

Neurokirjolla — ADHD-ryhmätoiminnan kehittäminen ja toteutus

Kainuun hyvinvointialue 5.9.2025

Suunnittelija Outi Peräkylä
Sairaanhoitajat Pekka Kela, Teela Moilanen ja Meeri Marjamaa



Euroopan unionin rahoittama –
NextGenerationEU



Kehittämisen polku



NEUROKIRJOLLA -AIKUISTEN RYHMÄ

RYHMÄTAPAAMISTEN TAVOITTEINA OVAT ...

- lisätä tietoa ja ymmärrystä neurokirjon piirteistä ja niiden vaikutuksista osallistujien omaan elämään
- Kannustaa osallistujia löytämään itselleen sopivia keinoja ratkaista ongelmia, jotka liittyvät neurokirjon piirteisiin
- Tarjota mahdollisuus turvalliseen keskusteluun ja vertaistukeen ammattilaisten tukemana

ESIMERKKEJÄ TAPAAMISTEN TEEMOISTA

Mitä on olla neurokirjolla?

Ajatuksia arjenhallinnasta:

- Motivaatio ja tarkkaavuus
- Ajan ja tavaroiden hallinta
- Muisti ja oppiminen
- Tunteet, itsesäätely ja vuorovaikutus
- Vahvuudet

Ryhmä alkaa syyskuussa 2024
Ryhmän ohjaaja soittaa ja varmistaa osallistumisesta ryhmään

Ryhmästä saat lisätietoja ohjaajalta

Ryhmä kokoontuu joka toisen viikon tiistai klo 15-16.30

Kajaanin ryhmätalolla

Ryhmää ohjaavat Kajaanin mielenterveysyksikön sairaanhoitajat

Ryhmä toimii suljettuna ryhmänä ja siellä käyty keskustelu on luottamuksellista.

KAINUUN
hyvinvointialue

EUROOPAN UNIONIN RAHOITAMA - NEXTGENERATIONEU

Mitä tavoiteltiin?

- Parantaa Kajaanin aikuisten mielenterveys- ja päihdepalveluiden tilannetta
 - Jononpurku ruuhkautti jatkohoidon palvelut
- Vastata psykoedukaation tarpeeseen ADHD-diagnosoinnin jatkumona
- Kehittää asiakaslähtöisiä toimintatapoja neurokirjon tukemiseen
 - Lisätä osallistujien oma-aloitteisuutta ja toimijuutta
- Tarjota turvallinen vertaistuen ympäristö

Saavutettiinko tavoitteet?

Tavoitteet saavutettiin (ja enemmänkin)

- Vastattiin palveluntarpeeseen ryhmämuotoisella toiminnalla.
 - Nopea jatkohoito tutkimuksien jälkeen
- Ammattilaisten ohjaama vertaistuki
- Ryhmätapaamiset toteutettiin osallistujien toiveiden pohjalta
- Ryhmäsisältöjen käsittelyjärjestys ja muoto valittiin asiakkaiden tarpeiden mukaan

Mikä on muuttunut verraten lähtötilanteeseen?

- Yksilökäyntien vaihtoehtona psykiatri suosittelee suoraan ryhmämuotoista jatkohoitoa
 - Asiakkaisiin otetaan yhteys henkilökohtaisesti ja kutsutaan ryhmään
- Palveluketjuja selkeytettiin ja diagnosointiprosessia nopeutettiin yhtenäistämällä tiedonkeruumenetelmät sekä jatkohoito-ohjeet
- Asiakaslähtöinen toimintatapa neurokirjon tukemiseen syntyi

Onko palvelu parantunut tai syntynyt uutta?

- Ryhmämalli toimii tehokkaana jatkona neurokirjon diagnoosin jälkeen
- Keväällä toteutettiin myös autismikirjon ryhmä – tarpeen mukaan ohjataan uusia ryhmiä
- Toimintaterapeutin roolin vahvistuminen
- Ryhmämalli vakiinnutetaan osaksi palveluketjua

Missä erityisesti onnistuimme?

Mitä se vaatii: Ammattilaisten osaamista ja rohkeaa kokeilemista ja esihenkilöiden ennakkoluulottoman tuen

- Ryhmämalli on osa hyvinvointialueen toimintaa
- Asiakaslähtöisyys: osallistujat vaikuttivat sisältöön
- Vertaistuki: turvallinen tila kokemusten jakamiseen
 - Turvallinen ilmapiiri 4,85 /5

Mitkä asiat haastoivat?

- Palveluiden kuormittuminen ja diagnosointiprosessin hitaus pakottivat etsimään ratkaisuja
- Jononpurku ruuhkautti jatkohoidon palvelut
 - Ryhmän jälkeen osalla jatkohoidon tarve jatkuu
- Yhtä aikaa kehitteillä olevat toimintamallit saman palvelualueen sisällä

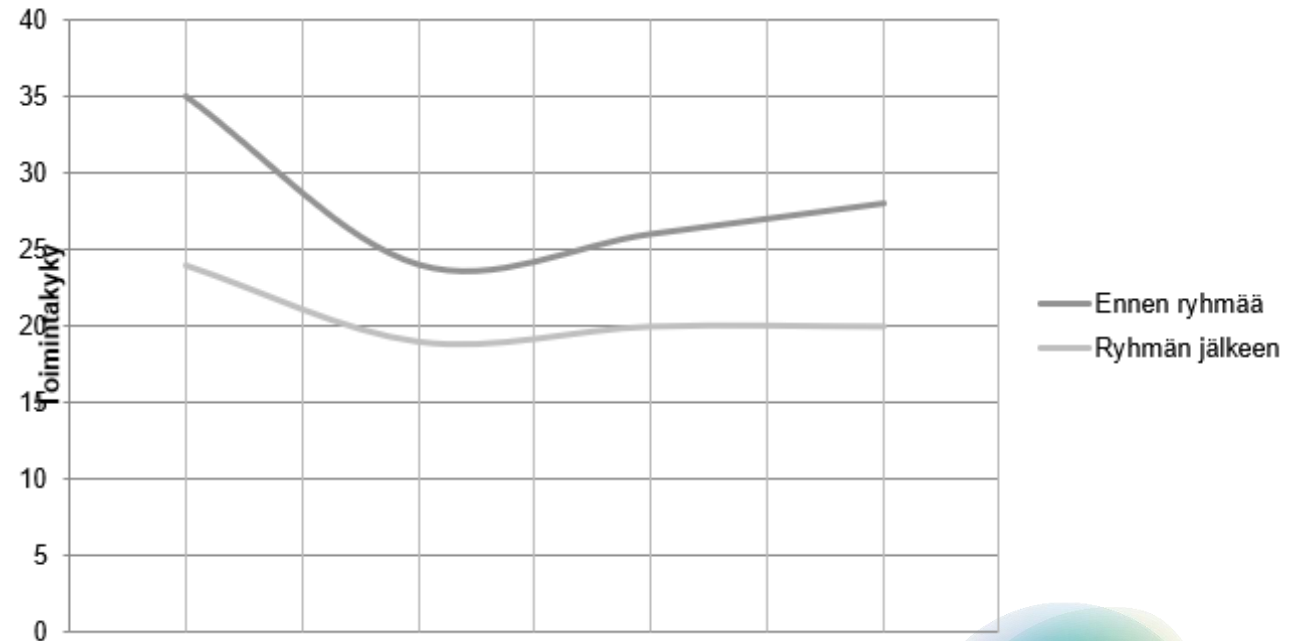
Mitä opimme?

- Ryhmän rytmi: asiakkaiden kokemana kahden viikon välein.
 - Asioiden työstämiseen jaa aikaa tapaamisten välissä
- Asiakkaiden osallistaminen parantaa vaikuttavuutta
 - Kuulluksi ja ymmärretyksi tulemisen kokemus
- Valmiit materiaalit tukevat suunnittelua ja toteutusta
 - Mielenterveystalon, Innokylän ja Autismiliiton valmiit materiaalit
- Ryhmän oikea-aikaisuus tärkeää
 - Perehtyminen ryhmäläisten tarpeisiin
 - Ei päällekkäisyyksiä esim. terapiaprosessin kanssa
- Ryhmäläisten juuri saadun diagnoosin vaikutukset motivaatioon ja aktiivisuuteen merkittäviä

Kehittämistyön päätulokset ja johtopäätökset – vaikutukset

- Kevään 2025 yhden ryhmän mittarointi (jatkuu syksyllä)
- ADHD-oireisten hyvinvointi ja toimintakyky parantuivat
- Ammattilaisten työtaakka keveni ja toi vaihtelevuutta työskentelyyn
- Syrjäytymisriskien ja kustannusten ennaltaehkäisy; ryhmäläiset kokevat toimintakykynsä kohentuneen

W-SAS toimintakykymittari



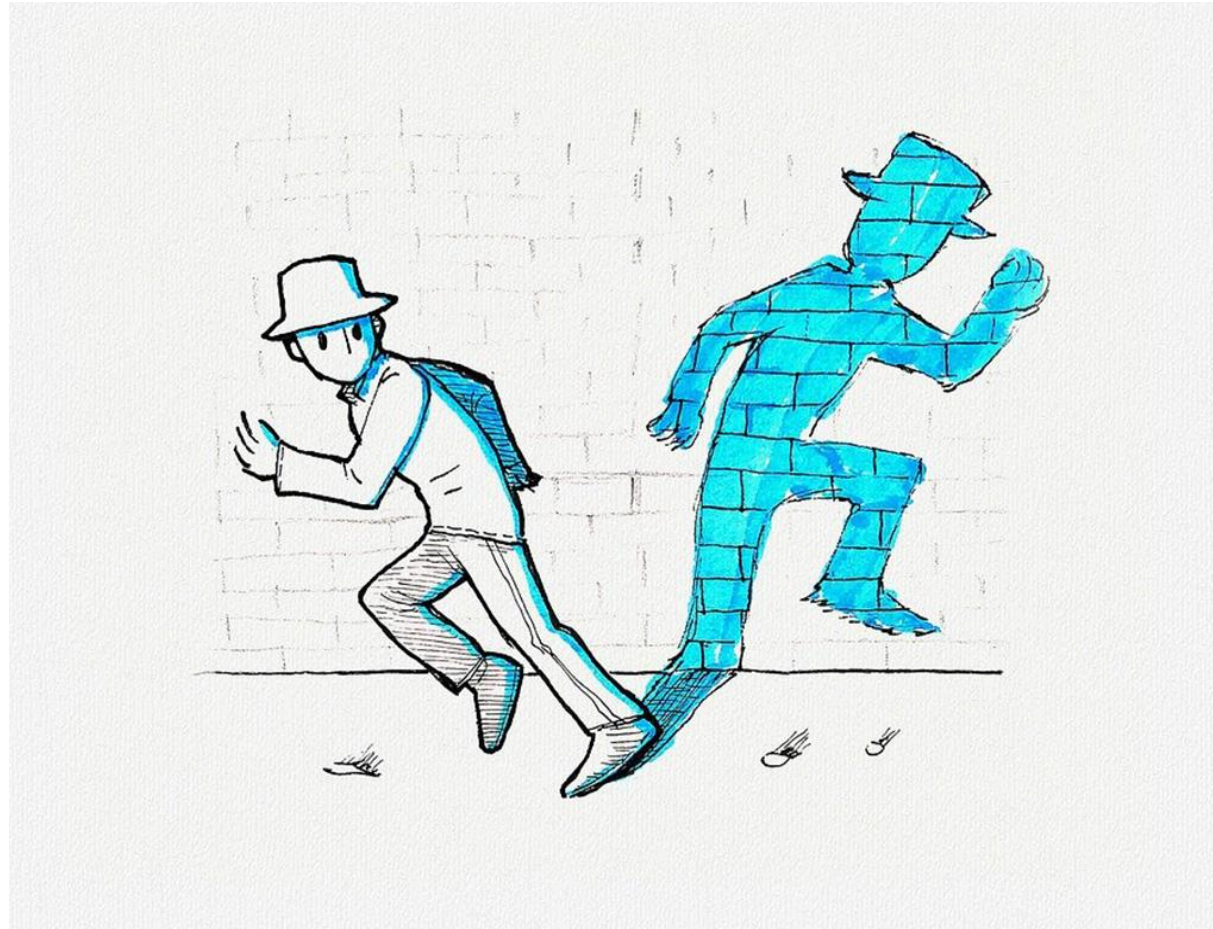
Asiakkaiden ääni esiin

- Ryhmämallia sovelletaan asiakkaiden tarpeitten mukaan
- Asiakkaiden mahdollisuus vaikuttaa ryhmätapaamisten sisältöön
- Suljettu Forms-kysely jokaisen ryhmätapaamisen jälkeen
 - NPS 99 % (n =110)
 - Ryhmässä huomioiminen 4,67 /5
 - Tapaamiskertojen hyödyllisyys 4,6 /5

Tulevaisuus ja jatkokehittäminen

- Läheisten huomioiminen: infomateriaalien laatiminen
- Varmistetaan ryhmämallin laajeneminen
 - Digitaalisuus: etäryhmien mahdollistaminen kunnissa
- Tarve kehittää yhteistyömalleja kolmannen sektorin kanssa
 - Kainuussa ei aktiivista ADHD-yhdistystä
 - Yhteistyön mahdollisuus kohdennetun nuorisotyön (Startti-paja 17—29-vuotiaille) kanssa alussa

Kiitos!



Kuva: Pixapay

Yhteystiedot:

Pekka.kela@kainuu.fi
Meeri.marjamaa@kainuu.fi
Outi.perakyla@kainuu.fi



Euroopan unionin rahoittama –
NextGenerationEU

