

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialankoulutusohjelma/sosiaalinen kuntoutus

Sanna Olander

” UNELMOIN TAVALLISEN NUOREN ELÄMÄSTÄ”

MENNEISYYSMATKA JÄLKIHUOLTONUOREN KANSSA

Opinnäytetyö 2011

TIIVISTELMÄ

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma

Olander Sanna	Menneisyysmatka jälkihuoltonuoren kanssa
Opinnäytetyö	41 sivua
Työn ohjaaja	Lehtori Ari Vesanen
Toimeksiantaja	Kouvolan lastensuojelun sijaishuolto
Tammikuu 2011	
Avainsanat	Menneisyysmatka, jälkihuolto, identiteetti, omahoitaja, tunteet

Opinnäytetyön aiheena on menneisyysmatkailu menetelmä. Tavoitteena on tuoda esiin nuoren kokemuksia menneisyysmatka menetelmästä ja ” Minun tarinaani” kansion täyttämistä sekä menneisyyden kohtaamisesta muistelemalla.

Menneisyysmatkailu on lastensuojelussa käytetty menetelmä ja sitä toteutetaan yhdessä nuoren ja ohjaajan tai omahoitajan kanssa matkaamalla nuoren menneisyyteen sekä tarinoiden että konkreettisten matkojen avulla. Menneisyysmatkailun tavoitteena on täyttää nuoren ns. mustat aukot, joita syntyy pirstaleisen lapsuuden, perhe- ja sukulaisuhteiden jatkuvan katkeilemisen ja nuoren omien muistojen puuttumisen vuoksi. Menetelmän avulla eheytetään nuoren identiteettiä ja itsetuntoa sekä vahvistetaan nuoren sosiaalisia taitoja.

Tutkimus on laadullinen ja sen aineistoa kerättiin matkaamalla ja muistelemalla jälkihuoltonuoren kanssa hänen menneisyyttään haastatteluiden ja yhteisten keskusteluhetkien avulla. Työvälineinä käytin elämäni tikapuita, sukupuuta ja avoimia haastattelukysymyksiä, joiden avulla kävimme läpi eri ikäkausia sekä täyttämällä ” Minun tarinani” kansiota. Menetelmä on toiminnallinen case-tyyppinen työ.

Opinnäytetyössäni ilmeni, että menneisyyden läpi käyminen herättää hyvin paljon erilaisia tunteita innostuksesta turhautumiseen ja ilosta vihaan. Menneisyysmatkailun avulla nuori saa mahdollisuuden kohdata ja rakentaa menneisyyttään uudelleen. Näin nuori saattaa löytää menneisyydestään hänen tulevaisuuttaan tukevia asioita.

ABSTRACT

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

University of Applied Sciences

Social care

OLANDER SANNA

Bachelor's Thesis

Supervisor

Commissioned by

January 2011

Keywords

Journey through the Past whit a Young Person in after care

41 pages

Ari Vesanen, Senior Lecture

Child Welfare in Kouvola

Journey through the past, aftercare, identity, caregiver

The subject of this study was a method called journey through the past. The aim of the study was to introduce a young person's experiences of the method both by filling the file "As my story" and meeting the past by remembering.

The method is used in child welfare and it is realized together with young and her/his caregiver by making journeys to a person's past both chatting and making a concrete trips there. The aim of the method is to fill a young person's black holes which are origins from shattered childhood, family- and relative relations and lack of her/his own memories from childhood. By using the method both young's identity and self-esteem are grown together social skills are confirmed.

The study is qualitative and material was collected by journeying and remembering the past with a young person who is in after-care using interviewing and common chat moments. As work tools ladders of my life, familytree and open interview questions were used. By using above mentioned, we went through different ages of life and filling "As my story"-file. The method is a functional Case-type of work.

According to the results, meeting the past provokes a great deal of feelings from excitement, frustration and joy to anger. Using the method young gets an opportunity to meet and rebuild the past again. This way he/she could find supportive matters from the past to her/his future.

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	6
2	JÄLKIHUOLTO	8
3	OMAOITAJA	9
	3.1 Omahoitajasuhde	10
	3.2 Tunteet ja niiden merkitys	11
4	NUORUUSIÄN KEHITYSTEHTÄVÄT JA ITSENÄISTYMINEN	12
	4.1 Nuoruus kehitysvaiheena	13
	4.2 Minäkäsityksen muokkautuminen	14
	4.3 Identiteetin eheytyminen	15
	4.4 Itsenäistyminen	16
5	NUOREN ELÄMÄNHALLINTA	16
	5.1 Ulkoinen ja sisäinen elämönhallinta	17
	5.2 Nuoren elämönhallinnan tukeminen	18
6	MENNEISYYSMATKAILU	18
	6.1 Historia	18
	6.2 Menneisyyden kohtaaminen muistelemalla	19
	6.3 Eheytetty elämäntarina	20
	6.4 Minäkuvan muotoutuminen positiivisemmaksi	21
	6.5 Tunteiden tunnistaminen	22
7	TUTKIMUKSENONGELMAT	23
8	TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN	23
	8.1 Tutkimusmenetelmä	23
	8.2 Tutkimuksen kulku	24
9	MENNEISYYSMATKAN KUVAUS	25

9.1 Ensimmäinen tapaaminen	25
9.2 Toinen tapaaminen	26
9.3 Kolmas tapaaminen	27
9.4 Neljäs tapaaminen	27
9.5 Viides tapaaminen	28
9.6 Kuudes tapaaminen	29
9.7 Seitsemäs tapaaminen	30
9.8 Kahdeksas tapaaminen	30
9.9 Yhdeksäs tapaaminen	31
9.10 Kymmenes tapaaminen	32
9.11 Yhdestoista tapaaminen	32
10 NUOREN KOKEMUKSIA MATKASTA	33
11 OMA KOKEMUS MATKASTA	35
12 POHDINTA	36
LÄHTEET	39

1 JOHDANTO

Lasten ja nuorten hyvinvointi on viimeaikoina nostettu kansallisen huomion kohteeksi. Monissa ohjelmissa tavoitteena on lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvoinnin lisääminen. Lastenoikeuksien lainsäädäntöä on kehitetty jatkuvasti. Lasten, nuorten ja perheiden hyvinvoinnin politiikkaohjelmassakin todetaan, että terveydelle ja hyvinvoinnille luodaan pohjaa lapsuus- ja nuoruusiässä (Kouvolan lasten- ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2010 - 2012 ehdotus 10.2.2010, 6).

Yhteiskuntamme vauhdikas kehittyminen, kiire, erilaiset paineet ja haasteet sekä taloudellinen lama ja työttömyys aiheuttavat suuria riskejä ihmisten hyvinvoinnille. Nämä vaatimukset johtavat helposti stressiin ja väsymykseen ja sitä kautta heijastuvat perheiden toimintakykyyn ja perheen keskeiseen vuorovaikutukseen.

Pienistä ongelmista kasaantuu suuria ongelmia ja ne saattavat johtaa ihmisen ja perheen väsymiseen sekä mielenterveydellisiin ongelmiin. Ongelmat vaikuttavat usein koko perheen hyvinvointiin. Kun joku perheen jäsenistä voi huonosti, niin on koko perheen tasapaino vaarassa. Perheen vaikeuksien kasautuminen yleensä vaarantaa myös nuoren tasapainoisen kehityksen. Hoitamattomat vaikeudet saattavat rikkoa hyvinvoivankin perheen ja näin perheenjäsenet ajautuvat erilleen toisistaan. Usein moniongelmaiset ja väsyneet perheet eivät kykene selvittämään vaikeuksiaan yksin ja näin perhe ajautuu lastensuojeluasiakkuuden piiriin. Liian usein perheet hajoavat ja perheenjäsenet jatkavat elämäänsä aivan eri suuntiin. Lastensuojelussa on nuoria, jotka ovat kokeneet paljon menetyksiä, hylkäämisiä ja jätetyksi tulemisen tunteita sekä pettymyksiä. Nuorilta puuttuvat usein lapsuuden rakkaat muistot.

Valitsin opinnäytetyöni aiheeksi menneisyysmatkailun, joka on kehitetty lastensuojelulaitoksessa asuvan nuoren ja perheen hyvinvointia tukevaksi terapiamenetelmäksi (Varilo 1999, 39). Sen tarkoitus on tukea lapsen ja nuoren toimintakykyä, vahvistaa minäkuvaa ja itsetuntemusta, tähdäten koko perheen hyvinvointiin. Olen kiinnostunut nuoren menneisyyden vaikutuksesta hänen itsenäistymiseensä ja sitä myötä aikuistumiseen ja syrjäytymisen ehkäisyyn. Nuoruus on mielenkiintoinen kehitysvaihe, jolloin tapahtuu hyvin paljon niin psyykkisesti kuin fyysisesti ja sosiaalisestikin. Lapsesta kasvaa nuori ja nuoresta aikuinen, joka on itsenäisesti ajatteleva ja tunteva yksilö. Menneisyysmatkailulla voidaan tukea nuoren kasvua tasapainoiseksi aikuiseksi (Varilo 1999, 40).

Viimeistään murrosiässä nuori haluaa tietää taustastaan, läheisistään ja sukulaisistaan. Nuori etsii itseään ja käy läpi kriisejä kehittyessään kohti aikuisuutta. Hän pohtii omaa identiteettiään, kuka minä olen, millainen olin lapsena? Mitä lapsuudessani on tapahtunut? Nuori juttelee näistä asioista yleensä perheensä, isovanhempiensa ja sukulaisensa kanssa. Muistellaan menneisyyttä, katsellaan valokuvia, käydään läpi nuoren elämäntarinaa. Näin jaetaan yhteisiä kokemuksia ja tunteita, niin positiivisia kuin negatiivisiakin. Ollaan yhdessä perheenä ja sukuna.

Vuosina 1996 – 1999 Vuorovaikutusprosessien tutkimuskeskus toteutti lastenpsykiatri Esko Varilon johdolla 3-vuotisen pilottiprojektin, jolloin 38 nuorta aloittivat omahoitajineen menneisyysmatkan. Menetelmää on käytetty sen jälkeen lastensuojeluyksiköissä eri puolella Suomea sekä monissa muissakin sosiaali-alan työpaikoissa. Sain ilokseni tavata henkilökohtaisesti lastenpsykiatripariskunnan Leena ja Esko Varilon ja keskustella heidän kanssaan menetelmästä ja heidän työskentelytavoistaan. Sain heiltä paljon hyviä neuvoja ja ohjeita opinnäytetyöni tekoon.

Kerron opinnäytetyöni alkuosassa lyhyesti lastensuojelun jälkihuollosta ja syvennyn omahoitajamenetelmän merkitykseen itsenäistyvän nuoren kannalta. Tarkastelen myös nuoren kehitystä ja elämänhallintaa itsenäistymisvaiheessa kohti aikuisuutta sekä pyrin kuvaamaan menneisyysmatkailua tarkentavasti. Omahoitajan merkitys on hyvin suuri itsenäistyvän nuoren kasvaessa kohti aikuisuutta, joka on vaativaa, haastavaa sekä paljon tunteita herättävää aivan ns. tavallisen nuorenkin kohdalla. Vielä enemmän sijoitettu nuori tarvitsee turvallista ja luotettavaa aikuista rinnalleen sekä toimimaan hänen ja läheisverkostojen kanssa. Nuori tarvitsee ainakin yhden luotettavan aikuisen lähelleen ja hän on usein lastensuojelunuorella omahoitaja. Nuoruus on hyvin hämmentävä ja kivulias elämänvaihe, joka sisältää usein nopeita muutoksia sekä tunteiden vuoristorataa. Nuoruudessa työstetään irtautumista vanhemmista ja työstetään suhdetta heihin ja läheisiin. Lastensuojelunuorilla on usein hyvin pirstaleinen menneisyys sekä monia sukulaissuhteita, joista nuori ei välttämättä tiedä mitään. Näitä menneisyysmatkailumenetelmällä eheytetään ja tuodaan näkyväksi sekä löydetään. Omahoitajan tuki ja turva on erittäin tärkeää, kun tehdään matkaa menneisyyteen ja täytetään unohduksiin jääneet mustat aukot.

2 JÄLKIHUOLTO

Lastensuojelulaki (417/2007) velvoittaa kuntia laatimaan valtuustokausittain suunnitelman siitä, miten lasten ja nuoreten hyvinvointia edistetään ja kuinka lastensuojelupalveluita järjestetään ja kehitetään. Lain tavoitteena on lastensuojelun painopisteen siirtyminen ennaltaehkäisyyn, varhaiseen tukeen ja avohuoltoon. (Lastensuojelulaki 417/2007.)

Jälkihuollolla tarkoitetaan kunnan lakisääteistä velvollisuutta tukea huostaanoton päättyessä nuoren ja perheen arjen sujumista huolehtimalla elämän arjesta, auttamalla koulutuksen- ja työnhankinnassa sekä tarjoamalla terapiapalveluita. Jälkihuollon päämääränä on saattaa nuori takaisin kotiin, läheisten luo tai itsenäiseen elämään, itsenäisesti toimeentulevaksi aikuiseksi, jolla on oma sosiaalinen verkosto tukena. Lapsen tai nuoren ottaminen pois biologisesta perheestä, on puuttumista hänen elämäänsä raskaimmalla tavalla. Usein se myös aiheuttaa ihmissuhteiden katkeamisia, läheisten menettämistä ja muisti aukkoja sekä turvattomuutta nuoren elämään. (Puonti 2004, 263; Laaksonen 2004, 13 – 14.)

Jälkihuolto on nuorelle vapaaehtoista, jos hän kieltäytyy jälkihuollosta hän voi milloin tahansa pyytää sitä ennen 21 ikävuotta. Nuorelle voidaan järjestää jälkihuoltoa, vaikka häntä ei olisi sijoitettu kodin ulkopuolelle tai sijoitus olisi kestänyt alle puoli vuotta (Laiho 2007, 160 - 161).

Laaksosen mukaan nuoren ensisijainen tukija on hänen läheisverkostonsa, joka tukee menneisyyden ja siellä olevien sukulaisten ja läheisten merkitystä nuoren kasvussa kohti aikuisuutta (Laaksonen 2004, 19-21). Nuorelle tulisi turvata myös mahdollisuus elämäkerralliseen työhön myönteisen identiteetin mahdollisuuksien vahvistamiseksi. Siihen tulisi kuulua keskusteluja mm. siitä keneen nuori voi luottaa ja mihin tuntee kuuluvansa ja mistä on lähtöisin (Taskinen 2007, 90).

Nuoret kaipaavat turvallista aikuista tuekseen matkalla kohti eheää aikuisuutta. Jälkihuolto antaa tähän hyvän mahdollisuuden. Jälkihuoltoa toteutetaan tukemalla nuorta sekä hänen vanhempiaan. Lastensuojelun jälkihuollon sosiaalityöhön sisältyy jälkihuollon suunnitelma, nuoren tukeminen jälkihuollossa ja jälkihuollon päättäminen . Suunnitelmaa varten kartoitetaan nuoren tilanne ja nuoren toiveet tulevaisuudelle sekä mahdollinen tuentarve sekä otetaan huomioon myös nuoren läheisverkosto. Nuoren

asioista vastaava sosiaalityöntekijä rakentaa yhdessä nuoren ja hänen verkostonsa kanssa nuoren tarpeita vastaavan ja parhaalla tavalla tukevan palvelukokonaisuuden. (Laiho 2007, 160; Kouvolan lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2010 - 2012, 55).

Jälkihuoltosuunnitelmassakin jo ajatellaan, että menneisyydellä ja perheellä sekä läheisillä suuri merkitys nuoren elämään ja tulevaisuuteen. Ajatus tukee menneisyyden hahmottamisen tärkeyttä nuoren tulevaisuudelle (Lastensuojelu tänään 2004, 263).

3 OMAHOITAJA

Omahoitajalla on merkittävä rooli tehtäessä menneisyysmatkaa nuoren kanssa, sillä kyseessä on heidän yhteinen matkansa. Omahoitajuus on tärkeä asia nuoren matkalla itsenäisyyteen ja kasvaessa kohti tasapainoista aikuisuutta. Omahoitaja tukee, kannustaa, motivoi nuorta ja hänelle se luotettava aikuinen.

Omahoitajalla on monia eri nimityksiä, joita ovat esim. oma-aikuinen, omaohjaaja, omahoitaja, lähityöntekijä. Omahoitajasuhde on terapeutin ja nuoren tarpeet huomioonottava ihmissuhde. Omahoitajamenetelmän mukaan lapsen ja nuoren hoito ja kasvatus laitoshoidossa järjestetään suunnitelmallisesti ja järjestelmällisesti. Nuorella on omahoitaja, joka vastaa tietyiltä osin nuoren hoitamisesta ja kasvattamisesta. Omahoitajat tekevät yhteistyötä muun työryhmän ja nuoren hoitoon liittyvien asiantuntijoiden kanssa. (Kyrönseppä & Rautiainen 1993, 101.)

Tiedettyä on, että jo yksi pysyvä ja turvallinen aikuissuhde voi auttaa nuorta luomaan itselleen paremman perusturvallisuuden. Nuoren omien vanhempien ollessa kyvyttömiä luomaan turvallista tunnesuhdetta nuorelle, esiin nousee kysymys löytyykö kasvatusalan ammattilaisilta mahdollisuutta luoda nuoreen pysyvä aikuissuhde. Nuori tarvitsee kehittyäkseen samaistumisen kohteen, ihmisen jolta voi oppia tapoja, arvoja ja asenteita. Tavallisesti lapsi ja nuori samaistuu omiin vanhempiinsa, mutta lastensuojelussa aikuinen on ensisijaisesti omahoitaja. (Kemppinen 2001, 122 ; Klap 2005, 90; Kyrönseppä & Rautiainen 1993, 102.)

Omahoitajan harteilla on paljon vastuuta. Omahoitaja ei kuitenkaan ole vanhempien korvike, vaan vanhempia täydentävä ja vanhemmuuteen tukeva aikuinen. Omahoitajan tehtävänä on huolehtia siitä, että nuorella on mahdollisuus säilyttää yhteys biologi-

siin vanhempiinsa ja läheisiinsä. Omahoitaja tukee myös nuoren ja tämän vanhempien välistä kiintymyssuhdetta. Omahoitajalta vaaditaan hyväksyvää suhtautumista nuoren biologisia vanhempia kohtaan, oli vanhemmilla minkälaisia vaikeuksia tahansa. (Bardy 1989. 13 - 14.) Omahoitajan tehtäviin kuulu myös nuoren asioiden hoitaminen ja järjesteleminen sekä omahoidettavan asioista selvillä olo ja ajan tasalla oleminen (Kyrönseppä, Rautiainen & Airio 1990, 7.) Näitä tehtäviä ovat nuoren hoitoon liittyvät tapaamisien ja neuvotteluiden organisointi sekä yhteydenpito nuoren perheeseen, sukulaisiin ja muuhun verkostoon. (Kinnunen 1999, 90 – 91.)

3.1 Omahoitajasuhde

Omahoitajalla tarkoitetaan nuoren ja omahoitajan molemminpuolista ja vastavuoroista ihmissuhdetta. Suhde on nuoren ja aikuisen välinen ainutkertainen suhde ja aikuisen on oltava suhteessa se henkilö, joka tarjoaa luotettavuutta, turvaa, huolenpitoa ja kontrollia nuorelle. (Kyrönseppä & Rautiainen 1993, 101 – 103.) Suhteen tulisi olla henkilökohtainen, terapeutin sekä todella hyvään vuorovaikutukseen perustuva. Vuorovaikutuksella toivotaan olevan nuoren tunne-elämän vaurioita korjaava vaikutus. (Anttila, Koskinen, Rantaniemi, Varilo & Vurnos 2001.)

Omahoitaja suhteeseen kuuluu nuoren itsensä hoitaminen mikä onnistuu vain hyvän omahoitajan ja nuoren hyvän omahoitajasuhteen avulla. Se on nuoren ja aikuisen välinen henkilökohtainen vuorovaikutussuhde, terapeutin ihmissuhde, joka ottaa huomioon nuoren tarpeet. Omahoitajasuhde alkaa, kun nuori tulee lastensuojelun jälkihuollon piiriin ja loppuu nuoren jälkihuollon päättyessä tai nuoren päättäessä jälkihuolto. Välille mahtuu hyvin paljon nuorelle, että omahoitajalle tärkeitä hoidollisia ja kasvatuksellisia tilanteita, elämää ja useita kokouksia sekä neuvotteluja ja nuoren läheisten tapaamisia. (Kyrönseppä, Rautiainen & Airio 1990, 7-21.)

Toisinaan jotkut nuoret tarvitsevat riippuvuussuhdetta, joka muistuttaa nuoren ja vanhemman välistä suhdetta. Näillä nuorilla on usein vaurioita jo varhaisessa kehityksen vaiheessa ja heidän riippuvuuden tarpeet ovat jääneet tyydyttämättä. Joskus omahoitajasuhde antaa heille mahdollisuuden asettua turvalliseen riippuvuuteen aikuisesta ihmisestä. (Kyrönseppä & Rautiainen 1993, 102.)

3.2 Tunteet ja niiden merkitys

Tunteiden yksinkertaista määritelmää ei ole, koska ne ovat hyvin monitahoisia ja niihin liittyy pakottavuus eikä niitä voi aina järjellä määrätä. Tunteet ovat syvällä ihmisessä, ja niiden taustalla on usein enemmän perimää, aiempia kokemuksia kuin järkeä. Ne eivät ole opittuja ja joskus ne koetaan ahdistaviksi ja oudoiksi (Isokorpi & ym. 2001, 24 - 25, Varila 2000, 62 - 63)

Tunteet kehittyvät varhaisessa vuorovaikutussuhteissa lapsen saaman hoivan ja turvan kautta. Lapsuuden tunnekokemukset jättävät jäljen tunnerakenteisiin ja vaikuttavat tunneratojen muodostumiseen. Voimakkaat ja pitkään kestävät tunnekokemukset jättävät pysyvän jäljen ihmiseen. (Isokorpi & kumpp. 2001, 40, Jalovaara 2005, 19-25).

Tunnetaidot ovat opittuja, jossa yhdistyy tunteet ja järki. Ihminen tarvitsee molempia, ilman tunteita ihminen ei tiedä mikä on elämässä tärkeää ja ilman järkeä tunteet heitteellisivät. Tunneällyn osa-alueet jakautuvat tunnetaitoihin, joita voi kehittää. Tunnetaitoja ovat esim. tunteiden ilmaisu, tunnistaminen ja nimeäminen sekä tunteiden hallitseminen. Näiden taitojen kehittämisessä omahoitajalla ja hänen tuellaan on suuri merkitys (Golemann 1999, 40, 352; Isokorpi & Viitanen 2001, 61- 62; Saarinen & Kokkonen 2003, 11- 12).

Nuoren ja omahoitajan välinen kiintymyssuhde ja sen suhteen toimivuus vaatii molemminpuolista positiivista tunnetta. Omahoitaja edistää omalla toiminnallaan lujan ja hyvätahtoisen hoidollisen ilmapiirin syntymistä. Omahoitajalta vaaditaan kykyä ottaa vastaan hyvin negatiivisia tunteita ja samalla kestää läheisyyttä erilaisissa muodoissa. (Kyrönseppä & Rautiainen 1993, 101 – 102.)

Nuorella on mahdollisuus kokeilla ja kokea erilaisten tunteiden liikkeellepanemaa käyttäytymistä ilman hylätyksi tulemisen pelkoa. Omahoitajan tulee sietää ja ottaa vastaan provosoivan nuoren tunteita, työstää niitä, ymmärtää niitä ja palauttaa niitä nuorelle paremmin kestävässä muodossa. Näin hän näyttää nuorelle mallia siitä, että ihmisen on mahdollista kestää omia tunteitaan. Jutellessaan omahoitajan kanssa tapahuneista asioista ja niiden herättämistä tunnepurkauksista nuori oppii tunnistamaan omat tunteensa ja kestävänsä niitä paremmin. Omahoitajan avulla nuoren mahdolli-

suudet yhdistää omat tunteensa ja oma käyttäytymisensä käsityksestään itsestään lisääntyvät. (Karppinen 1999, 19.)

Nuoren ja omahoitajan suhteessa tapahtuu kokoajan muutoksia niin ylös kuin alas-päin. Nuorella on regression aikoja ja omahoitajalla voi olla vaikeuksia vastatun-teidensa kanssa. Omahoitaja kohtaa nuoren kautta kipua, johon hänen on osallistutta-va, koska nuorella itsellään ei välttämättä ole kykyä käsitellä ahdistustaan ja kärsimys-tään. Varhaisissa tunnesuhteissa vaurioitunutta lasta on mahdotonta auttaa kärsimättä itsekkin. Omahoitajatyölle on ominaista, että aikuinen kokee usein ärtymystä ja avut-tomuutta sekä syyllisyyttä. Nämä tunteet vievät voimia ja joskus itsekunnioitustakin. (Karppinen 1999, 19.)

4 NUORUUSIÄN KEHITYSTEHTÄVÄT JA ITSENÄISTYMINEN

Nuoruusiällä on oma paikkansa ihmisen kehityksessä. Osaltaan se on hyvin vahvasti sosiaalisesti määriteltyä ja osaltaan ihmisruumiin fysiologista kehitystä. Nuoren sisäi-nessä maailmassa tämä vaihe on joskus hyvinkin kivulias ja hämmentävä ja nuorelle tulee vaihe, jossa hänen on työstettävä suhteensa lapsuuteen ja vanhempiinsa uudel-leen (Taipale 1998, 307, 318).

Nuoruus on nopeita muutoksia ja erilaisten tunteiden aikaa. Nuoruutta pidetään sarjan erilaisia kehitysvaiheita, joille ominaisia ovat sen ikäkauden kehitystehtävät. Robert J. Havinghurstin mukaan kehitystehtävät ovat haasteita, joiden kohtaaminen ja joista selviytyminen mahdollistaa yksilön selviytymisen ja siirtymisen seuraavaan elämän-vaiheeseen. (Duderfelt 1992, 94.) Nuoruuden keskeisempiä kehitystehtäviä ovat van-hemmista irtautuminen itsenäistymisprosessin kautta, liittyminen omaan sukupolveen, oman- ja sukupuoli-identiteetin omaksuminen sekä liittyminen ja omien arvojen sel-kiytyminen, joilla on vaikutusta myöhempään elämään. Näihin tavoitteisiin myös jäl-kihuollossa oleva nuori pyrkii ja jälkihuollon lähityöntekijä tukee nuorta näissä elä-män eri kehitystehtävissä. (Vuorinen 1999, 199.)

Valtaosa huostaanotetuista nuorista on joutunut kokemaan laiminlyöntiä niin fyysises-tikin kuin psyykkisesti. Kallandin & Sinkkosen (2001) mukaan varhaisten ihmissuh-teiden merkitys elämässä selviytymisen selittäjänä on hyvin tärkeää. Pirstaleinen elä-mänhistoria puutteellisine ihmissuhteineen hankaloittaa huostaan otetun nuoren sel-viytymistä ja pärjäämistä elämässään. Nuoruusiän kehityskriisiin kuuluvat vaikeudet

identiteetin rakentumisessa ja ihmissuhteissa voivat olla näillä nuorilla monikertaisia muihin nuoriin verrattuna hylkäämiskokemusten vuoksi. (Kalland & Sinkkonen 2001.)

4.1 Nuoruus kehitysvaiheena

Nuoruus on ihmisen kehityksen yksi syväälleikävimpiä muutosvaiheita, lapsesta kasvaa monien vaiheiden ja muutosten kautta nuori aikuinen. Nuoruusikä on siis ”päättä huimaava seikkailu” matka itsensä ja omien mahdollisuuksien löytämiseen. Muutosta tapahtuu niin sisäisessä kuin ulkoisessa maailmassa. Jokainen nuoruusiän vaihe etenee sykäyksittäin ja sisältää psyykkisiä tapahtumia, joita nimitetään kehitystehtäviksi ja ne ovat välttämättömiä matkalla kohti aikuisuutta (Myllykoski, Melamies & Kangas 2004, 20).

Nuoruus on siirtymä- eli transiiovaihe lapsuuden ja aikuisuuden välissä, jolloin käydään läpi erilaisia fyysisiä, psyykkisiä ja tunne-elämän kriisejä. Tätä elämänavaihetta kutsutaan nuoruudeksi. Nuoruudessa kohdataan sekä itsenäistymisen haasteita, mielialan vaihtelut, että monet ahdistuksen ja masennuksen aiheet. Nuoruuden aikana yksilö kasvaa ja kehittyy lapsesta aikuiseksi, minäkäsitys muokkautuu ja identiteetti eheytyy. Yleisimmin nuoruus jaetaan kolmeen eri vaiheeseen: varhais-, keski-, ja myöhäisnuoruuteen. Kuitenkaan mitään tarkkaa yksimielisyyttä tutkijien keskuudessa ei siitä ole, milloin nuoruus alkaa ja milloin loppuu. (Aalberg & Siimes 1999, 10.)

Nuoruuden luonnollisena kehitystuloksena voimistuvat vihantunteet, etenkin nuoren elämän rajoittavia ihmisiä ja asioita kohtaan. Viha ja kriittisyys ovat kuitenkin itsenäistäviä voimia, joiden avulla nuori tavoittelee valtaa ja itsemääräämisoikeutta sekä luo uusia rajoja itsensä ja vanhempiensa välille. Viha on myös tunne, joka työntää pois nuoruuden kuuluvaa häpeätunnetta ja siten nostaa nuoren itsetuntoa. Vihan tukema häpeämätön käyttäytyminen on nuorelle tapa suututtaa ja haavoittaa läheisiä aikuisia. Viha on sielun tapa suututtaa ja haavoittaa läheisiä aikuisia. Viha on sielun dynaaminen keino tukahduttaa sisäiset paineet, joiden takana on mahdollisesti häpeää.. (Turunen 1996, 107 – 109.)

Huolimatta siitä, että nuoruusikä on täynnä hankaluuksia ja kriisejä, sisältyy siihen myös toinen ns. mahdollisuus eli mahdollisuus korjata varhaisiän kehityksen vääristymiä. Nuoren kyetessä hallitsemaan lapsuuden ongelmat, hän on valmis kohtaamaan

aikuismaailman ja sen vaatimukset. Nuoruuden kehityshaasteiden läpikäymistä vaikeuttavat varhaislapsuuden ristiriitaiset ja puutteelliset vuorovaikutuskokemukset. Nuoren maailmankuva saattaa olla kyyninen, ja elämistä leimaavat pettymykset. Ihmissuhteissa esiintyy myös usein vaikeuksia. (Sinkkonen & Kalland 2001, 178 - 179.)

Nuori pyrkii saavuttamaan oman elämänsä itsenäisyyden, löytämään tasapainoisia ihmissuhteita, aloittamaan parisuhteen, sitoutumaan koulutus- ja työpaikkaan sekä ottamaan taloudellisen vastuullisuuden. Nuoruusiän loppuvaiheen ideologisen kriisin kehitystehtävänä on maailmankuvan ja siihen liittyvän ihmiskäsityksen muodostaminen. Nuori miettii tällöin maailmaa ja omaa suhdettaan siihen sekä käy läpi identiteettikriisiin kuuluvia kehitystehtäviä, jotka ovat välttämättömiä itsenäistymiselle. (Salo 1997, 143 – 150.)

4.2 Minäkäsityksen muokkautuminen

Nuoruusiässä ihminen muodostaa käsityksensä siitä, kuka ja millainen hän itse on. Nuoruus on tämän minäkäsityksen käsittelyn ja pohdinnan aikaa. Minäkäsitykseen sisältyy yksilön oma kokonaisnäkemys itsestään eli se, millaisena hän pitää itseään taustaltaan, asenteiltaan, ulkonäöltään, arvoiltaan, ominaisuuksiltaan ja tunteiltaan. Kun ihmisen minäkuva on positiivinen, hänen itsetuntonsa on hyvä, ja toisinpäin: silloin kun minäkuva on negatiivinen, itsetunto on huono. Lisäksi itsetuntoon kuuluu kyky arvostaa muista ihmisiä, itsenäisyys omaa elämää koskevissa ratkaisuihin sekä epäonnistumisten ja pettymysten sietokyky. Itsetunto rakentuu lapsuuden ja nuoruuden aikana vanhempien ja muiden kasvattajien antaman palautteen varaan. (Keltikangas-Järvinen 1994, 17.)

Aikaisempien kehitysvaiheiden minäkäsitykset itsensä ovat pohjana uuden minäkäsityksen rakentumiselle. Sijoituslasten kohdalla on ongelmana se, että minäkuva on rakennettu psyykkiseltä ilmastoltaan hyvin erilaisissa psykososiaalisissa ympäristössä ja suhteessa vaihtuviin aikuisiin. Nyt nuoruusvaiheessa aktivoituvat ajoittain varhaiset objektikuvat ja nuori saattaa kaivata ja toisaalta taas pelätä tulevansa sidotuksi niihin. Tämän nuoruuteen kuuluvan regression aikana minäkuva muuttuu kielteisemmäksi. Mutta toisaalta tämä regressio on juuri se vaihe, jolloin lapsi taistelee lapsuuden traumoja vastaan. Tällöin nuoren on mahdollista saada korvaavia kokemuksia. Tässä uudelleenrakentumisessa on väistämätöntä konflikti edellisen sukupolven kanssa. (Laurila 1999, 48- 49.)

4.3 Identiteetin eheytyminen

Identiteetti eli minuus tarkoittaa oman yksilön yksilöllisyyden pysyvää kokemistapaa. Kehityspsykologi Erik.H. Eriksonin (1902 – 1994) mukaan minuutta koskeva jatkuvuuden tunne edellyttää eheytymistä kokonaisuudeksi sekä jäsentymistä aikaan ja ympäristöön. Yksilön kehitys tapahtuu vuorovaikutusprosessissa vuosien mittaan laajenevassa ympäristössä (Laurila 1999, 52).

Oman identiteetin löytyminen on nuoruuden tärkeimpiä tehtäviä. Identiteettiin liittyy tarve samaistua. Samaa sukupuolta olevia samaistumiskohteita tulisi olla sekä kotoa että kodin ulkopuolelta. Samaistuminen on osittain tiedostamatonta, ja siihen liittyy kohteen ihannointia. Kun nuori samaistuu ja jäljittelee itselleen tärkeitä ihmisiä, jotka hyväksyvät hänet, hän saavuttaa myös oman identiteettinsä. Identiteetti on yksilön sisäisten ja ulkoisten vaatimusten yhteen sovittamista siten, että ihminen tietää, kuka hän on ja mitä hänestä voi tulla myöhemmin. Näin oman paikan löytyminen on mahdollista. (Keltikangas – Järvinen 1994, 112 –113.)

Jos nuori ei kykene muodostamaan käsitystä itsestään, hän voi kokea rooliensa hajaantuvan. Hän saattaa pysytellä joustamattomasti yhdessä roolissa tai vaihdella yhteensovimattomien roolien välillä. Hänellä voi olla vaikeuksia nähdä ajallista jatkuvuutta. Tällainen nuori on altis ulkoapäin tuleville vaikutteille ja riskialtis käyttäytyminen on yleistä. Voimakas riippuvaisuus ja vastaavasti liiallinen eristäytyminen kuvastavat nuoruuden kehityskriisin epäonnistunutta ratkaisemista. (Eronen & Kanninen & Kauppinen & Lähdesmäki & Oksala & Penttilä 2001, 13 – 133.)

Nuoruudessa on läpikäytävä myös ideologinen kriisi, joka on yksilön omien näkemysten ja maailmankatsomusten muodostamista. Maailmankatsomus sisältää moraaliset ja eettiset periaatteet, jotka luovat nuorelle turvallisuuden ja selkeyden tunnetta yhteiskunnan asettamien paineiden keskelle. Selkiintynyt maailmankatsomus vahvistaa myös nuoren itsetuntoa ja auttaa häntä vapautumaan lapsuuden siteistä ja liittymään aikuisten maailmaan käyttäen tukenaan samansuuntaisesti ajattelevia nuoria ja aikuisia. (Räsänen & Moilanen & Tamminen & Almqvist 2000, 35.)

4.4 Itsenäistyminen

Itsenäistymiskehitys alkaa heti syntymän jälkeen, mutta varsinaisesti sen katsotaan alkavan murrosiässä, jolloin suhteen läheisiin ihmisiin muuttuvat. Nuoren kasvattaminen itsenäisyyteen tulee aloittaa mahdollisimman varhain. Jos näennäinen itsenäistyminen aloitetaan liian myöhään seurauksena on usein yksinäisyys. Nuori aikuinenkin tarvitsee valvontaa ja rajoja. rajojen asettaminen ei hidasta itsenäistymisprosessia, vaan pikemminkin edistää sitä antamalla persoonallisuudelle tukea. (Keltikangas – Järvinen 1985, 107 -114.)

5 NUOREN ELÄMÄNHALLINTA

Elämänhallinnalla tarkoitetaan yksilön persoonallisuuteen kuuluvaa sisäistä voimavaraa. Elämänhallinta on myös tunnetta omista mahdollisuuksista ja kyvyistä vaikuttaa omaan elämäänsä ja siinä tapahtuviin asioihin ja muutoksiin. Ihminen, jonka elämänhallinta on riittävä, tuntee kykenevänsä pitämään elämänsä ohjat käsissään ja luottaa itseensä ja kykyihinsä (Leskinen 2001.)

Elämänhallinta kehittyy lapsuuden, nuoruuden ja aikuisuuden aikaisten kokemusten pohjalta. Arvioimme uusia elämäntilanteita aikaisempien elämäkokemustemme perusteella. Elämänhallinta on yksi ihmisen perustarpeista ja samalla hänen voimavaran-
sa. (Pakarinen & Roti 1996, 204.)

Elämänhallinnassa on kyse valinnan mahdollisuuksista, arvoista sekä vaihtoehtoisista keinoista selviytyä elämän erilaisissa tilanteissa. On kyse yksilön kyvystä selviytyä ja sopeutua sekä kokea elämänsä merkitykselliseksi myös elämänvaikeissa tilanteissa. Erityisesti nuoren ihmisen elämänhallinnassa voimavarojen lähteinä korostuvat lähellä olevat aikuiset, perhe ja ystäväpiiri sekä koulu. (Aaltonen 2003, 186.)

Elämänhallintaa koskevien käsitteellistysten mukaan sillä tarkoitetaan toiminnallista kapasiteettia, joka sisältää yksilölle kehittyvät fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset voimavarat. Näiden voimavarojen avulla yksilö pystyy suojautumaan riskeiltä ja vaikeuksilta elämässään tai niitä kohdatessaan kykenee käsittelemään ongelmia omatoimisesti ja tarkoituksenmukaisesti. (Rauhala 1998, 59.)

Elämönhallintaa voidaan ajatella myös oman elämänsä prosessin ohjaamisella, joka edellyttää yksilöiltä oman elämänsä tuntemusta sekä kykyä arvioida tilanteessa vallitsevia seikkoja. Oman elämän prosessin ohjaaminen edellyttää mahdollisuutta ennakoita tulevaisuutta sekä käsityksiä vaihtoehtoisista toimintamalleista. Perusedellytyksenä oman elämän prosessin ohjaamiselle onkin tietoisuus mahdollisuudesta vaikuttaa ympäristössä oleviin tekijöihin sekä tehdä valintoja omien resurssien ja vaihtoehtojen mukaan. (Pakarinen & Roti 1996, 203.)

Hyvää elämönhallintaa ilmentää yksilön aktiivisuus ja omatoimisuus omassa arjessaan. Yksilön tulee selviytyä perusasioista kuten siivouksesta, pyykinpesusta, ruoanlaitosta, pankkiasioista, koulunkäynnistä, työstä ja vuorokausirytmien ylläpidosta sekä sosiaalisesta kanssakäymisestä. (Paju & Vehviläinen 2001, 70.)

5.1 Ulkoinen ja sisäinen elämönhallinta

Elämönhallinta jaetaan kahteen eri osaan, sisäiseen ja ulkoiseen elämönhallintaan. Sisäinen elämönhallinta tapahtuu mielen sisäisen emotionaalisen ja kognitiivisen prosessin kautta. Sisäinen elämönhallinta pyrkii tunteiden, havaintotoimintojen sekä mielikuvien avulla käsittelemään tapahtuneiden menetysten sekä vaarojen ja uhkien aiheuttamaa ahdistuneisuutta ja myös haasteellisina koettuja tilanteita. Sisäinen elämönhallinta voidaankin käsittää kyvyksi sopeutua vaikeisiin tilanteisiin sekä kykyä hallita turvattomuuden tunteita. Ulkoinen elämönhallinta on toimintaa, jonka myös sosiaalinen ympäristö voi havaita, mutta ei välttämättä ymmärrä sen päämääriä. Se on välineellistä käyttäytymistä samojen tavoitteiden saavuttamiseksi kuin sisäisessä elämönhallinnassa. Yksilön elämönhallinta on hänen sisäisen rakenteen ja ulkoisten tekijöiden vuorovaikutusta. (Leskinen 2001; Raitasalo 1996, 29 – 61.)

Elämönhallinta alkaa itsensä tuntemisesta, hänen tulee tietää mitä elämältään toivoo ja tavoittelee. Itseään voi oppia ymmärtämään tuntemalla omat juurensa, eli mistä tulee, ja ymmärtämällä, miksi on kasvanut juuri sellaiseksi kuin on. Oman perimän ja kasvuympäristön tunteminen auttaa ymmärtämään myös ympärillä olevia ihmisiä ja tapahtumia. Maailma ei ole enää kaoottinen, vaan tapahtumat ovat ymmärrettävissä, ennakoitavissa ja hallittavissa. (Keltikanga-Järvinen 2000, 15-16.)

5.2 Nuoren elämänhallinnan tukeminen

Elämänhallinta edellyttää monenlaisia voimavaroja yksilöltä. Sosiaali- ja terveydenhuollon tärkeänä tavoitteena onkin lisätä ja edistää hyvinvointia, ja sosiaalipolitiikan ensisijainen tehtävä on parantaa ja tukea yksilön elämänhallintaa. (Aaltonen 2003, 185 – 186.)

Elämänhallinnassa on hyvin keskeistä turvallisuuden tunne, ja näin ollen yksilön hyvinvointi edellyttää turvallisuuden tunteen säilyttämistä. Muutokset ja kriisit elämässä tuovat mukanaan epävarmuutta ja epäselvyyttä, joilla on vaikutusta yksilön kokemaan turvallisuuteen ja siten henkiseen hyvinvointiin. Muutos hämmentää, sillä se voi murtaa saavutetun tasapainon vähentäen yksilön ennakoimismahdollisuuksia omassa elämässä, mikä lisää turvattomuutta. (Pakarinen & Roti 1996, 204.)

Muutostilanteissa epävarmuustekijät elämässä lisääntyvät, ja sen seurauksena viriävät usein negatiiviset tunteet. Yksilön elämänhallintaa tukee ja edistää kielteisten tunteiden tunnistaminen niiden torjumisen sijaan. (Pakarinen & Roti 1996, 205.)

6 MENNEISYYSMATKAILU

Menneisyysmatkailulla tarkoitetaan lastensuojelutyön menetelmää, jonka on kehittänyt lasten- ja nuorten psykiatri Esko Varilo yhdessä Vuorovaikutusprosessien tutkimuskeskuksen kanssa. Menetelmää on alettu käyttää myös mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden kanssa. Menetelmä on saanut alkunsa, kun etsittiin apu- ja tukikeinoja moniongelmaisten lastensuojeluperheiden auttamiseksi. Menetelmän avulla kootaan nuoren elämäntarinaa, eheytetään sitä ja pyritään poistamaan mustat aukot sekä auttamaan nuorta ymmärtämään itseään paremmin ja oivaltamaan menneisyyden vaikutuksia hänen elämässään. (Varilo ym. 1999, 39-54.)

6.1 Historia

Menneisyysmatkailun juuret ulottuvat aina 1980-luvulle asti, jolloin Esko Varilo kiinnostui kollegoineen lastensuojeluperheistä, joiden elämä oli hyvin vaikeaa ja joita oli todella hankalaa tai lähes mahdotonta hoitaa perinteisin menetelmin. Perheet olivat

tekemisissä lastensuojeluviranomaisten kanssa, ja lapset olivat usein myös jo sijoitettuna lastenkotiin tai sijaisperheisiin. Perheissä oli paljon surua, pelko ja tuskaa sekä häpeää omaa historiaansa kohtaa, mikä estää omien taustojensa tutkimuksen ja syvällisemmän pohtimisen. Perheissä tapahtuvat jatkuvat perhesuhteiden muutokset sekä yhteiskunnan ihmissuhteita katkaisevat auttamisjärjestelmät lisäävät perheiden ja lasten sekä nuorten tuskaa ja tunnetta, että elämä on aivan hukassa. Nämä kaikki edellä mainitut tapahtumat johtivat usein monien vuosien pituisiin muistikatkoksiin.

Ne muistikuvat joita nuorella on, olivat usein hajanaisia ja kronologisesti epäselviä, tämä aiheutti usein tunteiden puuttumisen muistoista ja muistikuvista, jolloin ne olivat nuorelle mitättömiä. Laitoksissa kasvaneet nuoret eivät useinkaan muista lapsuudestaan mitään. Muistot ovat niin häpeällisiä ja kipeitä, että nuori torjuu ne kokonaan. Lastensuojelulaitoksessa asuva nuori elää rajatussa nykyhetkessä hän ei muistele menneisyyttään eikä pysty kuvittelemaan tulevaisuuttaan ja sitä mitä hänelle tapahtuu. (Varilo, Lounavaara-Rintala, Vurnos & Wahlbeck 2000, 12.)

Varilo ja kumppanit huomasivat, että perinteiset terapiamuodot eivät olleet riittäviä näiden moniongelmaisten lastensuojeluperheiden kanssa työskennellessä, joten he suunnittelivat omahoitajapsykoterapiamallin, jonka he nimittivät Menneisyysmatkailuksi. Terapian ydin on konkreettiset matkat niihin paikkoihin, jossa nuori on elämänsä aikana ollut. (Varilo 2009.)

6.2 Menneisyyden kohtaaminen muistelemalla

Varilon mukaan menetelmän tarkoitus on etsiä nuoren menneisyys ja kohdata se uudelleen. Keskeisintä menneisyysmatkassa on se, että aikaa ei ole ilman paikkaa eikä paikkaa ja sen muistamista ilman aikaa. Kronotopia liittyy olennaisesti menneisyysmatkailuun, sillä siinä käsitellään muistoja ja liikutaan ajassa. Olennaista on myös, että paikka ei ole vain olemassa vaan se saa merkityksen ja siihen liittyvien tunteiden kautta. Menneisyyden nostattamia tunteita käsitellään turvallisesti omahoitajan kanssa ja tarvittaessa erilaisten terapeuttien avulla. Tunteet, aika ja paikka yhdistyvät kronotopisesti ja täyttävät nuoren elämän mustat aukot. (Varilo ym. 1999, 39 -54.)

Lapsuuden ympäristöstä johtaa polku nykypäivän ympäristöön, ja se kertautuu sekä kytketty sellaisenaan ihmisen ja ympäristön väliseen järjestelmään. Tämän seurauksena toiminnan tulokset syntyvät. Lapsuuden ajan muistikuvat eivät synny tyhjästä

vaan niiden edellytyksenä on nyky-ympäristön hyväksikäyttö samaan tapaan kuin lapsena. Kun jokin asia muistetaan, toimintoihin sisältyy sekä uusia että vanhoja rakenteita. Muisti merkitsee menneisyyden kuulumisen nykyiseen. Muistaminen merkitsee ihmisen nykyhetken toteutumista yksilön kehityshistorian pohjalta. (Järvilehto 1996, 31-32.)

Perheissä muistellaan paljon valokuvien, esineiden, lelujen, kirjeiden ja videoiden avulla. Suvuissa siirtyvät kertomukset erilaisista kokemuksista ja ihmisistä liittyvät muisteluun ja kuuluvat tavallisten perheiden arkeen. Lastensuojeluperheistä puuttuu usein kokonaan tällainen ihmisten välinen yhteinen muistelu mikä vaikeuttaa muistamista ja edesauttaa muistiaukkojen syntymistä. Lastensuojelunuorella ei ole aina muistelusuhdetta, mikä tarkoittaa useamman ihmisen, usein avioparin tai vanhemman ja lapsen, sitä suhteen osaa, jossa kerrotaan ja toistetaan yhteisiä muistoja tai sellaisia jotka halutaan yhteisiksi muistoiksi. Muistelu luo läheisyyttä ja tukee osapuolien kokemista suhteen lämmöstä ja sen merkityksestä. Muistelusuhte vahvistaa elämäntarinaa ja auttaa muistamaan ja antamaan sille arvoa. Menneisyysmatkailussa nuoren ja omahoitajan välille muodostuu muistelusuhte, jolloin nuoren elämäntarina sekä elämän mustat aukot saavat mahdollisuuden selkiytyä. (Varilo ym. 2000, 214.)

Vilkon mukaan muistelijalle menneisyyteen palaaminen ja menneen elävä muistaminen merkitsee, että muistan minut. Identiteetin perustana on oman kokemuksen ainutkertaisuus, minkä kautta muistelija voi kertoa ”minut” itselleen. Näiden muistojen arvoa ei voi määrittellä kukaan muu kuin muistelija itse. (Vilko 1996, 102 -105.)

6.3 Eheytetty elämäntarina

Menneisyysmatkailun tavoitteena on saada muistoista kokonainen elämäntarina sekä luoda nuorelle suhde omaan elämäänsä. Laitoksissa asuvat nuoret elävät usein ainoastaan nykyhetkeä, koska he eivät tiedosta aikaa eikä heillä useinkaan ole tulevaisuuden suunnitelmia. Tiedostamisen avulla nuoren elämä ja elämäntarina saa uudenlaisen merkityksen. (Suoninen 2000, 4-9.)

Kokemukset, elämykset ja yhteisöllisyys antavat enemmän sisältöä elämään ja niin hyvillä kuin huonoillakin muistoilla on eheyttävä vaikutus. Hyvät muistot muistutta-

vat elämän onnellisuudesta ja onnistumisesta. Vaikeat ja surulliset muistot muistuttavat, että vaikeistakin elämänvaiheista voi selvitä. Muistojen käsittelyssä on tärkeää nostaa pintaa ja käydä läpi erilaisia tunteita herättäviä muistoja. Menneisyyden vaikeisiin muistoihin porautumalla voi oppia ymmärtämään nykyisyyttään ja itseään paremmin sekä saada elämälleen uuden suunnan. (Hohenthal-Antin 2009, 15 -17.)

6.4 Minäkuvan muotoutuminen positiivisemmaksi

Lapsuuden ja nuoruuden mustat aukot ovat tärkeimpiä syitä nuoren minän heikkouteen, joka aiheuttaa heille paljon tunnetason ongelmia. Aukko nuoren elämän kertomuksessa johtaa sekä heikon minän muodostumiseen, että vaikeuteen muodostaa itsen toimivaksi. Heikinheimo (1994) kertoo, että itsen osat ovat 1) tietoisuus itsen olemassaolosta ”ajattelen, siis olen olemassa”, 2) toiminta, jolla ilmaistaan olemassaolo ja kommunikoidaan muiden kanssa ”minun toimintani takana olen Minä” sekä 3) reflektoiden luotu elämäntarina ”elämme tarinaa, jonka itse luomme, luomme tarinaa jossa elämme”. Näin ollen ei ole vaikeaa ymmärtää, että aukko elämässä estää normaalin itsen muodostuksen. Tähkän (1996) mukaan itsen kehitys riippuu lähellä pysyvästi olevista henkilöistä, jotka toimivat mallina. Minäkuva kehittyy sen perusteella, millaisia kokemuksia ja havaintoja nuori saa toimiessaan yhteisössä. Omahoitajan kanssa tekemä menneisyysmatka avaa nuorelle tunnekontaktit omaan elämäänsä ja näin hänen persoonallaan on kehittymisen mahdollisuus. (Varilo 1999, 39-40)

Nuori havainnoi, tekee johtopäätöksiä eri elämäntilanteissa ja toimii sen jälkeen harkintansa mukaan. Palautteen pohjalta nuori tarkentaa ja kehittää minäkuvaansa jatkuvasti. Kehitykseen eivät vaikuta vai kokemukset, vaan myös niihin liitetyt henkilökohtaiset merkitykset. Tärkeiksi koetuilla ihmisillä on hyvin suuri merkitys nuoren kehitykseen. Kehittyessään minäkuva jäsentyy ja muovautuu moniulotteisemmaksi. (Aho 1996, 27-28.)

Menneisyysmatkailu mahdollistaa sen, että nuori lakkaa häpeämästä omaa elämäntarinaansa ja löytää uusia tunteita, aggressiivisuus muuttuu suruksi, syntyy kyky erottaa hyvä ja paha toisistaan, jolloin hyvät kokemukset nousevat näkyviin ja nuoren minäkuva parantuu. Näiden seurauksena useimmilla nuorilla tapahtuu ratkaiseva askel kohti itsenäisyyttä ja positiivisempaa minäkuva kohti. (Varilo 1999, 43-44.)

6.5 Tunteiden tunnistaminen

Tunneälykäs toiminta perustuu omien tunteiden tunnistamiseen. Ihminen osaa tunnistaa, onko suuttumuksen pohjalla pettymys tai pelko. Omia tunteitaan pitää osata kuunnella, jotta tämä onnistuu. Tunteita pitää ja voi tarkastella monin eri tavoin. Elokuvien tai kirjallisuuden henkilöihin samaistumalla voi käydä läpi tunteitaan. Keskustelemalla nuorten kanssa tarinoissa tai leffoissa esiintyvistä ja niiden herättämistä tunteista nuorta voidaan auttaa tunnistamaan omia tunteitaan. Tunnistamista helpottaa, jos pohtii ruumiillisia tuntemuksia tunteita herättävissä tilanteissa psyykkisten tapahtumien lisäksi. Tunteiden tunnistamiskyvyn kehityksessä on vanhemmilla erittäin suuri rooli. Lapsi ei opi arvioimaan tunteitaan ilman häntä ehdoitta rakastavia aikuisia, jotka rohkaisevat keskustelemaan tunteistaan. Vanhemman tunnetaidot siirtyvät lapselle (Isokorpi 2004, 135, Saarinen & Kokkonen 2003, 27- 51).

Jalovaaran (2005) mukaan, jotta nuori pystyy vuorovaikutukseen toisten kanssa, hänellä on oltava kyky tunnistaa toisten tunteita. Käyttäytyminen ja tunteminen ovat erillisiä tapahtumia ja tunteet vaikuttavat ihmisen käyttäytymiseen sekä käyttäytymisen tunteisiin. Tunteet ovat myös tulkinnallisia ja eivät perustu pelkästään havaintoihin vaan toisinaan yksilön tulkintaan. Ihmiset kokevat asioita eritavalla (Isokorpi & Viitanen 2001, 35- 38).

Menneisyysmatkailun yksi tärkeimmistä tavoitteista on saada nuori tunnistamaan tunteitaan, kokemaan surua ja näiden kautta purkamaan ahdistustaan. Kun aggressiot kohdataan niin ne muuttuvat käsitellessä suruksi. Vaikeiden asioiden noustessa matkan aikana esille niitä käydään ajan kanssa läpi ja muistellaan niitä myöhemminkin, että surutyö saadaan käytyä syvällisesti läpi. Huonoin vaihtoehto on aina salailu. On havaittu, että tulipa vastaan miten vakava asian hyvänsä, se on parempi käydä läpi kuin ohittaa tai sivuuttaa (Varilo 1999, 43.)

Baktin (1997) mukaan menneisyysmatkailussa olennaista on muistojen tunnekatekoituminen. Paikka- aika ei ole vain olemassa vaan se saa merkityksen siihen liittyvien tunteiden kautta. Menneet tunteetkin heräävät nykyisyyden tunnekokemuksen herättäessä menneisyyden tunne-elämykset, kun nykyisyys koetaan ja menneisyys muistetaan. (Psykologia 35. vuosikerta, 213.)

7 TUTKIMUSONGELMAT

Tutkimuksen tarkoitus on tutustua menneisyysmatkailu menetelmään nuoren elämän eheyttämiseksi ja tarkastella menneisyysmatkailua nuoren näkökulmasta. Tavoitteena on kuvata nuoren kokemuksia matkan aikana ja täyttää ”minun elämäni”- kansioita yhdessä nuoren kanssa.

Tutkimusongelmat:

- Miten nuori kokee menneisyyden kohtaamisen muistelemalla?
- Miten nuori kokee ”minun tarinani kansion” tekemisen?

8 TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN

8.1 Tutkimusmenetelmä

Laadullinen tutkimuksen lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen ja siinä pyritään myös kuvaamaan tutkimuskohdetta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Laadullisessa tutkimuksessa suositaan metodeja, joissa tutkittavan näkökulmat ja ääni pääsevät esille. Tällaisia ovat esim. teemahaastattelu, osallistuva havainnointi ja ryhmähaastattelut. Tapausta käsitellään ainutlaatuisena ja aineistoa tulkitaan sen mukaisesti. Tutkimus toteutetaan joustavasti ja suunnitelmia muutetaan olosuhteiden mukaisesti. (Hirsijärvi, Remes & Sajavaara 2007, 157- 159, Eskola & Suoranta 1999, 15 -19.)

Kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on moninaisen elämän kuvaaminen. Kohdetta tutkitaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti ja luonnollisessa, todellisessa tilassa. Näin voidaan varmistaa tutkimustulosten aitous ja todenmukaisuus. Tavoitteena on ymmärtää ja tulkita, kohdejoukko valitaan harkitusti ja tarkoituksenmukaisesti. (Eskola & Suoranta 1999, 15 -19.)

Tutkimuksen toteutin syksyn 2009 ja kevään ja kesän 2010 aikana. Olin toukokuussa 2009 yhteydessä Kouvolan lastensuojelun työntekijään ja kerroin heille halustani tehdä toiminnallinen case -pohjainen opinnäytetyö jälkihuollossa olevan nuoren kanssa matkaten hänen menneisyyteen ja tehden hänelle omanlaisensa kansion hänen elämäänsä. Työntekijät ns. valikoivat nuoren, joka sopii ja jonka kanssa on turvallista niin

nuoren kuin minun kannalta tehdä tätä haastavaa opinnäytetyötä. Työntekijöiden toiveesta matkoja ei tehty konkreettisesti paikasta paikkaan enkä ollut yhteydessä hänen läheisiinsä vaan tapasimme ja keskustelimme valitsemassamme paikassa. Sovimme työntekijöiden kanssa tapaamisille pohjaa, ja minulle luvattiin heidän tuki, jos tapaamisissa tulisi ongelmia tai liian vaikeita asioita nuorelle. Työntekijöiden kanssa sovimme tapaamiskertojen määrän neljästä viiteen kertaan ja tapaamiset nuoren ehdoilla. Tapaamisissamme kävimme nuoren menneisyyttä läpi muistelemalla ja teimme kansiota ja joimme kahvia sekä juttelimme paljon.

Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata nuoren kokemuksia menneisyysmatkailusta ja ”Minun tarinani- kansion” täyttämisestä. Laadullisella tutkimusmenetelmällä saan parhaiten vastauksia tutkimuskysymyksiini ja tieto on aitoa ja omakohtaista. Käytin teema- ja avointa haastattelua koska tavoitteena on saada syvempää tietoa ja näkemystä menneisyyden merkityksestä nuoren itsenäistymisen tukemiseksi. (Hirsijärvi, Remes & Sajavaara 2007, 200-203.)

Teema- ja avoinhaastattelu sopii hyvin aineistonkeruumenetelmäksi, joissa tutkitaan arkaa aihetta, selvitetään heikosti tiedostettuja ja muistamattomuuden arvellaan tuottavan virheellisiä vastauksia tai tutkitaan ilmiötä, josta haastateltava ei ole tottunut keskustelemaan päivittäin. (Hirsijärvi & Hurme 200, 35.)

8.2 Tutkimuksen kulku

Olin keväällä 2009 yhteydessä Kouvolan lastensuojelun jälkihuollon työntekijään ja sovimme yhteisen tapaamisen heidän toimistolleen elokuussa. Tapaamisessa sovimme, että he tiedustelevat nuorilta halukkuutta tulla tapaamaan minua ja kuulemaan opinnäytetyöstäni ja siitä, mikä hänen ”roolinsa” on tässä työssä.

Kesällä tein taustatyötä, etsin kirjallisuutta, kirjoitin teoriapohjaa ja tapasin lastenpsykiatrit Leena ja Esko Varilon sekä työstin itseni kanssa opinnäytetyötäni. Olin jälkihuollontyöntekijään yhteydessä seuraavan kerran syyskuussa 2009 ja tiedustelin, oliko löytynyt nuorta tapaamiseemme. Sain kuulla, että oli hankaluutta löytää ja motivoida nuorta työstämään matkaa menneisyyteensä. Olimme useaan otteeseen yhteydessä pu-

helimitse työntekijän kanssa ja teimme suunnittelutyötä, jos ja kun nuori löytyy. Lokakuussa löytyi nuori, joka suhtautui positiivisesti asiaan.

Tutkimukseeni lupautunut nuori valikoitui Kouvolan lastensuojelun jälkihuollon työntekijöiden avulla. He tekivät alustavan työn ja kertoivat nuorelle mistä tutkimuksessani on kyse ja järjestivät meidän ensimmäisen tapaamisen. Lokakuussa tapasimme nuoren kanssa ensimmäisen kerran. Mukana olivat myös jälkihuollon työntekijät, kun juttelimme ja sovimme tapaamisten luonteen sekä allekirjoitimme paperit. Siitä eteenpäin matkasimme kahdestaan nuoren kanssa.

Sovittuja tapaamisia meillä oli yksitoista kertaa, joista kaksi peruuntui toinen nuoren flunssan vuoksi ja toinen sukulaisvierailun vuoksi. Tapaamispaikkoina meillä oli Kouvolassa pieni kahvila ja kirjaston neuvotteluhuone sekä ruokaravintola. Tapaamiset olivat lämminhenkisiä, haastavia sekä täynnä monenlaisia tunteita.

9 MENNEISYYSMATKAN KUVAUS

Matkamme alkoi lokakuussa 2009. Sovimme alustavasti kaksi tapaamiskertaa jolloin tutustuisimme toisiimme ja kertoisin aiheesta sekä mitä teemme matkan aikana. Tapaamiset olivat rentoja kahvittelu-keskustelu hetkiä, mikä loi turvallisuutta ja luotettavuutta välillemme.

9.1 Ensimmäinen tapaaminen

Tapasimme nuoren kanssa ensimmäisen kerran 12.10.2009. Paikalla olivat lastensuojelun työntekijät, nuori ja minä. Istuimme alas keskustelemaan asiasta. Kerroin nuorelle minun vaitiolosopimuksesta ja mitään mitä hän ei halua ei laiteta työhön. Työntekijät kävivät nuoren kanssa läpi asioita, nuori allekirjoitti paperin jolla hän vapaaehtoisesti suostuu mukaan menneisyysmatkaan. Hänellä on mahdollisuus lopettaa, keskeyttää matka tai perua tapaamiset koska tahansa, jos hänelle tulee sellainen olotila ja matka vaikeuttaa nuoren elämää. Nuorella on ammatillinen tuki vieressään jota hän voi käyttää koko matkan ajan. Juttelimme pitkään yhdessä opinnäytetyöstäni aiheesta ja sovimme samalla, että konkreettisia matkoja emme tee, emme käy tapaamassa nuoren sukua emmekä läheisiä. Nuori on lastensuojeluasiakas, ja hänellä pitää olla omahoitaja mukana, jos näitä konkreettisia matkoja tehdään tai ollaan läheisverkostoon yhteydessä. Tällä hetkellä työntekijöiden resurssit eivät siihen riittäneet. Minun ta-

rinani kirja ja sinne lisätyt paperit ym. ovat nuoren oma juttu ja nuoren käyttöön enkä lisää niitä työhöni. Tapaamiset sovimme Kouvolan keskustan alueella kahvioon ja kirjastoon.

Jäimme nuoren kanssa vielä kahdestaan juttelemaan ja tutustumaan toisiimme. Tiedustelin nuoren ajatuksia ja tunteita sekä sitä mitä se hänessä herättää niin nyt kuin tulevaisuudessakin. Nuori kertoi tunteistaan hyvin avoimesti ja tunnusti jännittävänsä kovasti tilannetta.

”Mua jänskättää aivan hurjasti vaan olen sellainen, joka haluaa kokea tämän jutun ja jos vaikka tämä olisi mulle tarkoitettua. Sinä olet rauhallisen ja kivan tuntuinen ja osaat jutella kanssani, uskon että tulen pitämään sinusta ja haluan olla mukana. Ja ainahan saan sanoa Stop!! Saanhan??”

Nuori oli erittäin positiivinen ja avoin, mutta hyvin paljon herkkyyttä ja säröjä sisälleen pitävä. Hän keskusteli kanssani, kertoi itsestään ja tämänhetkisestä elämästään. Keskustelumme oli toisiimme tutustumista rentoa ja mukavaa. Tapaamisesta jäi meille molemmille hyvä mieli ja positiivista odotusta seuraavaan kertaan. Nuori totesikin tapaamisestamme.

” Tää oli varmaan jo mulle jossain tarkoitettu, että sä juuri sä tuut mun elämään. Mua kyllä pelottaa ja jännittää, mutta odotan kuiteski ja paljon. Odotan kovasti ensi tapaamista, kiva”

Vein nuoren kotiinsa ja hän oli onnellisen oloinen ja odotti seuraavaa tapaamista innolla hän hipaisi olkapäätäni ja sanoi kiitos. Itse jäin hetkeksi istumaan autoon ja nolasin tilannetta. Nyt se alkaa, ja minuakin jännitti. Olin ison haasteen edessä.

9.2 Toinen tapaaminen

Toisessa tapaamisessa kerroin vielä kerran nuorelle, että tutkimukseen osallistuminen on aivan vapaaehtoista ja että hän voi keskeyttää tai perua osallistumisensa milloin vain, jos kokee siihen tarvetta. Matkaa teemme nuoren ehdoilla muistaen hänen voimavaransa. Tapaamiset ja haastattelut ovat luottamuksellisia ja minua sitoo vaitiolovelvollisuus sekä haastatteluissa ilmi tulleet asiat käsitellään ainoastaan tässä tutkimuksessa sen tekemisen hyödyksi ja materiaali tuhoetaan sen jälkeen. Painotin, että

haastateltavan henkilöllisyys pysyy salassa ja valmiissa työssä ei puhuta nuoresta nimellä tai muuten tunnistettavasti. Tapaaminen oli hyvin rento ja lämminhenkinen joimme kahvia, juttelimme ja tutustuimme toisiimme. Nuori tiivisti tuntemuksensa tapaamisestamme.

” Et mä oon iloinen, kun saan jutella ja jutella, sun kanssa on helppo puhua, mä uskon et tää on osa mun elämää ja tää mun täytyy kokea. Silti mua jännittää ja kotona tulee mietittyä asiaa paljon”

Kävimme ostamassa nuorelle sellaisen kansion jonka hän halusi, ja kehotin nyt jo kirjoittamaan tuntemuksiaan kirjaan. Nuorelle kirjan osto oli tärkeä juttu, hän valitsi kirjan huolella ja siinä vierähti aikaa. Mutta se kannatti. Niin onnellisen näköisenä nuori puristi kansiota kainaloonsa. Oli se hieno kansio, hänen kansionsa.

9.3 Kolmas tapaaminen

Kolmannella tapaamiskerralla kävimme läpi nuoren elämää sekä pohdimme yhdessä menneisyyden merkityksestä ja sieltä nousevien asioiden vaikutuksesta häneen sekä tunteista, joita nousisi esiin hänen muistellessaan lapsuuttaan. Annoin hänelle kansioin, jota hän täyttäisi siten miltä hänestä tuntuisi, yhdessä kanssani ja yksin sekä läheisten kanssa. Tapaamisessa oli paljon erilaisia tunteita mukana, ja nuori kertoi asioiden pelottavan häntä. Juttelimme paljon ja istuimme myös hiljaa pohtien asioita mielessämme. Istuimme pitkälle iltaan ja sovimme uuden tapaamisen heti seuraavalle viikolle, jolloin alkaisimme työstämään, ja muistelemaan hänen menneisyyttään.

9.4 Neljäs tapaaminen

Neljännän tapaamisen nuori perui kertoen olevansa flunssassa. Juttelimme puhelimes- sa pitkään sekä sovimme uuden ajan viikon päähän. Minulle jäi ajatus, että nuorta pelotti aloittaa menneisyytensä muistelemisen. Itse työstin pitkään asiaa, ja se hermostutti minua. Asioita, joita nousi esille olivat: miten nuori kohtaa asian ja millaisia tunteita hänelle nousee ja miten ne vaikuttavat häneen. Kirjoitin sähköpostia Variloille ja pohdin heidän kanssaan esille nousseita asioita. He kannustivat minua.

9.5 Viides tapaaminen

Seuraava tapaaminen onnistui vaikka minä sitä epäilinkin kovasti. Koko päivän odotin, että nuori soittaa ja peruu tapaamisen. Ilahduin hyvin positiivisesti, kun tapasimme. Kysyin saanko käyttää nauhuria tapaamisissamme, mutta nuori ei sitä halunnut hän koki sen vaikeaksi ja sanoi ” ei osaa jutella luonnollisesti, jos ääni menee nauhalle ja hänestä tuntuu, että tarkkaillaan”. Siis kirjoitin asioita ylös perinteisellä tavalla, mikä oli ihan hyvä asia, koska kävimme asioita läpi rauhalliseen tahtiin ja nuori sai miettiä sekä pohtia ajatuksia ja tunteitaan. Teimme matkan alkuun tikapuut selkeyttämään elämänhistoriaa tuoden eri tapahtumia konkreettisesti esille. Niiden avulla nostetaan tarkasteltavaksi nuoren elämänhistoria suhteessa muiden perheenjäsenten historiaan.

Tikapuihin tehdään nuoren elämän aikataulu siltä osin, kuin nuori pystyy sen muistamaan: mitä nuorelle ja perheen jäsenille on tapahtunut. Tikapuita tehdessämme, jouduimme moneen otteeseen pysähtymään, koska nuori pohti asioita ja elämänsä kulkua. Nuori nosti elämänsä tärkeän asian esiin, tärkeän ihmisen äidin.

” Äiti on hirveän tärkeä, keskipiste, erittäin tärkeä. Äiti elätti perheemme, hän joutui matkustamaan toiseen kaupunkiin töihin, että saimme ruokaa, veli hoiti minua ja serkku oli kaverina, joka kuitenkin kiusasi minua usein leikillään sitoivat silmät, nipisteli ja läpsi, olin pieni viiden vanha ja kaipas äitiä ”

Tikapuita tehdessään nuori kertoi, että ei ollut muistanut kaipuuta, negatiivisia asioita ei pieniä kivoja juttuja, joita nyt nousi mieleen häivähdyksiä, muistoja, tunnetta, kaipuuta, kyyneleitä. Iltapäivä oli täynnä tunnetta, jossain vaiheessa nuorella otsa oli hyvin kurtussa, ilme kireä ja kehokieli tiukka. Jatkoimme tikapuiden teon jälkeen rennommalla otteella jutustellen ja juoden kahvia. Nuori muisteli lapsuuttaan.

” Oli lämmin kesäpäivä, ehkä heinä-elokuu, puut kukkivat loppuillaan, makasin maassa aurinko paistoi ja kukat tipahtelivat kuin taivaasta, oli kaunista ja lämmintä, äiti nauroi minulle ”

9.6 Kuudes tapaaminen

Kuudennella tapaamisella kävimme syvemmin läpi nuoren elämää siitä asti kuin hän sitä muisti. Teimme ” Musta tuntuu” – elämänkaaren, johon pyysin nuorta pohtimaan elämänsä keskeisempiä tapahtumia ja oppimiskokemuksia. Elämän kaaren tulee sellaisia tapahtumia, jotka herättävät nuoressa jonkinlaisia tunteita niin negatiivisia kuin positiivisiakin. Lapsuutta muistellessa tunteista kaipuu nousi vahvasti esiin samoin itku ja ilo rinnakkain sekä vihaakin tuntui nuoressa olevan.

”Pääskysel lensivät ja ilma oli lämmin, olimme ulkona äiti, veli, isä ja minä, kun äiti kertoi, että hän joutuu lähtemään töihin kauas ja olemaan pois, veli hoitaa ja tekee ruokaa. Isä ei kykene hän on kipeä, kiukkuinen ja väsynyt. Äidin on pakko lähteä, että saadaan ruokaa, oli tosi surullinen, itketti ja taas äiti lähti. Miksi kukaan ei ymmärtänyt kuinka surullinen olin ja pelkäsin. Olin myös niin vihainen, vihainen”.

” Elämäni karmeimmin heti oli, kun veli se tärkein hoitaja, tuki ja turva jäi auton alle ja kuoli, oli pois, oli poissa, ei enään koskaan ottanut kainaloon ei pitänyt kädestä, pyyhkinyt kyyneliä, veljeä ei ollut. Siitä alkoi kapinointi kaikkea vastaan, olin niin vihainen” Äiti ei kai osannut tukea, eikä ymmärtää vihaani ja minä haluaisin ärsyttää”

Pääsimme hyvin pienen matkan hänen lapsuuttaan eteenpäin, usein jouduimme pysähtymään, nuori mietti ja kertasi asioita, kävi tunteita läpi. Edelleen tapaaminen oli täynnä tunnetta ja hiukan kiukkua minua kohtaan, kun olin hänet tähän halunnut. Kävimme asiaa läpi ja juttelimme pitkään. Toivoin hänen soittavan omahoitajalleen ja juttelevan myös hänen kanssaan asioita. Iltamme päättyi positiivisiin tunteisiin, kuitenkin pelkäsin, että nuori pohtii liian paljon asioita illalla ja yöllä. Tapaamisessamme nousi esiin paljon tunteita niin surua kuin murhetta tuovia.

” Muutimme usein ja taas ja taas mua kiusattiin koulussa, olin erilainen, kukaan ei autanut, äiti ei halunnut nähdä tai ei tiennyt, isä oli juoppo, veli kuollut ja sukulaiset jossain ja kavereita ei ollut”

Minuakin jäi painamaan hänen kaipuu äitiään ja läheisiään kohtaan ja usein toistuvat sanat; äiti on tärkeä, keskipiste elämälle, olin vain pieni, oli ikävä äitiä.

9.7 Seitsemäs tapaaminen

Seitsemäs tapaaminen peruuntui, koska nuorelle tuli matka tädin luo ja hän tarvitsi aikaa kerätäkseen itseään. Puhuimme pitkään puhelimesta ja nuori kertoi vahvojen tunteiden pelottavan häntä hieman, mutta hän sanoi haluavansa jatkaa tapaamisiamme. Olin tyytyväinen juttelutuokioon ja toivoin hänelle mukavaa ja rentouttavaa reissua. Sovimme uuden tapaamisajan. Tapaamisen nuori tiivistä lauseeseen, jota jäimme pohdittamaan.

” Niin paljon tulee asioita, joita en tiennyt ja niin paljon sattuu. Olisin halunnut elää tavallista elämää...”

9.8 Kahdeksas tapaaminen

Kahdeksas tapaaminen ja nuori oli innostunut jatkamaan matkaa ja muistelemaan elämäänsä eteenpäin. Reissu tädin luo oli tehnyt hyvää nuorelle, he olivat jutelleet hänen lapsuudestaan ja nuori oli saanut varmistuksia ja faktoja elämänsä kulusta sekä saanut tietoa suvustaan. He olivat täyttäneet Minun tarinani kansiota valokuvilla ja pienillä tarinoilla, joita täti oli kertonut. Nuori oli hyvin onnellinen ja positiivinen mieleltään. Aloitimme tapaamisen kahville ja rennolla juttelulla. Nuori kertoi matkastaan. Teimme nuorelle sukupuun, jossa on henkilöiden etu- ja sukunimet syntymä- ja kuolinajat. Nuoren sukupuu oli hyvin pelkistetty sukupuu biologisten vanhempien perusteella. Teimme myös kattavamman version sukupuusta, jossa kiinnitetään myös huomiota nykyhetkeen ja henkilöihin, jotka muodostavat nuoren läheiset suhteet tällä hetkellä. Ystävät olivat nuorelle hyvin tärkeitä henkilöitä, vaikka hän työnsikin heitä pois elämästään.

” Suututin ystäväni, kun he eivät ymmärtäneet minua ja yrittivät auttaa ja puuttua itseäni tuhoavaan elämään sekä kertoa, että toi ei ole hyvä juttu, tossa ei käy hyvin, miksi teet noin..... laitoin välit poikki, en tarvitse tuollaisia kavereita, jotka ei ymmärrä mua.... Sitten mulla ei ollutkaan enää niistä muutamaa luotettavaa ystävää ja annoin mennä ”

Kävimme lapsuutta ja nykyhetkeä läpi teemojen avulla. Pääsimme syvemmälle hänen lapsuuteensa ja elämäänsä. Tapaamisessa oli mukana erittäin paljon tunteita, joita kävimme läpi illan ajan. Tunteet olivat hyvin laajakirjoisia ja sinä iltana nuori itki paljon

ja oli vähemmän vihainen ja kiukkuinen kuin aikaisemmin. Juttelimme paljon ja pitkään. Ilta oli hyvin väsyttävä molemmille ja päätimme pitää parin viikon tauon tapaamisissa ja haudutella asioita. Elämän pudotuksen pysäytystä nuori ajatteli positiivisesti ja oli tyytyväinen välittämiseen, hänestä välitettiin.

”Olen onnellinen, että yksi oikea kaveri ei ollutkaan hylännyt minua vaan oli seurannut sivusta kuinka tuhosin elämäni ja soitti äidille ja poliisille, kun olin sammunut puistoon vedettyäni kamaa, ympärilläni alan asiantuntijoita. Poliisit tulivat ja veivät minut ensin putkaan, sieltä sairaalaan ja siitä matkani jatkui nuorten psykiatriselle osastolle. Pikku hiljaa heräilin karmeaan arkeen, vapaus oli riistetty, olin romahtamaisillani, mutta siitä se alkoi pitkä matka tähän päivään jossa nyt olen.”

Nuori pohti, onko hänellä oikeutta kertoa, miltä hänestä ihan oikeasti tuntuu. Mitä äiti tuntee entä isä? Mitä ovat oikeat tunteet miten tunteet vaikuttavat ihmiseen ja hänen käyttäytymiseensä miten ne vaikuttavat minuun, nuoreen. Tapaamisissa nousi niin paljon tunteita pintaan, joten asia mietitytti nuorta paljon ja nuoruus on täynnä tunnetta ja tunteiden vuoksi tehdään paljon asioita.

”Miten elämän voi olla näin sirpaleina lapsella? Onneksi tunteet jäävät elämäni”

9.9 Yhdeksäs tapaaminen

Seuraavalla tapaamiskerralla nuori oli hiljainen ja omissa ajatuksissaan. Sovimme, että vain juttelemme. Kävimme läpi hänen verkostoaan ja perhesuhteitaan niin menneisydessäkin kuin nykyhetkessä. Täytimme Minun tarinani kansiota. Nuori kirjoitti sinne runoja ja ajatuksia eri elämän vaiheistaan hän teki myös melko kattavaa sukupuuta eli verkostokarttaa, jota hän kommentoi sivuille verbaaliseen tapaansa.

” Et mä menin ovista ja ikkunoista silloin kun mulla oli se pirullinen vaihe ei mua pidätellyt mikään, olin niin räjähtävää vihaa täynnä, ett potkin ja raavin hoitajat, ohjaajat ja poliisitkin mustelmille vaikk ne oli ihan jees. Oi ees faija ollut se joka ois pistäny muhun sen topin vaan se otti enemmän viinaa ja huumeita kuin mä ja ei sitä jaksanu kinnostaa ja äiti ei osannut se vaan itki ja itki. Itki veljeä, mua ja isää kaipa silläkin oli vaikeaa. Me ei taidettu jaksaa itseämme, toisiamme eikä elämää.... no huh huh se oli meidän elämää, ELÄMÄÄ”

Juttelimme ja juttelimme sekä joimme kahvia. Nuori ei ollut vihainen vaan kuin hiukan ahdistuneen ja pohdiskelevan oloinen. Nuori vajosi omiin ajatuksiinsa usein ja pyyteli anteeksi ettei kuunnellut tai ollut mukana tänään tässä ja nyt. Kirjoitteli ja piirteli kirjaansa. Kerroin hänelle, että tämä kuuluu asiaan ja on sitä työstämisen aikaa, oman elämänsä työstämistä. Nuori näytti minulle valokuvan, jossa he olivat koko perhe: isä vierellään äiti jolla pieni vauva sylissä, hän oli nuori, kainalossaan veli, aurinko paistoi, puut kukkivat ja he kaikki hymyilivät. Kuva hehkui lämpöä ja rakkautta nuori katsoi sitä syvästi kaivaten ja sanoi.” Olisin halunnut olla vaan onnellinen pieni tyttö .” Liimasimme kuvan kansioon. Päätimme tapaamisen sillä kertaa halaukseen.

9.10Kymmenes tapaaminen

Seuraavan tapaamiskertaan nuori tuli hyvin iloisena ja hymyssä suin. Aloitimme tapaamisen kahvilla ja pullalla sekä rennolla rupattelulla. Kerroin nuorelle, että tänään käymme läpi hänelle nousseita kysymyksiä ja hän saa kysellä minulta mieltään painavista asioista niin negatiivisista kuin positiivisistakin. Käydään läpi ajatuksia, odotuksia ja tunteita sekä sitä täytyivätkö hänen ajattelemansa tavoitteet vai onko jonkin alue, asia, teema yms. jota täytyy käydä läpi. Nuori oli hyvin innoissaan päivästä, vaikkakin hän tiesi, että olemme menossa kohti matkan, muistelun loppua. Hän kertoi jutelleensa paljon äitinsä kanssa asioista ja olleensa useammin tätiin yhteydessä sekä tavannut muutamaa serkkuaan. Yhdessä he olivat käyneet nuoren ja hänen perheensä elämää läpi, etsineet valokuvia, kaivaneet muistoja mielistään ja muistelleet niin huonoja kuin hyviä asioita, jotka olivat muistoja ja heidän elämäänsä. Nuori kertoi, että oli onnellinen tästä mahdollisuudesta saada käydä menneisyyttään läpi muistellen.

9.11Yhdestoista tapaaminen

Viimeinen tapaaminen tämän menneisyysmatkan läpi käymisessä muistellen oli palauttekeskustelu ja matkan päättäminen. Nuori tuli tapaamiseen hyvillä mielin ja kertoi olevansa onnellinen tänään, elämä hymyili tällä hetkellä täydellä suulla. Huomisesta hän ei tiennyt, mutta toivoi sen olevan ainakin melkein yhtä hyvä. Nuori oli äitinsä kanssa tekemisissä päivittäin, he olivat käyneet yhdessä syömässä ja shoppailemassa. Tätinsä ja serkkujensa kanssa hän jutteli Facebookin välityksellä päivittäin. Tapaamisenkin oli sovittuna, he lähtisivät risteilylle yhdessä. Tutkimme ”Minun tarinani” kansiota , nuori lisäili sinne sanoja, runoja ja täyttämämme paperit sekä juttelimme paljon.

Nuori kävi terapiassa säännöllisesti ja tuntui saavan siitä hyvin paljon voimavaroja. Hän oli alkanut kirjoittaa runoja ja tarinoita kansioonsa ja pöytälaatikkoon sekä löytänyt maalaamisen, johon sai purettua tuskaa, vihaa, rakkautta, iloa siis kaikkia tunteita. Heidän perheessään oli paljon käsittelemättömiä asioita, ja eivät he kaikkia varmaan saa käsiteltyä. Mutta nuoren mielestä he ovat alussa ja tästä on hyvä jatkaa. Kaikki tämä mitä hän on kokenut, on ollut, erittäin paljon erilaisia tunteita sisältävää, mutta kuitenkin tuonut hänelle paljon hyvää ja ajattelemisen aihetta elämään. Unohdettujenkin ja vaikeidenmuistojen rohkea kohtaaminen auttaa ymmärtämään menneisyyttään.

” Upeeta, että niiden kaikkien negatiivisten muistojen ja tunteiden alla kuitenkin oli hyvää ja ihanaakin. Löytyi hymyn huulille nostattavia muistoja, kyyneleet silmiin tuovia kaipuita, muistoja. Oli ihana tietää, että olin niin odotettu lapsi äidille ja isälle he rakastivat minua paljon ”

Viimeinen tapaaminen oli rento iltapäivä, jolloin herkuttelimme hyvällä ruoalla ja juttelimme kaikesta. Nuori oli hyvillä mielin, vaikkakin haikea. Hänestä nämä tapaamiset olivat olleet mukavia.

” Minä unelmoin tavallisen pienen lapsen elämästä, mutta voinhan minä elää nyt tavallisen nuoren elämää suruineen kuin iloineen”

Nuorelle jäi monta sivua täytettäväksi ja monta askelta otettavaksi matkalla kohti itsestä vahvaa aikuista. Nuori luottaa itseensä ja läheisiinsä sekä uskoo tulevaisuuteen. Hänen tulevaisuudessaan on jotain mitä kannattaa elää ja odottaa.

10 NUOREN KOKEMUKSIA MATKASTA

Nuorelle ensimmäinen tapaaminen oli vaikea, ja matkan tekeminen pelotti häntä. Nuori mietti, miten, voi ihan tuntemattoman henkilön kanssa aloittaa näinkin vaikea asia kuin hänen oman elämänsä penkominen. Aluksi nuorella oli hyvin paljon asioita joita hän mietti: voiko luottaa, uskoa, onko turvallista, voiko puhua totta, voiko tunteitaan näyttää. Mitä, jos itkettää, saa raivarin ja haluaako hän edes tätä? Miksi hänen kanssaan haluttaa tehdä matkaa hänen menneisyyteensä.

Nuoren ensimmäisiä ajatuksia ”Miks toi nainen haluaa tavata mua ja miksi se haluaa jopa jutella mun kanssa ja miksi se haluaa tätä, miksi se haluaa tietää musta, mitä se haluaa?”

Nuorelle kaikki tapaamiset olivat erittäin tärkeitä kokemuksia. Näiden menneisyysmatka muisteluiden kautta nuori saattoi alkaa uskoa tulevaisuuteensa ja osin lopettaa menneisyytensä ajattelemisen vain negatiivisten asioiden kautta. Nuorelle menneisyys oli se asia, jonka vuoksi hän kapinoi ja vastusti kaikkea. Hän ei uskonut, että kukaan välitti tai edes olisi halunnut hänen syntyvän tähän maailmaan. Hän koki häpeää omasta elämästään, ja menneisyys oli täynnä kipeitä muistoja ja tunteita. Tunteiden kohtaaminen ja niiden käsitteleminen oli haasteellisin asia, jonka nuori toi esille. Nuori kertoi, että muisteleminen toi kaiken niin eläväksi ja elämäksi, jota kannatti elää. Vaikeatkin asiat voi kohdata, jos on turvallinen olo. Hänelle toi todella paljon iloa se, että hän oli toivottu vauva äidille ja isälle sekä sukulaisille.

Nuoren ajatuksia matkan varrelta ”Tosi kivaa, että toi nainen haluaa jutella mun kanssa ja mä saan kertoa sille mun tunteita ja olla itkuinen”

”Mua rakastettiin, kun olin vauva ja mua rakastettiin vieläkin, kun olin lapsi ja nuori ja kait ne rakasti vaikk mä olin se itseäni tuhoava nuori”

”Ihanaa, kun tää soittaa mulle ja pyytää luokseen yökylään sillä taitaa olla mua ikävä”

”Minun tarinani” kansion täyttäminen oli nuoren mielestä ollut erittäin mukavaa ja ihana asia. Kansioon kerätyt muistot olivat erittäin tärkeitä, ja muistojen löytymisen vuoksi hän oli ollut äitinsä kanssa yhteydessä sukulaisiinsa ja läheisiinsä. He olivat tehneet ja täyttäneet kansiota yhdessä, minä olin täyttänyt hänen kanssaan kansiota. Yhdessä tekeminen oli ollut hänelle hyvin antoisaa. Kansioon hän sai purkaa tunteitaan: vihassa rypistetty sivu, surun kyynelillä kasteltu runo, hymyillen liimattu valokuva, nauraen piirretty aurinko. Kansiossa oli tavallisen nuoren tytön elämää.

Nuoren ajatus kansion tekemisestä ”Kansio on tosi makea juttu ja sieltä löytyy se tavallinen lapsi ja nuori sekä sen unelmat, se on mulle tärkeä”

Menneisyysmatkailua tehdessä pitää muistaa, että matkaa tehdään nuoren ehdoilla. Nuori sekä hänen elämänsä on se toiminta jota käsitellään, nuori saa keskeyttää matkan koska tahansa eikä nuorta ei saa pakottaa matkalle koskaan. Motivoimalla nuorta hänestä saa usein hyvän matkakumppanin.

11 OMA KOKEMUKSENI MATKASTA

Menneisyysmatka oli erittäin innostava aihe opinnäytetyölleni, ja tartuin siihen täysillä. Etsin tietoa, luin kirjallisuutta, olin sähköpostilla yhteydessä Esko ja Leena Variloon ja sain sovittua tapaamisen heidän kanssaan, jolloin sain vahvistusta menneisyysmatkan tekemiseen ja tukea esiin nouseviin ongelmiin. Ohjaavalta opettajalta Ari Vesaselta sain erittäin hyvin vinkkejä matkan varrella.

Matkan alettua huomasin, että työ oli erittäin haastava, ja pelkäsin ottaneeni liian ison askeleen. Näin tehdyllä työllä on iso vaikutus niin minun kuin nuorenkin elämään. Pelkäsin kovasti, että matka vaikuttaa liian paljon nuoreen ja sekoittaa hänen elämäänsä. Ajattelin, ettei nuori jaksa sitoutua asiaan tai tehdä matkaa kunnolla enkä aina luottanut itseeni. Ajatus, etten jaksa viedä matkaa loppuun asti täysillä, tukea nuorta ja motivoida häntä seuraavaan tapaamiseen olla turvallinen aikuinen, oli usein mukana matkan aikana. Uskoin kuitenkin itseeni ja luotin nuoreen sekä hänen ja minun ammatilliseen tausta tai tukiverkostoon. Erittäin palkitsevaa oli nähdä nuoren vihan muuttuvan surun kautta onnellisuudeksi. Matkan aikana löytyi niitä pieniä onnellisuuden häivähdyksiä, joista nuori voi ammentaa voimavaroja tulevaan. Nuoren antama negatiivinen ja positiivinen palaute sekä hänen intonsa tehdä ”Minun tarinani”-kansiota oli hyvin suuri voimavara työtä tehdessä. Pienet onnen sirpaleet, jotka voittivat ne häpeän, vihan ja raivon tunteet olivat minulle erittäin isoja onnistumisen kokemuksia. Olen tyytyväinen, että sain tehtyä tämän työn valmiiksi. Nuori antoi runon minulle, joka kuvastaa nuoren ajatuksia.

12 POHDINTA

Menneisyyteen matkatessa tämän tyyppisessä opinnäytetyössä on mielestäni tärkeää, että nuori on täysi-ikäinen ja hän haluaa itse matkata ja kertoa menneisyydestään vieralle henkilölle. Alustava pohjatyo on tehtävä huolella, ja nuorelle on selvitettävä mistä asiasta on kysymys, mihin nuori lupautuu ja miten työ etenee sekä vastata nuorelle heräämiin kysymyksiin. Nuori allekirjoitti suostumuslomakkeen, jolla painotettiin, että osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja hän voi keskeyttää ja perua osallistumisensa milloin vain tuntee tarvetta. Allekirjoitus kuitenkin sitoutti nuorta itseään ja motivoi häntä tulevaan matkaan. Nuorelle kerrottiin, että minua koskee vaitiolovelvollisuus ja hänen esille tuomiaan asioita käsitellen luottamuksellisesti sekä ne tuhotaan, kun ne on käyty lävitse. Nuoren henkilöllisyys pysyy salassa ja häntä ei tunnista valmiissa työssä. ”Minun-tarinani” kansio jää nuorelle, ja hän itse täyttää sitä niin kuin haluaa. Suoria lainauksia käyttäessäni huomioin, ettei nuori erotu niistä mitenkään erityisesti. On tärkeää, että nuori saa puhua, tulla kuulluksi, tuntea olevansa tärkeä juuri sillä hetkellä.

Menneisyysmatkailumenetelmän käyttö on lisääntynyt tänä päivänä lastensuojelussa ja mielenterveys- ja päihdetyössä sekä vanhus ja vammaistyössä. Menneisyyden merkitys on hyvin tärkeää meille jokaiselle ja vielä tärkeämpää se on nuorelle, joka elää itsenäistymisen vaiheita ja tarvitsee kaiken tuen kasvaakseen vahvemmaksi ja tasapainoiseksi aikuiseksi. Oman menneisyyden muisteleminen on yleensä mukavaa ja sieltä löytyy tai etsitään niitä ihania lapsuusmuistoja, kivoja kuvia, mummon muikeaa ilmettä tai serkkujen ikuistettua kalasaalista. Muistot saavat tärkeän merkityksensä tunteista, joita menneisyys ja menneisyyteen kuuluvat henkilöt sekä tapahtumat ihmisissä herättävät.

Menneisyysmatkailu on kestoaltaan yleensä muita terapia muotoja pidempi ja sen aikana on mahdollista syventyä nuoren elämäntilanteeseen paremmin. Menetelmän avulla voidaan tätä kautta päästä kiinni myös sellaisiin nuoren tietoihin, joita ei lyhyemmissä terapiamuodoissa saavuteta. Menneisyysmatkailu etenee yksilöllisesti nuoren tahtiin huomioiden nuori kaiken aikaa kokonaisvaltaisesti yhteistyössä omahoitajan kanssa. Matkaa viedään eteenpäin silloin, kun se nuorelle parhaimmalta tuntuu, eikä silloin kun hoitajalle sopii. Nuori voi perua tapaamisen, jos hänestä tuntuu vaikealla ja hän voi lopettaa matkan itse.

Nuori haluaa aina kuulua johonkin ryhmään ja olla osa sitä. Identiteetti ja ihanneminä kulkevat yleensä käsi kädessä ja nuori samaistuu ihailemaansa roolimalliin. Jos nuoren elämässä on paljon huonoja roolimalleja esim. alkoholisoituneet vanhemmat, jengit, päihteiden käyttäjät nuori identiteetti rakentuu heiltä saatujen roolimallien mukaan. Menetelmän avulla nuori rakentaa vähitellen omaa vahvaa identiteettiänsä, jonka palaset on loksahaneet paikoilleen.

Nuoren itsetunto on erittäin herkkää aluetta, yksi herkimmistä ominaisuuksista. Itsetunto on rohkeutta olla oma itsensä, uskaltaa ajatella ja toimia niin kuin tuntee oikeaksi. Hyvän itsetunnon omaava nuori tuntee hallitsevansa itse omaa elämäänsä ja osaa tehdä realistisia tavoitteita. Nuori uskoo pystyvänsä vaikuttamaan elämäänsä, suunnittelee tulevaisuuttaan sekä on tyytyväinen itseensä. Itsetunto vahvistuu, kun nuori hyväksytään omana itsenään, häntä rakastetaan ja hän huomaa, että häntä on rakastettu kaikista vaikeuksista huolimatta. Menneisyysmatkailumenetelmällä tätä ominaisuutta vahvistetaan ja se vahvistuu matkan varrella.

Luottamus on nuorelle tärkeä asia. Luottamus nuoren ja läheisten, ystävien ja omahoitajan välillä on erittäin tärkeää. Menneisyysmatka menetelmässä matkan tekijällä on hyvin merkittävä rooli luottamussuhteen luomisessa ja matkan onnistumisessa. Sillä kyseessä on nuoren ja matkaajana toimivan ohjaajan yhteinen matka. Vahvan luottamussuhteen omaavat matkaajat pystyvät hyvään vuorovaikutussuhteeseen ja heillä on vahvuutta jaksaa erilaisia vahoja niin negatiivisia kuin positiivisia tunteita.

Tutkimuksestani ilmeni, että tunteilla on erittäin suuri merkitys menneisyysmatkailumenetelmässä. Menneisyysmatkan perustana olevassa uudelleenkohtaamisessa korostetaan sitä, että muistot saavat merkityksen juuri niihin liittyvien tunteiden kautta. Menneisyyteen matkaaminen herättää nuorella hyvin paljon tunteita ja useimmiten ne tunteet ovat hyvin voimakkaita niin ilossa kuin surussakin ja vihassa. Matkaajan on oltava nuorelle vahva tuki, johon hän voi luottaa. Koska nuorelle saattaa löytyä hyvinkin traumaattisia asioita hänen lapsuudestaan on hyvä, että hänellä on ammatillinen tukiverkosto matkan ajan ja sen jälkeen. Nuori tarvitsee tukea ja turvaa matkatessaan eteenpäin.

Nuorelle tunne ” minä olen rakastettu, tärkeä tavallinen nuori” oli se jatkumo, joka suuntasi nuoren ajatusta, toivetta ja unelmaa meidän keskusteluissa. Nuoren suhteet sukulaisiin ja läheisiin sekä tukiverkostoihin ovat hyvin tärkeitä voimavaroja itsenäis-

tyvälle nuorelle. Menneisyyden ymmärtäminen antaa hyvää pohjaa ja uskoa siihen, että nuori on rakastettu tavallinen nuori.

Työ vahvisti ajatustani, että menneisyysmatkailumenetelmä on hyvin rankka, tehokas ja vaativa menetelmä, mutta samalla erittäin antoisa ja palkitseva. Tekemisen ilo ja sen vaativuus, erilaiset tunteet niin naurusta itkuun olivat mukana koko tekemisen ajan. Tunteet ovat matkaa tehdessä koko ajan mukana ja se tuo haastavuutta tekemiseen. Tehdessä työtä nuoren kanssa, jonka elämä ei ole edennyt hänen toivomansa kaavan mukaan, pitää ottaa paljon asioita huomioon olla hyvin herkällä korvalla mukana ja olla vahva luotettava aikuinen. Tärkeää on muistaa koko ajan työn eettisyys, vaitiolovelvollisuus, identiteetin suojaaminen ja jaksaminen nuoren kohdalla, mutta oma jaksaminen on myös erittäin tärkeää. Työn tekemistä vaikeutti minun sairastamiseni. Loppuvaiheen kirjoittaminen viivästyivät hyvin paljon, osin sairastamisen, osin töiden ja oman saamattomuuteni ja työn tekemiseen väsymisen vuoksi. Haaste oli myös se, että minulle ei ollut ns. työohjausta missä olisin saanut purettua tuntojani ja saanut vahvistusta ajatuksilleni. Ohjaava opettaja on ollut tuki samoin opiskelu kaverit.

Tulevaisuudessa voisi tehdä opinnäytetyön, joka tutkii menneisyysmatkan tehneitä nuoria muutaman vuoden päästä matkasta. Miten matka on vaikuttanut nuoren aikuisen elämään, mitä siitä on jäänyt positiivisena mieleen ja mikä on ollut negatiivista ja oliko matkasta hyötyä. Miksi nuori lähti mukaan haastavaan matkaan. Mitä nuorelle kuuluu nyt.

LÄHTEET

- Aalberg, V. & Siimes M. 1999. Lapsesta aikuiseksi. Nuoren kypsyminen mieheksi ja naiseksi. Jyväskylä: Gummerus Oy.
- Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) 2001. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineiston keruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS – kustannus Gummerus kirjapaino Oy.
- Aho, S. 1996. Lapsen minäkäsitys ja itsetunto. Helsinki: Edita.
- Brady, M. 1989. Uhkat, uhrit ja arjen sankarit. Helsinki: Valtion painatuskeskus.
- Dunderfelt, T. 1992. Elämänkaaripsykologia. Porvoo: WSOY.
- Eronen, S. & Kanninen, K. & Katainen, S. & Kauppinen, L. & Lähdesmäki, M. & Okasala, E. & Penttilä, M. 2001. persoonan kehityopsykologia. Helsinki: Edita Oyj.
- Goelman, D. 1997. Tunneäly- Lahjakkuuden koko kuva. Keuruu: Kustannusyhtiö Otava.
- Goelman, D. 1999. Tunneäly työelämässä. Keuruu: Kustannusyhtiö Otava.
- Isokorpi, T. & Viitanen, P. 2001 Tunnevoimaa! Tampere: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Isokorpi, T. 2004 Tunneoppia parempaan vuorovaikutukseen. Juva. PS-Kustannus.
- Jalovaara, E. 2005. Tunnetaidot tiedon rinnalle kasvatuksessa. Pilot- kustannus Oy.
- Järvinen, K. & Lindblom-Ylänne, S. & Päiväsalo, T-M. & Niemelä, R. & Tontti, J. 2009. Sosiaalipsykologia. Helsinki: Kustannusyhtiö Otava.
- Järvilehto, T. 1996. Mihin muistia tarvitaan? Teoksessa Määttänen K. & Nevalinna T. (toim.) Muistikirja. Jälkien jäljillä. Tutkijaliiton julkaisusarja 80. Helsinki: Tutkijaliitto.

Karppinen, S. 1999. Lapsen henkilökohtainen hoito ja huolenpito lastensuojelulaitoksessa : omahoitajamenetelmä. Teoksessa K. Tervonen-Arnilk (toim.) Vaikeahoitoisten lasten ja nuorten hoitomenetelmiä lastensuojelulaitoksissa. Helsinki: Sijaishuollon neuvottelukunta.

Keltikangas- Järvinen, L. 1994. Hyvä itsetunto. Juva: WSOY.

Keltikangas-Järvinen, L. 1985. Agressiivinen lapsi. Keuruu: Otava

Keltikangas- Järvinen, L. 2000, Tunne itsesi, suomalainen. Juva: WSOY.

Kemppinen, P. 2001. Kasvatuksen maailmat. Vantaa: Kannustusvalmennus Oy.

Klap, K. 2005. Perheen merkitys sijoitetun lapsen kuntoutusprosesseissa. Teoksessa: Laaksonen, S. & Kemppinen, M. (toim.) 2005. Oljista, risuista vai tiilistä?. Artikkeleita ja hoidon laatua tukevista tekijöistä sijaishuollossa. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto Ry.

Kouvolaan lasten- ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2010 – 2011 ehdotus 10.2.2010.

Kyrönseppä, U. & Rautiainen, J-M. & Airio, T. 1990. Omahoitajamenetelmä. Lastensuojelun laitoshuollon neuvottelukunnan julkaisuja 3. Helsinki: Painopörssi Oy.

Kyrönseppä, U. & Rautiainen, J-M. 1993. Lapsi laitoksessa. Porvoo: WSOY.

Lastensuojelulaki 2008 (417/2007)

Laurila, A. 1999. Toinen mahdollisuus. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy.

Myllykoski, A-M, & Melamies, N. & Kangas, S. 2004. Itsenäistyvä nuori ja AD/HD. PS - kustannus; Juva.

Nurmiranta, H & Leppämäki, P & Horppu S. 2009. Kehityopsykologiaa lapsuudesta vanhuuteen. Helsinki: kirjapaja.

Pakarinen, T. & Roti, R. 1996. Ihminen toiminnallisessa ympäristössä. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Psykologia 3/2000. Suomen psykologisen seuran julkaisu.

Puonti, A., Saarnio, T. & Hujala, A. 2004. Lastensuojelu tänään. 2. painos. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Raitasalo, R. 1996. Elämänhallinnan etsintää etsimässä. Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia. Helsinki: Kelan omatarvepaino.

Räsänen, & Moilanen & Tamminen & Almqvist

Saarinen, M. & Kokkonen, M. 2003. Tunneäly kohti kokonaista elämää. Juva: WSOY.

Salo, O. 1997. Crescendo – hitaasti kasvaen. Psykologian perustieto 2. Hämeenlinna: Salutonova.

Suoninen, L. 2000. Menneisyysmatkailulla kadonnutta aikaa etsimässä. Sosiaaliturva. 88. vuosikerta (5) 4-7.

Rauhala, P-L. 1998. Mistä ehkäisevässä sosiaalipolitiikassa on kysymys? Käsitteellisiä ja historiallisia tarkasteluja. Saarijärvi: Gummerus kirjapaino.

Taipale, V. 1998. Lasten mielenterveystyö. Porvoo; kirjapainoyksikkö WSOY.

Varilo, E. & Varilo, L. Haastattelu 18.9.2009. Iitti Kausala

Varilo, E. & Lounavaara-Rintala, H & Varilo, L. & Vurnos, P. & Whalbeck, J-C. 2000. Menneisyyden rakentaminen lastensuojeluperheiden nuorten hoitokeinona. Psykologia 35. v Vuosikerta 3.

Varilo, E. & Lounavaara-Rintala, H & Varilo, L. Vurnos, P. & Whalbeck, J-M. & Anttila, S. & Pietiläinen, R. & Rantaniemi, T. 1999. Menneisyyden rakentaminen lastensuojeluperheiden nuorten hoitokeinona. Teoksessa Vuorovaikutuskuvioita. Helsinki: Vuorovaikutusprosessien tutkimuskeskus.