

Traumainformoitu työote Turun ensikodissa

Työotteen ilmeneminen kuntoutusprosessissa ja minätilatyösken-
telyssä

LAB-ammattikorkeakoulu

Sosionomi (AMK)

2024

Linda Jyränti

Tiivistelmä

Tekijä(t) Jyränti, Linda	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Valmistumisaika 2024
	Sivumäärä 33+6	
Työn nimi Traumainformoitu työote Turun ensikodissa Työotteen ilmeneminen kuntoutusprosessissa ja minätilatyöskentelyssä		
Tutkinto Sosionomi (AMK)		
Toimeksiantajan nimi, titteli ja organisaatio Turun ensikoti, Turun ensi- ja turvakoti ry		
Tiivistelmä <p>Traumainformoidusta työotteesta puhutaan Suomessa yleisesti jo jonkin verran ja sitä on otettu hiljalleen myös käyttöön sosiaalialan työpaikoissa. Turun ensikodissa traumatietoisuus ja traumaosaaminen on osa työyhteisöä ja vanhemmuustyötä. Traumainformoitua työotetta ei kuitenkaan ole tutkittu tai erikseen etsitty ensikodin työmenetelmistä, vaikka se on ollut läsnä.</p> <p>Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä Turun ensikodin työntekijöiden tietoutta traumainformoidusta työotteesta ja tuoda esiin, miten traumat vaikuttavat vanhemmuuteen, sekä miten traumainformoitu työote ilmenee ensikodin kuntoutusprosessissa. Dokumenttianalyysin avulla etsittiin traumainformoidun työotteen piirteitä Turun ensikodin kuntoutusprosessista ja sen rinnalla kulkevasta minätilatyöskentelystä.</p> <p>Tuloksista selviää, että traumainformoidun työotteen teemoja näkyy ensikodin kuntoutusprosessissa ja turvallisuudentunteen luomiseen ja ylläpitämiseen kiinnitetään huomiota kuntoutuksen eri vaiheissa. Läpi kuntoutuksen on esillä toimintatapoja, arjen huomioita, työmenetelmiä ja ajatusmalleja, jotka kannustavat ensikotia traumainformoituun työskentelyyn.</p>		
Asiasanat traumainformoitu työote, ensikoti, ensikodin kuntoutusprosessi, minätilatyöskentely, traumatietoisuus, traumainformoitu organisaatio		

Abstract

Author(s) Jyränti, Linda	Type of Publication Thesis, AMK	Published 2024
	Number of Pages 33+6	
Title of Publication Trauma-informed work in Turku First home The manifestation of trauma-informed approach in the rehabilitation process and ego state therapy		
Name of Degree Bachelor of Social Services		
Name, title and organization of the client Turku First home, Turun ensi- ja turvakoti ry		
Abstract <p>The trauma-informed approach to work has been talked about in Finland for some time and has slowly been adopted in social workplaces. In the Turku First Home, trauma awareness and trauma knowledge are part of the work community and parenting work. However, trauma-informed working methods have not been studied or specifically sought in the work methods of the emergency home, although they have been present.</p> <p>The aim of the thesis is to increase the knowledge of the staff of the Turku first home about the trauma-informed working approach and to highlight how trauma affects parenting and how the trauma-informed working approach manifests itself in the rehabilitation process of the first home. The documentary analysis was used to find trauma-informed working methods in the rehabilitation process of the Turku first-aid home and in the parallel ego state therapy.</p> <p>The results show that the themes of trauma-informed work are reflected in the work methods of the shelter and that attention is paid to creating and maintaining a sense of safety at different stages of the rehabilitation process. Throughout the rehabilitation, there are practices, everyday observations, thought patterns that encourage the primary home to work in a trauma-informed way.</p>		
Keywords trauma-informed approach, First home, rehabilitation process in First home, ego state therapy, trauma awareness, trauma-informed organisation		

Sisällys

1	Johdanto.....	1
1.1	Tausta ja tarkoitus	1
1.2	Tavoite ja tutkimuskysymys.....	2
2	Yhteistyökumppanin kuvaus	3
2.1	Turun ensi- ja turvakoti ry	3
2.2	Ensikodin työmenetelmät	3
3	Psyykkinen trauma	5
3.1	Lapsuuden haitalliset kokemukset.....	5
3.2	Traumatisoituminen.....	6
3.3	Traumojen vaikutus vanhemmuuteen.....	7
4	Traumainformoitu työote	8
4.1	Traumainformoitu työote.....	8
4.2	Traumainformoitu organisaatio	8
4.3	Polyvagaalinen teoria ja vireystilaikkuna.....	9
5	Opinnäytetyön menetelmät ja toteutus.....	11
5.1	Laadullinen tutkimus.....	11
5.2	Dokumenttianalyysi	11
5.3	Aineiston haku ja kriteerit	12
5.4	Aineiston analysointi.....	13
6	Tulokset.....	15
6.1	Turun ensikodin kuntoutusprosessi	15
6.1.1	Kuntoutukseen tutustuminen	16
6.1.2	Kuntoutukseen kiinnittyminen	18
6.1.3	Kuntoutuksen sisäistäminen	19
6.1.4	Kuntoutuksesta irrottautuminen	20
6.2	Minätilatyöskentely	21
6.3	Traumainformoitu organisaatio	23
6.3.1	Tarkastelu SAMSHA:n neljän T:n mallin kautta	23
6.3.2	Tarkastelu Turvapaikka-mallin kautta	25
7	Pohdinta	27
7.1	Johtopäätökset.....	27
7.2	Luotettavuus ja eettisyys	28
7.3	Opinnäytetyöprosessi ja ammatillinen kasvu	29
7.4	Jatkotutkimusideat ja hyödynnettävyys.....	29

Lähteet	31
---------------	----

Liitteet

Liite 1. Dokumenttianalyysi, jako yläluokkiin

Liite 2. Dokumenttianalyysi, Kuntoutusprosessi (Ohjaajien työtehtävät ja vastuut)

Liite 3. Dokumenttianalyysi, Minätilatyöskentely

1 Johdanto

Vauva on syntyessään täysin riippuvainen vanhemmalta saamastaan avusta. Pienellä vauvalla ei ole keinoja selvitä ympäristön aiheuttamilta uhilta tai stressitiloilta. Ensi- ja turvakotien liiton perustaja Miina Sillanpää on todennut jo 75 vuotta sitten, että jokainen lapsi on pelastettava elämälle. Vanhemman riittävän hyvä hoiva ja varhainen vuorovaikutus ovat tärkeä ennaltaehkäisy keino. Vauvatyöllä voidaan vaikuttaa pitkälle elämään, kun riskit ja ongelmat tunnistetaan ja niihin puututaan heti vauva-aikana. (Henttonen, Sellergren & Ruottinen 2020, 8–9; Korja & Takatupa 2020.)

Vauvavaiheen tukemisella on myös kansallinen vaikutus. Suomi pärjää kansainvälisissä vertailuissa yleensä hyvin, mutta ongelmista kärsiville perheille ei ole vielä saatavissa riittävä ja oikea-aikaista tukea. Lapsipolitiikan kannalta on tärkeää tukea vauvavaihetta. Tämä on tärkeää kolmesta syystä. Ensimmäinen syy on moraalinen, sillä näin kunnioitetaan YK:n lapsen oikeuksien sopimusta. Toinen näkökulma on taloudellinen. Lapsiperheköyhyys on tutkitusti haitallista. Kun tuki on oikea-aikaista ja riittävä, voidaan lapsen kehitystä edistää tukemalla perheitä vaikeissa elämäntilanteissa. Kolmantena näkökulmana on sosiaaliturvan perustana oleva sukupolvien välinen implisiittinen eli hiljainen sopimus. Tässä sopimuksessa aktiivi-iässä oleva väestö lisääntyy ja maksaa verojen muodossa lapsiperheiden ja vanhusten palvelut. Näin ollen on vahvasti perustelua panostaa vauvavaiheen ja lapsiperheiden tukemiseen. (Korkman 2020, 126–129.)

Sanna Isosävi (2020) kertoo äitien traumaattisten kiintymyskokemusten vaikuttavan raskaus- ja vauva-aikaan. Raskaus ja vauvavaihe on hyvä mahdollisuus tunnistaa ja hoitaa äitien traumoja, sillä traumaperäisten ilmiöiden aktivoituminen on tällöin erityisen herkässä. Traumaattiset kiintymyssuhdekokemukset vanhemman omassa lapsuudessa voivat herättää vanhemmassa vanhojen tuttujen toimintamallien aktivoitumista sekä mielikuvia itsestä hoivaajana. Tällä tietoisuudella ja osaamisella voidaan vastata paremmin asiakkaiden tarpeisiin. (Isosävi 2020, 30–32; Levenson 2017.)

1.1 Tausta ja tarkoitus

Opinnäytetyön aiheena on näyttää, miten traumainformoitu työote näkyy Turun ensikodin kuntoutusprosessissa ja minätilatyöskentelyssä.

Opinnäytetyön aiheen valinnassa on vahvana osana oma mielenkiinto traumainformoituun työotteeseen sekä ensikodissa tehtävään vaativaan vauva- ja vanhemmuustyöhön. Opinnäytetyön taustalla on ajatus siitä, miten traumat vaikuttavat vanhemmuuteen ja nähdä miten traumainformoitu työote voi olla hyödyksi vanhemmuustyössä. Turun ensikodissa

kohdataan nuoria aikuisia, joten traumatietoinen osaaminen ja työote on tärkeää. Aiheesta traumainformoitu työote ensikodissa ei ole tehty tutkimuksia, joten opinnäytetyön ensimmäisenä tavoitteena oli selvittää, miten traumainformoitu työote näkyy Turun ensikodissa.

Opinnäytetyöprosessin edetessä huomasin, miten tärkeä osa traumainformoitua työtettä työyhteisö ja organisaatio on. Opinnäytetyössä syvennytään myös traumainformoidun organisaation teemaan. Tällä pyritään saamaan kuvaus siitä, miten ensikodissa olisi mahdollista kehittää organisaation kykyä traumainformoidun työtteen toteuttamisessa. Traumainformoitua organisaation toteutusta ja muutosta pystyy seuraamaan ja arvioimaan (Sarvela & Auvinen 2020, 28).

Dokumenttianalyysin kautta Turun ensikodin työmenetelmistä valikoitui kaksi dokumenttia, josta tarkasteltiin traumainformoidun työtteen teemoja. Turun ensikodin kuntoutusprosessi on pohja, joka on kuntoutuksen runko alusta loppuun. Tarkastelun kohteeksi valikoitui Turun ensikodin kuntoutusprosessi ja kuntoutuksen aikana tehtävä minätilatyöskentely.

1.2 Tavoite ja tutkimuskysymys

Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä ensikodin työntekijöiden tietoutta traumainformoidun työtteen näkymisestä ensikodin työmenetelmissä. Opinnäytetyöprosessin edetessä huomattiin, miten tärkeäksi osaksi traumainformoitua työtettä tuli työyhteisö ja organisaatio.

Traumainformoitua työtettä etsitään Turun ensikodin kuntoutusprosessista sekä siihen liittyvästä minätilatyöskentelystä. Kun kuntoutusprosessi ja minätilatyöskentely valikoituivat tarkastelun kohteeksi, opinnäytetyön nimi tarkentui Traumainformoitu työote Turun ensikodissa - Työtteen ilmeneminen kuntoutusprosessissa ja minätilatyöskentelyssä. Opinnäytetyön nimi vastaa näin opinnäytetyön sisältöä ja tukee tämän tavoitetta.

Opinnäytetyön tutkimuskysymys on: Miten traumainformoitu työote näkyy Turun ensikodissa?

2 Yhteistyökumppanin kuvaus

2.1 Turun ensi- ja turvakoti ry

Turun ensi- ja turvakoti ry on Ensi- ja turvakotien liittoon kuuluva jäsenyhdistys. Ensi- ja turvakotien liitto on valtakunnallinen järjestö lapsille ja perheille. Liitto auttaa vaikeissa ja turvattomissa oloissa eläviä lapsia ja perheitä. Ensi- ja turvakotien liitto tekee myös ennaltaehkäisevää perheväkivaltatyötä. Turun ensi- ja turvakoti ry tarjoaa ympärivuorokautista ensikotikuntoutusta seitsemälle perheelle. Ensikotikuntoutus on yksilöllistä, varhaista ja vahvaa tukea, joka on ennaltaehkäisevää vauvan elämän kannalta. Ensikotikuntoutus voi parhaimmillaan estää vauvan sijoittamisen kodin ulkopuolelle. Perheitä tuetaan niin vanhemmuudessa, kuin elämänhallinnassa. Toiminnan tarkoituksena on turvata vauvan kasvu ja kehitys sekä auttaa muodostamaan myönteinen kiintymyssuhde vauvan ja vanhemman/vanhempien välille. Kuntoutuksessa vahvistetaan vauvalähtöistä arkea ja sen hallintaa. (Ensi- ja turvakotien liitto; Turun ensi- ja turvakoti ry a; Turun ensi- ja turvakoti ry 2022.)

On erityisen tärkeää, että ensikodin perheiden tuki on välitöntä, riittävän pitkäkestoista, sekä arjessa rinnalla kulkevaa. Kuntoutuksen tavoitteena on vahvistaa vanhemmuutta niin, että perhe kykenee kuntoutusjakson päätyttyä kotiutumaan. (Turun ensi- ja turvakoti ry 2022.) Turun ensikoti valikoitui opinnäytetyön yhteistyökumppaniksi, sillä opinnäytetyöntekijä työskentelee siellä. Näin on pystytty läheltä tarkastelemaan organisaatiota ja työmenetelmiä traumainformoidusta näkökulmasta.

2.2 Ensikodin työmenetelmät

Ensikotikuntoutus on yhteisökuntoutusta, mikä tarkoittaa asiakkaan osallistumista aamupalaveriin, yhteisökokouksiin sekä vanhemmuusryhmiin. Lisäksi ensikotikuntoutuksessa ovat perheet jakavat yhdessä vastuun arjen askareista. (Turun ensi- ja turvakoti ry 2022.)

Kuntoutus koostuu raskausajan työskentelystä, vauvan syntymän jälkeisestä työskentelystä sekä kotiutumisvaiheen työskentelystä. Prosessiin liittyy vahvana osana omaohjaaja työskentely. Raskausaikana vauvan syntymään valmistaudutaan mielikuvatyöskentelyn sekä toiminnallisten menetelmien keinoin. Mielikuvatyöskentelyssä voidaan pohtia yhdessä omaohjaajien kanssa tulevaa vauvaa, omia odotuksia ja mahdollisia pelkoja ja sitä, millainen on vastasyntynyt. Raskausajan työskentelyn aikana aloitetaan ensikotivanhemman kansiota ja voidaan pitää raskausajan päiväkirjaa. Raskausaikana tehdään erilaisia hoivaa- ja leikkihetkiä, joilla pyritään luomaan suhdetta syntymättömään vauvaan. (Ensikodin perehdytysmateriaali; Turun ensi- ja turvakoti ry 2022.)

Vauvan syntymän jälkeen ensikodilla järjestetään erilaisia toiminnallisia hetkiä vauvan kanssa. Viikkoihin mahtuu esimerkiksi vuorovaikutuksellisia ohjattuja leikkejä ja musiikkihetkiä. Aamupalaverit alkavat vauvojen kanssa laulaen. Omaohjaaja-ajoilla tehdään värikylpyjä, vauvahierontaa, videotyöskentelyä, vaunulenkkejä sekä harjoitellaan arjen askareita vauvan kanssa. Vauvan syntymän jälkeiseen työskentelyyn kuuluvat myös erilaiset valokuvatyöskentelyt (mm. Vauva-albumin teko, vauvan seinätaulu). Ohjaajien tuella ihasotellaan yhdessä vauvaa ja tutkitaan uutta elämää. Vauvan kehityksen nähdään olevan suotuisinta juuri silloin, kun vauvalla on mahdollisuus hakea vanhemmalta apua ja lohtua. Tähän myös ensikodin arjessa olevat rutiinit antavat pohjan. (Ensikodin perehdytysmateriaali; Henttonen ym. 2020.)

Kuntoutuksen aikana vanhemmuutta arvioidaan erilaisilla arviointimenetelmillä, joilla työntekijät pääsevät havainnoimaan perheen avun tarpeita. Vauvan kannalta on tärkeää, että vuorovaikutussuhde näyttäytyy jatkuvana ja vanhempi vastaa pääsääntöisesti vauvan tarpeisiin. Arviointimenetelmiä ensikodilla on käytössä useampia ja henkilökunta on koulutettu niiden käyttöön. WMCi on haastattelu vauvasta ja vanhemman suhteesta vauvaan. MIM-videotyöskentelyn avulla päästään havainnoimaan vanhemman ja vauvan/taaperon suhdetta ohjatun leikin kautta. ERA-arviointimenetelmää käytetään vanhempi-lapsisuhteen arviointiin ja PDI-haastattelua vanhemmuuden kokemisesta. Lisäksi menetelmänä voidaan käyttää riittävän vanhemmuuden arviointia. Varhaisen vuorovaikutuksen tukemisessa yhtenä päämääränä on stressin haitallisten vaikutusten ehkäisy. (Ensikodin perehdytysmateriaali; Henttonen ym. 2020, 59–60.)

Kun kuntoutuksessa ollaan vaiheessa, jossa lähestytään omaan kotiin muuttoa, alkaa kotiharjoittelu. Kotiharjoittelujen aikana tehdään erilaisia kotiharjoittelutehtäviä. Kotiarkea suunnitellaan yhdessä omaohjaajien kanssa, sekä kartoitetaan vauva- ja pikkulapsiperheiden palveluita ja alueen toimintoja yhdessä verkostojen kanssa. Perheen verkostoja vahvistetaan kotiutumisvaiheessa sekä toteutetaan huolellinen siirtotyöskentely. (Ensikodin perehdytysmateriaali.)

3 Psyykkinen trauma

3.1 Lapsuuden haitalliset kokemukset

Traumainformoidun työtteen taustalta löytyy ACE (Adverse Childhood Experience, lapsuuden haitalliset kokemukset) tutkimukset -ja tietoisuus, jonka taustalla on yhdysvaltalaisen tutkija lääkäri Vincent J. Felletin tutkimukset. (Levenson 2017.)

Erityistä tukea tarvitsevien perheiden taustoilta saattaa löytyä tavanomaista enemmän lapsuuden haitallisia kokemuksia. Tutkimuksissa on tutkittu lapsuuden haitallisten kokemusten vaikutuksia sairastua myöhemmässä elämässä eri sairauksiin. Näiden haitallisten kokemusten seurauksena koko kehomme, aivomme ja hermostomme voi muuttua. Lapsuuden haitalliset kokemukset on jaettu kymmeneen eniten tutkittuun luokkaan. Näiden luokkien kautta on mahdollista laskea ACE-pisteet, joista tutkimustuloksiin peilaten nähdään henkilön riskit sairastua eri sairauksiin. Mitä enemmän pisteitä ihmisellä on ennen 18 vuoden ikää, sitä suuremmat vaikutukset niillä on ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. (Henttonen ym. 2020, 8–9; Sarvela & Auvinen, 2020, 100–101; Maanmieli & Sarvela 2022, 34–35.)

Tutkijat Fellitti ja Anda ovat huomannet tutkimuksissaan, että 64 prosentilta väestöstä on vähintään yksi myöhemmin luokitelluista lapsuuden haitallisista kokemuksista, 13 %:lla niitä on neljä tai useampi. Jotta voimme ymmärtää traumaattisen stressin juuria on olennaista ymmärtää ACE-tutkimusta. Fellitti (1998) on jakanut lapsuuden haitalliset kokemukset kymmeneen eri luokkaan:

1. Fyysinen väkivalta
2. Seksuaalinen väkivalta
3. Emotionaalinen väkivalta
4. Fyysinen laiminlyönti
5. Emotionaalinen laiminlyönti
6. Äidin väkivaltainen kohtelu
7. Perheessä päihteiden väärinkäyttöä
8. Perheenjäsenellä mielenterveysongelmia
9. Vanhemmat erillään tai eronneita
10. Vanhempi vankilassa (Sarvela & Auvinen, 2020, 100–101.)

Lapsuuden aikaisia haitallisia kokemuksia voidaan pitää hyvin yleisinä. Näitä haitallisia kokemuksia voi mahdollisesti kertyä lapselle tai nuorelle monia. Niiden määrän katsotaankin olevan olennaisempi kuin yhden yksittäisen traumaattisen tapahtuman jättämä jälki. (Koi-vula, Mäkelä & Svetloff, 2022.)

Lapsuuden haitallisten kokemusten seuraukset voivat olla kuin lumipalloeefekti. Välinpitämättömyys elintavoissa voi edetä lumipallon lailla eteenpäin ja tuoda eteen muita fyysisiä tai psyykkisiä oireita, kuten itsetuhoisuutta. Nämä kaikki jättävät jälkensä asiakkaaseen ja vaikutukset ulottuvat pitkälle elämässä. Lapsuuden haitallisten kokemusten vaikutukset vanhemmissa täytyy tunnistaa, jotta muutos on mahdollinen. Muutokset on tiedostettava, jotta on mahdollisuus päästä etenemään ja korjaamaan näitä. Traumatietoisuuteen kuuluu näiden lapsuuden haitallisten kokemusten tunnistaminen, ymmärrys traumaista sekä niiden vaikutusten ymmärtäminen. Traumatietoisuuden tarkoituksena on lapsuuden haitallisten kokemusten ja traumojen vaikutuksien ennaltaehkäisy. (Kerminen ym. 2023; Linner Matikka & Hipp. 2023, 84.)

ACE-tietoisuus yhdistetään nykypäivänä osaksi traumainformoitua työotetta. Lähestymistavassa pyritäänkin luomaan turvallinen hyvinvoinnin tila ja vahvistamaan mielen hyvinvointia, eli luomaan mielen terveyttä vaalivia yhteisöjä ja ympäristöjä. Näin lasten luonnolliset korjaavat kokemukset mahdollistuvat. (Linner Matikka & Hipp 2023, 36).

3.2 Traumatisoituminen

Jokainen ihminen kohtaa elämänsä aikana traumaattisia tilanteita. Traumaattisen tilanteen kokeminen ei suoraan tarkoita traumatisoitumista. Jokainen ihminen kokee yksilöllisesti nämä tapahtumat, ja jokaiselle on kertynyt keinoja ja voimavaroja näistä selviytymiseen. Aina nämä selviytymiskeinot eivät riitä ja ihminen traumatisoituu. Traumatisoituminen ei ole vain yksi tilanne tai tapahtuma jossain menneisyydessä vaan se saattaa vaikuttaa ihmiseen myös myöhemmässä elämässä. (Linner Matikka & Hipp 2023, 15–16.)

Yksi traumatisoitumisen muoto on emotionaalinen vaille jääminen. Mikäli lapsi ei saa tarvitsemaansa rakkautta ja hyväksyntää, jatkuva turvattomuuden tila voi johdattaa lapsen kehon myrkylliseen stressitilaan. (Sarvela & Auvinen 2020, 20, 97–99.) ACE-luokitusten lisäksi on tärkeää muistaa, että hyvinvointiamme säätelevät lisäksi suojaavat tekijät, kuten lapsuuden turvalliset suhteet. Korjaavia kokemuksia pystyy muodostamaan koko elämän ajan. (Maanmieli & Sarvela 2022, 34–35.) Näiden taustalla olevien teemojen tiedostaminen on pohja traumainformoidulle työotteelle, jonka vuoksi teema esitellään myös tässä opinnäytetyössä.

3.3 Traumojen vaikutus vanhemmuuteen

Niin kauan, kun olemme hiljaa emmekä puhu traumaistamme ovat ne läsnä kaikkialla. Ne ovat läsnä päiväkodeissa, kouluissa, sairaaloissa, vankiloissa sekä kaikkialla eri organisaatioissa. Tunteista puhutaan nykyään enemmän. Seuraavaksi voidaan puhua lapsuuden hankalista tapahtumista ja traumaattisista kokemuksista. (Sarvela & Auvinen 2020, 261.)

Turun ensikotiin tuleva perhe voi tarvita apua vauvan ja vanhemman välisissä vuorovaikutussuhteissa, kiintymyssuhteen vahvistamisessa, arjen taidoissa tai vauvan hoidossa. Tuen tarvetta voi aiheuttaa myös vanhempien nuori ikä, oppimisvaikeudet, traumatausta, mahdolliset mielenterveysongelmat tai sosioekonomiset haasteet. Tulevien vanhempien elämäntilanteissa saattaa olla stressitekijöitä, joihin vanhempien tulisi saada asianmukaista apua. Varhainen stressi vaikuttaa vauvan ja koko perheen hyvinvointiin heikentävästi. Vanhempien mielenterveyden haasteiden, kuten masennuksen tai ahdistuneisuuden hoito on tärkeää jo raskausaikana. (Korja & Takatupa 2020; Turun ensi- ja turvakoti ry b; Turun ensi- ja turvakoti ry 2022.)

Vauvan syntymä saattaa herättää äidin menneisyydet traumat esiin. Mikäli äidin menneisyydessä on traumaattisia tapahtumia, voivat nämä vaarantaa äidin kyvyn tunnistaa vauvan viestejä, joka voi tulla äidin ja vauvan vuorovaikutuksellisen suhteen väliin. Aikaisempien suhdekokemusten myötä äidillä voi aktivoitua omat roolit, kuten uhrin tai hyökkääjän roolit tai äiti voi virittyä tunnekokemusten vallassa ali- tai ylivireystilaan. Ensikodissa näitä pyritään tunnistamaan ja säätelemään. Jo raskausaikana ja vauvan elämän alusta on tärkeää lähteä tunnistamaan vanhempien voimavarat ja tuoda esiin hyvä. Kun perheen voimavaroja tuodaan esiin, päästään niitä vahvistamaan. On tärkeää sanoa ääneen se kaikki piileväkin hyvä, sillä kaikki se hyvä, joka huomataan, voimistuu. (Ensikodin perehdytysmateriaali; Henttonen ym. 2020, 8–9, 31–32.)

Vanhempien kanssa on tärkeää keskustella varhaisen stressin vaikutuksista ja kertoa, miten stressitekijät vaikuttavat vauvan kehitykseen. Vauva on syntyessään täysin riippuvainen vanhemmalta saamastaan avusta, eikä vauvalla ole vielä keinoja selvitä ympäristön aiheuttamilta uhilta tai stressitiloilta. Vanhemman riittävän hyvä hoiva ja varhainen vuorovaikutus ovat tässä tärkeä ennaltaehkäisy keino. Näiden tarpeiden, niin fyysisten, kuin psyykkisten laiminlyöminen aiheuttavat vauvalle toksista stressiä. Ensikodin vauvatyössä tarvitaan tietoutta myös vauvan stressioireiden helpottavista toimista, jotta voidaan ohjata myös vanhempia toimia vauvan edun mukaisesti. (Korja & Takatupa 2020.)

4 Traumainformoitu työote

4.1 Traumainformoitu työote

Traumainformoitu työote on universaali järjestelmä, liike, jossa pyritään ennaltaehkäisemään haitallisia kokemuksia sekä edistää toipumista (Sarvela 2023, 28). Traumainformoitu sanana pitää sisällään ACE- ja traumatietoisuuden. Ammattilaisten tulee ymmärtää lapsuuden haitallisten kokemusten aiheuttaman kokonaisvaltaisen stressin vaikutukset hyvinvointiimme. Traumainformoidussa työotteessa ajatuksena on ymmärtää ja tiedostaa varhaisten vastoinkäymisten vaikutukset sekä nähdä oireiden taakse. Nähdään, että pahinta on joutua niiden ihmisten kaltoinkohtelemaksi, joihin luottaa ja joilta on oletettavaa saada hoivaa. (Levenson 2017; Sarvela & Auvinen 2020, 100.)

Traumainformoitu osaaminen koostuu asioista, joiden toteutuessa asiakkaalla ja sinulla on turvallinen olo. Tähän tarvitaan kehollista, eettistä, tunnelmallista ja tilallista osaamista turvallisuuden tunteen ympärille. Traumainformoitu osaaminen ei siis ole vain jotain ulkoista osaamista vaan tilan luomista. Asiakasta autetaan säilyttämään oma valtansa tilanteessa ottamalla itse ei-asiantuntija rooli. Myötätunto on yksi suuri sana, joka välittyy asiakkaalle kuuntelemisen ja kuulemisen kautta. Lähdetään siitä, että kysytään “mitä sinulle on tapahtunut” sen sijaan, että ajatellaan “mikä sinussa on vikana”. (Linner Matikka & Hipp 2023, 85, 233.)

4.2 Traumainformoitu organisaatio

Traumat ovat luultua yleisempiä myös sosiaali- ja terveysalan työntekijöiden keskuudessa. Työntekijän rooli on ottaa toimissaan huomioon jokaisen ihmisen erilaiset vaikeat elämäkokemukset. Sen lisäksi, että traumainformoidulla hoitamisella saavutetaan asiakkaan kannalta parempia tuloksia, sen nähdään myös lisäävän työntekijän hyvinvointia ja jaksamista. Uskotaan myös, että henkilökunnan hyvinvointi heijastuu asiakkaisiin ja näin parantaa positiivisesti asiakkaan mahdollisuuksia. (Sarvela & Auvinen 2020, 264–265.)

Lasten ja perheiden kanssa työskenteleviltä vaaditaan traumaosaamista ja ymmärrystä traumaista. Trauma kokeneiden asiakkaiden kanssa työskennellessä on tärkeää ymmärtää myös turvallisten ihmissuhteiden merkitys. Kun asiakas tuntee itsensä arvostetuksi ja ymmärretyksi, voi tämä ihmissuhde edistää osaltaan toipumista. Turvalliset, vakaat ja hoivaavat ihmissuhteet ovat keskiössä traumaista toipuville asiakkaille. Mikäli tätä tietoutta ja osaamista ei ole, on vaarana uudelleentraumatisoituminen. (Kerminen ym. 2023; Middleton ym. 2019, 235.)

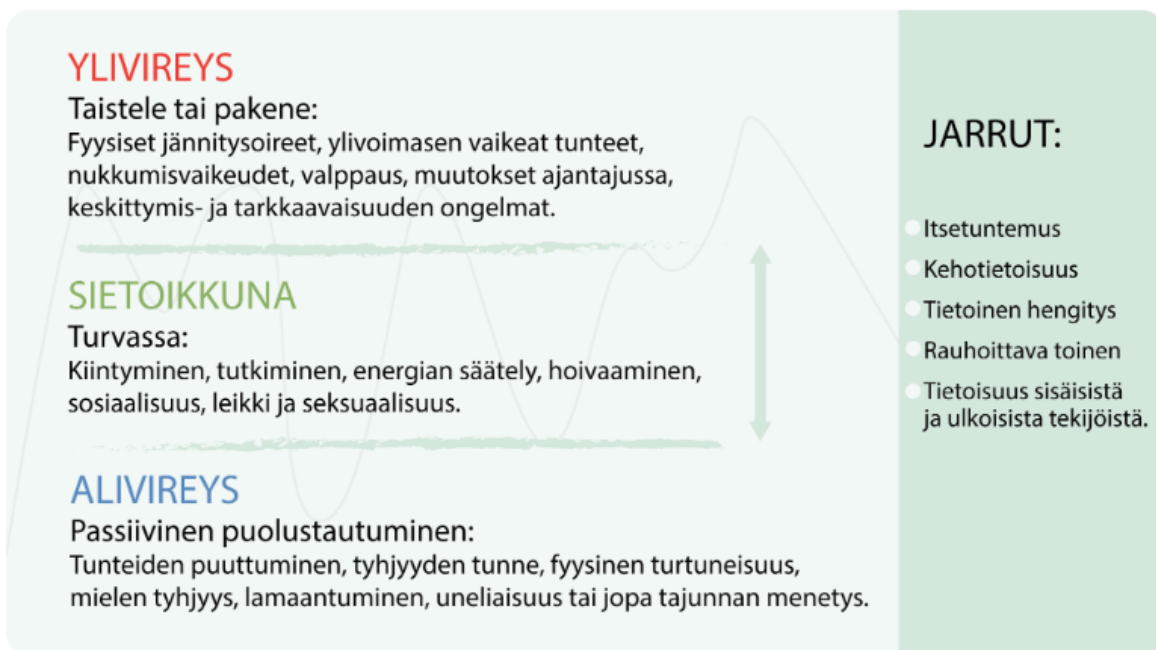
4.3 Polyvagaalinen teoria ja vireystilaikkuna

Lapsuuden turvattomuus tai pitkään jatkunut stressivaihe voi jättää jäljen ihmisen hermostoon. Tällöin ihminen ikään kuin luo itselleen erilaisia vireystiloja, kuten yli- ja alivireystilan ja näiden haasteet näyttäytyvät ihmisessä aikuisikään saakka. Polyvagaalinen teoria luo meille mahdollisuuden ymmärtää ihmisen elimistön toimintaa suhteessa ympäristöön. (Koivula ym. 2022.)

Leikola ym. (2016) kuvaa polyvagaalisen teorian mukaan ihmisen hermoston jakautuvan kolmeen eri osaan. Ensimmäinen osa, näistä kolmesta alkuperäisin on tahdosta riippumaton ohjaus, joka johtaa elintoimintojen lamaantumiseen. Toinen, ensimmäistä kehittyneempi osa auttaa ihmistä taistelemaan tai pakenemaan ja kolmas osa liittyy sosiaaliseen liittymiseen.

Neurofysiologi Stephen W. Porges on tutkinut autonomista hermostoa ja sen toimintaa aina 1960-luvulta lähtien. Autonomisen hermoston liittäminen ihmismieleen auttaa ymmärtämään meissä tapahtuvia reaktioita. Polyvagaalinen teoria on kehittynyt Porgesin kiertäjähermoa (vagushermaa) koskevissa tutkimuksissa. Autonominen hermosto on jaettu kahteen osaan, sympaattiseen ja parasympaattiseen hermostoon. Sympaattinen hermosto aktivoituu ihmisen tuntiessa uhkaa. Puhutaan ”taistele-pakene”-tilasta, jossa ihmisen hermostoon jäämä jälki vaikuttaa ihmisen käyttäytymiseen ja tilanteisiin suhtautumiseen. Oppiakseen uutta ihmisen on oltava turvallisessa tilassa. Kun ihmiselle kertyy toistuvasti turvallisia vuorovaikutuskokemuksia, säätelykyky paranee. (Koivula ym. 2022, Leikola 2016.) Lapsi tarvitsee aikuista tasaamaan ja säätelämään omia tunteitaan ja niiden ilmaisua. Aikuisella täytyy olla kiinnostus pitää yllä vuorovaikutussuhdetta lapseen ja jakaa kokemus lapsen kanssa. (Leikola ym. 2016.)

Porgesin teoria auttaa ymmärtämään hermostomme toimintaa ja ymmärtämään myös oman kehomme reaktioita. Sopivassa vireystilassa ihminen voi kokea turvaa ja oppia uutta. Vireystilaamme vaikuttavat unen määrä ja laatu, vuorokausirytmii, ruokailurytmi sekä ulkoilun määrä. Vireystilaa voi säädellä eri keinoin. Mikäli ihminen on alivireittynyt, voi erilaisilla aktivoivilla ja liikunnallisilla harjoitteilla nostaa vireystilaa. Mikäli taas ihminen on ylivireystilassa voi rentouttavat ja rauhoittavat harjoitukset auttavat palautumaan sietoikkunan keskelle optimaaliseen vireystilaan. Seuraavassa kuvassa on esitelty (Kuva 1), miten eri vireystilaikkunat vaikuttavat ja näkyvät käytöksessämme. (Mielenterveystalo, Opinvoimala)



Kuva 1. Säätö vireystilaasi. Opinvoimala.

5 Opinnäytetyön menetelmät ja toteutus

5.1 Laadullinen tutkimus

Tämä opinnäytetyö toteutetaan laadullisena eli kvalitatiivisena tutkimuksena, joka valitaan, kun tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä ei ole saatavilla teorioita tai tutkimusta. Opinnäytetyön tietoperustassa tarkastellaan jo saatavilla olevaa teoriatietoa aiheen taustoista. Tässä opinnäytetyössä selvitetään traumainformoidun työotteen näkymistä ensikodin kuntoutusprosessissa ja minätilatyöskentelyssä. Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä on valittu, koska halutaan saada uudesta ilmiöstä hyvä kuvaus. (Kananen 2014, 16–17.)

Tämä opinnäytetyö toteutetaan ensikodissa, joka on tutkimuskysymyksen näkökulmasta aineiston keruulle luonnollinen ympäristö (Kananen 2014, 18). Aineistoa tarkastellaan yhtenä kokonaisuutena. Aineistoja kootessa aineistosta tehdään havaintoja, joita tarkastellaan valitun menetelmän kautta. (Alasuutari 2011, 38.)

Hippin (2023) mukaan trauma aiheuttaa ihmiselle vaikeuksia kokea turvallisuuden tunnetta. Tutkimuskysymys auttaa selvittämään miten ensikodin työmenetelmissä näkyy turvallisuuden tunteen lisääminen ja millä keinoin vanhemman voimavaroja tukemalla saadaan lapselle turvallinen alku elämälle vanhemman taustoista huolimatta.

5.2 Dokumenttianalyysi

Tässä opinnäytetyössä käytetään tutkimusmenetelmänä dokumenttianalyysiä. Dokumenttianalyysi on yksi laadullisen tutkimusotteen tiedonkeruumenetelmä havainnoinnin, haastattelujen ja kyselyiden ohella (Kananen 2014, 27). Tässä opinnäytetyössä dokumenttianalyysin avulla kerätään ja analysoidaan traumainformoidun työotteen piirteitä ensikodin kuntoutusprosessista ja minätilatyöskentelystä. Tiedonkeruumenetelmäksi on valittu dokumenttianalyysi, sillä opinnäytetyössä tutkitaan ja havainnoidaan aihetta uudessa toimintaympäristössä. Tarkastelun kohteena on erilaiset dokumentit. Opinnäytetyöhöni dokumenteiksi sopii verkkosivut, materiaalit toimintaympäristön työmenetelmistä, yhteisökuntoutuksen toteutukseen liittyvät ryhmät, tavat ja säännöt, omaohjaajatyöskentely.

Opinnäytetyössä kerätään ensikodilta dokumentteja mm. työmenetelmistä. Näistä dokumenteista tehtiin karsinta ja jäljelle jäävistä sisällönanalyysin avulla etsitään traumainformoidun työotteen mukaisia teemoja. Tiedostan, että dokumenteista ei välttämättä löydy suoraan traumainformoidun työotteen alla olevia teemoja. Pysin rehellisesti tuomaan esille molemmat puolet. Käytän sisällönanalyysin apuna myös omaa rooliani ensikotiyhteisössä. Työskentelen ensikodissa ohjaajana, joka antaa minulle mahdollisuuden etsiä myös

piilossa olevia teemoja. Tarkoituksena on kuvata aiheen ilmenemistä sanallisesti, tavoitteena etsiä työotteen ilmenemistä ensikodin kuntoutusprosessista ja minätilatyöskentelystä. Tästä syystä aineiston analyysinä käytän sisällönanalyysejä.

5.3 Aineiston haku ja kriteerit

Dokumenttianalyysiin tarvittavat dokumentit kerättiin Turun ensikodin käytössä olevista ohjeistuksista, toimintamenetelmistä, työmalleista, perehdytyskansiosta sekä teoriasta työtapojen taustalla.

Opinnäytetyöhön valittuja dokumentteja etsitään ensikodin työmenetelmistä. Tarvittavat dokumentit löytyivät ensikodin työmenetelmistä, perehdytysmateriaaleista sekä kuntoutusprosessikuvauksesta. Työmenetelmät on kirjattu ylös lähempää tarkastelua varten ja ne on esitelty aiemmin tässä opinnäytetyössä kohdassa Ensikodin työmenetelmät. Opinnäytetyöprosessin aikana on käyty läpi neljätoista ensikodissa käytössä olevaa työmenetelmää, joiden joukosta valikoitui ensin kolme lähempään tarkasteluun. Valittuja työmenetelmiä pohdittaessa otettiin huomioon tarkasteluun muun muassa käytössä oleva aika. Opinnäytetyön on suunniteltu valmistuvan kolmen kuukauden sisällä, jolloin sopivaksi määräksi on arvioitu 2–4 dokumenttia.

Dokumenttien valinnassa otettiin huomioon yhteistyökumppanin, Turun ensikodin työntekijöiden ajatukset työmenetelmistä. Työyhteisössä käytiin avointa keskustelua työmenetelmistä, niiden sisällöstä ja toiveista, joita ohjaajien mielestä tulisi tarkastella traumainformoidun työotteen silmin. Tarkastelun ulkopuolille jätettiin työmenetelmät, jotka ovat vaatineet ohjaajien kouluttautumisen, kuten WMCI, ICDP, MIM, Hoilei.

Työmenetelmien taustalla olevat teoriataustat haettiin eri tiedonhakupalveluista sekä kirjoista, joita on kerätty muistiin. Aiheen kirjallisuutta lukemalla on löytynyt kirjojen lähdeluettelosta lisää tietoa. Lisää lähteitä aiheesta saatiin myös osallistumalla LAB ammattikorkeakoulussa Minna Kuvajaisen Traumainformoitu lähestymistapa sosiaali- ja terveysalalla opintojaksoon.

Dokumenteista valittiin ensin kolme dokumenttia, joita lähdettiin tarkastelemaan lähemmin traumainformoidun työotteen mukaan. Ensikodin kuntoutusprosessi (kuntoutuksen talo), Minätilatyöskentely ja Kannustavan kasvatuksen nelikenttä. Näistä valikoitui lopulta tarkasteluun kaksi ensimmäistä. Dokumenteista valittiin ensikodin kuntoutusprosessi sekä minätilatyöskentely. Valintaan vaikuttivat näiden valittujen kokonaisuuksien liittyminen toisiinsa. Kuntoutuksen aikana käytössä oleva minätilatyöskentely koostuu erilaisista työmenetelmistä, joista on koottu koko kuntoutuksen kestävä prosessi. Kuntoutusprosessi sekä minätilatyöskentely kokonaisuudessaan rakentavat ensikotikuntoutuksen perustan.

Kuntoutusprosessista löytyi ensikodin perehdytysmateriaalista kaksi erillistä näkökulmaa. Toinen on ohjaajien työtehtävät ja vastuut, jossa on kattavasti kuvattu koko kuntoutusprosessi ja toinen on asiakkaita varten tehty kappale kuntoutusprosessista. Asiakkaan versiossa on esitelty selkeästi kerroksissa tapahtuvia asioita yhteisöllisestä ja yksilöllisestä näkökulmasta, mutta enemmän konkreettisten tapahtumien ja tekemisten kautta. Nämä tapahtumat sisältyvät myös ohjaajien työtehtävät ja vastuut kuvauksen sisälle. Valitsin käsittelyyn Kuntoutusprosessin (Ohjaajien työtehtävät ja vastuut), sillä siinä on eritelty kattavasti koko prosessi auki ja se kattaa sisäänsä myös asiakkaan näkökulmassa olleet tapahtumat.

Valitut dokumentit tarkasteluun:

1. Kuntoutusprosessi (Ohjaajien työtehtävät ja vastuut)
2. Ensikodin minätilatyöskentely

5.4 Aineiston analysointi

Teoriatiedosta etsittiin traumainformoidun työotteen teemoja ja kysymyksiä, jotka listattiin taulukon muotoon ja jaettiin yläluokkien alle (Liite 1). Yläluokiksi muodostui luontevasti SAMSHA:n neljän T:n mallin mukaan tiedostaminen, tunnistaminen, toimiminen ja torjuminen (SAMSHA, 2014). Näiden teemojen alle lähdettiin etsimään traumainformoidun työotteen piirteitä. Näistä yläluokista syntyi yksityiskohtainen kokonaiskuva aiheista, joita lähdettiin etsimään dokumenteista. (Liite 1.)

Tarkasteluun valituista dokumenteista lähdettiin etsimään traumainformoidun työotteen teemoja. Neljä yläluokkaa sai jokainen eri värinen värikoodin. Dokumenttien tulostettuun versioon merkattiin eri värisillä yliviivaustusseilla, mihin yläluokkaan työmenetelmän osa/toimintamallit kuuluu.

Seuraavassa työvaiheessa kuntoutusprosessissa edetään lause lauseelta käyden jokainen lause läpi taulukon 1 mukaan. (Liite 1) Kuntoutusprosessissa lukee esimerkiksi "autetaan kohtaamaan muut yhteisön jäsenet". Tätä lausetta arvioidaan traumainformoidusta näkökulmasta niin, että taulukon 1 mukaan käydään läpi yläluokissa olevat teemat ja etsitään, sopiiko esimerkkilause traumainformoidun työotteen teemaan. Esimerkiksi: taulukossa 1 yläluokan Torjutaan alta löytyy "uusien traumojen ehkäisy". Näin todetaan teoriatietoon pohjaten, että yhteisön jäsenten tuki kuntoutuksen aikana, auttaa torjumaan uusien traumojen syntymistä. Näin huomataan yhteneväisyys kuntoutusprosessin ja traumainformoidun työotteen välillä. Jokainen dokumentin lause käydään läpi.

Mikäli materiaalissa kuvattu työmenetelmän osa/toimintamalli lukeutui yläluokkaan Tiedostetaan, merkattiin tämä sinisellä värillä. Mikäli materiaalissa kuvattu työmenetelmän

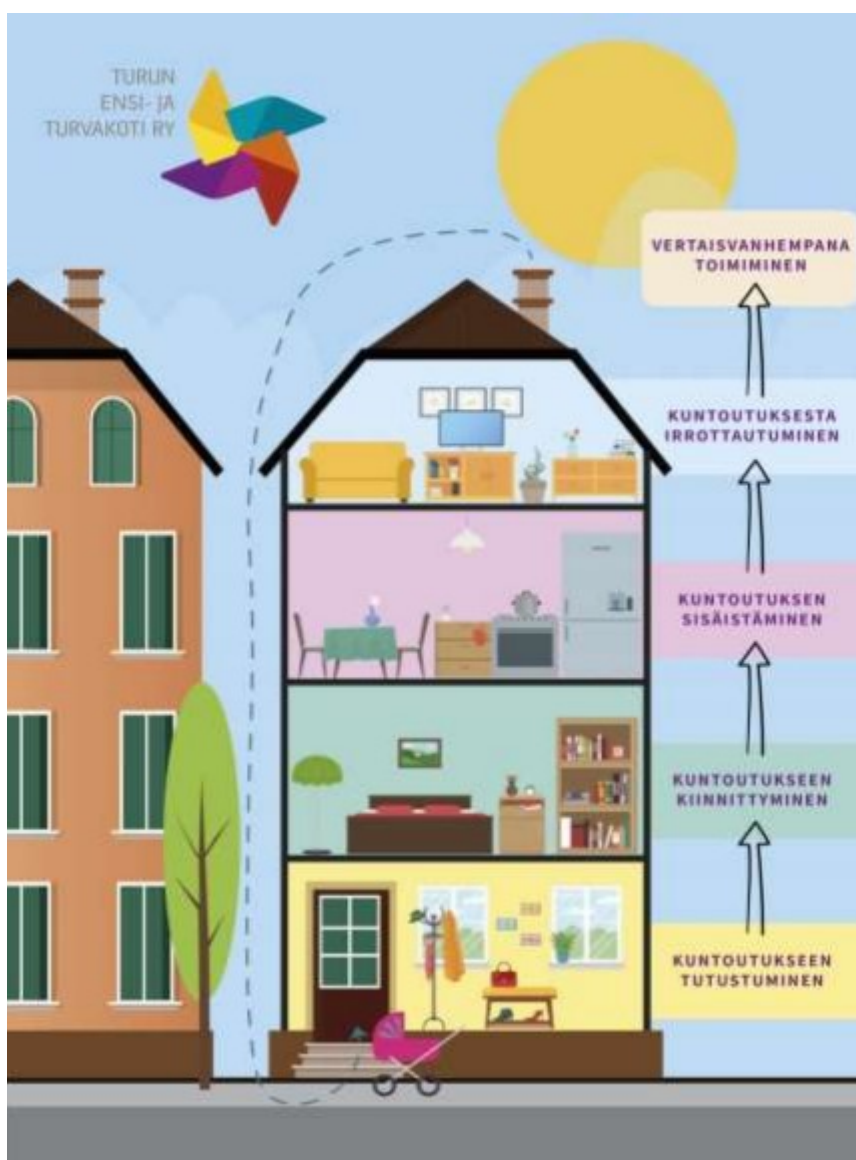
osa/toimintamalli lukeutui yläluokkaan Tunnistetaan, merkattiin tämä oranssilla värillä. Mikäli materiaalissa kuvattu työmenetelmän osa/toimintamalli lukeutui yläluokkaan Toimitaan, merkattiin tämä keltaisella värillä. Mikäli materiaalissa kuvattu työmenetelmän osa/toimintamalli lukeutui yläluokkaan Torjutaan, merkattiin tämä lilalla värillä. Osa dokumenteista löytyivistä piirteistä oli löydettävissä useamman yläluokan alta.

Tämän jälkeen dokumenteista löytyneet traumainformoidun työotteen piirteet kirjattiin taulukon muotoon. Taulukoita tehtiin kaksi. Ensimmäisessä taulukossa kuvataan traumainformoidun työotteen ilmeneminen kuntoutusprosessissa (ohjaajien työtehtävät ja vastuut), joka pohjautuu valittuun dokumenttiin kuntoutusprosessista. (Liite 2.) Toinen taulukko kertoo traumainformoidun työotteen ilmenemisestä ensikodin minätilatyöskentelyssä, pohjautuen ensikodin perehdytysmateriaalin kuvaukseen. (Liite 3) Tämän jälkeen taulukosta muodostettiin tulokset dokumenteissa nähtävillä olleista ilmiöistä jäsentäen ne Turun ensikodin kuntoutusprosessin talomalliin. (Ojasalo ym. 2014, 139–140.)

6 Tulokset

6.1 Turun ensikodin kuntoutusprosessi

Turun ensikodin kuntoutusprosessi on kuvattu talon muotoon ja jaettu neljään eri talon kerrokseen (Kuva 2). Näitä ovat kuntoutukseen tutustuminen (eteinen), kuntoutukseen kiinnittyminen (1. Kerros), kuntoutuksen sisäistäminen (2. Kerros), kuntoutuksesta irrottautuminen (kattohuoneisto). Kuntoutuksesta irrottautumisen jälkeen avautuu lisäksi mahdollisuus vertaisvanhempana toimimiseen. (Kronlund 2022.)



Kuva 2. Kronlund, M. 2022. Ensikodin uusi asiakasprosessi.

Ensikodin kuntoutusprosessiin kuuluu tiiviinä osana minätilatyöskentely, joka rytmittää kuntoutuksen etenemistä. Kuntoutusprosessi ja minätilatyöskentely kulkevat päällekkäin, ristikäin ja käsi kädessä läpi koko kuntoutuksen. Ensikodin perehdytysmateriaalissa kuvataan,

että minätilatyöskentely kulkee mukana niin puheissa, kuin työskentelyssä koko kuntoutusprosessin ajan. Siksi tulosten jakaminen kahteen osaan dokumenttien mukaan oli haastavaa ja minätilatyöskentelyn vaiheita onkin jaoteltu osaksi kuntoutusprosessia. Minätilatyöskentelyllä on huomattu olevan hyötyä asiakkaan kuntoutusprosessin kannalta. Minätilatyöskentelyyn sisältyy erilaisia työmenetelmiä ennen varsinaisen minätilatyöskentelyn tekoa, joista moni kytkeytyy eri kuntoutuksen vaiheisiin. (Ensikodin perehdytysmateriaali.)

6.1.1 Kuntoutukseen tutustuminen

Kuntoutuksen alussa, kerroksen eteisestä löytyy runsaasti traumainformoidun työotteen piirteitä. Ymmärrys siitä, mitä äiti tarvitsee kiintyykseen vauvaansa, kätkee sisäänsä traumainformoidun työotteen ajatusta. Kun tiedostetaan mitä äiti tarvitsee, otetaan samalla huomioon asiakkaan traumahistoria. Asiakkaan traumahistoria huomioidaan aivan kuntoutuksen alusta alkaen, kun pyritään näkemään asiakkaan oireilujen taakse sekä näkemään oikeiden takana olevia syitä.

Traumainformoidun työotteen ilmeneminen omaohjaajatyöskentelyssä

Kuntoutuksen alussa tärkeimpänä asiana on luoda turvallinen suhde omaohjaajiin ja yhteisöön, joka pohjaa suoraan traumainformoituun työotteeseen. Heti asiakkaan saapuessa tutustumiskäynnille ja muuton koittaessa, aloitetaan omaohjaajiin tutustuminen, jolla pyritään luomaan asiakkaalle turvallinen olo. Turvan luominen asiakkaalle näkyy jo aivan kuntoutusprosessin alussa omaohjaajien antamana tukena ja apuna. Esimerkiksi Rouan (2020) tuo esiin puheessaan, miten nimenomaan turvallisuuden tunteen merkitys ja sen painottaminen ovat tärkeimpiä asioita, ennen kuin toipuminen voi alkaa. Turvallista ja ennakoitavaa ympäristöä luodaan asiakasta auttaen ja kannatellen sekä tiiviisti rinnalla kulkien.

Yksilöllinen myötätunto sekä positiivisuuden ylläpitäminen näkyy asiakkaan empaattisena kohtaamisena, omaohjaajaan tutustumisessa sekä lempeänä laskeutumisena yhteisöön. Kuntoutuksen alusta asti toteutuvat omaohjaaja-ajat luovat ymmärrystä asiakkaasta. Kuntoutuksen alussa omaohjaajien tehtävänä on kerätä tietoa asiakkaasta, jonka taustalta löytyi monia traumainformoidun työotteen piirteitä. Erilaisia tapoja kerätä tietoa on esimerkiksi perhesuhteiden kartoitus, havainnointi, keskustelut, mapitus, suhdekartta. Näiden jälkeen päästään kuntoutuksen edetessä kohti minätilatyöskentelyä.

Kun pyritään luomaan ymmärrystä asiakkaasta, tulee esiin myös traumainformoitu ajatus siitä, miten vanhemman omat traumat vaikuttavat vanhemmuuteen. ACE-tietoisuus näkyy kuntoutusprosessissa myös omaohjaajien kerätessä tietoa asiakkaasta ja ymmärryksen kartuttamisessa, sekä tiedostamisena, että asiakkaan taustalta saattaa löytyä myös lapsuuden aikaisia haitallisia kokemuksia.

ACE-tietoisuuden lisäämisen ja oireilun taakse näkemisen toisin vielä vahvemmin työntekijöiden yhteiseen tietoisuuteen ja keskusteluun. Näin päästään myös käsiksi ajatukseen siitä, miten vanhemman oma historia ja mahdolliset traumat vaikuttavat vanhempaan sekä vanhemmuuteen. Asiakkaan resilienssiä on mahdollista vahvistaa arjessa sekä omaohjaaja-ajoilla, kun ymmärretään, mitä äiti tarvitsee kiintyäkseen vauvaansa.

Traumainformoitu työote näkyy myös hyvän perushoidon varmistamisena. Autetaan asiakasta kiinnittymään kuntoutukseen mutta myös uuteen elämänvaiheeseen. Vauva-arjen alussa mahdollisuus vierihoitoon mahdollistaa asiakkaan auttamisen. Vierelläkulkupäivät mahdollistavat omaohjaajien läsnäolon jokaisessa tilanteessa ja näin ollen omaohjaaja pysyy auttamaan konkreettisesti asiakasta arjen haasteissa. Omaohjaaja on asiakasta varten ja näin ollen on mahdollista omaohjaajien keräämien tietojen perusteella vahvistaa vanhemman arjen taitojen vahvistumista sekä näin ollen hyvää perushoitoa myös vauvalle.

Varsinkin kuntoutuksen alussa vanhempi voi tarvita ohjaajilta ja omaohjaajilta erityistä tukea tunteiden käsittelyyn ja säätelyyn. Näitä voidaan havainnoida arjessa omaohjaajan läsnäololla. Ennen varsinaisen minätilatyöskentelyn alkua voidaan jo havainnoida asiakkaan kanssa yhdessä hänen omia vireystilojansa ja pohtia säätelykeinoja tilanteisiin, jossa vireystila ylittää tai alittaa optimaalisen vireystilan.

Traumainformoidun työotteen ilmeneminen yhteisökuntoutuksen näkökulmasta

Yhteisön tuki mahdollistetaan auttamalla asiakasta kohtaamaan muut yhteisön jäsenet ja tukea vahvistetaan kuntoutuksen alussa tulokahveilla. Tulokahveilla kiinnitetään asiakasta yhteisöön sekä tuodaan esiin asiakkaan omaa osallisuutta kuntoutuksessa. Heti kuntoutuksen alusta alkaen vertaisuus ja vertaistuki näkyy päivittäisessä arjessa. Asiakasta kiinnitetään kuntoutukseen heti kuntoutuksen alusta alkaen, joka mahdollistaa turvallisen ja ennakoitavan ympäristön luomisen asiakkaalle. Turvallisen ja ennakoitavan ympäristön luominen on yksi iso traumainformoidun työotteen piirre, jossa myös yhteisön parantavaa merkitystä korostetaan. Yhteisön viikoittaiset toiminnot pitävät yllä ennakoitavuutta ja kiinnittävät asiakasta pikkuhiljaa kuntoutukseen.

Traumainformoidun työotteen ilmeneminen perhesuhteiden kartoituksessa

Perhesuhteiden kartoitus pyritään aloittamaan pian kuntoutuksen alkamisen jälkeen. Kartoituksessa pohditaan erityisesti vanhemman omaa historiaa ja lapsuutta ja sitä, miten hän on rakentunut eri suhteiden kautta. Tarkastellaan, miten häntä on hoivattu, kuka on hoivannut, millaisena hänet on nähty. Etsitään erilaisia luoteenpiirteitä, vahvuuksia ja haasteita ja mistä nämä ovat peräisin. Tuodaan esille paljon hyvää kuvaamalla empaattisesti ja

ymmärtäväisesti eri vahvuuksia, keskittyen erityisesti vahvuuksiin. (Ensikodin perehdytysmateriaali.)

Perhesuhteiden kartoituksessa on jo lähtökohtaisesti ajatus siitä, että tiedostetaan ihmisen menneisyys ja sen vaikutus vanhemmuuteen. Traumahistoria huomioidaan ja traumojen ylisukupolvisuus tiedostetaan. Perhesuhteita kartoittamalla myös pohdinta hoivaajasta ja hoivatuksi tulemisesta ollaan myös tietoisia suojaavien tekijöiden merkityksestä ja näin pyritään luomaan ymmärrystä oireiden taustalla olevista syistä.

Traumainformoidun työotteen ilmeneminen elämänjanatyöskentelyssä

Elämänjanatyöskentelyssä avataan aina asiakkaan mukaan jopa hyvin syvällisesti asiakkaan tarinaa auki elämänjanan muotoon. Mikäli taustatietoa jo on, eikä nähdä tarvetta syvämmälle tarkastelulle, on elämänjana mahdollista tehdä myös enemmän positiivisiin elämän käännekohtiin keskittyen. Elämänjanatyöskentely antaa avaimet traumojen tunnistamiseen. (Ensikodin perehdytysmateriaali.)

Elämänjanatyöskentelyssä traumahistoria ja sen vaikutus vanhempaan huomioidaan, eli tiedostetaan traumojen mahdollinen olemassaolo. Pyritään näkemään oireilujen taakse ja ymmärtämään oireiden taustalla olevat syyt. Elämänjanatyöskentely myös mahdollistaa erilaisten traumatriggerien ja asiakkaan vireystilojen tunnistamisen sekä resilienssin vahvistamisen. Elämänjanatyöskentelystä on nähtävissä niin tiedostamisen, kuin tunnistamisen piirteitä. Elämänjanatyöskentelyssä on myös näkyvissä ajatusta uusien traumojen ehkäisystä ja torjumisesta korostamalla sosiaalisia suhteiden merkitystä.

6.1.2 Kuntoutukseen kiinnittyminen

Yhteisössä elämisessä on näkyvissä eri traumainformoidun työotteen piirteitä. Turun ensikodin arkeen kuuluu aamuiset aamupalaverit, omaohjaaja-ajat yhteisökokoukset, vauvaryhmä ja vanhemmuusryhmä. Lisäksi asiakkaan arkea rytmittää kahden viikon välein olevat lähitiimit, verkostosuunnittelut sekä verkostopalaverit. Erilaisista ryhmistä ja niihin osallistumisista löytyy useita traumainformoidun työotteen piirteitä. Ryhmissä asiakkaan on myös mahdollisuus saada yhteisön tuki ja apua tunteiden käsittelyssä. Vertaisuus ja vertaistuki ovat keinoja vahvistaa asiakkaan resilienssiä. Parantavan yhteisön merkitystä päästään korostamaan vertaisuudella ja ryhmiin osallistumisella, joissa on onnistuminen ja osallisuus keskiössä. Sosiaalisten suhteiden merkitys korostuu, pidetään yllä ennakoitavuutta sekä vahvistetaan yhteisön tukea. Tämä tulee esille esimerkiksi vastuualueiden hoitamisessa. Vastuualueet vahvistavat arjen taitoja.

Traumainformoidun työotteen ilmeneminen mapituksessa

Kuntoutusprosessiin ja minätilatyöskentelyyn liittyy yhtenä osana mapitus, jossa työryhmä istuu yhdessä alas ja jokainen saa antaa havaintonsa asiakkaasta. Näin saadaan esille koko työryhmän yhteinen näkemys ja ymmärrys asiakkaasta. Tässä näkyy traumainformoidun työtteen ajatus siitä, miten tämä osaltaan myös ajatustyön tasolla tasoittaa omaohjaajan työmäärää. (Ensikodin perehdytysmateriaali.)

Asiakas itse ei osallistu mapitukseen vaan, kyseessä on työntekijöiden työn kehittämiseen liittyvä työmenetelmä. Kuntoutuksen ensimmäisinä päivinä asiakas allekirjoittaa tulosopimuksen, jossa antaa luvan käsitellä kuntoutustaan työryhmän työnohjauksissa työn kehittämisen näkökulmassa. Työntekijät ovat sitoutuneet noudattamaan vaitiolovelvollisuutta tietoja käsiteltäessä. (Ensikodin perehdytysmateriaali.)

Mapituksesta löytyy jokaista opinnäytetyössä tulosten pohjalle etsittyä neljää yläluokkaa: tiedostamista, tunnistamista, toimimista ja torjumista (SAMSHA 2014). Mapituksessa pohditaan yhteistyössä muiden työntekijöiden kanssa mikä asiakkaalla sujuu, mitä haasteita on, miten asiakasta voidaan tukea/auttaa. Näitä kysymyksiä pohditaan eri näkökulmista. Pohditaan asiakasta yksilönä, vanhempana, parisuhteessa, arjessa ja yhteisön jäsenenä. Jokainen asiakas mapitetaan keskimäärin 2–3 kertaa kuntoutuksen aikana. (Ensikodin perehdytysmateriaali.)

Se, että mapituksessa lähdetään pohtimaan asiakkaan tapaa toimia, kätkee sisäänsä jo ajatuksen tämän traumahistorian huomioimisesta sekä ACE-tietoisuudesta. Tiedostetaan asiakkaan taustojen olevan erilaisia. Nähdään myös suojaavien tekijöiden merkitys, sekä näitä asioita pohtimalla pyritään myös ennakoitavuuteen.

Kun pohditaan kysymystä, mikä sujuu, pohditaan asiaa positiivisuuden kautta. Tämä kysymys sisältää positiivisuuden ylläpitämisen myös ohjaajien mielissä. Kysymyksessä näkyy onnistuminen ja osallisuus keskiössä, tällöin keskitytään asiakkaan vahvuuksiin ja voimavaroihin sekä myös panostetaan yksilön hyvinvointiin. Pohditaan, miten vahvistaa perheen arjen taitoja, kun pohdinnassa on, miten voimme asiakasta tukea.

Kun lähdetään pohtimaan asiakkaan haasteita, taustalla on traumainformoitu ajatus siitä, että ymmärretään asiakkaan haasteiden ja oireiden taustalla vaikuttavat syyt ja tunnistetaan mahdollisia traumatriggereitä.

6.1.3 Kuntoutuksen sisäistäminen

Mikäli kuntoutuksen aikana asiakkaan turvallisuuden tunne järkkyy, on Turun ensikodissa keinoja turvallisuuden tunteen palauttamiseen. Säännöllisellä omaohjaajatyöskentelyllä päästään tutustumaan asiakkaaseen ja opitaan miten asiakasta voi auttaa ja kannatella

tilanteissa. Omaohjaajasuhdetta vahvistetaan jatkuvasti. Säännöllinen runko arjessa ja ennakoitavan ympäristön ylläpitäminen ovat tärkeitä asiakkaan turvallisuuden tunteen heikelessä. Turvallista ja ennakoitavaa ympäristöä pidetään yllä viikkorutiineilla.

Alkuun ohjaajat kulkevat mukana arjen vauvanhoitotilanteissa ja vauvan neuvoloissa. Pikkuhiljaa opitaan ymmärtämään ja tarkastelemaan vanhemmuutta sanoittamalla asiakkaalle havaintoja arjessa. Läsnäololla arjessa voidaan tunnistaa mahdollisia vääristymiä, ristiriitoja, välttelevyyttä vanhemmuudessa sekä tarkastellaan kiintymyssuhdetta ja vuorovaikutuksen laatua. Ymmärretään traumainformoidun näkökulman mukaan mitä juuri tämä äiti tarvitsee, jotta voi kiintyä vauvaansa.

Yhteisössä eläminen tuo asiakkaille oppia kognitiivisissa taidoissa. Erilaisten ryhmien kautta asiakkaat oppivat vuorovaikutustaitoja sekä arjessa nämä ovatkin pakollisia harjoiteltavia asioita, jotta tulee yhteisössä toimeen muiden ihmisten kanssa. Kaksi kertaa viikossa järjestettävissä yhteisökokouksissa opetellaan muiden kuuntelemisen taitoa, itsensä ilmaisua, näin ollen demokratiaa. (Sarvela & Auvinen 2020, 39; Turun ensi- ja turvakoti ry 2022.)

6.1.4 Kuntoutuksesta irrottautuminen

Kuntoutuksesta irrottautuminen sisältää kotiharjoittelun alkamisen. Perheen lähtiessä kotiin päin, heiltä vaaditaan jo arjen näyttäytymistä tasaisena ja heitä ohjataan itsenäisyyteen. Traumainformoidusta näkökulmasta kuntoutuksesta irrottautumisen kerroksessa näkyi paljon torjumisen teemaa. Traumainformoidun työotteen teemoista käytössä on monia keinoja ja tekoja, jotka pyrkivät ennakoitavuuteen uuden arjen alkaessa. Perheen tukea vahvistetaan kartoittamalla mitä apua ja tukea asiakasperhe tarvitsee kotiin päin. Kotiharjoittelujen aikana tehdään kotikäyntejä, joiden taustalta löytyy myös traumainformoitu ajatus uusien traumojen ehkäisemisestä. Turvan tunteen ylläpitäminen uuden alkaessa toteutuu omaohjaajan tiivistetyllä tuella kotiharjoitteluvaiheessa.

Kuntoutuksen alusta saakka on tehty yhteistyötä asiakkaan verkostojen kanssa. Kuntoutuksen loppuvaiheilla alkaa siirtotyöskentely asiakkaan verkostojen kanssa. Siirtotyöskentelyssä näkyy traumainformoidun työote ajatuksessa siirtää perheen tiedot seuraavalle tuelle, ajatuksena olla pahentamatta jo voimassa olevia traumoja sekä torjua uusia traumoja.

Kuntoutuksen irrottautumisen jälkeen talossa on jäljellä vertaisvanhempana toimiminen. Opinnäytetyöstä jätettiin pois kuntoutusprosessin kerrosten jälkeisen toiminnan tutkiminen. Viimeinen kuntoutuksen vaihe liittyy vertaisvanhempana toimimiseen ja vertaisuus ja vertaistuki ovat selkeitä traumainformoidun työotteen piirteistä löytyviä teemoja. Vertaisuutta ja vertaisvanhempana toimimista on pohdittu aiemmin viittaamassani Turun ensikodin

lähijohtaja Maria Kronlundin opinnäytetyössä. Vertaisvanhemmuustoimintaa ei opinnäytetyön teon aikana ollut niin paljoa esillä, jotta materiaali olisi riittänyt tarkastelemaan kuntoutusprosessin muiden kerrosten lisäksi myös vertaisvanhempana toimimista.

6.2 Minätilatyöskentely

Kuntoutuksen alun eri työvaiheiden -ja menetelmien kautta päästään tekemään itse minätilatyöskentelyä. Minätilatyöskentely aloitetaan kuntoutuksen kiinnittymisen kerroksessa. Ensikodin sisältä löytyy erilaisia tapoja toteuttaa työskentelyä. Ensikodin minätilatyöskentely on monista eri tilanteista, teoriasta ja tilanteista saatujen oppien tulos.

Jorma Tähkä (2016) on tutkinut Epävakaan persoonallisuushäiriön hoitoa päiväsairaalassa. Tähkä kuvaa epävakaan ihmisen hoidon ytimessä olevan yhteistyö kehitysminän kanssa. Turun ensikodin minätilatyöskentely pohjautuu osaltaan tähän Tähkän ajatukseen. Koetut traumat ja uhat ovat sisäistyneet osaksi ihmisen persoonallisuutta, tätä hallitsevaksi osaksi. Ihmiselle voi näin kehittyä erilaisia kaoottisia minätiloja. Nk. "kaaosminä", on yksi tiloista, jonka uhka estää aidon, terveen persoonan kehityksen. Kaaosminä heijastaa ihmisen traumaattisia vuorovaikutussuhteita. Kaaosminän kanssa ei neuvotella. Kun kaaosminälle onnistutaan asettamaan rajat, päästään luomaan suhdetta aitoon, kehityskykyiseen minään. Tähkä kuvaa tätä ihmisen kehitysminäksi. Kaaosminän kesyttämisen jälkeen myös kehitysminä saa mahdollisuuden kesken jääneen persoonallisuuden kehityksen uudelleen käynnistymiselle. Epäterveet vuorovaikutussuhteet tai myöhemmän iän poikkeukselliset traumat ovat voineet varhaisessa vaiheessa vahingoittaa persoonallisuuden kehitystä. Lapsuuden kasvuolosuhteet ovat kliinisten tutkimusten mukaan yhteydessä myös epävakaan persoonallisuushäiriön syntyyn. Kasvuolosuhteet ovat suurella osalla potilaista olleet usein väkivaltaiset ja turvattomat. Kaaos- ja kehitysminän lisäksi Tähkä kuvaa ihmiselle mm. Alistajan ja uhrin roolit. Tähkän ajatus ihmisen eri rooleista on myös Turun ensikodin minätilatyöskentelyn taustalla.

Työskentelytapana voi toimia esimerkiksi vireystilaikkunan kautta työskentely tai niin sanottu perinteisemmällä tavalla, johon pohjautuu aiemmin kuvatut roolit. Työskentely aloitetaan aina vahvuuksilla. Vahvuuksia pyritään tuomaan esiin läpi koko työskentelyn. Minätilakartta on usein erilainen ja jokainen asiakas tekee siitä oman näköisen. Minätilakartta voidaan jakaa eri osiin, joita ovat toimiva minä (vrt. Tähkän kehitysminä), alistaja minä ja uhriminä (kaaosminät), pikkuminä. Näitä eri osia lähdetään tarkastelemaan eri näkökulmista, joita voivat olla minä äitinä/vanhempana, minä puolisona, minä ystävänä. (Ensikodin perehdytysmateriaali.)

Toimivaa minää pohtiessa ryhdytään löytämään arjesta niitä asioita, jotka kannattelevat toimivaa minää, mitkä edesauttavat asiakasta pysymään toimivana ja mitkä ovat hänen omia keinojani päästä takaisin toimivaksi mahdollisen putoamisen jälkeen. Toimivaa minää pohdittaessa etsitään vastauksia kysymyksiin kuten: mitkä ovat vahvuuteni vanhempana, mitä minä tarvitsen, jotta voin olla toimiva, miltä suhteeni ja vuorovaikutukseni näkyy lapselle, kun olen toimiva, miten tämä näkyy yhteisössä, parisuhteessa, arjessa suoriutumisessa, vastuun otossa jne. Pohditaan, miltä asiakkaasta itsestä tuntuu näissä tilanteissa toimivana minänä. Voidaan konkreettisesti pohtia miten minä käyttäydyn eri ihmisiä kohtaan ollessani toimiva, miten puhun, keskustelen, riitelen tai sovin mahdollisia riitoja. On tärkeää, että oma-ohjaaja, sekä muut ohjaajat tuovat asiakkaalle näkyväksi kaiken tapahtuneen kehityksen ja antaa tälle arvostavaa palautetta vahvistaakseen hyvää. (Ensikodin perehdytysmateriaali; Tähkä 2016.)

Kun aloitetaan pohtimaan niin kutsuttuja ei-toimivia (vrt. Tähkän kaaosminä) minätiloja (esim. alistaja ja uhri) pohditaan, miten se näyttäytyy eri ihmissuhteissa sekä miltä suhde näyttäytyy lapsen silmin. Pohditaan miten en putoa ei-toimivaan tilaan ja mikäli putoan, mitkä ovat niitä konkreettisia keinoja päästä sieltä takaisin toimivaksi. Katsellaan ei-toimivaa tilaa eri näkökulmista esimerkiksi parisuhteessa, yhteisössä ja arjessa. (Ensikodin perehdytysmateriaali.)

Dokumenttianalyysin perusteella minätiloista löytyy runsaasti traumainformoidun työotteen teemoja. Minätilatyöskentelyssä näkyy traumojen tiedostamisen, tunnistamisen, toimimisen ja torjumisen yläluokista. (Liite 3). Tiedostamisen ja Tunnistamisen alaluokkiin minätilatyöskentely lukeutui molemmissa neljään viidestä. Poikkeuksena molemmissa oli traumojen vaikutus henkilökuntaan ja työntekijän oman historian tunnistaminen, eivät tule huomioiduksi asiakkaan minätilatyöskentelyssä. Työntekijän työnhyvinvoinnin näkökulmaan perehdytään traumainformoitu organisaatio kappaleen alla.

Toimimisen alaluokassa minätilatyöskentely lukeutui usean alaluokan alle. Näitä olivat viireystilojen ymmärtäminen, turvallisuuden tunteen palauttaminen, turvallisen, ennakoitavan ympäristön luominen, keskittyminen vahvuuksiin, ei ongelmiin, resilienssin vahvistaminen, säätelykeinojen vahvistaminen, yhteisön tuen mahdollistaminen, hyvän perushoidon varmistaminen, kehotietoisuustaitojen lisääminen, autonomisen hermoston säätely sekä vertaistuki.

Minätilatyöskentely löytyi neljännen usean yläluokan (torjutaan) alta. Näitä luokkia olivat turvan luominen, onnistuminen ja osallisuus keskiössä, parantavan yhteisön merkityksen korostaminen, yhteisön tuen vahvistaminen ja vertaistuki.

Yhteisön tuen mahdollistaminen, vertaistuki ja turvallisen ympäristön teemat ovat tärkeä osa jokaisen henkilökohtaista minätilatyöskentelyä. Turun ensikodissa kaikenlainen väkivalta on kielletty, myös henkinen väkivalta. Henkinen väkivalta voi aiheuttaa asiakkaalle turvattomuutta ja antaa merkin uhasta, jolloin kaaostila voi ikään kuin kytkeytyä päälle. Kaottisuus saattaa levitä yhteisössä, jonka vuoksi kaikenlaiseen kaaoskäyttäytymiseen puututaan heti. (Tähkä 2016.)

6.3 Traumainformoitu organisaatio

Traumainformoituun työotteeseen lukeutuu myös organisaatio. Turvalliselta organisaatiolta vaaditaan tiettyjä piirteitä, jotka toteutuessaan luovat organisaatiosta turvallisen. Katsoin tärkeäksi tuoda opinnäytetyöhön toisen traumainformoidun tarkastelun kohdan, organisaation. Työpaikan organisaatio (1) omistautuu väkivallattomuudelle, (2) tunneälylle, (3) sosiaaliselle oppimiselle, (4) avoimelle vuorovaikutukselle, (5) demokratialle, (6) sosiaaliselle vastuullisuudelle sekä (7) kasvulle ja muutokselle. (Sarvela & Auvinen 2020, 39.)

Opinnäytetyön tavoitteena oli lähteä etsimään ensikodin työmenetelmistä traumainformoidun työotteen teemoja. Etsintöjen aikana kuitenkin huomasin, miten tärkeä osa traumainformoitua työotetta on työyhteisö ja organisaatio. Tämän vuoksi näinkin tärkeänä liittää tuloksiin vielä oman näkemykseni ensikodin työyhteisöstä traumainformoidusta näkökulmasta. Tämän perusteella on mahdollista arvioida ja kehittää ensikotia traumainformoiduksi organisaatioksi. Keskityn mallien tarkastelussa pääasiassa työntekijän näkökulmaan, sillä asiakkaan näkökulma tulee esille kuntoutusprosessin tarkastelussa.

6.3.1 Tarkastelu SAMSHA:n neljän T:n mallin kautta

Maailmalla on kehitetty erilaisia malleja seurata ja kehittää traumainformoitua kulttuuria. Yksi keskeisimmäksi katsottu traumainformoidun systeemin mallien kehittäjä on SAMSHA (Substance, Abuse and Mental Health Administration). SAMSHA:n neljän T:n malli (four R's of SAMSHA) on yksi laajimmalle levinneistä traumainformoidun systeemin malleista. (Auvinen & Sarvela 2020, 40.)

SAMSHA:n neljän T:n mukaan ensimmäisenä traumainformoidussa organisaatiossa traumojen laaja levinneisyys Tiedostetaan (Realization). Tämän jälkeen trauman oireet Tunnistetaan (Recognize) niin asiakkaissa, kuin henkilökunnassa. Kolmantena Toimitaan (Respond) sen mukaan, että traumatietous integroidaan osaksi organisaation toimintakulttuuria ja käytäntöjä. Neljäntenä Torjutaan uudelleen traumatisoitumista (Resist Re-traumatization). (SAMSHA, 2014.)

SAMSHA:n neljän T:n mallin mukaan ensimmäinen askel on traumojen laajan levinneisyyden tiedostaminen. Ensikodissa tämä näkyy asiakasryhmässä. Autetaan ja tuetaan perheitä saamaan tukea jo varhain. Perheillä on lähtökohtaisesti kaikilla vaikeita taustoja ja jokainen tulee palveluun oman taakkansa kanssa. Avoin kohtaaminen ja asiakkaaseen tutustuminen tukevat näiden traumojen huomioimista, tiedostamista ja tunnistamista (Sarvela & Auvinen 2020, 40).

Olen työkokemukseni kautta huomannut, että ensikodilla tiedostetaan, että jokainen ohjaajista tulee työhönsä oman tarinansa kanssa. Ensikoti työpaikkana tunnistaa, että traumojen laaja levinneisyys koskettaa myös työntekijöitä. Työ vaatii jatkuvaa kehittämistä ja koulutautumista (Henttonen 2020). Kehittämisen kohteeksi Turun ensikodissa näen pitkäaikaisen sijaisen työhyvinvoinnin tukemisen. Korostan myös työhön perehdyttämisen tärkeyttä sekä palautteen saamista.

Toinen askel on traumojen tunnistaminen (Sarvela & Auvinen 2020, 40). Tämä viittaa jo äsken mainitsemaani avoimeen kohtaamiseen ja tutustumiseen, luottamuksellisen suhteen luomiseen kuntoutusprosessin alussa. Työntekijöiden kohdalla traumojen tunnistaminen näyttäytyy mielestäni henkilökohtaisissa työnohjauksissa. Siellä jokaisella työntekijällä on mahdollisuus käydä läpi omaa henkilökohtaista tarinaansa läpi ja niiden vaikutusta työmiinään. (Ensikodin perehdytysmateriaali.)

Kolmas T on, että traumatietous integroidaan osaksi organisaation toimintakulttuuria ja käytäntöjä (Sarvela & Auvinen 2020, 41). Koko kuntoutuksen ajalle on käytössä kuntoutusprosessin mukana kulkeva minätilatyöskentely nimellä kulkeva kokonaisuus, joka huomioi asiakkaan kuntoutuksen etenemisen kohti tavoitetta. Osana minätilatyöskentelyä tehdään asiakkaasta yhdessä työryhmän kanssa mapitus. Mapitus vaatii turvallisen työyhteisön, jotta jokaisella työntekijällä on uskallus ja rohkeus tuoda oma näkökulmansa ja katsontakanansa esiin. (Ensikodin perehdytysmateriaali.)

Viimeinen, eli neljäs T on uudelleen traumatisoitumisen torjuminen (Sarvela & Auvinen 2020, 41). Ensimmäinen huomioitava asia ensikodilla traumatisoitumisen torjumisessa näkyy jo heti kuntoutusprosessin alussa. Asiakkaan kanssa luodaan luottamuksellinen, turvallinen suhde. Asiakas tulee aina kohdata ajatuksella ”Mitä hänelle on tapahtunut?”. Tämä oli erityisen hienoa huomata, sillä tämä lause kerrotaan uudelle työntekijälle, kun tätä perehdytetään työhön. Ajatuksena ei ole kysyä asiakkaalta suoraan, mitä hänelle on tapahtunut vaan kyse on traumainformoidun työotteen mukaan ajatus siitä, miten kohtaamme asiakkaan. Näen, että myös asiakkaan resilienssiä vahvistamalla torjutaan uudelleentraumatisoitumista.

6.3.2 Tarkastelu Turvapaikka-mallin kautta

Turvapaikka-malli on kehitetty 1980-luvulla työryhmässä, jota johti traumainformoidun hoidon pioneeri Sandra Bloom. Malli on vuosikymmenien varrella kehittynyt entisestään ja on laajalti käytössä sosiaali- ja terveydenhuollon alalla. Turvapaikka-mallin tehtävänä on luoda uskoa ja toivoa sekä opettaa väkivallattomaan elämäntapaan. Mallin avulla pyritään luomaan väkivallattomia ja turvallisia ympäristöjä kaikille, jotka ovat kokeneet stressiä ja vastoinkäymisiä. (Sarvela & Auvinen 2020, 34–35.)

Turvapaikka-mallissa on neljä tasoa, jotka luovat turvaa. Turvallisen työympäristön neljä elementtiä ovat 1. Sosiaalinen turva 2. Fyysinen turva 3. Moraalinen turva ja 4. Psykologinen turva. Avaan näitä enemmän tarkastellessani työyhteisöä. (Sarvela & Auvinen 2020, 35–38.)

Työpaikat, kuten myös kuvaamani ensikoti on sosiaalinen ympäristö. Työpaikan yhteiset arvot ovat sosiaalisen turvan pohja. Ensikodilla työntekijät ovat mielestäni onnistuneet luomaan ihmissuhteita keskenään niin, että työnteossa työntekijällä on mahdollisuus kukoistaa. Jokainen tuo työhönsä oman persoonansa ja sen annetaan tapahtua. Työyhteisössä on hyvä, avoin keskustelukulttuuri. Asiakkaalle sosiaalisen turvan luominen vaatii näkemystäni mukaan enemmän. Asiakkailla saattaa olla paljon haasteita menneisyydessä mm. kiintymyssuhteissa tapahtunutta traumatisoitumista. Tällöin työyhteisössä tuetaan omaohjaajaa luomaan ja ylläpitämään turvallista suhdetta. (Ensikodin perehdytysmateriaali; Sarvela & Auvinen 2020, 35–36.)

Fyysistä turvaa kerrotaan olevan helppo seurata ja mitata. On helppo nähdä, miten fyysinen turva toteutuu ensikodilla ja mitkä ovat olleet tilanteita, joissa se on ollut vaarassa järkkäytyä. Työntekijöinä ensikodilla pidetään huolta siitä, että turvallisuus toteutuu. Säännöistä pidetään kiinni eikä minkäänlaista väkivaltaa hyväksytä. (Sarvela & Auvinen 2020, 36.)

Moraalinen turva näyttäytyy joka organisaation tasolla luoden turvaa läpinäkyvyydellä sekä väkivallattomuuden asenteella (Sarvela & Auvinen 2020, 37). Ohjeena on kirjata totuudenmukaisesti ja riittävästi vain se mitä on tapahtunut, eikä esittää oletuksia tai tehdä omia tulkintoja. Kirjaukset eivät ole työntekijän mielipidettä, lisäksi kirjataan vain tarpeellinen tieto yhteisesti sovitulla tavalla. Näen myös moraalisen turvan luojana organisaation vaativan koulutustason, joka työntekijöillä tulee olla. Sosiaalialan osaaminen on yhdistyksessä kaiken työn perustana ja pohjana. (Ensikodin perehdytysmateriaali; Henttonen 2020, 114, 117; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos; Turun ensi- ja turvakoti b.)

Neljäntenä on psykologinen turva. Asiakkaiden käytös työntekijöitä kohtaan saattaa olla välillä haastavaa ja työntekijä voi joutua kohtaamaan tilanteita, jotka voivat heikentää tämän

omaa turvallisuuden kokemusta. Työryhmä käy erilaisissa työnohjauksissa, joissa kaikissa on omat tavoitteet. Yhdessä tavoitteena on käydä läpi caseja ja saada niihin apua ja tukea. (Sarvela & Auvinen 2020, 37–38.)

Näen, että toimintatavat ja säännöt tukevat väkivallattomuuden kulttuuria. Minkäänlaista väkivaltaa, ei henkistä eikä fyysistä väkivaltaa suvaita. Tunnetaitoja opetellaan asiakkaiden kanssa arjen lisäksi erilaisissa ryhmissä, harjoitellaan mentalisaatiokykyä ja resilienssiä kehittäviä taitoja. Työntekijöiden kohdalla näitä harjoitellaan ja käydään läpi työnohjauksissa. (Turun ensi- ja turvakoti ry 2022.)

7 Pohdinta

7.1 Johtopäätökset

Turun ensikodin kuntoutusprosessi on asiakkaan matka kuntoutuksen alusta loppuun. Kuntoutusprosessiin yhtyy minätilatyöskentely, joka seuraa eri työmenetelmiseen asiakkaan matkassa kuntoutusprosessin rinnalla. Suurimpia oivalluksiani tämän opinnäytetyön teossa oli näiden kahden yhdistyminen. Tämän huomaaminen avasi opinnäytetyölle uuden ja laajemman mahdollisuuden.

Tuloksista selviää, että traumainformoidun työotteen merkkejä näkyy ensikodin kuntoutusprosessissa ja turvallisuudentunteen luomiseen ja ylläpitämiseen kiinnitetään huomiota kuntoutuksen eri vaiheissa. Läpi kuntoutuksen on esillä toimintatapoja, arjen huomioita, ajatusmalleja, jotka tukevat ensikotia traumainformoituun työskentelyyn. ACE-tietoisuuden lisäämisen ja oireilun taakse näkemisen toisin vielä vahvemmin työntekijöiden yhteiseen tietoisuuteen ja keskusteluun.

Traumainformoidun työotteen merkkejä näkyy ensikodin kuntoutusprosessin joka vaiheessa. Turun ensikodin kuntoutusprosessissa tunnistetaan traumojen mahdollinen olemassaolo ja tiedostetaan niiden vaikutus asiakkaaseen. Kuntoutusprosessi tukee toimimaan traumojen vaikutusten vähentämiseksi ja torjumaan uudelleen traumatisoitumista. Tulokset osoittavat, että Turun ensikodissa pystytään eri työmenetelmien kautta toimimaan traumainformoidun työotteen mukaisesti. Opinnäytetyön tavoite olikin lisätä ensikodin työntekijöiden tietoisuutta traumoista ja sen esiintyvyydestä ensikodin kuntoutusprosessissa.

Turun ensikodin minätilatyöskentelyn taustalta löytyvä Jorma Tähkän tutkimus Epävakaan persoonallisuushäiriön hoidosta päiväsairalassa avaa selkeästi ihmisen kehityksen moninaisuutta ja meille kehittyneitä rooleja. On näkyvissä, miten Tähkän malli on muovautunut laskeutuessaan Turun ensikodin minätilatyöskentelyyn ja vanhemmuustyöhön.

Työntekijä ei ole asiakkaalle auktoriteetti, mutta valta-asetelma tulee kuitenkin mielestäni huomioida ja pitää mielessä. Asiakkaalla ei elämässään ole välttämättä lainkaan terveitä ihmissuhteita, joten näitäkin opetellaan luomaan kuntoutuksen aikana. Ensikodilla ollaan avoimia kasvulla ja muutokselle, tämä näkyy työntekijöiden kouluttautumisella ja työohjauksilla. Turun ensi- ja turvakodin vuoden 2022 vuosikertomuksen mukaan, henkilökunta on saanut koulutusta esimerkiksi kannustavan vuorovaikutuksen eli ICDP-koulutuksen kautta sekä heidän osaamistaan on täydennetty myös neuropsykiatrisella- ja perinataali-mielenterveyden osaamisella. (Sarvela & Auvinen 2020, 39; Turun ensi- ja turvakoti ry 2022.)

7.2 Luotettavuus ja eettisyys

Ennen opinnäytetyöprosessin aloittamista on käyty opinnäytetyöprosessia tukevat opinnot. Opinnäytetyön tekijän resurssien ja voimavarojen riittävyys on arvioitu sekä ajankäytön riittävyys suunniteltu. Aihe on rajattu sekä aikataulu määritelty sopivaksi työmäärälle. (Arene ry 2018)

Hyvän tieteellisen käytännön mukaan tässä opinnäytetyössä otetaan huomioon sen keskeiset lähtökohdat. Hyvän tieteellisen käytännön keskeisiä lähtökohtia ovat rehellisyys, yleinen huolellisuus, tarkkuus tulosten tallentamisessa, esittämisessä sekä tutkimuksen ja tulosten arvioinnissa. Uudistetussa julkaisussa (2023) kuvataan lisäksi peruseriaatteiksi luotettavuus, arvostus ja vastuunkanto. Tuloksia käsitellään ja niistä raportoidaan avoimesti ja puolueettomasti. Rehellisyys näkyy tässä opinnäytetyössä tietoperustan kohdalla luotettavien lähteiden käytössä sekä tulosten kohdalla vain oikeiden havaintojen ja tiedon julkituomisella. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012 & 2023.)

Tutkimukseen on valittu tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukainen tutkimusmenetelmä (laadullinen tutkimus) ja se on perusteltu. Opinnäytetyössä käytetään eettisesti kestäviä tiedonhankintamenetelmiä. Opinnäytetyössä kerätyt dokumentit ovat julkisia dokumentteja. Niitä kerätään yhteistyökumppanilta avoimesti ja luvallisesti. Opinnäytetyöntekijänä otan huomioon muiden tutkijoiden työn ja annan kunnioituksen viittaamalla asianmukaisesti näiden julkaisuihin ilman plagiointia. Tutkimuksessa kerättyjen aineistot, havainnot ja tulokset esitetään niin, miten asia on, ilman sepittämistä ja vääristelyä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012 & 2023.)

Yhteistyökumppanin kanssa on keskusteltu tutkimusluvan hakemisesta. Opinnäytetyössä ei kerätä henkilötietoja, joten opinnäytetyöhön ei tarvita tutkimuslupaa. Opinnäytetyötä koskeva yhteistyösopimus on täytetty yhteistyökumppanin kanssa, kun opinnäytetyön teko alkoi. Valmis opinnäytetyö julkaistaan vaatimusten edellyttämällä tavalla Theseukseen. Opinnäytetyö on julkinen asiakirja. Valmiissa opinnäytetyöraportissa ei ole salassa pidettäviä tietoja, kuten henkilötietoja. Mikäli yhteistyösopimuksessa määritellään ammatti- tai liikesalaisuuksia, näitä ei oteta osaksi valmiiseen opinnäytetyöhön. (Arene ry 2018.)

Opinnäytetyön eettisyyttä pohdittiin opinnäytetyöprosessin aikana myös siitä näkökulmasta, että opinnäytetyön tekijänä olen myös samalla töissä ensikodissa. Tämä asetti tiettyjä odotuksia tuloksista ja halun löytää työpaikasta paljon positiivista. Opinnäytetyön edetessä kuitenkin kiinnitin jatkuvasti huomiota löydösten totuudenmukaisuuteen ja oikeellisuuteen ja toin rehellisesti esiin myös kehityskohteita.

7.3 Opinnäytetyöprosessi ja ammatillinen kasvu

Opinnäytetyöprosessi on ollut haastava ja paljon tietoa antava. En ole itse koskaan tehnyt opinnäytetyötä tai muuta tutkimusta, jonka vuoksi minun piti jokaisessa vaiheessa tehdä pohjatyt huolella.

Lähtökohtani oli saada koottua opinnäytetyöstä selkeä ja tietoa antava kokonaisuus annettavaksi ensikodille. Tein paljon taustatutkimusta aiheen ympärillä ja etsin lähteitä. Halusin opinnäytetyöstä hyödynnettävissä olevan ja siksi pyrin keskittymään jokaiseen prosessiin ja lähteeseen huolella. Monessa vaiheessa otin esille opinnäytetyön kokonaisuutena ja selvitin itselleni tämän moninaisuutta ja etsin yhtymäkohtia.

Oma tavoitteeni oli saada kerättyä itselleni vahva tietämys traumainformoidusta työotteesta sekä vahvistaa omaa osaamistani ensikodin ohjaajana perehtyen tarkoin ensikodin kuntoutusprosessiin niin asiakkaan, kuin ohjaajan näkökulmasta sekä ensikodissa käytettyihin työmenetelmiin. Opinnäytetyöprosessi on opettanut minulle pitkäjänteisyyttä siinä, ettei työ tule valmiiksi yhdeltä istumalta. Minun on täytynyt opetella sietämään keskeneräisyyttä.

Ensin tarkoitukseni oli luoda tulokset useasta eri dokumentista, mutta työn edessä pysyin perustellusti valitsemaan dokumenteista vain kaksi lähempään tarkasteluun. Kun opinnäytetyöhön tarvittavat dokumentit oli kerätty, pohtisin uudelleen laadullisen tutkimuksen sekä dokumenttianalyysin sopivuutta aiheen tarkasteluun. Kävin läpi tutkimusmenetelmiä ja lopulta sain varmuuden tämän opinnäytetyön työmenetelmille.

Dokumenttien keruun yhteydessä löytyi uutta teoretietoa työmenetelmien taustalta, jotka lisäsin tietoperustaan. Teorioiden löytäminen on luonut minulle oivalluksia ja löytämisen iloa, kun eri teorat ovat tukeneet ja vahvistaneet toisiaan. Teoria on päässyt osaksi arjessa tehtävää ensikotityötä.

7.4 Jatkotutkimusideat ja hyödynnettävyys

Haluan nostaa esille ensikodin fyysisen sijainnin vaikutuksen mahdollisesti asiakkaiden turvallisuuden kokemukseen. Turun ensikoti sijaitsee samassa talossa turvakodin kanssa. Vaikka tuloksista selviää, että traumainformoidun työotteen merkkejä näkyy ensikodin työmenetelmissä ja turvallisuudentunteen luomiseen kiinnitetään huomiota kuntoutuksen eri vaiheissa, on traumatietoisuudessa ymmärrettävä, että paranemisen ja toipumisen edellytys on turvallisen ympäristön luominen. Ennen kuin toipuminen voi itsessään alkaa, täytyy varmistaa asiakkaan turvallisuudentunne sekä turvallisuus. (Rouan 2020.)

Opinnäytetyötä on mielestäni mahdollista hyödyntää ensikodin uusien työntekijöiden perehdytyksessä. Opinnäytetyössä on koostettu yhteen ja avattu ensikodissa käytössä olevia

työmenetelmiä. Opinnäytetyössä on etsitty traumainformoidun työotteen ilmenemistä kuntoutusprosessissa ja minätilatyöskentelyssä. Ulkopuolelle on kuitenkin jäänyt ne työmenetelmät, joihin henkilökunta on saanut koulutustautua sekä muita kuntoutusprosessiin mahtuvia työmenetelmiä.

Minätilatyöskentelyssä vireystilaikkunan käyttöön ei ole tehty erikseen sietoikkunaa vanhemmuuden näkökulmasta. Tämän jätän jatkotutkimusideaksi aiheesta kiinnostuneelle. Opinnäytetyön jatkotutkimusideana näen myös traumainformoidun työotteen merkityksen, ilmenemisen ja kehittämisen työhyvinvoinnin näkökulmasta Turun ensikodissa.

Toivon, että opinnäytetyöni antaa ensikodin henkilöstölle mahdollisuuden tarkastella omaa tietämystään traumainformoidusta työotteesta sekä pohtia traumatietämystään entisestään. Toivon opinnäytetyön myös avaavan uusia keskusteluja aiheesta työyhteisössä. Lisäksi uskon opinnäytetyön voivan antaa tietoa traumatietoisuudesta, ensikodista sekä erilaisista työmenetelmistä sosiaalialan opiskelijoille ja muille aiheesta kiinnostuneille. Opinnäytetyö antaa ensikodille mahdollisuuden kehittyä traumainformoituna organisaationa. Opinnäytetyö esitellään Turun ensikodin työyhteisölle.

Lähteet

- Arene ry. 2018. Opinnäytetyöprosessin eettiset suositukset - muistilista opiskelijalle ja ohjaajalle. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry. Viitattu 13.9.2023. Saatavissa https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2018/arene-opinnaytetyoproessin-eettiset-suositukset_muistilistat-opiskelijalle-ja-ohjaajalle.pdf?_t=1526903222
- Ensi- ja turvakotien liitto. Viitattu 12.9.2023 Saatavissa: <https://ensijaturvakotienliitto.fi/>
- Ensikodin perehdytysmateriaali. 2022. Viitattu: 21.11.2023. Saatavissa: Saatavuus rajattu
- Henttonen, T., Sellergren, H., Ruottinen, T. 2020. Vauvatyön käsikirja. Ensi- ja turvakotien liiton käsikirja 5. Ensi- ja turvakotien liitto ry: Punamusta
- Isosävi, S. 2020. Äidin traumaattisten kiintymiskokemusten vaikutus raskaus- ja vauva-aikaan. Teoksessa Henttonen, T., Sellergren, H., Ruottinen, T. 2020. Vauvatyön käsikirja. Ensi- ja turvakotien liiton käsikirja 5. Ensi- ja turvakotien liitto ry: Punamusta
- Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Kerminen, M., Jussila, H., Ailoranta, A. 2023. Tietoisuus traumaista ja niiden vaikutuksista. Viitattu 8.12.2023 Saatavissa: <https://www.parempaalastensuojelua.fi/fi/uutinen/tietoisuus-traumoista-ja-niiden-vaikutuksista>
- Koivula, T., Mäkelä, J., Svetloff, M. 2022. Lapset turvakodissa. Turvakotipalveluissa lasten kanssa tehtävän työn laatusuosituksia. Terveystieteiden tutkimuskeskus. Viitattu: 31.12.2023 Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/145502/URN_ISBN_978-952-343-921-4.pdf?sequence=1
- Korja, R. & Takatupa, A. 2020. Varhaisen stressin vaikutusten huomioiminen asiakastyössä. Teoksessa Henttonen, T., Sellergren, H., Ruottinen, T. 2020. Vauvatyön käsikirja. Ensi- ja turvakotien liiton käsikirja 5. Ensi- ja turvakotien liitto ry: Punamusta
- Korkman, S. 2020. Vauvavaiheen tukeminen on kansallinen investointi. Teoksessa: Henttonen, T., Sellergren, H., Ruottinen, T. 2020. Vauvatyön käsikirja. Ensi- ja turvakotien liiton käsikirja 5. Ensi- ja turvakotien liitto ry: Punamusta

- Kronlund, M. 2022. Voimaannuttavan vertaistoiminnan kehittäminen ensikodissa. YAMK opinnäytetyö Turun ammattikorkeakoulu. Viitattu: 9.12.2023 Saatavissa: <https://www.theseus.fi/handle/10024/744369>
- Köngäs, M. (2019). Tunneäly varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus
- Linner Matikka, J. & Hipp, T. 2023. Traumainformoitu työote. Keuruu: PS-kustannus
- Leikola, A., Mäkelä, J., Punkanen, M. 2016. Polyvagaalinen teoria ja emotionaalinen trauma. Lääketieteellinen aikakausikirja. Duodecim. Viitattu 31.12.2023. Saatavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/lehti/2016/1/duo12910>
- Levenson, Jill. 2017. Trauma-Informed Social Work Practice. Viitattu 31.12.2023 Saatavissa: <https://academic.oup.com/sw/article/62/2/105/2937786>
- Maanmieli, K. & Sarvela, K. 2022. Yhteinen mieli traumatietoisuutta mielenterveystyöhön. EU: Basam Books
- Middleton, J., Bloom, S., Strolin-Goltzman, J. & Caringi, J. 2019. Traumainformed care and the public child welfare system: the challenges of shifting paradigms: introduction to the special issue on trauma-informed care. Journal of Public Child Welfare. Vol. 13. No. 3. Viitattu 3.12.2023 Saatavissa: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/15548732.2019.1603602>
- Mielenterveystalo. Vireystilan säätely. Viitattu: 31.12.2023 Saatavissa: <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/omahoito/nepsypiirteisten-lasten-omahoito-ohjelma/vireystilan-saately>
- Opinvoimala. Säatele vireystilaasi. Viitattu 9.1.2024 Saatavissa: <https://www.opinvoimala.fi/sivu/saatele-vireystilaasi>
- Rouan, A. 2020. How Trauma Informed Care Saved My Life. TEDxDelthorneWomen. Viitattu 19.11.2023 Saatavissa: Youtube
- SAMSHA. 2014. SAMSHA's Concept of Trauma and Guidance for Traumainformed Approach, Prepared by SAMSHA's Trauma and Justice Strategic Initiative July 2014. Viitattu 21.9.2023 Saatavissa https://archive.hshsl.umaryland.edu/bitstream/handle/10713/18559/SAMHSA_Trauma.pdf?sequence=1
- Sarvela, K. & Auvinen, E. 2020. Yhteinen kieli traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen. Tallinna: Basam Books

Sarvela, K. 2023. Traumainformoitu lähestymistapa – Siirtymä oikeudenmukaisempaan toipumisen kulttuuriin. Teoksessa Linner Matikka, J. & Hipp, T. (toim.). Traumainformoitu työote. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Sosiaalihuollon kirjaamisohjeet. Viitattu 31.12.2023
Saatavissa: <https://thl.fi/aiheet/tiedonhallinta-sosiaali-ja-terveysalalla/kirjaaminen/sosiaalihuollon-kirjaamisohjeet>

Toivonen, Heli. 2023. Traumainformoidun työtteen merkitys lastensuojelun sijaishuollossa. Viitattu 31.12.2023 Saatavissa:
<https://www.theseus.fi/handle/10024/802276>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Turun ensi- ja turvakoti ry a. Tiedote asiakkaille. Asiakkuutta koskeva dokumentointi ja asiakirjojen säilytys. Saatavissa: tuloste.

Turun ensi- ja turvakoti ry b. Yksilöllistä ja vahvaa tukea vauvaperheille. Viitattu 12.9.2023
Saatavissa: <https://tuentu.fi/turun-ensikoti>

Turun ensi- ja turvakoti ry. 2022. Vuosikertomus. Saatavissa: esite

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa HTK-ohje. Viitattu 13.9.2023 Saatavissa:
https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa HTK-ohje. Viitattu 13.9.2023 Saatavissa:
https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf

Traumainformoitu toivo. Traumainformoitu orientaatio auttamistyössä. Viitattu 15.11.2023
Saatavissa: <https://traumainformoitu.fi/>

Tähkä, J. 2016. Epävakaan persoonallisuushäiriön hoito päiväsairaalassa. Viitattu 1.1.2024 Saatavissa: <https://www.jormatahka.com/>

Wilson, C., Pence, D. & Conradi, L. (2013). Trauma-informed care. Encyclopedia of social work. National association of social workers and oxford university press USA. Viitattu 1.12.2023 Saatavissa: <http://dx.doi.org/10.1093/acrefore/9780199975839.013.1063>

Liite 1. Dokumenttianalyysi, jako yläluokkiin

Dokumenttianalyysi
Jako yläluokkiin

	traumahistorian huomioiminen	ACE tietoisuus	suojaavien tekijöiden merkitys	tiedostetaan traumojen ylisukupolvisuus ja vaikutus lapseen	tiedostetaan traumojen vaikutus vanhempaan	tiedostetaan traumojen vaikutus henkilökuntaan		
<i>Tiedostetaan</i>								
<i>Tunnistetaan</i>	nähdään oireilujen taakse	ymmärretään taustalla olevat syyt	vireystilojen ymmärtäminen	työntekijän oman historian tunnistaminen	traumatriggereiden tunnistaminen			
<i>Toimitaan</i>	yksilöllinen myötätunto	apua tunteiden käsittelyyn	turvan luominen	vireystilojen ymmärtäminen	turvallisuuden tunteen palauttaminen	turvallisen, ennakoitavan ympäristön luominen	työntekijän oman historian käsittely	keskittyminen vahvuuksiin, ei ongelmiin
	yhteistyö	resilienssin vahvistaminen	ennakoitavuuden ylläpitäminen	säätelykeinojen vahvistaminen	perheen tuen mahdollistaminen	yhteisön tuen mahdollistaminen	työntekijöiden hyvinvoinnin tukeminen	hyvän perushoidon varmistaminen
			kehotietoisuustaitojen lisääminen	autonomisen hermoston säätely	tunne- ja vuorovaikutustaitojen lisääminen	vertaistuki	työntekijän omien vireystilojen tasaaminen	
<i>Torjutaan</i>	uusien traumojen ehkäisy	ei pahenneta jo voimassa olevaa traumaa	turvan luominen	onnistuminen ja osallisuus keskiössä	sosiaalisten suhteiden merkityksen korostaminen	Parantavan yhteisön merkityksen korostaminen	Positiivisuuden ylläpitäminen	Perheen tuen vahvistaminen
	yhteisön tuen vahvistaminen	ennakoitavuuden ylläpitäminen	arjen taitojen vahvistaminen	yksilön hyvinvointiin panostaminen	työnohjaus	työväärin tasapainottaminen	vertaistuki	

Lähteet: König, 2019; Hipp & Matikka, 2022. Traumainformoitu Toivo. Wilson, Pence & Conradi, 2013.

Liite 2 Dokumenttianalyysi Kuntoutusprosessi (Ohjaajan työtehtävät ja vastuut)

Dokumenttianalyysi

1. Kuntoutusprosessi (Ohjaajan työtehtävät ja vastuut)

Tiedostetaan	Tunnistetaan
Traumahistorian huomioiminen: Elämänjatanatyöskentely, omaohjaajat keräävät tietoa, luodaan ymmärrystä asiakkaasta. Ymmärretään, mitä äiti tarvitsee, jotta voi kiintyä vauvaansa, mapitus, perhesuhteiden kartoitus	Nähdään oireilujen taakse: Elämänjatanatyöskentely, mapitus, perhesuhteiden kartoitus, omaohjaajat keräävät tietoa, luodaan ymmärrystä asiakkaasta, vanhemman oman historian ymmärtäminen, Vanhemmuuden arviointi*
ACE-tietoisuus: omaohjaajat keräävät tietoa, luodaan ymmärrystä asiakkaasta, mapitus, perhesuhteiden kartoitus	Ymmärretään oireiden taustalla olevat syyt: Elämänjatanatyöskentely, perhesuhteiden kartoitus, mapitus, luodaan ymmärrystä asiakkaasta, vanhemman oman historian ymmärtäminen, perhesuhteiden kartoitus
Suojaavien tekijöiden merkitys: Perhesuhteiden kartoitus, omien hoivakokemusten selvittäminen/miten hoiva on rakentunut, mapitus, perhesuhteiden kartoitus	Vireystilojen ymmärtäminen: Ymmärretään, mitä äiti tarvitsee, jotta voi kiintyä vauvaansa. Elämänjatanatyöskentely
Traumojen ylisukupolvisuus ja vaikutus lapseen: Perhesuhteiden kartoitus	Työntekijän oman historian tunnistaminen: annetaan omaohjaajille ymmärrystä, pyritään yhdessä ymmärtämään ilmiöitä
Traumojen vaikutus vanhempaan: Elämänjatanatyöskentely, luodaan ymmärrystä asiakkaasta. Ymmärretään, mitä äiti tarvitsee, jotta voi kiintyä vauvaansa.	Traumatriggerien tunnistaminen: Elämänjatanatyöskentely, mapitus, luodaan ymmärrystä asiakkaasta, vanhemman oman historian tunnistaminen. Ymmärretään, mitä äiti tarvitsee, jotta voi kiintyä vauvaansa.
Traumojen vaikutus henkilökuntaan: annetaan omaohjaajille ymmärrystä, pyritään yhdessä ymmärtämään ilmiöitä	
	* Vanhemmuuden arviointi: pohditaan, miten toimii äitinä - tunnistetaan vääristymiä, ristiriitoja, välttelevyyttä, kiintymyssuhdetta ja vuorovaikutuksen laatua

Toimitaan	Torjutaan
Yksilöllinen myötätunto: Kohdataan empaattisesti, tutustutaan, Lempää laskeutuminen yhteisöön (ryhmiin ja vastuualueiden hoitoon), luodaan ymmärrystä asiakkaasta, omaohjaajat	Uusien traumojen ehkäisy: omaohjaajasuhteen vahvistaminen, siirtotyöskentely, kotikäynnit, Elämänjatanatyöskentely
Apua tunteiden käsittelyyn: Läsnäolo, osallistuminen ryhmiin, Ymmärretään, mitä äiti tarvitsee, jotta voi kiintyä vauvaansa.	Ei pahenneta jo voimassa olevaa traumaa: siirtotyöskentely
Turvan luominen: Omaohjaajat vastassa asiakkaan tullessa tutustumaan, asiakkaaseen tutustuminen, asiakkaan auttaminen ja kannattelu,	Turvan luominen: asiakkaan auttaminen ja kannattelu, omaohjaajasuhteen vahvistaminen, siirtotyöskentely

omaohjaajasuhteen vahvistaminen, omaohjaaja-ajat	
Vireystilojen ymmärtäminen: Ymmärretään, mitä äiti tarvitsee, jotta voi kiintyä vauvaansa.	Onnistuminen ja osallisuus keskiössä: Tulokahvit, osallistuminen ryhmiin, hoidetaan asiakkaan kanssa yhdessä asioita (neuvola, sos.tt, verkostot jne), vertaisuus, mapitus (erityisesti mikä toimii?)
Turvallisuuden tunteen palauttaminen: asiakkaan auttaminen ja kannattelu, omaohjaajasuhteen vahvistaminen, omaohjaaja-ajat	Sosiaalisten suhteiden merkityksen korostaminen: vertaisuus, elämänjanatyöskentely
Turvallisen, ennakoitavan ympäristön luominen: Omaohjaajat kulkevat tiiviisti rinnalla, osallistuminen ryhmiin, kiinnitetään asiakas kuntoutukseen, omaohjaajasuhteen vahvistaminen, omaohjaaja-ajat	Parantavan yhteisön merkityksen korostaminen: Tulokahvit, osallistuminen ryhmiin, vertaisuus
Työntekijän oman historian käsittely:	Positiivisuuden ylläpitäminen: Kohdataan empaattisesti, Tulokahvit, mapitus (erityisesti mikä toimii?)
Keskittyminen vahvuuksiin, ei ongelmiin: mapitus (erityisesti "mikä toimii?"), omaohjaaja-ajat, perhesuhteiden kartoitus	Perheen tuen vahvistaminen: kartoitetaan mitä apua tarvitsee kotiin
Yhteistyö: Alusta asti yhteistyö verkostojen kanssa, tutustuminen asiakkaaseen, omaohjaajasuhteen vahvistaminen, yhteisön vastuualueiden hoitaminen, mapitus	Yhteisön tuen vahvistaminen: Tulokahvit, osallistuminen ryhmiin, vertaisuus
Resilienssin vahvistaminen: Ymmärretään, mitä äiti tarvitsee, jotta voi kiintyä vauvaansa. Elämänjanatyöskentely	Ennakoitavuuden ylläpitäminen: osallistuminen ryhmiin, omaohjaaja-ajat
Ennakoitavuuden ylläpitäminen: osallistuminen ryhmiin, mapitus	Arjen taitojen vahvistaminen: Autetaan asiakasta, Omaohjaaja asiakasta varten, mapitus (erityisesti "missä voimme asiakasta tukea?"), yhteisön vastuualueiden hoitaminen
Säätelykeinojen vahvistaminen: Ymmärretään, mitä äiti tarvitsee, jotta voi kiintyä vauvaansa.	Yksilön hyvinvointiin panostaminen: mapitus
Perheen tuen mahdollistaminen:	Työnohjaus:
Yhteisön tuen mahdollistaminen: Autetaan kohtaamaan muut yhteisön jäsenet, osallistuminen ryhmiin	Työmäärien tasapainottaminen: mapitus
Työntekijöiden hyvinvoinnin tukeminen:	Vertaistuki: Tulokahvit, osallistuminen ryhmiin, vertaisuus
Hyvän perushoidon varmistaminen: Autetaan asiakasta, vierihoito, vierelläkulkupäivä, Omaohjaaja asiakasta varten, omaohjaaja-ajat, mapitus	
Kehotietoisuustaitojen lisääminen: Osallistuminen ryhmiin	

Autonomisen hermoston säätely: Ymmärretään, mitä äiti tarvitsee, jotta voi kiintyä vauvaansa.	
Tunne- ja vuorovaikutustaitojen lisääminen: Ymmärretään, mitä äiti tarvitsee, jotta voi kiintyä vauvaansa. Omaohjaajasuhteen vahvistaminen, Kiintymissuhde ja vuorovaikutustyöskentely, omaohjaaja-ajat, yhteisön vastuualueiden hoitaminen	
Vertaistuki: Osallistuminen ryhmiin, vertaisuus	
Työntekijän omien vireystilojen tasaaminen:	

Liite 3. Dokumenttianalyysi. Minätilatyöskentely

Dokumenttianalyysi

2. Minätilatyöskentely

Tiedostetaan	Tunnistetaan
Traumahistorian huomioiminen: perhesuhteiden kartoitus, omaohjaajan tekemät havainnot, mapitus, elämänjanatyöskentely, Minätilat	Nähdään oireilujen taakse: perhesuhteiden kartoitus, omaohjaajan tekemät havainnot, mapitus, Elämänjanatyöskentely, perhesuhteiden kartoitus, Minätilat
ACE-tietoisuus: perhesuhteiden kartoitus, mapitus, Minätilat	Ymmärretään oireiden taustalla olevat syyt: perhesuhteiden kartoitus, mapitus, elämänjanatyöskentely, Minätilat
Suojaavien tekijöiden merkitys: perhesuhteiden kartoitus, mapitus, Minätilat	Vireystilojen ymmärtäminen: elämänjanatyöskentely, Minätilat
Traumojen ylisukupolvisuus ja vaikutus lapseen: perhesuhteiden kartoitus, Minätilat	Työntekijän oman historian tunnistaminen:
Traumojen vaikutus vanhempaan: Elämänjanatyöskentely, Minätilat	Traumatriggereiden tunnistaminen: omaohjaajan tekemät havainnot, Minätilat
Traumojen vaikutus henkilökuntaan:	

Toimitaan	Torjutaan
Yksilöllinen myötätunto: turvallisen suhteen luominen omaohjaajiin, keskustelut omaohjaajien kanssa	Uusien traumojen ehkäisy: Elämänjanatyöskentely
Apua tunteiden käsittelyyn: keskustelut omaohjaajien kanssa	Ei pahenneta jo voimassa olevaa traumaa:
Turvan luominen: turvallisen suhteen luominen omaohjaajiin, keskustelut omaohjaajien kanssa	Turvan luominen: turvallisen suhteen luominen omaohjaajiin, Minätilat
Vireystilojen ymmärtäminen: Minätilat	Onnistuminen ja osallisuus keskiössä: mapitus (erityisesti mikä toimii?), Minätilat
Turvallisuuden tunteen palauttaminen: turvallisen suhteen luominen omaohjaajiin, keskustelut omaohjaajien kanssa, Minätilat	Sosiaalisten suhteiden merkityksen korostaminen: Elämänjanatyöskentely
Turvallisen, ennakoitavan ympäristön luominen: turvallisen suhteen luominen omaohjaajiin, keskustelut omaohjaajien kanssa, Minätilat	Parantavan yhteisön merkityksen korostaminen: Minätilat
Työntekijän oman historian käsittely:	Positiivisuuden ylläpitäminen: mapitus (erityisesti mikä toimii?), Minätilat
Keskittyminen vahvuuksiin, ei ongelmiin: mapitus, perhesuhteiden kartoitus, Minätilat	Perheen tuen vahvistaminen:
Yhteistyö: keskustelut omaohjaajien kanssa, mapitus	Yhteisön tuen vahvistaminen: Minätilat
Resilienssin vahvistaminen: elämänjanatyöskentely, Minätilat	Ennakoitavuuden ylläpitäminen:
Ennakoitavuuden ylläpitäminen: mapitus	Arjen taitojen vahvistaminen: mapitus

Säätelykeinojen vahvistaminen: Minätilat	Yksilön hyvinvointiin panostaminen: mapitus
Perheen tuen mahdollistaminen:	Työnohjaus:
Yhteisön tuen mahdollistaminen: turvallisen suhteen luominen yhteisöön, Minätilat	Työmäärien tasapainottaminen: mapitus
Työntekijöiden hyvinvoinnin tukeminen:	Vertaistuki: Minätilat
Hyvän perushoidon varmistaminen: mapitus, Minätilat	
Kehotietoisuustaitojen lisääminen: Minätilat	
Autonomisen hermoston säätely: Minätilat	
Tunne- ja vuorovaikutustaitojen lisääminen:	
Vertaistuki: Minätilat	
Työntekijän omien vireystilojen tasaaminen:	