

Työhönvalmennuksen ja työllistymisen tuen yhteys toimintaterapiaan



Alkumusiikki

Miesääni:

Tämä on Vates välittää -podcast. Eri jaksoissa avaamme vammaisten ja osatyökykyisten henkilöiden työllistymiseen liittyviä ilmiöitä. Tervetuloa mukaan Vates välittää -podcastiin.

Mari Bergman:

Tervetuloa kuuntelemaan Vates välittää -sarjan podcastjaksoa, jonka aiheena on Työhönvalmennuksen ja työllistymisen tuen yhteys toimintaterapiaan. Minun nimeni on Mari Bergman, ja aiheesta kanssani keskustelevat Minna Tarvainen Vammaisten lasten ja nuorten tukisäätiöstä sekä Tove Lassenius Toimintaterapeuttiliitosta. Tervetuloa molemmille.

Tänään juttelemme toimintaterapiasta yleisesti ja erityisesti sen yhteydestä työhönvalmennukseen ja muuhun työllistymisen tukeen. Hypätään suoraan asiaan: voisitteko esitellä itsenne ja kertoa oman suhteenne päivän aiheeseen?

Tove Lassenius:

Kiitos Mari. Olen tosiaan Tove Lassenius Toimintaterapeuttiliitosta, ja liitossa toimin toiminnanjohtajana. Meillä työkyky ja toimintaterapia ovat keskeisiä painopisteitä ja vahvasti läsnä arjessa. Oma henkilökohtainen kytkökseni aiheeseen tulee kliinisestä työstäni toimintaterapeuttina. Olen tehnyt pitkään töitä työikäisten kanssa ja myöhemmin toiminut työkykyasiantuntijana vakuutusyhtiössä.

Yksi itselleni merkittävimmistä kokonaisuuksista oli HUS Psykiatrian ja Uudenmaan TE-toimiston yhteinen IPS-hanke, jossa pilotoitiin IPS-työhönvalmennusta erikoissairaanhoidon ja työllisyyspalveluihin.

Minna Tarvainen:

Olen Minna Tarvainen Vammaisten lasten ja nuorten tukisäätiöstä eli Vamlasista. Meillä työkyky on ollut 2000-luvulta lähtien isossa roolissa. Esimerkiksi IMBA- ja Melba-menetelmät tuotiin Suomeen Vamlasin toimesta, ja niiden parissa toimintaterapeutit ovat olleet meillä pitkään töissä.

Olen itse kehittämistehtävissä. Opiskelin toimintaterapeutiksi aikuisena – aiemmalta koulutukseltani olen sosiaalipsykologi. Halusin käytännönläheisempää työtä, ja

opintojen loppuvaiheessa kiinnostuin työelämän kysymyksistä ja siitä, miten toimintaterapiaa voidaan hyödyntää työelämässä. Silloin työkyvyn arviointimenetelmät eivät vielä kuuluneet koulutukseen.

Teimme opinnäytetyön työkeskukseen, jossa arvioimme työympäristöä ja ergonomiaa. Se herätti vahvan kiinnostuksen, ja päädyin sittemmin RATKO-hankkeen kautta Vamlasiin työkykyasioiden pariin. Olen sen jälkeen hyödyntänyt toimintaterapiaa hyvin monipuolisesti työssäni.

Ja tuli mieleen, kun tulin tänne studioon, että kaikille tämä tila ei olisi esteetön. Eli toiminnallinen oikeudenmukaisuus podcastin nauhoituksessa ei ehkä toteutuisi – pieni mutta tärkeä huomio.

Mari Bergman:

Kiitos. Hypätään Tove vielä askel taaksepäin: mitä toimintaterapia lyhyesti on? Mitkä ovat sen keskeiset periaatteet ja miten se liittyy työn hakemiseen ja sen tukemiseen?

Tove Lassenius:

Lyhyesti on vaikea, mutta yritän. Toimintaterapia on kuntoutusta ja tutkittuun tietoon perustuvaa terapiaa. Toimintaterapeutin ydinosaamiskuvauksessa määritellään hyvin keskeiset tekijät: ihminen nähdään toimijana, ja toiminta on sekä keino että tavoitteena oleva asia – tässä tapauksessa työ.

Ympäristö on toiminnan mahdollistaja. Arki on toimintakenttä, ja työ on osa sitä arkea. Työkyvyn näkökulmasta tämä tarkoittaa, että huomioidaan työ tehtävänä, työympäristö ympäristönä sekä koko arjen tasapaino, joka mahdollistaa työssä onnistumisen.

Toimintaterapiassa käytetään työtä sekä keinona että tavoitteena ja etsitään ratkaisuja, jotka mahdollistavat työssä onnistumisen ja hyvinvoinnin.

Mari Bergman:

Erinomainen tiivistys. Haluaisitteko molemmat antaa käytännön esimerkin tilanteesta, jossa toimintaterapia on tukenut työllistymistä?

Minna Tarvainen:

En ole tehnyt kliinistä toimintaterapiaa, joten minulla ei ole yksittäisiä asiakasesimerkkejä. Lähestyn asiaa eri suunnasta: olen työssäni kehittänyt keinoja, joilla työpaikkojen työtehtäviä voidaan muokata niin, että erilaisilla toimintakyvyillä ja vahvuuksilla varustetut ihmiset voivat työllistyä. Näin olen omalla tavallani mahdollistanut työllistymistä, vaikka se ei ole ollut perinteistä toimintaterapiaa. Tove, sinulla varmasti on kliinisempiä esimerkkejä.

Tove Lassenius:

Kaksi esimerkkiä tulee mieleen. Ensimmäinen on asiakkaasta, jonka kanssa keskityttiin hyvin perustavanlaatuisiin arjen asioihin: miten ylipäätään lähteä kotoa ja liikkua arkiympäristössä. Näitä taitoja harjoiteltiin, jotta työllistyminen olisi mahdollista. Hän ei työllistynyt terapiaprosessin aikana, mutta sen jälkeen – mikä oli tavoitteena.

Toinen esimerkki koskee työelämässä olevaa henkilöä, jonka kanssa ratkottiin työympäristön kuormitustekijöitä. Tavoitteena oli tukea palaamista työhön vakavan uupumuksen jälkeen. Toimintaterapia toimi tukena nimenomaan työympäristön konkreettisten haasteiden ratkaisemisessa.

Mari Bergman:

Meillä on kuuntelijoissa paljon ohjaus- ja valmennustyötä tekeviä. Jos he haluavat hyödyntää toimintaterapian näkökulmia työhönvalmennuksessa, mitä osaamista he tarvitsevat? Onko kyse menetelmistä, työotteesta vai teoriataustasta?

Tove Lassenius:

Toimintaterapeutin nimike on suojattu ja osa menetelmistä edellyttää toimintaterapeutin tutkintoa. Mutta monet toimintaterapeuttien kehittämät menetelmät eivät ole yksinomaan toimintaterapeuteille, vaan myös muille ammattilaisille, kunhan koulutus menetelmään on käyty.

Työhönvalmentajan ei tarvitse olla toimintaterapeutti. Toimintaterapia voi toimia myös työotteena työhönvalmennuksessa. Esimerkiksi inhimillisen toiminnan malliin perustuvia menetelmiä voidaan käyttää ilman toimintaterapeutin tutkintoa.

Minna Tarvainen:

Työympäristön arviointi kuuluu monen muunkin ammattilaisen osaamiseen, kuten työhönvalmentajan. Paljon samoja lähestymistapoja käytetään jo. Monet hahmottavat luonnostaan yksilön, toiminnan ja ympäristön kokonaisuutena – toimintaterapiassa sitä vain harjoitellaan ja syvennetään vuosia.

Tove Lassenius:

Lisään vielä: työkyvyn arvioinnissa lähestymisen pitäisi olla systemaattista ja näyttöön perustuvaa. Jos oma osaaminen ei riitä kattavaan arvioon, kannattaa harkita toimintaterapeutin konsultaatiota. On eri asia opiskella aihetta kolme vuotta kuin tehdä arvioita itseopiskelun perusteella.

Mari Bergman:

Kun puhutaan työkyvyn itsearvioinnin tukemisesta, mitä apua toimintaterapiasta voisi lainata työhönvalmennukseen?

Tove Lassenius:

Ensin: mitä hyötyä toimintaterapeutista olisi mukana? Toimintaterapeutti tuo käytännönläheisiä, systemaattisesti rakennettuja ratkaisuja ja pitää keskiössä asiakkaan oman kokemuksen ja tavoitteet.

Mitä voisi ottaa mukaan työhönvalmennukseen? Ehkä vaikea vastata ”nikseinä”, koska ajattelen niin vahvasti toimintaterapeutin viitekehyksestä käsin. Siksi heittäisin pallon Minnalle.

Minna Tarvainen:

Ajattelen arvioinnissa erityisesti systemaattisuutta. Toimintaterapiassa määritellään ensin alkutilanne: missä asiakas on nyt? Sitten arvioidaan samoja asioita matkan varrella – ovatko tavoitteet toteutuneet, onko jokin mennyt väärään suuntaan, pitääkö menetelmiä muuttaa? Sama rakenne sopii hyvin myös työhönvalmennukseen.

Mari Bergman:

Monet työhönvalmentajat tekevät työtä toimintaterapian pohjakoulutuksella ja kokevat yhdistämisen luontevaksi.

Minna Tarvainen:

Niin, eivätkä he välttämättä edes mainitse olevansa toimintaterapeutteja – se on osa ammattitaitoa, joka sulautuu työhön.

Mari Bergman:

Miten toimintaterapia voi auttaa ymmärtämään työyhteisön tai työympäristön tarpeita? Mitä lisäarvoa esihenkilö tai työyhteisön jäsen voisi saada?

Minna Tarvainen:

Tässä tulee taas mieleen se yksilö–ympäristö–toiminta -kolmio. Jos työntekijällä on haasteita, syy ei aina ole yksilössä. Työympäristö tai työtehtävät ovat saattaneet muuttua. Muutokset voivat olla pieniäkin – kuten sotkuisuus tai taustamelu. Jokainen ei huomaa niitä, mutta ne voivat kuormittaa.

Tove Lassenius:

Itse olen kokenut hyödyllisiksi inhimillisen toiminnan malliin perustuvat arviointimenetelmät. Niissä käydään sekä työntekijän että esihenkilön kokemuksia systemaattisesti läpi. Kun mennään työpaikalle havainnoimaan, taustasyöt löytyvät usein yllättävän selkeästi.

Joskus ratkaisu on yksinkertainen, kuten järjestyksen parantaminen. Joskus työntekotapa itsessään ei sovi kaikille. Arviointi voi tuoda tämän näkyväksi.

Minna Tarvainen:

Työyhteisössä voi olla ”kanarian lintuja” – henkilöitä, joiden vaikeudet paljastavat laajempia työyhteisön ongelmia, joita kukaan muu ei ole osannut sanoittaa.

Mari Bergman:

Eli muokkauksista hyötyy koko työyhteisö, vaikkei olisi osannut niitä pyytää?

Minna Tarvainen:

Kyllä, useimmiten näin.

Mari Bergman:

Haluatteko vielä lisätä jotakin?

Minna Tarvainen:

Työyhteisöissä voisi hyödyntää toimintojen analysointia – eli työtehtävien pilkkomista pienempiin kokonaisuuksiin. Se auttaa näkemään, miten tehtäviä voi muokata eri ihmisille sopiviksi.

Tove Lassenius:

Erittäin hyvä nosto. Räättälöinti tukee työhyvinvointia kaikilla. Haluan nostaa myös sen, että työkyvyn arviointi voi itsessään olla interventio: se herättää oivalluksia ja muutoshalua. Vaikka arviointi olisi lyhyt, se voi käynnistää prosessin, joka muuttaa työntekijän arkea merkittävästi.

Minna Tarvainen:

Hyvä esimerkki siitä, miten pienillä kysymyksillä voi herättää suuria oivalluksia.

Mari Bergman:

Kiitos paljon Minna ja Tove keskustelusta.

Jos kuuntelijoita kiinnostaa aihe lisää, Vates-säätiön YouTube-kanavalta löytyy kaksi webinaaritallennetta otsikolla “Toimintaterapia osana työkyvyn ohjaus- ja valmennustyötä.”

Toinen keskittyy toimintaterapian mahdollisuuksiin työllistymisen tukena ja toinen toimintaterapian työotteen hyödyntämiseen työllistymisen eri vaiheissa.

Minna ja Tove:

Kiitos. Kiitoksia.

Musiikkia

Miesääni:

Vates välittää.