

Epävaka persoonallisuus ja vanhemmuuden vakauttaminen

10.11.2017 Vauvafoorumi
Heidi Kantonen
Ensikoti Pinja

TURUN
ENSI- JA
TURVAKOTI RY



Miksi olen täällä?

- Lähinnä arkityössäni tekemieni havaintojen vuoksi. Omasta elämästäni puhumattakaan 😊.
- Arkityöni tapahtuu Ensikoti Pinjassa, 5-paikkaisessa ympärivuorokautisessa laitossyksikössä, jonka perustehtävänä on hoitaa raskaana olevia/pikkuvauvaperheitä, jotka kärsivät vakavasta päihdeongelmasta.
- Käytännössä hoidamme samaan aikaan päihdeongelmaa ja toimivan varhaisen vuorovaikutussuhteen syntymistä. Ja yhä enemmän epävakaata persoonallisuushäiriötä suojataksemme syntynyttä vauvaa ylisukupolvisilta/siirtyviltä pulmilta ja mahdollistaaksemme vanhemmuutta heille, joille se on vaikeinta. Ja syystä.



Oma erityinen haasteeni tänään

- On olla puhumatta vain vakavasta päihdeongelmasta. Sen sijaan yritän keskittyä siihen, mitä olemme oivaltaneet sen takana olevista asioista.
- Pinja on syntynyt v. 1999 osana valtakunnallista hanketta, jonka tehtävä oli luoda hoitojärjestelmä päihdeongelmaisille vauvaperheille.
- Hankemuotoisuudesta eli mahdollisuudesta kehittää johtuen tiedämme tänä päivänä kovin hyvin, mikä pääsääntöisesti aiheuttaa niin vakavan päihdeongelman, että on vaikea lopettaa päihteidenkäyttöä edes raskauden vuoksi. Hankemuotoisuus tarjosi mahdollisuuden kehittää, ymmärtää ja oivaltaa jotain kovin keskeistä paitsi päihdeongelmasta niin ihmisyydestä yleensäkin.

Oivalsimme, että

- Vakavan päihdeongelman taustalla, näyttäisi olevan toistuvasti ja hieman suoraviivaistaen, ainakin kaksi tekijää, joskus vain toinen näistä.
 1. Epävakaat kasvuolosuhteet
 2. Synnynnäinen temperamentti

Samalla oivalsimme, että kyse ei ole vain siitä miten päihdeongelma syntyy. Vaan siitä miten merkityksellinen elämä alku onkaan ja miten sen episodien sävyttyminen vaikuttaa yksilön selviytymiseen sen seurauksena kaikissa myöhemmissä elämän vaiheissa.

Kävi kovin selkeäksi, että

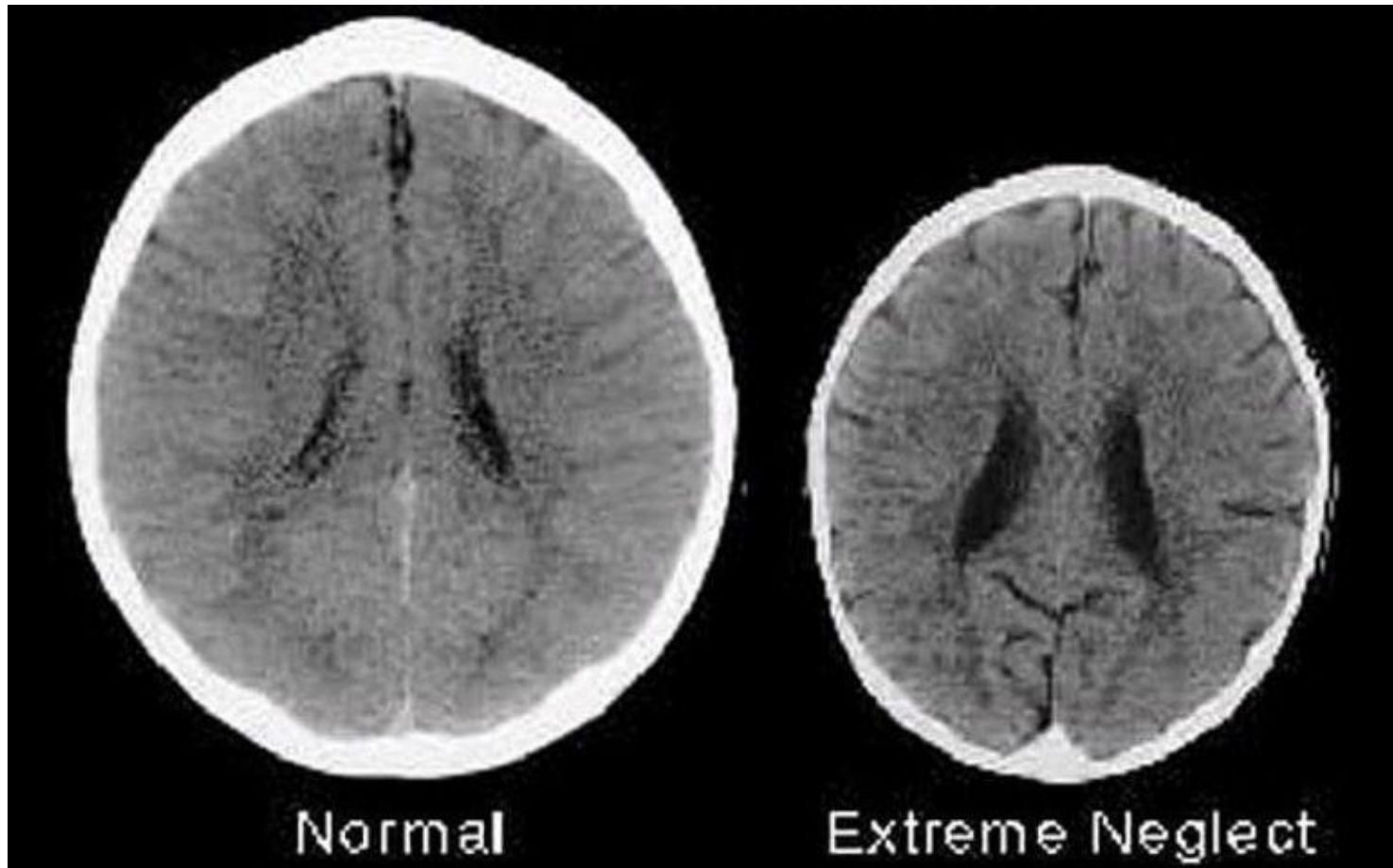
- kasvaakseen eheäksi ja toimintakykyiseksi, elämässä pärjääväksi, suhteellisen onnelliseksi, kaikki ihmiset tarvitsevat 3 :a asiaa.
- Jari Sinkkosta mukailleen:
 1. PALJON RAKKAUTTA , riittävän hyvää hoivaa ja varhaista vuorovaikutusta- varauksetonta rakkautta, kokemusta siitä, että tuotan iloa juuri sellaisena kun olen.
 2. ÄITIÄ JA ISÄÄ
 3. TURVALLISUUDEN KOKEMUKSEN ja SÄÄTELYKEINOJA, elämää ennakoitavassa maailmassa, jossa vanhempi säätelee lasta tunnekuohuissa.

Tarjoamalla vauvalle varauksetonta rakkautta ja säätelykeinoja, hän on turvassa useimmilta inhimillistä elämää estäviltä asioilta.

- Lapsi, joka saa kasvaa turvassa, säädeltynä ja rakastettuna saa lahjaksi riittävän älykkyyden ja itsetunnon. Sekä paletin, jolla pärjätä elämään liittyvissä haasteissa ja nautinnoissa.



Vauvan aivojen kasvu tarkoittaa kirjaimellisesti äidin ja vauvan välistä hyvää vuorovaikutusta (Allan N. Schore).



Vauvan aivot,

- Ihmisen aivot tarvitsevat riittävän hyvän kontaktin toisen ihmisen kanssa, jotta ne kasvavat.
- 80 %: a elintärkeistä aivosoluista muodostuvat kahden ensimmäisen elinvuoden aikana.
- On siis ehdottomasti helpompaa rakentaa terveitä lapsia kuin korjata kerran rikki menneitä aikuisia.
- Aivovaurion Käypä hoito- suositus toteaa, että tarvitaan keskimäärin kaksi vuotta kuntoutusta ennen kuin ihminen alkaa olla alustavasti jaloillaan tai häntä voidaan pitää toimintakykyisenä.
- Tämä tosiasia tuottaa melkoisesti haastetta meille hoitaville ihmisille ja tekee nykyisen järjestelmämme hoitaa haavoittuneita lapsia ja aikuisia usein keinottomaksi.

EPÄVAKAA PERSONALLISUUS

- On siis seurausta epävakaaista kasvuolosuhteista. Voimme oivaltaa sen seuraukset paitsi aivokuvien tasolla niin persoonan kokemuksena maailmasta.
- Epävakaata persoonallisuutta luonnehtii laaja-alainen ihmissuhteisiin, minäkuvaan ja tunne-elämän liittyvä epävakaus. Alkaa varhaisaikuisuudessa. Syyt epäsuotuisissa kasvuolosuhteissa ja yksilöllisessä herkkyydessä.
- Epävakaus tulee ilmi ainakin viidellä seuraavista yhdeksästä tavasta.
 1. Voimakas hylätyksi tulemisen pelko
 2. Epävakaat ihmissuhteet
 3. Identiteetin kokemuksen puute
 4. Impulsiivisuus, itsen vahingoittaminen ainakin kahdella tavalla (esim. päihtet, seksi, tuhlaaminen).
 5. Toistuva itsetuhoisuus (viiltely, suicidiyritykset..)
 6. Tunne-elämän epävakaus
 7. Jatkuva sisäinen tyhjyyden tunne
 8. Asiaan kuulumaton voimakas viha
 9. Stressiin liittyvät lyhytaikaiset dissosiatiiiviset tilat (DSM IV / Jorma Tähkä)

Jorma Tähkältä opittua,

Epävakaista voi vakauttaa. Jorma työryhmineen tuotti

- Hoitoa epävakaasta persoonallisuushäiriöstä kärsiville asiakkaille vuodesta 1996.
- 2-vuotinen päiväsairaalakuntoutus
- Haastoi pitkään vallinneen käsityksen ettei epävakaata asiakasta voi hoitaa. Enemmistö asiakkaista on parannettavissa.
- Seurantatutkimus on kesken, mutta tulokset osoittavat, että hoito on tuottanut merkittäviä muutoksia asiakkaiden minäkuvassa, fyys. & psyyk. hyvinvoinnissa, mielialassa, elämänhallinnassa ja *vanhemmuudessa*. (Leena Vikeväinen-Tervonen tutkimus)

Vanhemman epävakautta voi siis hoitaa.
Kun vanhempi saa mielen omalle
mielettömyydelleen ja omalle tarinalleen,
hän haluaa suojata omaa lastaan
vastaavalta tragedialta.



Kehitysminä ja kaaosminät asiakkaan persoonallisuuden kaksi puolta ja niiden suhde kuntoutukseen

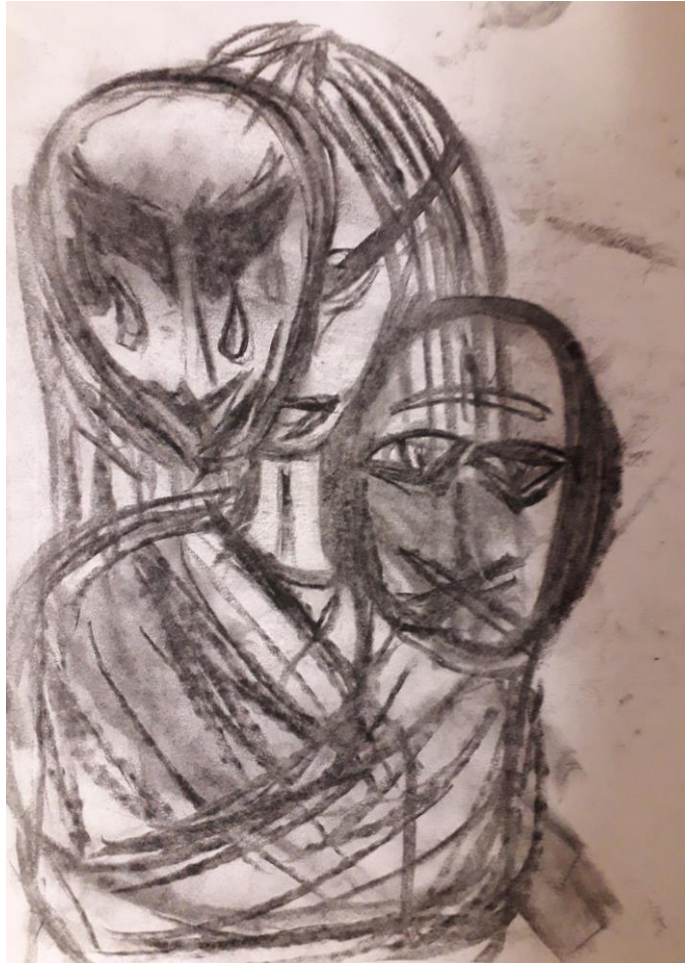
- Ihminen on tavattoman hieno perimänsä ja historiansa kudelma, jolle on ominaista vahva, myötäsyttyinen pyrkimys selviytyä. Kaikelle ihmisen toiminnalle on löydettävissä mieli.
- Jokainen lapsi syntyy maailmaan samanlaisin tarpein ja toivein. Joskus näihin vastaaminen vaikeutuu vanhempien omien pulmien vuoksi ja joskus syntyneen lapsen ominaisuudet vaikeuttavat vanhemman adekvaattia vastaamista kohtuuttomasti.
- Jotta lapsi voi selvitä puutteellisesta vanhemmuudesta edes jollakin tavoin, hän joutuu luomaan turvakseen kaaosminiä. Niiden alla odottaa kuitenkin koko ajan yksilön kehitysminä, toivoen mahdollisuutta tulla näkyväksi ja aidosti kohdatuksi.
- Kaaosminät ovat ihmisen myöhemmässä kehityksessä vakava este todellisten suhteiden luomisessa.

Kehitysminä (toimiva minä) ja kaaosminät

– asiakkaan persoonallisuuden kaksi puolta ja niiden suhde kuntoutukseen

- Kehitysminä = kehityskykyinen, iänmukainen, vaikkakin kehityksessään kesken jäänyt minä.
- Kaaosminä= toistaa pakonomaisesti traumaattista menneisyyttä, siihen liittyviä tarpeita kykenemättä kasvamaan ja kehittymään.
- Kuntoutuksen ytimenä on yhteistyö kehitysminän kanssa, sen keskenjääneen kehityksen loppuunsaattamisessa ja kaaosminän saaminen kehitysminän hallintaan.
- Kaaostiloissa ollessaan asiakas ei pysty hyötymään kuntoutuksesta eikä riittävään vanhemmuuteen.
- Asiakkaita autetaan tunnistamaan kaaospuolet ja pitämään puoliaan niitä vastaan.

Kehitysminä ja kaoottiset minän puolet



Keskeisiä periaatteita:

- Kaaosminän eri ilmenemismuodot on osoitettava, kuvattava ja selitettävä kehitysminälle sekä lapsuuden ja nykyisten ihmissuhteiden kautta. Lisäksi asiakasta on autettava ”pitämään puolensa” kaaosminän hyökkäystä vastaan.
- Kehitysminän vapautuessa kaaosminän uhasta sen kehitys käynnistyy uudelleen.
- Kuntoutuksen tavoitteena on auttaa asiakasta saamaan haltuunsa omat tunteensa, ajatuksensa ja tahtonsa eli identiteettinsä ja sitä kautta auttaa asiakasta siinä, ettei oma tarina toistu.
- Toisin sanoen: Mielen löytäminen omille vaikeuksille, motivoi tekemään asioita siten, että oma lapsi välttyisi samalta tarinalta.

Terapiatekniset elementit vakauttamisessa

- Empaattinen kuvaus
- Aggression käsittely ilman vasta-aggressiota
- Kehityksen peilaus
- Linkittäminen
- Äärikeinona uhkavaatimukset kaaosminän ilmenemismuotoa vastaan.
- ERITYISEN PALJON TARVITAAN:

Sinnikkyyttä nostaa vauvat esiin eri keinoin: muskarit, värileikit, lorut, saippuakuplat, hassuttelut, vauvajummat, ryhmät liittyen vanhemmuuteen, loh-ajoista kiinni pitäminen... Toisin sanoen: sen jatkuva mallittaminen mitä vaille asiakkaat itse ovat jääneet.

Keskeiset menetelmät:

1. Alkuhaastattelu ja hoitoideologian avaaminen
2. Omahoitajasuhde, asiakkaan rakentumisen ankkurisuhde.
3. Elämänjana - ja minätilatyöskentely
4. Yhteisöryhmät 3x vko:

Jokainen tuo yhteisöön oman historiansa, yhteisö on areena, jossa harjoitellaan suhteessa olemista muiden kanssa. Vauriot, puutteet ja traumat varhaisissa kiintymyssuhteissa aktivoituvat tässä hetkessä. Kehitysminät ja kaaosminät. Koskee niin työntekijöitä kuin asiakkaita. Miksi jonkun kanssa on niin hankalaa? Varmaa on, että kun ISOT tunteet ovat vallalla, ollaan jonkin omassa tarinassa merkityksellisen äärellä. Epävakaas näkyy yhteisössä ristiriitoina, turvattomuutena, aggressiona, splittinä, leireinä, hyvinä ja pahoina.

Kuntoutuminen jumittuu ja VAUVAT HÄVIÄVÄT AIKUISTEN KAAOKSEEN.

YKSILÖHOITOA TUKEE YHTEISÖLLINEN KUNTOUTUSMALLI:

- Yhteisölle ymmärrys jokaisen kaoottisista puolista
- Yhteinen missio = vauvat ensisijaisia
- Ymmärrys tuo empatiaa ja armollisuutta
- Meissä kaikissa on hyvä ja paha
- Kaaosparit yhteisössä ovat ilmiöitä, eivät henkilökohtaisia ”vikoja”.
- Työntekijöillä työnohjaukset.
- VASTUU VUOROVAIKUTUKSEN LAADUSTA ON AINA AIKUISELLA – viime kädessä työntekijöillä.
- Asiakkaat ovat pitkään keskeneräisiä ja harjoittelevat. Vaatii toistoa ja vie aikaa.
- Empaattinen sanoittaminen ja rakastavat rajat.

Perustehtävänä on siis

Solmia terapeutin yhteistyösuhde asiakkaan kehitysminän kanssa ja auttaa sitä pitämään puolensa kaaostiloja vastaan. Ymmärtää kaaostilojen syntyä ja luonne niin lapsuuden kokemusten, sisäistettyjen minätilojen kuin tämänhetkisten ihmissuhteiden puitteissa.

- Auttaa asiakasta vahvistamaan psykososiaalisia valmiuksiaan ja käyttää niitä kaaosminuuksien ja koteloituneiden traumaattisten tilojen hallintaan saamiseksi.

MIKSI NÄIN?

Koska auttamalla asiakasta yksilöllistymään, asiakasvanhempien persoonallisuuden vakaus kasvaa ja sukupolvissa siirtyvä syrjäytymisen ja vakavan kaltoinkohtelun ja laiminlyönnin ketju katkeaa.

Varmaa, on että

- On kovin pitkälti tuurin kauppaa minkälaiset eväät elämäänsä meistä itse kukin saa.
- Varmaa on, että kaikille vanhemmuuden pulmille on kuitenkin olemassa mieli. Vaikeuksia voi hoitaa tuloksekkaasti siten, että vanhempi saa mielen pulmilleen ja sama reitti mahdollistaa sen, että vauvan tulevaisuus voidaan rakentaa eri tavoin kuin vanhempien aikana.





JOKAINEN LAPSI

ON PELASTETTAVA ELÄMÄLLE.

TURUN
ENSI- JA
TURVAKOTI RY

