

*TERVETULOA TYÖSKENTELEMÄÄN
RYHMÄTALOLLE!
PEREHDYTYSKANSIO HENKILÖKUNNALLE*



Kajaanin Ryhmätalo
Piia Ahokas & Sari Tauriainen
Kevät 2014
Kajaanin ammattikorkeakoulu

TERVETULOA TYÖSKENTELEMÄÄN RYHMÄTALOLLE!

Tämä perehdytyskansio tulee toimimaan sinulle apuvälineenä tutustuessasi työpaikkaasi sekä sen toimintatapoihin. Kansiosta löydät työpaikkasi kattavan esittelyn. Kansion tavoitteena on lisätä tietoutta Ryhmätalosta, helpottaa työhön perehtymistä ja edesauttaa turvallista työskentelyä.

Piia Ahokas & Sari Tauriainen



Kuva 1

SISÄLLYS

1 RYHMÄTALO	2
2 MIELENTERVEYSKUNTOUTUS	4
2.1 Mielenterveyskuntoutus yleisesti	4
2.2 Mielenterveyskuntoutus Ryhmätalolla	6
2.3 Kuntoutussuunnitelma	6
3 YHTEISÖHOITO	8
3.1 Yhteisöhoito yleisesti	8
3.2 Yhteisöhoito Ryhmätalolla	11
4 HOITOPOLKU	12
5 TARPEENMUKAINEN HOITO JA TAPAUSKOHTAINEN TYÖRYHMÄTYÖSKENTELY	13
5.1 Työryhmätyöskentelyn historiaa Kainuussa	13
5.2 Tapauskohtainen työryhmätyöskentely	14
5.3 Lääkehoito	15
6 HENKILÖKUNNAN TEHTÄVÄT	17
6.1 Vastuuviikkolaisen tehtävät	17
6.2 Tiimivastaava	17
6.3 Sairaanhoitaja ja mielenterveyshoitaja	18
6.4 Toiminnallisten pajojen henkilökunta	19
6.5 Osastosihteeri	20
6.6 Psykologi	20
6.7 Muu henkilökunta	20
6.8 Muut palvelut	20
7 TOIMINNALLINEN KUNTOUTUS	21
7.1 Tekstiilityöpaja	21

7.2 Taidekäsityöpaja	22
7.3 Teknisen työn paja	23
7.4 Ryhmätalon ryhmät	23
8 RYHMÄTALON SÄÄNNÖT JA ARVOT	30
9 TURVALLISUUSUUNNITELMA	32
10 TULEVAISUUDEN NÄKYMÄT JA TAVOITTEET	33
10.1 Visio 2015	33
11 RYHMÄTALON HISTORIA	34
11.1 Päiväosasto	34
11.2 Toimintakeskus	35
11.3 Tavallinen päivä toimintakeskuksessa vuonna 1990	36
12 RYHMÄTALON YHTEISTYÖKUMPPANIT	38
13 HYÖDYLLISIÄ INTERNETSIVUSTOJA	39
LÄHTEET	40

1 RYHMÄTALO

Kajaanissa toimiva Ryhmätalo tarjoaa avokuntoutusta mielenterveyskuntoutujille yhteisöhoitoa noudattaen erilaisten ryhmien ja toiminnallisten pajojen muodossa. Ryhmät muodostuvat erilaisista keskustelu- ja toiminnallisista ryhmistä, kuten rentoutus-, liikunta-, musiikki-, leivonta- ja ruokaryhmistä (kuva 2 ja 4). Kuntoutujan voi olla helppo puhua asioistaan tekemisen ohessa. Teknisentyn-, taidekasityön- tai tekstiilityön pajoilla voi toteuttaa toiminnallista kuntoutusta.



Kuva 2

Ryhmätalolla jokaisen kuntoutujan kuntoutuminen on yksilöllistä. Hoito suunnitellaan yksilöllisesti tilanteen sekä tarpeen mukaan ja kuntoutujalle tehdään kuntoutussuunnitelma. Kuntoutussuunnitelma elää ja voi vaihdella

kuntoutujan voinnin mukaan. Ryhmätalo toimii yhteisohoidon, ryhmähoidon ja koko mielenterveyspalvelujen alueella käytäntönä olevan tarpeenmukaisen ja tapauskohtaisen työryhmätyöskentelyn ideologioiden mukaisesti.



Kuva 3

2 MIELENTERVEYSKUNTOUTUS

2.1 Mielenterveyskuntoutus yleisesti

Subjekttiivinen kokemus hyvinvoinnista vaihtelee eri henkilöillä. Myös sairauden aste, jolla henkilö kokee tarvitsevansa apua, vaihtelee. Hyvinvointia ja toimintakykyä voidaan arvioida seuraavista asioista: ihmisarvon tunne, fyysinen ja psyykkinen terveys, sairauden oireet, vaatetus, ravinto, hygienia, liikkuminen, asuminen, talous, työ, koulutus, perhesuhteet, sosiaaliset suhteet, vapaa-ajan aktiivisuus, uskonto, oman itsensä ja ympäristön turvallisuus. (Tiri 2005, 107.) Ihmiset ovat oman geneettisen taustansa, kasvatuksensa ja elämän olosuhteidensa tuotteita. Ihmisten näkemyksiin eri asioista vaikuttaa heidän kokemuksensa ja tietämys. (Tiri 2005, 114.) Ryhmiä on käytetty aina mielenterveyskuntoutuksessa. Ryhmien on ajateltu olevan kuntoutuksessa hyvä keino, koska ryhmä antaa kuntoutujalle mahdollisuuden oman kokemuksen peilaamiseen. (Koskisuus 2004, 169.)

Mielenterveyskuntoutuksen käsitteessä yhdistyvät sosiaalinen ja yksilöllinen näkökulma. Näkökulma käsittää kuntoutuksen yhteiskunnan muutoksiin sopeutuvana ja reagoivana toimintana. Se käsittää myös yksilön psykofyysisten resurssien vaikutuksen ja ympäristön keskeisen vaikutuksen ja roolin vajaakuntoisuuden syntyprosessissa ja toiseksi vajaakuntoisuuden aiheuttamissa seurauksissa. (Koskisuus 2004, 12.)

Suppeassa kuntoutuskäsityksessä ajatellaan, että kuntoutuksen tehtävänä on jonkin, selkeästi rajatun vamman tai sairauden aiheuttamien haittojen minimointi, toimintakyvyn parantaminen ja vamman tai sairauden aiheuttamien ongelmien

ratkaisu. Mielenterveystyössä on tyypillistä diagnoosilähtöinen kuntoutusnäkökulma. Silloin kyseessä on tietty diagnoosi ja esimerkiksi skitsofreniaa sairastavan kuntoutus. (Koskisuus 2004, 11.)

Kuntoutuksella voidaan tarkoittaa myös hyvin laajaa toimintaa jonka kohteena on yksilö ja hänen ympäristönsä. Tällaisessa tapauksessa mielenterveyskuntoutuksessa pyritään kartoittamaan mahdollisia ongelmia, joita voivat olla esimerkiksi oireilusta tai sairaudesta johtuvat hallinnan puute, erilaiset ongelmat ja mahdollinen toimintakyvyn vajavuus. Vastaavasti pyritään myös löytämään mielenterveyteen positiivisesti vaikuttavia seikkoja ja tekijöitä. (Koskisuus 2004, 11.) Nykypäivänä kuntoutuja itse on tavoitteellisesti toimiva ja omia tarkoitusperiään ja pyrkimyksiään toteuttava toimija. Kuntoutuja itse pyrkii suunnittelemaan, ymmärtämään ja tulkitsemaan omaa elämäänsä ja sen perustaa. (Koskisuus 2004, 12.)

Yhdistämällä kolme asiantuntijaa (kuntoutuja, ammattilainen ja vertainen) tulee kuntoutuksesta tuloksellista. Kuntoutujalla on ainutlaatuinen tieto omasta elämästään, vertaisella kuntoutujan kokemuksellinen tieto sekä ammattityöntekijällä tieto kuntoutuksesta ja siihen mahdollisesti vaikuttavista tekijöistä. Nämä kaikki yhdessä muodostavat kuntoutusta tukevan kokonaisuuden. (Valkonen, Salo, Rönkkö & Lehto 2011, 12.)

Mielenterveystyötä ohjaa mielenterveyslaki. Mielenterveyslaissa 4 § sanotaan, että kunnan tai kuntayhtymän on huolehdittava siitä, että mielenterveyspalvelut järjestetään sisällöltään ja laajuudeltaan sellaisiksi kuin kunnassa tai kuntayhtymän alueella esiintyvä tarve edellyttää. (11.12.2009/1066). Mielenterveyspalvelut on ensisijaisesti järjestettävä avopalveluina sekä niin, että oma-aloitteista hoitoon

hakeutumista ja itsenäistä suoriutumista tuetaan. (Mielenterveyslaki 14.12.1990/1116.)

Laki potilaan asemasta ja oikeuksista määrittelee pykälässä 3, että potilaalla on oikeus laadultaan hyvään terveyden- ja sairaanhoitoon. Potilaan hoito on järjestettävä ja häntä on kohdeltava siten, ettei hänen ihmisarvoaan loukata sekä että hänen vakaumustaan ja hänen yksityisyyttään kunnioitetaan. (Laki potilaan asemasta ja oikeuksista 17.8.1992/785.)

2.2 Mielenterveyskuntoutus Ryhmätalolla

Ryhmätalo kuuluu Kainuun terveyden- ja sairaanhoidon palveluihin ja siellä mielenterveys palveluihin ja riippuvuuksien hoitoon kuuluva avokuntoutusyksikkö. Asiakkaiden kuntoutus on suunnitelmallista ja tavoitteellista. Kuntoutus on ryhmätoimintaa ja siihen kuuluvat myös toiminnalliset pajat. Lääkärin, psykologin, hoitohenkilökunnan sekä ohjaajien palvelut ovat mielenterveyskuntoutujien saatavilla.

2.3 Kuntoutussuunnitelma

Kuntoutus on useimmiten pitkä prosessi. Sen sujuminen edellyttää tavoitteellisuutta. Tavoitteellisuus antaa mahdollisuuden yksilöllisten ja yhteisten voimavarojen keskittämiseksi vaikeuksien voittamiseksi.

Ryhmätalolla toteutettu hoito on vapaaehtoista. Kuntoutujalle tehdään yksilöllinen kuntoutussuunnitelma, joka laaditaan yhdessä kuntoutujan kanssa. Tapauskohtaiseen työryhmään kuuluu kuntoutujan tarpeen mukaisesti eri ammattiryhmien edustajia, kuten lääkäri sekä sairaanhoitaja ja psykologi. Mukana voi olla

kuntoutujan perheen jäseniä, läheisiä, työ- tai koulupaikan edustaja. Kuntoutuksen suunnitteluun tulee varata riittävästi aikaa. Suunnitelma tarkistetaan yleensä kuuden kuukauden välein hoitokokouksessa. Hoitokokouksia pidetään aina tarpeen mukaan.

Kuntoutussuunnitelmassa ovat mukana ainakin nämä asiat:

- Kuntoutustarpeen perusta: kuntoutujan nykyinen elämäntilanne
- Kuntoutuksen tavoitteet
- Keinot ja toimenpiteet
- Suunnitelma kuntoutuksen seurannasta

Huolellisesti suunniteltu, toteutettu ja arvioitu hoito on tavoitteellista. Suunnitelma on myös perusta tarkennuksille, jatkosuunnitelmille ja eri kuntoutustahojen yhteistyölle. (Kuntoutusportti)



Kuva 4

3 YHTEISÖHOITO

3.1 Yhteisöhoito yleisesti

Yhteisöhoidon määritellään olevan koko yhteisön tietoista käyttämistä kuntoutuksellisten, kasvatuksellisten ja hoidollisten tavoitteiden toteuttamisessa. Näin ollen käsite kattaa sosiaalisen ja fyysisen ympäristön sekä kuntoutukseen, terapiaan ja kasvatukseen liittyvät periaatteet. Edellä mainittujen painotus vaihtelee yhteisötyypin mukaan. Kaikki mitä yhteisössä tapahtuu, pitäisi palvella kuntoutuksellisia, hoidollisia tai kasvatuksellisia tavoitteita. (Murto 1997, 13.)

Yhteisöhoitomallissa tapahtumapaikkana on yhteisö, jossa kaikki toimivat yhdessä. Yhteisössä sekä apua hakevat että heidän auttajansa osallistuvat kukin omista rooleistaan käsin yhteisön perustehtävään. Perustehtävänä yhteisöhoitossa on muutoksen aikaansaaminen. (Ahonen & Halinen 2008, 49.)

Vertaistuen ja itsearvioinnin lisäksi itse yhteisöllisyys on yhteisöhoidon hoidollinen menetelmä. Tiivistettynä yhteisöllisyys on malli sosiaalisesta oppimisesta, jossa korostuu yksilön vastuullinen käyttäytyminen yhteisöä ja itseä kohtaan. Yhteisöhoitossa asiakkaiden tehtävänä on hoidon toteuttaminen. Henkilökunnan tärkeimpänä tehtävänä on huolehtia yhteisesti sovittujen toimintalinjojen, arvolähtökohtien ja uskomusjärjestelmien noudattamisesta. Yhteisöhoidon periaate rikkoo perinteistä terapia-asetelmaa, jossa oletetaan terapeutilla olevan laajempi ymmärrys käsiteltävänä olevasta ongelmasta kuin asiakkaalla. (Ahonen & Halinen 2008, 15.)

Yksinkertaistettuna yhteisohdollisen yhteisön rakenne käsittää eri kokoonpanoissa tapahtuvat erilaiset kokoukset, terapiaryhmät ja työtehtävät. Henkilökunnalla on omia kokouksiaan joihin asiakkaat eivät osallistu ja asiakkailta vastavasti omaa toimintaa, joihin henkilökunta ei osallistu. Mikäli asiakkaiden ja henkilöstön rakenteet ovat liian paljon erillään ja yhteistä toimintaa on vähän, siitä voi seurata henkilöstön ja asiakkaiden yhteisön välisen kuilun kasvaminen. Jos yhteisö on hajanainen, se ei pysty kuntouttamaan, kasvattamaan tai eheyttämään asiakkaitaan. (Murto 1997, 239-240.)

Yhteisohoidon toteuttamiseksi tarvitaan säännöllisiä kokouksia. Tärkein kokous on koko yhteisön kokous. Yhteisökokouksen olennaiset tehtävät ovat perustehtävän esillä pitäminen, turvata avoin kommunikaatio koko yhteisössä, päätösten tekeminen, sääntöjen sopiminen, noudattaminen ja valvominen sekä mahdollisten ristiriitojen käsitteleminen. Yhteisössä voidaan pitää tarvittaessa myös kriisikokous, jos yhteisössä on tapahtunut jotain vakavaa ja koko yhteisöä koskettavaa. (Murto 1997, 240.) Yhteisökokous toteutetaan Ryhmätalolla maanantaisin kaikille kuntoutujille yhteisenä ryhmänä. Ryhmässä käydään läpi alkavan viikon viikko-ohjelma, tapahtumat ja ilmoitusasiat sekä käsitellään ja keskustellaan yhteisöä koskevista asioista.

Ryhmähoidolla tarkoitetaan pienryhmiä, joilla on kuntoutuksellinen tai hoidollinen tavoite. Ryhmissä pyritään keskustelun ja toiminnan avulla parantamaan osallistujien itsetuntemusta. (Murto 1997, 246.) Ryhmien kokoontuminen muodostaa jatkumon, sarjan, jossa erilliset tapaamiset liittyvät toiminnaltaan ja sisällöltään toisiinsa. Ryhmä koetaan ja mielletään rakenteellisten tunnusmerkkien (vuorovaikutus, henkilöt, tarkoitus jne.) lisäksi ajallisena kokonaisuutena. Ihmisillä joita yhdistää tietty vuorovaikutus ja tarkoitus, tulee tunne, että he kuuluvat samaan ryhmään myös kokoontumisten välisellä ajalla. (Niemistö 1998, 29.)

Ryhmän muodostumiseen vaikuttavat ympäristötekijät, ryhmänjäsenet ja ryhmän tarkoitus. Nämä seikat vaikuttavat siihen, millaisissa rajoissa ryhmä voi toimia ja mitä sen on mahdollista saavuttaa. Ryhmässä syntyy erilaisia ilmiöitä, jotka kertovat ryhmän dynamiikasta, tahattomista ja tahallisista ryhmäilmiöistä sekä ryhmän muuttumisesta. Edellä mainitut ilmenevät mm. vuorovaikutuksessa, jäsenien osallistumisessa, rooleissa ja ryhmän normeissa. Ryhmän sisäisistä tai ulkoisista vaikutuksista kertovat lopulta tulokset. (Niemistö 1998, 22.)



Kuva 5

3.2 Yhteisöhoito Ryhmätalolla

Kajaanissa toimiva Ryhmätalo tarjoaa avokuntoutusta mielenterveyskuntoutujille yhteisöhoidon periaatteita noudattaen erilaisissa ryhmissä ja toiminnallisten pajojen muodossa. Ryhmät muodostuvat erilaisista rentoutus-, liikunta-, keskustelu-, musiikki-, leivonta- ja ruokaryhmistä. Kuntoutujan voi olla helpompi puhua asioistaan tekemisen ohessa. Teknisentyön-, taidekäsityön- tai tekstiilityön pajoilla voi toteuttaa toiminnallista kuntoutusta. Vertaistuki ja sosiaalinen kanssakäyminen voivat auttaa monia jaksamaan arjessa eteenpäin.

Kuntoutujat ja henkilökunta päättävät asioista sekä suunnittelevat Ryhmätalon toimintaa yhdessä. Esimiehet, henkilökunta ja kuntoutujat pitävät kaksi kertaa vuodessa yhteisen ison kokouksen. Tiivistettynä Ryhmätalo on kuin iso perhe, joka huolehtii asioista ja ympäristöstään yhdessä.

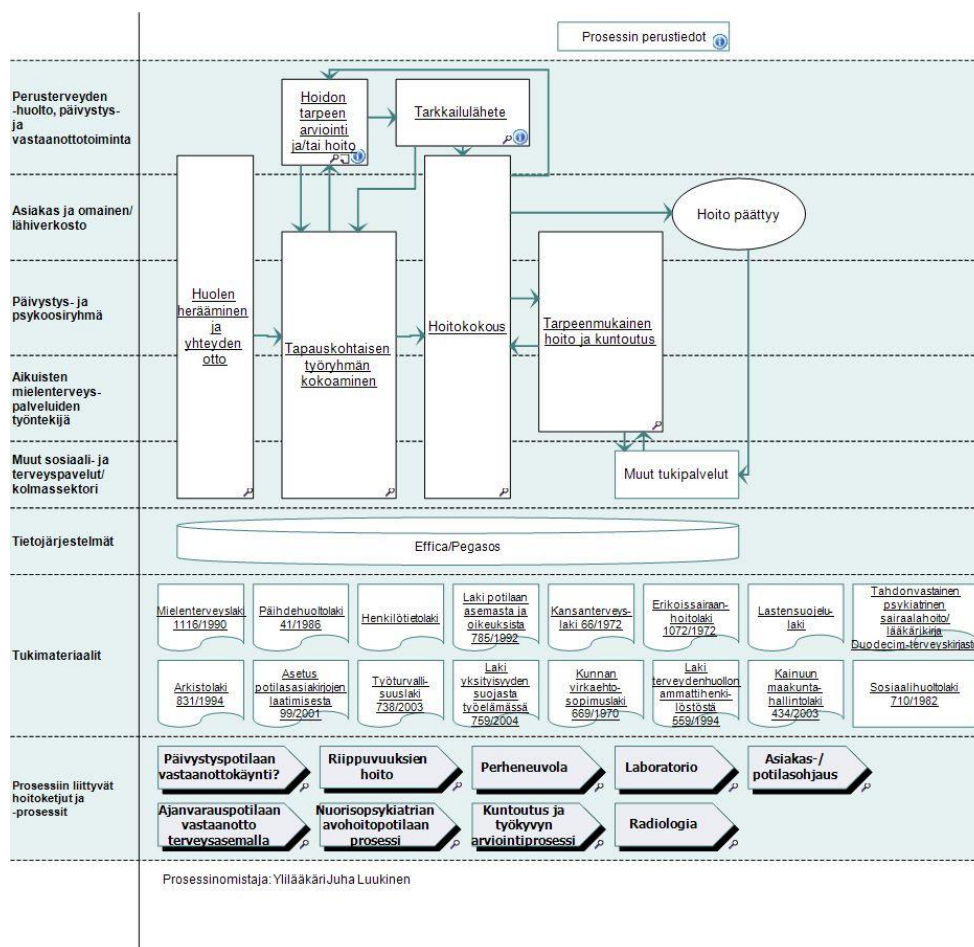


Kuva 6

4 HOITOPOLKU

Ryhmätalo tarjoaa monipuolista avokuntoutusta tapauskohtaisen työryhmän, asiakkaan ja hänen läheistensä kanssa yhteistyössä. Ryhmätalolle saapumiseen riittää pelkkä yhteydenotto (kuva 7). Yhteydenottoja tulee psykiatrian poliklinikalta, myös osastoilta 12, 13 ja 21, Eljaskartanosta ja kotikuntoutuksesta. Kuntoutujalla on omat yksilölliset tavoitteensa. Tavoitteena voi olla paluu työelämään tai opiskelun aloitus, kuntoutuja voi myös ohjautua erilaisiin kolmannen sektorin toimintoihin mukaan (KaMi ry tai Klubitalo Tönäri). Hoitopolun etenemisen löydät internetistä.

(http://prosessit.kainuu.fi/QPR/Portal/QPR.Isapi.dll?QPRPORTAL&*prmv&SES=qvb-2DTZMeV6M1wCd-nVrw&FMT=p&LAN=fi%u002c1&DTM=&RID=929117472215749541)



Kuva 7

5 TARPEENMUKAINEN HOITO JA TAPAUSKOHTAINEN TYÖRYHMÄ- TYÖSKENTELY

5.1 Työryhmätyöskentelyn historiaa Kainuussa

Vuonna 1987 perustettiin poliklinikkatyöryhmä Salmijärven sairaalaan. Ryhmässä työskentelivät psykologi, psykiatri, erikoissairaanhoitaja ja sosiaalityöntekijä. Työryhmän tehtävänä oli sairaalahoitoon tai sairaalahoidon tarpeen arviointiin tulevien potilaiden tulovaiheen selvittely. Ryhmä työskenteli virka-aikana ja tarpeen mukaan sitä täydennettiin osaston henkilökunnan jäsenillä. Poliklinikka työryhmätoiminta lopetettiin vuoden 1989 lopussa. Ajatusta psykoosityöryhmän perustamisesta pidettiin yllä kuitenkin koko ajan. Psykoosityöryhmätoiminnan toiminta aloitettiin projektiluontoisen syksyllä 1992. (Saari 2002, 23 - 24.)

Mauno Saaren tutkimuksessa Psykoosityöryhmä vaikeiden mielenterveyshäiriöiden hoidossa Kainuussa vuosina 1992 - 1996 saatujen tulosten perusteella psykoosityöryhmätyöskentely on ollut vähintäänkin yhtä tuloksellista kuin tavanomainen psykiatrinen erikoissairaanhoito. Erityisesti yhdeksän kuukautta - kaksi vuotta psykoosityöryhmässä hoidetut selviytyivät paremmin kuin tavanomaista hoitoa saaneet. Työryhmätyöskentelyn vaikutus mielenterveyspotilaiden kuntoutumisessa on todistettu olevan tuloksellisempaa kuin tavanomaista hoitoa saaneiden. (Saari 2002, 2.)

Suomessa vuosina 1981 - 1987 toteutetun Skitsofrenian valtakunnallisen kehittämissuhteen jälkeen julkaistu tutkimus "Skitsofreniaan sairastuneen hoidon ja kuntoutuksen hoitomalli" toi sairaanhoitopiirien käyttöön tiedon, kuinka skitsofreniaan sairastuneen hoidon kokonaisuus tulisi järjestää Suomessa. Uudessa hoi-

tomallissa suositeltiin sairaanhoitopiireihin perustettavaksi erityisiä ”psykoosityöryhmiä” jotka vastasivat potilaiden alkuvaiheen selvittelyistä sekä potilaiden hoidoista. (Saari 2002, 19.)

Psykoosityöryhmissä tavoiteltiin aluksi kokoonpanoa, jossa olisivat mukana psykiatri, psykologi, sairaanhoitaja ja sosiaalityöntekijä. Myöhemmin sosiaalityöntekijä korvattiin toisella sairaanhoitajalla. Psykoosiryhmän sairaanhoitajilta edellytettiin perehtymistä perhe- sekä verkostoterapian menetelmiin. Psykoosityöryhmän yhtenä tavoitteena on osallistua alueen psykiatrista sairaanhoitoa tarvitsevien ensikertalaisten hoitokokouksiin riippumatta potilaille asetetuista diagnooseista. (Saari 2002, 25 - 26.)

5.2 Tapauskohtainen työryhmätyöskentely

Ryhmätalolla hoidetaan kuntoutujia tapauskohtaisen työryhmätyöskentelyn menetelmin. Tapauskohtaisessa työryhmätyöskentelyssä on kyse ammattilaisten yhteistyöstä asiakkaan, hänen omaistensa ja lähiverkostonsa kanssa. Työryhmä työskentelee yhteisten hoidollisten tavoitteiden saavuttamiseksi ja kuntouttavasta näkökulmasta. Pyrkimys on, että asiakasta hoitavat henkilöt pysyvät samana hoitoprosessin ajan. Avohoidossa tapahtuva hoito saa tukea tarvittaessa sairaalan osastoilta sekä muilta verkostoilta, jotka kuuluvat asiakkaan hoitoon. (kaima.fi)

Asiakas tapaa tapauskohtaista työryhmää omaistensa kanssa kotonaan, avohoidon eri toimipaikoissa tai sairaalan osastolla pidettävissä hoitokokouksissa. Asiakkaan ensimmäinen hoitokokous pyritään kutsumaan koolle mahdollisimman pian yhteydenotosta ja tarvittaessa päivystyksenä. Työryhmässä ammattilaiset, asiakas, omainen ja lähiverkosto kartoittavat, minkä takia asiakas on tullut hoidon

piiriin. Yhdessä tämä ryhmä suunnittelee ja arvioi asiakkaan tarpeenmukaista hoitoa. (kaima.fi)

5.3 Lääkehoito

Kuntoutujan aloittaessa hoidon Ryhmätalossa selvitetään lääkitys kuntoutujalta ja lähettäneeltä taholta. Lääkäri vastaa lääkehoidon aloituksesta ja lääkemuutoksista. Sairaan- ja mielenterveyshoitajat toteuttavat lääkehoitoa lääkärin määräysten mukaisesti. Lääkehoidon kaikki vaiheet kirjataan sähköiseen potilastietojärjestelmään (sekä lääkäri että hoitajat).

Kuntoutujat käyttävät pääasiallisesti p.o. (suun kautta) lääkkeitä. Lisäksi heillä voi olla käytössään pitkävaikutteisia injektioita i.m (lihakseen pistettäviä), inhalaatioita (hengitettäviä lääkkeitä) sekä erilaisia voiteita. Ryhmätalolla ei käytetä i.v:sti (suonensisäisesti) annettavia lääkkeitä. Hoitajan on osattava seurata lääkkeen vaikutusta ja toimia tilanteessa, jossa lääke aiheuttaa potilaalle esim. anafylaktisen eli äkillisen ja hengenvaarallisen allergisen reaktion. Lääkehoidossa korostuu potilaiden ohjaus, neuvonta ja seuranta.

Ryhmätalolla kuntoutujien lääkevalikoima on laaja. Pääasiassa käytetään psykiatrialääkitystä ja niiden lisäksi useilla kuntoutujilla on lääkitys myös somaattisiin sairauksiin. Tämä edellyttää hoitajilta laajaa lääkehoidon osaamista.

Kuntoutujilla on mahdollisuus uusien reseptien Ryhmätalon kautta. Hoitajat tai osastonsihteerit tekevät uusintapyynnöt sähköisesti. Somaattisten sairauksien reseptien uusinta tapahtuu pääsääntöisesti terveyskeskuksen tai apteekin kautta. Kuntoutuja hakee lääkkeensä itse apteekista ja toimittaa ne Ryhmätalolle. Lääkkeidenjakoryhmässä kuntoutuja jakaa lääkkeensä ohjeiden mukaisesti dosettiin. Sairaanhoitajat tarkistavat jaetut lääkkeet. Kuntoutujien lääkkeet säilytetään lukollisessa kaapissa Ryhmätalolla lukitussa lääkehoituhuoneessa.

Ryhmätalon lääkehoitosuunnitelman löydät kansion lopusta.



Kuva 8

6 HENKILÖKUNNAN TEHTÄVÄT

6.1 Vastuuviikkolaisen tehtävät

Ryhmätalolla on käytössä viikottain kiertävä lista vastuuhoidajasta. Vastuuhoidaja huolehtii yhteisöstä, aukaisee aamulla molemmat ulko-ovet ja huolehtii ne kiinni illalla. Hän huolehtii valojen ja sälekaihtimien aukaisusta ja sulkemisesta, päivittäin keskustelu- ja tietoryhmien sujumisesta sekä materiaaleista. Vastuuviikkolainen pitää raportit aamulla ja päivällä, päivittää viikkokalenterin ajantasalle, tekee tilastoinnit kävijöistä, ohjaa maanantaisen viikkokatsausryhmän ja huolehtii, että tiedotelokerikot ovat täynnä (ryhmätalon viikko-ohjelmat yms.). Hän tekee huoltoilmoitukset nettiin ja huolehtii muutenkin yhteisistä asioista.

6.2 Tiimivastaava

Tiimivastaava vastaa oman yksikkönsä päivittäisestä toiminnasta Ryhmätalolla, mutta hänellä ei ole hallinnollista esimiesvastuuta. Tiimivastaava vastaa oman yksikkönsä toiminnan organisointiin liittyvistä asioista ja yksikön toiminnasta käytännön tasolla yhdessä oman tiiminsä kanssa. Hän toimii työyksikkönsä vastaavana hoitajana ja vastaa yksikön toiminnasta yhteisesti sovitun toimintamallin mukaisesti.

Tiimivastaavan työhön kuuluu henkilöstön käytön suunnittelu. Hän suunnittelee vuosilomat sekä pitkäaikaiset sijaisuudet yhteistyössä koordinoivan osastonhoitajan kanssa. Hän tarkistaa ja huolehtii, että työntekijät ovat tallentaneet lomatoiveensa HRM-ohjelmaan (Human Resource Management), sen jälkeen kun lomat on työryhmässä sovittu. Tiimivastaava tekee yhdessä työryhmän kanssa

esitykset hankinnoista ja remonteista vastualueen päällikölle. Hän huolehtii sijaishankinnasta yhteistyössä koordinoivan osastonhoitajan ja sijaispalveluyksikön kanssa. Tiimivastaava huolehtii työsuojeluun liittyvistä asioista yhdessä koordinoivan osastonhoitajan, vastualueen päällikön sekä työryhmän kanssa.

Tiimivastaava pitää säännöllisesti tiimipalavereja ja varmistaa tiedonkulun yksikkönsä työntekijöiden ja tiimivastaavien välillä. Hän huolehtii maakunnan yleisten ohjeiden tiedottamisesta ja noudattamisesta yksikössään. Tiimivastaava on mukana kehittämässä yksikkönsä ja koko vastualueen toimintamallin mukaista toimintaa yhteistyössä henkilöstön ja tiimivastaavien kanssa.

Tiimivastaava huolehtii uusien työntekijöiden ja opiskelijoiden perehdyttämisestä yhdessä henkilöstönsä kanssa. Hän huolehtii yhteistyössä muiden tiimivastaavien ja koordinoivien osastonhoitajien kanssa opiskelijoiden tarkoituksenmukaisesta sijoittumisesta. Tiimivastaava hyväksyy sisäisiin koulutuksiin osallistumisen (paperihakemukset). Hän toteuttaa kehityskeskustelut yhdessä hallinnollisen esimiehen kanssa. Tiimivastaavalle kuuluu myös yksikön sairaanhoitajan tehtäviä ja hän osallistuu myös potilastyöhön.

6.3 Sairaanhoitaja ja mielenterveyshoitaja

Ryhmätalolla sairaanhoitajan sekä mielenterveyshoitajan työnkuva on pääosin samanlainen. Sairaanhoitajan tehtävänä Ryhmätalolla on toteuttaa aikuisten mielenterveyskuntoutujien sairaanhoitoa vaativaa hoitoa ja kuntoutusta avohoidossa. Hoito tapahtuu ryhmämuotoisena ja tarpeenmukaisena hoito- ja tapauskohtaisena työryhmätyöskentelynä. Sairaanhoitajan työ Ryhmätalolla on moniammatillista ja moniulotteista yhteistyötä.

Sairaanhoidajan tehtäviin kuuluu kuntoutujien avohoidon kokonaisvaltainen suunnittelu ja tarpeenmukainen hoito tapauskohtaisessa työryhmässä. Hän kutsuu koolle hoitokokouksiin osallistuvat henkilöt ja osallistuu kokouksiin. Sairaanhoidaja huomioi perhekeskeisyyden kuntoutujan hoidossa.

Sairaanhoidajan tehtäviin kuuluu asiakkaan kokonaisvaltainen lääkehoito. Lääkehoito sisältää avohoidossa olevien kuntoutujien lääkehoidon tukemista. Tehtävänä on lääkkeiden jakaminen, annostelu, injektiot ja resepteistä huolehtiminen lääkeryhmässä. Lääkehoito sisältää myös lääkehoidon seurannan, toteutuksen, arvioinnin ja konsultoinnin. Kuntoutujan lääkehoidon suunnittelu tapahtuu kuntoutujan ja lääkärin kanssa yhteistyössä.

Sairaanhoidaja ohjaa, suunnittelee ja arvioi toiminnallisia- ja keskusteluryhmiä. Hän tukee ja ylläpitää yhteistyötä ja vastaa akuutteihin kriisitilanteisiin. Sairaanhoidaja tekee kotikäyntejä, jotka tukevat kuntoutujien avohoitoa ja käy heidän kanssaan tukea antavia keskusteluja. Sairaanhoidaja on kuntoutujan tukena erilaisten asioiden selvittelyssä eri yhteistyötahojen kanssa.

6.4 Toiminnallisten pajojen henkilökunta

Toiminnallisten pajojen henkilökunnan työtehtävät ovat monipuolisia. Henkilökunta ohjaa työskentelyä toiminnallisissa pajoissa. Lisäksi he ovat mukana tapauskohtaisissa työryhmissä, kotikäynneillä, hoitokokouksissa ja ohjaavat erilaisia ryhmiä.

6.5 Osastosihteeri

Osastosihteeri käy Ryhmätalolla kerran viikossa. Hän tekee puolikasta työaika. Työtehtäviin kuuluvat varastotilauksien tekeminen ja muut sihteerin tehtävät.

6.6 Psykologi

Psykologi järjestää yksilötapaamisia sekä erilaisia ryhmiä. Tarvittaessa psykologi on mukana hoitokokouksissa ja tekee psykologisia tutkimuksia. Psykologi on mahdollisuuksien mukaan mukana Ryhmätalon kehittämis- ja suunnittelukouksissa sekä työryhmissä.

6.7 Muu henkilökunta

Liikunnanohjaaja ohjaa liikuntaryhmää, johon Ryhmätalon kuntoutujilla on mahdollista osallistua. Ryhmä kokoontuu torstaisin klo 12 Ryhmätalolla.

6.8 Muut palvelut

Yleisten tilojen siivous tapahtuu Fox Mamsellin toimesta. Tilat siivotaan 2krt/vko.

Posti saapuu ja lähtee 2krt/vkossa, aina tiistaisin ja torstaisin.

Kiinteistöhuollosta vastaa Kajaanin Kaupunki.

7 TOIMINNALLINEN KUNTOUTUS

Tekemisen kautta kuntoutuja voi saada tukea sosiaaliselle vuorovaikutukselle tai päästä hetkeksi irti ajatuksista keskittymällä puhumisen sijaan tekemiseen. Toiminnallisilla pajoilla tekeminen auttaa toimintakyvyn ylläpitämisessä sekä on väline ja keino kuntoutumisen polulla, ei itse pääasia. Pajoilla tekeminen on hyvä apuväline kuntoutujan toimintakyvyn ylläpitämisessä. Pajoilla voi tehdä töitä itselle tai Ryhmätalolle. Omaksi lunastettavista töistä peritään materiaalimaksu.

7.1 Tekstiilityöpaja

Tekstiilipajalla on mahdollista tehdä käsitöitä pääasiassa pehmeistä materiaaleista ommellen, kutoen, neuloen sekä virkaten (kuva 8). Pajalla on mm. ompelukoneita, saumuri ja kangaspuut.



Kuva 9

7.2 Taidekäsityöpaja

Taidekäsityöpajalla on mahdollista tehdä käsitöitä monin erilaisin tekniikoin ja erilaisista materiaaleista mm. tiffany-, keramiikka-, mosaiikki- ja huovutustöitä, kankaanpainantaa, maalausta, paperiaskartelua, koruja jne. Käsityöpajalla on kuntoutujien käytössä myös pienet kangaspuut sekä ompelukone (kuva 9).



Kuva 10

7.3 Teknisen työn paja

Teknisen työn pajalla on mahdollista tehdä puu- ja metallitöitä. Pajalla on perinteiset puun työstövälineet sekä maalaus- ja hitsauskoppi (kuva 10).



Kuva 11

7.4 Ryhmätalon ryhmät

Avoimet ovet tutustujille

Perjantaisin alkaen 5.2. klo 12 - 14 Ryhmätalolla on avoimet ovet aikuisten mielen-terveys- ja riippuvuushoito palveluiden asiakkaille. Silloin on mahdollista tutustua vapaasti Ryhmätaloon, sen toimintaan ja saada tietoa eri ryhmistä sekä mielen-terveyskuntoutuksesta.

Eläimistä voimaa

Kokoontuu 5 kertaa kevään aikana. Kurssin tavoitteena on kehittää kehon, mielen ja sosiaalisten taitojen hallintaa eläinten avulla. Tavoitteena on luoda kontakti eläimeen ajatusten, tunteiden ja kehon tasolla.

Kaksisuuntaisen mielialahäiriön hallintakurssi

Ryhmä on suljettu ryhmä ja se kokoontuu viikoittain yhteensä 12 kertaa 1 h 30 min kerrallaan. Ryhmä on tarkoitettu henkilöille, joilla on diagnosoitu kaksisuuntainen mielialahäiriö. Kurssilla käydään läpi kaksisuuntaiseen mielialahäiriöön liittyviä asioita ja edetään teemoittain työkirjan mukaisesti. Kurssi tarjoaa mahdollisuuden keskustella luottamuksellisesti ja jakaa ajatuksia samantyyppisiä asioita kokeneiden ihmisten kanssa. Kevään kurssi on jo alkanut. Uusi kurssi alkaa mahdollisesti keväällä 2015. Ryhmän ohjaajina toimivat psykologi, psykoterapeutti Anne Karinkanta ja psykologi Katielina Kärkkäinen.

Karaokeryhmä

Avoin ryhmä. Yksilö- tai yhteislaulua mikrofonin kanssa tai ilman. Mukaan voi tulla myös kuuntelemaan tai muuten vain tunnelmoimaan.

Keskusteluryhmä

Päivittäinen avoin keskusteluryhmä. Tiistaisin, keskiviikkoisin ja torstaisin keskustelulle on aihe. Muina päivinä kuulumisiin liittyvää ajatusten vaihtoa.

Korva-akupunktioryhmä

Avoin ryhmä. Ryhmässä laitetaan molempiin tai vain toiseen korvaan viisi akupunktioneulaa. Hoidon jälkeen on mahdollista saada magneetti tai jyvät korvanlehteen tehostamaan hoitoa. Korva-akupunktiota annettaessa keskittyminen ja rauhoittuminen ovat tärkeitä tekijöitä. Hoito kestää noin 30–50 minuuttia rauhallisessa ja turvallisessa ympäristössä. Korva-akupunktiolla voidaan hoitaa muun

muassa unettomuushäiriöitä, levottomuutta, stressiä, masennusta, migreeniä, addiktioita eli riippuvuuksia, paranoidisuutta ja alhaista energiatasoa.

Liikkuen hyvää mieltä -ryhmä

Avoin ryhmä. Ryhmän tavoitteena on mielen virkistäminen liikunnan avulla sekä fyysisen kunnon kohentaminen ja/tai ylläpito. Ryhmä alkaa kunnes osallistujia on vähintään neljä. Ryhmän tarkempi sisältö suunnitellaan osallistujien kanssa yhdessä tarpeen mukaan.

Luontoliikunta -ryhmä

Ryhmä on avoin ryhmä. Ryhmässä toteutetaan luonnossa liikkumista yleensä kävelylenkin tai retkien muodossa.

Lääkkeenjakoryhmä

Ryhmätalolla säilytetään jokaisen ryhmään osallistuvan henkilön omat lääkkeet ja reseptit, lääkkeet jaetaan sopimuksen mukaan, yleensä viikoittain. Ryhmässä on mahdollisuus saada vertaistukea, tietoa ja ymmärrystä lääkehoitoon liittyen.

Mielekäs Päivä -kurssi

Kurssi toteutetaan suljettuna ryhmänä. Ryhmä kokoontuu viikoittain 11 kertaa 1,5 h kerrallaan. Mielekäs Päivä korostaa omaa vastuuta elämästä. Kurssilla voi jakaa ajatuksia ja kokemuksia toisten kanssa, voi saada uutta tietoa, voi parantaa vuorovaikutustaitoja, voi kehittää ongelmanratkaisukykyä, voi saada tukea ja kannustusta jaksaa eteenpäin sekä huomata, ettei ole ainoa, jolla voi ajoittain olla vaikeita hetkiä ja ongelmia. Kurssi alkaa kunnes ilmoittautuneita on vähintään neljä. Osallistuminen vaatii ryhmään sitoutumista.

Miestenryhmä

Avoin ryhmä. Keskustelua eri aiheista ja miesten elämäntilanteisiin liittyvistä asioista, retkiä sekä tutustumiskäyntejä eri paikkoihin. Tavoitteena sosiaalisen vuorovaikutuksen tukeminen sekä vertaistuen jakaminen.

Musiikinkuunteluryhmä

Avoin ryhmä. Jokainen voi tuoda omaa lempimusiikkiaan tai valita Ryhmätalon valikoimasta kappaleen, joka kuunnellaan ja sitä voi halutessaan kommentoida. Ryhmässä järjestetään joskus myös levyraati, jossa arvioidaan sanoin ja numeroin musiikkikappaleita.

Naistenjumppa

Avoin ryhmä naisille kevyen ja vaihtuvan jumpan merkeissä liikuntasalissa.

Nuorten aikuisten iltapäivä -ryhmä

Nuorten aikuisten iltapäivä on suunnattu 18 – 30-vuotiaille nuorille, joilla on jokin mielenterveyden häiriö tai vaikea elämäntilanne, joka koettelee omaa hyvinvointia ja jaksamista. Iltapäivän ohjelma koostuu keskusteluista ja toiminnallisuudesta, mikä suunnitellaan yhdessä nuorten kanssa heidän tarpeidensa mukaan. Nuorten iltapäivät ovat keskiviikkoisin alkaen 5.2.14 kesään asti.

Psykoterapiaryhmä

Psykologi Anne Karinkanta ohjaa kolmea terapiaryhmää. Keskiviikkoisin klo 12 - 13.15 tukea antava terapiaryhmä sekä keskiviikkoisin klo 14.30 - 16 ja torstaisin klo 14.30 - 16 psykoterapiaryhmät. Ryhmät ovat täydentyviä.

Tasapainoa painoon

Suljettu ryhmä, joka kokoontuu viikoittain 10 kertaa. Ryhmä on tarkoitettu henkilöille, jotka kaipaavat vertaistukea ja kannustusta painonhallintaan. Apuna käytetään ruokapäivä- ja ravitsemustyökirjaa. Ryhmä alkaa kunnes ilmoittautuneita on vähintään neljä.

Reijo Auma-ahon liikuntaryhmä

Avoin liikuntaryhmä, johon Ryhmätalon kuntoutujilla on mahdollista osallistua. Ryhmä kokoontuu torstaisin klo 12 Ryhmätalolla, josta lähtö Reijon autolla.

Rentoutustuokio

Avoin ryhmä. Tuokio aloitetaan 10 minuutin hiljaisuudella, jonka jälkeen rentoutusta jatketaan silmät kiinni, nojatuolissa istuen, viltin alla, kuunnellen ohjattua mielikuvarentoutusta tai rauhallista musiikkia.

Rentoutuskurssi

Suljettu ryhmä. Alkaa 4.2.2014 ja kokoontuu viikoittain 12 kertaa. Kurssilla perehdytään erilaisiin rentoutusmenetelmiin ja tehdään käytännön rentoutus- ja hengitysharjoituksia. Tavoitteena on, että kurssilaiset oppivat ymmärtämään rentoutuksen merkityksen ja hyödyntämään itselle sopivaa rentoutusmenetelmää arkielämässään. Osallistuminen vaatii ryhmään sitoutumista.

Ruokaryhmä

Avoin ryhmä. Ryhmä kokoontuu Kaukametsän kansalaisopistolla ja on Kansalaisopiston toimintaa. Ryhmään osallistuvilta peritään pieni lukukausimaksu sekä joka kerta tarvikemaksu. Ryhmässä tehdään monipuolista ja terveellistä ruokaa alku-, pää- ja jälkiruokineen. Reseptit tehdyistä ruoista saa mukaan.

Skräppäysryhmä

Kokoontuu 6 kertaa kevään 2014 aikana, kurssin tarkoituksena on tehdä näkyväksi omia voimavaroja, nauttia oman luovuuden löytämisestä ja pysähtyä hetkeksi kuulostelemaan omaa itseä ja jakaa ajatuksia toisten kurssi kanssa. Kurssi perustuu voimaannuttavaan menetelmään, jonka keskeisessä roolissa ovat valokuvat, luova askartelu, omat tarinat ja keskustelut.

Sosioterapiaryhmä

Avoin ryhmä. Aihe vaihtuu joka kerta eri ohjaajan mukaan. Ryhmän tarkoituksena on antaa tietoa eri aiheista alustuksen ja keskustelun pohjalta sekä käydä tutustumassa eri paikkoihin tai tehdä jotain mielekästä yhdessä ryhmänä. Ryhmän tavoitteena on lisätä mielenterveyskuntoutujan ymmärrystä sairaudestaan sekä sen mahdollisimman hyvästä hallinnasta jokapäiväisessä elämässä. Lisäksi ryhmän tavoitteena on lisätä sosiaalista vuorovaikutusta.

Tietoryhmä

Avoin ryhmä. Ryhmässä katsotaan asiaohjelmia eri aiheista, jonka jälkeen aiheesta keskustellaan. Tavoitteena on lisätä kuntoutujien tietoa ja jakaa uusia näkökulmia asioihin.

Viikkokatsaus (Yhteisökokous)

Maanantaisin kaikille kuntoutujille yhteinen ryhmä, jossa käydään läpi kuluvan viikon viikko-ohjelma, tapahtumat ja ilmoitusasiat sekä käsitellään ja keskustellaan yhteisöä koskevista asioista.

Voimaiset

Suljettu ryhmä. Kohtaamme päivittäin erilaisia tunteita, jotka voivat toimia elämässämme jarruna tai moottorina. Voimaiset on naisten ryhmä, jossa etsimme yhdessä keinoja valjastaa tunnekokemukset elämän voimavaraksi. Tunnetyöskentelyssä hyödynnämme keskusteluja ja toiminnallisia menetelmiä, joiden tavoitteena on tunteiden tunnistaminen, haltuunoton ja ilmaisun vahvistaminen. Kevään ryhmä on jo täynnä. Syksyllä 2014 alkaa mahdollisesti uusi ryhmä.

8 RYHMÄTALON SÄÄNNÖT JA ARVOT

Toimintaamme ohjaavia arvoja ovat tasa-arvoisuus, luottamuksellisuus, suvaitsevaisuus, vastuullisuus ja toiminnallisuus. Hoito muodostuu pääasiassa ryhmähoidoista ja toiminnallisista pajoista yhteishoidon periaatteita noudattaen. Toiminnallisilla pajoilla tekeminen on väline ja keino kuntoutumisen polulla, ei itse pääasia.

Ryhmätalon kuntoutujilla on oikeus hyvään ja tasapuoliseen kuntoutukseen ja hoitoon. Kuntoutuja osallistuu tasa-arvoisena kuntoutuksen ja hoidon suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin yhdessä moniammatillisen, tapauskohtaisen työryhmän kanssa. Hänellä on oikeus tiedonsaantiin, valinnanvapauteen ja kunnioitettavaan kohteluun. Ryhmätalon kuntoutajat ja henkilökunta kuuluvat jäseninä yhteisöön, jossa kunnioitetaan toista ja arvostetaan toisen oikeutta ruumiilliseen ja henkiseen koskemattomuuteen.

Ryhmätalon säännöt ja käytännöt

1. Jokainen ihminen on samanarvoinen, kohtelee toisia niin kuin toivoisit itseäsi kohdeltavan.
2. Kaikilla kävijöillä, kuntoutujilla ja henkilökunnalla on vaitiolovelvollisuus.
3. Jokaiselle tehdään tavoitteellinen kuntoutussuunnitelma, johon kuntoutujan tulee sitoutua.
4. Talo on auki kuntoutujille ma-to klo 8-15, pe klo 8-14. Poikkeuksellisista aukioloajoista ilmoitetaan ilmoitustaululla.

5. Ilmoitustaululta näet mm. tärkeät asiat, ilmoitukset ja Ryhmätalon tulevat tapahtumat.
6. Maanantaisin klo 10 on viikkokatsaus, jossa käydään läpi tulevan viikon ohjelma ja tapahtumat, keskustellaan yhteisistä asioista sekä suunnitellaan toimintaa. Viikkokatsaus on kaikille avoin ja osallistuminen on toivottavaa. Viikkokatsauksen pöytäkirja on luettavissa eteisen pöydällä olevasta kansista.
7. Kahvitellaan ja ruokaillaan oikeisiin aikoihin.
 - aamukahvi klo 8:30–9 (henkilökunnan raportti 8–8:30)
 - ruokatauko klo 11–12 (henkilökunnan raportti 11:30–12)
 - päiväkahvi ma-to 13:30–14, pe 13–13:30
8. Keittiövuorolaisen vastuulle kuuluu:
 - keittiön siisteydestä huolehtiminen
 - astianpesukoneen täyttö ja tyhjennys
 - pöytien pyyhkimen
 - roskien vienti
 - aamu- ja päiväkahvin sekä teeveden keitto

9 TURVALLISUUSUUNNITELMA

Turvallisuussuunnitelma valmistuu Ryhmätalolla kevään 2014 aikana.



Kuva 12

10 TULEVAISUUDEN NÄKYMÄT JA TAVOITTEET

10.1 Visio 2015

Kajaanin seudun mielenterveyspalvelujen Ryhmätalo on monimuotoinen avohoitokeskus, joka tarjoaa monipuolista kuntoutusta ja hoitoa tarpeenmukaisesti ja asiakaslähtöisesti. Aktiivisessa yhteistyössä muun mielenterveystyön, perusterveydenhuollon, kolmannen sektorin ja muiden yhteistyökumppaneidemme kanssa pystymme tarjoamaan yksilöllistä, joustavaa ja tavoitteellista kuntoutusta ja hoitoa mielenterveyskuntoutujille. Ryhmätalossa kuntoutujat osallistuvat toiminnan suunnitteluun ja laadunhallintaan yhdessä henkilökunnan kanssa. Ryhmätalon toimintaa tulee kehittää lisääntyvää avohoittoa vastaavaksi.



Kuva 13

11 RYHMÄTALON HISTORIA

Alussa Ryhmätalon toiminta jakautui kahteen eri yksikköön, toimintakeskukseen ja päiväosastoon. Kajaanin toimintakeskus ja päiväosasto ovat toimineet elokuusta 1988 alkaen Kajaanin Kuusanmäkeen toimintaa varten suunnitelluissa ja rakennetuissa tiloissa. Vuonna 1997 toiminta siirtyi Kajaanin kaupungin perusterveydenhuollon toiminnaksi.

Kajaanin toimintakeskus rakennettiin Kainuun mielisairaanhuoltopiirin ja Kehitysvammapiirin yhteiskäyttöön. Toimintakeskus rakennettiin osaksi Kainuun mielisairaanhoitopiirin avohoitojärjestelmää. Toimintakeskus oli aloittaessaan ainituolaatuinen Suomessa. Eniten kävijöitä oli Kajaanista mutta myös Paltamosta, Sotkamosta, Ristijärgeltä ja Vuolijoelta.

Kahden yksikön toimiminen saman katon alla mahdollisti tavallista tehokkaamman ja joustavamman hoidon ja kuntoutuksen.

11.1 Päiväosasto

Päiväosasto oli akuuteista mielenterveyshäiriöistä kärsiville henkilöille

- joiden hoito vaati tiivistä avohoitokontaktia
- jotka eivät tarvinneet kokovuorokausihoitoa
- jatkohoitopaikaksi sairaalahoidon jälkeen

Toiminnan alkaessa päiväosastolla oli kymmenen kuntoutuspaikkaa. Päiväosaston puolelle kuntoutujat tulivat läheteellä. Kriisipotilaat pyrittiin ottamaan hoitoon mahdollisimman pian.

Päiväosastolla käytettiin kaikkia yleisimpiä hoitomuotoja yksilö-, perhe- ja ryhmätasolla, mukaan lukien kuntouttava työ ja askartelutoiminta. Hoitoajat sovittiin osastolla kuntoutujan yksilöllisten tarpeiden mukaan. Perhekeskeisyys korostui hoidossa.

Ryhmässä tapahtuneella hoidolla oli huomattava osuus mm. sosiaalisesti estyneiden kuntoutujien hoidossa. Yhteisönä päiväosasto ja toimintakeskus tarjosivat kuntoutujille vastuun ottamista ja jakamista päivittäisten yhteisten töiden muodossa (siivous, keittiö, ulkotyöryhmät). Päiväosaston kuntoutujat osallistuivat myös luoviin ryhmiin ja osa kuntoutujista työ- ja askartelutoimintaan kriisivaiheen jälkeen.

11.2 Toimintakeskus

Toimintakeskus tarjosi mielenterveyshäiriöistä kärsiville henkilöille kuntoutuspalveluja mm. työ- ja askartelutoimintaa varsinaisessa hoitopaikassa tehdyn kuntoutussuunnitelman mukaisesti.

Toimintakeskuksessa oli 6 kuntoutuspaikkaa metalli-, puu- ja tekstiilitöissä, sekä 2 paikkaa keittiössä. Keskeisiä työtehtäviä olivat mm. erilaiset metalli- ja puutyöt, polkupyörien huolto ja korjaaminen, kehystys, ompelu ja kudonta sekä kodinhoitotyöt. Suurimmalla osalla kuntoutujista oli hoitosuhde muualla. Kuntoutujat tulivat toimintakeskukseen hoitavan henkilön läheteellä ja omalla hakemuksella. Päivittäisten elämäntaitojen ylläpitäminen ja kohentaminen toteutui osallistumalla yhteisön tarjoamiin jokapäiväisiin töihin vuorotellen yhdessä päiväosaston kanssa.

Psykiatrian päiväosastoa ja toimintakeskusta käytti keskimäärin 60 - 70 kuntoutujaa kuukaudessa. Kuntoutujien keski-ikä oli 39 vuotta, kuitenkin suurin osa kuntoutujista 31 - 35 -vuotiaita. Psykiatrian päiväosastolla hoitoaika oli muutamasta päivästä muutama vuoteen ja keskimääräinen hoitoaika oli 5 kuukautta. Toimintayksikössä kuntoutusaika oli useammasta kuukaudesta muutama vuoteen.



Kuva 14

11.3 Tavallinen päivä toimintakeskuksessa vuonna 1990

Aamu alkoi klo 8.00, jolloin keittiöryhmä valmisti ja kattoi aamupalan. Samaan aikaan henkilökunta piti aamuraporttia. Aamupalan jälkeen päiväosastolaiset osallistuivat päivittäiseen keskusteluryhmään ja toimintayksikön kuntoutujat aloittivat työskentelyn työpajoissa. Tämän jälkeen ohjelmassa vaihtelivat eri viikonpäivinä erilaiset toiminnalliset ja yhteisölliset sekä muut ryhmät (mm. keittiö-

ryhmä, sosiodraama, musiikki- ja rentoutusryhmä), kuntoutus- ja hoitoneuvottelut, perhetapaamiset, sekä päiväosastolla olevien kohdalla omahoitajakeskustelut. Toisinaan tehtiin yhteisiä retkiä yhdessä suunniteltuihin talon ulkopuolisiin retki-kohteisiin. Aikaa pyrittiin jättämään myös vapaaseen oleiluun, asioiden yksin pohtimiseen ja toisten kanssa seurusteluun. Päivää rytmittivät klo 11.00 tapahtuva ruokailu, sekä kuntoutujien ja henkilökunnan yhteinen päiväkahvi klo 13.30. Päivä päättyi klo 15.30.

12 RYHMÄTALON YHTEISTYÖKUMPPANIT

Aikuisten mielenterveyspalvelut- ja riippuvuuksien hoito

Kansalaisopisto

Klubitalo Tönäri

KaMi ry eli Kainuun Mielenterveysseura ry

Ravitsemusterapia

Kansanterveyshoitajat

Kumppaniksi ry

Kuntouttava työtoiminta

KAO - Seppälän toimipiste

KAO - Hyvinvointiala

Kaupungin teatterituki ry

Kajaanin Ammattikorkeakoulu



Kuva 15

13 HYÖDYLLISIÄ INTERNETSIVUSTOJA

- Mielenterveyden keskusliitto

<http://www.mtkl.fi/>

- Kainuun mielenterveysseura

<http://www.nuorimieli.fi/kamiry.html>

- Suomen mielenterveysseura

<http://www.mielenterveysseura.fi/>

- Ihmissuhdetaitojen opiskelua ryhmämenetelmin

<http://www.ryhmatyo.fi/>

- Sosiaalialan ammattilaisille

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

- Kuntoutusportti

<http://www.kuntoutusportti.fi/portal/fi>

- Kela

<http://www.kela.fi/asiointi>

LÄHTEET

Ahonen, J. & Halinen, I. 2008. Yhteisöllinen avohoito rahapeliongelmaisten tukena. Valopaino Oy. Helsinki.

Koskisuus, J. 2004. Eri teitä perille - mitä mielenterveyskuntoutus on?. Helsinki. Edita.

Murto, K.. 1997. Yhteisöhoidon suuntauksia. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.

Niemistö, R. 1998. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. Tammer-Paino. Tampere.

Saari M. 2002. Psykoosityöryhmä vaikeiden mielenterveyshäiriöiden hoidossa Kainuussa vuosina 1992-1996. Oulun Yliopisto. Oulu.

Tiri, H. 2005. Good results in psychiatric health care and factors affecting them in Finland and in Greece. Oulun Yliopisto. Oulu.

Valkonen, S., Salo, A., Rönkkö, S., & Lehto, M. 2011. Mahdollisuuksia muutokseen - ohjaajan kirja. Trio-Offset Oy. Helsinki.

Sähköiset lähteet:

Kuntoutusportti. Luettu 18.3.2014.

<http://www.kuntoutusportti.fi/portal/fi/kuntoutus/kuntoutussuunnitelma>

Laki potilaan asemasta ja oikeuksista. 17.8.1992/785. Luettu 26.3.2014.

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1992/19920785>

Mielenterveyslaki. 14.12.1990/1116. Luettu 26.3.2014.

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1990/19901116>

KUVAT:

- | | |
|-----------|--|
| Kansikuva | Ryhmätalo, kuvaaja Sari Tauriainen, 2014 |
| Kuva 1 | Sisäänkäynti, kuvaaja Piia Ahokas, 2014 |
| Kuva 2 | Takkahuone, kuvaaja Sari Tauriainen, 2014 |
| Kuva 3 | Taidekäsityöpaja, kuvaaja Sari Tauriainen, 2014 |
| Kuva 4 | Musiikkihuone, kuvaaja Sari Tauriainen, 2014 |
| Kuva 5 | Oleskelutila, kuvaaja Piia Ahokas, 2014 |
| Kuva 6 | Mosaiikki linnunpöntöt, kuvaaja Sari Tauriainen, 2014 |
| Kuva 7 | Hoitopolku, Kaima, prosessinomistaja Juha Luukinen |
| Kuva 8 | Toimenpidehuone, kuvaaja Sari Tauriainen, 2014 |
| Kuva 9 | Tekstiilityöpaja, kuvaaja Piia Ahokas, 2014 |
| Kuva 10 | Taidekäsityöpaja, kuvaaja Piia Ahokas, 2014 |
| Kuva 11 | Teknisen työn paja, kuvaaja Sari Tauriainen, 2014 |
| Kuva 12 | Savityö, kuvaaja Sari Tauriainen, 2014 |
| Kuva 13 | Taidekäsityöpaja, kuvaaja Sari Tauriainen, 2014 |
| Kuva 14 | Ryhmätalo vuonna 1988, lehtikuva Kainuun Sanomat, 1988 |
| Kuva 15 | Lasityö, kuvaaja Sari Tauriainen, 2014 |

