

28.12.2018, Yhteenveto loppuraportista (Dnro 36/26/2012):

NUORTEN AIKUISTEN LUKIVAIKEUDEN NEUROPSYKOLOGINEN KUNTOUTUS - TULOKSELLISUUDEN ARVIOINTI

PsL Johanna Nukari¹ & dosentti Erja Poutiainen^{1,4} sekä tutkimusryhmä: dosentti Marja Laasonen^{2,3}, LT Eva Arkkila³, LKT Marja-Leena Haapanen³

¹Kuntoutussäätiö, ²Helsingin yliopisto, ³HYKS Foniatrian yksikkö, ⁴Tutkimuksesta vastaava henkilö

Tausta: Lukivaikeus on kehityksellinen, usein perinnöllinen vaikeus, jossa lukemisen taitojen kehitys poikkeaa tavanomaisesta huolimatta riittävästä oppimismahdollisuuksista. Lukivaikeus ilmenee noin 5–10 %:lla väestöstä vaikeuttaen opiskelua, työtä ja jokapäiväistä elämää. Aikuisilla koulutustason ja työelämän vaatimusten kasvaessa sujuvan ja nopean tekstin prosessoinnin merkitys korostuu entisestään. Lukemisen ja kirjoittamisen ongelmien lisäksi lukivaikeuteen liittyy muun muassa kielellisen lyhytkestoisien muistin ja työmuistin ongelmia, prosessointinopeuden heikkoutta, sekä tarkkaavuuden, toiminnanohjauksen ja temporaalisen prosessoinnin ongelmia.

Hoitamattomana lukivaikeus voi aiheuttaa merkittävää haittaa opintojen suorittamisessa, työllistymisessä ja työtehtävien menestyksekkäässä hoitamisessa. Oppimisvaikeuksien yhteydessä esiintyy myös keskimääräistä enemmän psyykkisen hyvinvoinnin ongelmia, kuten itsetunnon heikkoutta, itsekriittisyyttä, ahdistusta ja masennusta. Kielteisten seurannaisvaikutusten ennaltaehkäisyyn kannalta lukivaikeuden tunnistaminen ja kuntouttaminen on tärkeää. Tiedetään, että jo suhteellisen lyhyilläkin interventioilla voi olla merkittävä vaikutus opiskelussa ja työelämässä eteenpäin pääsemisessä ja elämänlaadun kohenemisessä. Aikuisten lukivaikeuden kuntoutuksen vaikuttavuudesta ei kuitenkaan ole olemassa korkeatasoista kansainvälistä tai kotimaista tutkimusta. Tietoa vaikuttavuudesta tarvitaan oikeanlaisten tukitoimenpiteiden suunnittelemiseksi.

Tutkimuksen tavoitteet: Tutkimushankkeen tavoitteena oli arvioida nuorten aikuisten kehityksellisen lukivaikeuden neuropsykologisen kuntoutuksen tuloksellisuutta. Satunnaistetulla, kontrolloidulla tutkimusasetelmalla verrattiin yksilöllistä neuropsykologista kuntoutusta ja ryhmämuotoista neuropsykologista kuntoutusta toisiinsa sekä kontrollitilanteeseen, jossa kuntoutusta ei tarjottu. Tavoitteena oli arvioida kuntoutuksen tuloksellisuutta suhteessa kontrollitilanteeseen sekä kahden erilaisen kuntoutusmuodon mahdollisesti erilaisia vaikutuksia osallistujien objektiivisesti ja subjektiivisesti arvioituun kognitiiviseen suoriutumiseen sekä yleisemmin psykososiaaliseen hyvinvointiin.

Menetelmät: Tutkimukseen rekrytoitiin yhteensä 120 iältään 18-35-vuotiasta osallistujaa, joilla oli kehityksellinen lukivaikeus. He täyttivät Kelan harkinnanvaraisen kuntoutuksen myöntämisen edellyttämät kriteerit. Lukivaikeusdiagnoosi tehtiin neuropsykologisen ja foniatrian tutkimuksen perusteella HYKS:n Foniatrian yksikössä ja neuropsykologisten tutkimusten osuutta osin myös Kuntoutussäätiössä. Sisäänpääsykriteerit täyttäneet osallistujat satunnaistettiin kolmeen ryhmään: yksilökuntoutuksessa heti aloittavat, ryhmäkuntoutuksessa heti aloittavat ja kuntoutusta odottavat kontrollihenkilöt. Myös kontrolliryhmä sai odotusajan jälkeen saman kuntoutuksen. Tutkimuksen protokolla julkaistiin ennen tutkimuksen toteuttamista (ClinicalTrials.gov tunnus: NCT01930500).

Sekä yksilö- että ryhmämuotoinen kuntoutus sisälsi 12 tapaamista, jotka toteutettiin viiden kuukauden ajalla pääsääntöisesti Kuntoutussäätiössä. Kuntoutuksen vaikutuksen arviointiin liittyvät arvioinnit toteutettiin ennen kuntoutuksen alkua, heti kuntoutuksen päätyttyä sekä viisi kuukautta kuntoutuksen päättymisen jälkeen. Kuntoutusvaikutuksen pysyvyyttä tutkittiin myös 15 kuukautta kuntoutuksen päättymisestä toteutetun postikyselyn avulla.

Kuntoutus oli ratkaisukeskeistä ja käsittelyssä oli kuntoutujan sen hetkessä elämäntilanteessa olevia keskeisiä haasteita (vaikeudet opinnoissa, työhön tai opintoihin hakeutumisessa). Menetelminä olivat keskustelujen avulla ongelmien ja oman tilanteen jäsentäminen sekä oman oppimisvaikeuden vaikutusten ymmärtäminen, harjoitteiden avulla metakognitiivisten taitojen parantaminen ja uusien strategioiden omaksuminen, kotona itsenäisten harjoitteiden tekeminen opeteltujen asioiden soveltamiseksi käytäntöön sekä itsetunnon tukeminen ja kielteisten oppimiskokemusten purkaminen. Ryhmämuotoisessa kuntoutuksessa hyödynnettiin myös vertaistukea.

Tulokset: Sekä yksilö- että ryhmämuotoisella kuntoutuksella oli myönteinen vaikutus osallistujien prosessointinopeuteen ja keskittymiseen verrattuna kontrolliryhmään ja muutos pysyi myös seurannassa. Itsearviointimenetelmien perusteella saatiin molempien kuntoutusmuotojen osalta myönteinen muutos lukemiseen liittyvän toiminnan kohenemisessä liittyen mm. itsearvioituun lukemisen määrään, asenteeseen lukemista kohtaan ja arvioihin omista lukemiseen liittyvistä kyvyistä. Myös lukemiseen ja kirjoittamiseen liittyvässä itsearvioidussa muistin toiminnassa ilmeni myönteinen muutos ryhmäkuntoutuksen osalta.

Molemmat kuntoutusmuodot lisäsivät itsearviointimenetelmin arvioituna suoritusoptimismia verrattuna kontrolliryhmään ja ryhmämuotoinen kuntoutus näytti vähentävän sosiaalista pessimismia verrattuna yksilökuntoutukseen ja kontrollitilanteeseen. Tehtävien välttely väheni molemmissa kuntoutusmuodoissa. Itsetunnon suhteen molemmissa kuntoutusmuodoissa ilmeni kohentumista.

Koetussa keskittymiskyvyssä ilmeni myönteinen muutos ryhmäkuntoutuksen osalta. Koetussa muistin toiminnassa ja asioiden koetussa käsittelynopeudessa havaittiin puolestaan myönteinen muutos yksilökuntoutuksen osalta. Kysyttäessä lukivaikeuden aiheuttamaa haittaa opinnoissa ja työssä, koettu haitta väheni yksilö- ja ryhmäkuntoutuksissa kuntoutusjakson aikana ja muutos pysyi seurannassa.

Kuntoutujilta kerättyjen palautteiden valossa monet kuntoutuksen osa-alueet koettiin tarpeellisena. Lukemisen, kirjoittamisen ja muistin tukikeinojen lisäksi erityisesti palaute neuropsykologisesta tutkimuksesta, keskittymisen ja tarkkaavuuden käsittely sekä ryhmäkuntoutuksessa kokemusten jakaminen koettiin tärkeinä. Kuntoutuksen myötä tehtiin useita konkreettisia muutoksia omiin opiskelu- ja työskentelytapoihin.

Yhteenveto: Neuropsykologinen yksilö- ja ryhmämuotoinen kuntoutus kohensi osallistujien kognitiivista suoriutumista ja vaikutti myönteisellä tavalla heidän kokemiinsa lukivaikeuteen liittyviin vaikeuksiin. Lisäksi palautteissa monet toivat esiin konkreettisia muutoksia opiskelu- ja työtapoihin ja myönteisiä vaikutuksia työssä ja opinnoissa pärjäämiseen.

Osallistujajoukko oli valittu ajatellen tutkimuksen kohteena olevaa suhteellisen lyhytkestoista ja strategiapainotteista kuntoutusta. Siitä hyötymisen mahdollistamiseksi laaja-alaiset oppimisvaikeudet ja rinnakkaiset kuntoutuksesta hyötymiseen vaikuttavat tilat, kuten tarkkaavuushäiriö ja vakavat mielialaoireet pyrittiin rajaamaan tutkimuksen ulkopuolelle. Suhteellisen kapea-alaisen lukivaikeuden kyseessä ollessa jo lyhyelläkin interventiolla voidaan saada aikaan vaikuttavia tuloksia.

Lähteet:

Nukari, J., Laasonen, M., Arkkila, E., Haapanen, M.-L. & Poutiainen, E. Neuropsychological intervention of adult dyslexia has an effect on behavioral attributions and self-esteem - a randomized controlled study. Manuscript.

Nukari, J. & Sarkki, L. (2017). Nuorten aikuisten lukivaikeuden neuropsykologinen yksilö- ja ryhmämuotoinen kuntoutus – tietoa kuntouttajalle. Kuntoutusääitiö, Helsinki.

Nukari, J., Poutiainen, E., Arkkila, E., Haapanen, M.-L., Lipsanen, J. & Laasonen, M. Both individual and group based neuropsychological intervention of adult dyslexia improves cognitive functioning - a randomized controlled study. Manuscript, submitted.