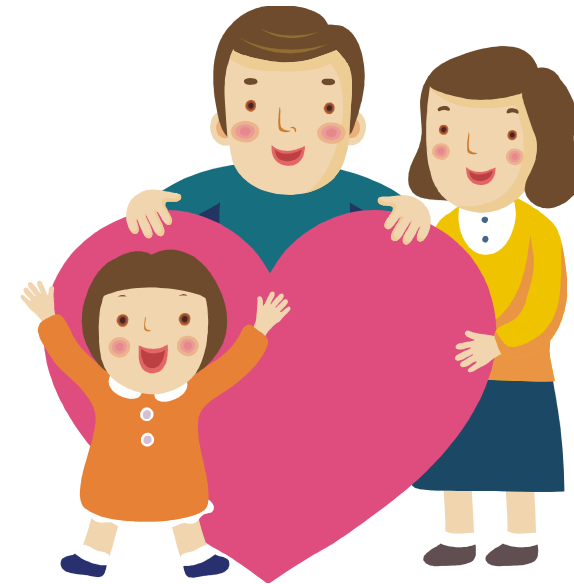


OTA HUOLI PUHEEKSI VANHEMPIEN VOIMAVAROISTA



Kuva: Clip Art



Kuva: Clip Art



Tämän ohjelehtisen ovat opinnäytetyönä laatineet
Laura Kuusansalo & Taru Määttä
Diakonia-ammattikorkeakoulusta 2014

OHJELEHTINEN SEURAKUNNAN
TYÖNTEKIJÖILLE

Lähteet

- Eriksson, Esa & Arnkil, Tom 2008. Huoli puheeksi, opas varhaisista dialogeista. Stakes. Oppaita 60.
- Eriksson, Esa & Arnkil, Tom 2005. Varhainen puuttuminen. Teoksessa Terveystieteiden tutkimuskeskuksen julkaisu. Haarala, Päivi; Honkanen, Hilikka; Mellin, Oili-Katariina & Tervaskanto-Mäentausta, Tiina 2008.
- Feeley, Nancy & Gottlieb, Laurie N. 2000. Nursing approaches for working with family strengths and resources. *Journal of Family Nursing* 2000 6(1).
- Holmberg, Jan 2010. Päihderiippuvuudesta elämänhallintaan. Kasvunkumppanit 2013. Lasten hyvinvointia vahvistamassa. Huolen vyöhykkeet.
- Lammi-Taskula, Johanna; Karvonen, Sakari & Alhström, Salme (toim.) 2009. Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Terveystieteiden tutkimuskeskuksen julkaisu. Helsinki: Yliopiston kirjapaino.
- Lastenneuvola lapsiperheiden tukena. Opas työntekijöille. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2004:14
- Pelkonen, Marjaana & Hakulinen, Tuovi 2002. Voimavaroja vahvistava malli perhehoitotyöhön. *Hoitotiede*.
- Åstedt-Kurki ym. 2008. Kohti perheen hyvää hoitamista.
- Tanyi, Ruth A. 2005. Spirituality and family nursing: spiritual assessment and interventions for families. *Journal of Advanced Nursing* 53(3).

Tekijänoikeudet: Laura Kuusansalo & Taru Määttä

Ohjelehtistä saa kopioida vapaasti.

Voimavaralähtöinen työskentely

Vanhempien voimavarojen nostaminen esiin keskustelun avulla auttaa heitä tunnistamaan ja hyödyntämään omia voimavarojaan. Keskustelun tavoitteena on lisätä tietoisuutta vanhempien oman toiminnan vaikutuksesta voimavaroihin.

Persoonallisia voimavaroja ovat esimerkiksi itsetunto, asenteet, koulutustaso, vanhemmuuden taidot ja hengellisyys. Työntekijänä voit tukea vanhemman kykyjä ja taitoja sekä auttaa hallinnan tunteen lujittumisessa.

Joskus vanhemmat eivät kykene ottamaan vastuuta päätöksistään ja tekemisistään, tällöin työntekijänä tulee puuttua tilanteeseen ja auttaa ratkaisun löytämisessä.

Yhteistyössä asetettujen tavoitteiden toteutumiseksi voidaan auttaa perhettä tunnistamaan sen omat valinnanmahdollisuudet ja löytämään sopiva levon ja työn tasapaino arkeen.

Keskeisintä voimavaralähtöisessä työskentelyssä on vanhempien tiedon lisääminen voimavaroja vahvistavista ja niitä kuormittavista tekijöistä. Löytyneiden voimavarojen kautta vanhemmat voivat saada vahvistusta arjen hallintaan ja uutta näkökulmaa ongelmien ratkaisuun.

Hyvä seurakunnan työntekijä!

Huoli vanhempien jaksamisesta voi herätä pienestäkin asiasta. Lapsiperheen arki on ajoittain vaativaa ja vanhempien voimavarat voivat olla koetuksella. Tukemalla vanhempia vaikutetaan koko perheen hyvinvointiin. Tuen tarpeiden huomiointi varhaisessa vaiheessa on tärkeää, jotta vältetään tilanteen paheneminen. Huolen puheeksiottaminen on ensiaskel tilanteen parantumiseen.

Tämä ohjelehtinen voi auttaa sinua tunnistamaan vanhempien voimavaroihin vaikuttavia tekijöitä ja arvioimaan huolesi suuruutta vyöhykkeistön avulla. Voit käyttää ohjelehtistä tukena ennen huolen puheeksiottoa esimerkiksi diakoniavastaanotolla tai perhekerhoissa ja leireillä. Voimavaralähtöisen työskentelyn soveltaminen asiakastilanteisiin voi lujittaa yhteistyösuhdetta ja auttaa sinua perheen vahvuuksien tukemisessa.

Tunnista vanhempien voimavarat!

Voimavaroilla tarkoitetaan voimaa, keinoja ja toimintamahdollisuuksia, joiden avulla selvittää jokapäiväisestä elämästä. Voimavarojen määrä vaihtelee eri elämäntilanteiden ja elinolojen mukaan. Kokemus omista voimavaroista ja kuormittavista tekijöistä on subjektiivinen. Voimavarat voidaan luokitella persoonallisiin, sosiaalisiin ja aineellisiin.

Voimavarojen riittämättömyys ei aina näy suoraan ja näiden asioiden tunnistamiseen tarvitaan ammatillista herkkyyttä. Viitteitä vanhempien voimavarojen vähydestä voivat olla muutokset käytöksessä ja ulkoisessa olemuksessa. Epäsiisti ulkoinen olemus ja poikkeava käytös ovat tästä esimerkkeinä. Vanhemmat saattavat myös keskusteluissa työntekijän kanssa peitellä ongelmiaan ja poiketa sovituista aikatauluista. Voimavarojen puutteellisuudesta voivat kertoa myös vuorovaikutuksen ongelmat, välinpitämättömyys ja arkisten asioiden hoitamatta jättäminen.

Luota omaan vaistoon huolen herätessä. Rohkaise perhettä kertomaan oma näkökulma tilanteeseen.

Vyöhykkeet ovat vain apuväline kartoittaessasi oman huolen astettasi.

Asiakkaita ei tule luokitella huolen vyöhykkeiden avulla, vaan vyöhykkeelle sijoitetaan aina sinun huolesi asiakkaasta.

Ei huolta: Et ole huolissasi vanhempien jaksamisesta ja heidän arjessa selviämistään.

Pieni huoli: Sinulla käy pieni huoli tai ihmettely mielessä, jopa toistuvasti. Luotat kuitenkin, että auttamismahdollisuutesi riittävät asian selvittämiseen. Yhteistyön tarve toisten työntekijöiden kanssa on pienimuotoista.

Kasvava huoli: Huolesi kasvaa ja kaipaat tilanteeseen lisää tukea ja kontrollia. Harmaan vyöhykkeen nimitys tulee, siitä että tällä vyöhykkeellä asiat ovat epäselviä. Et selviä yksin, vaan tarvitset yhteistyökumppaneita ratkaisemaan ongelmaa.

Suuri huoli: Koet, että keinosi eivät enää yksin riitä auttamaan vanhempia. Asiaan tarvitaan muutosta heti yhteistyössä eri tahojen kanssa.



Kuva: Taru Määttä

Perheessä, jossa päihteet ovat ongelma, arki rakentuu päihteidenkäytön ehdoilla. Perheen elämä sekä arki voi olla epävarmaa ja turvallisten rutiinien muodostuminen estyy. Päihdeongelmainen perhe voi eristäytyä, kätkeä häpeää, vältellä apua tai käyttäytyä röyhkeästi avuntarjoajia kohtaan. Päihteiden puheeksiotto ei ole helppoa ja työntekijänä voit kokea tilanteessa vastustusta ja ongelmien peittelyä.

Jos päihteiden käyttö nousee keskustelussa esille, voit suositella asiakkaalle AUDIT-testiä kotona tehtäväksi tai voitte tehdä sen yhdessä. Asiakkaan puhuessa kohtuukäytöstä, täsmennä mitä hän tarkoittaa.

→ www.paihdelinkki.fi/testaa/audit



Kuva:Clip Art

Vanhempien voimavarojen vähyys vaikuttaa myös lapsiin. Kun voimavarat ovat vähäiset, vanhempi ei välttämättä kykene vastaamaan arjen haasteisiin. Esimerkiksi rutiinit saattavat puuttua ja kasvatuksellisiin haasteisiin ei riitä voimia. Työntekijä voi havainnoida lasten olevan levottomia, nälkäisiä, epäsiistejä ja puutteellisesti varusteltuja kerhoon tai leirille. Lasten oudot puheet vanhemmista saattavat olla myös merkki vanhempien tuen tarpeesta.

Älä epäröi ottaa huolta puheeksi. Vaikka huoli osoittautuisikin turhaksi olet osoittanut vanhemmalle, että välität.

Vanhempien voimavarat voivat saada vahvistusta esimerkiksi perhekerhoissa ja leireillä, joissa vanhemmilla on mahdollisuus tavata samassa elämäntilanteessa olevia aikuisia. Vertaistuki ja sosiaaliset verkostot lujittavat vanhemmuutta. Seurakunnan toiminnassa on läsnä hengellinen ulottuvuus. Monelle perheelle hengellisyys voi olla voimavara, joka auttaa pysymään kiinni tavallisessa arjessa. Hengellisyys voi myös tukea perheen toivoa, antaa voimia ja merkitystä elämään vaikeiden tilanteiden keskellä.

Huolen vyöhykkeistö

EI HUOLTA 1	PIENI HUOLI 2	KASVAVA HUOLI 3	SUURI HUOLI 4
Työntekijänä en tunne lainkaan huolta.	Minulla käy aavistus huolesta. Koen, että pystyn vielä vaikuttamaan asiaan. Minulla on tunne, että tilanteeseen tarvitsisi lisäapua.	Olen yhä enemmän huolissani. En enää usko, että minun apuni riittää. Tunnen, että huoli rasittaa myös omia voimavarojani. Koen, että tilanne vaatii lisävoimavaroja ja kontrollia.	Työntekijänä olen jatkuvasti huolissani ja huoleni on suuri. Minun keinoni ovat loppumassa tai lopussa. Koen, että tilanne vaatii lisäapua, muutosta ja kontrollia heti.

Mukaelma Huolen vyöhykkeistöstä. (Arnkil & Eriksson 2009)

Käyttöohjeet:

Huolen herätessä **mene huolesi kanssa** sitä kuvaavaan laatikkoon

Huolesi voi asettua vyöhykkeiden rajoille. Tämä antaa sinulle kuitenkin viitettä huolesi suuruudesta.

Jokainen huolta herättävä asia tulee ottaa vanhempien kanssa puheeksi.

Voimavaroja kuormittavia tekijöitä voivat olla

- vanhemmuuden ongelmat
- mielenterveysongelmat
- päihteet
- perheväkivalta
- tuore ero
- elämäkatsomukselliset ristiriidat
- taloudelliset vaikeudet
- vakava sairaus tai kuolema.

Taloudelliset ongelmat kuormittavat vanhempien jaksamista, hankaloittavat arkea ja aiheuttavat huolta tulevaisuudesta. Myös tukiverkoston puute ja moninaiset perherakenteet tuovat omat ongelmansa lapsiperheisiin.

Perheväkivallan puheeksiottaminen on haastavaa. Vaikka työntekijä kykenisi puuttumaan väkivaltaan, vuorovaikutussuhde ei synny aina helposti. Väkivallan uhri ei välttämättä kerro oma-aloitteisesti kokemuksistaan. Leimautumisen pelko, syyllisyys ja häpeä voivat olla syinä vaikenemiseen.

Ota huoli puheeksi asiakasta kunnioittaen. Älä pelkää yhteistyösuhteen menettämistä - päinvastoin se voi parantua!