

RISTO VALJAKKA

CORE-OM-MITTARIN KÄYTTÖ ASIAKASTYÖSSÄ

ORIENTAATIO

ESITYKSEN SISÄLTÖ JA OPPIMISTAVOITTEET

- ▶ Osio 1: mikä on CORE-OM ja mihin sitä käytetään?
 - ▶ osallistuja hahmottaa kyselylomakkeilla kerätyn tiedon edut ja rajoitteet
 - ▶ osallistuja tuntee kyselylomakkeen käyttötarkoituksen, mittausominaisuudet ja asteikkorakenteen
 - ▶ osallistuja ymmärtää perusasiat Core-OM -tulosten tulkinnasta
- ▶ Osio 2: Core-OM käytännön hoidon ja arvioinnin työvälineenä
 - ▶ osallistuja saa tuntuman siitä, miten tulokset kirjoitetaan auki arvioivassa työssä
 - ▶ osallistuja hahmottaa mittarin käytön hoidon tuloksellisuuden arvioinnissa
 - ▶ osallistuja ymmärtää kyselylomakkeen käytön viestinnän ja vuorovaikutuksen välineenä

MIKÄ ON CORE-OM JA MIHIN SITÄ KÄYTETÄÄN?

MITTARIN KESKEISET OMINAISUUDET

- kyselylomake, jossa on 34 väittämää 0-4p, ajallinen ankkuri ”viimeisen VIIKON aikana”
- panteoreettinen, yksinkertaista kieltä, väittämät kenttätestattuja, asteikot mittausominaisuuksiltaan hyviä
- luotu 1997 osana Iso-Britannian NICE:n kliinisten hoitojen yhdenmukaisen seurannan projektia. Mittausjärjestelmään kuuluu Core-OM:n lisäksi kontekstuaalisia tekijöitä kartoittava alku- ja loppuarvio, allianssimittari jne.
- tärkein lähtökohta: ”kyselylomaketta täyttävä henkilö, jolla voi olla vähän tai ei lainkaan ongelmia, tai oikeasti todella vakavia ongelmia, voisi tuntea että hänen kyselyvastauksiaan pisteyttävä henkilö saisi jonkinlaisen käsityksen siitä, millaisessa tilassa hän on ollut viimeisen viikon aikana”

Viimeisen viikon aikana...		Eläin	Yksi	Yksi	Yksi	Yksi	Yksi	Yksi
		0	1	2	3	4	P	
15	Olen ollut häätäntynyt tai kauhuissani	☐	☐	☐	☐	☐	☐	P
16	Olen suunnitellut itsemurhaa	☐	☐	☐	☐	☐	☐	R
17	Ongelmani ovat tuntuneet ylivoimaisilta	☐	☐	☐	☐	☐	☐	W
18	Minun on ollut vaikea nukahtaa tai olen nukkunut katkonaisesti	☐	☐	☐	☐	☐	☐	P
19	Olen tuntenut lämpöä ja kiintymystä toista ihmistä kohtaan	☐	☐	☐	☐	☐	☐	F
20	En ole saanut ongelmiani mielestäni	☐	☐	☐	☐	☐	☐	P
21	Olen pystynyt tekemään suurimman osan tarvittavista asioista	☐	☐	☐	☐	☐	☐	F
22	Olen uhkailtu tai peloteltu toista ihmistä	☐	☐	☐	☐	☐	☐	R
23	Olen tuntenut itseni toivottomaksi	☐	☐	☐	☐	☐	☐	P
24	Minusta on tuntunut, että olisi parempi, jos olisin kuollut	☐	☐	☐	☐	☐	☐	R
25	Olen kokenut muiden arvostelevan minua	☐	☐	☐	☐	☐	☐	F
26	Olen tuntenut, ettei minulla ole ystäviä	☐	☐	☐	☐	☐	☐	F
27	Olen ollut onneton	☐	☐	☐	☐	☐	☐	P
28	Epämielelliset mielikuvat tai muistot ovat ahdistaneet minua	☐	☐	☐	☐	☐	☐	P
29	Olen ollut ärtyisä toisten seurassa	☐	☐	☐	☐	☐	☐	F
30	Olen syyttänyt itseäni ongelmistani ja vaikeuksistani	☐	☐	☐	☐	☐	☐	P
31	Olen ollut toiveikas tulevaisuuteni suhteen	☐	☐	☐	☐	☐	☐	W
32	Olen saavuttanut haluamani asiat	☐	☐	☐	☐	☐	☐	F
33	Olen kokenut muiden nöyryyttävän tai häpäisevän minua	☐	☐	☐	☐	☐	☐	F
34	Olen vahingoittanut itseäni tai vaarantanut terveyteni vakavasti	☐	☐	☐	☐	☐	☐	R

MIKÄ ON CORE-OM JA MIHIN SITÄ KÄYTETÄÄN?

KLIINISEN ARVIOINNIN PERIAATTEET

- Laadukkaan kliinisen arvion kolme tärkeintä sisältöä
 - Arvioitavan kokemus kärsimyksestään
 - Sisäiset ja ulkoiset tekijät jotka pitävät kärsimystä yllä ja voimistavat sitä
 - Suunnitelma näihin voimistaviin tekijöihin vaikuttamiseksi
- Hyvän kliinisen arvion ominaisuudet
 - laadullinen ja määrällinen tieto limittyvät ja tukevat toisiaan, kerättyä tietoa peilataan elämäntilanteeseen
 - päätelmät selkeitä ja viestittävässä potilaalle
- Väittämätyyllisellä kyselylomakkeella kerätty tieto
 - keskeiset hyödyt: yhteismitallisuus, vertailtavuus, kattavuus ja toistettavuus
 - keskeiset haitat: kontekstisokeus, itsearvioinnin vinoumat, kysymysten virhetulkinat ja vastaustyylin vaikutus

MIKÄ ON CORE-OM JA MIHIN SITÄ KÄYTETÄÄN?

MITEN CORE-OM:SSA JÄSENNETÄÄN VASTAAJAN KOKEMUS KÄRSIMYKSESTÄÄN?

- ▶ Neljä osa-aluetta, joista summautuu kokonaistilanne
 - ▶ Kokemus hyvinvoinnista (W): neljä väittämää, jotka pyrkivät mittaamaan kokemusta yleisluontoisesta kärsimyksestä ja toivottomuudesta
 - ▶ Oireet ja ongelmat (P): kaksitoista väittämää, jotka pyrkivät mittaamaan kokemusta ahdistuneisuudesta, masentuneisuudesta, fyysisistä vaivoista ja tunkeutuvista ajatuksista
 - ▶ Toimintakyky (F): kaksitoista väittämää, jotka pyrkivät mittaamaan kokemusta yksinäisyydestä, ihmissuhdevaikeuksista sekä epäonnistumisesta ja pärjäävättömyydestä
 - ▶ Riski (R): kuusi väittämää, joiden tarkoitus on toimia hälytyskelloina työntekijälle riskin itsen tai muiden vahingoittamiseen osalta
- ▶ Pistemäärien laskeminen, raja-arvot ja niiden sanalliset ankkurit
 - ▶ Kokonaispistemäärästä ja asteikoista W, P ja F lasketaan keskiarvo. Kliininen pistemäärä = kaikkien väittämien keskiarvo kerrottuna kymmenellä. Kokonaispistemäärän keskiarvo kerrotaan kymmenellä.
 - ▶ Kliinisesti merkittävän raja on 10p (lievä) ja ala-asteikoissa 1,0. Keskivaikean raja on 15p, keskivaikea/vakava 20p ja vakava 25p.
 - ▶ Suomalaistutkimuksessa (Honkalampi ym, 2017) kliininen pistemäärä 9,5p erotteli 85-90% todennäköisyydellä potilaat verrokeista

CORE-OM KÄYTÄNNÖN HOIDON JA ARVIOINNIN TYÖVÄLINEENÄ

POTILASESIMERKKI: MITEN CORE-OM -TULOKSET AVATAAN?

- ▶ TEKSTIMUODOSSA esimerkiksi "Itsearviointin (Core-OM) mukaan oireilu on keskivaikeaa, ja sekä toimintakyky että kokemus hyvinvoinnista lievästi heikentyneet. Kokonaistilanne on lievä mutta kliinisesti merkittävä. Oireissa ja ongelmissa painottuvat voimattomuus, vatvominen ja ahdistuneisuus. Hän on satunnaisesti lievästi vahingoittanut itseään viiltelemällä".

Yhteispisteet Keskiarvopisteet (Keskiarvopisteet saadaan jakamalla yhteispisteet täytettyjen kysymysten lukumäärällä) © CORE System Trust	Laske	W	P	F	R	Kaikki	Kaikki-R
		4	22	14	1	41	40
		1	1.83	1.17	0.17	1.21	1.43
		Kliininen pistemäärä :					12.1

- ▶ SANALLISESTI POTILAAN KANSSA esimerkiksi niin, että
 - ▶ "Kun kaikki antamasi pistemäärät lasketaan yhteen ja otetaan niistä keskiarvo, kokonaistilanne on lievä mutta kliinisesti merkittävä. Eli tarvitset apua, mutta tilanne ei ole kovin toivoton. Erotellummin näyttäisi siltä, että oireesi ja ongelmasi ovat keskivaikeat, mutta vaikuttavat toimintakykyysi ja kokemukseesi yleisestä hyvinvoinnista lievästi. Vastaako tämä sinun kokemustasi? Miten ymmärrät sitä, että vastauksesi mukaan pärjää paremmin kuin mitä muu vointi antaisi olettaa?"
 - ▶ ja sitten osasta väittämiä "ehdottaisin että käymme yhdessä läpi joitain kohtia tarkemmin, jotta varmasti ymmärrän mitä tarkoitat. Ensimmäinen on, että olet tässä kertonut olevasi toisinaan täysin voimaton ja innoton. Kertoisitko siitä enemmän?"

MITEN MUUTOS CORE-OM -PISTEMÄÄRISSÄ AVATAAN?

- ▶ Tavanomainen muutos psykoterapian aikana on 5-6 kliinistä pistettä.
- ▶ Luotettavasti merkittävän muutoksen raja kliinisissä pisteissä on 4p, mikä tarkoittaa yhteispistemäärässä ("Kaikki) ennen jako- ja kertolaskuja noin kahtatoista pistettä.
- ▶ Ala-asteikoissa Oireet ja ongelmat (P) ja Toimintakyky (F) luotettavasti merkittävän muutoksen raja on 0,55 keskiarvopistettä.

EDELLISEN ESIMERKIN POTILAS

- ▶ TEKSTIMUODOSSA esimerkiksi "Itsearviointin (Core-OM) kyselyssä mukaan potilaan kokemus yleisestä hyvinvoinnista on kohentunut lievästi alentuneesta tavanomaiseksi, oireet ja ongelmat keskivaikeista lieviksi ja riskikäyttäytyminen (viiltely) on loppunut. Toimintakyky on alun tavoin lievästi alentunut. Kokonaistilanne on pysynyt lievänä mutta kliinisesti merkittävänä, eikä siinä ole tapahtunut merkittävää muutosta".
- ▶ SANALLISESTI POTILAAN KANSSA esimerkiksi niin, että
 - ▶ "Samalla tavalla kuin arvioisasi vuosi sitten, kokonaistilanne on lievä, mutta kliinisesti merkittävä. Erotellummin näyttäisi siltä, että oireesi ja ongelmasi ovat helpottaneet keskivaikeista lieväasteisiksi ja kokemuksesi hyvinvoinnista tavanomaiseksi. Arvioisasi toimintakyvystä ei ole tapahtunut merkittävää muutosta, itse asiassa se on mennyt hiukan heikompaan suuntaan. Vastaako tämä sinun kokemustasi?"
 - ▶ "Muutos yksittäisissä väittämissä tuntuisi tässä tärkeämmältä, koska se mikä aiheuttaa sinulle kärsimystä näyttää muuttaneen tämän vuoden aikana muotoaan. Sopiiko sinulle, että käymme yhdessä läpi joitain asioita tarkemmin? -> Hienoa on, että koet aiempaa harvemmin että ongelmat tuntuvat ylivoimaisilta tai et saa niitä mielestäsi, jaksat vuoden takaista paremmin, eikä sinun tarvitse enää purkaa oloasi viiltelyyn. Toisaalta nukut huonommin ja hankalat ajatukset ja muistot ovat ahdistaneet sinua. Tunnet aiempaa useammin yksinäisyyttä ja ulkopuolisuutta, mutta muiden seurassa oleminen myös tuntuu ylivoimaiselta. Miten ymmärrät tätä?"

Laske	W	P	F	R	Kaikki	Kaikki-R
alla yhteispisteet täytettyjen	4	22	14	1	41	40
	1	1.83	1.17	0.17	1.21	1.43
ALKU	Kliininen pistemäärä :					12.1

Laske	W	P	F	R	Kaikki	Kaikki-R
alla yhteispisteet täytettyjen	3	18	15	0	36	36
	0.75	1.38	1.25	0	1.03	1.24
VUODEN SEURANTA	Kliininen pistemäärä :					10.3

LÄHTEET

LÄHTEITÄ

- ▶ Barkham, M., Mellor-Clark, J., Connell, J. & Cahill, J. (2006). A core approach to practice-based evidence: A brief history of the origins and applications of the CORE-OM and CORE System. *Counselling and Psychotherapy Research*, 6(1):3-15.
- ▶ Evans C, Connell J, Barkham M, et al. (2002). Towards a standardised brief outcome measure: psychometric properties and utility of the CORE-OM. *British Journal of Psychiatry*, 180, 51-60
- ▶ Honkalampi, K., Laitila, A., Juntunen, H., Lehmus, K., Piiparinen, A., Törmänen, I., Inkinen, M. & Evans, C. (2017): The Finnish Clinical Outcome in Routine Evaluation Outcome Measure: psychometric exploration in clinical and non-clinical samples, *Nordic Journal of Psychiatry*, 71(8), 589-597.
- ▶ Juntunen, H., Piiparinen, A., Honkalampi, K., Inkinen, M., & Laitila, A. (2015). CORE-OM -mittarin suomalainen validointitutkimus yleisväestössä. *Psykologia*, 50(4), 257-276
- ▶ Valjakka, R. (2021). Lyhyt opas CORE-OM34 -mittarin käyttöön kliinisessä työssä.