

Omais yhdistys eilen ja tänään

Viimeksi kuluneiden vuosikymmenten aikana psykiatrisessa hoitojärjestelmässä on tapahtunut suuria muutoksia. 1980-luvulta lähtien psykiatrisia sairaalapaikkoja on vähennetty tuntuvasti ja vastuu sairastuneista on tämän myötä siirtynyt yhä enemmän avohoidolle sekä omaisille. Muutos on merkinnyt muun muassa sitä, että moni potilas, joka aikaisemmin jäi pitkäksi aikaa sairaalahoitoon, palaa nykyisin omaistensa ja läheistensä pariin entistä nopeammin.

Tämä sinänsä myönteinen kehitys ei ole tapahtunut ongelmitta. Omaisille se on merkinnyt vastuun lisääntymistä jokapäiväisessä arkielämässä. Kun avohoidon resurssit eivät ole lisääntyneet samassa suhteessa kuin sairaalapaikkoja on vähennetty, heistä on tullut hoitojärjestelmän kannalta tärkeä lisäresurssi ja voimavara. Useimmat omaiset ovat kuitenkin joutuneet uuteen tilanteeseen ilman tarvittavia tietoja, taitoja ja tukea.

Näistä lähtökohdista sai alkunsa Psykiatristen Potilaiden Omaiset ry. Yhdistyksen perustava kokous pidettiin 15.2.1988 Sopimusvuoren työsalilla. Yhdistystä oli perustamassa 45 henkilöä. Mukana alusta lähtien oli joukko aktiivisia omaisia sekä mielenterveysalan ammattilaisia. Yhdistyksen hallituksen ensimmäiseksi puheenjohtajaksi valittiin Saara Saarelma, joka teki merkittävän työn omaistyön alulle saattamisessa sekä Tampereen seudulla että valtakunnallisesti. Yhdistyksen nimi muutettiin vuonna 1994 Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:ksi. Tampereen yhdistys oli perustamassa myös Omaiset mielenterveystyön tukena keskusliittoa vuonna 1991. Keskusliitto on vuosien kuluessa vahvistanut oman paikkansa valtakunnallisena omaistyön kehittäjänä. Tällä hetkellä Keskusliittoon kuuluu 21 jäsenjärjestöä.

Alkuperäiselle toimialueelle kolme uutta yhdistystä

Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry toimialue oli aluksi laaja käsittäen Pirkanmaan, Keski-Suomen, Kanta-Hämeen ja Etelä-Pohjanmaan. Vuosien kuluessa näille alueille on perustettu omat yhdistykset. Vuodesta 2001 alkaen yhdistyksen toimialueena on ollut Pirkanmaa. Toimialueeseen kuuluu kaikkiaan 33 Pirkanmaan kuntaa, joissa asukkaita on yhteensä noin 470 000. Yhdistykseen palkattiin vuonna 2003 aluetyöntekijä, joka kehittää omaistyötä alueella yhteistyössä Pirkanmaan kuntien mielenterveystyön toimijoiden kanssa. Yhdistys ylläpitää pirkanmaalaisista sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisista koostuvaa yhteyshenkilöverkostoa, johon kuuluu tällä hetkellä 1200 nimeä. Yhteyshenkilöille lähetetään säännöllisesti verkostopostia yhdistyksen toiminnasta.

Yhdistystoiminta lähti aluksi liikkeelle vapaaehtois pohjalta, mutta jo toisena toimintavuonna yhdistys sai Raha-automaattiyhdistykseltä avustusta osa-aikaisen työntekijän palkkaamiseen. Vuosi vuodelta yhdistyksen jäsenmäärä on kasvanut ja toiminta laajentunut. Toiminnan kehittäminen on mahdollistunut Raha-automaattiyhdistyksen myöntämien yleis- ja projektiavustusten turvin. Tänä päivänä yhdistyksessä on työssä 11 palkattua ammattilaista ja noin 40 vapaaehtoistyöntekijää ryhmänohjaajina ja kokemusasiantuntijoina. Vuoden 2004 lopussa yhdistyksen jäsenmäärä oli 1289.

Hämeenpuiston kaksiosasta kahteen kerrokseen keskustassa

Yhdistys vuokrasi ensimmäisen toimitilansa vuonna 1989 Tampereen keskustasta osoitteesta Hämeenpuisto 33. Silloinen toimitila käsitti toiminnanjohtajan työhuoneen sekä ryhmätilan ja keittiön käyttömahdollisuuden. Vuonna 1995 yhdistys muutti uusiin toimitiloihin Iideshoviin yhdessä Muotialan asuin- ja toimintakeskus ry:n sekä Tampereen seudun mielenterveysyhdistys

Taimin kanssa. Iideshovin toimintakeskuksen perustaminen oli koko 1990-luvun alun ollut yhdistysten yhteinen unelma, jonka eteen oli tehty paljon työtä. Uuden toimintakeskuksen avarat tilat tarjosivat hyvät mahdollisuudet yhteistyölle ja omaistoiminnan kehittämiseksi. Uusien projektien myötä toiminta kehittyikin nopeasti, joten viidessä vuodessa Iideshovin tilat kävivät ahtaiksi. Vuonna 2001 yhdistys muutti Vakuutusyhtiö Turvalta vuokrattuun toimitilaan Tampereen keskustaan osoitteeseen Hämeenkatu 25 A 3. krs. Työntekijämäärän lisääntyessä nämäkin tilat kävivät ahtaiksi, joten vuonna 2003 yhdistys vuokrasi lisätilaa saman talon 6. kerroksesta. Toimipaikaksi valittiin keskusta, koska haluttiin saada joukkoliikenteellisesti helposti saavutettavat toimitilat. Tämä ratkaisu on osoittautunut hyväksi ja näissä tiloissa toimitaan edelleen.

Vertaistukea, tietoa ja virkistystä

Jo alusta alkaen yhdistyksen keskeisenä toimintamuotona ovat olleet **omaisten neuvonta ja vertaisryhmät**. Nämä toiminnat ovat tänäkin päivänä yhdistyksen keskeisiä perustoimintoja. Keskustelu ja kokemusten vaihto auttavat omaisia huomaamaan, etteivät he ole yksin ongelmineen. Jokapäiväisiin arkielämän pulmiin voi tiedon ja vertaistuen avulla löytää uusia ratkaisuja. Omaisyhdistyksen muita toimintamuotoja ovat olleet muun muassa **asiantuntijaluennot ja koulutuspäivät sekä yleisöluennot**, joita on järjestetty vuosien myötä yhteistyössä Mielenterveysyhdistys Taimin ja Muotialan asuin- ja toimintakeskuksen kanssa. Yhdistys on järjestänyt myös monipuolista **virkistystoimintaa** kuten tuettuja lomia, retkiä ja omaisten virkistysviikonloppuja.

Omaistyötä kehitetty projektien avulla

Yhdistyksen ensimmäinen projekti **Oikea tuki oikeaan aikaan** toteutettiin vuosina 1996-1999. Tämän projektin avulla kehitettiin mielenterveyspotilaiden omaisille ja läheisille tukitoimia, joihin kuuluivat muun muassa omaisten ryhmät ja sopeutumisvalmennuskurssit. Projektista saatujen kokemusten pohjalta omaisten ja läheisten tukimuotojen kehittämistyötä jatkettiin vuosina 1999-2004 toteutetun Mielenterveyspotilaiden perheiden ja läheisten **Sopeutumisvalmennus (SOPU) – projektin** myötä. Kyseisen projektin ensisijaisena tavoitteena oli kehittää ja arvioida mielenterveyspotilaiden perheille ja omaisille tarkoitettuja perhe- ja omaiskursseja.

Vuosina 2001-2003 toteutettiin **Totta vai tarua –projekti**, jonka tavoitteena oli mielenterveystietouden jakaminen toisen asteen oppilaitoksiin. Projektin tarkoituksena oli antaa nuorille, heidän vanhemmilleen ja opettajilleen tietoa mielenterveyden häiriöistä ja niiden hoidosta sekä vähentää mielenterveyspotilaisiin ja heidän omaisiinsa kohdistuvia kielteisiä asenteita. Projektin aikana kehitettiin ja arvioitiin uusia toimintamuotoja mielenterveyteen liittyvän valistus- ja asennetyöhön sekä pyrittiin edistämään vakavien mielenterveyden häiriöiden varhaistunnistusta ja varhaista hoitoon hakeutumista. Projekti jatkui vuonna 2004 osana sopeutumisvalmennus (SOPU) –projektiä.

Sopeutumisvalmennustoiminta ja nuorten tukitoiminta jatkuvat vuodesta 2005 alkaen yhdistyksen perustoimintana. Näille toiminnoille Raha-automaattiyhdistys on myöntänyt kohdennetun toiminta-avustuksen.

Vuosina 2002-2004 oltiin mukana omaisyhdistysten Euroopan liiton, European Federation of Associations of Families of Mentally Ill People (EUFAMI), organisoimassa **Prospect – projektissa**. Projektiin osallistui kaikkiaan 16 jäsenjärjestöä 12 eri Euroopan maasta. Projektin tavoitteena oli kehittää koulutuspaketit sisältöineen kolmelle kohderyhmälle: omaisille, mielenterveyskuntoutujille ja sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille. Projektissa kerättiin

koulutusmateriaali, jota on jo testattu ja tullaan jatkossa käyttämään em. kohderyhmien koulutusryhmissä. Yhdistyksestä on ollut mukana Prospect –projektin kansainvälisissä koulutuksissa kaksi omaista, kaksi kuntoutujaa ja kaksi ammattilaista.

Tukea vauvasta vaariin

Vuonna 2002 aloitettiin viisivuotinen **Lapselle lapsuus –projekti**, jonka tavoitteena on kehittää tukitoimia lapsiperheille. Kun joku perheenjäsenistä sairastuu psyykkisesti, perhe kohtaa ja joutuu voittamaan monenlaisia vaikeuksia. Tavoitteena on kehittää erityisesti lapsiperheille suunnattuja tukimuotoja, joiden tarkoituksena on auttaa koko perhettä selviytymään vanhemman sairastuessa psyykkisesti.

Vuonna 2003 aloitettiin viisivuotinen **Ikäihmiset ja mielenterveys –projekti**, jonka ensisijaisena tavoitteena on kehittää ja arvioida uusia erityisesti mielenterveysongelmista kärsivien ikäihmisten omaisille ja läheisille sekä ikääntyville omaisille suunnattuja tukimuotoja. Projektin tavoitteena on myös antaa tietoa ammattilaisille ja päättäjille mielenterveysongelmista kärsivien ikäihmisten ja heidän omaistensa asemasta ja tarpeista niin henkisen hyvinvoinnin kuin sosiaalisen oikeusturvan osalta.

2000-luvulla yhdistyksen toimintoja on kehitetty siten, että tuetaan kaikenikäisiä omaisia. Uusien projektien myötä on kehitetty **tukitoimia lapsille, nuorille, aikuisille ja ikäihmisille**.

Omaisyhdistyksestä aktiivinen vaikuttaja

Suoraan omaisille suunnattujen tukitoimien kehittämisen lisäksi yhdistys toimii omaisten etujärjestönä. Tulevaisuuden visio on, että yhdistys on tärkeä ja alueellisesti merkittävä aktiivinen vaikuttaja, joka toiminnallaan tukee omaisten ja heidän sairastuneiden läheistensä selviytymistä ja hyvinvointia. **Edunvalvonta- ja vaikuttamistyö** on ollut keskeisenä painopistealueena viime vuonna ja myös jatkossa. Tämän tehtävän suunnittelua ja toteutusta tukee vuonna 2004 perustettu edunvalvonta- ja vaikuttamistyöryhmä, jossa on mukana yhdistyksen työntekijöitä ja hallituksen jäseniä. Yhdistyksen keskeisenä tavoitteena on myös viime vuosina ollut ja tulee jatkossakin olemaan aluetyön kehittäminen Pirkanmaalla. Tavoitteena on perustaa Pirkanmaan kuntiin ja seutukuntiin omaistoiminnan neuvottelukuntia ja sitä kautta ulottaa omaistoiminta kaikkiin Pirkanmaan kuntiin.

Tampereella 20. tammikuuta 2005

Oili Huhtala
toiminnanjohtaja