

Sara-Sofia Korhonen

NEUROPSYKIATRISEN VANHEMMAN ARJEN HAASTEIDEN
KARTOITUS

Sosiaalialan koulutusohjelma
2019

NEUROPSYKIATRISEN VANHEMMAN ARJEN HAASTEIDEN KARTOITUS

Korhonen, Sara-Sofia
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Sosiaali-alan koulutusohjelma
Maaliskuu 2019
Sivumäärä: 26
Liitteitä: 1

Asiasanat: neuropsykiatria, kehittäminen, vanhemmuus

Opinnäytetyöni on kehittämistyönä toteutettu toiminnallinen opinnäytetyö. Opinnäytetyöni toimeksiantaja oli Lehmuskolo Oy. Työni tarkoitus oli lisätä henkilökunnan ja asiakkaan yhteisymmärrystä sekä asiakkaan itseymmärrystä kartoituslomakkeen avulla. Työ on tehty yhteistyössä Lehmuskolon haikaranpesä yksikön johtajan sekä asiakkaiden kanssa. Yksikössä havaittiin käytännöllinen tarve tähän, koska neuropsykiatrisien haasteiden omaavia vanhempia on paljon ja heidän auttamisensa jää usein liian pintapuoliseksi.

Teoriaosuudessa käyn läpi vanhemmuutta vanhemmuuden roolikarttaa apuna käyttäen, yleisimpiä neuropsykiatrisia diagnooseja sekä kerron ARTO-apuvälineestä, jota apuna käyttäen muodostin kartoituslomakkeen vanhemmuuteen sopivaksi. Lomakkeen tehtyäni testasin sitä kolmeen otteeseen eri asiakkaille ja muokkasin sitä tehtyjen havaintojen perusteella.

Menetelmänä kehittämistyössä käytin aivoriihityöskentelyä dialogisessa vuorovaikutuksessa sekä asiakkaiden että yksikön johtajan kanssa. Yhdessä ideoituamme saimme lomakkeesta tuotoksen, johon sekä toimeksiantaja että minä olimme tyytyväisiä.

Etenin opinnäytetyössäni K. Salosen konstruktivistisistä mallia mukaillen. Selitin työssäni, mitä missäkin vaiheessa tapahtuu sekä teoriassa että käytännössä.

Opinnäytetyön tuloksena sain kartoituslomakkeen, jolla pystytään kartoittamaan vanhemman arjessa esiintyviä haasteita yksityiskohtaisesti. Käytännössä se koettiin yksinkertaiseksi sekä helpottavaksi työvälineeksi arkeen. Tämä auttoi ennen kaikkea henkilökunnan työskentelyn aloittamista näiden vanhempien kanssa. Myös asiakkaalle toi helpotusta se, ettei tee asioita välttämättä tahallisesti, vaan näille asioille on neurologinen syy. Lomake helpotti myös sekä asiakasta että henkilökuntaa siinä, missä asioissa eniten tarvitaan tukea. Lomakkeen avulla on helpompi lähteä pilkkomaan asioita ja sen jälkeen pieni askel kerrallaan keksimään ratkaisuja haasteisiin.

ASSESSING THE CHALLENGES OF A NEUROPSYCHIATRIC PARENT'S EVERYDAY LIFE

Korhonen, Sara-Sofia

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Social Services

March 2019

Number of pages: 26

Appendices: 1

Keywords: neuropsychiatry, development, parenthood

This is a practice-based thesis. The employer of this thesis was Lehmuskolo Oy. The purpose of this work was to increase the mutual understanding between a client and personnel and to increase the self-understanding of the client with the use of an assessment form. The work has been done in collaboration with the head of Lehmuskolo Haikaranpesä department and its clients. The department experienced a practical need for this, because there are many parents with neuropsychiatric challenges and the help for them is often left too superficial.

The theory in this thesis is focused on discussing parenthood with the help of the Rolematrix of Parenthood, some of the most prevalent neuropsychiatric diagnoses, and describing the ARTO device, which I used to make the assessment form fitting for parenthood. After creating the form, it was tested on clients on three occasions and then modified based on the observations from the testings.

The method of the development work was brainstorming in dialogic communication with clients and the head of the department. The brainstorming resulted in a form that both I and the employer were satisfied with.

I used K. Salonen's constructive model to proceed with the thesis. I explained every phase of the work on both theoretical and practical levels.

The result of the thesis is an assessment form that can be used to assess a parent's everyday challenges in detail. In practice, the form was found to be a simple and useful device for everyday life. This was helpful especially for the personnel in starting to work together with the parents. In addition, the clients found relief in knowing that they might not act deliberately and that there is a neurological reason behind their behaviour. The form also showed the clients and the personnel the matters with the highest need for assistance. The form is an easy way to observe and break down matters, making it possible to resolve challenges step by step.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	OPINNÄYTETYÖN TIETOPERUSTA.....	6
2.1	Vanhemmuus	6
2.2	Yleisimmät neuropsykiatriset diagnoosit vanhemmilla.....	7
2.2.1	ADHD ja ADD	8
2.2.2	Aspergerin oireyhtymä (AS)	9
2.2.3	Touretten oireyhtymä (TS).....	10
2.2.4	Autismi	11
2.3	ARTO-työväline	12
3	KEHITTÄMISTYÖN LÄHTÖKOHDAT	13
3.1	Kehittämistyön toimintaympäristö.....	13
3.2	Kehittämistyön tarpeet ja taustat.....	13
4	KEHITTÄMISTYÖN TOTEUTTAMINEN	14
4.1	Kehittämistyön tavoitteet	14
4.2	Kehittämistyön eteneminen	15
4.3	Kehittämistyön menetelmät	18
4.3.1	Yhteisideointi	18
4.3.2	Arjen haasteiden kartoituslomakkeen laadinta ja käyttäminen	20
5	KEHITTÄMISTYÖN TULOKSET	21
5.1	Työskentelyn arviointi	21
5.2	Tuotoksen arviointi	22
6	POHDINTA.....	23
	LÄHTEET.....	25
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Neuropsykiatristen häiriöiden omaavalle tärkeintä on riittävän unen ja liikunnan määrä, terveellinen ruokavalio sekä turvalliset ihmissuhteet. Näiden peruselementtien huolehtiminen on entistä tärkeämpää erityislapsella sekä aikuisella. (Parikka ym. 2017, 25.)

Opinnäytetyöni tavoite on kehittää kartoituslomake, jonka avulla pystytään kartoittamaan neuropsykiatristen vanhemman arjessa esiintyviä haasteita sekä voimavaroja. Opinnäytetyöni on tehty yhteistyössä Lehmuskolo Oy Haikaranpesä yksikön johtajan sekä asiakkaiden kanssa. Vastaavaa työtä ei ole Suomessa vielä aikaisemmin tehty, joten koimme toimeksiantajan kanssa tämän hyvin tarpeelliseksi yksikköön, jossa vanhemmat ovat pääsääntöisesti nuoria. Neuropsykiatriset haasteet ovat tällä alalla yleisiä, mutta henkilökunnan tieto jää niiden suhteen useasti pintapuoliseksi syystä tai toisesta.

Opinnäytetyölleni sain aiheen Lehmuskolo Oy:n Haikaranpesä yksikön johtajalta. Tapasin häntä pariin otteeseen ennen, kun työ lähti kunnolla käyntiin. Keskustelimme siitä, miksi työ on tarpeellinen. Neuropsykiatriset haasteet ovat periytyviä, ja vanhemmuuden varhaisella tuella pystymme paljon vaikuttamaan siihen, kuinka mittavia haasteita vanhempien lapsilla tulee olemaan. Uskon ja toivon, että lomakkeesta on hyötyä sekä henkilökunnalle että asiakkaalle ja asioita mitä ei tule edes ajatelleeksi voida nousta lomakkeen myötä esille.

Työssäni käytän lähdemateriaalin tukena yksikön johtajan kanssa käytyjä keskusteluja sekä asiakkaiden kanssa lomaketta tehdessä tehtyjä havaintoja. Tässä loppuraportin toisessa luvussa avaan vanhemmuutta sekä neuropsykiatrisia diagnooseja liitettyinä vanhemmuuteen. Kolmannessa ja neljännessä luvussa kerron kehittämistyöni toteuttamisesta ja sen etenemisestä. Viidennessä luvussa käyn läpi työskentelyn ja tuotoksen arviointia. Viimeisessä luvussa pohdin työtäni ja omaa ammatillista kasvua kokonaisvaltaisesti.

2 OPINNÄYTETYÖN TIETOPERUSTA

2.1 Vanhemmuus

Vanhemmuus on koko elämän mittainen rooli. Jokainen vanhempi on saanut jonkinlaiset eväät vanhemmuuteen omasta lapsuudesta ja kasvuympäristöstään. Lapsen kehityksen kannalta vastuullinen vanhemmuus on välttämätöntä. (Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä 2001, 3.) Tässä työssä käytän vanhemmuuden tarkastelun apuna vanhemmuuden roolikarttaa, jonka on alun perin kehittänyt Pertti Ylitalo. Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä on tehnyt vanhemmuuden roolikartasta kaksi käyttäjän opasta. Kaikki lapset riippumatta elettävästä aikakaudesta tarvitsevat tiettyjä asioita vanhemmalta ja näitä asioita oppaissa on pyritty jäsentämään. Vanhemmuuden roolikartassa vanhemmuuden pääroolit ovat;

Elämän opettaja, joka pitää sisällään sosiaalisten taitojen opettaja, oikean ja väärän opettaja, arvojen välittäjä, arkielämän taitojen opettaja sekä tapojen opettaja.

Rakkauden antajan rooliin kuuluu hellyyden antaja, lohduttaja, myötäeläjä, suojelija, hyväksyjä sekä itsensä rakastaja.

Huoltajan rooli pitää sisällään perusasioista huolehtimisen kuten ravinnon saanti, levon turvaus, puhtaudesta huolehtiminen, ulkoiluttaminen sekä sairaudenhoitaja.

Rajojen asettajan rooli on turvallisuuden tunteen luoja, fyysisen koskemattomuuden takaaja, sääntöjen ja sopimusten nuodattaja ja valvoja sekä omien rajojensa asettaja.

Ihmisuhteosaajan rooli puolestaan pitää sisällään keskustelijan, kuuntelijan, kannustajan, anteeksiantaja/-pyytäjä, ristiriidoissa auttaja, perheen ja lapsen ihmissuhteiden vaalija sekä tunteiden hyväksyjä. (Ylitalo 2011, 99.)

Olen pyrkinyt lomakkeessani hyödyntämään vanhemmuuden roolikarttaa niin, että kaikki pääroolit tulisi huomioitua. Kun kyseessä on vanhemmat, joilla on neuropsykiatrisia haasteita, tulee lomakkeen kysymykset muodostaa hyvin yksinkertaisesti sekä

joidenkin kysymysten tarkentaminen ja pilkkominen pienempiin osiin on tarpeellista. Kartoitustilomake eroaa vanhemmuuden roolikartasta niin, että lomakkeeseen on koottu enemmänkin arkisia tekijöitä ja suoranaisesti vanhemmuuden roolikartasta tutut vanhemmuuden tehtävät eivät tule huomioituksi, mutta nämä ovat kuitenkin huomioitu pääkohdissa sekä alaotsikoissa.

Itselläni ei kovin paljon ole vielä kertynyt kokemusta lastensuojelutyöstä, mutta sen verran pystyn omasta kokemuksesta kertomaan, että ADHD- vanhemman on vaikea keskittyä lapsen kanssa hetkessä elämiseen ”pään sisäisen kaaoksen vuoksi”, jonka vuoksi ihmissuhdeosaajan rooli voi jäädä vähäisemmälle. Impulsiivisuus vaikuttaa myös useasti moneen vanhemmuuden rooliin, kuten esimerkiksi tapojen opettamiseen sekä tunteiden näyttämiseen ja niiden hyväksymiseen. Neuropsykiatrisilla vanhemmilla on useasti myös itsetunnon puutteita, jonka vuoksi heidän kanssaan on tärkeää työstää itsetuntoa, jotta rakkauden antajan rooli myös itsensä rakastajana tulisi huomioitua lapsen kasvatuksessa niin hyvin kuin mahdollista.

Yleisimpiä haasteita, mihin olen kohdannut neuropsykiatrisien haasteiden omaavilla vanhemmilla, on muistivaikeudet sekä rahan käyttö. Yksi vanhempi kuvasi mielestäni asiaa hyvin; ”Sovitut ajat ja asiat eivät pysy mielessä pään sisäisen kaaoksen vuoksi”. Myös rahan käytössä hankaluuksia hahmottaa sitä, mihin raha riittää ja mihin ei. Tulee ostettua turhia ostoksia ja etenkin äideillä lapsille vaatteiden hankinta lähtee niin sanotusti lapasesta. ADHD- henkilöillä on myös suuremmat taipumukset erilaisiin riippuvuuksiin esimerkiksi pelaamisen suhteen ja pahimmillaan siihen voi mennä koko talouden rahat. Näihin asioihin pyritään puuttumaan mahdollisimman yksinkertaisilla keinoilla pieni askel kerrallaan tekemällä muun muassa selkeä suunnitelma rahankäytölle jokaista viikkoa kohden.

2.2 Yleisimmät neuropsykiatriset diagnoosit vanhemmilla

Neuropsykiatrisiin haasteisiin luokitellaan tavallisesti neurokognitiivisten toimintojen poikkeavuutta, tunnesäätelyn sekä käyttäytymisen ongelmia. Nämä asiat vaikuttavat kognitiivisen tiedon käsittelyyn sekä käyttäytymisen ja tunteiden säätelyyn, jonka vuoksi se vaikuttaa usein myös sosiaalisiin suhteisiin. (Parikka ym. 2017, 10.)

Henkilöt, joilla on neuropsykiatrisia haasteita eivät ole kuitenkaan useimmiten älykkyydeltään heikkolahjaisempia kuin muut, vaikka se saattaa niin ulospäin joissakin tapauksissa näyttäytyä. Neuropsykiatrisiin haasteisiin liittyen on paljon tutkimustietoa ja suurin osa niistä liittyy lapsiin ja nuoriin.

Tässä työssä kehittäminen kohdistuu vanhempiin, joilla on neuropsykiatrisia haasteita. On tärkeää muistaa, että neuropsykiatrisista häiriöstä puhuttaessa ei aina suinkaan puhuta vain haasteista. Erityispiirteet ovat myös hyödyksi, kuten esimerkiksi autistisella henkilöllä on usein kyky huomata yksityiskohtaisia asioita, mitkä voivat olla vanhemmuudessa tai työssä tarpeellinen ja hyödyllinen ominaisuus. Tuon seuraavissa kappaleissa lyhyesti esiin yleisimpiä neuropsykiatrisia diagnooseja ja kerron, mitä haasteita nämä voivat aiheuttaa vanhemmuudessa. Yleisimpiä neuropsykiatrisia diagnooseja vanhemmilla ovat; aspergerin oireyhtymä, autismi, touretten oireyhtymä, ADHD sekä ADD. On tärkeää muistaa, että haasteet eivät tee vanhemmista yhtään sen huonompia, kuin meistä kukaan muukaan. Jokainen vanhempi haluaa lapselleen pelkkää hyvää, mutta toiset tarvitsevat apua enemmän tasapainoisen arjen löytämiseen. Useilla diagnoosin saaneilla ihmisillä on rinnakkaisdiagnooseja esimerkiksi adhd ja aspergerin oireyhtymä samanaikaisesti. Luonnollisestikin tämä tarkoittaa silloin todennäköisesti sitä, että haasteitakin omassa arjessa ja vanhemmuudessa on enemmän.

■ ADHD ja ADD

“Attention deficit and hyperactivity disorder” muodostaa lyhenteen ADHD. Suomeksi tämä tarkoittaa aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriötä. ADD puolestaan tarkoittaa tarkkaavaisuuden häiriötä ilman ylivilkkautta. ADHD/ADD on synnynnäinen piirre eikä se häviä iän myötä. Vaikka lapsuuden ylivilkkaus voi vähentyä aikuisiällä niin keskittymisvaikeudet kuitenkin säilyvät. ADHD sekä ADD johtuvat 80%:sesti perinnöllisistä tekijöistä ja 20%:sesti raskauteen ja synnytykseen liittyvistä tekijöistä. (Huotari, Niiranen-Linkama, Siltanen & Tamski 2008, 23.) Oireet voivat vaihdella aikuisella ja lapsella paljon. Keskeisimpiä oireita ovat aktiivisuuden säätelyn vaikeus, impulsiivisuus ja keskittymisvaikeudet. (Parikka ym. 2017, 31). ADHD/ADD-henkilöitä arvioidaan olevan Suomessa noin 5% väestöstä. Useimmiten sitä esiintyy kouluikäisten lasten ja nuorten keskuudessa. Mikäli ympäristön

vaatimukset ja henkilön vahvuudet eivät ole tasapainossa, ADHD/ADD- henkilön piirteet voivat vaikeuttaa hyvin paljon myös arjen- ja elämänhallintaa. Vaikka ominaisuus ei vaikutakaan henkilön älykkyyteen, voi keskittymisen vaikeus vaikuttaa paljon henkilön oppimiseen. ADHD voi ilmetä aikuisena esimerkiksi moneen otteeseen muuttamisella, työpaikkojen vaihtamisella tai monilla lyhytkestoisilla parisuhteilla. Lapsen näkökulmasta tämä aiheuttaa turvattomuutta. Tämän vuoksi varhainen puuttuminen on tärkeää, jotta vanhempi pystyy omalla toiminnallaan vaikuttamaan mahdollisimman positiivisesti lapsensa tulevaisuuteen.

Vanhemmuudessa adhd voi vaikuttaa monella eri tavalla. Adhd-piirteillä on sekä hyvät että huonot puolet, niin kuin kaikissa luonteenpiirteissä. Kun näitä oppii hallitsemaan ja hyödyntämään vanhemmuudessa oikealla tavalla, ovat mahdollisuudet mihin vaan. Vanhemmalla, jolla on diagnosoitu keskittymisen-, tai tarkkaavaisuuden häiriö, voi olla hankaluuksia reagoida lapsen erilaisiin tunnetiloihin impulsiivisuuden vuoksi. Oman kokemukseni myötä tällainen vanhempi voi hermostua ja menettää malttinsa äkkipikaisesti sekä arki voi olla lapsesta katsottuna todella sekavaa, koska lapsi ei pysty ennakoimaan päivän tapahtumia millään tavalla vanhemman toiminnanohjauksen vaikeuksien vuoksi. Lapselle rutiinit ja ennakointi arjessa on tärkeää, jonka vuoksi vanhemman täytyy pystyä organisoimaan ja muistamaan asioita parhaalla mahdollisella tavalla, mihin vanhempi itse kykenee. Koska adhd on tutkitusti hyvin periytyvä, on vanhemman myös helpompi havaita omassa lapsessaan näitä piirteitä, sekä auttaa lasta ja muita ympärillä olevia ihmisiä ymmärtämään lapsen erilaisuutta ja adhd:n tuomia haasteita. Omien kokemusten hyödyntäminen lapsen kasvatuksessa on hyödyksi. (Aikuisen arki toimimaan -opas 2017.) Oman kokemuksen myötä olen huomannut, että vanhemmuuden roolikartan päärooli huoltaja jää yleisimmin adhd- vanhemmalla heikommalle, koska rutiinien ylläpitäminen ja asioiden organisoiminen voi olla haastavaa.

■ Aspergerin oireyhtymä (AS)

Aspergerin oireyhtymä kuuluu autismikirjoon. Se on neurobiologinen keskushermoston kehityshäiriö. Toimintarajoitteet ovat hyvin vaihtelevia ja ”kirjo” sana kuvastaakin sitä monimuotoisuutta ja yksilöllistä vaihtelua, jota tällä kirjolla esiintyy.

(Autismiliiton www-sivut.) Kuten sanottu, oireet vaihtelevat yksilöstä riippuen, mutta tyypillisiä oireita tälle kirjolle ovat muun muassa pakottava tarve juuttua rutiineihin, vaikeudet sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, puheen ja kielen kehityksen ongelmat, eleiden ja ilmeiden ymmärtämisen vaikeudet ja motorinen kömpelyys. Aspergerin oireyhtymän omaavat ovat yleensä normaaliälyisiä, joskus jopa hieman älykkäämpiäkin. Kun AS-henkilö paneutuu johonkin mielenkiinnon kohteeseen, siihen voidaan paneutua ja uppoutua niin paljon, että arki ja ihmissuhteet kärsivät. Joillekin esimerkiksi siivoaminen voi olla niin suuri pakkomielle, että vanhemmuudessa aika menee suurimmaksi osaksi siihen. Paneutuminen ja keskittyminen siivoamiseen tai mihin tahansa muuhun kiinnostuksen kohteeseen voi olla niin suurta, että lapsen turvallisuus on vaarassa. Monet aspergerin oireyhtymän omaavat ovat lahjakkaita jollain tietyllä osa-alueella. AS-henkilöille on usein ihmisten tulkitseminen hankalaa, jonka vuoksi hän tarvitsee apua ja ohjausta usein siihen, että oppii tunnistamaan ja toimimaan erilaisissa tilanteissa sopivalla tavalla. Myös eleiden, ilmeiden ja tunteiden tunnistamisessa AS-henkilö tarvitsee apua selviytyäkseen myöhemmin elämästä itsenäisesti. (Huotari ym. 2008 19-20.) Olen huomannut, että joillakin AS-henkilöillä voi olla todella suuria pelkoja sosiaalisiin tilanteisiin, jonka vuoksi heidän on hankalaa opettaa lapselle normaaleja vuorovaikutustaitoja. He eivät välttämättä pysty viemään lasta harrastuksiin tai menemään edes puistoon omien pelkojen vuoksi. Näiden asioiden tunnistaminen on tärkeää, jotta työskentelyssä päästään alkuun ja etsimään keinoja, millä näitä pelkoja voisi vähentää. Asperger-henkilöille voi olla hankaluuksia opettaa lapselleen ihmissuhdetaitoja, koska tunteiden näyttäminen ja tunnistaminen on hankalaa. Joillekin myös rakkauden antaminen on haastavaa, koska lähelle päästäminen ja lähelle meneminen voi tuntua epämiellyttävältä. Oikean ja väärän opettaminen sekä tasapuolisuuden toteuttaminen puolestaan voi tulla asperger- ja autismi henkilöille luonnostaan.

■ Touretten oireyhtymä (TS)

Touretten oireyhtymälle on ominaista toistuvat ja tahdosta riippumattomat liikkeet, joita kutsutaan tics oireiksi (silmien räpyttely, maiskuttelu, huulien nuoleskelu ym.) sekä hallitsemattomat vokaaliset äännähdykset (kiroilu, erilaisten äänien matkiminen). Tourette on neurologinen oireyhtymä. Useimmiten tourette ei esiinny yksin, vaan

siihen voi liittyä esimerkiksi erilaisia pakko-oireita, keskittymishäiriöitä, ylivilkkautta sekä impulsiivisuutta. (Huotari ym. 2008, 22.) Touretten oireyhtymää esiintyy lapsilla alle prosentilla ja aikuisilla 0,05%:lla. Oireet alkavat useimmiten ennen kouluikää yksinkertaisilla motorisilla tic-oireilla. Tourette-oireet lievittyvät jopa 90%:lla aikuisuuteen mennessä yksittäisiksi tic-oireiksi. Yksinkertaisia ja lyhytaikaisia tic-oireita ei ole yleensä haitallisia ja niitä ei ole välttämätöntä hoitaa mitenkään, mutta näistä oireista koulussa tai työpaikalla on hyvä puhua ääneen. Tämä helpottaa sekä oireilevaa, että hänen luokka- tai työskentelykavereitaan. Jos oireet aiheuttavat kipua tai jatkuvia ongelmia sosiaalisissa suhteissa, voidaan tarvita lääkehoitoa. Vaikeissa tics-oireissa voidaan käyttää myös kognitiivista käyttäytymisterapiaa. (Parikka ym. 2017, 52-55.)

On olemassa blogi nimeltään ”Vitun huora mä rakastan sua”. Blogia kirjoittaa nainen, jonka miehellä on touretten syndrooma. Nainen kirjoittaa blogissaan, että ” Hirveän ruma otsikko blogilla, mutta sille on syynsä. Ilman sitä emme varmastikaan olisi saaneet asiaamme suuren yleisön tietoon. Olemme uusio-suurperhe, johon kuuluu seitsemän lasta ja kaksi aikuista. Muuten ihan tavallinen sakki, mutta perheen isällä on oireyhtymä nimeltään Touretten Syndrooma. Se on siis se tämän jutun juoni. Jos luet vähän eteenpäin, ymmärrät blogin ruman nimen ja sen, että loppujen lopuksi, ne ovat vain sanoja...”. Perheen isä J-P on vastannut radio aallon haastatteluun. J-P kertoo haastattelussa, että varsinaisesti tourette ei estä häntä tekemästä mitään, mutta liitännäisoreet kuten paniikkihäiriö ja ahdistushäiriö pahimpina päivinä estää häneltä lähestulkoon kaiken. Paniikkikohtauksiin liittyy valtava kuolemanpelko, koska kaikki paikat tuntuvat vetelältä ja tuntuu, ettei pysty hengittämään. Kertoo, että pakko-oireet eli aikaisemmin mainitut tics:it eivät estä, mutta hidastavat kyllä asioita. Muun muassa kupin tiskaamiseen saattaa kulua aikaa jopa 15 minuuttia pakko-oireiden vuoksi. J-P kertoo vielä haastattelun lopussa, että toivoo, että ihmiset ymmärtäisivät sen, että kaikki ei ole aina sitä, miltä se päällepäin näyttää. (Radio Aalto).

■ Autismi

Autismikirjon häiriöt kuuluvat neuropsykiatriisiin häiriöihin. Oirekuva vaihtelee hyvin yksilöllisesti. (Parikka ym. 2017, 40.) Kaikilla autistisilla henkilöillä ilmenee kuitenkin vaikeuksia sosiaalisessa kommunikoinnissa, sosiaalisessa vuorovaikutuksessa

sekä sosiaalisessa mielikuvituksessa. Vaikeuksia on usein sanattomassa ja sanallisessa viestinnässä, omien sekä toisten tunteiden ilmaisussa ja muiden ajatuksien sekä toimien ymmärtämisessä. Autismikirjon henkilöllä voi olla aisteissa yli- tai aliherkkyyttä kuten ääniherkkyyttä, haju- tai makuherkkyyttä. Myös kosketus voi tuntua autismi henkilölle epämiellyttävälle tai päinvastaisesti ei ymmärrä toisten ns. reviiriä ja menee tuntemattomiakin ihmisiä lähelle helposti. Tämä voi aiheuttaa ahdistusta ja turvattu- muutta toisissa. Tyypillistä autismikirjon henkilöille on myös toistava käyttäytyminen ja tietyt rutiinit sekä erityiset mielenkiinnonkohteet. (Autismiliiton www-sivut.) Autismi vanhemmilla voi olla usein tärkeä strukturoida arki hyvin tarkkaan. Vanhemmuudessa ei kuitenkaan pysty kaikkea strukturoimaan niin hyvin kuin haluaisi. Kun asiat eivät ole omissa käsissä, voi tämä laukaista suuren stressireaktion vanhemmalla. Stressireaktio puolestaan vaikuttaa moneen muuhun asiaan arjen sujumisessa, kuten tunnesäätelyn vaikeudet, läsnä olemisen vaikeus tai perustarpeiden ylläpitäminen. (Kraappa 2018, 15.)

2.3 ARTO-työväline

Käytän Satakunnan sairaanhoitopiirin (Satshp) arjen toimintakyvyn kuvaamisen apuväline (ARTO) kartoituslomaketta apunani, ja muokkaan kysymykset vanhemmuuteen sopivaksi ja laadin tästä kartoituslomakkeen. ARTO:n ykkös versio on tarkoitettu siihen, että kukin taho voi jatkaa sen kehittämistä ja muokata sitä omiin tarpeisiin sopivaksi. ARTO apuvälineeseen on koottu otsikoita ja apukysymyksiä, joiden avulla voi kirjata arjesta selviytymistä ja avun tarvetta asiakkaan kanssa yhdessä. Minun laatiman kartoituslomakkeen avulla tarkoitus ei ole pystyä tekemään diagnoosia asiakkaalle, vaan kartoittaa haasteita sekä vastavuoroisesti myös voimavaroja. Haasteet voivat liittyä arjessa esimerkiksi liikkumiseen/kulkemiseen, pukeutumiseen, henkilökohtaiseen hygieniaan, ruokailuun ja ruoanlaittamiseen, vuorovaikutukseen, toiminnanohjauksvalmiuksiin, sairauden hoitoon tai siivoukseen/vaatehuoltoon. (Satakunnan sairaanhoitopiiri 2010.) ARTO:sta on tehty versiot sekä aikuisille että lapsille. Pysin työssäni jäsentämään aikuisille tehtyä kartoitus apuvälinettä ja poimimaan sieltä tärkeimmät asiat tekemääni lomakkeeseen.

3 KEHITTÄMISTYÖN LÄHTÖKOHDAT

3.1 Kehittämistyön toimintaympäristö

Tämän opinnäytetyöni toimeksi antaja on Lehmuskolo Oy, Haikaranpesä yksikkö sekä avopalvelut. Lehmuskolo on yksityinen sosiaalialan palveluja tuottava kotimainen perheyritys. Lehmuskolo Oy on perustettu vuonna 2001. Yritys tarjoaa lapsille ja perheille tukea ja turvallista arkea. Yrityksen palveluihin kuuluu lastensuojelun ympärivuorokautinen laitoshoido sekä avohuollon palvelut. Lehmuskololla on Haikaranpesän lisäksi kolme ympärivuorokautista lastensuojelulaitosta; Jukola, Toukola ja Metsämaa. Metsämaa on tarkoitettu itsenäistyville nuorille. Perhetyön yksikkö Haikaranpesässä kolme paikkaa menee teinivanhemmille ja kolme paikkaa heidän vauvoilleen. Lisäksi seitsemäs paikka on alle 21- vuotiaalle raskaana olevalle äidille, joka ei saa raskautensa suojaksi tukea omalta ympäristöltään. Sijoitusvaiheessa vanhemmat ovat 14-20- vuotiaita. He voivat olla joko huostaanotettuja tai avohuollon sijoituksella olevia odottavia tai jo synnyttäneitä vanhempia. Vanhemmat huolehtivat itse lapsistaan, mutta suurin vastuu on työryhmällä. Vanhemmuuden puutteisiin puututaan heti keskustelemalla sekä intensiivisemmän tuen avulla. Haikaranpesässä toiminta perustuu sekä yksilöllisyyteen että yhteisöllisyyteen kodinomaisessa ympäristössä. Haikaranpesässä työskentelee kokenut ja osaava henkilökunta. Henkilökunta koostuu sosionomeista, sairaanhoitajista sekä lähihoitajista. Heidän käytettävissään on myös perheterapeutin, seksuaaliterapeutin, erityisopettajan, kognitiivisen psykoterapeutin sekä neuropsykiatrisen valmentajan osaaminen. (Lehmuskolo Oy www-sivut.) Haikaranpesä on kehittyvä perhetyön yksikkö. Yksikön johtaja kertoo, että yksikkö kehittää palveluitaan kysynnän mukaan pyrkien tarjoamaan yksilöllisiä kuntoutumismuotoja.

3.2 Kehittämistyön tarpeet ja taustat

Neuropsykiatriset haasteet ovat periytyviä, joten vanhemmuuden varhaisella tuella pystytään ehkäisemään myös lapsen arjen selviytymisen haasteita. Sijoitetuilla nuorilla vanhemmilla tai lastensuojelun asiakkuudessa olevilla vanhemmilla on usein vanhemmuuden joissakin rooleissa puutteita, mitä olen kappaleessa 1 tuonut esille. He eivät kykene välttämättä huolehtimaan oman arjen toiminnanohjauksesta. Joidenkin

haasteet ovat pienempiä, kuin taas toisilla mittavampia. Toisilla haasteet voivat liittyä tunteiden näyttämiseen, niiden hyväksymiseen ja ylipäänsä vuorovaikutukseen, kun toisilla esimerkiksi omiin pelkoihin, joka estää vanhempaa liikkumasta kodinulkopuolelle lapsen kanssa. Monilla nuorilla vanhemmilla on diagnosoitu jokin neuropsykiatrisen häiriö, mutta työssäni tehtyä kartoituslomaketta voi käyttää muutenkin arjen haasteiden kartoituksessa, ilman diagnoosia.

Sosiaali- ja terveysalalla varmasti jokainen työntekijä tietää, mitä nepsy-asiakas tarkoittaa, mutta heidän auttamisensa voi jäädä hyvin ympärilyöreäksi vähäisen tiedon vuoksi, eikä keskitytä niihin yksityiskohtiin, mihin olisi tärkeää keskittyä. Kartoituslomakkeen avulla on tarkoitus saada kartoitettua juuri ne haasteet, joihin on syytä paneutua ja jotka asiakas itse ja ohjaaja kokevat tärkeäksi. Tarkoitin tällä sitä, että esimerkiksi asperger asiakkaalla ei välttämättä ole haasteita jokaisella osa-alueella, jonka vuoksi on tärkeää huomata se, millä osa-alueilla haasteet ovat ja vastavuoroisesti tämän avulla löydetään myös osa-alueet, joissa asiakas ei tarvitse tukea ja ohjausta. Lastensuojelulaitoksissa tai perhekuntoutusyksiköissä voi törmätä siihen, että henkilökunta luulee asiakkaan olevan tahallisesti ”laiska”, mutta kyse voi oikeasti ollakin toiminnanohjauksen haasteista.

4 KEHITTÄMISTYÖN TOTEUTTAMINEN

4.1 Kehittämistyön tavoitteet

Kehittämistyön synonyymina voidaan käyttää kehittämistoimintaa. Kehittämistoiminta tähtää olemassa olevan parantamiseen, tuotantoprosessien, tuotteiden tai järjestelmien uusimiseen. (Heikkilä, Jokinen & Nurmela 2008, 21.) Toiminnallisessa opinäytetyössä on tarkoitus tehdä käytäntöön jokin tuotos ja tuotoksen raportointi. Tuotos voi olla esimerkiksi ohjeistus, opastus tai vaikka jonkin toiminnan järjestämistä. (Vilka & Airaksinen 2003, 9.)

Opinnäytetyöni tavoite on kehittää kartoituslomakkeen avulla vanhempien kanssa tehtävää työtä niin, että asiakas ja henkilökunta ymmärtäisivät paremmin toisiaan sekä että työ lisäisi asiakkaan itseymmärrystä. Työni avulla on tarkoitus päästä asiakkaan avun tarpeisiin paremmin ja yksinkertaisemmin kiinni, kuin pelkän keskustelun avulla. Toimeksiantajan toive myös on, että kartoituslomakkeesta saataisiin kevyempi ja lyhyempi, mitä alkuperäinen ARTO-kartoitus lomake on. Yksi tavoitteistani oli myös se, että saisin luotua tästä pysyvän käytännön ko. yksikköön. Pääsen yksikön henkilökunnan omakokoukseen mukaan kertomaan työni tarkoituksesta ja tavoitteista, sekä lomakkeen käyttämisestä. Tällä tavalla yritän juurruttaa työtäni henkilökunnan ”päivittäiseen” käyttöön. Loimme tavoitteet yhdessä yksikön johtajan kanssa ja olemme olleet koko työn ajan samalla viivalla hänen kanssaan.

Lomakkeen toimivuutta testattiin asiakkaan kanssa niin moneen otteeseen, että kaikki osapuolet ovat tyytyväisiä. Opinnäytetyön tuloksena toimii lomake ja sen käytettävyyys.

4.2 Kehittämistyön eteneminen

Tarpeiden tunnistaminen lähti toimeksiantajalta. Jo harjoittelussa yksikössä oltuani elokuussa 2018 kävimme yksikön johtajan kanssa tiivistä keskustelua liittyen neuropsykiatriseen osaamiseen. Johtajalla oli jo tällöin mielessä opinnäytetyölleni aihe, mitä voisi lähteä miettimään. Aloimme pikkuhiljaa puhumaan ratkaisuista, millä voitaisiin saada apua tähän ongelmaan ja muuttamaan sitä tavoitteeksi. Tapasimme muutamaan otteeseen yksikön johtajan yhteisideoinnin merkeissä dialogisessa vuorovaikutuksessa liittyen muun muassa työn tavoitteisiin ja ratkaisujen suunnitteluun.

Opinnäytetyöni on toiminnallinen ja se etenee Salosen kirjan konstruktiiivista mallia mukaillen. Konstruktiiivinen malli sisältää aloitusvaiheen, suunnitteluvaiheen, esivaiheen (kentälle siirtyminen), työstövaiheen, tarkistusvaiheen ja valmis tuotos. (Salonen 2013, 16.)

Aloitusvaihe on kehittämistyön ensimmäinen vaihe. Aloitusvaiheessa kartoitetaan alustava kehittämistehtävä, -tarve sekä toimintaympäristö. Tässä vaiheessa on tärkeää kartoittaa myös mahdolliset muut toimijat sekä heidän sitoutumisensa ja tukensa työhön. (Salonen 2013, 17.) Työn idea lähti elokuussa 2018, kun olin Haikaranpesä yksikössä tekemässä syventävää harjoittelua. Puhuimme paljon yksikön johtajan kanssa neuropsykiatrisista haasteista sekä henkilökunnan osaamisesta, koska aihe oli molempia kiinnostava ja johtaja oli juuri käymässä neuropsykiatrisen valmennuksen koulutusta. Sanoin henkilökunnalle ja johtajalle heti harjoitteluni alussa, että jos tulee mieleen jotain aiheideoita mistä voisin tehdä opinnäytetyöni, otan mielelläni ehdotukset vastaan. Oli alusta asti selvää, että haluaisin tehdä opinnäytetyöni toiminnallisena/kehittämistyönä. Haikaranpesässä havaittiin käytännöllinen ongelma, jolle tulisi saada jokin ratkaisu. Nepsy-asiakkaan ja henkilökunnan yhteisymmärryksessä sekä nepsy-asiakkaan itseymmärryksessä puutteita. Pidimme johtajan kanssa palaveria kehittämistarpeesta ja tehtävästä marraskuussa 2018. Tällöin työ lähti kunnolla liikkeelle.

Suunnitteluvaihe on kehittämistyön seuraava vaihe. Tässä vaiheessa tehdään kirjallinen kehittämistyön suunnitelma. Suunnitelmassa tulee olla tavoitteet, ympäristö, vaiheet, toimijat, työskentelymenetelmät, tiedonhankintamenetelmät, dokumentointitavat sekä tuotettujen dokumenttien käsittely sillä tarkkuudella, kun se voidaan tietää. Kaikkea ei voi vielä tietää suunnitelmaa tehdessä eikä se ole tarkoituksellistakaan, mutta tärkeintä on silti huolellinen työn suunnittelu. (Salonen 2013, 17.) Suunnitelman kirjoittamisen aloitin marraskuussa 2018. Suunnitelmaa tehdessä tutustuin paljon erilaisiin lähteisiin, mitä hyödynnän tässä työssä. Pysin saamaan suunnitelmaan edellä mainitut asiat sillä tarkkuudella, kun se oli mahdollista.

Kun suunnitelma on tehty, siirrytään *esivaiheeseen*, eli siihen ympäristöön, jossa työ toteutuu. Esivaihe on usein kestoaltaan lyhyt. Tämä tarkoittaa käytännössä suunnitelman läpikäymistä ja työn organisointia yhdessä kentän kanssa. (Salonen 2013, 17.) Kävin yksikössä juttelemassa johtajan kanssa, kun olin saanut hyväksytyt suunnitelman joulukuussa 2018. Opinnäytetyön sopimukset allekirjoitettiin samalla. Suunnitelma käytiin läpi ja sovittiin samalla toinen tapaaminen joulukuuhun. Toimeksiantajalla oli jo tässä vaiheessa hyvät fiilikset työn etenemisestä ja sen tarpeellisuudesta kentälle.

Työstövaihe tulee esivaiheen jälkeen eli työn toteutus käytännössä. Tämä on suunnitteluvaiheen jälkeen toiseksi tärkein ja eniten työtä vaativin vaihe. Työstövaiheessa kaikkien toimijoiden tulee olla sitoutuneita omalta osaltaan. Työstövaihe on myös oppimisen kannalta tärkein vaihe. (Salonen 2013, 18.) Työstövaiheessa tutustuin entistä paremmin lähteisiin ja olin tiiviissä yhteydessä yksikön johtajan kanssa ja kävin tapaamassa häntä muutamaan otteeseen. Joulukuussa 2018 tapasimme johtajan kanssa ja kävimme kartoituslomakkeen kysymyksiä läpi. Tein alustavaa pohjaa lomakkeelle, jonka jälkeen tapasimme uudestaan tammikuussa 2019 ja haastattelin lomaketta käyttäen häntä, jotta saataisiin vähän todellisempaa tuntumaa kysymyksiin. Johtajan kanssa yhdessä pohdittuamme saimme vielä muutamia muutoksia kysymyksiin ja päätimme, että lähdetään testaamaan lomaketta asiakkaan kanssa. Jo heti seuraavalla viikolla lähdin kokeilemaan lomaketta vanhemmalle, jolla diagnosoitu ADHD. Haastattelua tehdessä tuli arvioitua lomaketta uudestaan. Lomakkeeseen tuli käytännöstä hyviä havaintoja, jotka johtivat lomakkeen korjauksiin; tarkentavat esimerkit asiakkaalle, lisäkysymykset sekä aikataulun ja tilan rauhoittaminen.

Ensimmäiseen haastatteluun olin varannut aikaa vain noin puolitoista tuntia ja asiakkaan lapsi oli myös paikalla. Tämä ei ollut otollisin hetki siis haastattelun toteuttamiselle, koska vanhemman oli selvästikin vaikea keskittyä tilanteeseen. Tästä kahden viikon kuluttua menin haastattelemaan nuorta äitiä, jolla ei ollut ilmennyt neuropsykiatrisia haasteita. Haastatellessani testasin mind map eli miellekartta tyylistä kirjaimista asiakkaan kanssa käydystä keskustelusta, joka toimi mielestäni hyvin. Tuli kuitenkin huomattua se, että lomakkeen tekeminen asiakkaan kanssa, jolla ei ole em. haasteita, on ehkä hieman turhaa. Käyttäisin enemmän tämän kaltaisen vanhemman kanssa vanhemmuuden kartoittamiseen vanhemmuuden roolikarttaa. Tätä haastattelua oli kuuntelemassa opiskelija, joka oli tuttu kyseiselle nuorelle. Opiskelija oli tukena antamassa sekä hyvää että rakentavaa palautetta asiakkaalle ja minulle, koska vanhempi ei ollut minulle entuudestaan tuttu. Sain opiskelijalta hyvää palautetta lomakkeen kysymyksistä ja hänen mielestään lomakkeessa oli paljon asioita, mitä ei itse edes tulisi ajatelleeksi nepsy henkilön kanssa työtä tehdessä. Tämä antoi minulle taas uutta motivaatiota työntekoon ja avasi silmiä työn tarpeellisuudesta. Viimeisen haastattelun tein maaliskuun alussa 2019. Tällöin lomakkeeseen ei tullut enää muutoksia. Haastateltavani oli nuori äiti, jolla oli ADHD- testit tehty ja mahdollinen diagnoosi tulossa. Tämä oli haastatteluista kaikista antoisin, koska selviä arkeen vaikuttavia haitallisia tekijöitä

oli paljon, mitä äiti itsekin suhteellisen hyvin tiedosti. Asiakas koki haastattelu tilanteen miellyttäväksi eikä ollut liian pitkästyttävä.

Tarkistusvaihe sisältyy käytännössä jokaiseen vaiheeseen. Tässä vaiheessa toimijat arvioivat tuotosta yhdessä, jonka jälkeen siirrytään takaisin työstövaiheeseen tai siirrytään suoraan viimeistelyvaiheeseen. (Salonen 2013, 18.) Tämä vaihe todella seurasi minunkin työssäni vaiheesta toiseen. Lomakkeen suunnittelu ja käytännössä toteuttaminen vaatii jatkuvaa arviointia ja tarkastelua sekä yksin että muiden toimijoiden kanssa. Luin työtäni moneen otteeseen läpi prosessin aikana ja tarkistin kieliasua sekä tekstin ymmärrettävyyttä.

Toiminnallisen opinnäytetyön muodostaa sekä tuotos että kehittämishankeraportti. *Viimeistelyvaihe* sisältää näiden molempien viimeistelyn. Tämä voi vaatia aikaa yllättävän paljonkin. (Salonen 2013, 18.) Minun työssäni viimeisteltävänä on kartoituslomake sekä tämä kirjallinen raportti. Viimeistelyvaiheessa tarkistin tietysti kehittämistyön tuloksien lisäksi kirjoituksen ymmärrettävyyden, viitmerkinnät sekä lähdeluettelon. Viimeistelyvaiheessa käänsin tiivistelmän englanniksi sekä luin työtäni moneen otteeseen läpi. Tein lisäyksiä, otin asioita pois mitä koin toistavani paljon.

Valmis tuotos on jokin konkreettinen tuotos. Tutkimuksellinen opinnäytetyö eroaa toiminnallisesta työstä tällä tuotoksella. (Salonen 2013, 19). Valmiina tuotoksena opinnäytetyölläni on neuropsykiatrisen vanhemman arjen toimintakyvyn haasteiden kartoitus lomake sekä tämä raportti.

4.3 Kehittämistyön menetelmät

■ Yhteisideointi

Koko prosessin ajan oleellisimpana menetelmänä oli aivoriihityöskentely dialogisessa vuorovaikutuksessa. Aivoriihi on ongelmanratkaisun menetelmä, jonka tavoitteena on

kehittää suuria ideoita niin, että ryhmän jokainen jäsen on mukana keskustelussa. (Innokylä www-sivut 2012).

On olemassa kolme eri vuorovaikutustyyliä; asiantuntijakeskeisyys, asiakaskeskeisyys sekä dialogisuus. Tätä työtä tehdessäni olen pyrkinyt mahdollisimman paljon olemaan dialogisessa vuorovaikutuksessa muiden toimijoiden kanssa. Nykypäivänä olemme siirtyneet vuorovaikutuksessa arvioimaan myös työntekijöitä ja heidän tapansa toimia, ei pelkästään analysoimaan ja ratkaisemaan asiakkaan ongelmia. Dialogisessa vuorovaikutuksessa tärkeintä on vastavuoroisuus. Dialogisessa vuorovaikutuksessa tulee molempien tulla kuulluksi ja löytää ratkaisu yhdessä. Dialogi sana tulee kreikan sanoista dia (”läpi”) ja logos (”järki”). Nämä sanat muodostavat yhteen liitetynä tavallaan välimaastoa, mikä asiakkaan ja asiantuntijan väliin jää. (Mönkkönen 2018. 107-108.) Dialogisessa vuorovaikutuksessa ei ole tärkeää saada tuotua omaa tietoa esille, kuin pyydettyä. Toisen kuuntelu ja vuorovaikutuksen arvioiminen on kokaikaista. Ammatillisuus ei vähene, vaikka uskaltaisikin riisuutua hetkeksi ammattilaisen roolista ja laskeutua samalla viivalle asiakkaan kanssa. Mönkkönen kirjoittaa kirjassaan Vuorovaikutus asiakastyössä luottamuksen tärkeydestä dialogisen vuorovaikutuksen syntymisessä. Hän kirjoittaa siitä, miten ammattilaisen tulee harjoitella puheeksi ottamisen oikea aikaisuutta. Jos ensimmäisellä kerralla aletaan puhumaan esimerkiksi päihteidenkäytöstä tai muusta asiakkaan terveydentilaa uhkaavasta tekijästä, voi syntyä hyvinkin kiivas keskustelu. Kantaansa ei siis kannata ilmaista heti, vaan asiakkaan täytyy antaa määritellä huolensa omin sanoin. (Mönkkönen 2018. 114.)

Työtä tehdessäni on ollut hyvin tärkeää ottaa sekä toimeksiantajan että asiakkaiden mielipiteet huomioon. Yhdessä mietimme johtajan kanssa kysymyksiä mahdollisimman yksinkertaisiksi ja haastatellessa asiakasta havainnoin jatkuvasti kysymyksien selkeyttä. Pyrin laittamaan kysymyksiin esimerkkejä, jotta työntekijän olisi helpompi käytännöllistää kysymyksiä asiakkaalle. Vaikka sosiaalialalla työssä on usein kiire, niin siitä huolimatta olen kokenut saavani jatkuvasti tukea työlleni ja asioistani ollaan oltu aidosti kiinnostuneita. Tämä on ollut suuri avainsana työni onnistumiselle.

■ Arjen haasteiden kartoituslomakkeen laadinta ja käyttäminen

Laadin kartoituslomakkeen, jonka tarkoitus on lisätä asiakkaan itseymmärrystä yksityiskohtaisilla kysymyksillä, jotta asiakas pystyisi hyväksymään ja ymmärtämään omat haasteensa paremmin. Jos asiakas ei itsekään kunnolla ymmärrä omia haasteitaan arjessa, on siihen myös hyvin vaikea henkilökunnan puuttua. Lomaketta apuna käyttäen ohjaajat/perhetyöntekijät pystyvät paremmin kartoittamaan arjessa esiintyviä haasteita sekä voimavaroja ja työskentelyn aloittaminen tulee helpommaksi.

Vanhemmuuden roolikartassakaan ei ole tarkoitus, että jokaiseen osa-alueeseen panostettaisiin yhtä paljon. Useimmiten vanhempi itse tai ohjaajan kanssa yhdessä löytävät ne kohdat, johon tarvitaan erityistä huomiointia ja ajankäyttöä. Lomakkeen kysymyksiä miettiessäni käytin apuna jo aikaisemmin mainittua ARTO- apuväline lomaketta muokkaamalla kysymyksiä vanhemmuuteen sopivaksi. (Satakunnan sairaanhoitopiiri 2010). Ennen yksikön johtajan tapaamista tein lomakkeesta version, johon olin koonnut omasta mielestäni tärkeimpiä kohtia ja muokannut kysymyksiä alustavasti. Tämän jälkeen haastattelin kolmea eri asiakasta.

Kun lomaketta aletaan asiakkaan kanssa käymään läpi, on syytä varata tälle aikaa, koska hyvin tehty ja täytetty lomake voi käydä liitteenä moneen eri tarkoitukseen. Palaverissa asiakkaan asioista vastaavalle työntekijälle eli useimmiten sosiaalityöntekijälle on helpompi kertoa, mitkä asiat vanhemmuudessa tarvitsevat enemmän tukea, kun tämä kartoituslomake on tehty asiakkaan kanssa. Lomakkeeseen on listattu otsikoita sekä apukysymyksiä, joita tulee asiakkaan kanssa käydä läpi. Kirjaaminen tapahtuu erilliselle paperille asiakkaan kanssa yhdessä. Lomaketta käyttäessä on tärkeää paneutua dialogiseen vuorovaikutukseen asiakkaan kanssa. Jotta asioita pystytään tarkastelemaan molempien näkökulmasta, tulisi jonkinlainen suhde olla jo muodostettuna ennen lomakkeen täyttämistä. Tuoreella vanhemmalla on luonnostaankin haasteita joidenkin asioiden suhteen ja tämä ei tarkoita sitä, että on syytä huoleen tai erityiseen tarkasteluun. Vanhempi kasvaa lapsen kasvaessa ja oppii tunnistamaan erilaisia asioista sekä itsestään että lapsestaan.

Lomaketta tehdessä on yhtä tärkeää, ellei tärkeämpääkin antaa positiivista palautetta asiakkaalle, kun parannettavista asioista.

5 KEHITTÄMISTYÖN TULOKSET

5.1 Työskentelyn arviointi

Työn aloittaminen oli kaikista haastavinta. Suunnitelmaa tehdessä tuntui toisinaan, ettei tämä ole hyvä aihe enkä saa tästä muodostettua hyvää kokonaisuutta. Fiilikset vaihtelivat laidasta laitaan. Välillä tuntui siltä, että ”Jes, tämä on superhyvä!” ja välillä siltä, että ”Haluan vaihtaa aihetta, tästä en saa ikinä koottua mitään viisasta yhteenve-toa.”. Kun suunnitelma oli valmis, olin minäkin valmis aloittamaan työn ja motivaationikin työhön oli tässä kohtaa jo huomattavasti parempi. Motivaatiotani paransi huomattavasti kaikkien toimijoiden tuki. Ajattelin työtäni liian monimutkaisesti ja luulin, että lomakkeen tekemisestä tulee todella haastavaa. Toimeksiantajalta tuli kuitenkin toive, että lomakkeeseen tulisi vain kysymyksiä ja vastaukset kirjattaisiin erilliselle paperille asiakkaan kanssa yhdessä. Tämä helpotti omaa taakkaani paljon, koska olin kehitellyt pääni sisällä lomakkeen tekemisestä ison mörön. Kysymyksien muodostaminen ja muuttaminen vanhemmuuteen sopivaksi oli loppuen lopuksi yksinkertaisempaa mitä olin ajatellut.

Aloitin työn tekemisen lokakuussa 2018 ja pidin työtä mielessä koko prosessin ajan. Koen, että tämä helpotti työn etenemisestä. Työn etenemisessä ei tullut viikkoa pidempiä taukoja, jonka vuoksi kirjoittaminenkin oli suhteellisen helppoa aloittaa aina uudesta. Kirjoitin muistiinpanoja puhelimeeni aina, kun en päässyt kirjoittamaan niitä tähän raporttiin.

Olen ollut tyytyväinen sekä ohjaavaan opettajaan että toimeksiantajaan, joilta olen saanut runsaasti tukea työlleni koko prosessin ajan. Koen, että olemme olleet työni ajan samalla aaltopituudella etenemisestä sekä työn tarpeellisuudesta. Saatu palaute oli rehellistä ja jatkuvasti työtä eteenpäin vievää.

Toimeksiantajalta sain seuraavanlaisen palautteen työskentelystä; ” Sara-Sofia tutustui nepsy-aiheeseen oma-aloitteisesti riittävällä mittakaavalla ja kysyi väliarviointeja ja vinkkejä yksikön johtajalta työn edetessä. Hän toteutti haastattelut asiakasta

kunnioittaen ja otti huomioon haastattelutilanteiden muuttuvat tekijät. Sara-Sofia kuunteli toimeksiantajan toiveita ja toteutti laadukkaasti lomakkeen toiveiden mukaisesti. Yhteistyö oli ammatillista ja toimivaa. Lopputoteutus on hyödynnettävissä laajasti yrityksen eri toimijoiden työskentelyssä. ”

5.2 Tuotoksen arviointi

Lomaketta arvioi Haikaranpesän yksikön johtaja seuraavalla tavalla; ”Arjen toimintakyvyn haasteet näkyvät vahvasti perhetyön yksikön vanhemmuudessa. Asiakasvanhemmilla on usein erilaisia nepsy-haasteita lastenhoidossa sekä kotitalous- ja rahankäyttöasioissa. Haasteita ja vahvuuksia on haastava arvioida ilman selkeää kyselylomaketta pelkän keskustelun avulla. Halusimme tähän tarkoitukseen kyselykaavakkeen, jotta arjen toimintakyvyn kartoitus on helpompaa. Kartoituksen on tarkoitus auttaa ohjaustyöntekijöitä löytämään oikeat ja toimivat työmenetelmät ja -välineet asiakasperheen arjen tueksi. Toteutuksen toivottiin olevan kevyempi ja nopeampi toteuttaa kuin ARTO-lomake se vanhemmuuteen spesifioitu. Toteutettu kartoituslomake vastasi näitä toiveita hyvin. Asiakasvanhemmilla toteutettu kysely onnistui ja asiakkaat kokivat haastattelutilanteet miellyttäväksi. Myös henkilökunta koki menetelmän helpoksi ja arkeen sopivaksi työvälineeksi. Kartoituslomake otetaan Haikaranpesässä osaksi asiakkaan tulohaastattelua ja jatkuvaksi työvälineeksi vanhemmuuden arvioinnissa. Työvälinettä voidaan käyttää kaiken ikäisillä isillä ja äideillä. ”

Testasin lomaketta kolmeen otteeseen asiakkaan kanssa. Kaikki haastateltavat olivat hyvin erilaisia, jonka vuoksi sain mielestäni kattavan kuvan lomakkeen käytettävyydestä.

Lomakkeeseen kokosin kaikki samat otsikot, mitä alkuperäisessäkin ARTO- kartoitus apuvälineessä (Satakunnan sairaanhoitopiiri 2010) eli liikkuminen, pukeutuminen, hygienia, ruoan laittaminen, vuorovaikutus, toiminnanohjauksen valmiudet sekä siivous, vaatehuolto ja asiointi kodin ulkopuolella. (Liite 1). Toimeksiantajan toive oli, että vanhemmuuden arviointi apuväline olisi huomattavasti kevyempi, kuin varsinainen ARTO- kartoitus apuväline. Tässä onnistuin mielestäni hyvin, koska haastattelu

lomakkeen sain supistettua kahteen sivuun ja poimittua asiat, mitkä liittyvät nimenomaan vanhemmuuteen.

Lomaketta oli helppo edetä kysymys kysymykseltä ja kirjata asioita ylös mindmap tyyllisesti asiakkaan kanssa. Etenkin viimeisessä haastattelussa totesin sen, että lomakkeen avulla saa paljon tietoa asiakkaan avun tarpeista sekä voimavaroista, koska haastateltavalla oli paljon erilaisia haasteita omassa arjessaan lapsen kanssa. Kyseisellä ihmisellä arkeen vaikuttavat haasteet liittyivät enemmän häneen itseensä. Lapsen hoidosta hän piti todella hyvää huolta, mutta oma hyvinvointi jäi useassa asiassa toissijaiseksi mikä ennen pitkää vaikuttaa myös lapsen huolehtimiseen. Asiakas osasi mielestäni hyvin kertoa omista haasteistaan, jonka vuoksi aikaisempaa tietoa hänestä ei juuri tarvinnutkaan olla. Saimme koottua asiakkaan kanssa selkeästi avun tarpeita ylös ja kävimme näitä asioita läpi myös henkilökunnan kanssa jälkikäteen. Heidän ratkaistavaksi jää tietysti se, miten asioita lähdetään pala kerrallaan harjoittelemaan. Henkilökunta koki tämän helpottavan työn aloittamista ja lisäävän asiakkaan ja ohjaajan välistä ymmärrystä.

Asiakkaiden tilanteeseen olisin voinut perehtyä hieman enemmän ennen haastattelun tekemistä. Haastateltavista yhden kanssa olin aikaisemminkin ollut tekemisissä. Toisesta minulle ei ollut mitään etukäteistietoja, mutta opiskelija oli tämän haastattelun aikana mukana, joka oli suuri apu tilanteeseen ja tämän avulla saimme haastattelusta irti tarpeeksi.

6 POHDINTA

Kun aloimme työstämään tätä, minulle oli hieman epäselvää, että mistä aloittaisi ja onko tämä nyt todella hyödyllinen aihe. Kuitenkin yksikön johtajan tapaamisen jälkeen asiat valkenivat enemmän ja minulle tuli hyvä fiilis siitä, että tämä tulee olemaan hyödyllinen sekä toimeksiantajalle että minun oppimiselleni.

Tavoitteenani oli tehdä yksikköön kartoituslomake, jonka avulla henkilökunnan ja asiakkaan olisi helpompi löytää neuropsykiatrisen vanhemman vanhemmuudesta sekä hyviä että parannettavia asioita. Onnistuin lomakkeen tekemisessä mielestäni hyvin, mutta haastateltaviin olisi voinut enemmän syventyä ennen lomakkeen täyttämistä. Tämä ei ollut pelkästään minusta itsestäni riippuva asia, koska jotkut haastateltavani asuvat omissa asunnoissa ja tapaavat jo tällä hetkellä monta eri lastensuojelun työntekijää. Olisi kohtuutonta, jos tämän työn takia vielä minä ”ylimääräisenä” työntekijänä olisin alkanut ramppaamaan asiakkaan kotona tutustumassa häneen ja perheeseen. Ehkä kuitenkin tähän olisin voinut vaikuttaa paremmalla asioiden organisoimisella ja ajankäytöllä.

Ajattelen, että työni motivoisi henkilökuntaa perehtymään enemmän asiakkaiden nepsy haasteisiin ja tämän avulla olisi helpompi auttaa asiakasta juuri niissä asioissa, missä tarvitaan apuja. Nyt henkilökunnan ei tarvitse arvuutella, mitkä asiat vanhemmuudessa on laiskuutta, mikä toiminnanohjauksen vaikeutta tai missä osa-alueissa ei ole haasteita. On selkeä lomake, mitä käyttämällä saadaan vastauksia arkeen sekä ohjaajalle että asiakkaalle.

Kirjoittaminen ei ole ollut minulle ikinä kovin helppoa ja tässäkin työssä on välillä joutunut toden teolla pistämään itsensä likoon kirjoittamisen suhteen.

Tietysti koko koulun aikana, mutta erityisesti opinnäytetyön kirjoittamisen aikana oppi vastuunkantamista eri tavalla, koska työn tekeminen oli pelkästään omissa käsissä. Työn aikana oli tärkeä pitää huolta omasta jaksamisesta, työn aikataulutuksesta, yhteydenpidosta muihin toimijoihin sekä työskentelyn laadusta huolen pitäminen.

Erilaisiin lähteisiin tutustuminen, aivoriihi työskentely kokeneen työntekijän kanssa sekä kehittämistoimintana toteutettu opinnäytetyö on lisännyt omaa ammatillista kasvua. Tämä on vahvistanut myös omaa haluani toimia sosiaalialalla lasten- ja nuorten sekä perheiden parissa. Koen, että olen tutustunut työni myötä todella paljon nepsyhaasteisiin ja tämän myötä ymmärrys vanhempia ja heidän lapsiaan kohtaan on kasvanut. Kaiken kaikkiaan työni kehitti sosionomina tarvittavaa osaamista monipuolisesti. Tutustuin itseeni työparina, palautteen antajana sekä palautteen vastaanottajana entistä paremmin. Opinnäytetyössäni opittuja taitoja voi hyödyntää monenlaisissa tehtävissä sosionomina työskennellessä.

LÄHTEET

- Adhd-liiton www-sivut. Aikuisen arki toimimaan- opas. 2017 Viitattu 6.2.2019. https://adhd-liitto.fi/wp-content/uploads/2018/05/aikuisen-arki-toimimaan-opas-2017_kevyt.pdf
- Autismiliiton www-sivut. Aspergerin oireyhtymä. Viitattu 12.12.2018. https://www.autismiliitto.fi/autismikirjo/aspergerin_oireyhtyma
- Heikkilä, A. Jokinen, P. & Nurmela, T. 2008. Tutkiva kehittäminen. Helsinki: WSOY.
- Huotari, A. Niiranen-Linkama, P. Siltanen P. & Tamski E. 2008. Neuropsykiatrinen valmennus, valmentajan käsikirja. Mikkeli: Mikkelin ammattikorkeakoulu
- Innokylän www-sivut. 2018. Viitattu 12.12.2018. <https://www.innokyla.fi/tietoa-innokylasta/innovaatiomalli>
- Kraappa, M. 2018. Autismikirjon naiset ja äitiys. AMK-opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Viitattu 25.2.2019. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/146242/Kraappa_Minna.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Lehmuskolon www-sivut. Viitattu 7.1.2019. <http://www.lehmuskolo.fi/>
- Mönkkönen, K. 2018. Vuorovaikutus asiakastyössä. Asiakkaan kohtaaminen sosi-aali- ja terveysalalla. Helsinki. Gaudeamus.
- Parikka, J. Halonen-Malliarakis, N. & Puustjärvi, A. 2017. Vaikeudesta voimaksi. Helsinki: Finn lectura.
- Radio Aalto. Tällaista on Touretten oireyhtymästä kärsivän J-P:n elämä. 2016. Viitattu 12.2.2019. <https://www.ruutu.fi/video/2460489>
- Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön, opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turku. Viitattu 6.11.2018 <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>
- Satakunnan sairaanhoitopiiri. 2010. ARTO Arjen toimintakyvyn kuvaamisen apuväline. AUNE-hanke. Pori. Satakunnan sairaanhoitopiiri.
- Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä. Vanhemmuuden roolikartta. 2001. Helsinki: Suomen kuntaliitto.
- Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä www-sivut. 2013. Vanhemmuuden roolikartta. Viitattu 8.2.2019. <http://www.vslk.fi/index.php?id=19>
- Vilka, H. Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki. Kustannus-osakeyhtiö Tammi.

Vitun huora mä rakastan sua. 2015. Viitattu 12.2.2019. <https://kurvien.blogspot.com/2015/>

Ylitalo P. (toim.) 2011. Roolikartta vanhemmuuden, parisuhteen ja itsenäistymisen tueksi. Helsinki. Kuntaliitto.

LIITE 1

Neuropsykiatrisen Vanhemman ARjen TOimintakyvyn haasteiden kartoitus apuväline (VARTO)

Tämä lomake on tehty Lehmuskolo Oy:lle. Tätä lomaketta apuna käyttäen pystyt kartoittamaan neuropsykiatrisen vanhemman arjessa esiintyviä haasteita sekä voimavaroja. Lomake on muodostettu Satakunnan sairaanhoitopiirin ARTO-kartoitus apuvälinettä apuna käyttäen.

Tämän avulla henkilökunnan on helpompi tutustua perusteellisemmin asiakkaan tilanteeseen ja avun tarpeisiin.

Alle on listattu otsikoita sekä apukysymyksiä, joita tulee käydä läpi. Kirjaa erilliselle paperille asiakkaan kanssa yhdessä haasteet sekä muut tehdyt havainnot. Kirjaamistyylinä voi käyttää esimerkiksi Mind map- tekniikkaa, joka helpottaa usein myös asiakasta hahmottamaan asiat paremmin.

LIKKUMINEN

- Onko kodin läheisyydessä liikkuminen hankalaa lapsen kanssa? (esimerkiksi roskien vieni tai postin haku)
- Pystytkö ylläpitämään lapsen sosiaalisia suhteita? (esim. lapsen kanssa harrastukset, kavereiden luona käynti)
- Pystytkö käyttämään julkisia liikennepalveluita lapsen kanssa? (bussi, juna)
- Onko sinulla liikkumisen suhteen joitakin pelkoja, jotka voivat vaikuttaa lapseen?
- Onko siirtymätilanteet lapsen kanssa haastavia? Miten?

PUKEUTUMINEN

- Onko haasteita lapsen säänmukaisessa pukemisessa?
- Pystytkö hankkimaan lapselle vaatteita? (riittävästi/ oikeankokoisia/ säänmukaista vaatetta)
- Pystytkö ennakoimaan päiväkotiin tai reissuun tarpeelliset vaatteet? (kuravaatteet, lämpimämpää vaatetta, kumisaappaat)

HYGIENIA

- Vaikuttavatko aistiherkkyydet lapsen hygienian hoitoon? (hammaspesu, suihkussa käynti, pyllyn pesu)
- Tarvitsetko ohjausta/muistutusta lapsen hygienian hoitamisessa?
- Pystytkö huolehtimaan oikeanlaisista hygienia tuotteista? (hammastahna, hammasharja, pesuaineet)

RUOAN LAITTAMINEN

- Valmistatko monipuolista ruokaa?

- Onko itselläsi aistiherkkyksiä liittyen johonkin ruokaan, mikä voisi vaikuttaa lapsen monipuoliseen ruokavalioon?
- Onko ruoan hankinta tai valinta hankalaa ajatellen lasta?
- Onko kaupassa käynnit hankalia? (mm. aistiherkkydet, tavaroiden löytyminen, kauppalistat ja niiden mukaan toimiminen yms.)

VUOROVAIKUTUS

- Pystytkö juttelemaan toisten kanssa ja samalla näyttämään malliesimerkkiä omalle lapselle?
- Jutteletko lapselle?
- Leikitkö/luetko oman lapsen kanssa? Mitä leikkejä?
- Kehutko lastasi? Miten?
- Otatko omaa lasta mukaan arjen toimintoihin? Mihin?
- Osaatko mielestäsi asettua lapsen asemaan? (menetätkö maltin helposti, huudatko, käyttäydytkö aggressiivisesti?) Miten toimit hankalissa tilanteissa?
- Osaatko suhtautua lapsen erilaisiin tunnetiloihin?

TOIMINNANOHJAUKSEN VALMIUDET

- Kestätkö lapsiarjessa tulevat suunnitelmien muutokset? (itsestä riippumaton tai riippuva asia esimerkiksi pommiin nukkuminen, lapsen sairastuminen)
- Osaatko suunnitella/organisoida lapsen kanssa arjen hyvin?
- Tavoitteletko täydellisyyttä? (koti, lapsen kasvatusta, muut ihmissuhteet)
- Tärkeät asiat itselle lapsen kasvattamisessa?
- Onko keskittymisesi joskus niin intensiivistä, että lapsen huomioiminen jää taka-alalle? (vaara tilanteet)
- Pystytkö pyytämään apua tarvittaessa?
- Pystytkö ylläpitämään kodin siisteyttä ja turvallisuutta?

SIIVOUS, VAATEHUOLTO, ASIOINTI KODIN ULKOPUOLELLA

- Huomaatko, milloin lapsen vaatteet pitäisi vaihtaa ja laittaa pesuun?
- Osaatko arvioida itsenäisesti rahojen riittävyttä ja ostosten tärkeyttä? (onnistuuko kaupassa käyminen ilman aikuista tukea?)
- Teetkö hankintoja, joihin rahat eivät riitä ja ovat tarpeettomia ostoksia?
- Pystytkö hoitamaan lapsen asioita? (lääkärin varaaminen, neuvolassa käynti, harrastukset yms.)
- Onko aikojen noudattaminen haasteellista? (myöhästeletkö lapselle tarkoitetuista ajoista)
- Onko käytössäsi kalenteria tai kännykän muistutuksia?
- Vaikuttavatko lapsen tuottamat äänet (kiljahdukset, leikkiminen) asioiden hoitamiseen?

MUITA ARKEEN VAIKUTTAVIA ASIOITA

- Muistivaikkeudet
- Keskittymisvaikeudet
- Jännittäminen
- Voimattomuus/uupumus