

# Sotilaallisessa kriisinhallintatehtävässä palvelleiden ryhmämuotoisen kuntoutusmallin kehittäminen

Ilvonen Katja, Tuovila Jarkko, Shemeikka Riikka, Pietilä Piia, Sihvonen Ari-Pekka, Ryhänen Timo, Alitalo Erna, Sahervo Sarianne, Pietilä Mia, Linnamies Päivi, Skofelt Tarja. **Sotilaallisessa kriisinhallintatehtävässä palvelleiden ryhmämuotoisen kuntoutusmallin kehittäminen.** Oulunkylän kuntoutuskeskuksen julkaisuja, no 2. Joensuu 2024.

## Linkki julkaisuun:

[https://www.okks.fi/wp-content/uploads/2024/08/Oulunkylan\\_Kuntoutuskeskus\\_julkaisu\\_nro\\_2\\_.pdf](https://www.okks.fi/wp-content/uploads/2024/08/Oulunkylan_Kuntoutuskeskus_julkaisu_nro_2_.pdf)

## TIIVISTELMÄ /YHTEENVETO RAPORTISTA

### Tavoite

Tutkimus- ja kehittämishankkeessa jatkokehitettiin sotilaallisessa kriisinhallintatehtävässä palvelleiden ryhmämuotoisen kuntoutuksen uusi malli lähi- ja etäkuntoutusta hyödyntäen ja arvioitiin sen soveltuvuutta, hyötyjä ja vaikutuksia kohderyhmälle sekä yhtymäkohtia nykyiseen sotilaallisessa kriisinhallintatehtävässä palvelleiden kuntoutusjärjestelmään.

### Taustaa

Hanke oli jatkoa Sotilaallisessa kriisinhallintatehtävässä palvelleiden kokonaisvaltaisen kuntoutuksen ja tuen tarve Suomessa -tutkimukselle. Edeltävän tutkimuksen johtopäätöksissä todettiin kehittämistarpeita nykyiseen kriisinhallintatehtävissä palvelleiden tukijärjestelmään sekä tarpeita uusien kuntoutuksen ja tuen malleille, jotka huomioivat tuen saajan tilannetta kokonaisvaltaisemmin. Ryhmämuotoinen, vertaistuen mahdollistava kuntoutus oli yksi tutkimuksessa todettu kehittämisen kohde, joka ei kuitenkaan kuulu julkisesti rahoitettujen, lainsäädännöllä varmistettujen palveluiden piiriin. (Shemeikka ym. 2022.) Oulunkylän kuntoutuskeskus on toteuttanut ja kehittänyt yhteistyössä Suomen Rauhanturvaajaliiton ja Vammautuneiden Kriisinhallintaveteraanien kanssa kriisinhallintatehtävissä palvelleiden ryhmämuotoista kuntoutusta vuodesta 2017 lukien, ja nyt mallia edelleen kehitettiin yhdistäen siihen etäkuntoutus.

### Kuntoutusryhmät, tutkimuksen osallistujat

Tutkimuksessa oli mukana seitsemän kuntoutusryhmää, kussakin ryhmässä oli 8–10 kuntoutujaa (n=65). Tutkimuksen osallistuneista (n=64) selkeä enemmistö (95 %, 61/64) oli miehiä. Iän keskiarvo oli 53,4 vuotta. Kuntoutujat olivat osallistuneet kriisinhallintaoperaatioihin keskimäärin 3,6 kertaa. Ryhmät muodostettiin huomioiden operaatio ja/tai kohdema, jossa osallistujat olivat palvelleet. Osallistujiksi tavoiteltiin henkilöitä, joilla oli kokonaisvaltaisen fyysisen, psyykkisen tai sosiaalisen kuntoutuksen ja tuen tarvetta. Suomen Rauhanturvaajaliitto yhteistyössä Vammautuneiden Kriisinhallintaveteraanien kanssa rekrytoi osallistujat kuntoutusryhmiin ja sitä kautta tutkimukseen.

### Kuntoutuksen sisältö

Oulunkylän kuntoutuskeskuksen moniammatillisen kriisinhallintakuntoutustiimin (fysioterapeutit, sairaanhoitajat, psykoterapeutti) toteuttama yhdeksän kuukauden mittainen kuntoutuskokonaisuus kullakin ryhmällä sisälsi vertaistuen mahdollistavan kolmen vuorokauden pituisen aloitusjakson lähikuntoutuksena, etäkuntoutusjaksot ja yhteydenpidon, omaehtoisen harjoittelun suunnitelman mukaan ja sen seurannan, väliarvioinnin etäyhteydellä sekä loppuarvioinnit lähikuntoutuksena (lisäksi toimintakykymittaukset, väli- ja loppukyselyt, haastattelut). Kuntoutus oli kokonaisvaltaista työ- ja toimintakykyä edistävää toimintaa, jossa huomioitiin fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn sekä muiden hyvinvointiin ja terveyteen liittyvien tavoitteiden edistäminen kunkin osallistujan yksilöllisen tarpeen ja elämäntilanteen mukaan. Fyysiset harjoitteet ja psykososiaalinen tuki ja keskustelut kulkivat rinnakkain interventiossa. Tavoitteet kirjattiin ja kuntoutumista arvioitiin tavoitteiden mukaisesti. Etäkuntoutusta kokeiltiin ensimmäistä kertaa osana kriisinhallintaveteraanien kuntoutusta, ja kokemukset siitä olivat hyviä. Oleellinen osa kehittämistä oli kuntoutusryhmiin osallistuvien palaute, eli antamansa palautteen kautta kuntoutujat osallistuivat kuntoutuksen ohella mallin kehittämiseen yhdessä Oulunkylän kuntoutuskeskuksen moniammatillisen kriisinhallintakuntoutustiimin kanssa.

## Mallin arviointi

Mallin arviointitutkimuksen suoritti Kuntoutussäätiön tutkijaryhmä. Ryhmämuotoisen kuntoutuksen mallin toimivuutta, hyötyjä ja vaikutuksia kohderyhmälle arvioitiin sekä kuntoutujien että kuntoutusta toteuttaneiden ammattilaisten näkökulmista. Kuntoutujien näkemyksiä kuntoutusmallin toimivuudesta ja hyödyistä kerättiin sekä kysely- että haastattelumenetelmin. Kuntoutujien kokemassa hyvinvoinnissa ja elintavoissa tapahtuneita muutoksia selvitettiin kolmessa vaiheessa toteutettujen kyselyiden avulla, lisäksi tarkasteltiin kuntoutujien fyysisessä toimintakyvyssä, kehonkoostumuksessa ja alkoholinkäytössä tapahtuneita muutoksia kuntoutuksen alun ja päättymisen välillä. Kuntoutusta toteuttaneelta moniammatilliselta tiimiltä kerättiin tietoa kahden itsearviointityöpajan yhteydessä, lisäksi kuntoutusten päätyttyä järjestettiin tulevaisuustyöpaja, jossa keskeisten sidosryhmien edustajat tekivät saatujen kokemusten ja alustavien tulosten pohjalta kehittämisehdotuksia. Tulevaisuustyöpajaan osallistui eri organisaatioiden edustajien lisäksi kuntoutusta toteuttaneiden ammattilaisten ja hankeryhmän edustus. Arvioinnin kautta saatuja tietoja hyödynnettiin kuntoutuksen sisällön ja mallin kehittämisessä.

## Tuloksista

Kuntoutukseen osallistuneiden fyysinen toimintakyky oli kuntoutusjakson alussa käytettyjen testien perusteella hieman alle samanikäisen väestön keskitason tai oli keskitasoa riippuen testistä, ja koetun elämänlaadun keskiarvo vastasi keskimäärin elämänlaadun kokemusta samanikäisessä suomalaisessa väestössä. Kuntoutujien tarpeet ja yksilöllisesti laaditut kuntoutustavoitteet painottuivat liikunnallisuuden ja fyysisen toimintakyvyn kohentamiseen, ja näissä havaittiin myönteisiä muutoksia kuntoutuksen aikana. Lähes kaikki kuntoutujat kokivat kuntoutuksen vastanneen tarpeitaan erittäin hyvin ja saaneensa monipuolisesti hyötyjä kuntoutuksesta. Koetut hyödyt painottuivat eniten fyysisen hyvinvoinnin ja liikunnan lisääntymiseen, ja enemmistö koki saaneensa hyötyjä myös psyykkiseen hyvinvointiin (esim. stressin tai ahdistuneisuuden vähentyminen), samoin kuin ruokailutottumuksiin, nukkumiseen sekä osaamiseen hakea palveluja ja tukea. Kuntoutuksen myötä saatu vertaistuki koettiin merkityksellisenä. Kuntoutujien näkemykset kriisinhallintajasta olivat jo lähtökohtaisesti myönteisiä, ja suhtautumisessa havaittiin edelleen myönteistä muutosta kuntoutuksen aikana.

Kuntoutujista 93 % vastasi ehdottomasti suosittelevansa tätä kuntoutuskokonaisuutta muille kriisinhallintatehtävissä palvelleille, loput (7 %) vastasivat että saattaisivat suositella. Kokemukset etäkuntoutuksesta ovat hyviä ja rohkaisevia, vaikka lähitapaamisia arvostettiin ja osa toivoi niitä enemmän. Lähes kaikki loppukyselyyn vastanneet (98 %) kokivat kuntoutuskokonaisuuden sisältöjen vastanneen omia tarpeitaan erittäin hyvin. Moniammatillinen kuntoutustiimi ja kuntoutuksen sisältö saivat erittäin hyvän arvion. Rauhanturvajaliiton vertaistukikoordinaattorilla oli oma tärkeä rooli kuntoutustiimissä.

## Johtopäätöksistä

Ryhmiä muodostaminen operaatioiden/kohdemaiden mukaan edisti ryhmäytymistä ja vertaistuen toteutumista. Vertaistuen merkitys ja arvo nousi tutkimuksen tuloksissa vahvasti esiin. Henkilöiden oma kokemus kuntoutuksen psykososiaalisista hyödyistä oli sekä kyselyn että haastatteluiden perusteella erittäin hyvä, vaikka fyysisen toimintakyvyn liittyvät tavoitteet korostuivat tähän tutkimukseen osallistuneella ryhmällä. Viidennes kuntoutujista oli ryhmätapaamisen lisäksi yhteydessä kahdenvälisesti psykoterapeuttiin, ja kuntoutujia ohjattiin myös jatkohoitoon muualle terveydenhuoltoon. Psykososiaalista tukea korostettiin, sillä edeltävässä tutkimuksessa 21 % eli 703 henkilöä tutkimukseen osallistuneesta 3 373 henkilöstä oli kokenut operaation aiheuttamaa stressiä operaation jälkeen, ja erityisesti psyykkisen oireilun hoidossa näkyi haasteita (Shemeikka ym. 2022). Hyvä kysymys on, miten tuen tarpeessa olevia kriisinhallintaveteraaneja ylipäänsä tavoitetaan ja saadaan tuen ja palvelujen piiriin.

Kuntoutusinterventio on kuntoutuksen ammattilaisten ohjaama tavoitteellinen jakso, jonka vaikutusten odotetaan ulottuvan voimavaroina kuntoutujien myöhempään elämään ja vaiheisiin eli kuntoutuksella tavoitellaan kokonaisvaltaisesti työ- ja toimintakykyä sekä hyvinvointia edistäviä ja toimintakyvyn heikentymistä ennaltaehkäiseviä pitkäaikaisvaikutuksia mukaan lukien kriisinhallinnan palvelusurien jatkuminen. Jatkotutkimuksesta isommalla otoksella vaikuttavuuden ja tuloksellisuuden arvioimiseksi voisi olla hyötyä.

Kehitetty ja alustavasti testattu ryhmämuotoisen kuntoutuksen malli kriisinhallintatehtävissä palvelleille on johtopäätösten mukaan toimiva. Kokemusten ja tulosten mukaan ryhmämuotoinen kuntoutus sopii erityisen hyvin tälle kohderyhmälle, ja siinä tunnistettiin useita ryhmäkuntoutuksen etuja. Kuntoutujien saaman hyödyn näkökulmasta olisi hyödyllistä liittää ryhmämuotoinen kuntoutus kriisinhallintatehtävissä palvelleiden operaation jälkeiseen tukeen. Hanketiimi ja kriisinhallintakuntoutustiimi päätyivät suosittelemaan tähän ja

edeltävään tutkimukseen perustuen kahdenlaista ryhmämuotoista kuntoutuksen mallia, joista toinen sisältää myös etäkuntoutusta. Lisäksi linjattiin muita suosituksia, jotka liittyvät operaation jälkeiseen seurantaan, kuntoutujien valintaan, vertaistukeen, kuntoutustiimin osaamiseen ja kuntoutuksen sisältöön ja arviointiin.

Tutkimuksesta voi varovaisesti vetää johtopäätöksen, että tarkemmalla muutaman vuoden kestäväällä kotituneiden kriisinhallintaveteraanien hyvinvoinnin järjestelmällisellä seurannalla, mahdollisilla haastatteluilla tai veteraaneille ja heidän läheisilleen suunnatuilla kyselyillä voitaisiin saada seulottua tarkemmin juuri se joukko, joka hyötyisi ryhmämuotoisesta kuntoutuksesta eniten. Samalla seurannan aikana tulisi voida tarjota tutkitusti vaikuttavaa kuntoutusta, jotta sekä yksilön kannalta että yhteiskunnan resurssien säästämiseksi päästäisiin vaikuttamaan eniten kuntoutusta, hoitoa ja vertaistukea tarvitsevien hyvinvointiin mahdollisimman tehokkaasti. Myös keskeisten sidosryhmien edustajat tulevaisuustyöpajassa näkivät kriisinhallintatehtävissä palvelleiden standardisoidun ja lakisääteisen ryhmämuotoisen kuntoutuksen tarpeellisenä jatkumona operaatioiden ja kotiuttamistilaisuuksien jälkeen, osana varhaista tukea ja ennaltaehkäisevää seuranta, valtion rahoituksella, keskitetysti puolustushallinnon alla.

Se, kuinka kriisinhallintatehtävissä palvelleiden tarpeenmukaiset palvelut järjestetään operaatioiden jälkeen, vaikuttaa motivaatioon hakeutua kyseisiin tehtäviin sekä mahdollisesti osallistujamääriin ja palvelusuriin. Ajoissa annettu tuki ja tarpeeseen perustuva toiminta- ja työkykyä edistävä kuntoutus on sekä inhimillisesti että taloudellisesti kannattavaa. Suomen uusi geopoliittinen asema Nato-jäsenyys mukaan lukien ja turvallisuustilanteen muutos heijastuvat myös tuen ja kuntoutuksen tarpeisiin. Tässä tutkimus- ja kehittämishankkeessa ei hankeryhmän taholta oteta kantaa järjestämisvastuisiin, mutta tuen tarvitsijan erityispiirteet, erityisesti sodan tai sen kaltaisen tilan ja tapahtumien kokemus sekä osalla traumaperäisen stressihäiriön oireet edellyttävät joka tapauksessa keskitettyä erityisosaamista, ja mielellään omaa väylää asiantuntevan tuen piiriin. Sotilaan ja kriisinhallintaveteraanin palveluverkosta pitää tehdä riittävän vahva.

Tämä tutkimus- ja kehittämishanke sekä edeltävä kriisinhallintatehtävissä palvelleiden kuntoutuksen ja tuen tarvetta selvittänyt tutkimus (Shemeikka ym. 2022) muodostavat kokonaisuuden, joka on tuottanut uutta tietoa, jota voidaan hyödyntää sekä sotilaallisissa että siviilikriisinhallintatehtävissä palvelleiden kokonaisvaltaisen ja oikea-aikaisen kuntoutuksen järjestämisessä, tuottamisessa ja kehittämisessä sekä mahdollisten lainsäädännön kehittämistarpeiden arvioinnissa.

*Tämä tutkimus- ja kehittämishanke ja edeltävä tutkimus ovat sekä terveystieteellistä tietoa että maanpuolustusta edistävää tutkimus- ja kehittämistyötä.*

#### **Edellinen vuoden 2022 tutkimushankkeen raportti:**

Shemeikka Riikka, Alitalo Erna, Ilvonen Katja, Pietilä Piia, Ryhänen Timo, Sihvonen Ari-Pekka, Kemppainen Jaana, Salakka Ilja. **Sotilaallisessa kriisinhallintatehtävässä palvelleiden kokonaisvaltaisen kuntoutuksen ja tuen tarve Suomessa.** Oulunkylän kuntoutuskeskuksen julkaisuja, no 1. Joensuu 2022.

<https://www.okks.fi/wp-content/uploads/2022/08/Oulunkylan-kuntoutuskeskus-sr-julkaisut-nro-1.pdf>

*\*Oulunkylän kuntoutuskeskus sr on toiminnallinen veroja maksava säätiö, joka Yhteiskunnallinen yritys -tunnuksen periaatteiden mukaisesti kohdentaa voittonsa sataprosenttisesti henkilöstöön, toimintaan ja kuntoutuksen kehittämishankkeisiin. Maanpuolustus- ja kriisinhallintatehtävissä palvelleiden kuntoutus ja sen kehittäminen on tärkeä osa säätiön perustarkoituksen mukaista toimintaa (muuta perustarkoituksen mukaisia ryhmiä ovat sotiemme veteraanit, asevelvollisena palveluksessa vammautuneet, sekä yhteiskunnallisissa pelastus-, suojelu- ja turvallisuustehtävissä palvelleet ja vammautuneet).*

*\*Kuntoutussäätiö sr toteuttaa vuosittain kymmeniä eri rahoittajien hankkeita, tutkimuksia, arviointeja ja selvityksiä, jotka tuottavat ratkaisuja yhteiskunnallisesti merkittäviin ja ajankohtaisiin kysymyksiin ja tukevat kuntoutuksen ja sen lähialojen kehittämistä.*