

TUKIHENKIÖ- OPAS

HEIDI SUNDWALL & MAREENA HEINONEN



VOIKUKKIA-toiminta
Kasper – Kasvatus- ja perheneuvonta ry
www.voikukkia.fi
© kirjoittajat, Kasper – Kasvatus- ja perheneuvonta ry
Graafinen suunnittelu: Karin Workshop Oy
Valokuvat: Pixabay, iStock photos
ISBN 978-952-68389-6-0 (nid.)
ISBN 978-952-68389-7-7 (PDF)

SISÄLLYS

LUKIJALLE	4
1. MIKSI SIJOITETTujen LASTEN VANHEMPIA PITÄÄ TUKEA?	5
2. TOIVO ON TÄRKEÄÄ KRIISIN KESKELLÄ	9
Vanhemman kriisin vaiheet	10
3. TUKIHENKILÖ ON RINNALLA KULKIJA	15
4. SINUSTAKO TUKIHENKILÖ?	19
Tukihenkilön soveltuvuus	20
Tukihenkilöiden kokemuksia	21
Jokaisen tarina on ainutlaatuinen	23
5. TUKIHENKILÖN OMA JAKSAMINEN	25
6. SUOSITUKSIA JA OHJEITA – SOPIMUSTEN TÄRKEYDESTÄ	27
Työsopimus ja toimeksiantosopimus	28
Palkkiot ja korvaukset eri alueilla	30
Työnohjaus ja ammattilaisten antama tuki on välttämätöntä	31
7. VERTAISTUKIHENKILÖTOIMINTA POHJOIS-SAVOSSA	33
Kokemuksia tukihenkilötoiminnasta	34
Näin minusta tuli tukihenkilö	36
8. TUKIHENKILÖTOIMINTA KOTKASSA	39
Vertaisuuden voima – tuetusta tukihenkilöksi	40
9. VOIKUKKIA-TUKIHENKILÖKAHVILA TAMPEREELLA	43
10. AVOIN TUKIKAHVILA HÄMEENLINNASSA	45
11. YKSILÖTYÖSKENTELY VOIKUKKIA-RYHMÄMALLIN AVULLA	47
12. VAPAAEHTOISET VANHEMMAT VOIKUKKIA-TOIMINNASSA	49
13. VOIKUKKIA-KEHITTÄJÄVANHEMMAT	50
LÄHTEET	51
LIITTEET	53

LUKIJALLE

Tämä tukihenkilöopas on syntynyt sijoitettujen lasten vanhempien toiveesta. He toivovat, että tukihenkilötoimintaa kehitettäisiin järjestelmällisesti ja mahdollisimman moni sijoitetun lapsen vanhempi saisi tukea.

VOIKUKKIA[®]-verkoston eri alueilla on toiminut kymmeniä tukihenkilöitä sijoitettujen lasten vanhempien tukena. Useimmiten he ovat toimineet vapaaehtoisina, mutta heitä on ollut myös muutaman kunnan palkkalistoilla.

Tähän oppaaseen on koottu kokemuksia ja näkemyksiä tukihenkilöiltä, tueltilta vanhemmilta sekä toimintaa organisoineilta ammattilaisilta. Tukihenkilötoimintaa ja vertaistukikahvilatoimintaa on kokeiltu muun muassa yhteistyöalueillamme Pohjois-Savossa, Kotkassa, Tampereella ja Hämeenlinnassa. Tätä opasta varten haastatellut tukihenkilöt ovat kaikki vertaisia, joilla itselläänkin on kokemus oman lapsen sijoituksesta tai huostaanotosta.

Sijoitettujen lasten vanhempien tukihenkilönä toimiminen ja toiminnan aloittaminen kannattaa suunnitella huolella. Tästä oppaasta voit lukea esimerkkejä siitä, millaista on hyvin suunniteltu ja koordinoitu työ esimerkiksi Pohjois-Savon alueella.

Hyvin suunnitellusta tukihenkilötoiminnasta hyötyvät kaikki. Apua kaipaava vanhempi saa tukea ja lohtua, ja ammattilaiset voivat tarjota muiden palvelujen lisäksi tukihenkilötoimintaa asiakkailleen. Lisäksi tukihenkilöinä toimivilla vapaaehtoisilla pitäisi aina olla tukenaan koordinaattori.

Tämä opas on tarkoitettu niille, joita lapsen sijoitus koskettaa: vertaisvanhemmille, jotka ovat kiinnostuneita toimimaan tukihenkilöinä, sekä ammattilaisille, jotka haluavat kehittää uusia tukimuotoja sijoitettujen lasten vanhemmille. Tukea etsiville vanhemmille opas antaa tietoa siitä, millaista tukea tukihenkilöltä voi saada.

Tämä opas ei ole valmis. Sen sisältö täydentyy sitä mukaa kuin sijoitettujen lasten vanhempien tukimuodot kehittyvät. Tukihenkilötoiminta on yksi niistä; kovasti toivottu, paljon tarvittu ja hyväksi koettu.

Kiitos kaikille vapaaehtoisille vertaisvanhemmille, vertaistukihenkilöille, vertaisohjaajille ja ammattilaisille – teidän ansiostanne yhä useampi sijoitettujen lasten vanhempi saa tarvitsemaansa tukea. Ilman teitä ja arvokasta auttamistyötänne tätä kirjaa ei olisi syntynyt.

Vertaisuudessa on ihmeellinen voima. Jaetaan hyvää eteenpäin. Ketään ei saa jättää yksin.

Helsingissä elokuussa 2019

Kirjoittajat

1. MIKSI SIOJITETTUIJEN LASTEN VANHEMPIA PITÄÄ TUKEA?

Tullessaan lastensuojelun asiakkaaksi perhe on usein ollut jo pidempään kriisissä. Kaikkien perheenjäsenten elämäntilanne on saattanut olla pitkään erittäin kuormittava. Sijoitukseen liittyvät syyt vaihtelevat, ja jokaisen perheen tilanne on ainutkertainen. Perheillä voi olla taloudellisia tai terveydellisiä vaikeuksia, uupumusta tai mielenterveyden haasteita. Usein palvelujen saatavuudessa on ollut ongelmia jo peruspalveluissa. Esimerkiksi pitkäaikaissairaana, neurologisesti oireilevan tai kehitysvammaisen lapsen perhe on voinut olla raskaassa tilanteessa vuosia, vaikka apua on haettu, usein moneen otteeseen.

Sijoitus voi olla vanhempien ja lapsen hyväksymä tai vastentahtoinen. Oli tilanne mikä tahansa, se on raskas kokemus, joka aiheuttaa kriisin niin lapsille kuin vanhemmille. Päätöksen ymmärtäminen voi viedä vanhemmalta ja koko perheeltä pitkän ajan. Nopeasti vaihtuvat tilanteet eivät ole helppoja kenellekään. Aina ei myöskään ole kyse vanhemman ongelmista. Jos nuori on sijoitettuna esimerkiksi päihdeongelman takia ja karkailee sijoituspaikastaan, vanhempiakin tarvitsee tukea. Tätä opasta varten haastateltujen vanhempien mukaan tuki-henkilön apu on tärkeää, kun lapsi on kateissa. Ihminen tarvitsee tukea ja kuulevaa korvaa juuri silloin, kun tuntuu, ettei epävarmuutta ja pelkoa jaksa enää hetkeäkään.

"Odottaminen on pahinta. Epätietoisuus. Joku muu päättää, mutta et tiedä mitä. Tai milloin. Joten odotat, elämä pausella. Epäelämää."

– HUOSTAAN OTETUN
LAPSEN VANHEMPI

Huostaanoton jälkeen lapsen arjesta ja siihen liittyvistä päätöksistä vastaavat lastensuojelun työntekijät ja sijoituspaikan henkilökunta tai sijaisperhe. Vanhempi jää tilanteessa usein täysin yksin ilman välitöntä tukea ja ymmärrystä. Vanhemmat ovat usein syvällä vihan, surun, katkeruuden, häpeän ja jopa täydellisen epätoivon tunteissa.

Kuitenkin kaikki osapuolet – lapsi, vanhemmat ja koko perhe – tarvitsevat tukea sijoituksen aiheuttamaan kriisiin. Vanhemmat tarvitsevat erityistä tukea vanhemmuuteensa muuttuneessa tilanteessa, kun lapsi on sijoitettu pois perheestä. Matkaa pitäisi pystyä jatkamaan myös uudessa elämäntilanteessa, niin oman itsensä kuin lapsen vuoksi. Edessä on uusi rooli etävanhempana, rinnakkaisvanhempana, lasta tapaavana vanhempana. Kotona asuvat sisarukset tarvitsevat vanhemmalta paljon tukea ja huomiota omaan suruunsa ja kipuihinsa sisaruksen lähdön vuoksi. Matka huostaanotetun lapsen lähelle voi olla fyysisesti pitkä ja henkisesti raskas.

Sijoitus vaikuttaa myös perhedynamiikkaan. Jos kotiin jää sisarusia, on sijoitus kriisi myös heille. Yksi jäsen on perheestä pois. Sijoitus vaikuttaa myös parisuhteeseen: puolisoilla voi olla hyvin erilainen tapa käsitellä asiaa. Siitä voi joskus aiheutua ristiriitoja. Vanhemman pitäisi jaksaa ylläpitää kotiin jääneiden arkea, ja se voi tuntua kuormittavalta. Vanhemman tukeminen oman kriisinsä käsittelyssä ja omien voimavarojensa löytämisessä auttaa kaikkia lastensuojelun osapuolia: koko perhettä, lasta, vanhempia, sijaishuoltajia ja viranomaisia.

Perheen hajoaminen aiheuttaa uuden kriisin, vaikka lapsen sijoitusta olisi ennakoitu ja valmisteltu yhteistyössä. Tilanne jää ikään kuin ”päälle”, jos vanhemmat eivät saa tukea tilanteen käsittelyyn, omaan elämäänsä ja vanhemmuuteensa. Kriisikokemuksen eri vaiheet tunnetaan hyvin, mutta tietoa ei aina sovelleta eikä vanhempien tunteita ja reagointia tulkita tämän tiedon kautta. Kriisissä oleva ihminen leimataan myös helposti hankalaksi asiakkaaksi.

Lapsen sijoittamisen hetki on usein vanhempien mukaan kaikkein kuormittavin vaihe. Koko perheen elämä muuttuu täysin, kun lapsi muuttaa pois kotoa. Vanhemmilta kerätyn tiedon mukaan tukea tarvitaan silti kaikissa muissakin lasten-

suojeluprosessin muutos- ja nivelvaiheissa: heti asiakkaaksi tullessa, erilaisissa perheen kriisitilanteissa, lapsen sijoituksen tai huostaanoton aikana, sijoituspaikan muutoksissa ja perheen jälleenyhdistämisen hetkellä.

"Koin suunnatonta helpotusta, kun vihdoinkin sain puhua kaikista ahdistavista asioista ihmiselle, joka ymmärsi, miltä minusta tuntuu."

- TUETTU
VANHEMPI 2016

Tukihenkilötoiminnan tavoitteena on edistää hyvinvointia ja jaksamista. Tukihenkilötoiminta on matalan kynnyksen tukipalvelu, joka voi auttaa ehkäisemään perheenjäsenten syrjäytymistä. Tarkoitus on olla ihmisenä toisen rinnalla.

Tukihenkilö on viranomais- ja ammattilaisapua täydentävää tukipalvelua, ei sitä korvaavaa.

Kriisissä olevan vanhemman voi olla vaikea ottaa vastaan tukea viranomaisilta. Jos sijoitus on ollut vastentahtoinen, tukihenkilön ei ole tarkoitus taivutella vanhempaa hyväksymään sijoitusta vaan olla tukena raskaassa tilanteessa. Tukihenkilöllä voi olla suuri merkitys vanhemman jaksamisen kannalta. Näin vanhempi ei koe jäävänsä täysin yksin vaikeassa tilanteessa. On tärkeää, että joku muistuttaa vanhempia siitä, että elämässä on muutakin kuin sijoitus ja nopeastikin vaihtelevat tilanteet. On tärkeää jaksaa pitää huolta itsestään.

Erään mielenterveysongelmista kärsineen nuoren ongelmat olivat jatkuneet jo vuosia. Apukeinoja oli etsitty pitkään. Näin vanhempi kommentoi tilannettaan:

"Ilman vertaistukea en olisi päässyt irti lapseni huostaanoton jälkeisestä syvästä epätoivosta. Pystyin ensimmäisen kerran sanomaan ääneen, miten pahalta minusta tuntui, vaikka tiesinkin tämän olevan paras ratkaisu. Ymmärsin, että kyseessä on suuri kriisi ja että kriisin eri vaiheisiin kuuluu kaikenlaiset tunteet – ne kaikista vaikeimmatkin. Enkä enää ollut yksin niiden tunteiden kanssa. Ymmärsin, että pystyn jatkamaan elämää ja löytämään rauhan uudessa roolissani etävanhempana. Ilman vertaistukea en olisi selvinnyt. Tänään pystyn hyväksymään, että meidän perheellemme kävi näin mutta elämä voi jatkua kaikille kuitenkin näissä oloissa parhain päin. Lapseni tarvitsee minua edelleen ja meidän suhteemme on hyvä."

Omasta lapsesta luopuminen, luopumista edeltäneet tapahtumat ja vaikeudet ovat kipeä aihe vanhemmalle. Tuen, tiedon ja vertaistuen voimalla näiden asioiden läpikäyminen voi olla edes vähän helpompaa tai ylipäänsä mahdollista. Henkilökohtaisten ja arkojen asioiden jakaminen vaatii ensin yhteisen luottamuksen syntymistä. Joskus on ensin helpompi kuunnella toisen kokemuksia kuin kertoa omistaan.

Vertais- ja tukihenkilötoiminta vastaa juuri tähän tarpeeseen. Huostaanoton tai sijoituksen syystä riippumatta monet vanhemmat ovat kertoneet erityisesti häpeän ja huonommuuden tunteista. Saattaa olla, ettei sijoituksesta halua kertoa kenellekään. Tilanne voi helposti johtaa sosiaalisten tilanteiden välttelyyn. Muutos perhetilanteessa on jo itsessään iso kriisi, ja se rajoittaa perheenjäsenten mahdollisuuksia pyrkiä elämään normaalia arkea. Jos vanhemmalla itsellään on lisäksi muita kriisejä, tilanne voi tuntua ylitsepääsemättömän kuormittavalta. Juuri silloin on tärkeää, että rinnalla on joku, joka voi kertoa siitä, että tilanteesta on mahdollista päästä eteenpäin.

Tukihenkilötoimintaa tarvitaan myös sen takia, että vertaistukiryhmätoiminta ei sovi kaikille. Joskus vanhemmalla on elämässään paljon päällekkäisiä kriisejä tai kuormittavia asioita, ja silloin on vaikeaa sitoutua ryhmätoimintaan. Erityisesti sellaisessa tilanteessa monet vanhemmat ovat kokeneet saavansa tukihenkilöltä suuren avun.

VANHEMPI SAA TUKEA

- Saa tukea sijoituspaikasta/sosiaalityöntekijältä, laitoksesta, perhetyöstä jne.
- Saa tukea terapiasta
- Saa tukea tukihenkilöltä/vertaisryhmästä

VANHEMPI VOI PAREMMIN

- Vanhemman hyvinvointi vaikuttaa lapseen ja koko perheeseen
- Vanhemman hyvinvointi vaikuttaa yhteistyöhön (sijaisperhe, laitos, muut ammattilaiset)

VANHEMPI HALUAA TUKEA MUITA

- Yhä useampi vanhempi löytää vertaistukea
- Yhä useampi perhe voi paremmin

Joskus tuen tarve on sellainen, ettei vertaistukityö riitä. Joskus on kyse yksinkertaisesti siitä, että vanhempi ei koe ryhmätilanteita omakseen. Silloin hän hyötyy eniten henkilökohtaisesta tuesta. Tukihenkilötyön jälkeen vanhempi voi olla valmiimpi osallistumaan ryhmään. Vanhempi saattaa myös tarvita vaikkapa yksilöterapiaa.

Tätä opasta varten haastatellut tukihenkilöt ovat olleet kaikki vertaisia. Vanhemmat ovat kokeneet, että erityisesti vertainen, joka on kokenut saman tilanteen, tuo toivoa, lohtua ja rohkaisua vanhemmalle ja koko perheelle.

Tukihenkilönä toimiminen on sijoitetun lapsen vanhemman rinnalla kulkemista, yhdessä tekemistä ja ilojen ja surujen jakamista. Jokainen tukisuhde on persoonallinen ja ainutkertainen vuorovaikutussuhde.

Toiminnan tarkoituksena on vaikuttaa myönteisesti vanhemman elämään ja edistää hänen hyvinvointiaan. Toiminnalla on myös välillisiä vaikutuksia. Kun vanhemman oma tilanne paranee, lapsen mahdollinen huoli vanhemmasta vähenee.

"Vertaisen mukanaolo rauhoittaa."
– TUETTU VANHEMPI 2016

"Tuettava on kyennyt hallitsemaan itseään paremmin palaverissa, kommunikaatio on ollut parempaa."
– AMMATTILAINEN 2016

"Tuettava kykenee pitämään puoliaan paremmin."
– TUKIHENKILÖ 2017

VOIKUKKIA – MONENLAISIA VAPAAEHTOISIA

Kaikki vapaaehtoiset ja verkostomme jäsenet ovat sitoutuneet Voikukkia-toiminnan eettisiin periaatteisiin ja yhteisesti määritettyihin toiminnan reuna-ehtoihin (LIITTEET 1 ja 2 kirjan lopussa).

Tässä oppaassa käytetään seuraavia termejä:

- **Kokemusasiantuntija** on henkilö, jolla itsellään on kokemus lapsensa sijoituksesta. Kokemusasiantuntijuudella pyritään vaikuttamaan yhteiskunnan tai organisaatioiden tasolla. Kokemusasiantuntijuuden tavoite on lisätä yhteistä ymmärrystä ammattilaisten ja asiakkaiden välillä jaettujen kokemusten kautta. Kokemustietoa hyödynnetään muun muassa palveluiden kehittämisessä.
- **Vertaisohjaaja** on koulutettu Voikukkia-ryhmänohjaaja, jolla itsellään on oma käsitelty kokemus lapsensa sijoituksesta tai huostaanotosta. Hänen elämäntilanteensa on sellainen, että se mahdollistaa muiden auttamisen.
- **Vertaistukihenkilö** on henkilö, jolla itsellään on oma käsitelty kokemus lapsen sijoituksesta tai huostaanotosta siten, että hän pystyy toimimaan toisen tukena. Vertaistukihenkilö pyrkii vaikuttamaan myönteisesti yhden tai useamman ihmisen elämään. Hänen elämäntilanteensa on sellainen, että se mahdollistaa muiden auttamisen.
- **Muu tukihenkilö** voi olla kuka tahansa luotettava ihminen: sukulainen, ystävä, viranomainen tai vaikkapa seurakunnan tai järjestön työntekijä.

2. TOIVO ON TÄRKEÄÄ KRIISIN KESKELLÄ

Uuteen tilanteeseen liittyy paljon uusia asioita, paljon neuvotteluja ja paperisotaa. Huostaanotto tai sijoitus tuo siten uusia vaikealta tuntuvia asioita koko perheen elämään. Uuden tilanteen lisäksi pitäisi jaksaa myös pyörittää normaalia arkea.

Vanhemmat ovat kuvailleet elämää sellaiseksi, että kriisi konkretisoituu koko ajan. Ensimmäisiä kertoja tapahtuu uudelleen ja uudelleen. Tulee ensimmäinen jouluku, jolloin lapsi ei ole kotona, syntymäpäivä, isänpäivä tai äitienpäivä – on vaikea löytää hetkeä, jolloin voisi unohtaa tuskan edes hetkeksi. Kun vanhemmalla on vertainen tai jokin taho, jonka kanssa näistä voi keskustella, voi olo helpottua vähän.

Kova paine ja kuormitus voi aiheuttaa sen, että pienistäkin asioista voi tulla ylivoimaisia. Byrokratiasta selviäminen ja lastensuojelun monimutkaisten termien ymmärtäminen voi näyttää mahdottomalta ja elämä tuntua umpikujalta.

Vanhempien mukaan sijoituksen lisäksi erittäin kuormittavia ovat jatkuvasti muuttuvat tilanteet. Perhe tarvitsee tukea, kun lapsella tai nuorella on haasteita esimerkiksi laitoksessa tai hän karkaa sieltä. Vanhemmat ovat kertoneet tunteista, että jää totaalisen yksin. Eteen tulee jatkuvasti uusia tilanteita, joihin pitäisi reagoida. Esimerkiksi kotilomalla nuori on väkivaltainen tai vanhempi huomaa lapsen oireilevan jostain asiasta.

Voi olla, että lapsen ja vanhemman luottamus viranomaisiin on mennyt tai lapsi ei saa tarvitsemaansa palvelua. Yhä uudelleen tulee äkillisiä tilanteita, joihin tarvitsee apua. Lasta arkipäivässä hoitavien tahojen kanssa olisi hyvä olla toimivat suhteet, mutta se koetaan usein ongelmalliseksi.

Moni vanhempi on kertonut, ettei jälkeenpäin muista esimerkiksi eri vaiheiden palaverista mitään. Aika on kulunut kuin sumussa. Tämä on normaalia ja kuuluu kriisin akuuttivaiheeseen. Palaverit ja neuvottelut koetaan ahdistaviksi, ja vielä myöhemmässäkin vaiheessa vanhemmasta voi tuntua siltä, ettei hän saa ääntään kuuluviin. Joskus vanhemman on vaikea ymmärtää asioita, joita palaverissa on käsitelty. Lisäksi palaveria on harvoin ja niihin saattaa osallistua joka kerralla uusia henkilöitä.

"Vanhempiin satsaaminen auttaa myös lapsia. Vertaistukihenkilöt auttavat vanhempia vaikeassa tilanteessa."

– AMMATTILAINEN 2016

"Autetaan siinä, että tuettava hoitaa asiat itse. Itseluottamus kasvaa."

– TUKIHENKILÖ 2018

Tilanteesta on kuitenkin mahdollista päästä eteenpäin ja selvitä. Tukihenkilön tuella vanhempi saa kannustusta, ymmärrystä omaan tilanteeseensa sekä voimia pitää itsestään huolta. Vanhemman parempi vointi vaikuttaa tietysti myös lapseen.

Tukihenkilö voi tulla vanhemman tueksi jo lastensuojelun asiakkuuden alkuvaiheessa. Tukihenkilöiden kokemusten mukaan paras tapa tukea vanhempaa olisi aloittaa tuki heti, kun tieto lastensuojelun asiakkuuden jatkumisesta tulee.

Tukihenkilö voi tulla mukaan jo ensimmäiselle lastensuojelun avohuollon kotikäynnille esimerkiksi perhetyöntekijän kanssa, ja silloin

voidaan kertoa asiakkaalle tukihenkilötoiminnasta. Pohjois-Savon kokemusten perusteella perhehoidon koordinaattorin tarjoama tutustumismahdollisuus tukihenkilön kanssa on otettu hyvin vastaan. Kun vanhempi kokee, että tukihenkilöstä voisi olla apua, sopimus voidaan tehdä nopeastikin.

Tukihenkilöstä voi olla paljon apua vanhemmalle ja sosiaalityöntekijälle, kun kokouksissa on mukana neutraali tukija. Vanhemman oikeuksiin kuuluu, että hän voi ottaa palaveriin mukaan tukihenkilön.

"Annetaan toivoa selviämiseen. Toivoa ei saa koskaan unohtaa."

– TUKIHENKILÖ 2016

VANHEMMAN KRIISIN VAIHEET

Voikukkia-vertaistukiryhmissä käsitellään yhdellä ryhmäkerralla vanhemman kriisiä. Aiheen parissa on työskennelty myös yksilö- ja vertaistukityössä. Moni tuettu vanhempi on tuonut esille sen, kuinka tärkeää on ollut mahdollisuus peilata omia tunteitaan vertaisen kanssa.

Vanhempaa voi auttaa, kun hän ymmärtää, etteivät omat reaktiot ole epänormaaleja vaan luonnollisia tunteita tavallista vaikeammassa elämäntilanteessa. Lapsen sijoittaminen pois omasta kodista on valtava muutos ja raskas kokemus niin lapselle kuin vanhemmalle.

Voikukkia-vertaistukiryhmissä käydään aina läpi vanhemman kriisin vaiheet, ja samalla tavalla ne voi käydä läpi yhdessä tukihenkilön kanssa. Vaikka lapsen sijoittamista olisi suunniteltu ja ajankohtakin olisi ollut tiedossa, tilanne ei ole yhtään helpompi. Todellisuus jysähtää vanhemman tietoisuuteen kaikkine vaikutuksineen vasta kun lapsi on poissa kotoa. On normaalia reagoida voimakkaasti vaikeissa, omaa elämää ja läheisiä koskettavissa tilanteissa.

Kriiseistä on mahdollista toipua, kun saa tukea tai pystyy itse käsittelemään kokemusta. Joskus omien tunteiden, ajatusten ja kokemusten kieltäminen voi hidastaa kriisistä selviytymistä tai jopa estää toipumisen.

Kriisin vaiheet etenevät limittäin ja osin päällekkäinkin. Erityisesti reaktiovaiheessa ja käsittelyvaiheessa tapahtuu eteenpäin menoa ja palaamista taaksepäin. Jopa uudelleensuuntautumisvaiheessa, pitkienkin aikojen kuluttua, jokin tapahtuma nykyhetkessä saattaa nostaa menneet asiat pintaan.

KRIISIN VAIHEET

1. Sokkivaihe
2. Reaktiovaihe
3. Käsittelyvaihe
4. Uudelleensuuntautumisvaihe

Sokkivaihe

Sokin tarkoituksena on suojata mieltä sellaiselta tiedolta tai kokemukselta, jota se ei kestä.

Kun arki ilman kotona olevaa lasta iskee vanhemman tajuntaan, se on aina sokki. Jotkut vanhemmat ovat kuvanneet tilannetta niin, että on kuin elämä olisi loppunut kokonaan.

Kaikki normaali voi muuttua epätodellisen tuntuiseksi. Vanhempi miettii: ”Voiko tämä olla totta?” Olo voi tuntua siltä, kuin olisi ulkopuolinen tarkkailija. Ajatukset suuntautuvat jatkuvasti väkisinkin lapseen ja hänen poissaoloonsa. Vanhempi ei pysty ajattelemaan juuri mitään muuta.

Havaintokyky saattaa kaventua. Voi olla, että on vaikea kuulla ja ymmärtää mitä tapahtuu ja mitä ympärillä sanotaan. Lapsen sijoituksen liittyvissä palaverissa, käytännön asioiden sopimisessa tai sijoitukseen liittyvien asiakirjojen laatimisessa vanhemman voi olla vaikea täysin ymmärtää ja muistaa, mitä on sovittu ja mitä asiakirjojen sisältö todella tarkoittaa.

”Tukihenkilö toi minulle toivoa siitä, että voin selviytyä tästä.”

– TUETTU VANHEMPI 2018

Arkirutiinien tekeminen tapahtuu ikään kuin unessa. Vanhempaa mietityttää, millaiset ovat lapsen olosuhteet ja pystyvätkö lapsen arjesta vastaavat aikuiset pitämään huolta hänestä. Lapsen liittyvät muistot täyttävät mielen.

Monet asiat kodissa tai ympäristössä muistuttavat lapsesta. Voi olla tarve täyttää jokainen hetki jollain tekemisellä, jotta voisi olla ajattelematta ahdistavaa tilannetta. Myös itku voi olla herkässä, ja välillä voi tulla täydellisen lamaantumisen hetkiä.

Reaktiovaihe

Reaktiovaiheen tarkoituksena on tulla tietoiseksi siitä, mitä todella on tapahtunut ja mitä se merkitsee omalle elämälle.

Voimakkaat tunteet alkavat tulla esille, kun vanhempi alkaa selvittää ensijärkytyksen tuomasta kaaoksesta ja sumusta. Pintaan nousee erilaisia tunteita, kuten pelkoa, suuttumusta ja vihaa. Vihan kohteina voivat olla sosiaalityöntekijät, asiaan liittyvät viranomaiset ja oikeuslaitos. Jopa vieraat ihmiset voivat ärsyttää, koska itse joutuu käymään läpi tällaista mutta muut eivät.

Vanhemmalla voi olla tarvetta purkaa vihaa johonkin kasvottomaan kohteeseen kuten vaikkapa yhteiskuntaan tai jumalaan. Itsesyytöksen kokeminen ja viha itseä kohtaan on normaali reaktio tässä vaiheessa. Oman lapsen ikäisten lasten ja vanhempien näkeminen yhdessä voi tuntua sietämättömältä.

On tavallista, että ihminen pelästyy omaa vihaisuuttaan ja voi alkaa kokea siitä syyllisyyttä. Vihan vuoksi vanhempi saattaa vältellä tapaamasta lasta, lapsesta huolehtivia aikuisia ja lastensuojelun työntekijöitä.

Viha ja muutkin tunteet ovat normaaleja. Tunteet kertovat jotain itsestä ja siitä, mitä itselle kuuluu. Viha voi antaa voimaa muuttaa asioita parempaan suuntaan. Vihaa olisi hyvä päästä jotenkin käsittelemään, ettei jäisi sen vangiksi.

Saattaa olla, että vanhempi käy tilannetta mielessään läpi uudelleen ja uudelleen, sekä valveilla että unissa painajaisina. Mitä olisi voinut tehdä toisin, ettei nyt oltaisi tässä tilanteessa? Joskus voi nousta vihaa ja kiukkua lasta kohtaan ja ajatuksia siitä, että lapsi oli vaikea tahallaan.

Vanhempi voi vakuutella itselleen, että onkin parempi, että lapsi on poissa, eikä hän enää koskaan halua lasta takaisin. Ajatuksena voi olla, että toisaalta on mukavampi olla ilman lasta. Harmittavaa, että on käytävä läpi kaikki tämä lapsen vuoksi. Tällaiset ajatukset voivat herättää syyllisyyttä.

Reaktiovaiheeseen voi kuulua myös ruumiillisia reaktioita, joskus jopa kipuja. Jotkut saattavat menettää ruokahalunsa, toiset syövät jatkuvasti. Nukkuminenkin voi olla vaikeaa. Joskus päihteiden käyttö saattaa lisääntyä. Itkuherkkyys kasvaa. Voi olla, että vanhempi alkaa pelätä, mitä muut ihmiset ajattelevat hänestä. Tästä seuraa helposti eristäytyminen omiin oloihin.

"Pystyin kertomaan vaikeistakin asioista, ja tukihenkilö ymmärsi, miltä minusta tuntuu."

– TUETTU VANHEMPI 2017

"Tukihenkilö toi minulle kosketuksen normaali-elämään – en ollut yksin."

– TUETTU VANHEMPI 2018

Käsittelyvaihe

Käsittelyvaiheen tarkoituksena on luopua entisestä, käydä läpi suruprosessi, työstää voimakkaita tunteita ja vaikeita kokemuksia sekä ennakoita uutta ja sopeutua siihen.

Kun suuttumus ja viha ovat hieman hälvenneet, vanhempi saattaa joutua masennuksen ja surun valtaan. Elämä voi tuntua tarkoituksettomalta ja tyhjältä. Vanhemman olo saattaa tuntua yksinäiseltä ilman lasta. Arkipäivissä ei ole samanlaista sisältöä kuin aiemmin oli. Elämä tuntuu ikään kuin autiolta ja tyhjältä. On tavallista, että vanhempi yrittää muuttaa tilannetta esimerkiksi asuinpaikkaa tai työpaikkaa vaihtamalla ja tekemällä asioita, joita ei ole ennen tehnyt.

Käsittelyvaiheessa vanhemmasta voi tuntua, ettei hän välitä kenestäkään tai mistään. Mikään ei kiinnosta, ja voi tuntua ylivoimaiselta edes nousta sängystä. Olo voi tuntua kelvottomalta tai arvottomalta. Itsetuhoiset ajatuksetkin saattavat nousta pintaan, ja ylipäätään sairastumisherkkyys voi lisääntyä. Joskus syyllisyyden tunteet voivat vaivata sen takia, että elämä tuntuu helpommalta ilman lasta.

Uudelleensuuntautumisvaihe

Uudelleensuuntautumisvaiheessa mieli alkaa suuntautua menneestä tulevaan.

Kriisin aiheuttanut tapahtuma on nyt käsitelty niin, ettei se enää raskauta elämää voimakkaasti, vaan siitä tulee riittävästi käsitelty osa omaa elämäntulkintaa.

Useiden kuukausien tai vasta pidemmän ajan kuluttua alkaa vähitellen tulla vaihe, jossa asiat tuntuvat olevan taas paremmin. Arkielämä alkaa asettua uomiinsa, ruokahalu ja unirytmii ovat normalisoituneet. Enää ei ole jatkuvia, pakonomaisia tai yhtä ahdistavia ajatuksia lapsen sijoittamisesta kuin alkuaikoina.

Kiinnostus ulkomaailmaa kohtaan palaa. Kiinnostus lapsen tapaamiseen lisääntyy, eivätkä lapsen tapaamiset aiheuta enää yhtä voimakkaita tunnereaktioita jälkeensä. Alkaa tuntua siltä, että lapsen kanssa vietetty aika on hyvää aikaa ja siitä osaa iloita ja nauttia.

Aikaa ja voimia voi olla jopa enemmän kuin ennen lapsen sijoitusta, jolloin elämän ongelmat painoivat päälle enemmän kuin nyt. Voi tulla oivallus siitä, että vanhempi itse, kuten lapsikin sijoituspaikassa, tarvitsee muitakin ihmissuhteita

selviytyäkseen yksinäisyydestä. Pahin kriisi on ohi, ja vanhempi alkaa selvittää niitä asioita, joiden vuoksi joutui eroon lapsesta. Vanhemmalla on uudelleensuuntautumisvaiheessa enemmän voimia ja mahdollisuuksia tukea lapsen kehitystä. Lapsi tarvitsee vanhempansa, olipa tämä läsnä arkielämässä tai ei.

Apua saaneet vanhemmat ja tukihenkilöinä toimineet vapaaehtoiset ovat kokeneet tukihenkilön läsnäolon hyväksi monissa eri tilanteissa. Sosiaalityöntekijöiltä ja ammattilaisilta kerätyn tiedon perusteella tukihenkilötoiminnasta on ollut paljon apua vanhemmalle ja perheen kanssa työtä tekeville ammattilaisille. Seuraavasta luvusta voit lukea siitä, kuinka monenlaisia tehtäviä tukihenkilöllä voi olla.

"Rohkaistuin ottamaan kantaa meidän asioihimme uudella tavalla."

- TUETTU VANHEMPI 2017

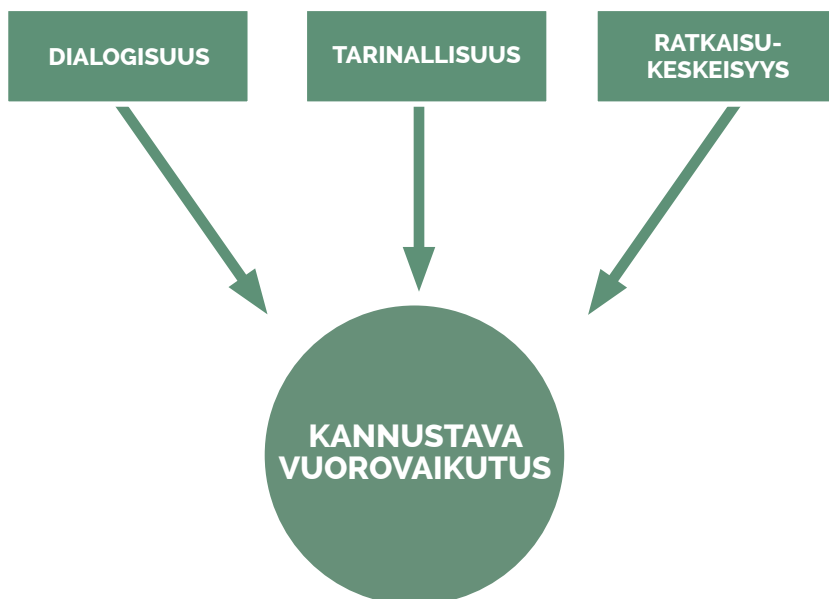


VANHEMPIEN KERTOMAA

- Tukihenkilö auttaa vanhempaa näkemään vahvuuksia ja onnistumisen hetkiä sekä vahvistaa vanhemman itsetuntoa.
- Vanhempi löytää toivoa ja saa vinkkejä ja ideoita selviytymiseen.
- Luottamuksellisuus rohkaisee pohtimaan vaikeitakin asioita.
- Myös lapsen tilanteen ymmärtäminen helpottuu.
- Vanhempi tulee kuulluksi, saa ymmärrystä ja voi purkaa tunteitaan esimerkiksi palaverin jälkeen.
- Tukihenkilö rohkaisee hakemaan apua, lähtee mukaan, ohjaa tukien piiriin ja auttaa siten laajentamaan elämänpiiriä.
- Tukihenkilö voi tuoda rytmiä elämään.
- Uudessa tilanteessa oleva vanhempi saa selkeyttä asioihinsa.
- Tukihenkilö voi tukea päihteettömyyttä. Sitä ei kuitenkaan voi asettaa tukihenkilötyön tavoitteeksi.
- Palautetta voi olla helpompi ottaa vastaan tukihenkilöltä kuin viranomaiselta.
- Palavereissa tukihenkilö voi rauhoittaa vanhempaa, rohkaista pitämään puolensa ja auttaa muistamaan sovitut asiat jälkeenpäin.
- Tuen antaminen yhdelle perheenjäsenelle vaikuttaa välillisesti myös muihin perheenjäseniin.

3. TUKIHENKILÖ ON RINNALLA KULKIJA

Hyvään vuorovaikutukseen vaikuttaa käsityksemme toisesta ihmisestä. Näemmekö hänen vahvuutensa ja mahdollisuutensa kehittyä, pidämmekö hänestä, tunnemme-ko empatiaa häntä kohtaan? Millaisia tulkintoja teemme hänen käyttäytymisestään ja sanoistaan, ilmeistään, eleistään? Suhtautumistapamme osoittaa, millaisena pidämme toista ja vaikuttaa myös siihen, millaisena hän pitää itseään. Tukihenkilönä toimivan on tärkeää pitää mielessä positiivinen käsitys vanhemmasta.



Keskeinen osa kaikkea Voikukkia-toimintaa on dialogisuus, tarinallisuus ja ratkaisukeskeisyys. Voikukkia-vertaistukitoiminnassa jäsenet ovat tasavertaisia keskustelukumppaneita. Vuoropuhelu on aitoa, ja jokainen laittaa itsensä likoon. Myös tukihenkilöt kertovat omista kokemuksistaan. Vuoropuhelussa syntyy jaettua uutta ymmärrystä. Dialogisuuden perusajatuksena on yhdessä ajatteleva, yhdessä voittaminen, rohkaistaminen, itsensä ilmaiseminen ja toisten kokemusten arvostaminen. Dialogin sydän on yksinkertainen mutta sinnikäs kuunteleminen taito.

Ihminen jäsentää kokemuksiaan narratiivisesti, kerronnallisesti, ja elää elämäänsä kertomusten kautta. Joskus vertaistukitoiminnassa ongelmakertomus elää mielessä voimakkaasti ja vaihtoehtoiset kertomukset jäävät ohuiksi juonteiksi. Vertaistukitoiminnan yksi tavoite on tuoda esille vaihtoehtoisia kertomuksia ihmisestä ja auttaa häntä tunnistamaan niitä.

Ratkaisukeskeisyys on käytännöllinen ja myönteinen ajattelu- ja työtap, jossa korostetaan toiveikkuutta, voimavaroja, edistystä, yhteistyötä sekä luovia ratkaisuja. Voikukkia-vertaistukitoiminnassa käsitellään menneisyyttä ja ongelmia, mutta

ei jäädä niihin vellomaan. Suunnataan huomio siihen, miten kussakin tilanteessa voi toimia eteenpäin katsoen, pienin tavoittein ja askelin.

Tuettavat vanhemmat voivat tarvita monenlaista tukea. Tuettavan kanssa kannattaa keskustella jo tukisopimusta tehtäessä, mistä juuri hänelle olisi hyötyä. Eri ihmiset hyötyvät eri asioista.

Suurin osa tuetuista vanhemmista ja tukihenkilöistä korostaa kuulluksi tulemisen tärkeyttä. Tuntuu tärkeältä, että on joku, joka kuuntelee vaikeitakin tunteita ja pelkoja – että rinnalla on joku, joka ymmärtää vaikeimmatkin epätoivon hetket. Tukihenkilö, joka on läpikäynyt samoja tunteita ja prosesseja, voi antaa tuettavalle ymmärrystä tilanteeseen ja uskoa tulevaan. Myös neuvot käytännön asioissa on koettu tärkeiksi.

Tuki- ja viranomaisjärjestelmä saattaa näyttäytyä vaikeasti hahmotettavana ja pelottavana lastensuojelun asiakkaana olevan lapsen vanhemmalle. Osa tuettavista on kokenut hyödylliseksi esimerkiksi tukihenkilön läsnäolon palaverissa. Tukihenkilöt ovat olleet muun muassa lastensuojelun palaverissa vanhemman tukena ja ikään kuin ”muistina”. Jännittävissä tilanteissa on hyvä, että mukana on joku, joka muistuttaa kaikesta mitä piti kysyä tai kertoa.

Vanhempi voi tarvita tukea myös mahdollisiin muihin tapaamisiin. Jotkut tukihenkilöt ovat olleet mukana myös sosiaalitoimistossa tai päihdetyöntekijän tapaamisissa. Aina ei ole tarpeen mennä mukaan itse tapaamiseen, tukihenkilön avulla vanhempi voi valmistautua palaveriin. Joskus tuettavan saattaminen, yhdessä odottelu ja asian läpikäyminen jälkikäteen voivat auttaa vanhempaa. Asian läpikäyminen jälkikäteen kuitenkin helpottuu, jos molemmat ovat olleet tapaamisessa mukana.

Tukisuhde sisältää yleensä myös auttamista ja tukemista tavallisissa arjen asioissa. Tukihenkilö voi auttaa pohtimaan sitä, mikä vahvistaisi vanhempaa arjessa. Vanhemman on tärkeä pitää huolta myös omista voimavaroistaan.

Tukihenkilön läsnäolo on tärkeää, oli se sitten rauhallista yhdessäoloa tai yhdessä tekemistä. Yhdessä tekeminen voi lujittaa tukisuhdetta ja helpottaa keskustelua. Joskus on käyty vaikkapa syömässä, kirjastossa tai kalastamassa. Yleensä tuettavan kanssa on oltu kaksin, mutta joskus myös lapset ovat olleet mukana.

Tukihenkilö voi kannustaa tuettavaa myös ottamaan omaa aikaa ja huolehtimaan itsestään. On hyvin tavallista, että sijoituksen jälkeen vanhemman on vaikeaa pitää itsestään huolta ja keskittyä omaan hyvinvointiinsa, kun ajatukset ja aika pyörivät ainoastaan sijoitetun lapsen tilanteen murehtimisessa ja arjessa kotiin jääneiden lasten kanssa. Kuitenkin vanhemman oman voinnin paraneminen vaikuttaa ja heijastuu suoraan sijoitetun lapsen sekä kotiin jääneiden lasten vointiin. Tukihenkilö on merkittävässä roolissa, vertaisena muistuttamassa ja kertomassa, että vanhemman on tärkeä muistaa huolehtia itsestään ja ottaa tilaa ja aikaa myös itselleen.

"Tukihenkilö muistutti siitä, että omasta hyvinvoinnista on tärkeää huolehtia."

– TUETTU VANHEMPI 2018

"Saa mieltä painavat asiat kerrottua ja käsiteltyä."

– TUETTU VANHEMPI 2018

"Tukihenkilö selvensi käsitteitä ja lastensuojelun prosesseja ja toimintatapoja."

– TUETTU VANHEMPI 2018

VANHEMPI KERTOO

En ymmärtänyt, kun lapseni sijoituslaitoksen työntekijät muistuttivat minua: "Keskity nyt itseesi ja ota itsellesi aikaa." Se tuntui jopa loukkaavalta. Miten kukaan voi sanoa tuolla tavalla, kun ainut asia mihin pystyin keskittymään oli lapsen voinnista murehtiminen ja tulevaisuuden miettiminen.

Arki ilman lasta kotona tuntui musertavan tyhjältä, tuntui kuin elämältäni olisi viety kokonaan tarkoitus ja merkitys. Ajatus, että yrittäisin jotenkin viettää omaa aikaa hyvillä mielin ja yrittää nauttia elämästäni, tuntui mahdottomalta ja siltä, että olisin huono äiti. Tuntui ikään kuin lapsen asioissa vellominen kotona olisi tehnyt minusta jotenkin sijoituksen jälkeen vielä tarpeellisen äidin. Tuntui vaikealta luottaa laitokseen ja heidän osaamiseensa alussa, ja otin sinne yhteyttä joka asiassa ja huolehdin kaikesta.

Vasta neljäntenä vuonna ymmärsin liian syvälle pudonneiden vuosien jälkeen, että on oikeasti todella tarpeellista ja jopa suotavaa kaikkien kannalta, että otan tilaa itselleni. Terve itsekkyys ja tilan ottaminen itselle on oman selviytymiseni kannalta tärkeintä. Asiaan vaikutti ratkaisevasti se, että sain tukea ja apua vertaisäidiltä, joka kannusti omalla esimerkillään minua ottamaan tilaa ja aikaa itselleni ja ottamaan vähän etäisyyttä tilanteeseemme rauhaisin mielin. En pystynyt ottamaan sitä neuvoa vastaan keneltäkään ulkopuoliselta, joka ei ollut itse kokenut lapsen sijoitusta.

MITEN TUKIHENKILÖ VOI AUTTAA?

- Kuunnella ja keskustella
- Jakaa kokemuksia
- Olla läsnä
- Tukea
- Kannustaa ja auttaa valmistautumaan palavereihin
- Neuvoa käytännön asioissa (esimerkiksi lastensuojelun prosesseissa)
- Olla mukana asiakaspalavereissa (lastensuojelu ja mahdolliset muut asiakassuhteet)
- Auttaa muistamaan tärkeät asiat
- Auttaa ymmärtämään päätöksiä ja muita asiakirjoja
- Auttaa täyttämään ja kirjoittamaan asiakirjoja
- Pitää yhteyttä viranomaisiin
- Tukea arkisten asioiden hoitamisessa
- Tehdä asioita yhdessä (esimerkiksi kävely tai kahvilla käyminen)
- Kannustaa vanhempaa pitämään itsestään huolta
- Tukea vanhemman yhteydenpitoa lapseen

Vuosina 2016 ja 2018 toteutetuissa kyselyissä vanhemmat toivoivat tukihenkilötoiminnasta eniten kuulemista ja neuvontaa. Lähes puolet vastaajista toivoi tukihenkilön osallistuvan asiakaspalaveriinkin ja muistuttavan tärkeistä asioista.

Tukihenkilöillä on myös omat vahvuutensa, voimavaransa ja toisaalta rajansa. Ennen tukisuhteen alkua tehdään sopimus, ja se varmistaa, että kaikilla osapuolilla on sama käsitys tukisuhteesta ja sen sisällöstä. Lue lisää tukihenkilön kanssa tehdyistä sopimuksista luvusta 6.

Tukihenkilötyö on tutustumista toiseen, ja luottamus syntyy pikkuhiljaa. On luonnollista, että suhde rakentuu hitaasti. Ensimmäisellä kerralla tutustutaan ja kuulostellaan, sitten lähdetään miettimään yhdessä, mikä auttaisi vanhempaa ja millaista tukea hän toivoo.

Vanhempia voi tukea monella tavalla, mutta kaikki haastatellut vertaistukihenkilöt ovat korostaneet sitä, että tukihenkilön tehtävä ei ole tarjota valmiita ratkaisuja vaan auttaa ja kannustaa vanhempaa hoitamaan asioita itse eteenpäin. Kun yhden asian saa hoidettua, se palkitsee, ja seuraava asia voi tuntua jo helpommalta.

"Pitää pystyä näkemään se tilanne, joka autettavalla on. Toimia niin kuin siinä hetkessä on järkevää."

– TUKIHENKILÖ 2017

"Tukea ei voi tuputtaa. Halu tukeen pitää tulla tuettavalta itseltään."

– TUKIHENKILÖ 2017

4. SINUSTAKO TUKIHENKILÖ?

Tähän lukuun olemme keränneet tietoa sinulle, joka harkitsit tukihenkilöksi ryhtymistä. Olet ehkä itse kokenut lapsesi sijoituksen ja haluat auttaa muita samassa tilanteessa olevia. Tuetuilta vanhemmilta kerätyn tiedon mukaan vertaisuus on se, joka voimauttaa eniten, vaikka tukihenkilönä voi toimia muukin kuin itse lapsen huostaanoton kokenut vanhempi. On lohduttavaa, kun rinnalla on joku saman kokenut ihminen, joka on selvinnyt eteenpäin. Toivo ja sen ylläpitäminen toistuu palautteissa kerta toisensa jälkeen.

Tukihenkilöinä toimineilta vanhemmilta on kerätty tietoa siitä, mitä kannattaisi pohtia ja tiedostaa ennen ryhtymistä tukihenkilöksi. Ensimmäiseksi kannattaa miettiä omia voimavarojaan ja elämäntilannettaan. Mahdollistaako se toisen ihmisen tukemisen ja auttamisen? On hyvä, että tukihenkilön oman lapsen sijoittamisesta on kulunut jonkin aikaa, jotta tukijan omat voimakkaat tunteet eivät vaikuttaisi toimimiseen tukihenkilönä. Tukihenkilöhän on ensisijaisesti rinnalla kulkija ja kuunteleva korva; hän ei saa kuormittaa tuettavaa omilla ongelmillaan.

Joskus tukihenkilö voi tuettavan kertomuksia kuunnellessaan joutua kohtaamaan ja jakamaan ahdistusta ja avuttomuutta. Vanhemman ja/tai lapsen asemaan samastuminen voi tuntua raskaalta – tukihenkilön täytyy voida purkaa tilanne työhönsä tai alueen koordinaattorin kanssa. Joskus esimerkiksi vanhemman kyvyttömyys huolehtia lapsesta voi herättää tukihenkilössä vahvoja tunteita. Silloinkin olisi hyvä päästä purkamaan tuntojaan.

Oman taustan, historian, elämäkokemuksen, arvojen ja ajattelu- ja toimintatapojen tunteminen on välttämätöntä, jotta voi toimia tukihenkilönä. Hankalissakin tilanteissa tulisi

osata reagoida tavalla, joka auttaa tuettavaa eteenpäin. Oma hyvinvointi ja suhtautuminen itseän vaikuttaa auttamistyöhön ja sen kuormittavuuteen.

"Halusin auttaa. Itselläni on ollut tilanteita, joissa olisin kaivannut tukihenkilöä."

– TUKIHENKILÖ 2016

"On palkitsevaa, kun tuettava alkaa nähdä valoa ja toivoa."

– TUKIHENKILÖ 2014

"Tukihenkilön tulee itse voida hyvin."

– TUETTU VANHEMPI 2018

"Tukihenkilötyön ja henkilökohtaisen elämän erottaminen on tärkeää!"

– TUKIHENKILÖ 2017

POHDITTAVAA AUTTAMISTYÖHÖN

- Osaanko tunnistaa omat tunteeni?
- Minkälaisia ovat omat reaktioni ja toimintatapani erilaisissa tilanteissa?
- Suhtaudunko elämään toiveikkaasti?
- Olenko armollinen itseäni ja tekojani kohtaan?
- Kestänkö epävarmuutta ja keskeneräisyyttä?
- Uskonko olevani arvokas juuri sellaisena kuin olen?

TUKIHENKILÖN SOVELTUVUUS

Tukihenkilön tehtävä vaatii avoimuutta, ihmistuntemusta, kiinnostusta ihmisiin ja ennen kaikkea voimakasta halua auttaa. Muun muassa Pohjois-Savossa vertaistukihenkilöltä edellytetään omakohtaista kokemusta tuettavan tilanteesta. Tukihenkilön oman elämäntilanteen on oltava vakaa.

Tämän kirjan luvussa 5 kerrotaan tukihenkilön oman jaksamisen tärkeydestä. Tukihenkilötoimintaa organisoivan tahon ja tukihenkilön on hyvä käydä keskustelu tukihenkilön ja toiminnan peruseriaatteista. Keskustelun tukena voi käyttää vaikkapa tämän ja edellisen sivun muistilistoja. Tarkoitus on keskustella siitä, miten toimintaa toteutetaan ja mitä tukihenkilöltä odotetaan.

Tukihenkilö on vapaaehtoinen. On hyvä muistuttaa siitä, että vapaaehtoistyö ei saa kuormittaa tukihenkilöä liikaa. Ammatilainen kantaa aina lopullisen vastuun siitä, että vanhemmalle tarjotaan oikeanlaista ja hänen tarpeidensa mukaista tukea.

TUKIHENKILÖN JA VAPAAEHTOISEN PERIAATTEITA

- Toimit omana itsenäsi, omin tiedoin ja taidoin.
- Työvälineesi ovat oma elämäkokemuksesi ja persoonasi.
- Olet mukana vapaaehtoisesti, omasta halustasi.
- Toimintasi pohjana on halu auttaa vanhempia ja perheitä.
- Toimintasi vapaaehtoisena on vuorovaikutuksellista ja merkityksellistä.
- Olet mukana toiminnassa, joka on mielekästä kaikille osapuolille.
- Työssä tärkeintä on aika ja tuki, jota annat vanhemmalle.
- Toimintasi on suvaitsevaa, tasa-arvoista ja puolueetonta.
- Kunnioitat ihmisten erilaisia taustoja ja mielipiteitä etkä tuputa omia näkemyksiäsi.
- Arvostat jokaisen itsemääräämisoikeutta.
- Toimit yhteistyössä vanhemman kanssa kuunnellen ja tukien.
- Taustaorganisaatiosi huolehtii sinusta antamalla riittävästi tietoa, koulutusta ja tukea sekä nimeämällä yhteyshenkilön.
- Vapaaehtoisena voit ottaa puheeksi sinua huolettavat asiat.
- Ongelmatilanteissa sinun ei tarvitse kantaa huolta ja vastuuta yksin.
- Sinulla on vaitiolovelvollisuus.
- Kunnioitat saamiasi tietoja etkä kerro niistä muille.
- Vaitiolovelvollisuutesi ei pääty, kun vapaaehtoistyösi päättyy.

Lähde: Äimä ry:n vapaaehtoisperiaatteet

TUKIHENKILÖIDEN KOKEMUKSIA

Keräsimme tukihenkilöinä toimivilta ajatuksia siitä, miksi he haluavat olla mukana auttamistyössä. Vastauksissa näkyy monenlaisia eri syitä: apuna olemisen ilo, merkityksellisyyskokemus ja halu korjata toimimatonta järjestelmää.

Haluan auttaa

Moni tukihenkilö saa hyvän olon, kun auttaa toisia ja näkee ihmisten voinnin muuttuvan parempaan suuntaan. Suuri osa vastanneista korosti juuri auttamisen iloa.

- Avuksi oleminen on itsessään kivaa.
- Auttaminen tuntuu hyvältä.
- Näkee, kuinka toisen olo helpottuu, kun joku kuuntelee.
- Lapsen sijoitus on uusi asia, johon liittyy paljon sellaista mitä ei tiedä. Kun siihen lisää kriisin, joka tilanteesta syntyy, tarvitaan tilanteesta selviämiseen tukea ja apua.
- Huostaanotosta ja sijoituksesta voi olla vaikea puhua omille tutuille siihen liittyvän leiman vuoksi. On helpompi puhua vertaiselle tai jollekin, joka ei tuomitse.
- Vanhemmalla voi olla paljon kysymyksiä, mutta vastausten sisäistäminen voi tilanteessa olla hankalaa. On hyvä, jos jää enemmän aikaa keskustelulle eikä vain palaverissa tapaamisille.
- Näkee, kuinka yhteistyö paranee ammattilaisen ja vanhemman välillä edes vähän.
- Kannustaminen silloinkin, kun toinen ei jaksakaan toivoa.
- Haluan auttaa toista onnistumaan, nähdä positiivisen vaikutuksen – hyvä mieli, ilon jakaminen.
- Huolien kuuntelu, tarkentavien kysymysten esittäminen – mikä on hankalinta, mistä olisi helpointa lähteä liikkeelle.
- Tuntuu hyvältä, jos pystyy luomaan toivon pilkahduksia epätoivoiselta näyttävään tilanteeseen silloinkin, kun näyttää, että toinen on umpisolmussa.

Minä olen tärkeä

Voikukkia-vapaaehtoistoiminnassa mukana olleet vanhemmat kuvaavat toiminnan olevan merkityksellistä heille itselleen.

- Tuntuu hyvältä, kun näkee, että toinen kokee oikeasti saavansa tukea.
- On ilo nähdä, että tuettava voimaantuu.
- Tuettava rohkaistuu ja alkaa itse toimia.
- Tuettavassa herää usko, että hän itse voi tehdä jotain tai että kannattaa tehdä jotain.
- Hänen tulevaisuuden näköalansa avautuu, kun hän löytää vaihtoehtoja.
- Toisen ilo tuottaa iloa.
- Antaa merkitystä omallekin elämälle.

Voin vaikuttaa

Vanhemmat kertovat, että omista menneistä vaikeuksista voi ammentaa. Kun pääsee vaikuttamaan palvelujen kehittämiseen ja voi auttaa toisia, monista tuntuu kuin saisi korvauksen menneestä.

- Epäkohtiin puuttuminen ja vaikuttaminen tuntuvat tärkeiltä. Onnistuessaan sillä on vaikutusta paitsi yksittäisten ihmisten elämässä myös laajemmin yhteiskunnassa.
- Voin vaikuttaa järjestelmään, siihen, että joku muu löytäisi apua helpommin kuin minä itse.
- Epäkohdat ärsyttävät, ihmisten pompottelu raivostuttaa.
- Tunne siitä, että on voinut olla hyödyksi jollekin. Vaikka vain pienesti tai hetken.
- Tarve olla hyödyksi.
- Hyvä tunne siitä, että voi käyttää omaa osaamistaan tai tietojaan toisten hyväksi.
- Ihminen, joka kaipaa apua ja pohdintaa – on kivaa etsiä ja löytää tietoa, joka ohjaa eteenpäin.
- Näkee, kun koko perheen tilanne helpottuu, kun saa apua.
- Toisen, edes yhden vanhemman tukena oleminen auttaa kestäämään sitä ikävää tosiasiaa, että niin moni jää yksin.

Opin ja ymmärrän lisää

Jotkut vanhemmat ovat kantaneet huonommuuden tunnetta pitkään. Monet kertovat oppineensa itsekkin paljon, kun ovat olleet jonkin aikaa mukana tukihenkilötyössä. Useat vapaaehtoisina pitkään toimineet vanhemmat kertovat siitä, kuinka ”maailmanparantamisesta” ei saa tarpeekseen. Tukihenkilönä, vertaisohjaajana ja kokemusasiantuntijana joutuu tutustumaan myös itseensä – ja usein huomaa oppineensa uutta.

- Olen oppinut itsestäni paljon.
- Opin elämästä ja ihmisyydestä.
- Saan uusia näkökulmia asioihin, joiden luulin olevan jo tuttuja – ikuinen oppiminen.
- Oppii kuuntelemaan.
- Oppii itsekkin sietämään paremmin epävarmuutta.
- Inhimillisyyks kasvaa, tajuaa, ettei ehdottomia totuuksia ole – oppii perustelemaan mielipiteensä itselleen.
- Lakkaa olettamasta ja oppii kysymään.
- Mahdollisuus tutustua hyvin erilaisiin ihmisiin kuin muuten tutustuisi – ymmärtää enemmän, tuomitsee vähemmän.
- Parasta on, jos pystyy jotenkin lisäämään yhteisymmärrystä ihmisten välillä.
- Haastavaa, antaa uutta.

Vertaiskokemus voimauttaa myös minua tukijana

Moni tukihenkilö kokee voimistuvansa tukityössä itsekkin. Toisten auttaminen ja siinä onnistuminen parantaa itsetuntoa. Vapaaehtoiset kertovat voimaantuneensa ja oppineensa luottamaan itseensä.

- Kun jokin asia edistyy tai usko palaa, ilo on yhteinen.
- Tuettavan vahvistumisen näkeminen tuottaa suurta iloa.
- Tuntuu hyvältä jos/kun voi hyödyntää omia raskaitakin kokemuksia ja auttaa niillä toista ihmistä.
- Ihmisyyden säröisyyden vertaisuus.
- Tuntuu hyvältä, kun ei tarvitse ohjata pulassa olevaa ihmistä muualle vaan voi itsekkin auttaa.

- Ilo on jaettu, kun jokin asia selkeytyy edes hieman, kun tuettava vanhempi näkee valoa jossain.
- Tyydytys siitä, että joku muu ei joutuisi kokemaan samaa kuin itse (totaalinen yksin jääminen).
- Tunnen syyllisyyttä siitä, että olen selvinnyt.

Ennen tukihenkilöksi ryhtymistä on hyvä pohtia alla olevia kysymyksiä rauhassa. Niiden äärelle on hyvä palata uudelleen tukihenkilötyöskentelyn eri vaiheissa. Tuettavan ja tukijan suhde ei kulje suoraviivaisesti eteenpäin, vaan siihen tulee liikettä eteen- ja taaksepäin ja tukisuhteessa on erilaisia vaiheita.

Kysymysten avulla tukihenkilö voi miettiä aina uudelleen omaa ja tuettavan asemaa tukisuhteessa ja saada oivalluksia omaan työskentelyyn. On tärkeää muistaa, että tukihenkilö tarvitsee myös tukea omaan työhönsä.

POHDITTAVAA TUKIHENKILÖKSI HALUAVALLE

- Miten löydän tukihenkilönä toimiessani tasapainon empaattisuuden, autettavan tunnetilaan mukaan menemisen ja oman levollisuuden säilyttämisen välillä?
- Miten toimin omien voimakkaiden tunteitteni kanssa erilaisissa tilanteissa?
- Miten tunnistan omat asenteeni ja tunteeni sekä oman elämänculun tapahtumien herättämät muistot, kun autan toisia?
- Omat vaikeudet ja aiemmat traumat (käsittelemättömät ja akuutit) voivat vaikuttaa taustalla. Osaanko erottaa, mitkä ovat omia tunteitani ja mitkä tuettavan tilanteita?
- Mitä teen, jos kohtaan vaikeita tilanteita ja tunteita?
- Osaanko pitää puoleni, jos joku käyttäytyy minua kohtaan huonosti?
- Miten tuen omia voimavarojani ja jaksamistani, jotta voin pysyä omissa tunteissani tasapainoisena, kun tapaan tuettavaa?

JOKAISEN TARINA ON AINUTLAATUIINEN

Vertaistyössä ihmisillä on usein tyypillisiä toimintatapoja, joita kannattaa välttää. Tällainen käytös ei vie tuettavan tilannetta eteenpäin, vaan tuntuu raskaalta ja kuormittaa joskus myös tukihenkilöä itseään. Seuraavat lainaukset ovat Äimä ry:n *Vertaisäidin oppaasta*.

”Sinä luulet, että sinulla on ongelma, annahan, kun minä kerron omistani!”

Tämä on arkkityyppi auttajasta, joka on auttavinaan mutta josta harvemmin on kellekään todellista apua. Hän vähättelee toisten ongelmia verratessaan niitä omiinsa. Kun toinen haluaa häneltä myötätuntoa, hän varastaakin sen itselleen.

”Annahan, kun kerron sinulle, mitä tehdä.” Tämä on yleinen asenne, johon syylistyvät valitettavasti ammattiauttajatkin. Neuvot perustuvat auttajan omille arvoille ja mielipiteille, joten niistä ei todennäköisesti ole autettavalle juurikaan iloa. Yleensä ratkaisut, joita tällainen niin sanottu auttaja tarjoaa, ovat yksinkertaistuksia. Ne osoittavat, ettei auttajalla ole kykyä kuunnella ja kuulla toisen todellista ongelmaa.

”Älä huolehdi, minä järjestän kaiken.” Vertaisauttaja ei voi auttamistilanteessa ottaa itselleen vastuuta toisen ongelmien selvittämisestä. Ennen pitkää autettava joutuu taas omien siipiensä varaan ja hänen on selvittävä itse. On paljon hyödyllisempää antaa avuntarvitsijalle neuvoja siitä, mistä hän saa tarvitsemaansa tietoa, kuin tehdä itse asioita hänen puolestaan.

”Minulla oli itselläni kerran samanlainen ongelma...” Tämä auttajatyyppi uskoo, että toisen samantapaiselta kuulostava ongelma on sisällöltäänkin täysin samanlainen kuin hänen omansa ja että sama lääke puree tässäkin tilanteessa. On vaarallista luulla tietävänsä heti ratkaisun toisen ongelmaan, ikään kuin kaikilla ongelmilla olisi nimilappu ja siihen liittyvä ratkaisumalli. Ongelmat ovat yhtä erilaisia kuin ihmisetkin. Valmiita selityksiä tai tiettyyn tilanteeseen sovellettavia ongelmanratkaisupaketteja ei ole olemassa.

VINKKEJÄ KOKENEILTA KONKAREILTA

- Kohtaaminen on tärkeää. Ensimmäinen kohtaaminen luo pohjan jatkolle.
- Älä vain kuuntele vaan kuuntele aktiivisesti: myötäeläen, kysellen, pohtien. Älä keskeytä.
- Ole aidosti läsnä, kiinnostu ja näytä se.
- Ethän mitätöi kuulemaasi. Sinulle pieneltä tuntuva asia voi olla tuettavalle suuri.
- Ethän oletat tietäväsi asioita paremmin kuin tuettava. Voit kyseenalaistaa toisen toiminnan, mutta harkitse tarkoin, kuinka sen ilmaiset.
- Tule sovitusti paikalle.
- Anna rehellistä palautetta.
- Ota autettava vakavasti.
- Pienet, konkreettiset teot ovat arvokkaita.
- Kannattele, ole rauhallinen, vaikka toinen olisi tunnemyrskyssä.
- Mene mukaan tuettavan tahtiin ja etene hänen rytmissään.
- Kaikkea ei saa kerralla kuntoon. Kysy ja kuuntele.
- Tilannetajulla on suuri merkitys.
- Anna toivoa, kannattele vaikealla hetkellä.
- Jos itsellesi sattuu jotain, ota tuettava huomioon: lähetä hänelle viesti ja sovi jatkosta.

5. TUKIHENKILÖN OMA JAKSAMINEN

Tukihenkilö voi joutua kohtaamaan vaikeiden tilanteiden ja tarinoiden. Omien voimavarojen tunnistaminen on tärkeää, jotta jaksaa toimia toisten tukena. Muistathan, että tukihenkilönä toimit aina omana itsenäsi, omana persoonanasi. Eri tuettavat tarvitsevat erilaista tukea ja hyötyvät eri asioista. On luonnollista, että kaikkien kemia ei välttämättä kohtaa. Siksi tutustumiselle on annettava aikaa.

On hyvä pohtia myös sitä, miten suhtaudut erilaisista lähtökohdista tuleviin ihmisiin. Onko olemassa jokin ihmisryhmä, jonka kanssa et koe voivasi toimia? Näitä asioita kannattaa miettiä ja keskustella niistä avoimesti tukihenkilötoimintaa organisoivan tahon kanssa.

Rajaamista on hyvä pohtia jo etukäteen, ennen tukisuhteen solmimista. Haastavat tilanteet ja epäoikeudenmukaisuuden kohtaaminen voivat aiheuttaa tukijassakin avuttomuuden ja riittämättömyyden tunteita.

Tukihenkilönä toimiessa on tärkeintä muistaa oma elämäntilanne. Toisen ihmisen tukeminen voi käydä raskaaksi, jos omassa elämässä on paljon kuormitusta. Tukihenkilöinä toimineet vanhemmat korostavat sitä, että on tärkeää rajata työn määrä ja tunnistaa omat voimavarat. On hyvä osata myös sanoa ei.

"Omat rajansa pitää tietää ja tunnistaa. Jos rupeaa ahdistamaan, jotain on liikaa."

– TUKIHENKILÖ 2018

"Tukihenkilötyö parityönä on hyvä juttu: pääsee heti purkamaan tunteita."

– TUKIHENKILÖ 2016

"Jokaisella tukihenkilölläkin on omat vahvuutensa, ja ihmisyydestä hyötyvät kaikki."

– TUKIHENKILÖ 2017

TUKIHENKILÖN VOIMAVARAT

- Kuinka paljon haluan käyttää aikaa tukihenkilönä toimimiseen?
- Kuinka vaativaan tukisuhteeseen voin sitoutua?
- Onko oma elämäntilanteeni vankalla pohjalla?
- Osaanko rajata?
- Saanko varmasti tukea ammattilaisilta tiukan paikan tullen?
- Muistanko ohjata asiakkaan eteenpäin ammattilaisen luo, jos hänellä on päihde- tai mielenterveysongelmia?



6. SUOSITUKSIA JA OHJEITA – SOPIMUSTEN TÄRKEYDESTÄ

Voikukkia-toiminnassa on tehty pitkään yhteistyötä vapaaehtoisten kanssa. Vertais-ohjaajina, tukihenkilöinä ja vapaaehtoisina toimivat vanhemmat korostavat kaikki sitä, että selkeät sopimukset ja toimintaohjeet ovat tärkeitä. Näin vältetään turhilta epäselvyyksiltä.

Tukihenkilöinä toimivat suosittelevat kokemustensa perusteella, että kaikesta yhdestä sovitusta toiminnasta ja kehittämistyöstä tehdään aina etukäteen kirjallinen sopimus.

Samaa mieltä ovat lastensuojelun ammattilaiset, jotka ovat olleet kehittämässä ryhmätoimintaa ja tukihenkilötoimintaa.

Selkeät yhdessä sovitut säännöt varmistavat, että vanhempi saa tarvitsemansa tuen, tukihenkilö ei kuormitu liikaa ja tukihenkilön ja ammattilaisen välinen yhteistyö sujuu hyvin.

Tukihenkilösuhde perustuu aina vanhemman, tukihenkilön ja sosiaalityöntekijän yhteiseen, vapaaehtoiseen sopimukseen, jossa sovitaan yhdessä tukisuhteen tavoitteista ja sisällöistä. Ketään ei voi pakottaa ottamaan vastaan tukihenkilöä.

Tähän lukuun on kerätty tietoa tukihenkilötoiminnan aloittamisesta kiinnostuneille. Tukihenkilötoiminnan periaatteet, sopimukset sekä soveltuvuuteen liittyvät kysymykset on hyvä selvittää etukäteen. Tästä luvusta on vinkkejä muun muassa työnohjaukseen ja perehdyttämiseen liittyvistä kysymyksistä.

"Tukihenkilö tarvitsee toimintaa järjestävän organisaation tuen."

– TUKIHENKILÖ 2016

"Ammattilaisten täytyy ymmärtää, että tukihenkilö on osa tukitiimiä."

– TUKIHENKILÖ 2017

TUKIHENKILÖTOIMINTA ON:

- **Asiakkaalle maksutonta.** Työntekijöiden tulee huolehtia maksukäytännöistä.
- **Vapaaehtoista.** Tukihenkilötoimintaa ei saa käyttää ehtona minkään muun asian etenemiselle lastensuojelussa.
- **Luottamuksellista.** Vanhemman kertomia asioita ei kerrota eteenpäin. Ongelmallisista asioista tukihenkilö voi keskustella työnohjauksessa.
- **Kunnioittavaa.** Tukihenkilön ei pidä esimerkiksi vaikuttaa vanhemman näkemykseen lapsensa sijoituksen oikeellisuudesta.

Tukihenkilöiltä kerätyn palautteen mukaan toimintaa suunnittelevan tahon pitää suunnitella etukäteen vähintään seuraavat yksityiskohdat:

- Koulutus ja perehdyttäminen
- Kirjallinen sopimus ja toimintatavat
- Säännöllinen palkkionmaksu ilman turhaa byrokratiaa
- Työnohjaus tai muu tuki
- Tukisuhteen rajat: sopimuksen pituus ja tapaamiskertojen määrä
- Tukisuhteet yhteydenpitotavat (tapaamiset, puhelin, sosiaalinen media)
- Toimintamalli, jos tuettava peruuttaa tapaamisen (korvaus hukkakäynnistä)
- Toimintamalli, jos tuettavalle tai tukihenkilölle tulee äkillinen kriisitilanne
- Tukisuhteen päättäminen, tiedon lähettäminen ajoissa kaikille osapuolille
- Tukihenkilölle annettava palaute työstä (kirjallisesti/suullisesti, miten?)

Tukihenkilöksi haluavalle vertaiselle pitäisi aina ensin järjestää haastattelu, jossa käydään läpi muun muassa sitä, mitä tukihenkilöksi haluavalta odotetaan. Samalla keskustellaan ja arvioidaan yhdessä sitä, sopiiko hän tukihenkilöksi. Mikäli tukihenkilöksi haluava on haastattelun jälkeen edelleen kiinnostunut tukihenkilötoiminnasta ja hän vaikuttaa sopivalta myös toimintaa järjestävän organisaation kannalta, sovitaan perehdytyksestä ja mahdollisesta tukihenkilökoulutuksesta. Lastensuojelulain mukainen ilmoitusvelvollisuus sitoo myös tukihenkilöä, ja siitä on hyvä keskustella tukihenkilön ja vanhemman kanssa sopimuksen tekovaiheessa.

Koulutukseen ja perehdyttämiseen kuuluvat esimerkiksi tukihenkilökoulutus tai vastaava sekä alueellisten toimintatapojen läpikäyminen. On kerrottava, miten toimintaa koordinoiva ammattilainen tukee tukihenkilöä, keneen voi olla yhteydessä, jos eteen tulee akuutti kriisitilanne sekä neuvottava, miten tilanne puretaan.

TYÖSOPIMUS JA TOIMEKSIANTOSOPIMUS

Kirjallinen sopimus

Tukihenkilön ja tukihenkilötoimintaa järjestävän organisaation välillä tehdään aina kirjallinen sopimus. Sopimus sisältää vähintään sovitun työajan ja sovitun palkan. Useimmiten työ korvataan tapaamiskerroittain, esimerkiksi tapaaminen kerran viikossa puolen vuoden ajan. Tällöin kyseessä on toimeksiantosopimus. Lisäksi määritellään kulukorvaukset: matkakulut sekä mahdolliset muut kulut. Tukihenkilö voi kuitenkin olla työllistettynä esimerkiksi kunnan työntekijäksi, jolloin hänen kanssaan tehdään työsopimus. Silloin tehtäviin voi kuulua muutakin tukitoimintaa (esim. vertaisryhmät).

Sosiaalihuoltolain mukaisesti tukihenkilö voidaan myöntää lapselle tai vanhemmalle sosiaalityöntekijän arvion perusteella. Esimerkiksi Voikukkia-vertaistukihenkilö voi toimia sijoitetun lapsen syntymävanhemman tukena. Tukihenkilötoimintaa kehitetään alueiden omana toimintana, eikä Voikukkia-toiminta välitä tukihenkilöitä suoraan.

Sopimuksen pituus

Voikukkia-ohjaajaverkoston eri alueilla järjestämissä tukihenkilötoiminnoissa ja vapaaehtoisten tekemässä tukityössä on kokeiltu eripituisia tukisuhteita. Kokemukset vaihtelevat. Joskus vanhempi on kokenut saaneensa tukihenkilöltä niin paljon apua, että on halunnut seuraavaksi jatkaa Voikukkia-vertaisryhmään ja luopua tukihenkilöstä. Toiset vanhemmat ovat halunneet jatkaa tukihenkilön tukemana pidempään. Perheiden tilanteet vaihtelevat, ja myös tukisuhteiden pituudet vaihtelevat. Yhtä oikeaa hyväksi havaittua toimintamallia tai tapaamiskertojen määrää ei ole.

Jokainen tukisuhde on ainutkertainen. Jos tuettava ja tukihenkilö asuvat kaukana toisistaan, on järkevää, että tapaamiskerrat ovat pidempiä. Tapaamisten kesto ja määrät määritellään sopimuksessa. Tukihenkilöiden kokemusten perusteella muutamien tunnin tapaaminen ei joidenkin asiakkaiden kanssa tunnu riittävän. On silti tärkeää pitää kiinni yhdessä sovitusta rajoista, sillä tukihenkilösopimuksessa on sovittu käytettäväksi tietty työaika.

Tukihenkilöiltä vuosina 2016–2018 kerättyjen kokemusten perusteella yhdellä tukihenkilöllä on suositeltavaa olla 1–2 tuettavaa. Tukihenkilötoiminta ei saisi olla myöskään riippuvainen vain yhdestä tai kahdesta vapaaehtoisesta – silloin yhden ihmisen harteilla on liikaa kuormaa.

Ihmisten elämäntilanteet muuttuvat, ja uusia vapaaehtoisia on tärkeää perehdyttää mukaan toimintaan. Keskinäinen vertaistuki ja tapaamiset on havaittu hyväksi keinoksi innostaa uusia vanhempia toimimaan tukihenkilöinä.

PALKKIOT JA KORVAUKSET ERI ALUEILLA

Jos tukihenkilötoiminta on kunnan tai kaupungin organisoimaa, tukihenkilölle pitää aina maksaa tehtävästä palkkio ja kulukorvaus. Lisäksi hänelle korvataan mahdolliset tapaamisiin liittyvät matkakulut.

Korvauksissa on eri kuntien välillä huomattavia vaihteluita, samoin käytännöissä.

TUKIHENKILÖIDEN PALKKIOT ERI ALUEILLA (TIEDOT VUODELTA 2019)

POHJOIS-SAVO

- Palkkio on vähintään 49,90 €/tapaamiskerta
- Kustannusten korvaus 27,87 €/tapaamiskerta. Korvaus on tarkoitettu tukihenkilötoiminnan toteutuksesta aiheutuviin kuluihin sekä tuettavalle että tukihenkilölle. Ennalta voidaan sopia korvattavaksi matkakustannuksia 0,25 €/km.

KOTKA

- Palkkio on 30,22 €/tapaamiskerta.
- Kustannusten korvaus on 10,05 €/tapaamiskerta.

TAMPERE

- Palkkio kaikille kokemusasiantuntijoille on 20 €/h.
- Kustannusten korvauksesta sovitaan erikseen, samoin matkakuluista.

MUISTILISTA AMMATTILAISELLE

- On tärkeää maksaa palkkiot ajallaan.
- Säästä vapaaehtoistasi turhalta byrokratialta, auta ongelmassa.
- Muistuta verokortista ja siitä, että palkkiot vaikuttavat toimeentulotukeen.
- Pienikin ylimääräinen kulu voi olla iso summa vapaaehtoiselle – varmista toimintaraha.
- Tukihenkilön kannalta on helpointa, että sama työntekijä hoitaa sopimukset ja palkkiot.

TYÖNOHJAUS JA AMMATTILAISTEN ANTAMA TUKI ON VÄLTTÄMÄTÖNTÄ

Tukihenkilö on useimmiten vertainen, eli hänellä on kokemus oman lapsensa si-
joituksesta tai huostaanotosta. Tukihenkilön omat elämäkokemukset vaikutta-
vat väistämättä hänen tunteisiinsa. Joskus omat tunteet menneistä kokemuksista
nousevat pintaan tukihenkilötyössä. Tästä syystä on välttämätöntä, että jokaisella
tukihenkilöllä on mahdollisuus työnohjaukseen. Ammattilaisille työnohjaus on
saatavilla työn puolesta, ja sen tulee olla saatavilla myös tukihenkilöille ja koke-
musasiantuntijoille. Sitä tulee tarjota tukihenkilöille aina.

Jokainen sijoitus ja jokaisen perheen tarina on kuitenkin erilainen, ja tilanteet
vaihtelevat myös tukisuhteissa. Lastensuojelun ja sijaishuollon asiakkaana ole-
minen on raskasta koko perheelle, ja myös tukihenkilö kohtaa tukisuhteessa raskaita
asioita. Tästäkin syystä on ensiarvoisen tärkeää, että myös tukihenkilölle taataan
ammattillista työnohjausta, esimerkiksi ryhmätyönohjausta. Siinä ohjattavat saavat
samalla myös vertaistukea toisiltaan.

Tukihenkilöiden ohjauksen tavoitteena on motivoida ja tukea tukihenkilöitä teh-
tävässään ja huolehtia heidän jaksamisestaan. Toiminnanohjausta voi olla keskus-
telu joko yhden tukihenkilön kanssa tai ryhmässä sekä tukihenkilöille suunniteltu
oma vertaisryhmätoiminta.

Yksilöohjaus on tukihenkilön ja tukihenkilötoimintaa organisoivan ohjaajan kes-
kustelu ja ohjaustilanne. Se voi tapahtua henkilökohtaisessa tapaamisessa, verkon
välityksellä tai puhelimitse. Ohjauksen on tarkoitus kannustaa, purkaa mahdollisia
haastavia tilanteita ja tukea jaksamista.

Ohjausta ryhmässä olisi hyvä järjestää suunnitelmallisesti vähintään 4 kertaa
vuodessa. Ammattilaisten ohjaamissa ryhmissä tukihenkilöt voivat käsitellä tuki-
suhteeseen liittyviä asioita ja tunteita luottamuksellisessa ilmapiirissä. Ryhmässä
voi pohtia tukihenkilön roolia ja rajoja sekä käydä läpi haastavia tilanteita ja onnis-
tumisen kokemuksia.

Vertaisryhmätapaamisessa ohjaajana on vapaaehtoinen vertaisohjaaja. Ryhmässä
on tilaisuus kehittää ja ideoida uutta toimintaa sekä tavata muita tukihenkilöitä.

Vapaaehtoisten ohjaamisen keskeisiin taitoihin kuuluvat ihmissuhdetaidot sekä
kuuntelemisen ja läsnäolon taidot. On muistettava keskustella säännöllisesti myös
siitä, mitä tukihenkilölle kuuluu. On tärkeää muistuttaa tukihenkilöä siitä, että jos-
kus omat rankat kokemukset palaavat mieleen. Niistä on tarvittaessa hyvä keskus-
tella oman ohjaajan kanssa tai työnohjauksessa.

OHJAA TUKIHENKILÖÄ KANNUSTAVASTI

- Ole kiinnostunut vapaaehtoisen jaksamisesta, toiveista ja ideoista.
- Kohtaa vapaaehtoinen aidosti, ole läsnä ja anna aikaa.
- Arvosta vapaaehtoisen toimintaa ja kiitä siitä sanoin ja teoin.
- Kuuntele vapaaehtoisen muutosehdotuksia ja huomioi hänen elämäntilanteensa.
- Näe vapaaehtoinen osana yhteisöä.

"Työparin kanssa on päässyt purkamaan tilanteet heti tuoreeltaan."

– TUKIHENKIÖ 2016

"Tukihenkilötyössä on tärkeää "parittaa" tuettava ja tukija hyvin, ettei haastava tuettava saa tukijakseen keltanokkaa."

– TUKIHENKIÖ 2017

"Jonkun täytyy olla vastuussa siitä, että tukija on toimintakunnossa."

– TUKIHENKIÖ 2017

"Tukihenkilönkin elämässä voi tapahtua mitä vain. Pitää olla lupa lopettaa, jos tukisuhde ei toimi."

– TUKIHENKIÖ 2018

"Tukija voi kohdata itse kriisin tai sairastua vakavasti. Jo etukäteen on hyvä puhua, miten tällaisessa tilanteessa toimitaan."

– TUKIHENKIÖ 2018

7. VERTAISTUKIHENKILÖTOIMINTA POHJOIS-SAVOSSA

Pohjois-Savon lastensuojelun kehittämissyksikkö sijaitsee Siilinjärvellä. Alueella on tehty pitkään vertaistukityötä. Kehittämissyksikön tarjoamia palveluita voi käyttää yhteensä 14 kuntaa. Ensimmäinen vanhempien vertaistukiryhmä toteutettiin vuonna 2006, ja ensimmäiset tukihenkilöt aloittivat toimintansa vuonna 2014.

Pohjois-Savon alueella suurin osa Voikukkia-ryhmien vertaisohjaajista toimii myös yksittäisten vanhempien vertaistukihenkilöinä. Tuettavien vanhempien lapsi on joko sijoitettu pois kotoa tai sijoitusta harkitaan. Suurin osa vertaistukihenkilöistä on ollut ensin ohjaamassa vertaisryhmää, joten heillä on kokemusta erilaisista vanhemmista ja erilaisista tukitarpeista. Kokemus ryhmän ohjaamisesta on koettu tukihenkilötyössä hyödylliseksi.

Alueen tukihenkilöt ovat olleet vanhemman tukena erilaisissa neuvotteluissa, kun vaikkapa suunnitellaan lapsen sijoittamista tai tehdään asiakassuunnitelmaa. Myös muussa yhteydenpidossa viranomaisten kanssa on tarve tukihenkilön apuun.

Lapsen sijoittaneen kunnan sosiaalityöntekijä tekee tukihenkilön kanssa sopimuksen tukihenkilötoiminnasta, ja lapsen sijoittanut kunta maksaa vertaistukihenkilölle korvauksen toteutuneiden tapaamisten mukaisesti. Alueella on työskennellyt yhteensä seitsemän tukihenkilöä, ja kokemukset tukihenkilötoiminnasta ovat olleet erittäin hyviä. Jotkin tukisuhteet ovat voineet olla pitkäkestoisia ja tapaamiset toistuneet säännöllisesti.

POHJOIS-SAVON TOIMINTAMALLI

- Vanhempi tarvitsee apua ja tukea -> Sosiaalityöntekijä kartoittaa eri tapoja tukea vanhempaa -> Yhteys perhehoidon koordinaattoriin
- Perhehoidon koordinaattori kartoittaa vanhemmalle sopivan tukihenkilön tai vertaisryhmän ja kertoo vanhemmalle lisätietoja toiminnasta. Perhehoidon koordinaattori perehdyttää tukihenkilöt, vastaa työnohjauksesta ja selvittää, kuka tukihenkilöistä sopii millegin vanhemmalle.
- Sosiaalityöntekijä ja tukihenkilö tekevät sopimuksen vanhemman kanssa. Kustannuksista vastaa kunta.
- Tukihenkilöt toimivat vanhempien tukena. Tukihenkilöillä on mahdollisuus keskinäiseen vertaistukeen ja mentori-kisällitoimintaan.

Pohjois-Savon kokemusten perusteella on suositeltavaa, että vertaistukihenkilön ja tuettavan tapaaminen toteutuu mahdollisimman nopeasti – esimerkiksi heti sen jälkeen, kun vanhemmalle on kerrottu tukihenkilötoiminnasta. Alueen koordinaattorin mukaan mahdollisia tuettavia voi pyrkiä tapaamaan siten, että vertaistukihenkilö olisi itse mukana kertomassa toiminnasta. Kynnys ensimmäiseen

tapaamiseen tulee tehdä mahdollisimman matalaksi. Vertaistukihenkilön ensitaapaamisen ei vielä tule velvoittaa tukisuhteen aloittamiseen, vaan asiakas saa miettiä asiaa itse rauhassa. Tapaaminen on ikään kuin alkuinfo.

Tukihenkilön ja tuettavan ensimmäinen tapaaminen voi toteutua vaikkapa sosiaalitoimiston tiloissa, perheen kotona tai muussa sovitussa paikassa. Jos tuettava vanhempi haluaa tutustumisen jälkeen aloittaa tukisuhteen, tukihenkilö kannustaa häntä olemaan yhteydessä omaan sosiaalityöntekijäänsä. Mikäli tuettava vanhempi ei halua aloittaa tapaamisia tukihenkilön kanssa, häntä on hyvä muistuttaa, että tukihenkilön apua voi hakea myös myöhemmin. Samalla kerrotaan myös muista tukimuodoista, esimerkiksi vertaistukiryhmästä. Joskus tukihenkilön apu alkaa myöhemmin kiinnostaa, kun aikaa kuluu tai elämäntilanne muuttuu.

Mikäli tutustumistapaaminen on sosiaalitoimistossa, sopimus voidaan tehdä samalla kertaa. Joka tapauksessa tarvitaan yhteinen hetki, jossa sosiaalitoimiston työntekijä, tuettava vanhempi sekä tukihenkilö keskustelevat tuen tavoitteista ja tekevät sopimuksen tukihenkilötoiminnasta.

Sopimus tehdään yleensä puoleksi vuodeksi kerrallaan. Sen päättyessä pidetään uusi tapaaminen, jossa arvioidaan, miten tuki on vastannut odotuksia. Samalla voidaan sopia tuen jatkamisesta tai päättämisestä sekä suunnitella seuraavaa tuen askelta, esimerkiksi vertaistuki- tai kasvuryhmää.

Vertaistukihenkilö saa tehtävästään palkkion ja kulukorvauksen. Siitä kerrotaan lisää sivulla 30.

Pohjois-Savon tukihenkilöiden kokemukset ovat osoittaneet, että vertaistukihenkilöt tarvitsevat ehdottomasti toiminnan- ja työnohjausta. Hyvin organisoitu taustatuki innostaa tukihenkilöä tukityössään sekä kehittämistyön suunnittelussa. Vertaistukihenkilöllä on aina mahdollisuus ottaa yhteyttä yhteyshenkilöönsä ja kysyä neuvoa tai saada apua. Pohjois-Savossa yhteyshenkilönä on toiminut kehittämissyksikön perhehoidon koordinaattori, joka toimii myös alueen Voikukkia-aluekoordinaattorina.

KOKEMUKSIA TUKIHENKILÖTOIMINNASTA

Kaikilla Pohjois-Savon kuntien sosiaalityöntekijöillä on mahdollisuus tarjota tukihenkilöä asiakkaalleen, jonka lapsi ollaan ottamassa tai on otettu huostaan tai sijoitettu. Sosiaalityöntekijöiden mukaan tukihenkilötoiminta on erinomainen tapa tukea vanhempia, kun perhe on lastensuojelun asiakkaana tai lapsi on sijoitettu perheen ulkopuolelle. Useimmat tukisuhteet ovat kestäneet yli puoli vuotta, muutamilla yli vuodenkin.

Tukihenkilöt ovat tavanneet tuettavia vanhempia viikoittain. Sosiaalityöntekijät korostavat samaa kuin tukihenkilötkin: on ymmärrettävää, että tukisuhteen kehittyminen vie aikaa. Tutustumisellekin on varattava oma aikansa.

Useimmat vanhemmat, joille on ehdotettu tukihenkilöä, ovat olleet kiinnostuneita toiminnasta alusta lähtien. Yksi asiakas on itse osannut pyytää tukihenkilöä tuekseen. Välillä vanhemmat ovat halunneet pidemmän miettimisajan, ja jotkut ovat olleet epäluuloisia.

Saatu tuki on sosiaalityöntekijöiden mukaan näkynyt vanhemmissa niin, että häpeän tunteet vaikuttavat vähentyneen ja vanhempi on rohkeampi ja voimistunut.

Toimintakykyä on enemmän. Osalla vanhemmista on herännyt halu auttaa muita, ja he ovatkin lähteneet mukaan vapaaehtoistoimintaan.

Sosiaalityöntekijöiden mukaan vanhempien on usein helpompi aloittaa tapaamiset tukihenkilön kanssa kuin osallistua Voikukkia-ryhmään. Joskus vanhemmat kokevat ryhmän raskaaksi. Tukihenkilön tuki on tullut tarpeeseen ja auttanut vanhempia jaksamisessa.

Tätä opasta varten haastateltujen sosiaalityöntekijöiden ja tukihenkilöiden välillä on sujunut Pohjois-Savossa hyvin. Tukitoiminta käydään aina yhdessä läpi alkupalaverissa. Tuettavalle kerrotaan myös se, että tukihenkilö ilmoittaa sosiaalityöntekijälle tapaamiskerrat, ei niiden sisältöjä. Kaikille osapuolille sovitaan yhdessä selkeät yhteiset pelisäännöt.

Haasteiksi sosiaalityöntekijät kuvaavat sitä, ettei tukihenkilötoimintaa aloiteta tarpeeksi usein jo sijoituksen suunnitteluvaiheessa. Samanlaista palautetta ovat antaneet tuetut vanhemmat. Tukihenkilön tuki jo alkuvaiheessa helpottaisi yksinäisyyden tunnetta ja antaisi toivoa. Sosiaalityöntekijät toivovat erityisesti, että vanhemmille suunnattua tukihenkilötoimintaa olisi käytettävissä enemmän myös lastensuojelun avohuollossa ja se tehtäisiin näkyväksi myös siellä.

Pohjois-Savossa perhehoidon koordinaattori vastaa siitä, että sosiaalityöntekijät tietävät tukihenkilötoiminnasta osana vanhemmille tarjottavaa palvelua. Tukihenkilöiden kokemus on, ettei sosiaalitoimessa ole kuitenkaan aina tartuttu mahdollisuuteen käyttää tukihenkilöä.

Moni tukihenkilöistä tekee työtään vapaaehtoisena, oman päivätyön ohella. Näin ollen on tärkeää, että tukihenkilölle jää myös vapaa-aikaa. Koordinaattorin ja sosiaalityöntekijöiden on muistettava pitää huolta siitä, ettei yhdelle tukihenkilölle kerry liikaa tuettavia. Tässä on onnistuttu hyvin, kun on pidetty kiinni yhdessä sovitusta toimintamallista.

Pohjois-Savossa tukihenkilöt ovat toimineet myös tukihenkilöpareina: kaksi tukihenkilöä tapaa yhtä asiakasta. On tietysti tärkeää, että asiakkaan kanssa keskustellaan tästä vaihtoehdosta ensin, sillä tämä malli ei välttämättä sovellu kaikille ja kaikkiin tilanteisiin. Toisaalta työparin kanssa tarjolla on ikään kuin ”tuplatuki” ja toiminta on vähemmän haavoittuvaista.

Mentori-kisällitoiminta on osoittautunut hyväksi ratkaisuksi. Kun uusi tukihenkilö pääsee kulkemaan kokeneemman tukihenkilön mukana, hän näkee, millaista tukityö on. Tukihenkilöt voivat myös purkaa mahdolliset kuormittavat tilanteet saman tien keskenään.

"Ilahduin, kun kohtasin tuettavan vanhemman muussa yhteydessä. Hän oli voimistunut ja voi paljon paremmin."

– SOSIAALITYÖNTEKIJÄ 2018

VANHEMMAN KERTOMAA

Sain sosiaalityöntekijän kautta tukihenkilön ennen kuin pääsin Voikukkia-vertaistukiryhmään. Aluksi olin tosi varovainen kertomaan omista ja lapsen asioista.

Olen aina ollut ujo ja varautunut, koska elämässäni on ollut paljon vaikeuksia. Olen ollut hyvin yksinäinen, eikä minulla ole ollut varsinaisesti sosiaalista elämää perhe-elämän ulkopuolella. Olen vältellyt sosiaalisia tilanteita ja halunnut salata perheemme tilanteen muilta, myös sukulaisilta. Oli kuitenkin todella raskasta olla ihan yksin.

Tukihenkilölläni ja minulla oli melko samankaltainen tausta, ja tilanteetkin olivat olleet samantapaisia. Kun tukihenkilö kertoi itse avoimesti omista kokemuksistaan, oli helppoa alkaa puhua pikkuhiljaa itsekin. Juttu kulki meillä alusta asti, samanlainen huumori auttoi asiaa. Henkilökemiat kohtasivat, ja seuraavalla kerralla oli helppo jatkaa siitä, mihin edellisellä kerralla jäätiin.

Tapasimme noin joka toinen viikko. Aika tapaamisissa kului kuin siivillä ja koin, että vertaisuudesta oli todella paljon apua. Näin jälkikäteen ajateltuna en muista, että meillä olisi ollut mitään alkujäykkyyttä. Tapasimme minun kotonani, joskus kävimme lenkillä tai muuten ulkoilemassa. Joskus leivoin itse jotain ja kahvitelimme. Joidenkin ihmisten kanssa sitä vain synkkää – meillä oli hauskaa yhdessä, vaikka puhuimme vaikeista asioista.

Tukihenkilö vaikutti siihen, että sain rohkeutta. Uskalsin lähteä mukaan uusiin asioihin ja kohdata uusia ihmisiä. Myöhemmin kävin vertaistukiryhmän.

NÄIN MINUSTA TULI TUKIHENKILÖ

Maija:

Minua pyydettiin sosiaalitoimen kautta paneeliin keskustelemaan huostaanotetun lapsen vanhemman roolissa. Siitä se sitten lähti, kokemusasiantuntijana toimiminen, ja kävin useammassakin paneelissa. Seuraavaksi huomasinkin olevani Voikukkia-ohjaajakoulutuksessa.

Koulutukseen kuuluu ryhmän ohjaaminen, ja ohjasimme toisen äidin ja ammattilaisohjaajan kanssa yhden vertaistukiryhmän. Pian ryhmä olikin jo muutamaa tapaamiskertaa vaille valmis ja rupesimme miettimään, miten tästä jatketaan. Ryhmäläisetkin olivat vähän kauhuissaan ryhmän loppumisesta ja siitä, miten he pärjäävät ilman ryhmää.

Onneksi Voikukkia-aluekoordinaattori järjestää myös 2 leiripäivää vuodessa. Leirit on tarkoitettu kaikille Voikukkia-ryhmän käyneille vanhemmille, tukihenkilöille sekä ammattilaisille Pohjois-Savon alueelta. Tulijat voivat osallistua yhteen tai useampaan leiripäivään. Ensimmäisenä leiripäivänä leiriläiset kokoontuvat ohjaajien kanssa viettämään yhteistä hetkeä ja kuulemaan toistensa kuulumisia. Samalla

tutustutaan myös uusiin ihmisiin. Toinen leiripäivä on vähän laajempi. Siihen kutsutaan myös sukulaisvanhempia sekä sijoitetut lapset ja heidän sisaruksensa.

Myöhemmin sain kuulla, että alueellamme on yhdistetty tukihenkilökoulutus Voikukkia-vertaisohjaajille sekä sukulaissijaisvanhempien mentorikoulutus. Itselläni ei ollut silloin mahdollista aloittaa kouluttautumista kisällinä. Pääsin kuitenkin osallistumaan koulutuspäiviin myöhemmässä vaiheessa, sillä tein kolmivuorotyötä.

Melko pian koulutuksen jälkeen sain ensimmäisen tuettavan. Siitä lähtien olen toiminut tukihenkilönä ja olen myös auttanut perhetyöntekijöitä olemalla heidän matkassaan kotikäynneillä. Olen myös keskustellut vanhempien kanssa huostaanotosta ja siihen liittyvistä asioista sekä kertonut heidän oikeuksistaan. Olen ollut mukana myös sosiaalitoimistoissa vanhempien tukena.

Olen huomannut, että tukea voi antaa monella eri tapaa. Perheille ja vanhemmille on ollut hyötyä pienistäkin jyväsistä. Omaan toimintaani on kuulunut paljon keskustelua, ja olenkin heti alkuun sanonut tuettaville, että antavat pahan olon tulla ulos minun seurassani, sillä muissa tilanteissa voimakkaita tunnereaktioita voi joutua pyytelemään anteeksi. Olemme käyneet kahvilla, syömässä tai vaikkapa kalastamassa. Olen myös auttanut perhettä kotitöissä sekä vienyt heille joskus vaatteita ja harrastevälineitä, joita emme itse enää kotona tarvitse.

Miina:

Elokuussa 2007 vein lapseni avohuollon tukitoimena toiseen perheeseen. Se oli raskain päätös, jonka olen koskaan joutunut tekemään. Mielessäni sinkoili erilaisia tuntemuksia: viha, pelko, suru ja ikävä. Myös pelko omasta voinnistani oli suuri. Miten jaksan ja pystyn kohtaamaan uuden arjen ja elämän kotona vain yhden lapseni kanssa?

Jossakin vaiheessa huomasin kuitenkin tarvitsevani apua omaan jaksamiseen. Tunsin olevani yksin. Ajattelin olevani ainut ihminen, jolle käy näin. Pyysin sosiaalitoimesta perhetyötä monien kuukausien ajan. Lopulta sainkin apua.

Seuraava valonpilkahdus oli Kuopiossa vuonna 2009 alkanut vertaistukiryhmä. Meitä vanhempia oli paikalla kolme. Ryhmää ohjasivat ammattilaisohjaajat. Ensimmäistä kertaa koin, etten ole yksin enkä ainoa ihminen, jonka lapsi on sijoitettuna toisessa perheessä. Häpeä alkoi helpottaa. En enää pelännyt, että jokainen näkisi otsassa leiman: ”Lapseni on huostaanotettu.”

Vuonna 2011 lähdin perhetyöntekijän kannustamana käymään Kuopiossa, Voikukkia-vertaistukiryhmän infotilaisuudessa. Lopulta Siilinjärven seurakunta tarjoutui maksamaan minulle koulutuksen Voikukkia-ryhmänohjaajaksi.

Olen edelleen Voikukkia-ryhmänohjaaja, ja vuonna 2014 kouluttauduin vertaistukihenkilöksi. Hyvin nopeasti sain ensimmäisen tukihenkilökontaktini. Kuljin perheen rinnalla puolen vuoden ajan. Olin apuna keskustelemassa perheen kanssa huostaanoton nostattamista tunteista ja kuuntelemassa heidän ajatuksiaan.

Joskus vanhemmat saattavat tarvita apua parisuhteeseen tai heillä on voimakkaita syyllisyyden tunteita. Huostaanotosta ei haluta puhua kasvojen menettämisen pelossa. Joskus tukihenkilö on ainoa ihminen, jolle asiasta voi puhua. Monet asiakkaani ovat myös käyneet Voikukkia-ryhmässä. Vaikka meidän tarinamme eivät ole samanlaisia, ne ovat yhdistäneet meitä.

Maija:

Itselläni ei ollut huostaanoton aikaan tietoa tällaisesta toiminnasta, ja jouduin kokemaan kaiken yksin. Taipaleeni oli tosi raskas. Selviydyin kuitenkin, enkä todella-kaan halua kenenkään joutuvan kokemaan samaa.

Tukihenkilönä toimiminen on todella palkitsevaa. Minulle tämä on sydäntä lähellä oleva asia, jota RAKASTAN päivä päivältä yhä enemmän.

Miina:

Lähdin mukaan tukihenkilötoimintaan, koska en itse tuntenut saavani aikoinaan apua. Olisi ollut hienoa, jos joku saman kokenut olisi sanonut minulle: ”Kyllä tästä selvitään!”

Tukihenkilönä oleminen saattaa viedä paljon voimia, mutta se myös antaa todella paljon. En halua kenenkään muun vanhemman joutuvan samanlaiseen tyhjyyteen kuin minä koin joutuvani. Tulevaisuudessa toivon, että tukihenkilö on vanhemmille itsestäänselvyys.

Vapaaehtoisten terveisiä Pohjois-Savosta

Alueella on ideoimassa ja kehittämässä perhehoidon koordinaattori, joka järjestee ja suunnittelee meille vapaaehtoisille erilaisia koulutuksia ja toimintaa. Olemme käyneet esimerkiksi kertomassa sosiaalialan opiskelijoille toiminnastamme. Olemme myös osallistuneet seminaareihin ja koulutuksiin esittelemällä omaa toimintaamme. Alueellamme toiminta ja kehittäminen jatkuu edelleen aktiivisesti. Meillä ei ketään jätetä yksin!

8. TUKIHENKILÖTOIMINTA KOTKASSA

Kotkan kaupungilla on ollut tukihenkilötoimintaa vuodesta 2014 alkaen. Ensin kaupunki kokeili pilottimallia, jolloin organisaatiossa työskenteli täysipäiväinen tukihenkilö. Pilotti kesti seitsemän kuukautta.

Tavoitteena oli kehittää tukimuoto, joka ei olisi kiinni vertaisryhmän toteutumisesta tai tietyistä ajankohdasta. Kotkassa taustamotivaattorina toimi ICDP-ajattelumalli (International Child Development Programme), jossa tavoitteena on kehittää aikuisen ja lapsen välistä myönteistä ja aktiivista vuorovaikutussuhdetta sekä auttaa aikuista tiedostamaan oman suhtautumistapansa vaikutuksia lapsiinsa. Kotkan lastensuojelussa oltiin huolissaan vanhemmille tarjotun myönteisen tuen vähäisyydestä. Tarjolla oli vain kontrolloivaa tukea, kuten huumeseuloja ja päihdepalveluita, mutta vanhemmuutta tukevaa toimintaa oli tarjolla vain vähän. Positiivisen tuen tarjoaminen tukihenkilötoiminnan muodossa haluttiin mukaan palveluvalikkoon. Kantavana ajatuksena oli, että vanhemman hyvinvointi lisää myös lapsen hyvinvointia ja auttaa lasta voimaantumaan.

KOKOPÄIVÄISEN TUKIHENKILÖTOIMINNAN ETUJA

- Tukihenkilö on joka päivä sosiaalityöntekijöiden ja asiakkaiden tavoitettavissa.
- Tukihenkilön palkkakulut maksetaan työllisyystuesta.
- Vanhempi saa tukea heti sitä tarvitessaan, ei vasta päästessään vertaistukiryhmään.
- Tukihenkilö on työyhteisön jäsen.

KOKEMUKSIA PILOTTIKOKEILUN AIKANA

- Tukihenkilö ei voi työskennellä vain virka-aikaan, tukea tarvitaan muulloinkin.
- Tukihenkilöllä täytyy olla joustava työaika ja etukäteen sovitut käytännöt.
- Koko työyhteisöä tarvitaan tukihenkilötoiminnan markkinointiin.

Kotkassa havaittiin, että vaikka lapset eivät palaisi kotiin biologisten vanhempiensa luokse tukisuhteen aikana, tukihenkilö voi luoda vanhemmille toivoa ja auttaa heitä säilyttämään omanarvontuntonsa. Vanhempi voimaantuu, kun lapsi voi hyvin ja vastavuoroisuus vanhemman ja lapsen suhteessa kehittyy.

Tukihenkilö voi joutua tiukkoihin tilanteisiin asiakkaiden kanssa. On tärkeää, että tukihenkilölle järjestetään mahdollisuus työnohjaukseen. Kotkan pilotissa tukihenkilön työnohjauksesta vastasi Voikukkia-verkostohankkeen kokenut työntekijä, mutta tällä hetkellä tukihenkilölle ei ole järjestetty säännöllistä työnohjausta. Jatkossa on tärkeää, että työnohjauksellinen mahdollisuus on mietitty jo ennen tukihenkilötoiminnan alkamista.

Kokeilun loputtua vuonna 2015 päätettiin, että tukihenkilötoiminta perustuu jatkossa vapaaehtoistoimintaan, eikä se enää ole kokopäiväinen työ. Tukihenkilö oli kokeilun ajan ollut palkattuna tehtäväänsä työllistymistuella. Päätöstä perusteltiin muun muassa sillä, että tukihenkilönä toimiva työntekijä voisi byrokratisoitua organisaation pyönteissä.

Tukihenkilötoiminta on Kotkassa edelleen henkilöitynyt yhteen aktiiviseen henkilöön, jonka vastuulla toiminta pyörii. Kysyntää olisi useammallekin tukihenkilölle. Yhtenä väylänä löytää uusia vertaistukihenkilöitä voisivat toimia Voikukkia-vertaistukiryhmät ja niihin osallistuvat vanhemmat.

Lue lisää Kotkan pilottikokeilusta täältä: <https://www.voikukkia.fi/wp-content/uploads/sites/4/2017/12/VOIKUKKIA-kasikirja2015.pdf>.

"Koen tukihenkilötyön erittäin tärkeäksi. On hienoa huomata, kuinka asiakkaat alkavat avautua ja muuri murtuu ympäriltä."

– TUKIHENKILÖ 2016

VERTAISUUDEN VOIMA – TUETUSTA TUKIHENKILÖKSI

Katri:

Kaikki alkoi paikallislehden jutusta, joka kertoi paikkakunnalla pidettävästä Voikukkia-ryhmästä huostaanotettujen lasten vanhemmille. Oma tyttäreni oli huostaanotettu 12-vuotiaana samana vuonna, ja halusin puhua asiasta jonkun kanssa. Otin yhteyttä jutun yhteydessä mainittuihin sosiaalityöntekijöihin, mutta koska ryhmä oli suljettu ja jo käynnissä, minua kehoitettiin odottamaan seuraavaa ryhmää.

Lehtijutussa oli kuva vanhemmista ja lyhyt haastattelu. Lehtijutussa olleen äidin kertomus kosketti minua ja tunsin, että meidän tarinamme olivat melko samanlaisia. Halusin ottaa häneen yhteyttä ja jätin työntekijöille viestin, että halusin jutella hänen kanssaan. Viestin saatuaan hän ottikin minuun heti yhteyttä ja sovimme tapaamisesta. Saisin oman tukihenkilön, Tainan.

Taina:

Omassa Voikukkia-ryhmässäni ohjaaja kyseli, olisiko ryhmäläisissä halukkaita lehtihaastatteluun. Omat vanhempani varoittivat, ettei siihen kannata suostua, sillä sen takia voi joutua myöhemmin kärsimään. Minulla itselläni oli kuitenkin vahva tarve kertoa tarinani muille: tiesin, että on paljon samassa tilanteessa olevia vanhempia, jotka eivät uskalla tai kehtaa pyytää apua.

Tarinani tarkoitus oli, ettei ole häpeä pyytää apua – sitä on uskallettava pyytää ja ottaa vastaan. Pidin tässä asiassa oman pääni, enkä ole sitä katunut. Jos olisin ollut oma kiltti itseni, en olisi uskaltanut tehdä näin. Onneksi kuuntelin omaa ääntäni. Olen ainoa lapsi, hiljainen, ujo, arka ja koulukiusattu. Olen kärsinyt arkuudesta aina, mutta elämäni vaikeudet ovat rohkaisseet minua.

Haastattelun jälkeen yllätyin sosiaalityöntekijän yhteydenotosta. Hän ehdotti, että tapaisin toisen vanhemman tukihenkilönä. Mietin, että tapaan pian aivan vieraan ihmisen ja mietin, missä ensitapaaminen olisi parasta järjestää. Soitin hänelle seuraavana päivänä ja mietimme yhdessä, missä tapaisimme tuettavan kanssa.

Ehdotin paikallista kahvilaa, mutta lopulta päädyimme tapaamaan hänen kotonaan, koska huomasimme asuvamme yllättävän lähekkäin.

Heti tavatessamme Katrin kanssa huomasimme olevamme kuin vanhoja tuttuja ja keskustelumme sujui luontevasti. Ennakkoluuloni siitä, minkälaisia huostaan-otettujen lasten vanhemmat ehkä olisivat, olivat olleet aivan turhia.

Katri:

Odotin innolla Tainan tapaamista, koska en ollut koskaan tavannut ketään toista huostaanotetun lapsen vanhempaa. Tiesin lehtijutun valokuvasta, miltä hän näyttää, ja tunsin hieman hänen historiaansa.

Kun hän saapui, keitin meille kahvit ja kerroimme elämästämme. Aika kului kuin siivillä, ja molemmille tuli mieleen sama kysymys: kuinka tästä eteenpäin? Koin suunnatonta helpotusta, kun sain vihdoinkin avoimesti puhua kaikista minua ahdistavista asioista ihmiselle, joka ymmärsi miltä minusta tuntuu. Hän kertoi vuorostaan omista kokemuksistaan.

Halusin ehdottomasti tavata uudelleen ja jatkaa siitä, mihin jäimme. Ennen hänen lähtöään sovimme uuden tapaamisen. Sovimme, että seuraavaksi lähdemme lenkille.

Tästä kohtaamisesta alkoivat säännölliset tapaamiset, ja kävimme yhdessä kahviloissa, lenkillä, uimassa, kesämökillä ja vaikka missä. Puhuimme ja puhuimme. Meillä oli paljon yhteistä. Olen ainoa lapsi, kuten hänkin on. Olen kasvanut alkoholistiperheessä ja olen ollut jo lapsena hyvin yksinäinen ja arka. En ole kuunnellut itseäni, vaan olen elänyt muiden tahdon mukaan. Jokaisen tapaamisen jälkeen minun ahdistukseni helpotti hieman. Ymmärsimme hyvin toisiamme.

Taina:

Muistan aina sen, kun oma tilanteeni alkoi olla parempi ja olin käynyt ryhmän. Kerran saunan lauteilla aloin miettiä, että tukihenkilötoiminnalle olisi todella tarvetta. Koska olin silloin työttömänä, mietin, voisinko tehdä tätä työnä ja saada siitä myös palkkaa? Kun keskustelimme Katrin kanssa, huomasin että hänen itsetuntonsa oli ollut todella maassa. Nyt se alkoi pikkuhiljaa vahvistua. Elämässä voi olla muutakin sisältöä kuin työ ja koti.

Katri

En voinut puhua näistä asioista ystäväilleni, koska häpesin tilannettani ja vetäydyin omaan surkeuteeni ja patosin tunteeni. Kävin töissä ja kaupassa kuin robotti ja itkin yöt pahaa oloani.

Olin vaikeassa tilanteessa, mutta minulla ei ollut voimaa eikä rohkeutta mennä eteenpäin. Vihdoinkin löysin Tainan, joka kuunteli ja ymmärsi muutamasta sanasta, miltä minusta tuntuu. Pystyin puhumaan kaikesta mikä mielessäni pyöri, ilman häpeää ja salailua. Huomasimme, että moni asia menneisyydessä yhdisti meitä.

Puoli vuotta myöhemmin pääsin mukaan Voikukkia-ryhmään, tapasin lisää vanhempia ja kuulin heidän tarinoitaan. Sisälläni alkoi herätä halu auttaa muita, ja kiinnostuin tarjotusta Voikukkia-koulutuksesta, josta valmistuin vertaisohjaajaksi. Kävin koulutuksen, erosin miehestäni, muutin toiselle paikkakunnalle ja vaihdoin työpaikkaa. Aloitin uuden elämän puhtaalta pöydältä.

Nyt olen saanut elämäni uusille urille ja toimin vertaisohjaajana. Olisin halukas myös toimimaan tukihenkilönä vanhemmille, kunhan toiminta saataisiin vakiinnutettua tännekin. Olemme Tainan kanssa yhä yhteydessä puhelimitse, ja ystävyys on säilynyt välimatkasta huolimatta. Teemme myös yhteistyötä Voikukkia-kehittäjävanhemmissa. Kehittäjävanhemmat ovat ryhmä vanhempia, jotka työskentelevät vapaaehtoisina kehittäjinä Voikukkia-toiminnan kokemusasiantuntijoina.

Taina:

Olin mukana tukemassa Katria muutoksessa ja olin ylpeä, että hän lähti ohjaajakoulutukseen. Tuuli vie meitä ikään kuin voikukan hahtuvia eteenpäin. Samalla tunsin iloa siitä, että sain mukaan uuden ihmisen jatkamaan tätä tärkeää työtä. Olemme myös vielä vaihtaneet ajatuksia siitä, mitä tuntemuksia tukihenkilönä toimiminen on meissä herättänyt. Olemme saaneet toisistamme tukea ja apua vaikeinakin hetkinä.

9. VOIKUKKIA-TUKIHENKILÖKAHVILA TAMPEREELLA

Tampereen Voikukkia-verkosto järjesti keväällä 2018 pilottikokeiluna vertaistuki-henkilökahvilan. Kahvila oli tarkoitettu lastensuojelun asiakkaana olevien lasten vanhemmille. Tampereen alueella asuu paljon sijoitettujen lasten vanhempia, ja alueella järjestetään aktiivisesti myös Voikukkia-vertaistukiryhmiä. Ohjaajien tiedossa oli kuitenkin, että kaikki vanhemmat eivät halua ryhmään.

Matalan kynnyksen kahvilatoimintaa oli harkittu jo aiemmin, jotta tavoitettaisiin useampia tuen tarpeessa olevia vanhempia. Tampereen Perheiden talon koordinaattori toimii myös Voikukkia-aluekoordinaattorina, joten kahvilapilotti pystytettiin toteuttamaan Perheiden talolla.

Idea sai alkunsa siitä, kun Voikukkia-ryhmän käyneet vanhemmat ehdottivat, että haluaisivat ryhtyä toimimaan tukihenkilöinä toisille vanhemmille. Vanhemmat kokivat, että olisi hyvä, jos vanhemmalla olisi mahdollisuus tavata tukihenkilöä erityisesti siinä vaiheessa, kun sijoituspäätöstä harkitaan.

Ideointivaiheessa oli mukana 8 aktiivista vanhempaa. Monien elämäntilanne kuitenkin muuttui, ja lopulta aktiivisia vanhempia oli toteutusvaiheessa kolme. Järjestimme Tampereen Perheiden talolla tutustumistapaamisia ja ideointitapaamisia. Erityisesti avoin kahvila -tyyppinen toiminta kiinnosti vapaaehtoisia, ja sitä päätettiin lähteä kokeilemaan.

Voikukkia-kahvila järjestettiin yhteistyönä Kasper – Kasvatus- ja perheneuvontary:n Voikukkia-tukihenkilöprojektin kanssa. Kahvilaa mainostettiin voikukkia.fi-internetsivuilla, Tampereen kaupungin sivuilla, Perheiden talon Facebook-sivuilla sekä sähköpostitse sosiaalityöntekijöille ja vanhemmille.

Kahvila toteutettiin 4 kertaa, kerran kuukaudessa. Jokaisella kahvilakerralla oli oma teemansa, ja se osoittautui hyväksi käytännöksi. Teemat olivat vertaisuuden voima, toivo, yhteydenpito lapseen sekä perheiden jälleenyhdistäminen.

Kahvilasta kerätyn palautteen mukaan parasta oli tutustua muihin vertaisiin ja keskustella omasta tilanteesta. Tuen ja tiedon saaminen sekä muiden kuunteleminen koettiin myös tärkeäksi. Kahvilassa kävijät olivat tyytyväisiä kahvilan teema-

KAHVILATOIMINNAN PERIAATTEITA

- Kahvilan suunnittelu ja ohjaaminen tehdään aina yhteistyössä vertaisohjaajien ja tukihenkilöiden kanssa.
- Vertaisohjaajat, tukihenkilöt ja ammattilaisohjaajat ovat suunnittelutiimin tasavertaisia jäseniä.
- Jokainen tuo ryhmään oman osaamisensa.
- Vastuu ja tehtävien jako sovitaan etukäteen.
- Päävastuu kahvilaprosessin käytännön toteutuksesta on aina ammattilaisohjaajilla.

kertoihin. Palautteet jakautuivat tasan sen mukaan, että osa vastaajista toivoi ohjattua ohjelmaa, osa vapaata yhdessäoloa. Palautteissa toivottiin myös ammattilaisten neuvoja ja tietoisuuksia. Palautteisiin vastasi 17 henkilöä.

Kahvilatoiminnan toivottiin jatkuvan. Suurin osa vastaajista toivoi, että kahvila järjestettäisiin kerran kuukaudessa, osa oli valmis käymään viikoittain. Tieto kahvilasta oli useimmiten saatu ystävän kautta.

Ohjaajilta ja vanhemmilta kerättiin kahvilan päättymisen jälkeen kehittämissuhteita ja kokemuksia, jotta tieto kahvilasta saavuttaisi useammat vanhemmat.

Vertaisohjaajan ja tukihenkilön kokemustieto oli tärkeää koko prosessin ajan aina valmisteluista palautteeseen. Tulevaisuudessa, kun toimintaa jatketaan, on tärkeää huomioida vapaaehtoisten vertaisohjaajien elämäntilanne ja ajankäytön mahdollisuudet. Ohjaajien työnjaosta pitää sopia yhdessä ennen toiminnan alkamista. Samoin vertaisohjaajan ja vapaaehtoisten palkkiosta ja kulukorvauksista on sovittava kirjallisesti hyvissä ajoin. Palkkiot maksetaan sovitusti ajallaan.

Vertaiskahvilan järjestäminen on hyvä tapa aloittaa kevyempi vertaistukitoiminta. Kun mukana on vanhempia, joiden oma tilanne on jo parempi, on mahdollista jakaa kokemuksia ja saada vertaisilta tukea omaan tilanteeseen. Jos vanhempia kiinnostaa toimia tukihenkilönä, kahvilamalliset kokoontumiset ovat hyvä tapa kuulostella sitä, miltä tuntuu olla toisen tukena. Vertaiskahvilatoiminta on pehmeä aloitus yksilöllisempään tukihenkilötoimintaan.

"Hyvä kun on vapaata keskustelua ja porukka muotoutuu osallistujien mukaan."

- VANHEMPI 2018

"Mukavaa keskustelua, kuuntelua ja yhdessäoloa."

- VANHEMPI 2018

"Mahtava, kiitos, mukava porukka."

- VANHEMPI 2018

10. AVOIN TUKIKAHVILA HÄMEENLINNASSA

Hämeenlinnassa on järjestetty avointa kahvilatoimintaa vuosina 2016–2018. Kahvila on tarkoitettu huostaanoton kokeneille vanhemmille ja muille läheisille. Toiminnan tavoitteena on ollut tarjota matalan kynnyksen mahdollisuus vertais-tukeen.

Toimintaa järjestää Kanta-Hämeen perhetyö ry. Järjestö toteuttaa muutakin tapaamispaikkatoimintaa, esimerkiksi eroperheille ja vankilaperheille suunnattua työtä Hämeenlinnan vankilassa. Erään isovanhemman toiveesta nousi esiin tarve järjestää tukitoimintaa myös huostaanotettujen lasten muille läheisille, ei vain vanhemmille.

Kahviloiden kautta on tavoitettu ihmisiä jakamaan kokemuksiaan ja ajatuksiaan esimerkiksi vanhemmuudesta ja yhteydenpidosta lapseen silloin, kun lapsi ei asu omassa kodissaan. Avoimessa kahvilassa on ollut aina asiantuntijan vetämä alustus tai suunniteltu teema. Teema voi olla esimerkiksi syyllisyys tai vaikkapa se, mitä ajatuksia lähestyvä joulukuu herättää. Sen jälkeen ohjelmassa on ollut vapaamuotoista keskustelua. Kahvila aloitetaan aina samalla tavalla: kaikki osallistujat valitsevat esimerkiksi tunnetilakortit tai vastaavat menetelmäkortit, jonka jälkeen kerrotaan korteista nousevista ajatuksista. Osallistuja saa tuki olla myös hiljaa, jos ei halua osallistua.

Kahvilaa ovat ohjanneet kaksi ryhmänohjaajaa. Myöhemmin mukana on ollut myös vertaisohjaajia, jotka olivat alun perin vierailleet kahvilassa. Heidät koulutettiin järjestön yleisellä vapaaehtoisuuskoulutuksella ja erillisellä Voikukkia-teemaisella, Kanta-Hämeen perhetyö ry:n henkilökunnan järjestämällä perehdytyksellä.

"Avointa keskustelua kipeistäkin elämänvaiheista. Toisten, samaa kokeneiden ja ohjaajien vilpittön tuki ja kuunteleminen."

– KAHVILAN ASIAKAS 2017

KAHVILAN TOIMINTATAPA

- Matala kynnyks, helppo tulla mukaan
- Mukaan ilman ilmoittautumista
- Vanhemmille tai muille läheisille, joita huostaanotto koskettaa
- Kaksi tapaamista keväisin ja kaksi syksyisin
- Iltaisin aina kello 18–20.30 Kanta-Hämeen perhetyö ry:n tiloissa
- Säännöllisistä kävijöistä voidaan kouluttaa vertaistukijoita

Suurin osa kävijöistä on ollut sijoitet-
jen lasten vanhempia, mutta mukana on
ollut myös isovanhempia ja muita läheisiä.
Vanajan avovankilasta on myös tullut van-
keja osallistumaan kahvilaan.

Kävijöiden omat tilanteet ovat olleet
vaihtelevia: jonkun lapsi on sijoitettu 20
vuotta sitten, toinen vanhempi on vasta
akuutissa alkutilanteessa. Vertaistuki on
toiminut hyvin, vaikka joskus kävijät ovat

vieraita toisilleen ja tapaavat toisensa vain kerran. Vaihtelevat kokoonpanot rikas-
tuttavat keskustelua ja tuovat esiin monia näkökulmia.

Kävijämäärät ovat vaihdelleet, osallistujia on yleensä alle 10. Kahvilan vieraat
ovat saaneet tiedon kahvilasta lehti-ilmoituksista tai Hämeenlinnan sijaishuollon
työntekijöiltä.

Ohjaajien mielestä haastavaa on ollut se, ettei koskaan tiedä, kuinka paljon kävi-
jöitä tulee ja missä tilanteessa he ovat. Ohjaajien rooli on kahvilassa ollut lähinnä
kuuntelemista ja kysymistä. Suurin osa osallistujista on aktiivisia, ja keskustelua on
riittänyt.

Kaikista tapaamisista on kerätty nimetön palaute. Niiden mukaan kahvilat ovat
rohkaisseet ja innostaneet vanhempia. Onnistunut kahvilakerta on upea kokemus
ohjaajillekin, kun vertaistuen voima näkyy ja vaikuttaa. Toisaalta kahvilakerrat voi-
vat olla myös raskaita myös ohjaajille, koska ollaan vaikeiden asioiden ja kokemus-
ten äärellä.

"En sano sanaakaan, ajattelin
alussa. Sitten puhuin kuitenkin
puolitoista tuntia tauotta. En
ole ennen pystynyt puhumaan
kenellekään. Nyt tuntuu hyvältä."

– KAHVILAN ASIAKAS 2017

11. YKSILÖTYÖSKENTELY VOIKUKKIA-RYHMÄMALLIN AVULLA

Mikäli vanhempi ei pysty osallistumaan ryhmään eikä tukihenkilöä ole käytettävissä, monet Voikukkia-ohjaajat ovat käyttäneet vanhempien tukemisessa Voikukkia-materiaalin ohjaajanopasta ja muita materiaaleja. Esteenä vanhemman osallistumiselle voi olla esimerkiksi vankeus tai muu käytännön syy. Jos ryhmään sitoutuminen on hankalaa, on joskus todettu yksilötyöskentelyn tukevan vanhempaa parhaiten. Joustavampi yksilötyöskentely sopii myös silloin, kun vanhemman on vaikea sitoutua säännöllisiin tapaamisiin mutta hän (ja ohjaajat) kokevat kuitenkin, että yhteisestä työskentelystä on apua.

Työskentelyssä on käytetty esimerkiksi Voikukkia-materiaalipankin monisteita, kuten kriisimonisteet, vanhemmuuden roolit sekä Voikukkia-ohjaajaoppaan kysymykset. Käytössä on lisäksi ollut valikoima erilaisia tunne- ja menetelmäkortteja. Ohjaajan oppaan voi tilata osoitteesta www.voikukkia.fi.

Yksilötyöskentelyssä on käyty läpi samoja teemoja kuin ryhmässäkin, mutta tiivistetympin ja eri aiheista keskustellen. Yksilötyöskentelyssä keskustellaan joka kerralla myös vanhemman senhetkisestä tilanteesta ja kuulumisista. Yksilötyöskentelyn teemoja ovat olleet tutustuminen, lapsen ja vanhemman kriisi, yhteydenpito lapseen, yhteistyö sijaisvanhempien ja viranomaisten kanssa, vanhemmuuden roolit sekä huostaanottotarina, jolloin mukana on ollut vertaisohjaaja. Myös esimerkiksi oman tarinan käsittelykerralla on voitu kutsua mukaan vertaisohjaaja keskustelemaan ja kertomaan omista kokemuksistaan. Tapaamisten määrä ja ajankohdat ovat vaihdelleet, mutta on koettu tarpeelliseksi, että tapaamisia on ainakin 4–5.

On myös havaittu, että vanhempaa on välillä jouduttu motivoimaan ja houkuttelemaan työskentelyyn, jos elämäntilanne on raskas ja vanhempi on uupunut tai lannistunut. Toisaalta vanhemmat ovat olleet tapaamisten jälkeen tyytyväisiä, vaikka alussa onkin tuntunut hankalalta. Vanhemman oma motivaatio on tärkeä säilyttää myös yksilötyöskentelyssä. Jos jokin asia tuntuu vaikealta, siitä kannattaa puhua avoimesti.

Tapaamisissa on hyvä olla jouston varaa teeman käsittelyn suhteen. Joskus vanhemman tai perheen tilanteessa tapahtuu muutoksia tapaamisten välillä. Jos tapaamisen teemoissa voidaan joustaa, jää aikaa kuulla vanhemman senhetkisen tilanteen herättämiä tunteita. Jo se on tarpeellista.

Voikukkia-ohjaajat kehittäisivät yksilötyöskentelyä mielellään niin, että mahdollisimman monella tapaamiskerralla olisi mukana vertaisohjaaja tai muu vertainen, ryhmän käynyt vanhempi tai kertaluontoisesta tai lyhytkestoisemmasta tukihenkilötoiminnasta kiinnostunut vapaaehtoinen. Esimerkki tällaisen tapaamisen tarpeesta on tilanne, jossa vanhempi kipuilee mahdollisen huostaanoton kanssa ja alueella on toinen vanhempi, jolla on samantyyppinen tausta. Näin ollen on järjestetty yhteinen tapaaminen, jossa on ollut mukana Voikukkia-ohjaaja, tuettava sekä vertainen, joka on toiminut ikään kuin tukihenkilönä.

Vertaisen mukanaolo on ollut tapaamisissa hyödyllistä. Vanhemman on ollut helppo kertoa tarinaansa, kun läsnä on toinen vastaavan kriisin läpikäynyt

ihminen. Yhteys vanhemman ja vertaisohjaajan välille syntyy usein nopeasti, ja tuettava saa tilanteeseensa uutta näkökulmaa saman kokeneelta.

Erästä tapaamista käytiin jälkikäteen tarkasti läpi. Tapaamiseen osallistuneiden mukaan tapaamisessa vaihdettiin tarinoita, keskusteltiin. Vieraan ihmisen kohtaaminen aran asian äärellä tuntui hämmäntävältä, tukijalle jäi paljon kysyttävää. Mitähän tuettava ajatteli? Hyötyikö hän tapaamisesta? Tuntuivatko asiat hänestä raskailta? Voikukkia-ohjaajan läsnäolo tilanteessa koettiin tässä tapaamisessa hyvänä asiana: ohjaaja osasi esittää sopivia kysymyksiä ja tarjosi tapaamisen jälkeen tukea myös vertaiselle.

Jo kertatapaaaminen rauhoitti ja helpotti tuettavaa. Tässä esimerkissä kaikkien kokemus oli, että etenkin ensikohtaamisessa olisi hyvä olla läsnä myös ammattilainen. Läsnäolijoita mietitytti se, miten kohtaaminen kannattaisi järjestää, kun työntekijä tuntee molemmat, mutta vanhemmat eivät tunne toisiaan.

Vertaistukitoiminnassa palautteen kerääminen kaikilta osapuolilta on tärkeää. Ohjaajat ovat kokeneet, että tärkeää olisi löytää oikeanlainen ”mätsi”, että tukija ja tuettava jakavat saman kokemuksen erityiskysymyksistä. Tämä edellyttäisi, että löytyy myös erityyppisiä lyhytaikaisesta tukemisesta kiinnostuneita tukihenkilöitä. Tukihenkilöiden rekrytointi voi olla haastavaa, koska pitää ensin tuntea ja luottaa puolin ja toisin. Tutustuminen vie aikaa.

Ohjaajia on pohdituttanut se, tarvitseeko huostaanoton syyn olla samankaltainen vai riittääkö se, että huostaanotto on kaikille yhteinen kokemus. Tätä olisi hyvä pohtia esimerkiksi valmennuksessa. Joillekin samankaltaisuus huostaanoton syissä on tärkeää, toisille taas ei.



12. VAPAAEHTOISET VANHEMMAT VOIKUKKIA-TOIMINNASSA

Voikukissa on ollut vuosien varrella mukana paljon vapaaehtoisia vanhempia. He ovat koulutettuja vertaisohjaajia, tukihenkilöitä ja/tai kokemusasiantuntijoita. Vertais- ja tukihenkilötoiminnassa pyritään vaikuttamaan positiivisesti yhden ihmisen tai Voikukkia-ryhmän jäsenen tilanteeseen. Kaikki verkoston vanhemmat ovat sitoutuneet noudattamaan Voikukkia-toiminnan reunaehtoja ja eettisiä periaatteita.

Vertaisohjaajiksi kouluttautuneet vanhemmat ovat käyneet ensin itse vertaistukiryhmän. He voivat sen jälkeen toimia vertaisryhmien vetäjinä ammattilaisohjaajien kanssa.

Kokemusasiantuntija puolestaan vaikuttaa laajemmin. Hän voi kehittää toimintaa sosiaalityöntekijöiden kanssa tai osallistua esimerkiksi palveluiden uudistamisen suunnitteluun valtakunnan tasolla. Voikukissa kokemusasiantuntijalla tarkoitetaan huostaanotetun tai sijoitetun lapsen vanhempaa, jolla on halua kehittää lastensuojelua omien kokemustensa pohjalta.

Omien kokemustensa lisäksi hänellä on yleensä myös jaettua tietoa muiden vanhempien kokemuksista.

Kokemusasiantuntijat ovat ensiarvoisen tärkeässä asemassa nostamassa esiin vanhempien ääntä palvelujen kehittämisessä valtakunnallisesti ja alueellisesti. Vertaisohjaajat ja kokemusasiantuntijat tarvitsevat kehittämistyöhön tukea. Kysyntä kokemusasiantuntijoille on kasvanut – yhä useammalta alueelta tiedustellaan vanhempia mukaan kehittämistyöhön.

"Minulla ja perheelläni on ollut todella raskasta. Haluan vaikuttaa siihen, että joku muu saa ehkä apua aikaisemmin."

– VERTAISOHJAAJA 2017

13. VOIKUKKIA-KEHITTÄJÄVANHEMMAT

Kehittäjävanhempien työ on osa Voikukkia-toimintaa. Kehittäjävanhemmat ovat keskittyneet vapaaehtoiseen kehittämistyöhön. Kehittäjävanhempiin kuuluu 14 vanhempaa kuudelta alueelta eri puolilta Suomea. He ovat mukana kehittämässä sijoitettujen lasten vanhempien tukimuotoja ja palveluita. Vanhemmat ovat toimineet vertaisohjaajina, tukihenkilöinä ja kokemusasiantuntijoina Voikukkia-toiminnassa. He voivat myös mahdollisuuksiensa mukaan toimia yhteyshenkilöinä alueidensa muihin vanhempiin ja järjestää heille alueellaan tapaamisia. Vuonna 2018 he toimivat alueellisissa ja valtakunnallisissa LAPE-työryhmissä (Lapsi- ja perhepalvelujen muutosohjelma).

KEHITTÄJÄVANHEMPI KERTOO

Oman lapseni sijoituksen jälkeen minulle vinkattiin Voikukkia-ryhmästä. Osallistuin ryhmään, ja sen jälkeen kouluttauduin Voikukkia-vertaisohjaajaksi. Minua pyydettiin mukaan Voikukkia-kehittäjävanhempiin, ja olen myös toiminut alueellisessa LAPE-työryhmässä kokemusasiantuntijana.

Olen kokenut kaiken osallistumisen hyvin merkityksellisenä. Erittäin raskaiden elämäkokemusten jälkeen on voimauttanut, kun huomaa, että niistä kokemuksista voi ammentaa toisille vastaavaan tilanteeseen joutuville jotain toimivampaa ja rakentavampaa. Se on auttanut jäsentämään ja suhtautumaan myös omaan tilanteeseen uudella tavalla. Olen saanut vaikeiden ja kipeiden asioiden ympärille jäsentyneempiä rakenteita ja uusia ajatusmalleja. Olen oppinut ymmärtämään ammatilaisten realiteetteja, kehitystyön pitkäjänteisyyttä ja pienten askelten tarpeellisuutta.

Vertaisohjaajana omassa ryhmässä toimiminen on ollut kaikkein antoisinta silloin, kun on huomannut, miten pelkkä oma läsnäolo, kuuntelu ja omien kokemusten avaaminen on riittänyt auttamaan vanhempia eteenpäin omalla polullaan. On ollut itselle myös tärkeää, että olen saanut kehittäjävanhemmissa kohdata vertaisia, joilta olen voinut tiukan paikan tullen saada tukea omaan tilanteeseeni. Häkellyttävintä on ollut kohdata suuri määrä lastensuojelun kehittämistyön ammattilaisia, jotka ovat tuoneet toivoa paremmasta järjestelmästä tulevaisuudessa!

Oletko sinä käynyt Voikukkia-ryhmän ja olet kiinnostunut kouluttautumaan vertaisohjaajaksi, tukihenkilöksi tai toimimaan kokemusasiantuntijana? Ole yhteydessä alueesi Voikukkia-ohjaajiin tai koordinaattoriin ja kysy lisää. Voikukkia-toiminnan yhteystiedot löydät osoitteesta www.voikukkia.fi/yhteystiedot.

LÄHTEET

Heino, Tarja – Hyry, Sylvia – Ikäheimo, Salla – Kuronen, Mikko – Rajala, Rika (2016) *Lasten kodin ulkopuolelle sijoittamisen syyt, taustat, palvelut ja kustannukset*. THL.

Kivinen, Sanna – Hägglund, Hanna – Söderholm, Pia – Kujala, Virpi (2012) *VOIKUKKIA – Ohjaajan opas*. Suomen kasvatusta ja perheneuvontaliitto ry & Sininauhaliitto ry.

Pessi, Anne Birgitta – Oravasaari, Tomi (2010) *Kansalaisjärjestötoiminnan ytimessä*. RAY.

Vertaistukiäidin opas (2017) Äidit irti synnytysmasennuksesta Äimä ry.

siilinjarvi.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/pohjois-savon-lastensuojeluk-kehittamisyksikko/alueellinen-tukipaletti/vertaistukihenkilotoiminta/.
Luettu 5.6.2019.



LIITE 1: RYHMÄTOIMINNAN REUNAEDOT

OHJEITA VOIKUKKIA-VERTAISTUKIRYHMIEN OHJAAJILLE JA MUUTA VOIKUKKIA-TOIMINTAA KOORDINOIVILLE

- Mikä on Voikukkia-ryhmä?
- Millä ehdoilla Voikukkia-nimeä ja -materiaaleja saa käyttää?

Nämä määritelmät on tarkoitettu Voikukkia-vertaistukiryhmän ohjaajien, aluekoordinaattorien ja tukihenkilötoimintaa järjestävien tahojen tueksi. Tässä liitteesä määritellään perusraamit rekisteröidyn Voikukkia-tavaramerkin käytölle. Ohjeet koskevat vertaistukiryhmätoimintaa, tukihenkilötoimintaa, työskentelyä kokemus-asiiantuntijoiden kanssa sekä kaikille verkoston toimijoille tarkoitetun tukimateriaalin käyttöä.

1. VOIKUKKIA-RYHMÄNOHJAAJAT

Voikukkia-vertaistukiryhmässä on aina vähintään kaksi ohjaajaa.

- Työskentely yhdessä yhden tai kahden ohjaajan kanssa suojaa ohjaajia liialta kuormittumiselta, ja ohjaajat voivat jakaa tehtäviä keskenään.

Voikukkia-ryhmän ammattilaisohjaajaparista ainakin toisella on oltava Voikukkia-ohjaajakoulutus. Vertaisohjaajalla on aina oltava Voikukkia-ohjaajakoulutus.

- Tällöin ohjaajat ovat oikeutettuja yhdessä käyttämään koulutuksessa jaettuja sekä materiaalipankista ladattavia Voikukkia-materiaaleja.
- Vertaisohjaajaksi voi kouluttautua vanhempi, joka on itse kokenut lapsen sijoituksen tai huostaanoton. Hän on osallistunut ryhmäläisenä Voikukkia-vertaistukiryhmään tai on muuta kautta käynyt riittävästi läpi omia kokemuksiaan, jotta voi jäsentää niitä muiden avuksi. Vanhemman on oltava sellaisessa elämäntilanteessa, että voi tukea muita saman kokeneita. Vanhempi on valmis sitoutumaan Voikukkia-toiminnan eettisiin periaatteisiin.

Ohjaajatiimillä on oltava soveltuva ammatillinen koulutus sekä käytännön kokemuksen kautta saadut perustiedot ja taidot lastensuojelusta, kriisissä olevan ihmisen auttamisesta sekä kohtaamisen ja kuulluksi tulemisen tärkeydestä.

- Soveltuva ammatillinen koulutus tarkoittaa sosiaali-, terveys- tai diakonia-alan opintoja.
- Olennaista on kokemus sijoitettujen lasten vanhempien kohtaamisesta ja ymmärrys heidän elämäntilanteestaan. Ohjaajatiimin jäsenten osaamisalueet voivat täydentää toisiaan. Kaikilla ohjaajilla ei tarvitse olla osaamista jokaiselta osa-alueelta.

- Lastensuojeluprosessiin liittyviä asioita nousee usein esille ryhmissä, ja ohjaajien tehtävänä on antaa oikeaa tietoa tai auttaa ryhmäläisiä etsimään oikea tieto.

Yhteistyö vertaisohjaajan kanssa

- Vertaisohjaajat ja ammattilaisohjaajat ovat ohjaajatiimin tasavertaisia jäseniä. He tuovat ryhmään oman osaamisensa ja sen mukaisen vastuun.
- Päävastuu ryhmäprosessin käytännön toteutuksesta on ammattilaisohjaajilla. Ryhmän suunnittelu ja ohjaaminen tehdään yhteistyössä vertaisohjaajan kanssa. Vertaisohjaajan kokemustieto on tärkeää koko ryhmäprosessin ajan aina valmisteluista palautteeseen. On kuitenkin huomioitava vapaaehtoisen vertaisohjaajan elämäntilanne ja ajankäytön mahdollisuudet. Ohjaajien työnjaosta sovitaan yhdessä ennen ryhmän perustamista.
- Vertaisohjaajan palkkiosta ja kulukorvauksista sovitaan kirjallisesti hyvissä ajoin ennen ryhmän perustamista, samalla kun sovitaan myös ammattilaisohjaajien työajasta ja budjetista.

2. VOIKUKKIA-VERTAISTUKIRYHMÄN RAKENNE

Voikukkia-vertaistukiryhmä on tarkoitettu sijoitettujen lasten vanhempien tukemiseen. Samaa ryhmämallia voi käyttää myös sijoitettujen lasten muiden läheisten aikuisten tukemiseen.

- Voikukkia-vertaistukiryhmän nimeä voi käyttää vanhemmille ja muille läheisille sijoituksen kaikissa vaiheissa pidettävistä ryhmistä, joihin Voikukkia-ryhmämallia voidaan soveltaa. Ryhmä on toteutettava Voikukkia-rakenteen ja -periaatteiden mukaan.
- Olennaista on, että ryhmän jäseniä yhdistää kokemus huostaanotosta tai sijoituksesta kodin ulkopuolelle.

Voikukkia-vertaistukiryhmä on suljettu ryhmä.

- Ryhmässä on samat osallistujat koko prosessin ajan eikä ryhmään oteta uusia jäseniä tapaamisten välillä. Osallistuja saa kuitenkin jättää ryhmän kesken. Suljetun ryhmän tarkoituksena on varmistaa luottamuksellisuus ja siihen perustuva mahdollisimman avoin vuorovaikutus.
- Ohjaajat tapaavat osallistujat ennen ryhmän alkamista. Tapaamisen perusteella päätetään yhdessä vanhemman kanssa, onko ryhmä ajankohtainen ja sopiva vanhemmalle senhetkisessä elämäntilanteessa. Ryhmään osallistuminen ei saa olla ehto muulle tuelle tai päätöksille.

Voikukkia-vertaistukiryhmä on pienryhmä, ja siinä voi ohjaajien lisäksi olla korkeintaan kahdeksan (8) osallistujaa.

- Ohjaajien käytännön kokemus on osoittanut, että ryhmä toimii parhaiten, kun ryhmässä on 4–8 osallistujaa. Kolmellakin osallistujalla ryhmä on mahdollista toteuttaa, mutta poissaolojen takia ryhmäkertoja voi joutua perumaan ja/tai siirtämään.

- Jokaiselle ryhmäläiselle on oltava riittävästi aikaa kokemustensa jakamiseen. Ryhmäkertojen kesto on 2–3 tuntia ryhmän koosta riippuen. Kokemusten jakaminen ja vertaistuellinen keskusteleminen vaatii aikaa. Ryhmän koko on otettava huomioon ryhmän kestoja suunniteltaessa.

Ryhmä tapaa yhteensä vähintään 16 tunnin ajan (8 x 2 h).

- Perusmallissa ryhmä kokoontuu 8–12 kertaa, noin kaksi tuntia kerrallaan viikon tai kahden välein. Tapaamisia voi olla myös useampia, ja tapaamisten kesto voi olla pidempi. Tämä voi olla tarpeen etenkin suurten ryhmien kohdalla.
- Voikukkia-ryhmä voidaan toteuttaa myös leirityyppisinä tapaamisina. Prosessin läpikäymisen kannalta tapaamisia on oltava useampia. Leiritoiminta vaatii erityisosaamista sekä muitakin ohjelmasisältöjä ja toimintaperiaatteita kuin varsinainen ryhmäohjelma (vapaamuotoinen yhdessäolo, välitehtävät).
- Olennaista viikonlopputapaamisissakin on, että ryhmäteemojen käsittelylle ja keskustelulle on riittävästi aikaa. Myös ryhmäistuntojen välillä pitää olla aikaa teemojen pohtimiseen omassa rauhassa.

3. VOIKUKKIA-VERTAISTUKIRYHMÄN SISÄLTÖ

Voikukkia-vertaistukiryhmässä on käsiteltävä ainakin nämä aiheet:

- Osallistujat ja ohjaajat luovat yhdessä ryhmälle omat toimintaperiaatteet
- Jokainen osallistuja saa kertoa kokemuksensa lapsen sijoituksesta omalla tavallaan
- Kriisin vaiheet ja erokriisi aikuisella
- Kriisin vaiheet ja erokriisi lapsella
- Lapsen tapaaminen ja yhteydenpito *(ei välttämättä koske ryhmää, jonka jäsenten lasten sijoitus on päättynyt)*
- Yhteistyö sijaishuoltopaikan ja/tai viranomaisten kanssa
- Omat voimavarat ja tulevaisuus

4. LOPPUPALAUTTEEN KERÄÄMINEN VOIKUKKIA-VERTAISTUKIRYHMISTÄ

Voikukkia-vertaistukiryhmän päättyessä kerätään loppupalaute. Voikukkia-toiminta kokoa vuositasolla kaikista palautteista yhteenvedon. Yhteenveto lähetetään tiedoksi ohjaajille ja julkaistaan voikukkia.fi-sivuilla.

Ohjaajat huolehtivat loppupalautteen keräämisestä ja motivoivat osallistujia antamaan palautetta. Palautetiedot ovat tärkeitä, koska niiden avulla voidaan kehittää ryhmätoimintaa ja vaikuttaa vanhempien tuen lisääntymiseen valtakunnallisesti. Palautekyselyyn vastaaminen on kuitenkin vapaaehtoista.

Palautteet kerätään nimettöminä niin, että ohjaajat eivät saa nähdä vastauksia.

- Ohjeet, linkit ja palautelomakkeet ovat ohjaajien materiaalipankissa.
- Loppupalaute toimitetaan Voikukkia-toiminnalle ryhmäprosessin päätyttyä.

5. TUKIHENKILÖTOIMINNAN PERUSPERIAATTEITA

Voikukkia-tukihenkilö on suorittanut Voikukkia-tukihenkilökoulutuksen tai mentorikoulutuksen. Hänen elämäntilanteensa on sellainen, että hän voi toimia tukihenkilönä.

Tukihenkilötoimintaa koordinoivat tahot, Voikukkia-ohjaajat ja aluekoordinaattorit sitoutuvat siihen, että tukihenkilötoiminta on eettisesti kestävä. Tukihenkilön vastaanottaminen ei saa olla ehto esimerkiksi ryhmään pääsemiselle tai muulle tuelle. Tukihenkilölle tulee järjestää taustaorganisaation puolesta koulutus tai vastaava perehdytys, työnohjaus ja palkkiot. Toiminnasta sovitaan aina kirjallisesti ennen toiminnan aloittamista.

6. AVOIMET VOIKUKKIA-VERTAISTUKIKAHVILAT

Jotta vertaistukikahvilatoiminnasta voi käyttää Voikukkia-nimeä, tulee seuraavien ehtojen täytyä:

- Kahviloissa noudatetaan Voikukkia-toiminnan eettisiä periaatteita.
- Voikukkia-kahvilan toteuttamisesta sovitaan aina kirjallisesti etukäteen Voikukkia-toiminnan kanssa.
- Kahvilasta kerätty palaute lähetetään Voikukkia-toiminnalle.

7. VOIKUKKIA-YKSILÖTYÖN MENETELMÄT

Voikukkia-toimintaperiaatteita voi käyttää luovasti vanhemman tukemiseksi myös yksilötyössä. Jotta yksilötyöstä voidaan käyttää Voikukkia-nimeä, tulee seuraavien ehtojen täytyä:

- Voikukkia-yksilötyön ohjaajan tulee olla Voikukkia-ohjaajakoulutuksen käynyt sosiaali-, terveys- tai kasvatusalan ammattilainen tai muun soveltuvan koulutuksen omaava ammattilainen.
- Yksilötyössä noudatetaan Voikukkia-toiminnan eettisiä periaatteita.
- Voikukkia-nimen käytöstä yksilötyössä sovitaan etukäteen Voikukkia-toiminnan kanssa.

Nämä ohjeet Voikukkia-vertaistukiryhmämallista sekä Voikukkia-tavaramerkin käyttöoikeudesta tarkistetaan säännöllisesti aluekoordinaattoritapaamisessa tai vastaavassa tilaisuudessa. Ryhmänohjaajat ja Voikukkia-toimintaa koordinoivat voivat antaa palautetta siitä, miten ohjeet toimivat käytännössä. Lopullisesta ohjeistuksesta päättää tavaramerkin valvonnasta vastaava hallinnoija.

Lisätietoa ohjeista ja niiden soveltamisesta saat Voikukkia-työntekijöiltä. Yhteystiedot löytyvät osoitteesta www.voikukkia.fi.

LIITE 2: EETTISET PERIAATTEET

Voikukkia-toiminnan eettiset periaatteet koskevat kaikkia Voikukkia-nimikkeeseen alla toimivia

- Voikukkia-työntekijöitä
- vertaistukiryhmien ohjaajia ja vertaisohjaajia
- alueyhteyshenkilöitä ja -koordinaattoreita
- Voikukkia-kehittäjäryhmän vanhempia
- vapaaehtoisia.

KUNNIOITUS JA ERILAISUUDEN ARVOSTAMINEN

KUNNIOITUS

Käyttäydymme ja suhtaudumme asiallisesti ja kunnioittavasti kaikkia vanhempia, sidosryhmiä, verkostojäseniä, ammattilaisia ja muita lastensuojelutoimijoita kohtaan.

ERILAISUUDEN ARVOSTAMINEN

Arvostamme kaikkia ihmisiä ja kohtaamme heidät kunnioittavasti huolimatta erilaisista arvomaailmoista.

LUOTTAMUS JA YKSITYISYYS

VANHEMMAT

Voikukkia-toiminnassa keskustelut, asioinnit, sähköpostit ja palaverit vanhempien kanssa ovat luottamuksellisia, ja noudatamme henkilötietolakea (523/1999) 10§ ja 24§. Poikkeuksena on lastensuojeluilmoituksen tekeminen, joka pyritään aina tekemään yhteistyössä vanhemman kanssa.

- Tietosuoja- ja rekisteriselosteet ovat luettavissa voikukkia.fi-sivuilla.
- Kysymme erikseen luvan vanhemmalta yhteydenottoihin liittyen.

VOIKUKKIA-OHJAAJAT

Koulutuksen yhteydessä ohjaajat ovat antaneet suostumuksensa tietojensa tallentamiseen Voikukkia-toiminnan hallinnoimaan ohjaajarekisteriin. Tiedot tallennetaan www.voikukkia.fi-sivustolla luettavissa olevien rekisteriselosteiden mukaisesti.

REHELLISYYS, LÄPINÄKYVYYS JA AVOIMUUS

Toimintamme on avointa, rehellistä ja läpinäkyvää rikkomatta kuitenkaan salassapitoa ja liikesalaisuuksia. Keskustelemme rakentavasti, rohkeasti ja kunnioittavasti kaikista asioista.

LUOTETTAVUUS

Toiminnassa emme ota kantaa yksittäistapauksiin, vaan perustamme lausun-
tomme laajemmin kerättyyn tietoon ja kokemuksiin.

MYÖNTEISYYS JA MALTILLISUUS

Uskomme, että muutos on mahdollista, kun toimitaan myönteisellä, rakentavalla
ja maltillisella tavalla.

Huostaanotto herättää suuria tunteita kaikissa osapuolissa. Kunnioitamme
tunteita ja toimimme kärsivällisesti, harkitsevasti ja maltillisesti.

JATKUVUUS JA YHTEISTYÖ

Toimintamme perustuu pitkäjänteiseen työhön. Kehitämme kokemusasian-
tuntijoiden kanssa vertaistukea ja palveluja sijoitettujen lasten vanhemmille.

Rakennamme yhteistyötä ja siltoja vanhempien ja ammattilaisten välille
myönteisessä hengessä. Vanhempien näkökulmaa tuomme esiin kokemus-
asiantuntijuuden kautta.

Tämä opas on kirjoitettu sinulle, joka olet kiinnostunut tukemaan sijoitettujen lasten vanhempia ja perheitä. Vanhemman tukeminen oman kriisisä käsittelyssä ja omien voimavarojensa löytämisessä auttaa kaikkia lastensuojelun osapuolia: koko perhettä, lasta, vanhempia, sijaishuoltajia ja viranomaisia.

Opas on tarkoitettu kaikille niille, joita lapsen sijoitus koskettaa: vertaisvanhemmille, jotka ovat kiinnostuneita toimimaan tukihenkilöinä sekä ammattilaisille, jotka haluavat kehittää uusia tukimuotoja sijoitettujen lasten vanhemmille. Tukea etsiville vanhemmille opas antaa tietoa siitä, millaista tukea tukihenkilöltä voi saada.

Oppaaseen on koottu kokemuksia ja näkemyksiä tuetuilta vanhemmilta, tukihenkilöiltä ja toimintaa organisoivilta ammattilaisilta.

