

Saimaan ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysala Lappeenranta
Hoitotyön koulutusohjelma
Sairaanhoitaja

Sevgi Evin Mert

Maahanmuuttajanuorten mielenterveysongelmat ja mielenterveyden tukeminen

- Kirjallisuuskatsaus

Opinnäytetyö 2019

Tiivistelmä

Sevgi Evin Mert

Maahanmuuttajanuorten mielenterveysongelmat ja mielenterveyden tukeminen
-Kirjallisuuskatsaus

55 sivua + 2 liitettä

Saimaan ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysala Lappeenranta

Hoitotyön koulutusohjelma

Sairaanhoitaja (AMK)

Opinnäytetyö 2019

Ohjaajat: Löfman Päivi, Yliopettaja, Saimaan ammattikorkeakoulu

Opinnäytetyön tarkoitus oli kuvata, mitkä tekijät vaikuttavat maahanmuuttajanuoren mielenterveyteen. Siinä haluttiin selvittää maahanmuuttajanuoren identiteetin kehitykseen liittyviä tekijöitä uudessa tilanteessa maahanmuuton jälkeen. Maahanmuuttajaperheen roolimutokset ja sopeutuminen vaikuttavat suoraan nuoren kasvuun ja kehitykseen. Tarkoitus oli myös kuvata tätä prosessia.

Tässä opinnäytetyössä tarkasteltiin, kuinka Suomi pystyy vastaanottamaan ja auttamaan maahanmuuttajanuoria heidän ongelmissaan. Riittävätkö hoito-, kasvatus- ja opetusalan ammattilaisten kyvyt ja kompetenssi vastaamaan yhä monikulttuurisemmaksi muuttuvan väestön tarpeisiin? Opinnäytetyö toteutettiin kuvailuvan kirjallisuuskatsauksen menetelmää käyttäen. Kirjallisuuskatsauksen aineisto saatiin sosiaali- ja terveysalan tietokannoista; Finnan, Medican, Melindan, Terveystieteen sekä käsihaun Google Scholarin kautta. Työssä analysoitiin 18 tutkimusta. Tulosten vahvistamiseksi käytettiin yhden maahanmuuttajaäidin teema-haastattelua. Tämä aineisto analysoitiin teemoittelemalla.

Aineiston analyysin perusteella nähdään, että maahanmuuttajanuoren mielen hyvinvointiin ja mielen ongelmiin vaikuttavat hyvin monet tekijät samanaikaisesti. Nuoren kannalta koko maahanmuuttajaperheen kotoutuminen on yksi tärkeimmistä asioista. Samanaikaisesti nuoret käyvät läpi murrosikää ja akkulturaatio-prosessia. Traumatisoituneilla maahanmuuttajanuorilla mielen järkkäminen on todennäköistä, jos nuorella ei ole riittävästi ympärillään korjaavia kokemuksia koulussa, kaveripiirissä ja harrastuksissa. Opinnäytetyön aineiston perusteella havaittiin, että Suomen kotoutumis-, koulutus- ja terveydenhoitopalvelujärjestelmässä on vielä paljon puutteita maahanmuuttajanuorten tukemisessa.

Tutkimusta voivat hyödyntää sosiaali- ja terveysalalla sekä kasvatus- ja opetus-toimen ammattiteissa työskentelevät henkilöt. Myös maahanmuuttajien kanssa työskentelevät kolmannen sektorin toimijat hyötyvät tuloksista. Jatkotutkimusta tarvitaan esimerkiksi eri paikkakuntien mielenterveyspalvelujen riittävydestä maahanmuuttajanuorille. Tutkimus voisi olla haastattelututkimus, jossa tulisi kuulla maahanmuuttajanuorten oma ääni, sekä toisaalta maahanmuuttajanuorten kanssa työskentelevien ammattihenkilöiden näkökulmat.

Avainsanat: maahanmuuttajanuori, akkulturaatio, mielenterveysongelmat, mielenterveyspalvelut

ABSTRACT

Sevgi Evin Mert

Young immigrants, factors affecting mental health and support for mental health
55 pages, 2 appendices

Saimaa University of Applied Science

Health Care and Social Services Lappeenranta

Degree Programme in Nursing

Bachelor's Thesis 2019

Instructor: Löfman Päivi, Principal Lecturer, Saimaa University of Applied Sciences

The purpose of thesis is to portray the factors affecting the mental health of young immigrants and identify the development of their identities in the new situation after immigration. Readjustment and changes in roles inside the immigration family, directly affect a young person's growth and development. The purpose is to describe that process.

Another objective at the thesis is to objectively view the competence and ability of Finnish healthcare workers and education and teaching professionals to receive and assist young immigrants. Is Finland ready to accept and support the continuously changing, more multicultural populations needs? The thesis is implemented by descriptive literal review. The material was collected from social and healthcare databases, Finna, Medica and Melinda. In addition, manual search, Google Scholar was used. 18 study articles were analysed. To confirm the results, one immigrant mother was interviewed for this thesis. With theme interview, she was given a chance to give her point of view.

After analyzing the material, it can be seen that many different aspects of life affect simultaneously the wellbeing and mental health of a young immigrant. From the young person's aspect, the integration of the whole family to the new life is the most important factor. At the same time, a young person goes through puberty and acculturation process. If a young immigrant does not have rehabilitating experience in school, with friends or in hobbies, one might have mental health problems. According to the results there are a lot of shortcomings in supporting young immigrants in the integration system, education and health services in Finland.

The study can be used in social and health services, and it is also for parents and people working in the "third sector". For further study of this area it is suggested to focus on the sufficiency of mental health services in Lappeenranta for young immigrants. The study could be an interview, where the voice of young immigrants can be heard together with the voice of personnel working with young immigrants.

Keywords: young immigrant, acculturation, mental diseases, mental health services

Sisällys

1	Johdanto	5
2	Opinnäytetyön tarkoitus	8
3	Maahanmuuttajanuorten mielenterveysongelmat	8
3.1	Maahanmuuttajanuoren identiteetti.....	11
3.1.1	Roolimuutokset perheessä	13
3.1.2	Traumatisoituneet maahanmuuttajanuoret	14
4	Mielenterveyspalvelujen saatavuus	16
4.1	Maahanmuuttajanuorten mielenterveyspalvelujen käyttöä ehkäisevät tekijät	18
4.1.1	Kulttuurilliset esteet	18
4.1.2	Palvelujärjestelmään liittyvät esteet.....	19
4.2	Maahanmuuttajanuorten mielenterveyspalvelujen saatavuutta edistävät tekijät	20
5	Opinnäytetyön toteutus	22
5.1	Kirjallisuuskatsaus	22
5.2	Laadullinen tutkimus ja teemahaastattelu	24
5.3	Suunnittelu	24
5.4	Tiedon keruu	25
5.5	Aineiston analyysi	27
6	Yhteenveto ja tulokset	28
6.1	Identiteetti	29
6.2	Kotoutuminen.....	33
6.3	Yhteiskunnan tuki	37
6.3.1	Mielenterveyspalvelujen saatavuutta ehkäisevät tekijät	37
6.3.2	Mielenterveyspalvelujen saatavuutta edistävät tekijät	40
7	Pohdinta.....	42
7.1	Tulosten tarkastelu	42
7.2	Eettisyys ja luotettavuus	43
7.3	Johtopäätökset ja jatkotutkimuskohteet	45
	Lähteet	47

Liitteet

Liite 1 Haastattelun kysymykset 9.1.2019

Liite 2 Luettelo opinnäytetyöhön valituista tutkimuksista ja artikkelista

1 Johdanto

Suomessa ihmisiä tulee kohdella yhdenvertaisesti. Ketään ei saa ilman hyväksyttävää perustetta asettaa eri asemaan sukupuolen, iän, alkuperän, kielen, uskonnon, vakaumuksen, mielipiteen, terveydentilan, vammaisuuden tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella. Lapsia on kohdeltava tasa-arvoisesti yksilöinä, ja heidän tulee saada vaikuttaa itseään koskeviin asioihin kehitystään vastavasti. (Suomen perustuslaki 731/1999.)

Suomi on yhteiskuntana varsin nuori, vasta sata vuotias. Ihmiset ovat tottuneet elämään keskenään yhdessä. Maamme on joutunut puolustamaan yhteisiä arvojamme moneen kertaan. Yhden pitkän ihmisiän aikana maastamme on rakentunut varsin hieno sivistisyhteiskunta, jota jopa monet ihannoivat ja jäljittelevät. Suomalaisuus on käsitteenä ollut varsin yhtenäinen kaikille kymmeniä vuosia. Olemme eläneet oman piirimme ympärillä. Kansan keskuudessa ei ole tapahtunut suurta massaliikehdintää, koska köyhyys ja geopoliittinen asemamme on pitänyt meidät täällä. (Martikainen ym. 2013, 23-33.)

Globalisaatio on ajanut yhteiskuntamme murrokseen viimeisten vuosikymmenten aikana ja sen vaikutukset ovat kiihtyneet. Suomessa ulkomaalaisuus on koettu pitkään meille hyvin kaukaisena. Olemme varsin vieraita muutoksille ja muille kulttuureille. Vielä 1970- ja 1980-luvuilla ulkomaalaisia maassamme oli niukasti ja heidän näkemisensä tuntui suomalaisista lähinnä erikoisen eksoottiselta. Ensimmäinen laajempi ja näkyvämpi maahanmuuttajavirta on ollut Vietnamin venepakolaisiksi kutsuttu ryhmä. Heidän integroitumisensa yhteiskuntaamme on tapahtunut lähinnä omalla painollaan. Uuden väestöryhmän saatua elämänsä vakauteutta ovat he joko sopeutuneet suomalaisiksi tai sitten hakeutuneet maailmalle omille tahoilleen. Enää kyseistä kansanryhmää ei juurikaan havaitse ns. katukuvassa. (Martikainen ym. 2013, 36.)

Useimmiten väestö lähtee liikkeelle laajemmin, kun heille syntyy jokin tarve vaihtaa paikkaa. Suomi on ollut alueena pitkään sen kaltainen, että täällä eläminen ei ole erityisesti houkutellut työn, vakauden, suotuisan ilmaston tai muun vastaavan vuoksi. Muuttoliike idästä on ollut rajoitettu pitkään poliittisista syistä. Länsi on

ollut yhteiskuntana meitä houkuttelevampi ja siksi sieltä ei olla tänne päin muuttettu. Nyt aika on kuitenkin muuttunut ja Euroopan vapaan liikkuvuuden vuoksi Suomeen hakeudutaan etsimään laajasti edellytyksiä elää jossain rauhassa. Sotaa pakoon siirtyy laajoja ihmisryhmiä itäisestä Euroopasta, Aasiasta ja Afrikasta. Kaikki maahanmuuttajat eivät silti ole peräisin sotatoimialueilta. Oikeastaan ihmisille yhteistä on se, että he ovat kaikki erilaisista lähtökohdista. Kulttuurillinen ja etninen eroavaisuus on tullut jäädäkseen. Jos Suomi haluaa pysyä edistyksellisenä sivistysvaltiona, pitää sen sopeutua muutokseen. (Tilastokeskus 2018.) Lisäksi kielelliset ja kulttuurilliset erot saattavat haitata paljonkin asioiden selvittämistä. Asiaa on pakon edessä pyritty myös tutkimaan. Suurin osa selvinneistä asioista koskee aikuisia. Perheiden ja varsinkin lasten osalta tulokset jäävät sen varaan, mitä saamme ja annamme selvittää. (Karttunen 2016.)

Hoitotyön kannalta ajateltuna kaikkia potilaita pitää hoitaa niin kuin perustuslakimme (1999/73, 6 §) edellyttää. Varsinkin lasten hoitaminen on erittäin tärkeää jo siksi, että he ovat juuri se osa väestöstä, jonka varassa tulevaisuudessa me kaikki olemme. Nykyaikainen keskustelu maahanmuuttajien perusteista saapua Suomeen on varsinkin lasten osalta täysin järjenvastainen. Lapsi on mitä todennäköisimmin aina täysin syytön siihen, miksi hän Suomeen tulee ja esimerkiksi, miten terveydenhoito häntä kohtelee. Nykyisin niin sanottu länsimainen lääketiede kokee ainakin itse itsensä varsin kehittyneeksi, mutta silti se on ilmeisen altis yhteiskuntapoliittisille ilmiöille. Osa uudesta väestönosasta saattaa saada hoitoja täysin poikkeavalla tavalla, vaikka olisimme ylevästi yhdenvertaisia.

Työni käsittelee teoriaosassa maahanmuuttajataustaisia nuoria ja sitä, miten terveydenhoitojärjestelmämme kykenee auttamaan heitä. Opinnäytetyöni käsittää maahanmuuttajataustaisina myös syntyperäisiä Suomen kansalaisia, joiden vanhemmat ovat maahanmuuttajataustansa vuoksi selkeästi peräisin kulttuurillisesti tai muuten eri maasta ja se aiheuttaa perheen lapsille kulttuurillista eroavaisuutta kantaväestöön. Aihe on minulle läheinen omasta maahanmuuttaja taustaisuudestani johtuen, mutta pyrin ottamaan tämän huomioon opinnäytetyötä tehdessäni. Olen havainnut, että maahanmuuttajille terveydenhoitopalvelut avautuvat muuta väestöä vaikeammin. Osa saa palveluita jopa korostetusti omasta tahdostaan riippumatta, mutta suurin huoli syntyykin niistä tekijöistä, jotka aiheuttavat

esteen tulla hoidetuksi tarpeesta huolimatta. Tätä aiheena on varsin vaikea monestakin syystä tutkia, mutta aiheen merkitys tulee tulevaisuudessa varmasti kasvamaan.

Aiheesta on tehty useita erilaisia poikkitieteellisiä tutkimuksia. Ne ovat pääasiassa koskettaneet jotain teemaan liittyvää ongelmakohtaa. Useimmiten ne eivät sisällöllisesti edes uskalla kysyä asioista siten, että laaja ydinongelma ratkaistaisiin loppuun asti. Maahanmuuttajien luokitteluinen sanotusti toisen luokan ihmisiksi näkyy ehkä tässäkin. Rasismipelko on laajentunut myös niin, moni pelkää itse olevansa tai leimautuvansa rasistiksi. Tällöin tutkimuksen kohde kuitenkin kärsii, koska sitä ei uskalleta edes tutkia. Aiheen arkuus näkyi heti, kun tiedustelin ensimmäisestä valitsemastani pakolaiskeskuksesta mahdollisuutta tutkia maahanmuuttajataustaisten lasten mielenterveyspalveluita, ja uutisissa kerrottiin jatkuvasti eri puolilla Eurooppaa tehdyistä terrori-iskuista. Radikalisoitumisen tutkiminen ei kuulu tutkimukseni sisältöön, mutta ihmisiä maailmassa on kaikenlaisia ja heidän ongelmiansa syntyjuuriakin pitäisi pystyä selvittämään. Lapsuusiän huonot kokemukset pahentavat hoitamattomina.

Aiheeni ajankohtaisuus korostuu selkeästi siksi, että ihmisten henkinen pahoinvointi on korostunut ns. pakolaisongelman vuoksi. Yleinen keskustelu leimaa usein maahanmuuttajia yhtenä ryhmänä yhteiskuntamme ongelmaksi. Mielestäni asian ongelma on kuitenkin se, ettemme osaa vielä elää globalisoituvassa maailmassamme ja muuttaa käytäntöjämme tietoisesti uuteen suuntaan. Olisi ihmisten kannalta väärin jättää selvittämättä asioita, jotka on kuvaannollisesti pyritty piilottamaan maton alle. Valtiomme talous edellyttää julkiselta sektorilta tehokkuutta. Maahanmuuttajista aiheutuva kustannus kasvaa hallitsemattomalla tavalla, jos maahanmuuttoon liittyviä faktoja ei selvitetä.

Hoitotyön kannalta ajatellen työni aihe on arkipäivää. Maahanmuuttajien huomioiminen omana ryhmänään ei tarkoita heidän eriarvoistamistaan, vaan sitä, miten huomioimme maahanmuuttajat osana suomalaista yhteiskuntaa. Tässä opinnäytetyössäni tarkastelen varsinkin maahanmuuttajanuorten mielenterveyspalveluja.

2 Opinnäytetyön tarkoitus

Opinnäytetyöni tarkoitus on selvittää kirjallisuuskatsausta käyttäen, mitä ongelmia maahanmuuttajanuorilla on muuton jälkeen. Lisäksi pyrin selvittämään, kuinka suomalainen mielenterveyspalvelujärjestelmä pystyy vastaamaan näihin haasteisiin. Valitsin tutkimustavaksi kuvailevan kirjallisuuskatsauksen, koska sillä aihetta pystyy lähestymään monipuolisesti. Aihe on todella akuutti ja mielenkiintoinen. Oman kirjallisen katsaukseni vahvistukseksi halusin ottaa teemahaastattelun. Haastateltavaksi suostui lähipiirissäni oleva maahanmuuttajaäiti. Näkökulmaksi valittiin äidin kokemukset hänen omien, murrosikäisten nuorten sopeutuminen uuteen kulttuuriin, siihen liittyvät haasteet, sekä kokemukset mielenterveyspalveluissa kohtaamistaan ammattilaisista.

Aihepiiristä tutkimuskysymyksiä nousi esiin neljä:

1. Mitkä ovat maahanmuuttajanuorten mielenterveyteen vaikuttavat tekijät maahanmuuton jälkeen?
2. Miten maahanmuuttajanuoret kokevat uuteen maahan sopeutumisen?
3. Millaisia ovat maahanmuuttajanuorten mielenterveyspalvelujen saataavuutta edistävät tekijät?
4. Millaisia ovat maahanmuuttajanuorten mielenterveyspalvelujen saataavuutta ehkäisevät tekijät?

Näihin tutkimusongelmiin löytyvien tulosten avulla on mahdollista kehittää maahanmuuttajanuorten mielenterveyspalveluja. On mahdollista, etteivät maahanmuuttajanuoret tällä hetkellä saa mielenterveyspalveluilta kaikkia niitä hyötyjä, joita he tarvitsisivat.

3 Maahanmuuttajanuorten mielenterveysongelmat

Turvapaikanhakijoista ja pakolaisista tehdyissä tutkimuksissa nuorten psyykkinen oireilu on ollut selvästi yleisempää kuin samaikäisessä kantaväestössä. Yleisimpiä häiriöitä ovat posttraumaattinen stressihäiriö sekä masennus. Euroopassa ja Pohjois-Amerikassa tehdyssä tutkimuksessa ilmenee, että alaikäisistä pakolaisista on peräti 7 – 17 %:lla on posttraumaattinen stressihäiriö. Useiden kielteisten

tapahtumien kasautuminen samalle nuorelle lisää mielenterveysongelmien riskiä. Kohdemaassa huolta aiheuttaa viranomaisvastaanotto ja se, miten he suhtautuvat nuoreen maahanmuuttajaan. Nuori voi kohdata rasismia ja huonoa kohtelua. Kohdemaassa vallitsevilla olosuhteilla on arvioitu olevan nuorten maahanmuuttajien mielenterveyden kannalta jopa enemmän merkitystä kuin maahanmuuttoa edeltäneillä tekijöillä. (Kumpulainen ym. 2016, 770-771.)

Maahanmuuttajanuoren ja suomalaisen nuoren maailma ja kokemukset ovat usein niin kaukana toisistaan, että yhteisymmärryksen ja ystävyysrakentaminen voi olla vaikeaa. Ehkä ei osata tulkita oikein edes ilmeitä ja eleitä. Toisen käyttäytymisen ennakointi ja tulkitseminen tekevät elämästä vaikeaa. (Puusaari 1998, 21.) Maahanmuuttajanuoren on tärkeä oppia ymmärtämään sitä kulttuuria, mihin hän tulee. Mutta myös suomalaisen on tärkeä ymmärtää kunkin yksilön taustoja ja henkilöön vaikuttavia tapahtumia. Vain tällä tavalla hän voi ottaa maahanmuuttajan aidosti ystäväksi ja mahdollisesti auttaa häntä mielenterveyden häiriöissä.

Mielenterveyteen yleisesti vaikuttavia tekijöitä voi havainnollistaa taulukolla 1. Nuoren mielenterveyden rakentuminen tai murentuminen muodostuu samoista tekijöistä kuin aikuisella. Mielenterveyttä suojaa yleisesti sisäiset ja ulkoiset tekijät, jotka liittyvät suuremmaksi osaksi ihmissuhteisiin. Kuinka ihminen tulee kuuluksi ja nähdyksi lähisuhteissa ja yhteiskunnan eri instansseissa. Uhkat mielenterveydelle ovat minän heikot rakenteet tai ulkopuolelta tuleva paine, jota yksilö ei pysty käsittelemään ja silloin mielenterveys järkkyy.

Sisäisiä suojaavia tekijöitä	Ulkoisia suojaavia tekijöitä
<ul style="list-style-type: none"> • Hyvä fyysinen terveys ja perintötekijät • Myönteiset varhaiset ihmissuhteet • Riittävän hyvä itsetunto • Hyväksytyksi tulemisen tunne • Ongelmanratkaisutaidot • Ristiriitojen käsittelytaidot • Vuorovaikutustaidot • Kyky luoda ja ylläpitää tyydyttäviä ihmissuhteita • Mahdollisuus toteuttaa itseään 	<ul style="list-style-type: none"> • Sosiaalinen tuki, ystävät • Koulutusmahdollisuudet • Työ tai muu toimeentulo • Työyhteisön ja esimiehen tuki • Kuulluksi tuleminen ja vaikuttamismahdollisuudet • Turvallinen elinympäristö • Lähellä olevat ja helposti tavoitettavat yhteiskunnan auttamisjärjestelmät
Sisäisiä riskitekijöitä	Ulkoisia riskitekijöitä
<ul style="list-style-type: none"> • Biologiset tekijät, kuten kehityshäiriöt ja sairaudet • Itsetunnon haavoittuvuus • Avuttomuuden tunne • Huonot ihmissuhteet • Seksuaaliset ongelmat • Eristäytyneisyys • Vieraantuneisuus 	<ul style="list-style-type: none"> • Erot ja menetykset • Hyväksikäyttö, väkivalta ja kiusaaminen • Työttömyys ja sen uhka / Mielekkään tekemisen puute • Päihteet • Syrjäytyminen, köyhyys, leimautuminen • Psykkiset häiriöt perheessä • Haitallinen elinympäristö • Riittämätön / väärin asioihin kohdistunut tuki

Taulukko 1. Mielenterveyteen vaikuttavia tekijöitä (Mukaillen Heiskanen ym. 2007).

3.1 Maahanmuuttajanuoren identiteetti

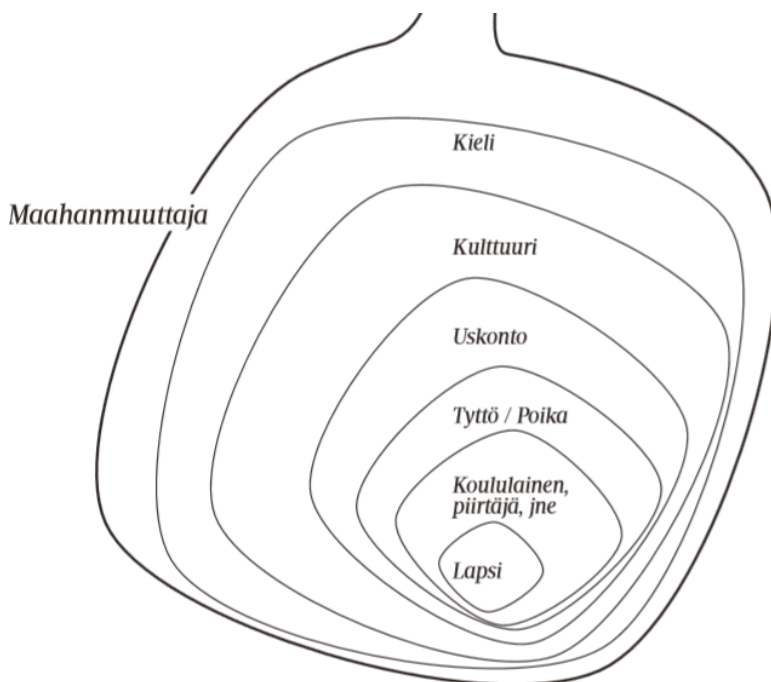
Identiteetillä tarkoitetaan minän kokemisen jatkuvuutta eli kokemusta siitä, millainen minä olen. Hyvä identiteetti muodostuu silloin, kun yksilön omaan itseensä kohdistamat odotukset ja tarpeet ovat tasapainossa ulkoapäin tulevien odotusten ja vaatimusten kanssa. Nuoren keskeisiä kehitystehtäviä ovat itsenäistyminen, vanhemmista irrottautuminen, ikätovereihin liittyminen, oman seksuaali-identiteetin jäsentyminen sekä muut fyysiset ja psyykkiset muutokset. Maahanmuuttajanuorille lisähaastetta tuo kahden kulttuurin vaikutuksessa kehittyminen. Jatkuvassa vuorovaikutuksessa toisten kanssa on mahdollista saada tietoa siitä, millainen itse on ja mitä ympäristö odottaa. (Martikainen 2015, 167-169.)

Kun nuori tulee uuteen ympäristöön, hän saattaa löytää aivan uusia innostuksen lähteitä tai harrastuksia, joita hänellä ei olisi koskaan voinut olla lähtömaassa. Esimerkiksi nuori voi oppia uuden tietokoneohjelman tai löytää uuden urheiluharrastuksen, jonka avulla hän voi oppia uutta ja saada ystäviä uudesta kotimaasta. (Kuusisto-Arponen 2017, 28-33.) Seuraavaksi maahanmuuttajanuori kuvailee tilannetta, minkä kautta hän pääsi lähemmäksi suomalaista kulttuuria.

En tuntenut ketään, tuntui siksi tosi tylsältä. Sitten kun tulin tukiasumisyksikköön, sinne tuli vapaaehtoisia ja tuntui vähän paremmalta. Meillä oli paljon hauskaa tekemistä, kokeiltiin tosi paljon erilaisia juttuja, mitä en ole tiennyt aiemmin, niin kuin laskettelua tai luistelua tai kalastamista. En ollut koskaan ennen kalastanut, ja se oli tosi hauskaa. (Helsingin Diakonissalaitos 2018.)

Omaa identiteettiä rakennetaan tyypillisesti erilaisten luokittelujen, erottelujen ja vastakkainasettelujen avulla. Omaa identiteettiä vahvistava tekijä on kansallisuus ja kulttuuri. Oman kansallisuuden ylivoimaisuuden korostaminen tulee ongelmaksi, jos itsetuntoa ja identiteettiä aletaan pönkittää muita kulttuureja ja kansallisuuksia halveksimalla. (Martikainen 2015, 173-174.) Jos maahanmuuttaja tulee sellaisesta maasta, missä ei ole demokratiaa, hän on voinut omaksua sellaisia käyttäytymismalleja, jotka eivät ole linjassa suomalaisen, tasavertaisen kulttuurin kanssa.

Pohja identiteetille luodaan nuoren tärkeimpien ihmissuhteiden kautta – kotona, perheessä, koulussa ja kaveripiirissä. Jos ympäristö näkee ensisijaisesti maahanmuuttajan ja vasta toissijaisesti nuoren, hän alkaa nähdä itsensä erilaisena – ulkopuolisena. Ympäristö ikään kuin pakottaa nuorelle sellaisen identiteetin, joka ei nuoresta tunnu omalta. Jos lapsi kasvuajanaan leimautuu maahanmuuttajaksi, voi tämä identiteetti seurata häntä pitkälle aikuisuuteen. (Novitsky 2014, 158.) On vaikea päästä ulos annetusta identiteetistä. Erilainen ulkonäkö ja pukeutuminen voivat olla riski leimautumiselle tai rasismien kohteeksi joutumiselle, esimerkiksi somalinuoret ihonvärinsä ja -tytöt pukeutumisensa vuoksi. Voi olla, että nuori ei itsekään tiedä, mikä hänen identiteettinsä on tuossa ikävaiheessa. Identiteetti muuttuu matkan varrella aikuisuutta kohti. (Turtiainen & Rezai (2018, 217.) Kuvassa 1. näkyy havainnollisesti se, että maahanmuuttajaidentiteetti vaikuttaa nuoreen niin vahvasti, ettei hän pääse ilmentämään omia kykyjään ja olemustaan muiden ansioiden kautta. Esimerkiksi joku nuori voi menestyä urheiluharrastuksessa, mutta ryhmässä hänet aina esitellään maahanmuuttajana, eikä esimerkiksi lahjakkaana jalkapalloilijana. Maahanmuuttaja-kuoren alle kätkeytyy paljon hyviä ominaisuuksia, jotka eivät pääse esille voimakkaan leiman takia. Jos ympäristö näkee Maahanmuuttaja-kuoren alle, se löytää sisältä kokonaisen persoonan kaikkine ominaisuuksineen.



Kuva 1. Vääristynyt identiteettisipuli (Novitsky 2014,156)

Maahanmuuton jälkeen nuorella voi olla monta eri identiteettiä, jotka on annettu ulkopuolelta. (Novitsky 2014,159). Seuraava haastattelu kuvaa tilannetta hyvin.

Minun nimeni on Ljuda – se on lyhenne Ljubovista, joka tarkoittaa rakkautta. Suomessa minun nimeni on Luuda – se ei kuulosta yhtään rakkaudelta, eikä edes kauniilta. Minun piti kertoa, kuka olen.... Vielä viisi vuotta sitten minä olin koululainen. Kotona minä olin tytär. Nyt minä olen koulussa maahanmuuttaja, virastossa paluumuuttaja, kotona tulkki ja kulttuuriavustaja, ikätovereiden keskuudessa venäläinen ja kadulla ryssä. Venäjällä käydessäni olen suomalainen. Oikeasti minä olen 15-vuotias nuori. (Novitsky 2014,159)

3.1.1 Roolimuutokset perheessä

Maahan muuttaneiden nuoren mielenterveyden rakentuminen poikkeaa aikuisista, koska lasten akkulturaatio-tilanne on erilainen kuin aikuisen muuttajan. Aikuisilla on jo vakiintunut kulttuuri-identiteetti ja käytännön tiedot arjessa toimimiseksi. Maahanmuuttajanuoret joutuvat rakentamaan kulttuurisen identiteetin uudessa ympäristössä. Kulttuuriset mallit muovautuvat läpi elämän. (Kerckänen & Säävälä 2015, 25.) Maahanmuuttajataustaisen väestön perhesuhteita ja niissä tapahtuvia muutoksia selitetään helposti vain kulttuuristen tekijöiden, kulttuurierojen ja akkulturaation kautta. Usein oletetaan näiden perhesuhteiden sisältävän ongelmia. Osa konflikteista myönnettiin kulttuurin ja kulttuuri erojen aiheuttamiksi, mutta osa konflikteista lasten murrosiän aikana esitettiin osana kaikkien perheiden elämää. Maahanmuuttajaperheillä on yleensä hyvin tiiviit perhesuhteet, jotka säilyvät nuoren murrosiän kuohuista huolimatta. (Peltola 2014, 273-275.)

Kun vanhemmat eivät tunne uutta yhteiskuntaa, heillä voi olla epärealistisia odotuksia lastensa suoriutumisesta. Vanhemmat voivat tuntea myös avuttomuutta toimiessaan kodin ulkopuolella. Nuoret ovat tällöin tärkeässä roolissa koko perheen sopeutumisen kannalta. Monissa perheissä nuoret voivat myös avustaa perhettään taloudellisesti. Vanhempien inhimillisistä, sosiaalisista ja taloudellisista voimavaroista riippuu, miten perhe selviää. (Alitolppa-Nitamo & Leinonen 2013, 100,101.) Maahanmuuttajanuorilla on yleensä läheiset suhteet perheeseen ja he voivat joutua perheen huoltajaksi tai oman vanhemman mielenterveyden kannattelijaksi koko nuoruutensa ajan. Kun perhe saa tukea ulkopuolelta, nuori

voi keskittyä oman ikäkautensa mukaiseen elämään ja rakentaa omaa identiteettiään. (Turtiainen ja Rezain 2018, 229.)

Syksyllä 2011 voimaan tullessa kotouttamislaissa kiinnitetään erityistä *...huomiota lapsen tai nuoren kehitystä tukevan ja ohjaavan vanhemmuuden edellytyksiin ja vanhempien tuen ja koulutuksen tarpeisiin* (Laki kotoutumisen edistämisestä 1386/2010). Suomeen muuttaneiden vanhempien ja lasten eri ympäristöissä kohtaamalla aikuisten toimivalla vuoropuhelulla on tärkeä rooli lapsen ja nuoren tasapainoisen identiteetin kehityksen kannalta. Mitä paremmin lasta kasvattavat aikuiset ymmärtävät toistensa arvomaailmaa, kulttuuria ja kasvatuksellisia tavoitteita, sen helpompia lapsesta käytävät kulttuuri- ja identiteettineuvottelut ovat. Todellinen kasvatuskumppanuus ei lähde informatiivisesta tiedonannosta, vaan aidosta kohtaamisesta, yhteisen ymmärryksen etsimisestä, vuoropuhelusta, kyseenalaistamisesta, osallisuudesta ja avoimuudesta. (Laine 2013.)

Maahanmuuttajavanhemmat eivät välttämättä tiedä esimerkiksi suomen koulujärjestelmästä riittävästi, tai ymmärtävät asioita kokonaan väärin. Esimerkiksi ei tiedetä, mikä on psykologi tai kuraattori tai mikä on koulun viranomaisrooli. Vanhempien epärealistiset toiveet lapsen menestyksestä tuovat paineita kodin ja koulun väliseen yhteydenpitoon. Erityisopetuspäätökset ovat monelle maahanmuuttajalle vaikeita hyväksyä. Kontaktit oppilashuoltoon ovat varsin satunnaisia muutoin kuin haasteellisten lasten osalta. Maahanmuuttajavanhemmat haluavat osoittaa kunnioitusta koulutusta ja koulua kohtaan, eivätkä helposti uskalla avautua huolistaan. Perheillä on usein myös tarve suojata oman etnisen ryhmän mainetta tai he pelkäävät viranomaisten reaktioita. (Säävälä 2012, 41,81; Säävälä 2013, 85.)

3.1.2 Traumatisoituneet maahanmuuttajanuoret

Traumaattiset kokemukset vaikeuttavat monien maahanmuuttajien kotoutumista. Tämän takia monet heistä ovat vaarassa syrjäytyä. Varsinkin pakolaisina ja turvapaikanhakijoina maahan tulleilla on vaikeita sotaan, kidutukseen ja läheisten menettämiseen liittyviä kokemuksia. Masennus ja mielenterveysongelmat sekoittavat helposti todellisuuden ja kuvitelmat. Haastattelujen mukaan traumatisoitu-

misen vuoksi monet eivät osaa suhtautua oikein viranomaisten tai muiden tahojen yrityksiin tarjota heille apua tai palveluja. Myös uuden tiedon vastaanottaminen ja keskittyminen on tässä tilanteessa vaikeaa. Hankaluutena on myös se, että monet maahanmuuttajia työssään kohtaavat suomalaiset eivät tiedä tarpeeksi traumatisoitumisen syistä ja vaikutuksista. Työntekijät eivät läheskään aina tiedä asiakkaan traumaattisista kokemuksista ja siten eivät tule ajatelleeksi, että ne saattavat puhjeta pintaan myöhemmin. (Mikkonen 2005, 64.) Hoitamattomat traumat vaikuttavat yli sukupolvien ja heijastuvat lapsiin. Kidutus alentaa ihmisen toimintakykyä myös vanhempana. Syntymätön lapsi voi tulla kidutetuksi jo kohtuaikana äidille tehdyn kidutuksen kautta. Lapset voivat myös nähdä vanhempiansa kidutusta ja julmaa kohtelua tai joutua itse kidutetuiksi. (Castaneda ym. 2018, 357.)

Olen syntynyt vankilassa itse. Äidille on käytetty silloin sellaisia sähkökidutus menetelmiä. lisäksi äidille on annettu lääkkeitä, jotta tulisi keskenmeno. Ja synnytys oli semmoinen, että ne muut naiset vain auttoivat synnytyksessä. Äiti kertoi, että kun synnyin, en hengittänyt. Siinä meni aikaa ennen kuin hengitin ensin kerran. Olin sininen. Ja kaikki ravinto oli erittäin huonoa siellä vankilassa.

(Castaneda ym. 2018, 357)

Maahanmuuttajanuorella, jolla on takana trauma, on helposti myös sopeutumishäiriö. Tällä tarkoitetaan elämänmuutokseen liittyviä ahdistusta ja masennusoireita. Nuorella voi olla myös aggressiivinen ja asosiaalinen käytös. Oireiden vuoksi sopeutuminen uuteen elämäntilanteeseen tai haastaviin elämänmuutoksiin vaikeutuu tai hidastuu. Ne alentavat myös nuoren toimintakykyä esimerkiksi koulussa, kotona, harrastuksissa tai kaverisuhteissa. (Kumpulainen ym. 2016, 343.) Maahanmuuttajilla on myös paljon psyykkiseen stressiin liittyviä somaattisia oireita ja vakavia sairauksia. Erilaiset tuki- ja liikuntaelimistön vaivat, vatsavaivat ja päänsärky ovat tavallisia. Verenkiertoelimistön sairaudet ovat yleisiä. Melko nuorillakin turvapaikanhakijoilla on sydäninfarkteja. (Halla 2007, 471.) Myös väkivallan kohtaaminen uudessa maassa on traumaattinen kokemus maahanmuuttajanuorelle. Esimerkiksi kurditaustaiset pojat olivat kokeneet väkivaltaa eniten ja he olivat olleet myös toisten väkivaltakokemusten todistajina. He kertoivat myös

muita nuoria enemmän kokeneensa epäoikeudenmukaista kohtelua. Tytöt kertoivat kokeneensa poikia enemmän turvattomuutta. Noin kymmenen prosenttia nuorista kertoi tulleen kiusatuksi. Tavallisimmin kiusaaminen oli rassistista nimittelyä, ihonväriin tai etniseen taustaan liittyvää. (Alitolppa -Niittamo ym. 2014, 3-4.)

4 Mielenterveyspalvelujen saatavuus

Turvapaikanhakijoilla on oikeus välttämättömiin sosiaali- ja terveyspalveluihin, kun he tulevat Suomeen. Nuorelle, joka on erityisen tuen tarpeessa, on annettava soveltuvaa neuvontaa ja kuntoutusta sekä mielenterveyspalveluita. Vastaanottokeskuksessa on terveydenhoitaja ja hoitava lääkäri. Lapset ja nuoret saavat terveydenhoitoa laajemmin kuin aikuiset turvapaikanhakijat. Oleskeluluvan saaneet nuoret saavat terveyspalvelut siitä kunnasta, mihin he asettuvat asumaan. (Suikkanen 2010,70.) Useissa eri maissa on huomattu, että maahanmuuttajalapset ja -nuoret käyttävät mielenterveyspalveluita vähemmän kuin muut lapset ja nuoret. Diakonissalaitos on tehnyt vuonna 2010 selvityksen, jossa havaittiin, että Suomessa vain noin kolmannes nuorista turvapaikanhakijoista ja pakolaisista saa psykoterapeuttista apua tai muuta psykiatrista hoitoa. Silti on paljon enemmän maahanmuuttajanuoria, jotka ovat traumatisoituneita ja selvästi psyykkisesti oirehtivia (Kumpulainen ym. 2016, 771.)

Suomeen tullessaan nuori saattaa näyttäytyä ulkopuolisen silmissä vahvana ja pärjäävänä, vaikka hän tosiasiasa toimisikin voimiansa ja osaamisensa ääri rajoilla. Maahanmuuttajaperheen kanssa selvitetään nuoren todellinen tilanteenne ja etsitään yhteinen näkemys palveluiden tarpeesta. Näin vältetään soveltumattomien palveluiden tarjoaminen pakolaisnuorelle. (Turtiainen & Rezai.2018, 229.) Toisaalta Suomessa ei ole vielä saatavilla lasten- ja nuorisopsykiatrisia palveluita, jota kidutetut tai vaikeasti traumatisoituneet maahanmuuttajalapset ja -nuoret voisivat hyödyntää. Maahanmuuttajalapset ja -nuoret käyttävät samoja mielenterveyspalveluita kuin suomalaiset nuoret. Maahanmuuttajiin erikoistuneet mielenterveyspalvelut on suunnattu yksinomaan aikuisille. Yli 18-vuotiaat maahanmuuttajanuoret voivat käyttää näitä palveluita. (Suikkanen 2010, 70.)

Taulukossa 2. esitellään eri auttajatahoja, jotka ovat saatavilla maahanmuuttajille. Nämä palvelut ovat saatavilla myös kaikille suomalaisille. Sosiaali- ja terveyspalveluissa, pakolaistyössä, sekä näiden ulkopuolella on runsaasti toimijoita ja organisaatioita, mitä maahanmuuttaja voi hyödyntää. Näiden palvelujen sisällä toimivien henkilöiden tulisi olla erityisen hyvin tietoisia pakolaisten erityisongelmista, sekä omata kyvyt toimia hyvin eritaustaisten ihmisten kanssa.

Palveluja pakolaisasiakkaita kohtaaville ammattilaisille asiakkaiden mielenterveyttä tukevaan työhön			
Mielenterveyden tuki ja hoito sosiaali- ja terveyspalveluissa	Mielenterveyden edistäminen ja tuki sosiaali- ja terveyspalveluiden ulkopuolisten toimijoiden osalta	Mielenterveyden edistäminen, tuki ja hoito pakolaistyössä.	Ammattilaisille mielenterveyttä tukevaan työhön
Perusterveydenhuolto Psykiatrinen avo- ja osastohoito Akuutti sosiaali- ja terveydenhuolto Kriisipalvelut, Päihdepalvelut Psykoterapia, vastaavat kuntoutusmuodot Psykologiset tutkimukset/ arviointi Fysio- ja toimintaterapia Lastensuojelu Sosiaalinen kuntoutus /Sosiaalipalvelut Opiskeluhoito	Varhaiskasvatus Opetus ja koulutus Nuorisopalvelut Työ- ja elinkeinopalvelut Liikuntapalvelut Kulttuuri-, kirjasto- ja museopalvelut Suojeluala Uskonnolliset yhteisöt Järjestö-, yhdistys- ja vapaaehtoistoiminta	Turvapaikkaprosessi /turvapaikanhakijoiden vastaanottopalvelut Pakolaisten vastaanotto ja kotouttaminen Erikoistuneet psykiatriset yksiköt Tulkkipalvelut	Mielenterveyttä edistävä ja asiakkaan voimavaroja vahvistava työote Kulttuurinen kompetenssi, kulttuurisensitiivisyys ja syrjimättömyys Kokonaisvaltainen ja moniammatillinen työote ja yhteistyö Palveluohjaus Tulkkiavusteinen työskentely Mielenterveysongelmiensa tunnistaminen, arviointi ja diagnosointi Työntekijöiden työnohjaus

Perhesuunnittelu-, äitiys- ja lasten- neuvolapalvelut Työterveyshuolto			Strategiatyö mie- lenterveyttä edis- tävän työn mah- dollistajana Pakolaiskysymys- ten sisällyttämi- nen ammattiin johtaviin koulutuk- siin ja ammatti- laisten täydennys- koulutuksiin
---	--	--	---

Taulukko 2. Pakolaisasiakkaita kohtaaville ammattilaisille mielenterveyttä tuke-
vaan työhön (Mukaellen Castaneda ym. 2018)

4.1 Maahanmuuttajanuorten mielenterveyspalvelujen käyttöä ehkäisevät tekijät

4.1.1 Kulttuurilliset esteet

Maahanmuuttajia kohdataan suhteellisen harvoin mielenterveyspalveluissa. Hoi-
tokontaktin aloittamista mutkistavat monet tekijät. Lapset, nuoret ja heidän per-
heensä vierastavat usein mielenterveyspalveluiden piiriin ohjaamista, koska
heillä ei ole käsitystä suomalaisesta mielenterveystyöstä ja heillä on myös en-
nakkoluuloja mielenterveystyötä kohtaan. Myös mielenterveyspalveluissa saate-
taan kulttuurisidonnaisten ongelmien ilmetessä tehdä väärä tulkinta perheen, lap-
sen tai nuoren soveltumisesta palveluiden käyttäjäksi. Kitkaa voi aiheutua esi-
merkiksi poisjäänneistä sovituista tapaamisista. Myös väärinymmärryksen mah-
dollisuus sosiaali- ja terveysalan ammattilaisen ja maahanmuuttajaperheen vä-
lillä on mahdollinen. Tulkin kanssa työskentely koetaan edelleen työskentelyä
vaikeuttavaksi tai jopa haittaavaksi tekijäksi. (Suikkanen 2010, 74.)

Stigmalla eli häpeäleimalla tarkoitetaan ei-toivottua sosiaalista leimautumista.
Stigmatisaatioon liittyy tietämättömyyttä, vääristyneitä uskomuksia ja ennako-
luuloja. Psykykkisiin sairauksiin liittyvä stigmatisoitumien vaikuttaa eniten sairas-
tuneeseen itsensä. Myös läheiset voivat pitää läheisen sairastumista häpeälli-
senä ja sitä voidaan peitellä. Sairastunut voi myös leimata itse itsensä, jolloin

hän ei esimerkiksi häpeän vuoksi kerro sairaudestaan kenellekään, eikä hae apua. (Castaneda ym. 2018, 69.) Häpeä ja leiman pelko on yhä totta myös monessa suomalaisessa perheessä. Varsinkin uskonnollisten ryhmien sisällä mielenterveysongelmat pidetään mahdollisimman pitkään piilossa.

Maahanmuuttajavanhemmat eivät tunnista lastensa tunne-elämän ongelmia yhtä herkästi kuin muut vanhemmat. Lisäksi vanhemmilla saattaa olla nuoren ongelmiin muita kuin lääketieteellisiä selityksiä. Osa maahanmuuttajista hakee mielenterveysongelmiin apua muilta tahoilta kuin virallisesta terveydenhuoltojärjestelmästä. He kääntyvät esimerkiksi perheen, laajemman yhteisön tai uskonnollisten johtajien puoleen. Nuoret hakevat apua koulusta tai ystäviltä. (Kumpulainen ym.2016, 772.) Nuorten avun hakemisessa on tärkeää nuorten näkemys siitä, kenen he uskovat voivan auttaa heitä. On tärkeää myös vaikuttaa avun hakemiseen liittyviin uskomuksiin ja ylläpitää monipuolisia avun hakemisen kanavia.

Maahanmuuttajataustaisilla nuorilla saattaa olla epärealistinen kuva omasta pärjäämisestä verrattuna kantaväestön nuoriin. Nuorten oma arviointiskaala saattaa olla erilainen kuin kantaväestön nuorilla johtuen vertailun erilaisuudesta. Maahanmuuttajataustaiset nuoret voivat esimerkiksi verrata kielitaitoaan omaan lähtötasoonsa tai muihin maahanmuuttajataustaisiin oppilaisiin. Kun opettajat lisäksi pyrkivät rohkaisemaan ja antamaan positiivista palautetta edistymisestä, käsitys omasta osaamistasosta verrattuna koko ikäryhmään voi vääristyä. Tämä voi kostautua nuorelle myöhemmin, jos osaamisen heikko taso paljastuu vasta jatko-opiskelupaikkaa haettaessa. (Alitolppa-Niittamo ym. 2014, 96.)

4.1.2 Palvelujärjestelmään liittyvät esteet

Suomessa ensimmäinen vain maahanmuuttajille tarkoitettu yksikkö oli Suomen Mielenterveysseuran Ulkomaalaisten Kriisikeskus. Se aloitti toimintansa vuonna 1989. Ensimmäinen varsinainen, ainoastaan maahanmuuttajille tarkoitettu transkulttuurinen psykiatrinen hoitoyksikkö, Helsingin Diakonissalaitoksen Kidutettujen kuntoutuskeskus aloitti toimintansa vuonna 1993. Transkulttuurallisen psykiatrian kiinnostus on lisääntynyt maassamme huomattavasti viime vuosina. Tästä kertoo vuonna 2003 Suomen Psykiatriyhdistykseen perustettu transkulttuurallisen psykiatrian jaos. (Rauta 2005, 20.)

Palvelujärjestelmään voi sisältyä tahallista tai tahatonta syrjintää. Osa on terveydenhuollon työntekijöistä johtuvaa syrjintää. He esimerkiksi voivat kokea, että hoidon toteuttaminen on vaikeaa, jos potilaan kulttuurista poikkeaa kovasti omasta tai jos ei ole yhteistä kieltä. Tästä voi seurata, että maahanmuuttajataustaisia potilaita ei ohjata lainkaan mielenterveyspalveluihin tai heille tarjotaan suppeampia palveluita. Suomessa on yksiköitä, joissa on erityisosaamista etenkin pakolaisten ja turvapaikanhakijoiden psykiatrisesta hoitamisesta. Mutta ne hoitavat yleensä vain aikuisia. (Kumpulainen ym. 2016, 772.) Ehkäisevän mielenterveystyön tulisi kulkea nuoren rinnalla koko hänen kasvunsa aikana. Eri tahot tulisi saada niin lähelle nuorta, ettei niiden lähestyminen aiheuttaisi leimautumista. (Louhelainen ym. 1995, 42.)

4.2 Maahanmuuttajanuorten mielenterveyspalvelujen saatavuutta edistävät tekijät

Aikuisiän syrjäytymistä ja mielenterveys ongelmia voidaan välttää tukemalla lasten ja nuorten mielenterveyttä. Vanhempien hyvinvointi on tärkeä tekijä koko perheen kannalta, siksi on tärkeää tukea koko perhettä. (Castaneda ym. 2018, 107.) Maahanmuuttajien tiedon lisäämiseen mielenterveyteen liittyvissä asioissa voidaan käyttää esimerkiksi asioiden sanoittamista, opetusta ja arviointia muun muassa siitä, mistä huonovointisuus voi johtua. Tietoa voidaan antaa suurelle joukolle esimerkiksi keskustelutilaisuuksissa. Tilaisuuksia voidaan järjestää myös yhteistyössä uskonnollisten yhteisöjen kanssa. Kokemusasiantuntijan käytöstä mielenterveyttä edistävässä toiminnassa on saatu hyviä kokemuksia. (Castaneda ym. 2018,70.) Maahanmuuttajien sosiaalinen ja taloudellinen tilanne tulee saada yhtä aikaa kuntoon mielenterveydellisen tuen kanssa. Tärkeä on huomioida, löytääkö maahanmuuttajataustainen henkilö tarvitsemansa apua, jos hän kärsi mielenterveyden häiriöstä. Yhtä tärkeää on se, onko hänelle tarjottu apu hyväksyttävää, sopivaa ja toimivaa. (Kerckänen & Säävälä 2015.)

Positiivista kehitystä tukevat toimet auttavat nuorta useimmiten enemmän kuin se, että keskitytään ainoastaan riskitekijöiltä suojautumiseen. Nämä tuet tulevat monelta taholta, esimerkiksi perheen ja omien vanhempien vanhemmuuden tu-

keminen, koulun ilmapiiri ja koulutovereiden asenne. Lisäksi opettajien, oppilashuollon ja muiden aikuisten tuki ja ohjaus täydentävät nuoren tervettä kehitystä. (Alitolppa-Nitamo & Leinonen 2013,111.)

Pakolaistaustainen mielenterveyspotilas voi kokea olevansa leimattu kahteen kertaan, sekä mielenterveysongelmiensa että etnisen taustansa vuoksi. Ammatillisilla on tällaisessa tilanteessa avainasema vaikuttaa eri yhteisöissä oleviin ennakkoluuloihin ja käsityksiin. (Castaneda ym. 2018,70.) Sen lisäksi, että hoidetaan ulkomaalaistaustaisten mielenterveyden edistämistä, pitää vaikuttaa Suomessa vallitsevan tilanteen parantamiseen, esimerkiksi syrjinnän vähentämiseen sekä kotoutumisen ja osallisuuden edistämiseen. (Castaneda ym. 2017,997.)

Suurin osa maahanmuuttajienkin mielenterveyshäiriöistä hoidetaan perusterveydenhuollossa paikallisesti. Erikoissairaanhoidon lähettämistä pitää pohjustaa perusteellisesti, sillä harvalla maahanmuuttajalla on tietoa suomalaisesta psykiatriasta. Tällöin on tärkeää keskustella mielenterveysasioista yhdessä potilaan perheen kanssa. Yleislääkärin haasteellisena tehtävänä on hoitaa maahanmuuttajapotilasta kokonaisvaltaisesti. Tämä hakeutuu sinne yleensä ruumiillisten oireiden vuoksi, vaikka perusongelma olisi mielenterveyden häiriö. Terveystenhoitaja tai sairaanhoitaja voi myös olla potilaan tärkein kontakti terveydenhuoltoon. Potilaan luottamuksen voittaminen on hoidon onnistumisen kannalta erittäin tärkeää. Vakavista mielenterveysongelmista kärsivien hyvä hoito edellyttää moniammatillista tiimiä ja lääkärille työnohjausta ja konsultaatiomahdollisuuksia. (Oroza 2007, 455.)

Suomalaisessa koulujärjestelmässä on jo nyt monia hyviä rakenteita ja palveluita, jotka tukevat maahan muuttaneiden nuoren hyvinvointia. Valmistavat luokat auttavat pääsemään alkuun suomen tai ruotsin oppimisessa. Erityisopetuksella on hyvin resursseja ja ainakin suurimpien kuntien kouluissa on mahdollista käyttää tulkkeja kodin ja koulun yhteistyötä helpottamaan. Koulujen henkilökunta on korkeasti koulutettua. Heillä on valmiudet omaksua monikulttuuristuvan koulun arjessa tarvittavia taitoja. Kodin ja koulun yhteistyössä vanhemmat tarvitsevat aitoa ja ymmärtävää kiinnostusta vanhemmuuttaan kohtaan. Tämä rakentaa luottamuksellisen pohjan yhteistyölle. (Säävälä 2013,90.) Kun nuoren elinpiiri laajenee perheen ulkopuolelle, nuori pääsee toimimaan itsenäisesti. Kolmannen sektorin

toiminta, jossa työskentelee nuorten elämäntilanteisiin paneutuvia aikuisia, on erittäin tärkeä rooli siinä, että se tarjoaa tavoitteellista toimintaa ja siellä voi luoda uusia ihmissuhteita. (Turtiainen & Rezai 2018, 229.)

5 Opinnäytetyön toteutus

Opinnäytetyöni kohderyhmä on 13-18-vuotiaat maahanmuuttajataustaiset nuoret. Tarkastelen tässä sekä tyttöjä että poikia. Maahanmuuttajiksi luokitellaan nekin Suomen kansalaiset, joiden vanhemmat ovat etniseltä taustaltaan kulttuurillisesti ja/tai kielellisesti toisesta maasta tulleita. En kuitenkaan tutki esimerkiksi Ruotsista muuttaneita, koska kulttuuritaustaltaan he eivät edusta erilaisesta kulttuurista tänne muuttaneita, vaan kysymyksessä saattaa olla ainoastaan kielellinen ongelma, jos paikkakunnalla puhutaan pääasiassa suomea.

Tarkastelen maahanmuuttajanuorten mielenterveyteen vaikuttavia tekijöitä. Samalla tutkin, kuinka mielenterveyspalvelut pystyvät vastaamaan niihin haasteisiin, jota maahanmuuttajanuorten mielenterveyden ongelmassa tulee vastaan. Teen opinnäytetyöni laadullisena tutkimuksena kirjallisuuskatsauksen metodilla.

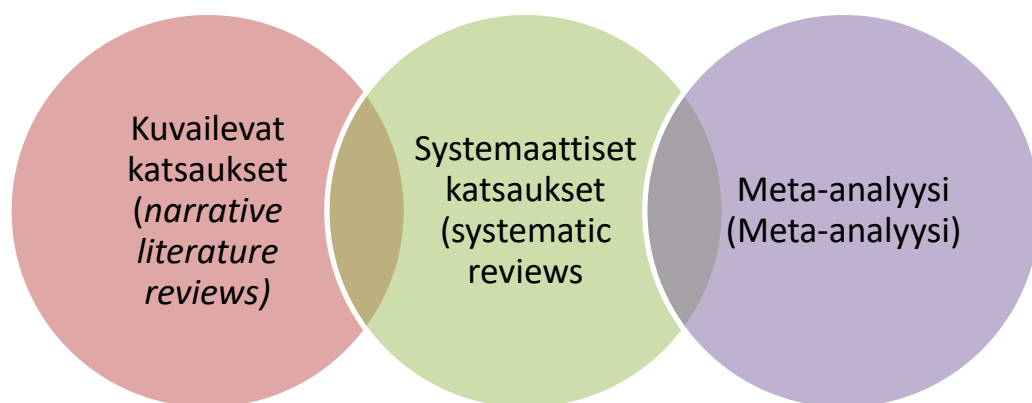
5.1 Kirjallisuuskatsaus

Kirjallisuuskatsaus on metodi ja tutkimustekniikka, jossa tutkitaan tehtyä tutkimusta. Sen avulla tehdään tutkimusta tutkimuksesta, eli kootaan tutkimuksien tuloksia, jotka ovat perustana uusille tutkimustuloksille. Systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa kiinnitetään huomiota käytettyjen lähteiden keskinäiseen yhteyteen ja tekniikkaan, jolla siteeratut tulokset on hankittu. Kirjallisuuskatsauksen termillä *review* viitataan katsauksen lisäksi arviointiin, joka tehdään uudelleen tai kriittisesti. Termillä voidaan tarkoittaa myös selontekoa, arvostelua, tarkistusta ja jopa historiikkia. (Salminen 2011,4-5.)

Kirjallisuuskatsauksen voidaan jakaa pääsääntöisesti kolmen eri osion narratiivinen (narrative, literature review), perinteinen (traditional literature review), systemaattinen kirjallisuuskatsaus (systematic overview) sekä meta-analyysi (meta-analysis). Kirjallisuuskatsausten avulla hahmotetaan olemassa olevan tutkimukseen kokonaisuutta. Aiheeseen liittyvää tutkimustietoa keräämällä saadaan kuva,

miten paljon tutkimustietoa on olemassa ja millaista tutkimus sisällöllisesti ja menetelmällisesti on. (Johansson ym. 2007, 3.)

Kirjallisuuskatsaus on usein ymmärretty melko kapeasti. Tosiasiassa se pitää sisällään useita tyyppejä. Vaikka muunkinlaisia jaotteluja on, on kirjallisuuskatsauksen esittely jaettu yleensä kolmeen perustyyppiin, jotka on esitelty kuvassa 2. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa aineistoa ei ole niin tarkasti rajattu ja tutkimuskysymykset ovat väljiä. Systemaattisessa katsauksessa on tiivistelmä tietyn aihepiirin aiempien tutkimusten olennaisesta sisällöstä. Siinä esimerkiksi haastattelusta seulotaan esiin tutkimuksen kannalta olennaisia sisältöjä. Meta-analyysi on tutkimusmenetelmä, jossa yhdistetään eri tutkimuksia ja yleistetään niistä saadut tulokset tilastotieteen menetelmin. Sen avulla tehdään päätelmiä jo olemassa olevien tutkimusten olennaisesta sisällöstä. Tällä metodilla luodaan tutkimusaiheesta parempia yleistyksiä verrattuna yksittäisiin tutkimuksiin. (Salmi-
nen 2011, 6-11.)



Kuva 2. Kirjallisuuskatsauksen tyypittely (Stolt ym.2016, 8)

Tässä työssä on käytetty kuvailevaa kirjallisuuskatsausta. Se on yksi yleisimmin käytetyistä kirjallisuuskatsauksen perustyypeistä. Kirjallisuuskatsauksella ei ole tiukkoja ja tarkkoja sääntöjä, vaan se on yleisluontoinen katsaus. Aineistoja ei ole rajattu tai määritelty tarkasti. Tutkittava ilmiö pystytään kuvaamaan laaja-alaisesti ja tarvittaessa luokittelemaan tutkittavan ilmiön ominaisuuksia. Tutkimuskysymykset ovat väljempiä kuin systemaattisessa katsauksessa tai meta-analyysissä.

Kuvaileva katsaus toimii itsenäisenä metodina, mutta se tuottaa myös uusia tutkittavia ilmiöitä systemaattista kirjallisuuskatsausta varten. (Salminen, 2011, 6.) Kuvailevana tutkimustekniikkana narratiivisella katsauksella saadaan ajantasaista tutkimustietoa. Sen pohjalta ei voi tehdä varsinaista analyttistä tulosta. Narratiivista katsausta on käytetty paljon opetuksessa. Sen avulla on mahdollista tuottaa opiskelijoille ajankohtaista tietoa, johon ei aina muun tieteellisen kirjallisuuden avulla pystytä. (Salminen 2011, 7- 9.)

5.2 Laadullinen tutkimus ja teemahaastattelu

Valitsin tutkimusmenetelmäksi laadullisen tutkimuksen, koska tällä tavoin minulla on mahdollisuus saada vastaus kysymykseeni. Laadullinen tutkimus ei pyri yleistämään, kuten määrällinen tutkimus. Laadullinen tutkimus tarjoaa mahdollisuuden saada ilmiöstä syvälinen näkemys. Laadullinen tutkimus on uusien teorioiden ja mallien pohjana. Laadullisessa tutkimuksessa katsotaan asioiden merkityksiä, eli kuinka maailman eri ilmiöt nähdään ja koetaan. (Kananen 2017, 32-36.)

Teemahaastattelussa edetään etukäteen mietittyjen, strukturoitujen kysymysten ja tarkentavien kysymysten varassa. Teemahaastattelun etuna on se, että haastattelun edetessä voidaan tehdä tarkentavia kysymyksiä sen mukaan, mitä asioita ilmenee haastateltavan kertomuksessa. Tällä tavalla syvennetään kysymyksessä olevaa asiaa. Teemahaastattelu voi olla lähes avoin haastattelu tai toisaalta hyvin strukturoitu. Etukäteen valitut kysymykset perustuvat jo tutkittavasta aiheesta tiedettyihin teemoihin. Käytin opinnäytetyössäni puolistrukturoitua teemahaastattelua (liite 1.) (Sarajärvi & Tuomi 2018, 87- 88.)

5.3 Suunnittelu

Opinnäytetyöni tiedonhakuprosessi alkoi toukokuussa 2018. Aloitin haut tietokoneella Finnan kautta. Aluksi oli vaikeaa löytää tietoa siitä aiheesta, jota halusin tutkia. LUT Yliopiston kirjaston virkailijan kanssa teimme aiheesta hakuja hakusanoilla: immigrant incommer, child, mental health problem sanity, disparity. Etsimme näitä Finna tietokannasta. Medic tietokannan kautta teimme hakuja hakusanoilla: mental health, child, youth, immigrant. Samoin suomalaisilla hakusa-

noilla: maahanmuutt, lap, nuo, mielenterv, hoitotyö. Jatkoisin etsintää väitöskirjoista ja pro gradu-tutkimuksista ja tutkimusartikkeleista Google Scholar-haun kautta ja Terveystietokannasta. Tutkimusten lähdeluetteloista sain tietoa aiheeseen liittyvistä kirjoista ja artikkeleista. Näitä lainasin LUT:in kirjastosta. Kirjojen lainamisprosessi on ollut pitkä, koska suurin osa kirjoista on ollut varattuna tai on pitänyt lainata kaukohakuna muista kirjastoista Etelä-Karjalassa.

Rajasin tutkimukseni koskemaan vuosina 2010-2019 tehtyjä tutkimuksia ja artikkeleita. Aineistohaun tuloksena löytyi myös vanhempia tutkimuksia, jotka tukivat aihettani. Siksi otin myös niitä mukaan. Kielirajaksi asetin suomen ja englannin.

5.4 Tiedon keruu

Laadullisessa tutkimuksessa ilmiötä ei tunneta etukäteen, joten tiedonhakuprosessia ja sen etenemistä ei voi tarkasti määritellä etukäteen. Aineistoa pitää haakea lisää sitä mukaan, kun prosessi etenee ja ilmiöstä saadaan tietoa. Tietoa haetaan niin kauan, kun saadaan vastaus esitettyyn tutkimuskysymykseen. (Kananen 2017, 53.) Taulukossa 3. olen esitellyt, millä perusteella olen hyväksynyt ja poissulkenut tutkimuksia opinnäytetyöhöni. Lähdekriteerinä pidin laadukkaita tutkimuksia. Hyväksymisen perusteena oli, kuinka hyvin ne vastaavat tutkimuskysymyksiini. Halusin löytää mahdollisimman alkuperäisiä tutkimuksia aiheesta.

Lähdekriteerit	Hakusanat	Hyväksymiskriteerit	Poissulkeriteerit
<ul style="list-style-type: none"> • Yliopistollinen tutkimus • lisensiaattityö, tieteellisessä lehdessä • julkaistu artikkeli tai tutkimusraportti • Väitöskirja • Pro gradu tutkielmat 	<ul style="list-style-type: none"> • maahanmuutt* • Nuor*Lap* • mielenterv* • ongelma* • Palvelu* • Immigrant* • Mental health* • Youth* • Disparity* 	<ul style="list-style-type: none"> • Relevantit lähteet, vastaa tutkimuskysymyksiin • Julkaisun aikarajan perustella 2010-2019 • Otsikon, tekijän, asiasanan perustella 	<ul style="list-style-type: none"> • Epärelevantit lähteet, ei vastaa tutkimuskysymyksiin • Otsikon, abstraktin perustella • Julkaisun, aikarajan perustella • Tutkimus ei ole alkuperäistutkimus

Taulukko 3. Tutkimusten sisäänotto- ja poissulkukriteerit

Olen hakenut eri tietokannoista tutkimuksia ja artikkeleita. Taulukossa 4. on lueteltu tietokannat nimellä. Hakusanoilla löytyi paljon aiheeseen liittyviä tutkimuksia. Rajasin mukaan otettavat tekstit otsikon, sisällön ja tutkimuksen luotettavuuden perusteella. Tarkastelin aiheita myös sillä perusteella, vastaavatko ne esittämiini tutkimuskysymyksiin. Halusin tarkastella mahdollisimman tuoretta aineistoa.

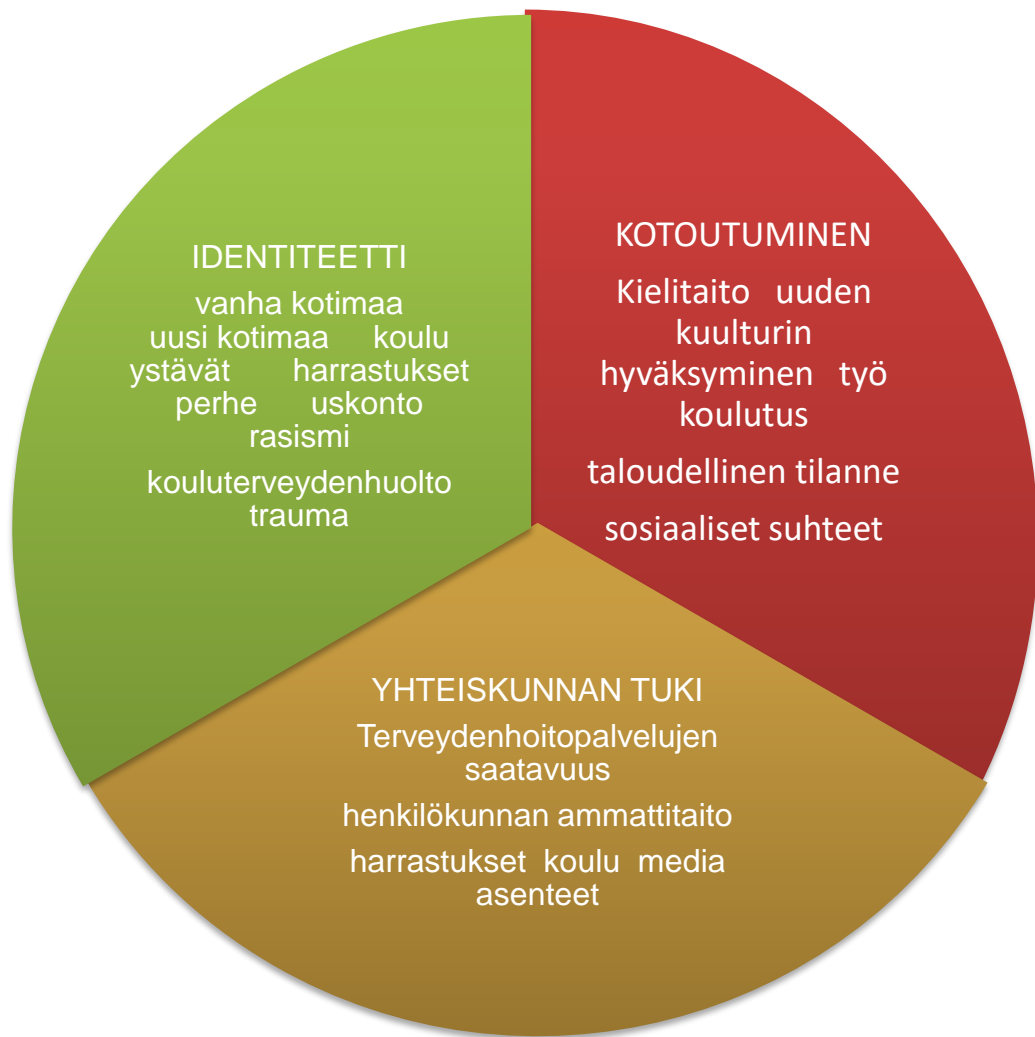
Tietokanta, hakusanat	Julkaisut vuonna 2010-2019, Kieli suomi, englantia	Otsikon ja kirjailijan ja tekstin sisällön mukaan valitut
Medic: Mahaanmuut* OR Nuor* AND Mielenterv*Palvelu*	36	3
Melinda: immigrant*, Child* AND Culture*, kulttuuri ja psykiatrinen	115	2
Finna: Maahanmuutto, immigrant, child, mental health problem sanity,	96	2
Finna: mielenterve* OR-Maahanmuut* Nuor* Palvel*	557	3
Terveysportti: Maahanmuuttaja mielenterveys	20	2
Google scholar	282	6
Tulokset	1106	18

Taulukko 4. Eri tietokannoista tehtyjen hakujen määrä ja tulokset.

5.5 Aineiston analyysi

Aineiston analysointimenetelmäksi valittiin teemoittelu, jolla voidaan tarkastella laadullisen tutkimuksen aineistoa. Teemoittelussa aineistosta nostetaan esiin tutkimusongelman kannalta olennaisia teemoja. Nämä johtoajatuksot, jotka toistuvat aineistoissa, kootaan käsitekarttaan. (Kangasniemi & Pölkki, 2016, 87.)

Aineistosta nousi esiin teemoja, jotka lähestyivät tutkittavaa asiaa. Niistä koottiin kokonaisuus, ajatuskartan omainen ympyrä, jossa ovat maahanmuuttajanuoren mielenterveyteen vaikuttavat seikat. Kuvassa 3 esitellään kolme maahanmuuttajanuoren mielenterveyteen vaikuttavaa pääteemaa, jotka ovat identiteetti, kotoutuminen ja yhteiskunnan tuki. Tämän kaavion avulla huomataan, että sama asia voi vaikuttaa sekä negatiivisesti että positiivisesti. Esimerkiksi kotoutumiseen vaikuttava kielitaito on silloin negatiivinen, jos kielitaito jää oppimatta tai puutteelliseksi. Mutta kielitaito on positiivinen seikka, jos se opitaan nopeasti ja sen avulla saavutetaan uudessa kotimaassa edistymistä esimerkiksi koulutuksen tai työn saannin alueella. Tuloksessa käsitellään näitä pääteemoja yksityiskohtaisesti.



Kuva 3. Maahanmuuttajanuoren mielenterveyteen vaikuttavat tekijät

6 Yhteenveto ja tulokset

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää maahanmuuttajanuorten mielenterveysongelmia ja siihen vaikuttavia tekijöitä. Valitsin tutkimustavaksi laadullisen kuvailuvan lähestymistavan. Tutkimukseni perusteella tärkeimmät maahanmuuttajanuoren mielenterveyteen vaikuttavat tekijät maahanmuuton jälkeen ovat identiteetin muodostuminen, kotoutuminen ja yhteiskunnan tuki.

Näihin teemoihin päädyin neljän tutkimuskysymykseni perusteella. Kysymykseen: Mitkä ovat maahanmuuttajanuorten mielenterveyteen vaikuttavat tekijät maahanmuuton jälkeen? löytyy vastaus identiteetin rakentumisen kautta. Hyvän identiteetin rakentuminen uudessa maassa on pohja hyvälle mielenterveydelle.

Se vaatii paljon nuorelta itseltään, mutta myös ympäristön tukea koulussa, harrastuksissa ja ystäväpiirissä. Hyväksyvä suhtautuminen uudessa kotimaassa vahvistaa hyvän identiteetin muodostumista.

Kotoutumis-käsitteen sisältä löytyi vastaus kysymykseeni: Miten maahanmuuttajanuoret kokevat uuteen maahan sopeutumisen? Kotoutuminen sisältää sen, miten nuori omaksuu uuden maan tavat, kielen, kulttuurin ja kuinka hän pystyy toimimaan hävittämättä omaa etnistä taustaansa.

Vastaukset kysymyksiin: Millaisia ovat maahanmuuttajanuorten mielenterveyspalvelujen saatavuutta edistävät tekijät? ja Millaisia ovat maahanmuuttajanuorten mielenterveyspalvelujen saatavuutta ehkäisevät tekijät? vastaukset löytyvät yhteisen teeman, yhteiskunnan tuki, alta. Maahanmuuttajanuoret saavat apua mielenterveysongelmiinsa sitä kautta, että yhteiskunnan palvelujärjestelmät pystyvät tunnistamaan nuoren mielenterveyden ongelmia, ohjamaan nuorta ja ottamaan huomioon ne lähtökohdat, joista hän tulee.

Teemahaastattelun tuloksia olen hyödyntänyt tarkastellessani tuloksia maahanmuuttajanuoren identiteetin kehitys -osassa sekä yhteiskunnan tuki -osiossa, jossa tarkastelin maahanmuuttajanuoren mielenterveyspalvelujen saatavuutta ehkäiseviä tekijöitä. Nämä aiheet nousivat voimakkaimmin esiin pakolaisäidin kertomuksessa.

6.1 Identiteetti

Tutkimusaineiston perusteella maahanmuuttajanuoren mielenterveyteen vaikuttaa oleellisesti, että hänen identiteettinsä kehittyy tasapainoiseksi ja vahvaksi. Maahanmuuttajanuoren identiteettiin vaikuttavat eniten seuraavat tekijät: vanha ja uusi kotimaa, perhe, koulu, ystävät, harrastukset, uskonto, rasismi ja kouluterveydenhuolto.

Nuoren elämässä tärkeä kehitystehtävä on identiteetin rakentuminen. Identiteetti rakentuu suhteessa perheeseen ja ympäröivään yhteiskuntaan (Järventiä 2008, 212). Maahanmuuton jälkeen nuoret jäävät kahden kulttuurin väliin, mikä tuo nuoren elämään paljon uusia, suuria haasteita (Puusaari 1998,21-22). Suomessa

korostetaan yksilöllisyyttä. Vastuu identiteetin rakentumisessa siirtyy lapselle itselleen. Jo varhaiskasvatuksessa, ennen kouluikää lapset opetetaan selviämään mahdollisimman itsenäisesti. Siirryttäessä kouluun ja lapsen lähestyessä murrosikää nuori joutuu vastaamaan koulunkäynnistään hyvin itsenäisesti. Maahanmuuttajavanhemmat eivät voi tukea nuoriaan tässä itsenäistymisprosessissa, koska he ovat itse kasvaneet perhekeskeisessä yhteisössä. (Martikainen 2015.)

Nuoriin kohdistuu odotuksia monelta taholta: kotoa, koulusta, harrastuksista ja kaveripiiristä. Ehjän identiteetin rakentumisessa on tärkeää, että kaikki odotukset olisivat tasapainossa keskenään. (Martikainen 2015, 167.) Maahanmuuttajanuoren identiteetti rakentuu joka tapauksessa aivan ainutlaatuiseksi, ja siinä on elementtejä molemmista kulttuureista. Samaistuminen uuden maan nuoriin helpottaa kaverisuhteiden luomisessa. Kielitaito on perusta kommunikaatiolle, siksi suomen kielen hyvä oppiminen on ensiarvoisen tärkeää lapselle ja nuorelle koko hänen kehityskautensa ajan. Samalla oman äidinkielen säilyttäminen luo pohjan oman etnisen kulttuurin säilyttämiselle. Osa nuorista haluaa erottautua suomalaisesta hakeutumalla yhteen muiden etnisten vähemmistöryhmien edustajien kanssa ja luomalla heidän kanssaan oman, erilaisen puhetavan. (Mähönen & Jämsin-Lahden 2013, 256.)

Tärkeä asia maahanmuuttajanuorille on vahva uskonnon vaikutus. Uskontoa pidetään henkisenä kotina (Oikarinen-Jabai 2014, 137). Nuoret sulautuvat kuitenkin nopeasti uuteen kulttuuriin ja uskonnon vaikutus heikkenee samalla. He omaksuvat harvoin uuden maan uskonnon. (Pauha 2010.) Oman uskontoon opiskelu on tärkeää osalle muslimiperheiden nuorista. Islamilaista elämäntapaa ja uskontoa halutaan aikanaan siirtää omille lapsille. (Leinonen 2013, 30.) Vaikka uskonto on tärkeä osalle maahanmuuttajanuorista, siitä puhutaan harvoin kaveripiirissä. Uskontoa pidetään yksityisasiana. Nuoret voivat kokea kiusallisena, jos heidän uskontonsa nostetaan esimerkiksi koulussa näkyvästi esille. Kiusaaminen määritellään toisen toistuvaksi henkiseksi, fyysiseksi tai sosiaalisesti vahingoittamiseksi. Jos kiusaamisen perusteena on lapsen kuuluminen etniseen ryhmään ja siihen liittyvä ulkonäkö, ihonväri, pukeutuminen, kieli tai uskonto, on kyse etnisestä syrjinnästä. Yleisimmät selvästi rasistiset kiusaamistavat ovat ilkeä nimit-

tely ja nimittely syntyperän tai ihonvärin takia. Yleisimmin nuorta kiusataan koulussa, netissä ja julkisella paikalla. Tästä huolimatta maahanmuuttajanuoret kokevat olonsa pääasiassa turvallisiksi. (Alitolppa-Niittamo ym.2014, 99.)

Monella maahanmuuttajanuorella on takanaan traumaattinen kokemus. Trauma estää vastaanottamaan tarjottua apua. Hoitamaton trauma, posttraumaattinen stressihäiriö, jonka oireena hermostuneisuus, pelko, uniongelmat ja keskittymisongelmat ovat riskitekijöitä nuoren mielenterveydelle. Tällöin myös kielen oppiminen ja muu opiskelu hidastuu. (Mikkonen 2005, 64). Rasismi ja koulukiusaaminen lisäävät sitä, että traumatisoivat kokemukset jatkuvat. Suomalainen asenneilmapiiri on helposti kahtiajakautunut. Joidenkin maahanmuuttajien tekemät rikokset leimaavat helposti kaikkia maahanmuuttajia. (Mähönen & Jasinskaja-Lahti 2013, 261.) Jos turvapaikanhakuprosessi kestää pitkään ja pelko takaisin palautuksesta on koko ajan läsnä, se estää kiinnittymästä minkään ja haittaa traumaattisista kokemuksista tervehtymistä. Oppilashuollolla ja kouluterveydenhuollolla on suuri vastuu huomata nuoren oirehtiminen ja huolehtia heille tarvittavasta tuesta.

Maahanmuuttajanuorilla vanhempien tuki ja auktoriteetti korostuvat erityisesti uudessa maassa, jossa vallitsee toisenlainen kulttuuri. Silti vanhemmilla on usein suuri työ saada oma nuori käyttäytymään alkuperäisen kulttuurin normien mukaisesti, koska nuori on usein halukas omaksumaan uuden kulttuurin ja haluaa samaistua uuden maan nuoriin. Vanhemmilla ei ole tietoa, kuinka nuoret saavat uudessa maassa käyttäytyä. Kyse on vastuun ja vapauden suhteesta. (Ashjaeimiandoab 2017,12 & Turtiainen & Rezai 2018, 216.) Jos suhde omiin vanhempiin ei ole luottamuksellinen ja turvallinen, maahanmuuttajanuori saattaa helposti ajautua huonoon seuraan, suomalaisiin alakulttuureihin. Tällöin päihteen käyttöön, holtittomaan seksuaalisen käyttäytymisen tai rikollisuuteen riski kasvaa. Nuorille saattaa kertyä maahanmuuton myötä myös liian suuri vastuu voimavaroihin nähden. Hän joutuu tekemään vanhemmille kuuluvia tehtäviä, esimerkiksi työskentelemällä perheen elannon eteen. Työt vaikeuttavat nuoren koulutyötä ja kaverisuhteita. Se vaikuttaa identiteettiin niin, että he joutuvat ehkä kasvamaan liian nopeasti aikuiseksi. Huoleton nuoruus jää kokematta. Nuoret tuntevat kiitollisuudenvelkaa vanhempiin kohtaan, koska vanhemmat ovat tuoneet

heidät turvalliseen maahan. Kaikista näistä haasteista huolimatta sekä nuoret että heidän vanhempansa kokevat tilanteen turvallisemmaksi kuin mikä lähtötilanne oli. (Peltola 2014.)

Vaikka koulu koetaan tärkeämmäksi kuin harrastukset, vanhemmat eivät aina osaa tukea nuortensa koulunkäyntiä ja kouluvalintoja jatkokoulutusta ajatellen. Maahanmuuttajavanhemmat pyrkivät usein myös määräämään lapsen ammatin. Jos vanhemmilla on huonompi sosiaalinen verkosto kuin lapsella, se vaikuttaa negatiivisesti käsitykseen Suomesta ja tämä heijastuu myös nuoriin. Perheen taloudellinen tilanne, työttömyys, vanhempien huono kielitaito ja hidas oppiminen, sekä tiviit sukulaisuussuhteet rajoittavat nuoren kaverisuhteiden luomisessa uudessa kotimaassa. (Säävälä 2013.)

Pakolaisäidin kertoman mukaan hänen lastensa sopeutuminen Suomeen oli hankalaa. He eivät päässeet kunnolla kouluun kiinni ja kaveripiiri ei tukenut maahan sopeutumista. Esimerkiksi esikoistyttö joutui käymään pitkän tien, ennen kuin koki Suomen kotimaakseen ja halusi asettua tänne.

Minun tyttö halusi takaisin. Joka päivä itki. Kysyi minulta. Mennä takaisin oma maassa. Hän meni. Löysi poikaystävän sieltä. Meni naimisiin. He tuli takaisin. ja nyt on kaksi lapsi. Nyt hän haluaa opiskella.

Harrastuksien kautta nuoret yrittävät löytää uusia ystäviä. Se voi olla joskus vaikeaa. Harrastustoiminnan sisällä ollaan ystäviä, mutta se ei kanna pidemmälle. Mikä voi aiheuttaa pahaa mieltä.

Poika mennä koripalloon. Siellä ystävä harrastuksessa sitten kotiin, kaikki meni pois ei kukan ystävä tullut kotiin. Hän lopetti. Sitten tuli koulussa vaikeus. Kaverit haukku ihonväri. Poika suuttu ja tappeli. Lyö kotona minua. Ei halua mennä kouluun. Alkaa ystävä olla kadun lapsen kanssa.

Maahanmuuttajapojat harrastavat useimmiten urheilua, tytöt juttelevat mieluiten kaveriporukoissa. Nuorisotalo ja kolmannen sektorin toiminta on muodostunut monelle maahanmuuttajalle tärkeäksi. He voivat itsenäistyä perheestään turvallisten aikuisten kanssa. Musiikki on tärkeä, universaali kanava, jonka avulla ilman sanoja voi saada laulaen, soittaen ja kuunnellen yhteisiä kokemuksia ja muistoja.

Tietotekniikan avulla pidetään yhteyttä ystäviin ympäri maailman. Mobiililaitteiden yleistymisen myötä nuorten yhteydenpito muihin, kaukanakin asuviin ystäviin on helpottunut. (Kuusisto-Arponen 2017, 28.)

Maahanmuuttajanuorilla on eri kulttuurista nouseva tapa reagoida asioihin ja sitä kautta erilainen käytös. Tämä saattaa aiheuttaa sekaannusta koulussa tai harrastuspiireissä. Koulujen opettajilla ja harrastusryhmien vetäjillä on avainasema vaikuttaa koko lapsiryhmään niin, että jokainen tulee kohdelluksi samoin riippumatta taustasta. Myös toiseen kulttuuriin ja yksilöihin tutustuminen helpottaa tilannetta ja rikastaa kaikkien kokemusmaailmaa. (Novitsky 2014, 157.)

6.2 Kotoutuminen

Kysymykseen, miten maahanmuuttajanuoret kokevat uuteen maahan sopeutumisen, löytyy parhaiten vastaukset kotoutumiskäsitteen alta. Siinä tarkastellaan, mitä vaikutuksia on sillä, kuinka hyvin maahanmuuttajaperhe ja samalla -nuori sopeutuvat uuteen kotimaahan. Kotoutumiseen vaikuttavat tarkasteleman aineiston mukaan kielitaito, uuden kulttuurin omaksuminen, työ, koulutus, taloudellinen tilanne ja sosiaaliset suhteet. Maahanmuuttajien sopeutumisen kannalta on ensiarvoisen tärkeää tarjota tarpeellinen perustieto yhteiskunnasta, sekä mahdollisuus päästä hankkimaan riittävä kielitaito heti muuton jälkeen. Kotoutumislaissa halutaan myös painottaa maahanmuuttajan omaa osuutta kotoutumisessa, ja tämän vuoksi kotouttamisen sijasta käytetään sanaa kotoutuminen. Vuonna 2011 uusitun kotoutumislain tarkoituksena on tukea ja edistää kotoutumista ja maahanmuuttajan mahdollisuutta osallistua aktiivisesti yhteiskunnan toimintaan. Lisäksi lain tarkoituksena on edistää tasa-arvoa ja myönteistä vuorovaikutusta eri väestöryhmien kesken. (Laki kotoutumisen edistämisestä 1386/2010, 1§); (Pohjola 2016,16.)

Ennen kuin maahanmuuttajaperhe pystyy kotoutumaan, eli asettumaan osaksi uutta yhteiskuntaa ja kulttuuria, perheen keskinäinen elämä usein vahvistuu. Muuttoon liittyvistä vaikeuksista huolimatta suurin osa nuorista tulee läheisemmäksi äidin ja/tai isän kanssa. Muuton ymmärretään olevan vanhemmille suuri elämänmuutos ja ponnistus, mutta vanhempien selviytymiskykyyn luotetaan. Vanhempien muuton jälkeiset huolet liittyivät enimmäkseen lähtömaahan ja sinne

jääneisiin läheisiin. (Leinonen, 2013, 21.) Joissain tilanteissa maahanmuuttaja voi tuntea Suomen kodikseen ja hän saattaa viihtyä täällä hyvin, mutta samalla hänen suomen kielen taitonsa ja suomalaisen kulttuurin tuntemuksensa saattavat olla vajavaisia. Tällöin ei myöskään ole suurta motivaatiota opiskella uutta ammattia itselleen. Voisi ajatella, että jos Suomi tuntuu kodilta, syntyy halu oppia kieltä ja kulttuuria, jotta arkipäivän elämä sujuisi. Myös motivaatio hankkia itseään kiinnostava ammatti syntyisi. Mäkelän tutkimuksen mukaan suurin osa maahanmuuttajanuorista pitää Suomea kotinaan. (Mäkelä 2017, 38.)

Pakolaisena maahan tulevan tilanne on toisenlainen, kuin esimerkiksi työn takia maahan tulleella. Pakolaisten elämä on joka tavalla hyvin stressaavaa. Psyykkinen stressi altistaa psykiatristen häiriöiden puhkeamiselle ja pahenemiselle. Jo lähtömaassa pakolaiset ovat joutuneet suurille vaaroille alttiiksi. Pako, sen jälkeen pakolaisleirit ja väliaikainen, ehkä pitkäkin oleskelu vastaanottokeskuksissa ovat pelottavia kokemuksia. Huoli muista perheenjäsenistä, jotka ovat jääneet kotimaahan, on kova. Samaan aikaan pitäisi rakentaa uutta tulevaisuutta aivan erilaisessa ympäristössä. Kielen oppiminen, uuden maan käytäntöjen omaksuminen ja lasten elämän uudelleen rakentaminen vaativat paljon maahanmuuttajaperheen vanhemmilta. Samalla voi olla vastassa rasistista suhtautumista. (Bäärhielm ym. 2007.)

Kulttuurinen liittyminen, kieliyhteyden merkitys ja tapojen sekä traditioiden siirtäminen sukupolviketjussa ovat vanhemmille tärkeitä, kun tehdään lasten ohjaamiseen ja kasvatukseen liittyviä päätöksiä. Perheen elinympäristöllä on kuitenkin suuri merkitys kulttuuristen arvojen ja normien välittymisessä. Lapset, jotka kasvavat maassa, jossa heidän vanhempansa eivät ole viettäneet lapsuuttaan, ovat aivan erilaisten kulttuuristen valintojen ja identiteettikysymysten äärellä kuin ne lapset, jotka kasvavat vanhempiensa lapsuusympäristöissä. (Novitsky 2014, 153-160.) Haaste kotoutumiselle on siinä, kuinka säilyttää omaa kulttuuria, mutta samalla toimia täysivaltaisena jäsenenä uudessa kotimaassa.

Eritiäiseen sopeutumiseen liittyy se, että vanhempien ja lasten roolit kääntyvät usein ylösalaisin maahanmuuttajaperheissä. Monet maahanmuuttajanuoret avustavat vanhempiaan esimerkiksi Kelassa asioimisessa, laskujen maksamisessa tai Wilman käytössä. Vanhemmat tarvitsivat apua erityisesti ensimmäisinä

vuosina muuton jälkeen. Maahanmuuttajanuoret suhtautuvat yleensä vanhempiinsa kuuliaisesti ja kunnioittavasti. Sukupolvien välinen yhteys on vahvempi omassa lähtökulttuurissa kuin suomalaisissa perheissä. Maahanmuuttajanuoret ihmettelevät suomalaisten lasten röyhkeää käytöstä vanhempiaan kohtaan. He pitävät suomalaista perhekulttuuria löyhempänä ja vähemmän nuoria velvoittavana. Toisaalta kurinpito on monelle maahanmuuttajavanhemmalle vaikeaa. Vaikka moni nuorista kunnioittaisi vanhempiaan, käyttäytyminen voi muuttua koulussa tai vapaa-ajalla. Omien vanhempien ja suvun kontrolli nähtiin ahdistavana ja liikaa rajoittavana. Maahanmuuttajanuorilla on yleensä voimakas velvollisuudentunto vanhempia kohtaan. Silti he toivoivat enemmän avointa keskustelua vanhempiensa kanssa. (Leinonen 2013, 23-26.)

Koska vanhempien ja koko perheen hyvinvointi heijastuu suoraan myös nuoreen, on syytä tarkastella myös vanhempien asettumista uuteen maahan. Heille asiat uudessa massa ovat hyvin vieraita. Ydinperheen ulkopuolinen sosiaalinen tuki puuttuu. Uusien ystävyys-suhteiden solmiminen ei käy vanhemmilta yhtä helposti kuin nuorilta koulussa. Nuoret kertoivat vanhempien kokevan erilaisuutta suomalaisiin nähden. Harvalla vanhemmista oli kantasuomalaisia ystäviä. Suomalaiseen on vaikea tutustua paremmin, ystävätasolle asti, vaikka hyvänpäiväntuttuja saattaa olla. Sosiaalisia suhteita oli kuitenkin internetin välityksellä ulkomailla asuviin ystäviin. (Leinonen 2013, 20.)

Kun nuori tulee hyvin erilaisesta kulttuurista, hän joutuu suunnittelemaan elämänsä aivan uudelleen. Ero traditionaalisen, perhekeskeisen kulttuurimallin ja suomalaisen, yksilöllisyyttä korostavan kulttuurin välillä on suuri. (Puusaari 1998, 23). Carla Schubertin mukaan Nuoret elävät kahden kulttuuritaustan kanssa, mutta samalla he ovat suuntautuneet globaaliin kulttuuriin. Tällöin etnisiä taustakulttuureita ei pidetä niin tärkeinä. Ongelmia tulee niissä perheissä, joissa vanhemmat halusivat ylläpitää separaatioasennetta oman ja valtakulttuurin välillä ja nuoret suhtautuvat välinpitämättömästi omaa kulttuuria kohtaan. (Alitolppa-Niitamo ym. 2013, 72.)

Nuoret joutuvat olemaan tienraivaajina monikulttuurisuuden kasvattajana. Suomi ei ole vielä valmis vastaanottamaan niin paljon eri kulttuureista tulevia ihmisiä ja

tukemaan monikulttuurista maata. Monikulttuurisuus ei vielä suomessa aina toteudu. Maahanmuuttajan omalle vastuulle jää liian paljon selvitettävää koulutukseen, työelämään ja sosiaalisiin etuuksiin liittyviä asioita. (Rasilainen 2016, 20.)

Nuoruuteen kuuluvat haaveileminen ja tulevaisuudensuunnitelmat. Maahanmuuttajanuoren täytyy oppia ensin paljon suomalaisesta kulttuurista ja mahdollisuuksista täällä voidakseen ajatella tulevaisuutta. Osa maahanmuuttajanuorista pitää Suomea välikulkupaikkana, josta halutaan palata takaisin lähtömaahan tilanteen siellä rauhoituttua, tai he haluavat jatkaa Suomesta johonkin toiseen maahan. Suurin osa maahanmuuttajanuorista haluaa kuitenkin asettua pysyvästi Suomeen, opiskella täällä ja ehkä perustaa perheen. (Pohjola 2016, 61.)

Maahanmuutto ja pakolaisuus vaikuttavat myös perheen rooleihin. Uudessa kulttuurissa lapset oppivat nopeimmin uuden kielen ja omaksuvat muutenkin enemmän uusia asioita. Tämä johtaa usein perheiden sisällä ristiriitoihin, ja vanhempien on vaikea säilyttää auktoriteettinsa. Nuoria voidaan käyttää myös vanhempiensa asioiden ajajina ja tulkkeina, mikä on usein heidän kehityksensä kannalta vahingollista. Turvapaikanhakijoiden tilanne on erityisen vaikea. Heillä on kaikkien muiden stressitekijöiden lisäksi jatkuva huoli siitä, mitä heille lähitulevaisuudessa tapahtuu. Saavatko he jäädä Suomeen vai käännytetäänkö heidät takaisin hengenvaarallisiin olosuhteisiin, joita ovat paenneet? Monet turvapaikanhakijoista ovat olleet vangittuina ja heitä on kidutettu ja pahoinpidelty. Turvattomuus ja tulevaisuuden epävarmuus pahentavat psyykkisiä oireita. Turvapaikanhakijoilla on eri tutkimuksissa todettu erityisen paljon psyykkisiä häiriöitä. (Halla 2007, 470.) Jotta nuori pystyy kotoutumaan vaikeiden koettelemusten jälkeen, olisi ensiarvoisen tärkeää havaita ja tunnistaa sekä hoitaa niitä oireita, joita pakolaisuus on aiheuttanut.

Vaikka nuoret ymmärsivät vanhempien huolen ja varovaisuuden uudessa ympäristössä, säännöt koettiin silti turhaan rajoittavina ja erilaisina muihin verrattuna. Toisaalta osa oli myös sitä mieltä, että omat vanhemmat ovat liian löysiä kasvattajia. Eräs haastateltavista kertoi myös, että vanhemmat pelkäävät hänelle sattuvan jotain etnisen taustansa vuoksi. (Leinonen 2013, 29.)

Maahanmuuttajan asema muuttuu myös sosiaalisesti. Hän on saattanut olla lähtömaassa arvostettu ja korkeasti koulutettu tai varakas henkilö, mutta hänet nähdään uudessa maassa vain pakolaisena tai maahanmuuttajana. Osa suomalaisista voi kohdistaa omat pelkonsa ja vihansa muuttajiin. Nämä seikat voivat estää hakemasta apua, vaikka sitä tarvittaisiinkin. (Puusaari 1998, 22.) Suomalaiset ovat keskimäärin hitaasti uusiin ihmisiin ja uusiin kulttuureihin tutustuvia. Maahanmuuttajalta vaaditaan paljon aktiivisuutta kontaktien luomisessa. Vaarana on, että maahanmuuttaja eristäytyy ja jää ulkopuoliseksi. He voivat ajatella, että eivät halua häiritä suomalaisia perheitä, jotka viettävät aikaa suurimmaksi osaksi ydinperheen kesken.

6.3 Yhteiskunnan tuki

Kysymyksiini, millaisia ovat maahanmuuttajanuorten mielenterveyspalvelujen saatavuutta ehkäisevät ja -edistävät tekijät, löytyy vastauksia niistä elementeistä, joita yhteiskunta voi maahanmuuttajanuorelle ja -perheelle antaa. Yhteiskunnan tuessa voidaan erotella tutkittavan aineiston perusteella seuraavat teemat: terveydenhuoltopalvelujen saatavuus, henkilökunnan ammattitaito, harrastusten tukeminen, koulunkäynnin tukeminen ja oppilashuolto.

6.3.1 Mielenterveyspalvelujen saatavuutta ehkäisevät tekijät

Maahanmuuttajanuoren ja hoitohenkilön välillä on kulttuurieroja sekä eroja sosiaalisessa asemassa. Tämä voi aiheuttaa ongelmia diagnostiikassa ja hoidossa. Voi olla vaikea ymmärtää, onko nuoren käytös sairaalloista vai kulttuurieroista johtuvaa. Tämä tulee esille varsinkin mielenterveyteen liittyvissä ongelmissa tai oppimisvaikeuksissa. Jos ei voida kommunikoida potilaan äidinkielellä, se hankaloittaa asiointia ja voi lisätä epäluottamusta auttajan ja nuoren välille. (Bäärnhielm ym. 2007, 16-17.)

Heinon (2012, 143) tutkimuksen mukaan palveluiden saavutettavuus ja käytettävyys tuottavat kuitenkin perheille haasteita. Tämä voi heijastua negatiivisesti koko perheen arkeen ja estää perheenjäsenten yhteiskuntaan osallistumista. Tietoa palveluista on vaikea saada ja palvelut ovat pirstaleisia. Tämä vie maahanmuuttajilta paljon voimavaroja ja sulkevat heidät suomalaisen yhteiskunnan ulkopuolelle. Perheenjäsenten suomen kielen kehitys, muu koulutus ja työllistyminen

viivästyvät. Palveluissa toteutuva lapsilähtöisyys tukee haastateltavien mukaan lasten hyvinvointia sekä vanhempien luottamusta palveluihin.

Vaikka vanhemmat koettavat tukea lapsiaan koulussa, heillä ei ole tarpeeksi tietoa suomalaisesta koulujärjestelmästä ja heidän oma koulutustasonsa on usein heikko. He vierastavat usein myös tukitoimia koulujärjestelmässä. Heillä on usein epärealistiset odotukset oman lapsensa opiskelun tasosta. Nämä vaikeuttavat koulun ja kodin välistä yhteistyötä. (Alitolppa-Niitamo & Leinonen 2013.)

Maahanmuuttajanuorten kantaväestöä heikompi koulumenestys ja korkeampi koulupudokkuus voi johtua tutkimusten mukaan vanhempien riittämättömästä tuesta. On havaittu, että maahanmuuttajavanhemmat tukevat nuoriaan kyllä tunnetasolla, mutta käytännöllinen tuki jää puutteelliseksi. Nuorilla on turvallinen kasvuympäristö sekä oppimista ja opiskelua yleisesti kannustavat vanhemmat. Mutta vanhemmilla ei ole riittävästi taitoa opastaa koulutehtävissä ja neuvoa lasta esimerkiksi koulutusvalinnoissa. (Alitolppa-Niitamo & Leinonen 2013, 100 -101.)

Käsitykset oppimisesta voivat olla hyvin erilaiset eri kulttuureissa. Tämä hankaloittaa kodin ja koulun yhteistyötä. Ongelmia syntyy myös tilanteissa, joissa velvollisuuksiin, auktoriteettiin ja jopa väkivaltaan perustuva kasvatuskäsitys törmää yksilön oikeuksia korostavaan ja mahdollistavaan, länsimaiseen kasvatuskäsitykseen. Suurin konflikti syntyy kuritusväkivallan käytöstä. Tämä on useimpien lähtömaissa ollut tavallista ja sallittua. (Säävälä 2012.)

Maahanmuuton jälkeen oman vanhemman auktoriteetti voi murtua. Lapsi on lähtömaassa totellut vanhempiaan ja ollut hyvä käymään koulua. Uuden kaveripiirin vaikutuksesta ja lapsen saaman tietoisuuden omista oikeuksista seurauksena voi tulla se, että nuori suhtautuu omaan vanhempaansa ylimielisesti. Vanhemmalta loppuvat keinot oman lapsensa ohjaamisessa. Silloin voi tulla ylilyöntejä kasvatuksessa. Maahanmuuttajille voi tulla yllätyksenä se, että lapsen tai nuoren fyysisestä kurittamisesta on yleinen velvollisuus tehdä lastensuojeluilmoitus.

Oma lapsin luonne. Ei totellut minua. Lapsi meni kertomaan koulussa. Pyytävät minua keskustelemaan. Minä sanoi, en minä lyönyt, minä taputti. Ottivat lapsen

minulta pois. Lastenkodissa. Kaikki mennä huonompaan suuntaan. Sossu ei ymmärtäny, eikä opettaja. Tyttö halusi kotiin. Soitti aina minulle. Yritin tukea. Sitten hän meni lukioon. Siellä meni hitaasti. Lopetti.

Hyvän kielitaidon oppiminen on ensiarvoisen tärkeä maahanmuuttajataustaisten nuorten jatkokouluttautumisen ja työllistymisen kannalta. Puutteellinen kielitaito on esteenä ammatilliseen koulutukseen ja varsinkin yliopistokoulutukseen. Kielen osaamisesta tulisi antaa realistista palautetta koko peruskoulun ajan. Tällä hetkellä peruskouluissa on valmiuksia monikulttuurisen ja monikielisen oppilasaineeksen opettamiseen. Mutta toisen asteen oppilaitosten, sekä ammatillisten oppilaitosten että lukioden tukitoimia pitää kehittää edelleen. (Alitolppa-Niittamo ym. 2014. 96.)

Perherakenne, erityisesti yksinhuoltajuus, vaikuttaa perheen asemaan yhteiskunnassa ja taloudelliseen turvallisuuteen. Myös perheiden suuri koko lisää taloudellisia vaikeuksia. Perheen alhainen sosioekonominen asema on yksi huomattavista maahanmuuton jälkeisistä terveyteen vaikuttavista tekijöistä sekä aikuisilla että lapsilla. (Malmusi ym. 2010, 95.)

Vaikka suomalaisen ammattihenkilöstöllä on jo kulttuurituntemusta, se on vielä liian vähäistä. Ammatillisella koulutuksella on mahdollisuus paikata tätä osaamisen aluetta. Ammatilliseen koulutukseen tulisi saada opettajia, joilla on pitkäaikaista ja omakohtaista kokemusta työskentelystä maahanmuuttajaperheiden kanssa. Palvelujen yhdenvertaisuuden vaatimus ei toteudu, jos kulttuurinen osaaminen jää vain joidenkin yksittäisten henkilöiden kiinnostuksen varaan. (Peltola & Moisio 2017, 46.)

Koulu sanoi nopeasti lapselle, sinulla on kaikki oikeus. Eri maasta tulevat lapsi ei ymmärrä mitä vapaus on. Kun sossu tuli ja otti pois lapset. Lapsi ja minä mentiin enempi huonompi suunta. Koska kotimaassa lapsi aina totteli minua. Henkilökunta teki lapsia minua vastaan. He eivät osaa yhtään minun kulttuurista. Nopeasti sanoi, tarvitsenko terapiaa? Minä en ole sairas. Miksi minä terapiaa tarvitse?

6.3.2 Mielenterveyspalvelujen saatavuutta edistävät tekijät

Koulun oppilashuolto vastaa kaikkien nuorten hyvinvoinnista, myös maahanmuuttajanuorten. Sitä kautta nuori ohjataan eteenpäin, jos esimerkiksi huomataan koulunkäynnissä ongelmia ja tarvitaan psykologista apua tai mielenterveyspalveluita (Oroza 2007, 123, 445). Maahanmuuttajanuoren oireilu voi kertoa monista fyysisistä ja psyykkisistä terveysongelmista. Kouluterveydenhuollossa tulee huomioida jokaisen nuoren terveystilanne kokonaisvaltaisesti huolimatta taustasta tai kulttuurista. Yhtä lailla maahanmuuttajanuoret elävät herkkää murrosikää, mikä on kaikilla nuorilla suurten myllerrysten aikaa. (Aalto-Setälä & Marttunen 2007, 96-98.)

Tuttuus opettajan tai maahanmuuttoviranomaisen kanssa helpottaa aina asiointia. Maahanmuuttajat kääntyvät mieluiten aina saman henkilön puoleen ja kysyvät häneltä apua monissa vastaantulevissa pulmissa. Tämän vuoksi olisi tärkeää, että maahanmuuttajien kanssa työskentelevä henkilökunta vaihtuisi mahdollisimman vähän. Hyvä ja kunnioittava kasvatuskumppanuus on edellytyksenä tiedonsiirtoon ja samalla edistää nuoren hyvinvointia. (Säävälä 2013, 90.) Henkilökunnan on voitava ymmärtää, että monet itsestään selvinä pidetyt asiat ovat maahanmuuttajille täysin vieraita. Monet käytännöt ja asiat tulee kertoa maahanmuuttajille erikseen ja kunnioituksella. He tarvitsevat hyvää ja tarpeeksi yksinkertaisesti esitettyä informaatiota eri palveluista. Erilaiset tutustumiskierrokset tai informaatiotilaisuudet ovat tarpeellisia. (Alitolppa-Niitamo ym. 2014, 94.)

Laatikaisen ym. (2012) tutkimuksen mukaan maahanmuuttajataustaiset pojat olivat aktiivisempia harrastajia kuin kantaväestön pojat. Poikien harrastuksena oli useimmiten liikuntaharrastus. Maahanmuuttajatytöt nimesivät usein tärkeimmäksi harrastukseksi kavereiden kanssa oleskelun. Monissa kulttuureissa suojellaan tyttöjä erityisesti, eikä heitä mielellään päästetä kodin ulkopuolelle harrastamaan. Myös jotkut uskonnolliset säännöt ovat voineet juurtua tyttöjen ajatuksiin, että heidän tulee valmistautua perheenäidin rooliin. Tyttöjen talon toiminta Suomessa auttaa monia maahanmuuttajatyttöjä. Harrastamisen mahdollisuus pi-

täisi taata kaikille. Vähävaraisuus ei saisi olla esteenä harrastamiselle. Nuorisotalojen toiminta on myös monille maahanmuuttajanuorille tärkeä ja samalla turvallinen tapa viettää aikaa ja tavata ystäviä. (Alitolppa-Niitamo ym 2014, 95.)

Pakolaisyksiköiden psykologien ja psykiatrisen sairaanhoitajan työssä tulisi kiinnittää erityistä huomiota siihen, että asiakaskunta on hyvin eri-ikäistä, heillä on paljon erityisongelmia ja asiakasmäärä on suuri. Vertaistuesta ammatillisissa asioissa tulee huolehtia, koska työ on kuitenkin melko yksinäistä. Myös sosiaali- ja terveydenhuollon organisaatorajat ovat joskus niin kankeita, että yhteistyö julkisten terveydenhoitopalvelujen välillä kärsii. Erilaisen mielenterveysongelmia ja palveluita koskevan informaation vastaanottaminen on maahanmuuttoyksiköiden ympäristössä asiakkaille kuitenkin helpompaa kuin siirryttäessä asumaan muun väestön keskuuteen. (Suikkanen 2010, 54.)

Tästä kaikesta voidaan nähdä, että maahanmuuttajien terveyden edistämistarpeet voivat olla hyvin erilaisia sekä keskenään että kantaväestöön nähden. Myös sukupuolten väliset erot ovat suuria. Terveysneuvonnassa, terveystarkastuksissa ja erilaisten palvelujen suunnittelussa ja tarjonnassa tulee ottaa huomioon näitä eroavaisuuksia. Tämä edellyttää, että palveluja tulee kehittää monikulttuurisesta näkökulmasta. Ammattihenkilöstön kulttuurista osaamista on lisättävä. Maahanmuuttajille on taattava riittävää tiedon saanti terveydentilastaan, terveyteen vaikuttavista tekijöistä ja uuden kotimaan palvelujärjestelmästä. Kiinnostus vieraasta kulttuurista tulevaa ihmistä kohtaan lisää ymmärrystä ja muuttaa omia asenteita ja antaa uusia näkökulmia. Samat hoitotyön periaatteet koskevat maahanmuuttajan hoitamisessa kuin ketä tahansa muuta asiakasta kohdatessa. Näitä ovat aito kiinnostus, huolenpito, ymmärrys ja avoimuus. Henkilökuntaa pitäisi kouluttaa toimimaan yhä enemmän globalisoituvan maailman ja monikulttuurisen asiakaskunnan kanssa. Heiltä vaaditaan vahvaa motivaatiota, monipuolista kielitaitoa, eri kulttuurien tuntemusta ja syrjäytymistä estävän toiminnan järjestämisessä muiden palveluorganisaatioiden kanssa. (Sainola-Rodriguez 2007, 216-227.)

Haastattelemani maahanmuuttajaäidin kertomus vahvistaa sitä tietoa, jota olen saanut tutkimukseni aikana. Hänen kokemuksensa mukaan sopeutuminen eri kulttuurista uuteen maahan oli erittäin vaikea. Ensimmäiset kaksi vuotta olivat

innostuksen aikaa: uusi kulttuuri koettiin mielenkiintoisena. Siihen haluttiin tutustua ja oppia kieli, koulutuskulttuuri sekä omaksua maan käytännöt. Totuus paljastui kuitenkin murrosikäisten nuorten kautta. Heitä ei hyväksytty ihonvärinsä takia. Nuoret reagoivat tähän voimakkaasti. Koulu alkoi mennä huonosti, harrastuksissa ei tullut onnistumisen kokemuksia ja ystävyys-suhteiden solmiminen oli vaikeaa. Äiti yritti saada apua nuorilleen ja itselleen, mutta ei tullut ymmärretyksi ammattilaisten taholta. Äidin mukaan heidän tilannettaan käsiteltiin pelkästään suomalaisen kulttuuri ja käytäntöjen mukaisesti. Ammattilaisten kulttuurisen tiedon puute ja suhtautuminen tuli selvästi esiin maahanmuuttajaäidin haastattelussa.

7 Pohdinta

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää maahanmuuttajanuorten mielenterveyteen vaikuttavia tekijöitä muuton jälkeen. Keskeiset asiat kirjallisuuskatsauksen perusteella ovat nuorten identiteetti, kotoutuminen ja yhteiskunnan tuki. Nämä ovat kiinteässä yhteydessä toisiinsa. Tarkasteleman aineiston perusteella havaitsin, että nuoren vahva identiteetti rakentuu hyvän kielitaidon, kaverisuhteiden, koulutuksen, uskonnon, perheen ja uuden kulttuurin tietämisen vaikutuksesta. Maahanmuuttajanuorten kotoutumiseen vaikuttaa oleellisesti koko perheen kotoutuminen. Tutkimukseni perusteella huomasin mielenterveyspalvelujen riittämättömyyden maahanmuuttajanuorille. Henkilökunta ei ole vielä tarpeeksi koulutautunut vastaamaan monikulttuuriseen asiakaskuntaan.

7.1 Tulosten tarkastelu

Ensimmäisenä tarkastelukohteena oli nuoren identiteetin kehitys maahanmuuton jälkeen herkässä murrosiässä. Tässä kohdassa tarkastelin, mitä erilaisia tekijöitä maahanmuuttajanuori joutuu kohtaamaan verrattuna suomalaiseen nuoreen. Havaitsin, että maahanmuuttajanuorten kiinnittyminen uuteen maahan on monimutkainen prosessi. Nuorelle ympäristön ja kaveripiirin hyväksyntä ovat tärkeitä, samoin menestyminen koulussa. Ryhmään tai ryhmän ulkopuolelle jääminen vaikuttavat nuoren identiteettiin. (Toivikko 2017.)

Tarkastelin myös, kuinka suuri merkitys vanhemmilla ja perheellä on maahanmuuttajanuoren sopeutumiseen uuteen maahan. Seuraavan sukupolven hyvinvointi on sidoksissa heidän vanhempiansa hyvin- tai pahoinvointiin, verkostoihin ja muihin resursseihin. Huomio tulisi kääntää suomalaisen yhteiskunnan rakenteisiin ja instituutioihin. Osallistuminen työelämään on nähty väylänä niin arvokkaaseen elämäntapaan, parempaan sosioekonomiseen asemaan kuin verkostojen kasvattamiseen ja yhteiskunnallisen tietotaidon kerryttämiseen. Suomalaisien työmarkkinoiden ja instituutioiden ulossulkevat ja syrjivät käytännöt sulkevat monen maahanmuuttajan pyrkimykset osallistua työelämään tasavertaisena sekä jatko kouluttautua. Myös vanhempien kiinnittyminen suomalaiseen yhteisöön edistää nuoren kotoutumista ja samalla nuoren mielenterveyttä. Vanhempien verkostot etnisten yhteisöjen sisällä ja transnationaaliset perheverkostot auttavat vanhemmuudessa ja lastenkasvatuksessa. (Peltola 2014, 75, 280.) Maahanmuuttajanuoret omaksuvat sujuvasti kahden kulttuurin elementtejä suunnitelllessaan tulevaisuutta. Koulutuksen ja ammatin hankkimisen osalta nuoret kiinnittyivät voimakkaasti suomalaisen yhteiskunnan järjestelmiin ja normistoihin, mutta perhe-elämää koskeviin tulevaisuuden suunnitelmiin vaikuttaa voimakkaasti etninen kulttuuri. (Toivikko 2017, 7- 8.)

Suikkasen (2010, 32) tutkimuksen mukaan pakolaislapsilla ja -nuorilla esiintyy mielenterveyden oireita tai traumaista joka kolmannella maahanmuuttajanuorella. Heistä vain joka kolmas oli saanut apua. Tämä kertoo sen, kuinka paljon Suomessa on puutteita maahanmuuttajanuorten mielenterveyden hoitamisessa. Jonotusajat saattavat olla pitkiä ja syrjäseuduilla palvelujen saatavuus on heikkoa. Tämän lisäksi hoitohenkilökunnalla ei ole vielä riittävästi ammattitaitoa kohdata erityisesti maahanmuuttajanuorten mielenterveysongelmia.

7.2 Eettisyys ja luotettavuus

Aiheeseen liittyy monilla ihmisillä pelkoja, mutta eettisesti suurin virhe olisi olla puuttumatta ongelmiin ollenkaan. Kun tutkimus noudattaa hyviä tutkimustapoja, kuuluu niihin myös eettisesti hyvä tarkoitus käyttää tuloksia ihmisten parhaaksi. Jos laadullisessa tutkimuksessa käytetään paljon haastattelua ja arkielämän tilanteita, jossa tutkittavan ääni pääsee esille, on vaarana, että tutkijalla ei ole tarpeeksi selkeitä omia eettisiä periaatteita. Tällaisessa tiedonhakumenetelmässä

voidaan helposti mennä alueille, jotka eivät ole eettisesti hyväksyttäviä. Tutkimuksen tekee laadukkaaksi se, että tutkimussuunnitelma on laadukas, tutkimusasetelma sopiva, ja raportointi on tehty hyvin. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 147,149.)

Tieteen etiikassa pohditaan tutkimuksen ja etiikan yhteyttä. Ne ovat yhteydessä toisiinsa tiiviisti. Eettiset kannat ohjaavat tieteen tekemistä ja aihevalintoja. Mutta toisaalta tutkimustulokset muovaavat etiikkaa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 147.)

Laadullisen tutkimuksen tutkimusetiikkaan suhtaudutaan toisaalta ikään kuin teknisenä normina. Se tarkoittaa, että tutkimusetiikan ongelmat liittyvät vain itse tutkimuksen tekemiseen, siihen miten tutkittavia informoidaan, kuinka aineisto kerätään, miten tutkittavien anonymiteetti suojataan, ja kuinka tutkimustulokset esitetään. Toisessa ääripäässä tutkimusetiikka on metodologinen seikka. Tämä taas tarkoittaa sitä, että kaikki tutkimuksessa tehty valinnat ovat moraalisia valintoja. Tällöin kyse on siitä, miten tutkimusaiheet valitaan ja mitä pidetään tärkeänä. (Tuomi & Sarajärvi 2018,153.)

Aiheen eettisessä pohdinnassa täytyy tulla selväksi, kenen ehdoilla tutkimusaihe valitaan ja miksi tutkimukseen ryhdytään. Nämä eettiset kannanotot tulevat esille, kun tehdään suunnitelma tutkimuksen tarkoituksesta, ja tutkimusongelman muotoilussa. (Tuomi & Sarajärvi 2018,154.) Opetus- ja kulttuuriministeriön on asettanut (asetus 1347/1991) tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK), joka edistää hyvää tieteellistä käytäntöä, ennaltaehkäisee tutkimusvilppiä, edistää tutkimusetiikkaa koskevaa keskustelua ja tiedotusta Suomessa, sekä seuraa alan kansainvälistä kehitystä. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa, eli HTK-ohje antaa suuntaviivat tieteelliselle tutkimukselle. Eettisesti luotettava tutkimus on tehty hyvien tieteellisten periaatteiden mukaan. Näitä periaatteita ovat tutkintatapojen rehellisyys ja niihin huolellisuus, sekä tulosten esittelyn ja dokumentoinnin tarkkuus. Tietokantojen, joista mistä tietoa haetaan, pitää olla luotettavia. Muiden tutkijoiden työtä kunnioitetaan ja viitataan asianmukaisesti. Koko tutkimusprosessi suunnittelusta toteutuksen kautta raportointiin tehdään tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten mukaan. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 1-6.)

Tutkimukseni luotettavuutta arvioitaessa on otettava huomioon tutkimukseni pitkä kesto ja monipuolinen tiedonhakuprosessi. Tietoa on haettu yliopiston eri tietokannoista ja varmistettu ohjaavalta opettajalta analysoitavien tutkimusten laadullisuus. Tutkimusprosessin aikana on konsultoitu ohjaavaa opettajaa ja kahta yliopiston tutkijaa. Tutkimuksen laadullisuus on saattanut kärsiä, kun työ on tehty yksin. Kun tutkimusta tekee kaksi tai useampi henkilö, useampi näkökulma antaa enemmän luotettavuutta aineiston analyysiin. Tutkimusaineiston valinnassa on otettu huomioon, että tutkittavaa aineistoa on ollut laajasti saatavissa ja aineiston rajausta on tehty asianmukaisesti. (Johansson ym. 2007, 53.)

7.3 Johtopäätökset ja jatkotutkimuskohteet

Monet eri tutkimukset ja teemahaastattelu antavat ymmärtää, että Suomessa ei pystytä vielä riittävästi vastaamaan maahanmuuttajanuoren mielenterveyden ongelmiin. Tässä kohdassa pitää tarkastella koko maahanmuuttajaperheen hyvinvointia. Tutkimukseni valossa päättelen, että Suomessa ei ole tarpeeksi taloudellisia ja henkisiä resursseja kohdata niin suurta määrää maahanmuuttajia, kuin maahan on vastaanotettu. Ammatillisen koulutuksen sisältö ei vielä vastaa tarpeeksi maahanmuuttajien tarpeisiin. Taloudelliset resurssit tulevat vastaan siinä, että ei pystytä tarjoamaan tarpeeksi pelkästään maahanmuuttajille suunnattuja palveluita. Myös oleskeluluvan saaminen kestää joskus pitkään ja tällä ajalla maahanmuuttajan mielenterveyden arvioimiseen ja auttamiseen ei pystytä vastaamaan riittävän nopeasti.

Jatkotutkimuksena haluaisin selvitettävän, kuinka Lasten- ja Nuortentalo Lappeenrannassa palvelee maahanmuuttajanuoria. Voivatko Lappeenrannassa asuvat maahanmuuttajanuoren perheet hyödyntää mielenterveyspalveluja, jotka on suunnattu koko väestölle. Haluaisin, että seuraava tutkimus olisi haastattelututkimus, jossa molempien osapuolten ääni tulee kuuluviin: maahanmuuttajaperheiden näkökulma sekä ammattihenkilökunnan kokemukset ja haasteet maahanmuuttajaperheitä kohdatessa.

Kotouttamistoimissa tulee huomioida vanhempien informoinnin ja vanhemmuuden tuen tarpeet. Sopeutumista voi tukea järjestämällä tutustumismahdollisuuksia tulomaan keskeisiin palveluihin tuottaviin organisaatioihin ja muihin toimijoihin.

On myös järjestettävä ohjausta ja perehdytystä palveluissa asiointiin. (Alitolppa-Niittamo ym. 2014, 94.)

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos tekee parhaillaan Maahanmuuttajien terveys- ja hyvinvointitutkimusta (Maamu), koska Suomessa on liian vähän tutkimustietoa tästä aiheesta. Tutkimuksesta saatavan tiedon avulla voidaan kehittää edelleen maahanmuuttajien hyvinvointi- ja terveystalvluita. Myös kotoutumista ja työllistymistä edistävän tiedon avulla lisätään maahanmuuttajaperheiden hyvinvointia. Tällä tutkimuksella tuotetaan tietoa myös maahanmuuttajien kokemasta rasismista ja syrjäytymisestä. (Castaneda & Gaily 2011, 83-84.)

Muuta hyvää tutkimusmateriaalia maailmalta on kirjoina ja sähköisenä runsaasti. Suuri osa materiaalista ei ole peräisin Suomesta, jolloin materiaalissa pitää keskittyä yhtymäkohtiin Suomessa oleviin maahanmuuttajiin. Monet tutkimukset ovat myös tieteenalaltaan eri suunnasta asioita tarkastelevia. Koska minun aiheeni ja oppialani on terveydenhoidollinen, pitää tarkastella asioiden yhtymäkohtia poikkitieteellisesti. Havaintojeni perusteella kukaan ei ole vielä toteuttanut tutkimusta valitsemastani aiheesta ainakaan siten, että hän olisi selvittänyt kaiken oleellisen asiasta. Tutkimuksen tuloksia voi käyttää monissa tarkoituksissa. Ajankohtaista olisi tutkia aihetta varsinaisen terveydenhoitotapahtuman edistämisen lisäksi muun muassa siksi, että tuleva soteuudistus varmasti edellyttää kustannustehokkuutta terveydenhoidolta.

Lähteet

Aalto-setälä, T. & Marttunen, M. 2007. Nuoren psyykkinen oireilu – häiriö vai normaalia kehitystä? Helsinki: Duodecim 123(2).

Alitolppa-Niittamo, A. & Leinonen, E. 2013. Perhe, nuoret ja maahanmuutto. teoksessa Alitolppa-Niittamo, A., Fågel, S. & Säävälä, M.(toim.) Olemme muuttaneet - ja kotoudumme maahan muuttaneen kohtaaminen ammatillisessa työssä Helsinki: Väestöliitto, 99-100,105, 111. Luettu 20.10.2018.

Alitolppa-Niittamo, A., Haikkola, L., Laatikainen, T., Le, T., Leinonen, E., Levälahti, E., Malin, M., Markkula, J., Mäki, P., Parikka, S., Säävälä, M. & Wikström, K. 2014. Maahanmuuttajataustaisten nuorten terveys ja hyvinvointi. Tutkimus pääkaupunkiseudun somali- ja kurditaustaisista nuorista. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki: THL.

Ashjaeimiandoab, N. 2017. Lukiossa opiskelevien maahanmuuttajien ystävyys-suhteet ja niiden vaikutus koulumenestykseen. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteen tiedekunta. Pro gradu- tutkielma.

Bäärnhjelm, S., Scarpinati Rosso, M. Patti, L. 2010. Kulttuuri ja psykiatrinen diagnostiikka. Käsikirja kulttuuriseen haastatteluun psykiatriassa. Helsinki: Duodecim.

Castaneda, A. & Gaily, S. 2011 Maahanmuuttajien hyvinvointia ja terveyttä tutkitaan. Tutkimuspäiväkirja. Hyvinvointikatsaus, 83–85. Luettu 8.10.2018.

Castaneda, A.E., Kuusio, H., Skogberg, N., Tuomisto, K., Kytö, S., Salmivuori, E., Jokela, S., Mäki-Opas, J., Laatikainen, T. & Koponen, P. 2017. Suomen ulkomaalaistaustaisen väestön terveyden edistämiseen liittyy erityiskysymyksiä. Helsinki: Duodecim133(10), 993-1001. <https://www.terveysportti.fi/xmedia/duo/duo13737.pdf>. Luettu 20.8.2018.

Castaneda, A., Mäki-Opas, J., Jokela, S., Kivi, N., Lähteenmäki, M., Miettinen, T., Nieminen, S., Santalahti, P. 2018. Pakolaisten mielenterveyden tukeminen Suomessa. Paloma-käsikirja. Helsinki: THL. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-100-3>. Luettu 26.8.2018

Gissler, M., Kekkonen, M., Känkänen, P., Muranen, P. & Wrede-Jäntti, M., 2014. Nuoruus toisin sanoen, Nuorten elinolot -vuosikirja. Tampere: Yliopistopaino Oy -THL, 137.

Halla, T. 2007. Psyykkisesti sairastunut maahanmuuttaja. Duodecim123(4), 469-475 <http://www.ebm-guidelines.com/xmedia/duo/duo96297.pdf>. Luettu 3.10.2018.

Heino, E. 2012. Venäläistaustaisten lapsiperheiden kertomukset peruspalveluiden käytöstään Suomessa. Teoksessa Aaltonen, S. & Kivijärvi, A. (toim.) 2018. Nuoret aikuiset hyvinvointi palvelujen käyttäjinä ja kohteina Helsinki: Nuorisotutkimusseura,143. Luettu 27.10.2018.

Heiskanen, T., Salonen, K. & Sassi, P. 2007. Mielenterveyden ensiapukirja. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura.

Johansson, K., Axelin, A., Stolt, M. & Ääri, R-L. (toim.) 2007. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Turun yliopiston hoitotieteen laitoksen julkaisuja. Tutkimuksia ja raportteja. A 51/2007.

Järventie, I. 2008. Päivänsäde vai menninkäinen? Identiteettien kasvattaminen eriarvoisuuden puutarhoissa. Teoksessa Lahikainen, A. R., Punamäki, R-L. & Tamminen, T., 2008. Kulttuuri lapsen kasvattajana. Vantaa: Werner Söderström osakeyhtiö, 212.

Kananen, J. 2017. Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä. Jyväskylä: Suomen yliopisto paino Oy, 32-36,53.

Kangasniemi, M. & Pölkki, T. 2016. Aineiston käsittely: Kirjallisuuskatsauksen ydin. Teoksessa Stolt, M., Axelin, A. & Suhonen, M. (toim.) Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turun yliopisto, Hoitotiede A73, 87.

Kanste, O., Kiviruusu, O., Halme, N. & Haravuori, H. 2017. Mielialastaan huolestuneiden nuorten tuen ja avun saaminen koulusta, palveluista ja lähipiiriltä. – Kouluterveyskyselyn 2017 tuloksia Teoksessa Gissler, M., Kekkonen, M., Känkänen, P. 2018. Nuoret palveluiden pauloissa. Nuorten elinolot -vuosikirja 2018. Helsinki: THL. Luettu 4.11.2018.

Karttunen, K. 2016. Mitä hyötyä Schengenin sopimuksesta on? Kahdeksan kysymystä Schengenistä. <https://yle.fi/uutiset/3-8647884>. Luettu 5. 4.2018

Kaukomaa, N. 2014. ”Me tiedän et se ilmiö on siinä mut mä en nää enkä mä kuule”-Etnisiin vähemmistöryhmiin kuuluvien lasten välinen rasismi koulussa tapahtuvana ilmiönä. Teoksessa Kyllönen, K. 2016. Etnisten vähemmistöryhmien välinen rasismi suomessa. Helsinki: Non Fighting Generation ry.

Kerkkänen, H. & Säävälä, M. 2015 Maahanmuuttajien psyykkistä hyvinvointia ja mielenterveyttä edistävät tekijät ja palvelut, systemaattinen tutkimuskatsaus, työ- ja elinkeino-ministeriön julkaisuja 40/2015. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-327-008-4>. Luettu 24.11.2018.

Kumpulainen, K., Aronen, E., Ebeling, H., Laukkanen, E., Marttunen, M., Puuro, K. & Sourander, A. (toim.) 2016. Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria. Helsinki: Duodecim, 770-775.

Kuusisto-Arponen, A-K. 2017. Encounters with unaccompanied refugee minors and the question of social support. In Honkasalo, V., Maiche, K., Onodera, H., Peltola, M. & Suurpää, L. (eds.) Young people in reception centres Helsinki: Finnish Youth Research Society, Finnish Youth Research Network Internet publications 121. http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/nuorten_turvapaikanhakijoiden_elamaa_en_web_090118.pdf. Luettu 3.10.2018.

Laine, M. (toim.) 2013. Kulttuuri-identiteetti & kasvatus. Kulttuuriperintökasvatus kotoutumisen tukena. Helsinki: Suomen Kulttuuriperintökasvatuksen seura.

Laki kotoutumisen edistämisestä (1386/2010). <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101386>. Luettu 20.3.2018

Leinonen, E. 2013. Perheen sukupolvisuhteet ja kotoutuminen nuorten näkökulmasta. Väestöliitto Helsinki: Edita Prima Oy. https://www.hel.fi/hel2/tietokeskus/julkaisut/pdf/13_11_29_tutkimuksia_3_13_leinonen.pdf. Luettu 15.9.2018.

Louhelainen, M., Louhelainen, T. & Ylätaalo, M. 1995. Nuoren (14-16v.) ihmisen suhde- ja identiteettiongelmien ja niistä selviytyminen, sekä kokemukset ehkäisystä mielenterveydestä. Kuusankosken terveydenhuolto-oppilaitoksen julkaisuja A5. Kuusankoski.

Malmusi, D., Borrell, C., Benach, J. 2010. Migration-related health inequalities: showing the complex interactions between gender, social class and place of origin. *Social Science & Medicine* 71(9), 1610 -1619.

Martikainen, T. & Tiilikainen, M. (toim.) 2007, Maahanmuuttajanaiset: Kotoutuminen, perhe ja työ. Väestötutkimuslaitoksen julkaisusarja D 46 Helsinki: Vammalan Kirjapaino Oy.

Martikainen, T., Saari, M. & Korkiasaari, J. 2013. Kansainväliset muuttoliikkeet ja Suomi. Teoksessa Martikainen, T., Saukkonen, P. & Säävälä, M. (toim.) Muuttajat. Kansainvälinen muuttoliike ja suomalainen yhteiskunta. Helsinki: Gaudeamus.

Martikainen, L. 2015. Kuka minä olen? -Identiteetin tunteen kehittyminen. Teoksessa. Martikainen, L. (toim.) Mitä se sulle kuuluu? – Nuoren elämän valinnat puntarissa. EU: United Press.

Mikkonen, A. 2005. Työttömät ja työvoiman ulkopuolella olevat maahanmuuttajat: kotouttamistoiminnasta. Teoksesta Alitolppa-Niitamo, A., Söderling, I. & Fågel (toim.) Olemme muuttaneet. Näkökulmia maahanmuuttoon, perheiden kotoutumiseen ja ammatillisen työn käytäntöihin. Helsinki: Väestötutkimuslaitos – kotipuu, 53-68.

Mähönen, T.A. & Jasinskaja-Lahti, I. 2013. Etniset ryhmäsuhteet ja maahanmuuttajien akkulturaatio. Teoksesta Martikainen, T., Saukkonen, T., Säävälä, M. Muuttajat. Kansainvälinen muuttoliike ja suomalainen yhteiskunta. Helsinki: Gaudeamus.

Mäkelä, J. 2017. Ääni kolveille Nuorten maahanmuuttajamiesten kokemuksia kotoutumisesta. Tampereen yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Sosiaalityön tutkinto-ohjelma. Pro gradu -tutkielma.

Novitsky, A. 2014. Aikuiset vahvistavat toimivissa kumppanuussuhteissa lapsen kulttuuri-identiteetin kehittymistä. Teoksessa Laine M. (toim.) Kulttuuri - identiteetti & kasvatus. Kulttuuriperintökasvatus kotoutumisen tukena. Tallinna: Suomen kulttuuriperintökasvatuksen seura, 153-160. Viitattu 12.11.2018.

- Oikarinen-Jabai, H. 2014. Suomalaisia vai toisia – Maahanmuuttajataustaiset nuoret pohtimassa paikkojaan. Teoksessa Gissler, M., Kekkonen, M., Kähkönen, P., Muranen, P. & Wrede-Jäntti, M. Nuoruus toisin sanoen, Nuorten elinolot-vuosikirja. Tampere: Yliopistopaino Oy - THL, 134-143. Luettu 10.11.2018.
- Oroza, V. 2007. Maahanmuuttaja yleislääkärin vastaanotolla. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim.
- Pauha, T. 2010. ”Aivan tavallinen suomalaisnuori?” – nuorten muslimimaahanmuuttajien psykologinen hyvinvointi sekä kansallinen ja uskonnollinen identiteetti. Jyväskylän yliopisto. Psykologian laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Peltola, M. 2014. Kunnollisia perheitä: Maahanmuutto, sukupolvet ja yhteiskunnallinen asema. Helsinki: Nuorisotutkimusseura. Luettu 14.11.2018.
- Peltola, M. & Moisio, J. 2017. Ääniä ja äänettömyyttä palvelukentillä. Katsaus lasten ja nuorten palvelukokemuksia koskevaan tietoon. Helsinki: Nuorisotutkimusseura.
- Pohjola, R. 2016. Nuorten maahanmuuttajien kotoutuminen. Etnografinen tutkimus kotoutumisen haasteista, mahdollisuuksista ja toiveista. Jyväskylän yliopisto. Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Puusaari, H., 1998. Kulttuurin muutos koettelee maahanmuuttajaa: psykososiaalinen kohtaaminen. Teoksessa. Pitkänen, P. (toim.) Näkökulmia monikulttuuriin suomeen, Helsinki: Oy Edita Ab, 21-22.
- Rasilainen, L., 2016. Kotoutuminen kuntoon. Ehdotuksia kotoutumista tukevan koulutuksen parantamiseksi. Helsinki: Vihreä Sivistysliitto ry, 20.
https://www.opintokeskusvisio.fi/wp-content/uploads/2018/05/kotoutuminenkuntoon_web.pdf. Luettu 10.10.2018.
- Rauta, A. 2005. Selvitys maahanmuuttajien mielenterveyspalvelujen tarpeesta ja saatavuudesta. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/71922/Selv200503.pdf?sequence=1>. Luettu 11.9.2018
- Sainola-Rodriguez, K. 2007. Maahanmuuttajien ja hoitohenkilökunnan kohtaaminen mielenterveyspalveluissa – transnationaalinen taitoko? Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 44(4), 216 - 227.
- Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyyppeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan yliopiston julkaisuja. Opetusjulkaisuja 62 Vaasa. https://www.univaasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf. Luettu 5.1.2019
- Schubert, C. 2013. Kotoutumisen psykologia. Teoksessa Alitolppa-Niitamo, A., Fågel, S. & Säävälä, M. (toim.) Olemme muuttaneet – ja kotoudumme maahan muuttaneen kohtaaminen ammatillisessa työssä. Helsinki: Väestöliitto, 63 -77

Stolt, M., Axelin, A. & Suhonen, R. (toim.) 2016. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja. Tutkimuksia ja raportteja. Sarja A73. Turku: Juvenes print.

Suikkanen, S.2010. Selvitys kidutettujen ja vaikeasti traumatisoituneiden turvapaikanhakija- ja pakolaislasten ja -nuorten määrästä sekä heidän psykiatristen palvelujen tarpeestaan. Helsinki: Diakonissalaitos.

Suomen perustuslaki 731/1999, §6, §2, §3 uudistettu 11.6.1999 saatavilla: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>. Luettu 18. 6.2018

Säävälä, M. 2012. Koti, koulu ja maahan muuttaneiden lapset. Oppilashuolto ja vanhemmat hyvinvointia turvaamassa. Väestöntutkimuslaitos. Sarja E43. Helsinki: Väestöliitto

Säävälä, M.2013 Maahanmuutto perheilmionä. Teoksessa Martikainen, T., Saukkonen, P. & Säävälä, M. (toim.) Muuttajat. Kansainvälinen muuttoliike ja suomalainen yhteiskunta. Helsinki: Gaudeamus, 101–122.

Tilastokeskus 2018. http://www.stat.fi/til/vamuu/2018/09/vamuu_2018_09_2018-10-25_kuv_004_fi.html. Luettu 16.11.2018.

Toivikko, P.2017 maahanmuuttajaoppilaiden kertomaa ystävydestä, koulusta ja oppimisesta. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteen tiedekunta. Pro gradu -tutkielma.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Turtiainen, K. & Rezai, J. 2018.Valoa tunnelin päässä. Tunnustussuhteet nuoren kertomuksessa. Teoksessa. Hiitola, J., Anis, M. &Turtiainen, K.(toim.). Maahanmuutto, palvelut ja hyvinvointi. Kohtaamisissa kehittyviä käytäntöjä. Tampere: Vastapaino Oy, 216-229.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2013. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf.Luettu 20.11.2018

Liitteet

Liite 1. Haastattelun kysymykset 9.1.2019

1. Miksi tulit Suomeen?
2. Minkä ikäisiä lapset olivat silloin?
3. Minkälainen tilanne teillä oli Suomessa ensin?
4. Kuinka kotoutuminen alkoi?
5. Minne lapset menivät Suomessa?
6. Kuinka lapset sopeutuivat?
7. Oliko lapsilla ongelmia? Minkälaisia?
8. Saitteko apua?
9. Mistä saitte tietoa palveluista?
10. Onko toimenpiteet auttaneet lapsia?
11. Onko lapsilla suomalaisia ystäviä?
12. Minkälainen tilanne lapsilla on nyt?

Liite 2. Luettelo opinnäytetyöhön valituista tutkimuksista ja artikkeleista.

Tietokanta	Valitut tutkimukset
Medic	<p><i>Säävälä, M.,2013 Maahanmuutto perheilmionä. Teoksessa Tuomas Martikainen & Pasi Saukkonen & Minna Säävälä (toim.) Muuttajat. Kansainvälinen muuttoliike ja suomalainen yhteiskunta.</i></p> <p><i>Sainola-Rodriguez, K. 2007. Maahanmuuttajien ja hoitohenkilökunnan kohtaaminen mielenterveyspalveluissa – transnationaalinen taitoko? Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti</i></p> <p><i>Heino, E. 2012.Venäläistaustaisten lapsiperheiden kertomukset peruspalveluiden käytöstään Suomessa. Teoksessa Aaltonen, S. & Kivijärvi, A. (toim.) 2018. Nuoret aikuiset hyvinvointi palvelujen käyttäjinä ja kohteina Helsinki: Nuorisotutkimusseura</i></p>
Melinda	<p><i>Kuusisto-Arponen, A-K. 2017. Encounters with unaccompanied refugee minors and the question of social support. .In Honkasalo, V., Maiche, K., Onodera,H., Peltola, M. & Suurpää, L.(eds.) Young people in reception centres Helsinki: Finnish Youth Research Society</i></p> <p><i>Suikkanen, S.2010. Selvitys kidutettujen ja vaikeasti traumatisoituneiden turvapaikanhakija- ja pakolaislasten ja -nuorten määrästä sekä heidän psykiatristen palvelujen tarpeestaan. Helsinki: Diakonissalaitos, 54, 70- 74</i></p>

<p>Finna</p>	<p><i>Turtiainen, K. & Rezai, J. 2018. Valoa tunnelin päässä. Tun- nustussuhteet nuoren kertomuksessa. Teoksessa. Hiitola, J., Anis, M. & Turtiainen, K. (toim.). Maahanmuutto, palvelut ja hyvinvointi</i></p> <p><i>Alitolppa-Niittamo, A., Fågel, S. & Säävälä, M. 2013. Olemme muuttaneet - ja kotoudumme : maahan muuttaneen kohta- minen ammatillisessa työssä</i></p> <p><i>Alitolppa-Niittamo, A., Haikkola, L., Laatikainen, T., Le, T., Leinonen, E., Levälahti, E., Malin, M., Markkula, J., Mäki, P., Parikka, S., Säävälä, M. & Wikström, K. (2014). Maahan- muuttajataustaisten nuorten terveys ja hyvinvointi. Tutkimus pääkaupunkiseudun somali- ja kurditaustaisista nuorista. Helsinki THL.</i></p> <p><i>Novitsky, A. 2014. Aikuiset vahvistavat toimivissa kumppa- nuussuhteissa lapsen kulttuuri-identiteetin kehittymistä. Te- oksessa Laine M. (toim.). Kulttuuri - identiteetti & kasvatus. Kulttuuriperintökasvatus kotoutumisen tukena.</i></p> <p><i>Mähönen, T.A. & Jasinskaja-Lahti, I. 2013. Etniset ryhmäsuh- teet ja maahanmuuttajien akkulturaatio. Teoksessa Martikai- nen, T., Saukkonen, T., Säävälä, M. Muuttajat. Kansainväli- nen muuttoliike ja suomalainen yhteiskunta.</i></p>
<p>Terveysportti</p>	<p><i>Oroza, V. 2007. Maahanmuuttaja yleislääkärin vastaanotolla. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim 123</i></p> <p><i>Halla, T. 2007. Psykkisesti sairastunut maahanmuuttaja. Duode- cim 123(4)</i></p>

<p>Google scholar</p>	<p><i>Pauha, T. 2010 "Aivan tavallinen suomalaisnuori?" nuorten muslimimaahanmuuttajien psykologinen hyvinvointi sekä kansallinen ja uskonnollinen identiteetti</i></p> <p><i>Pohjola, R. 2016. Nuorten maahanmuuttajien kotoutuminen: etnografinen tutkimus kotoutumisen haasteista, mahdollisuuksista ja toiveista. Pro Gradu-tutkielma.</i></p> <p><i>Leinonen, E. 2013. Perheen sukupolvisuhteet ja kotoutuminen nuorten näkökulmasta.</i></p> <p><i>Toivikko, P., 2017 maahanmuuttajaoppilaiden kertomaa ystävydestä, koulusta ja oppimisesta. Tampereen yliopisto kasvatustieteen tiedekunta elinikäinen oppiminen ja kasvatustieteen pro gradu -tutkielma</i></p> <p><i>Ashjaeimiandoab, N. 2017 Lukiossa opiskelevien maahanmuuttajien ystävyssuhteet ja niiden vaikutus koulumenestykseen Tampereen yliopisto Kasvatustieteiden tiedekunta kasvatustieteiden pro gradu- tutkielma</i></p> <p><i>Mäkelä, J. 2017. Ääni kölveille Nuorten maahanmuuttajamiesten kokemuksia kotoutumisesta. Tampereen yliopisto Yhteiskuntatieteiden tiedekunta Sosiaalityön pro gradu –tutkielma</i></p>
----------------------------------	---