



SAVONIA

OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

PÄIHDEPALVELUSÄÄTIÖN ASIAK- KAIDEN LÄHEISET OSAKSI HOI- TOPROSESSIA

Keskustelutilaisuus ja infograafi henkilökunnalle

TEKIJÄ/T:

Johanna Kolari,
Tarja Tammelin

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Tutkinto-ohjelma Sairaanhoitajan tutkinto-ohjelma	
Työn tekijä(t) Johanna Kolari, Tarja Tammelin	
Työn nimi Päihdepalvelusäätiön asiakkaiden läheiset osaksi hoitoprosessia- Keskustelutilaisuus ja infograafi henkilökunnalle	
Päiväys 25.02.2024	Sivumäärä/Liitteet 29
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Päihdepalvelusäätiö	
<p>Läheisten kohtaaminen päihdeongelman hoitoprosessissa on yhtä tärkeää kuin asiakkaan. Kuinka kohtaaminen todellisuudessa tapahtuu ja onko läheinen mukana hoitoprosessissa? Hoitoprosessi on laadukkaampaa, jos läheinen on tiiviisti mukana siinä. Kuinka sitä voisi vielä parantaa ja kuinka työntekijät saisivat läheisiä paremmin mukaan hoitoprosessiin.</p> <p>Kehittämistyössä suunniteltiin, toteutettiin ja arvioitiin Päihdepalvelusäätiön henkilökunnalle osallistava keskustelutilaisuus Learning cafe- mallin mukaan.</p> <p>Kehittämistyön tavoitteena on tuoda läheisten kohtaaminen merkityksellisemmäksi ja näkyvämmäksi osaksi hoitoprosessia ja miettiä, kuinka läheinen tulisi nähdä hoitoprosessissa. Tuotoksena annamme Päihdepalvelusäätiölle Learning cafe- tilaisuudesta kootun infograafin, jossa näkyvät esille nousseet asiat selkeässä muodossa. Työntekijät voivat hyötyä käyttää infograafia työssään ja sen jatkokehittämisessä läheisten ottamisessa mukaan hoitoprosessiin.</p> <p>Tuotoksessa käsittelemme päihderiippuvuutta kattaen kaikki päihdyttäviksi luokiteltavat päihteet, koska lieveilmiöt, jotka koskettavat läheisiä, ovat samantyyliisiä riippumatta käytetystä päihteestä. Kuopion Päihdepalvelusäätiöllä, jossa kehittämistyön keskustelutilaisuus järjestetään, hoidetaan kaikissa toimipisteissä potilaita ja läheisiä katsomatta heidän käyttämänsä päihteeseen. Haluamme korostaa päihderiippuvuuden kokonaisuudessaan tuomaa vaikutusta läheisiin.</p>	
Avainsanat Päihderiippuvuus, läheiset, päihdeongelmaiset, päihdehuolto, kohtaaminen, hoitomenetelmät, terveydenhuolto.	

Field of Study Social Sciences, Business and Administration	
Degree Programme Degree Programme in Nursing	
Author(s) Johanna Kolari, Tarja Tammelin	
Title of Thesis Päihdepalvelusäätiö 's clients' loved ones as part of the progress- Discussion session and infographic for the staff	
Date 25.02.2024	Pages/Appendices 29
Client Organisation /Partners Päihdepalvelusäätiö	
<p>Facing loved ones in the treatment process of a substance abuser is as important as the client. How does the encounter actually happen and is a loved one involved in the treatment process? The treatment process is of higher quality if the loved one is closely involved in it. How could it be further improved and how employees could better involve their clients' loved ones in the treatment process.</p> <p>In the thesis, an inclusive discussion for the personnel of the Päihdepalvelusäätiö was planned, implemented and evaluated according to the Learning cafe- model.</p> <p>The aim of the thesis is to make the encounter with loved ones a more meaningful and visible part of the treatment process and to consider how the loved one would be seen in the treatment process. As a result, we`ll give the Päihdepalvelusäätiö an infographic compiled from the Learning cafe-like event, showing the issues raised at the event in a clear format. Employees can benefit from using the infographic in their work and in its further development.</p> <p>In this thesis we deal with substance dependence, covering all intoxicants classified as intoxicating, we have not narrowed down the thesis to deal with a specific group of intoxicants, because the side effects that touch close ones are similar regardless of the substance used. At the workplace, where a discussion session on development work is organised, patients and loved ones are treated at all locations, regardless of the substance they use. We want to emphasize the impact of substance abuse on loved ones as a whole.</p>	
Keywords Substance addiction, loved ones, substance abusers, encounter, treatment methods, health care.	

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO.....	5
2	PÄIHDERIIPPUVUUS.....	7
2.1	Päihderiippuvuuden kehittyminen.....	7
2.2	Päihderiippuvuuden hoito	8
2.3	Päihdetyö ja hoitajien asenteet	8
3	HOITOPROSESSI.....	10
3.1	Hoitoprosessi Suomessa	10
3.2	Hoitoprosessin vaiheet	10
4	PÄIHDERIIPPUVUUDEN VAIKUTUS LÄHEISIIN	12
5	KEHITTÄMISTYÖN TARKOITUS JA TAVOITE	15
6	KEHITTÄMISTYÖN TOTEUTUS.....	16
6.1	Kehittämistyön suunnittelu	16
6.2	Kehittämistyön menetelmät	16
6.3	Kehittämistyön toteutus.....	17
6.4	Kehittämistyön arviointi	19
7	POHDINTA	21
7.1	Kehittämistyön ja tuotoksen pohdinta.....	21
7.2	Eettisyys ja luotettavuus.....	23
7.3	Ammatillinen kasvu	24
7.4	Tuotoksen hyödynnettävyys ja kehittämisideat	25
	LÄHTEET.....	26
	LIITE 1: INFOGRAAFI.....	29

KUVALUETTELO

KUVA 1.	Hoitoprosessin eteneminen (Yhteistyötilat 2022).	10
KUVA 2.	Kehittämistyön prosessin eteneminen (Salonen 2013).	16

1 JOHDANTO

Päihderiippuvainen on henkilö, joka käyttää päihdyttäviä aineita, kuten alkoholia tai huumeita paonomaisesti, toistuvasti ja jatkuvasti riippumatta käytön aiheuttamista sosiaalisista tai terveydellisistä haitoista. Päihderiippuvuudessa henkilön kyky sietää käytettyä päihdettä on noussut, sekä henkilöllä ilmenee eriasteisia vieroitusoireita päihteen käytön lopettamisen jälkeen. Vieroitusoireet saavat usein päihderiippuvaisen jatkamaan päihteidenkäyttöään. (Terveyskirjasto 2023.)

Päihde- ja riippuvuustyön tavoitteena on vähentää ja poistaa päihteisiin ja riippuvuuskäyttäytymiseen liittyviä terveyttä, hyvinvointia ja turvallisuutta vaarantavia tekijöitä. Päihde- ja riippuvuustyöhön kuuluvat ehkäisevä päihdetyö, vastaaminen päihteiden ongelmakäytöstä tai muusta riippuvuuskäyttäytymisestä aiheutuvaan sosiaalihuollon tuen tarpeeseen sekä terveydenhuollon päihde- ja riippuvuustyö. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2015 a.)

Päihderiippuvaisen läheinen voi olla kuka tahansa. Mikäli kokee toisen ihmisen päihteidenkäytön vaikuttavan omaan elämään kielteisesti, on tällöin läheinen jollekin päihteidenkäyttäjälle. Yleisimmin päihteidenkäyttäjän läheinen on puoliso, lapsi tai vanhemmat. Päihteidenkäyttäjän ongelmallinen päihdekäyttö voi vaikuttaa läheisiin haavoittavasti, se kuormittaa läheisten arkea ja sille voivat altistua myös sisarukset, isovanhemmat, muut sukulaiset tai ystävät. (Sininauhaliitto julkaisuaika tuntematon c.)

Päihteidenkäyttäjän läheiset toivovat ammattilaisten kohtaavan heidät tasa-arvoisesti ja luottamuksellisesti. Läheiset toivovat kohtaamisessa ymmärrystä sekä tietoa päihderiippuvuudesta ja päihdepalveluista niin päihteiden käyttäjille, kuin myös palveluista, jotka ovat kohdistettu läheisille. Palveluita hakevalla läheisellä voi olla aiemmastaan huonoja kokemuksia kohtaamisesta, joten tätä koettua kokemusta ei tule vähätellä. Hyvä kohtaamiskokemus rauhoittaa, kasvattaa luottamusta sekä luo uskallusta hakeutua jatkossakin palveluiden piiriin. (Sininauhaliitto julkaisuaika tuntematon b.)

Tämä opinnäytetyö toteutettiin kehittämistyönä. Kehittämistyö tehtiin Kuopion Päihdepalvelusäätiölle. Kuopion Päihdepalvelusäätiö tuottaa palveluja päihderiippuvaisille ja heidän läheisilleen. Päihdepalvelusäätiöllä läheiset ovat keskeisessä roolissa asiakkaiden hoidossa (Päihdepalvelusäätiö 2023). Läheisten osallisuuden vahvistaminen ja huomioon ottaminen asiakkaiden hoitoprosesseissa on erityisen tärkeää. Jokainen kohtaaminen on erilainen ja siihen vaikuttaa muun muassa työntekijän ikä, työhistoria, omat arvot sekä persoona. Tämän takia on tärkeää saada henkilökunnasta nousevia näkökulmia ja heille merkityksellisiä tapoja kohdata läheiset ja koota nämä toimivaksi toimintamalliksi.

Tämän kehittämistyön tarkoituksena on suunnitella, toteuttaa ja arvioida Kuopion Päihdepalvelusäätiön henkilökunnalle osallistava keskustelutilaisuus Learning cafe-mallin mukaisesti. Tavoitteena on tuoda läheisten kohtaaminen merkityksellisemmäksi ja näkyvämmäksi osaksi hoitoprosessia ja miettiä kuinka läheinen tulisi paremmin nähdä hoitoprosessissa.

Learning cafe tilaisuuden aiheena on päihteidenkäyttäjien läheisten huomioiminen ja mukaan ottaminen hoitoprosessiin. Learning cafe -tilaisuudesta nousevan materiaalin pohjalta luodaan yhteenvedon infograafi.

Tässä kehittämistyössä käsittelemme päihderiippuvuutta kattaen kaikki päihdyttäviksi luokiteltavat päihteet, emme ole rajanneet sitä käsittelemään tiettyä päihderyhmää, koska lieveilmiöt, jotka koskettavat läheisiä, ovat samantyyllisiä riippumatta käytetystä päihteestä. Kuopion Päihdepalvelusäätiöllä, jossa kehittämistyön keskustelutilaisuus järjestettiin, hoidetaan kaikissa toimipisteissä asiakkaita ja läheisiä katsomatta heidän käyttämäänsä päihteeseen. Haluamme korostaa päihderiippuvuuden kokonaisuudessaan tuomaa vaikutusta läheisiin.

2 PÄIHDERIIPPUVUUS

Päihteiden tai huumeiden aiheuttamalla päihtymyksellä tarkoitetaan tilaa, jossa henkilö ei pysty päihteen vaikutuksen vuoksi hallitsemaan käytöstään tai käyttäytyä tilanteeseen nähden sopimattomasti. Pääntymyksen luonne riippuu siitä mitä päihdettä on käytetty. (Häkkinen 2023.) Päihteitä ovat ilman hoidollista tavoitetta käytettävät aineet, jotka vaikuttavat psyykkisiin toimintoihin. Yleisimpiä päihteitä ovat alkoholin lisäksi huumausaineet, jotka ovat lainsäädännön määrittelemiä laittomia päihteitä. Lisäksi päihteiksi määritellään impattavat aineet sekä lääkeaineet, jos niitä käytetään lääkinnällisen tarkoituksen sijaan päihtymistarkoituksessa. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2020 a.)

Päihderiippuvainen henkilö käyttää päihdyttävää ainetta pakonomaisesti sekä toistuvasti. Lisäksi päihteidenkäyttöä jatketaan riippumatta siitä, että käyttö aiheuttaa sosiaalisia ja terveydellisiä haittoja. Päihderiippuvuuteen liittyy myös fysiologisen riippuvuuden kehittyminen, jossa henkilön sietokyky käytettävää päihdettä kohtaan nousee ja näin ollen päihdettä käytetään suurempia määriä päihtymistilan saavuttamiseksi. Päihteidenkäytön lopettamisen jälkeisinä päivinä alkaa myös ilmaantua eriaisteisia vieroitusoireita ja nämä oireet saavat usein päihderiippuvaisen jatkamaan päihteidenkäyttöään. Vieroitusoireiden vakavuus ja oireisto riippuvat käytetystä päihteestä. (Häkkinen 2023.) Päihderiippuvuus voi aiheuttaa ahdistuneisuutta, mielialaoireita sekä lisätä sosiaalisen elämän ongelmia vaikuttaen negatiivisesti työ- ja toimintakykyyn. Myös itsestä huolehtiminen, harrastukset ja ihmissuhteet kärsivät. (Tampereen yliopistollinen sairaala 2023.)

Päihderiippuvuus voidaan jakaa kolmeen alalajiin. Fyysinen riippuvuus syntyy käytetystä päihteestä, kun sitä käytetään paljon. Psyykinen riippuvuus tulee tunteesta, jota päihteidenkäyttäjä haluaa saada ja tavoittelee toistuvasti tunnetilaa riippumatta siitä, mikä aine on kyseessä. Tässä syntyy riippuvuus aineesta saatavaan mielihyvän kokemukseen. Sosiaalinen riippuvuus tulee tilanteista ja seurasta, johon on liittynyt positiiviset tunteet ja kokemukset yhteisestä päihteiden käytöstä. (Maunu 2014.)

2.1 Päihderiippuvuuden kehittyminen

Päihteiden käyttö ja päihderiippuvuudet ovat merkittäviä kansanterveysongelmia ja nämä vaikuttavat laajasti sairastuvuuteen ja kuolleisuuteen kaikkialla maailmassa (Pistone, Blomberg & Sager 2020). Päihteiden käyttö on yleistä ympäri maailmaa. Kaikista päihteidenkäyttäjistä ei kuitenkaan tule päihderiippuvaisia ja riippuvuuden kehittymiseen on tutkimuksissa löydetty altistavia tekijöitä. Tutkimuksia on tehty koskien erityisesti tietoa alkoholinkäytön alkamisestä sekä mieliala- ja ahdistuneisuushäiriöiden vaikutuksesta päihderiippuvuuden syntyyn. Tutkimuksissa on tunnistettu useita riskitekijöitä päihderiippuvuuden kehittymiselle, joita ovat muun muassa miessukupuoli, etnisyys, syntymäpaikka, siviilisääty, matala sosioekonominen asema, työttömyys, päihteiden käyttöhistoria ja päihteiden käytön aloitusikä. Samanaikaisesti esiintyvät mielenterveyshäiriöt lisäävät merkittävästi riskiä sairastua päihderiippuvuuteen. (Marel ym. 2019.)

Nuorten lisääntyntä huumeiden käyttöä, siihen vaikuttavia tekijöitä ja perhesuhteita on tutkittu. Kroonisella ahdistuksella, perhesuhteiden ongelmilla ja päihdemyönteisellä asenteella oli selvä yhteys nuorten huumeidenkäyttöön. (Hosseinpour, Marjan & Rezvan 2022.)

2.2 Päihderiippuvuuden hoito

Päihderiippuvuuden tunnistaminen on tärkeää jokaisessa sosiaali- ja terveydenhuollon toimipisteessä. Päihderiippuvuuden tunnistaminen ja puheeksi ottaminen mahdollistavat hoitoprosessin käynnistymisen. Päihderiippuvuuden hoitoon on tarjolla erilaisia palveluita ja onkin tärkeää ottaa huomioon jokaisen yksilölliset tarpeet ja suunnitella hoitoprosessi asiakaslähtöisesti. Päihteidenkäytöstä aiheutuneiden ongelmien hoitamisen lisäksi, tärkeää on niiden ennaltaehkäisy. Varhaisessa vaiheessa tunnistettu päihdeongelma ja siihen puuttuminen voi ehkäistä suurempien ongelmien syntymistä. Hoidon suunnittelu on ajankohtaista, mikäli omat keinot eivät saavuta muutosta päihteiden käyttöön. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos julkaisuaika tuntematon b.)

Päihdehoidolla tarkoitetaan erilaisia avo- ja laitospalveluja. Päihderiippuvuudesta toipumiseen tarvitaan erilaisia avun ja tuen keinoja sekä sosiaali- ja terveydenhuollon palveluja. Vertaistuki sekä läheisten antama tuki ovat tärkeitä. Vertaistukea voi hyödyntää osana ammatillista hoitoa ja kuntoutusta tai irrallaan näistä muista palveluista. Matalan kynnyksen palveluita ovat esimerkiksi päivä- ja palvelukeskukset sekä huumeiden käyttäjille suunnatut terveysneuvontapisteet. Vieroitushoidoilla pyritään pysäyttämään päihteidenkäyttö kierre sekä luomaan edellytykset toipumiselle ja jatkokuntoutumiselle. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos julkaisuaika tuntematon c.) Vieroitushoidot yleensä eivät pelkästään riitä päihteistä erossa pysymiseen, vaan vieroitushoitojen lisäksi tarvitaan usein psykososiaalisia hoitokeinoja (Häkkinen 2023). Päihdekuntoutus on vieroitushoitoa pidempikestoisempi prosessi ja tällä autetaan toipumaan päihderiippuvuudesta sekä selviytymään elämän tilanteesta, johon päihteidenkäyttö on johtanut ja ongelmia tuonut. Päihderiippuvuuden hoidossa on tärkeää hoidon jatkuvuus, yhteistyö sekä hoitosuhteen hyvä laatu. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos julkaisuaika tuntematon d.)

Päihderiippuvuuksien hoidossa käytetään psykososiaalisia hoitomuotoja, joissa keskeisenä ajatuksena on terapeutin keskustelu sekä yhdessä tekeminen. Verkostoterapiaan yksilöterapian rinnalle voidaan ottaa mukaan potilaan läheiset. Näissä kaikissa hoitomuodoissa on tärkeää hoidon jatkuvuus sekä potilaan motivoiminen sekä sitouttaminen hoitoon. (Huumeongelmat: Käypä hoito -suositus, 2022.)

2.3 Päihdetyö ja hoitajien asenteet

Ehkäisevä päihdetyö, moninaiset työtavat ja päihdeongelmaisen ymmärtäminen sekä motivointi ovat kehittyneet ajan saatossa. Nykyaikainen päihderiippuvuudesta ja läheisten kokemuksista, päihdetyöstä sekä kokemusasiantuntemus ovat muuttuneet. Päihdetyöntekijät, päihderiippuvaiset sekä heidän läheiset ovat paremmin tietoisia riippuvuudesta, tarjolla olevasta avusta, itsemääräämisoikeudesta ja päihdetyötä koskevista laeista. Henkilökunnan asenteilla, päihderiippuvaisen motivaatiolla ja läheisten tuella on suuri merkitys päihteettömyyteen pyrkiessä. Päihderiippuvaisen täytyy itse haluta ja motivoitua päihteettömyyteen, mutta hoitajien asenteilla, oikeanlaisella ohjauksella ja ammattimaisella tuella on suuri merkitys prosessissa. Päihdeongelmaista tuetaan laajasti ja kokonaisvaltaisesti. Läheisten oikea aikainen tuki on myös tärkeää ja sen oikeanlainen ajoittaminen hoitoprosessissa on merkityksellistä. (Sosiaali- ja terveysministeriö julkaisuaika tuntematon b; Terveiden ja hyvinvoinnin laitos julkaisuaika tuntematon c.)

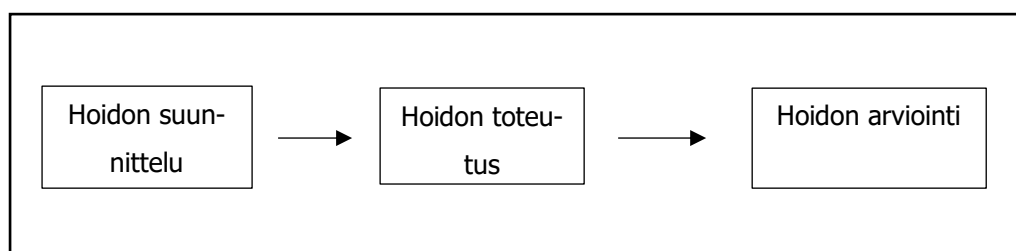
Sairaanhoitajien asenteita on tutkittu, sekä perheen merkitystä hoitotyössä kansainvälisestä näkökulmasta. Tuloksena havaittiin, että maa, ikä, sukupuoli ja työalueet vaikuttivat hoitajien asenteisiin läheisten merkityksessä työhön. Eroavaisuuksia ilmeni siinä, että joissain maissa sairaanhoitajien asenteet perheen osallistumisen tärkeydestä hoitotyöhön olivat kielteisempiä eli erimaissa työskentelevien sairaanhoitajien välillä voi olla eroja perheiden osallistumisessa hoitotyöhön. (Cranley 2022.) Hoitajien suhtautumista päihdeongelmaisten suhteen on tutkittu ja isoimmat löydökset olivat, että hoitajien asenteet ovat nykyään positiivisempia. Hoitajien koulutuksella ja työkokemuksella oli suora yhteys positiivisempaan asenteeseen työssään. (Gray 2017.)

3 HOITOPROSESSI

Terveysthuollon ammattilaisille on kehitetty näyttöön perustuva toimintatapa alkoholin ja huumeiden ongelmakäytön tunnistamiseksi. Seulonta, lyhyt interventio ja hoitoon lähettäminen ovat lähestymistapa, jolla pyritään tunnistamaan riskialtista päihteidenkäyttöä sekä päihderiippuvuuden ehkäisyä ja sen vähentämistä. (Lawrence ym. 2022.)

3.1 Hoitoprosessi Suomessa

Hoitoprosessilla tarkoitetaan terveydenhuollossa suunnitelmallista toimintasarjaa, johon kuuluu hoidon suunnittelu, toteutus ja arviointi (KUVA1). Hoitoprosessi on jatkumo, jossa hoidon suunnittelusta edetään arviointiin ja tarvittaessa uuden hoidon suunnitteluun. (Yhteistyötilat 2022.)



Kuva 1. Hoitoprosessin eteneminen (Yhteistyötilat 2022).

Hoitoprosessin eri vaiheita ja itse hoitoprosessia toistetaan hoitotyössä asiakkaan kohdalla, kunnes hoidon tarve on ratkaistu tai hoidettu. Hoitoprosessin kaavaa käytetään hoitotyössä ympärimaailmaa riippumatta siitä, mistä hoitopaikasta on kyse. Hoitoprosessin ymmärtämisellä vaiheittain taataan asiakkaalle kokonaisvaltainen, asiakaslähtöinen sekä korkealaatuinen hoitotyö. Hoitoprosessia suunnitellaan yhdessä asiakkaan sekä mahdollisesti myös hänen läheistensä kanssa. (Blomqvist, Rummukainen, Sainio, Simola & Tyrisevä-Ryösö 2022, 67–69.)

3.2 Hoitoprosessin vaiheet

Hoitotyönprosessi alkaa hoidontarpeen määrittämisellä, jossa hoitaja tapaa asiakkaan ja kartoittaa hänen tilanteensa sekä tekee tiedonkeruuta olennaisista asioista. Näiden tietojen pohjalta tunnistetaan asiakkaan hoidontarve. Haastattelun ja toimintakyvyn arvion lisäksi voidaan tehdä erilaisia mittauksia, kuten vitaalielintoimintojen mittaukset. Sekä esimerkiksi alkoholin riskikäyttöä mittaava AUDIT-kysely (AUDIT-kysely: Käypä hoito -suositus, 2019). Tässä vaiheessa voidaan haastatella asiakkaan lisäksi myös läheisiä. Hoidon tarpeen tunnistamisen jälkeen asiakkaalle laaditaan tavoite eli määritellään se, mitä hoidolla tavoitellaan. Tavoitteen tulee olla konkreettinen, asiakaslähtöinen sekä mitattavissa oleva. Tavoitteiden saavuttaminen saattaa vaatia pitkän ajan, joten suunnittelussa voidaan käyttää pienempiä välitavoitteita. Tavoitteita asetettaessa tulee miettiä hoitotyön keinoja tavoitteiden saavuttamiseksi. Tämän jälkeen tulee hoidon toteutuksen vaihe, jossa erilaisin keinoin pyritään saavuttamaan asetetut tavoitteet. Hoidon arviointia tulee tehdä jokaisen vaiheen osalta jatkuvasti. Hoidon tarpeen arviointi kertoo sen, saavutettiinkö tavoitteet ja onko niihin tarvetta tehdä muutoksia. Arvioinnissa on ensiarvoisen tärkeää kuunnella asiakasta ja hänen ajatuksiaan siitä, onko

tilanteeseen tullut positiivista muutosta vai onko tilanne lähtötilannetta huonompi. Tällöin suunnitelmalla tulee muuttaa ja ottaa huomioon mahdollisia muita ongelmia mitä ei aikaisemmissa vaiheissa vielä noussut esiin. Lisäksi tulee muistaa, että nämä kaikki hoitoprosessin vaiheet tulee huolellisesti dokumentoida eli kirjata potilastietojärjestelmään. (Blomqvist ym. 2022, 67–69.)

4 PÄIHDERIIPPUVUUDEN VAIKUTUS LÄHEISIIN

Päihderiippuvuus vaikuttaa koko päihdeongelmaisen ympäristöön ja läheisiin. Päihderiippuvuus ja sen mukana tulevat ongelmat tuovat lähipiirille ja riippuvaiselle haasteita arkeen, luottamukselliseen suhteeseen ja yhteiseloön. Se luo stressiä ja haasteita perheen yhteiseen elämään. Läheiset kokevat usein turvattomuutta ja epätietoisuutta. Pitkäaikainen kova stressi ja huoli aiheuttaa psyykkisiä ongelmia, ahdistusta ja toivottomuutta läheisille. Päihderiippuvuutta sairastavan läheiset reagoivat riippuvuuteen, sen seurauksiin ja paranemiseen eri tavoin. (Sininauhaliitto julkaisuaika tuntematon a.)

Viime aikoina alkoholitutkimuksissa on huomattu, että päihdeongelmaisen haitalliset vaikutukset ympäristöön ja läheisiin on tutkittu hyvin vähän. Vielä parikymmentä vuotta sitten läheisistä on puhuttu juomisen sosiaalisena hättänä tai alkoholinkulutuksen sosiaalisena seurauksena. Edelleen käytetään termejä esimerkiksi ulkoiset haitat tai ulkoisvaikutukset. (Warpenius, Hoimila & Tigerstedt 2013, 11–14.)

Päihderiippuvuus vaikuttaa kaikkiin riippuvaisen läheisiin. Läheiset ovat isona tukena päihdeongelmaiselle, mutta läheisen tuen tarve jää herkästi huomaamatta. (Järvinen-Tassopoulos & Pirskanen 2021, 17–25.) Varsinkin vanhempien päihderiippuvuus aiheuttaa kovaa huolta heidän lapsilleen. Läheiset kamppailevat monien haasteiden kanssa. Huoli, häpeä, ymmärtäminen, oma jaksaminen, rajojen ja tuen löytäminen ovat haaste läheisille. He tarvitsisivat ja haluaisivat yhtä lailla tukea ja apua läheisensä päihdeongelmaan. Riippuvuus voi joko hajottaa yhteyden tai olla koossa pitävä voima perheessä, riippuen heidän keinoistaan käsitellä päihdeongelmaa. (Johanssen, Tevik, Engedal, Tjelta & Helvik 2022.)

Päihderiippuvaisen läheisenä olemisen tuottaa huolta ja surua ja sillä on vaikutusta läheisen hyvinvointiin ja elämänlaatuun. Läheiset kokevat stressiä ja ahdistusta sekä kuormittumista. Läheiset saattavat kokea syyllisyyttä sekä tuntea vääristyneesti aiheuttaneensa toisen ihmisen päihdeongelman. Läheiset voivat ajatella raitistavansa toisen ihmisen, mutta tämän epäonnistuttua saattavat kokea turhautumista. (McCann, Polacsek & Lubman 2019.)

Päihderiippuvaisen läheiset saattavat myös alkaa pelkäämään läheistä päihteidenkäyttäjäänsä. Läheisten omien reaktioiden käsittely ja reaktioiden ymmärtäminen on tärkeää ja auttaa läheisiä jaksamaan. Läheiset voivat kokemiensa asioiden vuoksi eristäytyä tai vältellä avun hakemista. Toisaalta päihderiippuvaisten läheiset voivat vaatia ylimitoitettua palveluja sosiaalitoimen tai terveydenhuollon puolelta. Läheisten selviämiskeinoja voi olla kulissien ylläpito, jossa läheiset peittelevät päihderiippuvaista läheistään ja pitävät asiat salassa vetäytyen ja jättäen asiat perheen kodin sisäpuolelle. Salailu ja läheisen päihdeongelman häpeäminen eristää muista ihmisistä sekä vaikeuttaa asian ratkaisua muilla keinoin. (Tuomola 2018.)

Päihderiippuvuus ydinperheen sisällä saattaa aiheuttaa ristiriitaa sen tunteen välille, että päihderiippuvainen perheenjäsen voi olla raittiina rakas, päihtyneenä ei. Kun päihderiippuvaisen päihteidenkäyttö on aktiivista, hänen olemuksensa voi olla epämiellyttävä ja perhe saattaa jopa pelätä. Näin perheen elämä usein pyörii niin päihteidenkäytön kuin raittiina olemisen aikoina. Läheisen asema on

usein myös hyvin ristiriitaisia tunteita herättävä, esimerkiksi päihderiippuvaisen puoliso on usein monentyyppisen väkivallan uhri, puolisoa saatetaan käyttää monin eritavoin hyväksi sekä laiminlyödä. Puoliso on myös päihderiippuvaisen tuki ja turva useissa tilanteissa sekä hänelläkin on omat tarpeet ja odotukset parisuhteelle. Nämä tilanteet tuovat kielteisiä tunteita, itsesyytöksiä sekä surua menetetyistä onnellisesta yhteiselämästä. Välillä tunteet saattavat olla hyvin rakastavia ja kiitollisia päihdeettömyyden ollessa läsnä. Läheisten yritykset, muuttaa päihderiippuvaisen päihteidenkäyttöä, eivät yleensä johda nopeaan asioiden korjautumiseen. (Tuomola 2018.)

Läheisten käyttäytyminen ja heidän käsittelytaitonsa päihderiippuvuutta ja päihderiippuvaista kohtaan on hyvin paljon kiinni siitä, minkälaisia kokemuksia heillä on asiasta, millaisessa elämänvaiheessa ja tilanteessa läheinen on sekä miten he osaavat käsitellä vastoinikäymisiä. Myös kulttuuri sekä sukupolven välinen kuilu vaikuttaa läheisen päihderiippuvuuden käsittelyyn. Avun saaminen ja vastaanottaminen on isossa osassa läheisen ja päihderiippuvaisen yhteisessä paranemisprosessissa. (Sininauhaliitto julkaisuaika tuntematon b.)

Päihderiippuvaisen henkilön elämästä ja vapaa-ajasta suuri osa kuluu päihteiden ympärillä; niiden hankkimiseen, päihteiden käyttämiseen sekä toipumiseen edeltävästä päihteidenkäytöstä. Tällöin päihderiippuvuus hallitsee elämää myös silloin, kun päihdettä ei varsinaisesti käytetä. Päihderiippuvuuteen kuuluu suurena osana salailua, valehtelua sekä päihteiden piilottelua. Lisäksi päihderiippuvainen laiminlyö sovittuja menoja ja pistää päihteiden käytön sovittujen asioiden etusijalle. Päihderiippuvainen myös usein itse kieltää päihdeongelman, koska on itsekin havainnut, ettei pysty päihteidenkäyttöään hallitsemaan. Tällä kaikella on väistämätön vaikutus läheisiin sekä lähipiiriin. Vaikka päihderiippuvainen haluaisi ongelman koskettavan vain häntä itseään, todellisuudessa tällä kaikella on suuri vaikutus hänen ympärillensä oleviin ihmisiin. (Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry julkaisuaika tuntematon.)

Läheisten toimintakyky voi heikentyä hyvin voimakkaasti päihdeongelmaisen vierellä. Päihteet voivat tuoda monenlaisia haasteita ihmissuhteisiin. Runsas päihteiden käyttö voi tuoda elämään väkivaltaa sekä terveydellisiä ja taloudellisia haasteita, joita läheinen joutuu selvittämään. Usein läheinen unohtaa omista tarpeista huolehtimisen, mikä johtaa heikompaan elämänlaatuun ja lisää perhe-elämän ongelmia. (Järvinen-Tassopoulos & Pirskanen 2021, 197–198.)

Vanhempien lisääntynyt päihteiden käyttö sekä siihen liittyvät psykososiaaliset ongelmat näkyvät lasten hyvinvoinnissa. Lastensuojelulain mukaisesti lapsilla on oikeus hyvään hoitoon sekä turvalliseen kotiin. (Halmesmäki & Sarkola 2008.) Nuorilta on yksittäisessä kyselyssä kysytty minkälaista tukea ja apua he kaipaivat, jos perheessä on päihdeongelmainen vanhempi. Eniten toiveita sai päivystysluontoinen palvelu ja paikka, johon voisi mennä nimettömänä ja leimaamattomana. Nuori pääsisi juttelemaan ja saisi apua juuri silloin kun akuutein tarve olisi siihen. Tärkeintä olisi, että heitä kuuntelisi aikuinen ihminen, kun tarve siihen tulisi. Myös häpeä ja puhumattomuus vanhemman päihdeongelmaa kohtaan nousi esille vahvasti. Yleisimmät kodin alkoholinkäytöstä aiheutuvat haitat nuorille olivat riitaisuus, häpeä, ahdistus ja luottamuksen tunteen menettäminen. (Takala & Roine 2013, 24–34.)

Päihderiippuvaisten läheisen tukemisen välttämättömyys on tunnistettu ja siihen on alettu panostaa myös julkisella terveydenhuollon puolella. Pääsääntöisesti apua on saatu kolmannen sektorin eli järjestöjen ja yhdistysten kautta. Myös monenlaisia oppaita ja ohjeistuksia kokemusasiantuntijoineen on nykyaikana helposti saatavilla.

On tärkeää, että henkilökunta huomioi läheiset osana hoitoa. Läheisten saama tuki on auttanut selviytymään potilaan päihderiippuvuuden tuomista muutoksista arkielämässä. (Ronédia ym. 2017.)

5 KEHITTÄMISTYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

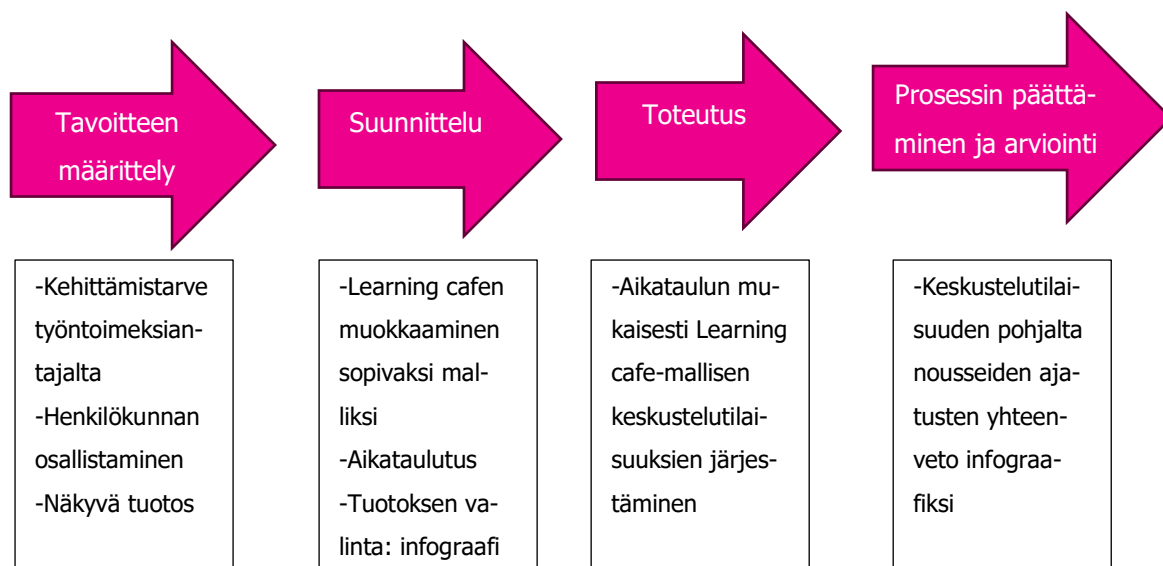
Tämän kehittämistyön tarkoituksena oli suunnitella, toteuttaa ja arvioida Päihdepalvelusäätiön työntekijöille osallistava keskustelutilaisuus Learning cafe-mallin mukaisesti.

Kehittämistyön tavoitteena on tuoda läheisten kohtaaminen merkityksellisemmäksi osaksi hoitoprosessia ja miettiä, kuinka päihteiden käyttäjän läheinen tulee paremmin nähdyksi hoitoprosessissa. On myös tärkeää herätellä työntekijöitä asian äärellä sekä innovoida uusia kehittämisideoita läheisten mukaan ottamiseksi hoitoprosessiin.

6 KEHITTÄMISTYÖN TOTEUTUS

6.1 Kehittämistyön suunnittelu

Kehittämistyö toteutetaan lineaarista-mallia hyödyntäen vaiheittain. Työskentely lineaarisesti vaiheistettuna tarkoittaa työskentelyn aloitusta, jossa määritellään tavoite, tämän jälkeen prosessi etenee suunnitteluun ja toteutukseen. Lopuksi prosessi päätetään ja tehdään arviointi. Lineaarisessa mallissa vaiheet etenevät suoraviivaisesti ja kohti tuotosta tietyssä aikarajassa. (Salonen 2013.) Tässä kehittämistyössä tuotos tulee olemaan Learning cafe-mallisen tilaisuuden pohjalta tuotettu infograafi, joka on työn kehittämiseen tähtäävä tuotos. Kehittämistyössä vaiheet etenevät vuorovaikutuksessa työntilaajan kanssa (Salonen 2013). Näistä syistä lineaarinen malli oli sopiva opinnäytetyöllemme (KUVA2).



Kuva 2. Kehittämistyön prosessin eteneminen (Salonen 2013).

Kehittämistarpeen ja muutostarpeen tunnistaminen työn aloitus vaiheessa käynnisti kehittämistyömme. Työssämme kehittämistarve oli lähtöisin työtoimeksiantajalta, jonka kanssa yhdessä ideoimme ja rajasimme aiheita sekä suunnittelimme toteutustapaa. Yhteisenä ajatuksena oli osallistaa henkilökuntaa ja saada sitä kautta ideoita ja ajatuksia nostettua esille, joten sopivaksi ideariiheksi valikoitui Learning cafe menetelmä. Vähäisen osallistujia määrän sekä toiveen, että jokainen työntekijä pääsisi nostamaan eri teemojen kohdalla ajatuksiaan esille, päätimme poiketa Learning cafe menetelmästä kierrättämällä kaikki osallistuvat työntekijät eriteemojen ympärillä, jolloin puheenjohtaja/kirjuri ei teemapisteisiin jäänyt.

6.2 Kehittämistyön menetelmät

Learning cafe

Learning cafe on tapa oppia ja ideoida uudestaan jotain vanhaa tai luoda kokonaan uusia ajatuksia ja ideoita. Learning cafesta voidaan käyttää myös nimikettä oppimiskahvila, siinä on tarkoituksena löytää ongelmaan tai pohdittavaan asiaan näkökulmia tai ratkaisuja. Se on yksinkertainen, mutta

tehokas ja innovoiva työskentelytapa. Siinä keskitytään ennalta määrättyihin teemoihin ja valittujen aiheiden ratkaisuihin ryhmänä. Osallistujat saavat kommentoida muiden ajatuksia, kyseenalaistaa ja löytää yhdessä ratkaisuja. Tarkoituksena on löytää ryhmälle sopiva yhteinen ajatus. (Innokylä julkaisuaika tuntematon.)

Learning cafen vetäjä kertoo aluksi Learning cafen tarkoituksen, esittelee aiheet tai teemat sekä ohjeistaa tilaisuuteen osallistuvia. Tavoitteena tällä on tuoda esille faktatietoa, jonka pohjalta erinäkökulmista aihetta pohditaan. Jokaiseen pöytään, jossa ennalta määritelty aihe tai teema on, valitaan puheenjohtaja, joka pysyy saman pöydän äärellä koko Learning cafen ajan esittelemällä aina uudelle pienryhmälle kootut ajatukset ja aiheen. Pienryhmät kiertävät eri teemojen ympärillä. Keskusteluun on ennalta määritelty aika, yleensä 15–30 minuuttia. Learning cafessa tulee olla vähintään 12 osallistujaa. Lopuksi ajatukset puretaan ja puheenjohtaja esittelee lyhyesti omassa pöydässään nousseet ajatukset ja ideat. (Innokylä julkaisuaika tuntematon.)

Infograafi

Infograafi on visuaalinen tapa ilmaista esimerkiksi palveluita tai tuotekuvauksia. Sen avulla on erinomainen tapa saada tärkeä viesti esille. Infograafin avulla tärkeä tieto on saatavilla nopeasti ja helposti, jossa pääviesti nousee esille. Huolellisella taustatyöllä ja suunnittelulla saadaan aikaiseksi hyvä infograafi, joka tiivistää tärkeän informaation ja opettaa lukijalleen jotain uutta. Infograavissa käytetään yleensä kuvia havainnollistamaan asioita selkeämmin. (Valokki Design julkaisuaika tuntematon.)

6.3 Kehittämistyön toteutus

Learning cafe

Kuopion Päihdepalvelusäätiön työntekijät kokoontuivat kehittämistyöntekijöiden johdolla keskustelutilaisuuteen, joka toteutettiin Learning cafe-mallin mukaisesti. Käytimme `keskustelutilaisuus` -nimeä, sillä toteutus ei onnistunut täysin Learning cafe-mallin mukaisesti. Eroavaisuutena perinteiseen Learning cafe-tilaisuuteen oli osallistujien lukumäärä, joka jäi alle Learning Cafen määrittelemän kahdentoista osallistujan. Hyödynsimme kuitenkin Learning cafe-mallin periaatetta ideoiden ja ajatusten nousemisen sekä henkilökunnan osallisuuden näkökulmasta.

Keskustelutilaisuuteen osallistuvat työntekijät työskentelivät eri toimipisteissä. Kuopion Päihdepalvelusäätiön toimipisteet ovat vieroitushoitojen osasto, päihdekuntoutus sekä erillisessä osoitteessa sijaitseva päihdekliniikka (Päihdepalvelusäätiö 2023). Toteutimme kaksi erillistä keskustelutilaisuutta, jossa ensimmäiseen keskustelutilaisuuteen osallistuivat työvuorossaan olevat vieroitushoitojen ja päihdekuntoutuksen työntekijät. Ensimmäiseen keskustelutilaisuuteen osallistui yhdeksän henkilöä. Toiseen osallistui päihdekliniikan työntekijät, jotka koostuivat huumehoitojen, aikuisten hoitosuhdetyön sekä nuorten hoitosuhdetyön työtiimeistä. Siihen osallistui kymmenen henkilöä. Rajattu osallistujamäärä takasi sen, että keskustelutilaisuuden ajan toiminta pystyi jatkumaan jokaisessa työyksikössä normaalisti, ilman katkoksia tai henkilökuntaa vajetta. Kumpaankin keskustelutilaisuuteen oli varattu aikaa yksi tunti. Molemmissa keskustelutilaisuuksissa pysyimme tässä aikataulussa, jonka olimme etukäteen suunnitelleet ja aikatauluttaneet.

Teimme Powerpoint esityksen, jonka esittelimme keskustelutilaisuuden alussa Päihdepalvelusäätiön henkilökunnalle. Tämän avulla avasimme keskustelutilaisuuteen osallistuville kehittämistyön aihetta ja tavoitteita sekä keskustelutilaisuuden teemat. Esittelimme itsemme, kerroimme kehittämistyöstämme ja keskustelutilaisuudesta. Kerroimme myös Learning cafe-mallista. Huomasimme, että se oli käsitteenä usealle osallistujalle vieras, joten tämän käsitteen avaaminen oli tärkeä osa keskustelutilaisuuden alustusta.

Määrittelimme etukäteen kolme erilaista teemaa ja kysymystä Learning Cafen keskustelujen pohjaksi: ”Mitä läheisten kohtaamisessa tulee huomioida?”, ”Missä hoitoprosessin vaiheessa on oikea-aikaista ottaa läheiset mukaan hoitoon?” ja ”Miten läheisten tietoutta lisätään kohtaamisten yhteydessä riippuvuussairaudesta?”. Kysymykset olivat mahdollisimman tarkkoja, mutta kuitenkin tarpeeksi laajoja, jotta näkökulmia olisi mahdollisimman paljon. Näiden pohjalta työntekijät kokosivat omia ajatuksia ja nostivat esille kohtaamisen tärkeitä elementtejä.

Jaoimme osallistujat ryhmiin perinteisellä kolmeen laskemisella. Learning cafesta poiketen työntekijät kiersivät kolmessa ryhmässä kolmea eri pistettä. Näihin pisteisiin ei jäänyt puheenjohtajaa/kirjuriä, vaan kaikki kiersivät jokaisella pisteellä yhdessä ryhmänä. Pisteet olivat kolmessa eri huoneessa, jotta keskittyminen oli parasta mahdollista, eikä toiset ryhmät myöskään kuulleet toistensa keskusteluita. Tämä johti siihen, että keskustelut olivat mahdollisimman innovatiivisia ja näkökulmia tuli esiin mahdollisimman laajasti. Jakamalla ryhmät sattumanvaraisesti laskennallisella tavalla, saatiin erityöryhmien edustajat keskustelemaan aivan uusista näkökulmista, verraten siihen, että työryhmät olisivat tuttujen työntekijöiden kanssa käyneet innovointia, johon ovat jo työtä yhdessä tehdessään totuneet.

Kiersimme ryhmissä ja varmistimme, että ryhmät pääsivät liikkeelle kysymysten ja ajatustensa kanssa. Jos kysymys ei auennut ryhmälle, avasimme sitä laajemmin. Ohjasimme miettimään kysymystä heidän oman työnsä kautta, koska työtehtävät, asiakasryhmät ja läheisten kohtaaminen oli moninaista heidän eri työtehtävissään. Saimmekin hyvin laajakatseista ja osallistavaa keskustelua aikaan. Ryhmillä oli aina noin kymmenen minuuttia aikaa jokaisen kysymyksen parissa. He kirjoittivat ajatuksiaan ja mietteitään sekä ideoitaan paperille ryhmänä sekä yksilönä. Sen jälkeen kävimme ilmoittamassa ryhmän vaihdosta ja siirtymisestä seuraavaan paikkaan. Aika katsottiin myös ryhmän mukaisesti ja annoimme heille aikaa pohtia tarvittaessa hieman pidempään tai vastaavasti vaihdoimme hieman aiemmin, jos kaikki ryhmät olivat jo valmiina.

Lopuksi kokoonnuimme vielä yhdessä samaan huoneeseen, josta aloitimmekin. Pyysimme palautetta keskustelutilaisuudesta, selkeydestä, kysymyksistä ja tunteista, joita se herätti. Keräsimme myös ryhmien kirjaamat tuotokset. Kerroimme, että kokoamme ajatukset infograafin muodossa nähtäväksi sekä esittelemme sen myöhemmässä vaiheessa, kun kehittämistyömme on valmis.

Keskustelutilaisuudessa henkilökunta nosti tärkeäksi läheisten kohtaamisessa välittävän ilmapiirin: annetaan kohtaamiselle aikaa ja rauhallinen paikka sekä tuetaan jaksamisessa. Koettiin, että läheiset tulee ottaa mukaan hoitoprosessiin alusta alkaen, mutta asiakaslähtöisesti huomioiden muun muassa asiakkaan toiveet sekä arvioida läheisen valmiudet osallistua hoitoprosessiin. Läheisten tiedon

lisääminen päihderiippuvuutta kohtaan sekä päihderiippuvuuden eri ilmenemismuotojen sanoittaminen koettiin tärkeänä. Sanoittamisen tulisi tapahtua myös puhekieltä käyttäen ja ammattisanastoa välttämällä. Läheisille tarjottavista palveluista, kuten läheisten mahdollisuudesta käydä Päihdepalvelusäätiön yksilöajoilla, osallistua paritapaamisiin sekä läheisryhmään tulisi kertoa. Näiden kautta päihderiippuvaisen läheiset saisivat vertaistukea ja lisätietoa päihderiippuvuudesta.

Infograafi

Keskustelutilaisuuden pohjalta saimme henkilökunnalta nousevia ajatuksia ylös etukäteen määritetyistä teemoista, jotka kokosimme, tiivistimme ja loimme näiden pohjalta tuotoksen eli infograafin. Infograafi tulee olemaan Päihdepalvelusäätiön yleisissä tiloissa taulunomaisesti seinällä ja näin ollen muistuttamassa henkilökuntaa läheisten kohtaamisen tärkeydestä sekä tuomassa tuloaulassa tai yhteisissä tiloissa liikkuville asiakkaille sekä heidän läheisille näkyväksi sen, kuinka Päihdepalvelusäätiöllä läheiset huomioidaan ja otetaan mukaan potilaiden hoitoprosesseihin.

Laadimme infograafin Canva- ohjelmalla, joka on graafisen suunnittelun verkkotyökalu. Teimme infograafista selkeän ja yksinkertaisen, mutta kuitenkin huomiota herättävän tuotoksen. Tehdessämme infograafia otimme näkökulmaksi tekemiselle sen, kuinka läheiset infograafin päihdepalvelusäätiöllä näkevät ja mitä heille oleellista tietoa siitä tulee käydä esille. Lisäksi huomioimme sen, että tämä on Päihdepalvelusäätiön henkilökunnan nähtävillä ja heidän ohjenuoranansa. Infograafi esittelee keskustelutilaisuuden tulokset ja työntekijöiden kokemukset. Työntekijät voivat alkaa jatkojalostamaan infograafia ajansaatossa ja se toimii raamina läheisten mukaan ottamisessa hoitoprosessiin.

Infograafia tehdessämme otimme työtoimeksiantajan mukaan suunnitteluun. Oli tärkeää saada heidän näkemyksensä ja ideansa infograafin käytännöllisyydestä sekä ulkoasun muokkaamisesta Päihdepalvelusäätiön brändin mukaiseksi. Infograafin visuaalinen, selkeys ja oikean fontin käyttäminen ovat olleet myös kriteereinä sitä tehdessä. Käytimme toimeksiantajan logoa, värimaailmaa ja arvopohjaan sopivia kuvia.

6.4 Kehittämistyön arviointi

Kehittämistyön tavoitteena oli tehdä Kuopion Päihdepalvelusäätiön työntekijöille päihteidenkäyttäjien läheisten kohtaamiseen toimintaperiaatteet, joita voi hyödyntää osana hoitoprosessia.

Kehittämistyömme arvioimme tuotosten ja niiden onnistumisen perusteella. Pohdimme tuotosten luotettavuutta ja kehittämismahdollisuuksia, jotka tulivat työntekijöiltä. Osallistujia oli riittävästi ja he olivat aktiivisia. Saimme heiltä monenlaisia ja kehittäviä sekä innovoivia ajatuksia papereille, sekä myös sellaisia suuntauksia, joita emme olleet osanneet ajatellakaan. Koska työntekijät tekevät moniaista työtä päihdeongelmaisten, läheisten ja riippuvuuksien liitännäisseurausten kanssa, saimme hyvin laajaa näkökulmaa myös vastauksiin.

Keskustelutilaisuus sujui jouhevasti ja suunnitellusti. Saimme innostettua ja motivoitua työntekijät osallistumaan ja kehittämään keskustelutilaisuuteen ryhmänä ja yksilöinä. Ryhmien toiminta oli sujuvaa ja kehittävää sekä myös kriittistä nykikäytäntöjä kohtaan. Kysymyksemme olivat sopivia ja ke-

hittämislähtöisiä. Learning Cafe-mallinen keskustelutilaisuus osoittautui hyväksi keinoksi pohtia asioita, joten se oli hyvä valinta lähteä toteuttamaan kehittämistyötä. Työtoimeksiantajan palaute Learning Cafe menetelmästä oli positiivista, ja he kokivat tällä keinoin tärkeäksi työntekijöiden osallistamisen.

Pohdimme kehittämistyön mahdollisia positiivisia vaikutuksia työtoimeksiantajalle. Koimme keskustelutilaisuuden olevan hyvä keino saattaa työntekijöitä yhteen ja miettimään aiheitamme monelta eri kannalta sekä miettimään läheisten kohtaamista konkreettisella ja innostavalla otteella. Keskustelutilaisuuden lopuksi pyysimme osallistuneilta suullisesti palautetta keskustelutilaisuudesta. Työntekijät kokivat tämän olevan innostava, ajatuksia herättelevä ja hyvä tapa innovoida uudestaan ajatuksia läheisten kohtaamiseksi sekä mukaan ottamiseksi hoitoprosessiin. Työntekijät olivat innostuneita ottamaan tällaisen työskentelymallin mukaan työnsä kehittämiseen uudestaankin. He kokivat, että Learning Cafe-mallinen toiminta edistää uuden oppimista ja nostaa helpommin ajatuksia teemoihin liittyen. Keskustelutilaisuuteen valituista teemoista saimme palautetta, että ne avaavat kehittämistyön aihetta kuulijalle ja lukijalle.

Pyysimme työtoimeksiantajalta palautetta infograafista sekä mahdollisia muokkaus ehdotuksia siihen. Palautteena työtoimeksiantaja kertoi infograafin olevan selkeä ja ytimekäs, jossa on esillä ydinasiat. Lisäksi palautteissa koettiin, että infograafiin valittu värimaailma on rauhoittava. Infograafia ei muokattu palautteiden jälkeen, koska muokkausehdotuksia ei tullut. Koimme infograafin tekemisen tärkeänä osana kehittämistyötämme sekä tuovan painoarvoa keskustelutilaisuuden ajatuksien esille nostamiseen.

7 POHDINTA

7.1 Kehittämistyön ja tuotoksen pohdinta

Päihderiippuvainen henkilö käyttää päihteitä pakonomaisesti, jolla on vaikutus hänen sosiaaliseen, fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin. Päihderiippuvainen henkilö käyttää päihdettä riippumatta sen sosiaalisista tai terveydellisistä haitoista. (Terveyskirjasto 2023.) Sosiaaliset vaikutukset ovat suoraan yhteydessä läheisiin sekä näyttäytyvät läheisten elämässä paljon. Suomalaisessa päihdepalvelussa läheisen avun saaminen ja mukaan ottaminen on hyvin sirpaleista. (Warpenius ym. 2013, 140–143.) Kehittämistyön aiheelle oli tilauksensa sekä tarpeensa nähtävillä.

Päihderiippuvuus hallitsee perheenjäsenten ja muiden läheisten elämää. Läheisten käytös muuttuu, kun he joutuvat sopeutumaan siihen, että elävät päihderiippuvaisen henkilön ehdoilla. Läheiset voivat alkaa oireilla psyykkisesti, fyysisesti ja sosiaalisesti. (Suomen Päihderiippuvaiset ry 2019, 22.) Tämän kokonaisvaltaisen vaikutuksen, jonka päihderiippuvuus tuo läheisten elämään, tulee näkyä hoitoprosesseissa ja niiden kautta pyrkiä auttamaan päihderiippuvaisten läheisiä. Pidämme tärkeänä läheisten osallistumista päihderiippuvaisen hoitoon ja halusimme pohtia, kuinka heidät tulisi kohdata ja missä vaiheessa hoitoprosessia läheisten mukaan ottaminen koetaan tärkeänä. Kuopion Päihdepalvelusäätiöllä otetaan läheiset osaksi hoitoa ja läheisille on suunnattu Päihdepalvelusäätiön toimesta oma läheisten vertaistukiryhmä sekä läheisiä ohjataan yksilöllisille keskusteluajoille (Päihdepalvelusäätiö 2023). Näiden erikseen suunnattujen toimintojen lisäksi koettiin tärkeänä tämän asian nostaminen entistäkin merkityksellisemmäksi osaksi potilaiden hoitoprosessia ja kuinka tähän voisi vaikuttaa aivan arkisissakin kohtaamisissa läheisten kanssa. Henkilökunnan mukaan ottaminen kehitystyön toteutukseen koettiin hyvänä keinona viedä toimintaa eteenpäin. Learning cafe keskustelutilaisuuden myötä saatiin esille ajatuksia ja ideoita, jotka ovat lähtöisin työntekijöistä, jotka läheisiä kohtaavat päivittäin päihdetyön parissa. Ajatus kehittämistyön tekemisestä aiheen ympärille lähti liikkeelle työtoimeksiantajan ehdotuksesta, joka kehittämistyöntekijöille oli myös aihe, jota päihdetyötä tehdessä tulee pohdittua usein.

Learning cafe

Päädymme käyttämään Learning cafe- mallia, josta saisimme parhaimman hyödyn työtoimeksiantajalle ja työntekijöille. Jouduimme kuitenkin muuttamaan hieman ajatusmallia Learning Cafesta, koska osallistujia määrämme oli pienempi kuin mallissa on tarkoitus. Poikkeavaa mallista oli myös kiertäväryhmä ja ajankäytön soveltaminen. Learning Cafe mallin periaatteita ovat vähintään 12 osallistujaa, ryhmäläisille 15–30 minuutin työskentelyaika sekä puheenjohtajan läsnäolo (Innokylä julkaisuaika tuntematon). Poikkeavasta mallista huolimatta toteuttamamme Learning Cafe- malli onnistui hyvin ja soveltui hyvin pienemmän ryhmän kanssa. Lopputulos oli samanlainen kuin oikean mallin toteutuksessa. Lyhyempi työskentelyaika tuli rajallisesta ajankäytöstä, jonka olimme etukäteen laskeneet, että ehdimme pitää ryhmien kiertämisen lisäksi alku- ja loppukeskustelut, kun keskustelutilaisuuteen saimme työtoimeksiantajalta tunnin verran aikaa.

Learning Cafe- mallin mukainen keskustelutilaisuus sujui suunnitelmiamme mukaan ja olimme tyytyväisiä, että päädyimme tähän työskentelytapaan. Tällä keinoin saimme parhaiten työntekijöiden ajatuksia kehittämistyötä varten. Aluksi pohdimme, oliko osallistujia määrä riittävä keskustelutilaisuuden toteuttamiseksi, mutta koimme, että pienemmät ryhmät saivat intensiivisemmän olemuksen asioiden keskusteluun. Osallistujien aktiivisuus myös kompensoi osallistujamäärää.

Kehittämistyön merkityksellisyys näkyy Päihdepalvelusäätiön työntekijöiden osallistamisessa sekä sitä kautta tuo heidän arkityöhönsä mahdollisesti keinoja ja ratkaisuja läheisteeman ympärillä. Olemme tutustuneet useisiin opinnäytetöihin, jotka käsittelevät päihderiippuvuutta tai päihteidenkäyttäjien läheisiä, joten saatavilla olevaa lähdetietoa on kehittämistöihin käytetty runsaasti eikä uutuusarvoa siltä osin pysty olemaan. Päihdepalvelusäätiölle tämä kehittämistyö aiheena on uusi ja tuo uutuusarvon ja merkityksellisyyden työpaikkakohtaisesti, mutta antaa varmasti myös opinnäytetyön lukijoille uusia näkökulmia ja ajatuksia asiaan liittyen.

Keskustelutilaisuuden anti lisäsi ajatusta siitä, kuinka tärkeää on, että läheiset ovat mukana hoitoprosessissa. Myös laissa ohjeistetaan antamaan palveluja päihdeongelmaisen läheiselle ja perheelle (Päihdehuoltolaki 41/1986, 7 §). Toiveena on, että kehittämistyömme muistuttaa erilaisia toimijoita ja lukijoita läheisten kanssa tehtävän työn merkityksellisyydestä sekä tekee näkyväksi läheisten huomioimisen ja mukaan ottamisen hoitoprosesseihin. Läheisten huomioiminen hoitoprosesseissa jo varhaisessa vaiheessa voi ennaltaehkäistä läheisen sairastumista tai vähentää oireita, joita päihderiippuvaisen läheisenä saattaa ilmetä. Päihderiippuvuudesta annettava tieto ja läheisen osallistuminen hoitoon lisää heidän tietouttansa päihderiippuvuussairautta kohtaan ja voi näin ollen lisätä ymmärrystä omasta tai päihderiippuvaisen käyttäytymismallista. (Kuivin jalo in 2024.) Päihdepalvelusäätiöllä tehdään läheistyötä monesta näkökulmasta ja kehittämistyömme on osa tätä työtä, jossa pyritään kehittämään läheisiä kohtaan tehtävää työtä. Päihderiippuvaiset saavat tämän myötä tietoa siitä, kuinka heidän riippuvuutensa vaikuttavaa läheisiin ja voi lisätä ymmärrystä miksi läheiset toimivat tai reagoivat tietyllä tavalla asioihin.

Päädyimme käsittelemään kehittämistyössä päihderiippuvuutta kattaen kaikki päihteet. Emme halunneet alkaa rajaamaan opinnäytetyötä käsitelläksemme vain esimerkiksi huumeriippuvaisia, koska päihderiippuvuuden vaikutukset läheisiin ovat samanlaisia erittelemättä käytettyä päihdettä. Lieveilmiöt ja vaikutukset, jotka läheisiä koskettavat johtuvat yleisesti riippuvuudesta johonkin päihteeseen (Sininauhaliitto a, 2018). Lisäksi Päihdepalvelusäätiöllä hoidetaan riippuvuussairauksia, katsomatta heidän käyttämäänsä päihteeseen ja pyritään korostamaan potilaiden tasa-arvoisuutta riippumatta siitä mitä päihdettä he käyttävät. Potilaat ovat Päihdepalvelusäätiöllä hoidossa saman riippuvuusongelman vuoksi. Käytetyllä päihteellä ei myöskään ole merkitystä läheisten mukaan ottamiseen hoitoprosessiin.

Infograafi

Infograafi laadittiin keskustelutilaisuudessa nousseiden asioiden pohjalta. Haastavaa oli koota infograaviin näkyväksi pääkohdat tai tärkeimmät teemat, koska näitä tuli keskustelutilaisuuksissa pal-

jon esille ja niiden tiivistäminen oli hankalaa. Halusimme kuitenkin tehdä infograafista lyhyen ja selkeän yhteenvedon, joten suurten kokonaisuuksien tiivistäminen loi haastetta infograafin tekemiselle. Onnistuimme kuitenkin tuomaan esille avainsanat ja pääkohdat isojen kokonaisuuksien takaa.

Käsitteitä avatessamme huomasimme päihderiippuvuudesta löytyvän tietoa paljon, sekä valtakunnallisia suosituksia ja ohjeistuksia päihdeongelman hoitoon. Tämän osalta jouduttiin käymään tiukasti aiheen rajausta liittyen päihderiippuvuuteen ja siihen näkökulmaan, mistä aihetta lähdetään käsittelemään ja mikä on merkityksellisin tieto liittyen kehittämistyön tuotokseen. Läheisten osallistumisesta hoitoon oli tietoa verraten vähän. Huomasimme, että päihderiippuvaisten läheisiin kohdistuva tieto koostuu pääosin järjestöjen, vapaaehtoistoiminnan sekä työyksikkökohtaisten ohjeistusten pohjalta. Käsitteenä 'läheiset' avatessa jouduttiin pohtimaan lähteiden luotettavuutta ja arvioimaan tätä työhömmme sopivaksi, mutta koimme, että tässä onnistuimme ja saimme teorialtietoa siltä osin luotettavuudenkin näkökulmasta asianmukaiseksi.

Laadimme kehittämistyön suunnitteluvaiheessa aikataulun, jota pyrimme noudattamaan prosessin ajan. Opinnäytetyön suunnittelu alkoi helmikuussa 2023, josta lähtien olemme edenneet järjestelmällisesti teoria tietoa keräten toteutusvaiheeseen, jonka toteutimme syyskuussa 2023 pitäen tuolloin Learning cafe- keskustelutilaisuuksia. Tämän jälkeen pääsimme käsittelemään niissä nousseita ajatuksia ja kokoamaan lopputuotosta sekä kirjoittamaan loppuraporttia opinnäytetyöhömmme. Realistinen aikataulu laadittiin yhdessä ohjaavan opettajan kanssa ja tavoitteeksi opinnäytetyön valmistumiselle asetettiin helmikuu 2024.

7.2 Eettisyys ja luotettavuus

Kehittämistyö on opiskelijan oppimisprosessi, jonka tulee tukea ja edistää opiskelijan asiantuntijuutta, ammatillista kehittymistä sekä työelämäntaitoja. Opiskelijan oikeus on saada laadukasta ohjausta ohjaavalta opettajalta mentoroinnin avulla. Myös toimeksiantajalta tulee saada tukea ja työelämännäkökulmaa opinnäytetyön prosessin aikana. (Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto 2018.)

Opinnäytetyöprosessissa erityisesti opiskelijan toimintaa ohjaa useat eri lait, kuten tietosuojalaki, tekijänoikeuslaki ja laki viranomaisten toiminnan julkisuudesta. Opinnäytetyö on julkinen asiakirja, josta tehdään sopimus ohjaavan opettajan ja työelämäkumppanin kanssa. (Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto 2018.) Olemme laatineet opinnäytetyösopimuksen, jonka allekirjoittaneet osapuolet ovat ohjaava opettaja, opinnäytetyöntekijät sekä yhteistyötaho. Tässä sopimuksessa on kerrottu opinnäytetyön olevan julkinen, avoimesti internetissä löytyvä asiakirja. Eettisen ja hyvän tieteellisen käytännön suositukset perustuvat lainsäädäntöön, tiedeyhteisön kansallisiin ja kansainvälisiin tutkimuseettisiin periaatteisiin, linjauksiin sekä suosituksiin. (Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto 2018.)

Tutkimuksessa noudatetaan tiedeyhteisön tunnustamia toimintatapoja eli rehellisyyttä, yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa ja esittämisessä sekä tutkimusten ja niiden tulosten arvioinnissa. Siinä sovelletaan tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia ja eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä. Kehittämistyön tekijät ottavat muiden tutkijoiden työn ja saavutukset asianmukaisella tavalla huomioon niin, että he kunnioittavat

muiden tutkijoiden tekemää työtä ja viittaavat heidän julkaisuihinsa asianmukaisella tavalla ja antavat heidän saavutuksilleen niille kuuluvan arvon ja merkityksen omassa tutkimuksessaan ja sen tuloksia julkaistessaan. Kehittämistyö suunnitellaan, toteutetaan ja raportoidaan sekä siinä syntyneet tietoineistot tallennetaan tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten edellyttämällä tavalla. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2021.)

Tässä työssä on sitouduttu noudattamaan asiaan kuuluvia lakeja ja tutkimuseettisiä ohjeita. Kysimme tarvittaessa apua ja tukea ohjaavalta opettajalta, jolta saimme työhömmme uusia näkökulmia sekä hyviä ideoita työn loppuun viemiseksi. Työtoimeksiantaja oli läpi kehittämistyön valmis auttamaan ja ideoimaan yhdessä. Työtä tehdessämme lähetimme työtoimeksiantajan edustajalle muutama kertaan työn ja infograafin luettaviksi, ja he ottivat kantaa niihin Päihdepalvelusäätiön puolesta. Lisäksi työtoimeksiantajan edustaja oli osallistumassa keskustelutilaisuuksiin.

Kehittämistyö on tehty kunnioittaen tutkijoita, työtoimeksiantajaa, Savonian ammattikorkeakoulua ja kaikkia opinnäytetyössä osallisina olevia tahoja. Olemme perehtyneet opinnäytetyömme aiheeseen ja laatineet aikataulun opinnäytetyöprosessille. Olemme tietoisia, että opinnäytetyö tarkastetaan plagiaatintunnistusjärjestelmässä ja julkaistaan Theseuksessa. Työtoimeksiantaja on asiasta myös tietoinen. Opinnäytetyömme on kehittämistyö, jossa emme keränneet tutkimustietoa organisaatiosta, henkilöistä tai potilaista, jolloin emme tarvinneet hakea tutkimuslupaa. Myöskään työtoimeksiantaja ei tätä vaatinut. Kehittämistyössä ei kerätä henkilötietoja eikä käsitellä henkilötietoja millään tavalla, joten tietosuojaselostetta ei myöskään tarvinnut laatia. Noudatamme kuitenkin vaitiolovelvollisuutta vieraillessamme työtoimeksiantajan toimipisteellä, jossa on mahdollista päätyä tilanteeseen, jossa tapaamme asiakkaita tai käsittelemme organisaatioon liittyviä salaisina pidettäviä tietoja. Eettistä ennakkoarviointia ei myöskään tarvinnut tehdä kehittämistyössämme, jossa emme tehneet ihmiseen kohdistuvaa tutkimusta, jolloin tutkimuksen tuloksista ei pääse koitumaan tutkittavalle haittaa. Kehittämistyönä tehty keskustelutilaisuus oli osallistujilleen vapaaehtoisuuteen perustuva ja osallistujille kerrottiin tilaisuuden alussa mitä heiltä odotetaan ja mihin tuotoksia tullaan käyttämään.

Asianmukaisista viittauksista hyvän tieteellisten käytäntöjen periaatteiden mukaan on huolehdittu läpi opinnäytetyöprosessin. Kehittämistyössä on noudatettu Savonian ammattikorkeakoulun ohjeistusta lähdemerkinnöistä sekä eettisyyden ja luotettavuuden arviointia on käyty lähteiden valinnassa. Teoriatiedon hankinnassa on käytetty tieteellisiä tutkimuksia, jotka on hankittu luotettavien hakupalveluiden, kuten Cinahl Ultimate, Pubmed sekä Savonia Finnan kautta. Teoria tietoa etsiessä on hyödynnetty myös alankirjallisuutta sekä internetistä löytyvää tietoa, joissa erityisesti olemme käyneet pohdintaa lähteiden luotettavuuden ympärillä.

7.3 Ammatillinen kasvu

Kehittämistyön tekeminen on syventänyt tietopohjaamme tieteellisen ja näyttöön perustuvan tiedon hyödyntämisessä. Se antaa valmiudet siirtää teoria tietoa käytäntöön ja toimia työelämässä näyttöön perustuvaan tietoon nojaten. Asiantuntijuutemme on syventynyt kehittämistyöprosessin edetessä ja olemme pystyneet rajaamaan ja tiivistämään työn sisällön loogiseksi kokonaisuudeksi sekä

nostamaan esiin ydintiedon omaisten osallistamisesta läheisen päihdeongelman hoitoprosessiin. Tähän perustuen kehittämistyöhön on nostettu yläotsikoiksi vain tärkeimmät käsitteet ja teemat, jotka johdattavat lukijan aiheen sisälle antaen riittävän tietopohjan kehittämistyön tarkoituksen oivaltamiseksi. Kehittämistyöprosessi on koonnut yhteen opintojen ajalta kertynyttä tietoa sekä taitoa itseensä työskentelyyn ja vastuunkantamiseen, jotka kuuluvat tulevan ammattimme vaatimuksiin. Tiedon hankkiminen on kehittynyt, jonka myötä saatavan tiedon arvioiminen kriittisestikin on syvennyt. (vrt. Savonia 2021.)

Meillä kehittämistyöntekijöillä oli hieman erilaiset lähtökohdat lähteä tekemään kehittämistyötä Päihdepalvelusäätiölle. Toiselle toimeksiantaja on pitkäaikainen työpaikka ja tätä kautta läheistyö ja sen merkityksellisyys juuri Päihdepalvelusäätiöllä oli työn kautta tuttua. Toinen kehittämistyöntekijä on työskennellyt erilaisissa toimipisteissä, missä myös kohdannut läheisiä mielenterveys- ja päihdetyön yksiköissä. Olemme siis pystyneet käymään hyvää vuorovaikutusta keskenämme ja löytämään erilaisia näkökulmia opinnäytetyöhömmе. Ammatillisen kehittymisen kannalta aihe valinta oli perusteltu.

Päihderiippuvaisten läheisiä kohdataan työyksikköön tai ammattiin katsomatta laajasti. Tämän asian tärkeys, siihen liittyvät toimintaperiaatteet sekä kohtaamisen tuoma merkityksellisyys läheisille ovat jokaisessa ammatissa pohdinnan alla olevia asioita. Varsinkin tulevana sairaanhoitajina tulemme kohtaamaan läheisiä eri työyksiköissä ja tämän opinnäytetyön tekemisen kautta ajattelempa saavamme siihen hyviä perusteita ja työkaluja. Vaikka kehittämistyön kohteena on Kuopion Päihdepalvelusäätiön henkilökunta, ajattelempa, että näitä oppimiamme asioita voimme hyödyntää muuallakin.

Läheisteeman lisäksi tietoa on karttunut kehittämistyötä tehdessä myös päihderiippuvuudesta. Sairaanhoitajina työskennellessämme missä tahansa, olemme, että kohtaamme päihderiippuvaisia henkilöitä tai heidän läheisiään, jonka vuoksi tiedon kartuttaminen nostaa ammatillisuutta myös tässä mielessä. Päihderiippuvuuden tunnistaminen ja asioiden esille nostamisen tärkeys palvelee eri työyksiköissä potilaita ja tällä voi olla myös terveyttä edistävä vaikutus. Kehittämistyön kautta koemme saaneemme työkaluja näihin asioihin, joista varmasti on hyötyä tulevaisuudessa. Onnistuimme mielestämme luomaan opinnäytetyön, jonka näkökulma hieman poikkeaa jo tähän mennessä tehdyistä kehittämistöistä ja antaa uudenlaisia ajatuksia aiheen parissa työskenteleville.

7.4 Tuotoksen hyödynnettävyys ja kehittämisideat

Kehittämistyön suunnitelmaa tehdessä pohdimme ohjaavien opettajien ja työtoimeksiantajan kanssa mahdollista tuotosta kehittämistyöstä. Itsessään keskustelutilaisuuden pitäminen ja siitä saatavat vastaukset sekä ideoinnin anti olisi myös tuotos itsessään pohdittavana olleeseen teemaan. Tässä vaiheessa kävimme jo keskustelua olisiko jatkohyödynnettävyys ideoista ollut tulevaisuudessa toisen kehittämistyön tehtävä. Halusimme kuitenkin näkyväksi tuloksemme keskustelutilaisuuden pohjalta ja näin ajattelimme, että teemme vielä infograafin tuotoksena. Tästä jää myös tulevaisuuteen mahdollisuus jatkaa tämän tärkeän aiheen parissa ja kehitellä vaikka konkreettinen työskentelytapa tai uusi palvelumalli läheiset huomioiden.

LÄHTEET

- Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto 2018. Opinnäytetöiden eettiset suositukset. Pdf-tiedosto. Arene.fi. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto. <https://www.arene.fi/julkaisut/raportit/opinnaytetoiden-eettiset-suositukset/>. Viitattu 9.2.2023.
- AUDIT- kysely. Käypä hoito -suositus 2019. Helsinki: Suomalainen lääkäriseura Duodecim. Verkkojulkaisu. Päivitetty 2.4.2019. <https://www.kaypahoito.fi/pgr00001>. Viitattu 24.1.2024.
- Blomqvist, Mia, Rummukainen, Tarja, Sainio, Titta, Simola, Tiina & Tyrisevä-Ryösö, Miia 2022. Hoitotyön perusosaaminen. 1. painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Cranley, Lisa A, Simon, Ching, Lam, Sarah, Brennenstuhl, Zarina, Nahar, Kabir, Anne-Marie, Boström, Angela, Yee, Man, Leung & Hanne, Konradsen 2022. Nurses' Attitudes Toward the Importance of Families in Nursing Care: A Multinational Comparative Study. *Journal of Family Nursing*, 28 (1), 69–82. DOI:10.1177/10748407211042338. Viitattu 13.2.2023.
- Ennaltaehkäisevä päihdetyö EHYT ry julkaisuaika tuntematon. Tukea eri elämän tilanteisiin. Verkkojulkaisu. Ehyt.fi. Ehkäiseväpäihdetyö ry. <https://ehyt.fi/paihde-peli-info/tukea-eri-elamantilanteisiin/oletko-huolissasi-puolisosi-vanhempasi-tai-laheisesi-paihteidenkaytosta/>. Viitattu 23.10.2023.
- Gray, Margaret 2017. Registered Nurses' Attitudes Toward Substance Use & Abuse. 12/31/2017; 1-1. (1p). Article - research, doctoral dissertation. Viitattu 8.5.2023.
- Halmesmäki, Erja & Taisto, Sarkola 2008. Lapsen ennuste päihdeperheessä. *Duodecim* 2008; 124(19), 2151–3. <https://www.duodecimlehti.fi/duo97533>. Viitattu 30.1.2024.
- Hosseinpour, Shahrzad, Marjan Alizadeh & Rezvan Homaei 2022. The Mediating Role of Drug Attitude in the Relationship between Differentiation of Self and Family Functioning with Addiction Potential in Adolescents. *International Journal of Behavioral Sciences*, 16, 82–88. DOI:10.30491/IJBS.2022.322257.1734. Viitattu 13.2.2023.
- Huumeongelmat. Käypä hoito -suositus 2022. Suomalaisen lääkäriseura Duodecimin ja päihdelääketieteen yhdistyksen asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen lääkäriseura Duodecim. Verkkojulkaisu. Päivitetty 28.9.2022. <https://www.kaypahoito.fi/hoi50041#s7>. Viitattu 7.1.2024.
- Häkkinen Margareeta 2023. Huumeiden aiheuttama päihtymys, käytön ongelmat ja huumeriippuvuus. Verkkojulkaisu. Terveyskirjasto. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00414/huumeiden-aiheuttama-paihtymys-kayton-ongelmat-ja-huumeriippuvuus?q=p%C3%A4ihderiippuvuus>. Viitattu 16.5.2023.
- Innokylä julkaisuaika tuntematon. Learning cafe eli oppimiskahvila. Verkkojulkaisu. Innokylä.fi tiedon jakamisen ympäristö. <https://innokyla.fi/fi/tyokalut/learning-cafe-eli-oppimiskahvila/>. Viitattu 27.10.23.
- Johannessen, Aud, Tevik, Kjerstin, Engedal, Knut, Tjelto, Thomas & Helvik, Anne-Sofie 2022. Family members experiences of their older relative's alcohol and substance misuse. *International Journal of Qualitative Studies on Health & Well-Being*. 17(1),: 1-10. DOI: 10.1080/17482631.2022.2094059. Viitattu 6.5.2023.
- Järvinen-Tassopoulos, Johanna & Pirskanen, Henna 2021. Riippuvuus perheessä. Tallinna: Gaudeamus Oy.
- Klatte, Bill & Thompson, Kate 2010. Lähimmäinen ongelmana. Lopeta murehtiminen, näillä konsteilla pärjää. Tallinna: Fabella.

Kuivin jaloin 2024. Päihderiippuvuuden vaikutus. Verkkojulkaisu. Kuivinjaloin.fi Sivusto päihderiippuvaisten ihmisten läheisille. <https://www.kuivinjaloin.fi/ammattilaisille/riippuvuuden-vaikutus/>. Verkkojulkaisu. Viitattu 27.1.2024.

Lawrence, Shawn A., Coleen, Cicale, Tracy, Wharton, Reshawna, Chapple, Chris, Stewart & Mary, Ann Burg 2022. Empathy and Attitudes about Substance Abuse among Social Work Students, Clinical Social Workers, & Nurses." *Journal of Social Work Practice in the Addictions* 22 (1): 40–52. doi.org/10.1080/1533256X.2021.1922038. Viitattu 8.5.2023.

Marel, Christina, Matthew, Sunderland, Katriherine, L. Mills, Tim, Slade, Maree, Teesson & Cath, Chapman 2019. Conditional probabilities of substance use disorders and associated risk factors: Progression from first use to use disorder on alcohol, cannabis, stimulants, sedatives and opioids. *Drug & Alcohol Dependence*, 194, 136–142. DOI: 10.1016/j.drugalcdep.2018.10.010. Viitattu 30.4.2023.

Maunu, Antti 2014. Päihteet, Tunteet Ja Sosiaalisuus: Näkyvän Päihteidenkäytön Näkymättömät Syyt. *Janus*, 22(2), 194–206. Viitattu 9.5.2023.

McCann, Terence V, Polacsek, Meg & Lubman, Dan I 2019. Experiences of family members supporting a relative with substance use problems: a qualitative study. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 33 (4), 902-922 DOI: 10.1111/scs.12688. Viitattu 13.2.2023.

Pistone, Isabella, Agneta, Blomberg & Morten, Sager 2020. A systematic Mapping of Substance Use, Misuse, Abuse and Addiction Prevention Research: Current Status and Implications for Future Research. *Journal of Substance Use* 25 (3): 231-237. DOI:10.1080/14659891.2019.1684583. Viitattu 8.5.2023.

Päihdehuoltolaki 41/1986. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/1986/19860041>. Viitattu 27.1.2024.

Päihdepalvelusäätiö 2023. Verkkojulkaisu. Päihdepalvelusäätiö.fi säätiön verkkosivut. <https://www.paihdepalvelusaatio.fi/>. Viitattu 8.1.2024.

Ronédia, Monteiro, Bosque, Márcia, Aparecida, Ferreira de Oliveira, Nelma Nunes da Silva, Heloísa Garcia Claro & Ivan Filipe de Almeida Lopes Fernandes 2017. Satisfaction of Workers, Users and Families of Psychosocial Care Centers in Alcohol and Other Drugs. *Journal of Nursing UFPE / Revista de Enfermagem* 11, 4598–4606. DOI:10.1590/0103-1104202012719. Viitattu 13.2.2023.

Salonen, Kari 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turun ammattikorkeakoulun puheenvuoroja 72. Turun ammattikorkeakoulu. Verkkojulkaisu. <https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>. Viitattu 12.2.2023.

Savonia 2021. Opetussuunnitelmat ja osaamistavoitteet. Verkkojulkaisu. Savonia.fi Savonia ammattikorkeakoulu. <https://www.savonia.fi/opiskele-tutkinto/tutkinnot-ja-hakeminen/opetussuunnitelmat/?yks=KS&krtid=1366&tab=2>. Viitattu 16.1.2024.

Sininauhaliitto, 2018 a. Huumeiden käyttöhuone vähentää käytöstä aiheutuvia haittoja. Verkkojulkaisu. <https://www.sininauhaliitto.fi/ajankohtaista/huumeiden-kayttohuone-vahentaa-kaytosta-aiheutuvia-haittoja/>. Viitattu 27.1.2024.

Sininauhaliitto julkaisuaika tuntematon b. Läheisen kohtaaminen. Verkkojulkaisu. <https://www.kuivinjaloin.fi/ammattilaisille/laheisen-kohtaaminen/>. Viitattu 7.2.2023.

Sininauhaliitto julkaisuaika tuntematon c. Kuivin jaloin. Verkkojulkaisu. <https://www.kuivinjaloin.fi/ammattilaisille/paihderiippuvuus-ja-laheiset/>. Viitattu 7.1.2024.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2015 a. Päihde- ja riippuvuustyön palvelut. Stm.fi Sosiaali- ja terveysministeriö. <https://stm.fi/paihdepalvelut>. Viitattu 28.2.2023.

Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus julkaisuaika tuntematon b. Päihde- ja riippuvuushoito. <https://stm.fi/paihde-ja-riippuvuushoito>. Viitattu 4.2.2024.

Suomen Päihderiippuvaiset ry 2019. Opas päihderiippuvuuden ja läheisten hoitoon. Pdf-tiedosto. Julkaistu 20.10.2019. Päihderiippuvaiset.fi Suomen päihderiippuvaiset ry. https://www.paihderiippuvaiset.fi/Opas_paihderiippuvuuden_ja_laheisten_hoitoon.pdf. Viitattu 8.11.2023.

Takala Janne & Roine Mira, 2013. Alkoholi- ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. 1. painos. Tampere: Juvenes Print- Suomen Yliopistopaino Oy.

Tampereen yliopistollinen sairaala 2023. Päihteet ja päihderiippuvuudet. Verkkojulkaisu. Päivitetty 3.3.2023. [https://www.tays.fi/fi-FI/Toimipaikat/Tays_Pitkaniemi/OmaToivo/Oma-Toivo_paihteet_ja_paihderiippuvuudet\(108550\)](https://www.tays.fi/fi-FI/Toimipaikat/Tays_Pitkaniemi/OmaToivo/Oma-Toivo_paihteet_ja_paihderiippuvuudet(108550)). Viitattu 21.10.2023.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2020 a. Keskeiset käsitteet. Verkkojulkaisu. Päivitetty 15.12.2020. <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihde-tyo/mita-ehkaiseva-paihde-tyo-on/keskeiset-kasitteet>. Viitattu 16.5.2023.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, julkaisuaika tuntematon b. Päihdeongelmien tunnistaminen ja hoito. Verkkojulkaisu. <https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/paihdehoito/paihdeongelmaisten-palvelut>. Viitattu 7.1.2024.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, julkaisuaika tuntematon c. Päihde- ja riippuvuuspalvelut. Verkkojulkaisu. Julkaisuaika tuntematon. <https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/paihdehoito>. Viitattu 4.1.2024.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, julkaisuaika tuntematon d. Päihde- ja muiden riippuvuuksien ehkäisy, hoito ja kuntoutus. Verkkojulkaisu. <https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/paihdehoito/paihde-ja-muiden-riippuvuuksien-ehkaisy-hoito-ja-kuntoutus>. Viitattu 3.2.2024.

Tuomola, Pekka 2018. Huume- ja päihderiippuvuudet. Verkkokirja. Duodecim Oppiportti. <https://www.oppiportti.fi/op/hlr00052/do>. Viitattu 1.11.2023.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Pdf-tiedosto. Julkaistu 14.11.2012. Tenk.fi Tutkimuseettinen neuvottelukunta. https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf. Viitattu 3.3.2023.

Valokki Design, julkaisuaika tuntematon. Infograafin suunnittelu. Verkkojulkaisu. Valokkidesign.fi visuaalisen viestinnän yritys. <https://www.valokkidesign.fi/blogi/infograafinsuunnittelu>. Viitattu 26.1.2024.

Warpenius, Katariina, Holmila, Marja & Tigerstedt, Christoffer 2013. Alkoholi- ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle. Tampere: Juvenes Print- Suomen yliopistopaino Oy.

Yhteistyötilat 2022. Potilastiedon kirjaamisen yleisopas. Verkkojulkaisu. Yhteistyötilat.fi työskentelytiloja yli organisaatio rajojen. <https://yhteistyotilat.fi/wiki08/display/JULPOKY/6+Hoitoprosessin+vaiheet+ja+otsikot#>. Viitattu 21.10.2023.

LIITE 1: INFOGRAAFI

