



LAPSET PUHEEKSI

- kun vanhemmalla on
mielenterveyden ongelmia

Manuaali ja lokikirja

© Tytti Solantaus



TERVEYDEN JA
HYVINVOINNIN LAITOS

SISÄLLYS

LAPSET PUHEEKSI -TYÖMENETELMÄN TAUSTA JA PERIAATTEET	3
JOHDANTO	3
TOIMIVA LAPSI&PERHE -TYÖMENETELMÄPERHE.....	3
KEHITYKSEN TUKEMISEN JA ENNALTAEHKÄISYN PERIAATE	4
VANHEMPIEN MIELENTERVEYDEN HÄIRIÖ JA LAPSET: LYHYT KATSAUS	4
LASTA AUTTAVIA TEKIJÖITÄ.....	5
YMMÄRRYKSEN MERKITYS.....	5
TYÖNTEKIJÄN YMMÄRRYS.....	6
LASTEN KEHITYKSEN TUKEMINEN	6
TYÖMENETELMIEN SUHDE HOITOOON.....	7
VANHEMPIEN KUNNIOITTAMINEN	7
PERHEEN TARVE KODIN ULKOPUOLISEEN TUKEEN JA MUIHIN PALVELUIHIN	8
<i>Lapset puheeksi - Neuvonpito</i>	<i>8</i>
<i>Välitön lastensuojelun tarve.....</i>	<i>8</i>
<i>Vanhempien haluttomuus yhteistyöhön</i>	<i>8</i>
LAPSEN JA VANHEMMAN KESKUSTELUT VANHEMMAN MIELENTERVEYDEN HÄIRIÖSTÄ	10
PERIAATTEET.....	10
ERITYISESTI ESILLE OTETTAVIA TEEMOJA	10
<i>Lapsi ei ole syyppää vanhemman ongelmiin</i>	<i>10</i>
<i>Vanhempi hoitaa itseään.....</i>	<i>11</i>
<i>Kotityöt.....</i>	<i>11</i>
<i>Vanhemman ärtyvyys ja mahdollinen väkivaltaisuus.....</i>	<i>11</i>
<i>Lasten pelot: avioero ja vanhemman itsemurhavaara</i>	<i>12</i>
LAPSEN IHMISSUHTEET JA SOSIAALINEN ELÄMÄ KODIN ULKOPUOLELLA.....	13
LOPUKSI	13
LAPSET PUHEEKSI -TYÖMENETELMÄ	15
TARKOITUS.....	15
RAAMITETTU, MUTTA JOUSTAVA TYÖTAPA	15
LAPSET PUHEEKSI TYÖSKENTELYN SISÄLTÖ	16
LAPSET PUHEEKSI -KESKUSTELUN KULKU LYHYESTI.....	16
LAPSET PUHEEKSI – NEUVONPITO	17
TYÖSKENTELYN VÄLINEITÄ.....	18
<i>Työntekijän ammattitieto perheen käyttöön</i>	<i>18</i>
<i>Materiaali vanhemmille</i>	<i>19</i>
<i>Keskustelun fokusointi.....</i>	<i>19</i>
LAPSEN KEHITYKSEN JA ELÄMÄNTILANTEEN KARTOITUS.....	20
JATKOTOIMENPITEIDEN ARVIOINTI	21
LOKIKIRJAN KÄYTTÖ	21
KIITOKSET	22
VIITTEET.....	23
LAPSET PUHEEKSI -LOKI.....	24
ALUSTAVA KESKUSTELU: TYÖMENETELMÄN ESITTELY	24
ENSIMMÄINEN KESKUSTELU.....	25
TOINEN KESKUSTELU	26

LAPSEN ELÄMÄNTILANTEEN KARTOITUS ERI IKÄVAIHEISSA	28
1 RASKAUDEN AIKA.....	28
2 VAUVAIKÄ JA TAAPEROIKÄ.....	29
3 LEIKKI-IKÄ.....	30
5 MURROS- JA NUORUUSIKÄ.....	33
 LAPSET PUHEEKSI -AVUSTAVA LOKI.....	35
ALUSTAVA KESKUSTELU: TYÖMENETELMÄN ESITTELY	35
ENSIMMÄINEN KESKUSTELU.....	37
TOINEN KESKUSTELU	39
LAPSEN ELÄMÄNTILANTEEN KARTOITUS ERI IKÄVAIHEISSA	44
1 RASKAUDEN AIKA.....	44
2 VAUVAIKÄ JA TAAPEROIKÄ.....	46
3 LEIKKI-IKÄ.....	49
4 KOULUIKÄ MURROSIKÄÄN ASTI	52
5 MURROS- JA NUORUUSIKÄ.....	56

LAPSET PUHEEKSI -TYÖMENETELMÄN TAUSTA JA PERIAATTEET

Johdanto

Lapset puheeksi -työmalli perustuu ymmärrykseen mielenterveyden häiriön vaikutuksista vanhemmuuteen ja lapsiin sekä tietoon tekijöistä, joiden avulla vanhemmat voivat tukea lapsen ja nuoren kehitystä. Lapsilla on vaara saada itsekkin mielenterveyden ongelmia, mutta on myös asioita, joita vanhemmat voivat tehdä tukeakseen lapsiaan ja ehkäistäkseen ongelmien syntyä.

Lapset puheeksi - työmenetelmä on alun alkaen kehitetty terveydenhuoltoa ja sitä työntekijää ajatellen, joka hoitaa psyykkisesti sairasta vanhempaa. Vanhempi voi olla avo- tai osastohoidossa perusterveydenhuollossa tai erikoissairaanhoidossa. Työntekijän koulutus ja työtehtävä voivat vaihdella, eikä työskentelyyn tarvita terapiakoulutusta. Työmenetelmää voidaan kuitenkin soveltaa myös sosi-aali- ja koulutoimeen.

Lastensuojelulaki velvoittaa vanhempaa hoitavaa tahoa ottamaan huomioon potilaan lasten hoidon ja tuen tarve (Lastensuojelulaki, 2. luku, pykälä 7). Sitä ei voi tehdä muuten kuin puhumalla lapsista potilaan kanssa. Lapset puheeksi -työmenetelmä on kehitetty täyttämään lainsäätäjän terveydenhuollolle antama velvoite ja auttamaan työntekijää ottamaan lapset puheeksi rakentavasti ja vanhempia ja lapsia kunnioittaen.

Lapset puheeksi - keskustelun tarkoituksena on myös avata keskustelu lapsista ja vanhemmuudesta osaksi vanhemman ehkä pitkääkin hoitoprosessia. Päämäärä on, että sekä vanhempi että työntekijä voivat ensi vaiheen jälkeen palata lasten asiaan avoimesti ja välittömästi, kun siihen on halua ja tarvetta sekä ilonaiheiden että ongelmien suhteen.

Toimiva lapsi&perhe -työmenetelmäperhe

Lapset puheeksi -työmalli kuuluu Toimiva lapsi&perhe -työmenetelmäperheeseen (Toimiva lapsi&perhe -hanke, Stakes). Muita 'perheeseen' kuuluvia työskentelymenetelmiä ovat Beardsleen perheinterventio (Solantaus ja Beardslee, 1996), Lapset puheeksi -Neuvonpito (Väisänen ja Niemelä, 2005), Verttikurssit perheille ja Verttiryhmät lapsille ja vanhemmille (Söderblom ja Inkinen, 2005). Työmallit kehittyvät ja lisääntyvät kokemuksen karttuessa.

Työmenetelmät pohjautuvat kokemukseen työskentelystä sekä perheiden että vertaisryhmien parissa, professori William Beardsleen kehittämiin ajatuksiin työskentelystä perheiden kanssa ja hänen kehittämänsä perheinterventioon sekä alan tutkimukseen. Pyrkimyksenä on tukea lapsen kehitystä ja ehkäistä häiriöitä yhteistyössä vanhempien kanssa.

Kehityksen tukemisen ja ennaltaehkäisyn periaate

Lapset puheeksi työmenetelmä tähtää vanhemmuuden ja lasten kehityksen tukemiseen. Se kuuluu terveyden edistämisen (promootion) ja häiriöiden ehkäisemisen (prevention) piiriin. Promotiivisen työn lähtökohta on suojaavien tekijöiden, vahvuuksien ja mahdollisuuksien tukeminen. Tämä vaatii työntekijältä työorientaation muuttamista, mikä ei aina ole niin helppoa. Kaikki psykiatrisessa ja lastensuojelutyössä työtä tekevät ovat saaneet hyvän ja perusteellisen koulutuksen nähdä ja tunnistaa ongelmia. Vahvuuksien tunnistaminen, niiden merkityksen oivaltaminen ja niiden tukeminen voivat vaatia harjoitusta.

Vahvuuksiin paneutuminen ei kuitenkaan merkitse silmien sulkemista vaikeuksilta. Päinvastoin, lasten ja perheen haavoittuvuudet otetaan esille avoimesti, mutta rakentavasti. Tarkoituksena on auttaa vanhempia rakentamaan strategiat sekä vahvuuksien tukemiseen että haavoittuvuuksissa auttamiseen.

Vanhempien mielenterveyden häiriö ja lapset: lyhyt katsaus

Mielenterveyden häiriöt vaikuttavat ihmisen kykyyn kokea, ajatella ja toimia. Tästä syystä ne heijastuvat kanssakäymiseen muiden ihmisten kanssa. Perheenjäsenet ovat jatkuvassa ja tiiviissä vuorovaikutuksessa toistensa kanssa, joten vanhemman mielenterveyden ongelmat heijastuvat perheen ihmissuhteisiin ja perhe-elämään. Vaikutukset ovat monasti odottamattomia ja vaikeita ymmärtää sekä sairaalle vanhemmalle itselleen että muille perheenjäsenille. Perheissä voidaan olla ymmällään ja usein tulee väärinkäsityksiä.

Vanhempi voi olla voimaton, itkuinen, alakuloinen ja / tai jatkuvasti ärtynyt, nalkuttava ja herkästi suuttuva. Hän voi olla ahdistunut, peloissaan ja ehkä toistaa tiettyjä pakkotoimintoja, kuten käsien pesua, ovenpielien koskettelua tai muuta. Hän voi puhua kummallisia ja tulkita muiden puheita ja tekemisiä poikkeavalla tavalla. Hän voi valvoa yökaudet, herätellä perheenjäseniä yöllä ja vaatia seuraa.

Mielenterveyden häiriöt vaikuttavat ihmisen kykyyn ottaa toinen ihminen huomioon. Vanhempi voi sanoa pahasti, olla väkivaltainen, vaatia kohtuuttomia lapsilta tai syyttää muita omista ongelmistaan. Lapset voivat päätyä tekemään kaikki kotityöt ja vastaamaan toinen toisistaan. Lapset voivat joutua eriarvoiseen asemaan, mikä kiristää myös lasten välejä.

Perheenjäsenten, erityisesti lasten, on vaikea tietää, mitä vanhemman mielessä liikkuu, miksi hän on erilainen ja miten hänen kanssaan tulisi olla. Lasten mielissä pyörii kysymyksiä - mikä vanhemmalla on, miksi vanhempi on tällainen, tuleeko hän entiselleen, miksi hän on jatkuvasti vihainen, miten minun pitäisi olla, teinkö minä jotain, voinko minäkin sairastua. Perheenjäsenet miettivät, onko vanhemman käyttäytymiseen syynä jokin mitä he tekivät. Erityisesti lapset uskovat herkästi, että he ovat vanhemman ongelmien syynä. Lasten kuva omasta itsestä hyvänä ja rakastettavana lapsena voi kärsiä ja hän voi itsekkin oppia tulkitsemaan itseään ja elämää väärin.

Lasta auttavia tekijöitä

Vaikeudet kuuluvat elämään, ja myös vanhemman mielenterveyden häiriö on melko tavallinen asia suomalaisissa perheissä. On monia asioita, jotka kannattelevat lasta, kun perheessä on ongelmia. Näiden yhteydessä puhutaan suojaavista tekijöistä. Keskinäinen ymmärrys vanhemman ongelmista ja avoin kommunikaatio perheessä ovat lapsia suojaavia tekijöitä. Ne tukevat perheen ihmissuhteita, joista lasten hyvinvointi on hyvin riippuvainen. Kun vaikeuksista voidaan puhua, voidaan niitä myös ratkaista.

Toimiva sosiaalinen elämä kodin ulkopuolella on toinen tärkeä suojaava tekijä lapsilla. Omat ystävät, tunne kuulumisesta omaan päivähoitoryhmään tai koululuokkaan ja harrastukset tuovat iloa lapsen elämään ja tukevat kehitystä monella tavalla.

Ymmärryksen merkitys

Tieto ja ymmärrys vanhemman häiriöistä, muuttuneen käyttäytymisen syistä ja merkityksistä ja perheen tapahtumista - keskinäinen ymmärrys perheessä - on tärkeää niin lapsille kuin aikuisillekin. Ymmärrys edellyttää puhumista ja ongelmien yhteistä pohtimista.

Mielenterveyden häiriöistä ei ole tavallista puhua, ei ainakaan lasten kanssa. On ajateltu, että lasten taakka vain kasvaa, jos hänelle kerrotaan vanhemman ongelmien syistä. Näin ollen vanhemmat tekevät usein kaikkensa, jotta lapset eivät huomaisi mitään. Se on ymmärrettävää, mutta se jättää lapset arvailemaan, mikä vanhemmalla on ja tekemään omia tulkintojaan esim. omasta syyllisyydestään. Puhumattomuus kasvattaa välimatkaa vanhempien ja lasten välille, eivätkä lapset voi turvautua vanhempiin kysymyksillään.

Elämän vaikeudet eivät sinänsä ole este lasten kehitykselle, kunhan niitä pyritään yhdessä ratkaisemaan. Ymmärrys auttaa lasta tulkitsemaan oikein vanhemman puheita ja toimia; keskinäinen ymmärrys toimii suojaavana tekijänä. Esimerkiksi jos lapsi tietää vanhemman sairastavan depressiota, osaa hän tulkita oikein vanhemman vetäytymisen ja jaksamattomuuden. Hän tietää, että se johtuu masennuksesta, eikä siitä, että vanhempi ei halua olla hänen kanssaan. Aikuiset, jotka ovat kasvaneet psyykkisesti sairaitten vanhempien kanssa, huokaavat usein, että kunpa heille olisi kerrottu mikä vanhempaa vaivasi.

Ymmärrys vanhemman ongelmista luo perustaa toimivalle perhe-elämälle. Se vapauttaa lapsen it-sesyytöksistä, tekee lapsen ja vanhemman suhteesta suoremman ja avoimemman ja lähentää heitä toisiinsa. Ymmärrys tekee ongelmien pohtimisen mahdolliseksi ja avaa tien ongelmaratkaisulle. Hyvin toimivat perhesuhteet tukevat lapsen kehitystä vaikeissakin perhe-olosuhteissa. On myös tilanteita, joissa lapsi joutuu toimimaan vastoin vanhemman tahtoa. Tämä edellyttää tietoa vanhemman ongelmien luonteesta.

Vanhemman mielenterveysongelmasta puhuminen tapahtuu vähitellen ja ongelman ymmärtäminen vie aikaa. Usein vanhempi kertoo aluksi jotain mikä tuntuu ehkä päällimmäiseltä asialta, katsoo

mitä siitä seuraa ja jatkaa sitten keskustelua ajan kanssa. Näin tekevät myös lapset. Lapsi ymmärtää asioita kehityksensä tahdissa ja vanhemman ongelma voi aaltoilla ja muuttua ajan kanssa. Näin ollen tulee keskustelun vanhemman ongelmasta rakentua perheen sisäiseksi prosessiksi. Mielenterveyden häiriöstä keskusteleminen ja sen ymmärtäminen on lasten ja vanhempien yhteinen matka, ei kertaluontoinen tapahtuma työntekijän työhuoneessa.

Työntekijän ymmärrys

Perheen tilanteet saattavat aiheuttaa työntekijässä monenlaisia tunnereaktioita. Työntekijä näkee lapsen elämän vaikeudet ja tuntee ne sydämessään. Vanhemmat voivat tuntua kohtuuttomilta ja työntekijä voi alkaa syyttää vanhempia. Lähellä on ajatus tai jopa pyrkimys 'pelastaa' lapset vanhemmiltaan. Tällainen asenne voi selittää suuren osan vanhempien haluttomuudesta ja peloista keskustella lapsista työntekijänsä kanssa.

Vanhempien näkeminen vastapuolena tai vastustajana ei johda yhteistyöhön ja on haitallista myös lapselle. Se kertoo siitä, että työntekijällä ei ole ymmärrystä vanhemman häiriön vaikutuksista hänen kykyihinsä toimia vuorovaikutuksessa läheisten kanssa ja hoitaa vastuullaan olevia asioita.

Aivan samoin kuin perheessä, on keskinäinen ymmärrys työntekijän ja vanhemman ja perheen välillä hyvän yhteistyön edellytys. Työntekijän tulee nähdä myös vanhemman kärsimys ja vaikeudet ja suhtautua niihin empaattisesti. Jos työntekijä kokee, ettei hän ymmärrä kaikkea, voi hän pyytää vanhempaa avuksi kertomaan elämästään ja ongelmistaan.

Toimiva lapsi&perhe -menetelmien yhtenä kantavana ajatuksena on sekä lapsen että vanhemman tilanteen ymmärtäminen ja ymmärryksestä lähtevä toiminta. Työntekijällä tulee olla tietoa ja kykyä samaistua molempien tilanteeseen. Se ei tarkoita silmien sulkemista vaikeilta asioilta. Päinvastoin, keskinäisen ymmärryksen ja kunnioituksen ilmapiirissä on mahdollista puhua myös kaikkein vaikeimmista asioista.

Lasten kehityksen tukeminen

Voidaan ajatella, että työntekijä voi astua perheeseen useasta erilaisesta ovesta. Lastensuojelun ovesta tuleva haluaa varmistaa, että lasten huolto toimii ja lapset ovat turvassa. Psykiatrisesta ovesta tuleva haluaa tutkia, onko lapsilla mielenterveysongelmia ja tarvetta hoitolähetteen. Nämä ovet avataan kun epäillä ongelmaa ja halutaan auttaa niissä. Ne ovet ovat olleet käytössä jo pitempään, lastensuojelun ovi hyvinkin pitkään.

Toimiva lapsi & perhe -työskentelyssä kolkutetaan kuitenkin vielä kolmanteen oveen: kehityksen tukemisen oveen. Perheeseen ei astuta ongelmia etsimään. Lasten kehityksen tukemisen ja ennaltaehkäisyn ovesta tuleva kysyy, haluavatko vanhemmat pohtia lasten asioita työntekijän kanssa ja miettiä yhdessä, miten lapsia voisi parhaiten tukea. Vanhemmille kerrotaan, että monessa perheessä

on hämmennystä ja huolta mielenterveyden ongelmien merkityksestä lapsille. Jos lapsilla on ongelmia, on myös keinoja auttaa heitä.

Lasten ja perheen tarve lastensuojeluun tai mielenterveyspalveluihin kartoitetaan työskentelyn kuussa, mutta ne eivät ole työskentelyn lähtökohta. Yhteistyössä vanhempien kanssa ohjataan lapsi ja perhe lisäävun äärelle. Työntekijä tulee vanhempien avuksi ja rinnalle uudessa ja oudossa tilanteessa: kyseessä ei ole perheen elämään 'puuttuminen'. Ainoastaan jos vanhemmuus on romahtanut tai lapset ovat jääneet yksin, on työntekijällä velvollisuus lastensuojelun avulla puuttua perheen elämään.

Työmenetelmien suhde hoitoon

Toimiva lapsi&perhe -työmenetelmät ovat sekä periaatteiltaan että toteutukseltaan lasten kehityksen ja vanhemmuuden tukemista, eivät kenenkään perheenjäsenen hoitoa. Jos vanhemman oma hoito ei ole kunnossa, on se järjestettävä aivan ensimmäiseksi. Samoin on toisen vanhemman hoito järjestettävä, jos siihen on tarvetta. Työskentely lasten asioissa voi kuitenkin olla vanhemmille hoidollista, kun vanhemman mieli helpottuu ja hän kokee voivansa auttaa lapsiaan, mutta vanhemman terapiaa se ei ole.

Työmenetelmässä ei lähdetä myöskään hoitamaan lapsia. Aina, kun eteen tulee ongelmia, mietitään vanhempien kanssa yhdessä, miten ja missä niitä voisi ratkaista. Lapset puheeksi -Neuvonpidon avulla perhe saatetaan lisäävun äärelle. Jos työntekijä haluaa itse jatkaa perheen kanssa esimerkiksi perheterapialla, sovitaan siitäkin erikseen.

Vanhempien kunnioittaminen

Mielenterveyden ongelmat vaikuttavat ihmissuhdekykyihin ja arkiseen toimintaan, joten perheissä voi olla monenlaisia sekä ihmissuhteisiin että kodin hoitoon liittyviä kysymyksiä. Vanhemmilla on usein iso huoli kodista, lapsista ja omasta vanhemmuudestaan. Työntekijän on tunnettava mielenterveysongelmien vaikutukset: ongelmatilanteissakaan ei ole kyseessä 'huonot' vanhemmat, vaan vanhemmat, joiden ihmissuhde- ja toimintakykyjä psyykkinen sairaus verottaa. Työskentelyilmapiiriin tulee olla myönteinen ja tukeva, ei kritisoiiva tai tuomitseva.

Lapset puheeksi -keskustelussa vanhemmille annetaan tietoa lasten pärjäävyydestä ja mahdollisista ongelmista ylipäättään, kun vanhemmalla on mielenterveyden ongelmia. Yhdessä vanhemman kanssa kartoitetaan lasten elämäntilanne vahvuuksineen ja haavoittuvuuksineen ja pohditaan, miten vanhempi voisi kannustaa lasta vahvoilla alueilla ja tukea haavoittuvilla.

Työskentely on hyvin avointa. Vanhemmat voivat tutustua sekä manuaaliin että lokikirjaan ja vaikka printata ne netistä tai saada työntekijältä kopiot, jos haluavat.

Vanhemmille annetaan täysi vapaus itse päättää, miten he toimivat. Vanhempia ei käsketä, painosteta eikä heitä uhkailla esimerkiksi lasten vaikeuksilla, jos he eivät tee niin kuin työntekijä ajattelee. Jos työntekijä on vanhempaa hoitava henkilö, on hyvä tarjota vanhemmille mahdollisuutta kertoa myöhemmin, miten asiat ovat sujuneet ja pohtia asioita uudelleen heidän kanssaan.

Perheen tarve kodin ulkopuoliseen tukeen ja muihin palveluihin

Lapset puheeksi - Neuvonpito

Jos perheen ja lasten tapaamisissa nousee esiin huolta - vaikka kuinka pientäkin - lapsen pärjäämisestä tai lapsen sosiaalisen verkoston hataruudesta, ehdotetaan Lapset Puheeksi -Neuvonpitoa (Väisänen & Niemelä, 2005). Se on verkostokokous, johon pyydetään tarvittavat henkilöt sekä lapsen omasta sosiaalisesta verkostosta että tarvittavien hoitopalveluiden edustajat. Neuvonpito valmistellaan vanhempien kanssa. Sen tarkoituksena on aktivoida lapsen sosiaalinen verkosto ja, jos lapsi tarvitsee omia tutkimuksia ja hoitoa, siirtää hoitovastuu asianomaiselle taholle.

Neuvonpidossa rakentuu silta perheen ja uuden työpisteen välille ja perheen on helpompi aloittaa heidän kanssaan. Näin pyritään välttämään perheen putoaminen palvelujen väliin. Mielenterveysongelmista kärsivän vanhemman on usein vaikeata itse hakeutua uuteen hoitopisteeseen pelkän lähteen turvin.

Välitön lastensuojelun tarve

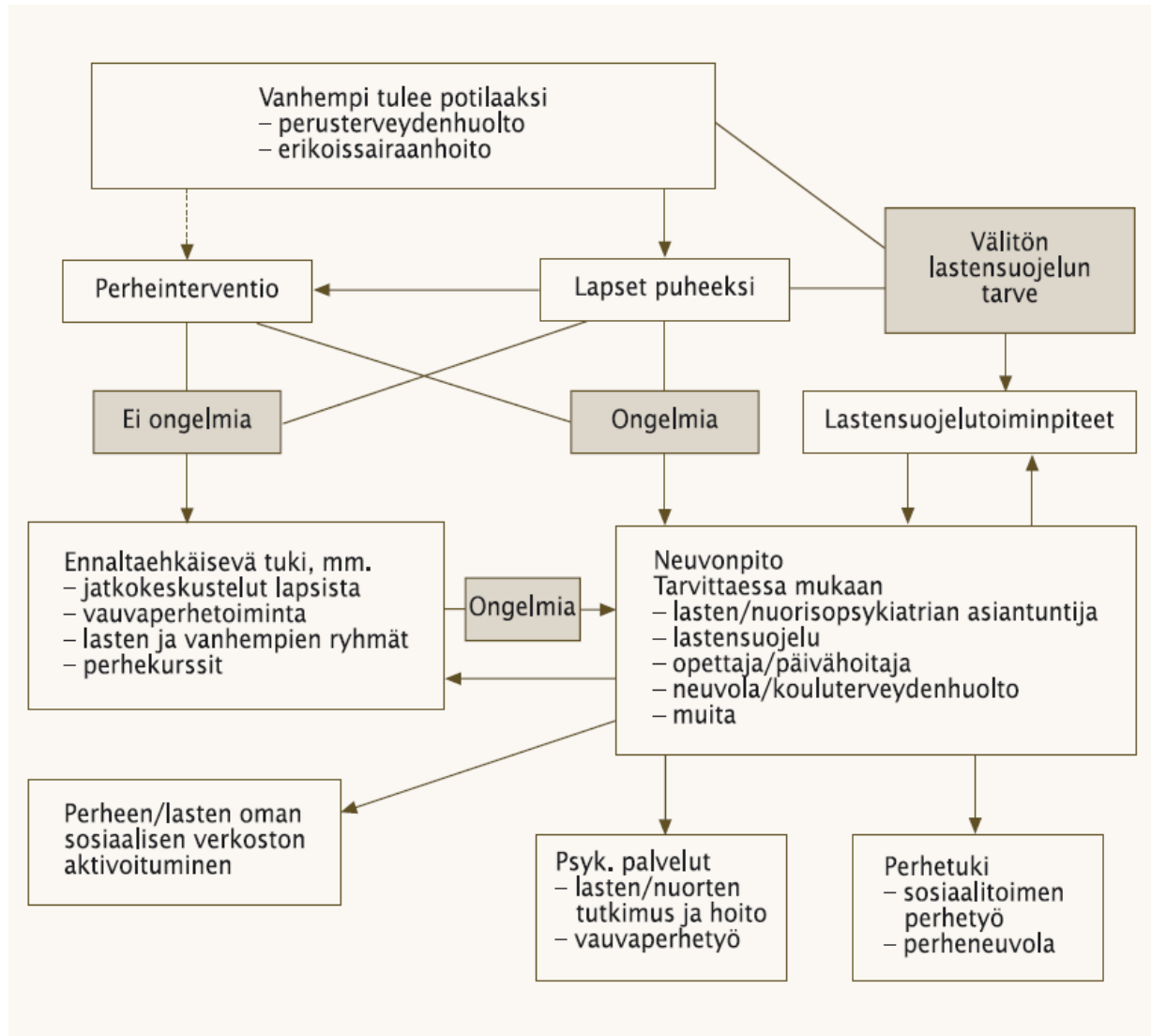
Jos lapsi tarvitsee välittömästi lastensuojelun tukitoimia, on heti otettava yhteyttä lastensuojeluun (Lastensuojelulaki 2.luku, § 7). Näin toimitaan, jos lapsi jää yksin (riippumatta iästä) ainoan huoltajan joutuessa sairaalaan tai avohoidossa oleva vanhempi on selvästi kykenemätön huolehtimaan lapsistaan ja/tai perheessä on väkivaltaa. Mikään hoito- tai ennaltaehkäisyinterventio ei korvaa yhteistyötä lastensuojelun kanssa.

Vanhempien haluttomuus yhteistyöhön

Jos potilas ei pysty oman tilansa takia kertomaan lapsista, on lasten tilanne selvitettävä toisen vanhemman tai muun lapsista huolta pitävän henkilön kanssa. Jos tämä ei ole mahdollista, on pyydetävä lastensuojelun apua. Jos vanhempi tai vanhemmat eivät suostu puhumaan lapsista mitään, on heille kerrottava lain antama velvoite selvittää lasten tarve hoitoon ja tukeen ja lastensuojelu on kutsuttava välittömästi työhön mukaan.

Palvelukaavio on alla (Solantaus 2005). Se alkaa vasemmasta yläkulmasta vanhemman tullessa hoidon piiriin. Jos perheessä on välitön lastensuojelun tarve, aloitetaan yhteistyö lastensuojelun kanssa.

Muussa tapauksessa edetään ottamalla lapset puheeksi. Jos perheellä on ongelmia, järjestetään Neuvonpito. Jos perheellä ei ole ongelmia, jatketaan ennaltaehkäisevää työtä esimerkiksi ohjaamalla perhe vertaisryhmiin, perhekurssille ja keskustelemalla lasten tukemisesta osana vanhemman hoidon kokonaisuutta jatkossakin.



LAPSEN JA VANHEMMAN KESKUSTELUT VANHEMMAN MIELENTERVEYDEN HÄIRIÖSTÄ

Periaatteet

Vanhemmilla ja työntekijöillä on usein epätietoisuutta siitä miten ja mitä lasten kanssa pitäisi puhua. Seuraavassa esitetään muutama tärkeä periaate, joiden pohjalta autetaan vanhempia keskustelun alkuun.

Ensimmäinen periaate on se, että lapselle tulee puhua kieltä, jota hän ymmärtää. Mitä pienempi lapsi, sitä enemmän on käytettävä ilmaisuja, jotka ovat konkreettisia ja lapselle tuttuja. On hyvä kysellä lapselta mitä hän on ajatellut, koska silloin vanhempi oppii lapsen tavasta ajatella. Joku vanhempi on kertonut 3-vuotiaalleen, että hän on pipi ja sairastaa itkutautia, toinen nimesi masennuksen uni-
taudiksi. Jos vanhempi on jatkuvasti äreä, voi hän kertoa lapselleen että hänellä on känkkäränkkä-
tauti. Hän on sen takia usein vihainen, vaikka ei haluaisi sitä, eikä se johdu lapsesta.

Toinen periaate on se, että lapsi tarvitsee selityksiä kokemilleen asioille - mitä hän on nähnyt, kuul-
lut, tuntenut, ajatellut. Jos vanhempi on vielä aamutakissa lapsen tullessa koulusta, lähtee pois kotoa
pois pariaksi tunniksi puhumatta mitään ja syö pillereitä yrittäen salata sen, lapset ihmettelevät ja
keksivät omia selityksiään. Lapsia helpottaisi tieto, että vanhempi on masentunut ja voimaton, käy
sitä varten hoidossa ja että lääkäri on määrännyt hänelle lääkettä. Vanhemman ei siis tarvitse kertoa
omia salaisuuksiaan eikä pahimpia kokemuksiaan lapsille, vaan selittää oman käyttäytymisensä
syitä ja näkyvien oireiden merkitystä.

Kolmas ja erittäin tärkeä periaate on se, että kun lapselle kerrotaan hänen elämäänsä liittyvästä vai-
keudesta, on keskusteluun kudottava mukaan ratkaisu, joka tekee tulevaisuuden mahdolliseksi.
Esim. "Olen sairas, mutta käyn hoidossa." Tämä neuvo koskee kaikkia lapsille kerrottavia vaikeita
asioita.

Neljänneksi, lasta rohkaistaan ottamaan asia puheeksi aina kun häntä haluttaa. Ymmärryksen syn-
tyminen vaatii aikaa, eikä keskustelu valmistu kerralla.

Erityisesti esille otettavia teemoja

Lapsi ei ole syypää vanhemman ongelmiin

Miltei kaikki lapset ja nuoret kokevat, että he ovat tavalla tai toisella syypäitä vanhemman ongel-
miin. Vanhemmat saattavat itsekkin joskus kokea niin ja jopa huutaa epätoivoissaan, että "Jos hoitai-
sit koulusi kunnolla, olisi minullakin helpompaa!" tai "Minä en jaks teidän iänikuista riitelemistä!"

Lapsi saattaa ymmärtää nämä niin, että jos hän olisi erilainen, ei vanhemmalla olisi vaikeaa. Syyllisyydestä tulee raskas, vaiettu taakka lapselle.

On hyvä, jos vanhemmat voivat sanoa lapsilleen, etteivät ongelmat johdu lapsista. Ne johtuvat muista asioista, eivät edes silloin kun vanhempi suuttuu tai masentuu lapsen tekemisistä. Monet vanhemmat päättävät sanoa näin, vaikka lapsi ei mitenkään osoittaisi syyllisyyttä.

Vanhempi hoitaa itseään

Monesti lapset yrittävät kaikin keinoin auttaa vanhempansa, kun tämä on allapäin ja voimaton. He voivat yrittää olla niin kilttejä ja avuliaita, kuin vain on mahdollista. He ikään kuin yrittävät parantaa vanhempansa, vaikka eivät itse sitä niin ajattelekaan. Lasten toimet voivat toki ilahduttaa vanhempaa - ja se on lapsille tärkeää - mutta vanhemman psyykkinen häiriö ei hoidu lasten toimin. Kun vanhemman tila ei paranekaan, voi lapsi yrittää enemmän ja enemmän ja jäädä ahdistuneena "kiinni" vanhemman auttamiseen.

Monet vanhemmat ovat päätyneet kertomaan lapsille omasta hoidosta. Se on lapsille yleensä helpotavaa kuulla. Se tarkoittaa, että vanhempi pitää huolta itsestään: käy hoidossa ja haluaa voida paremmin. Jos lapsi on selvästi 'ylikiltti', voi vanhempi voi myös sanoa jotain tällaista: "On mukavaa, kun autat kotona, mutta ei sinun tarvitse kaikkea tehdä. Mitäs jos sovittaisi mitä teet, ja mitä sinun ei tarvitse tehdä. Ja sitä paitsi, en mene rikki, vaikka joskus panet myös hanttiin."

Kotityöt

Kodin hoitaminen voi olla vanhemmalle vaikeaa, jos sairaus vie voimat ja elämältä mielekkyyden. Joskus kodinhoito jää jonkun lapsen vastuulle. Lapsi saattaakin selvittää tehtävästä erinomaisen hyvin, mutta vastuu kodista ja nuoremmista sisaruksista voi kuluttaa voimia huomaamatta. Omat harrastukset voivat jäädä, jopa keskittyminen koulunkäyntiin voi kärsiä. Näissä tilanteissa on mietittävä, voitaisiinko kotitöitä jakaa tasaisemmin tai löytää ulkopuolista apua, esim. sosiaalitoimen kodinhoitopalveluista tai palkkaamalla kodinhoitoapua. Ylipäätään, perheet saattavat tarvita monenlaista apua - toimeentulotukea, työllisyyspalveluja jne. - ja työntekijän on saatettava perhe kyseisen avun piiriin.

Vanhemman ärtyvyys ja mahdollinen väkivaltaisuus

Monet mielenterveyden ongelmat vaikuttavat impulssikontrolliin: ihminen ei pysty harkitsemaan asioita, vaan mikä mieleen tulee, ponnahtaa heti ulos. Tämä johtaa kotioloissa ja erityisesti lasten kanssa siihen, että pinna palaa pienestä ja vanhempi suuttuu kohtuuttomasti lasten pienistäkin tekemisistä. Vanhempi voi huutaa, sanoa ikävästi, jopa käydä käsiksi. Nämä tilanteet ovat usein van-

hemmalle itselleen masentavia jälkikäteen ja hän voi tuntea itsensä entistä huonommaksi. Voi myös olla niin, että vanhempi ei näe oman käyttäytymisensä merkitystä lapsille ja syyttää lasta omasta kiukusta.

Työntekijän on aina otettava puheeksi lasten ja vanhempien konfliktitilanteet ja kartoitettava, miten ne sujuvat. Jos on pelkoa väkivaltaisuudesta, on arvioitava, tarvitaanko välittömästi lastensuojelua lasten turvallisuuden turvaamiseksi, vai voidaanko edetä Lapset puheeksi -Neuvonpidon kautta perheen tukemiseen.

Lasten pelot: avioero ja vanhemman itsemurhavaara

Vanhemman itsemurhavaara on suurimpia pelon aiheuttajia lapsille. Lapsi voi jopa jäädä pois koulusta vanhemman voidessa huonosti. Vanhemman kanssa pohditaan, mitä lapset ovat nähneet, kuulleet, aavistaneet ja miten asian voisi ottaa lasten kanssa puheeksi. Aikaisempi itsemurhayritys on myös hyvä ottaa puheeksi, jos lapset ovat jotain nähneet tai pelkäävät, että esim. vanhemman sairaalaan meno johtui siitä. Puhuminen itsetuhoisista ajatuksista ja teoista voi olla vanhemmalle vaikeaa ja siihen valmistautuminen vie aikaa. Vanhempaa ei painosteta, vaan hänelle annetaan tarvittavat tiedot ja hän itse päättää mitä tekee.

Vanhempi voi kertoa esimerkiksi, että toivottomuus ja itsemurha-ajatukset ovat osa sairautta, ja hän saa niihin hoitoa. Ajatuksista tai aikaisemmasta yrityksestä huolimatta hän ei halua vahingoittaa itseään ja ottaa välittömästi yhteyttä hoitopaikkaan, jos pahat ajatukset alkavat taas vaivata. Tärkeää on myös jatkaa, että synkät ajatukset tai itsemurhayritys eivät suinkaan johtuneet siitä, että yksi lapsista kiukutteli ja toinen toi kotiin huonon koetuloksen.

Jos vanhempi on itsemurhavaarassa, eikä ole valmis tekemään suojaavaa strategiaa, on työntekijän ensimmäinen tehtävä turvata vanhemman tilanne ja huolehtia hänen hoidostaan.

Monissa perheissä on parisuhteessa ongelmia, jos toisella puolisoista on mielenterveyden ongelmia. Tulee molemmin puoleisia pettymyksiä, haluttomuutta kanssakäymiseen, nalkutusta, riitoja. Lapset näkevät asioita ja vaistoavat tunnelmia. Avioero on niin tavallinen lasten elämänpiirissä, että pelko erosta tulee monelle lapselle mieleen melko nopeasti. Vanhempien on hyvä ottaa asia puheeksi sanomalla esimerkiksi: "Olette varmaan huomanneet, että riitelemme useammin kuin ennen. Meillä on molemmilla vähän raskasta nyt. Riidat johtuvat meistä itsestämme, eivät teistä. Emme kuitenkaan ole eroamassa, vaan yritämme selvittää välejamme. Minä käyn hoidossa ja toivottavasti alan voida paremmin. Se voi kuitenkin viedä vähän aikaa. Jos teillä on huolia meistä, tulkaa puhumaan..."

Jos taas vanhemmat ovat eroamassa, on siitäkin hyvä kertoa lapsille. Tärkeää on korostaa sitä, että ero ei ole lasten syytä, ja että heistä välitetään ja huolehditaan erosta huolimatta (ks. myös kolmas puhumisen periaate, sivu 10)

Lapsen ihmissuhteet ja sosiaalinen elämä kodin ulkopuolella

Kodin piiri on lapsille tärkeä, mutta niin on myös kodin ulkopuolinen elämä. Valitettavasti mielen-terveyden häiriöt johtavat usein sairastuneen ja vähitellen koko perheen eristäytymiseen. Lapsilta saattavat jäädä sekä ystävät että harrastukset. Ystäviä ei ehkä kehtaa pyytää kotiin, kun vanhempi on erikoinen ja ennakoimaton, tai vanhemman mielenterveyden häiriö rakentuu puhumattomaksi muuriksi ystävysten välille. Sosiaalinen elämä on lapsille ja nuorille kuitenkin kuin maito ja leipä, tärkeä sekä elämänilolle että hyvälle kehitykselle. Monella vanhemmalla onkin huoli siitä, että lapsi tuntuu jättävän omia menojaan.

Hyvin toimivat omat sosiaaliset suhteet tukevat ja suojaavat lapsia ja nuoria ongelmilta, kun kotona on raskasta. On tärkeää, että lapsen ystävyysuhteet ja harrastukset säilyvät, ja siinä voivat vanhemmat tukea lastaan. Myös hyvä päivähoito ja koulu ovat merkittävä tuki lapselle. Olisi hyvä, jos vanhemmat voisivat keskustella päivähoitajan ja opettajan kanssa ja yhdessä rakentaa lapsen arjen sujumista.

Olisi myös hyvä, jos lapsella olisi joku luottoaikuinen kodin ulkopuolelta. Luottohenkilö voi olla sukulainen - eno, täti, isovanhempi, kummi, lapsen ystävän vanhempi jne. - tai sitten ammattihenkilö, kouluterveydenhoitaja, -psykologi, -kuraattori, opettaja, omalääkäri jne. Tärkeätä on, että luottohenkilö ymmärtää sekä lapsen että sairaan vanhemman tilannetta, eikä toimi vanhempia vastaan. Luottohenkilön etsiminen käy parhaiten lapsen ja vanhemman yhteistyössä, erityisesti pienen lapsen ollessa kyseessä. Isompi voi jo itsekin päättää, kuka se voisi olla.

Lopuksi

Tärkeimmät lapsen elämää kannattelevat (suojaavat) asiat, joihin perhetyöllä voidaan vaikuttaa, ovat

1. Kotielämän sujuminen ja oman perheen ihmissuhteet, joita keskinäinen ymmärrys ja avoin kommunikaatio ja ongelmanratkaisu tukevat, sekä (2) toimiva sosiaalinen elämä kodin ulkopuolella: hyvin toimiva päivähoito ja koulu sekä omat ystävät ja harrastukset.
2. Työntekijän tehtävänä on miettiä yhdessä vanhempien kanssa, miten näitä kahta elämänpiiriä voisi parhaiten tukea.

Nämä tiedot löytyvät vanhemmille kirjoitetusta oppaasta "Miten autan lastani? Opas vanhemmille joilla on mielenterveyden ongelmia" (Solantaus & Ringbom, 2005a) ja varttuneemmille koululaisille ja nuorille kirjoitetusta käsikirjasta "Mikä meidän vanhempia vaivaa? Käsikirja lapsille ja nuorille, joiden äidillä tai isällä on mielenterveyden ongelmia." (Solantaus & Ringbom, 2005b). Syöpään sairastuneille vanhemmille on kirjoitettu vastaava opas Lapsi ja vanhemman syöpä. Opas vanhemmille lasten tukemiseen, kun toinen vanhemmista sairastaa syöpää (Väisänen & Solantaus, 2004).

Kirjaset toimivat apuvälineenä työntekijän ja vanhempien välisissä keskusteluissa. Niiden avulla vanhemmilla ja lapsilla on mahdollisuus tutustua keskustelun aiheisiin etukäteen ja palata niihin jälkeensä.

Opas- ja tukikirjoja sekä lapsille että vanhemmille on kirjoitettu muidenkin toimesta ja niitä ilmentyy koko ajan lisää.

LAPSET PUHEEKSI -TYÖMENETELMÄ

Tarkoitus

Lapset puheeksi -työmenetelmän tarkoitus on

1. *Tukea vanhemmuutta ja lasten kehitystä.* Keskustelun päämääränä on auttaa vanhempia tukemaan omia lapsiaan ja vahvistaa lasten kehitystä tukevia ja lasta suojaavia prosesseja perheessä ja lapsen muissa elämänpiireissä. Keskusteluja lapsista ehdotetaan kaikille perheille, riippumatta siitä, onko perheessä ongelmia vai ei. Vanhemmilla voi olla huolia ja kysymyksiä, vaikka mitään ongelmia ei olisikaan.
2. *Arvioida lasten ja perheen tarve muiden palveluiden tukeen* kuten lastenneuvolan, koulun oppilashuollon, perheneuvolan tai lasten/nuorisopsykiatrian tarjoamiin palveluihin. Näitä palveluja tarvitsee ehkä noin puolet perheistä (Leijala, 2001).
3. *Arvioida lastensuojelutoimenpiteiden ja/tai muiden sosiaalipalvelujen tarve.* Perhe voi tarvita lastensuojelutoimenpiteitä, hyötyä erilaisista sosiaalitoimen perhetukimuodoista ja tarvita toimeentulotukea. Ehkä n. 15% perheistä tarvitsee lastensuojelun ja sosiaalitoimen tukea (Leijala, 2001).
4. *Saattaa lapsi ja perhe tarvittavien lisäpalvelujen äärelle.* Vanhempaa hoitavalla taholla ei ole hoitovastuuta lapsesta, mutta on vastuu saattaa lapset ja perhe tarvittavan avun äärelle. Lapset voivat tarvita omia mielenterveyspalveluja, aviopuolisot pariterapiaa, perhe sosiaalitoimen perhepalveluja tai taloudellista tukea toimeentulotuesta aina velkaneuvontaan asti.

Raamitettu, mutta joustava työtapa

Lapset puheeksi -menetelmässä on esitetty teemoitettu tapa käydä keskustelua lapsista vanhemman/vanhempien kanssa kahden tapaamisen puitteissa. Keskustelu voi kuitenkin laajentua moneen tapaamiseen tai rajoittua yhteen, aina tarpeen mukaan. Monilapsisissa perheissä voidaan tarvita useampia tapaamisia. Lapsista voidaan myös keskustella monella tavalla, ei ole yhtä oikeaa. On kuitenkin hyvä käydä läpi manuaalissa esitetyt osa-alueet.

Työntekijän tehtävänä on pitää keskustelun punainen lanka käsissään. Keskustelun siirtyessä pois lapsista esimerkiksi parisuhdeongelmiin, työntekijä siirtää fokuksen hellävaraisesti takaisin lapsiin.

Jos vanhemmilla on selvä tarve ja halu syventää keskustelua lapsista, tai työntekijä kokee siihen tarvetta, ehdotetaan perheelle Beardsleen perheinterventiota, jos siihen on mahdollisuus.

Samoin voidaan perheelle ehdottaa perhekursseja ja lasten ja vanhempien vertaisryhmiä, jos mahdollista. Niistä saa tietää Omaiset mielenterveyden tukena ry:n alueellisista yhdistyksistä.

Lapset puheeksi työskentelyn sisältö

Työskentely perustuu keskusteluihin vanhemman tai molempien vanhempien kanssa. Keskustelun tukena ovat "Miten autan lastani? Opas vanhemmille, joilla on mielenterveyden ongelmia" ja "Mikä meidän vanhempia vaivaa? Käsikirja lapsille ja nuorille, joiden äiti tai isä kärsii mielenterveyden ongelmista." (Solantaus ja Ringbom, 2005ab, saatavana www.otu.fi/cms. On olemassa myös muita hyödyllisiä opaskirjoja.

Keskustelun sisällöt

1. *Lapsen elämäntilanteen kartoitus*: vahvuudet ja haavoittuvuudet
 - vanhempien huolet lapsesta ja perheestä
 - lapsen mieliala ja käyttäytyminen
 - lapsen kuulumiset kotona,
 - päivähoitossa,
 - koulussa ja
 - vapaa-aikana: ystävät, harrastukset, media
2. *Eväitä vanhemmille lapsen kehityksen tukemiseksi*: Vanhemmille kerrotaan
 - mitkä ovat lasta suojaavat tekijät ja miten niitä voi tukea, mm:
 - miksi lapsen on hyvä tietää, mikä vanhemmalla on ja miten häiriö vaikuttaa vanhemman käyttäytymiseen
 - että omat ystävät, harrastukset, päivähoito ja koulu ja
 - perheen ulkopuoliset aikuiset ovat lapselle tärkeitä
 - että Opas vanhemmille ja Käsikirja lapsille ja nuorille (Solantaus & Ringbom) pitävät sisällään tietoja ja neuvoja sekä vanhemmille että vanhemmille koululaisille ja nuorille.
 - että vanhemmat voivat puhua lapsista myös myöhempien käyntien yhteydessä
3. *Lisäavun järjestäminen*
 - Lapset puheeksi - Neuvonpito: perheen ja lasten saattaminen mahdollisesti tarvittavan avun äärelle, koskee se sitten lasten ongelmia tai suojaavien struktuurien hataruutta
 - yleistieto muista ennaltaehkäisevistä palveluista (mm. yhdistysten järjestämät perheleirit ja perhekurssit, lasten ja vanhempien vertaisryhmät)
 - yleistieto hoitopaikoista ja miten niihin saa yhteyttä, jos tulee tarvetta (sosiaalitoimen perhepalvelut; lasten ja nuorten psykiatriset palvelut, päihdepalvelut, jne.)

Lapset puheeksi -keskustelun kulku lyhyesti

Seuraavassa esitellään työmenetelmän kulku pääpiirteissään. Lokikirjassa, jonka työntekijä ottaa tapaamisiin mukaan, käydään keskustelu läpi yksityiskohtaisemmin. Tapaamisten sisällöt voivat limittyä ja vanhemmat voivat heti aluksi haluta keskustella mielenterveyden häiriön vaikutuksista

perheeseen. Keskustelujärjestys ei ole tärkeä, tärkeätä on, että kaikki asiat tulevat puhutuksi. Parhaimmillaan Lapset puheeksi -työskentely on rakentavaa ja luovaa keskustelua lasten ja perheen hyväksi.

1. *Alustava keskustelu.* Vanhemmalle/potilaalle ehdotetaan keskusteluja lapsista ja selitetään mistä on kysymys. Ehdotetaan toisen vanhemman mukaan ottamista, jolloin keskustelu lapsista alkaa seuraavalla tapaamisella. Jos kyseessä on yksinhuoltaja, voidaan työskentely aloittaa heti, jos potilas niin haluaa. Potilaalle annetaan kotiin luettavaksi Opas vanhemmille ja lasten ollessa sopivan ikäisiä, myös Käsikirja lapsille ja nuorille.
2. *Ensimmäinen keskustelu.* Pääteema on lasten kehityksen ja elämäntilanteen kartoittaminen yhdessä vanhemman/ vanhempien kanssa. Käydään läpi vanhempien ilot ja huolet lapsista. Autetaan vanhempia oivaltamaan lasten vahvuudet ja haavoittuvuudet ja annetaan vanhemmille tietoa lapsia suojaavista tekijöistä. Jos vanhemmilla on huolia, kysytään myös, ovatko he hakeneet ja saaneet apua.
3. *Toinen keskustelu.* Keskitytään vanhemman mielenterveyden häiriön merkitykseen perheelle ja lapsille. Käytetään apuna Opaskirjasta. Työntekijä kertoo lisää lapsia suojaavista tekijöistä käyden mm. läpi häiriöstä puhumisen tärkeyden ja puhumisen periaatteet. Pohditaan vanhemman tärkeimpien oireiden ilmenemistä kotona ja lasten reaktioita ja mietitään, miten vanhemmat voisivat tukea lapsiaan.

Jos tapaamisissa nousi esiin pienikin huoli lapsen pärjäämisestä tai lapsen sosiaalisen verkoston hataruudesta, ehdotetaan Lapset puheeksi - Neuvonpitoa.

Jos lapsi tai nuori on pulassa, mutta vanhemmat eivät siihen suostu tutkimuksiin ja hoitoon, on harkittava, onko kyseessä lapsen hoidon laiminlyönti. Harkinta tehdään yhdessä lasten- tai nuorisopsykiatrian työntekijöiden ja lastensuojeluviranomaisen kanssa. Hoito on mahdollista toteuttaa muiden lastensuojelutoimenpiteiden ohella. Jos ongelma ei ole niin vakava, kerrotaan vanhemmille mikä asiassa huolestuttaa ja kehoitetaan heitä seuraamaan lapsen tilannetta. Kysytään lapsen kuulumisia myöhemminkin vanhemman hoidon kuluessa.

4. *Lapset puheeksi - Neuvonpito* (tarkemmin Väisänen ja Niemelä, 2005)

Lapset puheeksi – Neuvonpito

Neuvonpitoon kutsutaan lapsen ja perheen verkostoa ja tarpeen mukaan eri palvelujen edustajia. Neuvonpidossa kartoitetaan lapsen tilanne erilaisissa elämänpiireissä ja mietitään miten läsnäolijat voivat itse kukin tukea lasta. Tarkoituksena on aktivoida lapsen sosiaalinen verkosto vanhempien rinnalle. Jos lapsista on noussut huoli ja paikalle on pyydetty lasten- tai nuorisopsykiatrinen työntekijä, tämä kuuntelee, tekee kysymyksiä ja lopuksi arvioi lasten/nuorisopsykiatristen tutkimusten tarpeellisuuden ja ottaa asian hoitaakseen.

Psyykkisesti sairaille ihmisille voivat verkostokokoukset olla vaikeita. Monimutkainen sosiaalinen tilanne voi pelottaa, eikä vanhempi halua, että hänen omat ongelmansa levitetään suurelle ihmisjoukolle. Tämän takia Lapset puheeksi – Neuvonpito valmistellaan vanhempien kanssa saman periaatteen mukaisesti kuin perheistuntokin.

Vanhempien kanssa mietitään keskustelun teemat ja vanhemmat itse päättävät, mitä haluavat ongelmistaan kertoa. Suosituksena on, että vanhemmat kertovat ne asiat, jotka ovat tärkeitä lapsen tilanteen ymmärtämiselle. Päämääränä on, että löydetään ymmärrystä lapsen tilanteeseen ja etsitään ratkaisuja.

Esimerkiksi jos lapsi myöhästelee jatkuvasti koulusta, on opettajan hyvä tietää, että vanhempi ei pysty aamuisin nousemaan ylös. Lapsi joutuu itse selviämään aamutoimista ja kouluunlähdestä, jolloin on ymmärrettävää, että hän myöhästelee. Kun perheen verkosto on paikalla, voidaan miettiä asialle ratkaisuja.

Lasten mukanaolo Neuvonpidossa on mietittävä tapauskohtaisesti. Jos lapsi kutsutaan mukaan, on Neuvonpito valmisteltava myös hänen kanssaan. Valmistelun voi tehdä vanhempi itse tai sitten lasta tavataan kertaalleen vanhempien kanssa ja hänelle kerrotaan, mikä Neuvopidon tarkoitus on. Lapsi voi myös lähettää Neuvopitoon terveisiä tai olla paikalla vain jonkin aikaa.

Jos lapsi on mukana, on keskustelu sovitettava hänen ymmärryksensä mukaiseksi - jokaista läsnäolijaa on kunnioitettava. On myös varottava tilanteita, joissa lapsen ongelmia ja käyttäytymistä ruoditaan ilman ymmärrystä ja lasta haavoittaen.

Työskentelyn välineitä

Työntekijän ammattitieto perheen käyttöön

Vanhemmat ovat usein hämmentyneitä mielenterveyden ongelmista, ja perheessä on epäselvyyttä siitä, mitä on tapahtumassa. Vanhempaa hoitava työntekijä on kuitenkin usein antanut hyvinkin tarkat tiedot kyseisestä mielenterveyden häiriöstä. Ongelmana on, että lääketieteellinen tieto mielen terveyden häiriön laadusta ei vielä auta ymmärtämään vuorovaikutuksen ongelmia.

Lapset puheeksi -työmenetelmässä on työntekijän tarkoituksena lisätä vanhemman ymmärrystä omasta, puolionsa ja lastensa tilanteesta. Se tapahtuu tiedon avulla, mutta tieto on vasta väline ymmärrykseen. Jotta tieto kasvaisi ymmärrykseksi, on se sovitettava arkiseen elämään, vanhempien kokemukseen ja kysymyksiin.

Kyseessä on kahden asiantuntijan vuorovaikutus. Vanhempi tuntee lapsensa ja kodin arjen, työntekijä häiriöön yleisesti liittyviä asioita. Nämä kaksi on nyt tarkoitus saattaa yhteen. Näin ollen työntekijä ei ole opettaja ja vanhempi opetettava, vaan työntekijä antaa tietonsa vanhempien käyttöön, ja

vanhempi arvioi, mikä sopii hänen perheellensä. Työntekijän äänensävy on pohtiva ja kysyvä: "Monissa perheissä on ollut näin ..., mitä luulette, sopiiko se teidän perheelle?"

Materiaali vanhemmille

Toimiva lapsi&perhe -prosessin osana on perheille kirjoitettu seuraavat oppaat:

- "Miten autan lastani? Opas vanhemmille joilla on mielenterveyden ongelmia" (Solantaus & Ringbom, 2005a)
- "Mikä meidän vanhempia vaivaa? Käsikirja lapsille ja nuorille, joiden äidillä tai isällä on mielenterveyden ongelmia" (Solantaus & Ringbom, 2005b)
- "Miten huolehdin lapsistani? Käsikirja vanhemmille, joita oma päihteidenkäyttö askarruttaa." (Solantaus & Ringbom 2010)
- Lapsi ja vanhemman syöpä. Opas vanhemmille lasten tukemiseen, kun toinen vanhemmista sairastaa syöpää (Väisänen & Solantaus, 2004)

Oppaat perustuvat samoihin periaatteisiin kuin muutkin Toimiva lapsi & perhe -työmenetelmät. Niiden päämääränä on tukea perheen keskinäistä ymmärrystä ja ongelmanratkaisua.

Oppaat on kirjoitettu perheille, mutta ne toimivat myös työntekijän apuna. Keskustelun kuluessa voidaan palata oppaiden teksteihin, jolloin ne toimivat kuin ulkopuolisena äänenä, jota sekä vanhemmat että työntekijä voivat pohdiskella. Usein on niin, että työntekijä on yhtä lailla uuden asian äärellä kuin vanhempikin ja siitä voi syntyä hedelmällistäkin keskustelua.

Vanhemmille annetaan aina myös ikäkausikohtaiset lokisivut lapsen kehityksen ja elämäntilanteen kartoituksesta. Vanhemmat voivat tehdä omia havaintojaan ja palata lapsensa vahvuuksiin ja haavoittuvuuksiin istunnon jälkeenkin. Vanhemmille voidaan antaa myös muut lokisivut tai he voivat printata koko manuaalin netistä.

Keskustelun fokuointi

Kyseessä on fokuoitu keskustelu lapsista ja lasten elämästä. Keskustelussa on hyvä seurata vanhemman antamia vinkkejä, mutta samalla pitää huolta, ettei keskustelu rönsyile asioihin, jotka eivät liity lapseen, esimerkiksi parisuhteeseen tai muihin aikuisten ongelmiin.

On luonnollista, että vanhempi rönsyilee. Vaikeus paneutua toisen ihmisen asioihin ja keskittyä ovat usein osa mielenterveyden ongelmia. Näin ollen joudutaan keskustelua useinkin suuntamaan ja palauttamaan takaisin tiettyihin kysymyksiin. Fokuointi tulee tehdä pehmeästi, niin ettei vanhempaa 'tyrmätä' tai keskeytetä heti, kun hänen mielensä menee muualle. Tavallinen tapa on kuunnella hetki, todeta asian tärkeys, sopia koska tai missä asiasta voi puhua, ja palata takaisin lapseen. Omilla kysymyksillä voi myös hienotunteisesti ohjata keskustelua tiettyyn suuntaan. Vanhemmalle ei

tule aiheuttaa kokemusta, että hän on 'huono', tai että hän puhuu väärä asioita eikä 'osaa' tätä keskustelua.

Esimerkkejä fokusoinnista:

- Vanhempien puhe menee jatkuvasti parisuhteen ongelmiin. Kuuntele hetki, ja sano esim.
"Teillä näyttää olevan paljon puhuttavaa teidän suhteesta, ihan tärkeää, mutta mitäs jos palattaisi kuitenkin Pekkaan kun hän on kuitenkin meidän keskustelun keskipiste. Mietitään lopuksi, miten ja missä parisuhdekeskustelua voisi jatkaa... Jatketaanko Pekan koulusta, pitääkö hän koulusta?"
- Jos vanhempi hypähtelee kyseisen lapsen kohdalla asiasta toiseen, eikä työntekijä pysy perässä, voi sanoa esim.
...mmm... mitäs jos palattaisi vielä takaisin Pekan koulunkäyntiin, minulla olisi vielä joku kysymys. Jutellaan harrastuksista hetken päästä, ne ovat tosi tärkeä aihe.
- Keskustelua voi suunnata myös lokin avulla.
Tässä lokikirjassa on ehdotus keskustelun aiheista ja järjestyksestä, jotta kaikki tarpeellinen tulisi käsiteltyä. Se voi tuntua vähän jäykältä, mutta mitäs jos edettäisi tämän mukaisesti, ettei minulta mikään unohtuisi...

Lapsen kehityksen ja elämäntilanteen kartoitus

Lasten elämäntilanteen ja kehityksen arviointiosan tarkoituksena on

1. auttaa vanhempia tunnistamaan lapsen vahvuuksia ja haavoittuvuuksia sekä
2. pohtia vanhempien kanssa sitä, miksi ja miten he voisivat panostaa lapsen vahvuuksiin ja miten tukea lasta haavoittuvissa kohdissa sekä itse, että hakemalla tarvittaessa ulkopuolista apua. Lasten elämäntilanteen ja kehityksen kartoitus tehdään pääpiirteittäin. Se on perustason kartoitus, ei lasten- tai nuorisopsykiatrinen haastattelu.

Kartoituksen ja arvioinnin tärkein periaate ja päämäärä on lisätä vanhempien ymmärrystä lapsista. Kyseessä ei siis ole lasten seulonta muihin palveluihin. Keskustelu ei toimi mittarina, jonka tarkoituksena on tuottaa oireprofiili, eikä sitä voida sellaisella korvata. Lasten ongelmat ja lisätuen tarve kartoitetaan yhdessä vanhemman kanssa osana lapsen ymmärtämisen prosessia.

Työntekijän on tärkeätä oivaltaa tämä vanhemmuutta ja vanhemman ja lapsen suhdetta tukeva ja ennaltaehkäisevä lähestymistapa ja erottaa se tavanomaisesta psykiatrisesta kartoituksesta ja haastattelusta, joissa painopiste on ongelmien tunnistamisessa.

Jokaisen lapsen tilanne kartoitetaan erikseen. Monilapsisissa perheissä voi keskustelu vaatia useampia tapaamisia. Kartoituksen sisältö riippuu lapsen iästä, ja lokin liitteenä ovat lokisivut viidestä

elämänvaiheesta (raskausaika, vauva- ja taaperoi-ikä, leikki-ikä, alakouluikä, murros- ja nuoruusikä). Tämän lisäksi kartoitetaan vanhempien kokemus vanhemmuudesta.

Kartoitus tehdään yhteistyössä vanhempien kanssa. Vanhempi tuo keskusteluun oman asiantuntijuutensa lapsensa asiassa, työntekijä ammatilliset tietonsa. Lämmin ja kunnioittava suhtautuminen sekä vanhempiin että lapsiin on tärkeä. Lapsen, perheen tai oman vanhemmuuden vahvuuksien tunnistaminen on vanhemmalle usein ilon ja yllätyksien aihe. Sen oivaltaminen, että monet asiat ovatkin hyvin, on paras kannustin vanhemmille. Myös haavoittuvuuksien tunnistaminen, kun siihen yhdistyy mahdollisuus tehdä jotain lapsen hyväksi, on vanhemmille voimaannuttavaa ja luo uskoa tulevaisuuteen.

Vahvuudella tarkoitetaan tässä työmenetelmässä asiaa, joka toimii normaalisti, vaikka perheessä on ongelmia. Vahvuuksilla ei siis tarkoiteta vain jotain erityistaitoja tai lahjakkuuksia. Esim. jos lapsi hoitaa normaalisti läksyt ja koulunkäynnin, vaikka vanhempi ei häntä jaksa tukea, on se selvästi lapsen vahvuus. Jos hän pystyy ylläpitämään ystävyssuhteitaan ja harrastuksiaan, on sekin vahvuus. Joskus on kyseessä lapsen oma vahvuus, joskus lapsen ja vanhemman vuorovaikutuksen tai vanhemman vahvuus. Näin on esimerkiksi silloin, kun vanhempi ponnistaa viimeisetkin voimansa viedäkseen lapsen säännöllisesti päivähoitoon.

Haavoittuvuudella tarkoitetaan tässä asiaa, josta voi tulla ongelmia elämän vaikeissa vaiheissa tai joka jo nyt herättää huolta. Esimerkiksi jos lapsi luonteeltaan arka ja vetäytyväinen ja tämä korostuu vanhemman sairastuttua, voi se vähitellen johtaa vaikeaan sosiaaliseen eristäytymiseen. Näin ollen kyseessä on haavoittuvuus. Sitä voidaan ehkä auttaa kutsumalla koolle lapsen lähipiiriin kuuluvia henkilöitä miettimään, miten olla itse aktiivisia sen sijaan että odotettaisiin aloitetta lapsen taholta.

Jatkotoimenpiteiden arviointi

Toisen istunnon lopuksi, kun jo tiedetään melko paljon lapsista ja vanhemman häiriön vaikutuksista perheeseen, käydään läpi jokaisen lapsen vahvuudet ja haavoittuvuudet. Mietitään yhdessä vanhemman kanssa, miten näissä voisi parhaiten toimia. Kyseessä ei ole yhteen- tai vähennyslasku, vahvuus ei kompensoi haavoittuvuutta, eikä vahvuuksien tai haavoittuvuuksien määrä ratkaise. Päämääränä on, että vanhemmat tunnistavat ja voivat olla ylpeitä lapsensa vahvuuksista ja että haavoittuvuuksiin syntyy joku toimintastrategia, joko vanhempien omasta tai perheen ulkopuolisen avun toimesta. Yksikin haavoittuvuus voi johtaa neuvonpitoon.

Lokikirjan käyttö

Lokin tarkoitus on auttaa työntekijää käymään läpi keskusteluun kuuluvat asiat. Siinä luetellaan keskustelun teemoja. Loki ei kuitenkaan saisi jäykistää keskustelua, eikä rajoittaa sitä, jos lasten asia vaatii laajempaa pohdintaa. Teemoista on tarkoitus keskustella vapaasti. Käytäntö on osoittanut, että työmenetelmän ollessa uusi, on hyvä seurata ohjeita melko tarkasti. Kokemuksen karttues-

sa työskentely muuttuu luovemmaksi ja ohjekirja taustalla olevaksi apuvälineeksi. Lokiin on jätetty jonkin verran tilaa omille muistiinpanoille.

Lapsen ja vanhemmuuden vahvuuksien ja haavoittuvuuksien arviointi on osa työmenetelmää. Jokaisen teeman yhteydessä arvioidaan yhdessä vanhempien kanssa, onko kyseessä vahvuus vai haavoittuvuus ja se merkitään lokiin. Haavoittuvuus merkitään aina, kun joku paikalla olija on huolissaan. Työtapa esitellään vanhemmille ja kerrotaan, että toisen istunnon lopuksi mietitään, mitä vahvuuksia lapsella ja perheellä on, ja toisaalta, onko jotain missä lisätuki tai muut palvelut voisivat perhettä auttaa.

Lokikirja pidetään keskusteluissa esillä, joten se esitellään vanhemmille. Ikäkausikohtaiset sivut kopioidaan vanhemmalle, kun lapsen tilannetta aletaan kartoittaa. Se auttaa vanhempaa hahmottamaan keskustelun kulkua. Hän voi myös merkitä itselleen lapsensa vahvuudet ja haavoittuvuudet ja miettiä niitä myös kotona. Vanhemmille voi antaa myös koko lokikirjan; he voivat tietysti saada sen netistäkin.

Loki on manuaalissa kahdessa muodossa. Lyhyemmässä on lueteltu keskustelun teemat. Pidemmässä versiossa (avustava loki) on jokaiseen teemaan esitetty avustavia ehdotuksia lähestymistavoiksi. Niitä ei ole tarkoitus toistaa, ne eivät sovi kaikkiin tapauksiin, eivätkä ne ole kattavia. Ne ovat vain antamassa jotain vinkkiä siitä, miten asioita voidaan sanoa. Alkuvaiheessa voi olla helpompaa edetä avustavien vinkkien avulla, mutta myöhemmin ne voivat tuntua kahlitsevilta.

Kiitokset

Lapset puheeksi -menetelmä, manuaali ja lokikirja ovat pitkän, polveilevan ja rikkaan oppimisprosessin tulosta. Luova oppiminen ei koskaan tapahdu yksin, vaan yhdessä muiden kanssa. Ensimmäiset herättäjäni ja tärkeimmät opettajani ovat olleet perheet, joiden kanssa olen työskennellyt ja jotka ovat uskoneet ja edelleen uskovat minulle huoliaan. Vanhemmuuden kysymykset ja omien lasten selviäminen ovat ihmisen herkintä aluetta: minusta tuli paljon vartija. Nyt toivon, että tästä yhteistyöstä ja kokemuksesta on syntynyt jotain, joka voi auttaa muitakin perheitä ja työntekijöitä.

Tutustuminen Beardsleen perheinterventioon antoi työlleni selkeän suunnan ja mahdollisuus toteuttaa Toimiva lapsi & perhe -hanketta Stakesissa teki haaveesta mahdollisen - haaveesta, että kaikki mielenterveysongelmista kärsivät vanhemmat saisivat tukea ilman leimaamista. Stakesille on emännöinyt hanketta ja Sosiaali- ja terveysministeriö on tukenut sitä sekä taloudellisesti että työtämme arvostamalla.

Hankkeen puitteissa Stakesissa vuosina 2001 - 2003 kokoontunut kliinikkoryhmä oli - ja on - ehtymätön kokemusten, ideoiden ja oivallusten lähde. Ja mikä parasta, työ leviää ja joukkoon liittyy koko ajan uusia ihmisiä. Erityiset kiitokset kuuluvat Sini Toikalle ja Paula Koskiselle, jotka ovat huolehtineet käsikirjan kirjoitusasusta. Kiitokset kaikille!

VIITTEET

Beardslee WR. When a parent is depressed. How to protect your children from depression in the family. Boston, Little Brown, 2003 (paperback)

Leijala H, Nordling E, Rauhala K, Riihikangas R, Roukala A, Soini A, Sytelä P, Yli-Krekola P. Psyykkisesti sairastuneen vanhemman, hänen lastensa ja perheen kokonaistilanteen arviointi sekä mahdollisen tuen ja hoidon järjestäminen. - AKKULA-hanke. Kirjassa **M. Inkinen (toim.)** Näkömätön lapsi aikuispsykiatriassa. s. 138- 163. Tammi, Helsinki 2001

Pietilä L. Lapsikeskeinen näkökulma perusterveydenhuollossa. Osa 3. Suomen Lääkärilehti 2005: 40: 4021-4025

Solantaus T, Beardslee WR. Kun isä tai äiti sairastaa depressiota. Interventio lasten psyykkisten häiriöiden ehkäisemiseksi. Duodecim 1996;112:1647-1656.

Solantaus T, Ringbom A. Miten autan lastani. Opas vanhemmille, joilla on mielenterveyden ongelmia. Stakes ja Omaiset mielenterveystyön tukena Uudenmaan piiri, Helsinki, Edita Prima 2005a.

Solantaus T, Ringbom A. Mikä meidän vanhempia vaivaa? Käsikirja lapsille ja nuorille, joiden äidillä tai isällä on mielenterveyden ongelmia. Helsinki, Edita Prima 2005b.

Solantaus T. Vanhemman mielenterveydenhäiriö ja lapset. Mitä terveydenhuollossa tulee tietää ja tehdä? Osa 1. Suomen Lääkärilehti 2005;38:3765- 3770.

Väisänen L, Niemelä M. Vanhemman mielenterveyden häiriö ja lapsi. Lapsikeskeinen näkökulma psykiatrisessa sairaalassa. Osa 2. Suomen Lääkärilehti 2005:39

Väisänen L, Solantaus T. Lapsi ja vanhemman syöpä. Opas vanhemmille lasten tukemiseen, kun toinen vanhemmista sairastaa syöpää. Oulu, 2004.

LAPSET PUHEEKSI -LOKI

Perheen tunnus (nimi tms.) _____

ALUSTAVA KESKUSTELU: TYÖMENETELMÄN ESITTELY

- | | |
|---|-------|
| 1. Lapset puheeksi -työskentelyn esittely: tarkoitus ja kulku | tehty |
| 2. Toinen vanhempi tai tukihenkilö kutsutaan mukaan. | tehty |
| 3. Opaskirja/t annetaan | tehty |
| 4. Ensimmäisen keskustelun aika | _____ |

Lapsista keskustelun voi kuitenkin jatkua suoraan tästä, jos paikalla ovat ne henkilöt, jotka tulevat osallistumaan (yksinhuoltaja, joka ei halua muita mukaan, molemmat vanhemmat).

Muistiinpanoja

Työn arviointi

1. Lasten ottaminen puheeksi meni:
2. Työskentelyn tarkoituksen ja kulun selittäminen meni:
3. Yhteistyöilmapiiri oli:
4. Vanhempi oli:

ENSIMMÄINEN KESKUSTELU

I Tutustuminen ja työmenetelmän esittely

- | | |
|--|-------|
| 1. Tervetuloa ja työmenetelmän esittely | tehty |
| 2. Ensimmäisen istunnon tarkoitus | tehty |
| 3. Perherakenne | tehty |
| 4. Jos työntekijä ei tunne vanhempia, tutustutaan lyhyesti potilasvanhemman ongelmiin ja oireisiin ja myös toisen vanhemman kokemuksiin. | tehty |

II Lapsen kehityksen ja elämän tilanteen kartoitus

- | | |
|---|-------|
| 7. Selitetään työskentelytapa: vahvuudet ja haavoittuvuudet | tehty |
| 8. Lapsen elämäntilanteen ja kehityksen kartoitus | tehty |
| ks. ikäkausikohtaiset liitteet | |

III Keskustelun päätös ja seuraava tapaaminen

- | | |
|---|-------|
| 9. Vanhemman kokemukset istunnosta | tehty |
| 10. Seuraavan keskustelun aihe ja ajankohta | tehty |

Muistiinpanoja

Työn arviointi

1. Tutustuminen ja työmenetelmän esittely meni
2. Lapsen / lasten elämäntilanteen kartoitus meni
3. Yhteistyöilmapiiri oli
4. Vanhempi (vanhemmat) oli

TOINEN KESKUSTELU

I Edellinen tapaaminen ja tämän keskustelun tarkoitus

- | | |
|---|-------|
| 1. Edellisen tapaamisen jälkeiset tunnelmat | tehty |
| 2. Toisen keskustelun tarkoitus | tehty |

II Keskinäinen ymmärrys ja puhumisen periaatteet

- | | |
|---|-------|
| 3. Oletteko lukeneet vanhemmille tarkoitetun oppaan?
Onko jotain josta haluaisitte nyt aloittaa? | tehty |
| 4. Ongelmista puhuminen kantavana ideana: Miltä se tuntuu? | tehty |
| 5. Tietoa: Keskinäinen ymmärrys lasta suojaavana tekijänä | tehty |
| 6. Tietoa: lasten tavoista ymmärtää vanhemman oireita | tehty |
| 7. Onko vanhemman häiriöstä puhuttu kotona ja miten? | tehty |
| 8. Tietoa: Puhumisen tavoista ja periaatteista | tehty |

III Erityisiä esille otettavia asioita: tiedoksi ja pohdittavaksi

- | | |
|--|-------|
| 9. Lasten kokema syyllisyys ja sen purkaminen | tehty |
| 10. Vanhemman impulssikontrollin vaikeudet | tehty |
| 11. Lapselle tietoa vanhemman hoidosta | tehty |
| 12. Lasten pelot vanhemman voinnista ja avioerosta | tehty |
| 13. Kodin ja lastenhoidon sujuminen | tehty |
| 14. Lapsen sosiaalinen elämä kodin ulkopuolella | tehty |
| 15. Esimerkkinä yksi vanhemman oire/ongelma
Miten lapsi mahtaa ymmärtää sen?
Mietitään yhdessä, miten sitä voisi lapselle selittää | tehty |

IV Lasten tukeminen

- | | |
|--|----------------------------------|
| 16. Vahvuudet (jokainen lapsi erikseen) | tehty |
| 17. Haavoittuvuudet | tehty |
| 18. Neuvonpidon ja palvelujen tarve | tehty |
| 19. Tietoa erilaisista hoito- ja ennaltaehkäisevistä ym. palveluista | tehty |
| 20. Neuvonpidon valmistelu, jos Neuvonpito on tarpeen
Selitetään Neuvonpidon tarkoitus ja kulku
Sovitaan keskustelun sisältö
Sovitaan kutsuttavat henkilöt ja kutsujat
Sovitaan ja kirjataan päivämäärä: | tehty
tehty
tehty
_____ |

V Tapaamisen lopetus

- | | |
|--|-------|
| 21. Onko vielä kysymyksiä, joista haluaisitte keskustella? | tehty |
| 22. Miltä keskustelu tuntui? | tehty |
| 23. Jatkosta sopiminen: Kannustetaan vanhempia ottamaan lapset puheeksi myöhemminkin, sekä iloisten uutisten että huolien yhteydessä | tehty |

Muistiinpanoja

Työn arviointi

1. Teema "Keskinäinen ymmärrys ja puhumisen periaatteet" meni
2. Teema "Erityiset esille otettavat asiat" meni
3. Teema "Lasten tukeminen" meni
4. Neuvonpidon valmistelu meni
5. Yhteistyöilmapiiri oli
6. Vanhempi (vanhemmat) oli

LAPSEN ELÄMÄNTILANTEEN KARTOITUS ERI IKÄVAIHEISSA

Haavoittuvuuksien kohdalla kysytään, ovat asiat olleet aina näin, vai onko kyseessä muutos. Kysytään muutoksen ajankohdasta ja vanhempien näkemystä muutoksen syystä.

1 RASKAUDEN AIKA

1. Äidin kokemus raskaudesta ja vauvan odottamisesta	vahvuus	haavoittuvuus
2. Isän kokemus	vahvuus	haavoittuvuus
3. Onko vanhemmilla huolia?	vahvuus	haavoittuvuus
4. Onko raskauskomplikaatioita?	vahvuus	haavoittuvuus
5. Äidin ajatukset tulevasta vanhemmuudesta	vahvuus	haavoittuvuus
6. Isän ajatukset tulevasta vanhemmuudesta	vahvuus	haavoittuvuus
7. Parisuhteen tilanne ja tuki puolisolta	vahvuus	haavoittuvuus
8. Puolison mielenterveys- / alkoholiongelmat		haavoittuvuus
9. Sosiaalinen tuki perheen ulkopuolelta	vahvuus	haavoittuvuus

Suositus

Joka kerta kun raskaana oleva tai pienen lapsen äiti tai isä tulee hoitoon mielenterveys-ongelman takia, ehdotetaan Neuvonpitoa äitiys- tai lastenneuvolan kanssa, jotta neuvola tietäisi tukea äitiä ja perhettä ja jotta yhdessä mietittäisiin tukitoimia.

Jos keskustelussa ilmeni haavoittuvuuksia, on Neuvonpito erityisen tärkeä ja siihen tulisi pyytää myös vauvaperhetyön asiantuntija, mikäli se on mahdollista. Perhe saattaa hyötyä myös pikkulapsipsykiatrisista palveluista.

2 VAUVAIKÄ JA TAAPEROIKÄ (syntymästä noin 3-vuotiaaksi)

Haavoittuvuuksien kohdalla kysytään, ovat asiat olleet aina näin, vai onko kyseessä muutos. Kysytään muutoksen ajankohdasta ja vanhempien näkemystä muutoksen syystä.

I Lapsen kuvailu. Minkälainen lapsi hän on?

1. Lapsen mieliala ja käyttäytyminen	vahvuus	haavoittuvuus
2. Onko lapsesta huolia?	vahvuus	haavoittuvuus
3. Onko haettu ja saatu apua? Mistä?		

II Vauva/taapero kotona

4. Seurusteleeko lapsi mielellään vanhempien kanssa?	vahvuus	haavoittuvuus
5. Entä siskojen ja veljien kanssa?	vahvuus	haavoittuvuus
6. Mitä lapsen kanssa tehdään? Ilon aiheita?	vahvuus	haavoittuvuus
7. Miten sujuu ruokaileminen?	vahvuus	haavoittuvuus
8. Miten sujuu nukkuminen?	vahvuus	haavoittuvuus
9. Tuleeko stressi- ja konfliktitilanteita?	vahvuus	haavoittuvuus
10. Miten vanhempi jaksaa stressi- ja konfliktitilanteet? Miten vanhemmat toimivat?	vahvuus	haavoittuvuus

III Lapsi päivähoidossa ja muiden lasten kanssa

11. Viihtyykö lapsi päivähoidossa?	vahvuus	haavoittuvuus
12. Onko päivähoidossa joku läheinen aikuinen?	vahvuus	haavoittuvuus
13. Sujuvatko päivän toimet?	vahvuus	haavoittuvuus
14. Onko ystäviä, leikkiikö hän muiden kanssa?	vahvuus	haavoittuvuus
15. Vanhempien ja päivähoidon yhteistyö	vahvuus	haavoittuvuus

IV Vanhemmuus ja kodin hoito

16. Miten kodin ja lastenhoito sujuu?	vahvuus	haavoittuvuus
17. Tuki puolisolta?	vahvuus	haavoittuvuus
18. Puolison mielenterveys- tai päihdeongelmat?		haavoittuvuus
19. Miltä vanhemmuus ylipäättään tuntuu?	vahvuus	haavoittuvuus

Suositus

Joka kerta kun raskaana oleva tai pienen lapsen äiti tai isä tulee hoitoon mielenterveys-ongelman takia, tulisi ehdottaa Neuvonpitoa äitiys- tai lastenneuvolan kanssa, jotta neuvola tietäisi erityisesti tukea tätä perhettä ja lasten kehitystä ja jotta yhdessä mietittäisiin tukitoimia.

Jos keskustelussa ilmeni haavoittuvuuksia, on Neuvonpito erityisen tärkeä ja siihen tulisi pyytää myös vauvaperhetyön asiantuntija, mikäli se on mahdollista. Perhe saattaa hyötyä myös pikkulapsipsykiatrisista palveluista.

3 LEIKKI-IKÄ (noin 4-6 – vuotiaat)

Haavoittuvuuksien kohdalla kysytään, ovat asiat olleet aina näin, vai onko kyseessä muutos. Kysytään muutoksen ajankohdasta ja vanhempien näkemystä muutoksen syystä.

I Lapsen kuvailu. Minkälainen lapsi hän on?

1. Lapsen mieliala ja käyttäytyminen	vahvuus	haavoittuvuus
2. Onko lapsesta huolia?	vahvuus	haavoittuvuus
3. Onko haettu ja saatu apua? Mistä?		

II Lapsi kotona

4. Seurusteleeko lapsi mielellään vanhempien kanssa?	vahvuus	haavoittuvuus
5. Entä siskojen ja veljien kanssa?	vahvuus	haavoittuvuus
6. Mitä lapsen kanssa tehdään?	vahvuus	haavoittuvuus
7. Nauttiiko lapsi leikkimisestä?	vahvuus	haavoittuvuus
8. Miten sujuvat ruokaileminen, nukkuminen, pukeminen, WC-asiat?	vahvuus	haavoittuvuus
9. Tuleeko paljon konflikteja?	vahvuus	haavoittuvuus
10. Miten konfliktitilanteet sujuvat? Miten vanhempi toimii konflikteissa?	vahvuus	haavoittuvuus

III Lapsi päivähoitossa ja muiden lasten kanssa

11. Viihtyykö lapsi päivähoitossa?	vahvuus	haavoittuvuus
12. Onko päivähoitossa läheinen aikuinen?	vahvuus	haavoittuvuus
13. Sujuvatko päivän toimet?	vahvuus	haavoittuvuus
14. Onko lapsella ystäviä ja leikkiikö hän muiden kanssa?	vahvuus	haavoittuvuus
15. Vanhempien ja päivähoiton yhteistyö	vahvuus	haavoittuvuus

IV Vanhemmuus ja kodin hoito

16. Miten kodin- ja lastenhoito sujuvat?	vahvuus	haavoittuvuus
17. Tuki puolisolta	vahvuus	haavoittuvuus
18. Puolison mielenterveys- tai päihdeongelmat		haavoittuvuus
19. Miltä vanhemmuus ylipäättään tuntuu?	vahvuus	haavoittuvuus

Suositus

Vanhempaa suositellaan aina kertomaan neuvolassa, että hänellä on mielenterveysongelmia. Jos ilmeni haavoittuvuuksia, ehdotetaan neuvolan kanssa Neuvonpitoa, jotta neuvola tietäisi tukea vanhempia ja lapsen kehitystä. Tarvittaessa pyydetään mukaan lastenpsykiatrian tai perheneuvolan edustaja arvioimaan lapsen tutkimusten ja lisätuen tarvetta.

4 KOULUIKÄ MURROSIKÄÄN ASTI (noin 7-12 – vuotiaat)

Haavoittuvuuksien kohdalla kysytään, ovat asiat olleet aina näin, vai onko kyseessä muutos. Kysytään muutoksen ajankohdasta ja vanhempien näkemystä muutoksen syystä.

I Lapsen kuvailu. Minkälainen lapsi hän on?

1. Lapsen mieliala ja käyttäytyminen	vahvuus	haavoittuvuus
2. Onko lapsesta huolia?	vahvuus	haavoittuvuus
3. Onko haettu ja saatu apua? Mistä		

II Lapsi kotona

4. Suhteet vanhempiin	vahvuus	haavoittuvuus
5. ja siskoihin ja veljiin?	vahvuus	haavoittuvuus
6. Miten arkiasiat sujuvat: nukkuminen, syöminen, pukeminen, WC-toimet?	vahvuus	haavoittuvuus
7. Onko erityisiä käyttäytymisen tai tunne-elämän piirteitä, mm.		
• masennus, itsetuhoiset teot/puheet/ajatukset		haavoittuvuus
• ahdistus, pelot, pakko-oireet		haavoittuvuus
• keskittymättömyys, levottomuus		haavoittuvuus
• eristäytyminen, arkuus, kiusatuksi tuleminen		haavoittuvuus
• uhmakkuus, kiusaaminen, käytösongelmat		haavoittuvuus
8. Tuleeko paljon konflikteja?	vahvuus	haavoittuvuus
9. Miten konfliktitilanteet sujuvat? Miten vanhempi toimii?	vahvuus	haavoittuvuus

III Lapsi koulussa

10. Viihtyykö lapsi koulussa?	vahvuus	haavoittuvuus
11. Miten hän pärjää koulussa? Läksyt?	vahvuus	haavoittuvuus
12. Pärjääminen koulutovereiden kanssa?	vahvuus	haavoittuvuus
13. Onko paljon poissaoloja tai myöhästymisiä?	vahvuus	haavoittuvuus
14. Vanhempien ja koulun yhteistyö	vahvuus	haavoittuvuus

IV Lapsi vapaa-aikana arkisin ja viikonloppuna

15. Mitä lapsen kanssa tehdään? Ilon aiheita?	vahvuus	haavoittuvuus
16. Onko lapsella harrastuksia?	vahvuus	haavoittuvuus
17. Miten lapsi tulee toimeen muiden lasten kanssa?		
Mitä lapset tekevät?	vahvuus	haavoittuvuus
18. Ruutu: tv, tietokonepelit, internet	vahvuus	haavoittuvuus

V Vanhemmuus ja kodin hoito

19. Miten kodin- ja lastenhoito sujuvat?	vahvuus	haavoittuvuus
20. Tuki puolisoilta	vahvuus	haavoittuvuus
21. Puolison mielenterveys- tai päihdeongelmat		haavoittuvuus
22. Miltä vanhemmuus tuntuu?	vahvuus	haavoittuvuus

Suositus

Suosittelaa vanhemmille, että he kertovat lapsen opettajalle, kouluterveydenhoitajalle ja/tai oppilashuollon työntekijälle kodin tilanteesta. Näin voidaan koulussa ottaa huomioon lapsen tilanne ja ymmärtää ja tukea häntä tarvittaessa. Koulun kanssa voidaan myös järjestää Neuvonpito. Se on tärkeää erityisesti silloin, kun lapsella on joko sosiaalisia tai opillisia vaikeuksia koulussa tai hänellä on tunneilta myöhästymisiä, poissaoloja ja kouluhaluttomuutta.

5 MURROS- JA NUORUUSIKÄ (noin 13 - 18 -vuotiaat)

Haavoittuvuuksien kohdalla kysytään, ovat asiat olleet aina näin, vai onko kyseessä muutos. Kysytään muutoksen ajankohdasta ja vanhempien näkemystä muutoksen syystä.

I Nuoren kuvailu. Minkälainen hän on?

1. Mieliala ja käyttäytyminen	vahvuus	haavoittuvuus
2. Onko nuoresta huolia? Minkälaisia?	vahvuus	haavoittuvuus
3. Oletteko hakeneet ja saaneet apua? Mistä?		

II Nuori kotona

4. Suhteet vanhempiin	vahvuus	haavoittuvuus
5. Entä siskoihin ja veljiin?	vahvuus	haavoittuvuus
6. Miten arkiasiat sujuvat kuten nukkuminen, syöminen	vahvuus	haavoittuvuus
7. Onko erityisiä käyttäytymisen tai tunne-elämän piirteitä, mm:		
• masennus, itsetuhoiset ajatukset/teot/puheet		haavoittuvuus
• ahdistus, pelot, pakko-oireet		haavoittuvuus
• keskittymättömyys, levottomuus		
• syömisen ongelmat, oksentelu		haavoittuvuus
• piittaamattomuus, uhmakkuus, päihteiden käyttö		haavoittuvuus
• eristäytyminen muista ihmisistä, erikoiset ajatukset/ puheet		haavoittuvuus
8. Tuleeko paljon konflikteja?	vahvuus	haavoittuvuus
9. Miten ne sujuvat? Vanhemman toiminta?	vahvuus	haavoittuvuus

III Nuori koulussa

10. Viihtyykö nuori koulussa?	vahvuus	haavoittuvuus
11. Miten hän pärjää koulussa? Läksyt?	vahvuus	haavoittuvuus
12. Pärjääminen koulutovereiden kanssa	vahvuus	haavoittuvuus
13. Onko poissaoloja ja/tai myöhästymisiä?	vahvuus	haavoittuvuus
14. Vanhempien ja koulun yhteistyö	vahvuus	haavoittuvuus

IV Nuori vapaa-aikana arkisin ja viikonloppuna

15. Onko perheellä yhteisiä toimintoja?	vahvuus	haavoittuvuus
16. Onko nuorella harrastuksia?	vahvuus	haavoittuvuus
17. Ruutu: tv, tietokonepelit, internet	vahvuus	haavoittuvuus
18. Miten nuori tulee toimeen muiden nuorten kanssa?		
Mitä he tekevät?	vahvuus	haavoittuvuus
19. Onko nuorella tulevaisuudensuunnitelmia?	vahvuus	haavoittuvuus

V Vanhemmuus ja kodin hoito

20. Miten kodin- ja lastenhoito sujuvat?	vahvuus	haavoittuvuus
21. Tuki puolisolta	vahvuus	haavoittuvuus
22. Puolison mielenterveys- tai päihdeongelmat		haavoittuvuus
23. Miltä vanhemmuus ylipäättään tuntuu?	vahvuus	haavoittuvuus

Suositus

Suosittelaa vanhemmille, että he kertovat nuoren opettajalle, kouluterveydenhoitajalle ja/tai oppilashuollon työntekijälle kodin tilanteesta. Näin voidaan koulussa ottaa huomioon nuoren tilanne ja ymmärtää ja tukea häntä tarvittaessa. Koulun kanssa voidaan myös järjestää Neuvonpito. Se on tärkeää erityisesti silloin, kun nuorella on joko sosiaalisia tai opillisia vaikeuksia koulussa tai hänellä on tunneilta myöhästymisiä, poissaoloja ja kouluhaluttomuutta.

Nuoren mielenterveys- ja käyttäytymisongelmat tulisi ottaa vakavasti ja niihin tulisi reagoida herkästi järjestämällä Neuvonpito nuorten mielenterveyspalveluja antavan yksikön kanssa.

LAPSET PUHEEKSI -AVUSTAVA LOKI

Perheen tunnus (nimi tms.) _____

ALUSTAVA KESKUSTELU: TYÖMENETELMÄN ESITTELY

Työntekijän asenne on tärkeä, kun hän alkaa puhua lapsista potilaan /asiakkaan kanssa. Työntekijän tulisi olla lämpimästi ja myönteisesti kiinnostunut lapsista. Lapset herättävät usein hymyn ihmisten kasvoille - potilaan lasten ei tulisi olla poikkeus. Jos työntekijä aloittaa keskustelun kasvot huolten uurtamina ja ääni painuksissa, viestittää se vanhemmalle, että työntekijä olettaa lapsille kuuluvan huonoa. Vanhempi voi silloin vetäytyä ja kokea itsensä ja lapsensa leimatuiksi jo etukäteen.

1. Lapset puheeksi -työskentelyn esittely: tarkoitus ja kulku

tehty

Osana normaalia tapaamista potilaalle kerrotaan mitä varten keskustellaan lapsista, mitä keskustelu pitää sisällään ja vastataan potilaan kysymyksiin.

"Olemme tavanneet jo jonkin aikaa, mutta emme ole puhuneet lapsista... Nyt ajattelin, että ensi kerralla/ tällä kerralla puhuttaisiin...Voi tuntua hullulta, mutta vasta viime aikoina on terveydenhuollossa huomattu, että monilla vanhemmilla on huolia lapsistaan, kun toinen vanhemmista kärsii mielenterveyden ongelmista... Joku miettii mitä lapset ovat huomanneet vanhemman vaikeuksista, toinen sitä, saavatko lapsetkin samoja oireita, ja usein vanhemmilla on huolia siitä, onko heidän vaikeutensa jotenkin vaikuttaneet lapsiin... Onko sinulla ollut tällaisia huolia?...Nyt ehdottaisin, että juteltaisiin näistä ja muista asioista, ja voitaisiin yhdessä miettiä, miten parhaiten toimia lasten kanssa / onko huoliin syytä ja mitä niiden kanssa voitaisiin tehdä. On myös olemassa asioita joita vanhemmat voivat itse tehdä tukeakseen lapsiaan... Miltä tämä tuntuu?"

Ehdottaisin, että tavattaisiin kaksi kertaa tämän asian puitteissa, tarvittaessa tietysti enemmänkin, mutta näin aluksi, kaksi kertaa. Ensimmäisellä olisi mukava vähän tutustua lapsiin. Keskityttäisiin siihen, minkälaisia teidän lapset ovat ja mitä lapsille kuuluu. Pohdittaisiin yhdessä heidän ilojaan ja surujaan. Jos sinulla on huolia lapsista, puhuttaisiin niistäkin. Toisella kerralla puhuttaisiin enemmän sitä, miten lapset ylipäänsä kokevat vanhemman ongelmat ja miten se on teidän perheessä. Juteltaisiin myös asioista, joita vanhemmat voivat tehdä tukeakseen lapsiaan. Miltä tämä tuntuu? "

Jos potilas arkailee ja tuntuu vastahakoiselta, voi hän pelätä lastensuojelutoimenpiteitä tai lasten joutumista potilaiksi.

"Olenko oikeassa, että tämä vähän arveluttaa sinua? En tiedä, mitä ajattelet, mutta joskus vanhemmat pelästyvät, että nyt heidän lapsensa otetaan heiltä pois tai että lapsistakin tehdään potilaita. Meidän tarkoitus on kuitenkin tulla vanhempien avuksi. Monet vanhemmat ovat pitkään olleet huolissaan lapsistaan, mutta eivät ole saaneet siihen mitään apua. Jos sitten teidän perhe hyötyisi jostain lisäpalveluista, mietitään sitäkin yhdessä ja yritetään se järjestää. "

2. Kutsutaan toinen vanhempi tai tukihenkilö mukaan

tehty

Sopivassa kohdassa ehdotetaan, että toinen vanhempi tulisi mukaan. Yksinhuoltajalta voidaan kysyä, onko hänellä ketään, jonka haluaisi mukaan, joku joka tukee häntä ja hänen lapsiaan (lapsen isovanhempi, vanhemman sisko tai veli, ystävä jne.)

Voit pyytää toisen vanhemman mukaan jos haluat. Monet ovat pitäneet sitä hyvänä.... kun molemmat vanhemmat ovat paikalla, ei tarvitse kotona yrittää muistaa mistä puhuttiin, ja molemmat voivat kysyä kysymyksiä ja tuoda esille omia näkemyksiään.

3. Oppaiden antaminen

tehty

Vanhemmille annetaan opasmateriaali. Jos perheessä on sopivan ikäinen lapsi, annetaan myös ”Käsikirja lapsille ja nuorille, joiden vanhemmilla on mielenterveyden ongelmia”.

4. Sovitaan ja kirjataan ensimmäisen keskustelun aika: _____

Lapsista keskustelu voi kuitenkin jatkua suoraan tästä, jos paikalla ovat ne henkilöt, jotka tulevat osallistumaan (yksinhuoltaja, joka ei halua muita mukaan; molemmat vanhemmat).

Muistiinpanoja:

Työn arviointi

1. Lasten ottaminen puheeksi meni: erittäin hyvin / melko hyvin / kohtuullisesti / melko huonosti / erittäin huonosti
2. Työskentelyn tarkoituksen ja kulun selittäminen meni: erittäin hyvin / melko hyvin / kohtuullisesti / melko huonosti / erittäin huonosti
3. Yhteistyöilmapiiri oli: erittäin myönteinen / melko myönteinen / neutraali / melko negatiivinen / erittäin negatiivinen
4. Vanhempi oli: erittäin motivoitunut / melko motivoitunut / jonkin verran motivoitunut / hyvin vähän motivoitunut / ei ollenkaan motivoitunut

ENSIMMÄINEN KESKUSTELU

I Tutustuminen ja työmenetelmän esittely

1. Menetelmän esittely

tehty

Käydään läpi työskentelyn tarkoitus ja menetelmän kulku ja periaatteet lyhyesti tai perusteellisesti, jos toinen vanhempi ei ole sitä kuullut työntekijältä.

2. Ensimmäisen istunnon tarkoitus

tehty

Esim. Meidän tarkoitus on nyt tällä kertaa miettiä teidän kanssa yhdessä lasten elämää kotona, päivähoitossa/ koulussa ja kavereitten ja harrastusten parissa. Mietitään sekä asioita joissa menee hyvin, että asioita jotka ovat lapselle vaikeita. Jos lapsesta on jotain erityistä huolta, mietitään sitäkin yhdessä, ja katsotaan mitä voitaisiin tehdä. Voitte myös puhua muista perheeseen liittyvistä huolista (taloudelliset huolet, toisen vanhemman mielenterveysongelma jne.)

3. Perherakenne

tehty

Käydään läpi perherakenne, keitä ovat vanhemmat, lasten nimet ja iät, asumisjärjestelyt ja huoltajuus

4. Jos työntekijä ei tunne vanhempia, on tässä vaiheessa hyvä tutustua potilasvanhemman ongelmiin ja oireisiin ja myös toisen vanhemman kokemuksiin näistä. Kysely oireista viedään arkisiin tilanteisiin.

tehty

Esim. jos potilas kertoo olevansa jatkuvasti väsynyt, kysytään jaksako hän nousta sängystä, pukea päälleen, käydä töissä, nukkuuko hän kaikki iltapäivät ja illat jne. Tämä siksi, että työntekijä saa kuvan siitä, miten oireet näkyvät perheen arkielämässä ja mitä lapset ovat nähneet ja kokeneet.

II Lapsen kehityksen ja elämän tilanteen kartoitus yhdessä vanhemman / vanhempien kanssa.

5. Selitetty työskentelytapa ja mitä vahvuus ja mitä haavoittuvuus tarkoittavat

tehty

*Tarkoitus olisi, että yhdessä kävisimme läpi jokaisen lapsen elämää kotona ja kodin ulkopuolella ja mieltisimme, mitkä asiat ovat lapsen vahvuuksia ja missä asioissa hän on erityisen herkkä tai haavoittuvaksi kun on vaikeata. Merkitsen nämä asiat tähän lo-
kikirjaan. Sitten voimme miettiä, miten te vanhemmat voitte tukea lasta vahvuuksissa ja mitä voisitte tehdä haavoittuvuuksien kohdalla. Miltä tämä tuntuu?*

6. Kartoitus ks. ikäkausikohtaiset liitteet

tehty

III Keskustelun päätös ja seuraava tapaaminen

7. Vanhemman kokemukset istunnosta

tehty

Keskustelimme lapsista... miltä keskustelu tuntui?

8. Seuraavan keskustelun aihe ja ajankohta

tehty

*Seuraavassa tapaamisessa keskustellaan enemmän lasten kokemuksista vanhemman mielenterveydenhäiriöistä, käytetään apua Opaskirjasta... mietitään miten ne asiat koskevat teidän perhettä. Sitten vedetään asiat yhteen ja mietitään miten voitte parhaiten tukea lapsia ja voisitteko hyötyä jostain lisäpalveluista.***Muistiinpanoja**

Työn arviointi

1. Tutustuminen ja työmenetelmän esittely meni
2. Lapsen / lasten elämäntilanteen kartoitus meni
3. Yhteistyöilmapiiri oli
4. Vanhempi (vanhemmat) oli

TOINEN KESKUSTELU

Tämän istunnon teemoja on vaikea laittaa tiettyyn järjestykseen, koska ne lomittuvat luontaisesti keskenään perheestä ja lasten tilanteesta riippuen. Tieto-osuuksien kohdalla keskustelu voi laajentua välittömästi tiettyihin lapsen ongelmiin, jolloin asia tulee keskusteltua aikaisemmin kuin mitä lokissa on esitetty. Mitä enemmän kokemusta työntekijällä on, sitä enemmän voi antaa keskustelun aiheiden lomittua.

I Edellinen tapaaminen ja tämän istunnon tarkoitus

1. Edellisen tapaamisen jälkeiset tunnelmat **tehty**
Minkälaisia ajatuksia / keskusteluja / tunnelmia teillä oli kotona....?

Jos kokemus on ollut negatiivinen, pohditaan yhdessä mistä se on voinut johtua. On ymmärrettävää, jos vanhempi kertoo ahdistuneensa joistakin teemoista, mutta kokonaisuudessaan hänen olisi pitänyt myös saada lohtua ja optimismia. Jos näin ei ole käynyt, on työntekijä ehkä tuonut liian vähän esille toimintamahdollisuuksia ja lapsen ja perheen vahvuuksia. Työntekijän on oltava valmis myös myöntämään omia puutteitaan. *"Voi olla, että en tuonut tarpeeksi esille sitä, että vaikka ongelmia on, on myös mahdollisuuksia auttaa lasta"*. On oltava myös herkkänä sille, että masentuneella vanhemmalla on taipumus kokea asiat raskaina ja syyttää itseään.

2. Toisen keskustelun tarkoitus lyhyesti **tehty**
Tarkoituksena on puhua vanhemman ongelmien vaikutukseen perheessä sekä yleisesti, että mieltä teidän perhettä.

II Keskinäinen ymmärrys ja puhumisen periaatteet

3. Seurataan vanhempien aloitetta ja kudotaan vähitellen keskusteluun mukaan alla olevat teemat. **tehty**
Oletteko lukeneet vanhemmille tarkoitetun oppaan? Onko jotain josta haluaisitte nyt aloittaa?
4. Ongelmista puhuminen kantavana ideana: miltä se tuntuu? (ks. Miten autan lastani, sivut 26- 27) **tehty**
Oppaassa on punaisena lankana ongelmista puhumisen ajatus. Mitä siitä ajattelette... meillähän ei ole ollut tapana puhua mielenterveyden ongelmista, ei ainakaan lasten kanssa..?
5. Tietoa: Keskinäinen ymmärrys on lasta suojaava tekijä. (ks. Miten autan lastani, mm. sivut 4- 6) **tehty**

Vanhemman muuttunut käyttäytyminen on hämmentävää, vaikea ymmärtää, lapsi jää huolinensa yksin kun ei voi kysyä niistä, voi syntyä pahojakin väärinkäsityksiä (esim. oma syyllisyys)

6. Tietoa: lasten tavoista ymmärtää vanhemman oireita (ks. sivut 4-5) **tehty**

Lapsi ymmärtää sen mukaan, mitä hän näkee ja kokee. Esimerkkejä:

Jos vanhempi ei jaksa olla lapsen kanssa, voi lapsi ajatella että vanhempi ei halua olla hänen kanssaan, ei tykkää hänestä, ei viihdy hänen seurassaan.

Jos vanhempi on jatkuvasti vihainen lapselle, voi lapsi kokea, että hän on paha, huono, eikä osaa tehdä mitään oikein.

Jos vanhempi ei jaksa valvoa murrosikäisen menoja, vaan nuori saa liikkua missä tahansa, voi nuori tulkita sen välipitämättömyydeksi "minulla ei ole väliä" ja alkaa ehkä käyttäytyä sen mukaisesti.

Jos vanhempi pelkää mennä ulos, kieltäytyy tapaamasta ihmisiä, voi myös lapsi alkaa kokea ulkomaailman uhkaavana

7. Onko vanhemman häiriöstä puhuttu kotona ja miten? **tehty**

Miten vanhemmat ovat kuvanneet / nimenneet ongelman, miltä tuntui, onko jotain kysyttävää?

Mitä lapset ovat sanoneet, (jokainen lapsi erikseen), miten suhtautuneet? Ovatko lapset kysyneet jotain? Miten vanhemmat ovat vastanneet?

8. Tietoa: puhumisen tavoista ja periaatteista (ks. sivut 26 - 27) **tehty**

Lapsille puhuminen on uusi asia, mutta olemme jo jotain oppineet siitä, mitä asioita pitäisi ottaa huomioon, kun lasten kanssa keskustellaan.

- *otetaan lapsen ikä huomioon (tapa ajatella, tapa ilmaista asioita)*
- *selvitetään asioita, joita lapset ovat nähneet, kuulleet, aistineet, ts. itse kokeneet tavalla tai toisella*
- *aina, kun ongelmista puhutaan, on osoitettava tie eteenpäin, esim. "Minulla on vaikeuksia, mutta käyn hoidossa".*

III Erityisiä esille otettavia asioita: Tiedoksi ja pohdittavaksi

Otetaan esille, jos eivät ole vielä tulleet puheeksi

9. Lasten kokema syyllisyys ja sen purkaminen (sivu 5 ja 16) **tehty**

Hyvin usein lapset syyttävät tavalla tai toisella itseään vanhemman ongelmista, miten lienee teillä... joskus vanhempikin hermostuessaan on sanonut että en enää jaksa tei-

tä... niinpä monet vanhemmat ovat päätyneet sanomaan lapsilleen joka tapauksessa, että ongelmat eivät johdu lapsista.

10. Vanhemman impulssikontrollin vaikeudet (sivut 14 -16)

tehty

Jos vanhemman oireisiin kuuluu impulssikontrollin heikkous, hän voi suuttua kohtuuttomasti pienistä asioista. Se on lapsille usein erittäin vaikeaa, mutta vanhempi voi selittää omaa tilannettaan lapsille ja selittää, ettei lapsi ole syypää. Samalla on selvitetävä, onko kotona väkivaltaa.

11. Lapsille tietoa vanhemman hoidosta (sivu 25)

tehty

Joskus lapset uskovat että he voivat saada vanhempansa entiselleen olemalla kilttejä ja avuliaita. Se voi johtaa vanhemman tarkkailemiseen ja jatkuvaan varuillaan oloon. On hyvä sanoa lapselle, että vanhempi on hoidossa, niin ettei lapsen tarvitse olla siitä huolissaan eikä ajatella, että vanhemman vointi on riippuvainen hänestä. Tarpeen mukaan voi lapselle myös sanoa, että hän saa panna hanttiinkin!

12. Pelot vanhemman voinnista ja avioerosta

tehty

(Lasten ja nuorten käsikirja, sivut 36 - 43)

13. Kodin ja lastenhoidon sujuminen. (Sivut 17-19)

tehty

Tämä aihe on saatettu jo käsitellä 1. istunnossa, jolloin sen voi ohittaa. "Tästä puhuttiinkin jo viime kerralla, ja kotiasiat tuntuivat sujuvan teillä ok./ Te olitte vähän huolissanne, että Minna taitaa tehdä vähän liikaa kotitöitä. Mietittäisiinkö, miten Minnan tilannetta voitaisi auttaa..."

Työntekijän tulee ehdottaa vanhemmille vaihtoehtoisia malleja, jos lapset ovat liian rasitettuja. Kotityöt tulisi jakaa kaikkien kesken ottaen huomioon lasten ikä ja tarve omiin toimiin ja vapaa-aikaan. Kokonaisvastuun tulisi olla aikuisella. Tarvittaessa tulisi pyytää kodinhoitoapua kunnan sosiaalitoimesta tai mahdollisuuksien mukaan sukulaisilta ja ystäviltä tai palkata ulkopuolinen työntekijä.

14. Lapsen sosiaalinen elämä kodin ulkopuolella (sivut 28 -31)

tehty

Tämä aihe on saatettu käsitellä jo 1. istunnossa, jolloin se vain muistutetaan mieleen. Perheen ulkopuolinen maailma aikuisineen, lapsineen ja erilaisine toimintoineen on suojaava tekijä lapsen elämässä, kun omassa perheessä on vaikeuksia. Olisi hyvä, jos vanhemmat kannustaisivat lasta omiin ystävyksiin ja menoihin. Myös päivähoito ja koulu ovat tärkeitä.

15. Esimerkkinä yksi vanhemman oire

tehty

"Mietittäisiinkö nyt yhdessä jotain oiretta/asiaa, josta haluaisitte lasten kanssa keskustella...miten siitä voisi puhua..." Olisi hyvä valita joku melko neutraali ongelma, ei ainakaan kaikista vaikein.

IV Lapsen tukeminen (jokainen lapsi erikseen)

"Olemme nyt jutelleet vanhemman mielenterveyden ongelmien vaikutuksista lapsiin sekä yleisesti että liittyen teidän perheeseen, ja viime kerralla puhuttiin erityisesti lapsista. Tehtiin yhdessä arvioita siitä, mitä vahvuuksia ja haavoittuvuuksia lapsilla oli. Nyt voitaisiin käydä läpi jokaisen lapsen kohdalla sekä vahvuudet että haavoittuvuudet ja miettiä, mitä niissä voisi tehdä. "

Jos joku asia on käsitelty jo aikaisemmin, voidaan se ohittaa. Jos se on tärkeä, voidaan se mainita muistin tueksi.

16. Vahvuudet

tehty

Otetaan esille lapsen ikäkausilomake ja käydään läpi lapsen vahvuudet ja pohditaan niiden tukemista

17. Haavoittuvuudet

tehty

Mietitään, miten lasta voisi näissä asioissa auttaa: vanhempi itse, perheen ja lapsen sosiaalinen verkosto (esim. ystävän vanhemmat, opettaja, päivähoitaja), muut palvelut

18. Neuvonpidon ja palvelujen tarve

tehty

Lapset puheeksi - Neuvonpito suositellaan järjestettäväksi hyvin pienellä kynnyksellä, jolloin se toimii ennaltaehkäisevänä. Neuvonpito voidaan järjestää lapsen sosiaalisen verkoston aktivoimiseksi tai lapsen ongelmien vuoksi. Voi esimerkiksi ilmetä, että lapsella menee muuten hyvin, mutta hänellä ei ole ystäviä ja harrastukset ovat jääneet. Toisin sanoen, lapsen suojaavat rakenteet kodin ulkopuolella ovat hatarat, jolloin neuvonpito toimii niiden tukevoittamiseksi

Jos työntekijä on huolissaan lapsesta, mutta vanhemmat eivät näe aiheutta Neuvonpitoon tai muihin toimenpiteisiin, on suositeltavaa konsultoida tarpeen mukaan lasten- tai nuorisopsykiatrasta yksikköä, perheneuvolaa tai lastensuojelua ilman perheen nimeä. Puhelusta on hyvä kertoa vanhemmille etukäteen ja myös sen tuloksista.

Minä jäin miettimään sitä, että Minna tuntuu vähän vetäytyvältä koulussa. Voitte hyvin olla oikeassa siinä, että asia on ok, mutta ... ajattelin, jos kuitenkin soittaisin meidän lasten puolen psykiatrille/psykologille ja kysyisin, mitä mieltä hän on. En ajatellut kertoa, kenestä on kysymys, vaan kysellä noin yleisesti tämäntapaisesta tilanteesta... kun itselläni ei kuitenkaan ole sen alan koulutusta. Kerron sitten teille, mitä hän sanoi.

19. Kerrotaan mitä palveluja on olemassa, jos sellainen tilanne tulee

tehty

20. Neuvonpidon valmistelu

Selitetään Neuvonpidon tarkoitus ja kulku
Sovitaan keskustelun sisällöstä

tehty

tehty

Sovitaan kutsuttavat henkilöt ja kutsujat
Sovitaan ja kirjataan päivämäärä

tehty

Vanhempien kanssa keskustellaan neuvonpitoon kutsuttavista henkilöistä. Jos halutaan aktiivoida lapsen sosiaalista verkostoa, voidaan kutsua isovanhemmat, lapsen ystävän vanhemmat, opettaja/päivähoitaja, ja mietitään, miten itse kukin voi tukea lasta. Jos taas kyseessä on lapsen ongelmat, kutsutaan paikalle lasten lähipiiriin lisäksi lasten mielenterveystyön asiantuntija. Sovitaan, kuka kutsuu kenet.

V Tapaamisen lopetus

21. Onko vielä jotain kysyttävää?

tehty

22. Miltä keskustelu on tuntunut? Millä mielellä vanhemmat nyt ovat?

tehty

23. Jatkosta sopiminen: Kannustetaan vanhempia puhumaan lapsista aina tarvittaessa, sekä ilojen että huolien yhteydessä.

tehty

Muistiinpanoja:

Työn arviointi

1. Teema "Keskinäinen ymmärrys ja puhumisen periaatteet" meni:
2. Teema "Erityiset esille otettavat asiat" meni:
3. Teema "Lasten tukeminen" meni:
4. Neuvonpidon valmistelu meni:
5. Yhteistyöilmapiiri oli:
6. Vanhempi (vanhemmat) oli:

LAPSEN ELÄMÄNTILANTEEN KARTOITUS ERI IKÄVAIHEISSA

1 RASKAUDEN AIKA

Raskausaikana on kasvamisen, kehittymisen ja valmistautumisen aikaa: sikiö kasvaa ja kehittyy ollakseen valmis elämään äidin kohdun ulkopuolella, vanhemmat valmistautuvat uuden perheenjäsenen tuloon ja ensimmäisen lapsen kyseessä ollen, vanhemmuuteen. Odottavan äidin ja isän elämäntilanne ja heidän kokemuksensa vauvan odottamisesta luovat pohjaa tulevalle vanhemmuudelle.

Haavoittuvuuksien kohdalla kysytään, ovat asiat olleet aina näin, vai onko kyseessä muutos. Kysytään muutoksen ajankohdasta ja vanhempien näkemystä muutoksen syystä.

Vahvuus = asiat sujuvat, ei ongelmia; Haavoittuvuus = heikot tukirakenteet, huolia

- | | | | |
|----|--|---------|---------------|
| 1. | Äidin kokemus raskaudesta ja vauvan odottamisesta
<i>iloa, tyytyväisyyttä, kohtuullista huolta lapsen terveydestä... pelkoja, haluttomuutta, syyllisyyttä ... välinpitämättömyyttä ... ylenmääräinen huoli lapsen terveydestä ... toive/ haave raskauden keskeytymisestä, ei-toivottu raskaus</i> | vahvuus | haavoittuvuus |
| 2. | Isän kokemus
<i>ks. yllä</i> | vahvuus | haavoittuvuus |
| 3. | Onko vanhemmilla huolia? | vahvuus | haavoittuvuus |
| 4. | Onko raskauskomplikaatioita
<i>Vauva ei kasva, äidillä verenpainetta, korkeat sokerit jne. Raskauskomplikaatiot voivat olla erityisen raskaita psyykkisistä ongelmista kärsivälle äidille tai isälle.</i> | vahvuus | haavoittuvuus |
| 5. | Äidin ajatukset tulevasta vanhemmuudesta
<i>luottavainen, ajoittainen epävarmuus... pelko ja usko ettei selviä, tulevaisuus näyttyy synkkänä, vauva pelottavana... välinpitämättömyys, haluttomuus ajatella lapsen syntymää, halu luopua lapsesta</i> | vahvuus | haavoittuvuus |
| 6. | Isän ajatukset tulevasta vanhemmuudesta
<i>ks. yllä</i> | vahvuus | haavoittuvuus |
| 7. | Parisuhteen tilanne ja tuki puolisoilta
<i>Puolisot odottavat vauvaa yhdessä, työnjakoa toteutettu ja suunniteltu... ei tukea toinen toiselta, torjuntaa, puoliso paljon poissa, erouhka, ero meneillään</i> | vahvuus | haavoittuvuus |
| 8. | Puolison mielenterveys- tai päihdeongelmat | | haavoittuvuus |

2 VAUVAIKÄ JA TAAPEROIKÄ (syntymästä noin 3- vuotiaaksi)

Vauvan ensimmäinen haaste on rakentaa suhteet läheisiin ihmisiin ja oppia vähitellen säätämään ruumiin ja mielen toimintoja. Taaperoikäinen kokeilee jo omaa tahtoa ja omia rajojaan. Vaikeuksissa oleva lapsi on passiivinen, ponneton ja iloton tai kitisevä ja tyytymätön. Kanssakäyminen ei tunnu tuottavan iloa lapselle. Itku voi olla herkässä, uni ja syöminen eivät löydä rytmiään tai voivat häiriintyä. Taapero voi olla jatkuvasti pahalla päällä. Lapsi voi myös olla takertuvainen eikä laskisi vanhempia pois näköpiiristään.

Haavoittuvuuksien kohdalla kysytään, ovat asiat olleet aina näin, vai onko kyseessä muutos. Kysytään muutoksen ajankohdasta ja vanhempien näkemystä muutoksen syystä.

I Lapsen kuvailu. Minkälainen lapsi hän on?

1. Lapsen mieliala ja käyttäytyminen vahvuus haavoittuvuus
iloinen, tyytyväinen, hymyilevä, rauhallinen... vaativa, jatkuvasti liikkeessä, itkeskelee, tyytymätön, pitkästynyt, turhautunut. Vauvan koliikkivaihe ja -itku voivat olla ylivoimaisia asioita psyykkisesti sairaalle vanhemmalle, samoin lapsen uhmavaiheet.
2. Onko teillä huolia lapsesta? vahvuus haavoittuvuus
3. Onko haettu ja saatu apua? Mistä? Neuvolasta? _____

II Vauva/taapero kotona

4. Seurusteleeko lapsi mielellään vanhempien kanssa? vahvuus haavoittuvuus
jokeltaa, ilahtuu, nauttii sylissä olostaa, haluaa puuhata perheenjäsenten kanssaon mieluummin itsekseen, ei halua olla sylissä. Jos vanhempi sanoo, että vauva on 'kiltti' ja viihtyy pitkään itsekseen, voi kyseessä olla vauva, joka on jäänyt paljon yksin. Jos 'kiltteys' johtuu tästä, on vauva myös passiivinen, ei hymyile paljoa, ei osoita innostusta kun vanhempi tulee paikalle. Jos taas on kyse lapsesta, joka viihtyy myös itsekseen, hän on myös iloinen, hymyilevä, jokelteleva, kontaktinhaluinen saadessaan seuraa.
5. Entä siskojen ja veljien kanssa? vahvuus haavoittuvuus
6. Mitä lapsen kanssa tehdään? Ilon aiheita?
nautitaan yhdessäolosta, vaippojen vaihdosta, leikitään, mennään pihalle tai puistoon leikkimään kavereiden kanssa, ...lapsi on paljon itsekseen, katsoo tv:tä
7. Miten ruokaileminen sujuu? vahvuus haavoittuvuus

Ei ongelmia ja vanhempi ja lapsi nauttivat syömistilanteista... syömistilanteet ovat stressaavia molemmille.

8. Miten sujuu nukkuminen? vahvuus haavoittuvuus
Lapsi on koko ajan säännöllisempi, nukkuu pitempiä jaksoja... vauva on epä-säännöllinen, nukkuu lyhyitä jaksoja, itkeskelee yöllä, vaatii jat-vanhemman kuvasti vierelleen. Saako vanhempi riittävästi unta?
9. Tuleeko stressitilanteita? vahvuus haavoittuvuus
esim. vauvalla koliikki-itkua, taaperolla raivareita? Ei erityisiä stressitilanteita, taape-ro on joustava, tottelee kohtuullisesti... koettelee vanhempien rajoja ja saa raivarin sil-loin tällöin, mutta sopeutuu... vauvalla pitkiä itkuvaiheita iltaisin, taaperolla pitkään kestäviä raivareita, ei tyynny vanhempien yrityksistä
10. Miten vanhempi jaksaa lapsen itkun, kiukun, tahdon ilmaisut? vahvuus haavoittuvuus
ei erityisiä vaikeuksia, vanhempi hallitsee tilanteen, osaa hakea apua puolisolta tms. ... eristäytyminen, kontaktin katkaisu... pelko oman kontrollin menetyksestä.... lapsen kovakourainen käsittely, ravistaminen, lyöminen, tukistaminen, heittäminen sängylle, huutaminen...

III Lapsi päivähoidossa ja muiden lasten kanssa

11. Viihtyykö lapsi päivähoidossa? vahvuus haavoittuvuus
meneekö mielellään, kertooko päivän tapahtumista, tulee kotiin mielellään?
12. Onko päivähoidossa joku läheinen aikuinen? vahvuus haavoittuvuus
joku johon lapsi turvautuu, jonka kanssa haluaa olla, josta puhuu... ei ole ketään
13. Sujuvatko päivän toimet? vahvuus haavoittuvuus
ruokailu, pukemis- ja riisumistilanteet, wc
14. Onko lapsella ystäviä, leikkiikö hän muiden kanssa? vahvuus haavoittuvuus
on ystäviä, leikkiminen sujuu... ei ystäviä, tulee konflikteja tai eristäytyy ... ei pärjää ryhmätilanteissa
15. Vanhempien ja päivähoidon yhteistyö vahvuus haavoittuvuus

IV Vanhemmuus ja kodin hoito

16. Miten kodin- ja lastenhoito sujuu? vahvuus haavoittuvuus

17. Tuki puolisolta vahvuus haavoittuvuus
*Puolisot tukevat toisiaan, tulevat toistensa avuksi, töitä jaetaan...
 ei yhteistyötä vaan torjuntaa, syyttelyä, yksin jääminen... eroajatuksia, ero meneillään*
18. Puolison mielenterveys- tai päihdeongelmat haavoittuvuus
*Onko toisella vanhemmalla ongelmia - uupumusta, päihteiden käyttöä... onko hän
 hoidossa, jos ei, hänet on ohjattava hoitoon*
19. Miltä vanhemmuus ylipäättään tuntuu? vahvuus haavoittuvuus
*Olemme puhuneet lapsista pitkään, monelta kantilta ja aika alkaa olla lopullaan. Ihan
 viimeksi kysyisin, miltä vanhemmuus ylipäättään tuntuu? Tuottaa iloa, on luottavainen
 olo,... stressaavaa, voimat vähissä, ... pelko väkivallasta*

Suositus

Joka kerta kun raskaana oleva tai pienen lapsen äiti tai isä tulee tutkimuksiin ja hoitoon mielenterveysongelman takia, tulisi ehdottaa Neuvonpitoa äitiys- tai lastenneuvolan kanssa, jotta neuvola tietäisi erityisesti tukea tätä perhettä ja lasten kehitystä ja jotta yhdessä mietittäisiin tukitoimia.

Jos keskustelussa ilmeni haavoittuvuuksia, on Neuvonpito erityisen tärkeä ja siihen tulisi pyytää myös vauvaperhetyön asiantuntija, mikäli se on mahdollista. Perhe saattaa hyötyä myös pikkulapsipsykiatrisista palveluista.

3 LEIKKI-IKÄ (noin 4-6- vuotiaat)

Leikki-ikäinen on luovassa elämänvaiheessa. Puheet, leikit ja tunteet eivät tunne rajoja, ollaan välillä mahtavia jättiläisiä ja välillä sylivauvoja. Lapsi kyselee kaikesta näkemästään, on kiinnostunut ja haluaa kokeilla. Hän nauttii kaveriseurasta ja pyytää myös vanhempaa seurakseen.

Vaikeuksissa oleva lapsi ei oikein jaksa leikkiä, ei keksi mitä tekisi, marisee ja nyhjä vanhemmasa kiinni. Lapsi voi olla alakuloinen ja itkuinen. Hänellä voi olla uni- ja ruokailuvaikeuksia, ehkä vaikeuksia WC-asoiden hoitamisessa ja pukemisessa. Vanhemmista eroaminen voi olla ahdistavaa. Hän voi olla jatkuvasti kiukkuinen ja pahantuulinen ja tehdä pahaa pienemmille. Huomattavaa kuitenkin on, että kaikki lapset ovat välillä alakuloisia tai pahalla tuulella. Vasta kun joku käyttäytymisen tai tunne-elämän ongelma alkaa hallita lapsen elämään, on kyseessä erityistä huolta aiheuttava asia.

Sekä lapsen uhmakkuus että takertuminen ovat erityisen vaikeita psyykkisesti sairaalle vanhemmalle. Sitä vastoin lapsen vetäytyminen voi olla helpottavaa, joten sitä ei vanhempi ehkä osaa pitää ongelmana. Näin ollen on osattava kysyä myös vetäytymisestä.

Haavoittuvuuksien kohdalla kysytään, ovat asiat olleet aina näin, vai onko kyseessä muutos. Kysytään muutoksen ajankohdasta ja vanhempien näkemystä muutoksen syystä.

I Lapsen kuvailu. Minkälainen lapsi hän on?

1. Lapsen mieliala ja käyttäytyminen vahvuus haavoittuvuus
iloinen, tyytyväinen, eloisa, leikkivä... vaativa, jatkuvasti liikkeessä, itkeskelee, tyytymättöm, pitkästynyt, turhautunut, roikkuu hameen helmassa tai eristäytyy
2. Onko teillä huolia lapsesta? vahvuus haavoittuvuus
3. Onko haettu ja saatu apua? Mistä? _____

II Lapsi kotona

4. Seurusteleeko lapsi mielellään vanhempien kanssa? vahvuus haavoittuvuus
lapsi nauttii vanhemman seurasta, ilahtuu vanhemmasta, juttelee, jakaa kokemuksiaan, nauttii sylissä olostsa, haluaa puuhata perheenjäsenten kanssaon mieluummin itsekseen tai yhdessäolo ajautuu jatkuvasti konfliktiin
5. Entä siskojen ja veljien kanssa? vahvuus haavoittuvuus
lapset viihtyvät toistensa seurassa, leikkivät yhdessä, jonkin verran riitoja, jotka sovitetaan ... lapset riitelevät jatkuvasti, lapsi kiusaa toista heti kun silmä välttää tai tulee kiusatuksi

6. Mitä lapsen kanssa tehdään? vahvuus haavoittuvuus
mennään pihalle tai puistoon leikkimään kavereiden kanssa, leikitään kotona, tehdään yhdessä kotitöitä... lapsi on itsekseen, katsoo paljon tv:tä
7. Nauttiiko lapsi leikkimisestä? vahvuus haavoittuvuus
leikkii itsekseen ja muiden kanssa, leikkii roolileikkejä (antaa nukeille, autoille, ötököille rooleja ja tehtäviä) ei leiki, pitkästy, ei keksi tekemistä
8. Miten sujuvat ruokaileminen, nukkuminen, pukeminen, WC-asiat? vahvuus haavoittuvuus
Ei ongelmia ja vanhempi ja lapsi nauttivat syömistilanteista... syömistilanteet ovat stressaavia molemmille.
9. Tuleeko paljon konflikteja? vahvuus haavoittuvuus
lapsi on joustava, tottelee kohtuullisesti... koettelee vanhempien rajoja ja saa raivarin silloin tällöin, mutta sopeutuu... lapsi on uhmakas, ei anna periksi, saa raivareita jotka jatkuvat pitkään.
10. Miten konfliktitilanteet sujuvat? vahvuus haavoittuvuus
vanhempi hallitsee tilanteen, osaa hakea apua puolisoilta tms. ... eristäytyminen, kontaktin katkaisu... lapsen kovakourainen käsittely, ravistaminen, lyöminen, tukistaminen, heittäminen sängylle, huutaminen... pelko oman kontrollin menetyksestä

III Lapsi päivähoidossa ja muiden lasten kanssa

11. Viihtyykö lapsi päivähoidossa? vahvuus haavoittuvuus
meneekö mielellään, kertooko päivän tapahtumista, tulee kotiin mielellään?
12. Onko päivähoidossa läheinen aikuinen? vahvuus haavoittuvuus
joku tai useita, joihin lapsi turvautuu, joiden kanssa haluaa olla, joista puhuu... ei ole ketään
13. Sujuvatko päivän toimet? Mitä päivähoitotyöntekijät kertovat? vahvuus haavoittuvuus
ruokailu, pukemis- ja riisumistilanteet, wc.
14. Onko lapsella ystäviä ja leikkiikö hän muiden kanssa? vahvuus haavoittuvuus
on ystäviä, leikkiminen sujuu... ei ystäviä, tulee konflikteja tai eristäytyy... ei pärjää ryhmätilanteissa
15. Vanhempien ja päivähoidon yhteistyö vahvuus haavoittuvuus

IV Vanhemmuus ja kodin hoito

- | | | |
|--|---------|---------------|
| 16. Miten kodin- ja lastenhoito sujuvat? | vahvuus | haavoittuvuus |
| 17. Tuki puolisolta | vahvuus | haavoittuvuus |
| <i>Puolisot tukevat toisiaan, tulevat toistensa avuksi, töitä jaetaan... ei yhteistyötä vaan torjuntaa, syyttelyä, yksin jääminen... eroajatuksia, ero meneillään</i> | | |
| 18. Puolison mielenterveys- tai päihdeongelmat | | haavoittuvuus |
| <i>Onko toisella vanhemmalla ongelmia - uupumusta, päihteiden käyttöä... onko hän hoidossa, jos ei, hänet on ohjattava hoitoon</i> | | |
| 19. Miltä vanhemmuus ylipäättään tuntuu? | vahvuus | haavoittuvuus |
| <i>Olemme puhuneet lapsista pitkään, monelta kantilta ja aika alkaa olla lopullaan. Ihan viimeksi kysyisin, miltä vanhemmuus ylipäättään tuntuu? ...tuottaa iloa, on luotavainen olo... stressaavaa, voimat vähissä ... pelko väkivallasta</i> | | |

Suositus

Vanhemmaa suositellaan aina kertomaan neuvolassa, että hänellä on mielenterveysongelmia. Jos ilmeni haavoittuvuuksia, ehdotetaan neuvolan kanssa Neuvonpitoa, jotta neuvola osaisi tukea vanhempia ja seurata tarkemmin lapsen kehitystä. Tarvittaessa pyydetään mukaan lastenpsykiatrian tai perheneuvolan edustaja arvioimaan lapsen tutkimusten ja lisätuen tarvetta.

4 KOULUIKÄ MURROSIKÄÄN ASTI (noin 7-12-vuotiaat)

Koulu on lapselle valtava uusi aluevaltaus ja haaste monine aikuisineen ja kymmenine jollei satoine lapsineen. Tavallisesti kehittynyt koululainen on innokas, utelias ja halukas erilaisiin sosiaalisiin tilanteisiin, ainakin aikuisen tuella. Koulunkäynti maistuu, vaikka aika ajoin voi tuntua tympeältä. Konfliktitilanteita syntyy, mutta niistä selvitään. Ystäväpiiri kasvaa, ystävyudet syvenevät ja elämänpiiri laajenee kotinurkilta kauemmas. Alkaa syntyä erilaisia itsenäisiä harrastusmuotoja.

Ahdistunut ja masentunut koululainen: alakuloinen, kiukuttelee ja itkee herkästi, haluton, ei jaksakaan läksyjä, pahalla tuulella ja ärtynyt, pelkoja, univaikeuksia, kouluhaluttomuutta, eristäytymistä, yksinäisyyttä, kuolemapuheita

Käyttäytymisen ongelmat: uhmakas, ärtynyt, määräälee ja kiusaa muita, ikään kuin hakeutuu konflikteihin, ei välitä vaarasta. Muita erityisiä käyttäytymisen piirteitä, kuten pakonomaiset toimet tai rituaalit, ruokailun ongelmat jne.

Sekä lapsen uhmakkuus ja kiukku että takertuminen ovat erityisen vaikeita psyykkisesti sairaalle vanhemmalle. Sitä vastoin lapsen eristäytyminen voi olla helpottavaa, joten sitä ei vanhempi ehkä osaa pitää ongelmana. Näin ollen on osattava kysyä myös eristäytymisestä. On kysyttävä myös kovakouraisesta kurinpidosta, koska impulssikontrollin puute on osa useita mielenterveyden häiriöitä.

Haavoittuvuuksien kohdalla kysytään, ovat asiat olleet aina näin, vai onko kyseessä muutos. Kysytään muutoksen ajankohdasta ja vanhempien näkemystä muutoksen syystä.

I Lapsen kuvailu. Minkälainen lapsi hän on?

- | | | |
|---|---------|---------------|
| 1. Lapsen mieliala ja käyttäytyminen | vahvuus | haavoittuvuus |
| <i>hyväntuulinen, myönteinen, kiinnostunut, on omaa tahtoa mutta myös joustavuutta... alakuloinen, itkeskelevä, ei luota itseensä... ärtynyt, kiukutteleva, pitkästyntynyt, ei jaksakaan keskittyä ... vetäytyy itsekseen, ei puhu asioistaan... pyrkii olemaan aina ulkona</i> | | |
| 2. Onko lapsesta huolia? | vahvuus | haavoittuvuus |
| 3. Onko haettu ja saatu apua? Mistä? | _____ | |

II Lapsi kotona

- | | | |
|---|---------|---------------|
| 4. Suhteet vanhempiin | vahvuus | haavoittuvuus |
| <i>lapsi nauttii vanhemman seurasta, ilahtuu vanhemmasta, juttelee, jakaa kokemuksiaan, haluaa puuhata perheenjäsenten kanssa... on mieluummin itsekseen... pienikin ero vanhemmasta on vaikea... yhdessäolo ajautuu jatkuvasti konfliktiin</i> | | |

5. ja siskoihin ja veljiin? vahvuus haavoittuvuus
*lapset viihtyvät toistensa seurassa, leikkivät yhdessä, jonkin verran riitoja, jotka sovi-
 taan ... lapset riitelevät jatkuvasti, lapsi kiusaa toista heti kun silmä välttää tai tulee
 kiusatuksi*
6. Miten arkiasiat sujuvat: nukkuminen, syöminen, pukeminen, WC-toimet? vahvuus haavoittuvuus
*eivät vaadi vanhemmalta erityistä paneutumista... lapsen vaikea nukahtaa, heräilee
 yöllä... hyvin valikoiva ruuan suhteen... vaatteiden valinta ja pukeminen jatkuvasti
 vaikeaa ... kastelua, tuhrimista*
7. Onko erityisiä käyttäytymisen tai tunne-elämän piirteitä, kuten
- masennus, itsetuhoiset teot/puheet/ajatukset haavoittuvuus
 - ahdistus, pelot, pakko-oireet haavoittuvuus
 - keskittymisongelmat, levottomuus haavoittuvuus
 - eristäytyminen, arkuus, kiusatuksi tuleminen haavoittuvuus
 - uhmakkuus, kiusaaminen, käytösongelmat haavoittuvuus
8. Tuleeko paljon konflikteja? vahvuus haavoittuvuus
*lapsi on joustava, tottelee kohtuullisesti... koettelee vanhempien rajoja ja saa raivarin
 silloin tällöin, mutta sopeutuu... lapsi on uhmakas, ei anna periksi, saa raivareita, jot-
 ka jatkuvat pitkään.*
9. Miten konfliktit sujuvat? Vanhemman toiminta? vahvuus haavoittuvuus
*Miten vanhempi toimii? Palaako vanhemmankin pinna? Mitä silloin tapahtuu? Van-
 hempi hallitsee tilanteen, jaksaa neuvotella, osaa hakea apua puolisolta tms. ... eris-
 täytyminen, kontaktin katkaisu... pelko oman kontrollin menetyksestä... huutaminen,
 lapsen kovakourainen käsittely, lyöminen, tukistaminen*

III Lapsi koulussa

10. Viihtyykö lapsi koulussa? vahvuus haavoittuvuus
*menee mielellään, kertoo myönteisiä asioita... haluttomuutta lähteä kouluun... myö-
 hästymisiä, poissaoloja, kieltäytymistä koulunkäynnistä. Onko otettu yhteyttä kouluun,
 oppilashuoltoon tms.?*
11. Miten hän pärjää koulussa? Miten läksyjen teko sujuu? vahvuus haavoittuvuus
*Menestyy ok, ei huonontumista... koulu menee huonommin/ huonosti. Ei jaksakaan tehdä
 läksyjä. Onko siitä neuvoteltu opettajan kanssa? Onko sovittu jotain toimenpiteitä?*
12. Onko paljon poissaoloja ja myöhästymisiä? vahvuus haavoittuvuus

13. Pärjääminen koulutovereiden kanssa?

on ystäviä, mukana muitten touhuissa... ei ystäviä, on yksinäinen... tulee riitoja... kiusaa tai tulee kiusatuksi. Onko neuvoteltu opettajan kanssa?

14. Yhteistyö koulun kanssa

vahvuus haavoittuvuus

vanhemmat ovat avoimessa yhteistyössä... käyvät virallisissa tilaisuuksissa... eivät ole missään tekemisissä koulun kanssa

IV Lapsi 'vapaa-aikana' arkisin ja viikonloppuna

15. Mitä lapsen kanssa tehdään?

vahvuus haavoittuvuus

puuhataan kotiaskareita, leikitään, käydään esim. uimahallissa, lapsi leikkii itsekseen tms... lapsi katsoo paljon tv:tä, lapsi eristäytyy, vanhempi ei tiedä mitä hän tekee.

16. Onko lapsella harrastuksia?

vahvuus haavoittuvuus

on säännöllisiä harrastuksia... ei ole... harrastukset jääneet

17. Miten lapsi tulee toimeen muiden lasten kanssa? Mitä lapset tekevät?

vahvuus haavoittuvuus

on kavereita, kaverit käyvät kotona puolin ja toisin... ei enää pyydä kavereita kotiin, ei ole kavereita, tulee konflikteja, kiusaamista puolin tai toisin

Harrastavat asioita yhdessä... vanhempi ei tiedä mitä kaverukset tekevät... tekevät huolestuttavia asioita kuten seisoskelevat kaduilla isompien seurassa, tupakanpolttua, alkoholikokeiluja...

18. Ruutu: tv, tietokonepelit, internet

vahvuus haavoittuvuus

Lomittuvat muiden intressien joukkoon... lapsi viettää tuntikausia ruudun ääressä, eikä ole kiinnostunut muusta, sisältö yksipuolista, väkivaltaa

V Vanhemmuus ja kodin hoito

19. Miten kodin- ja lastenhoito sujuu?

vahvuus haavoittuvuus

20. Tuki puolisolta

vahvuus haavoittuvuus

Puolisot tukevat toisiaan, tulevat toistensa avuksi, töitä jaetaan... ei yhteistyötä vaan torjuntaa, syyttelyä, yksin jääminen... eroajatuksia, ero meneillään

21. Puolison mielenterveys- tai päihdeongelmat

haavoittuvuus

Onko toisella vanhemmalla ongelmia - uupumusta, päihteiden käyttöä... onko hän hoidossa, jos ei, hänet on ohjattava hoitoon

22. Miltä vanhemmuus tuntuu?

vahvuus haavoittuvuus

Olemme puhuneet lapsista pitkään, monelta kantilta ja aika alkaa olla lopullaan. Ihan viimeksi kysyisin, miltä vanhemmuus ylipäättään tuntuu? ...tuottaa iloa, on luottavainen olo, ... stressaavaa, voimat vähissä... pelko väkivallasta

Suositus

Suosittelaa vanhemmille, että he kertovat lapsen opettajalle, kouluterveydenhoitajalle ja/tai oppilashuollon työntekijälle kodin tilanteesta. Näin voidaan koulussa ottaa huomioon lapsen tilanne ja ymmärtää ja tukea häntä tarvittaessa. Koulun kanssa voidaan myös järjestää Neuvonpito. Se on tärkeää erityisesti silloin, kun lapsella on joko sosiaalisia tai opillisia vaikeuksia koulussa tai hänellä on tunneilta myöhästymisiä, poissaoloja ja kouluhaluttomuutta.

5 MURROS- JA NUORUUSIKÄ (noin 13 - 18 -vuotiaat)

Nuoruusiässä lapset ja vanhemmat neuvottelevat uudenlaisesta suhteesta. Vanhemman rooli on olla kuin pohja jolta ponnistaa. Nuorella korostuvat tekeminen ja toimiminen kavereiden kanssa kodin ulkopuolella ja vähitellen mukaan tulevat rakastuminen ja seurustelu. Kodin ulkopuolinen elämä on tärkeä asia; toisaalta siihen voi liittyä vaaroja. Vanhemman mielenterveyden häiriö voi estää nuorta lähtemästä kotoa tai johtaa siihen, että nuori viettää kaiken mahdollisen ajan ulkona. Silloin on vaara vääränlaisesta seurasta ja toiminnasta (opiskelukielteinen alakulttuuri, päihdyttävät aineet, tupakka, antisosiaalisuus).

Ahdistunut ja masentunut nuori: alakuloinen ja usein salaa itkuinen, haluton, ei jaksa läksyjä, ärtyneisyyttä, pelkoja, univaikeuksia, kouluhaluttomuutta, eristäytymistä, jättäytyminen kotiin, yksinäisyys, kuolemapuheet.

Käyttäytymisen ongelmat: pahalla tuulella, tiuskii, määräilee ja kiusaa muita, ikään kuin hakeutuu konflikteihin, ei välitä vaarasta. Ei noudata kotiintuloaikoja, on myöhään ulkona, valvoo pitkään, vuorokausirytmien muuttuu. Myöhästelee ja/tai pinnaa koulusta. Tupakan ja päihdyttävien aineiden käyttöä.

Voi myös olla muita erityisiä käyttäytymisen piirteitä, kuten pakonomaiset toimet tai rituaalit, syömisongelmat, vaikea eristäytyminen, oudot puheet, jne.

Nuoren eristäytyminen tai jatkuva kotoa poissaoleminen varsinkin jos suhde on täynnä konflikteja voivat olla sairaalle vanhemmalle helpottavia, jolloin vanhempi ei ehkä tunnista niitä ongelmina. Näin ollen on osattava kysyä niistä.

Haavoittuvuuksien kohdalla kysytään, ovat asiat olleet aina näin, vai onko kyseessä muutos. Kysytään muutoksen ajankohdasta ja vanhempien näkemystä muutoksen syystä.

I Nuoren kuvailu. Minkälainen hän on?

- | | |
|---|----------------------------|
| 1. Mieliala ja käyttäytyminen | vahvuus haavoittuvuus |
| <i>hyväntuulinen, myönteinen, kiinnostunut, on omaa tahtoa mutta myös joustavuutta... alakuloinen, itkeskelevä, ei luota itseensä, ahdistunut ... ärtyisä, räjähtelevä, pitkästynyt, ei jaksa keskittyä ... vetäytyy itsekseen, itsemurhavaara, ei puhu asioistaan... pyrkii olemaan aina ulkona... outoja käyttäytymisen piirteitä: pakkotoimintoja, erikoisia puheita</i> | |
| 2. Onko nuoresta huolia? | vahvuus haavoittuvuus |
| 3. Oletteko hakeneet ja saaneet apua? Mistä? | _____ |

II Nuori kotona

4. Suhteet vanhempiin vahvuus haavoittuvuus
nuori juttelee, jakaa kokemuksiaan, haluaa aika ajoin puuhata perheenjäsenten kanssa... on mieluummin itsekseen... yhdessäolo ajautuu jatkuvasti konfliktiin
5. ja siskoihin ja veljiin? vahvuus haavoittuvuus
lapset viihtyvät toistensa seurassa, jonkin verran riitoja, jotka sovitaan ... lapset riitelevät jatkuvasti, nuori kiusaa toista heti kun silmä välttää tai tulee kiusatuksi
6. Miten arkiasiat sujuvat: nukkuminen, syöminen vahvuus haavoittuvuus
eivät vaadi vanhemmalta erityistä paneutumista... on vaikea nukahtaa, heräilee yöllä, vuorokausirytmä kääntynyt: valvoo yöllä, nukkuu päivällä on hyvin valikoiva ruuan suhteen, syö liian vähän, ahmii, oksentaa
7. Onko jotain erityisiä käyttäytymisen piirteitä?
- masennus, itsetuhoiset ajatukset/teot/puheet haavoittuvuus
 - ahdistus, pelot, pakko-oireet haavoittuvuus
 - keskittymisvaikeudet, levottomuus haavoittuvuus
 - syömisen ongelmat, oksentelu haavoittuvuus
 - piittaamattomuus, uhmakkuus, päihteiden käyttö haavoittuvuus
 - eristäytyminen muista ihmisistä, erikoiset ajatukset/ puheet haavoittuvuus
8. Tuleeko paljon konflikteja? vahvuus haavoittuvuus
nuori on joustava, tottelee kohtuullisesti, koettelee vanhempien rajoja ja saa raivarin silloin tällöin, mutta sopeutuu... nuori on uhmakas, ei anna periksi, saa raivareita jotka jatkuvat pitkään.
9. Miten konfliktit sujuvat? vahvuus haavoittuvuus
Miten vanhempi toimii? vanhempi hallitsee tilanteen, jaksaa neuvotella, osaa hakea apua puolisoilta tms. ... vanhempi katkaisee kontaktin ja eristäytyy... huutaminen, lapsen kovakourainen käsittely, lyöminen, tukistaminen... pelko oman kontrollin menetyksestä

III Nuori koulussa

10. Viihtyykö nuori koulussa? vahvuus haavoittuvuus
menee mielellään, kertoo myönteisiä asioita... haluttomuutta lähteä kouluun... myöhästymisiä, poissaoloja, kieltäytymistä koulunkäynnistä. Onko otettu yhteyttä kouluun, oppilashuoltoon tms.?

11. Miten hän pärjää koulussa? Läksyjen teko? vahvuus haavoittuvuus
Menestyy ok, ei huonontumista... koulu menee huonommin/ huonosti. Ei jaksakaan läksyjä. Onko siitä neuvoteltu opettajan kanssa? Onko sovittu jotain toimenpiteitä?
12. Pärjääminen koulutovereiden kanssa? vahvuus haavoittuvuus
on ystäviä, mukana muitten touhuissa... ei ystäviä, on yksinäinen... tulee riitoja... kiusaa tai tulee kiusatuksi. Onko neuvoteltu opettajan kanssa?
13. Vanhempien ja koulun yhteistyö vahvuus haavoittuvuus
vanhemmat ovat avoimessa yhteistyössä.... käyvät virallisissa tilaisuuksissa... eivät ole missään tekemisissä koulun kanssa

IV Nuori vapaa-aikana arkisin ja viikonloppuna

14. Onko perheellä yhteisiä toimintoja? vahvuus haavoittuvuus
syödään yhdessä, tehdään kotiaskareita, käydään sukulaisissa tms., yhteinen harrastus... ei mitään, ei tietoa mitä nuori tekee
15. Onko nuorella harrastuksia? vahvuus haavoittuvuus
on säännöllisiä harrastuksia... harrastukset jääneet
16. Ruutu: tv, tietokonepelit, internet vahvuus haavoittuvuus
Lomittuvat muiden intressien joukkoon... lapsi viettää tuntikausia ruudun ääressä, eikä ole kiinnostunut muusta, sisältö yksipuolista, väkivaltaa
17. Miten nuori tulee toimeen muiden nuorten kanssa? Mitä he tekevät? vahvuus haavoittuvuus
on kavereita, kaverit käyvät kotona puolin ja toisin... ei enää pyydä kavereita kotiin, ei ole kavereita, tulee konflikteja, kiusaamista puolin tai toisin; tekevät huolestuttavia asioita
18. Onko nuorella tulevaisuuden suunnitelmia? vahvuus haavoittuvuus
ammattillisia, opillisia, miltä kotoa lähdön ajatus tuntuu nuoresta ja vanhemmasta (koskee erityisesti lähellä 18 olevia nuoria)

V Vanhemmuus ja kodin hoito

19. Miten kodin- ja lastenhoito sujuu? vahvuus haavoittuvuus
Ja sitten vielä kotityöt. Miten teillä on kotityöt hoidettu? Kuka tekee ja mitä?
20. Tuki puolisoilta vahvuus haavoittuvuus
Puolisot tukevat toisiaan, tulevat toistensa avuksi, töitä jaetaan... ei yhteistyötä vaan torjuntaa, syyttelyä, yksin jääminen... eroajatuksia, ero meneillään

21. Puolison mielenterveys- tai päihdeongelmat haavoittuvuus
Onko toisella vanhemmalla ongelmia - uupumusta, päihteiden käyttöä... onko hän hoidossa, jos ei, hänet on ohjattava hoitoon
22. Miltä vanhemmuus ylipäättään tuntuu? vahvuus haavoittuvuus
Olemme puhuneet lapsista pitkään, monelta kantilta ja aika alkaa olla lopullaan. Ihan viimeksi kysyisin, miltä vanhemmuus ylipäättään tuntuu? tuottaa iloa, on luottavainen olo, ... stressaavaa, voimat vähissä, ... pelko väkivallasta

Suositus

Suosittelaa vanhemmille, että he kertovat nuoren opettajalle, kouluterveydenhoitajalle ja/tai oppilashuollon työntekijälle kodin tilanteesta. Näin voidaan koulussa ottaa huomioon nuoren tilanne ja ymmärtää ja tukea häntä tarvittaessa. Koulun kanssa voidaan myös järjestää Neuvonpito. Se on tärkeää erityisesti silloin, kun nuorella on joko sosiaalisia tai opillisia vaikeuksia koulussa tai hänellä on tunneilta myöhästymisiä, poissaoloja ja kouluhaluttomuutta.

Nuoren mielenterveys- ja käyttäytymisongelmat tulisi ottaa vakavasti ja niihin tulisi reagoida herkästi järjestämällä Neuvonpito nuorten mielenterveyspalveluja antavan yksikön kanssa.