



# Ammattilaiset ja vertaiset tukena

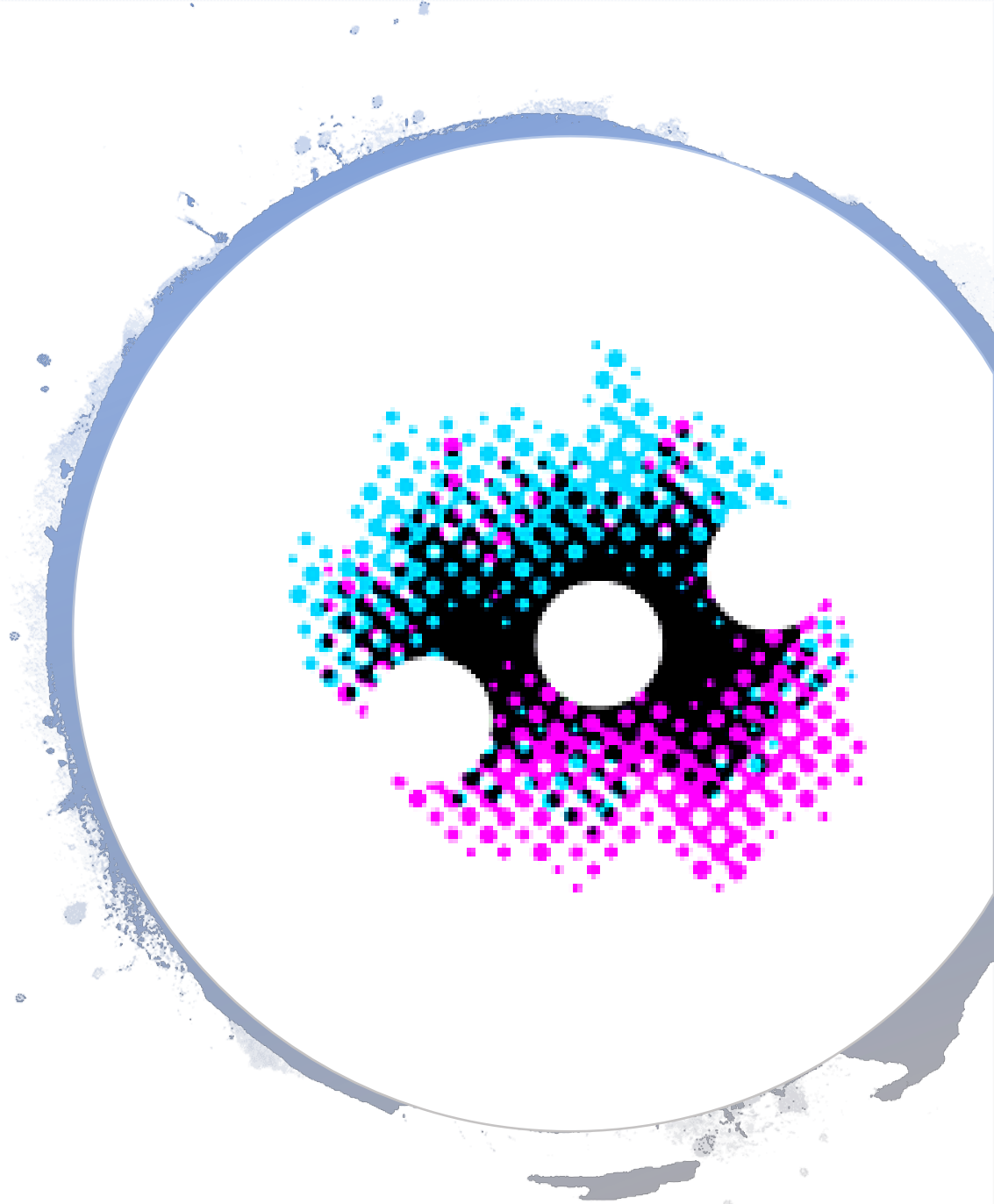
**Lasinen lapsuus -työn kokemuksia tuen saamisen  
haasteista ja nettivertautuen mahdollisuuksista.**

Janne Takala & Minna Ilva  
A-klinikkasäätiö

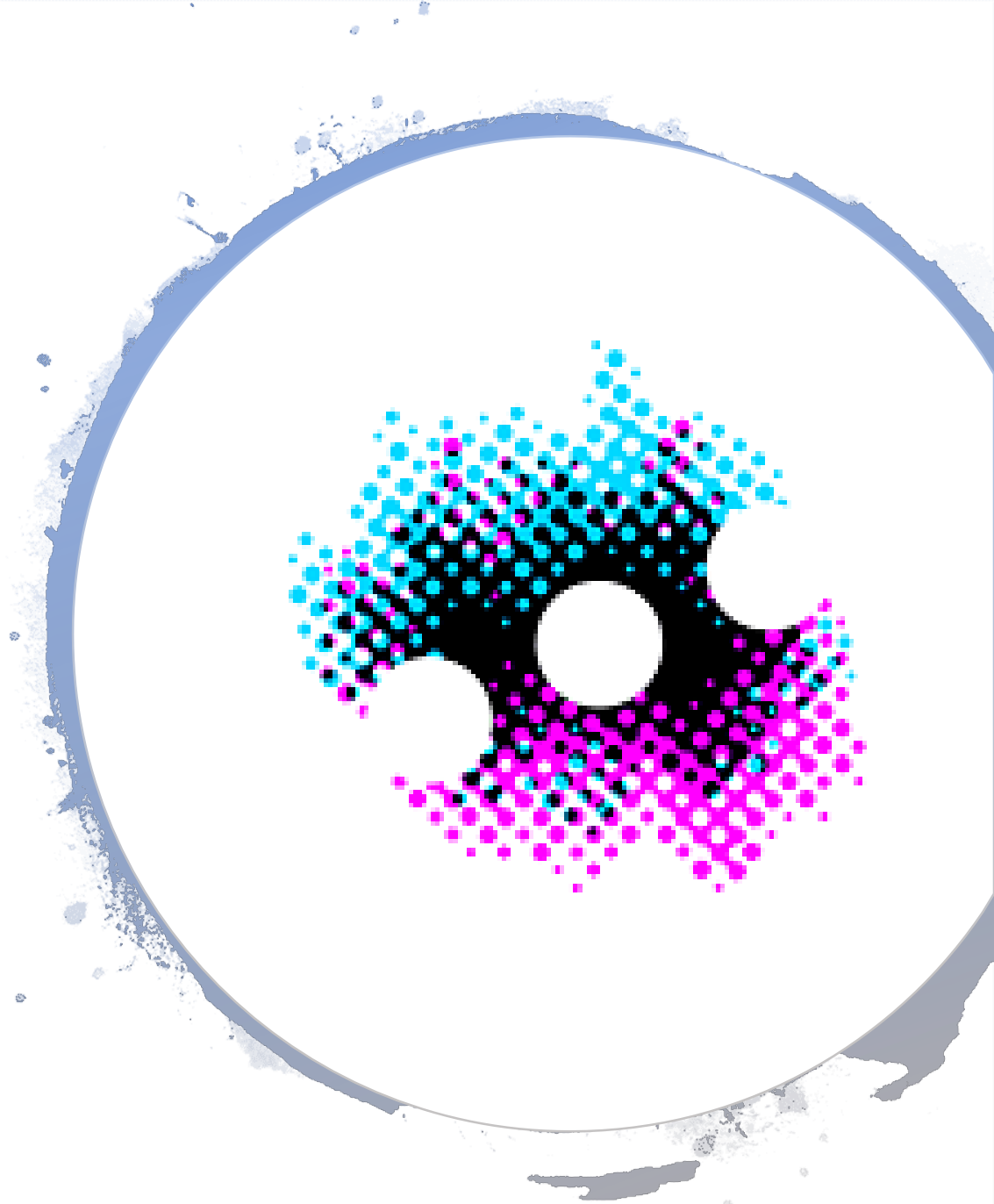
Näkökulma:  
Vanhemman alkoholiongelmasta kärsivän  
henkilön tukeminen

- a) nuorena
- b) perheellistyvinä aikuisina
- c) toistensa vertaisina

Aineisto:  
Lasinen lapsuus -  
kokemuskehittäjäpajat (a ja b)  
aikuisten ohjatut nettivertaisryhmät (c)



# MENNEISYYDEN TOIVEET (a)



## Kohtaaminen

Kuuntele aidosti. Kysy lisää.

Opettele sanoittamaan nuorten kokemusta.

Tapaa nuori uudestaan.



## Universaalius

Ota puheeksi kaikkien kanssa.

Kysy jokaiselta kahden kesken.



## Rohkeus

Pysty muuhunkin kuin jutusteluun.

Älä käännä keskustelua pois oikeista asioista.

Uskalla kysyä.

## Luottamuksellisuus

Luo työtapoja, joissa asiat jäävät työntekijän ja nuoren välille.

Tee työtapa selväksi nuorelle.



## Verkostot näkyväksi

Tukimuodot tietoon – mennään nuoren luokse.  
esimerkiksi nuorisotyöntekijät kouluun esittäytymään.



## Tuen ketju

Nuoren ilmaiseman tuentarpeen  
on johdettava johonkin.

Jos et voi auttaa itse, saata nuori tuen pariin.



## **Vanhempien vastuuttaminen**

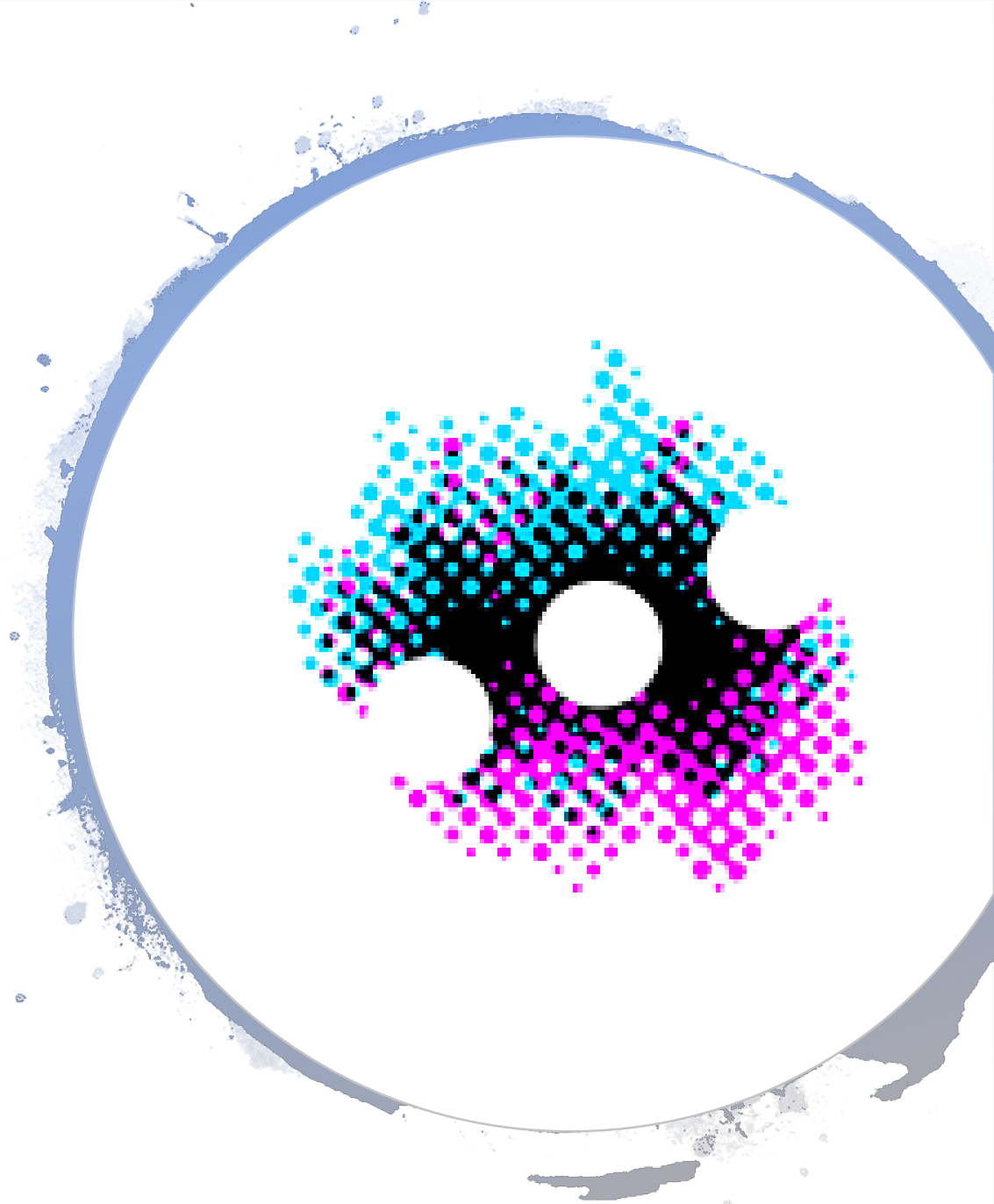
Keskustele nuoren tukemisesta varsinkin päihdeongelmattoman vanhemman kanssa. Älä vesitä nuoren kokemusta vanhempia puolustelevalle ”totuudella”.

## **Edukaatio**

Opeta, että huono vointi voi liittyä kotioloihin.



# AIKUISUUDEN TOIVEET (b)







## Ylipärjäävyys

Älä anna ulkoisen pärjäävyyden hämätä. Sisällä voi olla paljon paha oloa.

Kerro, että on ok olla joskus ihan loppu.



**Universaalius myös aikuisten kanssa**

Kysy kaikilta myös lapsuuden kokemuksista



## Kuunteleminen ja rauhoittaminen

Liika kiire ratkaista asiat vie mahdollisuuden kohtaamiselta.

Puhukaa siitä, mistä asiakas haluaa.

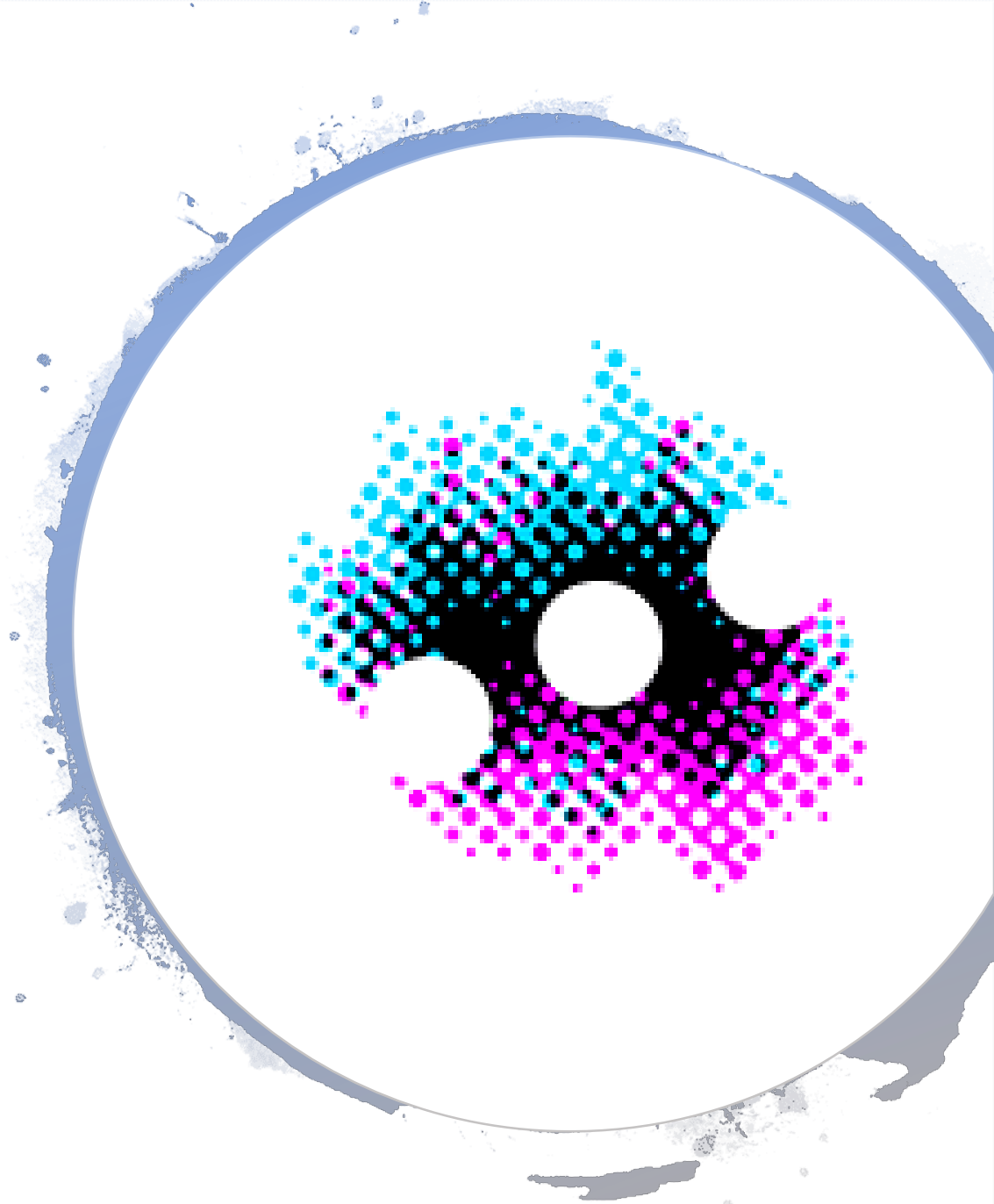
Kerro, mihin keskusteleminen voi johtaa.

## Vakavastiottaminen

Älä vähättele tai normalisoi alkoholinkäyttöä perheessä.



# VERTAISUUDEN ANTIA (c)



# Suosittu teemat

- oman identiteetin pohtiminen
- oman suvun ylisukupolviset vaikutusketjut
- juovien ja ei-juovien vanhempien persoona
- parisuhteiden ongelmat
- oma alkoholinkäyttö
- yhteydenpito ikääntyvään vanhempaan
- voimavarojen ja unelmien kartoittaminen



# Miten nettivertaisuki auttaa



- Rohkeus sanoa ääneen nimettömyyden turvin.
- Kirjoittaessa on aikaa miettiä sanojaan (vrt live).
- Kirjoittaessa tiedostaminen konkretisoituu. Kirjoitettu ”on totta”.
- Hahmottomiin kielteisiin ajatuksiin voi saada otetta, hahmottomiin myönteiset ajatukset voivat vahvistua.



# Miten nettivertaisutuki auttaa

- Tieto asioiden syy-seuraussuhteista tuntuu aidommalta, kun lähteenä ovat yhteiset kokemukset (vrt pelkkä asiantuntijatieto)
- Ymmärrys omista ajattelu- ja toimintamalleista vahvistuu.
- Suuri yllätys: En olekaan yksin! Lieventää häpeää ja syyllisyyttä. Lisää yhteisöllisyyttä.
- Suuri helpotus: Kaikki tämä vaikeus ei olekaan omaa huonoutta, vaan myös seurausta lapsuuden kaltoinkohtelusta!



*”On lohduttava ajatus, että te kaikki olette siellä jossain, omissa elämissänne, ja porskutatte eteenpäin vaikka me kaikki kiskotaan tätä helvetin kivirekeä perässämme.*

*Olette mun ajatuksissa, voimia!”*