

Nea Nieminen, Satu Paronen

# Ensikoti Helmiinan esite

Kuntoutusta harkitsevan rohkaiseminen

---

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sosionomi (AMK)

Sosiaaliala

Opinnäytetyö

26.10.2012

Tekijät Otsikko	Nea Nieminen, Satu Paronen Ensikoti Helmiinan esite
Sivumäärä Aika	Kuntoutusta harkitsevan rohkaiseminen 43 sivua + 5 liitettä 26.10.2012
Tutkinto	Sosionomi (AMK)
Koulutusohjelma	Sosiaaliala
Suuntautumisvaihtoehto	Sosiaaliala
Ohjaajat	Lehtori Seija Mäenpää Lehtori Mervi Nyman
<p>Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli valmistaa esite Ensikoti Helmiinalle. Esite koettiin tarpeelliseksi ensikodissa. Esite annetaan ensikotikuntoutusta harkitseville ja uusille asiakkaille, joten se pyrittiin tekemään mahdollisimman informoivaksi ja toisaalta kuntoutukseen innostavaksi. Työ on tehty yhteistyössä Ensikoti Helmiinan kanssa, joka on pieni ja kodinomainen kuntoutusyksikkö päihdeongelmaisille raskaana oleville naisille sekä vauva-perheille. Ensikotikuntoutukseen osallistuminen on vapaaehtoista, joten asiakkaiden rohkaiseminen kuntoutukseen ja siihen sitoutumiseen koettiin hyödylliseksi.</p> <p>Kyseessä on monimuotoinen opinnäytetyö, joka koostuu kirjallisesta osuudesta sekä esitteestä. Opinnäytetyön kirjallinen osuus ja esite ovat yhdessä toimiva kokonaisuus. Kirjallisessa osuudessa perusteltiin esitteessä tekemiämme valintoja motivaatioon, innostamiseen sekä päihde- ja ensikotikuntoutukseen liittyvillä teorioilla ja ensikodin työyhteisön ja asiakkaiden ajatuksilla sekä palautteella. Motivaatio ja innostaminen tulivat esille jo tavoitteenasettelussa, joten näihin liittyvä teoria koettiin opinnäytetyössä osuvaksi. Lähdetietoja sovellettiin esitteen tarpeita vastaavaksi.</p> <p>Esitteestä tehtiin asiakkaille suunnattu tiivis esittely Helmiinan ensikotikuntoutuksesta. Esitettä suunniteltiin yhteistyössä ensikodin asiakkaiden ja työntekijöiden kanssa. Esitettä ideoitiin sekä arvioitiin tapaamisissa useaan otteeseen prosessin aikana. Ensikodin työntekijöiltä saatiin esitteeseen konkreettista sisältöä ja asiakkaiden avulla tyyli luotiin sopivaksi. Suunnittelutapaamisten sekä teorioiden avulla tehtiin esite, jota kehitettiin palautetta hyväksi käyttäen. Esite sisältää käytännön tietoja, jotka asiakkaan olisi hyvä tietää ensikotiin tullessaan. Esitteen kirjoitustyyliä sekä sisällöllä pyrittiin huomioimaan asiakkaat.</p> <p>Opinnäytetyöprosessi eteni tasaisesti ja työskentely oli sujuvaa. Tapaamiset työntekijöiden ja asiakkaiden kanssa olivat hedelmällisiä, vaikkakin asiakkaiden tapaamiset esitteen ideointivaiheessa jäivät vähäisemmiksi kuin oli suunniteltu. Myös tapaamisten rakenne muuttui prosessin edetessä vapaamuotoisemmaksi. Saadun palautteen perusteella esite oli onnistunut. Esitteen toimivuudesta ei kuitenkaan opinnäytetyön puitteissa saatu tietoa. Jatkossa voisikin tutkia, millaiseksi esitteen saaneet asiakkaat kokevat esitteen ja vaikuttaako se positiivisesti kuntoutukseen lähtemiseen ja siihen sitoutumiseen.</p>	
Avainsanat	ensikoti, päihdekuntoutus, motivoiminen, innostaminen

Authors Title Number of Pages Date	Nea Nieminen, Satu Paronen The Brochure of the Mother and Baby Home Helmiina Encouraging a Client Who Is Considering Rehabilitation 43 pages + 5 appendices Autumn 2012
Degree	Bachelor of Social Services
Degree Programme	Social Services
Specialisation option	Social Services
Instructors	Seija Mäenpää, Senior Lecturer Mervi Nyman, Senior Lecturer
<p>The purpose of our thesis was to make a brochure for the Mother and Baby Home Helmiina. The staff of Helmiina considered it useful. The brochure is given to substance abusing pregnant women and families that are possible clients of Helmiina so we wanted to make it informative enough, yet inviting. The brochure was made in co-operation with Helmiina, which is a small, homelike, child welfare unit for substance abusing families. The care is free for the clients so we feel that it is important to encourage these people to start rehabilitation.</p> <p>We have had several meetings with the staff and the clients where we gathered ideas and talked about the brochure. We also studied theories about motivation, motivating, social animation, substance abusing mixed with parenting and about making a brochure. Using this information and ideas and by learning the theories we made a brochure that we gave to the staff and the clients for assessment. We made changes to the brochure with the help of the feedback we received.</p> <p>We made a five-page informative and inviting introduction about the rehabilitation in the mother and baby home. We made the brochure for the use of Helmiina. We received the informative side from the staff and the ideas of the language and style from the clients.</p> <p>We received assessment from the staff of Helmiina and from the clients. Both suggested some changes to the earlier versions of the brochure. We also received a lot of positive feedback about the idea itself and about the contents of the brochure. The clients and the staff considered it very useful and needed, the information was correct and the brochure was easy to read. The meetings with the staff and the clients were prolific even though we did not have as many meetings with the clients as we planned to. Also the structure of the meetings changed during the process. According to the feedback we got, we succeeded in our work with the brochure. We were not able to test the brochure in a real situation, so it would be interesting to examine how the clients consider it and whether or not it influences the motivation and the beginning of the rehabilitation.</p>	
Keywords	mother and baby home, rehabilitation, motivating, social animation

## Sisällys

1	Johdanto	1
2	Päihteiden käyttö ja vanhemmuus	3
3	Päihteitä käyttävien vanhempien ensikodit	5
3.1	Ensikotitoiminta	5
3.2	Ensikodin asiakkaat	6
3.3	Tarve ja tavoite	7
3.4	Työskentely asiakkaiden kanssa	9
4	Teoreettinen viitekehys	11
4.1	Innostaminen	11
4.2	Motivaatio	12
5	Prosessi	16
5.1	Suunnittelu ja valmistelu	16
5.2	Suunnittelutapaamiset	17
5.3	Palautetapaamiset	19
6	Ensikoti Helmiina –esite	21
6.1	Kannet ja ulkoasu	21
6.2	Tekstin tyyli	24
6.3	Tekstin sisältö	25
6.3.1	Kannustaminen kuntoutukseen	25
6.3.2	Yhteistyöstä kertominen	26
6.3.3	Perustietoa ensikodin toiminnasta	28
7	Työn eettisyys ja arviointi	32
7.1	Eettisyys	32
7.2	Prosessin arviointi	33
7.3	Esite	35
7.4	Kokonaisuuden arviointi	37
8	Pohdinta	39

Liitteet

Liite 1. Infolappu

Liite 2. Ohjaavia kysymyksiä suunnittelutapaamisille

Liite 3. Suunnittelutapaamiset asiakkaiden kanssa

Liite 4. Palautetapaamiset asiakkaiden kanssa

Liite 5. Ensikoti Helmiina

## 1 Johdanto

Naisten raskaudenaikaisesta päihdeidenkäytöstä on ollut viime vuosina keskustelua mediassa päihdeäitien pakkohoitoon liittyen. Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiirissä hoidetaan vuosittain noin 150 päihderiippuvaista synnyttäjää. Sosiaali- ja terveysministeriön lakiluonnos odottavien päihdeäitien pakkohoidosta on valmistumassa vuonna 2012 ja pakkohoito voisi tulla voimaan aikaisintaan vuonna 2014. (Yhä useampi odottava äiti käyttää päihteitä 2011; Päihdeäideille kaavaillaan pakkohoitoa 2012.) Tällä hetkellä päihteitä käyttäville perheille on tarjolla omaa ensikotikuntoutusta, jossa yhdistyvät päihdekuntoutus sekä lastensuojelutyö. Yksi tällaisista ensikodeista on opinnäytetyön yhteistyökumppanimme, Ensikoti Helmiina. (Ympäri vuorokautiset palvelut n.d.) Ensikotikuntoutukseen lähteminen on asiakkaalle vapaaehtoista, tosin lastensuojelu saattaa edellyttää sitä. Ensikotiin lähtemiselle saattaa olla melko suuri kynnyks. Ensikoti Helmiinalla on olemassa asiakkaille suunnattu esite, mutta kyseinen esite kaipaa päivytystä eikä se ole ollut enää käytössä. Sekä ensikodin työyhteisö että opinnäytetyöprosessin aikana tapaamamme asiakkaat pitivät uuden esitteen valmistamista tärkeänä.

Tämän monimuotoisen opinnäytetyön tavoitteena oli tehdä yhteistyössä sekä ensikodin työyhteisön että sen nykyisten asiakkaiden kanssa mahdollisimman motivoiva ja innostava esite Ensikoti Helmiinan kuntoutusta harkitsevalle asiakkaalle. Yhteistyön avulla esitteestä pyritään saamaan samanaikaisesti informatiivinen ja rohkaiseva. Ensikodin on jatkossa tarkoitus antaa esite kuntoutusta harkitseville asiakkaille heidän tutustumiskäynneillään, jolloin se toimisi käyntien tukena muodostaen näin toimivan kokonaisuuden. Nykyiset asiakkaat saavat mahdollisuuden osallistua ensikotityön kehittämiseen esitteen suunnittelun ja arvioimisen muodossa. Asiakkaat olivat esitteen onnistumisen kannalta merkittävässä asemassa. Opinnäytetyömme teoreettinen viitekehys koostuu aihepiirimme kannalta olennaisista käsitteistä. Tiedolla innostamisesta ja motivaatiosta olemme pyrkineet selittämään esitteen merkitystä ja toisaalta löytämään keinoja tehdä esitteestä tavoitteitamme vastaava. Lisäksi olemme tutustuneet päihderiippuvuuden ja vanhemmuuden yhdistymisestä aiheutuviin ongelmiin sekä ensikotikuntoutukseen. Näiden avulla voimme tarkastella asiakkaan innostamista ja motivoimista juuri päihderiippuvuuden, ensikotikuntoutuksen ja vanhemmuuden tukemisen kannalta.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos määrittelee päihderiippuvuuden pitkäaikaiseksi sairaudeksi. Riippuvuudelle on ominaista kyvyttömyys käytön säätelyyn, päihdyttävän aineen sietokyvyn nousu sekä käytön lopettamista tai vähentämistä seuraavat vieroitusoireet. (Päihderiippuvuus 2007.) Päihteiden käyttöä ja vanhemmuutta käsitellään paljon äitien ja raskauden näkökulmasta. Lisäksi ensikodin asiakkaista suurin osa on naisia, joten olemme myös saaneet enimmäkseen naisilta ajatuksia ja palautetta esitteeseen liittyen. Näistä syistä työemme on tehty pääosin äitiyden näkökulmasta. Olemme kuitenkin pyrkineet siihen, että esite soveltuisi myös perheille tai isille.

Esitettä olemme suunnitelleet sekä ensikodin työntekijöiden että asiakkaiden kanssa. Tässä opinnäytetyössä tarkoitamme Ensikoti Helmiinan asiakkailta niitä henkilöitä, jotka ovat tällä hetkellä tai aikaisemmin olleet ensikodissa asiakkaina ja joiden kanssa olemme yhteistyössä suunnitelleet esitettä tai joilta olemme pyytäneet palautetta. Ensikodin mahdollisilla ja tulevilla asiakkailta tai ensikotikuntoutusta harkitsevilla asiakkailta tarkoitamme opinnäytetyömme ensisijaista kohderyhmää, eli ensikotiin mahdollisesti tulevia asiakkaita, joille esite on suunnattu. Asiakkaiden kanssa olemme järjestäneet suunnittelu- sekä palautetapaamisia. Työntekijöiltä saimme ennen esitteen tekoa paljon toiveita ja ehdotuksia esitteen sisältöä koskien ja myöhemmin palautetta. Esite (Liite 5) on A5-kokoinen vihkonen, jossa kerrotaan tiiviisti, yleiskieltä käyttäen arjesta ja kuntouksesta ensikodissa. Esitteeseen on liitetty asiakkaiden lausahduksia.

Opinnäytetyömme kirjallisessa osuudessa tarkastelemme aluksi päihderiippuvuuden vaikutuksia lasten ja päihteitä käyttävien naisten kannalta. Tämän jälkeen tutustumme ensikotitoimintaan, ensikodin asiakkaisiin kohderyhmänä sekä pohdimme työemme tarvetta ja tavoitteita. Neljännessä kappaleessa avaamme työemme teoreettista viitekehystä, motivaatiota ja innostamista. Prosessi -kappaleessa kuvaamme työskentelyämme esitteen suunnittelusta palautteen saamiseen. Kuudennessa kappaleessa käymme läpi valmista tuotosta ja perustelemme sen suhteen tekemiämme valintoja ulkoasun, tyylin ja sisällön näkökulmasta. Tämän jälkeen pohdimme opinnäytetyön onnistumista ja sen eettisyyttä. Lopuksi kokoamme ajatuksiamme yhteen.

## 2 Päihteiden käyttö ja vanhemmuus

Naisten alkoholinkäyttö Suomessa kuusinkertaistui vuodesta 1968 vuoteen 2008. Samalla aikavälillä miesten alkoholinkäyttö kaksinkertaistui. Sukupuolikohtaisen alkoholinkulutuksen ero vähentyi seitsemänkertaisesta kolminkertaiseen. Vuonna 1968 naiset joivat keskimäärin kerran kuukaudessa, vuonna 2008 käyttöä oli lähes viikoittain. (Mäkelä – Mustonen – Tigerstedt 2010: 289.) Suomessa alkoholia on tarjolla useissa paikoissa ja tilaisuuksissa. Tämä nousee haasteeksi etenkin, jos alkoholinkäytön haluaa lopettaa. Naisen alkoholiongelman erityispiirteenä on siihen usein liittyvä häpeä, joka korostuu etenkin raskausaikana. (Andersson 2011: 64.)

Alkoholin käyttö naisten keskuudessa on siis Suomessa lisääntynyt viimeisten vuosikymmenien aikana. Tällä hetkellä raskaudenaikainen alkoholinkäyttö on länsimaissa yksi merkittävimpiä kehitysvammaisuuden aiheuttajia. Raskaudenaikaisen alkoholinkäytön on todettu voivan aiheuttaa laajan oireiden kirjon. Tästä oireiden kirjosta käytetään termiä FASD (*fetal alcohol spectrum disorders*). Äidin raskaudenaikainen alkoholinkäyttö voi aiheuttaa eriasteisia haittoja, jotka voivat olla vakavista vaurioista vaikeasti tunnistettaviin ongelmiin tarkkaavaisuudessa sekä toiminnan säätelyssä. Vaurioita voi aiheutua raskauden kaikissa vaiheissa. Kuitenkin vain osalle alkoholille altistuneista lapsista aiheutuu selkeitä vaurioita. (Vaarla 2011: 8-9.) Vuosittain Suomessa syntyy noin 60 lasta, jotka saavat FAS-diagnoosin. Osittainen FAS tai jokin muu alkoholin aiheuttama hermovaurio todetaan yli 200 vastasyntyneellä. (Vuori-Kemilä – Stengård – Saarelainen – Annala 2007: 81.) Autti-Rämö (2011: 30) myös toteaa sikiöaikaisen alkoholi-altistuksen olevan suurin yksittäinen pysyvän keskushermostovaurion aiheuttajista ja niistä ainoa täysin ennaltaehkäistävässä oleva. Erityisesti suuret annokset ja pitkään jatkuva juominen ovat vahingollisia sikiölle, mutta myös äidin kohtuullisella alkoholinkäytöllä on havaittu olevan heikentäviä vaikutuksia lapsen oppimistuloksiin. Tarkkaa riskirajaa alkoholinkäytön suhteen ei tunneta, joten nykyisissä suosituksissa alkoholia kannattaa välttää koko raskauden ajan. (Vaarla 2011: 9.)

Alkoholin lisäksi meillä käytetään myös muita päihteitä. Suomessa huumeongelmat ovat lisääntyneet runsaasti vasta 1990-luvulla, mikä on näkynyt myös ensikotien asiakaskunnassa (Vaarla 2011: 65). Huumeiden vaikutuksia sikiöön ei tunneta yhtä hyvin kuin alkoholin vaikutuksia, mutta pääsääntöisesti ne ovat samansuuntaisia kuin alkoholin vaikutukset. Keskenmenon ja raskaudenaikaisten häiriöiden riski suurenee ja synnytykset ovat usein vaikeampia. Huumeusaineiden käyttöön voi lisäksi liittyä bakteri- ja



maksatulehduksia sekä HIV-tartuntavaara. Lisäksi syntyvällä lapsella saattaa ilmetä vakavia vieroitusoireita. (Havio – Inkinen – Partanen 2008: 173.)

Päihdeongelma muodostaa ison riskin myös kiintymyssuhdehäiriön syntymiselle. Raskauden aikana äidin tulisi valmistautua synnytykseen ja äitiyteen. (Andersson 2011: 62-63.) Lapsen kehitys ja kiintymyssuhteen laatu tapahtuvat oleellisesti varhaisten vuorovaikutussuhteiden varassa. Äidin päihteiden käyttö aiheuttaa suuren riskin vuorovaikutussuhteen vääristymille. (Pajulo – Kalland 2011: 160.) Pieni lapsi kasvaa ja kehittyy nimenomaan näiden varhaisten vuorovaikutussuhteiden varassa. Vanhemman on kyettävä riittävän herkästi vastaanottamaan vauvan viestejä, tulkitsemaan ne oikein ja reagoimaan niihin tarpeeksi nopeasti. Kehitykselle on tärkeää vanhemman toiminnan enustettavuus ja johdonmukaisuus. (Andersson – Kolari 2012.) Äidin kuntoutuminen on edellytys turvallisen kiintymyssuhteen muodostumiselle ja vauvan terveelle kehitykselle. Muun muassa Pidä kiinni® -hoidosta saadut kokemukset kertovat, että lapsi kehittyy hyvin kun kiintymyssuhde on syntynyt vauvan ja vanhemman välille ja varhainen vuorovaikutus toimii. Terveen kiintymyssuhteen syntyminen on lapselle eduksi, vaikka äiti myöhemmin palaisikin käyttämään päihteitä. Lapsi on tällöin valmiimpi mahdolliseen huostaanottoon ja uuden kiintymyssuhteen luomiseen. (Andersson 2011: 62-63.) Tämän vuoksi ensikotikuntoutuksesta voidaan olettaa olevan hyötyä myös, vaikka äiti ei loppujen lopuksi raitistuisikaan.

### 3 Päihteitä käyttävien vanhempien ensikodit

Päihteiden käyttämisen ja vanhemmuuden yhdistäminen voi olla ongelmallista. Tässä kappaleessa käsittelemme päihteitä käyttävien vanhempien ensikoteja ja paneudumme erityisesti opinnäytetyön yhteistyökumppanimme yksikössä Ensikoti Helmiinassa tehtävään työhön. Tarkastelemme ensikodin asiakaskuntaa opinnäytetyömme kohderyhmänä, jonka jälkeen avaamme vielä työmme tarkoitusta sekä tavoitteita ensin kuntoutusta harkitsevien näkökulmasta ja sitten esitteen tekoprosessiin osallistuneiden asiakkaiden näkökulmasta.

#### 3.1 Ensikotitoiminta

Ensikoti Helmiina on Helsingin ensikoti ry:n alainen yksikkö. Helsingin ensikoti ry on yksi Ensi- ja turvakotien liiton jäsenyhdistyksistä. Ensi- ja turvakotien liitto on valtakunnallinen lastensuojelujärjestö, se toimii 29 jäsenyhdistyksen keskusjärjestönä. Jäsenyhdistykset pitävät yllä 10 ensikotia, kuutta päihdeongelmiin erikoistunutta ensikotia ja 14 turvakotia. Näiden lisäksi jäsenyhdistysten alaisina toimii avopalveluita. (Ensikodit n.d.) Helsingin ensikoti ry on voittoa tavoittelematon kansalais- ja lastensuojelujärjestö, jonka tarkoituksena on perheiden tukeminen, jotta lasten tarvitsema hoiva ja huolenpito sekä ikätason mukainen kasvu voitaisiin turvata. (Toiminta 2011: 4; Me n.d.) Helsingin ensikoti ry perustettiin vuonna 1936 käynnistämään ensikotitoiminta Suomessa. Ensimmäinen ensikoti otettiin käyttöön vuonna 1942. Tavoitteena oli turvata avioliiton ulkopuolella syntyneiden lasten oikeus kasvuun vanhempansa kanssa. (Me n.d.) Helsingin ensikotiyhdistyksen toimintaa ohjaavia arvoja ovat lapsen ensisijaisuus, tasa-arvo ja oikeudenmukaisuus, muutokseen uskominen, ammatillisen osaamisen ylläpito sekä turvallinen ympäristö (Toiminta 2011: 4).

Ensikodilla tarkoitetaan ympärivuorokautista lastensuojeluyksikköä, johon äidit tai vanhemmat tulevat raskauden aikana tai pienen lapsen kanssa asumaan. Ensikotityöhön kuuluu vanhemmuudessa ja elämänhallinnassa tukeminen ja toisaalta vanhemmuuden arviointi. Työ on ennaltaehkäisevää ja toisaalta korjaavaa. Kuntoutuksen tavoitteena on lapsen riittävä huolenpito, vanhemmuuden vahvistuminen sekä arjen hallinta. Kuntoutus perustuu yksilölliseen hoito- tai kuntoutussuunnitelmaan, jonka laativat yhdessä perhe, ensikodin työntekijät, lastensuojelutyöntekijät sekä mahdollisesti muut yhteistyötahot. Tarvittaessa perhettä tuetaan lapsen sijaishuoltoon siirtymisessä. (Toiminta

2011: 5.) Päihteitä käyttävien perheiden hoidossa yhdistyvät lastensuojelutyö sekä päihdekuntoutus. Tavoitteena ensikotihoidossa on lapsen kehityksen riittävä turvaaminen ja riittävän hyvä vanhemmuus. Hoidolla pyritään ehkäisemään päihteidenkäytön aiheuttamia sikiövaurioita sekä vahvistamaan vauvaperheen arjen hallintaa. (Ympäri-vuorokautiset palvelut n.d.)

Opinnäytetyön yhteistyökumppanimme, Ensikoti Helmiina on yhteisökuntoutukseen perustuva päihderiippuvaisille perheille suunnattu kuntoutusyksikkö, jossa voi samanaikaisesti olla viisi perhettä. Vuodesta 2011 lähtien yhdessä perheessä kerrallaan isä on voinut olla ympärivuorokautisesti mukana kuntoutuksessa. Muut isät voivat olla mukana avoasiakkaina. (Toiminta 2011: 22.) Ensikoti Helmiina on osa Pidä kiinni® -hoitojärjestelmää. Pidä kiinni® -hoitojärjestelmä on luotu Ensi- ja turvakotien liiton kymmenvuotisessa (1998-2008) Pidä kiinni® -projektissa, jonka tarkoituksena oli kehittää hoitojärjestelmä päihteitä käyttäville raskaana oleville naisille sekä vauvaperheille. Projektin rahoittajana oli Raha-automaattiyhdistys. (Andersson – Hyytinen – Kuorelahti 2008: 17.) Ensikoti Helmiina noudattaa Pidä kiinni® -hoitojärjestelmän tavoitteiden mukaista perustehtävää, eli tukee äidin halua päihdeettömyyteen sekä toimivaan vuorovaikutukseen lapsen kehityksen turvaamiseksi. Tavoitteena on myös kehittää päihteitä käyttävien vauvaperheiden kohtaamista, tukemista sekä hoitoon ohjaamista. (Toiminta 2011: 21.) Nimitys Pidä kiinni® tulee Donald Winnicotin käsitteestä kiinnipitävä ympäristö. Kokemus kiinnipitävästä ympäristöstä eli siitä että työntekijät tarjoavat asiakkaalle mahdollisuutta hoitoon ja ovat hänestä huolissaan voi olla päihderiippuvaiselle asiakkaalle merkittävä. (Andersson 2008: 17-21.)

### 3.2 Ensikodin asiakkaat

Ensikodin asiakkaat ovat monimuotoinen kohderyhmä. Asiakkaita yhdistää päihderiippuvuus sekä vanhemmuus. Asiakkaat ovat ensikotiin tullessaan joko raskaana tai heillä on pieni lapsi. Vuonna 2011 ensikoti Helmiinan aikuisten asiakkaiden ikä on ensikotiin tullessa vaihdellut 17-vuotiaasta 39 vuoteen (Toiminta 2011: 23). Helsingin ensikoti ry:n asiakkaista monet olivat kokeneet lapsena turvattomuutta, kaltoinkohtelua sekä väkivaltaa. Lapsuudessa ja nuoruudessa aiheutuneet traumakokemukset näkyivät asiakkaissa mielenterveysongelmina. Lisäksi pitkä lastensuojeluhistoria oli asiakkailla tyypillistä. (Toiminta 2011: 5.) Samankaltaisista kokemuksista ja ongelmista huolimatta ihmiset kokevat asiat erilaisilla ja erilaiset kokemukset vaikuttavat ihmisiin yksilöllisesti (Vuori-Kemilä yms. 2007: 46). Ensikotiin lähetetään ja hakeudutaan eniten raskauden toisen

ja kolmannen raskauskolmanneksen aikana. Asiakkaita tulee kaikista yhteiskuntaluokista. (Andersson 2011: 65-66.)

Usein päihdeongelman syntyminen on kestänyt pitkän aikaa ja se on sidoksissa kehityshistoriaan, esimerkiksi varhaisiin vuorovaikutussuhteisiin. Tällöin myös toipuminen on kokonaisvaltaista ja vaatii pitkäjänteisyyttä. Päihdeongelmaisilla tavallista on myös heikko itsearvostus, vähäiset keinot itsesääteilyyn ja puutteelliset sosiaaliset taidot. Usein päihdeongelmaiset ovat kokeneet paljon hylkäämistä elämänsä aikana. (Vuori-Kemilä yms. 2007: 46.) Anderssonin (2011: 62) mukaan päihteitä käyttävien äitien ja perheiden kuntoutukseen erikoistuneiden ensikotien asiakkaista suurin osa on sekakäyttäjiä.

Autettavana oleminen asiakkaan tai potilaan roolissa voi järkyttää ihmisen minäkäsitystä jossain määrin ja alemmuuden tunteet saattavat olla vahvoja. Asiakas saattaa kokea tulevaisuuden holhotuksi tai nöyryytetyksi. Kärsimystä asiakkaalle aiheuttavat myös yhteiskunnalta tulevat negatiiviset asenteet päihdeongelmaista kohtaan. Kaikesta kärsimyksestä huolimatta vaikeistakin psyykkisistä ongelmista kärsivällä ihmisellä voi olla suuria voimavaroja, joiden avulla he pystyvät selviytymään vaikeuksista. (Vuori-Kemilä yms. 2007: 46-48.)

### 3.3 Tarve ja tavoite

Koimme asiakkaiden innostamisen kuntoutukseen tärkeäksi monesta syystä. Päihderiippuvaisen naisen raskautta pidetään suuren riskin lisäksi myös suurena mahdollisuutena. Päihteiden käyttö raskausaikana voi aiheuttaa sikiölle vakavia vaurioita ja lisätä raskaudenaikaisia häiriöitä (Havio yms. 2008: 173; Vaarla 2011: 8-9.) Tämän lisäksi vanhempien päihderiippuvuus aiheuttaa riskin kiintymyssuhteen syntymiselle, mikä taas voi johtaa vakaviin myöhempisiin ongelmiin. Toisaalta juuri raskaus usein motivoi päihteiden käytön lopettamiseen. (Andersson 2011: 67.) Ensikotityössä tuetaan päihdekuntoutuksen lisäksi lapsen ja vanhemman varhaista vuorovaikutusta ja siten turvallisen kiintymyssuhteen muodostumista (Toiminta 2011: 21). Kokemuksilla vanhempiensa hoivasta lapsi rakentaa kuvaa itsestään, siitä millainen hän on. Lapset, jotka kokevat olonsa turvalliseksi ovat vähemmän stressaantuneita ja kokevat itsensä hyväksi ja tärkeäksi. Jatkossa lapsi siirtää varhaisessa kiintymyssuhteessa kokemansa mallin muihin ihmissuhteisiinsa. Negatiiviset kokemukset aiheuttavat esimerkiksi luottamuksen puutetta tai liiallista luottamusta. (Andersson – Kolari 2012.) Varhaisen kiintymys-

suhteen syntyessä lapsi pystyy myöhemmin kiinnittymään uuteen hoitajaan, vaikka aikaisempi suhde katkeaisi, joten vauvan viettämä aika ensikodissa on lapselle hyödyksi, vaikka oma vanhempi ei jatkossa pystyisikään hänestä huolehtimaan. (Andersson 2011: 67.) Onnistuneesta ensikotiajasta hyötyisivät siis riittävää huolenpitoa ensikodissa saanut, turvallisen ja päihteettömän vanhemman lapsi kuin myös päihdekuntoutuksesta henkilökohtaisesti hyötynyt äiti sekä mahdollisesti myös mukana kuntoutuksessa ollut isä.

Tavoitteena opinnäytetyössämme oli tehdä Ensikoti Helmiinalle esite, joka rohkaisee ja motivoi mahdollisia uusia asiakkaita lähtemään kuntoutusjaksolle. Koski-Jännes, Riittinen ja Saarnio (2008: 36) kirjoittavat motivoivista interventioista eli väliintuloista, jotka voivat saada muutosta harkitse mattoman asiakkaan siirtymään tilanteeseen, jossa hän on halukas, valmis ja kykeneväinen tekemään muutoksen. Tekemällä esitteestä mahdollisimman motivoivan tavoittelemme samankaltaista vaikutusta, tosin tarkoituksena on pääasiallisesti vahvistaa asiakkaan jo olemassa olevaa halua aloittaa kuntoutus.

Esite annetaan asiakkaille, jotka jo harkitsevat ensikotikuntoutuksen aloittamista. Ennen ensikotiin tulemistä asiakkaat tavallisesti käyvät ensikodissa tutustumiskäynneillä. Tutustumiskäynneillä käydään läpi asiakkaan tilannetta ja esitellään ensikoti. Tutustumiskäyntien jälkeen asiakas päättää, haluaako hän aloittaa ensikotikuntoutuksen. Kun esite annetaan asiakkaalle näillä tutustumiskäynneillä, hän pääsee itse, omassa rauhassa käymään läpi esitettä ja käyttämään sitä apuna pohtiessaan päätöstään. Ensikodissa on koettu, että asiakkaiden tutustumiskäynneillä esiin nousseita asioita on unohtunut ensikotikuntoutuksen alkaessa ja kaikki asiakasta mietityttävät kysymykset eivät ole välttämättä edes nousseet tutustumiskerroilla esille. Tämän takia olisi hyvä, että ensikodilla olisi antaa kuntoutuksesta kiinnostuneelle mukaan innostava esite, jossa kuntoutuspaikka ja kuntoutus esitellään lyhyesti ja selkeästi.

Esitteellä halutaan kertoa kuntoutusta harkitsevalle, millainen paikka juuri tämä kyseinen ensikoti on. Asiakas halutaan tutustuttaa ensikotiin ja tuoda Helmiinasta esiin positiiviset puolet pitäen ensikodista annettavan kuvan kuitenkin todellisuutta vastaavana. Ensikodissa on paljon hyvää, mutta kuntoutukseen liittyy myös asioita, jotka asiakkaat saattavat kokea negatiivisina. Kyseessä on kuntoutus ja siihen liittyy erilaisia sääntöjä. Esitteellä ei haluta johtaa ketään harhaan vaan pyrimme antamaan Helmiinasta ja kuntoutuksesta realistisen kuvan. Suunnitteluvaiheessa asiakkaat korostivat realistisen, ei liian ihannoivan kuvan antamista. Toisaalta mahdolliset negatiiviset asiatkin pyrimme

tuomaan esille positiivisessa mielessä, esimerkiksi huomioimalla, että päihteettömyydellä luodaan turvallista ympäristöä. Positiivisella realistisuudella uskomme kuntoutukseen lähtevän niiden asiakkaiden, jotka siihen tässä vaiheessa voisivat olla valmiita. Lisäksi kun asiakas jo ennen varsinaisen kuntoutuksen alkua tietää, mistä on kyse, mihin se perustuu ja mitä tavoitellaan, saattaa sitoutuminen toimintaan olla alusta asti helpompaa. Esite kehitetään ensikodin käyttöön mahdollisille uusille asiakkaille sekä yhteistyötahoille, esimerkiksi sosiaalityöntekijöille, annettavaksi. Vaikka esite kirjoitetaan ja suunnataan asiakkaille, uskomme sen tarjoavan tarpeellista tietoa myös muille.

Tavoitteen saavuttamiseksi koimme, että esitteen tekoon tarvittiin yhteistyötä sekä ensikodin työyhteisön että asiakkaiden kanssa. Uskomme, että ensikodin asiakkaat pysyvät antamaan meille tärkeää tietoa siitä, miten ja millaisin keinoin asiakkaita kannattaa lähestyä motivoimisen näkökulmasta ja millaiset asiat he näkevät esitteessä merkittäviksi. Yhteistyöllä asiakkaiden kanssa pyrimme saamaan esitteestä asiakaslähtöisen, helposti lähestyttävän ja realistisen. Asiakkaiden avulla tarkoituksena oli pyrkiä vähentämään esimerkiksi ammattikielen käyttöä sekä vain sosiaalialan ammattilaisten omien ajatusten esiintuomista esitteessä. Asiakkaan näkökulman esille saaminen on tarpeellista ammatillisen näkökulman lisäksi. Asiakkaan omien tulkintojen tulee olla auttamisen lähtökohtana ja asiakkaan tilanteesta täytyy olla laaja kokonaiskuva, jotta asiakasta voidaan auttaa. (Vuori-Kemilä yms. 2007: 67.) Työyhteisöltä saamme toisaalta tietoa siitä, millaisia asioita heidän mielestään esitteessä tulee olla ja millaiset asiat uusia asiakkaita usein mietityttävät ensikotiin lähtemistä harkittaessa.

### 3.4 Työskentely asiakkaiden kanssa

Opinnäytetyön kohderyhmän lisäksi koemme, että työstämme voivat hyötyä myös nykyiset asiakkaat, jotka ovat osallistuneet esitteen ideoimiseen, suunnitteluun, kehittämiseen sekä arviointiin. Päihdeongelman ja vanhemmuuden yhdistämisen sekä kuntoutuksen tuntevat asiakkaat tavoitimme ensikodin kautta. Nykyisten asiakkaiden näkökulmasta opinnäytetyön tavoite on antaa nykyisille asiakkaille mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa positiivisesti muihin ihmisiin, jotka ovat samassa tilanteessa kuin he ovat olleet. Innostamisessa osallisuus toteutuu siten, että ihmiset vuorovaikutuksessa toistensa kanssa työskentelevät yhteisen päämäärän saavuttamiseksi. Innostamisen tavoite on saada aikaan muutoksia yhteiskunnassa osallistumisen kautta. (Kurki 2000: 89.) Asiakkaat eivät välttämättä ole tietoisesti pyrkineet tekemään muutoksia yhteiskunnassa, mutta esitteellä voidaan mahdollisesti vaikuttaa useiden ihmisten elämään.

Tavoittemme on innostaa nykyisiä asiakkaita tekemään konkreettista hyvää toisille samassa tilanteessa oleville asiakkaille esitteen muodossa. Toivoimme, että prosessissa auttaminen tuntuu asiakkaista mielekkäältä. Toivoimme asiakastapaamisten ja esitteen suunnittelun sekä heidän kokemuksistaan ja ajatuksistaan keskustelemisen myös vahvistavan asiakkaiden sisäistä voimantunnetta luottamuksellisessa ilmapiirissä. Sisäinen voimantunne on omia voimavaroja ja vastuullista luovuutta vapauttavaa tunnetta. Sisäisen voimantunteen saavuttaneista heijastuu myönteisyys ja positiivinen lataus, joka on yhteydessä hyväksyvään luottamukselliseen ilmapiiriin ja arvostuksen kokemiseen. (Siitonen 1999: 61.) Hyödynnämme innostamisen ja sosiaalipedagogiikan teoriaa näiden tavoitteidemme saavuttamiseksi.

## 4 Teoreettinen viitekehys

Opinnäytetyömme teoreettinen viitekehys muodostuu innostamisesta sosiaalipedagogiikan erityisenä työmuotona sekä motivaatioon liittyvästä tiedosta niin käsitteen tarkastelun kuin siihen vaikuttamisen kannalta. Tässä kappaleessa tarkastelemme näitä kokonaisuuksia osana opinnäytetyön tavoitteitamme.

### 4.1 Innostaminen

Innostaminen luetaan kuuluvaksi sosiaalipedagogiikan työmuotoihin. Sosiaalipedagogiikka itsessään voi tarkoittaa työmuotoa, toimintajärjestelmää sekä tähän liittyvää koulutusta. Sosiaalipedagogiikassa korostetaan ihmisen inhimillisyyden, henkisten arvojen ja yhteisöllisyyden edistämistä yhteiskunnassa kasvatuksellisten keinojen kautta. Sosiaalipedagogisella työllä pyritään lievittämään yksilöiden ja yhteisöjen sosiaalisia ongelmia. (Kurki 2000: 44.) Sosiaalipedagogisessa työssä on keskeistä auttaa ihmistä itseapuun, mikä vaatii subjektiuden vahvistamista. Sosiaalipedagogisessa työssä suositetaan luovia työmuotoja, jotka auttavat asiakasta löytämään uutta sisältöä elämään, kehittämään itseään ja avaamaan uusia mahdollisuuksia elämässä. Sosiaalipedagogisessa työssä tärkeää on saada ihmisen tahto muutokseen heräämään ja vahvistaa tai ylläpitää sitä. (Hämäläinen 1999: 61-71.) Vaikka innostaminen ja sosiaalipedagogiikka liittyvät läheisesti toisiinsa, innostamisella on kuitenkin omat piirteensä, joten sitä voidaan tarkastella itsenäisesti (Kurki 2000: 46).

Innostamisen tavoitteena on edistää ihmisten järjestäytymistä sekä aktiviteettien syntymistä ja niiden avulla oppimista tekemällä ja kokemalla (Kurki 2000: 136). Innostamisessa yritetään parantaa ihmisen elämänlaatua. Innostaminen on ihmisten välisen vuorovaikutuksen lisäämistä, tietoisuuden herättämistä ja itsensä toteuttamisen elävöittämistä. Innostamisen myötä ihmiset huomaavat miten heidän toiminta on yhteydessä yhteiskunnalliseen toimintaan. (Kurki 2000: 19-20.) Uskomme, että kuntoutukseen lähteminen ja siihen sitoutuminen parantaisi uusien asiakkaiden elämänlaatua huomattavasti. Innostamisen kautta pyrimme osallistamaan myös nykyisiä ensikodin asiakkaita mukaan sosiaaliseen ja luovaan esitteen tekoon, josta on hyötyä tuleville asiakkaille. Sosiokulttuurisessa innostamisessa herätetään asiakkaan tietoisuutta hänen mahdolli-



suudestaan toimia aktiivisesti niin itsensä kuin yhteisönsäkin kehittämiseksi (Hämäläinen 1999: 72).

Innostaminen on kasvatuksellista - se auttaa ihmisen sosiaalista kasvua, sosiaalisen tietoisuuden heräämistä sekä sosiaalista sitoutuneisuutta. Kasvatus innostamisen yhteydessä ajatellaan ihmisten auttamiseksi, jotta he pystyisivät toimimaan kaikilla elämänsä osa-alueilla ja toteuttamaan itseään. Aikuiskasvatuksessa innostamisen tehtäväksi katsotaan syrjäytyneiden ihmisten kykyjen vahvistaminen siten, että he pystyvät osallistumaan, kommunikoidaan toisten kanssa sekä tiedostamaan ympäristöään sitä havainnoiden ja pohdiskellen. Ihmisen tulisi oppia uusia tapoja elää elämäänsä. (Kurki 2000: 41-43.) Nykyiset asiakkaat saavat mahdollisuuden esitteen suunnittelussa sekä palautekerroilla pohtia omia kokemuksiaan ensikotiin tulosta ja ensikotikuntoutuksesta. Lisäksi he saavat jakaa niitä muiden osallistujien kanssa.

Sosiaalipedagogiikassa tavoitteena on yksilön aktivoiminen yhteiskunnalliseen toimintaan eli vahvistaa asiakkaan osallisuutta yhteiskunnallisesti, jotta hänen elinolonsa paransivat (Mönkkönen – Nurro – Väisänen 1999: 18). Osallisuus on yhteisössä osallistumista ja siinä osallisena olemista ja se antaa mielekästä merkitystä ja hyvinvointia asiakkaan elämään (Karjalainen 2012). Osallisuuden myötä halu toimia ja vaikuttaa kasvavat ja asiakkaan on helpompaa tehdä parempia päätöksiä (Mitä osallisuus on? n.d.). Nykyisten asiakkaiden osallistuminen esitteen tekoon on sosiaalista kanssakäymistä toisten ihmisten kanssa. Toivomme, että esitteen tekoon osallistuminen ja auttaminen valmiin tuotoksen aikaan saamisessa tuottaa asiakkaille onnistumisen tunteita. Onnistumiset ylläpitävät motivaatiota ja tuottavat onnistumisen kokemusta ja näin ollen kasvattavat luottamusta muutosten saavuttamiseen (Vuori-Kemilä yms. 2007: 57).

## 4.2 Motivaatio

Tutustuimme erilaisiin motivaation määritelmiin ja motivoitumiseen vaikuttaviin asioihin. Motivaatiolla voidaan viitata hyvin erilaisiin asioihin ja sitä pystytään määrittelemään sekä luokittelemaan useilla eri tavoilla. Motivaatio voidaan esimerkiksi nähdä pysyvänä ominaisuutena tai tilanteen mukaan muuttuvana ominaisuutena. Se voidaan jakaa ulkoiseen ja sisäiseen motivaatioon. Ulkoisella motivaatiolla tarkoitetaan, että yksilö tekee jotakin itsensä ulkopuolelta tulevista syistä. Sisäisessä motivaatiossa yksilö on sen sijaan kiinnostunut tekemisestä tekemisen itsensä vuoksi. Lisäksi motivaatio pystytään jakamaan lähestymis- sekä välttämismotiiveihin. Tällä tarkoitetaan, että ihmiset pyrkivät

saamaan mielihyvää tuottavia ja välttämään negatiivisia kokemuksia. Motivaatio voidaan määritellä sisäiseksi tilaksi, joka saa aikaan, ylläpitää ja ohjaa toimintaa. Motivaation on ajateltu vaikuttavan yksilön käyttäytymiseen ja toimintaan liittyviin valintoihin. Tämän valinnan lisäksi motivaatio vaikuttaa siihen, miten määrätietoisesti, intensiivisesti ja sitkeästi hän toimintansa suorittaa. Motivaatio vaikuttaa myös yksilön ajatteluun ja tunteisiin toimintaa suorittaessa. (Lehtinen - Kuusinen - Vauras 2007: 177-179.)

Millerin ja Rollnickin (2002: 10-11) mukaan motivaatioon kuuluu kolme tärkeää osaluuetta: halukkuus, pystyvyys sekä valmius. Halukkuus (*willingness*) tarkoittaa, että asiakas kokee muutoksen niin merkittäväksi, että hän haluaa muuttua. Niin kauan kuin nykytilanne koetaan tarpeeksi hyväksi, muutokselle ei koeta tarvetta. Jos tilanne poikkeaa halutusta tai odotetusta, syntyy halu muutokseen. Muutoksen käynnistämiseksi kokemuksen muutoksen tärkeydestä tulee lisääntyä, eli tilanteen tulee erota riittävästi yksilön kokemasta hyvästä. Pystyvyydessä (*ability*) käsitellään sitä, että henkilö saattaa tiedostaa käyttäytymisensä ongelmat ja haluta muutosta, mutta hän ei välttämättä usko mahdollisuuksiinsa muuttua. Mikäli henkilöllä on halua muutokseen, mutta hän ei koe mahdollisuutta siihen, hänen kokemuksensa riittävän hyvästä muuttuu. Mikäli henkilö löytää toimivaksi uskovansa keinon muuttua ja johon hän kokee itse pystyvänsä, muutos voi lähteä käyntiin. Valmius (*readiness*) tarkoittaa sitä, että henkilö voi olla halukas ja kykenevä muuttumaan, mutta hän ei välttämättä ole valmis muuttumaan tällä hetkellä: "Haluan, mutta en juuri nyt". Ihmisellä on useita päämääriä ja jokin toinen päämäärä saatetaan kokea tietyllä hetkellä tärkeämmäksi kuin toinen.

Ambivalenssilla tarkoitetaan tilaa, jossa ihmiseen vaikuttavat kaksi vastakkaista tarvetta tai tunnetta. Ambivalenssi (*haluan, mutta en halua*) on ihmisille tavallista ja se on osa normaalia muutosta, ongelmat syventyvät kun tästä ambivalenssista ei pääse eteenpäin. Ambivalenssi pitäisikin ratkaista, jotta positiivinen muutos esimerkiksi päihdeongelmaisen elämässä pääsisi tapahtumaan. Mikäli ambivalenssia ei ratkaista, muutos tulee luultavasti viemään paljon aikaa ja se on vain lyhytaikaista. Monesti ongelma ei ole siinä, etteikö henkilö tietäisi toimintansa riskejä. Ei tulisi kysyä "Miksi tämä henkilö ei ole motivoitunut?" vaan "Mihin tämä henkilö on motivoitunut?". Ihminen saattaa haluta päästä eroon huonoksi tietämästään päihteiden käytöstä, mutta toisaalta käytön jatkaminen saatetaan kokea kuitenkin tärkeämmäksi kuin sen lopettaminen. On tärkeää ymmärtää, mitä ihminen odottaa saavuttavansa erilaisilla toimintatavoilla. (Miller - Rollnick 2002: 14-15.) Esite voi vaikuttaa tähän ambivalenssin tilaan vahvistamalla

tunnetta muutoksen tarpeesta ja sen mahdollisuudesta ensikodissa. Kysymykseen henkilön motivaation kohteesta, pyritään tällöin vastaukseksi saamaan kuntoutus.

Vanhemmuuteen siirtyminen on yksi keskeisistä ihmisen kehitystehtävistä. Vanhemmuuteen siirtyminen tuo mukanaan paljon muutoksia sekä naisten että miesten elämään. Naisilla äidiksi tuloon liittyy yleensä fysiologisia ja ulkonäköön liittyviä muutoksia sosiaalisiin rooleihin liittyvien muutosten lisäksi. Elämässä tapahtuvat muutokset johtavat tarpeeseen muuttaa myös ajattelua ja motivaatiota. Kun haasteet ja vaatimukset elämässä muuttuvat, tulisi myös ihmisen henkilökohtaisten tavoitteiden muuttua. Ihmiset suuntaavat tulevaisuuttaan ja hallitsevat elämäänsä luomalla henkilökohtaisia tavoitteita. Nämä tavoitteet auttavat heitä edessä olevissa elämän siirtymävaiheissa, kuten vanhemmuus, ja toisaalta siirtymävaiheiden läpikäyminen vaikuttaa tavoitteisiin. Vanhemmuuteen liittyy paljon haasteita, joita varten omia tavoitteita tulee muokata. Rajallisten resurssien vuoksi ihmisten tulee tehdä valintoja sen suhteen, mihin tavoitteisiin he sitoutuvat ja mistä he luopuvat. Sen lisäksi, että ihmiset itse tekevät valintoja oman motivaationsa perusteella, sopeutuvat he toisaalta myös ympäristön ja kontekstin vaatimuksiin ja mahdollisuuksiin (Salmela-Aro – Saisto – Halmesmäki – Nurmi 2002: 86-88).

Artikkelissa ”Vauvaperheiden päihdekuntoutus” Andersson (2011: 67) kertoo päihdetutkimuksissa havaittaneen, että äitiys ja lapset ovat naista voimakkaimmin motivoivia tekijöitä päihteiden käytön lopettamisessa. Odotusaikana ja vauvavaiheessa äiti on tavallista herkistyneemmässä psyykkisessä tilassa, jota kutsutaan äitiystilaksi. Tässä tilassa äitiys ja vauva valtaavat äidin mielen. Samanaikaisesti herää mielikuvia omasta varhaislapsuudesta. (Andersson 2011: 67). Äidissä tapahtuu siis voimakkaita fysiologisia, sosiaalisia sekä psykologisia muutoksia ja mikäli äiti saa tarvitsemaansa, sekä äidin että vauvan huomioivaa, hoitoa tai kuntoutusta, mahdollistuu päihteiden käytön muuttaminen ja siten riittävä vanhemmuus (Andersson 2008: 20).

Motivaatiota voidaan lähestyä, muuttaa ja vahvistaa muutosprosessin eri vaiheissa, sillä motivaatio näkyy aina kaikessa toiminnassa. (Koski-Jännes yms. 2008: 19.) Keskeistä asiakkaan motivoimisessa on saada hänen tahtonsa heräämään ja vahvistaa sitä. Asiakas alkaa nähdä itsensä eri tavalla ja tekee tämän myötä uuden identiteettinsä mukaisia valintoja. Motivoiminen voi tapahtua vaikuttamalla asiakkaan arvoihin - ihmisen arvot näkyvät tahdossa ja niiden tulisi heijastua valinnoissa. (Hämäläinen 1999: 71). Tavoitteenamme on motivoida asiakasta kuntoutukseen lähtemiseen ja sii-

hen sitoutumiseen, sillä raskausaika on jo itsessään äidille erityisen motivoivaa aikaa irrottautua päihteiden käytöstä. Raskausaikaan liittyy paljon myönteisiä ajatuksia ja toiveita. Raskaus merkitsee uuden elämän alkua ja kasvun mahdollisuutta. Riippuvuutensa äiti tarvitsee kuitenkin ammatillista apua. (Andersson 2011: 62-63). Päihdeasiakkaiden motivoiminen pitkään ja vaativaan kuntoutukseen voi olla haastavaa. Usko omiin voimavaroihin ja mahdollisuuksiin voi olla heikko. Asiakkaan voi olla myös vaikea tunnistaa ongelmaansa. (Vuori-Kemilä yms. 2007: 55-56.)

## 5 Prosessi

Opinnäytetyön parissa työskentelyn aloitimme vuoden 2012 alkupuoliskolla ja jatkoimme sitä vuoden 2012 lokakuun loppuun. Prosessin tuotoksena syntyi esite Ensikoti Helmiinalle ja opinnäytetyön raportti. Prosessin olemme tässä jakaneet kolmeen osaan: alun suunnitteluun ja valmisteluun, suunnittelutapaamisiin sekä palautetapaamisiin. Tapaamisten lisäksi olemme tietenkin työskennelleet ja työstäneet esitettä sekä kirjoittaneet raporttiosuutta. Tässä kappaleessa kerromme työn etenemisestä ja erityisesti sen aikana pidetyistä tapaamisista niin ensikodin työntekijöiden kuin asiakkaiden kanssa.

### 5.1 Suunnittelu ja valmistelu

Lähdimme keväällä 2012 keskustelemaan yhteistyöstä ja mahdollisen opinnäytetyön aiheesta Ensikoti Helmiinan kanssa. Meillä oli tuolloin käynnissä olleen työelämäharjoittelun vuoksi kontakti kyseiseen ensikotiin ja kokemusta yksikössä tehtävästä työstä. Työelämäharjoittelu oli myös herättänyt ammatillista kiinnostusta päihteitä käyttävien perheiden parissa työskentelyyn ja ohjasi näin opinnäytetyön aiheen valintaa. Yhteistyön mahdollisuudesta keskustelimme aluksi ensikodin johtajan, Annika Piskunen-Virkki, kanssa ja tämän jälkeen opinnäytetyö nostettiin esille ensikodin työyhteisössä. Kerroimme pohtineemme sosiokulttuuriseen innostamiseen pohjautuvaa monimuotoista opinnäytetyötä ja toivoimme työyhteisöltä ajatuksia mahdollisista opinnäytetyön aiheista ensikotiin liittyen. Asiasta keskusteltiin työyhteisön kokouksessa, jossa toinen meistä oli mukana, ja työn aiheeksi tuli esitteen tekeminen ensikodille. Ideaa lähdettiin kehittämään eteenpäin Piskunen-Virkin sekä ensikodin sosiaalityöntekijän, Anu Holtarin, kanssa. Sovimme, että Holtari toimisi yhteyshenkilönämme sekä yhteistyötahon puolelta työskentelyämme ohjaavana henkilönä. Hän on prosessin edetessä seurannut opinnäytetyömme ja suunnitelmiamme etenemistä sekä osallistunut esitteen suunnitteluun esimerkiksi ehdottamalla, mitkä asiat esitteessä olisi hyvä olla mukana. Holtarin kanssa sovimme hänen antavan pyydettäessä ja halutessaan palautetta työstämme. Tämän lisäksi palautetta haettiin myös muulta työyhteisöltä ja työhön osallistuvilta asiakailta useampaan otteeseen prosessin aikana.

Tapasimme ensikodilla Piskunen-Virkin sekä Holtarin maaliskuun lopulla 2012, jolloin esittelimme suunnitelmamme opinnäytetyön toteutuksesta. Kävimme myös läpi teke-

mämme opinnäytetyösopimuksen. Myöhemmin toimitimme valmistelemamme opinnäytetyön työsuunnitelman Ensikoti Helmiinaan sekä asiakkaita varten tekemämme lyhyen infopaperin (Liite 1) opinnäytetyöstämme ja mahdollisuudesta osallistua esitteen suunnitteluun. Kesän alussa keskustelimme Holtarin kanssa asiakastapaamisista puhelimitse. Kävimme läpi suunnitelmiamme ja pohdimme ensikodin entisten asiakkaiden ottamista mukaan suunnitteluun. Entisiä asiakkaita toivoimme saavamme mukaan heidän mahdollisesti nykyisistä asiakkaista eroavan näkökulmansa vuoksi. Koska ensikoti on pieni ja kerrallaan kuntoutuksessa voi olla viisi perhettä, ajattelimme saavamme entisten asiakkaiden avulla myös määrällisesti lisää ideoijia sekä palautteen antajia. Entisten asiakkaiden mukaan saaminen osoittautui kuitenkin ongelmalliseksi, joten työskentelimme vain nykyisten asiakkaiden kanssa.

Sovimme ensimmäisen asiakastapaamisen kesäkuulle kahden ensikodin sen hetkisen asiakkaan kanssa. Olimme alun perin suunnitelleet pitävämme viisi asiakastapaamista samojen asiakkaiden kanssa, jolloin jokaisella tapaamisella olisi ollut ennalta määrätty tehtävänsä. Tulimme kuitenkin siihen tulokseen, että kerrat olisi parempi sopia ja suunnitella yksitellen aina sen kokoonpanon mukaan, minkä onnistuisimme saamaan kaasaan. Päätimme pitää ensimmäisen tapaamisen kahden asiakkaan kanssa, koska tilanne ensikodilla ja sen asiakkailla saattaa olla hyvin muuttuva. Meillä ei kuitenkaan tässä vaiheessa ollut varmuutta siitä, tulisiko ensikotiin uusia asiakkaita, jotka tahtoisivat osallistua opinnäytetyön ideoimiseen tai olisivatko entiset asiakkaat kiinnostuneita osallistumaan. Rajallisten resurssien vuoksi aloitimme ideoimisen kahden asiakkaan kanssa.

## 5.2 Suunnittelutapaamiset

Ensimmäinen tapaamisemme sijoittui kesäkuulle ja mukana oli meidän lisäksi kaksi naisasiakasta. Ensimmäisellä kerralla halusimme painottaa asiakkaille, että opinnäytetyöhömmme osallistuminen ei edellytä heiltä mitään jatkossa ja he osallistuvat siihen anonymeinä. Tavoitteena tapaamisessa oli saada asiakkailta tietoa heidän kuntoutuksensa alusta, siitä mikä vaikutti heidän päätökseensä lähteä kuntoutukseen, mitä he olisivat tuolloin tahtoneet tietää ja millä tavoin he kokivat, että päätökseen voisi vaikuttaa. Olimme suunnitelleet tapaamista varten kysymyksiä ja aiheita (Liite 2), joista voisimme keskustella heidän kanssaan. Näiden aihepiirien kautta pohdimme yhdessä asiakkaiden kanssa, mitä esitteeseen voisi tulla.

Asiakkaat olivat molemmat sitä mieltä, että esite olisi ollut hyödyllinen ennen ensikotiin tuloa. Heillä oli myös ollut ennakkoluuloja ensikotitoimintaa kohtaan ja asiakkaiden mielestä esitteessä tulisi päihdekuntoutuksen kokonaisvaltaisen painottamisen lisäksi myös tuoda ilmi, että ensikodissa pääpaino on lapsessa, lapsen hyvinvoinnissa sekä äitiyden tukemisessa ja kuntoutus tapahtuu ikään kuin arjen ja lastenhoidon ohella. Eniten kuntoutuksessa asiakkaita motivoivat toiset ihmiset ja hyvä yhteisö ja se, ettei tarvitse olla yksin huoltensa kanssa. Asiakkaista toinen oli ehdottaessa kiinnostunut kirjoittamaan nimettömänä tekstin kokemuksistaan ensikotiin tulemisesta ja siellä olemisesta esitteeseemme ja hänellä tuntuikin olevan siihen heti paljon ajatuksia. Kannustimme asiakkaita tähän, koska koimme asiakkaiden oman äänen kuuluviin nousemisen esitteessä tärkeäksi sekä kuntoutusta harkitsevien kannalta että tekstin kirjoittajan kannalta.

Toinen asiakastapaamiskerta järjestettiin melko pian edellisen jälkeen. Tapaamiseen osallistuivat samat naisasiakkaat kuin ensimmäiselläkin kerralla. Uusia tavattavia ei oltu sovittu, eikä entisten asiakkaiden kiinnostuksesta osallistumiseen ollut vielä tässä vaiheessa tietoa. Suunnittelimme, että käymme läpi ajatuksiamme esitteestä ja otamme mahdollisia uusia, tapaamisten välillä heränneitä ajatuksia vastaan. Tavoitteena oli tarkentaa muutamia asioita esitteeseen liittyen, kannustaa asiakkaita tekstin kirjoittamiseen ja toisaalta kuulostella asiakkaiden mielipiteitä alustavista suunnitelmistamme esitteen suhteen. Koimme, että asiakkaat olivat myönteisiä ja jopa innostuneita esitettä kohtaan. Keskustelimme asiakkaan lupaamasta tekstistä esitteeseen ja kannustimme myös toista asiakasta kirjoittamaan halutessaan tekstin tai esimerkiksi tekemään tekstiä yhdessä toisen asiakkaan kanssa. Keskustelimme myös esitteen pituudesta ja asiakkaiden toive olikin, että se olisi vain aukeaman tai kahden pituinen.

Kesäkuussa tapasimme myös yhteyshenkilömme Anu Holtarin, jolloin keskustelimme esitteen konkreettisesta sisällöstä ja muodosta. Holtarilta saimme dokumentteja ja materiaalia esitettä varten. Niiden joukossa oli muun muassa Helmiinan viikko-ohjelma, ensikodin perustehtävän kuvaus ja ensikodin ryhmien kuvaukset, joita käytimme hyväksemme esitettä tehdessämme. Näiden tapaamisten jälkeen paneuduimme esitteen tekemiseen ja seuraavat tapaamiset järjestettiin vasta syksyllä. Näihin tapaamisiin mennessä esite oli jo sellaisessa vaiheessa, että uusina mukaan yhteistyöhön tulleiden asiakkaiden kanssa ei lähdetty enää pohtimaan esitettä alusta lähtien vaan sen sijaan keskityimme ennemminkin esitteen raakaversioon arvioimiseen ja sen edelleen jalostamiseen.

### 5.3 Palautetapaamiset

Tapasimme Annika Piskunen-Virkin syyskuussa 2012 ensikodilla. Ennen tapaamista olimme lähettäneet hänelle suunnittelutapaamisten pohjalta valmistelemamme esitteen. Piskunen-Virkki oli käynyt esitteen läpi Holtarin ja toisen työyhteisön jäsenen kanssa. Tapaamisessa kävimme esitteen kohta kohdalta läpi. Saimme korjausehdotuksia esimerkiksi sana- tai asiavirheistä sekä esitteen sisältöön ja tyyliin liittyen. Tapaamisessa katsoimme myös suunnittelutapaamisissa puheena olleita kuvia ja valitsimme niistä mielestämme esitteeseen sopivimman. Kuvan saimme tiedostomuodossa. Piskunen-Virkki hoiti asiakkaan kanssa kirjallisen luvan kuvan käyttöön liittyen. Teimme esitteeseen korjauksia sekä muutoksia saamamme palautteen pohjalta. Lisäsimme myös kuvan esitteeseen. Toinen raakaversio lähetettiin sähköpostitse ensikodille, jossa se annettiin työyhteisön sekä asiakkaiden luettavaksi.

Syys-lokakuun vaihteessa tapasimme sekä Anu Holtarin että asiakkaita. Tapasimme viiden asiakkaan kanssa kolmella eri kerralla, jolloin jokaiseen tapaamiseen osallistui yksi tai kaksi asiakasta. Nämä asiakkaiden palautetapaamiset sovittiin kolmeksi eri kerraksi käytännön syistä. Usean ihmisen aikataulun yhteensovittaminen ei tällä ajanjaksolla onnistunut. Tapasimme Holtarin kanssa ennen palautetapaamisia asiakkaiden kanssa. Holtarin kanssa kävimme esitteen uusimman version läpi kohta kohdalta. Saimme jälleen korjausehdotuksia sekä mahdollisia esitteeseen lisättäviä asioita. Olimme miettineet valmiiksi muutamia kysymyksiä opinnäytetyön raporttiosioon sekä esitteeseen liittyen. Saimme mukaamme Helsingin ensikoti ry:n edellisvuoden toimintakertomuksen. Holtari välitti meille myös palautetta muulta työyhteisöltä. Tämä palaute koski lähinnä asioiden esitystapoja.

Viidestä palautekerroilla tapaamistamme asiakkaista kaksi oli ollut mukana myös esitteen suunnittelutapaamisissa, muut olivat nyt ensimmäistä kertaa mukana. Tapaamisissa mukana olleet asiakkaat olivat kuntoutuksensa eri vaiheissa ja heillä kaikilla oli alle vuoden ikäinen vauva. Mukana oli myös yksi isä. Asiakkaat olivat saaneet esitteen luettavakseen noin viikkoa ennen tapaamista. Asiakastapaamisissa asiakkaat toivat esille paljon sekä positiivisia asioita että esitteen kehitettäviä puolia. Pääsääntöisesti asiakkaat olivat tyytyväisiä esitteeseen. Esite koettiin hyödylliseksi tilanteeseen, jossa asiakas on tulossa ensikotiin. Keskusteluissa puhuttiin siitä, ettei esite soveltuisi esimerkiksi neuvoloihin jaettavaksi ja siten ensikotia tietyllä tavalla mainostavaksi. Esit-



teen lukijan tulisi jo harkita ensikotikuntoutusta. Palautteen annossa useat asiakkaat totesivat esitteen kertovan hyvin, mitä ensikodissa todella tehdään ja millaista ensikodissa on. Asiakkaiden mielestä oli hyvä, että asioista kerrottiin tarkasti. Asiakkaat myös ehdottivat meille lisäyksiä sekä tarkennuksia esitteeseen. Mielestämme asiakkaat tekivät erittäin hyviä havaintoja esitteeseen liittyen. He huomioivat itsenäisesti esimerkiksi asioiden esitysjärjestyksen jo ennen kuin ehdimme siitä kysyä. Meille jäi kokemus siitä, että asiakkaat todella paneutuivat esitteen tarkasteluun ja palautteen antamiseen. Usein korjauksia tai lisäyksiä esitteeseen ehdottaessaan asiakkaat tarjosivat myös vaihtoehtoisia esitystapaa.

## 6 Ensikoti Helmiina –esite

Miller ja Rollnick (2002: 10-11) jakavat motivaation kolmeen osa-alueeseen: halukkuus, pystyvyys sekä valmius. Esitteen vaikuttavuuden vaatimuksena koemme olevan ainakin asiakkaan halukkuuden. Asiakkaan täytyy kokea tarvetta tilanteen muutokselle, vaikka muutosvaatimus olisikin saanut alkunsa ulkopuolelta, esimerkiksi lastensuojelulta. Esitteellä pyrimme vaikuttamaan asiakkaan pystyvyyteen, eli hänen kokemiinsa mahdollisuuksiin muuttaa tilannetta, sekä kannustamaan asiakasta valmiuteen, eli siihen, että päihteiden käytön lopettaminen ja riittävä vanhemmuus nousisivat tämän hetken tärkeimmiksi päämääriksi.

Valmis esite annettiin ensikodille paperimuodossa ja tiedostomuodossa. Tiedostomuotoista esitettä voidaan ensikodissa tulostaa sekä kopioida ja näin ollen antaa kaikille kuntoutusta harkitseville asiakkaille sekä mahdollisesti myös muille sellaisille, joille se koetaan tarpeelliseksi tai hyödylliseksi. Ensikoti Helmiinalla on oikeus muokata ja päivittää esitettä, mikäli siinä esitetyt asiat muuttuvat.

Vaikka toiminnallisessa opinnäytetyössä ei toteuteta selvitystä, tulee se olla kuitenkin tehty tutkivalla asenteella. Tutkiva asenne tarkoittaa valintojen joukkoa, tarkastelua sekä valinnan perustelua tietoperustaan nojaten. (Vilka - Airaksinen 2003: 154.) Tässä kappaleessa tarkastelemme valmista esitettä eriteltynä ulkoasuun, tyyliin sekä sisältöön. Esittelemme esitteen ja perustelemme sen suhteen tekemiämme valintoja.

### 6.1 Kannet ja ulkoasu

Visuaalisen suunnittelun tarkoitus on varmistaa, että haluttu viesti menee perille. Suunnittelussa tulisi pohtia kuka on julkaisun taustalla ja millaisen kuvan se haluaa itsestään välittää, kenelle julkaisu on tarkoitettu ja millaisista ihmisistä kohderyhmä koostuu, mikä on julkaisun tarkoitus ja sen perusviesti, miten viesti kannattaa välittää kohderyhmälle sekä milloin viesti olisi optimaalista ajoittaa. (Pesonen - Tarvainen 2003: 2-4.) Olemme tutustuneet yhteistyötahoomme ja sen toimintaan sekä kohderyhmään liittyvään kirjallisuuteen. Julkaisumme taustalla on Ensikoti Helmiina, jolle esitteen teemme. Koska esite on suunnattu ensikotikuntoutusta harkitseville, uusille asiakkaille, esitteen tulisi olla mahdollisimman helppolukuinen, informatiivinen, puhutteleva ja lämmin. Esitteessä esitettyjen asioiden tulisi edetä loogisesti ja asioiden tulla selkeästi ja ymmärrettävästi

esiin. Yleensä kuntoutuksen alkaessa asiakkaiden elämäntilanne on monessa mielessä kaoottinen ja asiakkaan omat voimat ja usko selviytymiseen saattavat olla hyvinkin vähäiset. (Hyytinen 2008: 102-103.) Asiakkailta on päihderiippuvuus ja he ovat esitettä lukiessaan raskaana tai pienen lapsen vanhempia. Tämän vuoksi esitteen tulisi olla myös mahdollisimman lyhyt. Mikäli esitettä ei jaksata lukea kohta kohdalta, voi otsikoita selaamalla löytää tekstistä itseä mietityttävät asiat. Otsikoissa on pyritty kiteyttämään kunkin kappaleen sisältö. Otsikot ovat tekstissä vahvennettuina, mikä edelleen helpottaa tiettyjen kohtien löytämistä. Kappaleet ovat myös melko lyhyitä ja lauserakenteet yksinkertaisia, joten kunkin kappaleen sisällöstä saa kuvan jo pelkällä silmäilyllä. Kohderyhmää, julkaisun tarkoitusta ja tapaa sekä aikaa olemme pohtineet tarkemmin opinäytetyössämme muissa kappaleissa (ks. kappaleet 2 ja 5.1).

Kuvalla voi vaikuttaa sen katsojaan monella tavoin, sillä kuva luo mielikuvia, tunnelmia sekä väittämiä. Tavallisesti yksikin silmäys riittää siihen, että vastaanottaja hahmottaa kuvan sanoman. Kuvalla voidaan täydentää tekstiä tai sillä voi olla tekstistä erillinen, oma merkitys. Informatiivinen kuva tuo uutta tai täydentävää tietoa. Dekoratiivinen kuva luo julkaisulle ilmettä ja tunnelmaa yhdessä typografian ja sommittelun kanssa. Hyvä kuvitus on yhtä aikaa näitä molempia. Kuvaa ei tulisi käyttää pelkästään koristeena tai tilan täyttäjänä vaan sillä tulee olla jokin tehtävä. Kuva kiinnittää huomiota, houkuttelee, orientoi lukijaa, helpottaa viestin perillemenoaa, täydentää ja säilyttää tekstisisältöä (Pesonen – Tarvainen 2003: 46-47). Työtä asiakkaiden kanssa ideoidessamme kysyimme myös työn kuvittamisesta ja asiakkaiden kiinnostuksesta kuvittamiseen. Tällöin yksi ideoinnissa mukana ollut asiakas ehdotti, että hänestä aikaisemmin ensikodin internet-sivuja varten otettuja mutta sittemmin käyttämättä jääneistä kuvista jotain voisi mahdollisesti käyttää. Tarjolla olleet kuvat olivat keskenään hyvin samanlaisia vain pienillä eroilla. Kuvat oli alun perin otettu melko samanlaiseen käyttötarkoitukseen - internetsivuille. Ne olivat hyvin esitteeseen sopivia: asiakkaita ei voi tunnistaa niistä ja kuvissa on näkyvissä sekä vanhempaa että lasta. Valitsimme kuvan, joka meistä tuntui sopivasti intiimiltä ja läheiseltä, jossa tuli mielestämme korostetusti esiin lapsen ja vanhemman välinen suhde. Toivomme, että kuva luo asiakkaiden mieleen mielikuvia vanhemmuudesta ja joko syntymättömästä tai jo syntyneestä lapsestaan. Kuva voi muistuttaa vanhemman vastuusta lapsesta huolehtimiseen. Ajankohtainen ja kontekstiin sopiva kuva voi uskoaksemme koskettaa Anderssonin (2011: 67) kuvailemassa äitiystilassa olevaa vanhempaa ja näin vahvistaa hänen motivaatiotaan. Mielestämme kuva heti kannessa tekee esitteestä houkuttelevamman ja kutsuvamman toimien ikään kuin johdatuksena aiheeseen. Lisäksi intiimi kuva ensikodin nimen yhteydessä välittää lukijalle ajatuksen

ensikodista lämpimänä paikkana ja mahdollisesti pehmentää esitteen tekstejä ja maldtaa kynnyistä kuntoutukseen. Toisaalta kuva saattaa herättää sellaisessa asiakkaassa pelkoa tai ahdistusta, joka ei koe olevansa vielä lainkaan valmis vanhemmuuteen. Hoidossa raskaana olevaa äitiä autetaan luomaan vauvasta kuvaa mieleensä. Työskentelyyn kuuluu esimerkiksi sen pohtiminen, millainen syntävä lapsi on ja mitä vauva toivoisi. Äidin ajatuksiin vauvasta saattaa liittyä pelko. Voi myös olla ettei mielikuvia ole lainkaan. (Andersson 2011: 66.)

Kuvan lisäksi esitteen etukannessa lukee ensikodin nimi ja siinä on Helsingin ensikoti ry:n logo. Suunnitteluvaiheessa ajattelimme, että kanteen olisi tullut myös asiakkaan teksti, mutta asiakkaiden tekstiosuuksien muodostuessa lopulta useista erillisistä lauseista, päädyimme laittamaan ne esitteen sisäkanteen. Tällöin esitteen kansi ei tule liian täydeksi vaan kuva ja esitteen nimi pääsevät oikeuksiinsa. Tulkinalle jää tilaa. Koska asiakkaiden tekstit ovat kuitenkin heti esitteen sisäkannessa, toimivat ne alustuksena ja mielenkiinnon herättäjänä varsinaiselle esitetekstille. Esitteen takasisäkannelle päädyimme siirtämään ensikodin perustehtävän. Koska halusimme perustehtävän erottautuvan varsinaisesta tekstistä, on siinä suurempi fontti ja ympärillä kehykset. Aluksi perustehtävä oli kehystettynä esitteen ensimmäisellä sivulla. Asiakkailta saimme kuitenkin palautetta perustehtävän sopimattomuudesta tuohon kohtaan. Eräs asiakas muotoili, ettei perustehtävästä haluaisi lukea vielä aivan esitteen alussa. Perustehtävä kiteyttää ensikodin toimintaa, joten se sopii kuitenkin sisällöllisesti esitteeseen. Esitteen takasivulta löytyvät ensikodin yhteystiedot. Ensikodin kuulumisesta Pidä kiinni® -hoitojärjestelmään toivottiin työyhteisön osalta mainintaa. Tälle löydettiin sopiva paikka yhteystietojen ja internetsivujen osoitteen yhteydestä.

Esitteen sivut on kehystetty ulkoasun elävöittämiseksi. Esitteessä on käytetty muutamaa eri fonttia. Koko esitteen otsikkoon, loppupuolen tervetuloitukseen sekä takasivun otsikkoon on käytetty samaa fonttia ja usein muuta tekstiä hieman kookkaampana. Takasivun yhteystietoihin on käytetty calibri-fonttia ja hieman varsinaista tekstiä pienempää fonttikokoa. Varsinaisessa tekstiosuudessa on käytetty Times New Romania. Fonttivalinnoissa olemme pyrkineet selkeyteen ja muutamassa kohdassa tuomaan kontrastia tai näyttävyttä. Erilaisilla tekstivalinnoilla on myös jaettu tekstiä osiin. Esitteessä olemme kaiken kaikkiaan pyrkineet miellyttävään ja selkeään ulkoasuun.

## 6.2 Tekstin tyyli

Tekstin tyylissä on pyritty huomioimaan erityisesti asiakkaat. Olemme pyrkineet siihen, että teksti on helppolukuista eikä sisällä ammattisanastoa. Palautetapaamisissa asiakkaat arvioivat, että olimme onnistuneet tässä tehtävässä. Heidän mielestään tuntui, että tekstin kirjoittanut tietää ensikodin toiminnasta ja että teksti on hyvin ymmärrettävää. Kieli ja ammattiryhmän oma terminologia ovat suuri haaste yhteistyön onnistumisen kannalta. Työntekijöiden on kyettävä muokkaamaan käyttämänsä kieli asiakkaan kielelle, jotta yhteistyö voi onnistua ja asiakas kokee itsensä osalliseksi. Yhteistyön onnistumiseksi on kiinnitettävä huomiota kieleen ja kommunikaatioon ja sovitettava ne asiakkaan kielen mukaiseksi. (Vuori-Kemilä yms. 2007: 67.)

Olemme myös tutkineet teoriatietoa kohderyhmästämme ja ottaneet huomioon heidän tilanteensa ja olosuhteensa, josta he tulevat. Andersson toteaa artikkelissaan "Vauva-perheiden päihdekuntoutus" että päihdeongelmaisten äitien ja vauvojen kanssa tehtävä työ voi onnistua vain kun äiti kohdataan ilman negatiivisia asenteita (Andersson 2011: 75). Olemme pyrkineet työryhmältä saadun palautteen kautta poistamaan tekstistä kaikki asiakkaasta mahdollisesti määräämiseltä ja ohjailemiselta tuntuvat sanamuodot, kuten "pakko, täytyy, pitää tehdä jotakin". Työryhmän mukaan tällaiset sanamuodot saattavat jopa saada asiakkaan vastustamaan kuntoutusta. Perustelemme valintajamme lisäksi tiedolla asiakkaan ohjaamisesta. Koemme, että lähdekirjallisuuden esittämä tieto työntekijän tavasta tehdä työtään on sovellettavissa myös esitteessämme. Ohjaava ja hyökkäävä ohjaamistapa lisäävät asiakkaan vastustusta, kun sen sijaan refleктоiva ja tukeva ohjaamistapa vähentävät sitä. (Miller - Rollnick 2002: 9). Asiakkaan motivaatioon vaikuttaa hoitajan tyyli tehdä työtään - päihdetyöntekijöiden parhaita ominaisuuksia on lämpö, ystävällisyys, aitous, myönteinen asenne, empatia sekä asiakkaan kunnioitus. Erittäin hyökkäävä tyyli taas saattaa aiheuttaa asiakkaassa vastustusta hoitoa kohtaan. Asiakkaan motivaation vahvistamisen kannalta tulisi tunnistaa, voimistaa ja ottaa käyttöön asiakkaan kykyjä ja voimavaroja. Tavoitteena on vahvistaa asiakasta, korostaa asiakkaan vapaata valintaa, tukea ja luoda optimistisia ajatuksia muutoksen mahdollistamiseksi. (Koski-Jännes yms. 2008: 20-23.)

Motivoinnissa herätellään asiakkaan tiettyjä intressejä. Asiakkaan huomio kiinnittyy toimintaan, jonka hän kokee subjektiivisesti, oman elämänsä kannalta merkitykselliseksi ja arvokkaaksi. (Kurki 2000: 133.) Esitteessä olemme yrittäneet luoda Helmiinasta kokonaisvaltaisen kuvan asiakkaille, jotta heille jäisi realistinen mutta lämmin mielikuva

ensikodista. Lisäksi olemme nostaneet esille asioita, jotka uutta asiakasta saattavat kiinnostaa harkitessaan ensikotiin tuloa. Luottamuksellisuutta olemme pyrkineet luomaan sillä, että kerromme esitteessä asiat ja ensikodin käytännöt kuten ne ovat. Asiakasta auttavat motivoitumaan päihteidenkäytön lopettamiseen rohkaiseva, toivoa antava ja asiallinen opastus, suostuttelu ja kannustus sekä riittävän hyvät olosuhteet (Havio yms. 2008: 174). Tärkeänä työkaluna kuntoutuksessa on luottamuksellisen suhteen luominen äidin ja työntekijän välille. (Andersson 2011: 63.)

Toiminnassa tärkeää on, että asiakkaaksi tuleva perhe kokee alusta asti olevansa tervetullut kuntoutukseen. Heidän tulee saada tuntee olevansa arvokkaita ja kunnioituksen ansaitsevia taustoistaan huolimatta. Asiakkaat kokevat tukea antaviksi sellaiset työntekijät, jotka ovat olleet aidosti kiinnostuneita heistä. Asiakas on tärkeä hyväksyä sellaisena kuin hän on. Tämä ei tarkoita kaikkien asiakkaan tekojen hyväksymistä. Asiakkaalle on tärkeää, että häntä ymmärretään ja hänet hyväksytään ihmisenä. (Hyytinen 2008: 90-95.) Esitteen alusta loppuun olemme tavoitelleet sellaista tyyliä, että asiakas kokisi olevansa tervetullut Helmiinaan. Koemme, että esite voi antaa positiivisen mielikuvan Helmiinasta ja toimia tutustumiskäynnin tukena. Aikaisemmat negatiiviset kokemukset ihmisten suhtautumisesta ja mahdollisesti myös päihdekuntoutuksesta, voivat nostaa kynnystä kuntoutuksen aloittamiseen. Toivon mukaan onnistumme esitteen keinoin kuitenkin luomaan ensikodista positiivista kuvaa, jolloin taas kynnyksen voitaisiin olettaa madaltuvan.

### 6.3 Tekstin sisältö

#### 6.3.1 Kannustaminen kuntoutukseen

Halusimme asiakkaiden osallistumisen näkyvän esitteessä. Asiakkaiden ääni kuuluu esitteessä liitettyjen lausahdusten ja kommenttien kautta. Mielestämme asiakkaiden tekstit elävöittävät esitettä ja helpottavat lukijan samaistumista. Innostaminen on toiminnan ja sen reflektion pohjalta nousevan uuden ja paremman toiminnan vuorovaikutusta. Ihminen on jollakin tavalla saatava eläytymään omaan tilanteeseensa, jotta hän voisi tulkita sitä eri tavalla kuin on aikaisemmin tehnyt. Jokapäiväisen elämän järjestystä muutetaan jollakin tavalla ihmisen osallisuuden vahvistamiseksi. (Kurki 2000: 91-98.) Uskomme, että asiakkaiden tekstit kannustavat ensikotiin tuloa harkitsevia asiakkaita

heittäytymään kuntoutukseen juuri sen takia, että tekstit ovat ihmisiltä, joilla on asiakaskokemusta ensikotitoiminnasta.

Anderssonin (2011: 67) mukaan äitiys ja lapset ovat naista voimakkaimmin motivoivia tekijöitä päihteiden käytön lopettamisessa. Naisella raskausaikaan liittyy myönteisiä ajatuksia ja toiveita. Raskaus antaa mahdollisuuden kasvuun ja uuteen alkuun. (Andersson 2011: 62-67.) Nainen ei välttämättä vielä harkitsisi päihteidenkäytön lopettamista, mikäli hän ei odottaisi lasta (Vaarla 2011: 66). Tarkoituksena on ollut tehdä esitteestä asiakasta puhutteleva, niin hänen omasta kuin lapsenkin näkökulmasta. Tämä korostui esitteen aloituksessa, jolla tavoiteltimme vanhemman havahduttamista ja ajatusta siitä, että hän aloittaisi kuntoutuksen itsensä ja lapsensa hyväksi. Helmiinan työyhteisö oli tyytyväinen esitteen aloituskappaleeseen. Olimme aiemmin lisänneet sen ensimmäiseksi lauseeksi ”Lähde mukaan kuntoutukseen”, josta saimme lähes kaikilta asiakkailta palautetta. Lause koettiin teennäiseksi, joten poistimme sen esitteestä. Sen sijaan ”Anna teille molemmille mahdollisuus päihteettömään elämään” koettiin todella hyväksi aloitukseksi ja asiakkaat jopa miettivät sen kautta omia tekstejään esitteeseen. Olemme pyrkineet tuomaan näkyväksi koko esitteessä lapsen ja puhuttelemaan asiakasta usein termein ”sinä ja lapsesi”, jotta asiakkaalla vahvistuisi ajatus lapsesta ja elämisestä yhdessä lapsen kanssa, minkä ensikoti usein mahdollistaa. Aluksi puhuimme esitteessä vauvaperheistä sisällyttääksemme sanavalintaan mahdollisuuden isän mukanaoloon kuntoutuksessa. Sekä työyhteisö että asiakkaat kuitenkin toivoivat isien kuntoutukseen kuulumisen näkyvän esitteessä selvemmin. Asiakkaat kokivat, että jo tieto isän mahdollisesta pääsemisestä ensikotiin isäpaikalle jossain kuntoutuksen vaiheessa madaltaisi parisuhteessa olevien äitien kynnystä ensikotiin lähtemiseen.

### 6.3.2 Yhteistyöstä kertominen

Ensikoti Helmiina on lastensuojeluyksikkö, joten lapsi on kuntoutuksessa etusijalla. Työyhteisö toivoi, että tämä kerrottaisiin esitteessä. Asiakkaat toivoivat että lastensuojelun kanssa tehtävää yhteistyötä korostettaisiin. Asiakkaat olivat kokeneet lastensuojelun jo pelkkänä sanana päihderiippuvaisille vanhemmille pelottavaksi asiaksi. He kertoivat kammoksuneensa sitä vahvasti ennen ensikotiin tuloaan. Ensikotiaikana lastensuojelu oli kuitenkin käytännössä osoittautunut hyväksi asiaksi. Mahdollisen lukijan pelon tai muiden negatiivisten assosiaatioiden takia pyrimme esitteessä korostamaan yhteistyötä ja nimenomaan yhteisiä tavoitteita ja yhdessä työskentelyä. Motivaatio liittyy tavallisesti tavoitteisiin ja niiden merkitykseen asiakkaalle. Mitä haluttavammaksi ja

mahdolliseksi saavuttaa asiakas kokee asian, sitä motivoituneempi hän on. Mikäli asiakas pitää tavoitteen saavuttamista epätodennäköisenä tai vaikeana, on motivoituminenkin epätodennäköisempää. (Vuori-Kemilä yms. 2007: 56.) Tieto siitä, että työyhteisö ponnistelee yhteisten tavoitteiden vuoksi, saattaa vahvistaa asiakkaan uskoa tavoitteisiin eli päihteettömyyteen ja riittävään vanhemmuuteen. Lisäksi pyrimme avaamaan yhteistyötä kertomalla yhteisenä tavoitteena olevan turvallinen ja päihteetön elämä vanhemmalle ja lapselle. Tarkoituksena on puhua lastensuojelusta positiiviseen sävyyn, asiakkaan yhteistyökumppanina vihollisen sijaan.

Vuori-Kemilä yms. (2007: 62) kirjoittavat ilmapiirin rakentumiselle olevan merkityksellistä, että työntekijä viestittää alusta lähtien olevansa asiakasta varten. Tätä ajatusta olemme pyrkineet soveltamaan esitteessämme toteamalla tämän kappaleen otsikossa työntekijöiden olevan ”sinua” eli asiakasta ja hänen lastaan varten. Työyhteisö toivoi, että työntekijöistä kerrottaisiin lyhyesti ja asiakkaat tukivat tapaamisessamme tätä ajatusta. He kertoivat oma-aloitteisesti, kokevansa ensikodin työntekijät ammattimaisiksi. Eräs asiakas totesi, että työntekijöitä kannattaa esitteessä mainostaa. Esitteen suunnittelutapaamisissa asiakkaat sanoivat, että esitteessä olisi hyvä tuoda esille mahdollisuus saada työntekijöiltä apua esimerkiksi lapsen hoitoon. Asiakkaat olivat kokeneet tämän yllätyksenä ja toisaalta erityisen hyvänä asiana. Työyhteisö halusi, että esitteestä tulisi myös ilmi vastuun lapsesta olevan kuntoutuksessa vanhemmilla. Yhdistimme nämä ajatukset yhteen lauseeseen, pyrkimyksenä tuoda esille asiakkaiden suureksi kokema hyöty, mutta välttämättä aiheuttamasta asiakkaalle ajatusta siitä, että lapsi ei olisi ensikädessä vanhempiensa hoivattavana.

Päihteitä käyttävien äitien omia arvioita ensikotihoidosta on tutkittu ja niitä avataan Pajulun sekä Kallandin artikkelissa (2011: 188-189). Tärkeimmiksi asioiksi hoidossa on äitien puheissa noussut muun muassa turvallinen olo, se että joku oli aina käytettävissä sekä henkilökohtaiset keskustelut omahoitajan kanssa. Asiakas ei välttämättä ensikotiin hakeutuessaan vielä tiedä näiden asioiden muodostuvan mahdollisesti kuntoutuksen kannalta merkittäviksi. Lähityöntekijästä kertomalla halusimme viestittää lukijalle, että ensikodissa on olemassa sellainen henkilö, joka erityisesti keskittyy hänen tukeensa olemiseen. Lähityöntekijä on usein mukana tutustumiskerroilla, joten lukija on mahdollisesti jo tavannut oman tai lapsensa oman työntekijän. Vaikka lähityöntekijä on iso osa asiakkaan kuntoutusta, ovat kaikki muutkin työntekijät mukana kuntoutuksessa ja asiakkaan käytettävissä. Koska asiakkaan omat voimavarat voivat kuntoutuksen alkaessa olla vähissä, saatetaan työntekijöiden tarjoama tuki kokea merkittäväksi



asiaksi. Esitteessä olemme myös kertoneet esimerkkejä siitä, millaisissa asioissa työntekijät ovat mukana.

Osa asiakkaista oli kokenut ensikodissa olemisen hyväksi myös dokumentoinnin vuoksi. He kuvasivat tiedon työntekijöiden kirjaamisesta luovan tietynlaista varmuutta tulevaisuuteen. Koettiin, että kuntoutuksen sujussa asiakkaan kyvystä vanhemmuuteen saadaan näyttöä lastensuojelulle. Ajateltiin, että tämä turvaa asiakkaan ja lapsen yhteistä elämää. Dokumentoinnista kertominen esitteessä saattoi mielestämme myös herättää lukijassa negatiivisia tunteita, joten halusimme pehmentää tietoa huomauttamalla, että itseä koskevat dokumentit voi halutessaan saada luettavaksi.

### 6.3.3 Perustietoa ensikodin toiminnasta

Suunnittelutapaamisissa asiakkaat toivoivat, että esitteessä kerrottaisiin ensikodin koosta ja arjesta yleisesti. Myös palautetapaamisissa asiakkaat toivat esille, ettei tuloa harkittaessa aina välttämättä ole tiedossa, millainen paikka on. Tavallisesti tutustumiskerrat pidetään ensikodilla, jolloin asiakas pääsee näkemään ensikodin paikan päällä. Joskus tilanteessa ei kuitenkaan erinäisistä syistä saada tutustumiskertaa sovittua. Vaikka näin on vain poikkeustapauksissa, koimme kuitenkin tärkeäksi huomioida myös tällaiset tilanteet. Asiakkaat kokivat positiiviseksi sen, että ensikoti on pieni ja kodikas. Heidän mielestään molemmat seikat voisivat kannustaa harkitsevaa asiakasta muuttamaan ensikotiin. Asiakkaat toivat tapaamisissamme esille sen, että monet ajattelevat ensikotia kotinaan ja todella viihtyvät siellä. He toivoivat, että ensikodin lämmin tunnelma välittyisi myös ensikotikuntoutuksen aloittamista harkitsevalle. Ensikodin työyhteisö toivoi esitteeseen jo olemassa olevan perustehtävän kuvauksen, jonka laitoimme aluksi esitteeseen ”Sinä ja lapsesi olette tärkeitä” -kappaleen jälkeen. Palautekerralla asiakailta tuli kuitenkin toive, ettei kyseistä perustehtävää lukisi vielä niin alussa, sillä asiakkaat eivät halunneet lukea sellaista vielä siinä vaiheessa. Totesimmekin, että perustehtävä saattaa kuulostaa asiakkaista jokseenkin ammattikieleltä ja päätimme siirtää sen esitteen loppuun.

Helmiinan kuntoutus perustuu yhteisökuntoutukseen, joten työyhteisö toivoi esitteeseen tietoa yhteisökuntoutuksesta. Halusimme myös avata asiakkaille yhteisön merkitystä, eli mitä hyvää yhteisössä on. Asiakkaat antoivat meille palautetta siitä, että esitteessä tulee hyvin selville se, mitä ensikodissa oikeasti tehdään. Heistä oli esimerkiksi hyvä mainita siitä, että jokainen asiakas tekee ruokaa, jotta uudet asiakkaat osaisivat

varautua siihen. Suunnittelutapaamisissa asiakkaat puhuivat siitä, kuinka he saavat muilta yhteisön jäseniltä kannustusta, tukea ja seuraa. Tämän vuoksi halusimme myös esitteeseen painottaa vertaistuen mahdollisuutta ja tärkeyttä kuitenkin ammattikieltä käyttämättä. Yksilön ja toisten ihmisten välinen vuorovaikutus sekä ympäristötekijät vaikuttavat ihmisen motivaatioon. Vaikka yksilön sisäiset tekijät ovat muutoksen perusta, ulkoiset tekijät vaikuttavat siihen. Yhteisön tuki voikin vaikuttaa yksilön muutosmotivaatioon erittäin vahvasti. (Koski-Jännes yms. 2008: 19.) Vuori-Kemilä yms. (2007: 46-47) mukaan autettavana oleminen voi aiheuttaa asiakkaalle alemmuuden tunteita ja hän saattaa kokea tilanteen nöyryyttävänä. Tämän vuoksi koimme tärkeäksi korostaa, että asiakas ei ole pelkästään autettavana, vaan voi omalta osaltaan auttaa muita. Yhteisökuntoutukseen liittyy jokaisen yhteisön jäsenen vaikutusmahdollisuus. Pohdimmekin esitteen lausetta "Jokaisella on myös oikeus tuoda mielipiteensä yhteisössä esille ja siten vaikuttaa yhteisön toimintaan". Työyhteisöltä tuli ehdotus, että "oikeus" -sanana olisi voinut muuttaa "vastuu" -sanaksi. Mielestämme oli kuitenkin tärkeää katsella asiaa positiiviselta kannalta ja ajatella mahdollisuutta vaikuttaa ennemmin oikeutena. Myös asiakkaat ovat tapaamisissamme sanoneet, että he nimenomaan saavat tuoda mielipiteensä esille eivätkä käsittääksemme ole kokeneet sitä vastuuksi. Ajattelimme myös, että esitteessä liian vastuun korostaminen voi myös kasvattaa kynnystä aloittaa kuntoutus. Toimme kappaleessa kuitenkin esille, että yhteisöllisyys tarkoittaa yhteistä vastuuta ensikodin arjesta.

Lukujärjestysmallisen viikko-ohjelman muunsimme vähemmän tilaa vievään ja mahdollisesti helpommin luettavaan muotoon. Samalla karsimme asiakkaille luettavaksi tulevasta ohjelmasta työntekijöille tarkoitettuja asioita, kuten työntekijäkokous sekä raportit. Näiden ei katsottu olevan kuntoutusta harkitsevalle asiakkaalle olennaista tietoa. Asiakkaat toivat ensikodin ohjelmasta keskusteltaessa esiin viikoittaisen vanhemmuusryhmän nimellä kulkevan muskarin. Heidän mielestään tämän mainitseminen esitteessä saattaisi olla hyvä asia. Myös työntekijät kertoivat asiakkaiden usein pitävän muskarista ja toivoivat siksi sen näkyvän esitteessä. Toisena esimerkkinä on mainittu keskusteluryhmät. Asiakkaat toivoivat, että esitteessä tuotaisiin esille isäryhmä, jota ei erikseen viikko-ohjelmassa näkynyt. Ensikodilla järjestettävä keskusteluryhmän on ensikodin äideille tarkoitettu, isille on järjestetty oma keskusteluryhmä ensikodin ulkopuolella. Isien keskusteluryhmän maininnan esitteessä toivomme rohkaisevan myös isiä – ensikodin naispainotteiselle yhteisölle vastapainona on myös isien oma keskusteluryhmä. Asiakkaiden mielestä viikko-ohjelma toimii esitteessä hyvin, siitä näkee helposti millaista toimintaa ensikodissa on. Myös meidän mielestä viikko-ohjelma on hyvä olla esit-

teessä, jotta asiakkaat voisivat heti luoda mielikuvan ensikotitoiminnasta. Ensikodissa on pyritty ohjelmalla vastaamaan asiakkaiden tarpeisiin ja edistämään asiakkaiden hyvinvointia. Arkipäivän rutiinit, terveellinen ruokavalio, mielekäs toiminta, liikunta ja säännöllinen ruokavalio auttavat keräämään voimia synnytystä ja äitiyttä varten. Naista täytyy tukea keskittymään raskauteen, valmistautumaan äitiyteen sekä vähentämään turhaa stressiä ja paineita (Havio yms. 2008: 174-175).

Työyhteisön toiveesta kerromme esitteessä myös kuntoutuksen kulusta. Kuntoutuksen kulku -kappale antaa asiakkaalle tietoa siitä, mitä vaiheita ensikotiin kuuluu. Myös palautekerralla asiakkaat sanoivat, että esitteessä on hyvä kertoa kuntoutuksesta konkreettisesti, sillä asiakkaita kiinnostaa jo ennen ensikotiin tuloa miten asiat siellä toimivat. He myös ehdottivat esitteeseen laitettavaksi jotakin kuntoutuksen kestosta, jotta harkitsevat asiakkaat ymmärtäisivät, ettei ensikotitoimintaan voi tulla siihen sitoutumatta. Työyhteisö halusi tuoda esiin kuntoutuksen suunnitelmallisuuden, mikä on pyritty tuomaan näkyväksi kertomalla kuntoutuksen eri vaiheista ja painottamalla yhteistyötä työntekijöiden, yhteisön sekä esimerkiksi lastensuojelun kanssa käyttämällä sanoja "sovitusti" ja "suunnitelmallisesti". Esitteessä oli hyvä mainita myös jatkosuunnitelmasta ja korostaa kuntoutuksen päämäärää, eli vanhemman tai vanhempien ja lapsen päihteen elämä yhdessä jatkuu vielä ensikotikuntoutuksen jälkeenkin. Emme halua, että asiakkaille tulee esitteestä ja ensikodista mieleen pelkästään lastensuojelu tai esimerkiksi pelko mahdollisesta huostaanotosta. Toisaalta olemme painottaneet asioita, jotka koskevat kuntoutuksen alkua. Kuntoutuksen suunnitelmallinen päättäminen voi tuntua asiakkaasta varsin kaukaiselta vasta kuntoutuksen aloittamisen harkintavaiheessa.

Päihteidenkäytön vähentäminen tai lopettaminen missä tahansa raskauden vaiheessa parantaa lapsen ennustetta sekä mahdollisuuksia lapsen terveempään kehitykseen. Äidille on tärkeää antaa tietoa päihteiden vaikutuksesta sikiöön, mutta haittoja ei tulisi korostaa liikaa, sillä se voi syyllistää äitiä turhan paljon (Havio yms. 2008: 174). Halusimme kannustaa asiakkaita olemaan luovuttamatta ja tyytymättä tilanteeseensa ja aloittamaan kuntoutus toteamalla, ettei koskaan ole liian myöhäistä lähteä kuntoutukseen. Halusimme lähestyä asiaa positiivisesta näkökulmasta niin, että kuntoutuksen aloittaminen nähdään aina hyvänä asiana. Esitteessä oli oleellista kertoa myös ensikodin päihteettömyydestä. Asiakkaiden mielestä esitteessä oli hyvä mainita siitä, että uusilla asiakkailla on oltava neljät puhtaat seulat ennen kuntoutukseen tuloa. Lisäksi he toivoivat mainintaa korvaushoidon mahdollisuudesta asiakkaan asuessa ensikodissa. Mielestämme päihteettömyyden yhteydessä oli hyvä mainita myös vieraille tehtävistä

puhalluksista ja seuloista. Pyrimme esitteessä tuomaan esille sen, että päihteettömyys takaa turvallisen ympäristön.

## 7 Työn eettisyys ja arviointi

Toiminnallisen opinnäytetyön arvioinnissa tärkeimpiä osa-alueita ovat tuotoksen idea, tavoitteiden saavuttaminen sekä tuotoksen sisällön ja ulkoasun toimivuus kohderyhmän näkökulmasta katsottuna (Vilkkä - Airaksinen 2003: 161). Tässä osassa opinnäytetyön raporttia tarkastelemme työn eri osioita sekä lopuksi työtä kokonaisuutena. Arvioimme onnistumista tavoitteisiimme nähden sekä lähdekirjallisuuden että eri tahoilta saamamme palautteen avulla. Palautetta valmistamastamme esitteestä olemme saaneet useaan eri kertaan Ensikoti Helmiinan työntekijöiltä sekä asiakkailta. Palautteen avulla pohdimme, olemmeko saaneet tehtyä esitteestä sellaisen kuin olemme työn eri vaiheissa siitä tahtoneet. Pohdimme vastaako esite niihin tavoitteisiin, joita olemme sille yhteistyössä asettaneet. Ensisijaisen tärkeää meille on ollut saada palautetta suoraan työelämästä ja asiakkailta, sillä tuotos menee Helmiinan käyttöön. Erityisesti asiakkaat kertoivat ajatuksiaan siitä, miten eri asioista tulisi esitteessä kertoa kun taas ensikodin työntekijät antoivat toiveitaan konkreettisesta sisällöstä. Koemme näiden olleen hyviä tahoja arvioimaan tuotostamme. Toiminnallisessa opinnäytetyössä on mielekästä kerätä palautetta kohderyhmältä tavoitteiden saavuttamisen arviointiin oman arvioinnin tueksi. Näin arviointi ei jää subjektiiviseksi. Kohderyhmältä kannattaa pyytää arviointia esimerkiksi tuotoksen käytettävyydestä ja toimivuudesta tavoitteissa asetetulla tavalla, visuaalisesta ilmeestä sekä luettavuudesta. (Vilkkä - Airaksinen 2003: 157.)

### 7.1 Eettisyys

Opinnäytetyötä varten emme tarvinneet erillistä tutkimuslupaa. Teimme kuitenkin meidän, Ensikoti Helmiinan ja Metropolia Ammattikorkeakoulun välisen kirjallisen sopimuksen opinnäytetyöstä. Sopimukseen on kirjattu opinnäytetyön tulosten käyttöoikeuden olevan opinnäytetyön tehneillä opiskelijoilla, Ensikoti Helmiinalla sekä Metropolia Ammattikorkeakoululla. Ensikodille on annettu lupa hyödyntää opinnäytetyön tuloksia parhaaksi katsomallaan tavalla. Tietoa eteenpäin välitettäessä opiskelijoiden nimien tulee olla mainittuna kaikissa yhteyksissä, paitsi itse esitteessä. Myös Metropolia Ammattikorkeakoulu tulee tuoda esille tulosten julkaisemisten yhteydessä. Lisäksi allekirjoitimme vaitiolositoumukset ensikodille. Emme ole kertoneet asiakkaiden tai yhteistyökumppanin asioita eteenpäin muuten kuin opinnäytetyössä tarvittavissa määrin ja sellaisia asioita, joita yhteistyötahomme tietävät käytettävän. Eettisiin käytäntöihin liittyy, että työntekijä on rehellinen, huolellinen ja tarkka prosessin eri vaiheissa sekä soveltaa

eettisesti kestäviä tiedonhankinta- ja arviointimenetelmiä. Aiemmille tutkimuksille on annettava kunnia ja niille kuuluva arvo. Työ on suunniteltava, toteutettava ja raportoitava tarkasti. Ennen työn tekemistä eri osapuolille on selvää heidän asemat, oikeudet, vastuut sekä velvollisuudet. Lisäksi osuus tekijyydestä ja tutkimustulosten omistajuus on määritelty. (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausten käsitteleminen 2002.) Olemme pyrkineet huomioimaan eettisyyden ja luotettavuuden opinnäytetyöprosessimme eri vaiheissa ja pyrkineet olemaan työssämme mahdollisimman huolellisia, tarkkoja ja ennen kaikkea rehellisiä. Pyrimme käyttämään tietokirjallisuutta monipuolisesti opinnäytetyön laajuuden puitteissa ja olimme huolellisia siitä, että alkuperäinen kirjoittaja saa kunnian työstään tarkkojen lähdemerkintöjemme myötä. Olimme kuitenkin tietokirjallisuutta tarkastellessa ja käytettäessä lähdekriittisiä.

Asiakkaille ennen tapaamisia jaetussa infolapussa sekä itse asiakastapaamisissa olemme tehneet asiakkaille selväksi sen, että he ovat tuotoksen suunnittelussa ja arvioinnissa mukana vapaaehtoisesti eikä heillä ole minkäänlaisia velvoitteita työtämme kohtaan, sillä se ei kuulu heidän kuntoutukseensa. Olemme opinnäytetyössämme pyrkineet varmistamaan asiakkaiden itsemääräämisoikeuden ja kunnioittamaan heidän oikeuttaan yksityisyyteen siten, että olemme antaneet asiakkaille mahdollisuuden kertoa vapaasti ja ilman painostusta omista ajatuksistaan. Emme ole tarvinneet asiakkaiden henkilötietoja työhömmme, joten heidän henkilöllisyytensä on pysynyt salaisena. Olemme pyrkineet raportoimaan työssämme asiakkaiden ajatuksista siten, ettei asiakkaita voisi tunnistaa niiden kautta. Esimerkiksi palautetapaamisista olemme tehneet yhden yhteisen koonnin (Liite 4). Ensikodin työyhteisöllä on kuitenkin tiedossaan keitä asiakkaita olemme tavanneet, joten emme voi olla varmoja siitä, etteivätkö työyhteisön jäsenet voisi yhdistää opinnäytetyössä ilmeneviä palautteita asiakkaisiin.

## 7.2 Prosessin arviointi

Pitkin prosessia olemme pyrkineet olemaan aktiivisesti yhteistyössä Ensikoti Helmiinan kanssa hakemalla ensikodin ajatuksia ja mielipiteitä esitteen sisältöihin liittyen, sopimalla asiakkaiden tapaamisista ensikodin yhteyshenkilön, Anu Holtarin, kautta ja pyytämällä palautetta työstä sen eri vaiheissa. Olemme pyrkineet käyttämään hyväksemme ensikodin työyhteisön asiantuntijuutta monipuolisesti ja mielestämme onnistuneet siinä. Aiheesta keskusteltaessa, suunnittelutapaamisissa sekä palautetapaamisissa olemme saaneet paljon esitteen kannalta käyttökelpoista tietoa ensinnäkin ensikodista ja sen lisäksi myös esimerkiksi asioiden esitystavasta. Työyhteisö oli meille osittain

tuttu opinnäytetyön prosessin aloittamisen aikoihin käynnissä olleen ja ensikotiin sijoituneen työharjoittelun vuoksi. Tämä on luultavasti osaltaan vaikuttanut siihen, että koimme työskentelyn ensikodin kanssa alusta asti melko helpoksi.

Tutun työyhteisön lisäksi olimme päässeet tutustumaan myös ensikodissa työskenteleeseen ja asiakkaisiin työharjoittelun sekä sitä seuranneiden muutamien sijaisuuksien aikana. Toinen meistä oli tavannut kaikki asiakkaat ennen suunnittelu- ja tapaamiskertoja sijaisen roolissa. Kuitenkin asiakastapaamisiin menimme aina ulkopuolisina opinnäytetyön tekijöinä. Motiivi asiakkaiden kanssa käytyihin keskusteluihin oli esitteen tekeminen ja sitä varten haluamme asiakkaiden mielipiteet, minkä pyrimme tuomaan myös asiakkaiden tietoon. Pienikin etukäteen saatu kokemus asiakkaista on kuitenkin voinut mielestämme vaikuttaa tapaamisiin tai niistä irti saamaamme materiaaliin sekä positiivisessa että negatiivisessa mielessä. Emme voi sulkea pois sitä mahdollisuutta, ettei asiakkaista ennakkoon saadut kokemukset olisi tiedostamatta vaikuttaneet esimerkiksi siihen, miten olemme ymmärtäneet asiakkaiden sanomisia. Toisaalta toinen meistä ei ollut tavannut asiakkaita ennen opinnäytetyöhön liittyviä tapaamisia, joten luultavasti ainakin hän on kuunnellut heitä ilman, että aikaisemmat kokemukset tai asiakkaisiin liitetyt ajatukset olisivat hänen kuulemaansa vaikuttaneet. Asiakkaille tutuna henkilönä tapaamisissa oleminen on voinut vaikuttaa myös siihen, kuinka avoimesti he ovat kertoneet kokemuksistaan kuntoutuksen alussa ja kuinka rohkeasti he ovat antaneet työstämme palautetta. Emme kuitenkaan tapaamisissa ole kokeneet, että asiakkaat olisivat arastelleet kertoa meille mielipiteitään. Päinvastaisesti koimme, että he olivat tapaamisissa avoimia ja antoivat reippaasti sekä positiivista että negatiivista palautetta. Tutuus onkin mielestämme saattanut helpottaa luottamuksellisen ilmapiirin aikaansaamista ja mahdollisesti helpottanut tapaamisia molempien osapuolten kannalta.

Työskentelymme sivutavoitteena oli osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuden antaminen ensikodin asiakkaille. Tarkoituksena oli antaa asiakkaille innostamisen avulla kokemus oman panoksen tarpeellisuudesta. Osallisuuden toteutumiseen vaaditaan asiakkaan kuulemista ja kuuntelemista, yhteistä kieltä ja foorumia, aitoa kiinnostusta sekä vertaistukea (Mitä osallisuus on? n.d.). Tapaamisille olimme varanneet rauhallisen tilan, jossa keskustelimme pienellä kokoonpanolla. Saimme sellaisen kuvan, että esitteen ideoimiseen ja arvioimiseen osallistuneet asiakkaat olivat mielellään mukana. Uskomme heidän myös kokeneen jonkinlaisia onnistumisen kokemuksia auttaessaan esitteen teossa. Tapaamisissa he vaikuttivat aiheesta kiinnostuneilta ja toivat ajatuksi-

aan ahkerasti esille. Me pyrimme näyttämään, että olemme kiinnostuneita kuulemaan jokaisen osallistujan mielipiteitä ja että arvostamme heidän näkemyksiään. Kysyimme myös tarkentavia kysymyksiä ja varmistimme toisinaan ymmärtävämmme heidän viestinsä oikein. Suunnittelutapaamisissa asiakkaiden kertomia ajatuksia ja toiveita esitteeseen liittyen olemme pyrkineet esitteessä käyttämään hyväksi mahdollisimman paljon. Palautetapaamisissa kysyimme suunnitteluun osallistuneilta, olivatko aikaisemmissa tapaamisissa keskustelemamme asiat toteutuneet esitteessä. Asiakkaiden mielestä olimme onnistuneet tässä melko hyvin. Palautetapaamisissa asiakkaiden esiin nosta miin häiritseviin, poistettaviin, lisättäviin tai muokattaviin kohtiin tartuimme parhaamme mukaan ja koimme toteuttaneemme asiakkaiden toiveita siinä määrin kuin katsoimme mahdolliseksi.

Tapaamisiin olimme pääsääntöisesti tyytyväisiä, vaikka ne alkuperäisestä suunnitelmastamme poikkesivatkin. Tapaamiset olivat hedelmällisiä, saimme paljon hyvää tietoa ja ajattelemisen aihetta esitteen tekoon. Toisaalta näin jälkikäteen olisimme ehkä muuttaneet tapaamisten sisältöä joiltain osin. Ensimmäisellä kerralla keskustelimme asiakastekstistä asiakkaiden kanssa ja sovimme, että he saavat itsenäisesti, rauhassa pohtia asiaa ja sitä, mitä haluavat sanoa. Myöhemmin kuitenkin päädyimme palautetapaamisissa aktiivisesti asiakkaiden kanssa pohtimaan lausahduksia esitteeseen, koska varsinaisia asiakkaiden tekstejä ei tähän mennessä ollut syntynyt. Jälkikäteen ajatellen olisimme voineet lähteä pohtimaan tekstejä asiakkaiden kanssa jo suunnittelutapaamisissa. Vaikka nyt koemme, että tapaamiset olisivat voineet sujua myös paremmin, onnistuimme mielestämme suuntaamaan työskentelyämme melko hyvin saamiemme palautteiden ja tapaamiskokemusten mukaisesti. Emme lähteneet suunnittelutapaamisissa ehkä tukemaan riittävästi asiakkaiden tekstiä, mutta teimme tämän kuitenkin myöhemmin palautetapaamisissa. Koimme onnistuneemme tässä, sillä saimme aikaseksi mielestämme toimivia lausahduksia esitettä varten.

### 7.3 Esite

Tavoitteenamme esitteen teossa oli tehdä siitä mahdollisimman motivoiva ja innostava sekä informatiivinen ja rohkaiseva. Lisäksi tavoitteemme oli, että esite on asiakaslähäinen, helposti lähestyttävä ja realistinen. Esitteen tarkoitus oli muodostaa toimiva kokonaisuus yhdessä tutustumiskäyntien kanssa. Kurjen (2000: 19-20) mukaan innostamisella pyritään parantamaan ihmisen elämänlaatua ja herättämään tietoisuutta. Esitteen tarkoitus on ollut kannustaa asiakasta aloittamaan ensikotikuntoutus, mikä puoles-



taan oletettavasti lisää asiakkaan elämänlaatua. Innostamisen mahdollistamiseksi on tunnettava se todellisuus, missä toiminta tapahtuu (Kurki 2000: 98). Saimme palaute-tapaamisissa asiakkailta palautetta, että heidän mielestään esitteen kirjoittanut tuntee hyvin ensikotitoimintaa. Olemme keränneet paljon tietoa ensikodista ja toisella meistä oli myös käytännön kokemusta ensikotityöstä Helmiinassa työelämäharjoittelun ja keikkatöiden myötä. Mielestämme lähtökohdat innostamiselle todellisuuden tuntemisen puitteissa toteutui.

Innostamisessa on päästävä pintakokemuksia ja pelkkiä sanoja syvemmälle (Kurki 2000: 92). Olemme esittäneet asiat esitteessä mahdollisimman realistisesti ja siten, että asiakas saisi mahdollisimman todentuntuisen kuvan Helmiinasta. Esitteessä on myös sellaisia aspekteja, joiden tarkoitus on herättää asiakkaassa syvempiä ajatuksia. Anderssonin (2011: 67) mukaan päihteiden käytön lopettamisessa naista motivoivat eniten äitiys ja lapset, joten olemme tuoneet äitiyden esille esitteessä korostamalla lapsinäkökulmaa tietyissä kohdissa ja siten pyrkineet motivoimaan asiasta. Hämäläisen (1999: 71) mukaan motivoiminen voi tapahtua asiakkaan arvoihin vaikuttamalla. Mielestämme esitteessä voidaan mahdollisesti vaikuttaa asiakkaiden arvoihin korostamalla nimenomaan lapsinäkökulmaa ja siten havahduttaa asiakas ymmärtämään, että hänen täytyy ajatella niin itsensä kuin lapsensa parasta. Lisäksi nykyisten asiakkaiden tuottamat kommentit esitteessä korostavat näkökulmaa lapsesta, ensikotikuntoutuksesta mahdollisuutena ja kannustavat asiakasta aloittamaan uuden elämän. Mielestämme asiakkaiden tuottamat tekstit ovatkin tärkeä motivoiva tekijä esitteessä.

Olemme saaneet asiakkailta palautetta, että esite tuntuu asiakaslähtöiseltä ja se on helposti lähestyttävä ja ymmärrettävä. Esitteen sisältö on useaan kertaan tarkastettu ensikodin työntekijöiden sekä kuntoutuksessa olevien asiakkaiden toimesta, joten sen pitäisi olla informaationsa suhteen validi. Esitteessä kerrotaan paljon käytännön tietoa ensikodin toiminnasta, joten uskomme sen olevan jo pelkästään sisältämänsä informaation kannalta hyödyllinen ensikotikuntoutusta harkitseville asiakkaille. Saamamme palautteen perusteella esite on hyvä lisä ensikodin tutustumiskäyntien tueksi ja siten hyödyllinen niin asiakkaille kuin työyhteisöllekin. Esitettä voidaan tarvittaessa antaa ensikodilta myös esimerkiksi yhteistyökumppaneille tai asiakkaiden läheisille, jolloin sitä voidaan käyttää kertomaan ensikodin toiminnasta myös muille kuin kohderyhmäämme sopiville henkilöille. Esite on myös helpon päivittämisen ansiosta kätevä väline ensikodille. Uskomme, että Ensikoti Helmiina tulee käyttämään tuotostamme hyväkseen tulevaisuudessa.

Esitettä ei kuitenkaan ole testattu sellaisissa tilanteissa, joihin olemme sen tarkoittaneet. Näin ollen emme voi tällä hetkellä arvioida täysin luotettavasti sitä, miten esitteen kokevat sellaiset henkilöt, jotka harkitsevat kuntoutukseen lähtemistä. Esitteen testaaminen sen varsinaisella kohderyhmällä vaatisi paljon aikaa. Ensikoti on pieni yksikkö ja kuntoutus siellä on pitkäkestoista. Tämä tarkoittaa, ettei tutustumiskäyntejä välttämättä järjestetä tarpeeksi usein, joten esitteen toimivuuden tutkiminen ei olisi opinnäytetyön puitteissa mahdollista. Työtä olemme tehneet ja palautetta saaneet sellaisilta asiakkailta, jotka ovat päättäneet lähteä mukaan kuntoutukseen. Työssä emme ole päässeet käyttämään hyväksi sellaisten henkilöiden ajatuksia, jotka ovat tutustumiskäynnistä huolimatta jättäneet tulematta ensikotiin. Voidaankin pohtia, olisiko tällaisilta henkilöiltä voitu saada tärkeitä näkökulmia esitteen suhteen. Olisiko ensikotikuntoutuksen suhteen epävarmaa henkilöä voitu rohkaista sellaisin keinoin, jotka eivät meidän työskentelysämme tulleet esille? Toisaalta realistista on tiedostaa, ettei pelkän esitteen keinoin ehkä voida saada kuntoutusta vastustavaa henkilöä päätymään kuntoutukseen. Ihmisten tietoisuutta vahvistetaan innostamisessa, mutta on samalla luotettava ihmisten haluun ja kykyyn järjestäytyä yhteisöksi (Kurki 2000: 97). Keskusteleminen jonkinasteisesta arvojen ja ja sitä kautta kulttuurin muuttamisesta ei riitä, sillä ihmisen on sitouduttava muutokseen (Kurki 2000: 130). Esite antaa asiakkaalle tietoa kuntoutuksesta Helmiinassa, mutta valinta ja vastuu kuntoutuksen aloittamisesta ja siihen sitoutumisesta on asiakkailla.

#### 7.4 Kokonaisuuden arviointi

Mielestämme työmme täyttää opinnäytetyön kriteerit. Työ on laajuudeltaan monimuotoisen opinnäytetyön mitoissa ja koemme, että opinnäytetyöprosessi kokonaisuudessaan on ollut hyvin pitkä ja olemme tehneet erittäin paljon töitä sen eteen. Aloitimme idean työstämisen jo tammikuussa ja olemme osallistuneet kaikkiin opinnäytetyöseminaareihimme ja tehneet opinnäytetyöprosessiin kuuluvat välityöt, niin ideapaperin kuin työsuunnitelmankin. Olemme myös saaneet palautetta niin ohjaavilta opettajilta kuin opponenteiltakin ja pyrkineet näitä palautteita hyväksi käyttäen viemään työtämme eteenpäin. Olemme myös itse antaneet opponenteina palautetta toisten opiskelijoiden töistä. Lisäksi opinnäytetyötä tehdessämme olemme tutustuneet paljon myös muiden Metropolia Ammattikorkeakoulun opiskelijoiden valmiisiin opinnäytetöihin. Olennaista toiminnalliselle opinnäytetyölle on, että se on työelämälähtöinen, käytännöllinen, toteutettu tutkivalla asenteella ja se osoittaa riittävällä tasolla tietoja ja taitoja opiskeltavasta

alasta (Vilkkä - Airaksinen 2003: 10). Opinnäytetyömme ideaa lähdimme alusta alkaen miettimään työelämän kannalta, sillä halusimme ehdottomasti luoda jotakin sellaista, josta olisi todella hyötyä yhteistyökumppanillemme ja olemmekin siinä onnistuneet. Tuotos ei itsessään riitä ammattikorkeakoulun opinnäytetyöksi, vaan opiskelijan on kyettävä yhdistämään teoreettinen tieto ammatilliseen käytäntöön. Alan teorioista nousevaa tarkastelutapaa tulisi käyttää perustellessa valintoja. (Vilkkä - Airaksinen 2003: 42-41.) Lisäksi olemme käyttäneet sosiaalialan teorioita työmme viitekehyksenä ja pyrkineet saamallamme tiedolla perustelemaan tekemiämme valintoja.

## 8 Pohdinta

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli valmistaa Ensikoti Helmiinan esite, jonka tavoitteena oli kannustaa harkitsevia asiakkaita kuntoutukseen. Esitteen teimme innostamisen ja motivaation näkökulmasta. Työskentelimme yhteistyössä Ensikoti Helmiinan työyhteisön sekä asiakkaiden kanssa varmistaaksemme, että esite olisi mahdollisimman työelämälähtöinen, paikkansa pitävä ja asiakkaille sopiva. Työskentelyymme sisältyi useita tapaamisia niin asiakkaiden kuin työyhteisön edustajien kanssa. Työn tuotoksena olemme tehneet esitteen, joka mielestämme vastaa tavoitteitamme. Lopullisesta esitteestä olemme saaneet positiivista palautetta. Ensikodin edustajat kokivat sen erittäin hyvin kirjoitetuksi ja kannustavaksi. Asiakkaiden mielestä esite oli onnistunut, helpolukuinen ja hyödyllinen.

Jälkikäteen olemme melko kriittisiä sen suhteen, kuinka paljon esitteellä voidaan vaikuttaa asiakkaan mielipiteisiin kuntoutuksesta ja millaisista lähtökohdista kuntoutusmotivaatiota voidaan esitteen keinoin vahvistaa. Tästä emme myöskään ole saaneet tietoa, sillä asiakastapaamisissamme ei ole ollut sellaisia henkilöitä, jotka vasta harkitsevat kuntoutusta. Innostamisen aspekteja näkyy mielestämme esitteessä jonkin verran. Uskomme, että yhdessä tutustumiskäyntien kanssa esite muodostaa toimivan kokonaisuuden ja sillä voidaan vahvistaa asiakkaan jo olemassa olevaa halua kuntoutukseen ja näin ollen vaikuttaa siihen, miten asiakkaan kuntoutus lähtee käyntiin. Hyvä alku kuntoutukselle voi omalta osaltaan parantaa motivaatiota ja lisätä asiakkaan subjektiivista omassa elämässään.

Koemme esitteen olevan ensikodille hyödyllinen sisältämänsä informaation ja kannustavuutensa vuoksi. Päivitettävyytensä ansiosta esite on myös käytettävissä pitkään. Esite ei tähän tiettyyn yksikköön sidotun tietonsa takia sovellu suoraan käytettäväksi esimerkiksi muihin ensikoteihin. Sitä voidaan kuitenkin käyttää esitteen pohjana myös muissa vastaavanlaisissa paikoissa. Esitettä voidaan hyödyntää myös yhteistyötahojen tai muiden ihmisten kohdalla, vaikka se selkeästi on kohdennettu päihteitä käyttäville vanhemmille. Esitettä voitaisiin kehittää edelleen tutkimalla, millaiseksi esitteen saaneet asiakkaat sen kokevat ja miten se vaikuttaa kuntoutuksen alkuvaiheeseen.

## Lähteet

Andersson, Maarit 2008: Pidä kiinni - hoitojärjestelmän rakentaminen. Teoksessa Andersson, Maarit – Hyytinen, Riitta – Kuorelahti, Marianne (toim.) 2008: Vauvan parhaaksi. Kuntoutuminen päihteistä odotus- ja vauva-aikana. Pidä kiinni -hoitojärjestelmä. Ensi- ja turvakotien liitto ry. Helsinki: Pekan Offset Oy. 18-36.

Andersson, Maarit 2011: Vauvaperheiden päihdekuntoutus. Teoksessa Vaarla, Suvi (toim.) 2011: Alkoholien vaurioittamat. Raskaudenaikaisen alkoholinkäytön vaikutukset lapsen elämään. Kouvola: Solver palvelut Oy. 62-81.

Andersson, Maarit – Hyytinen, Riitta – Kuorelahti, Marianne (toim.) 2008: Vauvan parhaaksi. Kuntoutuminen päihteistä odotus- ja vauva-aikana. Pidä kiinni - hoitojärjestelmä. Ensi- ja turvakotien liitto ry. Helsinki: Pekan Offset Oy.

Autti-Rämö, Ilona 2011: FASDin historia ja yleisyys. Teoksessa Vaala, Suvi 2011: Alkoholien vaurioittamat. Raskaudenaikaisen alkoholinkäytön vaikutukset lapsen elämään. Kouvola: Solver palvelut Oy.

Havio, Marjaliisa – Inkinen, Maria – Partanen, Airi (toim.) 2008: Päihdehoitotyö. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Hämäläinen, Juha 1999. Johdatus sosiaalipedagogiikkaan. Kuopio: Savon kopiokeskus Oy/ yliopiston painatuskeskus.

Hyytinen, Riitta 2008: Hyvän asiakassuhteen merkitys. Teoksessa Andersson, Maarit – Hyytinen, Riitta – Kuorelahti, Marianne (toim.) 2008: Vauvan parhaaksi. Kuntoutuminen päihteistä odotus- ja vauva-aikana. Pidä kiinni -hoitojärjestelmä. Ensi- ja turvakotien liitto ry. Helsinki: Pekan Offset Oy. 89-102.

Koski-Jännes, Anja – Riittinen, Liisa – Saarnio, Pekka (toim.) 2008: Kohti muutosta. Motivointimenetelmiä päihde- ja käyttäytymisongelmiin. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Kurki, Leena 2000: Sosiokulttuurinen innostaminen. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Lehtinen, Erno – Kuusinen, Jorma – Vauras, Marja 2007: Kasvatuspsykologia. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

Miller, William R. – Rollnick, Stephen 2002: Motivational interviewing. Preparing people for change. New York: The Guilford Press.

Mäkelä, Pia – Mustonen, Heli – Tigerstedt, Christoffer 2010: Suomi juo. Suomalaisten alkoholinkäyttö ja sen muutokset 1968-2008. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Verkko-dokumentti. Yliopistopaino, Helsinki.

<<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80301/371e1e08-9bc1-47ea-81aa-68b04f27088c.pdf?sequence=1>>

Mönkkönen, Kaarina – Nurro, Marjukka – Väisänen, Raija 1999. Sosiaalipedagogiikan käytännön sovellutuksia. Kuopio: Kuopion yliopiston painatuskeskus.

Pajulo, Marjukka – Kalland, Mirjam 2011: Äidin reflektiivinen kyky ja sen vaikutus päihde-ensikotien hoidon tulokseen. Teoksessa Vaarla, Suvi 2011: Alkoholien vaurioittamat. Raskaudenaikaisen alkoholinkäytön vaikutukset lapsen elämään. Kouvola: Solver palvelut Oy.

Pesonen, Soili – Tarvainen, Juha 2003: Julkaisun tekeminen. Docendo Finland. Porvoo: WS Bookwell.

Salmela-Aro, Katariina – Saisto, Terhi – Halmesmäki, Erja – Nurmi Jari-Erik 2002: Motivaation merkitys siirryttäessä vanhemmuuteen. Teoksessa Salmela-Aro, Katariina - Nurmi, Jari-Erik (toim.) 2002: Mikä meitä liikuttaa. Modernin motivaatiopsykologian perusteet. Keuruu: PS-kustannus. Otavan Kirjapaino Oy. 84-104.

Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulun yliopisto: Oulu

Toiminta 2011. Helsingin Ensikoti ry. Luettavissa myös osoitteessa:  
<[http://www.helsinginensikoti.fi/files/Vuosikertomus\\_2011.pdf](http://www.helsinginensikoti.fi/files/Vuosikertomus_2011.pdf)>

Vaarla, Suvi 2011: Alkoholien vaurioittamat. Raskaudenaikaisen alkoholinkäytön vaikutukset lapsen elämään. Kouvola: Solver palvelut Oy.

Vilka, Hanna – Airaksinen, Tiina 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Vuori-Kemilä, Anne – Stengård, Eija – Saarelainen, Ritva – Annala, Tuula 2007: Mielen-terveys- ja päihdetyö: Yhteistyötä ja kumppanuutta. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

#### Verkkolähteet

Ensikodit n.d. Ensi- ja turvakotien liitto. Verkkodokumentti.

<<http://www.ensijaturvakotienliitto.fi/tyomuodot/ensikodit-ja-muu-vauvaperheiden/ensikodit/>> Luettu 25.10.2012.

Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausten käsitteleminen. 2002. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Verkkodokumentti.

<[http://www.tenk.fi/hyva\\_tieteellinen\\_kaytanto/kaytanto.html](http://www.tenk.fi/hyva_tieteellinen_kaytanto/kaytanto.html)> Luettu 22.10.2012.

Karjalainen, Jarno 2012. Osallisuus. Terveys- ja hyvinvoinnin laitos. Verkkodokumentti. <[http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/kaventaja-fi/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus](http://www.thl.fi/fi_FI/web/kaventaja-fi/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus)> Luettu 13.10.2012.

Me n.d. Helsingin ensikoti ry. <<http://www.helsinginensikoti.fi/me>> Luettu: 25.10.2012.

Mitä osallisuus on? n.d. Terveys ja hyvinvoinnin laitos. Verkkodokumentti.

<[http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/kasvunkumppanit-fi/tyon/periaatteet/osallisuus](http://www.thl.fi/fi_FI/web/kasvunkumppanit-fi/tyon/periaatteet/osallisuus)> Luettu 13.10.2012.

Andersson, Maarit – Kolari, Marketta 2012: Päihdeongelmaiset odottavat äidit ja vauvaperheet. Sosiaaliportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 17.8.2012.

<<http://www.sosiaaliportti.fi/fi->

[FI/lastensuojelukasikirja/tyoprosessi/erityiskysymykset/lastensuojelunpaihdeety/odottaodo\\_aidit\\_ja\\_vauvaperheet/#OLE\\_LINK2](http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/lastensuojelukasikirja/tyoprosessi/erityiskysymykset/lastensuojelunpaihdeety/odottaodo_aidit_ja_vauvaperheet/#OLE_LINK2)> Luettu 25.10.2012.

Päihderiippuvuus 2007. Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. Kirjoitettu 15.6.2007. Verkkodokumentti. Luettu 14.10.2012

<[http://www.ktl.fi/portal/suomi/tietoa\\_terveydesta/elintavat/paihderiippuvuus](http://www.ktl.fi/portal/suomi/tietoa_terveydesta/elintavat/paihderiippuvuus)>

Päihdeäideille kaavaillaan pakkohoitoa 2012. Helsingin Sanomat. 26.2.2012. Verkkodokumentti.

<<http://www.hs.fi/kotimaa/P%C3%A4ihde%C3%A4ideille+kaavaillaan+pakkohoitoa/a1313130555647>> Luettu: 25.10.2012.

Yhä useampi odottava äiti käyttää päihteitä 2011. Turun Sanomat. Kirjoitettu 13.06.2011. Verkkodokumentti.

<<http://www.ts.fi/uutiset/kotimaa/230062/Yha+useampi+odottava+aiti+kayttaa+paihteita>> Luettu 25.10.2012.

Ympäri vuorokautiset palvelut n.d. Helsingin ensikoti ry. Verkkodokumentti.

<<http://www.helsinginensikoti.fi/haetko-apua/ymparivuorokautiset-palvelut>> Luettu 16.10.2012.



## Infolappu

Hei!

Olemme Metropolia Ammattikorkeakoulun opiskelijoita ja olemme tekemässä opinnäytetyötämme Ensikoti Helmiinan kanssa yhteistyössä. Opinnäytetyössämme teemme tuleville uusille asiakkaille suunnatun esitteen ensikodista. Tarkoituksena on, että esite rohkaisisi uusia asiakkaita aloittamaan ja sitoutumaan kuntoutusjaksoon.

Tarvitsisimme osallistujia avustamaan meitä esitteen suunnittelussa ja mahdollisesti myös sen toteutuksessa. Ensisijaisesti toivomme kuulevamme ajatuksianne siitä, millaiset asiat ensikotiin tullessa vaikuttivat/olisivat voineet vaikuttaa päätökseen tulla ensikotiin ja ensikodissa olemiseen. Toivomme myös että te pystytte osallistumaan useampaan tapaamiseen, ensin suunnitteluvaiheessa ja myöhemmin, jotta voisimme kuulla mielipiteitänne lähes valmiista esitteestä. Mikäli olette kiinnostunut osallistumaan esitteen suunnitteluun, kerotkaa kiinnostuksestanne Ensikoti Helmiinassa. **Työhön ei tule nimiä eikä muitakaan henkilötietoja, mistä teidät voisi tunnistaa! Haemme ajatuksia ja ideoita ohjaamaan esitteen tekemisessä.** Osallistuminen tapaamiseen ei edellytä teiltä jatkossa mitään. Tapaamisista sovimme yhdessä halukkaiden osallistujien kanssa ja ne toteutetaan mitä pikimmiten.

Ystävällisin terveisin,

Nea & Satu

## **Ohjaavia kysymyksiä suunnittelutapaamisille**

Kysymyksiä ensimmäiselle suunnittelutapaamiselle

1. Mitä omilta tutustumiskerroiltanne on jäänyt mieleen? Mitä hyvää ja mitä huonoa niissä oli? Mistä siellä puhuttiin? Mitä siellä käytiin läpi?
2. Mitä halusitte tietää ensikodista/kuntoutuksesta ensikodissa? Mitä olisi tärkeää tai hyvä tietää kuntoutukseen tullessa?
3. Miten esitteellä voisi vaikuttaa uusiin asiakkaisiin?
4. Mitkä asiat vaikuttivat päätökseen lähteä kuntoutukseen?
5. Mitkä asiat kannustivat jatkamaan kuntoutusta?
6. Mitä konkreettista esitteessä pitäisi olla?
7. Mitä muuta siinä voisi olla?
8. Olisitteko halukkaita kirjoittamaan tarinaa/tekstiä, mikä julkaistaisiin esitteessä nimittömänä?

Kysymyksiä toiselle suunnittelutapaamiselle

1. Onko teillä tullut edellisen tapaamisen jälkeen uusia ideoita esitteeseen?
2. Mitä mielipiteitä teillä on esitteen pituudesta, ulkomuodosta?
3. Mitä ajatuksia teillä on liittyen ulkoasuun, kanteen, esitteen nimeen, kuvaan, tyyliin?
4. Kuinka kertomuksen kirjoittaminen etenee? Onko siitä herännyt millaisia ajatuksia tai kysymyksiä

## Suunnittelutapaamiset asiakkaiden kanssa

Paikalla: opiskelijat ja kaksi ensikodin asiakasta

Asiakkaat puhuivat seuraavista asioista:

Tutustumiskerroissa hyvää oli se, että asioista kerrottiin. Toisaalta huonoa se, että asiat tulivat osittain selväksi, mutta ne olivat hieman ympäröityjä.

Nousi esille, että oli ollut alkukuvitelmia isosta laitoksesta.

Ensikotiin tullessaan tai tuloa harkitessa ja vielä ensikodissa ollessaankin epäselvää oli, kuinka paljon työntekijöiltä saa myös lapsen hoidollista apua.

Tutustumiskerroilla päihdekuntoutusta oli korostettu, lapsen hoidollisesta avusta puhuttiin vähemmän. Se, että päihdekuntoutusta korostetaan, saa ensikotitoiminnan kuulostamaan peruskuntoutukselta, eikä innosta aloittamaan jaksoa. Todellisuudessa ensikodissa ei tueteta apua tai kuntoutusta. Ensikotikuntoutuksessa kuntoutus tapahtuu ikään kuin lastenhoidon ja arjen ohella. Ensikodissa pääpaino on lapsessa ja lapsen hyvinvoinnissa.

Asiakkaiden olisi hyvä tietää ensikotiin tullessaan:

Paikka on pieni ja kodinomainen.

Ensikodissa eletään normaalia arkea ja elämää, asiakkaat ovat vapaita lähtemään ovesta (asiolleen)

Mitkä asiat vaikuttivat päätökseen lähteä kuntoutukseen:

Kotona olisi ollut täysin yksin, ensikodissa on tukea ja seuraa

Asiakkaalla oli mahdollisuus sulatella asiaa (ensikotiin tuloa)

Ensikotikuntoutukseen osallistuminen toimii näyttönä pärjäämisestä lapsen kanssa sekä päihteettömyydestä, sillä kaikki dokumentoidaan (ja kyseessä on lastensuojelulaitos). Dokumentointi toimii 'lastensuojelulle todisteena' päihteettömyydestä ja hyvästä vanhemmuudesta mikäli tulevaisuudessa 'tulee ongelmia' esim. lapsen toisen vanhemman kanssa.

Kuntoutuksessa kannustaa pysymään:

Muut ihmiset, hyvä yhteisö. Seura ja yhteisön tuki rohkaisevat pysymään ja jatkamaan kuntoutusta. Toiset kannustavat. Toisten lämpö ja inhimillisyys.

Toiset ihmiset auttavat. Heiltä voi kysyä asioita ja vaikka kaikkea ei tiedetä, niistä otetaan selvää yhdessä. Ei ole yksin huolensa kanssa.

Esite:

Asiakkaiden mielestä esite olisi ollut hyvä saada ensikotiin tullessaan / heidän harkitessaan ensikotiin tuloa.

Esitteessä tulisi olla esillä lämpö, eikä käytettäisi niin negatiivisia sanoja (kuten päihdeäidit, asiakkaalle tulee mieleen raukat ja kuntoutukseen pakotetut)

Tulisi näkyä selvästi, että kyseessä on koti ja asiakkaat ovat siellä ihan mielellään

Ensikodissa voi olla omana itsenään eikä päihdeäitiyttä korosteta

Esitteessä olisi hyvä olla esillä se, että lastensuojelun kanssa tehdään yhteistyötä eikä lastensuojelu yritä erottaa äitiä lapsesta. Kaikilla on yhteinen tavoite.

Ensikodissa kukaan ei kyttää koko ajan, vaan tuetaan äitiyttä ja äitien omaa juttua.

Esitteessä voisi olla:

Ohjelma (eri ryhmät näkyvissä, jotta asiakkaat tietäisivät, että ensikodissa on paljon muutakin ohjelmaa kuin kuntoutusta)

Asiakkaan/asiakkaiden kirjoittama tekstipätkä

Kuvia

### **Asiakastapaaminen 5.7.**

Paikalla: opiskelijat ja kaksi ensikodin asiakasta

Osallistujat olivat samat kuin ensimmäisellä kerralla. Lyhyellä aikavälillä ei ollut tullut juuri uutta puhuttavaa, uusia käsiteltäviä asioita, joten tapaaminen jäi lyhyeksi. Osallistujat vaikuttivat myönteisiltä ja jopa innostuneilta esitteestä.

Keskustelimme esitteeseen tulevasta asiakkaan tekstistä tai mahdollisuudesta siihen, että niitä olisi useampi. Totesimme, ettei kiirettä tekstin valmistumiseen tällä hetkellä ole, kunhan se on lokakuuhun mennessä valmis. Mikäli molemmat asiakkaat haluavat kirjoittaa oman tarinansa, se käy, mutta myös yksi yhteinen käy mainiosti. Asiakkaiden kanssa pohdittiin tekstin/tekstien sisältöä ja sen/niiden paikkaa esitteessä.

Pohdittiin myös esitettä yleisesti. Millainen se olisi? Kuinka pitkä? Missä järjestyksessä asioita esitettäisiin? Yhtä mieltä oltiin siitä, ettei esitteen kannata olla kovin pitkä, ehkä aukeaman tai kahden pituinen.

Kuvia esitteeseen tarjonnut asiakas sanoi, että kuvista, mitkä vain käyvät, kunhan niistä ei tunnista. Sovittiin, että katsotaan kuvista myöhemmällä ajankohdalla sopiva(t). Pohdittiin että kuva voisi sijaita kannessa, ainakin.

## Palautetapaamiset asiakkaiden kanssa

Tapasimme yhteensä viisi asiakasta palautekerroilla. Nämä tapaamiset tapahtuivat kolmessa osassa aina eri asiakkaiden kanssa. (*neljä äitiä ja yksi isä.*) Tässä liitteessä kokoamme asiakkaiden ajatuksia esitteestä ja sen toimivuudesta. Kaikki kohdat eivät olleet osallistujien yhteisiä mielipiteitä, vaan asiasta saattoi puhua esimerkiksi yksi henkilö.

- Kaikkien osallistujien mielestä esite olisi ollut hyvä ensikotiin tullessa. Kokemukset tutustumiskerroista olivat vaihdelleet, eikä kaikilla ollut ollut mahdollisuutta varsinaiseen ensikodilla pidettyyn tutustumiskertaan. Kaikista tärkeiksi koetuista asioista ei välttämättä ollut "tajuttu" kysyä ja siksi oli tuntunut siltä, ettei ensikotiin tullessa tiedetty "yhtään mitä tääl tehään". Mahdollinen tiedottomuus oli koettu pelottavaksi tai se oli aiheuttanut epävarmuutta.
- Yleisesti esitteeseen oltiin tyytyväisiä. Koettiin että esitteessä kerrotaan ensikodista kattavasti, vaikuttaa siltä että kirjoittajalla on käsitys asioista. Esitteestä sai hyvän kokonaiskuvan Helmiinasta. Tekstiä pidettiin helppolukuisena.
- Pohdittiin tekstin pituutta. Osan mielestä esite tuntui liian pitkältä, osan mielestä sopivan pituinen. Tultiin siihen tulokseen, että ei toimisi mainoksena "kentällä", vaan nimenomaan kuntoutusta jo harkitseville päätöksen tueksi tai jo ensikotiin tulossa olevalle tiedoksi.
- Olisiko esitteeseen sopinut jokin tiivistelmä tai selkeä johdanto?
- "Lähde mukaan..." -aloitus oli huono, ei tuntunut sopivan tähän yhteyteen. Sen sijaan "Anna mahdollisuus.." toimi aloituksena todella hyvin. Esitteen aloitus toi lapsinäkökulman esille.
- Ensikodin perustehtävää toivottiin siirrettävän myöhempään kohtaan esitteessä (oli nyt ensimmäisellä tekstisivulla), koska sen kommentoitiin olevan "tietoa, minkä haluis vast myöhemmin tietää".
- Esitteeseen toivottiin tarkempaa/korostettua mainintaa Helmiinan isäpaikasta, sillä monien kuntoutusta harkitsevien perheiden kannalta se koettiin tärkeäksi tiedoksi. Jo pelkkä tieto mahdollisuudesta isäpaikkaan rohkaisisi kuntoutukseen, vaikka isä ei pääsisikään mukaan heti kuntoutuksen alussa. Kuntoutukseen lähteminen voitaisiin kokea turvallisemmaksi. Isäpaikkaan liittyen toivottiin myös isien oman keskusteluryhmän mainintaa esitteessä.
- Esitteessä on hyvä kertoa, että työntekijöiden kautta voi saada myös apua oikeudellisissa asioissa.
- Henkilökunta sai kehuja. Työntekijät koettiin ammatillisiksi ja hyväksi työsään. Henkilökuntaa "kannattaa mainostaa".

- Esitteessä voisi kertoa, että asiakkailta vaaditaan neljät puhtaat seulat ennen ensikotiin tuloa, mikäli asiakas ei tule suoraan katkolta. Asiakkaat toivoivat myös mainintaa, että Helmiinassa ollessaan voi olla myös korvaushoidossa samaan aikaan. Korvaushoidossa olevia asiakkaita tulee ensikotiin paljon, joten olisi hyvä tarkentaa, ettei päihitteettömyydellä tarkoiteta, etteikö kuntoutus soveltuisi korvaushoidossa oleville.
- Esitteessä tulisi käydä ilmi, ettei Helmiinassa voi tulla vain käymään vaan ensikodissa minimaiaika on kuusi kuukautta.
- Kehitettiin asiakkaiden kanssa tekstipätkiä esitteessä käytettäväksi. Oli hankala muotoilla ajatuksensa kuntoutuksesta tai sen merkityksestä. Kysyimme “Jos olisitte mukana tutustumiskerralla, mitä haluaisitte sanoa ensikotiin tuloa harkitsevalle asiakkaalle?”

Ensikoti Helmiina

Kivenlahdenkatu 1 A 4 krs.

02320 Espoo

Puh: (09) 867 6620

Faksi: (09) 8676 6262

Asiakaspuhelin: (09) 455 1069

[etunimi.sukunimi@helsinginensikoti.fi](mailto:etunimi.sukunimi@helsinginensikoti.fi)

[helmiina@helsinginensikoti.fi](mailto:helmiina@helsinginensikoti.fi)

Ensikoti Helmiina on osa Pidä kiinni® -hoitojärjestelmää

Katsothan lisätietoa yhdistyksen Internetsivuilta

[www.helsinginensikoti.fi](http://www.helsinginensikoti.fi)



ENSIKOTI HELMIINA

*”Lapsesi haluaa terveen elämän. Tee oikea valinta ja anna mahdollisuus itsellesi ja lapsellesi.”*

*”Ilman Helmiinaa ei olisi ollut mahdollisuutta olla lapsen kanssa”*

*”Raskaus on suuri mahdollisuus muutokseen, se voi jopa pelastaa elämän”*

*”Vasta nyt oon tajunnu, että päihteet ja lapset ei kuulu yhteen. Lapsi ansaitsee päihteettömän elämän.”*

*”Oon tosi ylpee tästä”*

*”Täällä on ammattitaitoinen henkilökunta”*

*”Ensikoti Helmiina on jokaisen päihdetaustaisen vanhemman ja lapsen mahdollisuus elää yhdessä perheenä”*

*”Sinä voit onnistua ja saada normaalin elämän lapsesi kanssa. Kannattaa lähteä”*

*”Tervetuloa aloittamaan uusi elämä”*

- Helmiinan asiakkaat

### **Sinä ja lapsesi olette tärkeitä**

Anna teille molemmille mahdollisuus päihteettömään elämään. Kuntoutuksen ja päihteettömän elämän aloittaminen ei ole koskaan liian myöhäistä, sillä kaikki aika päihteettömänä on hyväksi ja erittäin tärkeää lapsellesi ja sinulle.

### **Asuminen Helmiinassa**

Ensikoti Helmiina on pieni ja kodinomainen kuntoutusyksikkö päihderiippuvaisille raskaana oleville naisille sekä vauvaperheille. Isä voi olla mukana kuntoutuksessa ensikodin isäpaikalla tai avoasiakkaana. Ensikodissa asut enimmillään neljän muun perheen kanssa. Jokaisella perheellä on oma huone ja omien huoneiden lisäksi käytössä on yhteisiä tiloja. Ensikoti tarjoaa sinulle ja lapsellesi esimerkiksi ruoat. Otathan huomioon, että lastenvaunut ja vaipat sinun on kuitenkin itse hankittava. Ensikotiin saat tuoda omia tavaroitasi huoneen säilytystilojen puitteissa.

### **Työntekijät ovat sinua ja lastasi varten**

Ensikotiin tullessasi sinä ja lapsesi saatte omat lähityöntekijät. Erietyisesti lähityöntekijäsi tukee kuntoutumistasi ja hän on mukana tapaamisissa lastensuojelun kanssa. Lapsesi lähityöntekijä keskittyy etenkin lapseen ja vanhemmuuteen liittyviin asioihin. Lähityöntekijän lisäksi kaikki muutkin ensikodin työntekijät ovat mukana kuntoutuksessa ja aina käytettävissäsi. Vastuu lapsesi huolehtimisesta on sinulla, mutta saat myös työntekijöiltä hoitoapua. Työntekijöiltä saat tukea arjen asioihin sekä esimerkiksi raha- ja oikeudellisten asioiden selvittelyyn. Ensikodissa töissä on ohjaajia, erityistyöntekijä, sosiaali



sosiaalityöntekijä sekä johtaja. Työntekijöitä paikalla on vuorokauden ympäri.

### **Yhteisö tukena**

Ensikodin asiakkaat ja työntekijät muodostavat yhteisön. Kuntoutus perustuu yhteisöllisyyteen, joka tarkoittaa yhteistä vastuuta ensikodin arjesta. Ensikodissa niin asiakkaat kuin työntekijät siivoavat ja tekevät ruokaa. Jokaisella on myös oikeus tuoda mielipiteensä yhteisössä esille ja siten vaikuttaa yhteisön toimintaan.

Yhteisö kannustaa, auttaa ja tukee sinua päihteettömyydessä sekä vanhemmuudessa. Ensikodissa työntekijöiden lisäksi seuranasi ovat muut asiakkaat. Muilta asiakkailta saat tukea, seuraa, apua, kannustusta ja rohkaisua. Samalla olet itse muiden asiakkaiden tukena ja kannustajana!

### **Yhteinen viikko-ohjelma**

Helmiinassa noudatetaan viikko-ohjelmaa, johon kaikki osallistuvat. Viikko-ohjelma pitää sisällään erilaisia ryhmiä, joissa työskentelet lapsesi ja muun yhteisön kanssa. Ryhminä on esimerkiksi viikoittainen muskari sekä äitien ja isien omat keskusteluryhmät. Alla olevasta ohjelmasta näet millaista toimintaa ensikodilla on.

#### **MAANANTAI**

8.30-9.00 Aamukiekaus  
9.30-11.30 Energiahoitoja  
11.30-12.30 Lounas  
14.00-15.00 Yhteisökokous  
17.00-18.00 Päivällinen

#### **TORSTAI**

8.30-9.00 Aamukiekaus  
9.15-10.30 Yhteisökokous  
11.30-12.30 Lounas  
17.00-18.00 Päivällinen

#### **TIISTAI**

8.30-9.00 Aamukiekaus  
11.30-12.30 Lounas  
14.00-15.00 Keskusteluryhmä  
17.00-18.00 Päivällinen

#### **KESKIVIIKKO**

8.30-9.00 Aamukiekaus  
10.00-11.30 Vanhemmuusryhmä  
11.30-12.30 Lounas  
17.00-18.00 Päivällinen

#### **PERJANTAI - SIIVOUSPÄIVÄ**

8.30-9.00 Aamukiekaus  
11.30-12.30 Lounas & kahvit  
17.00-18.00 Päivällinen

#### **LAUANTAI & SUNNUNTAI**

14.00-15.00 Päivällinen

### **Päihteettömyys**

Turvallisen ympäristön varmistamiseksi ja päihteettömyyden edesauttamiseksi ensikoti on aina päihteeton, niin asukkaiden kuin heidän vierailijoidensakin suhteen. Helmiinaan tullessasi sinulla pitää olla neljät puhtaat seulat mikäli et tule suoraan katkolta. Kuntoutuksessa voit olla myös korvaushoidossa. Ensikodissa seurataan päihteettömyyttä puhallutusten ja seulontojen avulla. Vierailijoiden puhallutuksista ja seuloista sovitaan erikseen.

### **Yhteistyö**

Ensikoti on lastensuojeluyksikkö, joten lapsesi hyvinvointi on etusijalla. Yhteistyötä tehdään lastensuojelun kanssa koko kuntoutuksen ajan. Kuntoutukseen kuuluvat säännölliset tapaamiset niin lastensuojelutyöntekijänne kuin myös muiden yhteistyötahojen kanssa.

Kaikkien yhteisenä tavoitteena on turvallisen päihteettömän elämän varmistaminen sinulle ja lapsellesi. Kuntoutuksen aikana asetatte yhdessä ensikodin työntekijöiden ja verkoston kanssa kuntoutussuunnitelman sekä tavoitteita, joihin pääsemiseksi työskentelette yhdessä. Ensikodissa kirjataan päivittäin arjen sujumisesta ja teidän voinnistanne. Halutessasi sinulla on oikeus nähdä, mitä teistä kirjataan.

### **Kuntoutuksen kulku**

Kuntoutuksen kestoksi suositellaan vähintään kuutta kuukautta. Ensikotiin tullessasi aloitat kuntoutusjakson kahden viikon kotiutumisvaiheella. Kotiutumisvaihe tarkoittaa, että vietät mahdollisimman paljon aikaa ensikodissa, tutustut muihin asiakkaisiin sekä työntekijöihin ja totuttelet ensikodin arkeen. Ensimmäisen viikon aikana voit ulkoilla työntekijän ja toisella viikolla toisen asiakkaan kanssa. Jatkossa voit itse suunnitelmallisesti liikkua omilla asioillasi. Sovitusti kuntoutuksen edetessä voit tehdä myös esimerkiksi viikonloppuvierailuja muualle ja omat läheisesi voivat tulla vierailemaan ensikotiin.

Kuntoutuksen loppuvaiheessa aloitat lapsesi kanssa suunnitelmallisesti kotiharjoittelut, joissa harjoittelette päihteetöntä elämää pienissä jaksoissa kotonaanne. Helmiinassa käytte yhteisön kanssa läpi harjoittelun onnistumista ja esimerkiksi sen herättämiä ajatuksia päihteettömyydestä ja vanhemmuudesta.

Kuntoutuksen lopuksi teet yhdessä ensikodin työntekijöiden ja lastensuojelun kanssa jatkohoitosuunnitelman, eli suunnitelman siitä kuinka yhteinen päihteetön elämä lapsesi kanssa turvataan myös jatkossa.

Ensikoti Helmiinan perustehtävä on tukea äidin halua päihteettömään elämäntapaan ja vanhemmuuteen sekä toimivaan vuorovaikutukseen kohtuvauvan ja lapsen kehityksen turvaamiseksi. Perustehtävän toteutumista tukee yhteisö ja yksilön huomioonotettava yhteisökuntoutus.

Tervetuloa Helmiinaan