

Otan puheeksi! – Päihteiden käytön puheeksi otto lapsiperheiden kanssa

Mika Piipponen

Ehkäisevän päihdetyön asiantuntija

EHYT ry

mika.piipponen@ehyt.fi



Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry

- Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry toimii valtakunnallisesti koko väestön parissa hyvinvoinnin ja terveiden elämäntapojen edistämiseksi. Työ ulottuu lapsista ja nuorista työ- ja eläkeikäisiin.
- Alkoholiin, nikotiinituotteisiin ja huumeisiin liittyvän ehkäisevän työn ohella ehkäisemme pelaamisesta syntyviä haittoja.
- Toiminnan suurimpana rahoittajana Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus, STEA.

Koulutuksen ohjelma:

- Mitä on puheeksiotto ja miksi se kannattaa
- Keskustelua, puuttumista vai puheeksiottoa?
- Mitä ottaa huomioon?
 - Ennen puheeksiottoa
 - Puheeksiottotilanteessa
 - Puheeksioton jälkeen





Ennakkotehtävä:
Millaiset ovat omassa työssäsi otollisimpia
tilanteita ottaa huoli puheeksi?

Mitä on puheeksiotto ja miksi se kannattaa



A man with short dark hair and a beard, wearing a grey t-shirt and dark jeans, is sitting on a dark, rounded ledge. He is looking off to the side with a thoughtful expression. The background is a solid teal color.

Kuinka puhua niin, että
toisessa syntyy halu
kuunnella?

Kuinka kuunnella niin,
että toisessa syntyy
halu puhua?

Mitä puheeksiotto on ja miksi se kannattaa?



- Huolen tuomista keskusteluun kunnioittavasti
 - Puheeksiotto on eräänlainen interventio eli väliintulo
- Varhainen puheeksi ottaminen on tutkitusti yksi vaikuttavimmista keinoista vähentää haittoja
- Puheeksi ottaminen on kaikkien etu
 - Vähentää sekä henkilökohtaisia että muihin kohdistuvia haittoja
 - Mitä aiemmin huoli otetaan puheeksi sitä paremmat mahdollisuudet on vaikuttaa

Keskustelua,
puuttumista vai
puheeksiottoa?





Keskustelu

- Lähtökohtana avoimuus sekä kyky kuulla ja kuunnella nuoria
- Tavoitteena tuoda esiin mm. mielipiteitä, ajatuksia ja näkökulmia
- Keskustelun kautta voi nousta esiin asioita, jotka edellyttävät puuttumista tai puheeksiottoa





Puuttuminen

- Lait (esim. huumausainelaki) ja erinäiset säännöt (esim. alueellinen tupakointikielto) luovat raamit puuttumiselle
- Puuttumisen tulisi ennen kaikkea olla johdonmukaista
- Puuttuminen voi luoda pohjan puheeksiotolle tai yleisemmälle keskustelulle



Yhdenmukaisuus ja tasapuolisuus

- Yhteinen linja helpottaa kaikkien työtä
 - Vaikka tietyistä linjoista sovitaan yhdessä, on työtä silti mahdollista tehdä omalla persoonallaan
- Kaikkiin tilanteisiin tulisi puuttua samalla tavalla
- Puuttumista ei tulisi sivuuttaa, vaikka jotkin muut asiat arjessa olisivatkin kunnossa





Puheeksiotto

- Lähtökohtaisesti kyse on huolen sanoittamisesta
- Päihteiden puheeksi ottamisen ei tarvitse erota muusta puheeksiotosta
 - samoja hyviksi havaittuja (esim. motivoiva haastattelu) periaatteita voidaan hyödyntää
- Asiakastyössä puheeksiotto voi olla myös rakenteellistettu (esim. työterveyshuolto ja AUDIT)



Puheeksiotto

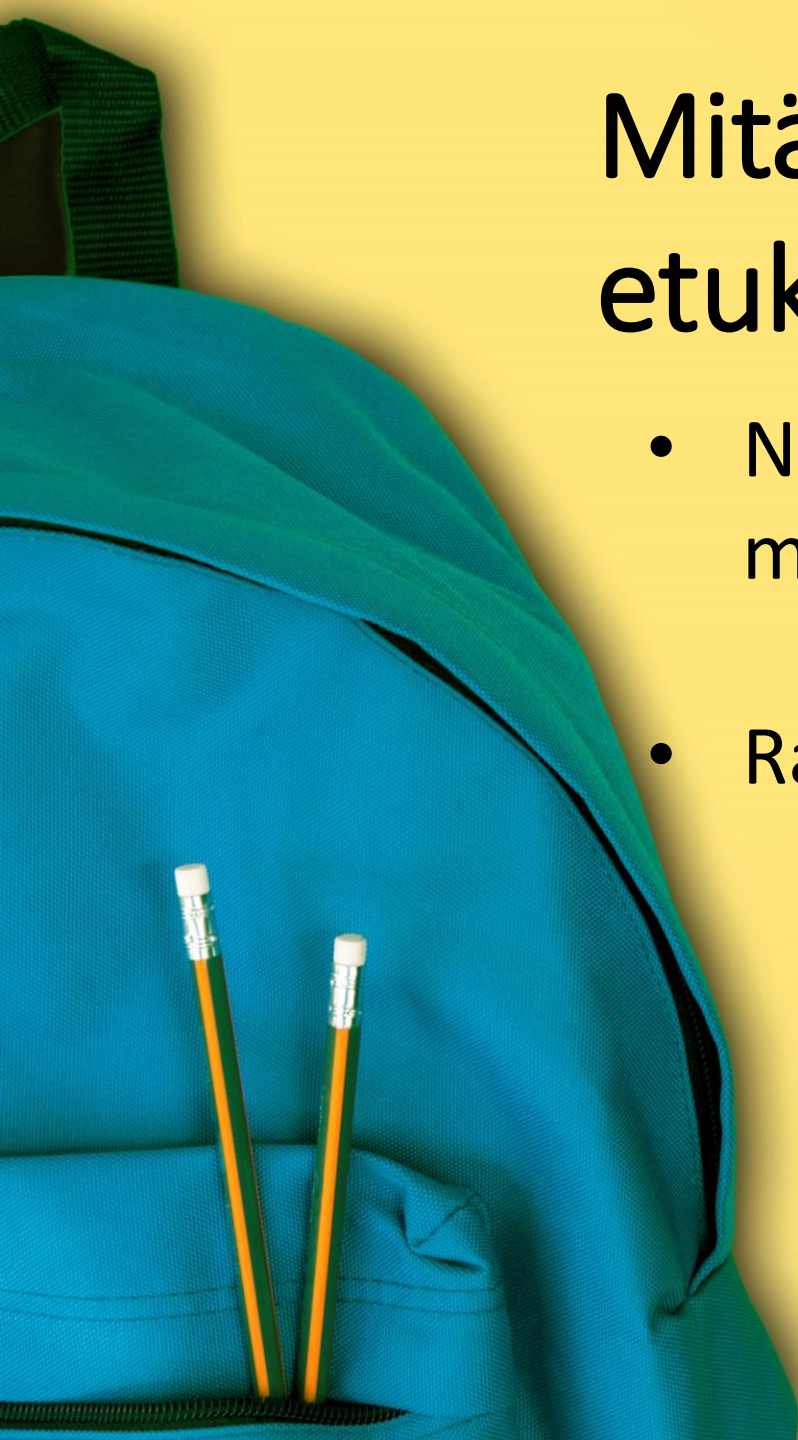
- Sekä puuttuminen että keskustelu voivat johtaa puheeksiottoon
 - henkilön käyttäytyminen voi herättää huolen
 - henkilön tapa keskustella voi herättää huolen
- Huoli ei tarvitse todistusaineistoa → luota omaan tunteeseen
 - parempi liian aikaisin tai turhaan kuin ei ollenkaan
- Puheeksiottaja voi olla myös henkilö itse

Mitä ottaa
huomioon?



Mitä ottaa huomioon etukäteen?

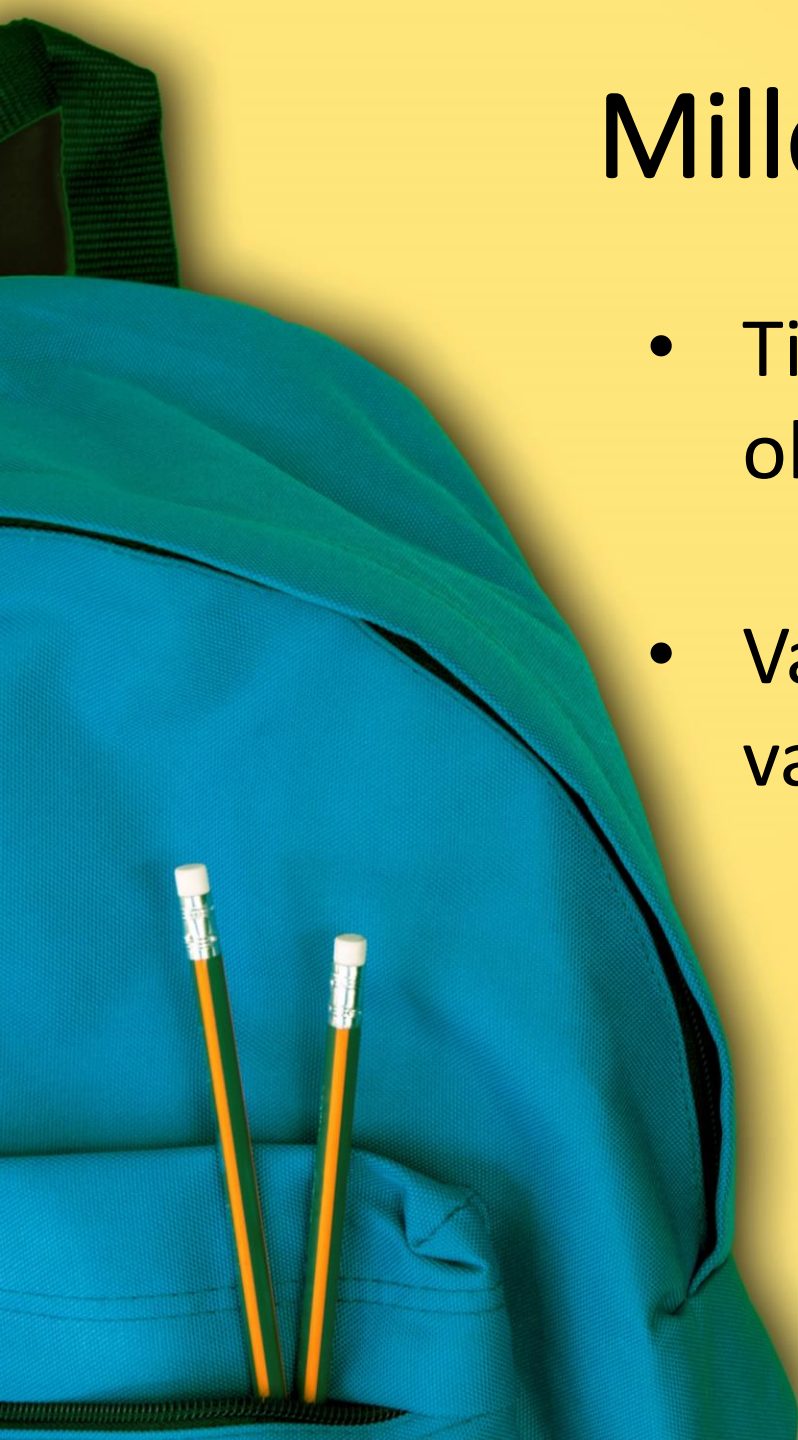
- Näkyvillä voi olla keskusteluun virittäviä materiaaleja; esitteitä, julisteita tms.
- Rauhallinen ja yksityinen tila keskusteluun
 - Istumapaikkojen sijoittelulla voidaan luoda tahattomia valta-asetelmia
 - Jotain mitä ottaa käteen ja ”hypistellä”



Milloin tiedän riittävästi?

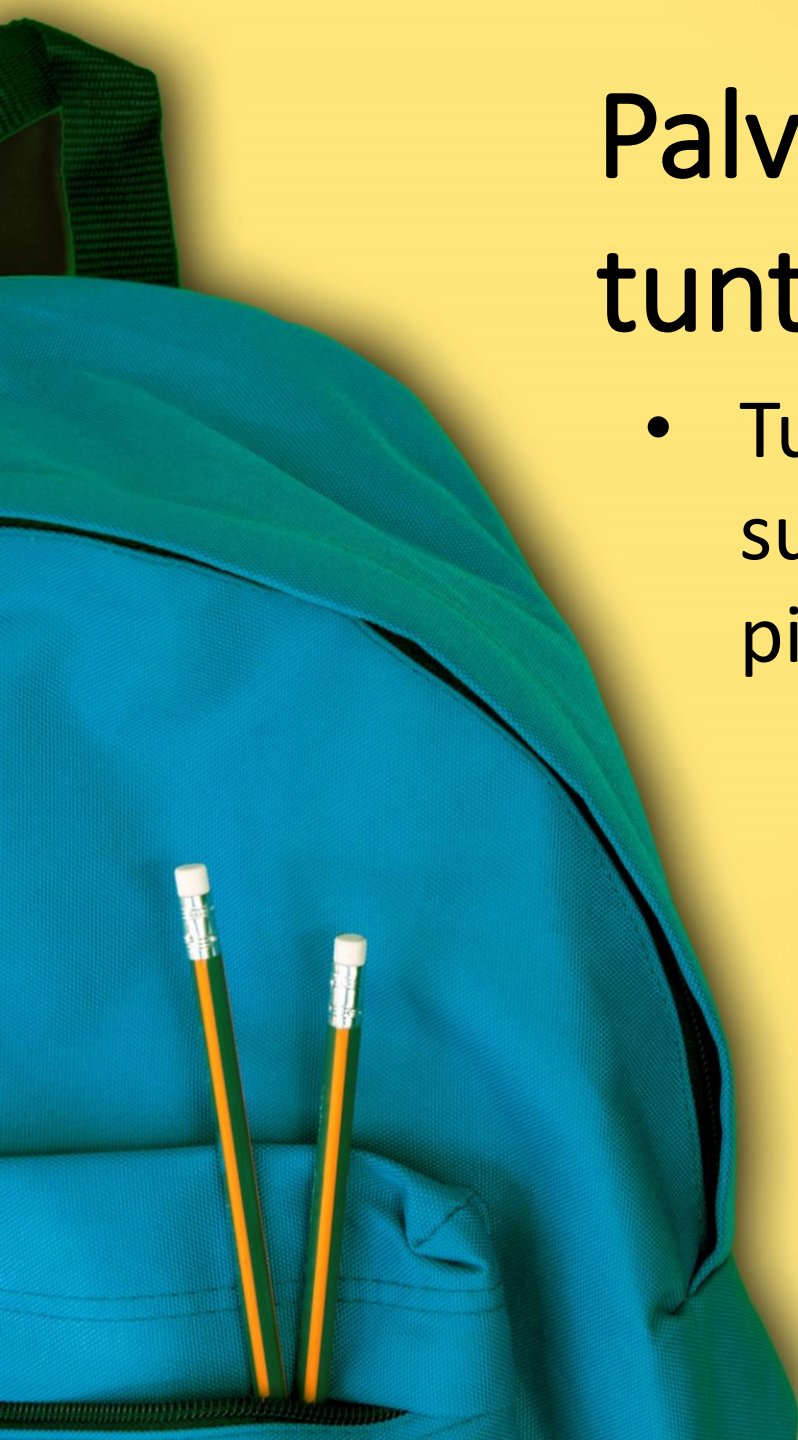


- Tieto lisää usein varmuuden tunnetta, mutta se ei ole edellytys keskustelulle
- Vaikka haluaisimmekin, kaikkeen ei löydy vastausta
 - Luottaminen siihen, että tarvittava tieto saadaan nuorelta itseltään
 - esim. kokemus päihteiden vaikutuksesta voi olla hyvin yksilöllistä



Palvelujärjestelmän tunteminen

- Tuntemalla palvelujärjestelmän pystymme sujuvammin ohjaamaan muiden palveluiden piiriin
- Saatavilla oleva materiaali palveluista luo ihmiselle mahdollisuuden hakeutua omatoimisesti muiden palveluiden piiriin
- Järjestelmä ei ole aukoton, mutta kritisoimalla emme luo uskoa paremmasta



Kohtaa, kuuntele (kuule) ja ole läsnä

- Huoli voi ja saa nousta mistä tahansa, myös päihteisiin liittymättömistä asioista
- Henkilön käyttäytyminen tai tapa puhua voi antaa meille tärkeitä vinkkejä puheeksioton tai muun keskustelun tarpeesta
- Pelkkä kokemus siitä, että on aikuisia, joiden kanssa on mahdollista keskustella, voi vähentää haittojen syvenemistä



Mitä ottaa huomioon keskustelun aikana

- Ihminen ei välttämättä itse näe ongelmaa
 - Onko haitoilla merkitystä itselle; fyysiset, psyykkiset, sosiaaliset, taloudelliset jne.?
 - Onko haitoilla vaikutusta muihin ihmisiin?
- Omasta näkökulmasta päihteiden käyttö voi antaa enemmän positiivista kuin aiheuttaa negatiivista
- Voiko taustalla olla asioita, jotka vaikuttavat keskusteluun, mutta joista emme tiedä?



Sensitiivisyys

- Millaista kieltä ja termejä käytämme
 - Erotetaan ihminen ja ihmisen käyttäytyminen toisistaan
 - mieluummin **huumeita käyttävä henkilö** kuin narkomaani
 - **huumeita käyttävä nuori** kuin huumenuori
 - **perhe, jossa on päihteiden käyttöä** kuin päihdeperhe
- Mm. kulttuuri- tai perhetausta voi vaikuttaa myös lapsen ja nuoren tapaan keskustella ja suhtautua aiheeseen
- Avataan ja selitetään käyttämämme termit



Keskustelun aloitus

- Puheeksiotto tulee toteuttaa rauhallisessa ja turvallisessa ympäristössä
- Mikäli puheeksiottoa ei edellä puuttumistilanne tai muu ennalta sovittu rakenne, voi keskustelun alkua helpottaa esim. arkipäiväisellä kysymyksellä

Miten sulla
menee?

Mitä kuuluu?



Keskustelun kuljettaminen

- Suosi avoimia kysymyksiä: Mitä, miten, miksi, kuinka ja kerro.
- Kuuntele aktiivisesti ja "heijastaen". Tarkista, että teillä on yhteinen ymmärrys.
- Vältä väittelyä, syylistämistä ja uhkailua.
- Vahvista positiivista, muista voimavara- ja ratkaisukeskeisyys.

Mitä sinä
ajattelet tästä?

Miten sinä näet
tilanteen?

Ymmärsinkö
oikein...?

Mitä olisit valmis
tekemään?

Mitkä asiat voisivat
helpottaa
oloa/tilannetta?



Keskustelun päätteeksi

- Kokoa yhteen (myös keskustelun aikana), mitä sovittiin/millaisia tavoitteita asetettiin
- Sovitut asiat on hyvä kirjata ylös ihmiselle itselleen
 - Vaikka paperi voi päätyä roskiin, voi se myös jäädä taskun pohjalla ja osua käteen myöhemmin



Keskustelun päätyttyä



Keskustelun päätyttyä

- Muista oma rajallisuutesi, kaikkeen ei tarvitse venyä
→ **sinun ei tarvitse olla päihdetyöntekijä**
- Kun kysyt, olet jo ottanut puheeksi
- Yksittäinen puheeksiottokerta ei välttämättä saa aikaan muutosta
 - Ajatuksenkin herättäminen on merkityksellistä
 - Jos ongelma ei ihmiselle itselleen ole selkeä, voi matka ajatuksesta muutokseen olla pitkä



Oman jaksamisen ylläpitäminen

- Rakenteet, jotka tukevat keskustelujen purkamista
 - Mahdollisuus kirjata omia tunteuksia ja ajatuksia ylös, esim. (verkko)lomake
 - Muista yksityisyyden kunnioittaminen
- Pientenkin (omien) onnistumisten huomioiminen
 - Positivisuus ruokkii positiivisuutta



Mitä itseltään kannattaa kysyä?



HUOLIKESKUSTELUN PURKULOMAKE

Mitä itseltään kannattaa kysyä huolikeskustelun jälkeen?

Lomakkeen tarkoituksena on tukea omaa jaksamista sekä kehittää omaa osaamistaan puheeksiottotilanteissa.

Millainen tunne minulle jäi keskustelusta?

- ☐ Positiivinen
- ☐ Neutraali
- ☐ Negatiivinen



Mistä tämä tunnetila mielestäni johtuu?

Missä onnistuin?



Mihin en voinut vaikuttaa?



Mitä olisin voinut tehdä toisin?



KIITOS OSALLISTUMISESTA!

ehyt.fi

Mika Piipponen

Ehkäisevän päihdetyön asiantuntija

EHYT ry

mika.piipponen@ehyt.fi

