



Suvi Saarinen
Silja Lampinen
Oili Huhtala
Esa Nordling

Lapsiperheiden huomioiminen aikuisten mielenterveys- ja päihdepalveluissa

Toivosta turvaa -hankkeen (2017–2021) loppuraportti

Työpaperi 42/2021

Suvi Saarinen, Silja Lampinen, Oili Huhtala, Esa Nordling
Mielenterveysomaiset Pirkanmaa FinFami ry
Tampereella joulukuussa 2021

Lapsiperheiden huomioiminen aikuisten mielenterveys- ja päihdepalveluissa

Toivosta turvaa -hankkeen (2017–2021) loppuraportti

© Kirjoittaja(t) ja Terveyden ja hyvinvoinnin laitos

ISBN 978-952-343-791-3 (painettu)

ISSN ISBN 978-952-343-792-0 (verkkojulkaisu)

ISSN 2323-363X (verkkojulkaisu)

<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-792-0>

PunaMusta Oy
Vantaa, 2021

Esipuhe

Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry: ssä on 2000-luvun alkupuolelta lähtien kehitetty tukitoimia lapsiperheille, joissa vanhemmalla on mielenterveyden häiriöitä. Tarve perheiden ja lapsiomaisten tukemiseen heräsi yhdistyksessä jo 1990-luvun lopulla, jolloin järjestettiin ensimmäinen Näkymättömät lapset -ryhmä aikuisille, joiden lapsuutta tai nuoruutta oli varjostanut vanhemman mielenterveyden häiriö. Ryhmästä saadut kokemukset vahvistivat aiempaa tietopohjaa lasten huomioimisen merkityksestä ennaltaehkäistäessä häiriöiden siirtymistä sukupolvelta toiselle. Lisää tietoa perheiden tilanteesta ja lapsiomaisten tuen tarpeesta saatiin pilottikokeiluina vuosina 2000 ja 2001 järjestetyistä tuetuista perhelomista. Näille kahdelle lomalle osallistui 15 perhettä. Osallistujia oli yhteensä 63 ja näistä 26 oli alle 16-vuotiasta lasta. Lomilla järjestettiin yhteistä ohjelmaa koko perheelle. Lapsille ja nuorille järjestettiin myös omaa ohjelmaa kuten ohjattua vertaistoimintaa samanaikaisesti kokoontuvien aikuisten keskusteluryhmien rinnalla. Kokemukset aikuisten, nuorten ja lasten ryhmistä olivat positiiviset. Ryhmään osallistujat saivat vertaistukea ja heille tuli tunne, että he eivät ole ainoita perheitä, joissa on ongelmia. Ensimmäinen samanaikaisesti kokoontuva lasten ja vanhempien ryhmä järjestettiin yhdistyksen toimistolla syksyllä 2001. Samana syksynä järjestettiin myös ensimmäinen ryhmä puolisoille, joiden kumppani oli sairastunut psyykkisesti.

Näihin kokemuksiin ja aiheeseen liittyviin tutkimustuloksiin nojaten suunniteltiin viisivuotinen Lapselle lapsuus -hanke, johon Raha-automaattiyhdistys myönsi avustuksen vuonna 2002. Hankkeen tavoitteena oli kehittää uusia erityisesti lapsiperheille suunnattuja tukimuotoja ja luoda kattava suomalainen tukimalli, jolla voidaan tukea koko perheen selviytymistä vanhemman sairastuessa psyykkisesti. Tukimallin perusajatuksena oli auttaa perheen lapsia tarjoamalla kokonaisvaltaista tukea koko perheelle. Tukea tarjottiin perheen vanhemmille, sairastuneiden puolisoille, vanhempien parisuhteeseen ja perheen lapsille. Kehitetystä mallista lapset saavat tukea sekä suoraan että välillisesti vanhempien vanhemmuuden ja voimavarojen vahvistumisen myötä. Lapselle lapsuus – hankkeessa kehitetty malli perustui psykoedukatiiviseen viitekehykseen, jossa hyödynnettiin Beardsleen perheinterventiomallia. Psykoedukaation eli koulutuksellisen työotteen tavoitteena oli lisätä sairastuneen ja hänen omaistensa ymmärrystä psyykkisestä sairaudesta ja tuen ohjaaminen koko perheelle.

Hankkeen tuloksena luotiin uusia työmuotoja kuten lapsiperheiden ja puolisoitten sopeutumisvalmennuskurssit, puolisorryhmät, lasten ja vanhempien vertaisryhmät, lapsiperhelomat, pariviestinnän- ja toimiva perhe -kurssit sekä kummitoiminta-malli. Lisäksi tuotettiin uutta kirjallista materiaalia lapsille (muun muassa kuvakirjat) ja perheiden kanssa työskenteleville ammattilaisille. Hankkeen toimintaan osallistui noin 650 aikuista ja lasta. Hankkeessa järjestettyihin koulutuksiin osallistui noin 1700 ammattilaista. Hankkeessa kehitetyistä lapsiperheiden tukimuodoista tuli yhdistyksen toimintaan vakiintuneita toimintamalleja. Julkiselle sektorille hankkeessa kehitetyt toimintamallit eivät juurtuneet toivotulla tavalla. Jotta perheet saavat tarvitsaansa apua, tarvitaan muutosta hoitokulttuureihin. Yksilö- ja aikuiskeskeisestä hoitamisesta tulee päästä perhekeskeiseen koko perheen auttamiseen.

Lapsiperhetyön kehittäminen sai uutta potkua vuonna 2017, jolloin Sosiaali- ja terveysministeriön avustuskeskus STEA myönsi rahoituksen 3.5 vuotiseen Toivosta turvaa -hankkeeseen. Avustus liittyi Sosiaali- ja terveysministeriön (STM) käynnistämiin avustusohjelmiin Suomen itsenäisyyden 100-vuotisjuhlan kunniaksi. Yhden kolmesta avustusohjelmasta, Kaikille eväät elämään, tavoitteena oli edistää lasten, nuorten ja perheiden yhdenvertaisia mahdollisuuksia ja torjua ylisukupolvista syrjäytymistä. Avustettavan hankkeen tavoitteena oli kehittää vertaistukeen ja kokemusasiantuntemukseen perustuva osallisuuden malli lapsiperheille, joissa vanhemmalla on mielenterveys- tai päihdeongelma. Hankkeen yhteistyökumppaniksi valikoitui Tampereen kaupungin mielenterveys- ja päihdepalvelut, perheneuvola, sosiaalityö ja lastensuojelu. Aiemmistä hankkeista ja perhetyön koulutuksista huolimatta omaisten ja erityisesti lasten huomiointi ei palveluissa toteutunut toivotulla tavalla. Tampereen kaupungin mielenterveys- ja päihdepalveluissa tiedostettiin tarve uudentyyppisten asiakkaita ja omaisia osallistavien auttamismenetelmien käyttöönottoon lapsiperheiden auttamiseksi. Palkattujen kokemusasiantuntijoiden tarjoaman kokemustiedon ja vertaistuen koettiin tuovan lisäarvoa perheiden auttamiseen.

Toivosta turvaa -hankkeeseen palkattiin hankevastaava ja neljä hanketyöntekijää, joista kolme oli osa-aikaista kokemusasiantuntijaa. Hankkeeseen koottiin kehittämis- ja ohjaustyöryhmät. Kehittämistyöryhmässä oli edustettuina hankkeen kannalta keskeisiä toimijoita Tampereen kaupungin organisaatiosta. Ohjausryhmässä oli edustus myös Terveyden ja hyvinvoinnin laitokselta, Pirkanmaan sairaanhoitopiiristä, Tampereen ammattikorkeakoulusta ja yliopistosta. Näillä säännöllisesti kokoontuvilla ryhmillä oli tärkeä merkitys hankkeen tavoitteiden toteutumisen, tulosten juurruttamisen ja verkostoitumisen kannalta.

Hanketta suunniteltiin ja toteutettiin alusta asti kiinteässä yhteistyössä Tampereen kaupungin mielenterveys- ja päihdepalveluiden kanssa. Jo edesmenneiden ylilääkäri Päivi Kiviniemen ja johtava psykologi Eija Stengårdin työpanokset hankkeen alkuun saattamisessa olivat merkittäviä. Valitettavasti heidän elämänsä päättyi kesällä 2018. Muistamme lämmöllä heitä ja heidän uraauurtavaa työtään mielenterveys- ja perhetyön saralla. Hankkeen alku ei sujunut kaikilta osin suunnitellusti. Hankkeessa oli vaihtuvuutta sekä työntekijöiden että tilojen suhteen. Palkattujen kokemusasiantuntijoiden osalta päädyttiin lopulta kahteen kokopäivätoimiseen työntekijään. Aiemmista suunnitelmista poiketen hankkeen työntekijät siirtyivät Tampereen kaupungin toimitiloista yhdistyksen toimistolle.

Hankkeen alkuvaiheessa hämmästyttä ja haasteita aiheutti se, että perheiden ja etenkin lasten mukanaolo hoidossa oli oletettua vähäisempää. Aikuispsykiatriassa ja päihdepalveluissa hoito on edelleen hyvin yksilö- ja aikuiskeskeistä. Omaisten ja läheisten huomiointi ei toteudu toivotulla tavalla. Monista haasteista huolimatta hanke eteni hyvässä yhteistyössä eri toimitahojen kanssa. Hankkeen yhteistyökumppaneista löytyi aktiivisia ja sitoutuneita toimijoita, joiden avulla saatiin kehitettyä omais- ja perhetyötä.

Hankkeen tavoitteiden toteutumista arvioitiin työntekijöiden tekemän itsearvioinnin, opinnäytetyönä tehtyjen kyselyjen, arviointityöryhmän ja Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tekemän ulkoisen arvioinnin avulla. Arviointityöryhmään osallistui yhdistyksen toiminnanjohtajan, kehittämisspäällikön ja hanketyöntekijöiden lisäksi THL:n kehittämisspäällikkö Esa Nordling, Tampereen yliopiston lapsuuden, nuoruuden ja perheiden tutkimuskeskuksen Perlan johtaja Katja Repo sekä Tampereen mielenterveys- ja perhepalveluiden johtava sosiaalityöntekijä Eeva-Liisa Lejon. Arviointityöryhmä teki hankkeen kokonaisarvioinnin Esa Nordlingin johdolla.

Hankkeen yhtenä merkittävänä tuloksena voidaan pitää sitä, että hankkeen jälkeen Tampereen kaupungin ja Pirkanmaan sairaanhoitopiirin mielenterveys- ja päihdepalvelujen uuteen organisaatioon Tays psykiatriaankantaan palkattiin osa-aikainen omaiskokemusasiantuntija. Hankkeen tuotoksina syntyivät myös Omaisten vertaistukipuhelin, Läheisten lähellä -illat ja Virtaa vanhemmuuteen vertaisuudesta -verkkoryhmämalli. Hankkeessa koottiin Läheisen polku mielenterveys- ja päihdepalveluissa, Lapsiperheiden hyvinvointi -materiaalipaketti sekä Perheiden hyvinvointipuu -työkalu perheille ja läheisiään työssään kohtaavien ammattilaisten tueksi. Hankkeessa tuotettiin lastenkirja: Isi, Piirretäänkö kirahveja. Lastenkirja on käännetty myös ruotsiksi ja englanniksi. Näiden konkreettisten tuotosten lisäksi hankkeessa onnistuttiin omaisasiaan ja lasten huomioimisen esille nostamisessa. Hanke päättyi, mutta omais- ja perhetyön kehittäminen jatkuu.

Kiitän lämpimästi hankkeen työntekijöitä, kokemusasiantuntijoita, ohjaus-, kehittämis- ja arviointityöryhmien jäseniä sekä kaikkia hankkeessa mukana olleita henkilöitä ja yhteistyötahoja. Lämpimät kiitokset myös hanketta rahoittaneelle STEA:lle ja hankkeen arvioinnin toteuttaneelle Terveyden ja hyvinvoinnin laitokselle. Hyvällä yhteistyöllä hankkeessa onnistuttiin erinomaisesti.

Tiivistelmä

Suvi Saarinen, Silja Lampinen, Oili Huhtala, Esa Nordling. Lapsiperheiden huomioiminen aikuisten mielen-terveys- ja päihdepalveluissa. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos (THL). Työpäpaperi 42/2021. 35 sivua. Helsinki 2021.

ISBN 978-952-343-791-3 (painettu); ISBN 978-952-343-792-0 (verkkojulkaisu)

Raportti on Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen STEA:n rahoittaman Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry:n ja Tampereen kaupungin mielen-terveys- ja päihdepalveluiden Toivosta turvaa -yhteistyöhankkeen (2017–2021) loppuraportti. STEA julkaisi vuonna 2017 Kaikille eväät elämään -avustusohjelman (KEE), jonka tavoitteena oli edistää lasten, nuorten ja perheiden yhdenvertaisia mahdollisuuksia ja torjua ylisukupolvi syrjäytymistä. Aihe koskee erityisesti lapsiperheitä, joissa vanhemmalla on mielen-terveys- ja / tai päihdeongelmia. Omaistyön hyviä käytäntöjä oli vuosien varrella juurtunut Tampereen avomielenterveyspalveluihin ja psykiatriseen sairaalahoitoon Pirkanmaalla. Myös kokemusasiantuntijuuden merkitys ja painoarvo on mielen-terveys- ja päihdepalveluissa kasvanut viime vuosina. Toivosta turvaa -hankkeen lähtökohtana oli, ettei lapsiperheiden tukeminen aikuisten avomielenterveyspalveluissa ollut kuitenkaan kehittynyt toivotusti. Palveluihin tarvittiin uudenlaisia lapsiperheiden tukemisen malleja, kun vanhempi on sairastunut. Kokemusasiantuntijapohjaisen lapsiperheiden tukimallin kehittäminen aikuisten avomielenterveyspalveluihin vastasi KEE- avustusohjelman tavoitteisiin. Hankkeen avulla tavoiteltiin perheille tarjolla olevan vertaistuen ja tunnustettujen perhetyön menetelmien juurtumista osaksi Tampereen kaupungin mielen-terveys- ja päihdepalveluja. Taustalla olivat koulutuksellisen perhetyön menetelmät sekä voimavarakeskeinen perhetyö, joissa tavoitteena on perheen arjessa selviytyminen haasteista huolimatta, ja yksilöt nähdään aktiivisina toimijoina.

Raportissa kuvataan hankkeen taustaa ja tarvetta, tavoitteita, työmenetelmiä, tuotoksia, tuloksia, vaikutuksia, muutokseen vaikuttaneita tekijöitä ja perhekeskeistä työtä tukevan osallisuuden mallin juurtumista Tampereen psykiatriaan. Raportissa pohditaan myös, miten hankkeen tuloksia ja tuotoksia tullaan jatkossa hyödyntämään, sekä miten palveluissa jatkossa turvataan lapsiperheiden tarpeenmukaisen tiedon ja tuen sekä vertaistuen saaminen systemaattisesti läheisen ohjautuessa hoitoon avomielenterveyspalveluihin.

Tulosten perusteella voidaan sanoa, että hankkeen myötä lapsiperheiden tukemiseen tähtäävä yhteistyö Tampereen psykiatrian kanssa on vakiintunut, ja palveluissa on lapsiperheille suunnattua tietoa, tukea ja vertaistukea tarjolla. Omaiskokemusasiantuntijuus on osa palveluita ja vertaistukea on perheille tarjolla. Omaisten tukemisen prosessi osana hoitotyötä on päivitetty ja uutena on luotu lapsiperheiden tukemisen polku. Lapsiperheiden huomioiminen on tullut aiempaa systemaattisemmaksi.

Yhteistyössä toteutetulla tuella perheiden osallisuus lisääntyi ja arjen voimavarat vahvistuivat. Perheet voimaantuivat toimijoiksi ja osallisuuskokemus vähensi stigmatisoitumista. Perheitä kuullaan ja palveluita kehitetään yhdessä eri asiantuntijatasoja hyödyntäen.

Avainsanat: lapsiperhe, omainen, läheinen, mielen-terveys- ja päihdepalvelut, osallisuus, hyvinvointi, tiedon saaminen, kokemusasiantuntijuus, vertaistuki, perhekeskeinen työote, tukemisen polku, systemaattisuus

Sammandrag

Suvi Saarinen, Silja Lampinen, Oili Huhtala, Esa Nordling. Stödet av barnfamiljer i vuxen mental- och missbrukarvårdstjänster. Institutet för hälsa och välfärd (THL). Diskussionsunderlag 42/2021. 35 sidor. Helsingfors 2021.

ISBN 978-952-343-791-3 (tryckt); ISBN 978-952-343-792-0 (nätpublikation)

Rapporten är en slutrapport på Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry:s och Tammerfors stads mental- och missbrukarvårdstjänsters samarbetsprojekt Toivosta turvaa – yhteistyöhanke (2017–2021). Projektet har finansierats av Social- och hälsoorganisationernas understödcentral, STEA. STEA publicerade år 2017 ”Utrustad för livet programmet” som hade som mål att främja barn, unga och familjers likvärdiga möjligheter och att förhindra att marginalisering överförs från en generation till en annan. Ämnet berör främst barnfamiljer, där en förälder har psykisk ohälsa och/ eller missbruksproblem. God praxis i arbetet med anhöriga till personer med psykisk ohälsa har under årens lopp etablerats i Tammerfors öppenvårdsservice och i den psykiatriska sjukhusvården i Pirkanmaa. Även erfarenhetsexpertisens betydelse och värde inom mental- och missbrukarvården har växt de senaste åren. Toivosta turvaa -projektets utgångspunkt var ändå att stödet till barnfamiljer inom vuxenpsykiatrins öppenvård inte utvecklats tillräckligt. Det behövdes nya modeller inom servicen för att stöda barnfamiljer, när en förälder insjuknat. Att utveckla en stödmodell inom vuxenpsykiatrins öppenvård som baserar sig på erfarenhetsexpertis motsvarade understödsprogrammets mål. Med hjälp av projektet nådde man det tillbudsstående kamratstödet till barnfamiljer och man lyckades förankra de erkända modellerna för arbete med familjer i Tammerfors stads mental- och missbrukarvårdsservice. Som grund fanns det psykoedukativa familjearbetets metoder och resurscentrerat familjearbete, där målsättningen är att familjen skall klara sig i vardagen trots utmaningar och individerna ses som aktiva aktörer.

I rapporten beskrivs bakgrunden till och behovet av projektet, mål, arbetsmetoder, produkter, inverkan och faktorer som påverkat förändring samt hur modellen som stöder ett familjecentrerat, deltagande arbetssätt har förankrats inom psykiatrin i Tammerfors. I rapporten funderar man också kring på vilket sätt man skall ha nytta av projektets resultat och produkter i fortsättningen samt hur man i fortsättningen skall trygga att barnfamiljerna systematiskt får den information, det stöd och det kamratstöd de behöver när en närstående hänvisas till mentalvårdsservice inom den öppna vården.

På basen av resultatet kan man konstatera att projektet fört med sig att samarbetet med psykiatrin i Tammerfors har stabiliserats och inom servicen erbjuds information, stöd och kamratstöd till barnfamiljerna. Erfarenhetsexperter som är anhöriga är en del av servicen och kamratstöd erbjuds till familjen. Processen att stöda anhöriga som en del av vården har uppdaterats och en ny servicemodell har utarbetats för att stöda barnfamiljer. Uppmärksammandet av barnfamiljer har blivit mer systematiskt.

Familjernas delaktighet ökade och kraftkällorna förstärktes genom det stöd som erbjöds genom samarbetet. Familjerna stärktes så att de blev aktörer och erfarenheten av att vara delaktig minskade på stigmat. Man lyssnar på familjerna och utvecklar servicen genom att dra nytta av expertis på olika nivåer.

Nyckelord: barnfamilj, anhörig, närstående, mental- och missbrukarservice, delaktighet, välmående, information, erfarenhetsexpertis, kamratstöd, familjecentrerat arbete, stödmodell, systematiskt

Sisällys

Esipuhe.....	2
Tiivistelmä.....	4
Sammandrag.....	5
Sisällys	6
Lapsiperheiden hyvinvointi ja kehittämistyön lähtökohdat.....	7
Mielenterveys ja ylisukupolvisuus	7
Perhe mielen terveys- ja päihdetyössä.....	8
Vertaisuus ja kokemusasiantuntijuus perheiden arjen tukena	8
Tilannekuva ja perhetyön erityispiirteet aikuisten mielen terveys- ja päihdepalveluissa.....	9
Toimintaympäristö	10
Tampereen mielen terveys- ja päihdepalvelut	10
Mielen terveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry	11
Toivosta turvaa -hanke (2017-2020)	12
Kohderyhmä.....	13
Tavoitteet ja menetelmät	13
Hankkeen kulku	14
Julkaisut.....	15
Arviointi	15
Tuotokset.....	17
Perhekeskeistä työtettä tukeva osallisuuden malli	17
Perhe puheeksi	18
Perheiden tukeminen	19
Yhteistyö	20
Kokemusasiantuntija ammattilaisten työparina.....	20
Vertaisuella toivoa ja turvaa - ennaltaehkäisevä lapsiperhetyö.....	21
Ohjautuminen	22
Perheneuvonta	23
Ryhmä- ja virkistystoiminta	23
Muuta	25
Tulokset ja vaikutukset.....	27
Muutokseen vaikuttaneet tekijät.....	28
Huomioita.....	30
Yhteenveto ja jatkosuunnitelma	32
Lähteet.....	34

Lapsiperheiden hyvinvointi ja kehittämistyön lähtökohdat

Lapsiperheiden hyvinvoinnista kerätään säännöllistä tutkimustietoa (mm. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos & Väestöliitto). Myös Kansallisten syntymäkohorttien (1987/1997) kautta lasten hyvinvoinnista on Suomessa pitkäaikaista seurantatietoa. Perhetaustan merkitys lapsen myöhäisempään hyvinvointiin on osoitettu (mm. Ristikari ym. 2016). Sekä vanhempien hyvinvointi että perheen vuorovaikutus- ja tunnetaidot ovat vahvasti yhteydessä lapsen hyvinvointiin (Lindblom 2020).

Tilastojen mukaan lapsiperheet voivat pääosin hyvin, mutta samaan aikaan terveys- ja hyvinvointierot ovat kasvaneet (mm. Kestilä & Karvonen 2018). Pikkulapsiperheissä vanhemmat ovat huolissaan omasta jaksamisestaan. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen Pienten lasten ja heidän perheidensä hyvinvointi 2018 - raportin mukaan joka viides nelivuotiaiden lasten vanhemmista oli kokenut masennusoireilua. Mielialaoireilun lisäksi lapsiperheiden arkea kuormittaa erityisesti lähiverkoston puuttuminen, vanhempien uupumus, taloudellinen niukkuus, työttömyys ja lisääntynyt päihdeiden käyttö (Vuorenmaa 2019).

Yksi hyvinvoinnin osatekijöistä on mielenterveys ja sen edistäminen. Kansallinen mielenterveysstrategia (2020) sisältää toimenpide-ehdotuksena lasten ja nuorten mielenterveyden rakentumisen arjessa (Vorma ym. 2020 s 21). Lasten mielenterveyden edistäminen liittyy vahvasti myös kansalliseen lapsistrategiaan (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020). Hyvinvoinnin edistämistyötä tehdään monella eri tasolla, kuten tukemalla lasten tervettä kasvua ja kehitystä sekä erilaisilla perhepoliittisilla toimenpiteillä (Vorma 2020 s 13,18).

Keväällä 2020 alkaneen koronapandemialla on ollut vaikutuksia perheiden ja lasten hyvinvointiin. Perheiden tilanteesta kantautui huolestuttavia tietoja (Lastensuojelun keskusliitto 2020; Sosiaali- ja terveysministeriö 2020; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2020). Koronakriisin kuvataan lisäävän perheiden eriarvoisuutta (Valtioneuvoston julkaisuja 2020). Erityistä huolta on niistä lapsista ja perheistä, joilla on jo ennestään taloudellisia vaikeuksia tai mielenterveys- ja päihdeongelmia.

Mielenterveys ja ylisukupolvisuus

Kansainvälisiin tutkimuksiin pohjautuen oletetaan, että Suomessa joka neljäs lapsi elää perheessä, jossa vanhemmalla on hoitoa vaativa mielenterveys- tai päihdeongelma (Solantaus & Paavonen 2009). Todellisuudessa määrä voi olla vieläkin suurempi, sillä olemassa olevat tilastot eivät ajantasaisesti kerro, kuinka monella psykiatrisessa hoidossa olevalla aikuisella on huolettavanaan alaikäisiä lapsia. Lisäksi psykiatrinen hoito on siirtynyt entistä enemmän avohoitoon (Valtiontalouden tarkastusvirasto 2018 s 12).

Mielenterveys- ja päihdeongelmat ovat yleisiä koko Suomessa ja niiden ylisukupolviset vaikutukset on tunnustettu monissa tutkimuksissa (mm. Solantaus & Paavonen 2009). Vanhempien mielenterveysongelmat lisäävät myös lasten riskiä sairastua mielenterveysongelmiin ja ongelmat heijastuvat lasten hyvinvointiin ja kehitykseen. Erityisessä riskissä ovat lapset perheissä, joissa mielenterveyden häiriö vaikuttaa vanhemman toimintakykyyn ja vuorovaikutukseen ja oireet ovat pitkäkestoisia. (Solantaus & Paavonen 2009.) Vanhemman psyykinen sairaus muuttaa usein perheen sisäisiä rooleja, perheen vuorovaikutusta ja haittaa arjessa selviytymistä (mm. Haapaniemi 2020 & Ólafsdóttir 2020). Lapsen kehityksen ja hyvinvoinnin kannalta erityinen riski on, jos sairastunut vanhempi on ainoa läheinen aikuinen.

Myös muilla perheenjäsenillä ja omaisilla on riski sairastua. Valtakunnallisen omaiskyselyn (FinFami keskusliitto 2014) mukaan 46 % mielenterveyspotilaiden omaisista on vaarassa sairastua depression itse (DEPS-seulalla mitattuna). Vuonna 2019 Pirkanmaan alueella toteutetun evaluaatiotutkimuksen mukaan omaisten, joiden läheisellä oli jokin psykoosisairaus, masennusriski oli kasvanut ja oli jo yli 60 % (FinFami Pirkanmaa 2019). Perheissä usein sairastuneen puoliso tai muu arkeen osallistuva aikuinen ottaa suurempaa vastuuta arjen sujumisesta ja on vaarassa uupua sairastuneen rinnalla. Omaisten riskiä lisäävät sairastuneen heikentynyt toimintakyky, useampi sairastunut perheessä, kaksoisdiagnoosit, talousvaikeudet ja ongelmien ylisukupolvisuus. (Vartiainen ym. 2019.)

Oikea-aikaisella ja riittävällä tuella ongelmien ylisukupolvinen ketju ja negatiiviset vaikutukset perheeseen on katkaistavissa, eivätkä vanhemman mielenterveys- tai päihdeongelmat automaattisesti määritä lasten ja perheen myöhempää hyvinvointia (Saarinen & Nordling 2020). Lasten hyvinvointia suojaa asianmukainen ja ikätasoinen ymmärrys vanhemman sairaudesta, vähintään yksi turvallinen ja luotettava aikuinen, perheen ulkopuoliset läheisverkostot, turvallinen kiintymyssuhde sekä yksilölliset ominaisuudet kuten hyvät sosiaaliset taidot, oppimiskyky ja ongelmanratkaisutaidot sekä resilienssi (Kankkonen & Suutarla 2007; Solantaus 2010). Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry:n kyselyissä perheet ovat itse kertoneet, että usein jo kuulluksi tuleminen, toivon vahvistaminen ja arjen rutiinit riittävät suojaamaan perheen hyvinvointia. Perheitä suojaa tieto siitä, miten perheenjäsenen mielenterveyden häiriö vaikuttaa juuri heidän arkeensa ja millaisilla keinoilla arjen hyvinvointia pidetään yllä.

Perhe mielenterveys- ja päihdetyössä

Perheen merkitys hoitotyössä on tunnistettu alan tutkimuksissa ja käytännöissä. Perheet ja omaiset ovat olleet aina osa mielenterveys- ja päihdepalveluita, mutta pitkään heidän roolinsa on ollut enemmän passiivinen tiedon antaja tai vastaanottaja. Ylisukupolvisten ongelmien ehkäisyyn ja koko perheen huomioimiseen on viime vuosina kiinnitetty yhä enemmän huomiota ja painopistettä on pyritty kääntämään yksilökeskeisestä hoidosta kohti perhekeskeistä hoitotyötä. Tämä näkyy mm. psykiatrian alan Käypä hoito -suosituksissa, joiden mukaan aikuisten hoitopoluissa tulee ottaa omaiset mukaan (Duodecim, 2020) sekä Valtiontalouden tarkastusviraston (2018) kannanotoissa Asiakkaan lasten huomioiminen aikuisten mielenterveyspalveluissa -tarkastusraportissa.

Perhehoitotyöhön liittyviä termejä on useita, kuten perhehoitotyö (family nursing), perhesysteeminen hoitotyö (family systems nursing) ja perhekeskeinen hoitotyö (family centered nursing) (Paunonen & Vehviläinen-Julkunen 1999 s 26). Lisäksi tunnetaan myös psykoedukatiivinen eli koulutuksellinen perhehoitotyö (psychoeducational family nursing) (Toivio & Nordling 2009 s 285) ja uusimpana on määritelty sosiaalihuoltolain (1301/2014 § 18) mukainen perhetyö. Koulutuksellinen perhetyö tukee perhettä selviämään arjessa sairaudesta huolimatta antamalla perheelle tietoa, neuvoja ja ohjausta, kuitenkin säilyttäen läheisen roolin aktiivisena toimijana (Berg & Johansson 2011). Systeemistä lähestymistapaa on viime vuosina nostettu erityisesti lastensuojelun toimintamallina. Systeeminen lähestymistapa tarkoittaa, että huomio kiinnitetään perheen jäsenten välisiin suhteisiin ja vuorovaikutukseen yksittäisen ongelman sijaan (Aaltio & Isokuorti 2019 s 24–26). Sosiaalihuoltolain mukaisella perhetyöllä tarkoitetaan hyvinvoinnin tukemista sosiaaliohjauksella ja muulla tarvittavalla avulla tilanteissa, joissa asiakas ja hänen perheensä tai asiakkaan hoidosta vastaava henkilö, tarvitsevat tukea ja ohjausta omien voimavarojen vahvistamiseksi ja keskinäisen vuorovaikutuksen parantamiseksi. Perhetyötä annetaan erityistä tukea tarvitsevan lapsen tai nuoren terveyden ja kehityksen turvaamiseksi.

Perheen ja yksilöiden vahvuuksia korostava voimavarapainotteinen perhetyö tukee niin yksilön kuin koko perheen toipumista (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2020). Yksi mielenterveys- ja päihdetyössä tunnettu voimavaroja ja osallisuutta korostava lähestymistapa on toipumisorientaatio, joka tunnistetaan myös perhetyötä ja koko mielenterveyspalvelujärjestelmää tukevana viitekehyksenä. Toipumisorientaatio-ajatuksena on, että perheet ja perheen jäsenet voivat elää tyydyttävää ja toiveikasta elämää sairauden rajoituksista huolimatta. Perheitä tuetaan antamalla perheelle tietoa, neuvoja, ohjausta, sopeutumisessa läheisensä sairauteen, arjen sujuvuuteen ja omaan jaksamiseen. (Nordling 2018 & Nordling & Rissanen 2020.)

Vertaisuus ja kokemusasiantuntijuus perheiden arjen tukena

Mielenterveys- ja päihdekuntoutuksessa sekä kolmannen sektorin palveluissa vertaistuellalla on todettu olevan positiivisia vaikutuksia hyvinvointiin, mutta se voidaan nähdä laajemminkin osana mielenterveyden edistämistyötä. Mielenterveystyössä vertaistuki tarkoittaa samankaltaisessa tilanteessa olevien tai olleiden vuorovaikutussuhdetta, jossa jaetaan omia kokemuksia ja tuetaan toisia. Vertaistukea voi antaa toiminnallisissa ryhmissä, ohjatuissa ryhmäkeskusteluissa ja kahdenkeskisissä tapaamisissa kasvotusten, puhelimesta tai verkossa. Olennaisinta on tiedon, tunteiden ja kokemusten jakaminen sekä yhdessäolo. (Kippola-Pääkkönen 2018 & Mielenterveystalo 2020.)

Kokemusasiantuntijuus on vertaistuen muoto, jossa tuen antajalla on oma kokemus haasteesta tai sairaudesta, sen hoidosta ja kuntoutuksesta sekä sen vaikutuksista toimintakykyyn (Hietala & Rissanen 2015). Kokemusasiantuntijana voi toimia omaisen tai kuntoutujan roolissa. Kokemustietoa ja -asiantuntijoita on viime vuosina hyödynnetty kehittämishankkeissa ja osallisuuden vahvistamisessa palveluissa. (Kaikille eväät elämään 2019 & Meriluoto 2018.) Kokemustiedon hyödyntämisen lisääminen ja kokemusasiantuntijoiden mukaan ottaminen palveluiden suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin on ollut esillä jo pitkään kansallisissa suunnitelmissa ja ohjelmissa (mm Kaste 2008–2015 & Mieli 2009–2015).

Tilannekuva ja perhetyön erityispiirteet aikuisten mielenterveys- ja päihdepalveluissa

Aikuisten mielenterveys- ja päihdepalveluita on kritisoitu yksilökeskeisestä lähestymistavasta. Perheet eivät koe tullessa kuulluiksi (Varhaistuen mallin kehittäminen omaistyössä 2014). Valtiontalouden tarkastusviraston tarkastuskertomuksen (2018) perusteella lainsäädännön (mm. Lastensuojelulaki; Terveystieteiden tutkimuskeskuksen edellyttämällä tavalla lasten puheeksi ottaminen aikuisten mielenterveyspalveluissa on enemmän sääntö kuin poikkeus, mutta toiminnassa on alueellisia ja erikoisalakohtaisia eroja. Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten on kuitenkin nostettava perheiden kanssa esiin sellaisia terveyttä ja hyvinvointia tukevia asioita, joihin he voivat vaikuttaa. Erityisesti lasten näkökulma on huomioitava, koska lapsi ei voi itse vaikuttaa kasvuympäristöönsä. Puheeksi oton tukena voidaan käyttää Toimiva lapsi & perhe -menetelmiä (Solantaus 2017) tai muita tunnettuja menetelmiä. Tärkeää on, että oman työyksikön toimintatavoista löytyvät kirjalliset toimintaohjeet yksikön perhe- ja läheistyöhön.

Myös yhteistyömallit palveluiden eri toimijoiden välillä saattavat olla puutteellisia. Palveluita toteutettaessa ja suunniteltaessa tulisi huomioida yhteistyön ja palveluketjujen yhteyden luominen, sillä perheiden verkostot koostuvat monista eri toimijoista, kuten perhepalveluista, mielenterveys- ja päihdepalveluista, kasvatustalouksista sekä kolmannen sektorin toimintoista (Winqvist 2017). Myös lapsiperheiden parissa työskentelevät ammattilaiset ovat nostaneet esille yhteistyöhön ja palveluiden pirstaleisuuteen liittyvät haasteet. Ammattilaisten mukaan yhteistyötä haastavat vuorovaikutukseen, tiedonkulkuun, resursseihin, käytäntöihin ja hoitopolun sirpaleisuuteen liittyvät tekijät (Toivosta turvaa- hanke 2020). Tukena yhteistyön rakentamisessa ovat dialogiset kohtaamiset ja voimavarakeskeinen lähestyminen.

Oikea-aikaisella ja riittävällä tuella iso osa perheistä selviää hyvin, eivätkä vanhemman mielenterveys- tai päihdeongelmat automaattisesti määritä lasten ja perheen myöhempää hyvinvointia. Perheet, joissa vanhemmalla on mielenterveys- ja päihdeongelmia, tarvitsevat kuitenkin palvelujärjestelmän tukea. Parhaimmillaan arjen hyvinvointia vahvistava ennaltaehkäisevä työ osana korjaavia palveluita tukee yksilön toipumista ja kannattelee koko perhettä. (Kanerva & Kuhanen 2017 s. 190, 193 & Saarinen & Nordling 2020.)

Toimintaympäristö

Tampereen mielenterveys- ja päihdepalveluiden perhe- ja omaistyötä on kehitetty laatimalla mielenterveys- ja päihdepalveluiden yhteinen Perhetyön ohje (2015) ja kouluttamalla henkilöstöä Lapset puheeksi -menetelmän käyttöön. Omaisille ja perheille on tarjottu yhteisiä perhekäyntejä ja psykoedukatiivisia omaisten ryhmiä osana psykoosisairauksien hoitoa. Vanhemmuutta on tuettu Minä ja lapseni -vanhempain ryhmän avulla. Tammelassa sijaitseva Perheiden talo on tarjonnut viiden vuoden ajan lapsiperheille muun muassa neuvontaa, vertaisryhmiä ja tapahtumia.

Omaistyön hyviä käytäntöjä mielenterveys- ja päihdetyössä kehitettiin Mielenterveysomaiset Pirkanmaa - FinFami ry:n projektissa Varhaistuen mallin kehittäminen omaistyössä 2010–2014 yhteistyössä Tampereen mielenterveys- ja päihdepalveluiden kanssa. Projektin myötä Omaisneuvontatoiminta jalkautui palveluihin siten, että neuvontapalvelua tarjotaan mielenterveys- ja päihdepalveluiden omana toimintana. Huomioi omaiset -puheeksi ottamisen malli kirjattiin omais- ja perhetyön ohjeisiin. Omaistyötä kehitettiin osaksi psykiatrista erikoissairaanhoidtoa vuosina 2016–2019 Ankkuri Aallokossa -projektissa yhteistyössä Pirkanmaan sairaanhoitopiirin toimialue viiden kanssa. Projektissa kehitettiin Omaisneuvonnan työparityöskentelyn malli, jossa yksikön työntekijä ja koulutettu omaiskokemusasiantuntija yhdessä tapaavat potilaan omaisen tukikeskustelun puitteissa.

Kokemusasiantuntijuuden merkitys toipumisessa ja omaisten tukemisessa on tunnustettu Pirkanmaan psykiatrian palveluissa jo pitkään. Ankkuri aallokossa -projektin ammattilais- ja kokemusasiantuntijatyöparitoiminnasta saatiin hyviä kokemuksia. Vuonna 2017 Tampereen mielenterveys- ja päihdepalveluihin palkattiin ensimmäistä kertaa kokemusasiantuntija mahdollistamaan vertaistukea sairastuneille asiakkaille (Salminen, 2017). Palkattu kokemusasiantuntija oli käynyt Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry:n kokemusasiantuntijakoulutuksen.

Aikuispsykiatrian lapsiperheiden tukimuotojen kehittämiseksi oli kuitenkin edelleen tarve Tampereen mielenterveys- ja päihdepalveluissa. Tunnistettiin tarve kehittää lapsiperheiden tukimuotoja osana aikuisten mielenterveys- ja päihdepalveluita siten, että perheiden arjessa mukana oleville aikuisille (kumppanit, isovanhemmat, muut merkittävät läheiset) ja perheiden alaikäisille lapsille olisi koko perheen selviytymistä vahvistavaa tukea tarjolla jo siellä, missä sairastunutta hoidetaan.

Tampereen mielenterveys- ja päihdepalvelut

Toivosta turvaa – hankkeen käynnistyessä Tampereen kaupungin psykososiaalinen tuen palveluryhmä koostui aikuisten sosiaalipalveluista ja mielenterveys- ja päihdepalveluista, jotka sisälsivät lähes kaksikymmentä avohoidon yksikköä, kuten Psykiatria- ja päihdekeskuksen, Sarviksen psykiatrian ja Tipotien psykiatrian yksiköt. Tampereen kaupungin järjestämisvastuulla olivat Tampereen palveluiden lisäksi myös Pirkkalan, Oriveden ja Vesilahden mielenterveys- ja päihdepalvelut. Mielenterveyden häiriöiden tutkimus ja hoito toteutui pääosin psykiatrian poliklinikoilla avohoitona. Hoitoon yhdistyi moninaisia psykososiaalisen tuen muotoja.

Tampereen kaupungin mielenterveys- ja päihdepalveluiden sekä Pirkanmaan sairaanhoitopiirin psykiatrian toimialueen yhdistymisen valmistelu alkoi keväällä 2019 ja toteutui 2021 vuoden alussa. Integraation myötä mielenterveys- ja päihdepalveluiden avo- ja sairaalahoito yhdistettiin samaan organisaatioon ja on vaatinut toteutuakseen laajamittaista palvelupolkujen tarkastelua.

Mielenterveys- ja päihdepalveluissa tutkitaan ja hoidetaan potilaita, joilla on mielenterveys ja/tai päihdehäiriöitä. Tavallisimpia syitä palveluihin ohjautumiseen ovat vaikea ja pitkittynyt masennus, psykoosi, vaikeat persoonallisuushäiriöt, itsetuhoajatukset tai itsemurhayritys. Työmuotoja ovat konsultaatio- ja akuuttipalvelut, selviämisen- ja katkaisuhuolto, keskusteluhoito, perhe- ja verkostotyöt, peruspalveluihin jalkautuva työ, ryhmähoidot, kuntoutus, asumisen tuki sekä lääkehoito. Tavoitteena on auttaa psyykkisen tasapainon ja elämänhallinnan saavuttamisessa.

Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry

Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry on vuonna 1988 perustettu yhdistys, joka toiminnallaan edistää mielenterveys- ja päihdeomaisten hyvinvointia. Toimintamuotoina (kuva 2) ovat erilaiset suorat tukimuodot, kuten Omaisneuvonta ja vertaistukiryhmät, joiden tavoitteena on tukea omaisten arjessa jaksamista, hyvinvointia ja osallisuutta omaan arkeen (Vartiainen 2019, s 10). Näiden lisäksi yhdistys toteuttaa edunvalvonta- ja vaikuttamistyötä, kokemusasiantuntijatoimintaa sekä kunta- ja verkostoyhteistyötä. Yhdistyksen toimintaa rahoittavat Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus (STEA) sekä Tampereen kaupunki.



Kuva 1. Mielenterveysomaiset Pirkanmaa - FinFami ry:n toiminnan kuvaus (Vartiainen ym. 2019).

Kokemusasiantuntijatoiminta on keskeinen osa Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry:n toimintaa. Toiminta sisältää kokemusasiantuntijatoiminnan organisoimisen, kouluttamisen sekä yleisen kehittämistyön. Vuosina 2017–2020 yhdistyksessä toimi keskimäärin 60 kokemusasiantuntijaa, joista parhaimmillaan kolme toimi Toivosta turvaa - hankkeessa palkattuina hanketyöntekijöinä.

Yhdistyksen toiminnassa omaisella tarkoitetaan mielenterveys- ja/tai päihdehäiriöstä kärsivän henkilön perheenjäsentä, sukulaista, kumppania, ystävää tai muuta läheistä. Mielenterveys- ja päihdepalveluissa omaisella tarkoitetaan usein lain määrittämiä lähiomaisia eli perheenjäseniä tai lähisukulaisia. Julkisissa palveluissa on otettu entistä laajemmin käyttöön määritelmä läheinen, koska se kattaa lähiomaisen lisäksi muut asiakkaalle tärkeät henkilöt. Tässä raportissa käytetään molempia määritelmiä riippuen kontekstista, mutta molemmat tarkoittavat laajasti sairastuneen lähipiiriä (perheenjäseniä, sukulaisia, ystäviä, muita tärkeitä henkilöitä).

Toivosta turvaa -hanke (2017-2020)

STEA julkaisi vuonna 2017 Kaikille eväät elämään -avustusohjelman, jonka tavoitteena oli edistää lasten, nuorten ja perheiden yhdenvertaisia mahdollisuuksia ja torjua ylisukupolvista syrjäytymistä. Kokemusasiantuntijapohjaisen lapsiperheiden tukimallin kehittäminen aikuisten avomielenterveyspalveluihin sopi avustusohjelman tavoitteisiin. Avustusohjelmasta saatiin rahoitus Toivosta turvaa -hankkeeseen, jonka avulla tavoiteltiin perheille tarjolla olevan vertaistuen ja tunnustettujen perhetyön menetelmien juurtumista osaksi Tampereen kaupungin mielenterveys- ja päihdepalveluja. Taustalla olivat koulutuksellisen perhetyön menetelmät sekä voimavarakeskeinen perhetyö, jotka molemmat tavoittelevat perheen arjessa selviytymistä haasteista huolimatta ja näkevät yksilöt aktiivisina toimijoina.

Mukana avustusohjelmassa oli 23 lasten, nuorten ja lapsiperheiden parissa työskentelevän järjestön kehittämishanketta. Lastensuojelun Keskusliitto koordinoi ohjelman toteutusta ja tuki hankkeiden kehittämistyötä, osaamista ja verkostoitumista sekä viesti hankkeiden tuloksista ja vaikutuksista.

Tampereen mielenterveys- ja päihdepalvelut oli yhteistyöhankkeen toinen toteuttajaosapuoli. Hankeyhteistyöhön liittyi myös yhteistyö Tampereen aikuissosiaalityön, perhepalveluiden ja lastensuojelun kanssa, koska perheillä on usein asiakkuus mielenterveys- ja päihdepalveluiden lisäksi myös näissä. Hankkeen toiminta kohdentui palveluiden asiakkaiden perheisiin ja kehittämistyötä toteutettiin yhdessä palveluiden ammattilaisten kanssa.

Hankkeen ensimmäisenä toimintavuotena 2017 laadittiin kokonaisarviointisuunnitelma, jonka avulla karotettiin hankkeen hallinnoinnin, yhteistyöorganisaatioiden kanssa toteutettavan verkostotyön sekä kehittämistoiminnan, koulutustoiminnan ja kokemusasiantuntijatoiminnan toteutusta. Lisäksi koottiin arviointi- ja ohjausryhmät, joissa oli edustettuna mielenterveys-, päihde- ja perhetyön asiantuntijoita sekä omaiskokemusasiantuntijoita. Ohjaus- ja arviointiryhmät kokoontuivat säännöllisesti kehittämään ja arvioimaan hankkeen toimintaa. Työryhmät koostuivat hanketiimin, Mielenterveysomaiset Pirkanmaa - FinFamin, Tampereen kaupungin sosiaali- ja terveystieteiden, Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen sekä Tampereen korkeakoulujen edustajista.

Ohjaus- ja arviointiryhmien jäsenet 2021

- Nina Kiilku, Tampereen ammattikorkeakoulu
- Katja Repo, Tampereen yliopisto, Perla
- Taru Herranen, lapsiperheiden palvelut, Tampereen kaupunki
- Ulla-Riitta Mutikainen, Perheneuvola, Tampereen kaupunki
- Sini Hyvönen, Projektipäällikkö, Tampereen kaupunki
- Terhi Huttunen, Lasten, nuorten ja perheiden palvelut, Tampereen kaupunki
- Eeva-Liisa Lejon, Mielenterveys- ja päihdepalvelut, Tampereen kaupunki
- Esa Nordling, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
- Marja Nordling, Mielenterveys- ja päihdepalvelut Tampereen kaupunki
- Riikka Kimpanpää, Lapsiperheiden aikuissosiaalityö Tampereen kaupunki
- Sanna Salmela, Mielenterveys- ja päihdepalvelut Orivesi, Tampereen kaupunki
- Yvonne Marjamaa, Mielenterveys- ja päihdepalvelut, Tampereen kaupunki
- Oili Huhtala, Mielenterveysomaiset Pirkanmaa -FinFami ry
- Silja Lampinen, Mielenterveysomaiset Pirkanmaa -FinFami ry

Hankkeen käytännön toteutuksen tukena toimi noin neljä kertaa vuodessa kokoontuva hanketiimi ja yhteistyöorganisaatioiden ammattilaisista koostuva kehittämistyöryhmä, jonka tarkoituksena oli tukea hankkeessa kehitettyjen tukimuotojen jalkauttamista palveluiden arjen käytäntöihin. Kehittämisen ja yhteistyötä on tehty Tampereen sosiaali- ja terveystieteiden ja edellä kuvattujen yhteistyötahojen lisäksi muiden järjestöjen, kuten Mielen ry:n ja Mannerheimin lastensuojeluliiton kanssa. Sairaanhoidtajaliiton, Hoitotyön tutkimussäätiön - Hotuksen, Tampereen korkeakoulu-yhteisön, Kaikille eväät elämään avustusohjelman

hankkeiden sekä Pirkanmaan sairaanhoitopiirin kanssa tehtävä yhteistyö on sisältänyt julkaisu- kehittämis- ja verkostotyötä.

Kohderyhmä

1. Tampereen, Oriveden, Pirkkalan ja Vesilahden mielenterveys- ja päihdepalveluiden asiakkaana olevat lapsiperheet, joissa vanhemmalla on mielenterveysongelmia sekä mahdollisesti niihin liittyviä päihdeongelmia. Perheillä on mahdollisesti asiakkuus myös perheneuvolan, sosiaalityön ja lastensuojelun kanssa.
Toimintavuosien 2017-2020 aikana toimintaan ohjautui kaikkiaan 100 perhettä, joista 75 osallistui hankkeen tarjoamaan tukitoimintaan.
2. Näiden perheiden kanssa työskentelevät ammattilaiset, kuten mielenterveys- ja päihdepalveluiden sekä sosiaali- ja perhepalveluiden työntekijät.
Toimintavuosien aikana ammattilaiskohtaamisia oli noin 500/vuosi, joista säännöllistä yhteistyötä tehtiin noin 50 henkilön kanssa vuosittain.
3. Lapsiperhetyöhön keskittyvät FinFamin kouluttamat kokemusasiantuntijat.
Hankkeessa työskenteli kaikkiaan 6 eri kokemusasiantuntijakoulutuksen käynnyttä hanketyöntekijää ja toimintavuosien aikana Mielenterveysomaiset Pirkanmaa -FinFami ry:ssä koulutettiin 2 uutta lapsiperhetyöhön keskittynyttä kokemusasiantuntijaa.

Tavoitteet ja menetelmät

Toivosta turvaa -hankkeen päätavoitteena oli kehittää lapsiperheille suunnattuihin palveluihin yhteistyöhön ja kokemusasiantuntijuuteen pohjautuvia tukimuotoja, jotka mahdollistavat osaltaan lapsiperheiden kokonaisvaltaisen huomioimisen sekä vahvistavat läheisten osallisuutta palveluissa. Tarkoituksena oli luoda perhekeskeistä työtettä tukeva osallisuuden malli, jossa yhdistyvät organisaatioissa käytettävissä olevat hyvät käytännöt ja vaikuttavat vertaistukimuodot. Mallin avulla lapset ja perheet otetaan systemaattisesti puheeksi aikuisten mielenterveys- ja päihdepalveluissa, ja heille on tarjolla yksilöllistä hyvinvointia vahvistavaa tukea osana hoitopolkua. Perheitä työssään kohtaaville ammattilaisille malli tarjoaa työn tueksi näyttöön perustuvia perhe- ja omatyön menetelmiä sekä kokemustiedon osaksi perhetyötä. Kaiken toiminnan taustalla on perheiden hyvinvoinnin vahvistuminen sekä mielenterveys- ja päihdeongelmien negatiivisten vaikutusten vähentyminen perheiden arjessa.

Hankkeen alkuperäisiä tavoitteita tarkennettiin vuoden 2019 aikana. Muutoksiin päädyttiin, koska toiminnan kehittyessä ymmärrettiin kohderyhmän tarpeita sekä yhteistyöorganisaation erityispiirteitä ja palvelujärjestelmän rakenteita lähtötilannetta paremmin. Lisäksi hanketiimi osallistui KEE-ohjelman organisoimaan vertaisarviointiin, jossa arviointia tehostettiin vaikuttavuusketju- ajattelun kautta.

Hankkeen tavoitteet 2019–2020:

1. Aikuisten mielenterveys- ja päihdepalveluihin syntyy perhekeskeistä työtettä tukeva osallisuuden malli, jossa yhdistyvät organisaatioissa käytettävissä olevat hyvät käytännöt sekä vertaisuuteen ja kokemusasiantuntijuuteen perustuva asiantuntemus.
2. Perheille muodostuu uudenlaisia tukimuotoja, joilla läheisten riski uupua pienenee ja he oppivat vahvistamaan omia voimavarojaan. Tukea saaneet perheet tunnistavat suojaavia tekijöitä ja näin mielenterveysongelmien negatiiviset vaikutukset vähenevät.
3. Läheisten huomioimisesta tulee kiinteä osa perheiden kanssa tehtävää perustyötä, niin että perhekäyntien määrät kasvavat ja läheisille suunnattuja palveluita on nykyistä enemmän tarjolla osana aikuisten mielenterveys- ja päihdetyötä.
4. Lapsiperheet osallistuvat omaistyön kehittämiseen oman kokemustietonsa osalta. Yhdistyksen kokemusasiantuntijoissa on jatkossa aiempaa enemmän lapsiperheiden tukemiseen keskittyneitä kokemusasiantuntijoita.

Perheiden tukitoimenpiteitä ovat olleet suorat tukimuodot lapsiperheille, ammattilais- ja verkostoyhteistyö, koulutus- ja perehdytystoiminta, viestintä ja tiedottaminen sekä edunvalvonta- ja vaikuttamistyö. Hanketiimissä on työskennellyt kolme – viisi hanketyöntekijää, joista aina vähintään yksi on ollut koulutettu omaiskokemusasiantuntija. Hankkeen sisäisistä resursseista osa on mennyt suoraan lapsiperheiden kanssa tehtävään työhön ja osa kehittämis- sekä verkostoyhteistyöhön. Hankkeen tavoitteiden saavuttaminen on edellyttänyt myös yhteistyöorganisaatioiden resursseja niin kehittämistyöhön kuin suoraan asiakastyöhönkin.

Hankkeen kulku

2017 Toiminnan aloitus	2018 Kohtaamisia	2019 Kohtaamisia	2020 Kohtaamisia	2021 Kohtaamisia
Ohjaus-, arviointi- ja kehittämistyöryhmien kokoukset	-yli 50 lapsiperhettä, joista 30:en kanssa jatkettu yhteistyötä; 55 eri ihmistä, suurin osa puolisoita	-34 uutta lapsiperhettä ja 90 eri henkilöä, joista suurin osa oli perheen aikuisia ja vanhempia.	-11 uutta perhettä -Ammattilaisia yli 200 Keskeiset tapahtumat	Palkattu omaiskokemusasiantuntija Tampereen psykiatriaan Julkaisut
Arviointisuunnitelma	-Yli 500 ammattilaiskohtaamista	-Ammattilaisia noin 500	-Perhekeskeistä työtettä tukevan osallisuuden mallin muodostaminen	Verkostotapaamiset Pirkanmaalla ja valtakunnallisesti
Viestintä- ja arviointimateriaalin kehittäminen	Keskeiset tapahtumat	Keskeiset tapahtumat	-Lapsiperheiden vertaistukimuodot osaksi korjaavia palveluita: omaisten vertaistukipuhelin	Perhe puheeksi - verkkoseminaari (hankkeen päätösesseminaari)
Yhteistyön käynnistyminen mt- ja päihdepalveluissa	-Ammattilaisyhteistyön kehittäminen sekä toimintatapojen jalkauttaminen ja vakiinnuttaminen -Omais- ja lapsiperheyön koulutus yhteistyötahojen ammattilaisille -Perheneuvontojen, Puoliso ABC-ryhmien sekä virkistysretkien pilotointi. Toiminnallinen vertaistukiryhmä lapsille. -Viestintä ja toimintaympäristön nykytilan kartoitus Muita huomioita -Muutoksia hanketiimissä ja yhteistyötahon kokoonpanossa	-Yhteistyöhön ja vertaisuuteen pohjautuvien tukimuotojen kehittäminen, kuten yhteiset perhekäynnit lapsiperheiden tukemiseksi, sekä yhdeksän kertaa kokoontuneet Läheisen lähelliitit -Lapsiperheille muodostui arjen hyvinvointia vahvistava tukipaketti, joka sisälsi henkilökohtaisia perheneuvontatapaamisia hankkeen kokemusasiantuntijoiden kanssa, vertaistukiryhmiä aikuisille ja toiminnallisia ryhmiä perheen lapsille Muita huomioita -Muutoksia hanketiimissä ja yhteistyöorganisaatiossa -Blogikirjoitus, Ammattilaiseseite, webinaari	-Perhe- ja läheistyön ohje päivitettiin, koottiin perehdytysopas ja luotiin Läheisen polku Mielenterveys- ja päihdepalveluissa -Uusi hyvinvointiryhmä, tavoitti 9 vanhempaa -Hoitosuositteluehdotus -Lastenkirja Muita huomioita -Koronan vaikutukset toimintaan -Blogikirjoitus, webinaari, Aamulehden uutinen, vieraskynäkirjoitus, Labyrintti-lehti	

Julkaisut

Hankkeen monipuolinen julkaisu-toiminta keskittyi pääosin kohderyhmille (1 ja 2) suunnattuun viestintään. Ensimmäisenä toimintavuotena ryhdyttiin julkaisemaan sähköistä uutiskirjettä, joka ilmestyi 4–6 kertaa vuodessa. Uutiskirjettä jaettiin kaikille yhteistyöorganisaation ammattilaisille, ja kirje tavoitti vuosina 2019–2020 keskimäärin 950 ammattilaista. Uutiskirjeessä kuvattiin hankkeen toimintaa, tiedotettiin ajankohtaisia asioita ja jaettiin tietoa perhe- ja omaistyön keinoista. Lisäksi hankkeen havainnoista ja tuloksista viestitettiin Tampereen mielenterveys- ja päihdepalveluiden verkkosivulla, säännöllisillä työryhmävierailulla, jakamalla toiminta- ja yleisesitteitä, Mielen liikettä -blogissa (2018 ja 2020), Lastensuojelun keskusliiton blogissa (11.9.2019), Etelä-Suomen sanomissa julkaistussa vieraskynä- kirjoituksessa 7.9.2020 sekä Labyrintti 4/2020 lehdessä. Perheiden arjesta ja koko perheen huomioimisen merkityksestä tehtiin nostoja Aamulehdessä (24.7.2019 ja 9.5.2020), Labyrintti- lehdessä 4/2018 ja YLE-Tampereen radiossa (20.10.2020). Sairaanhoidajat -lehden Käytännön vinkki -palstalla (3/2021) julkaistiin lapsiperheomaistyön keskeiset periaatteet hoitotyössä. Hankkeen kohderyhmän kokemuksista poikkeusolojen vaikutuksista arkeen nostettiin huomioita Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen Covid-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen -raportissa (2020 s. 46–54). Lähteenä oli Mielenterveysomaiset Pirkanmaa -FinFami ry:n raportti (Koronatilanteen vaikutukset mielenterveys- ja päihdeomaisten ja heidän läheistensä elämään 2020).

Hankkeen tuloksia esiteltiin posterimuodossa sekä esittelypisteillä Lastensuojelupäivillä 2019 ja 2021, Mielenterveysmessuilla 2019 ja 2020 virtuaalimessuilla sekä SOSTEtalkissa 2019. Perhetutkimuksen päivillä 2020 esiteltiin lapsiperheomaistyön posterit ja alatyöryhmässä Vertaistuki lapsiperheiden ennaltaehkäisevän työn tukena -malli. Tämän lisäksi esitykset olivat sovittuna vuoden 2020 Sairaanhoidajapäiville ja yhteistyössä muiden järjestöjen kanssa SuomiAreenaan sekä Soste-risteilylle. Esitykset peruuntuivat yleisen pandemiatilanteen vuoksi. Näiden lisäksi hankkeen keskeisimmät tulokset ja tuotokset kuvattiin hyvinvointi- ja terveysalojen yhteiseen verkkopalveluun Innokylään ja Hyvinvointipuun osalta myös Terveyskylään. Innokylää ylläpitävät Suomen sosiaali- ja terveys ry (SOSTE), Suomen Kuntaliitto (KL) sekä Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) ja Terveyskylää yliopistosairaanhoidopiirit (HUS, TAYS, OYS, KYS ja TYKS).

Hankkeessa julkaistiin sekä kirjallista että tallennettua verkkomateriaalia perheiden kanssa tehtävän työn tueksi, kuten Sairaanhoidajaliiton kanssa yhteistyössä toteutetut Läheisten huomioiminen mielenterveys- ja päihdehoitotyössä (2019) ja Lapsiperhe omaisena (2020) – webinaarit, Lapsiperhe omaisena -perhedytysopas sekä Perhe puheeksi mielenterveys- ja päihdepalveluissa (2021) - verkkoseminaari.

Arviointi

Hankkeen kokonaisarviointia ohjasi arviointityöryhmä, jossa mukana olivat Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen kehittämispäällikkö Esa Nordling (psykososiaalinen kuntoutus, ehkäisevän mielenterveystyön interventiot), Tampereen yliopiston Lapsuuden, nuoruuden ja perheiden tutkimuskeskuksen Perlan johtaja Katja Repo sekä Tampereen mielenterveys- ja päihdepalveluista johtava sosiaalityöntekijä Eeva-Liisa Lejon. Arviointi koostui niin määrällisestä kuin laadullisestakin arviointitiedosta. Kaikesta hankkeen toiminnasta kerättiin määrällistä seurantatietoa. Seurantatietoa kerättiin toteutuneista käynneistä ja vertaisryhmä- ja virkistyskerroista, tukitoimintaan osallistuneiden henkilöiden määrästä ja koulutuksiin osallistuneista ammattilaisista. Lapsiperheomaistyön erityispiirteisiin liittyvistä tilaisuuksista sekä kohderyhmille jaetusta kirjallisesta materiaalista pidettiin myös kirjaa. Toiminnasta kerättiin strukturoitua palautetta alku- ja loppukartoituksilla sekä ammattilaispalautteilla. Tämän lisäksi hanketyöntekijät täyttivät säännöllisesti itsearviointi – ja havainnointilomakkeita. Näiden avulla arvioitiin perhekeskeisen työotteen vahvistumista ja yhteistyömallin, kokemusasiantuntijayhteistyön sekä hankkeen kohderyhmäperheiden tukimuotojen toimivuutta ja toiminnan tuloksellisuutta.

Perhekeskeisen työotteen kehittämisen ja arvioinnin tueksi hankkeen ensimmäisen toimintavuoden aikana toteutettiin kysely mielenterveys- ja päihdepalveluiden työntekijöille yksiköiden perhetyön nykytilasta. Kysely toteutettiin osana Silja Lampisen (2019) ylemmän ammattikorkeakoulun opinnäytetyötä (Lampinen, S. 2019) ja uusittiin syksyllä samassa toimintaympäristössä 2020 Tanja Öljymäen opinnäytetyössä (YAMK) (Öljymäki, T. 2021). Kyselyillä selvitettiin Tampereen mielenterveys- ja päihdepalveluiden perhetyön ohjeen

toteuttamista arjen työssä. Raporteissa kuvattiin myös laajempaa tutkimusta perheiden kanssa tehtävän työn nykytilasta, näistä merkittävimpänä Valtiontalouden tarkastusviraston raportti asiakkaan lasten huomioimisesta aikuisten mielenterveyspalveluissa vuodelta 2018.

Perheiden hyvinvoinnin ja osallisuuden vahvistamista arvioitiin lisäämällä vuonna 2019 palautelomakkeisiin Sokra-hankkeessa kehitetystä osallisuusindikaattorista 10 kysymyksen sarja. Tämän lisäksi läheisille suunnattujen tukimuotojen vaikutuksia mitattiin vertaistuki-kyselyllä (2020) sekä Tampereen ammattikorkeakoulun hoitotyön opiskelijoiden tekemän Perheiden kokemuksia Toivosta turvaa -hankkeen perheneuvonnasta -opinnäytetyön avulla. Pitkäaikaisen vaikuttavuuden seuranta nojaa tutkittuun tietoon lasta ja läheisiä suojaavien tekijöiden merkityksestä perheiden hyvinvointiin (Nyman & Stengård 2001, Solantaus & Paavonen 2009).







Tuotokset

Toivosta turvaa -hankkeessa (2017/2020) kehitettiin perhekeskeistä työtettä tukeva osallisuuden malli perheiden osallisuuden ja hyvinvoinnin vahvistamiseksi. Malli yhdistää vertaistukimuotoja ja näyttöön perustuvia tunnettuja omais- ja perhetyön keinoja, kuten Toimiva lapsi & perhe- menetelmiä. Lisäksi hankkeessa kehitettiin vertaistukimuotoja lapsiperheiden hyvinvoinnin vahvistamiseksi. Koko perheen huomioiminen ja voimavaralähtöinen lähestyminen ovat merkittäviä ennaltaehkäisevän tuen muotoja, joiden myötä vanhemman sairauden negatiivisia vaikutuksia perheeseen voidaan vähentää. Kehittämistyön myötä lapsiperheille muodostui arjen hyvinvointia vahvistava tukipaketti, joka sisältää henkilökohtaisia perheneuvontapaamisia (1-3) kokemusasiantuntijoiden kanssa, verkostokäynnit (1-2) vanhemman hoitotahon kanssa, vertaistukiryhmiä aikuisille ja toiminnallisia ryhmiä perheille - myös lapsille, sekä materiaalia ja oma-apukeinoja hyvinvoinnin vahvistamiseksi.

Perhekeskeistä työtettä tukeva osallisuuden malli

Perhekeskeistä työtettä tukeva osallisuuden malli sisältää keinoja puheeksi ottamisen ja lapsiperheiden omaistyön toteuttamiseksi sekä tukee perhekeskeisen työotteen toteutumista. Lapsiperheille, joissa vanhemmalla on päihde- tai mielenterveysongelmia, suunnattu malli sisältää moninaisia vertaistukimuotoja (suoria yksilö-, perhe- ja ryhmämuotoisia). Perhekeskeistä työtettä tukeva osallisuuden malli on kuvattu Innokylään.

Taulukko 1. Perhekeskeistä työtettä tukeva osallisuuden malli.

Perhekeskeistä työtettä tukeva osallisuuden malli			 TAMPEREEN KAUPUNKI  FinFami 
			
Perhe puheeksi	Perheiden tukeminen	Yhteistyö	Vertaistuki
<p>Lapset ja läheiset otetaan systemaattisesti puheeksi aikuisten mielenterveys- ja päihdepalveluissa.</p> <p>Perheenjäsenille tarjotaan tilaa keskustelulle perhetapaamisen muodossa mutta myös yksittäin.</p> <p>Perheiden hyvinvointipuun avulla pohditaan yhdessä perheiden kanssa, mistä heidän hyvinvointinsa muodostuu perheenä ja yksilönä.</p>	<p>Perheenjäsenille tarjotaan:</p> <ul style="list-style-type: none"> -ohjausta ja neuvontaa -psykoedukaatiota vanhemman sairaudesta ja sen vaikutuksista arkeen lapsen ja nuoren kehitysvaihe huomioiden -tukea vuorovaikutukseen, vanhemmuuteen ja arjen hallintaan -mahdollisuus myös yksilölliseen tukeen ohjaamalla esimerkiksi läheisten iltoihin, omaisneuvontaan 	<p>Perheiden palvelutarvetta ja ohjausta tulisi arvioida yhteistyössä perheen ja verkoston kanssa.</p> <p>Koordinaatiovastuun määrittely on tärkeää</p> <p>Sujuvat palvelupolut eri lapsiperhepalveluiden välillä</p> <p>Tietoa ja tukea arjen hyvinvoinnin vahvistamiseksi</p>	<p>Tuetaan voimavaroja sekä vahvistetaan arjessa jaksamista.</p> <p>Vertaistuki kiinteäksi osaksi perheiden kanssa tehtävää muuta työtä</p> <p>Perheneuvonta</p> <p>Virtaa vanhemmuuteen -hyvinvointiryhmä</p> <p>Koulutukselliset ABC-ryhmät</p>

Huomioi omaiset -malli	Toimiva lapsi & perhe menetelmä ja materiaalit	Perehdytysopas	Perheiden arki -tari-naryhmä
Lapset puheeksi -malli	Perhe- ja läheistyön ohje	Luentosarjat	
Läheisten polku	Läheisen lähellä ensitietoryhmä	Toiminta tutuksi -infot	
	Vertaistuki osana lapsiperheiden palvelua	Yhteiset verkostokäynnit	
Hoitosuositus (Hotus 2022) Lasten huomioiminen aikuisten mielenterveys- ja päihdepalveluissa – perhetyön toteuttaminen osana hoitotyötä			

Perhe puheeksi

Osallisuuden malli sisältää puheeksi ottamisen keinoja, joista Huomioi omaiset -malli ja Lapset puheeksi menetelmät ovat näyttöön perustuvia ja aiemmin tunnettuja tukimuotoja. Näiden jo käytössä olleiden lisäksi hankkeessa koottiin Läheisen polku mielenterveys- ja päihdepalveluissa, Lapsiperheiden hyvinvointi -materiaalipaketit sekä Perheiden hyvinvointipuu- työkalu perheitä ja läheisiään työssään kohtaavien ammattilaisten tueksi. Polku sisältää tietoa läheisille suunnatuista palveluista aikuisten mielenterveys- ja päihdepalveluissa. Läheisen polku mielenterveys- ja päihdepalveluissa lähetetään jokaisen uuden ajanvarauskirjeen yhteydessä läheisille välitettäväksi. Lisäksi polku on lisätty Lapsiperheiden hyvinvointi – ammattilaisten materiaalipakettiin. Lapsiperheiden parissa työskenteleville suunnattu materiaalipaketti sisältää hyödyllistä tietoa perheiden hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä, lasta suojaavista tekijöistä sekä keinoja perheiden hyvinvoinnin tukemiseksi. Lapsiperheille suunnattu Hyvinvointia arkeen – materiaalipaketti sisältää hyödyllistä tietoa perheiden hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä, lasta suojaavista tekijöistä sekä keinoja perheen keskinäiseen vuorovaikutukseen. Materiaalipaketit muotoutuivat lopulliseen muotoonsa loppuvuodesta 2020 ja niistä tuli osa Mielenterveysomaiset Pirkanmaa -FinFami ry:n lapsiperheiden omaistyötä sekä Tampereen psykiatrian aikuispsykiatrian lapsiperhetyötä.

Perheiden hyvinvointipuun tarkoitus on auttaa ammattilaista ottamaan perheen hyvinvointi puheeksi. Kaikissa perheissä on myös voimavaroja. Työkalun avulla kartoitetaan millaiset asiat perheessä ovat hyvin ja millaisia tekijöitä voidaan pyrkiä vahvistamaan. Hyvinvointipuun avulla voidaan huomioida myös niitä tekijöitä, jotka kuormittavat perheiden arkea. Hyvinvointia suojaavien tekijöiden puute on itsessään jo riskitekijä lapselle, vaikka arjessa ei olisi suoranaisia riskitekijöitä. Puheeksi ottamisen lisäksi työkalua suositellaan käytettäväksi arjen tuen tarpeiden kartoittamisen ja palveluohjauksen tukena. Perheiden hyvinvointipuu on kehitetty yhdessä Toivosta turvaa -hankkeen lapsiperheiden kanssa. Teemoja täydennettiin tunnetuilla perhe- ja läheistyön julkaisulla (FinFami Pirkanmaan Riskikartoitustyökalu, Toimiva lapsi & perhe -menetelmät / Solantaus). Syksyllä 2020 julkaistua Perheiden hyvinvointipuuta jaettiin kaikkiin Tampereen mielenterveys- ja päihdepalveluiden yksiköihin (2020 lähes 1000), Tampereen perusterveydenhuollon mielenterveys- ja päihdepalveluihin, Pirkanmaan kuntien lapsiperhepalveluihin, valtakunnallisesti FinFami -järjestöihin ja Perhe puheeksi-verkkoseminaarin osallistujille sekä sähköisessä muodossa Mielenterveystalon ammattilaisosioon



Perheiden tukeminen

Ammattilaiset ovat ilmaisseet kaipaavansa tukea perhe- ja läheistyön toteuttamiseen sekä tietoa perheiden palveluista. (Valtiontalouden tarkastusvirasto 2018; Toivosta turvaa- hankkeen nykytilan kartoitus 2019). Myös perheet ja läheiset ovat nostaneet tiedon tarpeen useassa yhteydessä esille. Tarpeeseen vastattiin aloittamalla Tampereen mielenterveys- ja päihdepalveluiden ja Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry:n yhteiset Läheisen lähellä- illat. Läheisen Lähellä- illat tarjoavat läheisille ja läheisiä työssään kohtaaville ammattilaisille tilaisuuden saada tietoa monitahoisesta palvelujärjestelmästä ja läheisen polusta mielenterveys- ja päihdepalveluissa. Tavoitteena on keskustelun kautta läheisten voimavarojen ja arjen hyvinvoinnin vahvistuminen sekä tutustuminen läheisille suunnattuihin tukimuotoihin. Toiminnan käynnistämisenä vuonna 2019 toteutui yhdeksän Läheisen lähellä- iltaa, joihin tavoitettiin 32 omaista ja vuonna 2020 kuudesta suunnitellusta illasta toteutui viisi, joissa tavoitettiin yhteensä seitsemän läheistä. Vuonna 2021 Läheisen lähellä- illat ja sairaalahoidon yhteyteen kuulunut läheisille tarkoitettu Ensitietyöryhmä (Pshp) yhdistettiin, ja toiminta jatkuu Tampereen psykiatrian omana toimintana.

Yhteisesti toteutetussa lapsiperhehankkeessa tehtiin tarvekartoitus lapsiperheiden tuen tarpeista ja koottiin perhetyön hyviä käytäntöjä yhteen. Lisäksi kehittämistyössä hyödynnettiin lapsiperhearkea eläneiden kokemusasiantuntijoiden huomioita arjesta sekä palvelujärjestelmästä. Tämän myötä syntyi Lapsiperhe omaisena -perehdytysopas, joka sisältää perhe- ja omaistyön keinoja tukea lapsiperheiden hyvinvointia, kun perheessä on mielenterveys- ja päihdeongelmia. Opas täydentää Tampereen mielenterveys- ja päihdepalveluiden Perhe- ja läheistyön ohjetta, joka päivitettiin hankkeen aikana. Perehdytysopasta suunniteltiin ja tarkistettiin yhteistyössä hanketiimin, taustayhdistyksen työntekijöiden ja Tampereen kaupungin perhetyön kehittämistyöryhmän kanssa. Perehdytykseen ja mielenterveyspalveluiden lapsiperhetyön tueksi tuotettiin ammattilaiskoulutuksia, joista Läheisten huomioiminen mielenterveys- ja päihdehoitotyössä (2019) ja Lapsiperhe omaisena (2020) toteutettiin webinaareina ja Perhe- ja läheistyön koulutus työpajamuotoisena. Lapsiperhe omaisena -koulutus toteutettiin webinaarin lisäksi keväällä 2020 hoitotyön opiskelijoille Tampereen ammattikorkeakoulussa ja syksyllä 2019 Tampereen kaupungin lapsiperhepalveluille. Kaikki koulutukset rakennettiin kokemustiedon ja perhetyön näyttöön perustuvien keinojen vuoropuheluna. Lapsiperhe omaisena -perehdytysoppaasta laadittiin painettu lehtiö, jota jaettiin yksiköihin ja lisäksi se tallennettiin mielenterveys- ja päihdepalveluiden sisäiseen intranettiin.

Yhteistyö

Lapsiperheiden kohdalla eri palveluiden välinen yhteistyö on ensiarvoisen tärkeää, koska perheiden tuen tarpeet ovat moninaisia. Verkostot koostuvat monista eri toimijoista kuten perhepalveluista, mielenterveys- ja päihdepalveluista sekä kasvatustalouksista ja jokaisella on erilainen vastuu perheiden tukemisesta. Yhteistyötä voidaan helpottaa luomalla uusia hyviä käytäntöjä ja kuulemalla perheiden kokemuksia. Toivosta turvaa -hanke toteutti Ammattilaisten aamukahvit -kiertueen syksyn 2020 aikana. Vapaamuotoisissa tiimivierailuissa vaihdettiin kuulumia, esiteltiin uusia hyviä käytäntöjä ja luotiin yhteistä ymmärrystä perhetyöstä.

”Monipuolisuus. Pystytty tarjoamaan monenlaista. Vahvuus hankkeessa / projektissa. Tiedotaminen, sähköpostiin tulee uutiskirje, valtavasti infoa sen alla, ei voi syyttää siitä, ettei infoa olisi tarjolla, mutta siihen osattava tarttua, jotta löytää tarvitsemansa. Vahva yhteistyön tekeminen. Iso joukko ollut mukana, myönteistä.”

(Mielenterveys- ja päihdepalveluiden ammattilaisen palaute.)

Perheet itse ovat painottaneet koordinaatiovastuun määrittelyn tärkeyttä. Perheet kokevat palvelujärjestelmän hajanaiseksi ja palveluista saatavan tuen ajoittain riittämättömäksi erityisesti kasvatus- ja perheneuvoloissa ja lastensuojelupalveluissa (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2012). Arjen kuormittavuutta voidaan helpottaa kartoittamalla perheiden tuen tarpeita, kokoamalla perheiden verkostokartta sekä määrittelemällä koordinaatiovastuut yhdessä perheen kanssa. Perheiden hyvinvointipuu toimii hyvin perheiden tuen tarpeiden kartoittamisen apuna ja moniammatillisen perhetyön yhteisenä työkaluna. Hankkeessa kehitettiin Perheiden hyvinvointipuusta korttipakka, joka sisältää apukysymyksiä perheiden arjesta, tuen tarpeista ja tuki-verkostosta. Hyvinvointipuusta tehtiin myös palapeli-versio, jonka tarkoituksena on kannustaa vanhempaa ja lasta puuhaamaan yhdessä ja samalla keskustelemaan oman perheen hyvinvoinnista. Lisäksi luotiin Lapsiperheiden kesä – palvelutarjotin yhteistyössä lähellä.fi verkkosivuston kanssa lisäämään tietoutta kolmannen sektorin toimijoista, jotka tarjoavat tukea lapsiperheille kesäaikaan, sekä kaksi-kolme kertaa vuodessa toteutettavat Toiminta tutuksi lapsiperhe- infot osaksi taustayhdistyksen perustoimintaa.

Perheiden parissa työskentelevät sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset ovat nostaneet hankkeen toimintavuosien aikana esille toimivia yhteistyökäytäntöjä, jotka mahdollistavat avoimen ja rakentavan dialogin niin verkoston kuin perheen kesken, palveluiden ja vastuiden sanoittamisen, yhteistyön koordinoimisen ja koordinaatiovastuun määrittelyn. Tältä pohjalta syntyi Perhe- ja läheistyön työpajakoulutus, jossa perheiden parissa työskentelevät ammattilaiset yhdessä pohtivat keinoja perhetyön toteuttamiseksi ja yhteistyön vahvistamiseksi. Työpaja toteutettiin Tampereen kaupungin sosiaali-, terveys- ja perhepalveluiden kanssa.

”Dialogisuus on aina hyväksi, oli mukava päästä keskustelemaan yhteisestä työstä perheiden hyväksi. Jatkossa olisi myös hyvä kokoontua asian äärelle.”

Kokemusasiantuntija ammattilaisten työparina

Mielenterveys- ja päihdepalveluiden ja hankkeen yhteistyönä luotiin omaiskokemusasiantuntijan tehtävän kuva aikuisten avomielenterveys- ja päihdepalveluiden perhe- ja läheistyön tukena.

Omaiskokemusasiantuntijan tehtävän tarkoitus palveluissa on:

1. Mielenterveys- ja päihdepotilaiden aikuisten läheisten vertaistuki yksilö- ja ryhmätasolla
2. Mielenterveys- ja päihdepotilaiden aikuisten läheisten vertaisohjaus palveluissa (Läheisen polku mielenterveys- ja päihdepalveluissa mukaisesti)
3. Perhe- ja omaistyön kehittäminen kokemustiedon näkökulmasta osana palveluiden moniammatillisia tiimejä
4. Omaistyön ja kokemusasiantuntijatoiminnan jalkauttaminen osaksi palveluita yhteistyössä Tampereen psykiatriassa toimivan kokemusasiantuntijan (toipuja) ja verkoston kanssa

Suora tuki läheisille sisältää vertaistukea sekä yksilötapaamisissa että ammattilaisten työparina osana mielen-terveys- ja päihdepalveluiden omaisneuvontaa. Ohjautuminen neuvontaan voi tapahtua ammattilaisten ohjauksesta, mutta läheiset ottavat myös suoraan yhteyttä vertaisneuvontaan. Vertaisneuvonnassa läheiselle kerrotaan yhdistyksen toiminasta. Omaiskokemusasiantuntija voi työskennellä myös ammattilaisen työparina perhetapaamisissa. Erilaisissa ryhmissä omaiskokemusasiantuntija toimii vertaistukinäkökulmasta pääosin ammattilaisen työparina (esim. Läheisen lähellä- illoissa tai Virtaa vanhemmuuteen vertaisuudesta verkko-ryhmässä).

Välillinen tuki ja kehittämistyö sisältää perhe- ja läheistyön sekä vertaistukimuotojen kehittämistä yhdessä ammattilaisten ja toipuja-kokemusasiantuntijan kanssa, toiminnan esittelyä yhteistyötahoille sekä toimimista kolmannen sektorin kokemustoimijoiden yhteyshenkilönä yhdessä toipuja-kokemusasiantuntijan kanssa.

Omaiskokemusasiantuntijalla tulee tehtävän hoitamiseksi olla kokemusta arjesta, jossa läheisellä on ollut mielen-terveys- tai päihdeongelmia. Oma kokemus pitää olla käsiteltyä niin, että sitä pystyy käyttämään toisten auttamiseksi. Henkilöllä tulee olla käytyä myös kokemusasiantuntijakoulutus (yleisesti tunnetut Fin-Fami tai Mielen ry – omaisnäkökulma painottuen) sekä kokemusta omais- ja/tai kokemusasiantuntijan työstä mielen-terveys- ja päihdepotilaiden läheisten kanssa (tai muu aiempi soveltuva työkokemus).

Omaiskokemusasiantuntijalla on tärkeää olla hyvät vuorovaikutustaidot eli kuuntelemisen ja havainnoinnin taidot. Myös kirjallisen ja suullisen viestinnän taitoja tarvitaan (hyvä suomen kielen taito, muu kielitaito eduksi, tietotekniset taidot). Ryhmän ohjaamisen taidoista on hyötyä. Omaiskokemusasiantuntijalta vaaditaan erityisesti yhteistyötaitoja toimiessaan palveluissa. Vaaditaan kykyä työskennellä yhdessä eri ammattiryhmien kanssa.

”Täytyy olla diplomaattinen, kärsivällinen, kuitenkin omaisten asia kirkkaana mielessä.”
(Toivosta turvaa -hankkeen kokemusasiantuntija/hanketyöntekijä.)

On eduksi, jos omaiskokemusasiantuntijalla on yleistä tuntemusta alueensa mielen-terveys- ja päihdepalveluista ja järjestöistä läheisen näkökulmasta. Kokemusasiantuntijalla on tärkeää olla ymmärrystä toipumisorientaatiosta ja omaisten hyvinvoinnista sekä kykyä itsenäiseen työskentelyyn ja oman kokemustiedon käyttämiseen työvälineenä. Valmius ohjaukselliseen työotteeseen on tärkeää myös.

”Parhaimmillaan omaiskokemustoimija voi työparina täydentää toisen alan ammattilaisen työskentelyä omalla panoksellaan.”





”Vertaistukijana toimiminen ehkä tärkein yksittäinen työtehtävä.”
(Toivosta turvaa – hankkeen kokemusasiantuntija/hanketyöntekijä.)

Vertaistuella toivoa ja turvaa - ennaltaehkäisevä lapsiperhetyö

Ennaltaehkäisevä lapsiperheiden omaistyö yhdistää perhe- ja omaistyön keinoja koko perheen tueksi. Taustalla ovat voimavarakeskeiset perhetyön menetelmät sekä toipumisorientaation mukainen ajattelu, jotka molemmat tavoittelevat perheen selviytymistä arjen haasteista sekä näkevät yksilöt aktiivisina toimijoina. Toipumisorientaation tavoitteena on, että perheet ja perheen jäsenet voivat elää tyydyttävää ja toiveikasta elämää sairauden rajoituksista huolimatta.

Hankkeen havaintojen perusteella vertaistuella on paikka mielen-terveyden edistämässä ja ennaltaehkäisevässä työssä. Hankkeessa lapsiperheille muodostui arjen hyvinvointia vahvistava tukipaketti, joka sisältää henkilökohtaisia perheneuvontatapaamisia (1-3) kokemusasiantuntijoiden kanssa, verkostokäynnit (1-2) vanhemman hoitotahon kanssa, vertaistukiryhmiä aikuisille ja toiminnallisia ryhmiä perheille (myös lapsille) sekä materiaalia hyvinvoinnin ja arjen tueksi.

Taulukko 2. Toivosta turvaa -vertaistukipaketti

Toivosta turvaa -vertaistukipaketti			
			
Ohjautuminen	Perheneuvonta (1-3 kertaa)	Ryhmä- ja virkistystoiminta	Muuta
Vertaistuki Työparitapaamiset perheiden kanssa Omaisten vertaistukipuhelin Toiminta tutuksi -infot	Kokemusasiantuntija tapaa perheen aikuisia läheisiä (joko yksilökäynti, pari tai perhetapaaminen) Kuullaan kannustetaan ja kootaan Tuetaan vanhemmuutta, arjen hallintaa ja läheisen omia voimavaroja Perheiden hyvinvointipuu	Virtaa vanhemmuuteen vertaisuudesta hyvinvointiryhmä Vuorovaikutuksen ABC -ryhmämalli läheisille Arjen hyvinvoinnin oksat -ryhmä perheille Lapsiperheiden virkistysretket	Mielen terveys- ja päihdeongelma parisuhteessa Eron edessä? -luennot Mielen terveyden ensiapu -kulutukset Läheisen lähellä ensitietoryhmä

Ohjautuminen

Perheet ohjautuivat Toivosta turvaa -hankkeen toiminnan piiriin joko ammattilaisten ohjaamina tai ottamalla itse suoraan yhteyttä hanketyöntekijöihin. Ammatilainen kartoitti vastaanotolla, onko hänen asiakkaallaan alaikäisiä lapsia ja onko perheen arjessa läsnä muita aikuisia (isovanhempi, puoliso, täti tms.). Ammatilainen kartoitti arjen tilannetta tekemällä riskikartoituksen ja tämän pohjalta kannusti voimavarojen vahvistamiseen sekä kertoi perheneuvonnan mahdollisuudesta perheen arkeen osallistuville aikuisille läheisille. Tämän jälkeen perheen luvalla yhteystiedot toimitettiin tiedoksi Toivosta turvaa -tiimille.

Hankkeesta otettiin yhteyttä perheeseen ja sovittiin läheisen/perheenjäsenen kanssa tutustumiskäynti. Perhe itse määritteli omalta taholtaan tutustumiskäyntiin sekä myös myöhemmin mahdolliseen perheneuvontaan osallistujat. Tutustumiskäynnit toteutettiin aina työparitoimintana. Samoin toimittiin, jos perheestä oli otettu suoraan yhteyttä hanketyöntekijöihin (ilman ammatilaisen ohjausta). Tutustumiskäynti voi olla kotikäynti, vastaanotto tai yhteiskäynti mielen terveys- ja päihdepalveluiden työntekijän kanssa.

Tutustumiskäynnillä selvitettiin läheisten näkökulmasta perheen toiveita arjen ja elämänhallinnan osalta, ja perhe tuli kuulluksi. Perheet saivat tukea sairauden puheeksi ottamiseen perheessä, keskustelun tärkeää merkitystä perheenjäsenten hyvinvoinnille korostettiin. Läheiset saivat tietoa siitä, miten sairaus vaikuttaa perheen arjessa ja mistä saada apua omaan jaksamiseensa. Tutustumiskäynnin jälkeen ilmoitettiin ohjanneelle työntekijälle työskentelyn aloittamisesta perheen kanssa.

Omaisten vertaistukipuhelin on nykyään osa Tampereen psykiatria. Omaiset ottavat suoraan yhteyttä vertaistukipuhelimeen ja sitä kautta perheet ohjautuvat perheneuvontoihin. Ammatilaisten on tarkoitus myös ohjata omaisia ottamaan vertaistukipuhelimeen yhteyttä. Vertaistukipuhelinta hoitava omaiskokemusasiantuntija on jatkossakin mukana perheneuvontatapaamisissa ammatilaisten työparina.

Hankkeen aikana erilaisten palveluissa järjestettyjen infotilaisuuksien kautta perheitä myös ohjautui perheneuvontoihin. Infotilaisuuksia järjestettiin sekä asiakkaille että mielen terveys- ja päihdepalveluiden työntekijöille. Palkattu omaiskokemusasiantuntija on hankkeen jälkeen jatkossa palveluissa ammatilaisten

kanssa yhteistyössä järjestämässä info -tilaisuuksia kuten Läheisen lähellä -iltoja, joista perheitä voi ohjautua perheneuvonnan piiriin. Omaiskokemusasiantuntija on jatkossakin mukana myös organisaation sisäisissä tilaisuuksissa ja kokouksissa kertomassa ammatilaisille perheneuvonnoista.

Perheneuvonta

Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry: llä omaisneuvonta kuuluu yhdistyksen perustoimintaan, ja sitä toteutetaan myös avomielenterveyspalveluissa Tampereen psykiatrian omana toimintana sekä Ankkuri Aallokossa -projektin myötä sairaalahoidon yhteydessä. Omaisneuvonta on sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten tarjoamaa keskustelutukea omaisille.

Toivosta turvaa- hankkeessa on kehitetty omais- ja vertaisneuvonnan pohjalta perheneuvonta lapsiperheen aikuisille ja muille perheen arkeen osallistuville läheisille. Vertaistukeen perustuvien tapaamisten tarkoituksena on tukea koko perheen ja läheisten jaksamista sekä antaa tilaisuus luottamukselliseen keskusteluun ja huolien jakamiseen lapsiperheen arjen näkökulmasta. Läheiset saavat vertaisen kohtaamisen kautta arkista tietoa sairauden vaikutuksista arkeen, keinoja miten vertainen on tilanteessa toiminut sekä millaista tukea läheisille on tarjolla. Toiminnassa tuetaan vanhemmuutta ja arjen hallintaa yhdistämällä omaistyön käytäntöjä ja kokemusasiantuntijoiden omaa tarinaa Toimiva lapsi & perhe toimintaperiaatteen mukaisesti.

Hankkeessa kehitetty Perheiden hyvinvointipuu toimii puheeksi ottamisen välineenä perheneuvontatapaamisissa. Omiin voimavaroihin ja hyvinvointia tuottaviin asioihin keskittyminen lisää arjen hyvinvointia ja voi siten tasapainottaa arjen kuormitusta. Omasta hyvinvoinnista huolehtiminen tarkoittaa arkisia asioita, kuten riittävää lepoa ja itsemyötätuntoa.

”Vaikeimpina aikoina yritin pitää kiinni rutiineista. En silloin nähnyt niitä omaa hyvinvointiani tukevana asioina, mutta jälkikäteen olen ajatellut, että niillä oli iso merkitys myös sen asian suhteen.”

Omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen liittyvät myös omien arvojen ja rajojen tunnistaminen ja niiden mukaisten valintojen tekeminen. Vertainen, saman vaikean elämäntilanteen läpikäynyt henkilö, voi auttaa perheenjäseniä hahmottamaan omaa tilannetta ja auttaa tunnistamaan perheen tietoja ja taitoja, joilla jaksaa eteenpäin. Lisäksi vertaiselta tiedon vastaanottaminen on usein helpompaa kuin ammatilaiselta.

Perheneuvontoja toteutettiin vuosien 2017-2019 aikana yhteensä 230 kertaa 60 perheen kanssa. Vuonna 2020 perheneuvontoja toteutettiin 63 kertaa 11 perheen kanssa. Yleisin syy perheneuvontaan hakeutumiselle oli se, että perheessä kaivattiin tietoa sairauden vaikutuksista arkeen tai tukea lapsille puhumiseen.

Ryhmä- ja virkistystoiminta

Kahdenkeskisten perheneuvontatapaamisten rinnalla on tärkeää tavata muita perheitä ryhmä- ja virkistystoiminnan merkeissä. Ryhmätoiminnassa vertaisverkostot kasvavat ja vertaisuutta koetaan niin yksilöinä kuin joskus perheinäkin. Tästä syystä oman hyvinvoinnin vahvistamiseksi on tarjolla Arjen hyvinvoinnin oksat -verkkoryhmä. Ryhmän teemat mukailevat Perheiden hyvinvointipuun teemoja ja on tarkoitettu kaikille lapsiperheiden vanhemmille, joita perheen hyvinvointi huolettaa. Lapsille ja koko perheelle luotiin yhteistyössä perhepalveluiden ja FinFami Pirkanmaan lapsiperhetyötä tekevien koordinaattoreiden kanssa Pertti-ryhmä. Perheiden keskinäistä ymmärrystä pyrittiin vahvistamaan Perheiden arki -tarinaryhmässä, joka luotiin yhteistyössä Mielen ry:n kanssa.

Arjen hyvinvoinnin oksat -verkkoryhmä on suunnattu aikuisille, kun lapsiperheessä vanhemmalla on mielenterveys- ja/tai päihdeongelma, mutta ryhmän teemat toimivat myös oma-apuna arjen hyvinvoinnin tueksi. Ryhmässä tarkastellaan perheen arjen rakenteita, perheen voimavaroja, kodin ilmapiiriä, vuorovaikutusta ja turvallisuutta. Teemoja tarkastellaan oman hyvinvoinnin ja jaksamisen sekä lasta suojaavien tekijöiden näkökulmasta. Ryhmän tavoite on tukea perheenjäseniä, kun arjessa on läsnä mielenterveys- tai päihdeongelma. Ryhmässä keskitytään omaan aktiiviseen toimintaan hyvinvoinnin vahvistamiseksi sekä lasta suojaaviin tekijöihin. Ryhmän teemat perustuvat hankkeessa kehitettyyn Perheiden hyvinvointipuuhun. Ryhmässä on mahdollisuus jakaa omia kokemuksia sekä etsiä yhdessä muiden vanhempien kanssa aiempaa toimivampia

ja hyvinvointia edistävempiä keinoja tasapainoisen arjen rakentamiseksi. Ryhmä järjestetään Tukinetissä. Ryhmä koostuu tehtävistä, ryhmäkeskusteluista ja viidestä chat - kerrasta. Tavoitteena on ennaltaehkäistä mielenterveys- ja päihdeongelmien negatiivisten vaikutusten siirtymistä perheiden arkeen. Ryhmä kokoontui yhteensä kaksi kertaa ja tavoitti yhdeksän omaista. Jatkossa hyvinvointiryhmän on tarkoitus olla osana Mielenterveys- ja päihdepalveluiden perheille suunnattua ryhmätarjontaa ja toteutuksessa mukana ovat kokemusasiantuntijat. Perheen arki -tarinaryhmässä tuotettiin luovia kirjoitusharjoituksia hyödyntäen moniääninen tarinateos "Toivon nuppineula". Perheen arki -tarinaryhmä järjestettiin yhteistyössä Mielen ry:n kanssa. Ryhmään osallistui henkilöitä, joilla oli omaa kokemusta perhe-elämästä ja arjesta, kun perheessä on mielenterveys- tai päihdeongelma.

Taulukko 3. Moniääninen tarinateos Toivon nuppineula

Toivon nuppineula

1.

Huomenna pitäisi taas olla töissä - vain öissäni olen turvassa - sen syvässä syöverissä.

Ei sinun ole pakko jaksaa.

Kyllä minuakin pelottaa.

Miksiköhän puolisoni ei sano mitään?

Kyllä se varmasti yrittää parhaansa.

Voi, noin lahjakas nuori ja noin kävi...

Mitä, ei vastaa puhelimeen, millainen tytär sinulla onkaan?

Nyt ei oo hyvä hetki.

2.

Toimita tuo poika hoitoon.

Oishan sun pitänyt tietää paremmin.

Meillä on porukka netissä, jotka pidämme toisistamme huolta. Olemme kaikki sosiaalisesti eristäytyneitä.

No et varmaan menen terapiaan! Oon kuullu, et siitä vaan hullu hullummaksi tulee.

Joku vois vaikka ajatella, et tolla on joku ongelma!

Miten ihmeessä jaksotte kaiken sen työkkärin, kelan, sossun ja muun terveydenhoidon rumban?

Onko se mun syy?

Kyllä me tästäkin selvittäään.

3.

Tänään minut uloskirjoitettiin sairaalasta.

Hienoa, sinulla on koti luonnon lähellä ja olet lähtenyt terapiaan!

Ei se ainakaan ole enää niin katkera.

Mun rajat alkavat piirtyä horisonttiin, päivä kerrallaan muuttuvat näkyvämmiksi.

Mä opin pistään rajoja.

Minä pääsin kouluun.

Perheiden yhteinen Pertti -ryhmä kehitettiin yhteistyössä FinFami Pirkanmaan sopeutumisvalmennustien ja Tampereen kaupungin perhepiste Nopean kanssa. Ryhmä on tarkoitettu lapsiperheille, joissa vanhempi on psyykkisesti sairastunut. Ryhmässä käsiteltävät teemat liittyivät psyykkisen sairastumisen vaikutukseen perheen arkeen ja perheiden arjen hyvinvoinnin tukemiseen. Aikuisten ryhmässä vanhempi saa tukea vanhemmuuteensa. Lapset saavat mahdollisuuden tavata toisia samankaltaisessa elämäntilanteessa olevia lapsia ja käydä läpi huoliaan ja tunteitaan tekemisen kautta. Ryhmä on tarkoitettu alakouluikäisillä lapsille ja heidän vanhemmilleen. Lasten ja vanhempien ryhmät toimivat sekä yhdessä että erikseen. Ryhmä sisältää kolme iltatapaamista yhdistyksen toimistolla sekä virkistyskerran päätöskerran. Viimeiseen kertaan voi osallistua koko perhe.

Toivosta turvaa -hankkeessa järjestettiin lukuisia koko perheen retkiä ja virkistystapahtumia sekä toiminnallisia tapahtumia perheiden lapsille ja nuorille. Retkien ja tapahtumien ajatuksena oli tarjota koko perheelle yhteisiä irti arjesta -hetkiä, joihin kaikkien perheiden on mahdollista osallistua taloudellisesta tilanteesta riippumatta. Retket ja tapahtumat olivat joko lähes tai kokonaan maksuttomia. Tapahtumien tarkoituksena oli myös madaltaa toimintaan osallistumisen kynnystä sekä tarjota perheille mahdollisuus tavata toisia perheitä, ja sitä kautta saada vertaistukea sekä lapsille että aikuisille. Retkiä järjestettiin mm. Linnanmäelle, Ähtärin eläinpuistoon, Kintulammen majalle, Rudolfin keitaalle Sastamalaan ja Duudsonit Activity Parkiin. Vuonna 2020 lähes kaikki suunnitellut retket ja teatterit jouduttiin peruuttamaan pandemian vuoksi.

Muuta

Rohkeus puhua niin aikuisten kuin lastenkin kesken on tärkeää. Lapsiperheitä kohdattaessa vuorovaikutusteemat ovat säännöllisesti esillä. On tärkeää, että jokaisella perheenjäsenellä on vähintään yksi turvallinen aikuinen kenelle puhua. Puhuminen ei kuitenkaan ole välttämättä helppoa varsinkaan lapsille, ja tähän perheissä kaivataan tukea. Monissa Toivosta turvaa -hankkeen perheille tehdyissä perheneuvonnan alkukartoituksissa korostuu toive saada ”neuvoja, vinkkejä, keinoja keskustella lasten kanssa”.

Aihetta käsittelevä lastenkirja voi toimia puheeksi ottamisen tukena ja apuna. Tarina on hyvä keino auttaa lasta käsittelemään vanhemman sairastumista mutta myös lapsen omia tunteita ja ajatuksia. Kirjan avulla lapsi voi huomata, että hän ei ole ainoa, jonka vanhempi on sairastunut ja että muissakin perheissä on vastaavanlaisia tilanteita. Hankkeessa perheiden toiveeseen uusista keinoista keskustella lasten kanssa vanhemman sairaudesta vastattiin tuottamalla Isi - piirretäänkö kirahveja -kuvakirja vanhemman masennuksesta.

"Hei, olen Papu. Olen seitsemänvuotias. Perheeseeni kuuluvat isovelji, äiti, isi ja pehmoleluni Herne. Tykkään satukirjoista, piirtämisestä ja omenakanelimuffinsseista. Ja vaikka tänään onkin herkkupäivä, minua surettaa.

Minua surettaa, koska isi ei enää leiki kanssani. Isi ei myöskään hymyile enää. Sen suupieleet ovat aina joko viivasuorat tai ne roikkuvat alaspäin. Toisinaan isi vain istuu paikallaan ja tuijottaa tyhjiyteen. Tai sitten se vain murahtelee ja on muutenkin kärttyinen."

Näin alkaa ”Isi piirretäänkö kirahveja?” lastenkirja, jossa kuvataan yhdenlainen tarina lapsesta ja perheen arjesta, kun vanhempi sairastaa masennusta. Arkea tarkastellaan Pavun ajatusten, tunteiden ja kokemusten kautta. Kirjassa Papu kertoo tulkinnoistaan ja tunteistaan isän käytöksestä, mutta myös niistä asioista, jotka ovat arjessa kuitenkin hyvin.

Kirjan on kirjoittanut ja kuvittanut hankkeen työntekijä Sanni Tiainen. Kirjan tarinan kokoamisessa on hyödynnetty hanketiimin lisäksi kokempuhevuoja sekä sosiaali- ja terveys- ja kasvatustieteen ammattilaisten kommentteja. Lisäksi se perustuu Toimiva lapsi & Perhe -menetelmiin sekä ymmärrykseen lasta suojaavista tekijöistä. Kirjan tarkoitus on auttaa aikuista käsittelemään vanhemman mielenterveyden haasteita lapsen kanssa. Kirja toimii myös puheeksi ottamisen tukena.

Tampereen mielenterveys- ja päihdepalveluissa toteutettiin myös Mielenterveyden Studia generalia- luentosarja, jonka myötä tarjottiin mielenterveysaiheista tietoa asiakkaille, perheille ja läheisille sekä ammattilaisille. Luentosarja laajeni myöhemmin Tampereen yliopiston Lapsuuden, nuoruuden ja perheiden tutkimuskeskuksen Perlan kanssa yhteistyössä toteutetuksi Perhe ja mielenterveys- luentosarjaksi.



Hankkeen päätöseseminaari Perhe puheeksi mielensterveys- ja päihdepalveluissa pidettiin 15.9.2021 verkkoseminaarina. Seminaarissa käsiteltiin perhetutkimusta (Perla, Katja Repo), Tampereen Lapsiystävällinen kunta – kehitystyötä (Tampere Junior -ohjelma, Leena Viitasaari), KEE-ohjelmaa ja lapsiperheiden kokemuksia korona-arjesta (Lastensuojelun keskusliitto, Petri Paju), vanhempien tukemista lapsen oikeutena (Lapsiasiavaltuutettu Elina Pekkarinen) sekä Toivosta turvaa -hankkeen kokemuksia ja tuloksia hankkeen työntekijöiden (toiminnanjohtaja Oili Huhtala, kehittämispäällikkö Silja Lampinen ja hankevastaava Suvi Saarinen), kokemusasiantuntijoiden (hanketyöntekijä / kokemusasiantuntija Anne Salminen) sekä yhteistyökumppaneiden (Tampereen psykiatria, johtava sosiaalityöntekijä Eeva-Liisa Lejon) näkökulmasta. Palautteiden mukaan seminaarin sisältö oli monipuolinen ja kattava aihekuvaus, ja ammattilaiset saivat seminaarista välineitä omaan työhönsä lapsiperheiden parissa. Perhe puheeksi – seminaarin tallenne on käytössä Lapsuuden, nuoruuden ja perheiden tutkimuskeskuksen Perlan oppimateriaalina. Verkkoseminääri on katsottavissa yhdistyksen nettisivuilla: [Perhe puheeksi -seminäärin tallenne](#)

Tulokset ja vaikutukset

Perhekeskeinen näkökulma ja yhteistyötä painottava osallisuuden malli on vahvistanut koko perheen ja läheisten huomioimista ja osallistumista, minkä myötä mielenterveys- ja päihdeongelmien negatiivisten vaikutusten siirtymistä perheelle ja perheen arkeen voidaan ennaltaehkäistä.

”Sai puhua ja tulla kuulluksi.”

”Tajusin, että perusarjen turvallisuus on riittävä. Minä riitän.”

”Omien rajojen huomioiminen, ettei molemmat meistä ”uppoa”.”

Yhteistyö eri lapsiperheiden kanssa toimivien tahojen ja ennaltaehkäisevien palveluiden välillä on lisääntynyt ja tukee korjaavia palveluita sekä perhekeskeisen työotteen toteuttamista kaikissa perheille suunnatuissa palveluissa. Kokemuksia yhteiskehittämisestä ja työotteen vaikuttavuudesta kerättiin työryhmissä ja hanketiimiltä sekä syvennettiin fokusryhmähaastattelulla (N=6). Palautteissa todettiin, että hankkeen kautta perhe- ja omaistyön ymmärrys sekä merkitys ovat lisääntyneet.

Lapsiperheiden vertaistukeen pohjautuva tukipaketti on vastannut tuen pariin ohjautuneiden perheiden tarpeisiin ja täydentää muita tukipalveluita, jotta läheisten osallisuus omaan arkeen ja hyvinvointiin vahvistuu. Tarpeet on kartoitettu kohderyhmältä toimintavuosien 2017-2018 aikana ja tarkennettu työmuotoja vuoden 2019 aikana. Kerätty seurantatieto osoittaa, että perheet voimaantuvat kuulluksi tulemisen kokemuksesta ja saavat vertaistuesta tukea arjessa jaksamiseen. Tukea saaneiden perheiden palautteista ilmenee, että vertaistuen saaminen oli kohentanut vastaajien mielialaa, parantanut omaa jaksamista ja lisännyt perheenjäsenien keskinäistä ymmärrystä. Vaikutuksia on ollut osallisuuden vahvistuminen omaan arkeen sekä koetun hyvinvoinnin lisääntyminen. Samankaltaisia havaintoja on tehty vertaistuen vaikuttavuutta tarkasteltaessa (Kipola-Pääkkönen 2018).

”Sain ihanaa keskusteluapua hankkeen työntekijältä. Oikea-aikaista ja auttavaa tukea.”

”Keskusteluapua. Ollut kultaakin arvokkaampaa. Olemme saaneet näkökulmia.”

Ammattilaisten ymmärrys mielenterveys- ja päihdeongelmien ylisukupolvisuuteen vaikuttavista riskitekijöistä on lisääntynyt, ja läheisten huomioiminen on hankkeen päätyttyessä juurtunut osaksi palveluprosesseja: Perhe- ja läheistyön ohje, koulutuksen lisääntyminen, yhteisten käyntien määrä, perheiden ohjautuminen tuen piiriin. Aikuisten mielenterveys- ja päihdepalveluissa perhekeskeisyys nähdään voimavarana ja hyvän hoidon laadun mittarina.

Ammattitaitoisten hanketyöntekijöiden ja kokemusasiantuntijoiden sekä hyvien yhteistyökumppanuuk-sien kautta saatiin palveluihin juurrutettua Omaisten vertaistukupuhelin, Läheisen lähellä-illat ja Virtaa vanhemmuuteen vertaisuudesta-verkkoryhmämalli. Lisäksi Lapsiperhe omaisena -perehdytysopas on käytössä Tampereen (nykyään Pshp) avopalveluissa ja muu materiaali kuten lastenkirjat ja Perheiden hyvinvointipuut ovat yhteistyökumppaneiden aktiivisessa käytössä.

Perhekeskeistä työtettä tukeva osallisuuden malli saatiin luotua mielenterveyspalveluihin kehittämistyön ja arvioinnin pohjalta. Samoin Lapsiperhe omaisena -perehdytysopas on käytössä Tampereen avomielenterveyspalveluissa. Näiden tuotoksien avulla voidaan saada pitkäkestoisia ja pysyviä vaikutuksia palveluiden perhetyöhön ja omaisten hyvinvointiin.

Hankkeen vertaistukimuotoja esiteltiin lukuissa ammattilaistapaamisissa ja yhteistyöpalavereissa. Tämän myötä mielenterveys- ja päihdepalveluihin luotiin omaiskokemusasiantuntijan tehtävänkuva yhdessä yhteistyökumppaneiden kanssa. Tämä edisti osaltaan sitä, että omaisten vertaistuki myös jatkuu avopalveluissa. Hankkeessa toiminut kokemusasiantuntija on palkattu osa-aikaiseksi kokemusasiantuntijaksi avopalveluihin jatkamaan mm. omaisten vertaispuhelintoimintaa. Omaisten huomioimisesta on siis tullut kiinteä osa perheiden kanssa tehtävää perustyötä niin, että perhekäyntien määrät kasvavat ja aikuisten mielenterveys- ja päihdepalveluissa on omaisille suunnattuja palveluita tarjolla.

Lapsiperheet ovat olleet mukana tukitoimien kehittämisessä (mm. Hyvinvointipuu-työkalun sisällöntuotannossa). Hankkeessa työskentelevät kokemusasiantuntijat ovat antaneet kokemustietopanoksen kaikkeen kehittämistyöhön. Perheiltä kysyttiin arviointitietoa vertaistuesta. Tietoa hyödynnettiin tukimallien kehittämisessä.

Kaikki tavoitteet saavutettiin ainakin jossain määrin. Kehitettyjä toimintoja on saatu juurrutettua yhteistyökumppanin palveluiksi. Lapsiperheille on siis hankkeen jälkeenkin tietoa ja vertaistukea tarjolla avomielenterveyspalveluissa Pirkanmaalla. Hoitotyön tutkimussäätiön hoitosuositus tulee aikanaan vahvistamaan perhekeskeistä työtettä sekä lapsiperheiden tuen jalkautumista aikuisten mielenterveyspalveluihin myös valtakunnallisesti.

Muutokseen vaikuttaneet tekijät

Perhe kohderyhmänä aikuispsykiatriassa osoittautui jokseenkin hankalasti tavoitettavaksi. Systemaattisesti kerättyä tietoa palveluiden lapsiperheistä ei ollut saatavilla. Hoitosuhteissa otetaan perheen muiden aikuisten ja lasten tilanne kyllä puheeksi, mutta koko perheen tarpeita ja annettua tukea ei dokumentoida, ja näin ollen myöskään organisaatiossa tehtävästä perhetyöstä ei muodostu kokonaiskuvaa. Tämä hankaloitti jossain määrin myös perheiden ohjautumista Toivosta turvaa -hankkeeseen toiminnan alkuvaiheessa. Ongelma on havaittu myös valtakunnallisesti, ja tähän VTV otti kantaa Asiakkaan lasten huomioiminen aikuisten mielenterveyspalveluissa -tarkastuksessa 2018.

Tiivis ja aktiivinen yhteistyö eri toimijatahojen kanssa kuitenkin aikanaan edisti perheiden tavoittamista sekä toimintojen ja tuotosten aikaansaamista. Hankkeen yhteistyökumppaneissa on aktiivisia ja sitoutuneita toimijoita, joiden avulla saatiin aikaan monenlaista toimintaa ja myös kehitettyä uutta.

Kaiken kaikkiaan suomalaisissa mielenterveyspalveluissa on edelleen hyvin yksilökeskeinen toimintakulttuuri. Tästä kertovat mm. monet Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry:n mielenterveys- ja päihdeomaisille osoitetut kyselyt. Viimeisin kysely Omaisten kokemukset mielenterveys- ja päihdepalvelujen tilanteesta julkaistiin toukokuussa 2021. Omaiset eivät edelleenkään koe tulleen kuulluiksi laajasti mielenterveys- ja päihdepalveluissa tai saaneensa arkaan tukevaa sairauteen liittyvää tietoa tai tukea. Perhekeskeisten mielenterveys- ja päihdepalveluiden edistäminen on yksi yhdistyksen keskeisistä toimintatavoitteista.

Toivosta turvaa -hankkeessa tätä tavoitetta saatiin edistettyä kehittämällä mielenterveys- ja päihdepalveluihin Perhekeskeistä työtettä vahvistava osallisuuden malli. Mallintaminen mahdollistui sekä hankkeen, perheiden että mielenterveys- ja päihdepalveluiden ammattilaisten hyvän yhteistyön myötä. Yhteistyö perustui hyviin dialogisiin kohtaamisiin, joissa kaikkien osapuolien asiantuntemusta arvostettiin tasavertaisesti. Tällaiselle yhteistyölle oli hankkeessa mahdollisuus, koska organisaatioissa oli luottamus toisiinsa sekä yhteinen ymmärrys kokemusasiantuntijuuden merkityksestä palveluiden kehittämisessä.

Sote-uudistus pääsi maaliin vasta hankkeen viimeisenä vuonna (2021), joten hankkeen tuloksien maakunnallista leviämistä (uuden soten hyvinvointialue) ei saatu suunnitelmien mukaisesti edistettyä. Hyvinvointialueen mielenterveys- ja päihde- sekä perhepalveluihin on kuitenkin oltu systemaattisesti yhteydessä ja kunnissa pidetty tilaisuudet, joissa hankkeen tuloksista ja tuotoksista kerrotaan ja kannustetaan yhteistyöhön. Tätä työtä jatketaan yhdistyksen perustoimintana myös jatkossa.

Korona vaikutti merkittävästi perheiden ohjautumiseen hankkeen perheneuvonnan ja ryhmätoiminnan piiriin. Perheiden ohjautuminen jäi suureksi osaksi koronan vuoksi tehtyjen hoidon uudelleenjärjestelyiden jalkoihin. Perheneuvontojen määrän vähenemisen johdosta panostettiin tehokkaasti sekä lapsiperhetyötä tukevan materiaalin tuottamiseen että toimintojen pilotointiin ja juurruttamiseen. Toimintoja vietiin myös nopealla aikataululla verkkoon. Siten korona-aikana tavoitettiin kohderyhmää paremmin. Kaiken kaikkiaan tiukkojen koronarajoitteiden aika oli hankkeessa tehokasta kehittämisen aikaa, vaikka pandemiatilanteen vuoksi toimintojen osallistujamäärät jäivät vähäisiksi ja tukitoimintaa ei edellisten vuosien lailla pystytty toteuttamaan.

Tampereen mielenterveys- ja päihdepalveluiden integraatio Pirkanmaan sairaanhoitopiiriin kanssa vaikeutti perheiden ohjautumista tuen piiriin. Kahden suuren organisaation yhdistyminen ei suju ongelmitta ja vie paljon voimavaroja. Koska perhetyö ei vielä ole ollut täysin systemaattinen osa aikuisten mielenterveyspalveluita, saattaa perhetyön laaja kehittäminen koko organisaatiossa jäädä sivuosaan. Tämä vaatii sekä

palveluiden toimijoilta että yhdistykseltä perhetyön ja kehitettyjen toimintojen pitkäjänteistä ja aktiivista pitämistä esillä.

Tavatut perheet ovat jonkin verran osallistuneet erilaisten tukimallien kehittämiseen. Perheiden tilanteet osoittautuivat jo hankkeen alussa hyvin kuormittaviksi, joten sekä perheiden voimavarat että arjen mahdollisuudet osallistua vapaaehtoistoimintaan ovat olleet rajallisia. Varsinainen lapsiperhetyöhön keskittynyt kokemusasiantuntijatoiminta vahvistui jonkin verran, mutta sen sijaan perheet ovat kautta linjan olleet mukana kaikessa kehittämistyössä. Tämän kaltaiseen osallistumiseen perheillä oli halukuutta ja mahdollisuuksia.

Perheneuvontoihin ja ryhmiin osallistuvien perheiden määrä kaiken kaikkiaan jäi pienemmäksi kuin hankkeen alkaessa oletettiin. Tämän vuoksi esimerkiksi perheiden lapsille suunnattu vertaistukitoiminta jäi pienimuotoiseksi. Koronan vuoksi vuonna 2020 monet tapahtumat peruttiin ulkopuolisten järjestäjien toimesta (mm. retkikohteet suljettiin, teatteriesitykset peruttiin), joten perheiden virkistystoimintaa ei saatu järjestettyä suunnitellusti. Ammattilaisille suunnattuja perhe- ja läheistyön koulutuksia jouduttiin myös peruuttaa ja muuttamaan verkkokoulutuksiksi. Samanaikainen mielenterveys- ja päihdepalveluiden integraation valmistelu ja toteutuminen verottivat jonkin verran ammattilaisten mahdollisuuksia osallistua koulutuksiin.

Huomioita

Esa Nordling (THL)

Toivosta turvaa (2017-2020) -hanke on jatkoa Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry:n aikaisemalle ansiokkaalle kehittämistoiminnalle. Hankkeen tavoitteena on ollut vertaistukeen ja kokemusasiantuntijuuteen perustuvan osallisuuden mallin kehittäminen lapsiperheille, joissa vanhemmalla on mielenterveys- tai päihdeongelmia. Mallia on kehitetty yhteistyössä Tampereen kaupungin mielenterveys- ja päihdepalveluiden, perheneuvolan, sosiaalityön ja lastensuojelun kanssa.

Monet tutkimukset ovat osoittaneet, että perheiden mielenterveys- ja päihdepalveluista saama tuki jää usein riittämättömäksi suhteessa tuen tarpeeseen. Hoito on yleensä yksilökeskeistä eikä lapsiperheiden erityistarpeita silloin oteta huomioon. Toivosta turvaa -hankkeen kehittämistyö on osaltaan pyrkinyt muuttamaan hoitokäytäntöjä niin, että uudenlaisen yhteistyömallin avulla perheiden kokema osallisuus vahvistuu ja sen myötä hyvinvointi lisääntyy ja arjessa selviytyminen on helpompaa.

Hankkeessa on ollut vahva painotus vertaistuen hyödyntämiseen lapsiperheitä kohdattaessa. Tässä asiassa hankkeeseen palkatut kokemusasiantuntijat ovat olleet avainasemassa. Toiminnassa on pilotoitu omaiskokemusasiantuntijuutta osana ammatillista omaistyötä ja sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita, jolloin esimerkiksi ammattilaisen ja kokemusasiantuntijan yhteisillä perhekäynneillä on voitu hyödyntää kokemustietoa ja samalla perheenjäsenille on tarjottu suoraan vertaistukea. Vertaistuen vaikuttavuuden ydintä on elämäntapa- ja kokemusten samankaltaisuus sekä sosiaalisten suhteiden tasavertaisuus, vastavuoroisuus ja luottamuksellisuus. Lapin yliopiston johtamassa Recovery -toimintaorientaatio mielenterveyspalveluissa -hankkeessa tehdyn ammattilaisen ja kokemusasiantuntijan työparityöskentelyä koskevan selvityksen mukaan kokemusasiantuntija on antanut toivon näkökulmaa ja toiminut esimerkkinä. Ammattilaisten mukaan monet asiat ovat asiakkaalle helpommin vastaanotettavia kokemusasiantuntijan kertomana. Myös kokemusasiantuntijat vastasivat, että heillä on ollut antaa työparityöskentelyyn oma kokemuksensa ja omat toipumiskeinonsa.

Toivosta turvaa -hankkeen kokemusten perusteella yhteistyömallin muotoutuminen ei tapahdu hetkessä, vaan yhteisen ymmärryksen kehittämiseen on varattava aikaa. Epäselvyys yhteistyökumppaneiden ja hanketiimin eri asiantuntijoiden tehtävistä, rooleista ja vastuista koettiin aluksi haastavana ja kehittämistyötä hidastavana tekijänä. Onkin tärkeää, että yhteistyötä tekevät ymmärtävät oman asiantuntijuutensa merkityksen ja pystyvät tekemään tarvittavia rajauksia niin, ettei omaiskokemusasiantuntijan vastuu tai työn kuormittavuus tule liian suureksi. Hankkeessa tämä otettiin huomioon esimerkiksi järjestämällä säännöllisiä tiimikouksia, reflektointiaikoja perheiden ja yhteistyötapaamisten päätteeksi sekä sisäisiä koulutuksia yhteistyön osalta.

Hankkeessa koottiin monipuolista seurantatietoa, joskin vastaajamäärät jäivät osin pieniksi. Perheet kokivat saamansa vertaistuen pääosin hyödyllisenä. Erityisen tärkeänä nähtiin perheitä suojaavien asioiden esiin nostaminen ja voimavarojen vahvistaminen. Mielenterveysongelmien negatiiviset vaikutukset läheisiin vähentyivät tiedon saannin ja ymmärryksen lisääntymisen myötä. Perhekeskeistä työtä tukeva osallisuuden malli oli kokemusten perusteella vahvistanut läheisten osallisuutta. Palautteiden mukaan vertaistuki oli myös vähentänyt perheiden kokemaa stigmaa.

Hankeaikana esiin tuli myös haasteita. Tällaisia olivat työntekijöiden suuri vaihtuvuus, erikoissairaanhoidon velvoitteiden ja omaistyön käytäntöjen yhteensovittaminen, yhteyshenkilöiden toiminnan organisointi ja vakiinnuttaminen, sote-uudistuksen lykkäytymisen myötä estynyt toiminnan laajentuminen maakuntaan, perheiden vertaisryhmätoiminnan käynnistämisen ongelmat ja lapsiperheisiin keskittyneiden kokemusasiantuntijoiden vähäinen määrä.

Suurimman haasteen kuitenkin tarjosi Covid-19-pandemia. Pandemian vuoksi jouduttiin perheiden kanssa työskentelyä rajoittamaan kasvokkain tapahtuvista kohtaamisista verkossa tai puhelimen välityksellä tapahtuviin kontakteihin. Työntekijöiden ja asiakkaiden valmiuksissa hyödyntää sähköisiä palveluita etäyhteyksien kautta on todettu olevan suuria eroja. Lapin yliopiston tutkija Mari Kivistö on todennut Kuntoutuslehden artikkelissa (vuonna 2020, numero 3), että etäasiointi on kasvanut merkittävästi, mutta etäyhteyksien käyttöä ovat haastaneet muun muassa puutteet välineistössä, ohjelmistoissa, ammattilaisten ja asiakkaiden

osaamisessa ja asenteissa, toiminnan organisoimisessa sekä se, ettei etäasiointi yksinkertaisesti sovi kaikille mielenterveyden asiakkaille. Pandemian aikana jouduttiin myös perumaan suunniteltuja ryhmiä ja tapahtumia.

Haasteista huolimatta voidaan yhteenvetona todeta, että Toivosta turvaa -hanke loi perustaa uudelle työkentelymallille, missä kokemusasiantuntijat ja mielenterveyden ammattilaiset työparityöskentelyn avulla voivat auttaa lapsiperheitä hoidollisin ja psykoedukatiivisin menetelmin niin, että perheiden hyvinvointi ja jaksaminen vahvistuu. Samalla ehkäistään mielenterveysongelmien siirtymistä sukupolvelta toiselle.

Yhteenveto ja jatkosuunnitelma

Hankkeen myötä lapsiperheiden tukemiseen tähtäävä yhteistyö Tampereen psykiatrian kanssa on vakiintunut, ja palveluissa on lapsiperheille suunnattua tietoa, tukea ja vertaistukea tarjolla. Omaiskokemusasiantuntijuus on osa palveluita ja vertaistukea on perheille tarjolla myös mm. Läheisten lähellä -illoissa. Omaisten tukemisen prosessi osana hoitotyötä on päivitetty ja uutena on luotu lapsiperheiden tukemisen polku. Lapsiperheiden huomioiminen on tullut aiempaa systemaattisemmaksi.

Kaiken kaikkiaan yhteistyössä toteutetulla tuella perheiden osallisuus lisääntyi ja arjen voimavarat vahvistuivat. Perheet voimaantuivat toimijoiksi ja osallisuuskokemus vähensi stigmatisoitumista. Perheitä kuullaan ja palveluita kehitetään yhdessä eri asiantuntijatasoja hyödyntäen.

Yhteistyöhankkeen myötä Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry:n lapsiperheiden tukemiseen saatiin uutta tietoa ja menetelmiä, ja toimintaan jää uusia lapsiperheille kohdennettuja tukimuotoja. Yhdistyksessä panostetaan jatkossa lapsiperheiden vertaistukeen keskittyvien kokemusasiantuntijoiden kouluttamiseen.

Toivosta turvaa -hankkeessa kehitettyjen mallien ja materiaalien levittämistä jatketaan tulevaisuudessa, ja lapsiperheiden tukemiseen panostetaan yhteistyössä eri toimijoiden kanssa. Erityisesti keskitytään lasten, nuorten ja lapsiperheiden osallisuuden vahvistumiseen sekä yhdistyksen toiminnassa että sidosryhmien kanssa tehtävässä kehittämistyössä.

Jatkossa yhdistys keskittyy myös peruspalveluiden mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden omaisten ja läheisten tuen kehittämiseen. Merkittävä osa tätä työtä on Toivosta turvaa -hankkeessa tehdyt havainnot, tuotetut materiaalit ja kehitetty lapsiperheiden tukimalli. Sote-uudistuksen hyvinvointialueen ja tulevaisuuden sote-keskuksien kautta voidaan tukea varhaisessa vaiheessa lapsiperheitä, joissa vanhemmalla on mielenterveys ja/tai päihdeongelmia.

Hankkeen aloitteesta hyväksytyn ja vuonna 2022 aloitettavan valtakunnallisen hoitosuosituksen (Hotus) määrittelyn myötä perheiden tukeminen aikuisten mielenterveyspalveluissa toivottavasti vahvistuu ja tulee systemaattiseksi myös valtakunnallisesti.

Meitä on monta tässä kodissa,
erilaiset ovet ja ikkunat auki.
Tarinat maailman laidoilta eksyvät sisään,
viipyvät jokainen omalla tavallaan
ja lentävät pois.
Kuuntelet, miten tarinan sydän värähtää,
sana sanalta resonoi sielusi pintaan,
piirtää valot ja varjot
sinun tarinasi peiliin.
Ja maailman tarinoista tulee kotisi,
etkä enää erota, mistä polkusi alkoi ja minne se vie.

Eeva-Liisa Lejon



Kuva 2. Oili Huhtala (vas.), Silja Lampinen, Suvi Saarinen, Antti Paunonen, Anne Salminen ja Eeva-Liisa Lejon Perhe puheeksi -seminaarin kuvauksissa 15.9.2021

Lähteet

- Aaltio, E. & Isokuortti, N. (2019). Systemisen lastensuojelun toimintamallin pilotointi: Valtakunnallinen arviointi. Raportti. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-289-5>
- Duodecim (2019). Psykiatrian Käypä hoito suositukset. Luettavissa: www.kaypahoito.fi
- Haapaniemi, E. (2020). Vanhemman psykoosi ja perhevuorovaikutus. Väitöskirja. Tampereen yliopisto. 29–32, 66–74. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-03-1458-3>
- Hietala O., Rissanen P. 2015. Opas kokemusasiantuntijatoiminnasta. Kuntoutussäätiö ja Mielenterveyden keskusliitto.
- Johansson, M. & Berg, L. (2011). Opastava yhteistyö perheiden kanssa. Profami Oy, Helsinki.
- Kaikkilä eväät elämään (2019). Mitä on kokemusasiantuntijuus. Video. Katsottavissa: <https://www.youtube.com/watch?v=wHkkyZV-PM>
- Kallinen, S. (2016). Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämissuunnitelma KASTE 2012–2015 – Loppuraportti. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3699-7>
- Kankkonen, M. & Suutarla, A. (2007). Vanhemman käsikirja. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Tukea vanhemmille - verkkoaineisto. Luettavissa: https://cdn.mll.fi/prod/2017/07/28143354/JKK_VanhemanTK.pdf
- Kestilä, L., Härmä, V., Rissanen, P. (2020). Covid19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen: Asiantuntija-arvio, syksy 2020. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos raportti. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-578-0>
- Kestilä, L. & Karvonen, S. (2018). Suomalaisten hyvinvointi 2018. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-256-7>
- Kippola-Pääkkönen, A (2018). Vertaistuen hyödyt ja haasteet kuntoutuksessa. Teoksessa: Lindh, J, Härkäpää, K & Kostamo-Pääkkö, K (2018) Sosiaalinen kuntoutuksessa. (toim.). Rovaniemi: Lapin yliopisto. 174–190 Luettavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-310-947-6>
- Lampinen, S. (2019). Tampereen mielenterveys- ja päihdepalveluiden perhetyön toteutumisen nykytila ammattilaisten näkökulmasta. YAMK Sosiaali- ja terveysalan johtaminen. Opinäytetyö. TAMK. Luettavissa: <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2019060615197>
- Lastensuojelulaki 13.4.2007/417
- Lastensuojelun keskusliitto (2020). Koronaepidemian vaikutukset lasten ja nuorten hyvinvointiin sekä kriisin jälkihoito. Esitys eduskunnalle valtion talousarvioksi vuodelle 2021. Luettavissa: https://www.lskl.fi/materiaali/lastensuojelun-keskusliitto/Lastensuojelun-Keskusliitto_Lausunto_HE-146_2020-vp_Koronaepidemian-vaikutukset-lasten-ja-nuorten-hyvinvointiin.pdf
- Lindblom, J. (2020). Lasten mielenterveys- ja perhe. Luento. Perhe- ja mielenterveys -luentosarja. Tampere.
- Lönnqvist, J., Henriksson, M., Marttunen, M. & Partonen, T. 2011. Psykiatria. 9. uudistettu painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Meriluoto, T. (2018). Kokemusasiatuntijat eivät ole asiantuntijoita sattumalta. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-7603-3>
- Mielenterveysomaiset Keskusliitto - FinFami (2014). Valtakunnallinen omaiskysely. Julkaisematon.
- Nordling, E. & Rissanen, P. (2020). Mielenterveystyö uudistuu: toipumisorientaation teoreettiset lähtökohdat. Työpäperi. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-591-9>
- Nordling, E. (2018). Mitä toipumisorientaatio tarkoittaa mielen-terveystyössä? Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim 2018;134 (15):1476–83
- Ólafsdóttir, J. (2020). Addiction within families: The impact of substance use disorder on the family system. Acta Universitatis Lapponiensis 292, ISBN 978-952-337-229-0, ISSN 1796-6310. Lapin yliopisto 2020. Rovaniemi.
- Paunonen, M. & Vehviläinen-Julkunen, K. (1999). Perhe hoitotyössä. Teoria, tutkimus ja käytäntö. Ensimmäinen painos. Porvoo: WSOY.
- Ristikari, T. & Haapakorva, P. & Kiilakoski, T. & Merikukka, M. & Hautakoski, A. & Pekkarinen, E. & Gissler, M. (2016). Suomi nuorten kasvuympäristönä. 25 vuoden seuranta vuonna 1987 Suomessa syntyneistä nuorista aikuisista. Raportti 9/2016. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos ja Nuorisotutkimus-verkosto/Nuorisotutkimusseura.
- Saarinen, S. & Nordling, E. (2020). Lapsia ei saa unohtaa, kun aikuisella menee huonosti. Vieraskynäkirjoitus. Etelä-Suomen sanomat 7.9.2020. Luettavissa: <https://www.ess.fi/paakirjoitus-mielipide/2941054>
- Salminen, A. (2017). Palkattuna kokemusasiantuntijana Tampereen kaupungin mielenterveys- ja päihdepalveluissa. Raportti.
- Siukola, A. (2019). Omaisten ja kuntoutujien hyvinvointi ja kokemukset sopeutumisvalmennuksesta. Mielenterveysomaiset Pirkanmaa - FinFami ry:n sopeutumisvalmennuskurssien evaluaatiotutkimus. Raportti. Luettavissa: <https://www.finfamipirkanmaa.fi/raportit/>
- Solantaus, T. & Paavonen, J. (2009). Vanhempien mielenterveyshäiriöt ja lasten psykiatriset ongelmat. Duodecim 125(17): 1839–44.
- Solantaus, T. (2010). Miten huolehdiin lapsistani? Käsikirja vanhemmille, joita oma päihteidenkäyttö askarruttaa. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201205085198>
- Solantaus, T. (2017). Toimiva lapsi & perhe -menetelmät: Lapset puheeksi –keskustelu. Kasvuntuki. Verkkosivusto. Luettavissa: <https://kasvuntuki.fi/menetelmat/perheinterventio/>
- Sosiaali- ja terveysministeriö (2009). Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma. Mieli 2009 -työryhmän ehdotukset mielenterveys- ja päihdetyön kehittämiseksi vuoteen 2015. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-2768-1>

- Sosiaali- ja terveysministeriö (2020). Lapsistrategia. Verkkosivusto. Luettavissa: <https://stm.fi/lapsistrategia>
- Sosiaali- ja terveysministeriö (2020). Työryhmä: Koronaepidemian vaikutukset lasten hyvinvointiin on korjattava – erityinen huomio eriarvoisuuden torjuntaan. Tiedote. Luettavissa <https://stm.fi/-/tyoryhma-koronaepidemian-vaikutukset-lasten-hyvinvointiin-on-korjattava-erityinen-huomio-eriarvoisuuden-torjuntaan>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (2016). Dialogisuus ammattilaisen ja perheen välillä. Verkkosivu. Luettavissa: <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/kehittyvat-kaytannot/dialogiset-toimintavat/dialogisuus-ammattilaisen-ja-perheen-valilla>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (2020). Kansalliset syntymäkohortit 1987 ja 1997. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Luettavissa: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kansallinen-syntymakohortti-1987>
- Terveydenhuoltolaki 30.12.2010/1326
- Toivio, T. & Nordling, E. (2009). Mielenterveyden psykologia. Ensimmäinen painos. Tampere: Esa Print
- Toivosta turvaa -hanke (2020). Vertaistuki ja omaistyö osana ennaltaehkäisevää lapsiperhetyötä. Innokylä. <https://innokyla.fi/fi/toimintamalli/vertaistuki-ja-omaistyö-osana-ennaltaehkaisevaa-lapsiperhetyötä>
- Valtiontalouden tarkastusvirasto (2018). Asiakkaan lasten huomioiminen aikuisten mielenterveyspalveluissa. Valtiontalouden tarkastusviraston tarkastuskertomukset 9/2018.
- Valtiontalouden tarkastusvirasto (2020). Lasten ja nuorten hyvinvointi koronakriisin jälkihoidossa: lapsistrategian koronatyöryhmän raportti lapsen oikeuksien toteutumisesta. Valtioneuvoston julkaisuja 2020:21. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-287-883-0>
- Vartiainen, T., Hoisko, S., Huhtala, O., Lampinen, S., Vehmas, N. & Nordling, E. (2019). Omaistyön hyvät käytännöt psykiatriassa erikoissairaanhoidossa. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-436-3>
- Vorma, H., Rotko, T., Larivaara, M. & Kosloff, A. (2020). Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020–2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6
- Vuorenmaa, Maaret (2019). Pienten lasten ja heidän perheidensä hyvinvointi 2018. Tilastoraportit 10/2019. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Luettavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2019050214035>
- Väestöliitto (2020). Perhebarometrit. Väestöliitto. Luettavissa: https://www.vaestoliitto.fi/tutkimus/julkaisut/perhebarometrit/?verkkojulkaisu_kategoria=perhebarometrit
- Öljymäki, T. (2021). Toivosta turvaa -hankkeen jälkeisen mielenterveys- ja päihdepalveluiden perhetyön toteuttaminen ammattilaisen arvioimana. YAMK Sosiaali- ja terveysalan palvelujen ja liiketoiminnan johtaminen. Opinnäytetyö. Metropolia. Luettavissa: <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2021053112736>