



Ensi- ja turvakotien liitto ry

Nettiryhmä auttaa äitejä eroon päihteistä

Päihteitä käyttäville äideille käynnistyy internetissä toimiva keskusteluryhmä, jonka tavoitteena on auttaa äitejä vähentämään tai lopettamaan kokonaan päihteiden käytön Ryhmässä jaetaan kokemuksia siitä, millaista on olla äiti tai odottava äiti, jolla on ongelmia alkoholin, huumeiden tai lääkkeiden päihdekäytön kanssa.

Ryhmä kokoontuu suljetulla keskustelupalstalla syyskuu-joulukuu välisenä aikana. Ryhmään voivat osallistua raskaana olevat ja eri-ikäisten lasten äidit. Keskusteluun osallistuu kaksi vauva- ja päihdetyön ammattilaista.

Ilmoittautumiset otetaan vastaan sähköpostilla osoitteessa: aidit@a-klinikka.fi.

Toiminnasta vastaavat Ensi- ja turvakotien liitto ja A-klinikkasäätiö.

Ryhmään voivat osallistua raskaana olevat ja eri-ikäisten lasten äidit. Ryhmä toimii kolme kuukautta kerrallaan ja äiti voi osallistua useampaan ryhmään. Äitien keskusteluryhmä on suljettu, joten vain ryhmään kuuluvat voivat kirjoittaa ja lukea viestejä.

Äidit tyytyväisiä ryhmään

Äitiryhmässä voi keskustella toisten samanlaisessa tilanteessa olevien kanssa. Aikaisemmin järjestetyistä ryhmistä saadun kokemuksen mukaan äideillä on ryhmään tullessaan halu vähentää tai lopettaa päihteidenkäyttö. Ryhmässä voi jakaa päihteidenkäytön ja äitinä olemisen tai äidiksi tulemisen ristiriitoja. Raskaana olevat äidit ovat pitäneet erityisen tärkeänä ajatella tulevan lapsen terveyttä. Voi myös keskustella tavallisista arjen iloista ja suruista, parisuhteesta, harrastuksista, ja muista mieltä askarruttavista asioista. Osallistujat ovat kokeneet saavansa tukea toisiltaan. Äidit ovat olleet tyytyväisiä ryhmän hyväksyvään ja kannustavaan ilmapiiriin.

Ryhmässä päihteidenkäytön eri vaiheissa olevia äitejä

Ryhmässä on ollut päihteidenkäytön eri vaiheissa olevia äitejä. Kun yksi miettii, miten saisi päihdekäytön katkaistua, toisella saattaa olla jo toipuminen pitkällä. Ryhmästä löytyy aina joku, joka voi ymmärtää ja tukea vaikeissa tilanteissa. Ryhmässä voi asettaa omia tavoitteitaan päihteiden käytön suhteen. Äidit ovat ryhmän aikana rohkaistuneet kokeilemaan päihteettömiä jaksoja. Samalla he saavat kokemusta miten oma vointi ja jaksaminen muuttuvat raittiusjaksojen aikana. Äidit ovat jakaneet keskenään päihteettömyyden haasteita. Muutama äiti tai perhe on rohkaistunut hakeutumaan päihdehoitoon.

Ryhmässä on mukana kaksi ohjaajaa, jotka tarjoavat ammattimaista tukea. Ohjaajat johdattelevat keskustelua ja ehdottavat aiheita keskusteluun. Ohjaajat ovat vauvalähtöisen päihdekuntoutuksen ammattilaisia Ensi- ja turvakotien liiton Pidä kiinni – hoitojärjestelmän yksiköistä eri puolilta Suomea.

Lisätietoja:

A-Klinikkasäätiö: aidit@a-klinikka.fi.

Ensi- ja turvakotien liitto

tiedottaja

Mikko Savelainen

Asemamiehenkatu 4, 7.krs

00520 Helsinki

Puh. (09) 4542 4421 ja 040 5877 278

Faksi (09) 4542 4430

mikko.savelainen@ensijaturvakotienliitto.fi