

Kuopion Kirjastovalmennus

Päihteitä käyttävän ihmisen kohtaaminen

28.10.2024



Diakonissa-
laitos

Koulutuksen sisältö

- Kokemusasiantuntijan ajatuksia päihteitä käyttävän ihmisen kohtaamisesta
- Päihteitä käyttävän kokemusmaailma
- Päihteiden käyttö ja ympäröivä yhteisö
- Tauko
- Päihteiden käyttö ja traumat
- Traumatietoinen työote
- Polarisaatio ja kuinka ”me vastaan ne” –ajattelu vaikuttaa toimintaamme ihmisinä
- Tauko
- Vuorovaikutus haastavissa asiakastilanteissa





**Diakonissa-
laitos**

Diakonissalaitos tekee rohkeasti työtä ihmisarvoisen elämän puolesta. Säätiön yleishyödyllisen toiminnan avulla tuemme kaikkein haavoittuvammassa asemassa olevia. Yhteiskunnallinen yrityksemme Rinnekodit tarjoaa vaikuttavia sosiaali- ja terveystalvuuja erityistä tukea tarvitseville ihmisille. Kaiken toimintamme keskiössä on ihminen. Lue lisää: www.hdl.fi

YLEISHYÖDYLLISTÄ TOIMINTAA

Kaikkein haavoittuvimmassa asemassa oleville silloin, kun hätä ja häpeä ovat suurimmat, ja kokemus ihmisarvosta huojuu.

Yli 155 vuotta



ARVOMME

**Ihmisarvo
Lähimmäisenrakkaus
Vastuullisuus**

ARVOPOHJAISTA LIIKETOIMINTAA

Vaikuttavia sote-palveluja erityistä tukea tarvitseville ihmisille.



Rinnekodit

Koulutamme sote-alan osaajia Suomen Diakonia-opistossa ja Diakonia-ammattikorkeakoulussa.



3400
työntekijää

**Toimimme
valtakunnallisesti
ja kansainvälisesti**



**Edistämme
monimuotoisuutta**

Työhyvinvointi 4,1/5

Asiakaskokemus 4/5



14

hyvinvointialuetta

**Toiminnan
tuotot**

258 milj.



**Hyvä
kiertämään**

5,5 miljoonalla



Vastuuna yhteinen hyvä!



Diakonissa-
laitos



Visiomme: Jokaisella ihmisarvoinen elämä.

Teknologinen
muutos

Työntekijöiden
saatavuus

Eriarvoistuminen

Nuorten
syrjäytyminen

Arvolupauksemme:
Rakennamme vieraan-
varaisia yhteisöjä, joissa
luottamus, osallisuus
ja toimijuus vahvistuvat.

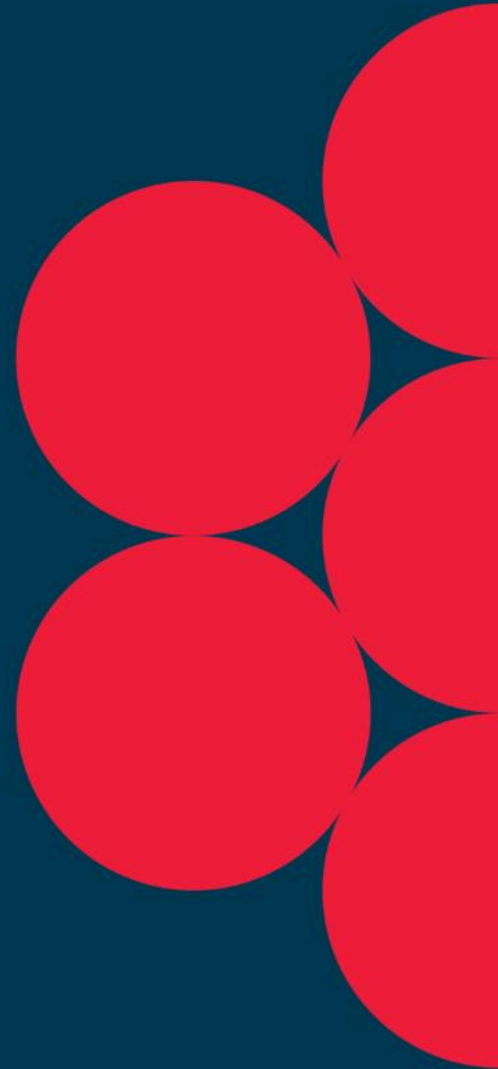
Strategian
painopisteet:
Rohkea vaikuttaja
Valtakunnallinen
toimija
Yhtenäinen
Diakonissalaitos
Tulevaisuuden
työyhteisö

Arvomme: Ihmisarvo, lähimmäisenrakkkaus ja vastuullisuus

Päivään orientoituminen



Diakonissa-
laitos



**Kuusankoskelaisia vanhempia varoitellaan
keskustan päihdeongelmaisista — Huumeiden-
käyttäjät ovat jatkuvana riesana kirjaston vessassa**

**Sana ”moi” riitti lopettamaan
huumeidenkäyttäjien häiriköinnin
Töölön kirjastossa – ”Jos ihminen
nähdään vain järjestyshäiriönä,
käytös on sen mukaista”**

**Espoolaiskirjastosta tuli suonensisäisten
huumeiden käyttäjien suosikkipaikka -
siivoojille pistoksia käytetyistä neuloista**

**Huumeongelma näkyy Lappeenrannan kirjas-
toissa: Huumekauppaa käydään koneilla, huume-
piikkejä löytyy vessoista ja varastelu on lisääntynyt**

**Sellon kirjasto painii
huumeongelman kanssa –
piikittämistä kirjaston tiloissa ei ole
saatu hillittyä**

**Häiriöitä, näpistelyjä, verisiä piikkejä – huumei-
denkäyttäjistä on tullut Koivukylässä valtava
arkinen riesa**



Alueen kirjastotyöntekijöiden huomiota

- Päihteiden käyttö kirjastossa
- Häiriökäytös > metelöinti, sotkeminen, alkoholin nauttiminen, arvaamattomuus, uhkaavuus
- Huumekauppa
- Varastelu
- Nukkuminen
- Työntekijöiden pelko



Kokemusasiantuntijan puheenvuoro



Diakonissa-
laitos

Päihhteitä käyttävän kokemusmaailma

- Näkymättömyys
- Asenteet (ihmiset ohittavat ja yrittävät olla katsomatta, vaikka olisi jokin hätä)
- Poissulkemisen kokemus (miten vaikuttaa omaan toimintaan)
- Luottamus yhteiskuntaan heikkenee
- Miltä tuntuu kun on aina vähän valppaana, joskus ulosanti on aggressiivisemmän oloista kun miten itse tuntee. Miten lähestyä, mitä varoa ja miten. > erilaiset tunnetilat
- Negatiiviset kokemukset viranomaisista
- Turvattomuuden tunne – kenen näkökulmasta turvallisuutta pohditaan
- Käyttäytyminen ja ulkoinen olemus, kaikkea hallitsee pelko



Päihteiden käyttö ja ympäröivä yhteisö

Päihteidenkäytölle altistavia tekijöitä nykyaikana:

- Ahdistus, masennus, muut mielenterveyden haasteet
- Yksinäisyys
- Traummat: esimerkiksi lapsuudessa kiusaamisen kokemukset, vanhemman päihteidenkäyttö, turvattomuus, seksuaalinen hyväksikäyttö, muu väkivalta tai kaltoinkohtelu
- Nykyisin entisestään korostunut sosiaalisten tilanteiden pelko ja heikko resilienssi
- Hoitoon pääsemisen vaikeus (erityisesti mt)
- Huumeiden helppo saanti (pimeässä verkossa huumekauppa muistuttaa ihan normaalia, laillista verkkokauppaa, tuotekuvaukset ja arvostelut)

Addiktion vaikutukset läheisiin ja palveluihin:

- Addikti voi vähätellä tilannettaan, omaisille totuus voi tulla yllätyksenä
- Pahimmillaan addiktio voittaa lait ja moraalikäsitykset
- Päihdemaailmassa omat sääntönsä, mikä lisää pelkoa



Pohjois-Savon tilanne

- Alkoholiin kulutus Itä-Suomessa suhteessa muuhun Suomeen hieman suurempaa
- Koko Suomessa amfetamiinin, kokaiinin, ekstaasin ja metamfetamiinin käyttö kolminkertaistunut 10 vuoden aikana, Kuopiossa nelinkertaistunut. Subutex myös kesto-suosikki. Suosiota kasvattanut alfa-PVP eli peukku ja muut erilaiset muuntohuumeet
- Huumausaineiden hintataso katukaupassa Etelä-Suomea korkeampi. Etelä-Suomessa osa kamasta saattaa olla laadukkaampaa, Savoossa osa huumausaineista päätyy useamman välikäden kautta, jolloin aineen puhtaus huonompaa tai tarkkaa tietoa aineesta ei ole.

Esimerkiksi katukuvassa näkyi ihmisten kasvoilla hyvin voimakasta ihottumaa, epäily että johtui huumausaineiden huonolaatuisesta erästä. Myös useita kuolemantapauksia tulee säännöllisesti johtuen joko aineen laadusta tai siitä että käytetty aine on ollut jotain muuta kuin mitä on oletettu.

- Huumausaineiden takavarikot eivät ole merkittävästi lisääntyneet, mutta lastien koko on kasvanut, huumekauppa ulkomailta käsin johdettua ja organisoidumpaa, sitä kautta päätekijälle ”turvallisempaa”? Hierarkiassa ”pikkutekijät” usein itsekin päihdeongelmaisia, jotka rahoittavat myymisellä oman käyttönsä.
- Huumeiden käyttö aloitetaan yhä nuorempina
- Kannabiksen käyttöön poliisilla ei juurikaan ole resursseja puuttua
- Henkilökohtainen havainto: Yksin päihteitä käyttävien määrä näyttää lisääntyneen. Tämä ei näy katukuvassa
- Huolestuttavat uutisoinnit säästötoimista -> miten tässä hetkessä tehdyt säästöt kertautuvat tulevaisuudessa?



Palveluita päihteitä käyttävälle Kuopion alueella tarjoaa mm:

https://pshyvinvointialue.fi/terveyskeskusten_paihde_ ja_ mielen_terveyspalvelut

<http://www.paihdepalvelusaatio.fi>

<https://www.mielenterveysseurat.fi/kuopio/>

<http://hemmalaiset.fi>

<https://www.tyoterapinen.net/>

<https://ohjaamot.fi/web/ohjaamo-kuopio>

<http://viadia.fi>

<http://www.mielihyvin.fi>

<https://sirkkulanpuisto.nettisivut.fi/>

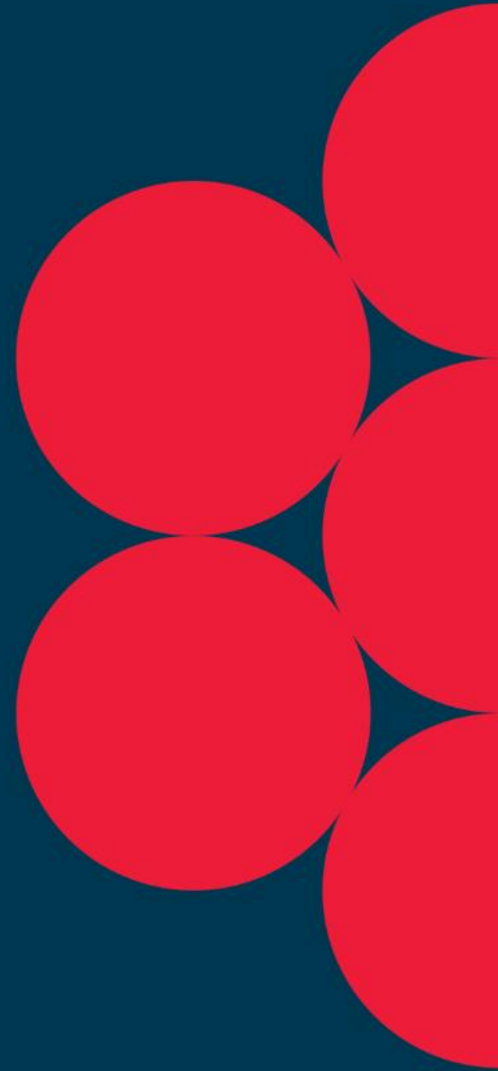
<https://www.hdl.fi/vamos/kaupungit/vamos-kuopio/>



Tauko



Diakonissa-
laitos



Päihnteet ja trauma



Diakonissa-
laitos

 @HDLsaatio

 /diakonissalaitos

Päihteiden käyttö ja traumat

- **Hoitamattomat traumat saattavat aiheuttaa stressin kierteen**
- **Ihmisen reaktio stressitilanteessa: Taistele tai pakene**
- **Yliherkkyys, syke kiihtyy, "hälytystila"**
- **Jatkuva trauma tai trauman hoitamattomuus saattaa aiheuttaa järjestelmän säätelyhäiriötä**
- **Elimistö reagoi uhkaan, vaikkei sitä todellisuudessa ole -> krooninen kiihtyminen, ylivalppaus tai ahdistuneisuus**
- **Jotkut huumeet tai lääkkeet lamaavat keskushermostoa, ja siten antavat "välittömän helpotuksen" oireisiin**
- **Alttius riippuvuuteen syntyy, koska lääke/huume on keino säädellä mielialaa tai toimintakykyä**
- **Päihteiden käyttö altistaa uusien traumojen synnylle**



VIREYSTILA VAI PÄIHTYMYK?

YLIVIREYS

- Jännittyneisyys
- Jatkuva varuillaan olo
- Kiihtyneisyys
- Ärtynisyys
- Tunteenpurkaukset
- Nukahtamisongelmat
- Keskittymis- ja tarkkaavaisuusongelmat

ALIVIREYS

- Syke ja hengitys hidastuu
- Lihasjännitys katoaa
- Fyysinen ja emotionaalinen turtuneisuus
- Kykenemättömyys liikkua tai reagoida ympäristön tapahtumiin
- Uneliaisuus
- Vieraantuneisuuden tunne
- Mielen tyhjiys
- Hankaluus ottaa kontaktia toiseen ihmiseen

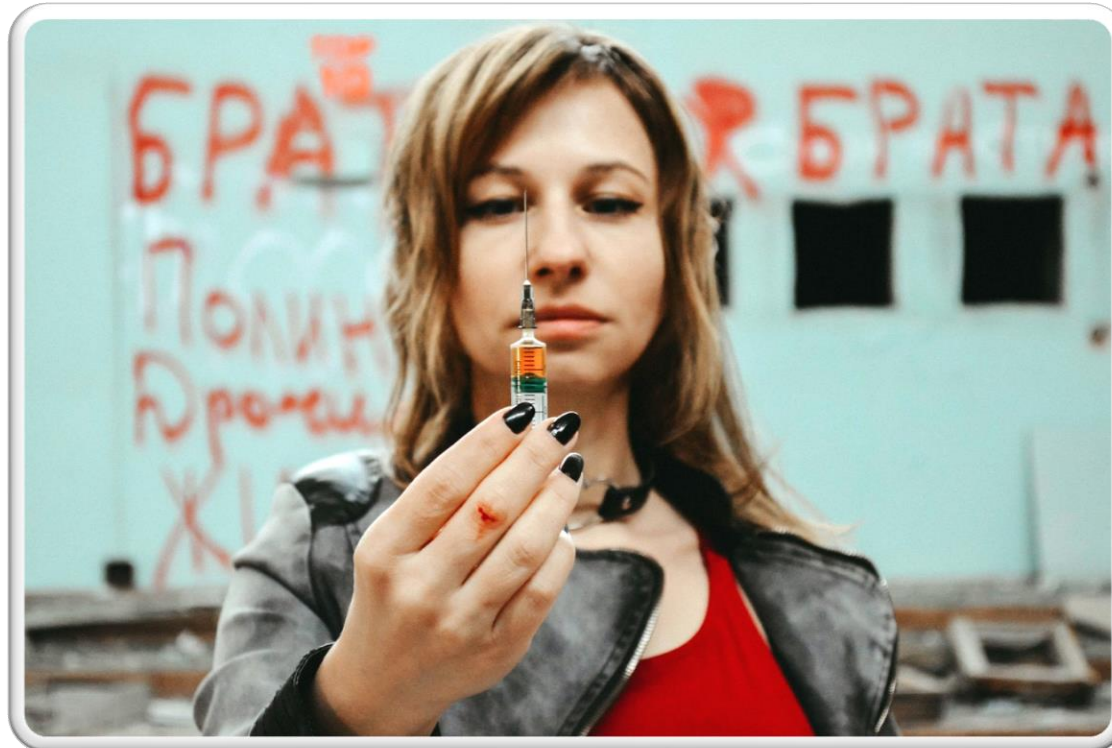


Traumatietoinen työote

- Taustalla ajatus siitä, että tunnistaa mahdollisuuden siitä, että käytöksen takana voi olla trauma, joka vaikuttaa hänen käyttäytymiseensä tai tapaan nähdä maailmaa tai olla vuorovaikutuksessa
- Työntekijä tunnistaa myös omat käyttäytymistä ohjaavat traumat
- Jos emme tunnista tai ymmärrä traumaa, saatamme tulkita traumaperäisen käyttäytymisen sairautena, huonona käytöksenä tai hölmöilynä
- Yli- tai alivireyden vuoksi kontaktin ottaminen voi olla haastavaa. Henkilö saattaa reagoida voimakkaasti tavanomaisiin ärsykkeisiin kuten puheeseen.
- Tietoinen turvallisemman tilan luominen



Mitä sinä näet?



nisti

loinen

taakka

kiusattu

satutettu

petetty

pelokas

ihminen

rakastettu

äiti

tytär

korkeasti koulutettu

älykäs

huippu-urheilija

Rohkeasti
ihmisarvon
puolesta



Polarisaatio



Diakonissa-
laitos



@HDLsaatio



/diakonissalaitos

Polarisaatio ja kuinka ”me vastaan ne” –ajattelu vaikuttaa toimintaamme ihmisinä

1. Polarisaatio on ajatusrakenne – *me vastaan ne*
2. Polarisaatio tarvitsee bensaa kehittyäkseen > bensana toimii identiteettipuhe- ihmisistä puhutaan ensisijaisesti ryhmänsä edustajina
3. Polarisaatio toimii vaistomaisen tunnedynamiikan tasolla



Millaisia ”me –ja ne” –
ajatuksia sinulla on ?



Polarisaation 5 roolia

- Yllyttäjä
- Liittyjä
- Hiljaiset
- Sillanrakentajat
- Syntipukit



Kirjastot polarisaation purkajina

- Yhteisöllisyys, moniarvoisuus ja kulttuurinen moninaisuus
- Tasa-arvoisten mahdollisuudet varallisuudesta tai muista seikoista huolimatta
- Paikka jonne tulla hetkeksi levähtämään
- Kirjastot tilana neutraali ja saatetaan kokea turvalliseksi paikaksi
- Turvallista tilaa ei välttämättä muualla > kirjastojen ja kirjastotyöntekijöiden roolin korostuminen
- Mahdollisuus osallisuuden kokemiseen



Välineitä vastakkainasettelua purkavaan työotteeseen ja konfliktinkäsittelyyn

Ei vain tekemistä vaan myös olemisen tapa

- **Dialogi**

- Huomaa: kohderyhmä, aihe, asemoituminen ja sävy
- Vastavuoroisuus, kohtaamisen tasa-arvoisuus, yksilöiden tarinat
- Toimiva vuorovaikutus luo toimivia suhteita ihmisten välille
- Ilman suhteita ja vuorovaikutusta, ihmisten välille ei voi syntyä turvallisuuden tunnetta eikä luottamusta
- Dialogi ei sovi kaikkiin tilanteisiin > tunnistamattomat jännitteet

- **Sovittelu**

- Sovittelussa käydään läpi se mitä osapuolet konfliktista ajattelevat
- Tarkoitus on lisätä heidän ymmärrystään konfliktiin johtaneista tekijöistä ja sen vaikutuksista.

Sovittelun, konfliktinratkaisun ja dialogisuuden työkalut ovat hyödyllisiä turvallisen tilan ylläpitämisessä.



Vuorovaikutus haastavissa asiakastilanteissa



Diakonissa-
laitos

 @HDLsaatio

 /diakonissalaitos

TAUKO 10 min.

Mieti erilaisia kohtaamisi

**Minkälaisia asioita hyvä kohtaaminen
mielestäsi pitää sisällään?**

Entä huono kohtaaminen?



Huomioita vuorovaikutustilanteeseen

Vuorovaikutus on verbaalista ja non-verbaalista:

Verbaalinen

- Se mitä sanomme
- Se miten sanomme (parakielinen viestintä > äänensävy, äänen paino ja äänen voimakkuus)

Non-verbaalinen-Kehollinen

- Eleet, ilmeet ja asennot



Vuorovaikutuksen 5 K:ta

- **Kunnioita**
 - Kunnioittava kohtaaminen on hyvän vuorovaikutuksen ytimessä
- **Kysy**
 - rauhallinen ilmapiiri, vältä arvoasetelmaa
 - Ole selkeä, lyhyet lauseet
- **Kiinnostu**
 - Osoitus välittämisestä ja halusta ymmärtää
- **Kannusta**
 - Helpottaa yhteistyötä, lisää onnistumisen kokemusta ja itsetuntoa
- **Kuuntele**
 - Älä provosoidu, säilytä kohteliaisuus
 - Anna asiakkaalle mahdollisuus rauhoittua itse, älä kiirehdi tilanteen lopettamista. Usein tilanne raukeaa ihan vaan kuuntelemalla



Huomioi keskustelussa asiakkaan kanssa

- Havainnoi: Yleiskuva tilanteesta, asiakkaista/asiakkaasta ja ympäristöstä. Tunnista omat tunteet ja ennakkokäsitykset, huomioi oma turvallisuutesi
- Fyysinen mukavuusalue - etäisyys ja sama taso
- Rauhallinen ääni ja olemus, matala äänenkäyttö helpottaa omaa hengityksen hallintaa
- Korosta positiivisia näkökulmia ja anna harkittuja kohteliaisuuksia asiakkaalle, vältä teennäisyyttä
- Älä väittele mielipide-eroista, vaikka olisitkin eri mieltä
- Mikäli asiakas käyttäytyy asiattomasti, voit pyytää häntä asialliseen käytökseen.
- Tarjoa asiakkaalle mahdollisuus poistua tilanteesta häpäisemättä häntä
- Älä kiirehdi tilanteen lopettamista

Häpeä, pettymys ja toivottomuus merkittävimpiä aggression aiheuttajia



Erityisiä huomioita, jos epäilet asiakkaan olevan harhainen esim. psykoosi tai muistisairaus

- Vältä nauramista ja hymyilemistä
- Harhojen todellisuutta ei tarvitse lähteä korjaamaan tai todentamaan
- Vältä liiallista silmiin katsomista
- Pidä kädet esillä
- Kerro liikkeistäsi esim. seisomaan nousemisesta, älä tee äkkinäisiä liikkeitä.



Haastavien tilanteiden läpikäynti työyhteisössä

Miten työyhteisössänne käydään
haastavia tilanteita läpi?



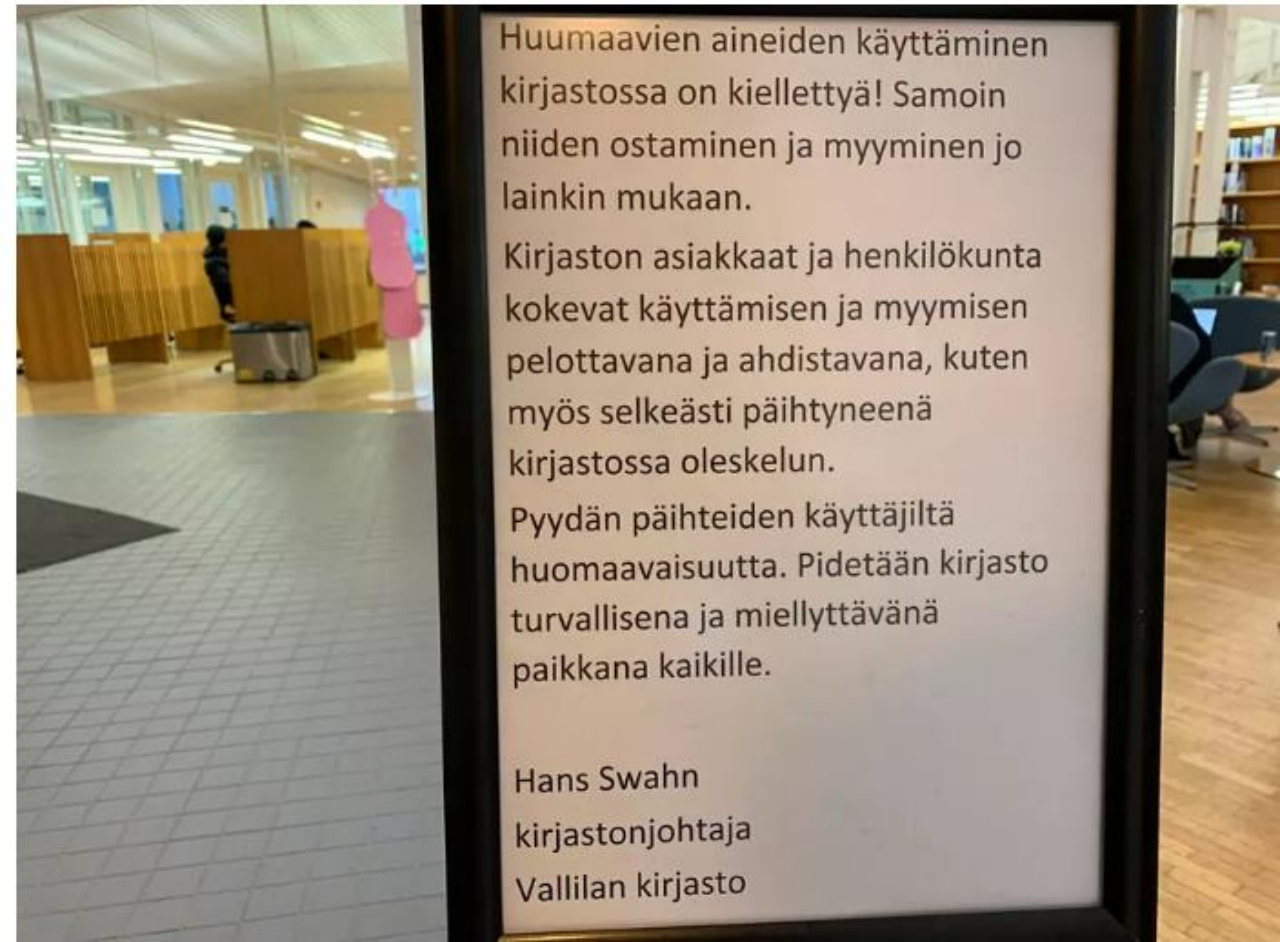
Diakonissa-
laitos

Mitä ajatuksia Vallilan kirjaston viesti herättää?

Ideoita, miten voisimme parantaa kirjastojemme turvallisuutta?

Vallilan kirjasto pyytää kyltillä narkomaaneja huomioimaan muut kävijät

Päihteet | Vallilan kirjaston sijainti Kurvin, päiväkeskusten ja neulanvaihtopaikkojen lähistöllä houkuttelee päihteidenkäyttäjiä sisätiloihin talviaikaan.



Lukusuosituksia

- Attias & Kangasoja, 2020, Me ja Ne – Välineitä vastakkainasettelujen aikaan
- Kati Sarvela, K. 2020: Yhteinen kieli: traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen. Basam Books Oy
- Sulin, T. Kohtaa trauma, kohtaa ihminen. Opas traumatietoiseen työtöteeseen.

<https://static1.squarespace.com/static/60d44e0157912a23cf15e420/t/6284b401c67a253495ccce55/1652864014382/Traumaopas.pdf>



Hyödyllisiä linkkejä ja videoita

- [Turvallisemman tilan ohjeistus – Yhdenvertaisuus](#)
- [Huoneentaulu termit](#)
- [Empatia vs. sympatia, Brené Brown](#)
- [Kristian Wahlbeck: Stigma, MIELI, Suomen Mielenterveys ry](#)
- [By simply identifying thoughts, emotions, and behaviors for which each area of the brain is responsible, clients can become more self-aware and learn the ability to mentalize](#)



Tarinoita asunnottomuudesta, paperittomuudesta, päihderiippuvuudesta ym.:

- [Asunnottomien yö - kuusi lyhytelokuvaa asunnottomuudesta - YouTube](#)
- [Päiväkeskus tarjoaa arjen ankkuripaikan asunnottomalle - Janne tarina - YouTube](#)

- [Pepita suoritti ylioppilastutkinnon asunnottomana: ”Tyypillistä asunnotonta ei olekaan”:](#)
- [”Homoseksuaalina asunnottomana koin jatkuvaa väkivallan uhkaa](#)
- [”Tiedän, miltä tuntuu kerjätä kadulla ja pelätä” – Asunnottomuuden kasvot näkyvät liikkuvassa väestössä:](#)
- [”Haluamme tienata itse rahamme ja maksaa veroja” – Poliittinen päätös teki koko perheestä paperittoman:](#)
- [Unelmana osallisuus yhteiskunnassa – asiakkaan tarina:](#)



Kiitos

Teemu - kokemusasiantuntija

Jussi Sutinen - Valmentaja, Vamos Siilinjärvi

Minna Kilpinen - Naapurustotyön koordinaattori



Diakonissa-
laitos



@HDLsaatio



/diakonissalaitos