

LAPE-SANOMAT

Satakunnan tulevaisuuden sote-keskus -hanke 3/2023



Satakunnan
hyvinvointialue

LAPE-SANOMAT

3/2023

Satakunnan tulevaisuuden sote-keskus -hanke

s. 3

Hankejohtajan terveiset

s. 4

Lastenpsykiatrian ylilääkäri Auli Laakso-Santavirta:
Tärkeintä lapselle on läsnä oleva aikuinen

s. 7

Vastuualuejohtaja Mari Levonen:
Nyt on viimeinen hetki puuttua alaikäisten päihdepalveluiden tilanteeseen

s. 10

Hyvinvointia Satakunnan opiskeluhuoltoon kouluterveyskyselyn avulla

s.13

Maailmasta parempi paikka
- sosiaalinen raportointi auttaa löytämään palvelujen väliinpuotoajat

s.16

Lasten liikunta sosiaalista ja ylläpitää myös mielenterveyttä

s.19

LYTE- kokeilutoiminta vastaa oppilaiden tarpeisiin:
Koulu tarvitsee lisää aikuisia, joilla on aikaa kuunnella ja olla läsnä

s. 23

Voimaperheet menetelmä tarjoaa ratkaisuja käytösongelmiin:
Huomaa hyvä lapsessasi

s. 25

Terapiat etulinjaan -menetelmät lasten ja nuorten mielenterveystyön apuna

s. 29

Tulevia koulutuksia ja tapahtumia

Yhteystiedot:

Hankejohtaja Johanna Santanen johanna.santanen@sata.fi puh. 044 701 0210
Tekstit: Eija Hammarberg, eija.hammarberg@sata.fi
Kuvat: Eija Hammarberg, Satakunnan hyvinvointialueen kuvapankki, Pexels.com

[Lue lisää Satakunnan kehittämistyöstä Satainno.fi](https://www.sata.fi)
[Tulevaisuuden sote-keskus -hanke Innokylässä](https://www.sata.fi)

Hankejohtajan terveiset

Mielenterveysongelmat ovat olleet lasten ja nuorten kohdalla kasvussa. Mielen hyvinvointiin vaikuttaa moni tekijä. Huoli lapsista, nuorista ja perheistä on saanut palvelujen järjestäjät tehostamaan työtä psykososiaalisen tuen edistämiseksi. Rakenteellinen sosiaalityö auttaa meitä löytämään palvelujärjestelmässä olevia kehittämistehtäviä sekä tunnistamaan tuen tarvitsijoita. Meillä tulee olla myös ymmärrys niistä yhteiskunnallisista muutoksista, jotka vaikuttavat lapsiperheiden asemaan. Esimerkiksi lapsiperheköyhyys on lisääntynyt ja työttömyys heijastaa yhä useamman perheen arkea. Elämä on selviytymistä.

Satakunnassa tehdään paljon hyvää työtä. Tärkeää on saada sovitetuksi yhteen kokemus, tieto sekä tekeminen. Tärkeiksi tekijöiksi ammattilaiset nostavat mm. vanhemmuuden tuen sekä oikea-aikaisen tuen lapsille ja nuorille. Esille tuli myös vakava huoli lasten päihdehoidon saataavuudesta.

Ammattilaisten oman työn kehittämistä ei voi liikaa alleviivata. Ilman asiakaspinnalla toimivia ammattilaisia ei kehittämistyötä voi tehdä. Kentällä olevat työntekijät saavat parhaimmillaan lisää innostusta ja boostia, kun he näkevät työnsä tulokset ja arvot. Työn innostus nousee esille mm. LYTE- kokeilutoiminnassa sekä vaikuttavien menetelmien haastattelujen yhteydessä. Kokemus onnistumisesta heijastuu suoraan myös vaativaan asiakastyöhön. Kouluterveyskyselyn mukaan osa lapsista ja nuorista voi hyvin, mutta osalla ongelmat ovat kasvaneet. Perheiden hyvinvoin-

tiin liittyy oman verkoston tuki ja kannattelu. Läs-näoleva vanhempi kykenee rakentamaan lapselle perusturvaa, josta hän voi ammentaa pitkälle aikuisuuteen. Lopuksi haluan kiittää yhteisestä matkasta. Olen saanut tutustua valtaisaan määrään Satakunnan ammattilaisia ja olla mukana kehittämässä tärkeää kokonaisuutta. LAPE-sanomat on elämänkaarimallin mukainen ja teemoittain lapsi- ja perhepalveluja lähestyvä kokonaisuus. LAPE-sanomat on tarkoitettu ammattislangia välttäväksi, joten sanomia voi lukea kuka tahansa lapsi- ja perhepalveluista kiinnostunut. Tieto lisää luottamusta ja asiakkaan on helpompaa ottaa yhteyttä. Tavoitteena on tehdä tutuiksi ammattilaisia ja heidän työtään. LAPE-sanomat voisi jatkua tulevinä vuosina. Juttuja riittää mm. järjestötoimijoilta, seurakunnalta, valtion toimijoilta, hankkeilta ja mikä tärkeintä myös lapsilta, nuorilta ja perheiltä itseltään. Punaisena lankana saisi olla lasten, nuorten ja perheiden palvelujen yhteen toimivuus ja vaikuttavuus Satakunnan yhteisenä työnä.

Toivotan antoisia lukuhetkiä LAPE-sanomien äärellä!

Johanna Santanen

hankejohtaja
Satakunnan tulevaisuuden sote-keskus
-hanke





LASTENPSYKIATRIAN YLILÄÄKÄRI AULI LAAKSO-SANTAVIRTA:

Tärkeintä lapselle on läsnä oleva aikuinen

Lastenpsykiatrian ylilääkäri **Auli Laakso-Santavirta** on työskennellyt lasten mielenterveyspalveluissa yhtäjaksoisesti vuodesta 1987. Liki neljäkymmeneen vuoteen on mahtunut monenlaista muutosta – niin lasten mielenterveyden haasteissa kuin hoitomenetelmissäkin. Huolestuttavin muutos kuitenkin on, että tuossa ajassa on psykiatristen lapsipotilaiden määrä kasvanut hurjasti.

- Tämä näkyy esimerkiksi osastohoidossa niin, että 1980-luvulla oli pidempiä hoitajaksoja. Kuitenkin potilaat oireilivat vähemmän kuin tänä päivänä. Nykyään pyrimme siihen, että osastolla hoidetaan nimenomaan psykiatrisia potilaita, aiemmin osastolla oli paljon lapsia lastensuojelullisista syistä, Laakso-Santavirta selventää.

- Syynä on varmasti kuitenkin ollut sekin, ettei lastensuojelulla ollut tuohon aikaan samanlaisia resursseja kuin nykyisin.

Vaativa yhteiskunta haastaa lasten mielenterveyttä

Yksittäistä syytä myöskään psykiatristen lapsipotilaiden kasvavaan määrään ei voida nimetä. Tieteellisten tutkimusten mukaan ei sairauksien esiintyvyys kuitenkaan ole määrällisesti kasvanut.

- Valvutuneisuus näissä asioissa on tietysti lisääntynyt, mutta ennen kaikkea yhteiskunta on tullut lapsille monin verroin vaativammaksi, jolloin heidän toimintakykynsä ei enää riitä niin kuin aikaisemmin.

Laakso-Santavirta huomauttaa, että esimerkiksi koulutyössä vuosien varrella tapahtuneet muutokset, kuten jokaisen lapsen oikeus päästä opetukseen tavallisessa koululuokassa, sopii ehkä joillekin, mutta ei välttämättä kaikille.

- Sellainen ympäristö voi olla psykiatrista

hoitoa tarvitseville tai neuropsykiatrisista haasteita omaaville lapsille liian vaativa, ja lasten on tällöin vaikeaa pärjätä. Mielestäni yksilöllisyys pitäisikin ottaa paremmin koulutyössä huomioon, Auli Laakso-Santavirta painottaa.

Aikuisen läsnäolo kaikkein tärkeintä

Yhteiskunta ei ole vaativa vain lapsille, vaan se on yhä lisääntyvässä määrin sitä myös aikuisille, mikä heijastuu perheissä myös lapsiin.

- Tämä maailma on hyvin paineista myös aikuisille. On työttömyyttä ja taloudellisia huolia tai toisaalta, työssäkäyville vaaditaan sataprosenttista jaksamista, Laakso-Santavirta pohtii.

- Aikuinen on lapsen paras lääke. Meidän täytyy yhteiskunnassa panostaa myös aikuisten hyvinvointiin.

Lasten hyvinvointi perustuu kaikissa asioissa läsnä olevaan aikuiseen. Niin, että aikuinen todella näkee ja kuulee lasta.

Itsetuhoisuusajatuksat ja päihteet ongelmina lapsillakin

Miten lapset sitten tänä päivänä oireilevat? Auli Laakso-Santavirta kertoo, ettei lapsiin esimerkiksi korona-aika vaikuttanut samoin kuin nuoriin, mutta paha olo näkyy silti usein hyvinkin raadollisella tavalla.

- Itsetuhoisuus tai ainakin sillä asialla ”leikkiminen” ja siitä puhuminen sekä väkivallan ihannoiti, ovat huolestuttavasti osa myös monien psykiatrisesti oireilevien lasten maailmaa

Muutos lasten mielenterveydessä näkyy myös lasten lisääntyneenä ahdistuksena. Laakso-Santavirran mukaan aina on ollut ahdistuneita lapsia, nyt heitä vain on selvästi enemmän.



KUKA?

Auli Laakso-Santavirta

Koulutukseltaan lääketieteen lisensiaatti, lastenpsykiatrian erikoislääkäri sekä vaativan erityistason perhepsykoterapeutti. Lasten psykoterapian ja lasten psykoterapian kouluttajan erityispätevyys (Suomen lääkäriliitto).

Aloittanut Satakunnan sairaanhoitopiirin lastenpsykiatrialla vuonna 1987, ja toiminut välillä myös muualla, kuten Varsinais-Suomen sairaanhoitopiirissä lastenpsykiatrialla, Rauman lasten ja nuorten mielenterveystoimistossa ja Porin kaupungin perheneuvolas- sa. Vakituisesti lastenpsykiatrian ylilääkärinä Satakunnan sairaanhoitopiirissä helmikuusta 2011 alkaen. Oli ensimmäisen kerran lastenpsykiatrialla töissä amanuenssina vuonna 1986 TYKS:ssä ja lääkärinä Pohjois-Karjalan keskussairaalassa, tällä hetkellä työ on Satakunnan hyvinvointialueella ylilääkärinä ja lastenpsykiatrian vastuuyksikön päällikkönä.

Perheeseen kuuluvat sosiaalialalta eläköitynyt aviomies ja jo muualla asuva lääkäripoika. Auli harrastaa kulttuuria monessa muodossa, erityisesti kirjallisuutta ja kuvataidetta. Vapaa-ajan viettoon kuuluvat myös matkailu ja kutominen, jota muualla Suomessa nimitetään neulomiseksi.

“Teen tätä työtä tosissani, mutta en aina vakavana.”

- Lapsia pelottaa, huolestuttaa, ahdistaa ja se kaikki vaikuttaa enemmän tai vähemmän heidän toimintakykyynsä. Tärkeintä tässäkin on, että asioita käsitellään aikuisen tuella. Lapsen omat ahdistuksen hallintakeinot kun ovat vielä puutteellisia.

Jo alakouluikäisilläkin voi olla ongelmallista päihteiden käyttöä, mikä yleensä lapsilla liittyy vakavan käytöshäiriön oireiluun.

- Päihdemaailma voi olla lapsille hyvinkin hurja maailma, Laakso-Santavirta huomauttaa.

Lapsilta kielletty on lapsilta kielletty

Jo vuosia on varoiteltu K-18-pelien vaikutuksesta lasten psyykelle. Tämä on Laakso-Santavirran mukaan ongelma edelleen. Lapset pelaavat K-18 pelejä, mistä aikuiset eivät aina edes välttämättä tiedä.

- Nämä pelit voivat olla niin kammottavia, ettei niitä mielestäni pitäisi minkään ikäisten pelata, lastenpsykiatrian ylilääkäri täytyy.

Yksinomaan pelien sisältö ei ole ongelma, vaan lasten masennuksen, jaksamattomuuden ja apatian taustalta voikin usein löytyä uppoutuminen yökausiksi pelimaailmaan.

- Näihin talkoisiin tarvitaan vanhempia rajoittamaan lasten pelaamista ja kännykänkäyttöä sekä huolehtimaan tarvittavan unen määrästä, Auli Laakso-Santavirta painottaa.

Hukassa olevasta vanhemmuudesta voi tulla myös osa ongelmaa, jos vanhemmat pelkäävät lastensa reaktioita, aggressiota tai suuttumusta, mikäli lasten hyvinvointiin ja turvallisuuteen liittyviin asioihin puututaan.

- Mitään peruuttamatonta välirikkoa lapsen ja vanhemman välillä ei tapahdu, jos kiintymyssuhde pohjalla on hyvä. Kyllä vanhemmat voisivat enemmän kasvatusasioissa luottaa omaan maalaisjärkeensä.

Lastenpsykiatria auttaa vanhempia auttamaan

Viimeisten neljänkymmen vuoden aikana ovat myös hoitokeinot muuttuneet. Neljäkymmentä vuotta sitten esimerkiksi olivat harvassa ne lapset, joiden mielenterveyttä hoidettiin lääkkeillä. Toisin kuin usein väitetään, ei ”nappi naamaan” ole mikään helposti ja nopeasti toteutettava hoitomuoto.

- Kyllä nykyäänkin lastenpsykiatriassa pyritään aina ensin kokeilemaan muita hoitokeinoja, ja lääkkeiden määrääminen lapsille on hyvin harkittua. Lääkitys on yleensä kuitenkin hyvä juttu. Se voi esimerkiksi vaikuttaa niin, että lapsi pystyy paremmin keskittymään koulussa paremmin.

Lastenpsykiatriassa tärkeimpänä hoitomuotona on kuitenkin auttaa lapsen omia aikuisia auttamaan lasta, ymmärtämään lapsen käyttäytymistä.

- Samoin me yritämme auttaa lasta näkemään asioita aikuisen näkökulmasta. Me autamme myös erilaisia koulu- ja harrastusmaailman ja muita lapsen lähellä olevia verkostoja, jotta jokainen heistä osaisi tukea lasta ja perhettä oman perustehtävänsä mukaisesti. Lapsen hoito ja kuntoutus kun tapahtuu kuitenkin pääosin siellä arjessa.



VASTUUALUEJOHTAJA MARI LEVONEN:

Nyt on viimeinen hetki puuttua alaikäisten päihdepalveluiden tilanteeseen

- Kyllä se vaan niin on, että päihteistä pitää jo lastenkin kohdalla puhua. Lapsiasiavaltuutettu Elina Pekkarinen juuri muistutti kunnille ja hyvinvointialueille syyskuun alussa lähettämässään viestissä, että jos lasten päihdehuoltoon liittyvät riippuvuushoidot ja palvelut ovat huonossa jamassa, niin nyt on viimeinen aika korjata asia, toteaa lasten, nuorten ja perheiden palvelujen vastuualuejohtaja **Mari Levonen**.

Päihdekokeilut ovat nuorilla tavallisia. Päihdeongelmasta aletaan puhua, kun päihteet alkavat hallita elämää. Suomessa THL:n arvion mukaan 5 % nuorista kärsii diagnoositasoisesta päihdehäiriöstä. THL:n mukaan päihdeongelmilla on myös suora yhteys nuorten mielenterveyteen. Mitä aikaisemmin nuori aloittaa päihteiden käytön, ja mitä runsaampaa se on, sitä

todennäköisemmin nuori oireilee myös muulla tavoin psyykkisesti ja kärsii jostain muusta samanaikaisesta mielenterveyden häiriöstä.

Lasten ja nuorten hoitopaikalle tarve

- Kukaan ei saa sulkea silmiään alaikäisten päihteiden käytöltä, eikä asia ole yksin ammattilaisten vastuulla, painottaa Levonen.

Varhaisen vaiheen päihdekokeilujen pysäyttämiseksi on olemassa toimintamalleja kuten Valomerkki tai Omin jaloin. Sen sijaan jo päihderiippuvaisten alaikäisten lasten päihdehuolto ei Levosen mukaan ole Satakunnassa ”millään mallilla”. Päihderiippuvuuksien hoitoon tarvittaisiin pikaisesti monialaista, riittävän osaavaa työvoimaa ja yhteistyötä, eikä esimerkiksi

yksin lastensuojelun ammattilaisia. Lapsille ja nuorille tarkoitettuja päihteiden pysäytyshoito- tai pidempiaikaisen hoidon paikkoja ei Satakunnassa ole, ja kustannukset muualle Suomeen erityistason lastensuojelulaitoksiin näihin paikkoihin sijoitetuista satakuntalaislapsista ja -nuorista nousevat vuositasolla hyvin korkeiksi.

- Päihderiippuvaisille lapsille tarkoitettun erityistason laitospaikan perustamista Satakuntaan on kyllä selvitelty, mutta ainakaan toistaiseksi meillä ei ole sellaisia yksiköitä, jotka siihen olisivat riittävästi erikoistuneet, Levonen kertoo.

Varhainen puuttuminen ja avohuollon palvelut ensiarvoisia

Alaikäisten päihdehuollossa Mari Levonen painottaa ajoissa puuttumista ja varhaisemman vaiheen avohuollon palvelujen tarpeellisuutta.

- Ei tilannetta voida päästää siihen asti, että nämä alaikäiset otetaan huostaan sen vuoksi, ettemme ole aiemmin avohuollon puolella riittävästi puuttuneet asiaan. Mutta jos pystymme puuttumaan jo alaikäisen, esimerkiksi 12–13-vuotiaan, lapsen päihteiden käyttöön, on meillä vielä viisi vuotta aikaa toimia ennen täysi-ikäisyyttä ja saada lapsen lähiympäristö tukemaan päihteistä irtautumista.

Lasten mielenterveyteen ja päihteiden käyttöön liittyvät ongelmat ovat viime vuosina lisääntyneet, eikä näiden asioiden eteen vielääkään tehdä tarpeeksi.

Lasten mielenterveyteen ja päihteiden käyttöön liittyvät ongelmat ovat viime vuosina lisääntyneet, eikä näiden asioiden eteen vielääkään tehdä tarpeeksi.

- En ymmärrä, miksi meitä pitää tästä asiasta muistuttaa vielä vuonna 2023, kun nämä ongelmat ovat olleet tiedossa jo pitkään.

Alaikäisten päihdehuolto on luonnollisesti erilaista kuin aikuisille suunnattu vastaava palvelu. Levonen uskoo Satakunnastakin kuitenkin löytyvän alalle osajia tai henkilöitä, jotka haluavat kouluttautua. Jo nyt on useammassakin Satakunnan lastensuojeluyksikössä ammattilaisia, jotka ovat suorittaneet mielenterveys- ja päihdetyön erikoisammattitutkinnon.

Välittävä aikuinen on hoidossa kaikkein tärkeintä

Vaikka erikoistuneita yksiköitä ei ole, on lastensuojelulaitoksissa keinoja alaikäisten kanssa työskentelyyn myös päihteisiin liittyen. Tällaisia voivat tällä hetkellä olla esimerkiksi olemassa olevien oppaiden ja keskustelupohjien käyttäminen Oma ohjaaja -toiminnassa. Toinen keino voisi Levosen mukaan olla erilaiset tarina-auttamisen menetelmät, joiden käyttäminen on kuitenkin vähäistä.

- Vielä mennään hyvin perinteisellä keskustelulinjalla tai ollaan yhteydessä matalalla kynnyksellä muihin ammattilaisiin, mikäli tuntuu, ettei oma osaaminen riitä.

Ja läsnä olevaa aikuista tarvitaan. Yliopistollisissa tutkimuksissakin on Levosen mukaan todettu, että lapset ja nuoret odottavat nimenomaan aikuisen läsnäoloa, kohtaamista ja välittämisen tunnetta.

Uudelle palvelulle löydettävä kate

Ongelmallisen tilanteen ratkaisemiseksi Levonen toivoo ennen kaikkea realistisia mahdollisuuksia alaikäisten päihdehuoltopalvelujen toteuttamiseksi.

- Hyvinvointialueella se tarkoittaa, että uudelle palvelulle on jostain löydyttävä kate, esimerkiksi henkilöstön näkökulmasta. Kaikesta huolimatta, toivottavasti tämä asia otetaan vihdoin vakavasti. Rahallisesti me puhumme Satakunnassa miljoonista euroista, kun puhumme niistä alaikäisistä, joilla ykkössyy sijoittamiselle ovat päihteet.



KUKA?

Mari Levonen

Valmistunut sosiaaliohjaajaksi vuonna 1994 ja valtiotieteiden maisteriksi / sosiaalityöntekijäksi Turun yliopistosta 1999. Ennen valmistumistaan Mari työskenteli lyhyitä pätkiä Satakunnan sairaanhoitopiirissä sosiaalityöntekijänä, ja valmistumisensa jälkeen sosiaalityöntekijänä Merikarvialla, Ulvilassa sosiaalityöntekijänä ja –sihteerinä ja Porin perusturvan yhteistoiminta-alueella lastensuojelun avohuollon johtavana sosiaalityöntekijänä. Ennen nykyiseen pestiinsä lasten, nuorten ja perheiden erityispalveluiden vastuualuejohtajaksi siirtymistä Mari toimi sosiaali- ja perhepalveluiden johtajana Porinperusturvassa. Levonen on suorittanut useita erikoistumiskoulutuksia muun muassa lastensuojelusta ja johtajuudesta.

Marilla on kolme aikuista lasta ja ”ykkösjuttuna” ovat tällä hetkellä mummoilu lastenlapsille ja koirien hoito. Muita harrastuksia ovat crossfit, padel ja avantouinti, käsityöt ja lukeminen.

”Kun luottaa tulevaan, on lapsilla ja nuorilla aina mahdollisuus.”



Hyvinvointia Satakunnan opiskeluhooltoon kouluterveyskyselyn avulla

Tärkeää tietoa poliittisille päättäjille, koulutuksen järjestäjille ja oppilaitos- johtolle

Valtakunnan tasolla Kouluterveyskyselyä hyödynnetään politiikkaohjelmien ja erilaisten lakien toimeenpanon seurannassa ja arvioinnissa. Kuntatasolla tietoa jaetaan laajasti ja sitä hyödynnetään esimerkiksi laadittaessa hyvinvointistrategiaa, lapsi- ja nuorisopoliittista ohjelmaa tai lastensuojelusuunnitelmaa. Oppilaitokset käyttävät Kouluterveyskyselystä saatavaa tietoa kouluyhteisön hyvinvoinnin edistämiseksi, opiskeluhooltotyössä ja terveystiedon opetuksessa.

Lapset ja nuoret tarvitsevat kannustusta, positiivista huomiota ja kohtaamista

Kouluterveyskyselyn mukaan Satakunnassa perusopetuksessa (alakoulu/yläkoulu) ja lukioissa parannusta edelliseen kyselyyn

verrattuna on tullut osallisuuteen koulu-yhteisössä ja mahdollisuuteen keskustella koulussa aikuisen kanssa. Lisäksi oppilaat kokevat pääsevänsä mukaan tapahtumien järjestämiseen. Yksi hyvinvointia tuottavista asioista olisi yhteisöllinen oppilaat huomioiva, osallisuutta tuottava ja luova toiminta.

Kuraattorilta, terveydenhoitajalta ja lääkäriltä saatu tuki vaihtelee. Lukiossa parasta tukea on saatu kuraattorilta ja lääkäriltä. Ammatillisessa koulutuksessa koulupsykologilta saatu tuki on koettu hyvänä, terveydenhoitajalle ja lääkärille pääsy on puolestaan hankaloitunut. Terveystarkastuksen kiirettä kuvastaa se, että oppilaan mielipidettä ei ehditä kuunnella terveystarkastuksen yhteydessä.

Lukioissa ja ammatillisissa oppilaitoksissa opettajan on koettu jäävän etäiseksi, opettajalta saatu kohtelu ei aina ole ollut oi-

Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen (THL) kouluterveyskyselyä on tehty Suomessa vuodesta 1996 alkaen perusopetuksessa kahven vuoden välein ensin 8-9 luokkien oppilaille. Vuodesta 1999 lukion ja vuodesta 2008 myös ammattillisissa oppilaitoksissa 1. ja 2. vuoden alle 21-vuotiaille opiskelijoille. Perusopetuksen 4-5 luokkien oppilaat ovat olleet mukana kyselyssä vuodesta 2017 alkaen ja saman ikäryhmän oppilaiden vanhemmat ovat vastanneet kyselyyn vuosina 2017 ja 2019.

keudenmukaista ja myönteisen palautteen määrä on vähäinen. Opiskelijat kokevat heikkoa osallisuutta oppituntien järjestykseen sekä välituntien ja taukojen suunnitteluun. Ammatillisessa koulutuksessa erityisen huolestuttavaa on opettajan taholta koettu kiusaaminen. Neuropsykiatrisesti (nepsy) oireilevien nuorten määrä on viime vuosina lisääntynyt. Nepsy-oireilun tunnistaminen ja koulutuksen saaminen auttaisi henkilöistöä suhteuttamaan oppilaitoksissa esille tulevia vaativia tilanteita uudella tavalla.

Mielenterveyteen liittyvät huolet painavat nuorten mieltä

Kouluterveyskyselyn mukaan alakoulussa ja ammatillisessa opetuksessa kouluinnostus on heikentynyt. Jo alakoululaiset kokevat koulu-uupumusta ja ahdistuksen määrä on lisääntynyt. Vaikka moni lapsi ja nuori raportoi saaneensa apua ahdistukseensa ja masennukseensa, on ammattilaisten huoli suuri. Tähän huoleen on vastattu kouluttamalla mm. opiskeluhuollon ammattilaisia ´ohjattu omahoito´-menetelmään sekä ahdistus- ja masennusinterventioihin.

Jatkuu seuraavalla sivulla..

Hyvinvoinnin kannalta oleellisia asioita - ihan kaikille:

Kohdatuksi tuleminen

Kannustaminen

Positiivisuus

Pienten asioiden huomaaminen



KUKA?

Saija Tanhuanpää

Tulevaisuuden sote-keskus -hankkeen opiskeluhoollon koordinaattori, toiminut päiväkodin johtajana ja erityisopettajana varhaiskasvatuksessa, projektisuunnittelijana Kaste-ohjelman Remontti-hankkeessa sekä Turun yliopistossa tohtorikoulutettavana, yliopisto-opettajana ja Innoplay-hankkeen projektipäällikkönä.

Harrastuksina ympärivuotinen uinti luonnonvesissä, mökkeily, aamuvesijumppa, politiikka ja yhdistystoiminta. Lesken pitää virkeänä kaksi omaa lasta, 5 lastenlasta ja yksi lapsenlapsenlapsi.

”Teknisesti helppo, mutta sosiaalisesti monimutkainen.”

Lapsiperheköyhyys näkyy kyselyssä

Perheen taloudellisen tilanteen heikkeneminen ja samaan aikaan ilmenevä heikoksi koettu kouluruoan laatu tai ruoan loppuminen kesken koulupäivän ei ennusta hyvää. Tähän asiaan tulisi päättäjien kiinnittää erityisesti huomiota.

Perheen turvallinen ja säännöllinen arki luo turvallisuutta

Lasten matala itsetunnon taso ja nuorten heikko kokemus omasta tarpeellisuudesta sekä kouluinnostuksen heikkeneminen kuvastavat lasten tarvitsevan enemmän

aikuisten positiivista tukea ja kannustusta. Perusopetusikäisten sosiaalisen median hallinta tarvitsee aikuisen tukea. Lapsiperheiden säännöllisenä toistuva arki on tärkeä turvallisuutta luova tekijä. Ohjaaminen muun harrastuksen pariin voisi auttaa, sillä vastaus ”huomaa olevansa netissä, vaikka ei haluaisi” kuvastaa aikuisen tärkeyttä lapsen arjessa. Säännöllisesti jo pienenä aloitetut ja opitut rutiinit ovat lapsiperheen tarvitsemaa ”tylsää arkea” parhaimmillaan.

Viisi huolestuttavinta asiaa Satakunnassa

yleisesti koskien kaikkia tutkittuja

- 1) Ylipainoisuus (8-9lk, lukio ja ammatillinen koulutus, korostuu pojilla)
- 2) Vaikuttamismahdollisuus oppituntien sekä välituntien ja taukojen osalta (korostuu lukioissa ja ammatillisessa koulutuksessa)
- 3) Netissä käytetty aika ei ole hallinnassa (korostuu 5-6 lk – pientä parannusta edelliseen kyselyyn verrattuna)
- 4) Perheen koettu taloudellinen tilanne kohtalainen tai heikko
- 5) Kokemus kouluilmapiiristä ja opettajalta saadusta heikosta kohtelusta, oikeudenmukaisuus ja välittäminen heikentynyt
- 6) Poikien hampaiden harjaaminen unohtuu (perusopetus)

YLIPAINOISUUS ON ONGELMA SATAKUNNASSA, MUTTA ERITYISESTI NUORILLA POJILLA NUORILLA TYTÖILLÄ ON MUUTASUOMEA ENEMMÄN TERVEYDELLISIÄ ONGELMIA

VANHEMMUUDEN TUKI

KOULUKIUSAAMISESTA ON RISTRIITAISSIA TULOKSIA: ON VIITTEITÄ TILANTEEN PARANTUMISESTA, MUTTA HEIKENTYMISEEN VIITTAAKÄÄNTEINEN KYSYMYS OSALLISTUMISESTA KIUSAAMISEEN. SATAKUNNAN UUSI ILMIO ON TIKTOKISSA LEVIÄVÄT NÖYRYTTÄMISVIDEOT

HEIKKON OSALLISUUTEEN JA ILMAPIIRIIN HEIKENTYMISEEN VIITTAAVAT VAIKUTUSMAHDOLLISUUKSIEN VÄHENTYMINEN SEKÄ KOKEMUS HEIKOSTAKOHTELUSTA JA VÄLITTÄMISEN PUUTTEESTA



MAAILMASTA PAREMPI PAIKKA

Sosiaalinen raportointi auttaa löytämään palvelujen väliinpuotoajat

Satakunnassa vietettiin vastikään kolmannen kerran rakenteellisen sosiaalityön viikkoa. Sanaparina ei rakenteellinen sosiaalityö välttämättä heti avaudu asiaan vihkiytymättömälle.

– Sillä tarkoitetaan yhtä sosiaalityön muotoa. Jos sosiaalityö jaetaan yksilö-, perhe- ja yhteisötasolle, on rakenteellinen sosiaalityö vielä näistäkin laajempi käsite. Se voisi olla sama kuin yhteiskuntasosiaalityö, selvittää sosiaalihuollon asiantuntija **Minika Leino-Holm** Satakunnan tulevaisuuden sote-keskus –hankkeesta.

Rakenteellisen sosiaalityön tavoitteet eivät Leino-Holmin mukaan ole sen enempää eikä vähempää kuin maailman tekemistä paremmaksi paikaksi.

– Omaan työhöni kuuluu tämän asian osaamisen lisääminen, sosiaalinen rapor-

tointi, rakenteellisen sosiaalityön tuominen esille ja näkyväksi. Vielä rakenteellinen sosiaalityö ei ole ihan tuttua alan ammattilaisillekaan.

Järjestöillä tärkeä rooli sosiaalipalveluissa

Rakenteellisen sosiaalityön viikko koostui muun muassa Satakunnan hyvinvointialueen järjestämistä verkkokoulutuksista. Koulutusta oli tarjolla esimerkiksi selkokielisyyden ja viestinnän merkityksestä monitoimijaisessa sosiaalityössä. Mukana teemaviikolla oli myös useita satakuntalaisia sosiaalialan järjestöjä, jotka tekivät tunnetuksi omaa työtään. Viikolle valikoituneet yhteistyökumppanit painottuivat pitkälti aikuisten päihde- ja mielenterveysalan järjestöihin.

– Nuoria koskevaa sosiaalityötä edusti

Ohjaamo, joka antoi vastauksia nuorten viikon aikana ”huolilaatikkoon” jättämiin kysymyksiin. Toisaalta, kaikki nämä asiat-han koskevat myös perheitä. Mikäli isällä tai äidillä on päihde- tai mielenterveysongelmia, heijastuu se myös perheen lapsiin, Minka Leino-Holm pohtii.

Sosiaalityön raportoinnilla rakennetaan palveluja

Sosiaalialan osaamiskeskus Pikassoksen kehityspäällikkö Minka Leino-Holm on jo pitkään kehittänyt rakenteellista sosiaalityötä Satakunnan tulevaisuuden sote-keskus –hankkeessa.

Sosiaalityö tulee näkyväksi erityisesti ihmisten vaikeimmissa tilanteissa. Se kaikki tieto, jota kertyy sosiaalityötä tehtäessä, täytyy Minka Leino-Holmin mukaan myös tuoda esille.

- Näitä vaikeita tilanteita voivat olla esimerkiksi lapsen sijoittaminen kodin ulkopuolelle, vaikeat riippuvuussairaudet tai asunnottomuuden uhka. Sosiaalityön ammattilaisille kertyy näistä valtavasti tietoa siitä, mitkä asiat tällaisia tilanteita aiheuttavat. Eivät ne ole pelkästään yksilöiden valintoja, vaan niihin vaikuttaa koko rakenne. Yhteiskunta, politiikka, normit ja kaikki niihin liittyvät asiat vaikuttavat yksilön valintoihin. Tätä tietoa meidän pitää käyttää hyväksemme yhteiskuntaa rakennettaessa.

Sosiaalisia raportteja on Satakunnassa kerätty vuodesta 2021. Minka Leino-Holm kertoo raporteista nousevan ns. heikkoja signaaleja toisin sanoen jonkinlaisia merkkejä siitä, että jotain yhteiskunnassa tapahtuu, jotain sellaista, joka vaatii sosiaalityön huomiota.

- Tästä yksittäisinä esimerkkeinä voidaan pitää vaikkapa raportteja siitä, että traumatisoituneen asiakkaan kohtaamiseen ei useinkaan ole sote-palveluissa riittävää osaamista tai kuinka erityisesti nuorten kohdalla sosiaalisen kuntoutuksen saataavuus on heikentynyt Satakunnassa.

Lapsiperheköyhyttä ja puuttuvia palveluita

Isompi huolta aiheuttava trendi, Minka Leino-Holmin mukaan on sekä Satakunnassa että valtakunnallisesti vuodesta toiseen toistuva havainto neuropsykologisesti oireilevien nuorten jäämisestä palveluiden ulkopuolelle. Nepsyistä puhutaan nykypäivänä paljon, mutta käytännötasolla tilanne on usein aivan toinen. On tullut ilmi, että Satakunnan hyvinvointialueella vastuualueet nepsy-asiakkaiden hoidosta eivät ole ammattilaisten välillä selvillä, ja palvelut ovat entistäkin siiloutuneempia, eivätkä nepsy-lasten ja –nuorten vanhemmat saa tarvitsemaansa tukea.

- Joko palveluita ei ole ollenkaan tai niihin pääseminen kestää niin kauan, että nuoren elämä ehtii jo mennä aivan solmuun. Ei se auta nuorta, että saadaan rasti ruutuun

Sosiaalisista raporteista on käynyt jo viime vuonna ilmi myös erityisesti lapsiperheitä koskettava taloudellisen epävarmuuden syveneminen.

auttamisesta, kun nuori on laitettu jonoon odottamaan apua, Leino-Holm pohtii.

Sosiaalisista raporteista on käynyt jo viime vuonna ilmi myös erityisesti lapsiperheitä koskettava taloudellisen epävarmuuden syveneminen. Ilmiö on sekä paikallinen että valtakunnallinen.

- Tänä vuonna sitten onkin tullut viestiä, miten taloudelliset huolet todella ovat lisääntyneet. Etuudet eivät ole kasvaneet samassa suhteessa hintojen äkillisten nousujen kanssa, tukien kriteerit ovat tiukentuneet ja asiakkaat joutuvat valitsemaan pakollisten menojensa välillä.

Kaikki tämä vaikuttaa erityisesti lapsiperheisiin, ja tutkitusti myös lasten ja nuorten mielenterveyteen.

- Kouluterveyskyselyistä puolestaan on ollut havaittavissa, että satakuntalaiset lapset ja nuoret ovat yhä enemmän huolissaan perheensä taloudellisesta tilanteesta. Satakunnassa lasten ja nuorten huoli on keskimääräistä suurempaa.

Arvovalinnat ratkaisevat

Raporteissa annetaan ongelmiin myös ehkä jopa itsestään selviä ratkaisuehdotuksia: lasten ja nuorten vanhemmat on huomioitava paremmin, ammattilaisten välille on saatava aitoa yhteistyötä ja neuropsykologisten häiriöiden ymmärryksen ja hoidon osaamista lisättävä.

- Näiden korjausten toimeenpanot ovat poliittisia päätöksiä, joilla luodaan ja muutetaan yhteiskunnan rakenteita.

- Kaikessa on kysymys arvovalinnoista, ja siitä, millaista puhetta sosiaalityöstä puhutaan. Se mitä me siitä kerromme, vaikut-



KUKA?

Minka Leino-Holm

Sosiaalityöntekijä (YTM), oppinsa Minka on saanut pitkälti terveystieteistä ja alan hanketoista, lisäksi Minka on tehnyt pyrähdystä vammais- ja perhepalveluissa. Toimii tällä hetkellä sosiaalialan osaamiskeskus Pikassoksessa kehityspäällikkönä.

Sosiaalialan ammattilaisuuden lisäksi Minka on vaimo, äiti ja koiranomistaja, jonka vapaa-aika kuluu voimakastahtoisen leikki-ikäisen tunteita sanoittaessa sekä "milloin missäkin kokouksessa.

"Ne, jotka ovat riittävän kahjoja voidakseen luulla muutavansa maailmaa, ovat niitä, jotka niin tekevät."

taa myös palveluiden saavutettavuuteen ja niistä saatuun mielikuvaan.

Rakenteellinen sosiaalityö antaa vastauksia siihen, miten meillä menee, ja mihin asioihin meidän tulisi systemaattisesti yhteiskunnassamme kehittää ratkaisuja, ja tehdä maailmasta parempi paikka meille kaikille.



Lasten liikunta sosiaalistaa ja ylläpitää myös mielenterveyttä

Huoli lasten mielenterveyden ongelmista on syystäkin kasvanut, mutta samoin fyysinen kunto on monella lapsella ja nuorella heikentynyt. Passiivinen elämäntapa mahdollisesti jo alakoulusta lähtien, voi aiheuttaa tuki- ja liikuntaelinsairauksia hyvinkin varhaisella iällä.

- Lasten ja nuorten terveys tulee huomioida kokonaisvaltaisesti. Päivittäisestä liikunnasta ja fyysisestä terveydestä huolehtimisen lisäksi pitää huomioida hyvän mielenterveyden ylläpito. Toki nämä tukevat toinen toisiaan, kertoo työssään lapsille, nuorille ja perheille elintapaohjauksen toimintamallia kehittävä hankekoordinaattori **Essi Korpinen** Satakunnan tulevaisuuden sote-keskus –hankkeesta.

Korpinen muistuttaa lisäksi lasten ja nuorten sosiaalisten suhteiden merkityksestä. Yksinäisyyden tunteiden on todettu kasvaneen myös kouluikäisillä lapsilla.

- Parasta tietysti on, jos liikunnan kautta saa myös sosiaalisia kontakteja.

Liikuntaa lapsille monipuolisesti

Yli puolet lapsista ja nuorista harrastaa urheilua ja liikuntaa urheiluseuroissa. Essi Korpinen ei anna täysin varauksetonta hyväksyntää seurojen junioritoiminnalle.

- Urheiluseurat voisivat pelkän kilpailun sijaan kannustaa enemmän myös kuntoliikuntaan, mikä olisi lapsuudessa ja nuoruudessa erittäin tärkeää. Lasten liikunnan tulisi olla monipuolisesti kuormittavaa, siinä pitäisi olla tarpeeksi tukiharjoitteita ja ennen kaikkea sen täytyisi olla lapselle mielekäästä, Korpinen sanoo.

- Olen fysioterapeuttina valitettavasti nähnyt jo lapsilla yksipuolisen kuormituksen aiheuttamia rasitusvammoja tai –murtumia.

Suomen mallilla kaikki lapset harrastamaan

Opetus- ja kulttuuriministeriön Harrastamisen Suomen malli edistää harrastuskulttuurin kehittämistä. Sen tarkoitus on tarjota jokaiselle lapselle ja nuorelle maksuton, mieluisa harrastus koulupäivän yhteydessä.

- Kyseinen malli on edistystä oikeaan suuntaan, ja se on ilahduttavasti saatu käyntiin myös Satakunnassa. Pori on ollut mukana toiminnassa jo hankkeen pilot-tivaiheesta lähtien, myös muissa alueen kunnissa toimintaa on pienimuotoisemmin käynnissä, Korpinen sanoo.

OKM on myöntänyt Suomen mallille lukukaudeksi 2023–2024 avustuksia lähes kaikkiin Satakunnan kuntiin. Suurin osa harrastuksista on liikuntaa, mutta joukossa on myös muun muassa kulttuuria.

- Kaiken harrastustoiminnan pitää olla asiallista ja kohdella jokaista tasapuolisesti. Lasten ja nuorten kasvuympäristö parhaimmillaan tukee mielenterveyttä ja psyykkisten voimavarojen kehityskulkua, mutta monet tekijät, kuten syrjintä ja kiusaaminen, saattavat kuormittaa ja vaikuttaa negatiivisesti mielen hyvinvointiin, Korpinen huomauttaa.

Vanhemmat mukaan elintapaohjaukseen

Lasten ja nuorten elintapaohjauksessa tarvitaan myös vanhempien tiivistä läsnäoloa.

- Vanhemmat kuitenkin yleensä päättävät, mitä jääkaappiin ostetaan ja millaista elämäntapamallia lapset kotoa saavat. Uusimmassa kouluterveyskyselyssä tuli esille huolestuttavan yleisenä esimerkiksi lasten ja nuorten päänsärky, sekä niska- hartiaseudun kivut, jotka voivat viitata lisääntyneeseen ruudun tuijotteluun, Korpinen sanoo.

Toisaalta ruudun tuijottelukin voi motivoida liikkumaan. Lasten liikunta ei enää tarkoita pelkkää pesäpalloa tai naruhyppelyä, vaan markkinoille on tullut vuosien varrella monenlaisia liikkumaan kannustavia keinoja, on pelikonsoleita tai vaikkapa Pokémonien metsästystä.

- Yhä nuoremmilla näkee myös jo älykelloja, joiden sovellukset kannustavat liikkumaan.

Somelle ruusuja ja risuja

Ruudun tuijottelulla voi olla fyysisten vai-vojen lisäksi muitakin vakavia seurauksia. Väärät sivut ja sovellukset voivat olla hyvinkin haitallisia lasten ja nuorten mielenterveydelle. Netin vaaroista ei koskaan muistuteta liikaa, mutta on siellä ruudun takana Korpisen mukaan paljon hyvääkin. Essi Korpinen on tehnyt terveyden edistämisen opintojensa opinnäytetyön Pelastakaa Lapset ry:n toimeksiannosta aiheenaan nuorten mielen hyvinvoinnin tukeminen sosiaalisessa mediassa.

- Tutkimusteni perusteella tuloksia aiheesta löytyi molempiin suuntiin. Yleisesti ajatellaan vain netin ja somen negatiivisia vaikutuksia, mutta on niillä hyvätkin puolensa. Netistä nuoret voivat saada vertaistukea ja löytää verkostoja. Vähemmän sosiaalinen nuori voi somen kautta löytää kontakteja ja ystäviä.

Mielenterveyden edistämiseen somessa on eri tahojen ylläpitämiä chat-palveluja, joita voi käyttää matalalla kynnyksellä, jos ei esimerkiksi halua puhua asioistaan vanhemmille tai opettajalle. Positiivisia asioitakin siis somessa lapsille ja nuorille on, mutta pahimmassa tapauksessa negatiiviset vaikutukset lapsiin ja nuoriin voivatkin sitten olla erittäin vakavia ja haitallisia, kuten kiusaamista tai seksuaalista hyväksikäyttöä.

- Vanhempien olisi tärkeää tietää, mitä oma lapsi netissä touhuaa. Missä soveluksissa lapsi pyörii ja kuinka paljon, ettei lapsi tai nuori ajautuisi oikeasti vaarallisille tai haitallisille sivustoille. Pitää muistaa, että tututkin sivustot voivat olla turvattomia. Tämä ei tarkoita totaali rajoittamista puhelimen käyttöön, vaan tärkeää olisi neuvotella ja sopia asioista yhdessä lapsen kanssa, ohjeistaa Korpinen vanhempia.

Turvallinenkin voi olla turvaton

Lasten ja nuorten elämään kuuluvat erilaiset kokeilut. Arveluttavia, kuten vähäpukeisia kuvia saatetaan kuitenkin ladata nettiin ihan leikkimielessä ymmärtämättä millaisia seurauksia niillä voi olla. Lapsille on hyvä opettaa, ettei kerro itsestään netissä liikaa sen enempää tekstein kuin kuvinaan. . Samoilla ohjeilla vanhempienkin pitäisi suojella lapsiaan, ja olla lataamatta omien lasten tai heidän kaveriensa kuvia nettiin, vaikka kuinka söpöjä pienokaiset olisivatkin. Lapsellakin on oikeus yksityisyyteen, jota laki suojelee.

Sosiaalisen median ja mielenterveyden yhteys on monimutkainen, koska vaikutukset voivat olla kielteisiä tai myönteisiä. Lisäksi lasten ja nuorten mielen hyvinvointia kuormittavat monet muutkin tekijät. Maailman mullistusten keskellä tulisi lapsille ja nuorille tarjota mahdollisimman turvallinen kasvuympäristö.

- Yksittäinenkin positiivinen kohtaamistilanne ja kokemus kuulluksi tulemisesta voi parhaassa tapauksessa auttaa edistämään lapsen tai nuoren mielen hyvinvointia.



KUKA?

Essi Korpinen

Koulutukseltaan fysioterapeutti (AMK), suorittanut lisäksi terveyden edistämisen ylemmän AMK- tutkinnon. Työskennellyt fysioterapeuttina pääasiassa erikoissairaanhoidon puolella HUS:n akuuttiyksiköissä. Vahvan kehittämisinnon myötä suunnannut urallaan kehittämis- ja hanketyöhön. Tällä hetkellä hankekoordinaattorina hyte-asioiden parissa.

Asuu Helsingissä puolison ja koiran kanssa. Työskentelee hybridimahdollisuuksien avulla Satakunnassa. Vapaa-aika kuluu monipuolisesti urheillen ja ulkoillen, suosikkilajeina juoksu ja talvisin vapaalasku Lapin tuntureilla.

”Lasten ja nuorten osalta on ennaltaehkäisevien ja varhaisen tuen palveluiden kehittäminen ja niiden yhdenvertainen toteutuminen on valtavan tärkeää, jotta voitaisiin mahdollistaa valoisa tulevaisuus jokaiselle, perheen taustoista riippumatta.”



LYTE- KOKEILUTOIMINTA VASTAA OPPILAIDEN TARPEISIIN

Koulu tarvitsee lisää aikuisia, joilla on aikaa kuunnella ja olla läsnä

Tulevaisuuden sote-keskus –hankkeessa käynnistettiin LYTE- kokeilutoiminta eli matalan kynnyksen keskusteluapu lyhyt-terapeuttisella viitekehyksellä. Koululla järjestettävällä kohtaavalla työllä lisättiin kynnyksetöntä apua nuorille. Taustalla on havainto nuorten turvallisten aikuisten tarpeesta arkiympäristöissään. Yhteistyössä porilaisten Länsi-Porin ja Lyseon koulujen kanssa tehtiin suunnitelma kokeilutoiminnan aloittamisesta syksyllä 2022. Hankekoordinaattorit **Anu Kurkela** ja **Paula Vaajakari** aloittivat hankkeessa ratkaisukeskeisen työotteen kokeilutoiminnan tämän vuoden huhtikuussa.

- Kokeilutoiminta on keskeisesti hankkeen tavoitteiden mukaista toimintaa. Palveluja viedään sinne, missä nuoret ovat, toteaa hankejohtaja **Johanna Santanen**.

Kurkela ja Vaajakari esittivät valmiin kynnyksettömän toiminnan mallin, jossa keskusteluapua annetaan ratkaisukeskeisellä viitekehyksellä.

- Näin tällaisen palvelun tarpeen koulussa. Oppilaat oireilevat ja ennen kaikkea tarvitsevat kouluihin lisää aikuisia, joilla on aikaa kuunnella ja olla läsnä, opettajana työskentelevä Kurkela taustoittaa.

Hankejohtaja Johanna Santanen odottaa innolla tuloksia ja havaintoja millaisissa asioissa nuoret ovat LYTE-työntekijöitä lähestyneet, ja millaisia ilmiöitä kohtaamisista nousee.

- Kokeilutoiminta on erinomainen osoitus hyvinvointialueen ja kuntien sivistystoimialan yhteisestä kehittämistyöstä. Satakun-

nan kouluterveyskyselystä ilmenee, että kuuntelevia aikuisia tarvitaan, Santanen kertoo.

Kuunteleva aikuinen auttaa arjessa

Kokeilutoiminta käynnistyi palvelujen markkinoinnilla ja tutustumalla koulujen oppilaisiin, opettajiin ja muuhun henkilökuntaan.

- Nyt syksyllä olemme toden teolla aloittaneet tapaamiset nuorten kanssa, Vaajakari toteaa.

Ratkaisukeskeisellä työotteella tarkoitetaan yksinkertaistettuna mallia, jossa asiakas kertoo ongelmansa työntekijälle, ja he alkavat yhdessä miettiä ratkaisuja, miten ongelmasta mennään eteenpäin. Apua ei tarjota pelkästään mielenterveyshaasteista, vaan LYTE-työntekijöiden vastaanotolle voi nuori mennä missä tahansa arkea askarruttavassa asiassa aina, kun hän tarvitsee kuuntelijaa.

- Tällä työtavalla emme jää vellomaan ongelmakeskeiseen puheeseen, vaan tarkoituksena on edetä askeleittain ongelmasta eteenpäin, selvittää Kurkela ratkaisukeskeistä työtettä.

Apua ei tarjota pelkästään mielenterveyshaasteista, vaan LYTE-työntekijöiden vastaanotolle voi nuori mennä missä tahansa arkea askarruttavassa asiassa aina, kun hän tarvitsee kuuntelijaa.

Apua saa nopeasti

Yhteydenottoja tulee oppilaiden lisäksi vanhemmilta, opettajilta, koulutukihenkilöiltä, kuraattoreilta ja terveydenhoitajilta.

- Ja kun olemme jo kouluilla, meidät tavoittaa nopeasti. Kynnys yhteydenottoon on matala, mikä on myös ollut kehittämistyön tavoitteena.

Oppilaat hakeutuvat juttelemaan joko ajanvarauksella tai ilman.

Toiminta on osoittautunut tarpeelliseksi, mutta toistaiseksi Kurkela ja Vaajakari ovat vielä pystyneet pitämään vasteajat lyhyinä. Vaajakarin vastaanotolle pääsee viimeistään kahden päivän sisällä, Kurkelalle jono on kaksi viikkoa. Huhti-lokakuussa Lyseolla oli 20 asiakasta yksilöohjauksessa, yksi ryhmä- ja yksi paritapaaminen, yhteensä noin 50 tapaamiskertaa, ja Länsi-Porissa 20 asiakasta yksilöohjauksessa ja yksi ryhmä, yhteensä 48 käyntikertaa.

Kokeilumallitoiminta on saanut paljon kiitosta. Hyvää palautetta on tullut varsinkin oppilaiden vanhemmilta, jotka ovat olleet tyytyväisiä erityisesti oppilaiden nopeasta vasteajasta.

Rehtori **Kimmo Salokangas** Porin Lyseon koulusta on myös kiitollinen LYTE-työntekijän työstä koulun arjessa.

- Meillä on koulussa työskennellyt LYTE-työntekijä osa-aikaisena. Tällä lyhyelläkin kokemuksella täytyy sanoa, että nyt on löytynyt tehtävä ja tekijä jollaista koulussa todellakin tarvitaan. Pystymme jo näkemään, että kaksi päivää viikossa ei riitä siihen tarpeeseen, joka oppilailla on. Kouluissa tarvitaan nyt ja tulevaisuudessa enemmän työntekijöitä, jotka eivät ole sidottu opetustyöhön. Työntekijöitä, joilla

on aikaa kuunnella. Tämä LYTE-työntekijä on ollut vastaus siihen tarpeeseen.

Samoilla linjoilla on myös Länsi-Porin koulun rehtori **Petri Tuomisto**.

- LYTE-toiminta on tarjonnut monille oppilaille arvokkaan lisäväylän henkilökohdaisemmalle tuelle. Toiminta täydentää hyvin varsinkin luokanohjaajien ja oppilashuoltohenkilökunnan koulunkäyntiä ja hyvinvointia tukevaa työtä. Hanke aika saattaa olla vielä liian lyhyt LYTE-toiminnan täyden potentiaalin valjastamiseksi, ja toivommekin sille jatkoa ainakin kevään 2024 loppuun.

Toiminta täydentää hyvin varsinkin luokanohjaajien ja oppilashuoltohenkilökunnan koulunkäyntiä ja hyvinvointia tukevaa työtä.

Ennaltaehkäisyä suuremmille ongelmille

Kokeilutoiminnan ratkaisukeskeisessä työotteessa päästään myös tuloksiin nopeasti. Lisäksi se toimii ennaltaehkäisevänä muille, alkuperäisen ongelman mahdollisesti tuomille kerrannaisvaikutuksille, ja pahemmille mielenterveysongelmille. Kokeilutoiminnassa on kyetty auttamaan esimerkiksi kiusaamiskysymyksissä.

- Erikoissairaanhoidon on pitkät jonot, joten matalan kynnyksen vaihtoehtoja on hyvä tässäkin mielessä lisätä, ja korona-aika lisäsi joidenkin nuorten yksinäisyyden kokemusta, toteaa Santanen.

Oppilaiden tapaamiset kestävät pääsääntöisesti 45 minuuttia.

LYTE-KOKEILU SYNTYI KOULUJEN PSYKOSOSIAALISEN TUEN TARPEESTA

LYTE-kokeilutoiminnan aloittaminen oli vastaus kahden, maakunnallisestikin verrattain suuren Länsi-Porin ja Porin Lyseon kouluilta tulleeseen pyyntöön saada psykososiaalista tukea haastavassa tilanteessa oleville oppilaille. Nuorille tarvittiin sekä kannattelevaa tukea että tuen saamiselle nopeaa vastetta.

- LYTE-toiminnan kokeilu koulun arjessa nähtiin mahdollisena vastauksena tähän pyyntöön. Samalla saataisiin toisenlaista näkökulmaa ammattihenkilöiltä, jotka eivät ole sidottuja koulun arkeen, taustoittaa erityisasiantuntija **Tero Grönmark** Porin kaupungin sivistystoimialan Kasvun ja oppimisen tuen perusyksiköstä.

Porin Lyseon koululla oli jo entuudestaan yhden lukuvuoden ajalta hyvä kokemus SKY-hankkeen koulutukihenkilön työstä. Länsi-Porin koulussa ei vastaava toimintaa ollut.

- Oli mietittävä, kuinka tuki koulun arjessa järjestetään. Tapaamiset koulupäivän aikana ovat pois opetuksesta, toisaalta oppiakaan ei oikein voi, jos mielen päällä on ahdistusta.

Huhtikuussa alkaneesta toiminnasta saadut palautteet ovat Grönmarkin mukaan olleet kannustavia, ja kouluilla on syksyn aikana päästy hyvin työotteeseen kiinni. On muodostunut käytänteitä, joihin toimintaa perustaa.

- On opittu jakamaan työtä opiskeluhuollon ja opiskeluhuoltoa täydentävän palvelun välillä. Vaste tarpeeseen on kokeilutoiminnassa lyhyt ja tuen antamisessa pystytään joustamaan, Grönmark kiittelee.

Jatkuu seuraavalla sivulla..

- Melko usein on akuuttiin ongelmaan auttanut jo vartin keskustelutuokio. Oppilas voi poiketa luonani vaikkapa välitunnilla. Kuitenkin, jos taustalla on esimerkiksi jonkinlainen trauma, käytän tietenkin enemmän aikaa jo pelkästään siihen, että kuuntelen oppilasta, Vaajakari kertoo.

Oppilas saattaa käydä vastaanotolla kerran tai vaikka neljä tai kymmenen kertaa. Jokainen tapaus on yksilöllinen, ja siihen myös vastataan yksilöllisesti. Oppilaiden ongelmien kirjokin on varsin laaja. On paniikkikohtauksia, ahdistusta, erilaista masennusta, traumoja, kiusaamista joko koulussa tai somessa, tai kaverisuhteisiin liittyviä haasteita. Suhteellisen uutena ilmiönä ovat oppilaiden ahdistus esimerkiksi viitata tunnilla tai osallistua liikuntatunneille siinä pelossa, että joku mahdollisesti kuvaa.

Toisinaan nuorten ongelmat voivat olla sen verran hankalia, että he tarvitsevat toisenlaista apua.

- Mikäli huomaamme, että meidän tarjoama apu ei oppilaalle riitä, me ohjaamme hänet eteenpäin esimerkiksi koulupsykologille tai koululääkärille, Kurkela kertoo.

Kurkela ja Vaajakari tekevät kouluissa tiivistä yhteistyötä niin oppilashuollon kuin opettajienkin kanssa. LYTE-työntekijä ei korvaa kuraattoria tai psykologin puutetta, vaan toimii täydentävänä työnä. Vanhempien kanssa yhteyttä pidetään puhelimitse ja Wilma-viestein.

- Mutta me emme ole vanhempisiin yhteydessä, ellei nuori niin halua. Toimintamme kuitenkin perustuu aina oppilaiden luottamukseen, Kurkela ja Vaajakari huomauttavat.

KETKÄ?

Anu Kurkela (kuvassa oikealla)

Koulutukseltaan kasvatustieteiden maisteri ja englannin kielen aineopettaja. Elämä on kuljettanut Keski-Suomesta Afrikan, Pohjois-Karjalan, Savonlinnan, Yhdysvaltojen ja Helsingin kautta Poriin.

Opiskelee ratkaisukeskeiseksi lyhytterapeutiksi HPI:llä.

Työskennellyt ala- ja yläkouluissa sekä aikuisopetuksessa, viimeiset 17 vuotta Kuninkaahan koulussa.

Asuu avopuolison kanssa Porin keskustassa, 19 -ja 22-vuotiaat aikuiset pojat asuvat jo omillaan. Harrastuksiin kuuluu siirtolaputarha ja lenkkeily koiran kanssa, toivoo ehtivänsä myös kuntosalille.

” Olen läsnä, kuuntelen, esitän oikeita kysymyksiä ja annan aikaa.”



Paula Vaajakari (kuvassa vasemmalla)

Koulutukseltaan lähihoitaja, erikoistunut mielenterveys- ja päihdetyöhön. Päihdetyötä takana yli kymmenen vuotta. Viimeiset viisi vuotta työskennellyt lastensuojelussa. Valmistuu toukokuussa 2024 ratkaisukeskeiseksi lyhytterapeutiksi.

Neljän pojan äiti, 13-vuotias kuopus asuu vielä kotona. Kaksi lastenlasta, maaliskuussa kolme.

Harrastaa moottoripyöräilyä.

”Turvallisia, välittäviä, kuuntelevia aikuisia ei ole milloinkaan liikaa.”

VOIMAPERHEET MENETELMÄ TARJOAA RATKAISUJA KÄYTÖSONGELMIIN

Huomaa hyvä lapsessasi

Ottaako lapsesi muiden tunteet huomioon? Jakaako hän auliisti tavaroitaan muiden lasten kanssa? Häiriintyykö lapsi helposti, harhaileeko mielenkiinto? Väittääkö lapsi usein vastaan aikuiselle?

Esimerkiksi tällaisiin kysymyksiin pyydetään vanhemmilta vastausta, kun kartoitetaan 4-vuotiaan vahvuuksia ja vaikeuksia. Kysely kuuluu Turun lastenpsykiatrian tutkimuskeskuksen kehittämään Voimaperheet-toimintamalliin, jonka tarkoituksena on ennaltaehkäistä ja hoitaa leikki-ikäisten lasten käytösongelmia.

- Tätä menetelmää on tutkittu laajasti ja se on vertailututkimuksissa todettu vaikuttavaksi. Yli 80 % hyötyy ohjelmasta, toteaa lasten, nuorten ja perheiden palvelujen kehittämisestä vastaava projektipäällikkö **Minna Westergård** Kestävän kasvun Satakunta 2 -hankkeesta.

Nettineuvontaa ja keskusteluja vanhemmuuden taitoihin

Käytännössä kaikki neljävuotiaiden lasten vanhemmat saavat alkukartoituksena kyselyn, jonka he tuovat mukanaan 4-vuotisneuvolaan, mistä se palautetaan Turkuun Voimaperheet työryhmän analysoitavaksi. Kyselylomakkeessa arvioidaan lapsen vahvuuksia ja vaikeuksia sekä lapsen ja perheen tuen tarvetta.

- Jos kysely osoittaa, että lapsella on sellaisia käytösongelmia tai arjen haasteita, joihin menetelmästä olisi apua, tarjotaan vanhemmille mahdollisuutta Voimaper-

heet vanhempainohjaukseen, Westergård selvittää.

Mikäli vanhemmat sitoutuvat noin kolme kuukautta kestävään ohjaukseen, tarkoittaa se viikoittaisia puhelinkeskusteluja koulutetun Turun yliopiston, perhevalmentajan kanssa sekä verkossa tehtäviä harjoitteita ja valmennusta vanhemmuuteen. Yhteistyötä perhevalmentajan kanssa tehdään tiiviisti, aina kuitenkin perheiden aikataulujen mukaan.

- On tärkeää puuttua käytöshaasteisiin ajoissa, jotta ne eivät myöhemmässä elämänvaiheessa aiheuta isompia ongelmia ja johda esimerkiksi rikollisuuteen tai syrjäytymiseen, Westergård huomauttaa.

Tukea ja ratkaisuja vanhemmuuden haasteisiin

Voimaperheet valmennuksessa ongelmia lähestytään positiivisuuden kautta. Yksi kantavista ajatuksista on kehua lasta aina, kun siihen on aihetta.

- Vanhemmilla ei useinkaan tunnu olevan keinoja, miten lasta rajoitetaan tai ohjataan. Kiireinen arki tuo omat haasteensa. Vanhempien tulisikin löytää kannustava, mutta myös turvalliset rajat luova vanhemmuus ja aito läsnäolo lapsen kanssa, ja siihen Voimaperheet tarjoaa tukea, Westergård pohtii.

Ennaltaehkäisy säästää myös euroja

Voimaperheet tarjoaa nopeampaa hoitoon pääsyä, ja vanhempainohjauksen on todettu olevan tehokkain keino lasten käyttösongelmien ennaltaehkäisyssä ja hoidossa.

Voimaperheet vanhempainvalmennus on myös kustannustehokas. Yhden vanhempainohjauksen hinta hyvinvointialueelle on noin 2000 euroa. Perheille valmennus on maksuton.

- Mikäli varhaisella puuttumisella pystytään torjumaan käyttöhäiriöitä, voi yhteiskunta säästää huomattavia summia. Joidenkin arvioiden mukaan yksi syrjäytynyt nuori voi maksaa elinkaarensa aikana yhteiskunnalle jopa 2 miljoonaa euroa.

Satakunnassa apua noin 100 perheelle

Voimaperheet menetelmää on kehitetty ja tutkittu yli kymmenen vuotta, ja nyt sitä käytetään jo 14 hyvinvointialueella. Satakunnassa se otettiin perhekeskusten toiveesta käyttöön vuosi sitten. Ensin sen periaatteisiin perehdytettiin neuvoloiden terveydenhoitajat, vuonna 2023 menetelmä on käytössä jo kaikissa neuvoloissa. Maan keskiarvo riskiryhmään kuuluvista nelivuotiaista on 5–10 %, Satakunnassa luku on 13 %.

- Kestävän kasvun Satakunta 2 -hankkeen tuella hankitut 50 paikkaa ovat jo loppumassa, mutta saimme juuri STM:ltä luvan vielä 50 lisäpaikkaan, Westergård iloitsee.

Toiminta siis jatkuu vielä.

- Samalla kehitämme Satakunnan palveluja yhdessä palvelutuotannon kanssa, Westergård toteaa innostuneena.



KUKA?

Minna Westergård

Peruskoulutukseltaan sisätauti-kirurginen sairaanhoitaja (1999). Sairaanhoitaja YAMK SAMK:sta Terveiden edistämisen tutkinto-ohjelmasta, keväällä 2022.

Minna on työskennellyt yli 20 vuotta sairaanhoitajana Satakunnan keskussairaalassa / Satasairaalassa eri osastoilla ja ollut mukana erityisesti päiväkirurgiassa lasten hoitotyön kehittämisessä. Aloitti hankekoordinaattorina Kestävän kasvun Satakunta -hankkeeseen elokuussa 2022. Vuoden 2023 alusta projektipäällikkönä Kestävän kasvun Satakunta 2 -hankkeessa.

Perheeseen kuuluvat mies sekä lapset Aino 20 v. ja vielä kotona asuva Juho 13 v. Minna on ollut aina aktiivisesti mukana lasten harrastuksissa sekä kускаamassa, että sairaanhoitajana/makkaranpaistajana. Aikaa omiin harrastuksiin jää tällä hetkellä melko vähän, mutta ulkoilu, pihatytöt ja musiikki rauhoittavat mukavasti.

”Lapsi ei ole pieni aikuinen”



Euroopan unionin rahoittama –
NextGenerationEU



Terapiat etulinjaan –menetelmät lasten ja nuorten mielenterveystyön apuna

Lasten ja nuorten mielenterveyden haasteet, erityisesti masennus ja ahdistuneisuus, ovat lisääntyneet, eikä suunta näytä olevan ainakaan alaspäin. Mielenterveyspalvelut ovat pirstaleisia ja hoitoon pääsy voi olla vaikeaa. Tämä on luonut paineita järjestää lisää tarpeenmukaisia ja oikea-aikaisia mielenterveyspalveluita. Tähän haasteeseen vastatakseen ovat mielenterveysalan ammattilaiset yhdessä hyvinvointialueiden interventiokoodinaattoreiden kanssa kehittäneet erilaisia digitaalisia psykososiaalisia hoito-ohjelmia terveydenhuollon ammattilaisten tueksi. Syntyi Terapiat etulinjaan –toimintamalli, joka on osa kansallista mielenterveysstrategiaa ja sote-uudistuksen tukea. Samalla toimintamalli mahdollistaa terapiatakuun toteuttamisen hyvinvointialueilla.

- Näitä menetelmiä on otettu käyttöön niin perustason mielenterveysyksiköissä kuin erikoissairaanhoidossakin, kertoo Satakunnan hyvinvointialueella Terapiat

etulinjaan –menetelmiä lasten ja nuorten mielenterveysongelmien hoitoon kentälle tuonut Satakunnan tulevaisuuden sote-keskus –hankkeessa työskentelevä psykiatrinen sairaanhoitaja, menetelmäohjaaja ja hankekoordinaattori **Tiina Ilola**.

Perhekeskuksissa, on näistä menetelmistä suuri hyöty. Ensisijaisesti niistä saavat apua mielenterveyden haasteista kärsivät lapset ja nuoret, mutta ne ovat tärkeä apuväline myös heidän kanssaan työskenteleville ammattilaisille.

- Kaikki tuloksethan eivät näy heti, mutta ajan myötä perustason työ lasten ja nuorten mielenterveyden eteen alkaa varmasti vähentää myös erikoissairaanhoidon kuormitusta, Ilola uskoo.

IPC- ja IPT-N –menetelmät keskittyvät ongelmien aiheuttajiin

Satakunnan hyvinvointialueella ensim-

mäiset käyttöön otetut menetelmät olivat IPT-N (Interpersonal therapy) erikois-sairaanhoidon sekä IPC (Interpersonal Counselling), jonka koulutus alkoi opiskeluhuollon ammattilaisille LAPE-muutosohjelman rahoituksella vuonna 2019. IPC- ohjanta sekä IPT-N terapia ovat 12–18-vuotiaiden lievän ja IPT-N keskivaikean masennusoireilun hoitoon.

Molempien menetelmien koulutukset ovat jatkuneet Satakunnan tulevaisuuden soite-keskus –hankkeen tuella vuodesta 2021.

- IPC ja IPT-N perustuvat viitekehykseen, jonka perusajatuksena on masennuksen kytkeytyminen asiakkaan ihmissuhteisiin. Menetelmissä on neljä fokusta, joista valitaan kunkin asiakkaan kohdalla tarpeenmukaisin. Hoitokäynneillä pohditaan mielialan, elämänmuutosten sekä ihmissuhdehaasteiden välisiä yhteyksiä ja etsitään ratkaisuja, suunnitellaan uusia ajattelu- ja toimintamalleja sekä mietitään miten läheiset voivat tukea nuorta em. asioissa. Asioita käsitellään keskustelun ja harjoitusten avulla muun muassa rooliharjoituksilla sekä kommunikaatio- ja ongelmanratkaisuanalyseilla.

- IPC on puolistrukturoitu lyhytterapeuttinen 3–6 kerran työmenetelmä, jonka avulla säästetään aikaa, eikä nuoren tarvitse odottaa pitkiä aikoja hoitoon pääsyä, Tiina Ilola sanoo.

IPT-N -menetelmän käyttöön on koulutettu myös perustason mielenterveyspalvelujen sairaanhoitajia sekä koulu- ja opiskelopsykologeja. Hoitokertoja IPT-N:ssä on 12–16.

- Molemmat ovat menetelmiä, joista tiedän monien nuorten hyötävän, Ilola sanoo.

Positiiviset muutokset selkeästi havaittavissa

IPC-menetelmään on Satakunnassa koulutettu jo lähemmäs 100 ammattilaista, joista on noin puolet pätevästi menetelmän käyttöön. Yksi heistä on koulukuraattori Laura Marjeta Eurasta. Marjeta kokee saaneensa IPC-menetelmästä varmuutta omaan työhönsä mielialaoireilusta kärsivien nuorten kanssa.

- Strukturoitu menetelmä antaa itselleni luottoa työskentelyyn. IPC:n avulla päästään nopeammin ja suuremmin ongelmaan käsiksi. Käytännönkokemuksena näen, että useimmat lapset ja nuoret saavat itselleen vastauksia ja selityksiä omalle ololleen, mikä auttaa huomasti mielialan nousussa. Tämä on näkynyt myös mielialakyselyn (R-BDI) pisteiden laskussa, Marjeta sanoo.

- Menetelmän jälkeen suurella osalla nuorista arki kaikkine toimineen on helpottanut mielialaoireilun osalta, iloitsee Marjeta.

Ahdistuksen hoitoon omat menetelmänsä

Cool Kids on 7–17-vuotiaiden lasten ja nuorten ahdistuneisuushäiriöiden hoitoon tarkoitettu hoito-ohjelma, jota voidaan toteuttaa joko yksilö- tai ryhmähoitona. Se on tarkoitettu sekä perustason mielenterveysyksiköille, että erikoissairaanhoidon. Perustasolle on tuotu myös lasten ja nuorten ahdistuksen lyhytinterventio (ALI).

- Molemmat menetelmät perustuvat kognitiiviseen käyttäytymisterapiaan, Ilola selvittää.

Lasten kanssa työskenneltäessä vanhemmat ovat hoitokerroilla aina mukana.

- Nuoret pystyvät vanhempien tuella altistamaan itsensä ahdistusta aiheuttavaan asiaan paremmin kuin yksin, Ilola kertoo.

Cool Kids on strukturoitu hoito-ohjelma,

jossa ahdistusta aiheuttavat asiat pilkootaan pieniin osiin. Näitä osia käsitellään altistusharjoituksilla lapsen tai nuoren ehdoilla edeten. Myös vanhemmat joutuvat pohtimaan ja muuttamaan omaa käyttäytymistään suhteessa lapsen tai nuoren ahdistukseen ja omaan käyttäytymiseensä.

Sairaanhoitaja **Krista Nyroos-Junttila** Etelätuulen perhekeskuksesta on tyytyväinen Cool Kids -menetelmään.

- Kokemukseni lasten ja vanhempien kanssa työskentelystä ovat oikein hyviä. Kaikki ovat sitoutuneet kiitettävästi tapaamisiin ja kotitehtäviin. Asiakkaat ovat saaneet lisäymmärrystä ahdistuneisuuden synnystä ja siihen vaikuttavista tekijöistä. Samalla he ovat oppineet uusia puolia myös itsestään. Eteneminen askel kerrallaan on koettu hyvänä, Nyroos-Junttila kehuu.

- Ja Cool Kidsin materiaali on hyvä ja kattava.

Terapiat etulinjaan –menetelmät tukena jo varhaisessa vaiheessa

IPT-N, IPC ja Cool Kids, ahdistuksen lyhytinterventio (ALI), nuorten ohjattu omahoito sekä vanhemmille suunnatut lasten ja pienten lasten ohjatut omahoitomenetelmät kuuluvat Terapiat etulinjaan –toimintamalliin, jossa parannetaan perustason mielenterveyspalveluiden saatavuutta ja prosesseja yhteistyössä hyvinvointialueiden ja yliopistosairaaloitten kanssa. Satakunnassa eri menetelmiin on koulutettu jo yli 150 ammattilaista.

- Eri menetelmistä saatu palaute on ollut positiivista, ja nuoret ovat kokeneet saavansa näistä menetelmistä apua, Ilola kertoo.

Jatkuu seuraavalla sivulla..



KUKA?

Tiina Ilola

Valmistunut psykiatriseksi sairaanhoitajaksi Hämeenlinnan terveydenhuolto-oppilaitoksesta 1996, jonka jälkeen työskennellyt mm. Satakunnan sairaanhoitopiirin aikuispsykiatriassa, kunnes siirtyi Porin nuorisopsykiatrian poliklinikalle 2009. Lisäksi lukuisat määrät erilaisia psykiatrisen alan lisäkoulutuksia ja hän toimii ART- ja FamilyTies kouluttajana. Satakunnan tulevaisuuden sote-keskus hankkeessa Tiina on työskennellyt vuodesta 2022.

Perheeseen kuuluvat aviomies, kaksi aikuista tytärtä, kolme lastenlasta sekä neljä koira, joiden parissa viettää vapaa-aikaansa mm. hakumetsällä. Uusimpana yhteisenä harrastuksena hänellä on miehensä kanssa kalpamiikkailu.

”On aina mahtavaa nähdä, kun nuoren mielenterveys alkaa eheytyä.”

Terapiat etulinjaan

Satakunta edelläkävijänä Nuorten lyhytterapiassa

Ensimmäisenä Suomessa on Satakunnan nuorisopsykiatrian yksiköissä alkanut pilotoitava nuorten kognitiivinen lyhytterapia. Satakunnan hyvinvointialueella ollaan myös ottamassa käyttöön nuorten interventionavigaattori. Se on digitaalinen arviointityökalu sote-ammattilaisille, jotka kohtaavat työssään psyykkisesti oireilevia nuoria.

- Kaikki nämä menetelmät ovat tärkeitä. Niiden avulla lapset ja nuoret saavat varhaisessa vaiheessa oikea-aikaisesti apua ongelmiinsa, ja näin voidaan ennaltaehkäistä oireiden paheneminen. Mikäli menetelmät eivät riitä avuksi, arvioidaan erikoissairaanhoidon tarve.

Lisätietoja menetelmistä:
www.terapiatetulinjaan.fi

Tulevia tapahtumia ja koulutuksia

SAVE THE DATE!

Hyvinvointia kaikille
keskustelutilaisuus ja messut
Kestävän kehittämisen Satakunta

Tilaisuudessa ohjelmaa ja keskustelua
kaikille ikäryhmille,
messuilla kerrotaan
Satakunnan sote- ja sidosryhmien
yhteisestä kehittämistyöstä.

Porin Puuvilla-kauppakeskuksessa torstaina 14.12. klo 10-17

SATAKUNNAN PERHEKESKUS TUTUKSI SIDOSRYHMILLE

Tiistaina 21.11. klo 15-16.30, Teams

Tervetuloa kuulemaan Satakunnan perhekeskuksen toiminnasta! Puolentoista tunnin aikana esittelemme alueen perhekeskukset, niiden verkostotoiminnan ja annamme mahdollisuuden kysyä sekä esittää toiveita perhekeskusjohtajiltamme.

Tapahtumaan ei tarvitse ilmoittautua, löydät Teams-linkin: www.sata.fi/category/tapahtumat-ja-koulutukset/

EROPALVELUT SATAKUNNASSA TYÖPAJAPÄIVÄ

KESKIVIIKKO 29.11.2023 KLO 13 -16

Maantiekadun Auditorio,

Maantiekatu 31 D, 28120 PORI

Tule kehittämään Satakunnan alueen yhteistä eropolkua.
Tapahtumassa on esitepöytä,
jolle voit tuoda omia materiaalejasi jakoon!

Ohjelma:

13.00 Aloitus
13.15 Työpajat
14.15 Iltapäiväkahvi
14.45 Työpajojen tulosten esittely
15.30 Miten tästä eteenpäin?
15.45 Lopetus


Ilmoittautumisen yhteydessä voitte työpaja-
johon haluat osallistua

- Työparipankki: milloin ja mistä työpari eroauttamistyöhön
- Verkkoauttaminen ja maakunnallinen Eron ensiapupiste
- Miten auttaa lasta kun vanhempi ei anna lupaa
- Miehen/risän kohtaaminen erotilanteissa

Ilmoittautuminen 20.11. mennessä

bit.ly/ilmoittautuminen291123



 Satakunnan
hyvinvointialue
Satakunnan tulevaisuuden
sote-keskus -hanke

 MLL
MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITON
Satakunnan piiri

 MISSAKIT RY

 PORIN ENSI- JA
TURVAKOTI-
YHDISTYS RY