuus, vaivattomuus

Tapausesimerkki

Neuropsykologista kuntoutusta etänä vs. kasvokkain

- ▶ Vuorovaikutus
 - ▶ Tapauskohtaista, usein varsin luontevaa
 - ▶ Non-verbaalinen viestintä, ilmaisukeinot
- ▶ Työskentelymenetelmät
 - ▶ rajallisemmat
- ▶ Teknologiset kysymykset
- ▶ Kuntoutuksen tavoitteet
 - ▶ Psykoedukaatio, sopeutumisen tuki, toimintatavat / strategiat
 - ▶ Tavoite mietitty nimenomaan etäkuntoutuksen mahdollisuudet huomioiden

▶ Kuntoutujan valmiudet

- ▶ Yleinen toimintakyky, aloitekyky, valmiudet pohtia ja sanoittaa omaa toimintaa, motivaatio
- ▶ Lähettävällä taholla merkittävä rooli soveltuvuuden arvioinnissa!

▶ Kuntouttajan valmiudet

- ▶ Kiinnostus, tekninen osaaminen, menetelmät

Tulevaisuus

- ▶ Koetaan mahdollisena vaihtoehtona niin kuntoutujien kuin kuntouttajienkin näkökulmasta (Parkkila, Naamanka, Poutiainen & Hiekkala, 2019)
- ▶ Yleistyminen vaatii paljon kehitystyötä, lisätietoa ja koulutusta
 - ▶ Teknologiset sovellukset, työvälineet, osaaminen
 - ▶ Kohderyhmät
- ▶ Uusien teknologioiden hyödyntäminen, esim. VR
- ▶ Ei korvaa kasvokkain tapahtuvaa neuropsykologista kuntoutusta, mutta tuo uusia mahdollisuuksia

Lähteet:

- ▶ Andrews, Basu, Cuijpers, Carske, McEvoy, English, & Newby (2018). Computer therapy for the anxiety and depression disorders is effective, acceptable and practical health care: an updated meta-analysis. *Journal of Anxiety Disorders*, 55, 70-78
- ▶ Hiekkala & Kaitaro (2016). Neuropsykologinen etäkuntoutus. Teoksessa Salminen, Hiekkala & Stenberg (toim.) *Etäkuntoutus*. s. 117-131. Helsinki: Kela, 2016
- ▶ Parkkila, Naamanka, Poutiainen, & Hiekkala (2019). Vaativan kuntoutuksen toteutus etäkuntoutuksena aivovamman saaneilla. Teoksessa Salminen & Hiekkala (toim.) *Kokemuksia etäkuntoutuksesta. Kelan etäkuntoutushankkeen tuloksia*. s. 47-69. Helsinki: Kela, 2019
- ▶ Salminen & Hiekkala (2019). Etäkuntoutuksen kehittäminen Kelassa. Teoksessa Salminen & Hiekkala (toim.) *Kokemuksia etäkuntoutuksesta*, s. 9-12, Helsinki: Kela