

Tegevusteraapia – kas ikka veel uus eriala?

Karin Lilienberg¹, Mari Saat², Alar Sepp¹

Tegevusterapeutid on tegevuse ja tegevusvõime edendamise spetsialistid, kel on kõrgharidus. Neid on koolitatud Tallinna Tervishoiu Kõrgkoolis aastast 2000. Eriala on kiiresti arenenud ja tegevusterapeute töötab nüüdseks nii rehabilitatsioonikeskustes, haiglates, tugikeskustes, hooldekodudes kui ka abivahendikeskustes; nii laste, noorukite, täiskasvanute kui ka eakatega, kellel on funktsiooni- või tervishäire, näiteks neuroloogilised, ortopeedilised, traumaatilised või reumatoloogilised probleemid. Tegevusterapeutide tööga rahulolu uuringust selgus, et vastajad olid rahul oma elukutse ja töökoha valikuga. Töötavaid tegevusterapeute iseloomustab kuus faktorit: head suhted kolleegidega, ülekoormus tööl, motiveeritus, pettumus (eelkõige töötasuga), iseseisvus ning emotsionaalselt raske töö. Samal ajal on nad rahul oma valitud elukutsega.

Eesti arstkont teab suhteliselt vähe tegevusteraapia erialast ja selle arengust Eestis. Tegevusterapeutid on tegevuse ja tegevusvõime edendamise spetsialistid, kellel on erialane kõrgharidus ning kes on koolitatud sotsiaal-, tervishoiu- või haridusasutustes töötamiseks. See eeldab aga laialdasi erialaseid teadmisi ja oskusi töötada häirunud tegevusvõimega kliendiga tema tegevusvõime säilitamiseks ja edendamiseks (1–3).

Tegevusteraapia on kliendikeskne tervishoiueriala, mille eesmärk on mõjutada inimese füüsilist ja psüühilist seisundit valitud tegevuste kaudu, et aidata saavutada parimat võimalikku toimetulekutaset igapäevaelus vajalike tegevuste sooritamisel (1, 4). Tegevusteraapiat teistest tervishoiualadest eristav element on tegevuse kasutamine ja sotsiaalse ning füüsilise keskkonnaga kohandamine inimese tervise ja elukvaliteedi parandamiseks (5). Tegevusteraapia on suunatud inimese iseseisvuse suurendamisele tema igapäevases elukeskkonnas (1, 6).

Seisundi hindamisel ja teraapias keskendub tegevusterapeut inimese tegevuseeldustele, tegevustervikule ja tegevuskontekstile. Kliendile

õpetatakse igapäevaelu tegevusi teraapia eesmärkidest lähtudes ning juhendatakse sooritusoskuste harjutamist. Püütakse arendada, parandada ja säilitada isiku tegevuseeldusi. Vajaduse korral soovitatakse kasutada abivahendeid ning kohandada keskkonda. Tegeldakse ka lihtsamate ortooside valmistamise ja kohandamisega (1). Tegevusterapeuti kliendiks võib olla nii laps, nooruk, tööealine kui ka vanur, kellel toimetulek on piiratud somaatilise haiguse või trauma, psühhosotsiaalse või arenguhäire, õpiraskuste, vaesuse või kultuurierinevuste tõttu või kõrgest east tingituna (7). 2011. aastal korraldati töötavate tegevusterapeutide hulgas küsitlusuuring, et selgitada nende rahulolu diplomieelse hariduse ja tööga (8).

Eesti esimesed tegevusterapeutid koolitati hooldusasutuste vajadusest lähtudes sotsiaalsüsteemi projekti toel Soomes. Oulu Ametikõrgkoolist sai 1999. aastal tegevusterapeuti diplomi seitse eesti tegevusterapeuti (9).

ÕPPEKAVA ARENG

Eestis on õpetatud tegevusteraapiat Tallinna Tervishoiu Kõrgkoolis alates 2000. aastast. Õppekava koostas tollase arendusosakonna juhataja K. Saapar.

Kuna tegemist oli uue erialaga Eestis, arendati õppekava eelkõige välispartnerite toel. 2002. aastal sõlmis kool Sotsiaalministeeriumi ning Haridus- ja Teadusministeeriumi toetusel koostöölepingu Rootsi Tegevusterapeutide Assotsiatsiooniga ning alustati tegevusteraapia koolitust üliõpilastele ja erialaainete õpetajatele. Selles osalesid Rootsi ülikoolide tegevusteraapia õppejõud. Rootsi Tegevusterapeutide Assotsiatsioonil oli eelnev samalaadne koostöökogemus Läti Meditsiiniakadeemia ja Peterburi Riikliku Meditsiiniakadeemiaga.

Tegevusterapeuti õppekava Tallinna Tervishoiu Kõrgkoolis on heaks kiitnud Tegevusterapeutide Maailmaorganisatsioon (*World Federation of Occupational Therapists*, WFOT). WFOT on tunnistanud koolituse miinimumstandardile vastavaks. 2009. aastal läbis tervishoiukõrgkooli kogu õppekava, sealhulgas ka tegevusteraapia, üleminekuhindamise ja sai nn uue põlvkonna koolituslitsentsi. Eesti Kõrghariduse Kvaliteediagentuuri hindamisnõukogu 21.02.2013. aasta otsusega on Tallinna Tervishoiu Kõrgkool institutsionaalselt akrediteeritud seitsmeks aastaks. Nominaalne õppeaeg on 4 aastat ja lõpetajad saavad rakendusliku kõrghariduse diplomi.

ARENDUSTEGEVUS JA RAKENDUSUURINGUD

Erialaainete õpetamisel saab kõrgkool suurt tuge Euroopa kolleegidelt tänu rahvusvahelistele sidemetele. Erialaõppejõud ja üliõpilased osalevad LLP/Erasmuse üliõpilaste ja õppejõudude vahetusprogrammis. Regulaarne on vahetus Riia Stradina Ülikooliga, Oulu Ametikõrgkooliga, Belgia Genti Artevelde Kõrgkooliga. Õppejõud ja üliõpilased osalevad

¹ Tallinna Tervishoiu Kõrgkool,
² Pärnu Haigla

ka rahvusvahelistes projektides. Erialakoolituse arendamisel peame oluliseks osalemist Euroopa tegevusterapeutide kõrghariduse koostöövõrgustikus ENOTHE (*European Network of Occupational Therapy in Higher Education*), mille liige on kõrgkool alates 2005. aastast (5). Alates 2010. aastast on artikli üks autoritest, tegevusteraapia õppe- tooli juhataja lektor Karin Lilienberg võrgustiku ENOTHE juhataja liige.

Tegevusteraapia õppetoolis töötab lektori ja arenduskoordinaatorina kuni 2007. aasta sügiseni Lia Lasn. Alates 2007. aastast on õppetoolis tegevusteraapia õpetajana töötanud Hanna-Maria Põldma ja alates 2012. aastast Kristiina Didrik. Praktika- juhendajate ja erialaõppejõududena on õppetöösse kaasatud enamik tegevusteraapia eriala lõpetanud ja erialal töötavaid Eesti tegevusterapeutide. Kokku on nüüdseks Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli tegevusteraapia eriala diplomi saanud 76 tegevusterapeuti. Tegevusteraapia eriala diplomi saanud üliõpilane võib jätkata õpinguid ülikoolide magistriõppes eeskätt pedagoogika, sotsiaaltöö ja rahvatervise valdkonnas. Praegu on Eestis veel tegevusterapeutide vähe, kuid pikemas perspektiivis, et eriala kinnistuks uurimisel, püüame leida võimalusi ühiselt teiste Balti riikidega ka tegevusteraapia kutsemagistriõppeks.

Tegevusterapeutid kui spetsialisti vajalikkus teadustub ühiskonnas järk-järgult, koostöö tööandjatega- praktikabaasidega sujub, tegevusteraapia taastusravi valdkonna teenusena on sätestatud õigusaktides (5). 2006. aastal moodustati eriala arendamiseks kutseorganisatsioon Akadeemiline Ühing Eesti Tegevusterapeutid. 2009. aastal ühinesid kõik Eestis tegutsevad tegevusterapeutid ühtsesse kutseliitu Eesti Tegevusterapeutide Liit. Eesti Tegevusterapeutide Liit kuulub ka eriala maailmaorganisatsiooni WFOT (*World Federation of Occupational Therapists*) ja alates 2012. aastast Euroopa Tegevusterapeutide Nõukokku COTEC (*Council of Occupational Therapists for the European Countries*).

2001. aastal kinnitati tegevusterapeutide esimene kutsestandard, mis koostati Soomes õppinud tegevusterapeutide kaasabil, arvestades Euroopa kutsehariduse arenduskeskuse (*European Centre for the Development of Vocational Training, CEDEFOP*) ja tegevusteraapia õppe miinimumstandardi (*Minimum Standards for the Education of Occupational Therapists*) nõudeid. 2012. aastal kinnitati aga Eesti Tegevusterapeutide Liidu ja Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli esindajate koostöös koostatud tegevusterapeuti kutsestandard Eesti kvalifikatsiooniraamistikuga (EKR) tasemel 6, mis on kooskõlas Euroopa ühtse kvalifikatsiooniraamistikuga.

Tegevusterapeutid töötavad Eestis valdavalt rehabilitatsioonikeskustes ning haiglate taastusravi, neuroloogia, ortopeedia ja traumatoloogia, reumatoloogia, psühhiaatria jm osakondades: Keila Taastusravikeskuses, Haapsalu Neuroloogilises Rehabilitatsioonikeskuses, erahaiglas Fertilitas, Adeli Eesti Rehabilitatsioonikeskuses, Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskuses, Põhja-Eesti Regionaalhaiglas, Ida-Tallinna Keskaiglas, Tallinna Lastehaiglas, Tartu Ülikooli Kliinikum, Pärnu Haiglas, Põlva Haiglas, Viljandi Haiglas, Rakvere Haiglas, samuti abivahendikeskuses Invaru, Iru Hooldekodus, EELK Tallinna Diakooniahaiglas, Tallinna Tugikeskuses Juks jm.

KÜSITLUSUURINGU TULEMUSED

Kõige enam tegevusterapeutid töötavad neuroloogiliste, ortopeediliste, traumaatiliste ja reumatoloogiliste probleemidega laste, noorukite, täiskasvanute ja eakatega. Küsitlus tegevusterapeutide tööga rahulolu kohta korraldati 2011. aastal (8). Vastajad olid üldiselt rahul oma elukutse ja töökoha valikuga. Kõige sagedamini märgiti positiivsete teguritega iseseisvust töös, tundmist end töökollektiivi osana, koostööd kolleegidega, võimalust ellu viia oma ideid. Korrelatsioonanalüüs tõi välja, et tööga rahulolu on seotud enese tundmisega töökollektiivi osana,

tunnustuse saamisega personalilt ja juhilt, kolleegidevahelise koostööga, ametis arenemise võimalustega ja nähtavate töötulemustega. Kõik need tööga rahulolu tegurid olid statistiliselt väga olulised ($p < 0,01$).

Pidevalt või üsna sageli töös esinevate ebameeldivate teguritega märgiti kõige sagedamini töötamist kogu päeva kiires tempos; dokumenteerimise suurt osakaalu; töökoormuse ebaühtlast jaotust, nii et tööd kuhjuvad; liiga suurt töökoormust ning raskusi kliendiga suhtlemisel vene keeles. Korrelatsioonanalüüsist selgus, et tööga rahulolematust kujunes vastuoluliste nõudmistest, ülemuse ja kolleegide ükskõiksusest, töötamisest kiires tempos, liiga suurest töökoormusest, ressursinappusest, puudulikest töövahenditest, pingelisest õhkkonnast tööl, kasutatud töömeetodite kahtluse alla seadmisest. Kõik need tööga rahulolematust põhjustavad tegurid olid statistiliselt väga olulised ($p < 0,01$).

Faktoranalüüsiga otsiti tunnuseid, mis iseloomustaksid kõige enam Eestis töötavaid tegevusterapeutide. Kokkuvõtvalt iseloomustavad neid kuus faktorit: head suhted kolleegidega, ülekoormus tööl, motiveeritus, pettumus, eelkõige töötasus, iseseisvus ning emotsionaalselt raske töö, kuid ka rahulolu valitud elukutsega.

KIRJANDUS

1. Kutsestandard. Tegevusterapeut, tase 6. Tallinn: Tervishoiu ja Sotsiaaltöö Kutsenõukogu; 2012.
2. Toal-Sullivan D. New graduates' experiences of learning to practise occupational therapy. *Br J Occupat Ther* 2006;69:513-24.
3. Robertson LJ, Griffiths S. Graduates' reflection on their preparation for practice. *Br J Occupat Ther* 2009;72:125-32.
4. DeLany JV, Amini D, Cohn E, et al. Standards of practice. *The American Occupational Therapy Association*. *Am J Occupat Ther* 2010;64:106-11.
5. Lilienberg K. Tegevusteraapia õppetooli ajalugu. Rmt: Ernits Ü, Sepp A, toim. Tallinna Tervishoiu Kõrgkool 1940-2010. Tallinn: OÜ Infotrükk; 2010:95-105.
6. Crepeau EB, Cohn ES, Boyt Schell BA. Willard ja Spackman's occupational therapy. USA: Lippincott Williams ja Wilkins; 2003.
7. Eesti Tegevusterapeutide Liit. <http://www.tegevusteraapia.ee/index.php/tegevusteraapia>.
8. Saat M, Sepp A. Eesti tegevusterapeutide rahulolu oma tööga. Rmt: Tamm K, Sepp A, toim. Töökohal vaimse tervise edendamine. Tallinn: OÜ Infotrükk; 2013:60-3.
9. Joutsivuo T. Mistä toi on tullut? Suomalaisen toimintaterapian historia. Helsinki: Edita Prima OY; 2005.

alasepp@gmail.com