

28.6.2011

Osa 1, numero 1

T U K E V A 2

Lapsiperheiden hyvinvointihanke



## Lasten, nuorten ja perheiden hyvinvointia tukemassa

### Tässä numerossa:

*Kuntoutusohjaus lapsen ja lähiverkoston tukena* 2

*Lasten eroryhmässä tilaa tunteille* 2

*Ryhmäytyksillä luokkakaveriksi paremmaksi* 2

*Nuoret oppivat stressinhallintataitoja* 3

*Paniikkibäiröistä nuorta voidaan auttaa* 3

*Koira herätti hellyyttä Ossit-poikaryhmässä* 3

*Koulukuraattoriverkosto koolla Rovaniemellä* 4

### Hankkeen painopisteet

- Ennalta ehkäisevien ja varhaisen tuen menetelmien ja toimintamallien käyttöön ottaminen
- Työntekijöiden osaamisen ja oman työn kehittämisen tukeminen
- Lapsiperheiden palveluiden saatavuuden edistäminen videoneuvottelua hyödyntäen

TUKEVA2 on Kaste-ohjelman rahoittama laaja pohjoissuomalainen lapsiperheiden hyvinvointihanke, jota toteutetaan Oulun seudulla, Oulunkaaren kunnissa, Kainuun maakuntakuntayhtymässä sekä nyt kakkosvaiheessa myös Lapissa.

Luet Lapin osahankkeen puolivuotiskatsausta. Osahanke käynnistyi toiminnallisesti tämän vuoden alusta kun kehittäjätyöntekijät aloittivat työnsä eri seuduilla yhdessä paikallisten toimijoiden kanssa: Itä-Lapissa, Luoteis-Lapissa, Länsi-Pohjassa ja Rovaseudulla. Lisäksi Kolpeleen palvelukeskuksen pilotissa on oma kehittäjätyöntekijänsä.

Toiminnassa ovat painottuneet erilaiset lasten ja nuorten

ryhmät sekä yhteisölliset työmenetelmät, joista esimerkkejä seuraavilla sivuilla.

Uusina toimintamalleina kokeillaan mielenterveystyöntekijän ja perheneuvolan sosiaalityöntekijän jalkautumista kouluille oppilashuollon ja oppilaiden tueksi.

Rovaseudulla toteutettiin maaliskuussa kartoitus oppilashuollon, oppilaiden ja vanhempien näkemyksistä nuorten psykososiaalisen tuen nykytilasta ja tarpeista. Luoteis-Lapissa kehittäjätyöntekijä on koonnut koulujen hyvinvointiprofiilit. Raportit näistä ilmestyvät syksyllä hankkeen kotisivuille.

Lapin osahankkeessa tuemme työntekijöiden osaamista ja oman työn kehittämistä järjestämällä menetelmäkoulutusta,



vertaistapaamisia ja yhteisiä kehittämispäiviä, tukemalla kehittämistehtävissä ja työprosessien mallinnuksissa. Alla esimerkkinä kehittämistehtävistä perhetyön seudullinen äitiryhmä.

Syksyllä on alkamassa videopalvelu perheille ja nuorille.

Hankkeen etenemistä voit seurata kotisivuiltamme: [www.sosiaalikallega.fi/tukeva](http://www.sosiaalikallega.fi/tukeva)

## Perhetyön äitiryhmästä vertaistukea ja voimavaroja

Itä-Lapin perhetyöntekijät toteuttivat kevään aikana hankkeen tuella seudullisen äitiryhmän. Tavoitteena oli tarjota äideille mahdollisuus vertaistukeen ja lisätä voimavaroja vanhempana jaksamiseen ja omaan naiseuteen. Lisäksi perhetyöntekijöille itselleen ryhmän ohjaaminen antoi mahdollisuuden kehittyä ammatillisesti ja saada vertaistukea toisilta perhetyönteki-

jöiltä. Erityisen tärkeää tämä oli yksin työskenteleville perhetyöntekijöille.

Ryhmä kokoontui yhdessä 6 kertaa. Lisäksi oli arviointi- ja palautepäivä. Teemoina olivat Iloa elämään värien avulla, Omien voimavarojen löytäminen, Fyysinen hyvinvointi ja hyvä uni sekä Äitiys ja vanhemmuus. Ruuan valmistaminen yhdessä kuului ohjelmaan kolmella kerralla.

Palaute ryhmästä oli sekä äideiltä että työntekijöiltä myönteistä. Äideille huolien jakaminen oli helpottanut jaksamista ja yhteiset keskustelut herättivät näkemään asioita uudella tavalla ja antoivat voimavaroja. Perhetyöntekijät kokivat ryhmän ohjaamisen taitojensa vahvistuneen. Vertaistuki antoi myös heille voimia omaan työhönsä.



*Osaavan ”kouluttajan”  
opissa on helppo oppia  
uusia asioita.*

## *Kuntoutusohjaus tukee lasta ja hänen lähiverkostoaan*

Autismikuntoutuksella tarkoitetaan kaikkea sitä toimintaa, jolla tuetaan neuropsykiatrisia häiriöitä omaavien lasten/nuorten taitojen kehittymistä.

Neuropsykiatriset häiriöt vaikuttavat poikkeavasti yksilön tapaan oppia uutta ja yleistää jo oppimaansa. Oikea-aikainen kuntoutusohjaus ja tukitoiminta voivat ennaltaehkäistä lapsen/nuoren ja hänen lähiympäristönsä elämää hankaloittavien ongelmien syntymistä ja vaikeutumista.

Kolpeneen palvelukeskuksen

pilotissa kuntoutusohjaaja tukee sekä lasta että hänen vanhempiaan ja muuta lähiverkostoja. Kuntoutusohjausta toteutetaan lasten ja nuorten arkiympäristössä yksilöllisesti suunniteltujen tavoitteiden mukaisesti.

Kuntoutuksessa keskeistä ovat arjen tapahtumien (aika, paikka, toiminnot) jäsentäminen. Jäsentämisessä käytetään hyödyksi kuvamateriaalia, asioiden ennakoitua ja osittamista sekä lapsen tai nuoren omia vahvuuksia. Tunneilmaisun ja tunnesäätelyn tukeminen ovat

tärkeitä haastavan käytöksen vähentämisessä.

Sosiaalisia tilanteita harjoitellaan erilaisten pelien, kuvitetujen tarinoiden, draaman ja eläinten, kuten koiran avulla. Koira pystyy luomaan ystävällisen kontaktin ilman sanoja ts. kokemuksen, joka on ainutlaatuinen. Koiran kanssa toimiminen tuo myös molemminpuolisia onnistumisen kokemuksia ja antaa välittömän palautteen onnistumisesta.

## *Lasten eroryhmässä tilaa tunteille*

**”Vanhemmat ovat kuin porot, jotka vetävät rekeä. Lasten tehtävä ja oikeus on istua reessä. Vanhempien erotessa välissä oleva aisa katkeaa, mutta vanhemmat jatkavat lasten vetämistä samaan suuntaan”.**

Rovaseudun pilotissa toteutettiin kevään aikana yhteistyössä Rovaniemen perheneuvolan kanssa vanhempiensa eron kokeneille 8–12-vuotiaille lapsille vertaisryhmä.

Ryhmän ohjelmassa sovellettiin Sirkku Niemelän Kasvatus- ja perheneuvolaliiton Taikurihankkeessa kehittämää ohjelmaa ja materiaalia, hyödyntäen

toiminnallisia menetelmiä.

Taikurin salkusta nousseen Kasper-käärmeen avulla lapset pääsivät konkretisoimaan miten iso möykky vanhempien ero lapselle itselle on. Ryhmässä lasten kokemusten jakamista puhuen ja piirtäen edisti kehyskertomus, joka tarjosi lapsille hyvän pohjan pelata omaa kokemusta kertomuk-

seen. Ryhmästä kehittyi keskusteleva, erilaiset tunteet saivat tilaa ja tulivat kuulluksi.

Päätöstilaisuudessa vanhemmat antoivat palautetta ryhmän tarpeellisuudesta ja lapset kertoivat vasta lasten eroryhmässä puhuneensa ensimmäistä kertaa toiselle lapselle vanhempien erosta ja eron nostamista tunteista ja kysymyksistä

## *Ryhmäytyksillä luokkahankei paremmaksi*

Hyvä luokkahankei lisää nuoren myönteistä käsitystä itsestään ja uskoa omaiin mahdollisuuksiinsa. Turvalliseksi koettussa ryhmässä nuoren ei tarvitse pelätä epäonnistumista, siinä uskaltaa olla oma itsensä.

Tornion, Ylitornion ja Keminmaan kouluilla kehittäjätyöntekijä ohjasi yhdessä kouluraattorin tai opinto-ohjaajan kanssa ryhmäytyksiä eri luokka-asteilla tavoitteena hyvä

ryhmähenkei ja toisia kunnioittava ilmapiiri. Erityisen tärkeää ryhmäyttäminen on 7.-luokalla, kun ryhmän koostumus muuttuu.

Ohjauksessa käytettiin Nallekortteja, seikkailukasvatuksen menetelmiä sekä erilaisia pelejä ja leikkejä, kuten sähkötyt tai Virtasen perhe. Leikkien ja pelien avulla toisiinsa tutustumista ja yhdessä toimimista oli hauska harjoitella ja jokainen

sai osallistua toimintaan.

Esimerkkinä ryhmätyöstä luokka jaettiin 5 oppilaan ryhmiin, joista kukin sai 5 A4-paperia. Ryhmä asettui paperien päälle kukin yhdellä jalalla seisten. Tehtävä oli poistaa yksitellen paperit niin että lopuksi jää yksi paperi, jolla kaikki 5 seisovat yhdellä jalalla toisistaan tukea saaden.



*Erilaisina yhdessä*

## Nuoret oppivat stressinhallintataitoja

Tukeva Lapin osahanke järjesti kuntien työntekijöille nuorten stressinhallintakurssien ohjaajakoulutusta. Koulutuksen jälkeen MAESTRO-stressinhallintakurssija on järjestetty kevään aikana Ylitorniolla, Keminmaassa, Simossa ja Pellossa. Kurssin avulla kouluissa voidaan vähentää nuorten riskiä sairastua depression. Tavoitteena onkin että kurssit vakiintuvat koulujen vuosiohjelmiin.

Kurssi on tarkoitettu 14–18-vuotiaille nuorille, joilla on

lieviä masennus tai stressioireita. Kurssilla nuorille opetetaan stressinhallintataitoja ja vahvistetaan heillä jo olevia selviytymiskeinoja.

Kurssi toteutetaan 4–7 hengen pienryhmätyöskentelynä, ja tapaamisia on kerran viikossa kahdeksan viikon ajan.

Pellossa ohjaajina toimivat kouluterveydenhoitaja sekä Tukeva-hankkeen Luoteis-Lapin alueen kehittäjätyöntekijä. Nuorten palaute kurssista oli myönteistä. Heidän mieles-

tään kurssilla opittuja ajattelutapoja ja -tekniikoita voi hyödyntää omassa elämässään. Kurssilla asioita ja ratkaisukeinoja pohdittiin yhdessä, joten kurssi antoi samalla nuorille tärkeän vertaistuen mahdollisuuden.

Yksilötyötä pääasiassa tekevä terveydenhoitaja sai ryhmämuotoisella kurssilla uuden näkökulman nuoriin. Kurssin materiaalia voi käyttää myös yksilötyössä. Seuraava Maestro-kurssi on tarkoitus järjestää Pellossa keväällä 2012.



## Paniikkihäiriöistä nuorta voidaan auttaa

Rovaseudun pilotissa Ranualla toteutettiin kevään aikana paniikkihäiriöstä kärsiville nuorille Pakki-ryhmä. Ryhmän tavoitteena oli auttaa nuorta tunnistamaan omaa elämää kuormittavat tekijät ja keinot, joilla nuori voi vahvistaa omaa hyvinvointia ja ennaltaehkäistä paniikkikohtauksia.

Ryhmän suunnittelu ja toteutus oli moniammatillista. Ryhmä kokoontui 10 kertaa, jokai-

sella kokoontumiskerralla oli oma teema, jota käsiteltiin toiminnallisia menetelmiä hyödyntäen. Ensimmäisellä kerralla paniikkikohtausta tutkittiin fysiologisena ilmiönä ja oman kokemuksen kautta sekä harjoiteltiin palleahengitystekniikkaa. Toisella kerralla teemana oli turvallisuus: maalattiin oma turvapaikka ja rentouduttiin mielikuvarentou- tuksen avulla. Muita teemoja

olivat mm. liikunta, ravinto, itseä vahvistavat ajatukset ja uskomukset.

Ryhmä päättyi juhlaan, jonne nuoret kutsuivat parhaat kavereinsa. Palautteessa nuoret kertoivat ryhmämuotoisen toiminnan olleen itselle oikea tapa käsitellä paniikkihäiriötä.

- ”Sydämeni hakkaa, lihakset eivät tottele tahtoani, sydäntä puristaa.”

## Koira herätti hellyyttä ”Ossit”-ryhmän pojissa

Itä-Lapin kehittäjätyöntekijä ohjasi 9.-luokkalaisten poikien Ossit-ryhmän yhdessä nuorisohjaajan kanssa. Ryhmän tavoitteena oli rohkaista poikia löytämään vahvuuksiaan, ilmaisemaan tunteitaan ja auttamaan koulutyöhön keskittymisessä lukuvuoden viimeisten kuukausien aikana.

Pojat aloittivat piirtämällä

omia sen hetkisiä ajatuksiaan ja tunteitaan. Väsymys nousi piirroksissa esiin ja siitä olikin hyvä jatkaa keskustelua unen ja terveellisen ruokavali- on tärkeydestä. Toisella kerralla kuunneltiin poikien omia mielipäiteitä ja biisien sanoitusten pohjalta puhuttiin mm. päih- teistä. Mukana oli tällä kertaa myös Ira-koira, josta pojat

olivat haltioissaan. Vuoron perään koira pääsi kunkin pojan syliin. Hoivaamisen vietti löytyi pojistakin ja keskustelu palasi lapsuusmuistoihin. Ryhmässä toimimista ja yhteisen tavoitteen asettamista päästiin harjoittelemaan lumen veistossa. Viimeisellä kerralla keskusteltiin tulevaisuudesta ja syötiin pizzaa.



## Tukeva2 Lapin osahankkeen tiedote



Löydät meidät myös webistä  
[www.sosiaalikallega.fi/tukeva](http://www.sosiaalikallega.fi/tukeva)



Pohjois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus  
Lapin toimintayksikkö

Tämän tiedotteen kirjoittamiseen ovat osallistuneet Lapin osahankkeessa työskentelevät kehittäjätyöntekijät ja projektipäällikkö:

**Jaana Korpivaara** 040 163 4624 (Kolpeneen palvelukeskuksen ky) [jaana.korpivaara@lshp.fi](mailto:jaana.korpivaara@lshp.fi)

**Tiina Niemimuukko** 040 124 3822 (Kemijärvi, Pelkosenniemi, Salla)

**Marja Leena Nurmela** 040 124 3820 (Rovaniemi, Ranua)

**Päivi Syväjärvi** 040 124 3821 (Tornio, Keminmaa, Simo, Ylitornio)

**Hanna Vuorinen** 040 124 3823 (Pello, Kolari, Muonio)

**Marja-Sisko Tallavaara** 040 726 1851

Sähköposti: [etunimi.sukunimi@poskelappi.fi](mailto:etunimi.sukunimi@poskelappi.fi)

Osahanketta hallinnoi Kolpeneen palvelukeskuksen ky ja toteuttaa Pohjois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus Myllärintie 35, 96400 Rovaniemi



## *Koulukuraattoriverkosto koolla Rovaniemellä*

Hanke kokosi Lapin koulukuraattorit yhteiseen kehittämispäivään 9. kesäkuuta. Päivän aikana paneuduttiin kokonaisvaltaisesti kuraattorin työhön asiasta väitelleen Pirkko Sipilä-Lähdekorven johdattamana. Hänen vuoden 2000 aikana kokoamansa kyselyaineiston mukaan kuraattorit kokivat olevansa välittäjäasiantuntijoita, joiden työn keskiössä on oppilas ja hänen auttamisensa. Kuraattorit kokivat itsensä sekä sosiaalityöntekijöiksi että kasvattajiksi. Suurimman osan työajasta vei korjaava työ, ja siinä eniten työllisti oppilaiden motivoimattomuus koulutyöhön ja häiriökäyttäytyminen.

Lapin kuraattoreille toukokuussa tehdyn kyselyn mukaan nyt yleisin syy asiakkuuteen ovat mieliala- ja tunne-elämän ongelmat. Motivaatio-

ongelmat ovat kuitenkin edelleen kolmen yleisimmän syyn joukossa. Useimmiten opettaja ohjaa oppilaan kuraattorin vastaanotolle, mutta nykyisin yleistä on myös nuoren itsenäinen hakeutuminen kuraattorin vastaanotolle.

Resurssitilanne on 2000-luvulla parantunut Lapissakin, mutta edelleen on kuntia joissa kuraattorin tehtäviä ei hoida kukaan. Päätoimisia koulukuraattoreita on 7 Lapin kunnassa.

Kehittämispäivässä kuultiin myös koulukuraattori Jaana Hannulan puheenvuoro ”Perhe kuraattorin yhteistyökumppanina.” Jaana korosti koulukuraattorin roolia lapsen näkyväksi tekemisessä myös vanhempien suuntaan. Hänellä on käytössään mm. Lapset puheeksi -keskustelu, jossa vanhempien kanssa käydään läpi

lapsen elämässä kehitystä haavoittavat ja vahvistavat asiat.

Irmeli Vähäaho esitteli opetussuunnitelman perusteiden muutosten mukanaan tuomia haasteita koulukuraattorin työlle.

Seuraava koulukuraattorien kehittämispäivä pidetään 18. marraskuuta.

