Lapsen huostaanotto on kriisi koko perheelle, miten siitä voi selvitä?

MIRJAMI KOIVUNEN

ERJA SAARELA

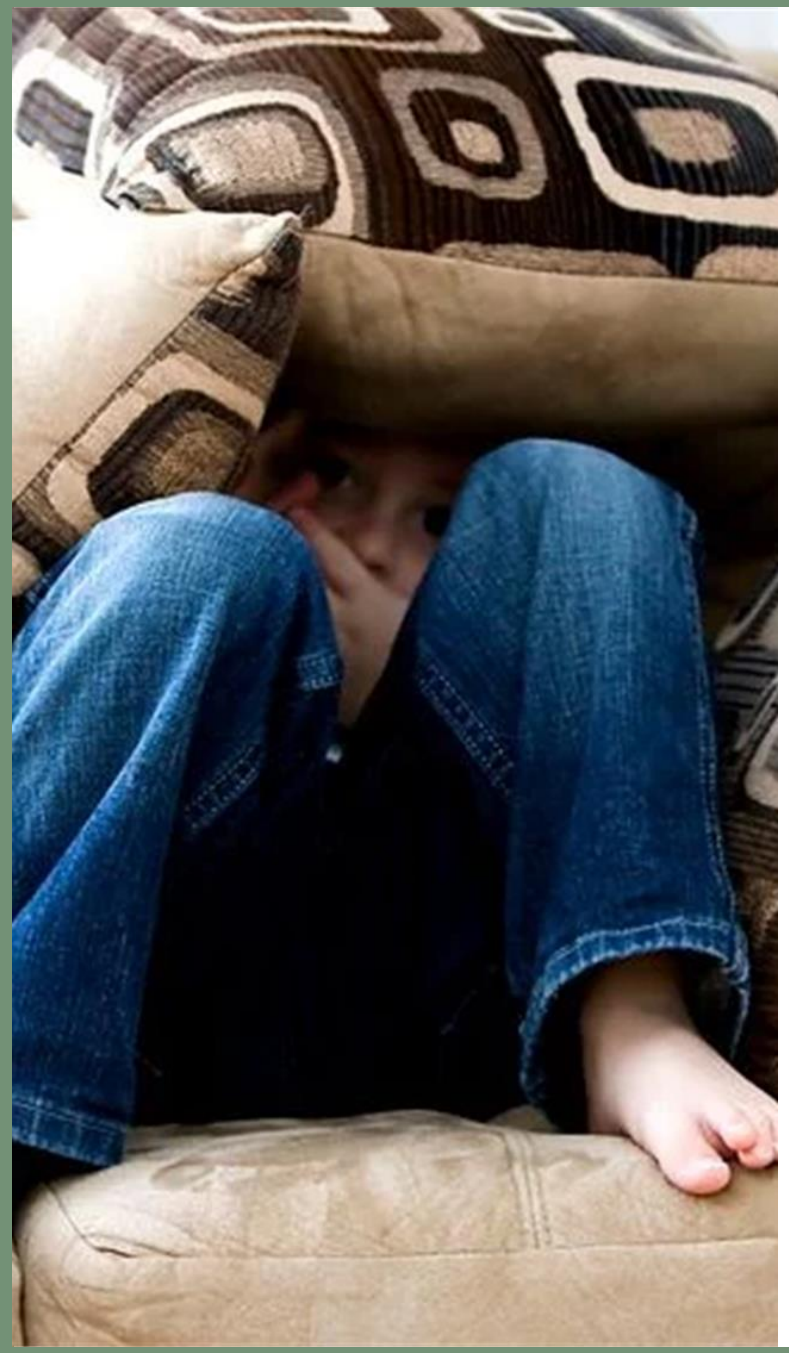
MARJO, VOIKUKKIA-KEHITTÄJÄVANHEMPI

Huostaanoton jälkeenkin vanhemmuus VOI KUKKIA

Ketään ei saa jättää yksin!

- **Voikukkia- vertaistukiryhmämalli**
- **Soihtu – tukihenkilö- ja kokemusasiantuntijavalmennus**
- **Verkkoauttaminen**
- **Kehittäjävanhempien ryhmä**
- **Läheistyö (huostaanottujen lasten sisarukset ja isovanhemmat)**

VOIKUKKIA



HUOSTAANOTTO ON KRIISI KOKO PERHEELLE

- Lapsen huostaanotto aiheuttaa perheessä lähes poikkeuksetta kriisin.
- Huostaanotto on kriisi, vaikka sitä olisi yhdessä lastensuojelun ammattilaisten kanssa valmisteltu jo pidemmän aikaan, saatikka jos se tapahtuu äkillisesti.
- Huostaanotto saattaa täyttää traumaattisen kriisin tunnusmerkit.

VANHEMMAN KRIISI

- Ero lapsesta on raju puuttuminen vanhemman elämän ydinalueelle, muutos on suuri.
- Vanhemmalta saattaa mennä hallinnan tunne – ei ole pystynyt vaikuttamaan tilanteeseen.
- Usein on päällekkäisiä kriisejä kuormittamassa.
- Kriisistä toipuminen on aina yksilöllistä. Sen pituus sekä reaktioiden ja tunteiden voimakkuus vaihtelevat.
- Prosessissa on kuitenkin nähtävissä samankaltaisia vaiheita.
- Kriisin vaiheet kulkevat sykleittäin ja tila voi vaihdella

ALUSSA

- Olo voi tuntua epätodelliselta, hämmentyneeltä ja aika saattaa tuntua pysähtyvän.
- ”Elämältä putoaa pohja”
- Toivottomuutta, pelkoa ettei selviä
- Vaikea ajatella selkeästi ja käsitellä tapahtunutta
- Fyysinen oireilu
  - Syke kohoaa
  - Hikoilu
  - Vapina
  - Pahoinvointi
  - Tihentynyt hengitys
  - huimaus

JONKIN AJAN PÄÄSTÄ

- Tapahtumat realisoituvat ja päälle saattaa vyöryä, hallitsemattomaltakin tuntuva, tunteiden kirjo.
- Vaikeus tehdä päätöksiä, muistaa asioita
- Arkielämän asioiden hoitamisen vaikeus
- Sosiaalinen eristäytyminen
- Fyysiset oireet
  - Kivut ja säryt
  - Ruokahaluttomuus
  - univaikeudet

KUN KRIISIÄ ON KÄSITELTY RIITTÄVÄSTI

- Se ei enää raskauta elämää voimakkaasti, vaan siitä tulee vähitellen osa omaa elämänkulkua.
- Päästään kiinni arjen askareisiin
- Jotkut tilanteet ja tapahtumat voivat kuitenkin aktivoida voimakkaat reaktiot

TOISILLA KUITENKIN

- Viha, ahdistus, pelko, toivottomuus tai suru jää päälle
- Täytetään elämää kiireisillä asioilla - jäädään lamaantumisen tilaan
- Korostunut valppaus ja läheisten suojelu

MIKÄ AUTTAA

Omahoito / kriisiapua / muu ammatillinen keskusteluapu / terapia / vertaistuki

VANHEMMILTA AMMATTILAISILLE – Mikä auttaa?

- Kuuntele ja kohtaa arvostaen
- Löydä hyvää, näe onnistumiset
- Usko muutokseen, luo toivoa
- Jos vähättelet/mitätöit vanhempaa, loukkaat myös lasta
- Mitä kuuluu tänään? (ei jumituta vanhaan)
- Tuettujen vanhempien kanssa yhteistyö on sujuvampaa

Huostaanotto lapsen kriisinä

HUOSTAANOTETUT LAPSET TARVITSEVAT AIKUISTEN TUKEA JA APUA

- Aikuisten tulee ymmärtää, että myös lapselle huostaanotto on kriisi.
- Lapset tulee ottaa vakavasti ja heitä tulee kuunnella ja antaa aikaa.
- Lasten kysymyksiin tulee vastata, jos pystyy, jos ei, se tulee kertoa.
- Lapset tarvitsevat fyysistä läheisyyttä ja turvaa.
- Lapset suojelevat aikuisia: varovat vaikeita puheenaiheita, eivät halua kuormittaa vanhempia omilla huolillaan.

KOTIIN JÄÄVIEN SISARUKSIEN KOKEMUKSIA:

- Huoli, ahdistuneisuus
- Epätietoisuus tapahtuneesta: *”Luulin, että veljeni kuoli.”*
- Huoli omasta asemasta perheessä: *”Olenko minä seuraava, joka sijoitetaan?”*
- Sisarukset tarvitsevat tukea vaikeiden tunteiden käsittelyssä.
- Aikuisia sanoittamaan tilannetta ja tapahtunutta - > parasta on kuulla asiasta omilta vanhemmilta, ammattilaiset tukemaan vanhempia tilanteen avaamisessa.

Tulossa!

Työskentelypaketti sisarussuhteiden huomioimiseen sijoituksen aikana

MISTÄ APUA?

- Lastensuojelu
- Olemassa oleva hoitotaho
- Kriisikeskukset täältä
- Vertaistuki (VOIKUKKIA-ryhmät täältä)
- Työterveyshuolto
- Selma oma-apuohjelma kriisistä eteenpäin täältä
- Mielenterveystalo täältä

VOIKUKKIA-toiminnan verkkopalvelut

- Ylitse App virtuaalinen tukihenkilö
- Verkko vertaistapaamiset
  - 20.5.
  - 2.6.
- VOIKUKKIA-ryhmä verkossa syksy 2021

Vanhempien selviytymisajatuksia:

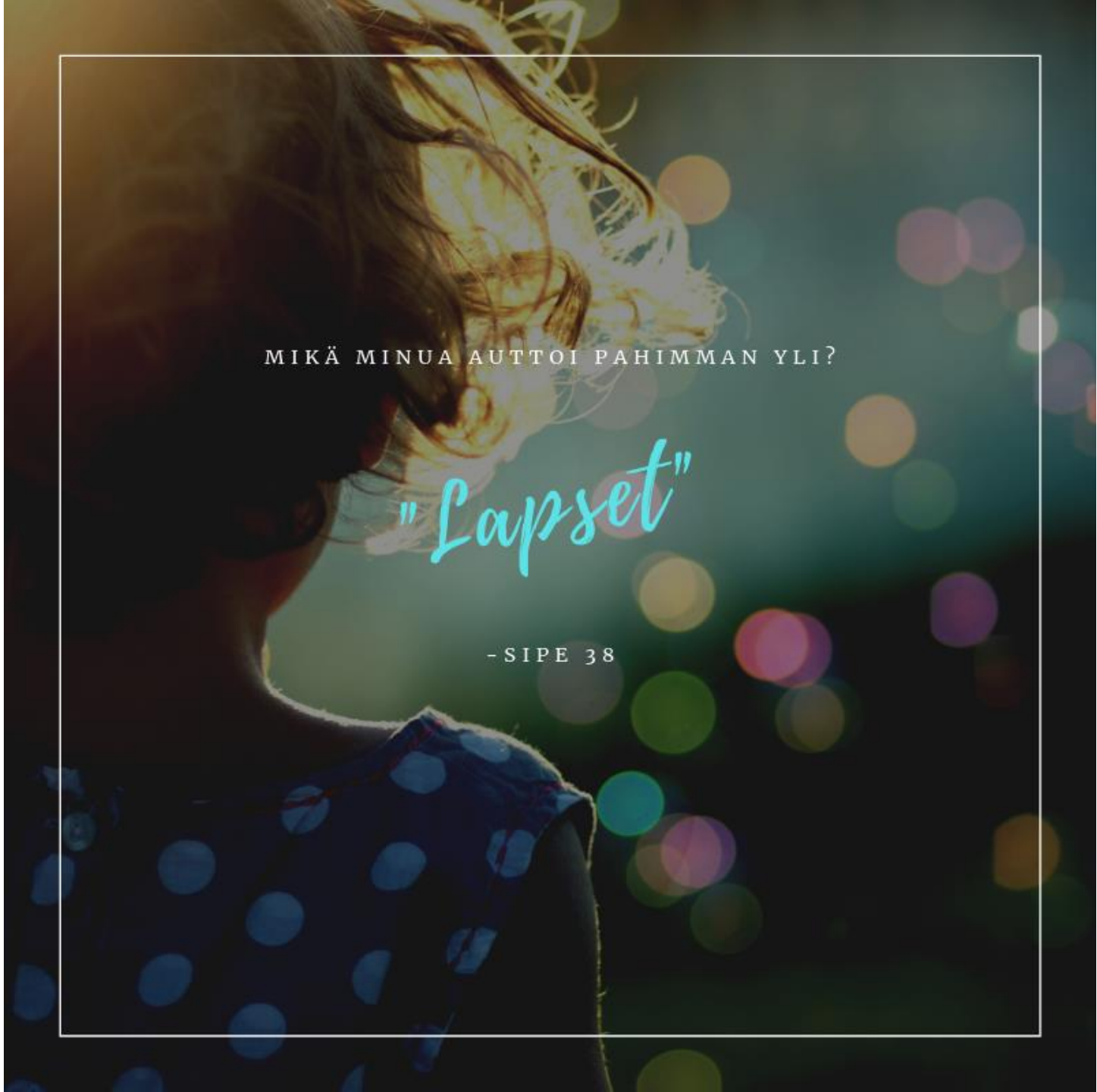
"Löysin toivoa vertaistuesta ja sen jälkeen oli helpompi ottaa muutakin tukea vastaan itselle."

"Hain monesta paikasta apua ja tukea."

"Minä päätin, että me selvitään."

"Huostaanotto oli helpompi hyväksyä, kun tajusin, että ongelmat ovat isoja. Edes ammattilaiset eivät aluksi pärjänneet lapsen kanssa."

"Minä selvisin ja uskon, että sinäkin selviät. Suhde lapseeni on ainutlaatuinen ja vahva. Tällä hetkellä ajattelen, että elämä on sittenkin elämisen arvoista."



VOIKUKKIA-vanhempien viestejä vanhemmille:

- **Muista, että vanhemmuus jatkuu**. Olet edelleen lapsesi isä tai äiti.
- **Pidä huolta itsestäsi.** Mitä paremmin jaksat ja voit, sitä paremmin pystyt tukemaan lastasi.
- **Jokainen ansaitsee hyviä asioita**. Myös sinä saat tehdä asioita, joista nautit ja saat iloa ja hyvää mieltä.
- **Ole armollinen itsellesi.** Olet tehnyt parhaasi siinä hetkessä.
- **Hae rohkeasti apua ja tukea.** Kaikesta voi selviytyä.
- **Muista, että sinä olet arvokas**.

KIITOS!

www.suomenkasper.fi/lastensuojelu

Huostaanoton jälkeenkin vanhemmuus

VOIKUKKIA