

Etäpalvelut tulivat Helsingin perheneuvolaan – osin jäädäkseen

Helsingin perheneuvolan päällikkö Leena Lehikoisen näkökulmasta koronatilanne on synnyttänyt sekä ongelmia että ratkaisuja.

Covid-19-epidemia ja sen tuomat rajoitukset ovat kuormittaneet lasten, nuorten ja lapsiperheiden arkea yli vuoden ajan. Vaikutukset ovat olleet hyvin erilaisia eri perheissä ja vaihdelleet myös kuukaudesta toiseen.

Kasvun tuki kysyi Helsingin perheneuvolan päällikkö **Leena Lehikoiselta**, millaisia erityisiä huolia korona-aika on tuonut mukanaan lapsiperheille ja miten niihin on vastattu:

– Helsingin perheneuvolan ja perhekeskuspalvelujen asiakkaat tulevat pääosin samanlaisten haasteiden vuoksi kuin muulloinkin. Neuvontapuhelimessa tosin asiakas saattaa aloittaa toteamalla, ettei oikein tiedä, minne pitäisi ottaa yhteyttä, kun on ollut vähän sellaista ja tällaista, Lehikoinen pohtii.

Perheneuvolasta saa apua 0–17-vuotiaan lapsen tai nuoren kehitykseen ja kasvatukseen liittyvissä kysymyksissä, pulmallisissa perhetilanteissa sekä lasta tai perhettä kohdanneissa kriiseissä.

Palvelut ovat pyrkineet elämään epidemiatilanteen mukaan:

– Pandemian alettua keväällä 2020 vaikutti siltä, että ihmiset laitoivat ovet säppiin, eivätkä uskaltaneet lähestyä edes puhelimella. Loppukesästä pyrittiin normalisoimaan toimintoja, mutta syksyllä tilanne taas paheni ja päädyttiin hybridimalliin. Esimerkiksi ryhmätapaamisia on pidetty välillä etänä, välillä paikan päällä sen seitsemänlaisin järjestelyin, perheet eri huoneissa.

Lehikoinen kertoo, että koko kuluneen vuoden tasolla perheneuvolan palveluiden kysyntä on jonkin verran lisääntynyt. Erityisesti tämä näkyy pariterapiayksikössä. Koronatilanne on haastanut vanhempien tunteiden säätelyn ja itsensä vakauttamisen taidon. Kun ollaan jatkuvasti kotona, tilanteet ovat koko ajan läsnä, eikä höyryjä oikein pääse puhaltamaan minnekään. Tunnesäätelyä kuormittaa sekin, kun ilmassa on epämääräistä ahdistusta.

Ahdinko purkautuu usein juuri lähisuhteisiin. Jos muihin asioihin ei pysty vaikuttamaan, ihminen voi pyrkiä saavuttamaan elämänhallintaa esimerkiksi eroamalla, koska se on asia, joka on omissa käsissä.

Lisääntyneeseen tarpeeseen on pystytty vastaamaan monimuotoisella tekemisellä.

– Otimme keväällä 2020 rivakkaan tahtiin käyttöön kuvalliset etäyhteydet ja tästä valtava hatunnosto meillä vuosikymmeniä työskennelleille konkarityöntekijöille. Viisi vuotta sitten he eivät varmaan olisi voineet kuvitellaakaan tekevänsä vielä perheterapiaa etänä.

Toisaalta läheskään kaikkia tuen tarvitsijoita ei ole tavoitettu. Merkittävä osa sosiaalihuollon palvelujen asiakkaista tulee tavallisesti koulun ja varhaiskasvatuksen kautta. Nyt asiakkaita ei ole varsinkaan yläkoulusta ja toiselta asteelta ohjautunut perheneuvolaan tavalliseen tapaan, koska opetus on järjestetty etänä suuren osan vuodesta. Vastaava ketjureaktio syntyy, kun lastenneuvola-aikoja peruuntuu. Silloin myös sitä kautta tulee tavallista vähemmän asiakkaita.

– Tulemme korjaamaan tämän pandemian satoa vielä pitkään. Ne ihmiset, jotka ovat havahtuneet tilanteeseen ja lähteneet hakemaan apua, ovat vasta jäävuoren huippu.

Lehikoinen haluaa kuitenkin ottaa esiin myös valoisian puolen. Kokonaisvaltaisessa karmeudessaan korona-aika on tuonut monille perheille jotain hyvääkin. Kun on oltu olosuhteiden pakosta kotona, on ehkä jouduttu löytämään kontakti uudelleen. Jos vanhemmat

”Ahdinko purkautuu usein lähisuhteisiin.”

ovat etätöissä, lapset eivät joudu tulemaan koulusta tyhjän kotiin. Lisääntyneestä yhdessäolosta poisoppiminen voikin tuottaa joillekin lapsille vaikeuksia.

Pandemian tuhojen korjaamiseksi olennaista olisi Lehikoisen mukaan myös löytää ne lapset ja nuoret, jotka kokevat olevansa kamalan yksin – suurelta osin kyseessä ovat samat lapset, joista on kannettu huolta jo ennen pandemiaa. Vanhemmat voivat olla uupuneita tai masentuneita, ja kotona on vetäytynyt tunnelma. Lisäksi esimerkiksi monikulttuurisissa perheissä ei välttämättä ole pystytty tukemaan riittävästi lapsen koulunkäyntiä.

– Tunnemme 90-luvun laman ja monen muunkin kriisin heijastusvaikutukset, jotka syntyvät siitä, että vanhemmilla on huolta toimeentulosta, terveydestä ja tulevaisuudesta. Ne voivat näkyä lapsissa valtavalla viiveellä. Myös parisuhdevaikutuksilla voi olla pitkä häntä.

Pitkään tulee näkymään myös erityisesti isompien lasten ahdistus ja huoli maailmanmenosta.

– Meillä on nyt teinejä, joiden sukupolvikokemukseen kuuluu tällainen merkillinen vuosi, jona ei ole nähty kavereita normaalisti.

On varmasti nuoria, jotka joutuvat rakentamaan kaverisuhteet aivan uudelleen ja harjoittelemaan sosiaalisia taitoja. Kyseessä on tärkeä ikäkauteen kuuluva kasvutehtävä, Lehikoinen pohtii.

VOIMAPERHEET-YHTEISTYÖ

Helsingin perheneuvola sai ensimmäisen koronakevään lopulla uutta vahvistusta etäpalveluihin, kun se aloitti Voimaperheet-mallin kokeilun tutkimusyhteistyössä mallin kehittäneen Turun yliopiston kanssa.

Siinä perhe työskentelee osin itsenäisesti verkkomateriaalien avulla ja saa lisäksi ohjausta puhelimitse. Ohjauksen toteuttavat kokonaisuudessaan yliopiston kouluttamat, perheneuvolan ulkopuoliset henkilöt.

Lehiköisen mukaan kokeilu tuli tarpeeseen tilanteessa, jossa oman henkilöstön paukkuja meni uuden opetteluun paitsi koronan myös Apotti-asiakas- ja potilastietojärjestelmään siirtymisen vuoksi.

Kesän ja alkusyksyn 2020 mittaan noin 50 perheneuvolaan hakeutunutta perhettä ohjautui mukaan Voimaperheet-ohjelmaan. Tuloksia kokeilun sujumisesta on tulossa alkukesällä 2021.

Ohjelman jatkamisesta perheneuvolassa ei vielä ole varmuutta. Rahan löytyminen ostopalveluun ei ole itsestäänselvyys. Ostopalveluissa on kuitenkin puolensa, koska menetelmien jalkauttamiseen liittyy omat haasteensa. Lehiköisen näkökulmasta Voimaperheet vaikuttaa tervetulleelta ja oivalliselta lisältä palveluvalikoimaan.

– Keskeyttäneitä on ollut todella vähän. Ohjelmaan sopivien perheiden valitsemisessa on auttanut varmasti se, että meillä on Helsingissä pitkä kokemus Ihmeelliset vuodet -ryhmätoiminnasta. Henkilökunta on oppinut tunnistamaan käytöshäiriöt ja perheet, jotka ovat vaarassa ajautua negatiivisen vuorovaikutuksen kierteseen.

Perheneuvolassa on pohdittu paljon, keitä kannattaa ohjata Voimaperheet-etäohjelmaan ja keitä Ihmeelliset vuodet -vertaisryhmiin. Korona-aikana vertaisryhmätoiminta joutui osin väisty-mään, mutta Lehikoinen on varma siitä, että Helsingin kokoisessa kaupungissa on kohderyhmänsä molemmille ohjelmille.

Jotkut hyötyvät valtavasti vertaistuesta, konkreettisesta yhteisestä harjoittelusta ja keskusteluista ryhmissä. Toiset taas eivät missään tapauksessa halua ryhmään. Osalle perheistä Voimaper-

heet-ohjelma sopii siksikin, että sen voi toteuttaa kotona, jolloin ei synny tarvetta järjestää lapsille hoitajaa.

Etua on myös siitä, että Voimaperheet-palvelua saa ruotsinkielisenä. Ruotsinkielisten Ihmeelliset vuodet -ryhmien kokoaminen kun ei ole helppoa. Toisaalta tulkin kanssa Voimaperheisiin ei voi osallistua, toisin kuin Ihmeelliset vuodet -ryhmiin.

Lehiköisen orastavan tuntuman mukaan sellaiset perheet kannattaa ohjata lähiryhmiin, joissa kaksi vanhempaa ovat eri linjoilla menettelytavoista haastavissa tilanteissa. Jos molemmat vanhem-

”Varhaisteinien vanhemmat jäävät kasvatustehtävässään kaikkein eniten yksin.”

mat saadaan mukaan ryhmään, vertaistuki ja erilaisten ajatusten kuuleminen voi auttaa selvittämään kasvatuserimielisyyksiä.

Voimaperheet-ohjelmassa asioidaan pääasiassa toisen vanhemman kanssa, ja kasvatuserimielisyyksiä on vaikea käsitellä etäkon-taktissa.

– Odotamme mielenkiinnolla Voimaperheet-ohjelmaan osallistuneiden perheiden palautetta, jotta näemme, kuinka se suhteutuu Ihmeelliset vuodet -ryhmistä saatuun palautteeseen. Suoraan näitä ei tietenkään voi verrata. On mahdollista, että Voimaperheet-ohjelmaan on ohjattu perheitä hieman matalammalla kynnyksellä, eli tilanteet eivät ehkä ole yhtä komplisoituneita kuin Ihmeelliset vuodet -ryhmissä.

TARVITAAN LISÄÄ MENETELMÄTUTKIMUSTA

Voimaperheet-ohjelmaa tarjottiin perheille, joissa on 4–7-vuotias lapsi. Perheneuvolan asiakaskunnassa suuri ikäryhmä ovat 8–10-vuotiaat. Lehiköisen mukaan myös näiden isompien lasten perheille tarvittaisiin systemaattista digitaalista työmenetelmää tunnesäätelyn tukemiseen. Isompi lapsi voisi itsekin aktiivisesti käyttää ohjelmaa, mutta yleensä vuorovaikutuksen muutosta tarvitaan koko perheessä (lue myös Huolet hallintaan -ohjelmasta s. 39).

Lehiköisen mukaan juuri varhaisteinien vanhemmat jäävät kasvatustehtävässään kaikkein eniten yksin. Monella nuorella perhe on muuttunut tai murentunut ja kontaktit vanhempiin ovat etääntyneet liian aikaisin. Ehkäpä digitaalinen tuki voisi auttaa tunnesuhteen ylläpidossa.

Toinen huomiota kaipaava ryhmä ovat taaperoi-ikäisten vanhemmat. Kun neuvolakäynnit harvenevat, mutta lapsi ei välttämättä vielä ole varhaiskasvatuksessa, vanhempi voi kokea jäävänsä hyvin yksin.

Helsingissä palvelujärjestelmää haastavat myös kieliongelmat ja monikulttuurisuusproblematiikka. Tuoreeltaan maahan tulleilla perheillä voi olla vaikeuksia ymmärtää suomalaista kulttuuria ja kasvatuskäytäntöjä, mutta toisaalta tällä ryhmällä on hyvät valmiudet käyttää digitaalisia menetelmiä. Digipalvelujen avulla voitaisiin tarjota kulttuurisensitiivistä vanhemmuuden tukea omalla äidinkiellällä.

Lehiköisen mukaan digitaalisilla palveluilla olisi ylipäättään tilausta peruspalvelujen tukena. Esimerkiksi sosiaalisia taitoja tukevan digiohjelman sisältöjä ja struktuuria voitaisiin hyödyntää myös varhaiskasvatuksessa, erityisopetuksessa ja oppilashuollossa niin, että mukana olisivat lapsen arkea tuntevat aikuiset.

Lastensuojelun kuormittumisesta on puhuttu paljon ja paino-pistettä pyritään siirtämään ennaltaehkäiseviin, varhaisen tuen palveluihin.



Helsingin perheneuvolan päälikkö
Leena Lehikoinen haluaa kiittää henkilöstöä
joustavuudesta korona-aikana.

– Kaikkein matalimman kynnyksen palvelujen vahvistaminen on tärkeää, mutta jotain täytyy voida tehdä vielä viittä vaille ennen lastensuojelua. Tärkeintä on moniportaisuus: ennaltaehkäisevien palvelujen ja lastensuojelun väliltä pitää löytyä riittävästi myös vahvasti kohdennettuja palveluja.

Niin koronan kuin muidenkin kriisien jälkihoidossa tarvitaan sekä nuorten että aikuisten mielenterveyspalveluja. Perhepalvelut ovat tärkeitä, koska monista pulmista tulee isompia, kun on lapsia. Tiedetään, että traumatausta tulee joskus näkyviin vasta oman vanhemmuuden myötä.

Lehikoinen näkee tutkimusnäyttöön perustuvien menetelmien esiinnousun valtavan hyvänä kehityksenä. Tutkimusperustaisia menetelmiä tarvittaisiin kuitenkin lisää, koska monet nykyisin käytössä olevista on tarkoitettu vain kapealle ikäryhmälle.

– Vuosikymmenet on puhuttu, että tarvittaisiin vahvempaa valtakunnallista ohjausta ja kehittämistyötä. Pienellä kielialueella jo menetelmien kääntämiseen tarvittaisiin valtakunnallista tukea, samoin kuin koulutukseen.

Tieto menetelmistä sen sijaan siirtyy Lehikoisen mukaan pääsääntöisesti hyvin ammattilaisten yhteistyöverkostoissa. Sekto- reiden välisiä näkemyseroja toki on. Esimerkiksi käytös- tai tark- kaavaisuushäiriöissä sote- ja sivistyspuolella saattaa olla erilaisia käsityksiä parhaasta hoidosta.

Pandemian vauhdittaman digimenetelmien kehittämistyön an- siosta hoidon saatavuus voi jopa parantua. Joidenkin palvelujen etä- toteutus on varmasti tullut jäädäkseen. Ennen esimerkiksi toisessa

maassa asuva etävanhempi jäi automaattisesti perhetapaamisten ulkopuolelle, mutta nyt mukaan pääsee pitkänkin matkan päästä. Myös asiakasperuutukset ovat vähentyneet, koska etätapaaminen onnistuu vaikka kesken työpäivän tai flunssaisena. Kynnystä syntyy kuitenkin yhä edelleen siitä, että asiakastyö vaatii aidosti riittävän tietoturvalliset verkkoyhteydet.

Kaiken kaikkiaan pandemiasta on siis seurannut sekä ongelmia että ratkaisuja. Lehikoinen haluaa kiittää henkilökuntaa joustavuus- desta. Jatkuvasti on pitänyt opetella uutta ja olla valmis sopeutu- maan uudenlaiseen epidemiatilanteeseen. Tiimityö ja yhteisöllisyys ovat joutuneet väistymään ja mukana on ollut huolta esimerkiksi sii- tä, ettei epähuomiossa vie tartuntaa töistä kotiin tai levitä sitä asiak- kaille. Kaikesta tästä huolimatta ammattilaisen on pitänyt pystyä tuomaan vakautta asiakastilanteeseen. ●



TIINA HUTTU

tiedeviestinnän asiantuntija
Itla

Ihmeelliset vuodet

VANHEMMUUSRYHMÄNOHJAAJA



**Pysy
ajan tasalla.
Liity kansallisen
menetelmätuen
piiriin!**

Ihmeelliset vuodet -osaajarekisteri: <https://ihmeellisetvuodet.com>



**TURUN
YLIOPISTO**



INVEST
#NewWelfareState

itla