

Opinnäytetyö AMK

Sosiaalialan koulutusohjelma

Lapsi-, nuoriso- ja perhetyö s 2015

2016

Laura Rapo

PERHE ERON JÄLKEEN

– Yhteistyövanhemmuuden tukeminen
mentalisaation ja terapeuttisen kirjoittamisen
keinoin

Laura Rapo

PERHE ERON JÄLKEEN

- Yhteistyövanhemmuuden tukeminen mentalisaation ja terapeutin kirjoittamisen keinoin

Kehittämishankkeen tavoitteena oli luoda väline eroperheiden kanssa työskentelyn tueksi Mäntymäen perhekeskuksen tehostetun kotiinpäin tehtävän työn osaston työryhmän käyttöön. Vanhempien ero on yksi yleisimmistä lapsen kokemista elämän stressitekijöistä, sekä selkeä riskitekijä lapsen suotuisan kehityksen kannalta.

Hankkeen kantava idea oli lapsen etu ja lapsen näkyväksi tekeminen vanhempien eroriidan keskellä. Kehittämishanke toteutettiin Turun kaupungin Mäntymäen perhekeskuksen ja Turun ammattikorkeakoulun välisenä yhteistyönä vuosien 2015–2016 aikana.

Kehittämishanke alkoi alkukartoituksella ja lähdeaineistoon tutustumisella. Kehittämishankkeen kantavana perustana oli osallistava dialogi koko prosessin läpi. Kehittämistyössä oli osallisena koko työryhmä ja kehittämistyötä tehtiin niin palavereissa kuin kahvipöydänkin ääressä. Lisäksi kirjoitin kehittämispäiväkirjaa ja menetelmää testattiin asiakastyössä.

Kehittämistyön tuotoksena syntyi infopaketti mentalisaatiosta, reflektiivisestä työotteesta ja terapeutin kirjoittamisesta työryhmän käyttöön. Infopaketti sisältää ideoita menetelmien käyttöön yhteistyövanhemmuustyöskentelyssä sekä kirjallisuusvinkkejä.

ASIASANAT:

Lapsen etu, eroaminen, vieraannuttaminen, terapeutin kirjoittaminen, mentalisaatio, lastensuojelu, kehittäminen

Laura Rapo

FAMILY AFTER PARENTAL SEPARATION

- Supporting parents for co-parenting with mentalization and therapeutic writing

The aim of this development project was to produce a tool to be used with families who have gone thru parental separation. This tool will be used in the intensive family work of Mäntymäki family centre. Parental separation is one of the most common life stressors in childrens lives and it is an obvious risk factor for favourable development of a child.

The idea behind this development project was the best interest of a child and how to make the child visible in the eyes of the parents in the middle of separation crisis. The project was implemented in cooperation between the Mäntymäki family centre of City of Turku and Turku university of applied sciences during 2015–2016.

The project started with an initial assessment and I also read a lot of source literature .The most important developing method was inclusive dialogue thru the whole process. The whole work group was involved in the developing work and developing happened in developing seminars as well as at the coffee table. I also wrote a developing diary and the method was tested with the customers.

The product of this development project is an info package about mentalization, reflective approach to work and therapeutic writing. It contains ideas about how to use these methods when supporting parents for co-parenting. It also contains literature hints.

KEYWORDS:

Best Interest of a Child, Parental Separation, Parental Alienating, Therapeutic Writing, Mentalization, Child Protective Services, Developing

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 KEHITTÄMISTYÖN LÄHTÖKOHDAT	7
2.1 Tausta ja tarve kehittämistyölle	7
2.2 Muita kehittämishankkeita	10
2.3 Lastensuojeluprosessi	11
3 PARISUHDE PÄÄTTY	14
3.1 Ero ilmiönä	14
3.2 Vanhemmat ristipaineessa	15
3.3 Vieraannuttaminen	17
4 VANHEMMUUS JATKUU	20
4.1 Vanhempien ero lasten näkökulmasta	20
4.2 Eron vaikutukset lapsiin	21
4.3 Lasta suojaavat tekijät	22
5 MENTALISAATIO JA TERAPEUTTINEN KIRJOITTAMINEN	24
5.1 Mentalisaatio .	24
5.2 Terapeuttinen kirjoittaminen	26
6 KEHITTÄMISHANKKEEN ETENEMINEN JA TUOTOKSEN ESITTELY	28
6.1 Yleistä kehittämishankkeesta	28
6.2 Aikataulu	29
6.3 Kehittämishankkeessa käytetyt menetelmät	33
6.4 Tuotoksen esittely	35
7 KEHITTÄMISHANKKEEN ARVIONTI	36
7.1 Työskentelyn ja tuotoksen arviointi	36
7.2 Jatkokehittämissideat	37
7.3 Eettinen pohdinta	38
7.4 Ammatillinen kasvu	39
LÄHTEET	40

LIITTEET

Liite 1. 1. kehittämispalaveri

Liite 2. 2. kehittämispalaveri

Liite 3. Infopaketti mentalisaatiosta ja terapeuttisesta kiejoittamisesta

KUVIOT

Kuvio 1. Lastensuojeluprosessi

14

Kuvio 2. Kehittämishankkeen spiraalimainen malli

32

1 JOHDANTO

Kehittämishankkeen nimi, Perhe eron jälkeen – Yhteistyövanhemmuuden tukeminen mentalisaation ja terapeutin kirjoittamisen keinoin, on ajatuksia herättävä, ehkä hieman provosoivakin. Eronneiden vanhempien näkökulmasta perhe yleensä lakkaa olemasta eron astuttua voimaan, mutta lapsi usein mieltää sekä äidin että isän kuuluvan perheeseensä myös eron jälkeen. Halusin kehittämishankkeen nimellä johdatella ajatuksia lapsen kokemusmaailmaan. Vanhempien löytäessä uudet parisuhteet ja perustettaessa uusperheitä heidän tulisi kunnioittaa lapsen näkemystä oman perheensä jäsenistä ja pyrkiä pitämään yllä lapsen hyvää suhdetta kumpaankin vanhempaansa.

Perhe eron jälkeen -kehittämishanke toteutettiin yhteistyössä Turun kaupungin Mäntymäen perhekeskuksen ja Turun ammattikorkeakoulun kanssa vuosien 2015 - 2016 aikana. Idea hankkeelle syntyi Mäntymäen perhekeskuksen tehostetun kotiinpäin tehtävän työn osaston tarpeesta kehittää eroperheiden kanssa työskentelyä. Kehittämishankkeen kantavana ideana on lapsen etu ja lapsen huomioiminen vanhempien omien tunnemyllerrysten keskellä. Lähtöajatuksena oli luoda menetelmä, jonka avulla pystyisi herättelemään vanhempia näkemään asioita lapsen näkökulmasta ja pitämään lapsen edun mielessään.

Kehittämishankkeen raportin ensimmäisessä osassa kerron hankkeen lähtökohdista ja esittelen muita aiheesta tehtyjä kehittämishankkeita sekä hankkeen toimintaympäristön. Tässä osassa kerron myös lastensuojeluprosessin etenemisestä, koska kehittämishankkeen tuotosta hyödynnetään lastensuojelun asiakkuudessa olevien perheiden kanssa. Raportin toisessa osassa kerron erosta ja siihen liittyvistä ilmiöistä vanhemman näkökulmasta. Tässä osiossa kerron myös vieraanuttamisesta eron lieveilmiönä, sillä vieraanuttaminen on Suomessa vielä melko tuntematon ilmiö ja aiheesta tarvitaan lisätietoa. Raportin kolmannessa osassa käsittelen eroa lapsen näkökulmasta. Raportin lopussa kerron kehittämishankkeen etenemisestä ja käytetyistä menetelmistä, esittelen syntyneen tuotoksen sekä pohdin ja arvioin hanketta, eettisiä näkökulmia ja omaa ammatillista kasvuani.

2 KEHITTÄMISTYÖN LÄHTÖKOHDAT

2.1 Tausta ja tarve kehittämistyölle

Perhe eron jälkeen -kehittämishanke sai alkunsa työpaikallani Mäntymäen perhekeskuksen tehostetun kotiinpäin tehtävän työn osastolla. Tapaamme työssämme perheitä, joissa yhtenä isona ongelmana on perheen vanhempien parisuhteen tuleminen tiensä päähän. Eron liittyvä problematiikka näyttäytyy arjen työssämme lapsen sekaannuttamisena vanhempien väliseen riitelyyn, toisen vanhemman mustamaalaamisena ja jopa määrätietoisena vieraannuttamisena. Vanhempien kyvyttömyys keskustella ja sopia lapseen liittyvistä asioista myös hankaloittaa lapsen arkea ja tarjoaa lapselle mahdollisuuden ”pelata” vanhempien kanssa. Erityisesti teini-ikäiset osaavat käyttää vanhempien puhumattomuutta hyväkseen.

Työryhmässä käytyjen keskustelujen ja lähdemateriaaliin perehtymisen jälkeen päädyimme pohtimaan, miten voisimme hyödyntää terapeutista kirjoittamista ja mentalisaatiota eroperheiden kanssa työskentelyn tukena. Kokemuksemme eroperheiden kanssa työskentelystä on osoittanut, ettei riittävästi eronneiden vanhempien istuttaminen saman pöydän ääreen keskustelemaan ole yleensä kovinkaan hedelmällistä. Nämä tilanteet ovat olleet usein sangen epämiellyttäviä kaikille osapuolille ja vanhemmat ovat kokeneet ne liian kuormittavina. Yhteistyövanhemmuustyöskentelyn tavoitteena on saavuttaa vanhempien välille jonkinlainen keskusteluyhteys. Työskentely kuitenkin aloitetaan yksilötyöskentelyllä, jossa eron osapuolet kirjaavat ajatuksiaan paperille. Lukuisissa tutkimuksissa on osoitettu, että ihmisen kirjoitettua omista merkittävistä tunnekokemuksistaan, heidän sekä fyysisessä että psyykkisessä terveydentilassaan tapahtuu huomattavaa kohennusta (Lindquist 2009, 71). Tarkoituksena on myös vahvistaa vanhemman mentalisaatiokykyä ja saada hänet asettumaan lapsen asemaan eron keskelle. Myös lapsi osallistuu työskentelyyn ikätasonsa mukaisesti esimerkiksi kirjoittamalla ajatuksiaan kirjeen muodossa vanhemmilleen. Uskon, että näillä keinoilla lapsi tehdään näkyväksi erosta eniten kärsivänä osapuolena.

Kehittämishanke on ajankohtainen ja vuonna 2014 voimaan tulleen sosiaalihuoltolain hengen mukainen. Sosiaalihuoltolain (1301/2014) mukaan ”Perhetyöllä tarkoitetaan hyvinvoinnin tukemista sosiaaliohjauksella ja muulla tarvittavalla avulla tilanteissa,

joissa asiakas ja hänen perheensä tai asiakkaan hoidosta vastaava henkilö, tarvitsevat tukea ja ohjausta omien voimavarojen vahvistamiseksi ja keskinäisen vuorovaikutuksen parantamiseksi”. Lisäksi sosiaalihuoltolaki määrittelee, että ”sosiaaliohjauksen tavoitteena on yksilöiden ja perheiden hyvinvoinnin ja osallisuuden edistäminen vahvistamalla elämänhallintaa ja toimintakykyä”.

Eroauttamisen haasteita

Arja Makkosen (2009, 190–191) mukaan palvelujärjestelmän haasteena on perheiden tukeminen vanhempien erotilanteessa. Mikäli vanhemmat saavat riittävästi tukea vaikeassa tilanteessaan, se auttaa myös lapsia. Myös lapsille suunnattua yksilöllistä tukea tulisi olla tarjolla nykyistä enemmän. Palveluissa olisi huomioitava myös lasten osallisuus ja lapsilähtöisyys. Makkosen mukaan eroperheiden kanssa työskentelevän ammattilaisen tulisi huomioida lapsen näkökulmasta vanhempien voimavarat, lapsen tukiverkosto sekä lapsen kokemus vanhempiensa erosta ja hänen asemaansa siinä.

Eroperheiden kanssa työskenneltäessä on otettava huomioon yhteiskunnassa ja viranomaiskäytännöissä vallitsevat asenteet äidin yliveritaisuudessa lapsen hoitajana ja kasvattajana. Aino Kääriäisen (2008, 76–77) haastattelututkimuksessa miehet ovat kokeneet ”taistelevansa tuulimyllyjä vastaan” yrittäessään päästä eron jälkeen vahvemmin osaksi lastensa elämää. Eropalvelut voivat myös muuttua eron osapuolten taistelutantereeksi, jossa viranomaisten lausumat tarjoavat riitelyyn välineitä. Eronneilla vanhemmilla on taipumus pyrkiä ratkaisemaan eron jälkeisiä pulmia yksin, ilman toista osapuolta. Omassa ”leirissään” eroon liittyviä asioita hoitava vanhempi saattaa hakeutua ammattilaisavun pariin etsien ammattilaisen lausunnoista vain pontta oman kantansa puolustamiseen ja vaatimustensa oikeuttamiseen. (Mattila-Aalto ym. 2012 228–229.)

Lapsen etu eroriidoissa

Lapsen edun lähtökohtana on YK:n lapsen oikeuksien sopimus. Lapsen oikeuksien sopimuksen mukaan lapsella on oikeus erityiseen suojeluun sekä huolenpitoon, hoivaan ja tasapainoiseen kasvatukseen. Lapsella on myös oikeus tulla kuulluksi itseään koskevista asioista. (Väestöliitto 2016.)

Eroriidoissa lapsen etu saattaa jäädä riitelyn jalkoihin. Yhteiskunnallisessa mielessä eroaminen on muodollinen, juridinen seikka. Avioeron saa kärjäoikeuden päätöksellä, toimimalla oikeustoimen edellyttämän viranomaismenettelyn mukaisesti. Lasta koskevista asioista päättäminen taas on vanhempien välinen asia. Lapsen asioista ei vaadita virallista sopimusta, mutta halutessaan vanhemmat voivat sopia asiat kirjallisesti ja vahvistuttaa päätöksensä lastenvalvojalla. Lastenvalvojan tapaamisella vanhempien tulisi olla selvillä siitä, mistä ja miten he ovat sopimassa, lastenvalvoja vain huolehtii, että sopimus on juridisesti täytäntöönpanokelpoinen. Vaikka tapaamisella sovittaisi arkikäytäntöjen yksityiskohdista ja luvattaisi esimerkiksi olla puhumatta toisesta vanhemmasta pahaa lapselle ja lastenvalvoja nämä asiat suostuisi kirjaamaan osaksi sopimusta, ei viranomaisilla olisi keinoja puuttua näitä koskeviin sopimusrikkeisiin. Sopimus ei ohjaa vanhempia eron jälkeisessä arjessa, eikä siihen liittyvässä vastuun jakamisessa, saatikka toimivassa yhteistyövanhemmuudessa. Viranomaiset puuttuvat huolto- ja tapaamisoikeutta koskeviin ratkaisuihin vain, jos ne ovat räikeästi lapsen edun vastaisia. (Mattila-Aalto ym. 2012, 225–226.) Eroperheiden kanssa työskenneltäessä tulisi työntekijän roolissa pitää mielessään lapsen etu ja osallisuus ja turvata se, että myös lapsi tulisi kuulluksi häntä koskevissa päätöksissä.

”Lapsen edun” nimissä vanhempi saattaa myös pitää oikeutenaan puuttua entisen puolisonsa toimintaan. Vanhempi kokee toivottomuutta, kun ei voi koko ajan varmistaa, miten toinen vanhempi huolehtii lapsen hyvinvoinnista ja arjen sujuvuudesta. Näissä tilanteissa vanhempi saattaa ottaa yhteyttä viranomaisiin pyytääkseen apua, mutta viranomainen velvoittaa vanhempia sopimaan asioista itse. Usein kuitenkin vanhempien keskinäiset välit ovat niin tulehtuneet, etteivät he ole kykeneviä tai halukkaita sopimaan lapseen liittyvistä asioista saman pöydän ääressä. Vanhemmat saattavat tuohduksissaan kieltää avun myös oireilevalta lapselta, eivätkä he välttämättä ole kykeneviä edes näkemään omaa osuuttaan lapsensa pahoinvoinnissa vaan etsivät syyllisiä ulkopuolelta. Joskus vasta lapsen hyvin voimakas oireilu herättää vanhemmat lapsen tarpeille. Lapsen edun turvaaminen edellyttää, että vanhemmat saadaan keskusteluyhteyteen keskenään ja edes jossain määrin toimimaan yhteistyössä. (Mattila-Aalto ym. 2012, 228–233.)

2.2 Muita kehittämishankkeita

Ensi- ja Turvakotien liiton ja Etelä-Karjalan perhetyön kehittämissyhdistyksen Eeva – Eväitä eron jälkeiseen vanhemmuuteen -hanke (2015–2016) toimii Etelä-Karjalan alueella. Hanketyön tavoitteena on tukea vanhempien omaa vanhemmuutta, vanhempien yhteistyötä sekä uusperheen toimivuutta. Lähtökohtana on lapsen näkyväksi tekeminen vanhempien erossa. Eeva-hankkeen materiaaliin kuuluvassa ”ohjeita eroavalle” -oppaassa eroa käsitellään kriisiteorian kautta. Oppaan mukaan ero on prosessi, joka alkaa eron pohtimisesta ja päättyy erosta toipumiseen. Eroprosessiin kuuluvat sokkivaihe, reaktiovaihe, käsittelyvaihe sekä uudelleen suuntautumisen vaihe. Oppaassa kerrotaan myös eroon liittyvistä käytännön asioista kuten avioeron hakemisesta ja lapsen asumiseen, huoltoon ja elatukseen liittyvistä seikoista. Hankkeen työmuotoja ovat yksilö- ja perhetapaamiset perheen tarpeiden mukaisesti, vertaistukiryhmät niin lapsille kuin aikuisillekin sekä tukihenkilötoiminta. Hankkeessa on koostettu myös ”10 teesiä parempaan eroon”, joissa korostetaan sitä, että lapsi on usein riittävän eron eniten kärsivä osapuoli. Teeseissä nostetaan esille myös aikuisen vastuu eron asiallisessa hoitamisessa ja lapsen oikeus positiiviseen kokemukseen molemmista vanhemmistaan.

Oulun Ensi- ja Turvakoti ry:n ja Viola – väkivallasta vapaaksi ry:n Varjo -hankkeen (2012–2017) tavoitteena on eron jälkeisen väkivaltaisen vainon kohteena elävien perheiden turvallisuuden lisääminen ja vainoamisen ennaltaehkäisy. Hankkeen materiaalissa kuvataan vainoamista toistuvina, ei-toivottuina yhteydenottoina. Vainoaminen on myös kohteen seuraamista tai tarkkailemista ja sisältää uhkaavia ja/tai väkivaltaisia tekoja, jotka aiheuttavat kohteessa pelkoa ja täyttävät rikoksen tunnusmerkit. Vaino voi kohdistua myös kohteen läheisiin. Parisuhteessa esiintynyt väkivalta lisää vainon riskiä. Vaino voi tapahtua myös digitaalisissa ympäristöissä. Hankkeessa on laadittu selkeät toimintaohjeet vainon uhrille. Materiaalissa kehoitetaan uhria kertomaan tilanteesta läheisille, hakemaan apua, tekemään rikosilmoitus, kirjaamaan ylös vainoon liittyvät tapahtumat ja turvaamaan lapsi. Hankkeessa kehoitetaan hakemaan apua monilla paikkakunnilla, myös Turussa, toimivalta MARAK (moniammatillinen riskiarvio) -työryhmältä. MARAK -työryhmän kanssa laaditaan turvasuunnitelma ja käynnistetään tarvittavat tukitoimet. Hankkeella on materiaalia myös vainoajalle ja heitä kehoitetaan kääntymään esimerkiksi kriisikeskuksen tai ensi- ja turvakotien Jussi -työn puoleen. Jussi -työssä autetaan miehiä löytämään muita

ongelmanratkaisukeinoja kuin väkivalta. Hankkeessa on tuotettu opas ”Haluan elää, en vain olla hengissä – Opas vainotulle”.

2.3 Lastensuojeluprosessi

Vanhempien ero ei suinkaan aina ole lastensuojeluasia. Joskus kuitenkin eroriitojen pitkittyessä ja lapsen oireillessa perhe saattaa tarvita lastensuojelupalvelujen tukea kriisitilanteessaan.

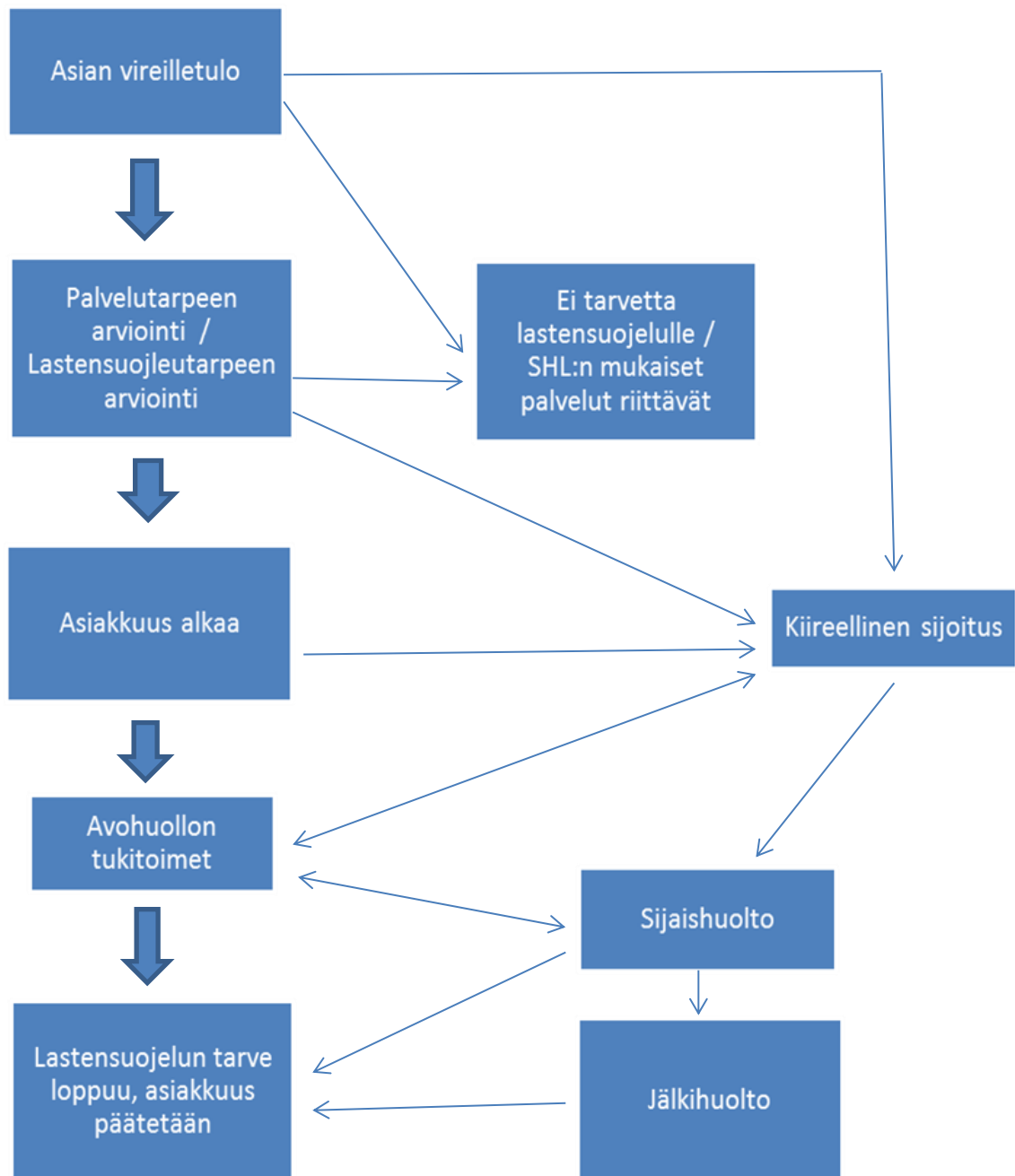
Lastensuojeluasian tultua vireille esimerkiksi lastensuojeluilmoituksen kautta tai perheen omasta pyynnöstä sosiaalityöntekijä aloittaa lapsen palvelutarpeen arvioinnin. Sosiaalityöntekijä arvioi, tehdäänkö palvelutarpeen arvioinnin yhteydessä myös lastensuojelutarpeen selvitys. Lastensuojelun asiakkuus ei ala arvioinnin aikana. (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014.)

Lastensuojelun asiakkuus alkaa, jos joudutaan ryhtymään kiireellisiin lastensuojelutoimenpiteisiin tai sosiaalityöntekijä toteaa, että ”lapsen kasvuolosuhteet vaarantavat tai eivät turvaa lapsen kehitystä tai lapsi omalla käyttäytymisellään vaarantaa terveyttään ja kehitystään”. Jos lastensuojelun tarve todetaan, on avohuollon tukitoimia tarjottava viipymättä. ”Avohuollon tukitoimien tarkoituksena on edistää ja tukea lapsen myönteistä kehitystä sekä tukea ja vahvistaa vanhempien, huoltajien ja lapsen hoidosta ja kasvatuksesta vastaavien henkilöiden kasvatuskykyä ja -mahdollisuuksia.” Avohuollon tukitoimina on lastensuojelun asiakkuudessa olevalle perheelle järjestettävä tukea ongelmatilanteen selvittelyyn, taloudellista ja muuta tukea lapselle esimerkiksi koulunkäyntiin ja harrastuksiin, lapsen kuntoutumista tukevia hoito- ja terapiapalveluita, tehostettua perhetyötä, perhekuntoutusta, sekä muita lasta ja perhettä tukevia tuki- ja palvelumuotoja. (Lastensuojelulaki 417/2007.)

Lastensuojelun keskeinen periaate on vanhempien tukeminen kasvatustyössään ja avohuollon tukitoimet ovat aina ensisijaisia huostaanottoon ja sijaishuoltoon nähden. Mikäli avohuollon tukitoimet ovat lapsen edun vastaisia, eli eivät lapsen kannalta tarkoituksenmukaisia, mahdollisia tai riittäviä, on lapsi otettava huostaan. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016.)

Lastensuojelun keinot puuttua huolto- ja tapaamisriitoihin ovat rajalliset. Lastensuojelullisia toimenpiteitä ei voida käyttää huolto-, asumis- ja tapaamissopimusten täytäntöönpanoon. Perättömät lastensuojeluilmoitukset ja

rikosilmoitukset ovat välineitä toisen vanhemman kiusaamiseen ja mustamaalaamiseen. Lastensuojelun sosiaalityöntekijöiden parissa onkin esiintynyt käytäntöjä, joissa huoltoriidan vireillä ollessa ei lastensuojelun tukitoimia tarjota lainkaan ja lapsista tehtyjä lastensuojeluilmoituksia pidetään lähtökohtaisesti aiheettomina. Pitkään jatkuneet erokriisit kuitenkin vaarantavat lapsen suotuisaa kehitystä ja ovat siten peruste lastensuojelun asiakkuudelle ja avohuollon tukitoimille. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013, 43 – 44.)



Kuvio 1. Lastensuojeluprosessi (mukaillen Rätty 2015, 253–257).

Mäntymäen perhekeskus kehittämishankkeen toimintaympäristönä

Mäntymäen perhekeskus on Turun kaupungin lastensuojelulaitos ja se toimii vastaanotto- ja tutkimusyksikkönä. Tehostettu kotiinpäin tehtävä työ on Mäntymäen perhekeskuksessa vuonna 2015 kehitetty työmuoto ja se on Turun kaupungin lastensuojelun avohuollon tukitoimi. Yleensä tehostettua kotiinpäin tehtävää työtä edeltää lapsen sijoitus Mäntymäen perhekeskuksen vastaanotto-osastolle kiireellisen sijoituksen päätöksellä, kiireellisen avohuollon päätöksellä tai avohuollon tutkimus- ja arviointijaksona. Lastensuojeluasiakkuuden tässä vaiheessa ongelmat ovat yleensä jatkuneet jo pitkään ja lapsi saattaa oireilla rajusti.

Lapsi sijoitetaan tehostetun kotiinpäin tehtävän työn osastolle avohuollon sijoituksena ja sijoituksen kesto on pääsääntöisesti kolme kuukautta. Tälle jaksolle kuuluu 1–3 viiden vuorokauden pituisia intervallijaksia koko perheelle osastolla. Eroperheiden kohdalla on käytäntönä, että molemmat vanhemmat tulevat lapsen kanssa intervallijaksolle, mutta eivät samanaikaisesti. Intervalliviikoilla tehdään havaintoja perheen vuorovaikutuksesta ja arjen toimivuudesta. Perheen kotiin tehdään myös ”tehopäiviä”, jolloin perheen toimintaa havainnoidaan heidän omassa elinpiirissään. Lisäksi kolmen kuukauden sijoitusjaksolle kuuluu kotikäyntejä kolme kertaa viikossa, vanhempien yksilötapaamisia erikoissairaanhoidajan ja perheen vastuuhjaajan kanssa, lapsen yksilötapaamisia sekä toiminnallisia sunnuntaipäiviä. Tarpeen mukaan sijoitusta voidaan myös jatkaa kevennetyllä seurantajaksolla. Sijoitus muokataan aina vastaamaan perheen tarpeita ja asiakasperhe on aina osallisena sijoituksen kulun suunnittelussa sekä tavoitteiden asettamisessa. Asiakkaan osallisuus suunnitteluun lisää motivaatiota sitoutua intensiiviseen työskentelyyn.

Mäntymäen perhekeskuksen ilmapiiri on kehittämismyönteinen. Tehostettu kotiinpäin tehtävä työ on saanut alkunsa vuonna 2015, joten se on työmuotona uusi ja työtä kehitetään jatkuvasti.

3 PARISUHDE PÄÄTTY

3.1 Ero ilmiönä

Vuonna 2013 Suomessa solmittiin 25 119 avioliittoa. Samana vuonna 13 766 avioliittoa päättyi eroon. Lapsiperheitä vuonna 2012 oli Suomessa 578 000, joista avioliitossa olevia pareja oli 61 000 ja avoliitossa olevia pareja 19 000. (Nordic Statistical Yearbook 2014.) Tilastokeskuksen (2016) mukaan avioerojen vuotuinen määrä on pysytellyt 13 000–14 000 kappaleen välillä noin 20 vuotta. Lisäksi on otettava huomioon avoparit, joiden eroista ei löydy tilastotietoa. Nykyään n. 40% lapsista syntyy avioliiton ulkopuolella.

Kulttuuristen ja yhteiskunnallisten kehityskulkujen myötä avioliittoinstituutin luonne ja merkitys on muuttunut kaikissa länsimaissa. Kehitykseen ovat myötävaikuttaneet esimerkiksi naisen aseman parantuminen, yksilökeskeisyyden lisääntyminen sekä yhteiskunnan maallistuminen. Eroamiseen liittyvää lakijärjestelmää on myös helpotettu huomattavasti vuosien saatossa. (Aapola-Kari 2012, 8–9.) Avioliittolaki uudistettiin vuonna 1987. Ennen lakiuudistusta avioero käsiteltiin oikeudenkäynnillä, jossa haettiin erolle perusteita ja osapuolet pääsivät purkamaan loukkaantumistaan julkisesti. Ennen lakiuudistusta voitiin esimerkiksi avioliiton ulkopuoliseen suhteeseen ryhtyneen todeta syyllistyneen huoruuteen ja näin ollen syylliseksi eroon ja perheen hajoamiseen, eikä hänellä ollut enää oikeutta lapsiin. Onkin esitetty epäilyjä siitä, ovatko eroriidat pitkittyneet ja siirtyneet lasten asioihin, koska nykyinen avioliittolaki ei tarjoa mahdollisuutta samalla tavalla tuoda esille katkeruuttaan ja loukkaantumistaan. (Mattila-Aalto ym. 2012, 223–224.)

Useat tutkijat ovat käyttäneet perheen stressin teoriaa (family stress and coping theory) viitekehyksenään tutkiessaan vanhempien sopeutumista eron jälkeiseen elämään. Teorian mukaan sopeutuminen on riippuvainen kolmesta päätekijästä. Ensimmäinen päätekijä on eroon liittyvät kasautuvat stressitekijät kuten taloudellisen tilanteen heikkeneminen, perheystävien menettäminen tai heistä etäännyminen ja muutot sekä näiden tekijöiden lapselle aiheuttamat menetykset. Toisena päätekijänä ovat voimavarat stressin käsittelyyn, joita voivat olla esimerkiksi koulutus, työllisyys, tulojen säännöllisyys, ystävä- ja sukulaisverkostot ja uusi seurustelukumppani. Kolmas päätekijä on stressaavaa tilannetta koskeva määrittely. Eron halunnut tai eron

hyväksyvä kokee tilanteessa mahdollisuuden positiiviseen muutokseen. Toinen taas voi kokea tullessa hylätyksi tai epäonnistuneensa. Näistä seikoista johtuen stressin, ahdistuksen ja surun tunteet korostuvat eroavilla vanhemmilla eri ajankohtina. Usein eron aloitteellinen osapuoli kokee stressaavimpana eropäätökseen liittyvän vaiheen, mutta hänen sopeutumisensa eroon on nopeampaa kuin osapuolella, joka olisi halunnut vielä jatkaa parisuhdetta. (Karttunen 2010, 68–69.)

3.2 Vanhemmat ristipaineessa

Anna-Maija Castrén (2009, 29–32) kuvaa eron jälkeistä tilannetta ”erovanhemmuuden ristipaineena”. Ristipaineena kuvattu tila syntyy tilanteessa, jossa eronnut vanhempi on kohdannut henkilökohtaisen elämän kriisin, josta hänen pitäisi toipua psyykkisesti. Toipumiseen liittyy usein myös uusi parisuhde, jonka onnistuminen edellyttää vanhojen traumojen läpikäymistä. Toisaalta tässä eteenpäin suuntaavassa elämänvaiheessa pitäisi täyttää myös vastuullisen vanhemmuuden vaatimukset eli huolehtia lasten ihmissuhteiden jatkuvuudesta. Nykykäsityksen mukaan ei ole suotavaa, että lapsen ihmissuhteet muuttuvat vanhemman parisuhteiden myötä, vaan yhteyttä kumpaankin biologiseen vanhempaan, sisaruksiin ja muuhun verkostoon tulisi ylläpitää. Tässä ristipaineessa pitäisi yrittää pitää yllä yhteistyövanhemmuutta entisen kumppanin kanssa.

Yhteistyövanhemmuus tarkoittaa molempien vanhempien osallisuutta lapsen asioissa, sekä lapsen asioista puhumista. Yhteistyövanhemmuuteen kuuluvat myös olennaisena osana kasvatusvastuun jakaminen sekä toisen vanhemman huomioon ottaminen ja kunnioittaminen. (Cohen & Dotta 39, 2012.) Yhteistyövanhemmuutta voisi kuvata jatkuvana neuvotteluna lapsen asioissa (Mattila-Aalto ym. 2012, 213).

Parisuhteen päätyttyä vanhemmuudesta tulee tiedostettua. Oma vanhemmuuttaan joutuu pohtimaan ja tulemaan tietoisiksi omasta suhteestaan lapseen. Jotkut vanhemmat ovat kokeneet oivaltaneensa vanhemmuuden yhteisyyden konkreettisesti vasta eron jälkeen. Ihannetapauksessa eroaminen vapauttaa energiaa vanhemmuuteen uudella tavalla, kun parisuhdetta ja siinä esiintyviä ongelmia ei enää tarvitse huomioida. Eron jälkeiseen vanhemmuuteen liittyy paljon erilaisia tunteita kuten yksinäisyyttä, epävarmuutta ja syyllisyyttä, jotka ovat ristiriidassa

vanhemmuuteen liittyvien normatiivisten odotusten kanssa. Eron osapuoli, joka kokee tulleen puolisonsa hylkäämäksi, saattaa kokea olleensa kelvoton vanhempi, koska hänen kanssaan ei voinutkaan jakaa lapsiperheen arkea. Toisaalta eron alullepanneet osapuolet saattavat kokea epävarmuutta ja syyllisyyttä perheen rikkomisesta. Ristiriitoja vanhempien välille saattaa syntyä myös tilanteessa, jossa toinen vanhemmista elää arkea lapsen kanssa ja toinen tapaa lasta harvemmin. Arjen lapsen kanssa jakavat vanhemmat kokevat, että heidän vastuulleen jää lapsen kurinpito ja arkinen kasvatusvastuu. Heidän kokemuksensa on, että tapaava vanhempi järjestää lapselle vain ”sirkushuveja” ja lapsi saa näin vääristyneen kuvan vanhemmistaan. Tapaava vanhempi taas kaipaa arkea lapsen kanssa, mutta kokee että lyhyitä tapaamisia pitää ”juhlistaa”, eikä arkiselle kohtaamiselle riitä aikaa. (Kääriäinen 2008, 75–87.)

Eron liitty paljon selvitettäviä asioita: On järjestettävä oma ja lapsen arki uudelleen ja samalla täytyy selviytyä itse stressaavassa tilanteesta ja jaksaa tukea lasta muuttuneessa tilanteessa. Jouko Kiiski (2012, 180-181) on todennut avioeroprosessiin kuuluvan kuormittavien tunteiden kuten epäonnistumisen tunteen, syyllisyyden, yksinäisyyden ja epävarmuuden käsittelyä. Lisäksi monet eroavat ovat kertoneet kärsivänsä ahdistuksesta ja mielialojen vaihtelusta. Näitä tuntemuksia olisi Kiisken mukaan tärkeää päästä käsittelemään ystävien ja ammattiauttajien kanssa. Erotessa puolisojen suhde on yleensä jännitteinen ja tulehtuneiden välien vuoksi asioista saattaa olla vaikeaa sopia kahden kesken. Kiisken mukaan eroavia hyödyntäisi, jos he käyttäisivät nykyistä enemmän perheasioiden sovittelua ja perheneuvontaa erotilanteissa. Kiisken mukaan monilla on kielteisiä ennakoasenteista sovittelusta. Vanhemmat voivat kuvitella sovittelun tavoitteena olevan avioliiton eheyttäminen tai sovittelijan asettuvan jomman kumman vanhemman puolelle. Monet kokevat epämiellyttäväksi henkilökohtaisten asioidensa käsittelemisen vieraan ammattilaisen kanssa.

Tilastoissa on nähtävissä, että eron jälkeinen lasten asioiden järjestäminen on hankalaa. Sosiaalitoimissa ja tuomioistuimissa on vuosittain ratkaistavana noin 42 000 lapsen huoltoa, elatusta ja tapaamista koskevaa asiaa. Osa riidoista on myös ns. huoltoriitakierteitä, jotka eivät ole katkaistavissa oikeuden päätöksellä. Joihinkin eroihin liittyy myös vihanpitoa ja kostamisen elementtejä. (Mattila-Aalto ym. 2012, 222–223.) Äärimmäisissä tapauksissa vanhemmilla ei ole kykyä tai halua nähdä jatkuvan riitelyn vaikutuksia lapsiin. Michael B. Donner (2006, 543–544) esittää ajatuksen, että

jatkuvien, lasta vahingoittavien, mitättömiä asioita koskevien riitojen ylläpitäminen on vanhemman keino välttää oman psyykeensä romahtaminen. Äärimmäisissä tapauksissa vanhempi voi Donnerin mukaan kohdistaa perheen hajoamiseen liittyviä vihan- ja pettymyksen tunteitaan myös lasta kohtaan ja vanhempi syyttää toista vanhempaa ja lasta kokemastaan tuskasta. Vanhemmalle on tärkeintä, että toinenkin vanhempi kärsii vähintään yhtä paljon, eikä hän välitä vaikka satuttaisi lasta tai itseään pyrkiessään loukkaamaan toista vanhempaa. Kuvailtu tilanne saattaa pahimmillaan johtaa jopa perhesurmaan.

Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta (361/1983) korostaa vanhempien velvollisuutta turvata lapselle läheiset ja turvalliset ihmissuhteet sekä huoltajien yhteistyötä. Yhteisten lasten olemassaolo edellyttää vanhemmilta yhteistyötä ja kanssakäymistä – vaikka vanhemmat eivät sitä haluaisikaan (Mattila-Aalto ym. 2012, 223). Lainsäädännöllä on tavoitteena ehkäistä lapsen ja vanhemman suhteen päätyminen vanhempien parisuhteen päättyessä (Hakovirta & Rantalaiho 2009, 40).

3.3 Vieraannuttaminen

Vieraannuttamista esiintyy yleensä vaikeiden erojen yhteydessä. Lapsi otetaan erokonfliktin keskiöön ja häntä käytetään välineenä vanhemman omien vihan ja katkeruuden tunteiden ilmaisemiseen sekä koston välikappaleena. (Häkkänen-Nyholm 2010, 499.) Vieraannuttamisella tarkoitetaan vieraannuttajavanhemman toimintaa, jolla hän pyrkii vaikeuttamaan tai estämään toisen vanhemman tapaamisia lapsen kanssa. Vieraannuttamisen kohteena olevasta vanhemmasta käytetään termiä kohdevanhempi. Vieraannuttamisessa on tyypillistä, että kohdevanhemmalla ja lapsella on ennen eroa ollut normaali ja myönteinen suhde, eikä mikään viittaa siihen, että kohdevanhempi olisi toiminnallaan vaarantanut lapsen hyvinvointia. Motiivina vieraannuttamiselle on yleensä vieraannuttajavanhemman viha ja katkeruus kohdevanhempaa kohtaan. (Aronen & Luoma 2016, 734.)

Käytännössä vieraannuttaminen on esimerkiksi kohdevanhemman jatkuvaa mustamaalaamista ja mitätöimistä, yhteydenpidon rajoittamista, lapsen pakottamista valitsemaan vanhempien välillä ja lapsen esittäminen kohdevanhemman käyttäytymisen uhrina. Äärimmäisissä tapauksissa vieraannuttajavanhempi saattaa

esimerkiksi uskotella lapselle, ettei kohdevanhempi ole hänen biologinen vanhempansa, kohdevanhemmasta saatetaan käyttää pelkkää etunimeä lapsen kanssa keskusteltaessa, lasta voidaan rohkaista vakoilemaan kohdevanhempaa ja tuhoamaan tämän omaisuutta tai lasta on kiristetty rakkauden ja huolenpidon menettämällä, mikäli hän pitää yhteyttä kohdevanhempaan. Vieraannuttajavanhempi saattaa myös muuttaa lapsen kanssa mahdollisimman kauas kohdevanhemmasta tai jopa kaapata lapsen ulkomaille. Joissain tapauksissa toinen vanhempi saattaa esittää perättömiä syytöksiä lapseen kohdistuneesta väkivallasta tai seksuaalisesta hyväksikäytöstä. (Häkkänen-Nyholm 2010, 499; Schwartz, 2015, 804; Aronen & Luoma 2016, 734)

Vieraannuttaminen on lapsen psyykkiselle kehitykselle erittäin haitallista. Lievimmilläänkin vieraannuttaminen aiheuttaa lapselle merkittävää stressiä. Vakavammassa tapauksissa lapsi joutuu pitämään yllä kahta erillistä maailmaa ja identiteettiä ollessaan tekemisissä vanhempiansa kanssa. (Häkkänen-Nyholm 2010, 499–500.) Lapselle on haitallista kokea toinen vanhempi ”hyvänä” ja toinen ”pahana”, sillä lapsi saattaa ajatella olevansa itsekin ”paha”, koska on ”pahan” vanhemman lapsi (Schwartz 2015, 811). Benjamin D. Garber (2014, 25–28) kuvaa erillisissä maailmoissa elämään joutuvia lapsia ”kameleonttilapsina”, jotka toimivat näyttelijöinä vanhempien välisessä draamassa. ”Kameleonttilapsilla” ei vaihdu pelkästään elinympäristö heidän tavatessaan vanhempiaan, vaan myös lapsen tunneilmapiiiri ja persoonallisuus vaihtuvat heidän sopeutuessaan vanhemman tunneilmapiiiriin. ”Kameleonttilapset” saattavat myös viranomaistapaamisissa tuottaa ristiriitaisia ajatuksia vanhemmistaan riippuen siitä, kumman vanhemman seurassa he sillä hetkellä ovat.

Vakavimmillaan vieraannuttaminen johtaa siihen, ettei lapsi halua pitää lainkaan yhteyttä kohdevanhempaan ja tähän kohdistuvat vihantunteet hallitsevat lapsen ajatuksia. Vieraannuttaminen aiheuttaa lapsessa syyllisyyden ja häpeän tunteita kohdevanhempaa kohtaan. Lapsi pyrkii torjumaan nämä negatiiviset tunteet järkeistämällä käyttäytymisensä ja ajattelunsa olevan oikeutettua, koska vieraannuttajavanhemman mukaan kohdevanhempi on hylännyt lapsen. Tämä ajattelu vahvistaa lapsen kielteisiä tunteita kohdevanhempaa kohtaan. (Häkkänen-Nyholm 2010, 499–500.)

Vieraannuttaminen vaikuttaa myös lapsen itsetuntoon. Lapsi kokee, että vieraannuttajavanhemman rakkaus lasta kohtaan on riippuvainen lapsen osoittamasta torjunnasta kohdevanhempaa kohtaan ja hän saattaa kokea, että vanhemman viha

toista vanhempaa kohtaan on vahvempaa kuin rakkaus lapseen. Vieraannuttamista voidaan pitää psykologisena väkivaltana sekä lasta että kohdevanhempaa kohtaan ja sillä on kauaskantoisia seurauksia. Lapsuudessa koettu vieraannuttaminen näkyy usein vielä aikuisuudessakin mielenterveysongelmina, päihteiden väärinkäyttönä ja vaikeutena muodostaa kiintymyssuhteita omiin lapsiin. Kohdevanhemmat ovat kuvanneet kokemusta toivottomana ja turhauttavana. Eräs kohdevanhempi on kuvaillut kokemustaan, että olisi ollut parempi jos hän olisi parisuhteen aikana kuollut, niin lapselle olisi jäänyt edes positiivinen muisto hänestä. Aikuisuuteen mennessä vieraannutetulle lapselle on yleensä muodostunut jonkinlainen käsitys tapahtumien kulusta ja oivallus tapahtuneesta mutkistaa suhdetta myös vieraannuttajavanhempaan. (Schwartz 2015, 811–813; Häkkänen-Nyholm 2010, 500.)

Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta (361/1983) määrittää, että ”lapsella on oikeus vanhempien sopimalla tavalla pitää yhteyttä ja tavata vanhempansa, jonka luona lapsi ei asu”. Vieraannuttaminen voidaan nähdä myös ihmisoikeusrikkomuksena, sillä YK:n yleissopimus lapsen oikeuksista katsoo lapsen etuun kuuluvan oikeuden tuntea molemmat vanhempansa sekä olla heidän hoidettavinaan tai asua heidän kanssaan (UNICEF 1991, 9).

Eroperheiden kanssa työskenneltäessä vieraannuttamista saattaa olla vaikeaa tunnistaa ja vieraannuttajavanhempi todennäköisesti kieltää toimintansa täysin. Vakavaa vieraannuttamista harjoittavilla vanhemmilla saattaa olla narsistisia ja psykopaattisia piirteitä ja he voivat vakuuttavasti kertoa viranomaisille keksittyjä tarinoita kohdevanhemman vaarallisuudesta lapselle ja kuinka he ovat itse omistautuneet suojelemaan lapsen hyvinvointia. Heillä on usein myös hyvät vuorovaikutustaidot ja kyky manipuloida auttamaan pyrkiviä ammattilaisia. (Häkkänen-Nyholm 2010, 500–501.) Yhdysvalloissa, jossa vieraannuttamista on tutkittu runsaasti, puhutaan vieraannuttamisoireyhtymästä (Parent Alienation Syndrome) (Karttunen 2010, 75.)

Jos epäily vieraannuttamisesta herää, voidaan vanhemman kanssa keskustella hänen kyvystään ja halustaan kasvattaa lasta, jolloin mahdollisesti pystyy näkemään merkkejä vanhemman suureellisesta omanarvontunnosta, kohdevanhemman mitätöinnistä sekä asennoitumisesta kohdevanhemman ja lapsen suhteeseen (Häkkänen-Nyholm 2010, 500-501).

4 VANHEMMUUS JATKUU

4.1 Vanhempien ero lasten näkökulmasta

Eroaminen on nykyään varsin yleinen ilmiö. Sinikka Aapola-Kari (2012, 8) väittää eroamisen koskettavan tavalla tai toisella lähes jokaista lasta ja nuorta. Väestöliiton (2016) mukaan vanhempien ero on yksi yleisimmistä lapsen kokemista elämän stressitekijöistä sekä selkeä riskitekijä lapsen kehityksen kannalta. Täytyy kuitenkin muistaa, että joissain tapauksissa, esimerkiksi perheväkivallan tai hyvin vaikeiden parisuhdeongelmien yhteydessä, ero saattaa edistää lapsen hyvinvointia (Bronberg & Hakovirta 2009, 124).

Lapsi ajattelee elämänsä jatkuvan samanlaisena päivästä toiseen. Lapsen usko ja luottamus tulevaisuutta kohtaan saattaa järkkyyä, jos vanhempien eroa ei ole valmisteltu riittävän hyvin ja riittävän ajoissa lapsen kanssa. Joskus vanhemmat voivat säästellä erouutisen kertomista luullessaan näin suojelevansa lasta. Joskus vanhemmilta uupuvat keinot ja uskallus puhua asiasta lapselle. (Väestöliitto 2016.) Erosta kannattaa kertoa lapselle vasta, kun tilanne on selvä vanhemmille itselleen. Lapsen näkökulmasta ero konkretisoituu, kun toinen vanhemmista muuttaa pois perheen kodista tai lapsi muuttaa uuteen kotiin toisen vanhemman kanssa. Erityisen tärkeää on korostaa lapselle, ettei ero ole hänen syytään, eropäätös on vanhempien keskinäinen asia ja he kantavat siitä vastuun. Lapselle on korostettava myös sitä, että vanhemmat rakastavat häntä yhä ja molemmat tulevat pysymään lapsen elämässä. (Ensi- ja turvakotien liitto 2016.)

Lapsille vanhempien parisuhteen päättyminen on erilainen kokemus kuin aikuisille. Aikuinen ratkaisee eroamalla onnettomaan parisuhteeseen liittyvät ongelmat. Lapsi taas kokee perheen hajoittamisen ongelmanratkaisukeinona usein järjettömänä ja turhauttavana. (Kääriäinen 2012, 38.) Vanhempien riitaiset välit ja vihamielisyys toisiaan kohtaan vaarantavat aina lapsen kehityksen huolimatta siitä, asuvatko vanhemmat erillään vai yhdessä (Väestöliitto 2016). Jos aikuiset eivät pysty tukemaan lasta erotilanteessa, voi kokemus vanhempien erosta syöpyä käsittelemättömänä lapsen mieleen ja haitata lapsen psyykkistä kehitystä. Esteitä lapsen erosta selviämiseksi ovat epätietoisuus ja epävarmuus tulevaisuudesta, kun taas selviytymistä tukee tiedonsaanti tapahtuneista tosiasioista ikätasoisesti. Lisäksi lasta haavoittavat

vanhempien kyvyttömyys yhteistyöhön, liialliset elämänmuutokset ja lapsen tarpeiden huomiotta jättäminen. Lapselle tyypillisiä selviytymiskeinoja eron jälkeen voivat olla esimerkiksi erilaiset tunteen ilmaisut, vetäytyminen, asian torjunta ja kieltäminen, provosoiva käyttäytyminen sekä vetäytyminen mielikuvitusmaailmaan. (Makkonen 2009, 175–176.)

4.2 Eron vaikutukset lapsiin

Kodin ihmissuhteet luovat perustan ihmisen psyykkiselle hyvinvoinnille. Tutkimuksissa on todettu, että vanhempien parisuhdeongelmat lisäävät lapsen riskiä mielenterveysongelmiin selkeästi. On todettu, että vanhempien riitely lapsen läsnä ollessa sekä perheväkivalta ovat suurimpia lasten psyykkisen oireilun selittäjiä. Näiden on todettu vaikuttavan jopa voimakkaammin kuin vanhempien päihde- tai mielenterveysongelmien. (Salo 2012, 27.)

Ristiriitoja ja konflikteja tapahtuu joka perheessä, eikä kaikille lapsille kehity niiden seurauksena käyttäytymis- tai sopeutumisongelmia. Parisuhdekonfliktit ja se, kuinka usein niitä esiintyy ei ole ratkaisevaa lapsen kannalta vaan se tapa, jolla konflikteja ratkotaan. Konflikteilla, jotka eivät koske lasta itseään ja jotka ratkaistaan rakentavasti ilman aggressiota, ei ole lapseen vaikutusta. Sen sijaan lasta koskevat riidat ovat lapselle vaurioittavia. Näissä tilanteissa lapsi saattaa pyrkiä puuttumaan vanhempien väliseen riitaan, jolloin on olemassa riski, että sanallinen tai fyysinen aggressio kohdistuu myös lapseen. (Salo 2012, 27–29.)

Lapsen vakavaa oireilua voidaan selittää myös lapsen reagoitavalla vanhempien riitelystä. On todettu, että prososiaalinen lapsi saattaa kantaa huolta vanhemmistaan ja kuormittua emotionaalisesti. Myös jommankumman vanhemman puolelle meneminen tai sovittelijana toimiminen riitatilanteessa saattaa johtaa emotionaalisiin ongelmiin. Vetäytyvä reagoititapa suojaa lasta kuormittumiselta. Olisikin ensiarvoisen tärkeää, että vanhemmat onnistuisivat välittämään lapselle viestin, ettei ole hänen asiansa kantaa huolta aikuisista, valita puolta, saati ratkoa vanhempiensa ristiriitoja. (Salo 2012, 27–30.)

Lapsen kokemaan emotionaaliseen turvallisuuden tunteeseen vaikuttaa vanhemman ja lapsen välinen kiintymyssuhde, mutta merkitystä on myös vanhempien keskinäisillä

suhteilla. Vanhempien välisillä konflikteilla ja turvattomuudella on vahva yhteys lapsen emotionaaliseen kehitykseen. (Kääriäinen, 2008, 81.)

Kristiina Väyrynen (2012, 63) on haastatellut 20–22-vuotiaita nuoria aikuisia, jotka ovat lapsuudessaan kokeneet vanhempiensa eron. Nuoret kertoivat kokeneensa hämmentävänä, kun vanhemmat eivät puhuneet heille mitä vanhempien välillä oli meneillään. He kuvasivat joutuneensa muodostamaan omassa mielessään kokonaiskuvan tilanteesta vanhempien välisistä vihaisista keskusteluista ja hajanaisista keskustelun pätkistä. Huoltoriitaan kuuluneita viranomaisten tutkimustilanteita nuoret kuvasivat ahdistavina, koska vanhemmat eivät olleet kertoneet nuorille, mitä näillä tapaamisilla tulisi tapahtumaan.

Arja Makkonen (2009, 189-191) on tutkinut aikuisten kertomuksia lapsena koetusta vanhempien erosta. Makkonen kokee näiden tarinoiden vahvistavan käsitystä, että lapsen ääni ei saa erotilanteessa juurikaan tilaa. Makkosen haastattelemat aikuiset kokivat olleensa vanhempiensa toiminnan armoilla näiden parisuhteen loppuessa ja erotilanteissa koetut yksinäisyyden ja hylätyksi tulemisen tunteet jäivät elämään aikuisuuteen saakka. Tutkimuksessa nousivat esille myös haastateltavien kaipuu yhteyteen isiensä kanssa sekä aikuisuudessa ilmenevä vaikeus muodostaa parisuhdetta tai uskoa suhteen kestävyYTEEN.

4.3 Lasta suojaavat tekijät

Lasta erossa sekä eron jälkeisessä elämänvaiheessa suojaa hyvä eronjälkeinen vanhemmuus. Kun molemmat vanhemmat kykenevät läheiseen, lämpimään ja kuuntelemaan vanhemmuuteen ja pystyvät käsittelemään eron liittyviä kysymyksiä ja tunteita lapsen kanssa, lapsi sopeutuu uuteen tilanteeseen helpommin. (Väestöliitto 2016.) Vanhemman mentalisaatiokyky, eli kyky asettua lapsen asemaan ja pohtia tilannetta lapsen näkökulmasta, auttaa lasta selviytymään eron aiheuttamasta hämmennyksestä (Kääriäinen 2008, 80).

Lapsen sopeutumista parantaa myös, kun pois muuttava vanhempi pitää lapsen tiivistä yhteyttä. Näin lapsi saa kokemuksen siitä, ettei vanhempi ole eronnut hänestä vaan puolisostaan. Tärkeää olisi myös säilyttää aikuisen ja lapsen roolit. Pois muuttavan vanhemman tulisi toimia lapsen kanssa huolehtivana ja välittävänä vanhempana, eikä ottaa pelkkää kaverin ja viihdyttäjän roolia. Lapsi tarvitsee

kokemuksen, että vanhempi haluaa olla hänen kanssaan ja on kiinnostunut hänen asioistaan eikä ole vanhemmalle vain välttämätön paha. (Väestöliitto 2016.) Yksi tärkeimmistä lapsen hyvinvointia eron jälkeen tukevista asioista on yhteyden säilyminen siihen vanhempaan, jonka luona lapsi ei asu (Broberg & Hakovirta 2009, 125).

Lasta suojaavia tekijöitä ovat myös eron jälkeinen riitelyn vähäisyys sekä ydinperheen ulkopuoliset hyvät ja jatkuvat ihmissuhteet, kuten isovanhemmat tai opettaja. Myös harrastukset tukevat lasta vaikeassa elämäntilanteessa. (Väestöliitto 2016.) Vanhempien oman hyvinvoinnin lisääntyminen elämän uudelleen järjestymisen myötä helpottaa myös lapsen oloa (Väyrynen 2012, 66).

Vanhemmat ovat avainasemassa lapsen eron jälkeiseen elämään sopeutumisessa. Vanhempien tulisi pitää lapsi tietoisena tulevista muutoksista ja kuunnella myös lapsen mielipidettä niistä. Vanhempien tulisi yhteisymmärryksessä päättää lapsen asumiseen ja yhteydenpitoon liittyvistä seikoista lapsen mielipiteitä kunnioittaen. Vanhempien on myös kunnioitettava lapsen omia kiintymys- ja ystävyys-suhteita ja tuettava niiden jatkumista. (Karttunen 2010, 100.)

Lapsi kokee vanhempiensa eron oman kokemusmaailmansa mukaisesti. Lapsen ja vanhempien suhdetta voidaan kuvata kolmiona ja lapsen erosta selviytymistä tukee, mikäli hän saa säilyttää tämän kolmion. Eron ei pitäisi olla lapselle liikkumaton joko tai -tilanne vaan joustava sekä että -tilanne. Lapsen sopeutumista edistää, jos vanhemmat kykenevät tekemään päätöksiä ja järjestämään asioita niin, että lapsi saisi olla vapaasti lapsi, eikä hänen tarvitsisi tehdä valintoja vanhempien välillä. (Väyrynen 2012, 67 - 68.)

5 MENTALISAATIO JA TERAPEUTTINEN KIRJOITTAMINEN

5.1 Mentalisaatio .

Mentalisaatioteoriassa yhdistyvät ideat psykoanalyttisesta teoriasta, kognitiivisesta psykologiasta ja kiintymyssuhdeteoriasta. Mentalisaatio tarkoittaa kyvykkyyttä ja halukkuutta pohtia sekä omia että muiden tunteita, ajatuksia, kuvitelmia, uskomuksia ja aikomuksia. Se tarkoittaa myös kykyä pohtia, mitä tunnetiloja piilee ulospäin näkyvän reagoinnin ja käyttäytymisen takana. (Pajulo ym. 2015, 1050–1051.)

Mentalisaatio suojaa ihmistä vaikeissa ja ristiriitaisissa vuorovaikutustilanteissa. Se auttaa pysähtymään ja näkemään saman tilanteen toisen ihmisen näkökannasta ja näin vähentää tilanteesta aiheutuvaa stressiä ja sen traumatisoivaa vaikutusta. (Pajulo ym. 2015, 1050 – 1051.) Mentalisaatiokyky mahdollistaa tunteiden säätelyn ja estää pahojen tunteiden ja ajatusten teoiksi muuttumisen. Lisäksi se mahdollistaa vastuun ottamisen omista teoistaan. Mentalisaatiokyvyllä on yhteys sosiaaliseen herkkyyteen sekä sosiaalisiin taitoihin. (Kalland 2014, 28.)

Mentalisaatiokyky edesauttaa toimivaa perheensisäistä kommunikaatiota ja mahdollistaa monia hyvään vanhemmuuteen kuuluvia ominaisuuksia kuten herkkyyttä lapsen viesteille vuorovaikutustilanteissa ja kykyä tulkita lasta oikein. Mentalisaatiokyky mahdollistaa myös turvallisen kiintymyssuhteen syntymisen lapsen ja vanhemman välille. (Pajulo ym. 2015, 1050–1051.)

Mentalisaatiokyvyn vahvistamiseen liittyvä työ ei ole yksittäinen menetelmä, vaan hoidollisen intervention paradigmanmuutos. Mentalisaatiokyvyn tietoinen vahvistaminen auttaa fokuusoitumaan tarkasti vanhemmuuden ytimeen. (Kalland 2014, 38.)

Vanhemmuus ja mentalisaatiokyky

Vanhemman heikko mentalisaatiokyky saattaa tulla esille huomion kiinnittämisenä vain lapsen ulospäin näkyvään käytökseen (Pajulo ym. 2015, 1055). Kyky mentalisaatioon vaihtelee. Mentalisaatiokykyä heikentävät esimerkiksi väsymys, stressi ja kiihtyneet mielentilat. Heikko mentalisaatiokyky voi johtaa lapsen käyttäytymisen väärintulkintaan,

joka johtaa molemminpuolisiin pettymyksiin. Pettymyksen tunteet taas vaikuttavat kielteisesti sekä vanhemman käsitykseen lapsesta että käsitykseen itsestään vanhempana. Joskus vanhemman tulkinta lapsen käyttäytymisestä saattaa vääristyä täysin, jolloin vanhempi tulkitsee lapsen käyttäytymisen tahalliseksi kiusantekemiseksi lapsen taholta, jolloin tekemisen tarkoituksena on hankaloittaa vanhemman elämää. Haitallista on myös vanhemman ”humpsautaminen” lapsen tunteeseen mukaan, jolloin esimerkiksi lapsen suuttuessa myös vanhempi suuttuu. Tällöin vanhempi ei auta lasta tunnetilojen säätelyssä eikä tarjoa lapselle helpotusta. (Kalland 2014, 34–35.)

Vanhemman mentalisaatiokyvyn vahvistaminen on tärkeä tavoite, kun pyritään tukemaan lapsen ja vanhemman välistä suhdetta. Sen on myös todettu olevan tehokas keino muuttaa vanhemman vuorovaikutustapaa. Pyrittäessä vahvistamaan vanhemman mentalisaatiokykyä on tavoitteena saada vanhempi pohtimaan omaa kokemustaan, toimintatapojaan ja niiden vaikutusta lapseen sekä lapsen näkökulmaa samaan asiaan tai tilanteeseen. Tärkeää on myös miettiä yhdessä vanhemman kanssa lapsen iän ja kehitysvaiheen merkitystä hänen tapaansa kokea asioita ja kykyyn ilmaista kokemuksiaan ja tunteitaan. Mentalisaatio vahvistaa perheenjäsenen kiinnostusta ja ymmärrystä toistensa kokemuksista ja näkökulmista kohtaan. (Pajulo ym. 2015, 1054–1056.)

Mirjam Kallandin (2014, 36–37) mukaan vanhemman mentalisaatiokykyä tulisi vahvistaa tiedostetusti, mutta ei-teoreettisesti. Ei-teoreettinen lähestyminen tarkoittaa sitä, ettei mentalisaatiosta luennoida vanhemmille, vaan työskentelyllä autetaan vanhempia mentalisoimaan. Käytännössä siis tarkoilla ja täsmällisillä vuorovaikutushetken fokuoivilla kysymyksillä autetaan vanhempia pitämään lapsen mieli mielessään. Kysymysten tulisi orientoitua lapsen tunteisiin ja tarpeisiin, mutta voivat pohtia myös lapsen ajattelua ja pyrkimyksiä.

Reflektiivinen työote

Työntekijän reflektiivinen työote perustuu mentalisaatioon ja tarkoittaa työntekijän arvostavaa, hyväksyvää ja kiinnostunutta kohtaamista perheiden kanssa. (Viinikka ym. 2014, 67.)

Reflektiivisessä työtöteessä työntekijän työkaluina ovat kysymykset joiden avulla hän tukee vanhempaa syventämään omaa ajatteluaan ja pohtimaan itse ratkaisuja. Työntekijä vahvistaa vanhemman mentalisaatiokykyä ja auttaa vanhempaa ymmärtämään, että lapsi on oma erillinen persoonansa, jolla on omat ajatuksensa,

toiveensa, kokemuksensa ja aikomuksensa. Työntekijän taas on tärkeää ymmärtää, että perheenjäsenten ajatukset ja kokemukset ovat erilaisia kuin työntekijällä itsellään. (Viinikka ym. 2014, 67.)

Reflektiiviseen työtapaan sisältyy myös ymmärrys siitä, ettei dialogia ja yhteyttä aina synny. Reflektiivisesti suuntautunut työntekijä kiinnostuu hankalista tilanteista ja pohtii omien tunteidensa, ajatustensa ja toimintansa merkitystä niissä. Työntekijä tiedostaa myös omien kokemustensa ja elämänhistoriansa vaikutuksen hänen tapaansa kohdata perheitä. (Viinikka ym. 2014, 70)

5.2 Terapeuttinen kirjoittaminen

Narratiivisen eli tarinallisen lähestymistavan pohjana on ajatus, että ihminen elää elämäänsä ikään kuin se olisi tarina, jonka päähenkilö hän on. Tarinoiden avulla ihminen jäsentää elämänsä tapahtumia ja luo niistä mielessään kokonaisuuden. Nykyhetken tulkitseminen tarinan kautta auttaa näkemään menneisyyden ymmärrettävänä, nykyhetken mielekkäänä ja tulevaisuuden ennakoitavana. Tarinallinen kuntoutuminen mahdollistaa asiakkaalle kokemuksen elämäntarinansa jatkuvuudesta ja merkityksellisyydestä. (Arvola 2009, 142–143.)

Kirjoittaminen on toimiva väline, kun asiakasta rohkaistaan ilmaisemaan tunteitaan ja kartoittamaan arkikokemuksensa stressitekijöitä. Kirjoittaminen voi auttaa asiakasta määrittelemään elämänsä ristiriitoja ja selkiyttämään monimutkaisia kokemuksia. Kirjoittaminen edesauttaa asiakkaan itsetuntemusta ja tarjoaa työntekijälle mahdollisuuden oppia tuntemaan asiakas paremmin sekä ymmärtää asiakkaan kokemusmaailmaa. Asiakas rakentaa laajemman näkökulman omaan elämäänsä ja se edesauttaa henkilökohtaisten merkitysten uudelleen muotoutumista. (Lindquist 2009, 70–71.) Kirjoittaessa itseilmaisu on perusteellisempaa, syvällisempää ja harkitumpaa kuin puhuttaessa. Kirjoittaminen mahdollistaa myös etäisyyden ottamisen ajatuksiin ja siten tekee ajatuksista helpommin tarkasteltavia ja jäseneltäviä. (Reinilä 2009, 198, 209.)

Tutkimuksissa on todettu kirjoittamisen olevan lähes yhtä tehokas tapa lievien psyykkisten ongelmien hoidossa kuin psykoterapian. Traumaattisten asioiden käsitteleminen kirjoittamalla voi olla psyykkisesti raskasta. Ajan myötä vaikeiden asioiden kohtaaminen auttaa löytämään psyykkisen tasapainon ja masentuneisuus ja

ahdistuneisuus vähenevät. Terapeuttinen kirjoittaminen edesauttaa kykyä oivallukseen, itsereflektioon, optimismiin, hallinnan tunteeseen ja itsearvostukseen. Se edistää myös jäsenyneyttä ja myönteisten selviytymiskeinojen kehittymistä. (Lindquist 2009, 72–73.)

Kirjoittamisesta hyötyvät parhaiten asiakkaat, jotka kirjoittamalla pystyvät yhdistämään oman kokemuksensa asiasisällöt ja tunnekokemukset ja kykenevät rakentamaan vaikeasta kokemuksestaan eheän tarinan. Monet asiakkaat suostuvat kokeilemaan kirjoittamista ja kokevat sen hyödylliseksi erityisesti kriisitilanteissa. Kirjoittamisen esteitä saattavat olla esimerkiksi kouluaikana koetut kielteiset kokemukset kirjoittamisesta tai lukivaikeudet. Kirjoittamisesta hyötyvät erityisesti asiakkaat, jotka ovat haluttomia tai vaivautuneita käsittelemään arkoja aiheita puhumalla. (Lindquist 2009, 78–79)

6 KEHITTÄMISHANKKEEN ETENEMINEN JA TUOTOKSEN ESITTELY

6.1 Yleistä kehittämishankkeesta

Kehittämishanke sisältää tavoitteen mukaisen käytännön toteutuksen ja tästä prosessista laaditun raportin. Raporttiosuudessa arvioidaan mitä, miten ja miksi on tehty, kuvataan työprosessia sekä saavutetut johtopäätökset ja tulokset. Kehittämishankkeen tekeminen on opiskelijalle hyvä oppimistehtävä. Prosessin aikana opiskelija yhdistää ammatillisia teorioita omaan ammatillisuuteensa, oppii hyödyntämään tutkimuksellista asennetta työskentelyssään ja saa kokemusta pitkäjänteisen ja järjestelmällisen prosessin läpiviemisestä. Prosessi ohjaa opiskelijan ammatillista kasvua, urasuunnittelua ja työllistymistä. (Vilka & Airaksinen 2003, 10, 17, 65).

Toikko & Rantanen (2009, 14–16) kuvailevat kehittämistä konkreettisenä toimintana, jonka tavoitteena on saavuttaa selkeästi määritelty tavoite. Kehittämällä tavoitellaan muutosta toimintatapoihin tai rakenteisiin tai kehitetään jotain aivan uutta. Tarve Perhe eron jälkeen -kehittämishankkeelle on noussut työryhmässämme ja työryhmän jäsenet ovat olleet kehittämistyössä keskeisinä toimijoina. Näin työntekijöillä on mahdollisuus vaikuttaa suoraan omaa työtään koskeviin ratkaisuihin.

Tämän kehittämishankkeen voidaan nähdä olevan työelämän tutkimusavusteista kehittämistä. Tutkimusavusteisessa kehittämisessä tähdätään olemassa olevan tilanteen kehittämiseen tieteellistä tutkimustietoa hyväksikäyttäen (Toikko & Rantanen 2009, 33). Lukuisat tutkimukset osoittavat vanhempien eron olevan riskitekijä lapsen suotuisalle kehitykselle. Tähän tutkimustietoon nojautuen kehittämishankkeen tavoitteena oli luoda väline, jonka avulla tehtäisiin lapsi näkyväksi vanhempien eroprosessissa.

Lähdekritiikki ja aihepiirin tarkastelu useasta näkökulmasta ovat tutkimuksellisessa kehittämistoiminnassa ensiarvoisen tärkeässä roolissa (Vilka & Airaksinen 2003, 72). Valitsemastani aihepiiristä on runsaasti tutkimustietoa saatavilla ja tutkimuksissa saadut tulokset ovat melko yhteneväisiä. Lähdemateriaaliksi pyrin valitsemaan vain mahdollisimman tuoreita, tieteellisissä julkaisuissa julkaistuja artikkeleita sekä

tiedeyhteisössä tunnustettujen tutkijoiden ja asiantuntijoiden teoksia. Vilkka ja Airaksinen (2003, 73) kehottavat tutustumaan löytämänsä lähdekirjallisuuden kirjoittajien itse käyttämiin lähteisiin. Näin toimien löysinkin runsaasti mielenkiintoista lähdemateriaalia. Eroa käsittelevää kirjallisuutta on runsaasti ja tästä suuri osa on suurelle yleisölle tarkoitettua ”self help” -kirjallisuutta, joka ei sovi lähdeaineistoksi. Myös internetlähteiden kohdalla on syytä olla kriittinen. Internetlähteiksi valitsinkin vain luotettaviksi tietämäni kuten Väestöliiton ja Ensi- ja Turvakotien liiton.

6.2 Aikataulu

Kehittämishanke on edennyt Toikon ja Rantasen (2009, 66–67) esittämän spiraalimallin mukaisesti. Spiraalimallissa kehittämisprosessi hahmotetaan jatkuvana syklinä ja tuloksia arvioidaan uudestaan ja uudestaan. Spiraalimallissa kehittäminen on jatkuva prosessi. Kehittäminen tapahtuu kehissä, jotka koostuvat suunnittelusta, toiminnasta, havainnoinnista ja reflektiosta. Ensimmäisellä kehällä muodostetaan vasta kehittämistyön lähtökohta ja seuraavilla kehillä tavoitetta täsmennetään. Reflektiovaiheessa tapahtuu varsinainen kehittyminen. Tarkoituksena on kehittämisprosessin aikana oppia, tehdä johtopäätöksiä ja palata taas kehittämistoiminnan pariin. Spiraalimallin mukaisesti etenevä kehittämistyö vaatii pitkäjänteisyyttä ja kehittämistoiminta täsmentyy prosessin aikana. Kehittämällä ei saavuteta absoluuttista totuutta. Tarkoituksena on saavuttaa toimiva ja hyvä lopputulos, mutta tavoitteena on myös reflektiivisen ja vuorovaikutuksellisen kehittämisprosessin jatkuminen.

Mielestäni omassa kehittämishankkeessani toteutuu moni spiraalimallin tunnusmerkki. Kehittäminen on ollut jatkuva, reflektiivinen ja vuorovaikutusellinen prosessi, jossa tavoite on täsmentynyt vasta loppumetreillä. Tuotos tarjoaa myös erinomaisen pohjan jatkokehittämiselle.

Kehittämishanke sai alkunsa joulukuussa 2015. Tarve eroperheiden kanssa käytettävään työvälineeseen nousi esille Mäntymäen perhekeskuksen tehostetun kotiinpäin tehtävän työn osaston työryhmässä käydyissä keskusteluissa. Totesimme, että eronneille lapsiperheen vanhemmille on olemassa runsaasti infomateriaalia ja kursseja. Suurin osa materiaalista oli kuitenkin suunnattu tilanteeseen, jossa vanhemmat ovat juuri eronneet, eivätkä riidat ole päässeet kärjistymään. Asiakasperheissämme oli kuitenkin perheitä, joissa erosta oli kulunut jo runsaasti

aikaa, mutta eroon liittyvät riidat ja katkeruus kuormittivat yhä kaikkia perheenjäseniä. Asiakasperheissämme tapahtui myös vieraannuttamista. Koimme, että tarvitsemme juuri tälle haastavalle asiakasryhmälle kohdennetun, tehokkaan työvälineen, jonka avulla saisimme lapsen tehtyä näkyväksi vanhemmilleen.

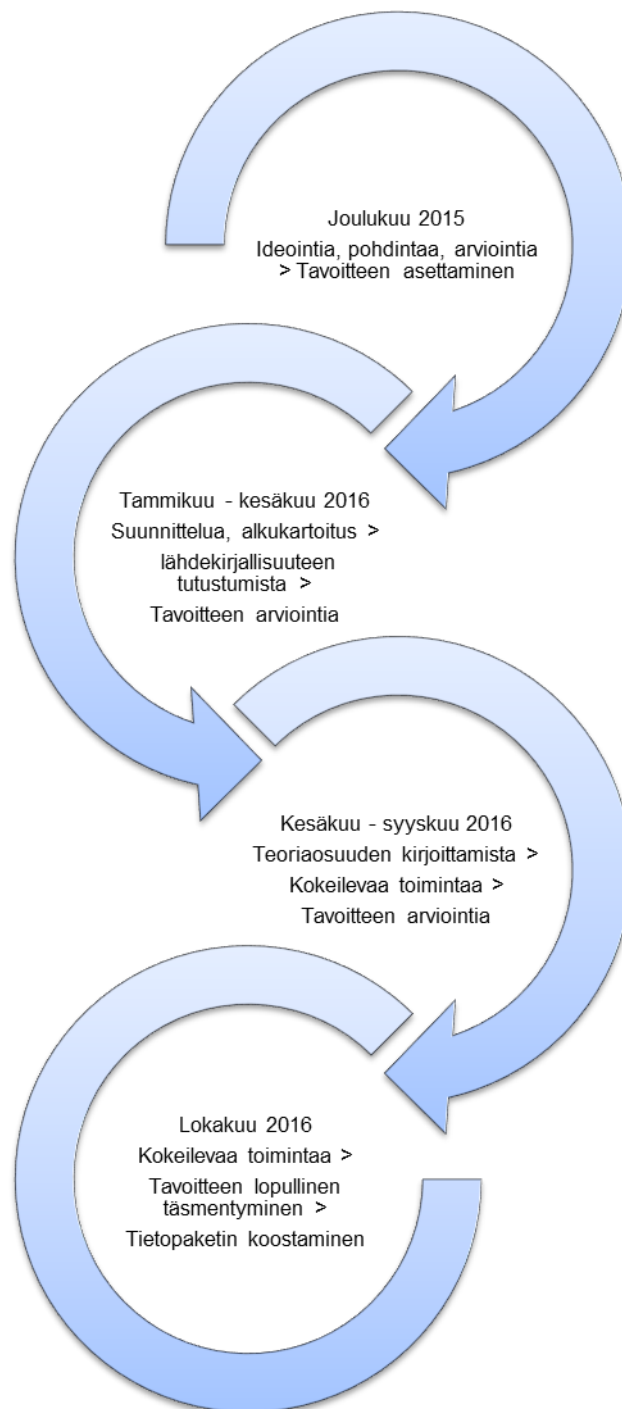
Spiraalimallin mukaisesti keskustelua käytiin runsaasti ja pohdittiin erilaisia menetelmiä ja työvälineitä ja reflektion kautta palattiin taas suunnitteluvaiheeseen. Virallisia palavereja aiheen tiimoilta järjestettiin vain kaksi, mutta dialogia tapahtui runsaasti työryhmän kesken työn ohella. Ensimmäisessä palaverissa 7.12.2015 asetettiin kehittämistyölle tavoitteeksi kehittää apuväline eroperheiden kanssa työskentelylle ja toisessa palaverissa 14.8.2016 päätettiin, että työvälineessä hyödynnetään mentalisaatioteoriaa ja terapeutista kirjoittamista. Palaverin jälkeen kirjasin syntyneet ideat fläppitaululle ja pyysin työryhmän jäseniä kirjaamaan siihen aiheesta nousevia ajatuksiaan. Fläppitaulu oli esillä n. kuukauden ajan ja ajatuksia kirjattiin jonkin verran.

Syksyllä 2016 pohdin sekä yksin että yhdessä työryhmän kanssa, minkälainen menetelmä tai työväline voisi olla toimiva. Totesimme, että perheiden lähtökohdat ja tilanteet ovat kuitenkin aina niin erilaiset, että esimerkiksi narratiivisista menetelmistä tutut lauseenkuihin perustuvat kirjoitustehtävät olisivat hankala toteuttaa käytännössä. Lopulta päädyin lopputulokseen, että koostan mentalisaatiosta ja terapeutisesta kirjoittamisesta tietopakettin työryhmämme käyttöön. Ajatuksena on, että näin työntekijä voi teoreettiseen tietoon nojautuen käyttää omaa luovuuttaan laatiessaan perheelle kirjoitustehtäviä. Terapeutin kirjoittamisen hyödyntämistä pohdittiin työryhmän kesken myös työnohjauksessa.

Syksyllä 2016 testasin mentalisaatioon pohjautuvaa terapeutista kirjoittamista kahden asiakasperheen kanssa. Ensimmäisellä kerralla kirjoittamista hyödynnettiin nuoren kanssa, joka kirjoitti kirjeen muodossa vanhemmilleen ajatuksiaan ja toiveitaan. Kirjoittamisen jälkeen nuori oma-aloitteisesti totesi, että kirjoittamalla hänen ajatuksensa selkenivät ja hän oivalsi asioita eri tavalla. Nuoren kirjoituksesta oli merkittävää hyötyä jatkotyöskentelyssä, kun sitä käytiin vanhempien kanssa läpi. Kirjoituksen pohjalta käytiin useita keskusteluja, joiden myötä nuori koki perheen tilanteen parantuneen.

Toisessa kokeilussa yhdistettiin valokuvatyöskentelyä ja kirjoittamista. Perheen äiti ja isä olivat eronneet nuoren varhaislapsuudessa. Työskentely aloitettiin katsomalla yhdessä valokuvia nuoren varhaislapsuudesta ja pyydettiin äitiä kertomaan nuorelle

tarinoita valokuvien taustalla. Tämän jälkeen pyydettiin nuorta kirjoittamaan lapsuudestaan tarina. Äidillä oli mahdollisuus olla apuna täydentämässä tarinan aukkoja. Työskentelyä olisi voinut jatkaa jatkaa siten, että myös äiti kirjoittaisi tarinan nuoren varhaislapsuudesta ja kirjoittaessaan pyrki mentalisaatioon eli pohtisi miltä lapsesta on tuntunut esimerkiksi eron tapahtuessa.



Kuvio 2. Kehittämishankkeen spiraalimainen malli Toikka & Rantasta (2009, 66 – 67) mukailten.

6.3 Kehitämishankkeessa käytetyt menetelmät

Käytetyt menetelmät voidaan jakaa tiedonkeruumenetelmiin ja osallistaviin menetelmiin. Alkukartoitus ja kehittämispäiväkirja ovat tiedonkeruumenetelmiä, dialogisuus ja kokeileva toiminta taas osallistavia menetelmiä.

Alkukartoitus

Kehitämishankkeen alkuvaiheeseen kuuluu lähtötilanteen kartoitus. Tässä työvaiheessa selvitetään, löytyykö alalta jo vastaavanlaisia ideoita. Tärkeää on kartoittaa myös myös kohderyhmä ja idean tarpeellisuus. (Airaksinen & Vilkkä 2003, 27.) Nämä asiat nousivat tässä kehittämishankkeessa esille jo varhaisessa ideointivaiheessa. Seuraavaksi kartoitetaan aiheesta tehdyt tutkimukset ja lähdekirjallisuus sekä aiheeseen liittyvä ajankohtainen keskustelu (Airaksinen & Vilkkä, 2003, 27). Itse hankin runsaasti aihepiiriin liittyvää kirjallisuutta ja perehdyin siihen huolella. Etsin tietoa myös internetistä ja huomasin, että aiheesta on runsaasti tietoa saatavilla ja asian tiimoilta käydään runsaasti keskustelua. Isät ovat keskusteluissa hyvin edustettuina ja isille löytyy myös yhdistystoimintaa. Esimerkiksi Isät lasten asialla ry kertoo internetsivustollaan tavoitteensa olevan ”vieraannuttamisen sanktiointi, huoltokiusaamisen estäminen, vanhempien yhdenvertainen kohtelu sekä tasavertainen vanhemmuus”.

Kehittämispäiväkirja

Aloitin kehittämispäiväkirjan pitämisen kehittämisprosessin alussa. Alussa kirjasin ylös ideoita ja keräsin mahdollisia lähteitä. Tutustuessani lähdekirjallisuuteen tein päiväkirjaan omia muistiinpanoja ja kirjasin ylös ajatuksiani.

Kehittämispäiväkirja on henkilökohtainen kehittämisprosessin dokumentointi. Päiväkirjan kirjoittaminen auttaa prosessoimaan ja selkiyttämään ajatuksia ja edesauttaa kehittämisprosessin sujumista. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 22.)

Dialogisuus

Kehittämishankkeen kantavana perustana on ollut osallistava dialogi koko prosessin läpi. Idea kehittämishankkeelle syntyi työryhmässä käydyissä dialogeissa, joissa pohdittiin eroperheitä ja sitä, miten me ammattilaisina pystyisimme auttamaan heitä paremmin. Dialogisuus kehittämistyössä tarkoittaa halua kysyä ja oppia toisilta. Osallistavassa kehittämistoiminnassa käydään laajenevaa dialogia, jossa rohkaistaan osallistujia avaamaan ja laajentamaan näkökantojaan, jolloin parhaassa tapauksessa saavutetaan kyselevä luovuuden tila. Prosessimaisesti rakentuva eli dialoginen dialogi on ammatillisen työn perusta. Dialogisessa dialogissa toisilta pyritään oppimaan ja heistä ollaan kiinnostuneita. (Toikko & Rantanen, 2009, 92–93.)

Kehittämistyön puitteissa järjestettiin myös palavereja ja keskustelua käytiin ohjaajien ”tehopäivinä”. ”Tehopäivien” tarkoituksena on kehittää osaston toimintaa ja pohtia ajankohtaisia työhön liittyviä asioita. Palavereista kirjoitin muistiot. Paljon kehittämistyöhön liittyvää dialogia käytiin myös kahvipöytäkeskustelujen muodossa. Näitä pohdintoja en dokumentoinut, mutta keskustelujen ”helmet” kirjasin kehittämispäiväkirjaan.

Kokeileva toiminta

Kokeilevan toiminnan avulla selvitetään miten kehitetty palvelu toimii käytännössä. Kokeilevalla toiminnalla voidaan Toikon & Rantasen (2009, 100–101) mukaan kerätä tietoa subjektiivisesta näkökulmasta korostaen työntekijöiden kokemustiedon merkitystä. Kokemustiedon voidaan ajatella tukevan työväliseen käyttökelpoisuutta, vaikkei tieto olisikaan systemaattisesti kerättyä ja mitattavissa.

Kokeileva toiminta aloitetaan alustavien selvitysten pohjalta ja kokeiluista kerätään havaintoja, joiden pohjalta tehdään muutoksia toimintatapaan (Toikko & Rantanen 2009, 100).

Kokeilevaa toimintaa tehtiin lokakuussa 2016 asiakastyössä.

6.4 Tuotoksen esittely

Kehittämishankkeen tuotoksena syntyi infopaketti mentalisaatiosta ja terapeuttisesta kirjoittamisesta. Kerron infopaketissa lyhyesti myös reflektiivisestä työotteesta, joka liittyy olennaisesti asiakkaan mentalisaatiokyvyn vahvistamiseen. Infopaketti on tarkoitettu Mäntymäen perhekeskuksen tehostetun kotiinpäin tehtävän työn osaston työryhmän käyttöön. Tarkoituksena on lisätä työntekijöiden tietoisuutta mentalisaatiosta ja terapeuttisesta kirjoittamisesta sekä motivoida työryhmää hyödyntämään näitä omassa työssään. Tarkoitus on herättää ajatuksia myös oman työotteen ja reflektiivisyyden merkityksestä asiakkaiden kohtaamisessa. Teoreettiseen tietoon nojautuen kunkin työryhmän jäsenen on helppoa omaa luovuuttaan hyödyntäen keksiä omille asiakasperheilleen sopivia mentalisaatiokykyä tukevia kirjoitustehtäviä. Infopaketista löytyy myös vinkkejä menetelmien hyödyntämiseen yhteistyövanhemmuustyöskentelyssä sekä kirjallisuusvinkkejä.

Toimeksiantaja oli syntyneeseen tuotokseen tyytyväinen. Toimeksiantaja koki, että tuotosta pystyisivät käyttämään myös Mäntymäen perhekeskuksen vastaanotto-osastot. Toimeksiantajan näkemyksen mukaan tuotos tuo laajempaa näkökulmaa eroperheiden kanssa työskentelyyn ja antaa mahdollisuuden edelleen kehittää syvempää ammatillista osaamista.

7 KEHITTÄMISHANKKEEN ARVIONTI

7.1 Työskentelyn ja tuotoksen arviointi

Kehittämisen prosessin arvioinnissa puntaroidaan sen perustelua, organisointia ja toteutusta. Prosessi-arvioinnissa tuodaan esille, että kehittämistoiminnan tavoitteet ja toimintatavat voivat muuttua prosessin edetessä. Arvioinnissa tehdään näkyväksi kehittäminen prosessi, sen taitekohdat, onnistumiset ja epäonnistumiset, oppimisprosessit ja erilaiset näkökulmat. (Toikko & Rantanen 2009, 61.)

Kehittämishankkeen tavoitteena oli kehittää Mäntymäen perhekeskuksen tehostetun kotiinpäin tehtävän työn osaston työryhmän käyttöön työkalu eroperheiden kanssa työskentelyn avuksi. Hankkeen alkuvaiheessa oli esillä monenlaisia ideoita mahdollisesta menetelmästä tai työvälineestä. Mikään ideoista ei kuitenkaan tuntunut riittävän toimivalta. Pohdimme, että asiakasperheidemme lähtökohdat ja tilanteet ovat niin erilaisia, että olisi vaikeaa kehittää toimivaa ”täsmätyökalua”. Lisäksi monet asiakasperheistämme ovat olleet jo pitkään lastensuojeluasiakkuudessa ja ovat nähneet monet keskustelukortit ja haastattelulomakkeet. Pohdintojen päätteeksi päädyimme siihen, että koostan työryhmämme käyttöön infopakettin mentalisaatiosta ja terapeutisesta kirjoittamisesta. Työryhmässä on herännyt kiinnostus lisätä tietämystä mentalisaatiosta ja suunnitelmissa on tilata aiheesta koulutusta.

Mentalisaatio ja sen hyödyntäminen työssä on kiehtonut itseäni jo pitkään. Minulle myös kirjoittaminen on luonnollinen tapa ilmaista itseäni. Mentalisaatioon pohjautuva terapeutinen kirjoittaminen ei varmasti sovi kaikille asiakkaille, mutta joillekin se saattaa tarjota juuri oikean kanavan tuoda ajatuksensa esille. Kirjoitukset toimivat myös oivallisena pohjana jatkokeskusteluille perheen kanssa.

Kehittämistyö todellisen tarpeen pohjalta oli mielekästä. Haastavinta koko prosessissa oli työn alulle saattaminen. Oli selvää, että teen kehittämistyön Mäntymäen perhekeskukseen, mutta varsinainen aihe aiheutti paljon päänvaivaa. Saatuaani kehittämistyön raamit itselleni selviksi kehittäminen prosessi eteni oman työni ohessa välillä suurellakin innolla, välillä taka-alalle unohtuen.

Tietoperustan koostaminen oli mielenkiintoista ja sujui melko helposti. Haasteena oli materiaalin runsas saatavuus. Uppouduin pitkään lähdeaineiston lukemiseen, koska

aihe on kiinnostava. Ero lapsiperheessä on ilmiönä pohdituttanut minua jo pitkään ja eroperheet aiheuttivat päänvaivaa jo edellisessä työpaikassani Turun sosiaalipäivystyksessä. Sosiaalipäivystys ottaa vastaan lastensuojeluilmoitukset ja ilmoituksissa oli hyvin nähtävissä, miten vanhemmat käyttävät lastensuojeluilmoituksia välineinä riitelyssään. Uskon, että aiheeseen perehtyneisyys hyödyttää itseäni myös tulevaisuudessa.

7.2 Jatkokehittämisideat

Kehittämisen prosessin aikana on käynyt selväksi, että mentalisaatioon pohjautuvaa terapeutista kirjoittamista voi käyttää myös muiden kuin eroperheiden kanssa työskennellessä. Oikeastaan vain mielikuvitus asettaa rajat sen hyödyntämiselle. Työryhmässämme hyödynnetään myös voimauttava valokuvaus -menetelmää. Olemmekin pohtineet tapoja yhdistää valokuvatyöskentelyä mentalisaatioon ja terapeuttiin kirjoittamiseen.

Yhtenä ideana on, että voisimme yhdessä esimerkiksi äidin ja lapsen kanssa katsella valokuvia varhaislapsuudesta aina tähän päivään asti ja yhdistää valokuviiin tarinaa sekä pohdintaa siitä, mitä lapsi ja vanhempi ovat tunteneet ja ajatelleet elämänsä varrella. Työskentelyä jatkettaisiin siten, että äiti ja lapsi ottaisivat toisistaan uusia valokuvia ja pohtisimme yhdessä, miten heidän tarinansa tulee jatkumaan. Uskon, että näitä menetelmiä hyödyntämällä äidin ja lapsen keskinäinen suhde saattaisi parantua ja he ymmärtäisivät toisiaan paremmin. Asiakkainamme olevilla lapsilla ja nuorilla on sangen yleistä, että heillä on elämässään ajanjaksoja, joista he eivät muista mitään tai eivät halua muistella. Näitä menetelmiä hyödyntämällä lapsella on mahdollisuus eheyttää omaa tarinaansa. Työskentelyssä perheellä on itsellään valta päättää mitä asioita he haluavat käsitellä, jolloin työskentely on asiakaslähtöistä ja kunnioittavaa, eikä asiakas koe sitä liian kuormittavana.

Jatkossa infopakettiin voi kerätä sekä mentalisaatioon että terapeuttiin kirjoittamiseen löytyviä harjoituksia. Infopakettia voi myös laajentaa muilla menetelmillä ja koostaa kattavan ”työkalupakin” työryhmän käyttöön. Työryhmän jäsenet voivat liittää kansioon myös itse keksimiään tapoja hyödyntää menetelmiä.

7.3 Eettinen pohdinta

Vanhemmuus on ihmisen elämässä hyvin herkkä ja helposti haavoitettava osa-alue. Eronneet vanhemmat ovat usein vielä haavoittuvaisemmassa asemassa, koska he kamppailevat oman kriisinsä kanssa ja saattavat kokea ristiriitaisia tunteita perhe-elämän päättymistä kohtaan.

Yksi työryhmämme perustehtävistä on vanhemmuuden ja perhe-elämän arvionti. Työryhmässä käydään käydään jatkuvaa keskustelua siitä, miten vanhemmuutta voidaan arvioida ja miten voidaan määrittää riittävän hyvä vanhemmuus. Lastensuojelutyö on tasapainoilua lapsen edun ja vanhemman oikeuksien välillä.

Kun joudutaan puuttumaan asiakkaan oikeuksiin ja perheen itsemäärämisoikeuteen, toiminnan on oltava ehdottomasti lakiin perustuvaa. Lastensuojelun parissa kohdattavat ongelmat ja tilanteet ovat kuitenkin usein niin monimutkaisia, ettei laki anna suoria vastauksia. Tällöin työtä ohjaavat eettiset periaatteet. Perusteena eettisesti ja moraalisesti kestäväälle toiminnalle on aina asiakkaan ihmisarvon ja yksilöllisyyden tunnustaminen. Ammatilliseen toimintaan kuuluu rehellisyys ja avoimuus sekä kyky tunnustaa omat rajansa ja tietämättömyytensä. (Talentia 2013, 6–9.) Mielestäni lastensuojelutyössä on erityisen tärkeää niin itsereflektion harjoittaminen kuin keskustelu ja asioiden peilaaminen kollegoidenkin kanssa. Eettisyys ammatillisuudessa merkitsee myös kykyä pohtia ja kyseenalaistaa omaa toimintaansa ja sen perusteita sekä halua päivittää omaa ammattiosaamistaan (Talentia 2013, 6).

Mielestäni mentalisaatioon pohjautuva terapeutin kirjoittaminen on mitä oivallisin työkalu perheiden kanssa työskenneltäessä. Tarjoamalla asiakkaalle mahdollisuus kirjoittaa omista ajatuksistaan ja tunteistaan hänelle annetaan mahdollisuus olla oman elämänsä asiantuntija ja työntekijä pysyy vierelläkulkijan roolissa. Näin vältetään perinteinen asiantuntija–asiakas -asetelma, jossa työntekijä tietää paremmin mitä asiakkaan tulisi tehdä. Uskon, että asiakkaan itse oivaltaessa omat pulmansa ja asettaessa omat tavoitteensa muutostyöskentely on hedelmällisempää.

7.4 Ammatillinen kasvu

Kehittämishanke sai alkunsa aloittaessani työni Mäntymäen perhekeskuksen tehostetun kotiinpäin tehtävän työn osaston ohjaajana. Ammatillista kasvua on siis tapahtunut sekä kehittämishankkeen puitteissa että sen ulkopuolella. Asetelma oli myös haastava, koska samanaikaisesti perehdyin uuteen työhöni, etsin paikkaani uudessa työryhmässä ja yritin käynnistää kehittämishanketta.

Kehittämistyötä tehdessäni sain hyvää harjoitusta pitkäkestoisen prosessin läpiviemisestä. Hankkeen tavoite vaihtui useaan kertaan. Uskon kuitenkin, että harva hanke viedään alusta loppuun alkuperäistä suunnitelmaa noudattaen, joten tämäkin oli tärkeä oppi tulevaisuutta varten. Uskon, että hankkeen tuotos palvelee työryhmää paremmin kuin alkuperäisen suunnitelman mukainen ”täsmätyökalu”.

Sain huomata, ettei ajan löytäminen kehittämishankkeen asioille kesken hektisen työpäivän ole aina helppoa. Työryhmässä keskustelu ja suunnittelu liittyy aina perheiden ajankohtaisiin tilanteisiin sekä tarpeisiin ja perheiden asioista on välillä vaikeaa irtautua.

Kehittämishankkeen myötä oma tietoisuuteni erosta ja sen vaikutuksista sekä perheen aikuisiin että lapsiin on lisääntynyt huomattavasti. Kuten lähdeaineistostani kävi ilmi, ero on nykyään varsin yleinen ilmiö ja tavalla tai toisella koskettaa lähes jokaista lasta ja nuorta. Mielestäni työntekijöillä, jotka työskentelevät perheiden, lasten ja nuorten parissa olisi oltava riittävästi tietoa erosta ja siihen liittyvistä lieveilmiöistä. Sanonnan mukaan ”vanhempien parisuhde on lapsen koti” ja parisuhteen päättymisen jälkeenkin vanhempien suhteella on huomattavan suuri merkitys lapsen hyvinvoinnille.

LÄHTEET

Aapola-Kari, S. 2012. Teoksessa Aapola-Kari, S.; Nivala, A. & Tonttila, T. (toim.) 2012. Nuoren tukeminen vanhempien erotessa – Tutkimusnäkökulmia ja hyviä käytäntöjä. Helsinki: Suomen Kasvatus- ja perheneuvontaliitto.

Airaksinen, T. & Vilkkä, H. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Aronen, E. & Luoma, I. 2016. Huoltajuuskiistat ja vanhemmuuden arviointi. Teoksessa Kumpulainen, K.; Aronen, E.; Ebeling, H.; Laukkanen, E.; Marttunen, M.; Puura, K. & Sourander, A. (toim.) Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim. 737–739.

Arvola, P. 2009. Lapset ja nuoret elämäänsä kokoamassa. Teoksessa Mäki, S. & Arvola, P. (toim.) Satu Kantaa lasta. Opas lasten ja nuorten kirjallisuusterapiaan 1. Helsinki: Duodecim. 140–160.

Broberg, M. & Hakovirta, M. 2009. Isät ja lapsen hyvinvointi eron jälkeen. Teoksessa Kääriäinen, A.; Hämäläinen, J. & Pölkki, P. (toim.) Ero, vanhemmuus ja tukeminen. Helsinki : Lastensuojelun keskusliitto. 123–144.

Cohen, O. & Finzi-Dottan, R. 2012. Predictors of Parental Communication and Cooperation Among Divorcing Spouses. *Journal of Child and Family Studies*. Vol 23. Issue 1, 39–51.

Donner, M. 2006. Tearing the Child Apart: The Contribution of Narcissism, Envy and Perverse Modes of Thought to Child Custody Wars. *Psychoanalytic Psychology*. June 2006. 542–553.

Ensi- ja turvakotien liitto. 2016. Viitattu 4.8.2016. www.ensijaturvakotienliitto.fi > tukea ammattilaiselle > ero lapsiperheessä

Etelä-Karjalan perhetyön kehittämissyhdystys, 2016. Eeva -hankkeen materiaalit. Viitattu 18.6.2016 www.ensijaturvakotienliitto.fi > tietoa liitosta > jäsenyhdistykset > Etelä-Karjalan perhetyön kehittämissyhdystys > toiminta > EEVA -hanke

Garber, B. 2014. The Chameleon Child: Children as Actors in the High Conflict Divorce Drama. *Journal of Child Custody*. 11/2014. 25–40.

Lastensuojelulaki 417/2007

Hakovirta, M. & Rantalaiho, M. 2009. Perhepolitiikka ja jaettu vanhemmuus. Teoksessa Kääriäinen, A.; Hämäläinen, J. & Pölkki, P. (toim.) Ero, vanhemmuus ja tukeminen. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto. 36–60.

Häkkänen-Nyholm, H. 2010. Lapsen vieraannuttaminen toisesta vanhemmasta erotilanteessa. *Duodecim* 5/2010, 499–505.

Isät lasten asialla ry. 2016. Viitattu 28.8.2016. www.isätlastenasialla.fi > tavoitteet

Kalland, M. 2014. Vanhemman mentalisaatiokyky. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Tampere: Mannerheimin lastensuojeluliitto. 26–38

Karttunen, R. 2010. Isän ja äidin välissä. Lapsen kuulemisen psykologinen kehys huolto- ja tapaamisriidassa. Tampere: Tampereen yliopisto.

Kääriäinen, A. 2008. Ero haastaa vanhemmuuden. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto.

Lindquist, A. 2009. Kirjoittaminen itsehoitona ja psykoterapeuttisena menetelmänä. Teoksessa Ihanus, J. (toim.) Sanat että hoitaisimme. Helsinki: Duodecim. 70–99

Makkonen, A. 2009. Aikuisten kertomukset lapsena koetusta vanhempien erosta selviytymisessä. Teoksessa Kääriäinen, A.; Hämäläinen, J. & Pölkki, P. (toim.) Ero, vanhemmuus ja tukeminen. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto. 174–193.

Mattila-Aalto, M.; Bergman-Pyykkönen, M.; Haavisto, V. & Karvinen-Niinikoski, S. 2012. Konfliktiteoreettinen näkökulma eroihin ja palvelujen kehittämiseen. Teoksessa Kääriäinen, A.; Hämäläinen, J. & Pölkki, P. (toim.) Challenges of divorce, interventions and children, Eron haasteet, väliintulot ja haasteet. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto ry. 213–242.

Nordic Statistical Yearbook 2016. Nordic Statistics. Viitattu 15.6.2016. Nordic Statistics > Population > Family Structure > Marriages and Divorces.

Oulun ensi- ja turvakoti RY ja Viola – väkivallasta vapaaksi RY, 2016. Varjo -hankkeen materiaali. Viitattu 18.6.2016. www.varjohanke.fi/

Pajulo, M.; Salo, S. & Pyykkönen, N. 2015. Mentalisaatio ihmistä suojaavana tekijänä. Duodecim 11/2015. 1050 – 1057.

Rantanen, T. & Toikko, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. 3. korjattu painos. Tampere: Tampereen yliopisto.

Reinilä, E. 2009. Terapeuttinen päiväkirjaprosessi. Teoksessa Ihanus, J. (toim.) Sanat että hoitaisimme. Helsinki: Duodecim. 192–211.

Räty, T. 2015. Lastensuojelulaki. Käytäntö ja soveltaminen. Helsinki: Edita.

Salo, S. 2012. Parisuhdeongelmien yhteydet perheen vuorovaikutukseen ja lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin. Teoksessa Aapola-Kari, S.; Nivala, A. & Tonttila, T. (toim.) Nuoren tukeminen vanhempien erotessa – Tutkimusnäkökulmia ja hyviä käytäntöjä. Helsinki: Suomen Kasvatus- ja perheneuvontaliitto. 27–38.

Schwartz, K. 2015. The Kids are Not All Right: Using the Best Interest Standard to Prevent Parental Alienation and a Therapeutic Intervention Approach to Provide Relief. Boston College Law Review. 2015. 803–840.

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014

Sosiaali- ja terveysministeriö, 2013. Toimiva lastensuojelu – Selvitysryhmän loppuraportti. Helsinki.

Suomen UNICEF 1991. YK:n yleissopimus lapsen oikeuksista.

Talentia ry, ammattieettinen lautakunta. 2013. Arki, arvot, elämä, etiikka. Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet. 6. painos. Helsinki: Talentia

Tilastokeskus, 2015. Siviilisäädyn muutokset. Viitattu 2.6.2016 www.tilastokeskus.fi > tilastot > väestö > siviilisäädyn muutokset

Viinikka, A.; Sourander, J. & Oksanen, E. 2014. Reflektiivinen työote. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Tampere: Mannerheimin lastensuojeluliitto. 67–74

Väestöliitto, 2016. Lapset ja ero. Viitattu 2.6.2016. www.vaestoliitto.fi > vanhemmuus > tietoa vanhemmille > pienten lasten vanhemmat > lapset ja ero

Väyrynen, K. 2012. Eroperheen nuori vanhempien välissä – huoltoriidat ja nuoren tukeminen. Teoksessa Aapola-Kari, S.; Nivala, A. & Tonttila, T. (toim.) 2012. Nuoren tukeminen

vanhempien erotessa – Tutkimusnäkökulmia ja hyviä käytäntöjä. Helsinki: Suomen Kasvatus- ja perheneuvontaliitto. 57–71.

1. Kehittämispalaveri

7.12.2015 Palaverimuistio

Jatketaan keskustelua aikaisempien keskustelujen pohjalta tehostetun kotiinpäin tehtävän työn osaston kehittämistarpeista.

Mahdolliset kehittämishankkeet opinnäytetetyötä varten:

- Yhteistyövanhemmuustyöskentely
- Vastaanotto-osastojen sijoitusprosesseihin kuuluvan kotiuttamisharjoittelujakson siirtäminen tehostetun kotiinpäin tehtävän työksi?
Prosessikaavio?

Keskustellaan ja todetaan osastollemme hyödyllisemmäksi yhteistyövanhemmuustyöskentelyn kehittämisen, koska asiakaskunnassa on paljon eroperheitä.

- Konkreettinen väline työskentelyn tueksi?
- Keskustelukortti?

Sovitaan, että Laura ottaa opinnäytetyösä aiheeksi yhteistyövanhemmuuden ja koko työryhmä sitoutuu osallistumaan kehittämistyöhön.

2. Kehittämispalaveri

15.8. Erovanhemmuusmenetelmän ideointi osana ohjaajien tehopäivää.

- Kerroin opinnäytetyöni etenemisestä tähän asti ja omista ideoistani menetelmäksi/työväliseksi työryhmämme käyttöön.

Esitetyt ideat olivat:

- Erovanhemman ”roolikartta”
- Negatiivisesta toimintamallista kohti positiivista
- Keskustelukortit
- Lapsen kanssa työskentely, jonka jälkeen lapsen ajatukset otettaisiin puheeksi vanhempien kanssa. Tarkoituksena herättää vanhemmat ”kuulolle” lapsen kokemuksista eron keskellä.

Ideoista käytiin keskustelua.

Keskustelukortit todettiin huonoksi ideaksi, sillä monilla asiakkailla on paljon kokemusta korttien kanssa työskentelystä ja ne saattavat herättää negatiivisia miellejhtymiä.

Työryhmän jäsen esitti idean erovanhemman ”To do –listasta”, eli mitä tulee ottaa huomioon eron aikana ja sen jälkeen.

Työryhmän jäsen kertoi omasta opinnäytetyöstään, jonka hän on tehnyt vuonna 2013 Turun Ensi- ja Turvakodin avopalveluyksikkö Oliviaan. Hän kertoi tehneensä ”Pienin jaloin” –nimisen menetelmän, jossa hyödynnetään narratiivista työtettä ja tehdään lapsi näkyväksi päihdeäidille. Tämä herätti paljon keskustelua ja työryhmässä pohdittiin narratiivisuuden hyödyntämistä eroperheiden kanssa työskentelyssä. Pohdittiin, että työkenetely esimerkiksi kirjoittaen kirjeitä toisille perheenjäsenille voisi olla hedelmällistä. Pohdittiin kirjoittamista keinona selkiyttää omia ajatuksia ja tunteita. Työskentelymuoto toimisi mahdollisesti myös erittäin tulehtuneissa eroissa, joissa yhteiset keskustelut vanhempien kanssa eivät onnistu.

Ideoita:

- Kirje entiselle puolisolalle parisuhteen solmimisen aikana / ennen eroa / eron aikana / eron jälkeen, toiveita, haaveita, miten tästä eteenpäin?
- Kirje lapselle kun hän oli pieni / ennen eroa / eron aikana / eron jälkeen, miten eteenpäin. (Tavoitteena vahvistaa vanhemman mentalisaatiokykyä ja saada vanhempi pohtimaan miten lapsi on kokenut elämäntarinansa ja mitä tunteita se hänessä herättää)

- Lapsen kirje vanhemmalle

Työskentelyyn voisi sisältyä myös yhteinen tuokio, jossa ohjaaja voisi lukea perheelle valittuja osia kirjeistä ja herättää keskustelua/ajatuksia.

Sovitaan, että kirjoitan ideat fläppitaululle ja jätän sen esille, jotta työryhmä voi kirjoittaa siihen ajatuksiaan.

Infopaketti

Mäntymäen perhekeskus, tehostettu kotiinpäin tehtävä työ

Perhe eron jälkeen

Yhteistyövanhemmuuden tukeminen mentalisaation ja
terapeuttisen kirjoittamisen keinoin

Laura Rapo

Sisältö

Lukijalle.....	2
Mentalisaatio.....	3
Mitä mentalisaatio on?	3
Vanhemmuus ja mentalisaatiokyky	4
Mentalisaatio yhteistyövanhemmuudessa	6
Reflektiivinen työote perheiden kanssa työskenneltäessä.....	7
Millainen on reflektiivinen työote?	7
Reflektiivinen työote – Tilanteen tasolta tunteiden pohtimiseen	9
Terapeuttinen kirjoittaminen.....	10
Terapeuttinen kirjoittaminen yhteistyövanhemmuustyöskentelyssä	11
Kirjallisuutta:.....	12

LUKIJALLE

Käsissäsi oleva infopaketti on tarkoitettu Mäntymäen perhekeskuksen tehostetun kotiinpäin tehtävän työn osaston työryhmän käyttöön helpottamaan eroperheiden kanssa tehtävää työtä. Pakettiin on koottu tietoa mentalisaatiosta ja siihen liittyvästä reflektiivisestä työotteesta sekä terapeuttisesta kirjoittamisesta ja siitä miten näitä menetelmiä voi hyödyntää yhteistyövanhemmuustyöskentelyssä.

Tutkimukset ovat osoittaneet vanhemman mentalisaatiokyvyn vahvistamisen olevan tehokas tapa muuttaa vanhemman vuorovaikutustapaa. Uskon, että mentalisaatiokykyä vahvistamalla me työntekijöinä voimme auttaa vanhempaa asettumaan lapsen asemaan eroriidan keskiöön ja näkemään lapsi erosta eniten kärsivänä osapuolena.

Eronneiden vanhempien viha ja katkeruus toisiaan kohtaan saattaa joskus olla niin voimakasta, ettei saman pöydän ääressä asioiden sopiminen onnistu. Tästä syystä otin tähän infopakettiin mukaan terapeuttisen kirjoittamisen.

Yhteistyövanhemmuuden rakentaminen voidaan aloittaa tarjoamalla eron osapuolille mahdollisuus kirjoittaa ajatuksistaan. Kirjoitusten pohjalta voidaan myöhemmin käydä keskustelua ohjaajan avustuksella. Myös lapselle annetaan mahdollisuus kirjoittaa ajatuksistaan ja tunteistaan. Lapsen näkemys ja toiveet ovat myöhemmin käytävissä keskusteluissa tärkeässä roolissa. Muistuttamalla vanhempia lapsen näkemyksestä tehdään lapsi näkyväksi myös tilanteissa joissa hän ei ole fyysisesti läsnä.

Mentalisaatiokykyä voidaan vahvistaa myös kirjoitustehtävien muodossa. Vanhempaa voidaan esimerkiksi pyytää kirjoittamaan kirje lapselleen jossa hän pohtii omia tunteitaan, niiden vaikutusta lapseen sekä lapsen kokemuksia ja niihin liittyviä tunteita.

Infopaketti kehitettiin Turun ammattikorkeakoulun sosiaalialan opintoihin liittyvänä opinnäytetyönä.

Toivon, että saat tästä infopaketista inspiraatiota ja uusia ajatuksia työhösi!

MENTALISAATIO

Mitä mentalisaatio on?

- Kyky pitää toisen mieli omassa mielessä.
- Kyky pohtia niin oman kuin toistenkin ihmisten käyttäytymisen taustalla olevia ajatuksia, tunnetiloja ja aikomuksia.
- Ennen kuin voi pohtia toisen tunteita on kyettävä tunnistamaan omat tunteensa.
- Kyky pohtia, mitä piilee ulospäin näkyvän reagoinnin ja käyttäytymisen takana.
- Suojaa ihmistä ristiriitaisissa vuorovaikutustilanteissa, auttaa pysähtymään ja näkemään tilanteen myös toisen näkökannalta – vähentää tilanteesta aiheutuvaa stressiä ja sen traumatisoivaa vaikutusta.
- Mahdollistaa tunteiden säätelyn.
- Yhteydessä sosiaalisiin taitoihin.



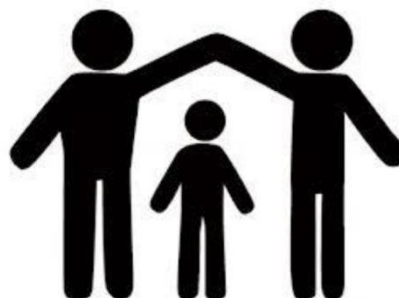
Vanhemmuus ja mentalisaatiokyky

Mentalisaatiokyky edesauttaa toimivaa perheensisäistä kommunikaatiota ja mahdollistaa monia hyvään vanhemmuuteen kuuluvia ominaisuuksia kuten herkkyyttä lapsen viesteille vuorovaikutustilanteissa sekä kykyä tulkita lasta oikein. Mentalisaatiokyky mahdollistaa myös turvallisen kiintymyssuhteen syntymisen lapsen ja vanhemman välille.

Kyky mentalisaatioon vaihtelee. Mentalisaatiokykyä heikentävät esimerkiksi väsymys, stressi ja kiihtyneet mielentilat. Vanhemman heikko mentalisaatiokyky saattaa tulla esille huomion kiinnittämisenä vain lapsen ulospäin näkyvään käytökseen. Heikko mentalisaatio voi johtaa lapsen käyttäytymisen väärintulkintaan, joka johtaa molemminpuolisiin pettymyksiin. Pettymyksen tunteet taas vaikuttavat kielteisesti sekä vanhemman käsitykseen lapsesta että käsitykseen itsestään vanhempänä. Joskus vanhemman tulkinta lapsen käyttäytymisestä saattaa vääristyä täysin jolloin vanhempi tulkitsee lapsen käyttäytymisen tahalliseksi kiusantekemiseksi lapsen taholta jolloin tekemisen takoituksena on hankaloittaa vanhemman elämää. Haitallista on myös vanhemman ”humsahtaminen” lapsen tunteeseen mukaan jolloin esimerkiksi lapsen suuttuessa myös vanhempi suuttuu. Tällöin vanhempi ei auta lasta tunnetilojen säätelyssä eikä tarjoa lapselle helpotusta.

Vanhemman mentalisaatiokyvyn vahvistaminen on tärkeä tavoite kun pyritään tukemaan lapsen ja vanhemman välistä suhdetta. Sen on todettu olevan tehokas keino muuttaa vanhemman vuorovaikutustapaa. Pyrittäessä vahvistamaan vanhemman mentalisaatiokykyä on tavoitteena saada vanhempi pohtimaan omaa kokemustaan, toimintatapojaan ja niiden vaikutusta lapseen sekä lapsen näkökulmaa samaan asiaan tai tilanteeseen. Tärkeää on myös miettiä yhdessä vanhemman kanssa lapsen iän ja kehitysvaiheen merkitystä hänen tapaansa kokea asioita ja kykyyn ilmaista kokemuksiaan ja tunteitaan. Mentalisaatio vahvistaa perheenjäsenten kiinnostusta ja ymmärrystä toistensa kokemuksista ja näkökulmista kohtaan.

Tutkijoiden mukaan vanhemman mentalisaatiokykyä tulisi vahvistaa tiedostetusti, mutta ei-teoreettisesti. Ei-teoreettinen



lähestyminen tarkoittaa sitä, ettei mentalisaatiosta luennoida vanhemmille, vaan työskentelyllä autetaan vanhempia mentalisoimaan. Käytännössä siis tarkoilla ja täsmällisillä vuorovaikutushetken fokusoivilla kysymyksillä autetaan vanhempia pitämään lapsen mieli mielessään. Kysymysten tulisi orientoitua lapsen tunteisiin ja tarpeisiin, mutta voivat pohtia myös lapsen ajattelua ja pyrkimyksiä.

Merkkejä vanhemman mentalisaatiokyvystä:

Hyvä mentalisaatiokyky	Puutteellinen mentalisaatiokyky
Vanhempi kykenee eläytymään muiden perheenjäsenten tilanteeseen.	Vanhempi pohtii muita perheenjäseniä vain omista lähtökohdistaan käsin.
Vanhempi kykenee kuvailemaan omaa käyttäytymistään ja kokemustaan.	Vanhempi pyrkii kuvailemaan toisten kokemuksia tai aikeita.
Vanhempi ymmärtää lapsen mielentilojen erillisyyden omista mielentiloistaan.	Vanhempi herkästi olettaa lapsen kokevan tilanteet samoin tai olevan samassa tunnetilassa kuin hän itse.
Vanhempi kykenee vaihtamaan omaa näkökulmaansa tarkasteltavassa asiassa.	Vanhempi jää jumiin omaan näkökulmaansa eikä pysty joustamaan.
Vanhempi on halukas selvittämään myös toisten perheenjäsenten näkökulmat tarkasteltavaan asiaan.	Vanhempi pitää omaa näkökulmaansa ainoana oikeana.
Vanhempi tiedostaa käyttäytymisensä ja tunneilmaisujensa vaikutukset lapseen.	Vanhempi ei huomaa käyttäytymisensä yhteyttä lapsen reaktioihin.
Vanhempi on luottavainen muita ihmisiä kohtaan.	Vanhempi on epäluuloinen ja kokee toisten tulkinnat tilanteista itseään uhkaavina.

Mentalisaatio yhteistyövanhemmuudessa

- Mitä lapsi mahtoi ajatella vanhempien erotessa?
- Mitä lapsi mahtaa ajatella tämän hetkisestä tilanteesta? Mitä tunteita hän ilmaisee? Mitä se herättää sinussa? Miten toimit?
- Mikä tämän hetkisessä tilanteessa on sinulle helpointa/vaikeinta? Miten se näkyy lapselle?
- Miltä lapsesta mahtaa tuntua kun toisesta vanhemmasta puhutaan pahaa?
- Miltä lapsesta mahtaa tuntua kun vanhemmat riitelevät? Miltä itsestäsi tuntuu? Huomaako lapsi sen? Miten se vaikuttaa lapseen?
- Miltä lapsesta mahtaa tuntua kun hän ei saa tavata toista vanhempaa?
- Mahtaako lapsi ajatella, että on hänen vikansa jos vanhemmat eivät pääse yhteisymmärrykseen häntä koskevissa asioissa?
- Koetko itse syyllisyyttä tilanteesta? Miten toimit tunteen kanssa? Huomaako lapsi sinusta sen? Mistä tiedät sen?



REFLEKTIIVINEN TYÖOTE PERHEIDEN KANSSA TYÖSKENNELTÄESSÄ

Millainen on reflektiivinen työote?

- Perustuu mentalisaatioon.
- Työntekijän arvostavaa, hyväksyvää ja kiinnostunutta kohtaamista perheiden kanssa.
- Tavoitteena turvallisen, ihmettelevän ja myötätuntoisen suhteen rakentaminen.
- Arkista kanssakäymistä. Pysähtymistä, viipymistä ja yhdessä kulkemista.
- Kunnioittavaa, uteliasta ja avointa asennoitumista toiseen ihmiseen.
- Työntekijällä on mahdollisuus tarjota vanhemmille kokemuksia myötätuntoisista kohtaamisista → kokemukset lisäävät vanhemman ymmärrystä omista sisäisistä toimintamalleistaan → mahdollisuuksia toimia lapsen kanssa toisin. Vanhempi voi oppia ottamaan etäisyyttä välittömään reagointiin ja tulkita tilanteita aiempaa joustavammin.
- Empaattinen kohtaaminen rauhoittaa vanhemman mieltä, vapauttaa voimavaroja lapsen asemaan asettumiseen ja vahvistaa vanhemman itseluottamusta vanhempana.
- Toisen osapuolen näkemykset otetaan vakavasti ja omat ajatukset sekä ennakoasenteet tiedostetaan.
- Puhuttujen sanojen lisäksi vaikuttavat myös työntekijän oma sisäinen puhe, läsnäolo ja ilmeet ja eleet.

Reflektiivisessä työtöteessa työntekijän työkaluina ovat kysymykset joiden avulla hän tukee vanhempaa syventämään omaa ajatteluaan ja pohtimaan itse ratkaisuja. Työntekijä vahvistaa vanhemman mentalisaatiokykyä ja auttaa vanhempaa ymmärtämään, että lapsi on oma erillinen persoonansa, jolla on omat ajatuksensa, toiveensa, kokemuksensa ja aikomuksensa. Työntekijän taas on tärkeää ymmärtää, että perheenjäsenten ajatukset ja kokemukset ovat erilaisia kuin työntekijällä itsellään.

Reflektiiviseen työtapaan sisältyy myös ymmärrys siitä, ettei dialogia ja yhteyttä aina synny. Reflektiivisesti suuntautunut työntekijä kiinnostuu hankalista tilanteista ja pohtii omien tunteidensa, ajatustensa ja toimintansa merkitystä niissä. Työntekijä tiedostaa myös omien kokemustensa ja elämänhistoriansa vaikutuksen hänen tapansa kohdata perheitä.

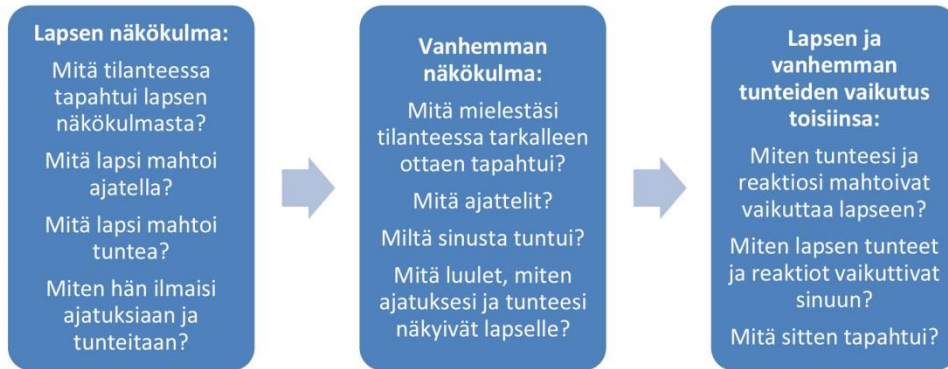
Merkkejä reflektiivisestä työtöteesta:

- Työntekijän rooli perheen turvana
- Kommunikaation elävyys ja luonteva heittäytyminen.
- Uteliaisuus
- Ei-asiantuntija-rooli
- Huumori ja leikkisyys
- Työntekijän kyky korjata vuorovaikutuksen virheitä
- Myötätunnon osoittaminen perhetapaamisissa

Merkkejä reflektiivisen työtöteen puuttumisesta:

- Oman älykkyyden ja asiantuntijuuden korostaminen
- Monimutkaisten tulkintojen ja selitysmallien esittäminen
- Hankalien ammattitermien ja teorioiden esittäminen
- Perheenjäsenten mielentilojen nopea ääneen tulkitseminen
- Omien ideoiden ja tulkintojen itsevarma esittäminen
- Liiallinen keskittyminen perheenjäsenten elämänhistoriaan vs. keskittyminen tässä ja nyt –suhteeseen.

Reflektiivinen työote – Tilanteen tasolta tunteiden pohtimiseen



TERAPEUTTINEN KIRJOITTAMINEN

Narratiivisen eli tarinallisen lähestymistavan pohjana on ajatus, että ihminen elää elämäänsä ikään kuin se olisi tarina jonka päähenkilö hän on. Tarinoiden avulla ihminen jäsentää elämäntapahtumiaan ja luo niistä mielessään kokonaisuuden. Nykyhetken tulkitseminen tarinan kautta auttaa näkemään menneisyyden ymmärrettävänä, nykyhetken mielekkäänä ja tulevaisuuden ennakoitavana. Tarinallinen kuntoutuminen mahdollistaa asiakkaalle kokemuksen elämäntarinansa jatkuvuudesta ja merkityksellisyydestä.

Kirjoittaminen on toimiva väline, kun asiakasta rohkaistaan ilmaisemaan tunteitaan ja kartoittamaan arkikokemuksensa stressitekijöitä. Kirjoittaminen voi auttaa asiakasta määrittelemään elämänsä ristiriitoja ja selkiyttämään monimutkaisia kokemuksia. Kirjoittaminen edesauttaa asiakkaan itsetuntemusta ja tarjoaa työntekijälle mahdollisuuden oppia tuntemaan asiakas paremmin, sekä ymmärtää asiakkaan kokemusmaailmaa. Asiakas rakentaa laajemman näkökulman omaan elämäänsä ja se edesauttaa henkilökohtaisen merkitysten uudelleen muotoutumista. Kirjoittaessa itseilmaisuus on perusteellisempaa, syvällisempää ja harkitumpaa kuin puhuttaessa. Kirjoittaminen mahdollistaa myös etäisyyden ottamisen ajatuksiin ja siten tekee ajatuksista helpommin tarkasteltavia ja jäseneltäviä.

Tutkimuksissa on todettu kirjoittamisen olevan lähes yhtä tehokas tapa lievien psyykkisten ongelmien hoidossa kuin psykoterapian. Traumaattisten asioiden käsitteleminen kirjoittamalla voi olla psyykkisesti raskasta. Ajan myötä vaikeiden asioiden kohtaaminen auttaa löytämään psyykkisen tasapainon ja masentuneisuus ja ahdistuneisuus vähenevät. Terapeuttinen kirjoittaminen edesauttaa kykyä oivallukseen, itsereflektioon, optimismiin, hallinnan tunteeseen ja itsearvostukseen. Se edistää myös jäsenytyneisyyttä ja myönteisten selviytymiskeinojen kehittymistä.

Kirjoittamisesta hyötyvät parhaiten asiakkaat jotka kirjoittamalla pystyvät yhdistämään oman kokemuksensa asiasisällöt ja tunnekokemukset ja kykenevät rakentamaan vaikeasta kokemuksestaan eheän tarinan. Monet asiakkaat suostuvat kokeilemaan kirjoittamista ja kokevat sen hyödylliseksi erityisesti kriisitilanteissa. Kirjoittamisen esteitä saattavat olla esimerkiksi kouluaikana koetut kielteiset kokemukset kirjoittamisesta tai lukivaikeudet. Kirjoittamisesta hyötyvät erityisesti

asiakkaat jotka ovat haluttomia tai vaivautuneita käsittelemään arkoja aiheita puhumalla.

Terapeuttinen kirjoittaminen yhteistyövanhemmuustyöskentelyssä

- Tarjoaa mahdollisuuden käsitellä erotraumaa.
- Mahdollisuus työstää asiaa ilman toisen osapuolen läsnäoloa.
- Tavoitteena toisen osapuolen ymmärtäminen edes jossain määrin ja keskusteluyhteyden syntyminen. Ohjaaja voi olla apuna herättämässä keskustelua kirjoitusten pohjalta.
- Tarjoaa lapselle mahdollisuuden kertoa ajatuksistaan vanhemmilleen.
- Tarjoaa mahdollisuuden pohtia tilanteita useista näkökulmista ja myös toisen asemaan asettuen.



KIRJALLISUUTTA:

Viinikka, A. 2015 (toim.) Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Tampere: Mannerheimin lastensuojeluliitto.

Ihanus, J. 2009 (toim.) Sanat että hoitaisimme. Helsinki: Duodecim.

Mäki, S. & Arvola, P. 2009 (toim.) Satu kantaa lasta. Opas lasten ja nuorten kirjallisuusterapiaan 1. Helsinki: Duodecim.

