

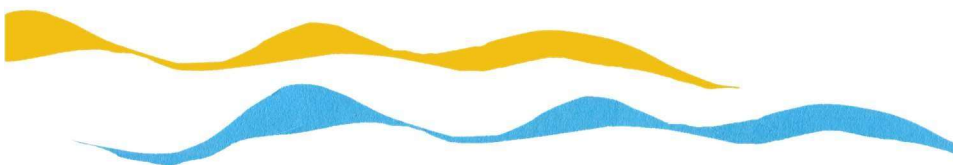
mieli

Toimiva
Lapsi & perhe

INTERVENTIOMANUAALI

© W.R. Beardslee ja T. Solantaus

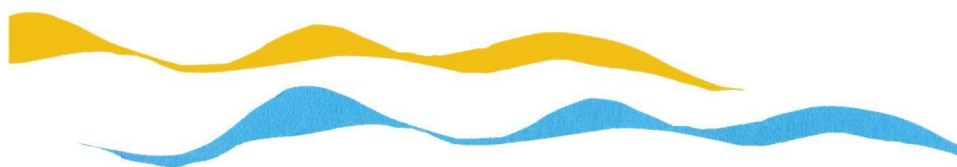
mieli
Suomen Mielenterveys ry



mieli

Sisällys

Johdanto.....	3
I. Työskentelyn tavoitteet.....	4
II. Työskentelyn kuvaus	5
A. Perheen tilanne kokonaisuutena	5
B. Tiedollinen osio	6
C. Keskittyminen lapseen.....	6
E. Aikarajat ja pitkäaikaisseuranta	7
F. Tulevaisuus tähtäimessä.....	8
III Terapeuttiset periaatteet.....	8
A. Terapeuttinen suhde.....	8
B. Työskentelyn fokus.....	9
C. Narratiivisuus, perheen oma kertomus.....	9
D. Tiedon liittäminen elämäkokemuksiin.....	10
1. Etiologia.....	10
2. Sairauden kulku.....	11
3. Varomerkit ja oireet	11
4. Lasten pärjäävyys, arjen vahvuudet ja haavoittuvuus	12
F. Tähtäimessä vahvuudet.....	12
IV Intervention kulku ja istuntojen runko.....	13
Ensimmäinen tapaaminen: Työskentelyn aloittaminen	13
Toinen tapaaminen: kokemukset, ymmärrys perheen tilanteesta ja tiedolliset aiheet	14
Kolmas tapaaminen: lapsen tapaaminen.....	14
Neljäs tapaaminen: perhetapaamisen suunnittelu.....	16
Viides tapaaminen: perhetapaaminen	15
Kuudes tapaaminen: keskustelua perhetapaamisesta ja tulevaisuuden suunnittelua	16
B. Työskentelyn toteuttaminen.....	16
1. Yhteisen työskentelyn aloittaminen	16
2. Toisen vanhemman kokemukset, tiedollinen osio ja lasten pärjääminen.....	17
3. Tapaaminen lapsen kanssa	19
4. Vanhempien tapaaminen: lapsen arjesta keskustelu ja ja perhetapaamisen suunnittelu.....	21
5. Perhetapaaminen	23
6. Katsaus ja tulevaisuuden suunnitelmat.....	23
7. Seurantatapaaminen	25



Johdanto

Perheinterventio on alun perin kehitetty William Beardsleen intervention pohjalta tukemaan perheitä, joissa vanhempi on sairastunut masennukseen. Tässä päivitetystä käsikirjassa kulkee edelleen mukana psykiatrian näkökulma, mutta näkökulmaa on laajennettu myös muihin perheen arkeen vaikuttaviin tekijöihin kuten riippuvuusongelmiin, taloudellisiin ongelmiin, somaattisiin sairauksiin ja parisuhdeongelmiin. Perheinterventiota voidaan käyttää monella eri toimialalla ja monenlaisissa perhetilanteissa esim. lastensuojelussa, perheneuvoloissa ja somatiikan puolella. Kokemukset ovat myönteisiä. Käsikirjan käyttäjän on luonnollisesti huomioitava ja tunnettava juuri omien asiakkaidensa¹ tilanteen moninaisuus ja perhettä kuormittavat tekijät.

Interventiota on Suomessa tutkittu mielialahäiriöitä sairastavien vanhempien perheiden parissa. Menetelmä on koettu turvalliseksi käyttää ja käyttökelpoiseksi Suomen palvelukulttuuriin. Tutkimusten mukaan vanhemmat kokevat hyötyvänsä työskentelystä, lasten myönteinen sosiaalinen käyttäytyminen lisääntyy sekä ahdistusoireet vähenevät menetelmän käytön myötä. (Solantaus et al. 2006, 2009, 2010; Toikka & Solantaus 2006; Punamäki ym. 2013)

Perheintervention tausta on narratiivisessa lähestymistavassa sekä kognitiivisissa sekä behavioristisissa teorioissa. Perheinterventiossa perheen yhteisen ymmärryksen rakentaminen perheen tapahtumista ja tarinoista on keskeistä.

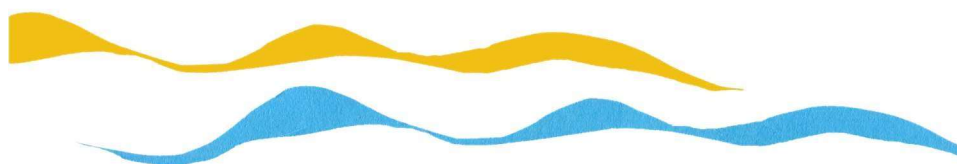
Vanhempien ongelmat vaikuttavat eritavoin lapsiin eri kehitysvaiheissa, esim. leikki-ikäinen tai teini-ikäinen ymmärtävät kokemiaan asioita eri tavalla. Lapsilla, joiden vanhemmilla on erilaisia ongelmia, esiintyy useammin sosiaalisia, tunne-elämän-, sekä käyttäytymisen ongelmia sekä oppimisvaikeuksia.

Menetelmä kehitettiin perheitä varten, joissa toinen tai molemmat vanhemmista sairastaa mielialahäiriötä ja perheessä on ainakin yksi 9–14-vuotias lapsi. Myöhemmin työtä on tehty perheissä, joissa on myös muunlaisia ongelmia ja lapset ovat iältään 4–25-vuotiaita. Kun perheinterventiota toteutetaan pienten lasten kanssa, on erityisesti kiinnitettävä huomiota sanojen valintoihin ja ilmaisuihin. Lapsen osallisuuden mahdollistaminen vaatii erityistä huomiota perhetapaamisessa. Perheinterventiota on käytetty menestyksekkäästi sekä yhden että kahden vanhemman perheissä. Tapaamisten määrä vaihtelee, mutta yleensä tarvitaan 6–8 tapaamista.

Työskentely on lyhytkestoista ja intensiivistä ja sisältää psykoedukaatiota, kuten perheen arkea tukevia tiedollisia osioita esim. lasten pärjäävyydestä tai tietoa sairaudesta tai muusta vaikeudesta. Työskentely voi jatkua myös pitkäkestoisena seurantatapaamisten avulla. Perheen auttamiseksi käytetään useita lähestymistapoja, tärkeinä teemoina ovat esim. narratiivien, perheen tarinoiden näkyväksi tekeminen, toivon herättäminen, ymmärryksen rakentaminen sekä tiedon lisääminen ja yhdistäminen omakohtaisiin kokemuksiin. Perheen jäsenten kanssa arvioidaan yhdessä arjen sujumista ja toimivuutta ja tarvittaessa järjestetään lisätukea.

Tämä käsikirja on tarkoitettu vain koulutuksessa oleville ja menetelmää käyttäville, eikä menetelmää voi toteuttaa ilman menetelmäkoulutusta. Menetelmä sopii monen ammattiryhmän käyttöön esim.

¹ Asiakas-sana tarkoittaa myös potilasta muita työskentelyyn osallistuvia perheenjäseniä



mieli

sairaanhoitajat, sosiaalityöntekijät, perhetyöntekijät, psykologit, toimintaterapeutit. Menetelmä ei edellytä psykoterapian koulutusta.

Käsikirja sisältää intervention esittelyn ja hahmottelee kunkin tapaamisen sisällöt ja painopisteet.

- Osio I ja II: lyhyt kuvaus työskentelyn rakenteesta ja tavoitteista.
- Osio III: lähestymistapoja ja periaatteita
- Osio IV: tapaamisten sisällöt.

Käsikirja voidaan lukea alusta loppuun, mutta se on suunniteltu käytettäväksi siten, että kukin osio muodostaa oman kokonaisuutensa ja osioihin voi tutustua itsenäisesti.



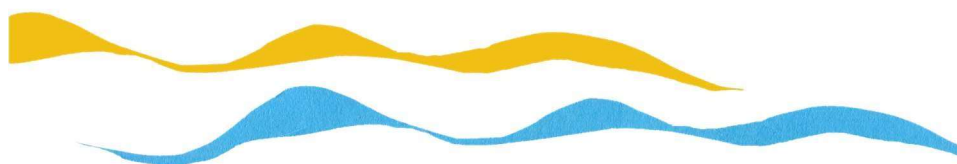
I. Työskentelyn tavoitteet

Työskentelylle on asetettu kuusi keskeistä tavoitetta.

1. Antaa perheelle tietoa, joka lisää ymmärrystä sairaudesta tai muusta perhettä kohdanneesta vaikeudesta.
2. Auttaa perheitä ymmärtämään pärjäävyyteen vaikuttavia tekijöitä ja tukea niiden lisäämistä arkeen.
3. Auttaa perheitä tunnistamaan lapsen sen hetkiset tarpeet ja vahvistaa vanhempien kykyä pyytää apua.
3. Auttaa tulevaisuuden suunnittelussa.
4. Kehittää uusia tapoja ymmärtää ja puhua sairaudesta tai muusta vaikeudesta.
5. Kehittää toimivia käytänteitä arkeen.

Työntekijän tavoitteena on tutustua keskusteluissa perheen tarinaan kokonaisuutena. Tärkeää on arvioida sen hetkistä tilannetta sekä vahvuuksien että haavoittuvuuksien näkökulmasta. Keskusteluissa työntekijä auttaa perhettä jäsentämään nykytilannetta ja näkemään tilanteen uuden tiedon tuoman ymmärryksen valossa. Toisin sanoen uusi tieto yhdistyy omaan kokemukseen tilanteesta. Omaan kokemukseen liitetty tieto antaa kullekin perheenjäsenelle hallinnan tunnetta tilanteessa, joka muuten saatetaan kokea hallitsemattomana. Työntekijä pyrkii myös lisäämään vanhempien tietoisuutta tavoista, joilla lasten vahvuuksia voidaan tukea. Vahvuuksien esiin nostaminen on tärkeää vastapainoa avuttomuuden tunteelle, joka usein valtaa vaikean tilanteen kanssa kamppailevan perheen.

Työskentelyn päämääränä on ongelmien ehkäisy primaarisella, sekundaarisella ja tertiäarisella tasolla. Primaarisessa preventiossa lasten pärjäävyyden ja perheen ymmärryksen ajatellaan tukevan selviytymistä ennen mahdollisia oireita. Sekundaarisessa preventiossa tavoitteena on tunnistaa varhaisia merkkejä lasten ongelmista, jotta voidaan tarjota tukea ennen kuin ongelmat vaikeutuvat. Tertiäarisessa preventiossa ajatellaan, että vanhempien tietoisuus lasten lisääntyneestä pahoinvoinnin riskistä voi motivoida vanhempia hakemaan lapsille hoitoa.



mieli

Työskentely toteutuu yleensä 6–8 tapaamisen puitteissa ja ainoastaan, kun perhe on sitoutunut osallistumaan. Tapaamiset järjestetään joko perheen kotona tai työntekijän vastaanotolla vanhempien toiveiden mukaan. Lasten tapaamiset on usein hyvä toteuttaa perheen kotona, vaikka lasten voi olla joskus hyvä nähdä esim. vanhemman hoitopaikka.

II. Työskentelyn kuvaus

Työskentelyä määrittää perheen kokonaiskuvan jäsentäminen, tiedollinen osio, lapsen keskittyminen ja perhekeskeisyys. Niistä lisää seuraavaksi.

A. Perheen tilanne kokonaisuutena

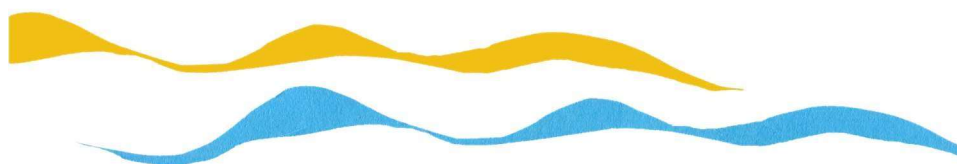
Ensimmäisessä ja toisessa tapaamisessa rakennetaan kuvaa perheen kokonaistilanteesta, mahdollisuuksien mukaan molempien vanhempien läsnä ollessa. Vanhempia kunnioittava puhetapa tukee heidän toimijuuttaan ja aktiivisuuttaan. Vanhemmat ovat perheensä arjen asiantuntijoita ja tapaamisissa tasa-arvoisia asiantuntijoita työntekijän kanssa. Työntekijä kysyy ja ohjaa keskustelua vanhempien kokemuksiin ongelmiin ja vaikeuksiin ja avaa keskustelun sekä viimeaikaisille että aiemmille kokemuksille vaikeuksiin liittyen. Työntekijä kannustaa kumpaakin vanhempaa kertomaan tilanteesta, sen syistä ja seurauksista.

Työntekijä aloittaa lapsen arjen arvioinnin kyselemällä vanhemmilta lapsen aikaisemmasta ja nykyisestä toiminnasta ja vanhemman ongelmien mahdollisista vaikutuksista lapselle. Vanhemmilta tiedustellaan, mitä huolia heillä on ja minkälaista apua he toivovat saavansa työskentelystä.

Alusta pitäen on tärkeää arvostaa vanhempien asiantuntemusta perheestään sekä lastensa suhteen että, heidän omasta tilanteestaan. Tarkoituksena on vahvistaa toimivat suhteet lapsen ja vanhempien välillä, jotta he pystyvät vahvistamaan lapsen kykyä tulla toimeen tulevaisuudessa.

Erillisessä tapaamisessa kunkin lapsen kanssa työntekijä kysyy lapsen koulukokemuksista, ystävistä, perheestä ja ulkopuolisista harrastuksista. Työntekijä arvioi vanhemman kertoman pohjalta lasten mahdollisia oireita ja muita haasteita ja kysyy, onko lapsi huolissaan vanhemmistaan.

Vanhempien kanssa keskustellaan hänen ja muiden perheenjäsenten tuen ja hoidon tilanteesta. Työntekijä arvioi lähtötilannetta ja uudelleen työskentelyn edetessä. Työntekijän tulee varmistaa, että lapsen tuen tarpeet esim. depressio tunnistetaan.



B. Tiedollinen osio

Perheen tilanteeseen liittyvän tiedon yhdessä työstäminen on tärkeä osa interventiota. Esim. vanhemman sairastaessa depressiota tai bipolaarista sairautta², voi tiedollinen osio sisältää tietoa sairauden etiologiasta, hoidosta sekä suojaavista tekijöistä lasten pärjäävyyden tueksi (Lapsen kehitystä suojaavat tekijät³) Tietoa on hyvä esittää työskentelyn eri vaiheissa, koska sen merkitys muuttuu työskentelyn edetessä. Tiedolla on erityisesti merkitystä liitettyä perheen kokemuksiin. Työntekijän tehtävänä on tuoda uutta tietoa keskusteluun sitä mukaan, kun vanhemmat pystyvät sitä ottamaan vastaan. Vanhemmat ymmärtävät uudet tiedot kokonaisvaltaisemmin ja saattavat tarkentaa näkökantaansa sitä mukaa, kun lasten kokemukset liitetään perheen keskusteluun.

C. Keskittyminen lapseen

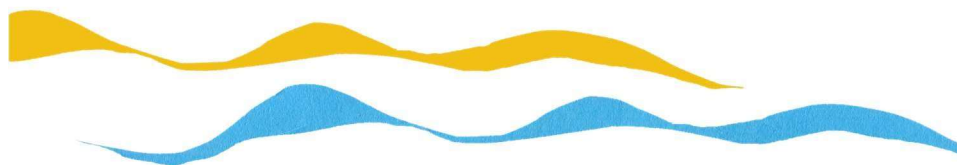
Arkea kuormittavista tekijöistä huolimatta, vanhemmilla on usein yllättävän paljon voimia keskittyä lapsiinsa ja suunnitella heidän tulevaisuuttaan. Vaikka vanhemmat ovat itse vielä toipumassa ehkä hyvinkin vaikeasta elämäntilanteesta, he ovat pystyneet hyvin auttamaan lapsiaan tulemaan toimeen tilanteen ja sen seurausten kanssa. Vanhemmuus on usein voimavara, joka säilyy vaikeuksista huolimatta. Työskentelyn päämääränä on vanhemmuuden toimijuuden varmistaminen lasten pärjäävyyttä vahvistavin keinoin. Tämän myötä rakentuu perheen tulevaisuuden toivo.

On välttämätöntä, että vanhemmat tunnistavat ongelmien vaikutukset lapseen. Vaikka vanhempien saattaa olla vaikeata myöntää, että heidän vaikeuksillaan on ollut vaikutusta lapsen hyvinvointiin, on mahdollista, että heidän huolensa lapselle aiheutuneesta haitasta on liioiteltu. Lapsen voimavarojen ja ongelmien realistinen arviointi onkin vanhemmille usein hyvin rauhoittavaa.

Vanhempien tehtävänä on miettiä, miten lapsi on tulkinnut ja ymmärtänyt tapahtumat. Työskentelyn yhtenä tavoitteena on auttaa vanhempia keskustelemaan lapsen kanssa hänen kokemuksistaan perheen tilanteesta. Vanhempien on tärkeää korostaa lapselle, etteivät sairaus tai ongelmat ole lasten syytä, eikä hänen vastuullaan.

On tärkeää olla herkkänä vanhemman mahdollisille huolille lapsistaan, eikä ole syytä liian nopeasti ohittaa vanhempien huolia tai normalisoida hankaluuksia lasten kanssa.

² Kognitiivisella tiedolla on suuri merkitys näissä tilanteissa, koska mielialasairauteen liittyy usein kognitiivisia vääristymiä. Näkyvin niistä on epärealistinen arvio omasta arvosta, esimerkiksi “en ole sen arvoinen” tai “kaikki on toivotonta”. Nämä vääristymät saattavat värittää vanhempien käsitystä omasta pystyvyydestään vanhemmuuteen.



mieli

Työskentelyn aikana etsitään keinoja, joita voidaan hyödyntää keskusteluissa perheen arkisista huolenaiheista ja tulevaisuuden suunnittelusta. Lapsen kanssa työskennellessä ovat fokuksessa seuraavat aiheet:

1. TIETO JA YMMÄRRYS Lapselle selvitetään, mitä perheessä on tapahtunut.
2. LAPSEN ROOLI Tuodaan esiin, ettei lapsi ole syyllinen vanhemman tilanteeseen esim. sairastumiseen.
3. ARKI Rohkaistaan lasta puhumaan omista kokemuksistaan ja luottamaan siihen, ettei perheen tilanne tai vanhemman sairauden tarvitse rajoittaa hänen arkeaan.
4. KONTAKTIT Pyritään löytämään lapselle tukijoita ja rakentamaan tai aktivoimaan uudelleen kontakteja, jotka ovat katkenneet.
5. LISÄTUKI Keskustellaan lapsen sen hetkisistä vaikeuksista ja varaudutaan hakemaan lapselle välitöntä tukea tai hoitoa tarvittaessa.
6. VAHVUUDET Kartoitetaan perheen vahvuudet ja kyky pärjätä.
7. JATKUVUUS Korostetaan, miten tärkeää on jatkaa keskustelua lapsen kokemuksista ja tarpeista.

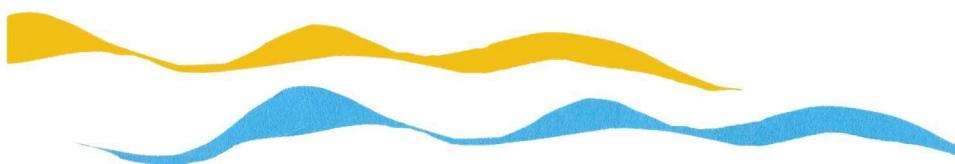
D. Perhekeskeisyys

Työskentely on koko perhettä varten, vaikka lapsi on sen keskipisteenä. Yksi työskentelyn tavoitteista on motivoida vanhempia puhumaan tilanteestaan lapsilleen. Keskusteluiden myötä perheessä rakennetaan yhteistä ymmärrystä kaikkien perheenjäsenten yksilöllisten käsitysten pohjalta. Lähtökohtana ovat perheen voimavarat ja työntekijän tehtävänä on tunnistaa ja saada ne käyttöön lasten hyvinvointia silmällä pitäen. Työntekijä on pikemmin mahdollistaja kuin asiantuntija, joka määrää mitä pitäisi tehdä. Tehtävänä on auttaa jokaista perheenjäsentä ymmärtämään, mitä arjessa tapahtuu esim. sairastumisen myötä. Elämäkokemukset tulevat ymmärretyiksi työstetyn tiedon valossa. Tämä mahdollistaa voimavarojen suuntaamista myös muille elämänalueille.

E. Aikarajat ja pitkäaikaisseuranta

Perheinterventio toteutetaan 6–8 tapaamisen puitteissa. Työskentelyn rakenne sisältää intensiivisen alkuvaiheen ja pitkäaikaisen, ajoittaisen seurannan. Tämä tulee esittää perheelle heti alussa. Sen keskeiset tavoitteet ovat: 1) helpottaa perheen keskinäistä keskustelua sekä 2) auttaa vanhempia tunnistamaan ja vaalimaan asioita, jotka edistävät lasten pärjävyyttä. Vanhempia kannustetaan jatkamaan kohti perheinterventiossa sovittuja päämääriä myös työskentelyn päätyttyä.

Sana “pitkäaikainen” korostaa kahta seikkaa. Työntekijä pitää yhteyttä perheeseen ja on käytettävissä tarvittaessa. Toisaalta perheen alkuun saatetut keskinäiset keskustelut esim. sairauden merkityksestä saattavat jatkua kotona pitkään. Työskentelyn tarkoitus on olla alkuna tälle prosessille.



mieli

F. Tulevaisuus tähtäimessä



Työskentelyssä käsitellään perheiden tulevaisuudentoiveita ja -unelmia sekä miten ongelmallinen tilanne vaikuttaa niihin. Keskustellaan vanhempien ajatuksista lapsistaan, toiveista lastensa tulevaisuuden suhteen ja huolten vaikutuksista näihin toiveisiin.

Työntekijöiden tulee olla selvillä omista olettamuksistaan ja kokemuksistaan perheestä. Vaikka vanhemman vaikeudet voivat vaikuttaa lapsen arkeen, on tärkeää kunnioittaa ja arvostaa vanhempien panostusta lasten hyvinvointiin. Päämääränä on rohkaista tulevaisuudentoivoa niiden realististen toimenpiteiden pohjalta, joihin voidaan sillä hetkellä ryhtyä.

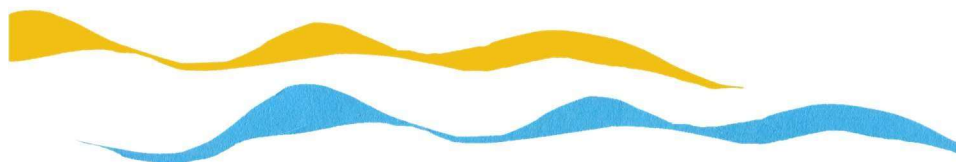
III Terapeuttiset periaatteet

A. Terapeuttinen suhde

Työntekijän tulee paneutua terapeuttisen suhteen luomiseen perheen kanssa koko prosessin ajan. Vaikka kysymys ei ole perhe- eikä psykoterapiasta, interventiossa on terapeuttisia elementtejä ja vaikutuksia. Tässä työskentelyssä terapeuttisella suhteella tarkoitetaan työntekijän asemoitumista perheen prosessiin, tilanteen uudelleenmäärittelyä ja reflektiota.

Moni vanhempi kokee ahdistuksen lieventyvän saatuaan keinoja vanhemmuuteensa. Vanhemmat motivoituvat osallistumaan työskentelyyn, kun he saavat konkreettista tietoa ja apua omaan tilanteeseensa esim. keinoja tukea lastensa pärjäävyyttä. Vanhemmat tuntuvat hyötyvän tiedosta, mikä kytketty heidän arkisiin kokemuksiinsa.

Kun työntekijä osoittaa arvostusta vanhempien halulle auttaa lastaan ja tukee vanhempien toimijuutta, se vahvistaa yhteistyösuhdetta heti alkuvaiheessa. Työntekijän tarjoamat yksinkertaiset tukemisen keinot palvelevat myös suhteen syntymistä. Kun vanhemmat ymmärtävät, että lasten kokemukset voivat aiheuttaa kehityksen vaikeuksia, he voivat motivoitua lastensa tukemiseen. He tunnistavat lastensa sen hetkiset tarpeet ja haluavat löytää keinoja lastensa auttamiseksi.



mieli

Vanhempien kyky keskittyä lapsiin yksilöinä, näyttää myös vaikuttavan enemmän työskentelyn onnistumiseen kuin vanhemman sairauden tai ongelmien vakavuus.

On tärkeää ilmaista arvostusta perheenjäseniä ja heidän selviytymiskeinojaan kohtaan. Tärkeää on hyödyntää perheen ongelmanratkaisutaitoja sen sijaan, että korostettaisiin yksilökohtaisia vaikeuksia. Ongelmanratkaisu- ja selviytymiskeinojen yhdessä tunnistaminen ja sanoittaminen on oleellista.

Työntekijä ei esiinny asiantuntijana, joka luennoi perheelle, vaan mahdollistajana saadakseen perheessä olevat voimavarat liikkeelle lasten auttamiseksi. Perheissä saattaa olla jäseniä, joilla on ollut vaikeuksia tunteiden ilmaisussa ja silloin tulee työntekijän toimia esimerkkinä tunteiden ilmaisemisessa.

Työskentelysuhteen kehittyminen riippuu työntekijän toiminnasta, perheen toivosta ja yhteistyöhalusta sekä ja perheen ja työntekijän yhteensopivuudesta. Työntekijän osoittama luottamus työskentelyn toimivuudesta on perheelle tärkeä. Perheen on hyvä tietää, etteivät he jää yksin ongelmien kanssa, jos niitä ilmenee.

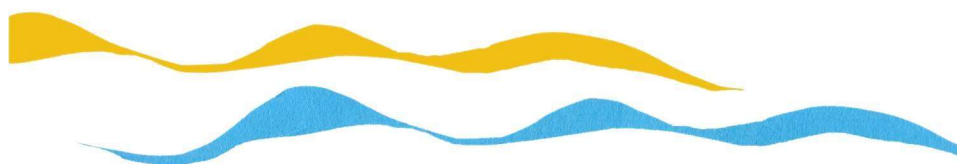
B. Työskentelyn fokus

Työntekijä tunnistaa vanhempien kanssa avaintemat, joihin voidaan tehokkaasti tarttua tämän lyhytkestoisien työskentelyn kuluessa. Näihin perheen määrittämiin huolenaiheisiin on hyvä palata useita kertoja työskentelyn aikana. Vanhemmat tuovat itse esiin lapsia koskevia huoliaan aika ajoin ja huoliin on tärkeää tarttua. Usein vanhemmat haluavat tietoa esim. sairaudesta ja sen vaikutuksesta lapsiin ja haluaisivat ymmärtää lapsiaan paremmin. Työskentelyssä suunnataan fokus lasten ja perheen vahvuuksiin ja voimavaroihin. Vanhempia kannustetaan luomaan lapsen arkeen hyvinvointia tukevia asioita kuten ystävyys-suhteita, harrastuksia, toimivia koulukontakteja ym. Kun aikuisella on oma hoitokontakti, auttaa se keskittymään tässä lapsiin.

Ensimmäisessä tapaamisessa työntekijä kertoo työskentelyn etenemisestä ja vanhemmat määrittelevät työskentelyn päämääriä. Työntekijä auttaa ikään kuin kertomaan perheen yhteistä tarinaa ja toimii tavallaan "historioitsijana" yhdistellessään ja määrittäessään perheen huolenaiheita ja päämääriä. Tällä tavalla työntekijä integroi perheenjäsenten eri kokemukset toisiinsa. Hän pyytää vanhemmilta aiheita lapsen tapaamiseen ja tuo lasten kysymykset ja huolenaiheet valmistelutapaamiseen. Näin keskitytään auttamaan vanhempia ymmärtämään esim. sairautensa merkitystä lasten kannalta. Työskentelyn keskiössä on auttaa vanhempia tunnistamaan perheen voimavaroja ja tukemaan lasten pärjäämistä. Vanhempien ja työntekijän yhteinen tehtävä on integroida perheintervention päämäärät kyseiselle perheelle sopivaksi.

C. Narratiivisuus, perheen oma kertomus

Ensimmäisten tapaamisten tarkoitus on auttaa perhettä luomaan omaa narratiivia tai tarinaa nykyhetkestä. (esim. sairauden kanssa) Jokainen perheenjäsen kertoo omista kokemuksistaan omasta näkökulmastaan.



mieli

Kokemukset yhdistetään keskustelussa tavalla, jolloin opitaan ymmärtämään toinen toistaan paremmin. Samalla väärinkäsitykset ja väärät tulkinnat voidaan oikaista ja hyväksytään jokaisen kokemusten erilaisuus. Työntekijä pukee sanoiksi ne tapahtumat, joilla on perheelle erityistä tunnearvoa. Hän luo jatkuvuutta kuljettaessaan perheen tarinaa tapaamisesta toiseen. Tämä helpottaa perheen yhteistä ymmärrystä.

D. Tiedon liittäminen elämäkokemuksiin

Työskentelyn keskeinen fokus on auttaa perheenjäseniä ymmärtämään toisiaan ja keskustelemaan keskenään. Perhettä tuetaan keskustelemaan perheen tilanteesta tai esim. vanhemman sairaudesta ja tämän vaikutuksesta jokaiseen. Vaikeudet voivat synnyttävät häpeää ja syyllisyyttä perheenjäsenissä ja näitä tunteita sisäistetään helposti. Perheen yhteisen tarinan rakentamisen kautta perhe voi alkaa keskustella avoimemmin yhteisistä elämäkokemuksista.

Tiedolla on oma roolinsa perheinterventiossa, etenkin kun puhutaan mielen sairauksista. Mielialasairautta koskeva opetus antaa näkökulmaa elämäkokemuksille.

Kokemuksia pyritään liittämään tietoon, jonka myötä voi syntyä toivoa ja ymmärrystä. Lisäksi pyritään vähentämään mahdollista häpeän tunnetta.

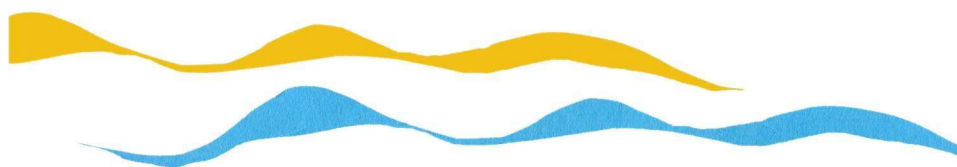
Perhettä rohkaistaan puhumaan avoimesti tilanteestaan ja sen seurauksista. Tietoa on hyvä esittää työskentelyn eri vaiheissa, koska sen merkitys muuttuu työskentelyn edetessä. Tiedolla on erityisesti merkitystä liitettynä perheen kokemuksiin. Työntekijän tehtävänä on tuoda uutta tietoa keskusteluun sitä mukaa kun vanhemmat pystyvät sitä ottamaan vastaan. Vanhemmat ymmärtävät tiedon kokonaisvaltaisemmin ja saattavat tarkentaa näkökantansa sitä mukaa, kun lasten kokemukset liitetään perheen keskusteluun. Avoimuus yhdistettynä tiedon tuomaan ymmärrykseen edesauttaa tilanteen hyväksymistä. Esim. työntekijä, joka työskentelee sairastuneen ja hänen perheensä kanssa, käy läpi tietyt teemat esim. etiologiset tekijät, sairauden mahdolliset varomerkit, oireet ja kulun.

Kaikkien vanhempien kanssa keskustellaan lasta suojaavista tekijöistä. Kun kyseessä on jokin muu vaikeus kuin sairaus, on tärkeää puhua vaikeuksien vaikutuksista arkeen ja yhdessäoloon esim. vanhempi, joka on huolissaan perheen taloudellisesta selviytymisestä, voi olla ärtynyt ja poissaoleva. Jollei lapsi ymmärrä mistä on kyse, voi hän virheellisesti tulkita tilanteen ja vanhempien tunteiden johtuvan hänestä. Näissä keskusteluissa on aina tärkeää tuoda esiin mahdollisuus vaikuttaa kehityksen suuntaan, arjen toteutukseen. Ongelmia ei hetkessä voida poistaa, mutta arkea voidaan rakentaa tukemalla lapsen kehitystä suojaavia tekijöitä.

E. Tiedollinen sisältö. Esimerkkinä mielialahäiriö.

1. Etiologia

Perheen tarpeiden mukaan annetaan tietoa geneettisestä herkkydestä ja psykososiaalisista tekijöistä.



mieli

Esimerkiksi depressio ja bipolaarinen sairaus kuvataan biologisina sairauksina, joilla on moninainen etiologinen tausta, fyysiset ilmenemismuodot ja erityiset merkit ja oireet. Tärkeää on tuoda esiin myös psykososiaalisten stressitekijöiden merkitys, esimerkiksi työn menetys tai muutokset perheessä. Lisäksi voidaan korostaa, että asianmukaisella hoidolla voidaan vaikuttaa sairauteen. Tämä voi auttaa perhettä yhdistämään kunkin omat kokemukset uusiin tietoihin, esimerkiksi varhaisten psykososiaalisten stressitekijöiden tunnistamiseen. Tieto voi vähentää huolta esim. sairauden periytymisestä.

Jos vanhempien vaikeuksien taustalla on traumaattisia kokemuksia. Niiden puheeksi ottaminen pohdituttaa etenkin ajatellen tulevaa perhetapaamista: mitä asioita olisi hyvä kertoa lapsille ja mitä ei.

2. Sairauden kulku

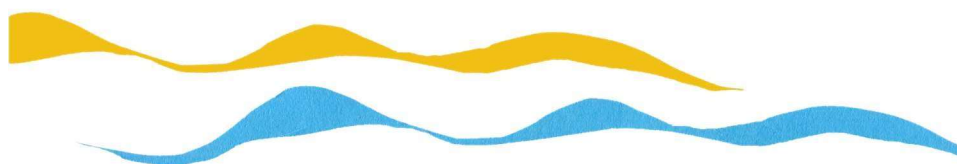
Kun kyseessä on mielialahäiriö, on hyvä verrata sairauden kulkua johonkin muuhun biologiseen oireeseen, esim. sydänsairauteen (akuutti-, hoito- ja pitkäaikainen kuntoutus sekä herkkä uusiminen). Tämän myötä mielialahäiriöön liittyvä stigma voi lievitä. Myös sairauden vaiheiden ymmärtäminen selkiytyy ja tuo toivoa.

Mielialahäiriöiden ja muiden sairauksien rinnastamisesta on yleensä perheenjäsenille hyötyä. Tilanteessa, jossa vanhemman depressio on kroonistunut, voidaan rinnastaa se sydänsairauteen tai vatsahaavaan. Näin annetaan esimerkki sairauksista, joihin liittyy alttius stressille, jotka ovat herkästi kroonistuvia ja vaativat lääkehoitoa ja hoitokontaktia. Perheille, joissa vanhemman mielialahäiriön oireet vaihtelevat rajusti, voidaan tilanne rinnastaa esim. vakavaan astmaan, jossa on aaltoilevaa oireilua. Perheille on erityisen hyödyllistä ymmärtää, että akuuttia vaihetta seuraa toipumisvaihe. Nämä esimerkit saattavat auttaa perhettä muuttamaan odotuksiaan pikaisesta toipumisesta ja työstämään hämmennystä ja mielihapaa, kun näin ei käykään. Ymmärrys, että sairastuneen vointi saattaa vaihdella toipumisen alettua, antaa perheelle sen tarvitsemää toivoa.

3. Varomerkit ja oireet

Monissa sairauksissa on havaittavissa varomerkkejä ennen pahenemista. Mielialasairauden varomerkkeistä ja oireista keskusteleminen ja tunnistaminen auttaa perhettä. silloinkin, kun perheessä on tietoa mielialasairaudesta. Esimerkiksi depressiossa ovat ärtyisyys ja väsymys tavanomaisia varomerkkejä. Monen perheen arkea kuormittaa sairastuneen oireet esim. suunnaton väsymys ja ärtyisyys, jota perheenjäsenet helposti tulkitsevat syytelynä. Kireät suhteet tekevät tuen tarjoamisen vaikeaksi. Kun perhe oppii, että ärtyisyys on surullisuuden tavoin sairauden oire, vähenee yleensä kireys ja toistensa syytely. Näin ymmärretään, ettei oireilu liity pelkästään perheenjäsenien käytökseen. Varsinkin lapset tulkitsevat usein väsymyksen mielenkiinnon puutteeksi. Keskustelu siitä, millä tavoin depressio vaikuttaa vanhemmuuteen auttaa muita perheenjäseniä suhtautumaan tilanteeseen vähemmän henkilökohtaisesti.

Työskentelyn tiedolliseen osioon on hyvä sisältää keskustelua siitä, miten sairaus ja sen oireet ovat vaikuttaneet arkeen ja yhdessäoloon. Perheessä tunnistetaan usein muutokset rutiineissa ja yhteydenpidossa perheen ulkopuolelle. Nämä muutokset voivat aiheuttaa perheelle stressiä ja mielihapaa. Yhteisten keskusteluiden pohjalta opitaan usein ymmärtämään rutiinien ja lähiverkoston tärkeyttä.



4. Lasten pärjäävyys, arjen vahvuudet ja haavoittuvuus

Tiedollisessa osiossa on tärkeää tuoda esiin mitä pärjäävyys on ja miten sitä arjessa voidaan vahvistaa. Pärjäävyys syntyy vuorovaikutuksessa lapsen ja hänen ekologisen ympäristönsä välillä. Kun keskustellaan pärjäävyydestä, on hyvä antaa esimerkkejä lapsia suojaavista tekijöistä, kuten leikki, yhdessä toimiminen, harrastuksiin osallistuminen ja suhteet toisiin lapsiin, vanhemmat pystyvät tunnistamaan oman lapsensa vahvuuksia ja tukemaan niissä.

Lapsi, joka kykenee ymmärtämään itseään, pystyy tunnistamaan ja hyväksymään vanhemman sairauden vaikutukset häneen itseensä ja perheeseen. Tiedon tuoman ymmärryksen myötä lapsi pystyy näkemään itsensä myös erillisenä sairauden vaikutuksista.

Tämän myötä avautuu mahdollisuus keskittyä oman kehitysvaiheensa asioihin kuten koulunkäyntiin, omiin harrastuksiinsa ja ystävyys-suhteisiinsa huolimatta vanhemman sairaudesta. Tämä auttaa lasta tunnistamaan mahdollisia huoliaan ottamatta vastuuta vanhemman voinnista ja sairauden hoitamisesta sekä perheen kokonaistilanteesta.

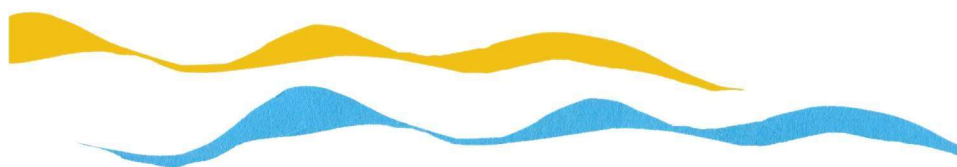
Pärjäävyyttä koskevaa tietoa voidaan antaa kaikissa kehitysvaiheissa oleville lapsille. Nuorikin lapsi pystyy ymmärtämään, että hänen omat toimensa ovat tärkeitä hänelle itselleen ja että vanhemmat haluavat hänen jatkavan niitä. Lapsi voi näin ollen paremmin harrastaa, keskittyä ystävyys-suhteisiinsa ja koulunkäyntiin tuntematta velvollisuutta pysytellä vanhempansa luona. Perheen piirissä on hyvä keskustella suhteista muihin tärkeisiin aikuisiin. Lähiverkoston merkityksen esiintuominen saattaa vähentää vanhemman kokemaa syyllisyyttä jaksamattomuudesta ja helpottaa lapsen mahdollista kokemusta, että pettää vanhempaa, kun hän viettää aikaa muiden seurassa.

F. Tähtäimessä vahvuudet

Työntekijän kyky tuoda esiin perheen vahvuudet on ensiarvoisen tärkeää kaikissa työskentelysuhteissa. Erittäin tärkeää se on, kun työskennellään perheiden kanssa, joiden arkea kuormittaa negatiiviset elämäntapahtumat. Kielteiset tulkinnat tapahtumista ja niiden myötä syntyneet ajatusmallit korostuvat herkästi etenkin itseensä liittyvissä asioissa.

Työskentelyssä mukana olleet työntekijät kertovat, ettei vanhemman ongelmatilanne tai sairauden vakavuus suoraan vaikuta työskentelyn tuloksiin. Monet vakavasti sairastuneet vanhemmat tai vaikeuksien kanssa elävät vanhemmat ovat säilyttäneet myönteiset suhteet lapsiinsa ja pystyneet toimimaan vanhempina koko ajan. Työskentelyn avain on suhde lapseen ja kyky vanhemmuuteen.

Edellä kuvatut sairastumiseen liittyvät seikat voivat tuoda ideoita, miten yhdessä ymmärtää muiden ongelmien merkityksiä ja vaikutuksia perheen arkeen. Työntekijän hahmottaa, minkälaisen prosessin kautta ongelma vaikuttaa kyseisen perheen arkeen: ongelmien kasaantumisen historiaa ja pahoinvoinnin oireilua (varomerkkejä) sekä vaikeiden vaiheiden aaltoilua on myös muunlaisissa ongelmissa taloudellisissa vaikeuksissa, velkaantumiskierteissä, riippuvuusongelmissa, somaattisissa sairauksissa jne.



IV Intervention kulku ja istuntojen runko

Alla esitellään perheintervention rakenne. On tärkeää, että tapaamiset toteutetaan joustavalla tavalla. Tätä seikkaa on erityisen tärkeää huomioida, kun perheet tulevat eri kulttuureista ja jos heidän selviytymiskeinonsa eroavat oletetuista keinoista. Perheen vuorovaikutuksen tapa sekä keskustelukulttuuri ja hierarkia (kuka puhuu ensin ja mistäkin asioista ym.) heijastuvat työskentelyn kulkuun. Työntekijä arvioi käsiteltävien teemojen tahtia, riippuen siitä, millaiseksi hän arvioi jokaisen perheenjäsenen tarpeet.

1 Ensimmäinen tapaaminen: Työskentelyn aloittaminen

1. Työskentelyn raamit

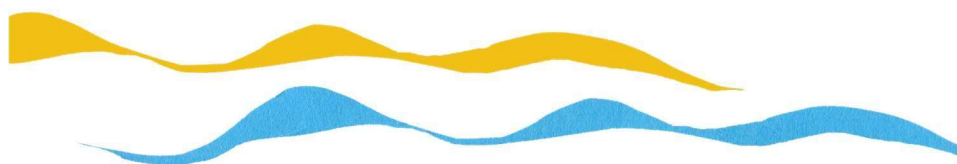
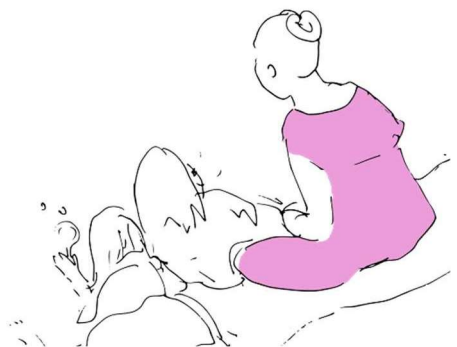
- Perheen ja työntekijän esittelyt
- Työskentelyn tarkoituksen kuvaaminen
- Aikataulusta sopiminen
- **Tapaamisten sisältöjen kuvaaminen (esite)**

2. Perheen tilanne

- Tukea hakevan tai hoitosuhteessa olevan vanhemman tarina (puolison näkökulma seuraavalla kerralla)
- Kartoitetaan yleisemmin perheen historiaa ja tämänhetkisen tilanteen tai sairauden taustaa, painopisteen ollessa viimeisimmässä vuosissa.
- Huomioidaan mahdolliset kriisitapahtumiin liittyvät reaktiot ja muutokset arjessa.

3. Tavoitteet

- Kartoitetaan perheen suurimmat huolenaiheet tällä hetkellä ja valitaan yhdessä keskeiset työskentelyn päämäärät.
- Panostetaan yhteistyösuhteen rakentamiseen. Ymmärrys ja empaattinen asenne ovat keskeisiä yhteistyösuhteen elementtejä.
- Pohditaan, onko tarvetta olla yhteydessä muihin yhteistyötahoihin.



2

Toinen tapaaminen: kokemukset, ymmärrys perheen tilanteesta ja tiedolliset aiheet

1. **Tilanne nyt** ja ajatuksia viime kerrasta.
Jaksaminen ja pärjäävyys nyt ja edellisen tapaamisen jälkeen
2. **Yhteenveto** edellisen tapaamisen keskusteluista (esim. sairastuneen vanhemman tarinasta)
3. **Toisen vanhemman näkökulma** perheen tilanteesta/puolisonsa sairaudesta
4. **Tiedolliset aiheet**
 - esim. sairauden oireet ja merkit, ongelmatilanteen vaikutukset arkeen
 - pärjäävyys ja hyvinvoinnin vahvistaminen
 - ongelmat ihmissuhteissa
5. **Lapsen toiminta ja perheen arki**
 - vanhempien käsitys lapsen vahvuuksista ja haavoittuvuuksista, lapsen arkea tukevat tekijät
 - keskustelua tulevista lasten tapaamisista ja niihin liittyvistä mahdollisista huolista
 - vanhempien kysymykset lapsille.
6. **Suunnitelma** seuraavasta kerrasta. Miten kertoa lapsille tulevasta tapaamisesta työntekijän kanssa.

3

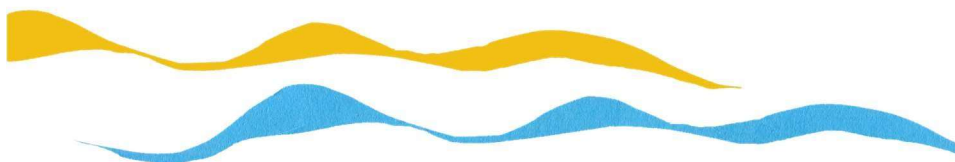
Kolmas tapaaminen: lapsen tapaaminen

1. **Tutustuminen.** Kysytään mitä lapselle on kerrottu tapaamisesta ja työskentelystä perheen kanssa ja täydennetään tarvittaessa (vanhempien ajatusten ja ohjeiden mukaan)
2. **Lapsen arki.** Keskustellaan lapsen arjesta kotona, varhaiskasvatuksessa, koulussa ja vapaa-aikana, esim. harrastukset ja ystävyysuhteet ja muut tärkeät aikuiset
3. **Viimeaikaiset tapahtumat.** Keskustellaan siitä, miten lapsi ymmärtää vanhemman ja perheen tilannetta ja vaikeita tapahtumia
4. **Vanhempien kysymykset.** Esitetään vanhempien kysymykset ja kuullaan lasten mietteitä niihin liittyen
5. **Lapsen toiveet.** Kysytään lasten toiveita ja aiheita perhetapaamiseen

4

Neljäs tapaaminen: perhetapaamisen suunnittelu

1. **Lapsen tapaaminen.** Kuvataan käytyä keskustelua lapsen kanssa pääpiirteittäin ja kysytään mitä lapsi on itse kertonut
2. **Lapsen kysymykset.** Keskustellaan kaikista kysymyksistä, joista lapsi toivoi keskusteltavan perhetapaamisessa
3. **Perhetapaamisen suunnittelu**
 - Suunnitellaan perhetapaamista vanhempien kanssa: mitä asioita tuodaan yhteiseen keskusteluun, mitä rajataan sen ulkopuolelle
 - sovitaan työnjaosta



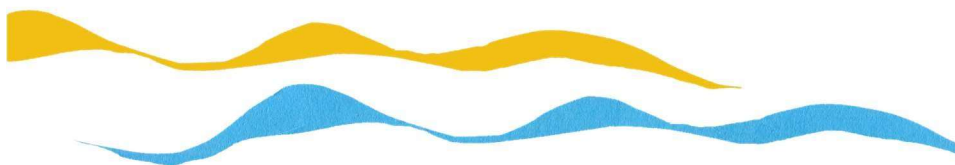
5 Viides tapaaminen: perhetapaaminen

1. **Tapaamisen raamit.** Kuvataan perhetapaamisen tarkoitus, tavoitteet ja roolit
2. **Keskustelu.** Keskustellaan sovituista aiheista ja kannustetaan perheenjäseniä keskustelemaan ja kuuntelemaan.
 - luodaan tilaa niin vanhemmille kuin lapsille esittää toisilleen kysymyksiä
 - rohkaistaan jokaista tuomaan esiin omakohtaisia ajatuksia ja näkökulmia
 - hyväksytään eroavat kokemukset erilaisiksi näkökulmiksi
3. **Tiedollinen osuus.** (psykoedukaatio) Tarvittavan tiedon liittäminen perheenjäsenten kokemuksiin
4. **Jatkon suunnittelu.** Pohditaan tarvetta toiseen perhetapaamiseen. Kannustetaan jatkamaan keskustelua perheen kesken.
5. **Lopetus.** Kuullaan lopuksi jokaisen perheenjäsenen kokemus tapaamisesta.

6 Kuudes tapaaminen: keskustelua perhetapaamisesta ja tulevaisuuden suunnittelua

Edelliseen tapaamiseen palaaminen. Kuullaan kokemuksia perhetapaamisesta

- vanhemman kokemukset
 - lasten kokemukset
 - jatkuiko keskustelu kotona
1. **Tällä hetkellä mietityttävät teemat.** Jos esiin on tullut uusia tuentarpeita, suunnitellaan missä ja koska niistä jatketaan.
 2. **Arviointi** Arvioidaan vanhempien kanssa mitä päämääriä on saavutettu, mitä ei ja mitä niille tehdään. Arvioidaan yhdessä, onko työskentelystä ollut perheelle ja perheenjäsenille hyötyä vai mahdollisesti haittaa
 3. **Vahvuudet ja voimavarat.** Palataan perheen vahvuuksiin ja kerrataan arjen pärjäävyyttä tukevia asioita. Kannustetaan avun hakemiseen matalalla kynnyksellä
- Seurantatapaamisesta sopiminen



1. **Perheen kuulumiset.** Keskustelua perheen tilanteesta kaikkien perheenjäsenten näkökulmasta
2. **Asialista.** Kartoitetaan kysymyksiä ja aiheita, joista on syytä keskustella
3. **Kertaus.** Palataan keskeisiin tiedollisiin osuuksiin tai muihin oivalluksiin tarvittaessa.
4. **Yhteinen ymmärrys.** Muistellaan käytyjen keskusteluiden sisältöä ja rakentunutta ymmärrystä.
5. **Arviointi.** Arvioidaan oliko osallistumisesta perheelle hyötyä päämääriin verraten.
6. **Vahvuudet ja voimavarat.** Palataan perheen vahvuuksiin ja kerrataan arjen pärjäävyyttä tukevia asioita. Kannustetaan tarvittaessa vanhempia hakemaan lisätukea. Korostetaan perheen vahvuuksia ja kannustetaan jatkamaan keskustelua perheen kesken
7. **Seurannasta sopiminen.** Sovitaan mahdollisesta seurantatapaamisesta.

Seuraavassa osiossa kuvataan tarkemmin kunkin tapaamiskerran toteutusta.

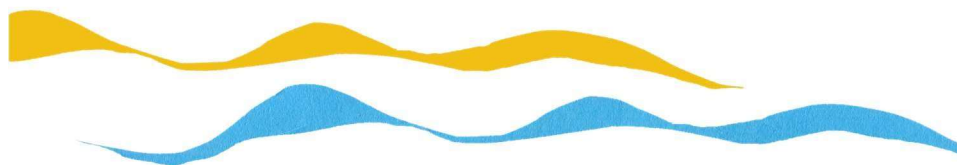
B. Työskentelyn toteuttaminen

1. Yhteisen työskentelyn aloittaminen

Ensimmäisessä tapaamisessa vanhemmat tutustuvat työskentelyn sisältöön ja työntekijään. Työntekijä määrittää selkeät raamit työskentelylle heti alussa, jotta työn rakenne ja tavoitteet käyvät selviksi. Työntekijä on ollut yhteydessä vanhempaan ennen ensimmäistä tapaamista ja kertonut lyhyesti työskentelystä. Vanhemmilla on usein etukäteen käsitys, että työskentely on hoitoa tai terapiaa. On tärkeää selventää, ettei kyse ole vanhemman eikä lapsen hoidosta, mutta työskentely voi johtaa hoitosuosituksen.

Ensimmäisessä tapaamisessa työntekijä kertoo, että pyritään ennaltaehkäisemään ongelmien syntyminen. Työntekijä kuvaa työskentelyn kulkua sekä siihen tarvittavaa aikaa, tapaamisten lukumäärän ja kuka osallistuu mihinkin tapaamiseen (esite). Vastataan vanhempien mahdollisiin kysymyksiin mahdollisimman konkreettisesti.

Luottamuksellisuudesta puhutaan heti alkuvaiheessa. Pyydetään tarvittaessa lupa olla yhteydessä mahdollisiin yhteistyökumppaneihin. Jos on tarvetta yhteydenottoon, siitä sovitaan vanhempien kanssa. Työntekijä kertoo vanhemmille, ettei keskusteluiden sisällöstä kerrota jollei toisin sovita. Vanhempien huolenaiheet kuullaan työskentelyn alussa. Yhdessä vanhempien kanssa kartoitetaan toiveita ja tavoitteita työskentelylle. Työntekijä viittaa näihin työskentelyn edetessä pitäen mielessä, että tavoitteet saattavat muuttua työskentelyn aikana. Työntekijä pyrkii rakentamaan avointa ilmapiiriä, jossa on monenlaisille ajatuksille ja kysymyksille tilaa. Kun tulevan työskentelyn raameista on sovittu, on tärkeää kuulla molempien vanhempien ajatuksia perheen historiasta, pääpaino on kuitenkin toisen vanhemman tarinassa. Työntekijä aloittaa kysymällä nykytilanteesta. Keskustellaan arjen stressitekijöistä tai



mieli

tapahtumista, jotka ovat verottaneet voimavaroja, mahdollisista oireista, käyttäytymisen muutoksista, kuten sosiaalinen vetäytyminen, lamaantuminen, sairaalaan joutuminen. Lisäksi puhutaan mahdollisesta hoidosta, voinnin vaihtelusta ja toipumisesta. Jos kyse on sairaudesta, kysytään sairastuneen vanhemman näkemystä siitä, miten sairaus on saattanut vaikuttaa muihin perheenjäseniin.

Vaikka kysymykset aluksi osoitetaankin toiselle vanhemmalle (esim. sairastuneelle), työntekijä pyytää myös toisen vanhemman kokemuksia puolison tilanteesta. Tämä on tärkeää, koska se rohkaisee jo alkuvaiheessa toista vanhempaa muodostamaan tilanteesta oman näkemyksensä. Lisäksi se liittyy vanhempien kokemuksia toisiinsa myönteisellä tavalla ja luo mahdollisuuksia yhteiseen ongelmien ratkaisuun.

2. Toisen vanhemman kokemukset, tiedollinen osio ja lasten pärjääminen

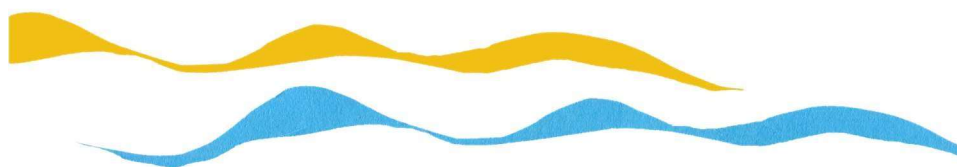
Toisessa tapaamisessa vanhempien kanssa kuullaan erityisesti puolison näkökulmaa ja kokemuksia. Annetaan tarvittavaa tietoa perheen tilanteeseen liittyen esim. sairauden etiologiasta, oireista ja hoidosta. Lisäksi kerrotaan lasten pärjäävyydestä ja lasta suojaavista tekijöistä. Lopuksi pyydetään vanhempia kertomaan lapsestaan, lapsen arjesta (vahvuudet ja haavoittuvuudet), tämänhetkisestä tilanteesta ja mahdollista huolista. Tapaamisen aikana suunnitellaan myös lasten tapaamisia.

Tämän tapaamisen aluksi työntekijä kertoo edellisellä kerralla vanhempien asettamat tavoitteet ja kuvaa tämän tapaamisen sisältöä. Vanhempia pyydetään miettimään asioiden sujumista perheessä edellisen tapaamisen jälkeen sekä kertomaan tunnelmiaan. Jos edellinen tapaaminen herätti kielteisiä tunteita, keskustellaan siitä. Tällä tavoin voidaan vahvistaa kunkin perheenjäsenen omakohtaisen kokemuksen tärkeyttä ja oppia ymmärtämään toisten perheenjäsenten näkökulmia.

Toisessa tapaamisessa pääpaino siirtyy puolison kokemuksiin, jotka ovat usein jääneet kuulematta. Joskus puolison näkökannan kuuleminen saattaa nostaa esiin väärinkäsityksiä ja pelkoja, jotka ovat tähän asti jääneet käsittelemättä. Puolisot tuntevat usein syyllisyyttä siitä, että ovat saattaneet olla osasyllisiä toisen puolison tilanteeseen tai etteivät ole pystyneet helpottamaan sitä. Kun nämä huolenaiheet

pystytään selvittämään, vanhemmat saattavat pystyä kommunikoimaan paremmin ja heidän ahdistuksensa ja huolensa vähenevät, kun samanlaisuudet ja erot kummankin näkemyksissä tulevat esiin. Vanhempia kannustetaan kertomaan tarkemmin arkeen liittyvistä tapahtumista tai uskomuksista, varsinkin mikäli heidän näkemyksensä näyttävät eroavan toisistaan. Kyky ilmaista ja suvaita toistensa näkökantoja on keskeinen edellytys yhteiselle ymmärrykselle ja sitä työskentään kaikissa tapaamisissa.

Vanhempia pyydetään kertomaan heidän ajatuksiaan lapsensa senhetkisestä toimintakyvystä ja mahdollisista vaikeuksista. Kuullaan heidän kenties eroavia ajatuksia ja keskustellaan mistä ne johtuvat esim. sairaudesta johtuvat kognitiiviset vääristymät tai ylisukupolviset uskomukset. Työntekijä pyytää vanhempia pohtimaan lapsen arjen vahvuuksia ja lapsen pärjäävyyttä eri ympäristöissä. Ennen lapsen tapaamista on tärkeää, että vanhempien kanssa syntynyt yhteistyösuhde on riittävän turvallinen. Tällöin pääsääntöisesti vanhemmat kokevat lapsen ja työntekijän tapaamisen hyödyllisenä ja tukevat lapsen osallistumista. Vanhempia rohkaistaan kertomaan mahdollisista huolistaan liittyen lapsen tapaamiseen.



mieli

Huolet saattavat liittyä vanhemmuuteen ja tapaamisen mahdollisiin haittavaikutukseen lapselle. Tämän myötä vanhemmat voivat kokea tulleeensa kuulluksi. Kyseessä ei ole lapsen kehityksen arviointi ja jos huolta lapsen hyvinvoinnista ilmenee työntekijälle, puhuu hän näistä vanhempien kanssa. Näin ollen työntekijä voi suositella jatkotutkimuksia lapselle.

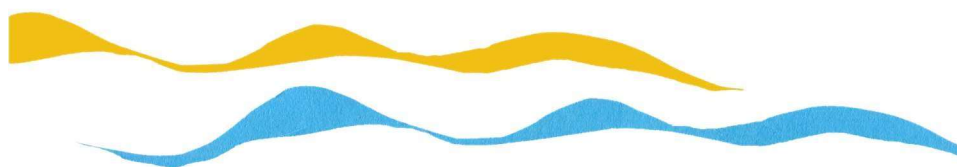
Sopivassa kohdassa toisen tapaamisen aikana työntekijä tarjoaa tarvittavia tiedollisia osioita siten, että ne liitetään perheen kokemuksiin. Ensisijaisesti puhutaan lasten kokemusmaailmaan liittyvistä vaikeista tapahtumista esim. vanhemman ärtyvyys ja vetäytyminen. Samalla tuodaan esiin pärjäävyyttä tukevia arkisia seikkoja kuten yhteinen ymmärrys perheessä, rakentava vuorovaikutus, toimivat rutiinit, kaverisuhteet ja suhteet muihin aikuisiin. Tiedollisen osion yksi keskeinen asia on tunnistaa ajatusmallien ja tunteiden yhteys. Näin vanhemmat voivat tulla tietoisemmaksi toimintamalleistaan liittyen myös lapsiin esim. suhtautuminen ystävien merkitykseen. Kun vanhemmat ymmärtävät, että he voivat vaikeuksista huolimatta vaikuttaa myönteisesti lapsen arjen sujuvuuteen ja hyvinvointiin, se voi lisätä luottamusta omaan vanhemmuuteen ja vahvistaa toimijuutta. On varsin tavallista, että vanhempien luottamus omiin kykyihinsä vanhempina on vähentynyt vaikeuksien seurauksena. Työskentelyn myötä vanhemmat usein huomaavat vaikuttaneensa kuitenkin myönteisesti lapsiinsa. He huomaavat, että ongelmista huolimatta voi olla hyvä vanhempi vrt. depressiota sairastavan vanhemman kriittistä suhtautumista itseensä vanhempana.

Perheessä, jossa vanhempi sairastaa mielialahäiriötä, on hyvä paneutua mahdollisiin virheellisiin käsityksiin oireista. Oireiden leimaaminen persoonallisuuden piirteisiin johtavat usein itsesyytöksiin ja muiden perheenjäsenten syytelyihin ja syytöksiin. Lapset uskovat herkästi, että vanhemman käytös tai mielialan muutokset johtuvat heistä. Näitä uskomuksia tuodaan harvoin julki ja niitä saattaa esiintyä myös perheissä, joissa ponnistellaan yhteistuumin eteenpäin. Tämän lisäksi läpitunkeva häpeän tunne voi hankaloittaa perheen kykyä pärjätä tilanteen kanssa. Työskentelyssä depressiota käsitellään sairautena eikä sairastuminen ole kenenkään vika eikä syy. Tämä voi lieventää sairauteen liittyviä vaikeita tunteita. Työskentelyn tarkoituksena on avata mahdollisuus perheen yhteiseen keskusteluun, jonka myötä uskomukset ja niihin liittyvät tunteet saadaan mukaan keskusteluun.

Työskentelyn aikana vanhemmat saattavat tarvita tietoa lasten kehityksestä ja pärjäävyydestä, kun he pohtivat tukemisen keinoja esim. yhteisen ymmärryksen näkökulmasta. Vanhemmat voivat olla epätietoisia lapsensa kehitysvaiheen ominaispiirteistä ja miten niihin vastataan. Vanhemmat voivat ajatella, etteivät esim. riidat vaikuta lapsiin, mikäli lapsi ei ole siinä osapuolena. Tämä on selkeä väärinkäsitys. Etenkin nuoremmat lapset selittävät tapahtumia usein itsensä kautta, joka johtaa esim. itsesyytöksiin ja virheellisiin selitysmalleihin (vrt. riitatilanteet, jossa lapsi vaikenee tai on vierestä seuraaja). Nuorisoiäkaisen kognitiivinen kehitys voi avata mahdollisuuksia toisenlaisille selitysmalleille.

Vanhempien täytyy sovittaa oma puheensa lapsen kehitysvaiheen mukaan, huomioiden sekä lapsen huolestumisen, että mahdolliset itsesyytökset. Kun vanhemmat oppivat esim. depressiosta lisää, voi heidän käsityksensä esim. riitojen vaikutuksista lapsiin muuttua. Jos parisuhde on ristiriitainen, voi tämä työskentely antaa vanhemmille myönteisen kokemuksen vastavuoroisesta vuorovaikutuksesta ja yhteisestä ymmärryksestä. Työntekijä voi näin edistää vanhempien keskinäistä kommunikaatiota ja rakentavaa vuorovaikutusta lapsia koskevissa asioissa.

Toisessa tapaamisessa keskustellaan vanhempien kanssa tulevasta lasten tapaamisista ja siitä, miten vanhemmat voivat valmistella lapsiaan. Vanhempia voi jännittää työntekijän tuleva tapaaminen lapsen kanssa, joten on hyvä kertoa heille mihin keskustelussa pyritään.



mieli

Tavoitteena on

- tutustua lapseen
- kertoa lapselle tulevasta perhetapaamisesta
- kuulla lapsen kokemuksia omasta ja perheen arjesta
- kuulla miten lapsi voi ja miten hän on selittänyt ja ymmärtänyt tapahtumia ja tilanteita perheessä
- pohtia aiheita tulevaan perhetapaamiseen

Vanhemmille kerrotaan tulevaan keskusteluun liittyvästä luottamuksellisuuden luonteesta ja miten tapaamisessa esiin tulleita seikkoja jaetaan heidän kanssaan. He saavat tapaamisen päätyttyä kuulla työntekijän ajatuksia pääpiirteissään. Lasten kanssa sovitaan kuitenkin tarkemmin mitä kerrotaan ja mitä ei. Jos lapsi tuo esiin asioita, jotka selkeästi edellyttävät vanhempien toimia heti, kertoo työntekijä vanhemmille näistä. (esim. lastensuojelulain edellyttämät toimet).

Vanhemmille kerrotaan, että perhetapaamisessa on tarkoitus yhdessä puhua perheen tärkeistä asioista. Lapset saattavat kuitenkin esittää työntekijälle kysymyksiä, joihin tuntuisi oikealta antaa alustavia vastauksia jo tapaamisessa. Sovitaan vanhempien kanssa, miten työntekijä näissä tilanteissa olisi hyvä toimia.

Pyydetään vanhempia kertomaan lapsille tulevista tapaamisista ja auttamaan heitä asettumaan keskusteluun työntekijän kanssa. Työntekijä pyytää myös vanhemmilta vinkkejä, miten keskustelussa lasten kanssa olisi hyvä toimia - etenkin alkuun pääsemiseksi. Kysytään myös, onko joitakin erityisiä teemoja, joista vanhemmat toivovat työntekijän kysyvän.

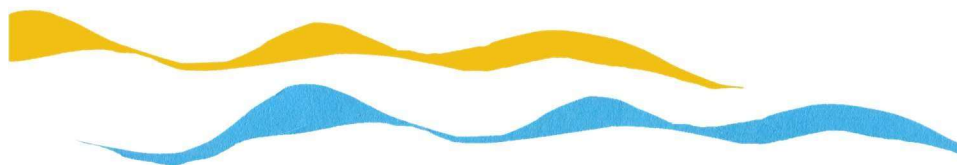
On hyvä kuulla myös vanhempien mielteitä siitä, miten he kokevat tulevat lasten tapaamiset ja miltä heistä tuntuu, kun lasten kanssa keskustellaan perheen omista asioista.

3. Tapaaminen lapsen kanssa

Lapsen tapaamisella on useita tavoitteita:

- mahdollistaa lapselle kuulluksi tulemisen kokemusta ja tutustua hänen kokemuksiinsa
- saada käsitys lapsen arjen toimivuudesta ja hänen tavastansa ymmärtää omaa ja perheen tilannetta
- kuulla lapsen kysymyksiä ja mahdollisia huolenaiheita perhetapaamista ajatellen

Jos lapsella on kysymyksiä liittyen vanhemman ongelmiin tai sairauteen, pohditaan asiaa lapsen kanssa (sopimus vanhempien kanssa, kts. toinen tapaaminen). Tavoitteena olisi, että vanhemmat itse kertovat tilanteestaan, mutta on tärkeää vastata alustavasti, jotta lapsi kokee tullessa kuulluksi, jos lapsi esittää kysymyksiä vanhemmasta. Kerrotaan lapselle, että hänen kysymyksistään keskustellaan yhdessä ja tulevassa perhetapaamisessa. Vanhempien kertomana tieto on usein merkityksellisempää kuin



mieli

työntekijän kertomana.

On tärkeää keskustella lapsen kanssa, mitä hänelle on kerrottu tästä tapaamisesta ja sen tarkoituksesta. Työntekijä kertoo lapsen kehitystasoa huomioiden tapaamisen ideasta, tulevasta perhetapaamisesta ja myös työntekijän tehtävästä. Lapsen osallisuuden tärkeyttä korostetaan. Työntekijä havainnoi lapsen hyvinvointia kokonaisuutena esim. keskittymiskykyä, somaattisia oireita, kykyä kuvata tilanteita ja ilmaista tunteitaan. Työntekijällä on mielessään vanhempien kuvaus lapsesta.

Työntekijä keskustelee lapsen arjesta käyttäen halutessaan erilaisia toiminnallisia menetelmiä. Työntekijä kysyy, miten lapsi on kokenut vanhemman mielialahäiriön tai vaikeuden ja miten hän kokee sen vaikuttaneen arkeen. Keskustelu tapaamisen tarkoituksesta luo pohjaa keskustella myös vaikeuksista. Se auttaa työntekijää ymmärtämään missä määrin lapsi jo nyt ymmärtää vanhemman tilannetta ja missä määrin se häntä mietityttää. Jos lapsi kertoo tietävänsä vanhemman vaikeuksista ja puhuu kokemuksestaan, työntekijä voi syventää keskustelua. Tärkeintä on lapsen kohtaaminen ja kuuleminen, jotta syntyy mahdollisuus rakentaa perheen tarina, johon myös lapsen näkökulmat on yhdistetty.

Lapsia ja vanhempia tavataan aluksi erikseen, siksi luottamuksellisuus on tärkeää.

Lähtökohtaisesti tämä tapaaminen on lapsen ja työntekijän välinen. On hyvä kysyä lapselta, onko hänellä sellaisia puheenaiheita, joista hän ei halua puhuttavan vanhemmille. Tämä kysymys osoittaa lapselle, että hänen toivomuksiaan kunnioitetaan ja valaisee samalla lapsen erityisiä huolenaiheita, joita voidaan tutkia laajemmin. Lapsen kanssa sovitaan asioista, jotka kerrotaan vanhemmille.

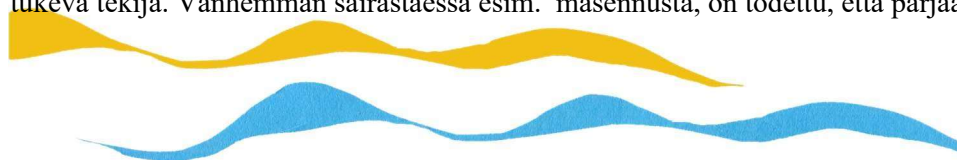
Lapsen halu vahingoittaa itseä tai toisia on poikkeus vaitiolo sääntöön. Toinen esimerkki poikkeuksesta on, jos lasta vahingoitetaan kotona tai kodin ulkopuolella. Jos lapsi kertoo väkivallasta, työntekijä toimii lain velvoittamalla tavalla.

Jos keskustelussa tulee esiin asioita, joista on kerrottava vanhemmille, kerrotaan miksi. Työntekijä pohtii lapsen kanssa miten kertoa vaikeasta asiasta vanhemmille ja tarjoutuu olemaan lapselle tueksi, tai työntekijä voi kertoa niistä vanhemmille lapsen puolesta. Jos lapsi keskustelusta huolimatta ei haluaisi vanhempien tietävän asiasta, on työntekijän kerrottava, että hänen turvallisuutensa vuoksi vanhemmille on puhuttava niistä.

Useimmat lapset kertovat mielellään vanhemmilleen keskustelusta ja monet ovat huojentuneita siitä, että vanhemmat kuulevat heidän tunteistaan ja ajatuksistaan. Työntekijä kannustaa lasta miettimään, mistä aiheista hän haluaisi puhua tai mitä kysyä vanhemmiltaan perhetapaamisessa. Aina lapset eivät itse haluaisi kertoa huolenaiheitaan, mutta hyväksyvät sen, että työntekijä kertoo heidän kysymyksensä vanhemmille perhetapaamisessa.

Tapaamisessa pohditaan myös, miten muut ovat mahtaneet ymmärtää arkisia tilanteita. Muiden kokemusten huomioimisen kautta voi lapsen näkökulma ja ymmärrys laajentua. Näin myös lapsen oma kokemus liitetään yhteiseen tarinaan. Tämän keskustelun myötä työntekijä voi vanhemmille kuvata laajemmin lapsen näkemystä perheen toimintaan vaikuttavista tekijöistä (vrt. mentalisaatio).

Tutkimukset osoittavat, että lapsen ymmärrys arkisista tapahtumista on keskeinen lapsen pärjäävyyttä tukeva tekijä. Vanhemman sairastaessa esim. masennusta, on todettu, että pärjäävät lapset yleensä



mieli

kykenevät kertomaan sairauteen liittyvistä vuorovaikutuksellisista oireista kuten ärtyvyydestä. Yleensä he eivät kuitenkaan ole yhtä hyvin selvillä oireista, jotka eivät ilmene käyttäytymisessä esim. vetäytyminen, poissaolevuus, lamaannus. Pärjäävät lapset, jotka ovat saaneet sanoja omien kokemustensa kuvaamiseksi, kykenevät tekemään huomioita sekä omista että muiden perheenjäsenten käyttäytymisestä. Tämä kyky näyttää perustuvan lapsen kykyyn nähdä itsensä erillisenä muista perheenjäsenistä.

Kokemus on osoittanut, että näiden lasten vanhemmat näkevät useammin heidät yksilöinä ja pystyivät hyväksymään tämän. Vanhemmat tunnistivat sekä lastensa vahvuudet että haavoittuvuudet ja vaikeudet ja pystyvät tukemaan lastensa pärjäävyyttä huolimatta omista ongelmista. Tilanteissa, joissa lapsilla ei ole selkeää käsitystä vanhemman vaikeudesta esim. depressiosta (niin kielellisellä kuin ymmärtämisen tasolla), ovat he alttiita tulkitsemaan vanhempien oireilua reaktionä lasten omaan käytökseen.

Kaiken kaikkiaan on tärkeää auttaa lapsia ymmärtämään omia kokemuksiaan kotona tapahtuvista vaikeista tilanteista. Usein lapset ilmaisevat suhteellisen suoraan tai joskus enemmän peiteltysti huomanneensa esim. ärtyvyyden tai huolestuneisuuden, vaikka usein lapset vähättelevätkin huomioitaan. Varsinkin nuorempien lasten taipumus vähätellä vanhemman pahan olon aiheuttamaa ahdistusta saattaa olla heille yritystä pärjätä oman hädän kanssa. Ei ole kovin epätavallista, että lapset kertovat olleensa huolissaan aikaisemmin mutta ettei huolenaiheita enää ole.

Kyseessä voi olla lapsen tapa välttää arvostelemasta vanhempaansa. He saattavat tarjota selityksiä mikä oikeuttaa esim. vanhemman kiukunpurkaukset. Työntekijän on tärkeää ymmärtää mikä sanoittamisen taustalla saattaa olla.

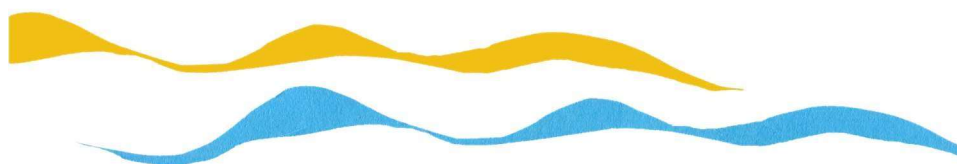
Työntekijän on hyvä huomioida, että lapset suhtautuvat keskustelemiseen omanlaisesti, jotkut ovat varovaisia, arkoja tai jopa pelon tuntein. Toisista on mukavaa kertoa huomioistaan ja he vastaavat vapautuneesti työntekijän kysymyksiin. Keskustelun kulkuun vaikuttaa mm. lasten ikä, kehitystaso ja luonne. Lisäksi perheen keskustelukulttuuri ja miten lapsen kanssa on keskusteltu tapaamisesta vaikuttaa tilanteeseen. Työntekijä pyrkii luomaan lapselle tulevasta perhetapaamisesta mahdollisimman myönteisen kuvan ottaen huomioon edellä mainitut asiat.

Monet vanhemmat osallistuvat työskentelyyn lastensa vuoksi. He ovat huolissaan lastensa voinnista ja siitä, miten perheen kuormittunut tilanne vaikuttaa lasten tulevaisuuteen. Vanhemmat etsivät varmuutta siitä, että lapset kehittyvät tavanomaisesti. Usein työntekijä voi rauhoittaa vanhempien huolta.

4. Vanhempien tapaaminen: lapsen arjesta keskustelu ja perhetapaamisen suunnittelu

Neljäs tapaaminen, jolloin työntekijä jälleen tapaa vanhemmat, tähtää seuraaviin tavoitteisiin:

- keskustella lasten tapaamisista vanhempien kanssa
- liittää lasten kertomat kokemukset vanhempien tarinaan
- helpottaa vanhempien vastuunottoa perhetapaamisen toteutuksessa. Tavoitteena on lisätä vanhempien asiantuntemusta ja toimijuutta.
- perhetapaamisen suunnittelu



mieli

Tapaamisessa on keskeistä, että vanhemmat kykenisivät hyväksymään eri näkökulmien esiin tuomisen. Kun erilaiset näkökannat integroidaan perheen yhteiseksi tarinaksi, luodaan pohjaa tulevalle perhekeskustelulle, jossa myös lasten mahdollisia huolia kuullaan. Kun vanhempien kanssa suunnitellaan tulevaa perhetapaamista, tarjoutuu mahdollisuus kerrata tiedollisia osioita. Lisäksi sovitaan lasten kysymyksiä ja toiveita huomioiden, millä tavalla niistä puhutaan yhteisessä tapaamisessa. Vanhemmat kykenevät usein mahdollisista keskinäisistä ristiriidoista huolimatta yhteistuumiin suunnittelemaan perhetapaamista huomatessaan, että he voivat työskennellä yhdessä lastensa hyväksi.

Työntekijä kertoo keskusteluistaan ja havainnoistaan lasten tapaamisesta, korostaen sekä lapsen vahvuuksia ja pärjäävyyttä tuoden esiin mahdollisia haavoittuvuuksia. Mikäli huolta herää lapsesta esim. tunne-elämään tai toimintakykyyn liittyen, voidaan keskustella mahdollisesta lisätuen tai hoidon tarpeesta. Työntekijä tarjoaa vanhemmille apuaan tässä asiassa. Vanhempien reaktiot voivat olla hyvin erilaisia. Vanhemmat saattavat esimerkiksi ilmaista helpotuksensa siitä, että heidän huolensa on todettu tosiksi, ja että heidän lapsensa tulee saamaan esim. psykoterapeuttista tukea. Toisaalta he saattavat ilmaista suurta syyllisyyttä siitä, että heidän pelkonsa lapsen ahdistuksesta on todettu aiheelliseksi. Tämä edellyttää työntekijältä herkkyyttä ja kunnioitusta vanhempien kokemuksen kuulemiselle.

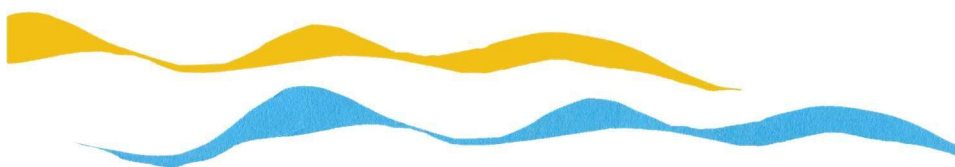
Tässä tapaamisessa palataan työskentelyn tavoitteisiin ja tulevaan perhetapaamiseen, jossa paikalla ovat myös lapset. Tapaamisessa yhdistetään lasten esille tuomat huolet ja kysymykset vanhempien pohdintoihin, joista he haluavat keskustella. Keskustelun keskiöön asetetaan vanhempien yhdessä valitsemat teemat. Perhetapaamisen valmistelussa voidaan käydä läpi esimerkiksi sairauden kulkua, sairauden aikaisia tapahtumia, sairaalassa oloa ja hoitoa. On tärkeää keskustella sairauden luonteesta ja vakuuttaa lapsille, ettei vanhemman oireilu ole lasten eikä kenenkään muunkaan syytä. Myös tulevaisuuteen koskevaan keskusteluun on tärkeää paneutua. Keskusteluun on hyvä tuoda perheen arkisia vahvuuksia eikä pelkästään huolia. Kun vanhemmat yrittävät päättää mistä keskustella lastensa kanssa, heillä saattaa olla keskenään eriäviä näkökantoja ja ristiriitoja. Työntekijä ohjaa yhdessä toteamaan eriävyydet ja auttaa vanhempia keskustelemaan niistä sekä keskittymään uudelleen perhetapaamisen suunnitteluun.

Kun perheen arjessa on haasteita esim. sairaudesta tai muista ongelmista johtuen, joutuu työntekijä usein aktiivisemmin osallistumaan perhetapaamisen suunnitteluun ja sen kulkuun. Vanhemmat saattavat esimerkiksi pyytää työntekijää ottamaan ison vastuun keskustelusta, toiset perheet haluavat mieluummin ohjailta keskustelun kulkua omin päin työntekijän siihen puuttumatta. Tavoitteena olisi, että vanhemmat ottavat päävastuun keskustelun kuljettamisesta. Tämän myötä myös vanhempien toimijuus vahvistuu ja heille syntyy uskoa siihen, että he osaavat toimia lastensa pärjäävyyden tukijoina.

Joissakin perheissä on voinut olla vaikeaa myöntää ongelmien olemassaoloa ja vaikeuksista on saattanut ollut vaikeaa puhua. Tämä voi johtaa siihen, että tunteita on tukahdutettu eikä yhteistä ymmärrystä ole rakentunut. Työntekijän on hyvä ottaa huomioon, että liian suorat keskusteluyritykset voidaan kokea uhkana. Suunnittelussa työntekijä voi kuulostella vanhempien kokemuksia puhumisesta ja suhteuttaa se omaan lähestymistapaan.

Suunnittelutapaamisessa luodaan yhdessä perhetapaamiselle puitteet, jotka vanhemmat ja heidän lapsensa voivat hyväksyä.

Monille perheille yhdessä puhuminen voi olla mittava askel kohti ongelmallisen tilanteen yhteistä ymmärrystä. Keskustelu voi lievittää syyllisyyttä ja vähentää perhepiirissä usein syntyvää syytelyä. Yhdessä puhumisen kautta avautuu usein myös lapselle enemmän tilaa tuoda esiin omia ajatuksiaan



mieli

perheen piirissä. Työskentelyn kannalta suunnittelutapaaminen vanhempien kanssa on tärkeä askel tätä päämäärää kohti.



5. Perhetapaaminen

Perheistunnon tärkein tavoite on auttaa perhettä ymmärtämään yhteisiä arkisia kokemuksiaan esim. sairauteen liittyen. Kaikkien yksilölliset kokemukset ja niihin liittyvät tunteet pyritään nostamaan esiin ja liittämään perheen yhteiseen tarinaan.

Perhetapaaminen antaa vanhemmille tilaisuuden pukea sanoiksi käyttäytymistä ja sen syytä, esim. sairaus ja sen oireet on voinut vaikuttaa perheeseen eri tavoin. Perhetapaaminen osoittaa, että esim. oireista voi nyt puhua ja niitä voidaan oppia yhdessä ymmärtämään. Ymmärtämisen edesauttamiseksi vanhemmat tai työntekijä esittävät esim. kyseisen sairauden oireita ja hoitoa koskevan katsauksen (ks. Miten autan lastani-opas). Työntekijä auttaa vanhempia suhteuttamaan yleistietouden perheen omaan kokemusmaailmaan. Vanhemmille voi olla tärkeää pystyä kuvaamaan oireitaan ja osoittamaan, että hämmentävä käyttäytyminen on johtunut esim. depressiosta. Silloin myös lapset pystyvät usein ilmaisemaan avoimemmin omat reaktionsa vanhemman käyttäytymiseen tai mielialoihin.

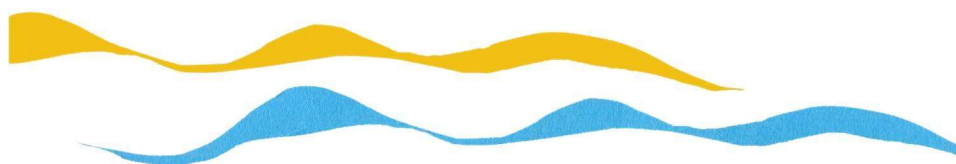
Perhetapaaminen on tilaisuus, jossa perheenjäsenet voivat alkaa jakaa kokemuksiaan perheen tilanteesta ja tapahtumista esim. liittyen vanhemman depression ja jaksamattomuuteen. Joidenkin perheiden osalta keskustelu jää vähäiseksi ja työntekijän rooli on suuri. Toiset perheet saattavat keskittyä yhteen puheenaiheeseen koko istunnon ajan, kun taas toiset saattavat nostaa fokukseen useampiakin aiheita.

On hyvä muistaa, että tapaamisen rakenne ja muoto ovat vähemmän tärkeitä kuin perheenjäsenten kyky jakaa näkemyksiään monenlaisista kokemuksista, ilmapiirissä, missä hyväksytään eroavuudet ja erimielisyydet. Turvallisuuden tunnetta on keskeistä vaalia.

6. Katsaus ja tulevaisuuden suunnitelmat

Kuudennessa tapaamisessa käydään läpi perhetapaaminen ja palataan työskentelylle asetettuihin tavoitteisiin prosessin aikana lisääntyneen uuden ymmärryksen valossa.

Perhetapaamisen läpikäynti auttaa vanhempia ymmärtämään ja yhdistämään opitut uudet asiat omiin haasteisiin. Työntekijä tiedustelee, miten kukin lapsi koki perhetapaamisen samalla kuullen vanhempien mielteitä siihen liittyen. Yhdessä vanhempien kanssa mietitään miten toimia tilanteissa, joissa lapset



mieli

tuovat esiin huolia ja kysymyksiä, joita heillä saattaa tulevaisuudessa olla. Kannustetaan vanhempia jakamaan myös omia kokemuksiaan perhetapaamisesta ja miten kukin tässä vaiheessa ymmärtää perheen kokonaistilanteen. Palataan tunnistettuihin perheen voimavaroihin sekä lasten kehitystä tukeviin (suojaaviin) tekijöihin.

Tapaamisessa korostetaan pian päättyvän työskentelyn olleen alku perheessä jatkuvalla prosessille. On hyvä muistuttaa, ettei kukaan odota, että kaikki työskentelylle asetetut tavoitteet toteutuvat lyhytkestoisen työskentelyn kuluessa. Työskentely tähtää siihen, että vanhempien ymmärrys perheen arjesta ja lasten näkökulmasta lisääntyy ja löytyy uusia ongelmien käsittelytapoja, joista on jatkuvaa hyötyä. Työntekijä muistuttaa mahdollisesta seurantatapaamisesta, joka pidetään kuuden kuukauden kuluttua ja mahdollisesti vielä senkin jälkeen.

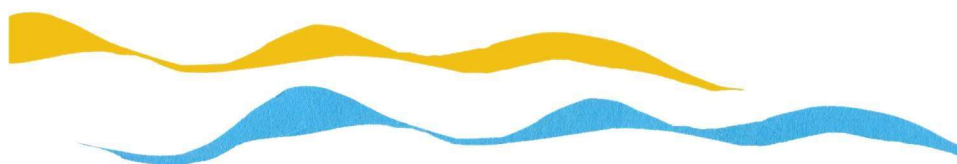
Kuudennen tapaamisen ilmapiiri ja tehtävät heijastavat yleensä perhetapaamisen tunnelmaa. Tilanteissa, joissa vanhemmat ja lapset ovat perhetapaamisessa olleet aktiivisia, nostaa työntekijä vahvuudeksi heidän kykynsä toimia yhdessä. Joskus perheet eivät kuitenkaan pysty avoimesti jakamaan tunteitaan ja ajatuksia ja työntekijä on joutunut ottamaan suuremman vastuun vuorovaikutuksesta. Näissäkin tilanteissa on hyvä nostaa esiin jaetun tiedon ja keskustelun merkitys. Kuudes istunto varmistaa, että perheissä, joissa ei ole keskusteltu edellisistä tapaamisista, annetaan työntekijän avulla mahdollisuus palata prosessiin.

Kun perheinterventiota on tutkittu, on todettu, että perheet harvoin kokevat työskentelystä olevan haittaa. Työntekijän on kuitenkin huomioitava, että vanhemmat saattavat tulla tietoisemmaksi lastensa mahdollisista ongelmista, mikä voi lisätä heidän huoliaan. Huolille on hyvä antaa tilaa.

Näissä tilanteissa on hyvä palata arkea kannatteleviin keinoihin, joita on tunnistettu työskentelyn aikana. Näin vahvistetaan vanhempien luottamusta omiin kykyihinsä. Muistutetaan vanhempia siitä, että myös jatkossa on hyvä hakea apua tarvittaessa.

Joidenkin vanhempien odotukset työskentelyyn liittyen – tavoitteet - voivat olla valtavan suuret. Näissä tilanteissa työntekijän on luotava tilaa pettymysten käsittelylle samalla tuoden esiin, että perheinterventio on ajateltu olevan alku perheessä jatkuvalla prosessille. Vanhempien kanssa on syytä pohtia mahdollisia jatkotuen polkuja. Työntekijä voi mahdollisuuksien mukaan kutsua tarvittavan tahon yhteiseen tapaamiseen ja näin saattaen varmistaa, että perhe ei jää tilanteessaan yksin.

Työntekijän on hyvä varmistaa, että kaikki perheelle tärkeät asiat on tullut käsiteltyä (ks. päämäärät). Mikäli jokin asia on jäänyt vielä mietityttämään, on hyvä palata siihen. Perheen vahvuuksien vahvistaminen ja tehdyn työn tunnustaminen on erittäin tärkeää. Myönteinen palaute antaa voimia elää tilanteen kanssa ja toivoa tämän vaikean haasteen edessä.



7. Seurantatapaaminen

Seurantatapaamisella on neljä tarkoitusta:

- kuulla perheen kuulumisista ja nykyhetkestä
- palata työskentelyn teemoihin ja siihen, miten ne näkyvät perheen arjessa
- kannustetaan perhettä lisäävun pariin tarvittaessa
- sovitaan mahdollisesta uudesta seurantatapaamisesta



Seuranta käsittää yleensä yhden tapaamisen vanhempien kanssa. Lapsetkin voivat

olla mukana vanhempien pyynnöstä ja lisätapaamisia voidaan järjestää tarpeen mukaan.

Ennen seurantatapaamista, on hyvä muistuttaa vanhempia tulevasta tapaamisesta ja sen tarkoituksesta. Tarvittaessa voidaan yhdessä suunnitella tapaamisen sisältöä, etenkin jos lapset osallistuvat siihen. Seurantatapaaminen saattaa vanhemmat uudelleen yhteyteen työntekijän kanssa ja muistuttaa perhettä siitä, että apua on saatavilla. Työntekijä pyrkii vaalimaan perheen omia vahvuuksia ja selviytymiskeinoja vahvistamalla perheenjäsenten toimijuutta ja voimavarojen aktiivista käyttöä.

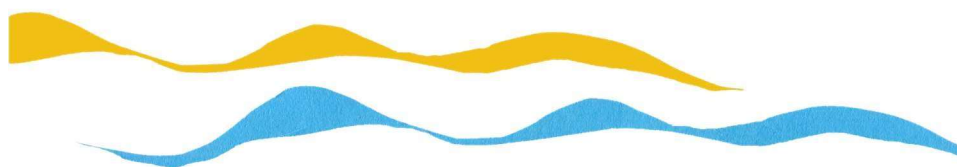
Lyhytkestoisia interventioita ym. koskevien tutkimusten valossa ajoittaiset seurantatapaamiset ovat osoittautuneet keskeiseksi saavutettujen tulosten ylläpitämiseksi (Frank ym. 1990). Työntekijä voi yhdessä vanhempien kanssa muistella työskentelyn alkuvaihetta ja prosessin kulkua. Arvioidaan tarvetta palata tiedollisiin osioihin esim. pärjäävyydestä ja depressiosta.

Seurantatapaamisessa on hyvä yhdessä pohtia yhteisen ymmärryksen merkitystä tässä hetkessä. Kyseessä ollessa esim. sairaus voidaan pohtia, onko lisääntynyt tieto vaikuttanut kokonaisuymmärrykseen perheen tilanteesta. On hyvä myös pohtia, onko tämä näkynyt perheen arkisessa toiminnassa. Samalla pohditaan, onko perheen osallistumisesta työskentelyyn ollut apua ja jos näin, miten se näkyy arjessa. On tärkeä pohtia myös sitä, onko osallistumisesta ollut haittaa jollekin tai jollakin tavalla. Jos näin on, on syytä pysähtyä tämän äärellä ja etsiä tilanteeseen ratkaisuja.

Tietoa käydään läpi perheen sen hetkisen tarpeen mukaan. Joskus voi olla tarpeen kerrata perheen tilanteeseen liittyen olennaisia tietoon pohjautuvia asioita. Jos huolet liittyvät esim. lasten hyvinvointiin voidaan käydä keskustelua lapsen kehitystä suojaavista tekijöistä ja miten niitä voisi arjessa huomioida. Joskus vanhemmilla voi olla huolta lapsen tämän hetkisestä kehityksestä tai käyttäytymisestä ja he kaipaavat tietoa siitä, onko lapsen kehitys ikäkauden mukaista. Jos lapsella on jo huolta herättäviä pahoinvoinnin merkkejä, keskustellaan niistä ja siitä mistä voi tarvittaessa saada apua.

Kokemuksista tiedetään, että vanhemmat suhtautuvat seurantatapaamisiin monella eri tavalla. Toiset vanhemmat tulevat tapaamiseen mielellään, kun taas toiset vanhemmat ovat empiviä. Epäröinnin taustalla voi olla monia seikkoja. Suhtautuminen voi liittyä tyytymättömyyteen itse työskentelyyn tai se voi johtua esim. lisääntyneestä tuen tarpeesta. Jotkut perheet eivät enää halua palata kipeisiin aiheisiin. Joskus tapaamista ei koeta enää tarpeellisena.

Lopussa on hyvä palata työskentelyn lähtökohtiin ja ennaltaehkäisevään tehtävään. Tutkimukset osoittavat, että perheen ongelmat voivat lisätä lasten pahoinvointia. Toisaalta tiedetään, että suuri osa



mieli

perheistä selviää ongelmista huolimatta etenkin, kun haetaan apua. Vanhempia kiitetään siitä, että tarttuivat tähän tärkeään tehtävään. Työskentelyn pitkäaikaiset vaikutukset tulevat näkyviin tulevina vuosina. Muistutetaan perheelle, että tämä työskentely on hyvä nähdä alkuna vahvistamaan ja varmistamaan perheen pärjävyyttä.

Arjen pienetkin teot ovat lapsen pärjävyydelle merkityksellisiä.

