

NUORTEN ERITYISTUKEA TARVITSEVIEN ODOTTAVIEN ÄITIEN TUKEMISEN TOIMINTAMALLEJA

Marita Väätäinen

Sanna Vähätiitto

Oulun kaupunki

Siskot-ryhmän taustaa

- Siskot -projekti on Mannerheimin Lastensuojeluliiton (MLL) Pohjois-Pohjanmaan piirin hanke vuosille 2003-2008.
- Hanketta rahoittaa Raha-automaattiyhdistys.

Kohderyhmä

- Oululaiset
- Nuoret alle 21-vuotiaat
- Ensisynnyttäjät
- Erityistukea tarvitsevat

Ryhmän tavoitteet

- Pää tavoitteena on tarjota tukea ikään ja äitiyteen liittyvissä kehityshaasteissa.
- Tukea ensisynnyttäjiä, jotta he pystyvät turvaamaan hyvän alun lapsen elämälle.
- Vanhemmuuteen kasvaminen arkielämän taitojen opettelun ja vastuunottamisen kautta sekä elämänhallinnan tukeminen.

Toimintamuodot

- Vertaisryhmätoiminta
- Henkilökohtaiset tapaamiset eli kotikäynnit
- Tukihenkilötoiminta (Tukisiskot)
- Isäryhmät

Vertaisryhmätoiminta

- Ryhmä aloittaa kokoontumiset noin kolme kuukautta ennen vauvojen syntymää.
- Ryhmät ovat suljettuja.
- Ryhmään otetaan 4-6 äitiä.
- Ryhmät ovat ammatillisesti ohjattuja
- Ryhmä kokoontuu kerran viikossa 2,5 tuntia kerrallaan.
- Kokoontumiskertoja on 24, joista 10 ennen synnytystä ja 14 synnytyksen jälkeen.

Vertaisryhmätoiminta

- Ryhmät kokoontuvat joko iltapäivisin tai iltaisin kerran viikossa n. puolen vuoden ajan.
- Tapaaminen aloitetaan aina yhteisellä välipalatuokiolla.

Ryhmän rakenne

- Aloitus
- Teema
- Tekeminen
- Lopetus

Ryhmän teemat

- 1. Äitiyden startti
- 2. Askel äitiyteen
- 3. Mielikuvavauva
- 4. Raskaus muuttaa elämäni
- 5. Tunteiden merellä
- 6. Synnytän
- 7. Imetän ja opettelen vauvan hoitoa
- 8. Elämää synnytyksen jälkeen

Ryhmän teemat

- 9. Millainen temperamentti - sellainen äiti
- 10. Mielialat ja masennus
- 11. Vauvanhoito ja imetys
- 12. Vauvan ja äidin arkirytmii
- 13. Vauvanruokakurssi
- 14. Naiseus
- 15. Kodinhoito ja rahatalous
- 16. Äidin turvaverkko

Ryhmän teemat

- 17. Parisuhde puntarissa
- 18. Vanhemmuuden roolit
- 19. Itsestä huolehtiminen ja äitiyteen sitoutuminen
- 20. Vauvatanssi/vauvatus
- 21. Tämän runon haluan kuulla
- 22. Vauvaperheen arki I
- 23. Vauvaperheen arki II
- 24. Tulevaisuuden suunnitelmia

Kotikäynnit

- Kaikille vähintään kolme kotikäyntiä, alkuhaastattelu, synnytyksen jälkeinen käynti ja loppuhaastattelu.
- Kotikäyntejä järjestetään myös tarpeen mukaan.
- Tapaamisten lisäksi äideillä on mahdollisuus soittaa ryhmän ohjaajille.

Tukihenkilötoiminta

- Tukihenkilöt eli tukisiskot ovat Oulun seudun ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan yksikön opintojen loppuvaiheessa olevia opiskelijoita.
- Ryhmän ohjaajat haastattelevat opiskelijat henkilökohtaisesti ja päättävät kenelle äidille esittivät kutakin opiskelijaa.
- Äidit päättävät haluavatko he tukisiskon.

Isäryhmä

- Uusi toimintamuoto kevästä 2008 alkaen.
- Tarkoitettu syntyvien vauvojen isille.
- Ohjaajana neuvolan miesperhetyöntekijä
- Kolme tapaamiskertaa
 - Ennen synnytystä
 - Synnytyksen jälkeen
 - Vauvojen kanssa ryhmän loppuvaiheessa

Ryhmään valinta

- Äitiysneuvolan terveydenhoitaja kysyy luvan äidiltä ryhmän ohjaajien yhteydenottoa varten.
- Ohjaajat ottavat yhteyttä äitiin puhelimitse ja sopivat kotikäynnin alkuhaastattelua varten.
- Haastattelujen jälkeen tehdään ryhmään valinta, jossa huomioidaan onko ryhmän tukimuoto äidille riittävä, hyötyykö hän ryhmästä, kykeneekö olemaan ryhmässä, sitoutuuko ryhmätoimintaan.

Oulun kaupungin toimintakäytäntö

- MLL:n Pohjois-Pohjanmaan piirin Siskot-projekti on kouluttanut Oulun kaupungin terveydenhoitajia ja perhetyöntekijöitä ryhmän ohjaajiksi.
- Ryhmän ohjaajina toimii terveydenhoitaja - perhetyöntekijä -työpari.
- Työaika kuluu siskoihin ½-1 pv/viikko.

Yhteistyökumppanit

- Oulun yliopistollinen sairaala (OYS), synnytysklinikka
- Pohjois-Pohjanmaan Martat
- Oulun seudun ammattikorkeakoulu sosiaali- ja terveysalan yksikkö
- Oulun ensi- ja turvakoti (tarvitt.)

Kokemuksia ryhmästä

- Kaupungille edullista matalan kynnyksen tukea nuorille perheille.
- Th:t kokevat, että neuvolan huoli nuoresta äidistä vähenee äitien osallistuessa siskot vertaisryhmään.
- Ohjaajat ovat kokeneet siskot-ryhmässä työskentelyn antaneen uusia näkökulmia heidän perustyöhönsä.

Erään siskon palaute

- *"Ennen Siskot-ryhmän alkua en ollut ihan varma mihin olin nokkani pistänyt. En ollut aikaisemmin ollut mukana missään tällaisessa ja jo sana "vertaistukiryhmä" kuulosti jotenkin "epäilyttävältä", heh. Ryhmään osallistuminen oli kuitenkin paras päätökseni pitkään aikaan! Tapaamiset oli henkireikä raskausaikana (varsinkin) ja niin ohjaajilta kuin muilta siskoiltakin sai tukea uuden pienokaisen hoitoon. Kunpa ryhmä olisi voinut jatkua pidempään! ☹️ Siskoista jäi onneksi paljon käteen: hyviä muistoja, itsevarmuutta lapsen hoidossa, ja mikä parasta monta hyvää ystävää!! 😊*

