

Koti kuntoon ammattijärjestäjän avulla

Reija Wihinen on koulutettu ammattijärjestäjä, jonka asiakkaat kuvaavat häntä usein enkeliksi. Ammattijärjestäjä tarjoaakin työssään kodin järjestysavun lisäksi myös tukea ja keskusteluseuraa.

Reija Wihinen on työskennellyt monenlaisissa kodeissa, joissa yhteistä on ollut se, että niiden asukas tarvitsee apua kodin järjestämisessä. Ammattijärjestäjä voi olla tärkeä tukihenkilö omaishoitajan arjen helpottamisessa.

- Omaishoitaja-asiakkaat eivät varsinaisesti eroa muista asiakkaistani, paitsi siten, että he saattavat olla todella uupuneita. Tämä työ ei olekaan pelkästään järjestämistä, vaan myös keskustelemista ja tukemista.

Avun pyytäminen on Wihisen mukaan monille niin vaikeaa, että asiakkaiden tilanne saattaa olla todella hankala siinä vaiheessa, kun apua vihdoin pyydetään.

- Selviytymismentaliteetti istuu suomalaisissa liian tiukassa. Kannustan ostamaan palveluita, mikäli siihen on mahdollisuus. Erityisesti omaishoitoperheissä jaksaminen on tiukilla ilman ulkopuolista apua.

Wihinen oli keväällä mukana avustamassa omaishoitajaa, jonka piti saada



Reija Wihinen on ammattijärjestäjänä kutsumusammattissaan. Hän komensi jo lapsena perhettään siivoamaan.

läheisensä koti muuttokuntoon. Koti oli niin täynnä tavaraa, että tyhjiä pintoja ei näkynyt lainkaan – edes lattialla.

– Silloin täytyy vain ryhtyä toimeen tavara kerrallaan. Toisinaan järjestyksen säilyminen on epätodennäköistä esimerkiksi asiakkaan kroonisen sairauden vuoksi, mutta hetken helpotuskin on asiakkaalle iso juttu.

Luopumisen tuskaa

Ammattijärjestäjän puoleen voi kääntyä, kun omat voimat eivät enää riitä arjen pyörittämiseen. Yhdessä ammattijärjestäjän kanssa sitten käydään läpi tavarapaljoutta ja hankkiudutaan tarpeettomista kampeista eroon.

– Ammattijärjestäjän rooli on olla tsemppari. Luopumisesta pitää keskustella ja keskustelun jälkeen luopuminen tuntuu usein helpommalta.

Luopuminen ei aina käy käden käänteessä, sillä tavaraan

Selviytymis- mentaliteetti istuu suomalaisissa liian tiukassa.

syntyy tunneside. Luopumisen hetkellä ihminen saattaa ruveta miettimään, josko tavaramalle löytöisikin vielä käyttöä, tai jos sen kuitenkin myisi.

lääkkäällä ihmisellä tavaroihin liittyy usein muistoja ja tutut tavarat tekevät olon turvalliseksi. Moni myös ajattelee, että tavaroita saa hankkia yli tarpeen, kun niihin on varaa.

Wihinen toteaa, että Suomessa näkyy edelleen sota-ajan eetos. Mistään ei saisi luopua, vaan pitäisi säästää pahan päivän varalle. Hän nauraa, että asiakkaat ovat usein myös ”kätevää” porukkaa. He keräävät talteen valtavat määrät askartelumateriaaleja, vaikka eivät olisi koskaan askarrelleet.



Mupeat tekstiilit luovat vaikutelman koristeellisuudesta.



Tavarat on karsittu minimiin – joidenkin tuttavien mielestä jopa kodikkuuden kustannuksella.

– Päätöksentekokykyä voi treenata ja luopumisesta seuraa helpotuksen tunne. Pidemmällä aikavälillä asiakkaiden elämässä on tapahtunut suuriakin muutoksia, kuten uuden harrastuksen aloittaminen, tai rakkauden tai unelmatyön löytyminen.

Järjestys luo turvaa

Hoidettavan kotia järjestettäessä on ensisijaisen tärkeää ottaa huomioon turvallisuus. Kaikki lähtee siitä, millainen toimintaja liikuntakyky hoidettavalla on.

– Hoidettavan kodissa tavaroita voi joutua karsimaan paljonkin, jotta apuvälineille on tilaa ja liikkuminen käy sujuvasti. Matot voivat olla kaatumisriski, jos jalka ei nouse. Tavaroita ei myöskään kannata sijoittaa liian alas tai ylös, jotta niihin pääsee helposti käsiksi.

Wihinen vinkkaa, että kaikkien omaishoitotilanteessa osallisina olevien kannattaa olla läsnä, kun hoidettavan kotia

järjestetään. Näin kaikki tiedävät, mistä tavarat löytyvät. Laatikoihin voi merkitä, mitä ne sisältävät.

Järjestysapua kurssilta

Ammattijärjestäjän vierailu ei ole ainoa vaihtoehto, kun koti kaipaa järjestystä. Wihinen sanoo, ettei ammattilaisen apuun ole mikään pakko turvautua, mutta yksin puurtaessa jo aloittaminen saattaa muodostua ongelmaksi.

Joensuulainen vanhustyöhön

erikoistunut lähihoitaja **Minna Sinkkonen** ratkaisi ongelman ilmoittautumalla kodin järjestämisen verkkokurssille.

– Olin jo jonkin aikaa miettinyt, mistä saisin motivaation alkaa karsia tavaroita, jotka veivät vain turhaa energiaa muulta elämältäni.

Sinkkonen kertoo säilyttäneensä aiemmin paljon tavaraa, jota ”saattaa vielä tarvita”, eikä ole katunut tavaroista luopumista hetkeäkään.

– Kurssi sisälsi selkeitä ohjeita, joihin keskittyä eri päivinä. Idea on siinä, että keskittyy pieniin alueisiin kerrallaan eikä yritä muuttaa kaikkea kerralla. Muistan sen hyvinolontunteen, kun sain ensimmäisen jätessäkillisen täyteen pelkkää turhaa roinaa.

Työssään lähihoitajana Sinkkonen on nähnyt omaishoitoperheiden koteja ja hän tietää, että oma tila saattaa jäädä vähiin läheisen sairastuessa. Koti alkaa täyttyä erilaisista tarvikkeista ja apuvälineistä.

– Kodista voi muodostua toisten ihmisten työpaikka, jossa käy useita ihmisiä hoitamassa läheistä. Jokainen heistä toimii ehkä eri tavalla ja laittaa tavaroita minne sattuu.

Sinkkonen kokee, että hyvin järjestetty koti antaa tilaa niin fyysisesti kuin henkisestikin.

Hurjimmillaan omaishoitaja saattaa tuntea itsensä vieraaksi omassa kodissaan ja miettiä, onko siellä tilaa omalle itselle tai ajatuksille. Tällainen kurssi antaa selkeyttä siihen, kuinka tavaroita kannattaa sijoittaa niiden käyttötärpeiden mukaan. ■

Mikä ammattijärjestäjä?

- Ammattijärjestäjä on järjestämisen ammattilainen, joka yhdessä asiakkaan kanssa luo järjestystä ja tilaa esimerkiksi asiakkaan kotiin.
- Tärkeä osa ammattijärjestäjän työtä on auttaa luopumaan turhasta.
- Ammattijärjestäjä ei ole siivoaja, vaikka jotkut ammattijärjestäjät tarjoavatkin myös siivouspalveluita.
- Ammattijärjestäjän palveluista voi saada kotitalousvähennyksen.
- Ammattijärjestäjä on vaitiolovelvollinen.
- Suomen koulutetut ammattijärjestäjät ja verkkokurssit löytyvät Suomen ammattijärjestäjät ry:n sivuilta osoitteesta www.ammattijarjestajat.fi