

# 30.1.2013 Yhteisöhoito

Pia Miettinen

## Aikataulu

Klo 8.30-10 luento

Klo 10-10.15 tauko

Klo 10.15-11.45 yhteisökokous

Klo 11.45-12.30 tauko

Klo 12.30-15.30 Ratkaisukeskeinen terapia

# Kasvattava yhteisö= Terapeuttinen yhteisö

- Tietoisesti muodostettu sosiaalinen ympäristö, jossa sosiaalinen vuorovaikutus ja ryhmäprosessi valjastetaan terapeuttisiin tarkoituksiin.
- Yksittäiset jäsenet muodostavat vertaisryhmän, jonka tukeen perustuu yhteisön hoitotavoite: yksilön persoonallisuuden muuttuminen.

# Yhteisön kehitystasot

**Hajanainen joukko** vailla yhteistä normistoa ja yhteisiä tavoitteita

- henkilöstön rooli toimia valvojana
- henkilöstöllä ja asiakkaila erilaiset käyttäytymisnormit ja tavoitteet

**Ulkonaisesti yhtenäinen** yhteisö

- yhteisökokous toimii säännöllisesti
- myönteisiä muutoksia normiristiriidoista huolimatta

**Sosiaalinen** yhteisö

- yhteisön fyysinen ja psyykinen turvallisuus huomattavaa
- oikeudenmukainen asioiden käsittely

**Yhteisökasvatuksellinen** yhteisö

- vastuu yhteisöstä keskeisin toimintamotiivi
- vaatimukset jäsenille suuret

# Yhteisöhoidon tavoitteet

- Itseluottamuksen lisääminen
- Oppia tunnistamaan ja arvioimaan toimintatapoja, jotka johtavat konfliktiin
- Oppia tietoisesti entisten toimintatapojen tilalle uusia
- Opetella tunnistamaan väärät käsitykset, jotka johtavat konfliktiin

# Yhteisöhoidon tavoitteet

- Opetella tunnistamaan omat tunteensa
- Tunnistaa omat voimavaransa ja kehittämisen alueet
- Asettaa itselleen tulevaisuuteen suuntautuvia tavoitteita
- Opetella vuorovaikutustaitoja: oman identiteetin puolustus, toisen henkilön huomioon ottaminen

- Yhteisöhoidossa on tarkoituksena opetella uusi tapa hallita elämää ja jossa yhteisön muut jäsenet ovat käytön lopettaneelle merkityksellisiä toisia ihmisiä.
- Lopettajalle on tärkeää tuntea hyväksyntää elämän eri osa-alueilla. Tärkeintä hyväksynnälle ja selviytymiselle ovat yhteisön jäsenten väliset toimivat sosiaaliset suhteet.

# Yhteisöhoidon periaatteet

- Demokraattisuus=yhteinen päätöksenteko
- Sallivuus=poikkeavan käyttäytymisen salliminen
- Yhteisöllisyys=vastuullisuus=osallistuminen ja kokemusten jakaminen
- Realiteettikonfrontaatio=todellisuuden kohtaaminen =palautteen antaminen käyttäytymisen vaikutuksista
- Kysymisen kulttuuri=palautteen pyytäminen

# Yhteisökasvatuksen periaatteita

- avoimuus
- rehellisyys
  
- fyysinen ja psyykkinen koskemattomuus  
=väkivallattomuus
  
- inhimillisuus (terveen järjen periaate/heikomman tukeminen )
  
- mahdollisuus vaikuttaa omaan hoitoon
  
- normeihin ja sääntöihin sitoutuminen



# Esimerkkejä hoitoyhteisöistä

- Huume kuntoutuspoliklinikka, jossa kuntouttavassa korvaushoidossa olevia opioidiriippuvaisia
- PYY-yhteisö, jossa päihdekuntoutusta perheille



# HUUMEKUNTOUTUSPOLIKLINIKKA

## Kohti terapeutista yhteisöä

- ◇ Korvaushoito todistetusti vaikuttavaa hoitoa
  - Korvaushoitolääke ei paranna
- ◇ Terapeuttinen yhteisö kokemuksen ja perinteen mukaan vaikuttava hoitomuoto niille, jotka pysyvät hoidossa
  - Ei juurikaan tutkimusnäyttöä
  - Yleensä laitospuoleista hoitoa
  - Pääsääntöisesti lääkkeetöntä hoitoa

→ yhdistetään kaksi vaikuttavaa hoitoa



# HUUMEKUNTOUTUSPOLIKLINIKKA

## Yhteisöfoorumit

- ◇ Aamukokous
  - Päivän ohjelma
  - Perjantaisin viikkosuunnitelma
  - Maanantaisin viikkosuunnitelman palaute
- ◇ Yhteisökokous
  - Yhteisistä asioista keskustelu
  - Käytännöistä sopiminen
  - Yhteisön tilanteen tarkkailu
- ◇ Toiminnallinen ryhmä
  - Liikuntaa, retkiä
- ◇ Rentoutusryhmä
- ◇ Tehtäväryhmä
  - Ennalta valmistellut yksilötehtävät
  - Kaksi asiakasta kerrallaan
- ◇ Tunnerinki
  - Omien tunteiden tunnistaminen , nimeäminen ja ilmaisu
- ◇ Pos/neg palautteen rinki
  - Palautteen antaminen

# HELSINGIN DIAKONISSALAITOS

Klo	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	La	Su
8.00-8.30	Tarjottimet	Tarjottimet	Tarjottimet	Tarjottimet	Tarjottimet		
8.30-9.00	Henkilökuntapalav	Asiakasraportti	Henkilökuntapalav	Asiakasraportti	Henkilökuntapalav		
9.00-9.45	Lääkkeenjako	Lääkkeenjako	Lääkkeenjako	Lääkkeenjako	Lääkkeenjako		
	seulat + yhteisö	seulat + yhteisö		seulat + yhteisö	seulat + yhteisö		
10.00-11.00	Aamukokous	Aamukokous + tunnerinki ja pos/neg -palaute vuoroviikoin	Asiakasraportti	Aamukokous	Aamupala		
11.00-12.00	Kauppareissu + ruoanvalmistus	Kauppareissu + ruoanvalmistus		Kauppareissu + ruoanvalmistus	Aamukokous		
11.15-12.00	yksilökeskustelut,	hoitosuunnitelmat		yksilökeskustelut,			
	Vastuualueiden hoito	Vastuualueiden hoito		Vastuualueiden hoito			
12.00-12.45	Lounas	Lounas	Työyhteisön iltapäivä	Lounas			
12.45-14.00	Tehtäväryhmä	Yhteisökokous		Toimintaryhmä ja rentoutusryhmä vuoroviikoin			
14.30-15.30	Päivän purku	Päivän purku		Lomakokous	Viikon purku		
				Päivän purku			

# PYY - yhteisö

## kuntoutuksen rakenne

- Aamukokous : maanantaisin ja perjantaisin
- Tunnerinki: keskiviikko ja torstai  
positiivista ja negatiivista palautetta
- Tehtäväryhmä: maanantai ja perjantai
- Ryhmäkeskustelu: torstaina yhteisön  
valitsema teema
- Yhteisökokous: keskiviikkoisin

# PYY - yhteisö

## kuntoutuksen rakenne

- Yhteisöpäivä: torstaisin, talon siivous
- Lauantaitapaaminen
- Vertaisryhmä (kylmärinki) sunnuntaisin
- Vastuualueet: hierarkian mukaisesti
- Tuetaan asiakkaita NA / AA / MA- ryhmät kerta viikossa.

# Pyyn säännöt ja käytännöt

- Sitoudumme omaan hoitoon emme hoida muita
- Emme puhu yhteisön asioista ulkopuolisille, emmekä juoruile keskenämme toisistamme
- Kuntoutujien kesken ei aloiteta seurustelusuhhteita ja kunnioitetaan olemassa olevia parisuhhteita
- Seurustelusuhhteet ei saa haitata kuntoutumista
- Katkaisemme kaikki suhteet käyttäjiin ja alakulttuuriin
- Pidämme kiinni sovituista ajoista ja tapaamisista
- Psyyykinen ja fyysinen väkivalta tai sillä uhkaaminen on kielletty

Käytäntöjä Pyyssä tarkastellaan kaiken aikaa ja ne elävät ja muuttuvat tarvittaessa

# Toiminnallinen ja sosiaalinen rakenne

- keskustelu-, luovantoiminnonryhmät ja erilaiset retket
- Pienryhmäterapiamuotoja ovat taide-, sosiodraama-, toiminta- ja psykoterapiat
- Työtoiminnan tarkoituksena on muuttaa potilaiden henkilökohtaista käyttäytymistä, asenteita ja arvoja





# HUUMEKUNTOUTUSPOLIKLINIKKA

## Tehtävät

### Itsereflektio

#### Tilannekartoitus ja tavoitteet

1. Lähetä hoitoon
2. Tilannekartoitus
3. Nelikenttä päihteiden käyttöön liittyen
4. Henkilökohtaiset voimavarat
5. Retkahduksen esto
6. Ryhmäreflektio
7. Yhteenveto

#### Elämänhistoria ja päihteet

8. Sukupuu
9. Elämänpuu
10. Toivevanhemmat

11. Graafinen kuvaus päihteiden käytöstä
12. Uskomukset ja automaattiset ajatukset
13. Päihteiden käytön kielteiset seuraukset
14. Päihteettömyys elämäntapana
15. Yhteenveto

#### Asenteet, arvot ja mielekäs elämä

16. Helmi kukassa
17. Elämänhallinta
18. Verkostokartta
19. Elämänarvojen puu
20. Arvoanalyysi
21. Jatkokuntoutumissuunnitelma
22. Yhteenveto

# Yhteisökokous

- Yhteisökokouksen tavoitteena on perustehtävien esillä pitäminen, avointen keskustelujen mahdollistaminen ja päätösten tekeminen yhdessä.
- Lisäksi yhteisökokouksen tavoitteisiin sisältyy sääntöjen sopiminen ja niiden noudattamisen valvominen sekä yksikköjen välisten ristiriitojen selvittely

# Yhteisökokous

- Yhteisökokouksen keskeisimmät vaikutukset näkyvät kiinteiden lisääntymisenä, henkilökunnan vastuun sekä asiakkaiden vastuun ja aktiivisuuden lisääntymisenä, henkilökunnan ja asiakkaiden roolien lähentymisenä sekä luottamuksen ja turvallisuuden paranemisena.
- Yhteisökokousten kautta nousee esiin myös vertaisryhmän rooli ja merkitys yhteisön toiminnalle.



Yhteisöhoidon perusavain on oppia keskustelemaan yhteisön kanssa erilaisista asioista ja kehittämään vuorovaikutustaitoja.

Vastuun jakaminen yhteisössä koetaan tärkeänä hoidon onnistumisen suhteen.

Tällä tarkoitetaan yhteisön tavoitteisiin sitoutumista ja jokainen asiakas on vastuussa oman hoidon tavoitteiden onnistumisesta.

Yhteisössä selviytymisen kulmakivinä ovat suhteet ihmisiin, jotka eivät käytä huumeita.

Heiltä saatu hyväksyntä ja kunnioitus tuovat tuntemuksen, että kannattaa elää normaalia elämää.

- Hierarkisuus, tarkat säännöt ja tiukka kuri mahdollistavat normaaleihin ihmissuhteisiin ja uuteen elämään oppimisen sekä sosiaalistumisen aluksi hoitoyhteisöön ja myöhemmin normaaliin yhteiskuntaan.

# Toiminnan perustana

- Kaikkien yhteisön jäsenten aktiivinen toimintaan osallistuminen
- Jäsenten väliset suhteet
- Yhteiset normit, arvot, struktuuri ja menetelmät
- Muilta yhteisön jäseniltä saatava palaute
- Avoin kommunikaatio
- Roolien uudelleen muotoutuminen
- Yksilöllinen muutos, jossa käytetään apuna koko yhteisöä



- Terapeuttisen yhteisön tarjoama hoito on jäsentynyttä, tehtävät sekä roolit on järjestetty hierarkisesti ja hyvästä käytöksestä palkitaan lisääntyvällä vastuulla.
- Arki rakentuu hoitoryhmien, kirjallisten tehtävien, työnteon ja muiden vastaavien rutiinien ympärille.

- Millaisia hoitajan ominaisuuksia yhteisöhoito edellyttää ?????



- Henkilökunnan haasteena on motivoida asiakasta tekemään itse päätöksiä
- Henkilökunnan rooli asiakkaan hoidossa on olla ohjaajana, neuvojana ja tukijana eri päätöksenteko vaiheissa

# Henkilöstön rooli

- vertaisten rooli merkittävin (yksilönä yhteisössä)
- henkilökunta ohjaa päivittäisissä toiminnoissa ja rakenteista kiinni pitämisessä
- kaikki toimivat roolimalleina toipumisessa ja elämisen opettelussa
- henkilökunnalla on korkein status yhteisössä ja veto-oikeus asioissa, jotka esim. alistavat toista asiakasta

# Henkilöstön rooli

- vain kehittymätön yhteisö tarvitsee direktiivisen johtajan, jolla veto-oikeus vain perustehtävän vastaisissa päätöksissä
- oleellisinta työyhteisön yhtenäisyys ja johdonmukaisuus
- yhteisöhoito muuttuu menetelmästä työntekijän ajattelutavaksi...

# Yhteisöhoidon toteuttamisen haasteita

- Erilaiset henkilökunnan väliset riidat ja niiden selvittämättä jättäminen heijastuu yhteisöhoidon toimivuuteen
- Hyvän yhteisöhoidon haaste henkilökunnan näkökulmasta on saada avoin ja rehellisesti kommunikoiva henkilöstöyhteisö

# Yhteisössä

- Toiminta perustuu sosiaaliseen oppimiseen
- Muutoksen perustana on hyvin organisoitu ja strukturoitu yhteisö, joka rajoittaa ja määrää yksilön toimintaa ja vastuuta



- Huumeidenkäyttäjälle pelkkä lopettaminen ei riitä, vaan merkitys, mikä huumeilla ja huumeryhmittymillä on aiemmassa elämässä ollut, pitää rakentaa uudelleen.
- Huumeista irrottautuminen
- Uusien merkitysten luominen
- Uudet sosiaaliset suhteet (tuki ja hyväksyntä)

# Lähteet:

**Eskelinen, Kajanus ja Remes :**

**Opinnäytetyö SAVONIA-AMMATTIKORKEAKOULU 2010**

**Yhteisöhoidon toteutuminen ja koulutuksen tarve Koljonvirran sairaalan psykoosiosastolla**

**– Hoitohenkilökunnan näkökulmasta**

**Helsingin Diakonissalaitoksen Huume kuntoutuspoliklinikan ja Perheen yhdistetyn hoidon esittely diat**

**Jyväskylän koulutuskeskuksen järjestämän yhteisöhoidon koulutuksen muistiinpanot**

**Penttinen Kaisa : "Yhteisö rakentaa itte itteensä" Yhteisökasvatuksellisen hoitomallin rakentuminen opioidiriippuvaisten korvaushoitopoliklinikalla. Pro Gradu, Turun yliopisto 2010.**