

Olet ERITYISESTI ISÄ



Isäerityisen työn opas
Erityisesti isä -projekti (2013–2016)

Kaisa Ovaskainen
Ulla Nyberg
Jukka Hyppölä
Ilkka Sutinen

”Paljon hyvää keskusteluun tuottaa, kun jaksaa isäerityiseen työhön luottaa”

Sisällys

JOHDANTO.....	4
PÄIHDE ISYYDEN HAASTEENA.....	4
Esiharkintavaihe.....	6
Harkintavaihe.....	7
Päätöksenteko- ja toimeenpanovaihe.....	8
Ylläpitovaihe.....	10
Retkahdus.....	11
ISÄERITYISEN TYÖSKENTELYN KULMAKIVET JA AVAIMET.....	12
ESIMERKKI POHDINTATEHTÄVÄSTÄ TYÖNTEKIJÖILLE.....	14
ISÄERITYISET RYHMÄTYÖN MALLIT.....	15
Avoin isäryhmä.....	17
Suljettu määräaikainen isä-ryhmä.....	21
Määräaikainen prosessinomainen vertaistuellinen isäryhmä.....	27
Päihteistä kuntouttava rikosseuraamuspuolen isäryhmä.....	31
Leirityyppinen toiminta Erityisesti isä -projektissa.....	35
Perheleiri.....	35
Isäleiri.....	37
Toiminnalliset ryhmät.....	39
Raittiutta ylläpitävä isäryhmä.....	39
Isä-lapsi-ryhmä.....	41
Isä-nuori-ryhmä.....	43
Läheisten vertaistukiryhmä.....	45
LÄHTEET.....	49
TEHTÄVÄT.....	51
Tehtävä 1 Päihteiden käytön vaikutus vanhemmuuteen.....	53
Tehtävä 2 Lapsuudesta merkittävä aikuinen.....	55
Tehtävä 3 Pohdintatehtävä: Päihteiden käyttö.....	57
Tehtävä 4 Tunnepohjainen vuorovaikutus.....	59
Tehtävä 5 Elämäntaitojen opettaminen.....	61
Tehtävä 6 Tulevaisuus.....	63
Tehtävä 7 Rikosseuraamuksen vaikutukset ja muutos.....	65

Johdanto

Tässä työkirjassa on kuvattu työtapoja vinkiksi ja tueksi isien parissa työskenteleville. Työkirja sisältää kuvauksia yksilötyöstä ja yhteistyössä toteutetuista isä- ja isä-lapsi-ryhmätoiminnoista. Lopun tehtäväosioon on koottu pohdintatehtäviä isäerityiseen työhön. Lisätietoja Erityisesti isä -projektista, tehdystä kehittämistyöstä sekä tässä kuvatuista toimintamuodoista saa Kehittämiskeskus Tyynelästä. www.tyynela.fi.

Päihde isyyden haasteena

Aiheutuu vähemmän elämään hämmennystä, kun saa isyyden avulla omaan arkeen merkitystä

Päihdekuntoutumisen prosessia kuvataan usein muutosvaihemallin avulla, joka ilmentää päihdekuntoutumisen syklisen luonteen. Niin omin avuin tapahtuneessa, kuin ammatti-ihmisenkin ohjauksella tapahtuneessa muutoksessa asiakkaat ”siirtyvät ensin tiedostamattomasta tai muutoshaluttomasta tilasta pohtimaan muutoksen mahdollisuutta, sen jälkeen he tekevät päätöksen, ja valmistautuvat tekemään muutoksia ja lopulta he ryhtyvät toimeen ja ylläpitävät muutosta”. (DiClemente 1991, 191.) James Prochaskan, John Norcrossin ja Carlo Di Clementen (1982) kehittämän muutosvaihemallin mukaan toipumiseen kuuluu eri vaiheita sekä usein taantumisen kausia. Vaiheita on kuusi: esiharkinta, harkinta, valmistautuminen, toiminta, ylläpito ja päättymisvaihe. Esiharkintavaiheeseen kuuluu muutoksen vastustaminen. Harkintavaiheessa ihminen tunnistaa ongelmansa ja lähtee pyrkimään ajatuksen tasolla kohti ongelman ratkaisua. Harkintavaiheeseen ei vielä kuulu toimintaan sitoutuminen, vaan ihminen vasta tunnistaa ongelman kuuluvan elämäänsä. Tämä vaihe voi kestää kauankin. Valmistautumisvaiheessa ihminen on valmis toimintaan, mutta pohtii vielä muutoksen tuomia etuja ja haittoja verraten niitä keskenään. Toimintavaihe vaatii sitoutumista ja paljon energiaa ongelman ratkaisun eteen. Tuolloin ihminen alkaa olla valmis tekemään muutoksen ja muutos usein toteutuu. Ylläpitovaihe vaatii paljon työskentelyä saavutetun tilan ylläpitämiseksi. (Miller & Rollnick 1991, 14-18).

Isäerityisen työn apuvälineet on yhdistetty motivoiviin menetelmiin oheisen muutosvaihekaavion pohjalle. Kaavion perustana on käytetty Prochaskan (1984) muutosvaihemallia ja Valma-hankkeen motivoivan kohtaamisen materiaalia (www.tyynela.fi). Isäerityisen päihdeasiakkaan kanssa käytettyjä asiakastyön menetelmiä on kuvattu kaavion alla. Isäerityistä työtä voidaan hyödyntää käytännössä missä vain isien kanssa työskentelevien ammattilaisten toimesta.



Esiharkintavaihe

Isäerityinen kohtaaminen

Jokaiselta isäasiakkaalta voidaan kysyä lapsista. Se on yleensä mieluinen puheenaihe jossa tulee ilmi kiinnostuneisuus toisen isyydestä ja lapsista (puhumisen paikkoja ei paljon). Päihteiden käytöstä kannattaa kysyä isänäkökulmasta:

- Miten isyys on vaikuttanut päihteiden käyttöösi?
- Miten uskot lapsesi/ lapsenlapsesi hyötyvän, jos lopetat/ käytät vähemmän päihteitä?
- Miten sinä isänä hyötyisit?

Sensitiivisyys

Isä tulee kohdata lapselle tärkeänä aikuisena ja lapsensa parhaana asiantuntijana. Isää voi pyytää kertomaan lapsesta/ lapsista ja omista ajatuksistaan isänä olemisesta. Lapsen vahvuuksia kannattaa nostaa puheessa, kuten myös isän merkitystä lapsen elämässä. Isäasiakkaan omat isäkokemukset kannattaa myös ottaa esille. Keskustelu tulee olla lähtöisin lapsen näkökulmasta, painottaen sitä, mikä on isän mielestä lapsen etu. Kannustus ja hyvä palaute pienistäkin edistymisen askelista ja lapsen parhaan ymmärtämisestä on tärkeää:

- Hyvä, ettet tapaa lastasi päihtyneenä.
- Olet oivaltanut, että se ei ole lapsen parhaaksi”.
- Joskus valokuvien katselu lapsesta saattaa helpottaa isän kerrontaa.

Motivoiva kohtaaminen

Isää tulee motivoida tutkailemaan omaa päihteiden käyttöään sekä sen vaikutusta arjenhallintaan, isyyteen ja lapseen. Työntekijän kannattaa auttaa isää pohtimaan, mitkä tekijät toimivat esteenä isänä toimimiseen. Yhdessä pohtiminen isän kanssa johtaa usein oivallukseen, että päihteet vaikuttavat kaikkeen vanhempänä olemisessa. Uskoa ja toivoa voi luoda asiakkaalle hyödyntämällä kokemusasiantuntijuutta. On tärkeä saada motivoitua asiakasta ottamaan vastaan päihdepalveluja, vertaistukea, tai muuta tukea kuntoutumiseen.

Avoimet kysymykset, ihmettely ja puheessa ilmeneviin ristiriitoihin tarttuminen voi auttaa isän omia oivalluksia.

- Isä: ”Lapsien ja perheen on parempi olla ilman minua”, Työntekijä: ”Niinkö? Vaikka olet lapsillesi ainoa isä.. Selitätkö, miksi poissaolosi on hyväksi heille?”
- Hyvän palautteen antaminen ajatuksista päihteiden käytön vähentämisen suhteen ja sitä kautta lasten ja/tai isän saamasta hyödystä on asiakkaalle tärkeää. Työntekijä voi kysyä yksityiskohtia lasten tapaamisesta, miten lapset kokivat tapaamisen, miltä se isästä tuntui jne. Tätä kautta osoitetaan mielenkiintoa isän ja lasten kohtaamisiin.

Alkukartoitus ja tavoitteet isyydelle

Isän kokonaisvaltainen elämäntilanne on hyvä kartoittaa alkuvaiheessa:

- isyys, päihteet, fyysinen ja psyykinen terveys, asunto, talous, työ- ja koulutus, sosiaalinen tilanne (perhe- ja ystävyysuhteet ja palveluverkostossa olemassa oleva tukiverkosto).
- Myös isän omat tavoitteet isyyden/ lasten suhteen tulee selvittää.
- Yhdessä voidaan pohtia, millaiset asiat tukevat tätä tavoitetta (esim. asuntoasiat kuntoon, velkajärjestelyihin hakeutuminen, sukulaisiin yhteyden vahvistaminen, raittiiden ystävien seuraan hakeutuminen...).
- On tärkeää korostaa riittävän hyvää vanhemmuutta/isyyttä.

Harkintavaihe

Isäerityinen kohtaaminen

Päihdenäkökulmasta herätellään ristiriitaisuutta vuorovaikutuksessa, esim. kyseenalaistamalla. Pyritään keskustelussa muutosmotivointia kohden, huomioiden, että asiakkaalla on kuitenkin oma vastuu ja ratkaisut asioistaan. Isäerityisestä näkökulmasta kohdataan asiakas ensisijaisesti isänä, keskustelussa on vuorovaikutusta ja selkeä dialogisuus. Puhuttaessa isyydestä/vanhemmuudesta, myös päihteet nousevat puheeksi.

- Mitä lapsellesi kuuluu tällä hetkellä?
- Kerro omasta lapsestasi?

Sensitiivisyys

Sensitiivisesti ajateltuna päihdenäkökulmaan liittyy mm. huonoa itsetuntoa ja syyllisyyttä. Ympäristö on muokannut asiakkaan mielikuvia, jolloin on taipumus negatiiviseen ajatteluun ja ns. päihdeidentiteetti vahvistuu entisestään. Isänäkökulmasta voisi miettiä, mikä on isän merkitys lapselle, motivoida asiakasta isyyteen ja pyrkiä positiiviseen palautteeseen. Tunnettyöskentely asiakkaan kanssa, jolloin isä-identiteetin vahvistuminen on mahdollista.

- Miten isänä asian koet?
- Mitä vahvuuksia/haasteita sinulla on isänä?

Palvelutarpeen ja -tuen arviointi

Päihdenäkökulmasta ajateltuna asiakkaalle on tarjolla muutoksen mahdollisuus. Tämä on hyvä kertoa asiakkaalle ja käydä yhdessä läpi, millaista tukea ja apua tarjolla sekä mitä se asiakkaalta itseltään vaatii. Yhteistyö viranomaisten ja muiden toimijoiden kanssa on tärkeää, samoin asiakkaan verkostojen tuki. Isäerityisestä näkökulmasta olisi hyvä pyrkiä nostamaan isänäkökulma esiin eri tilanteissa ja kohtaamaan asiakas nimenomaan isänä.

- Millaista tukea koet isänä tarvitsevasi?
- Mitä lapset tilanteestasi ajattelevat?

Päihteidenkäytön haitat ja oma hyvinvointi sekä jaksaminen

Asiakkaalle annetaan tietoa ja apua päihteiden käytöstä aiheutuviin haittoihin liittyen. On tärkeää miettiä yhdessä asiakkaan kanssa, mikä on hänen oma pystyvyytensä muutokseen. Isäerityisesti on hyvä miettiä esim. sitä, miltä päihteet näyttävät lapsen silmin, mikä on raittiin isän merkitys lapselle sekä mitä kaikkea voisi olla lapsen kanssa yhdessä tekeminen.

- Miten sinä voit?
- Kuinka sinä voit toimia oman hyvinvointisi eteen?
- Kuinka lapset hyötyvät sinun hyvinvoinnista?

Ylisukupolvisuus

Käydään läpi asiakkaan lapsuutta ylipäättään; millainen on ollut päihteidenkäytön näkökulma omassa lapsuudessa sekä historiassa. Voidaan käydä keskustelua asiakkaan kanssa hänen omasta isäsuhteestaan ja sen merkityksestä sekä vaikutuksesta asiakkaan omaan vanhemmuuteen.

- Mikä on mielestäsi hyvän isän malli?
- Millainen oli oma isäsuhteesi?

Toimintasuunnitelma

Päihteidenkäytön ja muutostyöskentelyn osalta suositeltavaa olisi tavoitteiden asettaminen ja tavoitteellinen työskentely yhdessä asiakkaan kanssa. Isä-näkökulmasta vastaavasti hyötyä olisi perhetilanteen selvittämisestä, mahdollisesti läheisten mukaan ottamisesta työskentelyyn ja lapsilähtöisyyden huomioimisesta mahdollisuuksien mukaan.

- Mikä on mielestäsi hyvää/riittävää vanhemmuutta?

Päätöksenteko- ja toimeenpanovaihe

Isäerityinen kohtaaminen

Pidetään yllä lapsen näkökulmaa kysymyksillä, miltä tämä näyttää ja tuntuu lapsen näkökulmasta. Tuetaan asiakkaan isyyden kokemusta ja isänä olemista kysymyksillä.

- Mitä ajattelet tästä isänä ja kuinka isänä toimit/haluat toimia?
tuetaan ja kannustetaan asiakasta tuomaan omat ajatukset ja tarpeet esille isänä. Vahvistetaan isänä olemisen oikeutusta ja velvollisuutta kannanottamiseen suhteessa lapsen asioihin. Keskustellaan siitä, kuinka päihdekäyttö sopii isyyteen ja kuinka voi toteuttaa isänä olemista päihteettömänä. Ollaan tukena asiakkaan arvioidessa omia kykyjä ja voimavaroja arjen keskellä tapahtuvissa asioissa, kuinka jaksan ja pystyn asioita toteuttamaan. Riippuvuuskäyttäytyminen vääristää ajatusmaailmaa, joka on huomioitava päätöksenteossa ja toiminnassa. Tuetaan isän omaa asiantuntijuutta omien tarpeiden mukaiseen kuntoutukseen.
- Miten sinä isänä haluat ja toteutat omaa hoitamistasi ja kuntoutumistasi?
- Miten koet hyötyneesi isänä päihteiden käytön lopettamisesta?

Sensitiivisyys

Ylläpidetään ja vahvistetaan oikeutusta isyyden kautta omakohtaisten tarpeiden ja oikea-aikaisen palvelun määrittämiseen.

- Kuinka voit isänä parhaiten vaikuttaa asioihin ja tuoda niitä esille?
Ylläpidetään tietoisuutta riippuvuuden ohjaaman ajatusmaailman vääristymistä. Annetaan tilaa ja oikea-aikaisuutta niiden käsittelyyn. Tuetaan toista arvostamaan kohtaamiseen ja vuorovaikutukseen.
- Kuinka haluat kertoa asioista toiselle?
- Miten käsittelet negatiivisia tunnetiloja?

Vanhemmuus- ja isyytöskentely

Isyyden tukeminen on vahvistanut kykyä olla isä ja määrittämään vanhemman vastuuta. Läheisiä on tullut työskentelyyn mukaan, kun on puhuttu vanhemmuudesta ja isyydestä eikä vain päihdekäytöstä. Vanhempien rooleja on pystytty selkeyttämään ja tarttumaan vanhempien väliseen vuorovaikutukseen.

- Miten vanhempina näette tämän tilanteen?
- Millaisena isänä näet puolisoasi?
- Miten päihdekäyttö näyttyy teidän perheessä?
- Mitä hyvää on teidän perheessä?

Palvelujärjestelmässä toimiminen ja tuki siihen

Ollaan mukana palveluverkostoissa ja niissä tilanteissa, joissa isä sitä haluaa ja kokee tarvitsevansa. Ylläpidetään tietoisuutta isillä siitä, että isät ovat oikeutettuja pyytämään tarvitsemansa tuen ja työntekijät ovat tähän käytettävissä. Kuullaan asiakasta isänä.

- Mitä isänä tästä ajattelet?

Palveluverkoston työntekijät ovat saaneet uuden lähestymiskulman isyyden kautta ja päätöksiin on saatu isän näkökulmaa mukaan. Asiakkaan kuuleminen isänä tuo tasavertaisuutta vanhempien tarpeisiin ja tukeen. Päätöksentekoon on saatu molempien vanhempien näkökulmia mukaan.

- ”Isänä minulla on oikeus ja velvollisuus tuoda oma näkökulma esille”.

Toipumista tukeva ympäristö, motivointi vertaisryhmiin

Isyys on ohjannut isää vahvistamaan ja muuttamaan sosiaalista verkostoa. Tarve sosiaalisen verkoston muutokseen on vahvistunut

- Onko lapsen hyvä olla tässä elinpiirissä?
- Kuinka isänä haluan rakentaa elinpiiriä lapsen tarpeiden mukaiseksi?

Isät ovat valmiita vertaistuelliseen työskentelyyn. Lasten mukaan ottaminen vertaistoimintaan on tukenut lapsen ja isän suhdetta. Lapset ovat saaneet jakaa vertaiskokemuksia sekä läheiset tukea ja tietoa toipumiseen liittyen.

- Vertaistuki
- Isäryhmätoiminnot
- Isä-lapsi-ryhmät

Ylläpitovaihe

Isäerityinen kohtaaminen

Isyyttä on korostettu voimavarana ja arjen voimanlähteenä. On oltu kiinnostuneita isyydestä, isyyden kehittymisestä, lapsen kasvun ja kehityksen tukeminen keskustelemalla. Pääteettömyys on tuotu esille vahvuutena isyydessä sekä lapsen kanssa läsnäolossa. On kannustettu isyyden onnistumisista, edistymisestä.

Sensiitivisyys

Isän asiantuntijuus oman lapsen asioissa on nähty tärkeänä. Kunnioittava tukeminen, isän merkitys lapsen elämässä ja lapsen kasvaessa erilaisissa kehitysvaiheissa on pidetty puheissa esillä. Pääteaiheiset keskustelut lapsen kasvaessa ovat myös tärkeitä, etenkin lähestyvässä murrosiässä ennen ”kokeiluvaihetta”. On tärkeää kannustaa ja tukea isää avoimeen vuorovaikutukseen lapsen/nuoren kanssa.

Raittiutta tukevat ihmissuhteet ja toiminta

Vertaistukiryhmät, raittiit ystävät, harrastukset, ulkoilu, luonto, perheen ja läheisten merkitys tukevat pääteettömyyttä isän arjessa. Riippuvuuden tilalle tulee löytää raittiutta tukevaa tekemistä. Yksinkertaisten mielihyvää tuovien asioiden ja tavallisen arjen rikkauden korostaminen sekä lapsen kanssa yhdessä tekeminen on tärkeää.

- Kiinnostus lapsen kasvusta, kehityksestä, kavereista, koulusta, harrastuksista jne. tuo sisältöä myös isän omaan elämään.
- Omasta hyvinvoinnista (fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen) tulee huolehtia niin hyvin kuin mahdollista.
- Omien voimavarojen arviointi on erittäin tärkeää.

Tavoitteiden tarkistaminen

Lisätavoitteiden luomisessa tärkeitä ovat oikea-aikaisuus sekä omien voimavarojen ja hyvinvoinnin huomioiminen! On hyvä myös tarkastella tavoitteita uudelleen tässä vaiheessa.

- Missä mennään?
- Miten tähän on päästy?
- Mitä tavoitellaan seuraavaksi, seuraava askel?

Isä-lapsi-suhteen tukeminen

Yhteiset kiinnostuksen kohteet isän ja lasten välillä sekä etenkin yhdessä tekeminen tukee vanhempaa omassa roolissaan.

- Asioista keskusteleminen, luottamuksen rakentuminen, vanhemman vastuun korostaminen sekä erilaiset vanhemman roolit ovat hyviä keskustelun aiheita.
- Turva, luottaminen sekä tuki erimielisyyksissä ja lapsen vaativimmissa kehitysvaiheissa ovat tärkeitä isälle.
- Pääteettömyyden merkitystä tulee korostaa, jos halutaan olla aidosti läsnä.

Mahdollisuus oman kokemuksen hyödyntämisessä

Kokemusasiantuntijana toimiminen ja vertaisryhmissä vertaisohjaajana oleminen antaa mahdollisuuden käyttää omaa kokemusta muiden tueksi.

Retkahdus

Mahdolliset retkahdukset voivat tapahtua missä vaiheessa tahansa ja ne ovat osa muutosmatkaa. Jokaisesta retkahduksesta voi oppia jotakin: ehkä isä tarvitsee enemmän aikaa muutokselle tai ympäristö ei tue pyrkimyksiä. Retkahdus käsitellään oppimiskokemuksena, joka antaa mahdollisuuden muutosprosessissa etenemiseen. Isyyden ja vanhemmuuden avulla motivoidaan katkaisemaan päihdeputki mahdollisimman nopeasti. Retkahduksen jälkeen käydään oma ja lapsen näkökulma tapahtuneeseen. Ohjeistetaan ja tuetaan isää käymään tapahtunut läpi perheen kanssa.

päihderiippuvuuteen ja vanhemmuuteen. Isien mukaan kokemusasiantuntijuus, vertaistoiminta, ryhmät, työkokeilu, opiskelu, isäryhmät sekä isien ja lasten yhteinen toiminta tukevat päihhteettömyyttä. Oman riippuvuuskäyttämisen tunnistaminen ehkäisee riippuvuuden toteutumista muussa muodossa (mm. peliriippuvuus, läheisriippuvuus).

Isäerityisen työskentelyn kulmakivet ja avaimet

Paljon hyvää keskusteluun tuottaa, kun jaksaa isäerityiseen työhön luottaa

- Ylläpidetään isyyskeskustelua → isyyden herättely, mahdollisuus käydä vaikeita tunteita läpi turvallisessa ympäristössä ja päihteettömänä, ollaan peilinä vanhemmuuskeskusteluun ja vahvistetaan isää merkityksellisenä vanhempana ja vahvistaa isän raittiutta ja sen merkitystä lapselle
- Varmistetaan perustarpeiden täytyminen (ruokaa, asunto, terveydentila...) → arjen hallinnan (sis. päihneiden käytön hallinnan) saavuttaminen ensisijaisen tärkeä pohja toimivalle isyydelle
- Laaditaan toimintasuunnitelma päihdekuntoutumiselle ja vanhemmuudelle → tavoitteet, keinot, tuen tarve, arviointi
- Ollaan tukena päihdekuntoutusjaksojen välissä palvelujärjestelmässä → mm. isän arkeen jalkautuva työ, puhelinkontaktin mahdollisuus kriisi- ja muutostilanteissa, verkostopalaverit sekä mukana oleminen palvelujärjestelmässä
- Pidetään yhteyttä retkahtamisen yhteydessä → palveluihin hakeutuminen ja pääseminen
- Käydään läpi isän oma elämänhistoria → sukupolvien ja historian merkitys
- Autetaan isää tunnistamaan ja käsittelemään omia sekä lasten tunteita → ”Kuinka kestän hankalia tunteita?”
- Nostetaan esille läheisten näkökulma, edut ja tarpeet (lapset, lasten äiti, isän vanhemmat) suhteessa päihderiippuvuuteen ja vanhemmuuteen
- Tuetaan päihteettömään arkeen (kokemusasiantuntijuus, vertaistoiminta, ryhmät, työkokeilu, opiskelu, isäryhmät, isä-lapsi-toiminta...)
- Opetellaan tunnistamaan ja käsittelemään riippuvuuskäyttäytymistä ja ajatusvääristymiä

Isien kanssa käsiteltävät teemat ovat olleet monipuolisia arjesta nousseita aiheita:

Isyyden & vanhemmuuden tukeminen	Päihdekuntoutuminen
<p>Oman isäsuhteen läpikäyminen ja siitä oppiminen ja oivaltaminen</p> <p>Miehen malli; merkitys, millaisen miehen mallin välittää/ haluaa välittää</p> <p>Tapaamisoikeudet ja muut osallisuuden mahdollisuudet (kirjeet, soitot, tekstiviestit)</p> <p>Vertaistuen mahdollistaminen ryhmien avulla ja yleisten vertaistukimahdollisuuksien tarjoaminen</p> <p>Kriisitilanteiden käsitteleminen (esim. ero, lapsen sijoittaminen yms.)</p> <p>Tuki lapsen kasvun ja kehityksen eri vaiheissa</p> <p>Isän itsetunnon vahvistaminen vanhempana (kannustava vuorovaikutus)</p> <p>Sitoutumisen ja vastuun merkityksen läpikäyminen ja osaamisen vahvistaminen</p> <p>Työvälineitä:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Oma isä- ja mieskokemus, keinot osoittaa välittämistä ja antaa tunnustusta, mitä asioita haluaa välittää lapselle, tavoitetila (ICDP-välitehtävät) • Vanhemmuuden roolikartta • Kirje lapselle • Isän merkitys tyttärelle/ pojalle • Voimavarat ja sosiaalinen tuki • Isyyden pelikentät -työkirja miehille ja isille (MLL) • Valokuvien käyttö (vanhojen perhekuvien läpikäyminen tai uusien kuvien ottaminen) 	<p>Isän tukeminen päihdekäytön käsittelyyn lapsen kanssa (lapsen ikä ja kehitystaso huomioiden)</p> <p>Tuki päihdekuntoutusjaksojen välissä, puhelinkontaktit</p> <p>Geeniperimän ja päihteiden käytön käsittely lapsuudessa saaman mallin vaikutuksesta</p> <p>Raittiutta tukeva vapaa-aika</p> <p>Hoidon piiriin ohjaaminen, motivointi ja kuljettaminen</p> <p>Vertaistuen mahdollistaminen</p> <p>Työvälineitä:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Muutosvalmiuslomake • Audit • Päihdepäiväkirja • Päihteiden hyödyt ja haitat • Toimintasuunnitelma (tavoite-keinot- riskit -arviointi) • Päihteiden vaikutus lapseen ja isyyteen -tehtävä • Haasteet ja esteet isyydelle; mihin niistä päihteillä on vaikutusta • Voimavarat ja sosiaalinen tuki

Esimerkki pohdintatehtävästä työntekijöille

Moniammatillisen verkostotyön tarve tulee esille seuraavan asiakaskuvauksen ”Päihdepalveluihin saapuvan Paavon” myötä. Isyys on yksi tärkeä asia Paavon elämässä ja se kannattaa nostaa esille tärkeänä voimavarana ja muutokseen motivoivana tekijänä. Paavo on kuvitteellinen, mutta melko tyypillinen palvelujärjestelmässä vastaantuleva henkilö.

Päihdepalveluihin tuleva Paavo

Paavo on 40-vuotias kolmen lapsen isä. Lapset ovat iältään 5-, 14-, ja 17- vuotiaita. Paavo on eronnut lasten äidistä 3 vuotta sitten. Lasten huoltajuus on äidillä. Välit lapsiin on ollut hyvät ja isä on osallistunut lasten hoitoon ja kasvatukseen aktiivisesti ennen eroa. Lasten tapaamiset ovat satunnaisia, silloin kun juomiselta pystyy tapaamisiin. Lasten läsnä ollessa Paavo ei ole juonut, mutta yleensä korkannut pullon heti sunnuntaina lasten lähdettyä parantamaan kokemaansa ”tyhjiön tunnetta”. Lähiaikoina tapaamiset eivät ole onnistuneet juomisen takia tapaamissopimuksen mukaisesti ja tapaamisista on ollut riitaa ex- puolison kanssa. Lasten äiti on päättänyt, että isä ei saa tavata lapsia.

Työttömänä Paavo on ollut viimeiset kaksi vuotta. Takana on pitkäkö työhistoria, mutta on tullut irtisanotuksia juomisesta johtuvien poissaolojen takia. Paavo on tippunut ansiosidonnaiselta peruspäivärahalle ja taloudellinen toimeentulo on vaikeaa. On ottanut juomisen takia pikavippejä, jotka ovat jääneet maksamatta.

Paavolla on asunto, mutta tällä hetkellä on useamman kuukauden vuokrat maksamatta ja muutama varoitus on tullut häiriökäyttäytymisestä. Uhkana on häätö asunnosta. Ajokortti on ”kuivumassa” rattijuopumuksen takia. Oli suorittanut yhdyskuntapalvelusta rattijuopumuksen takia, mutta juomaputki oli keskeyttänyt sen.

Paavolla on vuosia ollut mielialaongelmia ja diagnosoituna keskivaikea masennus, johon ei ole säännöllistä lääkitystä. Hänellä on useita fyysisiä vammoja ja sairauksia (mm. korkea verenpaine ja jatkuvat selkävivot).

Paavon isä ja useimmat miespuoliset sukulaiset ovat käyttäneet runsaasti päihteitä. Lapsuudessa ja nuoruudessa Paavolle on sattunut useampia traumaattisia kokemuksia, joita ei ole sen kummemmin käsitellyt kenenkään kanssa. Välit sukulaisiin ja ystäviin on etäiset ja lähinnä nykyinen tuttavapiiri koostuu paljon alkoholia käyttävistä naapureista. Juominen on putkijuomista eli tarkoituksena ottaa pari olutta, josta juominen jatkuu niin pitkään, kuin fysiikka antaa periksi. Paavo on valmis ottamaan tukea vastaan ja kokee, että ei selviä omin avuin vaikeuksista.

Pohdintatehtävä:

Miten omassa työssäsi voisit tukea Paavo?

Ketkä muut omalla paikkakunnallasi voisivat viedä Paavon asioita eteenpäin?

Ketkä kaikki ammattilaiset Paavo kohtavat?

Miten Paavon isyyttä voisi tukea?

Mitä voisitte tehdä yhdessä?

Isäerityiset ryhmätyön mallit

Avoim isäryhmä

”Kaveri kertoi, lähdin mielenkiinnosta mukaan”. ”Isäteema kiinnostaa”.

Isäerityisillä avoimilla ryhmillä tarkoitetaan tässä yhteydessä isäryhmätoimintoja, joita on ollut päihderiippuvaisten asumispalveluyksiköissä, samoin avoimia ryhmätoimintoja on luotu myös kaikille avoimiksi isäryhmiksi ja neuvolatoiminnasta ohjautuneille isille.

Ryhmän tavoite:

Tavoitteena on luoda avoin, vertaistuellinen, vanhemmuuteen ja ensisijaisesti isyyteen kohdentuva ryhmä. Päihdeasiat ovat nousseet ryhmässä esiin osallistujien toimesta, eivät niinkään ohjaajien tuottamina. Asumispalveluyksiköiden ryhmissä on haluttu nostaa isyysteema päihdeasioiden rinnalle. Neuvolatoiminnasta ohjautuneiden isien ryhmissä sekä isyys- että päihdeteeman näkyväksi tekeminen on ollut tavoitteena. Tärkeintä on kuitenkin ollut mahdollistaa tila vertaistuelliselle keskustelulle. Ryhmiin on ollut mahdollista osallistua riippumatta isyyden muodosta tai sen hetkisestä tilasta päihteiden käytön suhteen.

”Kaikissa on jotakin hyvää – tai ainakaan kaikissa ei ole yhtä paljon pahaa”.

Ryhmien sisällöt:

Avoimissa isäryhmissä keskustelu on lähtenyt isäerityisistä lähtökohdista. Ryhmissä on käsitelty seuraavia teemoja:

- vanhemmuuden/isyyden ilot ja haasteet
- riippuvuusteema (päihde)
- arjen hallinta (työelämä, harrastukset, koti..)
- läheisten merkitys (esim. isovanhemmat)
- oma jaksaminen ja hyvinvointi
- sijaisvanhemmuus, lapsen huostaanotto (lastensuojelulliset toimenpiteet)
- oma lapsuus, oma isäsuhde
- isän ja miehen malli

”Elämä opettaa – jos ei muuta, niin ainakin hitaasti kävelemään!”

Ryhmäkerrat:

Ryhmät ovat kokoontuneet noin kerran viikossa/kahdessa viikossa. Yksi ryhmäkerta on kestänyt 1,5–2 tuntia kerrallaan. Asumispalveluyksiköiden ryhmät ovat kokoontuneet asumisyksiköissä (jalkautuen myös toisiin yksiköihin), kaikille avoimet ryhmät ja neuvolatoiminnasta ohjautuneiden isien ryhmät projektin toimitiloissa, eri hankepaikkakunnilla. Ryhmäkerran alussa on yleensä käyty kuulumiskierros, ”filikset”, jonka jälkeen on keskusteltu syvällisemmin jonkin tietyn teeman pohjalta. Ohjaajilla on hyvä olla aiheita/teemoja valmiiksi mietittynä, mikäli keskustelua ei synny ryhmäläisten kesken. Yleensä keskustelu on kyllä lähtenyt hyvin käyntiin ilman varsinaista teemaa. Lopuksi on käyty vielä yhteinen lopetuskiertä siitä, millainen ryhmäkerta oli. Ryhmät ovat sisältäneet myös toiminnallisuutta, mm. laavuretkiä, kävelylenkkejä, keilaamista, biljardin pelaamista.

”Luulin, etten edes tykkää lapsista, huomasin olevani väärässä”.

Havainnot ja kokemuksia:

On ollut selkeästi havaittavissa, että isyyskeskustelulle on tarvetta ja sellainen ei ole välttämättä kovin tyypillistä, esim. asumispalveluyksiköissä tai neuvoloissa. Ryhmien erilaisista lähtökohdista huolimatta isyys, mieheys ja lasten tärkeys omassa elämässä, ovat näyttäytyneet voimakkaasti. Joihinkin ryhmiin on halunnut osallistua miehiä, jotka eivät ole olleet isiä. Suurimmalla osalla ryhmiin osallistuneista isistä oli ero lasten äidistä takana. Niin ikään monella isällä on ollut itsellään huono isäsuhde. Tai sitä ei ole ollut välttämättä ollenkaan. Moni kertoi, ettei ole tavannut omaa isäänsä, esim. 30 vuoteen tai ettei edes tiedä kuka oma isä ylipäätään on.

Isyydessä on monta eri näkökulmaa – kyseisten ryhmien osalta näkökulmat ovat olleet haasteellisia; niin omasta, lasten, puolisoiden kuin puolisoiden uusien elämäkumppaneidenkin näkökulmasta. Huoltajuus-, juridiikka- ja tapaamisasiat ovat puhututtaneet useammallakin ryhmäkerralla. Historialla ja mm. isovanhempien roolilla isien omassa elämässä tuntuu olevan iso merkitys.

Osallistujille on ollut tärkeää jakaa kokemuksiaan samankaltaisissa tilanteissa olevien kanssa. Myös kuuluminen johonkin ryhmään, osallisuus ja jopa vaikuttaminen asioihin, on ollut tärkeää. Isäryhmissä on syntynyt uusia ystävyys-suhteita, joissa ikäerot eivät ole esteenä. Ryhmäläiset ovat pitäneet jossain määrin yhteyttä myös vapaa-aikana. Näin myös vielä akuutimmassa päihdekäytön vaiheessa he ovat löytäneet kavereita jo hyvässä kuntoutumisen vaiheessa olevista isistä. Tämä on luonnollisesti tukenut päiheteettömyyteen pyrkimistä.

”Tuli sellainen filis, että minua ei missään vaiheessa tuomittu menneisyyden ym. takia”.

”Kiva, että pääsee kuulemaan niitä muidenkin tarinoita elämästä”.

”Voihan ryhmään osallistua, vaikkei isä olisikaan. Onhan jokainen kuitenkin jonkun lapsi”.

”Miten käy meidän isättömien aikuisten lasten??”

”Olen ymmärtänyt, että olen sittenkin ihan hyvä isä”.

Työmenetelmiä /-välineitä:

Ryhmässä on käytetty jonkin verran erilaisia välineitä/metodeja apuna, lähinnä keskustelun virittämiseksi ja alustamiseksi. Tällaisia välineitä ovat olleet mm. erilaiset tunnekortit ja väittämäkortit (vanhemmuus- ja kasvatusaiheilla) sekä otteet elokuvista ja musiikista. Ryhmässä on käytetty myös Vanhemmuuden roolikarttaa, riippuvuuden ”reikäleipä-tehtävää” ym. muokattuina ryhmäläisille. Käytössä olleet materiaalit eivät ole olleet Erityisesti isä -projektin tuotoksia, vaan valmiita työvälineitä, joita on sovellettu aina kyseisen ryhmän ja ryhmätilanteen mukaan.

Hyvä huomioida:

Aikataulu ryhmäkerran aloittamisen suhteen kannattaa jättää ”väljäksi”; kaikki eivät välttämättä ole juuri tasan silloin paikalla kun pitäisi aloitella.

Keskustelu saattaa ajoittain ohjautua hieman aiheesta sivuun, jolloin ohjaajan tehtävänä on palauttaa keskustelu takaisin aiheeseen. Kahvi- ym. tarjoilulla vaikuttaa olevan merkityksensä ryhmiin osallistujille. Ryhmien tarkemmat kuvaukset ja lisätiedot ovat saatavissa Tyynelän Kehittämiskeskuksesta.

Tekstiin sisällytetyt *kursivoidut* lausahdukset ovat ryhmiin osallistuneiden isien eri ryhmätilanteissa ja palautteissa kuultuja kommentteja.

Suljettu määräaikainen isäryhmä

”Ryhmässä on päässyt tuulettamaan ajatuksiaan, ollut mukavaa vaihtelua. Kivaa on ollut puhua myös ihan niistä arkisista asioista. Tuntuu, että yleensä äideillä on enemmän vertaistoimintaa, isillä ei niinkään. On kyllä viety isyyttä kavereidenkin kanssa keskusteluihin! Vertaisuus on ollut iso tekijä! Oma huono lapsuus ei ole este omalle hyvälle vanhemmuudelle”.

Ryhmän idea:

Ryhmän ideana on tarjota päihteitä käyttäville isille mahdollisuus tulla kohdatuksi ensisijaisesti isänä. Tärkeää on saada ja tarjota vertaistukea samankaltaisen kokemuspohjan omaavilta sekä vahvistaa isiä vanhempina sensitiiviseen, kannustavaan ja empaattiseen vuorovaikutukseen. Ryhmä tarjoaa kontekstin isyys- asioiden käsittelyyn vertaisten kanssa sellaisessa paikassa, missä se ei muutoin ole luontaista. Ryhmä on tarkoitettu kaikenikäisille ja kaikenlaisissa perhetilanteissa eläville isille.

Ryhmän tavoite:

Tavoitteena ryhmässä on isyyteen, vanhemmuuteen, omaan lapsuuteen, päihteisiin, tunteisiin ja vuorovaikutukseen liittyviä teemoja. Yksin ja yhdessä työntekijän avulla luodaan tavoitteita ja keinoja tavoitteisiin pääsemiseksi. Vanhemman itsetunnon vahvistaminen on yksi tärkeä tavoite.

Ryhmässä huomioitavaa:

Ryhmässä tulee esittää ohjaavia kysymyksiä ohjeiden antamisen sijaan, tunnetilat huomioiden. Lapsen äänen/ näkökulman esiin nostaminen huomioidaan jokaisessa asiassa. Isyyden merkitystä tulee korostaa, asiakas tulee kohdata arvostavasti ja kannustava vuorovaikutus edistää asioiden käsittelyä. Ryhmän alkaessa luodaan yhteiset säännöt, joka lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta. Ohjaajan on tärkeä antaa kaikille huomiota ja aikaa tasapuolisesti. Ryhmäkerta kestää 2 tuntia (sis. 5–10 min. tauon). Ryhmässä tarjotaan kahvia ja pientä purtavaa. Ryhmäkerroilla tehtävissä nousseet asiat voidaan kirjata fläpille, joiden avulla on helppo viimeisellä kerralla koostaa ryhmäkertojen isien tuotokset.

Alkuhaastattelu: (yksilötasolla)

Kerro lapsistasi (montako, mitä sukupuolta, ikä?) Milloin olet viimeksi tavannut lapsiasi? Kuinka usein tapaatte? Missä tapaatte? Millaisia ilon aiheita ja haasteita sinulla on suhteessa lapsiin? Mistä pidät lapsissasi eniten? Haluatko suhteesi /yhteydenpitosi lapseen jotenkin muuttuvan? Miten?

Mitkä ovat omat tavoitteet ryhmälle? Miksi on hakeutunut ryhmään? Mistä isyyteen/ vanhemmuuteen/ lapsiin/ liittyvistä asioista haluaisit enemmän tietoa? Haluaisitko ryhmään jonkun asiantuntijavierailijoita/ kokemusasiantuntijoita, ketä? Mitä asioita haluaisi ryhmässä käsiteltävän? Millaisia et haluaisi käsiteltävän? Päihdetausta? Millainen on elämäntilanteesi tällä hetkellä?

Ryhmäkertojen kuvaus:

1. Ryhmän aloittaminen ja isäkuva / miehen malli:

- Laaditaan yhdessä ryhmän säännöt (fläpille)
- Tutustuminen: kuvakorttien avulla omasta perhetilanteesta kertominen ja tunnekorttien avulla määritellä positiiviset ja kielteiset tunteet, jotka liittyvät lapsi- ja perhetilanteeseen. (fläpille)
- Ryhmäkertojen teemojen läpikäyminen.
- Katsotaan isyyteen liittyviä videoklippejä (mm. Miesten vuoro -elokuvasta) ja keskustellaan isyyden moninaisuudesta ja mistä itse on saanut isän ja miehen mallin.
- JAETAAN Pohdintatehtävä kotiin aiheesta: ”Kuka on lapsena ollut merkityksellinen mieshenkilö?” Mitkä ominaisuudet tästä henkilöstä tekivät merkittävän? (tehtävä 2)

2. Isyyden ja vanhemmuuden ilot ja haasteet:

- Pohdintatehtävän läpikäyminen: Lapsuudesta merkittävä henkilö ja mitkä ominaisuudet tästä henkilöstä tekivät merkittävän? (fläpille)
- Tärkeää tiedostaa kokemusten vaikuttavuus ja poimia sieltä hyvät kokemukset omaan isä-lapsisuhteeseen. Keskustelua aiheesta: millainen isä haluaisin itse olla?
- Mitä esteitä on vanhemmuudelle ja isyydelle? (fläpille) -> ratkaistaan kohta kohdalta mitä voi itse tehdä vaikuttaakseen näihin esteisiin. (fläpille) Todennäköisesti tässä kohdassa päihde nousee esille moniin esteisiin vaikuttavana tekijänä. Mikäli ei nouse, se nostetaan pohdintaan.
- Pohdintatehtävä kotiin: mitä muutoksia voin tehdä päihteiden käyttöni suhteen? miten lapseni hyötyy muutoksesta? mitä hyötyä minulle isänä on päihteiden käytön vähentämisestä/lopettamisesta? mitä tukea ja apua minulla on mahdollisuus saada päihteiden käytön vähentämiseen / lopettamiseen? (tehtävä 3)

3. Vanhemmuus ja vuorovaikutus:

- Pohdintatehtävän purkaminen (fläpille)
- Pohdintaa: ovatko ja miten päihteet ovat vaikuttaneet isyyteen ja vanhemmuuteen?
- Mikä on lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus? Mitä se tarkoittaa? (fläpille)
- Mukava tai ikävä (pelottava) muisto lapsuudesta omasta isästä. Millainen merkitys niillä on ollut?
- Isän merkitys tytölle/ isän merkitys pojalle – käydään läpi ja jaetaan isille.
- Pohdintatehtävä kotiin: Mieti keinoja, joilla voi osoittaa lapselle/lapsenlapsille, että välität hänestä/ heistä. (tehtävä 4)

4. Vanhemmuus ja tunteet:

- Pohdintatehtävän läpikäyminen (fläpille)
- Tehtävä: kirjoita 2–3 positiivista asiaa jokaisesta osallistujasta (jokaiselle oma paperi). Käydään läpi positiivinen palaute: miltä tuntui? tiesitkö, että muuta ajattelevat näin sinusta? Tavoitteena ymmärtää positiivisen palautteen merkitys omalle ja lapsen itsetunnolle.
- Mitä on kasvatusta ja miten se on muuttunut omasta lapsuudesta tähän päivään? Miten sinulle on asetettu rajoja? Keskustelua aiheesta.
- Pohdintatehtävä kotiin: Mitä tietoja, kokemuksia, merkityksiä haluaisit välittää lapsellesi/ lapsenlapsellesi? Miten se onnistuu? Pohdi, mistä itse olet oppinut sinulle merkittäviä taitoja? (tehtävä 5)

5. Kasvatus & oma jaksaminen:

- Pohdintatehtävän läpikäyminen (fläpille)
- Väittämäkortit (Pesäpuu Ry)
- Pohdintaa omista voimavaroista, väsymyksestä ja sen näkyminen isä- lapsi- suhteessa.
- Rentoutumisharjoitus
- Jaetaan pohdintatehtävä: mikä on tavoitetilä vanhemmuudessa ja isänä olemisessä tulevaisuudessa, esim. 2 vuoden kuluttua? mitä pitäisi tehdä, jotta tähän tavoitetilään pääsee? (tehtävä 6)

6. Tulevaisuus ja ryhmätoiminnan lopettaminen:

- Kerätään yhteen mitä isät itse ovat tuottaneet ryhmien aikana (kaikilla ryhmäkerroilla tehdyt fläpit tai fläpeistä koottu PP-esitys) – käydään läpi.
- Pohdintatehtävän purkaminen
- Päihteistä kuntoutunut kokemusasiantuntija vieraana (mikäli ei mahdollista, toivoa herättävä videoklippä, tms. korvaa tämän)
- Loppuhaastattelusta sopiminen.

Loppuhaastattelu: (yksilötasolla)

Millaista oli käsitellä isyyteen ja vanhemmuuteen liittyviä asioita ryhmässä?

Haluatko käsitellä jotain ryhmässä käsiteltyä tai siinä herännyttä asiaa yksilöllisesti?

Haluatko ohjausta jonkin palvelun piiriin asioiden selvittämiseksi?

Määräaikainen, prosessinomainen, vertaistuellinen isäryhmä

Erityisesti isä -projektissa kokeiltiin ja toteutettiin Varkauden Päihdepoliklinikan järjestämänä ja Erityisesti isä- projektin toteuttamana määräaikainen puolivuotta kestänyt prosessinomainen vertaistuellinen ryhmä.

Ryhmän tavoite:

Tavoitteena on luoda pitempi kestoinen, kuntoutusta tukeva sekä ammatillisesti ohjattu vertaistuellinen ryhmätoiminto. Ryhmässä tavoite on nostaa ja ylläpitää työskentelyn keskiössä isyys ja vanhemmuus sekä suhde omaan lapseen. Kokoontumiskertojen sisällön tuottavat ryhmäläiset itse. Ryhmä voi toimia työntekijän henkilökohtaisen asiakastyöskentelyn tukena ja vahvistajana.

Ryhmä toteutus:

Ryhmä toteutetaan puolen vuoden aikana. Ryhmäjaksoja on neljä ja kokoontumiskertoja kymmenen. Ensimmäisellä jaksolla kokoontumiskertoja on kolme, kahdella seuraavalla jaksolla kaksi ja viimeisellä jaksolla kolme kokoontumiskertaa. Jaksojen kokoontumiskerrat ovat peräkkäisillä viikoilla. Ryhmäkerran pituus on puolitoista tuntia. Jaksojen väli on noin kuukausi ja tämän aikana on vähintään yksi sovittu puhelin/netti kontakti ja lisä kontaktit asiakkaan/työntekijään tarpeen mukaan. Henkilökohtaiset tapaamiset työntekijän kanssa voivat jatkua ryhmän aikana sovitusti.

Ryhmän koko on 5–8 asiakasta.

Ryhmän sisältö:

Ryhmän asiakkaat tuottavat itse ryhmä kertojen sisällön. Sisällön teemoina on isyys, vanhemmuus ja lapsen osallisuus. Toteuttamassamme Heinäveden isäryhmässä sisältöinä ovat olleet:

- isyys
- vanhemmuus
- läheisten merkitys
- oma isäsuhde
- kasvuperhe
- parisuhde
- oma perhe
- päihdehaitat
- riippuvuus

Kokemuksia ryhmästä:

Isät ovat kokeneet ryhmäprosessin pituuden hyvänä, mikä on vahvistanut sitoutumista pitempiketoiseen työskentelyyn ja ylläpitänyt omaa työstämistä omasta isyydestä, sen merkityksestä ja arjen isyyden toteuttamisesta. Isyyden ja vanhemmuuden käsittely on antanut luontevan ja itseohjautuvan kanavan päihdekäytön työstämiselle ja merkitykselle omassa arjessa. Isyyden kautta työskentely on vahvistanut oikeutta ja omaa oikeutusta olla isä. Tämä on vahvistanut kykyä huolehtia ja vaikuttaa lapsen arkeen ja huolenpitoon.

Hyvä huomioida:

Luotetaan asiakkaiden omaan asiantuntemukseen, kykyyn tuottaa ja arvioida tuotettua materiaalia.

”Toivoisin, että jatkossa voitaisiin lisää korostaa isyyden merkitystä ja että on hienoa olla isä.”

”Tämä ryhmä on asiallisesti ja tuputtamatta laittanut ajattelemaan, siten myös vähentänyt päihteiden käyttöä. Eikä missään nimessä syylistänyt.”

”Avoimesti on saanut keskustella/jutustella, muttei olla lipsuttu asiattomuuksiin.”

”Suhde lapsiini on selkeytynyt, samalla suhde päihteiden käyttöön/käyttämättömyyteen. Yhdessä aiheisiin paneutuminen. Vertaistuki. Raittiutta tukeva ja vahvistava. Arjen jäsentelyyn saanut tukea.”

”Paneutuminen osallistujien henkilökohtaisiin kysymyksiin. Ryhmän pituus oli hyvä ja ryhmä voisi jatkua.”

Päihteistä kuntouttava rikosseuraamuspuolen isäryhmä

”Lapsen näkökulmasta oppii ajattelemaan ja katsomaan asioita. Ryhmässä tuli ajatus, ettei olekaan niin paha isä. Tuli esille, että on olemassa toivoa, mahdollisuuksia ja keinoja, mutta tulevaisuus on itsestään kiinni. Päihteiden käyttöön liittyvät teemat ajattelutti. Kokonaisuus herätti ajattelemaan.”

Lyhyt kuvaus:

Isäryhmän tavoitteena on tukea päihteistä kuntoutumista ja huomioida isyys rikosseuraamuspuolella. Rikosseuraamusta suorittavien on mahdollisuus tulla kohdatuksi ensisijaisesti isänä, saada vertaistukea, käsitellä isyyteen, vanhemmuuteen, omaan lapsuuteen, tuomioon, päihteisiin, tunteisiin ja vuorovaikutukseen liittyviä teemoja. Lisäksi on mahdollisuus miettiä yksin ja yhdessä tavoitteita ja keinoja siihen, miten tavoitteisiin päästään. Ryhmärungon suunnittelussa hyödynnettiin sekä Anu Hinttalan Sukevan vankilassa toteuttamaa, että Ehjä perhe -toiminnan vanhemmuusryhmämallia.

Käyttötarkoitus:

Isyys on tärkeimpiä muutokseen motivoivia tekijöitä päihdekuntoutumisen edistämisessä ja tätä kautta myös ehkäisemässä rikosten uusintaa. Isänä kohtaamisen ja isä-identiteetin vahvistumisen myötä yleensä myös käyttäytyminen muuttuu. Lapset tulevat ajattelun keskiöön ja lapsen edun tavoittelu alkaa yhä enemmän ohjata isän arvoja, päämääriä, valintoja ja toimintaa. Isä-identiteetin vahvistumisessa vertaistuellalla on iso merkitys. Ryhmätoiminnon yksi tärkeimmistä tehtävistä on luoda mahdollisuuksia isäkeskustelulle paikoissa, joihin se ei luontaisesti ole kuulunut.

Toteutus:

Rikosseuraamuspuolen isäryhmään hakeneet alkuhaastatellaan yksilöhaastattelun avulla ja heistä valitaan 6–8 eniten ryhmätoiminnosta hyötyvää ja ryhmään soveltuvaa isää. Ryhmän koko ei saa olla liian suuri, jotta keskusteluvoima säilyy. Ryhmäkertoja on kuusi ja ammattilaisen ohjaamat vertaisryhmätapaamiset ovat viikoittain. Yhden ryhmäkerran kesto on kaksi tuntia, sisältäen 5–10 minuutin tauon. Ryhmän jälkeen isät haastatellaan yksilötasolla, jolloin voidaan palata asioihin, joita mahdollisesti halutaan yksilötasolla pohtia. Ryhmän ohjaajia on kaksi. Ryhmässä käytyt asiat kirjataan ylös ja viimeiselle kerralle niistä tehdään dia-esitys.

Ryhmässä huomioitavaa on sensitiivinen lähestymistapa, jossa ohjeiden antamisen sijaan keskitytään ohjaviin kysymyksiin ja kohdataan toiset ryhmäläiset arvostavasti. Tunnetilojen huomioiminen sekä hiljaisuuden ja voimakkaiden tunnereaktioiden sietäminen on tärkeää. Ryhmässä korostetaan lapsen näkökulmaa, isyyden ja vertaistuen merkitystä, yhteisiä sääntöjä, yhteenkuuluvuuden tunnetta ja kaikkien huomioimista.

Ryhmäkertojen kuvaus:

1. Miehen malli ja isäkuva

Ensimmäisellä kerralla tutustutaan ja esitellään oma perhetilanne ja siihen liittyvät kielteiset ja myönteiset tunteet tunnekorttien avulla. Ryhmä laatii yhteiset säännöt, joihin tärkeimpinä asioina kuuluu vaihteluvallisuus. Katsotaan isyyteen liittyvä dvd (mm. Miesten vuoro- elokuvassa soveltuvia osioita) ja keskustellaan mistä isän ja miehen malli syntyy ja mistä oman mallinsa on saanut. Keskustellaan, millaisen mallin haluaa omille lapsille tarjota. Jaetaan pohdintatehtävä selliin/kotiin aiheesta: Kuka on lapsena ollut merkityksellinen mieshenkilö? Mitkä ominaisuudet tästä henkilöstä tekivät merkittävän? (tehtävä 2)

Blank lined writing area consisting of horizontal lines for text entry.

2. Päihteiden käyttö lapsen silmin

Aluksi käydään läpi pohdintatehtävä, kirjataan sekä keskustellaan. Alustus päivän aiheeseen tapahtuu mm. internetistä löytyvien videoklippien avulla (Alkon videoklippejä, Youtube: Lasten seurassa ja Fragile childhood monsters). Keskustellaan aiheesta: Mitä mieltä päihteiden käytöstä? Millaista mallia päihteiden käytöstä on saanut itse? Millaista mallia itse välittää omalle lapselle? Miten päihteet ja lapset sopivat samaan kuvioon? Mikä on oma suhde päihteisiin? Valitaan tunnekorteista kolme tunnetta, joita liittyy vanhempien päihteiden käyttöön ja keskustellaan niistä. Käydään läpi päihteitä käyttävän perheen lasten erilaisista rooleista ja perheen muusta oirehdinnasta. Pohdintatehtävä kotiin/ selliin: Mitä muutoksia voi tehdä päihteiden käytössä, mitä tukea siihen on saatavilla ja millaiset vaikutukset muutoksella on isyydelle ja lapselle. (tehtävä 3)

3. Vanhemman rikosseuraamuksen suorittaminen lapsen silmin

Käydään läpi pohdintatehtävä ja keskustellaan aiheesta. Alustus päivän teemaan tapahtuu Emilia dvd:n avulla. Keskustellaan, miten isyyttä voi toteuttaa rangaistuksen suorittamisen aikana tai ylipäätään silloin kun ei voi olla fyysisesti läsnä lapsen elämässä? Mikä rangaistuksessa huolettaa eniten omaa lasta ajatellen? Tutustutaan materiaaliin, toimijoihin ja sivustoihin, joista on apua saatavilla. Jaetaan pohdintatehtävä: Mitä ovat olleet rikoksen tekemisen vaikutukset a) minulle isänä? b) lapselle? c) perheelle? (tehtävä 7)

4. Kasvatus ja kehitys

Käydään läpi pohdintatehtävä ja keskustellaan aiheesta. Alustus päivään: ”Lapset tekevät mitä lapset näkevät” (lyhytvideo). Käydään läpi vanhemmuuden roolikarttaa ja mietitään, mikä on riittävän hyvää vanhemmuutta. Keskustellaan esimerkin voimasta ja kannustavasta vanhemmuudesta ja vuorovaikutuksesta. Kootaan yhdessä kysymyksiä asiantuntijavieraille, joka voi etukäteen miettiä vastauksia kysymyksiin.

5. Asiantuntijavierailu

Asiantuntijoiksi halutaan usein esimerkiksi lastenvalvojia, lastensuojelun työntekijöitä, kokemusasiantuntijoita, päihdepalvelujen edustajia. Jaetaan pohdintatehtävä: Mikä on tavoitetilä vanhemmuudessa ja isänä olemisessa tulevaisuudessa, esim. 2 vuoden kuluttua? Mitä pitäisi tehdä, jotta tähän tavoitetilään pääsee? (tehtävä 6)

6. Tulevaisuus

Käydään läpi pohdintatehtävä ja keskustellaan aiheesta. Kerätään ennen ryhmää yhteen mitä isät itse ovat tuottaneet ryhmien aikana (kaikilla ryhmäkerroilla tehty fläpit tai fläpeistä koottu PP-esitys). Nostetaan 1–2 asiaa ryhmästä, jotka ovat herättäneet ajatuksia tai jääneet mietityttämään. Pohditaan asioita yhdessä. Tunnekortit: valitaan yhteensä 3 tunnekorttia: 1 menneisyyttä ajatellen, 1 tätä hetkeä ajatellen ja 1 tulevaisuutta ajatellen.

Mallin arviointi

Ryhmäläisten palautteiden mukaan isyys- ja vanhemmuusasian esille nostaminen rikosseuraamusaikana koetaan tärkeäksi. Isyysasioiden käsittelyyn ei ole aiemmin ollut saatavilla ohjattua vertaistukea rikosseuraamusaikana. Vertaistuki koetaan tärkeäksi, koska sen kautta kuulee muiden kokemuksia ja ymmärtää, että on muitakin samassa elämäntilanteessa olevia. Ryhmässä oppii katsomaan asioita lapsen näkökulmasta ja että voi olla riittävän hyvä isä vankilaolosuhteista huolimatta. Ryhmän teemat toivat esille, että on olemassa toivoa, mahdollisuuksia ja keinoja, mutta tulevaisuus on itsestään kiinni. Rikosseuraamuspuolen työntekijät ovat tuoneet palautteessaan esille, että isäerityinen toiminta ohjaa työntekijöitä huomioimaan isyyttä ja asiakkaan tilannetta laajemmin. Isäryhmätoiminta on vakiintunut ja osaaminen laajentunut työntekijöiden keskuudessa. On opittu asiakkailta, vangeilta, mitä vanhemmuus heille on. Vangit tulevat kuulluksi isyyteen liittyvissä asioissa, saavat vertaistukea, uusia näkökulmia ja tukea isyyteen.

Leirityyppinen toiminta Erityisesti isä -projektissa

Leirityyppistä toimintaa on järjestetty Erityisesti isä -projektissa yhteistyössä seurakunnan ja vankilan kanssa. Isäerityinen toiminta on sopinut siihen ympäristöön hyvin, joko isien omana toimintana, osana perhekokonaisuutta tai sitten esim. isä-lapsi-näkökulmasta.

”Vastuunkantamisen myötä sain myös mahdollisuuden oppia uusia asioita!”

Perheleiri

Tavoite:

Tavoitteena oli järjestää kolmen päivän leiri niille perheille, joilla on haasteita arjen sujumisen kanssa (päihteet, köyhyys, syrjäytyminen, lastensuojeluasiat jne.) yhteistyössä srk:n kanssa. Tarkoituksena oli tarjota perheille mahdollisuus lähteä yhdessä muualle viettämään aikaa, työskentelemään yhteisten asioiden äärelle ja rauhoittumaan arjen keskellä. Haluttiin ennen kaikkea isät mukaan, mutta koettiin, että muu perhe olisi myös tervetullut leirille. Yksittäisenä vanhempana oli myös mahdollista lähteä mukaan. Tavoitteena oli myös tehdä seurakunnan ja projektin toimintaa tutuiksi sekä tarjota mahdollisuus osallistujille tutustua uusiin ihmisiin ja saada lisää sosiaalisia suhteita omaan elämään. Hengellisyys ja hiljentyminen olivat myös osana kokonaisuutta.

Toiminta:

Leiri järjestettiin seurakunnan leirikeskuksessa, jonne oli yhteiskuljetus. Seurakunnan työntekijä oli mukana ohjaamassa leiritoimintaa. Leirillä oloaika eteni pitkälti leirikeskuksen aikataulujen mukaan, jonka pohjalta suunniteltiin luento- ja keskusteluosiot sekä mahdolliset ulkoilut ym. Lastenhoito oli järjestetty pienempiä lapsia varten. Kokonaisuus sisälsi infotyyppisiä luentoja, yhteisiä keskusteluhetkiä, ohjattua ulkoilua, hengellisiä hartaus- ja hiljentyminenhetkiä sekä omaa vapaa-aikaa.

Sisältö:

Leirillä teemoina olivat arjen haasteet ja niistä selviäminen, isyys ja vanhemmuus, päihteet, oma hyvinvointi ja jaksaminen, oma arvomaailma ja itsetunto, perhekokonaisuus sekä hengellisyys ja siihen liittyvät asiat. Projektin työntekijä ohjasi pääsääntöisesti luento- ja keskusteluosiot, pois lukien seurakunnalliset osuudet. Työtapanana oli lähinnä yhteinen keskustelu ja siihen projektityöntekijän tuottama alustus. Apuna keskusteluissa käytettiin erilaisia tehtäviä.

Käytetyt materiaalit:

Käytettyjä materiaaleja olivat: Mielenterveys voimavaraksi -kuvakortit, Aikuisten säännöt -tehtävä ja Turvapaikka-harjoitus Perhepolku-projektin Pieniä polkuja -kirjasta, Minä-mitalin askarteleminen, Etumatkakortit (Jyväskylän Katulähetys), Tilannekuva-kortit (Perhepolku), Mahdollisuuksia muutokseen -tunnepöytäkirjat, Yhteisöllisyys ja yksilöllisyys perheessä-nelikenttä (Lars Denick, 2005), Isyystutkija Jouko Huttusen materiaalit, Erityisesti isä -projektin alkukartoitusraportti (2013) ja Minäkilpi-tehtävä. Pohdittavaksi annettuja kysymyksiä olivat mm.: Mitä on hyvä isyys/vanhemmuus? Tarvitseeko hyvän isän olla hoivaava isä? Mitä jos oma isäsuhde on ollut puutteellinen tai sitä ei ole ollut ollenkaan? Millainen on minun arvomaailmani? (asioita, joita arvostan tällä hetkellä/onko jokin muuttunut, miksi?)

Hyvä huomioida:

Tärkeää on huomioida lasten näkökulma, mikäli mukana on pienempiä lapsia. Aikataulut eli toiminta rakentuu pitkälti leirikeskuksen aikataulujen mukaan. Turvallisuus- ym. asiat olisi hyvä ottaa huomioon etukäteen (esim. leirin pelisäännöt yhteiseen keskusteluun). Lääkitys- kuvioista jokainen osallistuja vastasi henkilökohtaisesti.

Isäleiri:

”Sisältö, teemat, asiat, isyys koskettivat ja saivat ajattelemaan. Oli kokemuksena erittäin positiivinen”.

Tavoite:

Tavoitteena oli tarjota isille vankilassa mahdollisuus käsitellä omaa isyyttään, ensisijaisesti isänä, ei niinkään vankina tai rikoksentehtäjänä, sekä antaa isille mahdollisuus saada vertaistuellista keskustelua isyyden näkökulmista ja mm. päihdeasioista puhuttaessa. Lisäksi haluttiin toteuttaa perinteisen isäryhmän sijasta samat asiat leirimuotoisena, pois vankilaympäristöstä ja päästä kenties keskustelemaan isyyteen liittyvistä asioista syvällisemmin ympäristön tarjoamien mahdollisuuksien avulla. Sosiaalisia suhteita haluttiin vahvistaa erilaisemmalla tavalla kuin vankilassa, ja asioista puhumisen kynnyksestä haluttiin madaltaa (vankilakulttuuri!).

Toiminta:

Leiri järjestettiin vankilan lisäksi, yhteistyössä seurakunnan kanssa ja näin ollen leirikeskus mahdollistui leirin järjestämispaikeksi. Ohjelma sisältöineen rakentui leirikeskukseen omien aikataulujen (ruokailut ym.) pohjalta. Leiriaika oli noin 1,5 vrk:n mittainen (maanantaiaamupäivä–tiistai-iltapäivä). Sisältö muodostui ohjatuista luento- ja keskustelutilaisuuksista, hengellisestä hiljentymisosiosta, ulkoilusta ja muusta yhteisestä vapaa-ajasta.

Sisältö:

Leirin alkuun käytiin isien kanssa yhteiset pelisäännöt läpi ja luotiin toiminnalle puitteet. Teemoina leirillä olivat ensimmäisen päivän osalta oma vanhemmuuskuva (isän ja miehen malli, oma isäsuhde ja sen merkitys), vanhemmuus vs. päihteet (isyys vankilassa, omat arvot suhteessa isyyteen/päihteisiin, tunteet), hiljentymisharjoitus (siihen liittyvä tehtävä) ja sen purku leirikirkossa. Toinen päivä jatkui teemoilla itsensä arvostaminen (oma hyvinvointi ja jaksaminen) ja kokemukset isyyden tukemisesta vankilassa (lasten näkökulmat, siviiliin palaaminen, päihteet). Tämän lisäksi tehtiin ”Minäkilpi”-tehtävä ja Omat vahvuudet -tehtävä. Loppuun katseltiin projektin asiakkaan digitarina ja viriteltiin keskustelua asian ympärille. Leiri päättyi yhteisen palautekeskustelun (palautelomakkeet) myötä, jaettiin aiheeseen liittyvää materiaalia sekä todistukset osallistumisesta kaikille.

Käytetyt materiaalit:

Materiaaleina käytettiin osittain samaa materiaalia kuin seurakunnan perheleirilläkin (erilaiset kortit ja niihin liittyvät teemat sekä tehtävät). Materiaaleja olivat mm. Erityisesti isä -projektin asiakkaan digitarina (”Arton tarina”), kirjallisuus (Tommy Hellsten) ja rentoutusmateriaalit (CD + teksti).

Hyviä kysymyksiä olleet mm.: Mitä on isyys v. 2016? Mitä ajattelet omasta isyydestäsi tällä hetkellä? Mitä haluaisit sanoa tässä hetkessä a) lapselle/lapsille b) omalle isälle c) itsellesi?

Huomioita:

Mahdolliset osallistujien lääkityskuviot hoidettiin vankilan tiimoilta, samoin ”vartija” mukana leirillä (oli yksi ryhmäläisistä, isänä mukana). Ohjaajia 3-4 henkilöä. Hyvä ratkaisu, koska yhden ohjatessa keskustelua, muut pystyvät kirjaamaan keskusteluissa nousseita asioita ja tekemään muutenkin mahdollisesti tarvittavia havaintoja. Sovituista kellonajoista ja aikatauluista on hyvä pitää kiinni, mutta pyrkiä olemaan myös joustava tarpeen tullen.

”Jotta jokainen pysähtyisi miettimään omaa isyyttään ja saisi jakaa kokemuksia sekä tunteita muiden kanssa.” (leirille osallistuneen isän vastaus kysymykseen; kerro omin sanoin, miksi isille suunnattu vertaistoiminta on mielestäsi tärkeää)

Toiminnalliset ryhmät

Raittiutta ylläpitävä isäryhmä

Idea:

Ryhmässä pyrittiin aktivoimaan erilaisissa perhetilanteissa eläviä isiä tekemään ja kokeilemaan erilaisia raittiutta tukevia harrastuksia, joita kokeillaan lasten ja lastenlasten kanssa. Lähtökohtana on ajatus siitä, ettei lasten kanssa harrastaminen ja lapsille elämysten tuottaminen vaadi suurta rahallista panostusta. Toiminta on lähtenyt liikkeelle isien toiveesta.

Tavoite:

Tavoitteena ryhmissä oli vertaistuen mahdollistaminen isille, joilla on samankaltaisia kokemuksia vanhemmuuden ja päihteiden käytön suhteen. Tarkoitus oli tarjota mielekästä, raittiutta tukevaa ja yhdessä suunniteltua tekemistä. Ryhmässä pyrittiin aktivoimaan ja lisäämään isien oma-aloitteisuutta sekä pienentää kynnystä lähteä kokeilemaan uusia harrastuksia ja elämyksiä. Mahdollisuuksien mukaan lapset voivat olla mukana toiminnallisessa ryhmässä. Ryhmä sopii kaikenikäisille isille.

Huomioitavaa:

Yhteiset säännöt tulee luoda heti alussa, joista tärkeimpinä tulevat päihteettömyys, tasapuolisuus, vaitiolovelvollisuus ja kannustaminen. Ohjaajan roolina oli toiminnan koordinointi (mahdollistaa tilat ja välineet, sekä peliohjeet, sopia aika, paikka, tarvittaessa kyyditykset ja informoida osallistujia). Ennen varsinaisten ryhmäkertojen alkamista on hyvä pitää yhteinen suunnittelupalaveri, jossa käydään läpi ryhmän säännöt, sekä suunnitellaan kaikille mielekästä tekemistä. Yhteinen suunnittelu sitouttaa toimintaan. Ryhmäkertaan varataan noin 2 tuntia.

Ryhmäkertojen sisältöjä:

Retki laavulle makkaranpaistoon, Mölkky-turnaus, frisbeegolfia, Petanque-turnaus, mini-golf, keilaaminen, biljardi, tennis, sulkapallo, lentopallo salissa tai rannalla, jalkapallo, korttipelit / lautapelit ja elokuvissa käyminen.

”Edellisenä päivänä olisin lähtenyt juomaan, mutta sitten muistin tämän ryhmän, ja kun tiesi, että on mukava porukka ja mukavaa tekemistä, niin meni se juomahalukin ohi.”

Isä-lapsi-ryhmä

Idea:

Tarkoituksena on ollut edesauttaa isien ja lasten yhteistä, mukavaa yhdessäoloa. Sisällöt on mietitty siten, että kaikki toiminta on kaikkien järjestettävissä eikä vaadi rahaa. Parhaimmassa tapauksessa yhteinen ryhmäkerta voi olla jopa ylimääräinen tapaaminen isän ja lapsen/lasten välillä.

Tavoite:

Tärkein tavoite on ajan viettäminen yhdessä sekä aito läsnäolo ilman esim. puhelimia. Tärkeää on yhteisen tekemisen ideoiminen, mallintaminen, sääntöjen opetteleminen ja tapojen oppiminen. Pyritään ilon kokemiseen toinen toisistaan. Ryhmä tarjoaa vertaistukea sekä isille että lapsille, joita yhdistää samankaltainen elämäntilanne. Ryhmässä lapset ovat saaneet myös uusia kavereita.

Huomioitavaa:

Lasten iät (jos mahdollista) olisi hyvä olla melko lähellä toisiaan, jolloin tekemisen kehittäminen on helpompaa. Tekemisen tulee olla iän mukaista ja lapsen tasoista. Ryhmässä oltava reilusti aikaa sekä tekemiseen sekä pieneen ”välipalaan”, joka tuo huomiointia ja hoivaa kaksi ohjaajaa.

Ryhmäkerrat:

Lautapeliä pelaaminen yhdessä isä/lapsi, sisäliikuntaa koulun sisäliikuntasalissa (pallopelit, taitorata ym.), ulkoliikuntaa (pihaleikit, seikkailurata taskulamppujen avulla hämärässä metsässä) ja piparkakkujen leipominen sekä koristelemisen, yhteiset pikkujoulut isille ja lapsille, keilaus.

Isä-nuori-ryhmä

Idea:

Ryhmän ideana on vahvistaa isän ja nuoren välistä vuorovaikutusta. Toiveena on avoimempi puhe perheen jäsenten sisällä esim. päihdekokeiluista, päihteiden aiheuttamista haitoista sekä nuoren aikuiseksi kasvamisesta. Kaikista asioista on ryhmässä ollut lupa puhua omista tunteistaan. Vanhempia sekä nuoria kannustetaan reilusti puheeksi ottamaan vaikeinakin koetut asiat ja aiheet.

Tavoite:

Tärkeänä tavoitteena on vertaistuki sekä yhteisten asioiden jakaminen. On helpottavaa huomata, että samankaltaiset asiat puhututtavat eri perheissä.

Huomioitavaa:

Ryhmäläisiä oli tosi vaikea saada motivoitua ryhmään, nuoret eivät välttämättä ole kovinkaan halukkaita tulemaan keskustelemaan vanhempansa kanssa asioista, jos mukana vielä vieras ihminen. Pieni välipala (kahvit ja keksit) suotava huomio ryhmässä.

Sisältöjä:

Murrosiän vaikutukset kasvuun ja kehitykseen, päihteiden haitat ja vaarat, perheen sisäiset säännöt ja niiden noudattaminen, ikätovereiden vaikutus, vanhempien päihteidenkäyttö, koulun merkitys/ koulutuksen ja opiskelun merkitys, aikuisen tukeminen kasvatustyössä sekä rajojen asettamisessa.

Läheisten vertaistukiryhmä

”Läheisten ryhmässä murtui muuri, ymmärryksen merkitys itselle suuri”

Läheisten vertaistukiryhmä sai alkunsa läheisten yhteydenotoista, kuinka auttaa/toimia päihteitä käyttävän isän kanssa. Yhteydenottoja tuli puolisoilta, entisiltä puolisoilta ja vanhemmilta. Läheisen päihderiippuvuus on iso kriisi ja koskettaa koko lähiverkostoa. Yhteistyökumppanina ryhmän järjestämisessä sekä ohjaamisessa toimi Oma ry.

Idea:

- viikoittainen kokoontuminen
- vertaistuellinen asioiden jakaminen
- erilaisia teemoja esillä, mutta vapaamuotoinen vertaistuellinen keskustelu oli tärkeimmässä osassa

Sisältöjä:

oma toiminta erilaisissa perhetilanteissa
kuinka läheisen päihteidenkäyttö vaikuttaa omaan rooliin
kuinka toimia, rajata ja selvitä itse tilanteesta
hyväksikäytösuhde

- läheisen huoli (mitä jatkuva huoli tekee ihmiselle?)
- oman sairastumisen riski
- tietoa riippuvuudesta ja läheisriippuvuudesta (asiantuntijoina A-Klinikan työntekijöitä)
- tietoa terveistä ihmissuhteista (luottamus, mahdollisuus omiin tunteisiin jne.)
- oma voimaantuminen
- tunteet
- mitkä asiat tuovat iloa elämään?

Huomiona tärkeä:

Jokainen ryhmäkerta on hyvä lopettaa jotenkin positiivisesti.

”Ryhmässä oivalsin, että pilven takana on taivas”

”Tajusin, että ongelman kanssa ei tarvitse olla yksin”

”Jos jatkan murehtimista, uuvun täysin”

”Oikeilla keinoilla voin auttaa läheistäni”

”Elämä kulkee sittenkin eteenpäin”

”Ymmärsin, kuinka tärkeää on purkaa viha, ahdistus ja pelko. Niin en sairastu itse.”

”Haluan oppia elämään omaa elämää vastoinkäymisistä huolimatta”

Yhteenveto ryhmien aiheista:

Vertaistukiryhmissä on käsitelty mm. seuraavia aiheita:

- vanhemmuuden ilot/haasteet
- vanhemmuuden roolikartta; suhteutettuna vanhemmuuteen, jossa päihdepulmaa
- omat voimavarat ja niiden käyttöönotto
- oma hyvinvointi
- parisuhde
- lapsen sijoittamiseen liittyviä asioita
- erilainen isyys, esim. uusperheet
- oma lapsuus, siihen liittyvät muistot
- tärkeä aikuinen omassa lapsuudessa ja nuoruudessa, mitkä ominaisuudet tekivät hänestä merkittävän?
- tunteet
- perheen toimivat ihmissuhteet
- riippuvuudet, niiden haitat ja vaikutukset vanhemmuuteen

Vankiloiden isäryhmissä on myös käsitelty isän vankeutta lapsen näkökulmasta.

Toiminnallisissa ryhmissä on tehty mm. seuraavia asioita:

- lautapeli-ilta (isät ja lapset)
- askarteluilta (isät ja lapset)
- luontoretki, sisältäen nuotiolla makkaran paiston (isät ja lapset)
- sisäliikuntaa, pelejä ja leikkejä (isät ja lapset)
- ulkona ”aarteiden etsintää”, eläinaiheiset rastit (isät ja lapset)
- leipominen (isät ja lapset)
- keilausta (isät ja lapset)

Ryhmän ohjaajan/ohjaajien vastuulla on ollut suunnitella teemat ryhmäkerroille. Vertaistuellinen keskustelu ja yhdessä pohdiskelu on kuitenkin ensi sijalla. Joten jos joku tietty asia puhututtaa ryhmäläisiä, on sille aina oltava tilaa. Palautteissa vertaistuki ja muiden ryhmäläisten läsnäolo ja ymmärrys nousivat ryhmien parhaimmaksi anniksi.

Lähteet:

ICDP- koulutuksen Kannustavan vuorovaikutuksen (2014) koulutusmateriaalit.

Terveyden ja hyvinvoinnin (THL) laitoksen internet- sivut:

https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/varhainen-avoin-yhteistoiminta/dialogisuus_ammattilaisen_ ja_perheen_valilla

Erityisesti Isä- projektin internet-sivut:

<http://www.tyynela.fi/62-erityisesti-isa-materiaalit>

Tehtävät

Tehtävä 1

Päihteiden käytön vaikutus vanhemmuuteen

Pohdintatehtävä:

Miten päihteiden käyttö on vaikuttanut vanhemmuuteeni?

Mitä muutoksia voin tehdä päihteiden käyttöni suhteen?

Millaisia tavoitteita ja toiveita minulla on vanhemmuuden suhteen (yhdessä oleminen, tapaamiset, yhteydenpito jne.)?

Mitä hyötyä minulle vanhempana on päihteiden käytön vähentämisestä/lopettamisesta?

Miten lapseni / lapsenlapseni hyötyy muutoksesta?

Mitä tukea ja apua minulla on mahdollisuus saada päihteiden käytön vähentämiseen / lopettamiseen?

Tehtävä 2

Lapsuudesta merkittävä aikuinen

Pohdintatehtävä:

Palauta mieleesi lapsuudestasi joku aikuinen/ mieshenkilö, joka oli sinulle merkittävä tai tärkeä. Millaiset ominaisuudet tekivät hänestä sinulle merkittävän.

Tehtävä 3

Päihteiden käyttö

Pohdintatehtävä:

Mitä muutoksia voin tehdä päihteiden käyttöni suhteen?

Miten lapseni / lapsenlapseni hyötyy muutoksesta?

Mitä hyötyä minulle isänä on päihteiden käytön vähentämisestä/lopettamisesta?

Mitä tukea ja apua minulla on mahdollisuus saada päihteiden käytön vähentämiseen / lopettamiseen?

Tehtävä 4

Tunnepohjainen vuorovaikutus

Pohdintatehtävä:

Mieti keinoja, joilla voi osoittaa lapselle / lapsenlapselle, että välität hänestä.

Mieti 3 myönteistä asiaa lapsestasi / lapsenlapsestasi.

Pohdi, tietääkö lapsesi / lapsenlapsesi, että ajattelet hänestä näin.

Tehtävä 5

Elämäntaitojen opettaminen

Pohdintatehtävä:

Mitä tietoja, kokemuksia ja taitoja haluaisit välittää lapsellesi/ lapsenlapsellesi?

Miten se onnistuu?

Pohdi, mistä itse olet oppinut sinulle merkittäviä taitoja.

Tehtävä 6

Tulevaisuus

Pohdintatehtävä:

Mikä on tavoitetilasi vanhemmuudessa ja isänä ja ukkina olemisessä tulevaisuudessa (esimerkiksi 2 vuoden kuluttua)?

Miten tähän tavoitetilaan pääset?

Tehtävä 7

Rikosseuraamuksen vaikutukset ja muutos

Pohdintatehtävä:

Mitä ovat olleet rikoksen tekemisen vaikutukset...

Minulle isänä?

Lapselle?

Perheelle?

Mitä teen välttääkseni rikosten tekemisen jatkossa? Kuka tai ketkä ovat hyödynsaajat?



Erityisesti isä -projekti (2013–2016)





Erityisesti isä -projekti (2013–2016)

