

RYHMÄNEUVOLA TUTUKSI TYÖYHTEISÖSSÄ

Ryhmäneuvolan esittely työyhteisön kokouksessa




HAMK
HÄMEEN AMMATTIKORKEAKOULU

Terveydenhoitotyön kehittämistehtävä

Hoitotyön koulutusohjelma

Hämeenlinna 11.5.2010

Tiina Järvinen



SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	ESITTELYN JÄRJESTÄMINEN.....	2
2.1	Esityksen suunnittelu.....	2
2.2	Materiaali ja esittäminen	3
3	POHDINTA.....	4
	LÄHTEET	5

Liite 1 PowerPoint esitys kokoukseen

Liite 2 Muistilista kokoukseen

1 JOHDANTO

Terveydenhoitajatutkintoon kuuluu kaksiosainen opinnäytetyöprosessi. Laajempi kokonaisuus on sairaanhoitajatutkintoon liittyvä 15 opintopisteen opinnäytetyö ja toinen osa on terveydenhoitotyön kehittämiseen liittyvä 5 opintopisteen kokonaisuus. Opinnäytetyön toinen osa täydentää uudenlaisesta näkökulmasta sairaanhoitajatutkintoon liittyvää opinnäytetyön työelämälähtöisyyttä, työelämäyhteistyötä sekä käytännön terveydenhoitotyön kehittämistä. (Hämeen ammattikorkeakoulu, 6.)

Toteutustapoina viiden opintopisteen kokonaisuudelle voi olla esimerkiksi lehtiartikkelin tekeminen alan lehteen, erilaisten ryhmien vetäminen, esitteen tai muun materiaalin tuottaminen tai koulutustilaisuuden järjestäminen opinnäytetyön aiheesta. (Hämeen ammattikorkeakoulu, 6.)

Opinnäytetyöni laajemmassa osassa suunnittelin ja toteutin ryhmäneuvolan Parolan terveyskeskukseen, jonka toiminnasta vastaa Lääkäriasema Pihlajalinna. Terveyskeskuksen vastaava hoitaja pyysi minua pitämään tiedotustilaisuuden ryhmäneuvolasta heidän kokouksessaan. Kokoukseen osallistuminen ja opinnäytetyöstäni sekä ryhmäneuvolasta kertominen sopi hyvin opinnäytetyöni kehittämistyöksi. Kokoukseen osallistui terveyskeskuksen avopuolen työntekijöitä, lääkäreitä, sairaanhoitajia, terveydenhoitajia ja fysioterapeutti.

Tämän kehittämistyön tarkoituksena oli tuoda opinnäytetyötäni ja ryhmäneuvolaa tutuksi terveyskeskuksen työntekijöille. Ryhmäneuvolan järjestäminen vaati terveydenhoitajilta työpanosta ja halusin kokouksessa tuoda myös heidän toimintaansa esille. Opinnäytetyönäni suunnittelema ryhmäneuvola jatkuu Parolan neuvolassa ja mielestäni on hyödyllistä, että kaikki työntekijät tietävät toiminnasta.

Kokouksessa kerroin ryhmäneuvolan tarkoituksesta ja järjestämisestä sekä vanhempien antamasta palautteesta.

2 ESITTELYN JÄRJESTÄMINEN

Kokous järjestettiin Hattulan kunnantalon kokoushuoneessa 16.3.2010. Kokoukseen osallistui lääkäri, terveydenhoitajia neuvolasta ja kouluterveydenhuollosta, terveyskeskuksen sairaanhoitajia sekä fysioterapeutti. Puheenjohtajana toimi terveyskeskuksen vastaava hoitaja. Kokouksessa aiheelleni oli varattu aikaa noin puoli tuntia. Esittelin ryhmäneuvolan heti kokouksen aloituksen jälkeen. Suunnittelin ajankäytön siten, että aiheen esittelyyn käytin 20 minuuttia ja loput 10 minuuttia varasin keskustelulle ja kysymyksille. Kokonaisuudessaan aikaa kului kuitenkin vain noin 20 minuuttia, koska keskustelua syntyi niukasti. Myös esitykseeni kului vähemmän aikaa kuin olin arvioinut. Vastaavalta hoitajalta sain ennen kokousta ohjeeksi esitellä asiani sillä ajatuksella, että ryhmäneuvola on suurimmalle osalle kuulijoista vieras käsite. Ainoastaan terveydenhoitajat olivat mukana ryhmäneuvolaprojektissa.

2.1 Esityksen suunnittelu

Esiintymisen hyvä suunnittelu on tärkeää, jotta esiintyminen olisi selkeää ja johdonmukaista. Esitystä suunnitellessani pohdin, millaisia asioita kuuntelijajoukko haluaa tietää ja miten esitän asiat. Esiintymiseni oli kuuntelijakeskeistä ja siksi valitsin esitykseni sisällön kuulijoiden mukaan.

Asian esittelyssä jäsentäminen on tärkeää, koska hyvin jäsenneily esitys on helppo ottaa vastaan, tulkita ja käsitellä. Huonosti jäsenneilyä esitystä on vaikea seurata ja asioiden käsitteleminen vaikeutuu. Esityksessäni huomioin jäsentämisen siten, että kerroin asiat johdonmukaisessa järjestyksessä. Esitykseen kuului aloitus ja lopetus, jotka ovat esityksen kriittisimmät kohdat. Aloitus ja lopetus jäävät kuuntelijalle päällimmäisenä mieleen esiintymisestä. (Helsingin yliopisto 2004-2010.)

Jyväskylän yliopiston Kielikeskus määrittelee esiintymistaidon tarkoituksenmukaiseksi viestintäkäyttäytymiseksi juuri tietynhetkessä esiintymistilanteessa. Esiintymiseen vaikuttavat esiintyjän tiedot, taidot ja asenteet. Hyvällä esiintyjällä on tarvittava tieto esitettävästä asiasta, taito esiintyä ja ottaa kuulijat huomioon sekä oikeanlainen asenne esitettävää asiaa, itseä ja kuulijoita kohtaan. Hyvä esiintyjä saa kuulijoissa aikaan kuuntelumotivaation ja rakentaa esityksen sisällön kuulijoiden mukaan. Puheenvuoron rakentamisessa on tärkeää rajata esitys tavoitteen, tilanteen ja ajankäytön mukaan. Esiintymisessä on hyvä käyttää tilanteeseen sopivaa äänenvoimakkuutta ja sävyä. Hyvä esiintyjä on kiinnostunut omasta aiheestaan ja tuo sen esiintymisessään ilmi. (Jyväskylän yliopisto Kielikeskus.)

2.2 Materiaali ja esittäminen

Tein kokousta varten PowerPoint esityksen (liite 1), koska sen avulla on sujuvaa pitää esitystä. Kokemukseni mukaan esitettävät asiat jäävät paremmin mieleen, kun kuuntelun lisäksi voi havainnoida asian lukemalla. PowerPoint esityksen lähetin kokouksen jälkeen sähköpostilla terveyskeskuksen vastaavalle hoitajalle. Hän liittää esityksen kokousmuistioon, jolloin sen voivat lukea sellaiset, jotka eivät päässeet kokoukseen osallistumaan. Esityksen lisäksi tein itselleni muistion (liite 2), johon keräsin lisätietoja. PowerPointin selkeyden takia laitoin siihen vain pääkohdat, joista kerroin esityksen aikana lisää.

Esityksen sisällön suunnittelin sillä ajatuksella, että ryhmäneuvola on kuulijoille uusi asia. Aloitin esityksen esittelemällä itseni ja kertomalla, miksi olin mukana suunnittelemassa ja toteuttamassa ryhmäneuvolaa. Ensimmäisessä diassa kerroin, mitä ryhmäneuvola tarkoittaa. Diaan olin listannut, että ryhmäneuvolan tarkoituksena on yhdistää samanikäisten lasten neuvolakäynti. Siellä jaetaan ikäkausikohtaista neuvontaa ja se korvaa yhden määräaikaisen neuvolakäynnin. Omista muistiinpanoistani lisäsin sen, että ryhmäneuvolaan sisältyy myös tarvittavat mittaukset ja punnitukset sekä mahdolliset rokotukset. Ryhmänohjaus järjestetään normaalin kuukausi- tai vuositarkastuksen ajankohtana. (Lastenneuvolaopas 2004.)

Kerroin esityksessä, että ryhmäneuvola mahdollistaa vanhemmille vertaistuen saannin. Selvitin kuulijoille, että vertaistuki tarkoittaa toisen samassa elämäntilanteessa olevan vanhemman antamaa sosiaalista tukea. Sosiaali- ja terveysministeriö on antanut neuvoloille tehtäväksi edistää lapsiperheiden yhteenkuuluvuutta, perheiden keskinäistä yhteistyötä ja toistensa tukemista. Ministeriö on antanut neuvoloille tavoitteeksi myös sen, että kaikilla vanhemmilla on halutessaan mahdollisuus saada vertaistukea. Kerroin esityksessä, että ryhmäneuvola tukee hyvin näitä Sosiaali- ja terveysministeriön antamia suosituksia. (Lastenneuvolaopas 2004; Lastenneuvola lapsiperheiden tukena 2004, 16-24.)

Toisessa diassa kerroin tutkittua tietoa ryhmäneuvolasta. Laitoin diaan muutamia tutkimustuloksia, joita olen käyttänyt opinnäytetyön ensimmäisessä osassa. Jätin tutkimustiedon tarkoituksella pienemmälle huomiolle, koska se olisi luultavasti ollut liian raskasta kuunneltavaa iltapäivän kokoukseen. Kolmannessa diassa esitin muutamalla lauseella sen, kuinka paljon ryhmäneuvoita Suomessa järjestetään.

Viides, kuudes ja seitsemäs dia käsittelivät ryhmäneuvolan toteutusta. Kerroin kuulijoille, ketkä ryhmäneuvolan ideointiin ja toteutukseen osallistuvat, mikä on ryhmäneuvolassa teemana ja keitä sinne osallistuu. Samalla kerroin myös omasta osuudestani ryhmäneuvolan suunnittelussa ja toteutuksessa. Selvitin esityksessäni, että ryhmäneuvolaan osallistuu yhtenä päivänä yhteensä kymmenen perhettä, ja siksi se on myös taloudellinen ja aikaa säästävä työtapo. Rasteista ja materiaalista kerroin tarkemmin. Tavoitteenani oli alun perin liittää PowerPointiin kuvia rasteista. Kuvat olisivat kertoneet rasteista enemmän kuin puhuen esittäminen.

Kahdeksannessa diassa esittelin vanhemmilta saatua palautetta. Diaan liitin suorina lainauksina kaksi palautetta ensimmäiseltä toteutuskerralta ja kaksi toiselta kerralta. Selvitin palautteesta kertoessani, että ensimmäinen ryhmäneuvola sai moitteita selkeyden ja alustuksen puutteesta ja toista kertaa varten tein kirjallisen toteutussuunnitelman. Toinen ryhmäneuvolakerta sai vain positiivista palautetta.

Lopuksi selvitin kuulijoille, että ryhmäneuvola jatkuu neuvolassa kerran kuussa. Jatkossa neuvolan terveydenhoitajat ja hammashuollon preventiohammashoitaja järjestävät ryhmäneuvolan ja tekemäni materiaali sekä suunnitelma jäävät heidän käyttöönsä. Viimeiseen diaan keräsin PowerPointissa käyttämäni lähteet.

3 POHDINTA

Kokoukseen osallistuminen oli hyödyllistä, koska esityksen avulla sain opinnäytetyölleni tunnettavuutta. Omasta työstä kertominen toi hyvän päätöksen opinnäytetyöprojektille. Esiintyminen kokouksessa ei jännittänyt ryhmäneuvolan pitämisen jälkeen lainkaan. Tunsin esittämäni asian jo niin hyvin, että kertominen sujui varmuudella ja kuulijoiden esittämiin kysymyksiin oli helppo vastata. Olisin kuitenkin toivonut esitykseni lopuksi enemmän keskustelua aiheesta. Osallistujat kyselivät siitä, kuinka paljon perheitä ryhmäneuvolaan osallistui ja miten heidät kutsuttiin. Ryhmäneuvolan taloudellisuus tuli myös esille keskusteluissa. Kaiken kaikkiaan kuuntelijat vaikuttivat tyytyväisiltä neuvolan uuteen työmuotoon.

Neuvolan terveydenhoitajilta sain esityksen lopuksi hyvää palautetta ryhmäneuvolan suunnittelusta ja toteutuksesta. He olivat tyytyväisiä erityisesti siihen, että osallistumiseni projektiin säästi heidän työaikaansa. Ryhmäneuvolan suunnittelu ei ollut vielä alkanut, kun aiheita ehdotettiin opinnäytetyökseni. Ryhmäneuvolan suunnittelu yhteistyössä hammashuollon kanssa olisi vienyt varmasti paljon terveydenhoitajien työaika, joka on melko rajallista. Kiristyneiden resurssien ja lisääntyneiden asiakasmäärien takia terveydenhoitajien työpäivät ovat täynnä pelkkää asiakastyötä.

Toivon, että ryhmäneuvola jatkuu pitkälle tulevaisuuteen ja kehittyy edelleen. Suunnittelemani runko ja toteutus muokkaantuvat ajan myötä toteutuskertojen mukaan.

LÄHTEET

Helsingin yliopisto. 2004-2010. Esiintyminen vuorovaikutustilanteessa.
<http://www.sprakhjalpen.fi/puheviestinta/?c=4-esiintyminen> > 20.4.2010.

Jyväskylän yliopisto Kielikeskus. Esiintymistaidot.
http://kielikompassi.jyu.fi/puheviestinta/tietomajakka/maja_esiintyminen_taidot.shtml > 20.4.2010.

Lastenneuvolaopas. 2004. Sosiaali- ja terveysministeriö.
http://www.terveysportti.fi/terveysportti/ekirjat.koti?p_db=lno >19.4.2010.

Lastenneuvola lapsiperheiden tukena. Suuntaviivat lastenneuvolatoiminnan järjestämisestä kunnille. 2004. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2004:13. Helsinki: Edita.

Ryhmäneuvola Parolan lastenneuvolassa

Tina Järvinen 16.3.2010

Ryhmäneuvolan tarkoitus

- Ryhmäneuvolan tarkoituksena on yhdistää saman ikäisten lasten neuvolakäynti
- Käynnillä jaetaan perheille ikäkausikohtaista neuvontaa ja se korvaa yhden määräaikaisen neuvolakäynnin
- Ryhmäneuvola mahdollistaa vanhemmille vertaistuen saannin
- Ryhmäneuvola tukee Sosiaali- ja terveysministeriön antamaa suositusta

Tina Järvinen 16.3.2010

Tutkittua tietoa

- Ryhmäneuvola on tutkimuksien mukaan havaittu hyväksi työmuodoksi neuvoloissa.
- Ryhmäneuvolan on todettu vähentävän vanhempien mahdollista yksinäisyyttä sekä tukee vanhemmuutta.
- Eräässä tutkimuksessa todetaan, että ryhmäneuvola pystyy vastaamaan neuvolatyön kiristyneisiin resursseihin.

Tina Järvinen 16.3.2010

Ryhmäneuvolat muualla Suomessa

- Ryhmäneuvoloita järjestetään satunnaisesti joissakin kunnissa, toiminta ei ole vakiintunutta
- Yleisin ryhmäohjaamisen muoto Suomessa on perhevalmennus ennen lapsen syntymää, joka järjestetään lähes jokaisessa kunnassa

Tina Järvinen 16.3.2010

Ryhmäneuvolan toteutus

- Parolan neuvolan terveydenhoitajat sekä Hattulan hammashuollon suuhygienistit ja preventiohammashoitaja yhteistyössä
- Ryhmäneuvola on suunnattu 9-11 kuukauden ikäisille lapsille ja heidän vanhemmilleen
- Aiheena ravitseminen sekä hampaiden terveys

Tina Järvinen 16.3.2010

Toteutus jatkuu

- Ryhmäneuvolaan tehtiin kolme rastia, joita kierrettiin ryhmänä perheiden kanssa.
- Kaksi rasteista käsitteli ravitsemusta ja yksi hampaiden sekä suun terveyttä.
- Rasteina oli PowerPoint esitys, ruokaoporaat sekä hammashuollon tuote-sokeripala testi.
- Vanhempia kannustettiin juttelemaan avoimesti lapsen ruokailusta ja muusta aiheeseen liittyvästä.

Tina Järvinen 16.3.2010

Toteutus jatkuu

- Ryhmäneuvolan lopuksi lapset punnittiin ja heille tehtiin suun tarkastus.
- Vanhemmilta keräsin palautetta.



Tina Järvinen

Vanhemmilta saatu palaute

- "Asiat oli esitetty selkeästi ja yksinkertaisesti. Hoitajan/hoitajien paikallaolo mahdollisti kysymyksien esittämisen heti kun jotain tuli mieleen."
- "Rastit selkeiksi ja selvempi veto aluksi ja opastus kuinka rastit kierretään."
- "Mukavan rento ilmapiiri, kivat kertomukset vauvojen ruokailuista, esimerkit hyvin esillä kuvin ja tuottein!"
- "Asiat oli selkeästi esitetty, tieto tarpeellista, ei mitään ylimääräistä. Naposteltavat oli kiva."

Tina Järvinen 16.3.2010

Ryhmäneuvolan jatkuminen

- Terveystenhoitajat ja preventiohammashoitaja jatkavat ryhmäneuvolan järjestämistä kerran kuussa.
- Tekemäni materiaali ja suunnitelma jää terveydenhoitajien käyttöön.
- Jatkossa näkee paremmin materiaalin ja suunnitelman toimivuuden.

Tina Järvinen 16.3.2010

Kokemukseni

- Opinnäytetyön tekeminen oli mielenkiintoista.
- Moniammatillisuus hammashuollon ja terveydenhoitajien välillä toimi hienosti.
- Kiitokset terveydenhoitajille tuesta ja ideoista ☺

Tina Järvinen 16.3.2010

Lähteet

- Asplund, M. 2006. Vertaisryhmästä voimaa vanhemmuuteen. Laurea ammattikorkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.
- Haanpää, E-L. 2008. Ryhmäneuvoloista hyviä kokemuksia. Karhunpalvelus 2008. 5. http://www.poti.fi/henkilosto/Karhunpalvelus_2_2008.pdf > 25.11.2009.
- Haapakoski, P., Kempainen, M. 2007. Ryhmäneuvola Akaan lastenneuvolassa. Hämeen ammattikorkeakoulu, hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö.
- Lastenneuvolaopas. 2004. Sosiaali- ja terveysministeriö. http://www.terveysportti.fi/terveysportti/ekirjat_koti?p_db=ino >15.3.2010.
- Lastenneuvola lapsiperheiden tukena. Suuntaviivat lastenneuvolatoiminnan järjestämisestä kunnille. 2004. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2004:13. Helsinki: Edita.
- Kaidesoja, S-N., Markkula, T. 2007. Espoon moniammatillinen laajennettu perhevalmennus 2006. Teoksessa Armanto, A. & Koistinen, P. (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Hämeenlinna: Karisto Oy. 495-497.
- Viljamaa, M-L. 2003. Neuvola tänään ja huomenna. Vanhemmuuden tukeminen, perhekeskeisyys ja vertaistuki. Jyväskylän yliopisto.

Tina Järvinen 16.3.2010

DIA 2. TARKOITUS

Ryhmäneuvolaan sisältyy mittaukset ja punnitukset sekä mahdolliset rokotukset

Ryhmäohjaus järjestetään normaalin kuukausi- tai vuositarkastuksen ajankohdaksi

Vertaistuki tarkoittaa toisen samassa elämänvaiheessa olevan vanhemman antamaa sosiaalista tukea

Toisilta vanhemmilta saatu tieto on yhtä tärkeää kuin asiantuntijoilta saatu tieto

Sosiaali- ja terveysministeriön neuvoloille tekemän oppaan mukaan neuvoloiden tehtävänä on edistää lapsiperheiden yhteenkuuluvuutta, perheiden keskinäistä yhteistyötä ja toistensa tukemista

Lastenneuvolan tavoitteena se, että kaikilla vanhemmilla on halutessaan mahdollisuus saada vertaistukea muilta vanhemmilta

DIA 4. MUUALLA SUOMESSA

Esimerkiksi Espoossa perhevalmennuksen jälkeen jatketaan ryhmätapaamisia siihen asti kunnes lapsi täyttää vuoden

DIA 5. TOTEUTUS

Osallistuin ryhmäneuvolaprojektiin suunnittelemalla ja toteuttamalla materiaalin ravitsemusosuuteen

Idea ehdotettiin opinnäytetyöksi viime keväänä, kun olin harjoittelussa neuvolassa

Yhtenä päivänä järjestettiin kaksi peräkkäistä ryhmäneuvolakertaa.

Jokaiseen ryhmäneuvolaan kutsuttiin noin viisi perhettä.

Yhtenä päivänä tehdään siis kymmenelle lapselle määräraikaistarkastus sekä hammashoitolakäynti → taloudellisuus!

DIA 6. TOTEUTUS JATKUU

Ennen rastien kiertoa kerroin vanhemmille ryhmäneuvolan tarkoituksesta ja juttelimme ravitsemuksesta.

Preventiohammashoitaja kertoo suun ja hampaiden hoidosta sekä bakteeritartunnan ehkäisystä.

Lapsille oli jaettavana porkkananpalasia naposteltavaksi

Erilaisten kuvien avulla oli tarkoitus herättää ajatuksia, luentomaisuutta yritin välttää.

Rastien kiertämisen suunnittelu oli haastavaa, loogisen ja selkeän järjestyksen kehittäminen vaikeaa. Tein kirjallisen tarkan rungon ryhmäneuvolan kulusta ja se helpotti ohjausta.

Sokeripala testissä vanhempien piti yhdistää oikea määrä sokeria oikeaan tuotteeseen, osoittautui haastavaksi.

Ravitsemus ja suun terveys kulkevat käsi kädessä, rastien materiaalit tukivat sekä ravitsemusta että suun terveyttä.

DIA 8. PALAUTE

Palaute kerättiin ryhmäneuvolan lopuksi anonyymisti.

Olen liittänyt tähän suoria lainauksia palautteista.

Kaksi ensimmäistä palautetta ovat ensimmäiseltä ryhmäneuvolakerralta. Silloin järjestyksessä ja selkeydessä oli puutteita ja niistä tuli palautetta.

Toisella ryhmäneuvolakerralla järjestys oli paremmin suunniteltu ja palautteet olivat vain positiivisia.

DIA 10. KOKEMUKSENI

Mielenkiinnon piti yllä se, että työni tulee käyttöön eikä vain hyllyn koristeeksi.

Toivottavasti ryhmäneuvola jatkuu onnistuneesti.