



KUUNTELIJAA VAILLA

Minä yksin -vertaisviikonloppu on tervetullut irtiotto arjesta yksin toimiville perhehoitajille ja sijaisvanhemmille. Ryhmästä saa voimaa ja uutta tsemppiä arkeen.

« Anne Wild toimii neljän lapsen sijaisäitinä. Hänen mielestään yksin sijaisvanhempana toimimista helpottaa se, että osaa rohkeasti hakea apua.

Viime syksynä Tuusulan Onnelassa järjestetty Perhehoitoliiton Minä yksin -vertaisviikonloppu oli sijaisäiti **Anne Wildille** ensimmäinen isompi vertaistapaaminen ikinä.

– Sosiaalityöntekijä vinkkasi viikonlopusta, ja kun lapset pääsivät lomaperheeseen ja sukulaisille, pystyin lähtemään. Itse asiassa vertaisviikonloppu oli ensimmäinen yksin tekemäni reissu ja irtiotto kotoa aikoihin. Huomasin, että olin ihan kanttuvei iltaisin.

Wild lähti viikonloppuun ilman odotuksia, ”ihan tyhjänä”.

– Kouluttajana toiminut vertainen oli tosi hyvä. Hän muun muassa muistutti, että jos vuorovaikutuksen paikat arjessa ovat jo täynnä, niin silloin ne ovat täynnä. Teimme verkostokarttoja ja ajattelin, että tämän jos läväyttäisi jonkun mieskandidaatin eteen, niin hän kyllä häipyisi nopeasti. En pidä uutta suhdetta realistisena, enkä sitä tässä vaiheessa kaipaakaan. Osaan nauttia yksinolosta.

Wildin mielestä viikonloppu osui hänelle oikeaan kohtaan.

– Minulla oli käynnissä kuka minä olen -prosessi. Siihen vaikutti sen tajuminen, että biologiset tyttäreni ovat jo aikuisia. Ensimmäiset 2 luokseni sijoitettua lasta ovat koulu- ja esikouluikäisiä. Nuorimmat ovat 1,5- ja reilut 2-vuotiaita. Olen paljon pohtinut omaa aikaa, ja siinä mielessä viikonloppu oli tosi voimaannuttava. Tulin ihan kipeäksi sen jälkeen, kun kroppakin reagoi kaikkiin päässä myllertäneisiin asioihin.

Jaksan paremmin

Marjatta Saastamoinen on toiminut ikäihmisten lyhytaikaisena perhehoitajana kolmisen vuotta. Lisäksi perheessä käy kehitysvammainen lapsi omaishoitajan vapaan aikana.

– Lapset ovat jo aikuisia ja heillä on omat perheet. Mieheni käy reissutöissä, joten viikolla olen ikäihmisten kanssa yksin. Kaksi ikäihmisistä viettää meillä muutaman päivän tai viikon perhehoidossa kuukaudessa ja yksi ikäihminen käy päivisin.

Minä yksin -viikonlopusta hän toivoi löytävänsä muita ikäihmisten perhehoitajia, mutta toisin kävi.

– Olinkin ainoa! Se vähän harmitti, kun täällä Iisalmes- sa ei ole muita ikäihmisten perhehoitajia. Mutta löysimme muiden perhehoitajien kanssa siitä huolimatta yhteisiä asioita. Viikonlopussa oli kaiken kaikkiaan tosi lämmin ja hyvä henki. Omalta kohdaltani etenkin kehitysvam- maisen lapsen hoito nousi viikonloppuna esiin. Olin jopa harkinnut luopumista siitä, mutta sain viikonlopusta uutta tsemppiä. Ei tätä tehtävää voi jättää, kun siihen on ryhtynyt. Innostuin jopa laihduttamaan, ja nyt jaksan pa-

remmin. Omien rajojen ja voimien tunnistamiseen meni ainakin pari vuotta, nyt tuntuu sopivalta.

Kannustusta tarvitaan

Saastamoinen on kokenut haasteena sen, että ei ole kehtää kysyä neuvoa tai mielipidettä.

– Ikäihmisten vaihtuvuus on ollut suurta ja uusia asioita tulee koko ajan eteen. Onneksi muistihoidajan koulutuksesta on ollut apua. Minulla on myös hyvät verkostot, joilta voin kysellä neuvoja.

Anne Wildin mielestä yksin sijaisvanhempana toimimista helpottaa se, että osaa hakea rohkeasti apua.

– Silloin tarvitsee sekä ymmärrystä että luottamusta omalta sosiaalityöntekijältä. Samoin toiset sijaisvanhemmat, vertaiset ovat tärkeitä. Kahvikupin ääressä voi puhua mieltä painavista asioista. Harvat ystävät ovat myös kullannarvoisia. Välillä tarvitsee peiliä ja kannustusta omille ajatuksilleen. Kuulluksi tulemisen kokemus on tärkeää. Ja jos ensimmäisellä kerralla ei onnistu esimerkiksi hankimaan jotain tukea lapselle, niin aina kannattaa yrittää uudelleen. Yksin oleminen ei sinällään ole haaste. Välillä vain harmittaa selittää, miksi toimii yksin. Ja toki tämä tilanne on tosi haavoittuvainen. Mitä jos minulle sattuu jotain, Wild pohtii.

Yksin toimivaa sijaisvanhempaa myös kyseenalaistetaan enemmän kuin pariskuntaa.

– Kyllä tämä tehtävä pakottaa kasvamaan ihmisenä.

Luota intuition

Wild käy työnohjauksessa, ja viime syksystä lähtien hänellä on ollut mahdollisuus pitää vapaata yhtenä viikonloppuna kuukaudessa.

– Myös se on iso tuki, että yksi lapsista on päässyt kuntouttavaan päivähoitoon. Olemme myös käyneet terapiassa. Tuuletan ajatuksia käymällä lenkillä pienten kanssa, ja jos tyttäreni pääsee apuun, piipahdan kuntosalilla.

Saastamoinen puolestaan toimii helluntaiseurakunnassa pyhäkoulun opettajana ja leiriohjaajana.

– Se on mukavaa vastapainoa, kuten myös ulkoilu, mökkeily ja lastenlasten kanssa touhuaminen.

Wildin mielestä yksin toimivan perhehoitajan täytyy luottaa omaan intuitionsa ja olla armollinen itselleen.

– Aloittaessani en tiennyt, millaisiin liemiin tässä joutuu. Mutta en vaihtaisi tätä elämää pois. Huumorista on paljon apua arjessa. Samoin saan voimaa lasten vanhempien kanssa yhdessä toteutettavasta vanhemmuudesta. Tärkeintä on kuitenkin, että lapset ja minä voimme kaikki hyvin. ■

Vertaisviikonloppu yksin toimiville perhehoitajille järjestetään 24.–25.11.2018. Katso sivu 32.

TEKSTI JA KUVA KIRSI-MARJA NURMINEN