

Terhi Pajunen
Marja-Liisa Laapio
Katariina Hänninen

Pilke[®]
ohjaajan
käsikirja

Pilkettä
ELÄMÄÄN

Sininauhaliitto
Opastinsilta 7 A, 00520 Helsinki
Puh. 0400 620 149
www.sininauhaliitto.fi

Tämän teoksen osittainenkin kopiointi on tekijänoikeuslain (404/61, siihen myöhemmin tehtyine muutoksineen) mukaisesti kielletty ilman nimenomaista lupaa. Myös kuvien kopiointi ja jakelu on kielletty ilman kustantajan lupaa.

Ilmestynyt alun perin nimellä Ihminen kelpaa sellaisena kuin on
–Pilkeohjaajan käsikirja (2015)

© Kirjoittajat, Sininauhaliitto & Diakonissalaitos 2021
Sininauhaliitto omistaa Pilke®-tavaramerkin.

Toimitus: Katariina Hänninen
Graafinen suunnittelu ja taitto: Leena Seppänen / Lenape design

ISBN (stift.) 978-952-7284-15-5
ISBN (pdf) 978-952-7284-16-2

Suomen Uusiokuori 2021



Pilke[®]
ohjaajan
käsikirja

Kirjoittajat

Terhi Pajunen, Pilke-ohjaaja 2006-2014, Helsingin Diakonissalaitos, Pilke-toiminta. Vuodesta 2015 yhteisöyöntekijä ja Pilke-kouluttaja, Diakonissalaitoksen Hoiva.

Marja-Liisa Laapio, ikääntyneiden päihdetyön koordinaattori 2012-2015, Sininauhaliitto

Katariina Hänninen, projektipäällikkö, Pilkettä elämään 2020-2022, Sininauhaliitto

Sisällys

1. Ikääntyminen ja päihteet 6
2. Pilke-ideologia 8
3. Pilke-toiminta käytännössä 10
4. Pilke-ideologian kulmakivet 13
5. Pilke-tapaamisen rakenne 17
6. Ryhmädynamiikka 20
7. Pilke-ohjaaja on yksi pilkeläisistä 23

1. Ikääntyminen ja päihteet



Ikääntyneiden eli yli 65-vuotiaiden alkoholinkäyttö on lisääntynyt 1980-luvulta lähtien, ja vastaavasti raittiiden osuus on vähentynyt. Ikääntyneiden päihteidenkäyttäjien määrä jatkaa kasvuaan.

- Sotien jälkeen syntyneet ns. suuret ikäluokat ovat tottuneet käyttämään päihteitä – etupäässä alkoholia – aiempia sukupolvia väljemmin.
- Ikääntyneiden osuus väestöstä kasvaa sekä absoluuttisesti että suhteellisesti. Nykyään yli 65-vuotiaita on jo viidennes koko väestöstä.
- Ihmiset elävät vanhemmiksi kuin aiemmat sukupolvet.

Alkoholinkäyttö ei sellaisenaan ole ongelma. Suurin osa ikääntyneistä osaa käyttää sitä hallitusti. Ongelmaksi juominen muodostuu silloin, kun se aiheuttaa haittoja sekä käyttäjälle itselleen että hänen ympäristölleen.

Päihdeongelmien kanssa kamppailevat ikääntyneet voidaan jakaa:

- niihin, jotka ovat käyttäneet runsaasti alkoholia suurimman osan elämästään
- niihin, joiden alkoholin suurkulutus on alkanut vasta eläkkeelle siirtymisen yhteydessä
- niihin, jotka ovat pitkän raittiin kauden jälkeen retkahtaneet juomaan
- niihin, jotka kärsivät lääkkeiden ja alkoholin arvaamattomista yhteisvaikutuksista
- niihin, joilla on huume- tai lääkeriippuvuus

Sytä etsimällä tai ongelman yleisyyttä kartoittamalla ei ole pystytty parantamaan yhteiskunnan sosiaalisesti sairaudeksi luokiteltua päihdeongelmaa. Negatiivinen päihdeongelmaisen identiteetti syrjäyttää: se heikentää ikääntyneen kansalaisoikeuksia ja itsemääräämisoikeutta entisestään. Pahimmillaan päihderiippuvuudesta kärsivä ikääntynyt joutuu negatiivisuusloukkuun, jossa hänen kokemuksensa omasta arvottomuudestaan vahvistuu ja ihmisarvo rapautuu.

Sivistyneessä yhteiskunnassa syrjäyttämistä päihderiippuvuuden takia ei voida enää sallia. Päihdeitä käyttävällä ikääntyneellä on muiden kansalaisten tavoin oikeus arvokkaaseen vanhuuteen sekä erityistarpeidensa mukaisiin palveluihin.



2. Pilke-ideologia

Arvokkaan vanhuuden ja päihdeongelman välillä olevan ristiriidan ratkaiseminen nostaa esiin ikäeettisiä kysymyksiä. Käytännössä joudutaan yhä uudelleen avoimesti pohtimaan:

- Miten ikääntyneiden päihteenkäyttöön tulisi suhtautua?
- Miten ikääntyneen päihteenkäyttäjän kanssa tulisi toimia?
- Millaista ikääntyneiden päihdetyön tulisi olla, jotta se olisi eettisesti kestävää ja ottaisi ikääntyneiden erityistarpeet huomioon?

Ikäeettisessä päihdetyössä otetaan avoimesti kantaa päihdemoraaliin – ei päihdemoralismiin. Lähtökohtana on moninaisuutta kunnioittava kumppanuus, joka tarkoittaa, että ikääntyneellä päihteidenkäyttäjällä on muiden kansalaisten tavoin vapaus elää elämäänsä ja tehdä omia ratkaisujaan. Ikääntyneellä on itsemääräämisoikeus siinä missä muillakin: hän saa päättää juomisestaan tai juomattomuudestaan.



Ikääntynyt tulee kohdata aktiivisena ihmisenä, ei päihdeongelman, sairauksien, toimintakyvyn alenemisen, raihnaisuuden, yksinäisyyden, statuksen laskun tai jonkin muun ominaisuuden kautta. On tärkeää tiedostaa, että lukemattomat torjutuksi tulemisen kokemukset ovat murentaneet päihdeongelmien kanssa kamppailevan ikääntyneen käsitystä omasta ihmisarvostaan, yhteiskunnallisesta asemastaan sekä ympäristöstään.

Ikäeettisen päihdetyön ydin on ihmisen kohtaamisessa eettisesti kestäväällä tavalla. Kohtaaminen edellyttää:

- malttia antaa ikääntyneen itse löytää elämäänsä mielekkyyttä ja tarkoituksellisuutta
- herkkyyttä nähdä ikääntyneen valmiudet selviytyä arjen koettelemuksista
- taitoa rakentaa uudelleen luottamusta ja kiinnostusta ikääntyneen ja kanssaihmisten sekä yhteiskunnan välillä
- viisautta (joka auttaa) ymmärtää absoluuttisen ihmisarvon merkitys, jota ihmisen ei tarvitse ansaita ja jota keneltäkään ei voi ottaa pois.

3. Pilke-toiminta käytännössä

Pilke-toiminta on ammattilaisten ohjaamaa vertaistuellista ryhmätoimintaa. Tavoitteena on auttaa päihteitä käyttäviä ikääntyneitä löytämään juomisen rinnalle tai tilalle yhdessäoloa ja mielekästä tekemistä. Tarkoitus ei ole raitistaa, vaan antaa ikääntyneelle itsemääräämisoikeus päättää omasta elämästään, päihtymyksestään tai raitistumisestaan. Pilke-toiminnan tehtävänä on tukea ikääntynyttä selviytymään arjesta ja kotona asumisesta.

Pilke-porukoihin etsitään, kutsutaan ja saatetaan syrjään jääneitä, päihteitä käyttäviä tai käyttäneitä ikäihmisiä.

Pilke-porukat kokoontuvat säännöllisesti kerran viikossa samaan aikaan, samassa paikassa kaksi - kolme tuntia kerrallaan. Toiminta sekä siihen sisältyvä aamupala ovat pilkeläisille maksuttomia. Matkakustannuksista kävijät vastaavat itse, ellei paikallisesti ole sovittu muuta käytäntöä.



Pilke-porukassa ikääntyneellä on mahdollisuus löytää uudelleen unohtuneita arjen taitoja ja sen myötä vahvistaa omaa elämönhallintaansa. Vertaistuelinen yhdessä oleminen ja tekeminen vahvistavat itsetuntoa, parantavat toimintakykyä ja lievittävät yksinäisyyttä.

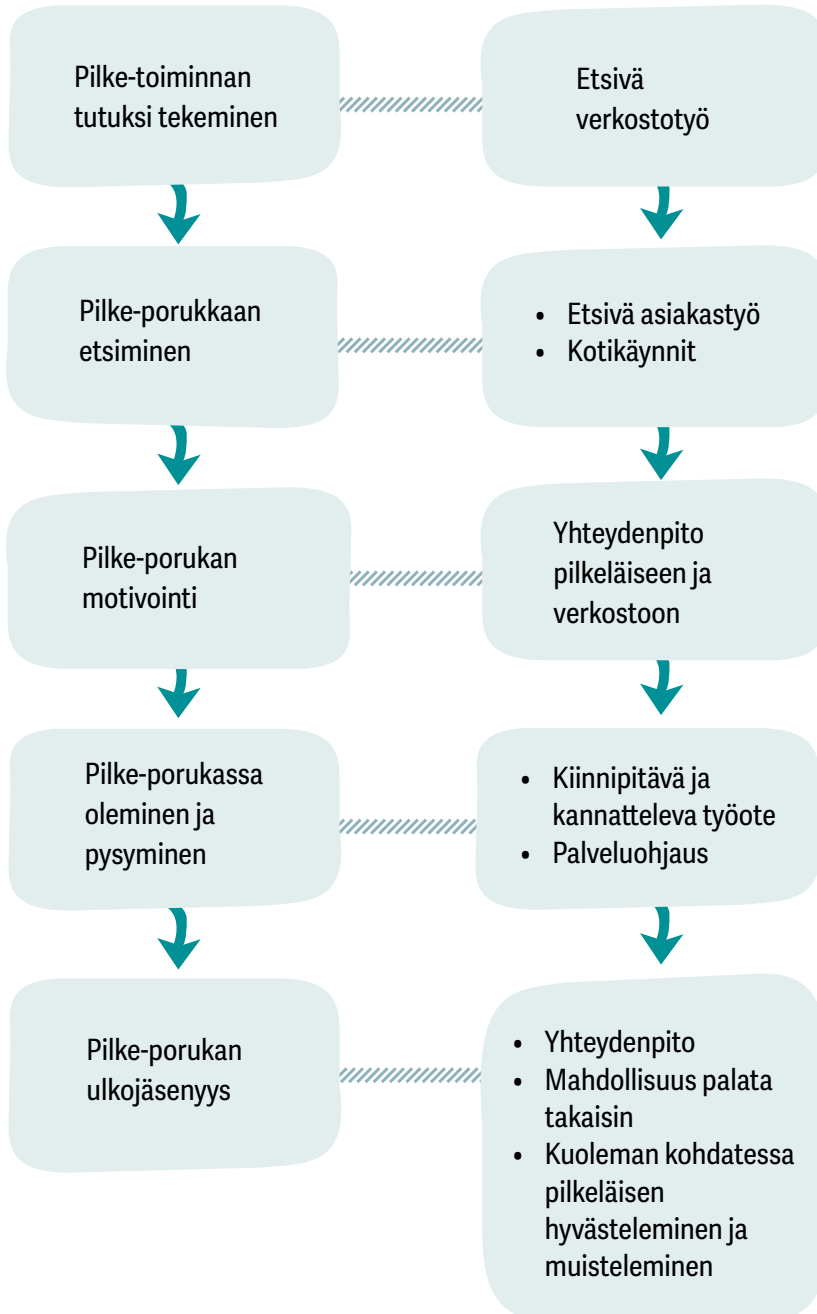
Kielteinen päihteidenkäyttöön keskittynyt identiteetti muuttuu vähitellen pilkeläisidentiteetiksi, joka vahvistaa ikääntyneen rohkeutta liikkua kodin ulkopuolella ja hakeutua myös muiden palveluiden piiriin.

Pilke-toiminnan haastavuus ja tavoitteellisuus vaativat vankkaa asiantuntijuutta. Toiminnasta vastaa työpari, jonka vanhus- ja päihdetyön osaaminen on täydennetty Pilke-ohjaajakoulutuksessa. Pilke-porukat toimivat aktiivisen etsivän työn ja säännöllisten henkilökohtaisten kontaktien avulla. Aito kohtaaminen syntyy ihmisen elämänselän historiaa ja elämäkokemusta kunnioittavalla tavalla.

Käytännön järjestelyt Pilke-porukan käynnistämiseksi

- Sopivan työparin etsiminen ja sopimukset työparityöskentelyn raameista ja työnjaosta.
- Pilke-porukan esite, jossa kerrotaan kokoontumispaikka ja -aika, ohjaajien nimet ja puhelinnumerot, sekä kuvaukset kenelle ryhmä tarkoitettu ja mitä sen puitteissa tehdään. Esitettä voi hyödyntää sekä tiedon jakamisessa verkostoille että muistutuksena Pilke-ryhmäläisille.
- Kokoontumispaikka, johon on mahdollisimman hyvät kulkuyhteydet, sekä psyykinen että fyysinen esteettömyys on huomioitu ja paikalla on mahdollisuus tupakointiin.
- Ryhmätilan on hyvä olla rauhallinen, riittävän suuri koko ryhmälle sekä valoisa ja esteetön. Tilaan on helppo tulla myös apuvälineitä käyttäen ja sen lähistöllä on naulakko ja esteetön WC, kahvinkeitto mahdollisuus, tarpeeksi suuri pöytä ja jokaiselle tuoli.

Pilke-ohjaajan työ koostuu etsivästä verkosto- ja asiakastyöstä, ryhmänohjauksesta sekä palveluohjauksesta.



4. Pilke-ideologian kulmakivet



Kohtaan ihmisen ja annan hänen kohdata minut

Yhteenkuuluvuus on jokaisen ihmisen perustarve ja perusoikeus. Eri-tyisesti yksinäiset ja syrjään jääneet ikääntyneet kaipaavat vertaistukea. Heidät on etsittävä, kutsuttava ja haettava mukaan.

Etsivässä työssä haetaan sekä potentiaalisia yhteistyökumppaneita että pilkeläisiä. Se on tiedottamista, verkostoitumista sekä voimavarat yhdistävää yhteistyötä yli sektorirajojen. Työ on pitkäjänteistä ja aikaa

vaativaa, koska jokainen pilkeläinen on etsittävä henkilökohtaisesti. Pilke-porukkaan mukaan tulo vaatii Pilke-ohjaajan kotikäynnin. Omalla maaperällä ikääntyneen on mahdollista tutustua ohjaajaan ja Pilke-toimintaan turvallisesti. Samoin ohjaajalle tarjoutuu tilaisuus tutustua potentiaaliseen pilkeläiseen ja hänen elämäntilanteeseensa.

Syrjään jääneen houkuttelu Pilke-porukkaan vaatii Pilke-ohjaajalta henkilökohtaisen asiakassuhteen luomista. Mukaan tulo edellyttää psyykkisten ja fyysisten esteiden pois raivaamista. Käytännössä useimmat ikääntyneet tarvitsevat palveluohjausta ja saattoapua, jotta kuluminen Pilke-porukkaan järjestyy. Ennen Pilke-porukkaan kiinnittymistä on ikäihmisen kiinnityttävä Pilke-ohjaajaan.

Pilkettä elämään

Pilke-porukassa ikääntynyt saa kokemuksen välittämisestä ja huolenpidosta. Ryhmään kuuluminen vahvistaa päihteiden haurastuttamaa persoonallisuutta ja sukupuoli-identiteettiä. Sekä miehillä että naisilla on mahdollisuus kohdata toisensa arvokkaasti vastapainona mahdollisille aikaisemmille kaltoinkohtelun kokemuksille suhteessa vastakkaiseen sukupuoleen.

Jokainen on tervetullut omana itsenään

Pilke-porukat toimivat matalan kynnyksen periaatteella. Pilke-porukat ovat täydentyviä ryhmiä, joihin tullaan etsivän verkostotyön ohjaajana. Pilkeläisistä ei tehdä asiakaspäätöksiä tai muita kirjallisia dokumentteja, lukuun ottamatta yhteystietojen ja käyntimäärien ylös kirjaimista. Matala kynnyks tarkoittaa, että Pilke-porukkaan voi tulla vapaasti ilman muutospaineita.

Ihminen on sellaisenaan arvokas. Jokaista pilkeläistä arvostetaan, oli hän mukana päihtyneenä tai selvin päin. Harva pilkeläinen saapuu ryhmään päihtyneenä, kun hän saa itse valita. Pilke-porukassa ihminen kohdataan paitsi ryhmän jäsenenä myös ainutlaatuisena persoonana. Pilkeläisyys on elinikäistä: pilkeläinen voi olla porukassa niin kauan kuin itse haluaa tai kykenee.

Pilke-porukassa on mahdollisuus vertaistuelliseen osallisuuteen, joko keskusteluun osallistuen tai kuunnellen. Jokainen voi avata tai olla avaamatta tarinaansa, omalla tavallaan ja omassa aikataulussaan. Pilke-porukassa pilkeläiset ovat vertaisia toisilleen, sillä heitä yhdistää samankaltainen riippuvuussuhde alkoholiin.

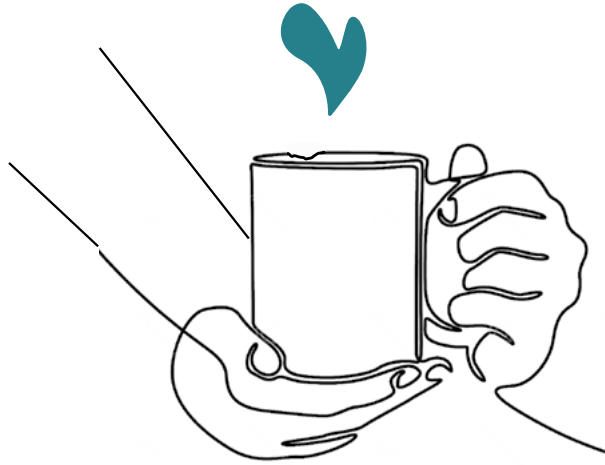
Pidän kiinni, en unohda enkä jätä

Pikkeläisistä on pidettävä kiinni ja rohkaistava kannattelevalla työotteella. Ikääntyneen päihteidenkäyttäjän kohdalla ei riitä, että hänet etsitään ja löydetään. Sekään ei yksinään riitä, että hänet saadaan houkuteltua Pilke-porukkaan. Pilkeläinen tarvitsee kiinnipitävää välittämistä, joka tarkoittaa yhteydenpitoa puhelimitse, kotikäynnein tai kirjeitse. Yhteydenpito on erityisen tärkeää silloin, kun pilkeläinen lakkaa käymästä Pilke-porukassa: esimerkiksi kun hän on kuntoutuksessa, sairaalahoitossa tai muutoin kykenemätön tulemaan mukaan. Parhaimmillaan yhteydenpito ulottuu pilkeläisen kuolemaan asti.

Yhdessä tekemällä pilkettä silmäkulmaan

Monipuolisen toiminnan tarjoaminen on pilkeläisten kokonaisvaltaista kunnioittamista. Yhdessä tekeminen tuo pilkettä silmäkulmaan. Toiminnallisuus lujittaa ryhmäidentiteettiä, virkistää ja tuottaa iloa. Toimintaan uskaltautuminen vahvistaa itsetuntoa, omatoimisuutta, itseilmaisua sekä käsitystä itsestä toimijana.

Pilke-porukoissa jaetaan kokemuksia ja tunteita muistelemisen ja muistojen kautta sekä musiikin avulla, harjoitetaan kädentaitoja, pelataan seurapelejä, harrastetaan aivojumppaa ja tietovisailua, liikutaan ja tehdään retkiä. Kahvinkeittovuorot ovat osoittautuneet tärkeäksi toimintamuodoksi.



Toimintaohjelma tehdään vähintään kuukaudeksi kerrallaan. Suunnittelussa on hyvä ottaa huomioon vuodenkierto luonnossa, juhlapyhät ja paikallinen tapahtumatarjonta. Kunkin ryhmäkerran ohjelma ja tekeminen suunnitellaan asiakaslähtöisesti yhdessä pilkeläisten kanssa.

On tärkeää, että pilkeläinen saa itse kirjoittaa toimintaohjelman Pilke-ohjaajan tekemälle luonnospaperille. Paperissa on valmiina yhteystiedot: porukan kokoontumispaikka ja -aika sekä Pilke-ohjaajien nimet ja puhelinnumerot. Pilke-ohjaaja huolehtii, että jokainen pilkeläinen saa toimintaohjelman mukaansa kotiin. Ohjelmapaperi toimii muistilappuna pilkeläiselle ja informaationa esimerkiksi kotihoidon työntekijöille ja omaisille.

Tartun siihen päällimmäiseen huoleen

Ryhmätoiminnan ohella monien ongelmien kanssa kamppailevat pilkeläiset tarvitsevat palveluohjausta arjen asioiden hoitamiseen. Pilkeläisen itsemääräämisoikeutta kunnioittaen Pilke-ohjaaja tarttuu siihen päällimmäiseen huoleen, jonka pilkeläinen *hänelle* ilmaisee. Huoli voi liittyä esimerkiksi rahan puutteeseen, apuvälineen tai matkakortin tarpeeseen. Palveluohjaus edellyttää vanhus- ja päihdetyön välistä verkostokumppanuutta ja sen aktiivista ylläpitämistä.

5. Pilke-tapaamisen rakenne

Toiminnan sujumiseksi ja ajan hahmottamiseksi Pilke-tapaamisissa tarvitaan selkeä rakenne siitä, miten ryhmäkerta etenee. Rakenne tukee Pilke-ohjaajia ryhmänhallinnassa. Samalla se luo turvalliset toimintarutiinit pilkeläisille sekä edesauttaa myönteisen ja leppoisän ilmapiirin syntymistä.

Pilke-tapaamiseen valmistautuminen ja työnjaosta sopiminen työparin kanssa

- Yhteydenotto pilkeläiseen puhelimitse edellisenä päivänä mukaantulon ja kulkemisen varmistamiseksi → *Muistuttaminen, houkuttelu mukaan.*
- Päivän toimintaohjelmaan valmistautuminen.
- Tilan ja aamupalan valmistelu → *Kahvikupit ja tarjoilu valmiina.*
- Pilkeläisten vastaanotto ja saattaminen pöydän ääreen → *Jokaisen tulo huomioidaan henkilökohtaisesti (halaus) ja autetaan tarvittaessa löytämään oma paikka pöydästä.*

Kun puitteet ovat kunnossa, ohjaajat voivat keskittyä pilkeläisiin.

Toiminnan aloittaminen

- Aamupala → *Joko ohjaaja tai pilkeläinen keittää ja tarjoilee kahvit.*
- Kuulumiskierros → *kuulumiset kerrotaan vuorotellen, myös ohjaajat kertovat omansa → Jokaisella on oikeus kertoa kuulumisensa tai olla vaihi.*

Jokainen tulee kuulluksi ja huomioiduksi

Toimintatuokio

- Orientoituminen → *Ohjaajat kertovat mitä ollaan tekemässä ja missä aikataulussa.*
- Aloittaminen → *Autetaan halukkaita pääsemään alkuun.*
- Yhdessä tekeminen → *Pidetään yllä mukavaa ilmapiiriä, rupertellaan.*
- Lopettaminen → *Esitellään lopputulokset ja annetaan positiivista palautetta tuotoksista, kerätään yhdessä mahdolliset tarvikkeet pois.*

Porukassa on tekemisen meininki – moottori iloisesti rallattaa

Pilke-tapaamisen lopettaminen

- Lopetusrituaali → *Esim. päivittäislehden tietovisa.*
- Seuraavan tapaamiskerran esittely.
- Hyvästely → *jokaisen henkilökohtainen hyvästely (halaus).*
- Pois saattaminen (taksin tilaaminen).

Selkeä lopetus – ensi viikolla tavataan!

Vain kuolema meidät erottaa

Kuolema ei ole vieras päihteitä käyttäville ikääntyneille, mutta se saattaa olla vieras Pilke-ohjaajalle. Kuolema on osa elämää, eikä siitä puhumista tarvitse pelätä. Pilke-ohjaajan on hyvä pitää muut ryhmäläiset ajan tasalla saattohoidossa olevasta pilkeläisestä. Pilke-tapaamisessa ohjaaja kertoo pilkeläisen kuolemasta ja tiedottaa siitä myös porukasta poissaoleville.

Poismenneelle pilkeläiselle pidetään muistohetki ja sytytetään kynttilä valokuvan viereen. Muistohetkessä jokaisella pilkeläisellä on mahdollisuus muistella ja jättää viimeiset jäähyväiset porukasta poistuneelle. On tärkeä, että muistohetki on vainajan näköinen. Poislähteneen pilkeläisen muistoa voidaan kunnioittaa pitämällä hiljainen hetki, kuuntelemalla hänen mielimusiikkiaan tai lukemalla hänelle yhdessä valittu muistovärssy. Vainajalle tehdään yhdessä myös muistoadressi, johon liimataan hänen valokuvansa ja kirjoitetaan hänelle sopivat muistosanat. Adressi allekirjoitetaan matalan kynnyksen periaatteella Pilke-porukan nimissä. Allekirjoituksena esimerkiksi *Kun tavataan, sitten halataan. Kotikallion Pilke-porukka.*

Pilke-ohjaaja edustaa Pilke-porukkaa pilkeläisen hautajaisissa kutsun saadessaan. Hän vie adressin muistotilaisuuteen tai toimittaa sen lähiomaisille. Pilke-ohjaaja toimii linkkinä omaisiin, jotka eivät ole enää olleet yhteydessä poismenneeseen pilkeläiseen. Pilke-ohjaajalla on mahdollisuus näyttää valokuvia ja kertoa vainajan viimeisistä Pilke-vuosista läheisestään vieraantuneille omaisille. Tällä tavalla Pilke-porukan arvo ja merkitys avautuvat myös pilkeläisen omaisille.



6. Ryhmädynamiikka

Onnistuakseen ryhmänhallinnassa Pilke-ohjaajan on hyvä tunnistaa ryhmädynamiikan luonteenpiirteet:

- Ryhmädynamiikka tarkoittaa ryhmän sisäistä muutosliikettä, jota ryhmässä jatkuvasti tapahtuu.
- Ryhmädynamiikalla on keskeinen asema Pilke-porukan kehitysprosessissa.
- Myönteiseenkin kehittymisprosessiin kuuluu odottamattomia tapahtumia sekä ristiriitoja ryhmäläisten kesken.
- Mitä paremmin Pilke-ohjaajat osaavat tunnistaa ryhmädynamiikan luonnetta, sitä paremmin he osaavat ennakoida ja käsitellä yllättäviä tilanteita.

Pilke-ohjaajan tehtävänä on ohjata Pilke-porukkaa ylläpitämällä ryhmää vahvistavia ominaisuuksia ja ottamalla kärsivällisesti huomioon ryhmää heikentävät käyttäytymistavat. Haastavasti käyttäytyvät pilkeläiset tarvitsevat ohjaajalta henkilökohtaista huomiota löytääkseen oman paikkansa porukassa. On hyvä muistaa, että ohjaajien suhtautuminen toisiinsa joko heikentää tai vahvistaa porukan yhteishenkeä ja ilmapiiriä. Kun Pilke-ohjaaja luottaa ryhmään, hän sietää myös hiljaisuutta.

Pilke-porukkaa vahvistavat käyttäytymistavat

- Rohkaisija on ystävällinen, ymmärtää ja arvostaa muiden mielipiteitä ja ehdotuksia, antaa tunnustusta.
- Tunteiden ilmaisija seuraa tunneilmaisua, rohkaisee ilmaisemaan tunteita.
- Sovittelija hakee kompromisseja ja selvittää mielipide-eroja.
- Kuuntelija jaksaa kuunnella muiden juttuja.
- Innostaja jaksaa kiinnostua uusista asioista ja innostaa muita.
- Jännityksen laukaisija laukaisee huumorilla kireitä tilanteita ja rauhoittaa jännitteisiä tilanteita.

Pilke-porukkaa heikentävät käyttäytymistavat

- Huomion tavoittelija puhuu paljon pysyäkseen esillä.
- Kilpailija ei suostu kehittämään muiden ehdotuksia.
- Vetäytyjä on välinpitämätön, ei kuuntele, ei keskustele.
- Klikkiytyjä kuiskailee vieruskaverilleen, etsii liittolaisia.
- Itsensä väheksyjä vähättelee aiheetta omia kykyjään.
- Ylimielinen ei ole kiinnostunut ryhmän toiminnasta tai muista pilkeläisistä.

Malmin pilkesoppa

Ainekset

2 kg porukkahenkeä potaatteina

3 l elämänvettä

pari kolme kuutiota akkojen kotkotusta

60 % perusjätkiä

40 % erilaisuutta

parinkymmenen pippurin verran stadin slangia

1 kg porkkanoita tuomaan värikkyyttä ja terävyyttä

pari purjoa pitkinä puheina

lanttuja, jotka leikkaavat

Aloita käristämällä perusjätkit erilaisuudessa.

Lisää loput ainekset vuoron perään elämänveteen porisemaan. Mausta stadin slangilla. Anna hautua kypsäksi. "Siitä se soppa syntyy!"

Malmin Pilkesopan resepti on syntynyt Helsingin Malmin Pilke-porukassa.



7. Pilke-ohjaaja on yksi pilkeläisistä

Ammatti-identiteetti rakentuu työntekijän suhteesta työhönsä ja itseensä. Pilke-ohjaajan suhde pilkeläiseen perustuu monenlaisia elämäntapoja kunnioittavaan kumppanuuteen. Pilke-ohjaaja ei tiedä pilkeläistä paremmin, mikä tälle on hyväksi ja päinvastoin.

Ammatti-identiteetiltään Pilke-ohjaaja on samaan aikaan ryhmän ohjaaja ja ryhmän jäsen, yksi pilkeläisistä. Pilke-porukassa kaikki ovat samanarvoisia – myös Pilke-ohjaajan elämäntarina on läsnä joko sanallisesti tai sanattomana.

Pilke-ohjaajan ammatti-identiteetti noudattaa ikäeettisen päihdetyön periaatteita. Työn onnistuminen edellyttää sitä, että Pilke-ohjaaja uskaltaa astua perinteisen ammatillisuuden suojasta pois. Pilke-työn ydin on ihmisen kohtaamisessa ja vierellä kulkemisessa.

Päihdeongelmien kanssa kamppailevien ikääntyneiden kohtaaminen onnistuu aidosti vain ylittämällä meidän ja heidän välinen kuilu. Pilkeläinen on oman elämänsä paras asiantuntija. Ikääntyneenä hän on oppinut kohtaamaan monenlaisia ongelmia, selviytymään niistä tai elämään niiden kanssa. Hän ei kuitenkaan selviä yksin vaan tarvitsee tukea.

Pilke-ohjaajaa auttaa jaksamaan:

- esihenkilön aito tuki ja kiinnostus Pilke-työtä kohtaan
- toimiva työnjako työparin kanssa
- jaettu huoli jaksamisesta
- omien rajojen ja tunteiden tunnistaminen
- kyky rentoutua ja palautua
- rohkeus pyytää apua ja tukea tarvittaessa
- uskallus olla ennen kaikkea oma itsensä
- aktiivinen osallistuminen Pilke-työn foorumeihin, koulutuksiin ja valtakunnallisiin verkostotapaamisiin

Vapaaehtoiset Pilke-toiminnassa

Pilke-vapaaehtoistoimintaa on kehitetty Helsingin Diakonissalaitoksen ja Sininauhaliiton yhteistyönä 2010-luvun alkupuolella. Jokainen vapaaehtoinen on tärkeää perehdyttää tehtäväänsä ja Pilke-työn periaatteisiin. Vapaaehtoinen on Pilke-porukassa Pilke-ohjaajan tavoin yksi pilkeläisistä. Yhteinen kokemus samaan porukkaan kuulumisesta luo pohjaa myös pilkeläisen ja vapaaehtoisen kahdenkeskiselle yhteydenpidolle. Pilke-vapaaehtoisuus voi olla Pilke-porukassa tai retkillä avustamista, pilkeläisen saattoapuna toimimista tai henkilökohtaista kohtaamista ryhmätoiminnan ulkopuolella. Vaitiolovelvollisuus ja Pilke-ideologiaan sitoutuminen koskevat myös Pilke-vapaaehtoista. Pilke-porukoissa toimii nykyään muutama vapaaehtoinen.

Pilke-ohjaajan huoneentaulu

Menen luo, luon henkilökohtaisen kontaktin.

Näen ja kohtaan ihmisen juomisen takana, en pullon läpi.

Kutsuni kuuluu: ”Tule sellaisena kuin olet, ole mukana omanlaisesti.”

Olen ammatti-ihminen ja tasavertainen kanssaihminen.

Olen läsnä ja kuuntelen – viipyillen.

Viestitän kosketuksellani välittämistä ja huolenpitoa.

Pidän kiinni, en jätä, en unohda.

Ylläpidän positiivista viirettä, iloa ja ihmisarvoa.

Osaan nauraa myös itselleni.

Uskallan astua oman mukavuusalueeni ulkopuolelle.

Saan luvan epäonnistua ja paljastua epätäydelliseksi.

Pilke-toiminnan vaiheet

Pilke-toiminta aloitettiin Helsingin Diakonissalaitoksen Kotikallion palvelukeskuksessa vuonna 2002. Toimintaa kehitettiin Sininauhaliiton koordinoiman ”Liika on aina liikaa – ikääntyminen ja alkoholi” -hankkeen Diakonissalaitoksen osaprojektina 2005-2011. Pilke-ohjaajakoulutuksia on järjestetty Sininauhaliiton toimesta yhteistyössä Diakonissalaitoksen, muiden Sininauhaliiton jäsenyhteisöjen, kuntien ja seurakuntien kanssa vuodesta 2010 lähtien. Ohjaajakoulutusten myötä Pilke-toiminta on levinnyt vuoden 2020 loppuun mennessä Raumalle, Turkuun, Espooseen, Lietoon, Kaarinaan, Uuteenkaupunkiin, Laitilaan ja Raisioon.

Tämä käsikirja on tarkoitettu
Pilke-ohjaajille ja heidän
esihenkilöilleen sekä kaikille,
jotka ovat kiinnostuneita
ikäntyneiden päihdetyöstä.



Diakonissa-
laitos