

The Diak logo is located in the top right corner of the page. It consists of the word "Diak" in a bold, sans-serif font, with a small white cross symbol integrated into the letter 'k'. The background of the page features large, overlapping, semi-transparent pink and light pink curved shapes that create a modern, abstract design.

Lotta Ferm
Johanna Turunen
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan
ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomi AMK, kirkon nuorisotyön ohjaaja
Opinnäytetyö, 2020

NUORTEN VASTAANOTON OMAOHJAAJAKANSION PÄIVITYS

Työväline kohtaamisen tueksi

TIIVISTELMÄ

Lotta Ferm ja Johanna Turunen

Nuorten vastaanoton omaohjaajakansion päivitys – Työväline kohtaamisen tueksi

61 sivua, 3 liitettä

Kevät 2020

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysalan AMK

Sosionomi, kirkon nuorisotyön ohjaaja

Opinnäytetyön tarkoitus on päivittää Helsingin kaupungin lastensuojelun nuorten vastaanotto- ja arviointiyksiköiden omaohjaajakansion tehtäviä, jotta dialogin synnyttäminen asiakkaiden ja työntekijöiden välille olisi helpompaa ja johtaisi laadukkaampaan työskentelyyn. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa tehtäväkansioon uudenlaista materiaalia nuorten arviointi- ja vastaanottoyksikön käyttöön. Produktiossa ei suljettu pois olemassa olevia tehtäviä, vaan niitä muokattiin ja luotiin uusia siten, että huomioitiin erityisesti digitalisaation sekä itsenäisen tiedonhaun, luki- ja keskittymishäiriöt sekä muut oppimisvaikeudet.

Vastaanottoyksikön tehtävä on arvioida nuoren tilannetta, etsiä ratkaisuja sijoitukseen johtaneisiin syihin, ratkaista perheen haasteet sekä arvioida missä turvallinen ja tarpeiden mukainen hoito ja huolto tulisi parhaiten tapahtumaan. Yhtenä päivityksen tavoitteena on, että tehtävät toimisivat keskustelun avaajina tehtävien tarkastustilanteissa ja motivoisivat nuoria kohtaamaan aikuisia. Kohtaamiset edesauttavat luottamuksellisen suhteen syntymistä, joka puolestaan edesauttaa nuoren halua jakaa itseensä liittyviä asioita. Nuoren tilanteesta saatu kattava tieto edesauttaa vastaanottoyksikön laadukasta arviointia.

Nuorten vastaanottoyksiköissä on nuoria, joilla voi olla monista syistä koulunkäymättömyyttä tai liikkumavapauden rajoituspäätöksestä johtuva ulkoilukielto. Tehtävät tarjoavat näille nuorille tekemistä. Tehtävät antavat myös mahdollisuuden reflektoida omaa elämää, löytää voimavaroja sekä mahdollisuuden saada omia näkemyksiään esiin muutenkin kuin puhumalla.

Produktio on toteutettu yhteiskehittämällä Herttonimen nuorten vastaanotto- ja arviointi yksikössä. Yhteiskehittämisessä toteutettiin kaksi erillistä aivoriieheä. Aivoriiehien pohjalta syntyneiden ajatusten perusteella, olemassa olevat tehtävät käytiin läpi ja lajitteltiin aihealueittain. Tehtäviin muokattiin erilaisia tekotapoja ja luotiin puuttuviin aihealueihin uusia tehtäviä. Produktiossa muokatut ja tuotetut tehtävät ovat merkattu tähän opinnäytetyön raporttiin kehyksillä.

Opinnäytetyössämme tuomme esiin lastensuojelun tämänhetkistä tilannetta ja kehityssuuntauksia sekä arviointijaksolla tehtävää työtä. Avaamme myös tehtävien suunnittelun ja ideoimisen taustalla olevaa teoriaa.

Asiasanat: Lastensuojelu, arviointijakso, omaohjaaja, kohtaaminen, dialogi, osallisuus

ABSTRACT

Lotta Ferm and Johanna Turunen

61 p., 3 appendice

Spring 2020

Diaconia University of Applied Sciences

Degree Programme in Social Services, Option in Christian Youth Work

Degree Title: Bachelor of Social Services

Goal for this thesis was to produce updated assignment material for children aged 13-17, who are clients in child protection reception unit in Herttoniemi. The aim is to make a better achievement of the dialogue between youths and employees in a way it would increase the quality of the evaluation process. We are not going to exclude old assignments, we wanted to produce an addition to them and count in digitalization and information retrieval, dyslexia and other different types of learning disabilities. Reception units' mission is to assess the youths' situation comprehensively, find solutions to those problems, which lead to foster care placement, and determine where the optimal safe and caretaker of the youth would take place in the future. Our goal for the updated assignments also is, that the assignments would work as a starter for conversations when checking the correct answers and would motivate clients to encounter with the workers in the child protection service unit. Face to face encounters support confidentiality and build trust which can boost the clients' desire to share personal issues, values and points of view. An inclusive knowledge of the youth's situation will assist in making more qualified evaluation.

In these units, there are clients who don't go to school for one reason or another or clients who have a decision on limitation for going out, and these assignments offer something to do, work as a possibility to reflect own situation and life, find resources and bring out own thoughts and points of view by other methods than speaking.

In our thesis we bring out the current situation of child protection services and its trends and we open the work process in foster care unit. We also open the theory behind the design and ideas of the assignments.

We also found important to hear the ideas and needs of the work community. We facilitated two brainstormings, where we gave the workers an opportunity to tell about the challenges, success and improvement ideas. Based on those brainstorming-meetings, we went through the old assignments and categorized them. We edited the assignments to be more pleasant to youths, in ways we learned from the brainstorming. We also added the assignments we designed. Assignments are attached to this thesis and edited, and new materials are separated with frames.

Keywords: Child protection, evaluation process, encounter, dialog, participation

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 LASTENSUOJELU SUOMESSA	6
2.1 Lastensuojeluilmoitus	7
2.2 Lastensuojelun sijoitus	7
2.3 Asiakassuunnitelma ja kirjaaminen	8
2.4 Lastensuojeluilmoituksista johtaneet sijoitukset	9
2.5 Lastensuojelun muutosohjelma	10
3 VASTAANOTTOYKSIKÖN TEHTÄVÄ	12
3.1 Sijoitus vastaanottoyksikköön	12
3.2 Tuen tarpeen arviointi	13
3.3 Omaohjaajatyöskentely ja sen haasteet	17
4 NUOREN KOHTAAMINEN	20
4.1 Menetelmät kohtaamisen tueksi	20
4.2 Dialogisuus	20
4.3 Sielunhoito työtteenä ja menetelmänä	22
5 SISÄNUORIKANSIO JA SEN KÄYTTÖÖN VAIKUTTAVIA TEKIJÖITÄ ...	25
5.1 Tiedonhaku	26
5.2 Luovien menetelmien hyödyntäminen	26
5.3 Oppimista vaikeuttavat tekijät	27
6 HERTTONIEMEN NUORTEN VASTAANOTTO- JA ARVIOINTIYKSIKKÖ	31
7 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE	33
8 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN	34
8.1 Kehittämispainotteinen opinnäytetyö	34
8.2 Haastattelu menetelmänä ja produktion viitoittajana	35
8.3 Aivoriihet	36
8.4 Produktiosta nousseet asiat	38
8.4.1 Ensimmäinen aivoriihi	38

8.4.2 Toinen aivoriihi.....	41
8.5 Tehtävien tuottaminen.....	44
8.6 Produktion arviointi ja palaute	46
8.7 Opinnäytetyön prosessi.....	46
9 POHDINTA	48
9.1 Produktion luotettavuus.....	49
9.2 Oma ammatillinen kasvu.....	50
9.3 Työn eettisyys	52
9.4 Jatkotutkimus- ja kehittämisasiheet	53
LÄHTEET.....	54
LIITE 1 Omaohjaajakansion päivitys	
LIITE 2 Kutsukirje aivoriihiin	
LIITE 3. Teemahaastattelun runko	

1 JOHDANTO

Lastensuojeluilmoitusten määrä ja sijoitukset ovat kasvusuuntaiset. (Kuoppala, Forsell & Säkkinen 2019). Perheillä sekä nuorilla ongelmat ovat tänä päivänä kompleksisempia. Lastensuojeluilmoitukset voivat johtaa vastaanotolla tapahtuvaan sijoitusjaksoon, jonka aikana pyritään löytämään ratkaisuja ilmoituksissa oleviin syihin ja perheen tilanteeseen ja jonka aikana arvioidaan, missä nuori tulevaisuudessa tulisi saamaan kasvun ja kehityksen turvaavan hoidon sekä huolenpidon.

Sijoitusjaksot vastaanottoihin ovat yleensä kahden kuukauden mittaisia ja syitä nuoren arviointijaksolle on lukuisia. Sen vuoksi arviointiprosessin aikana on ensiarvoisen tärkeää saada nuoresta sekä hänen ajatusmaailmastaan, asenteistaan ja elämästään kattavasti tietoa, jotta lastensuojelun työntekijät voivat tuottaa laadukkaan yhteenvedon ja suosituksen nuoren sosiaalityöntekijälle.

Teimme opinnäytetyönämme Helsingin kaupungin lastensuojelun nuorten vastaanotto- ja arviointiyksikköön Herttoniemen toimipisteeseen sisänuorikansion päivityksen. Käytämme tässä raportissa toimipisteestä nimeä nuorten vastaanotto. Produktiomme keskittyi vastaanottoyksiköissä käytössä olevaan omaohjaajakansioon, jonka sisällä on aikaisemmin opinnäytetyönä tuotettu sisänuorikansio (Hanhisalo & Ismail 2011). Sisänuorella tarkoitetaan asiakasta, joka esimerkiksi liikkumisvapauden rajoituksella tai koulun käymättömyydellä on päivät osastolla.

Olemassa oleva sisänuorikansio- tehtäväpaketti on tehty opinnäytetyönä Kallion vastaanottoyksikköön vuonna 2011 (Hanhisalo & Ismail 2011). Vuosien varrella siihen on lisätty useita eri tehtäviä, jotka linkittyvät omaohjaajakansioon. Nuori käy aiheita ja teemoja läpi hänelle nimetyn omaohjaajan kanssa. Omaohjaaja pyrkii osallistumaan nuoren kanssa palavereihin sekä on yhteydessä muihin toimijoihin nuoren asioissa ja vastaa nuoresta kirjoitettavasta yhteenvedosta.

Olemme työskennelleet vastaanottoyksiköissä ja huomioineet, kuinka sisänuorikansion tehtävät eivät aina kiinnosta eivätkä osallista nuorta olemaan vuorovaikutuksessa työntekijöiden kanssa. Kohtaaminen on avain dialogin syntymiseen ja dialogi puolestaan avain luottamuksellisen suhteen rakentumiseen. Arviointijakson lyhyen pituuden johdosta on ensiarvoisen tärkeää pyrkiä luomaan avoimeen vuorovaikutukseen perustuvia keskusteluja, joilla nuoresta sekä hänen tilanteestaan saadaan lisää tietoa.

Tehtävät toimivat myös työvälineenä nuorelle mahdollisuutena pohtia omaa elämäänsä ja löytää voimavaroja. Tehtävät kannustavat itsenäiseen tiedonhakuun ja ongelmanratkaisuun. Piirustus- ja väritystehtävien avulla nuori saa tehtäväsivuista juuri oman näköisiä ja nämä tehtävät toimivat myös rentoutumiskeinona. Otimme vahvasti myös koko prosessin ajan huomioon erilaiset oppimisvaikeudet ja haasteet tehtävien tekemisessä. Tehtävät toimisivat myös kirkonalalla työvälineenä, sillä aiheet koskettavat kaikkia nuoria.

Yhteistyö nuorten vastaanoton kanssa lähti liikkeelle asiantuntijahaastattelulla, jolla saimme varmuutta produktion tarpeellisuudesta ja linjoista yhteiskehittämiselle. Haimme Helsingin kaupungilta tutkimusluvan jolloin yhteiskehittäminen jatkui aivoriihien muodossa. Avaamme produktiossa nousseet teemat ja liitteenä (Liite 1) on päivitetyt omaohjaajakansion tehtävät. Kansio on jaettu viiteen osaan: Minä ja elämäni; Koulu, kaveri ja harrastukset; Ravinto, liikunta ja hygienia; Tunteet ja seksuaalisuus; Päihteet ja rikollisuus. Tähän opinnäytetyön raporttiin olemme merkanneet muokkaamamme ja tekemämme tehtävät kehyksin.

2 LASTENSUOJELU SUOMESSA

Modernissa yhteiskunnassa eli nykyisin hyvinvointivaltiossa ovat yleistyneet psykososiaaliset ongelmat, joihin universaalit yleiset palvelut eivät riitä. Siksi tarvitaan enemmän spesifioituja palveluja täydentämään peruspalveluita. Näitä työalueita ovat esimerkiksi lastensuojelu ja mielenterveystyö. Psykososiaalisten ongelmien taustalla voidaan havaita individualismi ja arjen monimuotoistuminen. (Raunio 2009, 283.)

Suomi on allekirjoittanut Yhdistyneiden kansakuntien yleissopimuksen lapsen oikeuksista. Yleissopimuksessa lukee, että erityistilanteessa, jossa lapsi sijoitetaan pois vanhemmilta, heidän laiminlyödessä tai pahoinpidellessä lasta, kaikille asianosaisille on annettava mahdollisuus tulla kuulluksi. Lisäksi yleissopimus määrää sopimusvaltioita takaamaan lapselle ikätasonsa mukaisesti, tuomaan esiin oman näkemyksensä sekä määrittää lapselle oikeuden ilmaista nämä näkemykset. (Unisef. Lapsen oikeuksien sopimus. Lapsen oikeuksien sopimus – Koko teksti.)

Lastensuojelun lainsäädännöstä ja ohjauksesta vastaa Suomessa sosiaali- ja terveysministeriö. Lastensuojelun tarkoitus on turvata lasten hyvinvointi Suomessa, ja sen onnistumiseksi on laadittu lastensuojelulaki. Lisäksi Suomea velvoittaa kansainväliset sopimukset kuten Euroopan ihmisoikeussopimus ja YK:n Lapsen oikeuksia koskeva yleissopimus. Suomessa kunnilla on velvollisuus järjestää lastensuojelu. Aluehallintovirastot, Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL), järjestöt ja kunnat täydentävät toisiaan valvonnan, tutkimuksen, kehityksen ja monipuolisen tarjonnan kautta laadukkaaseen lastensuojeluun. (Sosiaali- ja terveysministeriö. Vastuualueet. Sosiaali- ja terveyspalvelut. Sosiaalipalvelut. Lastensuojelu.)

2.1 Lastensuojeluilmoitus

THL:n tutkimuksesta käy ilmi, että lastensuojeluilmoitusten määrä on noussut 15 prosenttia vuosina 2017–2018. Vuonna 2017 lastensuojeluilmoituksia tehtiin yhteensä 139 368 ja ne koskivat yhteensä 76 113 lasta eli keskimäärin yhtä lasta kohden tehtiin 1,8 lastensuojeluilmoitusta. (Kuoppala, Forsell & Säkkinen 2019, 15.) Lastensuojeluilmoituksia tehtiin maakunnittain verrattuna eniten Uudellamaalla noin 33 prosenttia, Varsinais-Suomessa noin 9 prosenttia, Pohjois-Pohjanmaalla noin 8 prosenttia ja Pirkanmaalla noin 8 prosenttia. (Kuoppala, Forsell & Säkkinen 2019, 16.)

Lastensuojelulain (L 417/2017) mukaan lasten vanhemmilla ja muilla huoltajilla on ensisijainen vastuu lapsen hyvinvoinnista. Vanhempien sekä muiden huoltajien tulee turvata lapselle tasapainoinen kehitys ja hyvinvointi. Lain neljännessä pykälässä lukee, että lastensuojelua toteuttaessa on kiinnitettävä huomiota siihen, että lapselle turvataan tasapainoinen kehitys, hyvinvointi sekä läheiset ja jatkuvat ihmissuhteet, mahdollisuus saada ymmärrystä ja hellyyttä, taipumuksia ja toivomuksia vastaava koulutus, turvallinen kasvuympäristö, ruumiillinen ja henkinen koskemattomuus, mahdollisuus itsenäistyä ja kasvaa vastuullisesti, mahdollisuus osallistua sekä vaikuttaa omiin asioihin sekä kielellisen, kulttuurisen ja uskonnollisen taustan kunnioittaminen.

Lain tulkinnan mukaan tietoa mikä ei ole selkeää faktaa, ei voida koota valtakunnallisiin rekistereihin. Tämä tarkoittaa sitä, ettei esimerkiksi lastensuojeluasiakkaina olevien lasten ja nuorten asiakkuuksiin johtaneita syitä ja tekijöitä tilastoida. (Heino 2009, 64.)

2.2 Lastensuojelun sijoitus

Lastensuojelulaissa määritetään lapsen sijoituksen liittyvät asiat. Lapsi voidaan sijoittaa avohuollon tukitoimena lapsen tuen tarpeen arvioinnin, kuntouttamisen tai väliaikaisen huolenpidon järjestämisen vuoksi. Lapsi sijoitetaan kiireellisesti, jos lapsi on lain mukaisesti välittömässä vaarassa. Kiireellinen sijoitus voi kestää

korkeintaan kolmekymmentä päivää. Kiistatilanteessa, jossa esimerkiksi vanhemmat vastustavat huostaanottoa tai sijoitusta, asia ratkaistaan hallinto-oikeudessa. (L 417/2017.)

Kiireellinen sijoitus edellyttää viranomaispäätöstä. Koska se on vakava puuttuminen ihmisen elämään, siitä säädetään myös lastensuojelulaissa tarkoin. Syitä kiireelliselle sijoitukselle on useita, mutta sijoituksen taustalla on aina lapsen tai nuoren terveyteen, kehitykseen tai huolenpitoon kohdistuva välitön vaara. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Lastensuojelun käsikirja. Työprosessit. Kiireellinen sijoitus.) Sosiaali- ja terveysministeriö (2015) linjasi kiireellisen sijoituksen turvaamistoimeksi, jota tulee käyttää, jos lapsi on välittömässä vaarassa tilanteessa, jossa häntä ei voida jättää kotiin eikä tilannetta voi muuttaa avohuollon tukitoimien avulla. Fyysisen vaaran lisäksi henkinen väkivalta ja kaltoin kohtelu voivat olla perusteita sijoituspäätöksen tekemiseksi. Sijoituksen taustalla ei ole aina vanhemmista riippuvaista syytä. Joskus lapsen tai nuoren oma käytös esimerkiksi rikollisuus, päihteet tai itsetuhoisuus voivat johtaa sijoitukseen.

2.3 Asiakassuunnitelma ja kirjaaminen

Lastensuojeluasian vireille tulosta lähtien lastensuojelun työntekijöiden on kirjattava lasta tai nuorta koskeviin asiakirjoihin kaikki asiakkaan tarvitsemien lastensuojelutoimenpiteiden järjestämiseen vaikuttavat tiedot sekä toimenpiteiden suunnittelun, toteuttamisen ja seurannan kannalta oleelliset tiedot (L 417/2007).

Asiakkaalle on laadittava asiakassuunnitelma yhteistyössä lapsen, huoltajan sekä tarvittaessa lapsen muun laillisen edustajan tai muun lapsen hoidosta ja kasvatuksesta vastaavan tahon kanssa. Asiakassuunnitelmasta tulee käydä ilmi ne olosuhteet ja seikat, joihin pyritään saamaan muutosta, asiakkaan ja hänen perheen tuen tarpeet, palvelut ja muut mahdolliset tukitoimet, joilla pyritään vastaamaan tuen tarpeisiin. Asiakassuunnitelmaan on myös kirjattava arvio ajasta, jonka kuluessa asetetut tavoitteet saavutetaan. Asianomaisten eriävät

näkemykset tulee myös tulla kirjatuksi. Jos lapsi tai nuori on huostaanotettuna, asiakassuunnitelmaan kirjataan myös sijaishuollon tarkoitus ja tavoitteet, erityisen tuen ja avun järjestäminen asianosaisille sekä suunnitelma yhteydenpidon ja yhteistoiminnan lapsen vanhempien ja muiden lähteisten henkilöiden kanssa. Huostaanotetun lapsen vanhemmille tulee laatia erillinen asiakassuunnitelma vanhemmuuden tukemista varten. Asiakassuunnitelmaan tulee myös kirjata, miten huomioidaan lapsen edun mukaisella tavalla tavoite perheen jälleenyhdistämisestä. (L 417/2007.)

Asiakassuunnitelma tehdään ennen kaikkea asiakasta varten. Hyvin laadittu suunnitelma voi auttaa asiakasta oman elämänsä jäsentämisessä ja mahdollistaa hänelle tarpeiden mukaiset palvelut ja tukitoimet. Asiakassuunnitelma on lastensuojelun työntekijöille dokumentoinnin väline, sosiaalityön tiedonmuodostuksen väline ja sosiaalityöntekijälle oman työn jäsentelyssä auttava väline. (Asiakassuunnitelma 2016.)

Suunnitelman lähtökohtana on yhteistyö, mutta suunnitelman voi laatia poikkeustapauksessa myös silloin, kun asianomaiset kieltäytyvät sen tekemisestä tai vastustavat sen tekemistä. Vastaavan sosiaalityöntekijän tai muun lastensuojelun työntekijän tulee tavata asiakas riittävän usein henkilökohtaisesti. Pääsääntönä on vähintään kaksi tuntia kuukaudessa, kun tehdään lastensuojelutarpeen selvitystä, tilanteen arviointia tai valmistellaan sijoitusta. Muu lastensuojelun työntekijä tulee olla henkilö, joka tuntee lapsen olosuhteet hyvin ja hän voi olla esimerkiksi perhetyöntekijä tai sosiaaliohjaaja. (Asiakassuunnitelma. 2016.)

2.4 Lastensuojeluilmoituksista johtaneet sijoitukset

THL:n vuoden 2018 tilastoraportin mukaan vuonna 2017 kodin ulkopuolelle on ollut kaiken kaikkiaan sijoitettuna 17 956 lasta ja nuorta. Näistä oli vuoden aikana huostaanotettuna 10 526 lasta eli noin 59 prosenttia. (Kuoppala, Forsell & Säkkinen 2019, 7–8.) Tämä tarkoittaa sitä, että loput 41 prosenttia lapsista ja nuorista olivat sijoitettuina avohuollon tukitoimena. Avohuollon tukitoimena lapsi

voidaan sijoittaa yksin, jolloin tarvitaan huoltajan ja 12- vuotta täyttäneen lapsen suostumus. (Kuoppala, Forsell & Säkkinen 2019, 20.) THL:n tilastoraportin (2019, 7–8) mukaan suurin osa lasten ja nuorten sijoituksista tehdään perhekotiin tai laitoshoitoon. Muita vaihtoehtoja sijoitukselle ovat muun muassa sijoitus sukulaisille, koko perheen sijoitus perhehoitoon, sijoitus vankilan perheosastolle tai muuhun terveydenhuollolliseen laitokseen (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Lastensuojelun käsikirja. Työprosessit. Kiireellinen sijoitus). Helsingin lastensuojelussa sijoituspaikan suosituksen ja jatkosuunnitelman tekee lasten ja nuorten vastaanotot yhteistyössä lapsen, perheen ja vastuusosiaalityöntekijän sekä tarvittavien muiden tahojen kanssa (Helsingin kaupunki. Sosiaali- ja terveyspalveluiden toimipisteet. Toimipisteet aakkosittain. Lastensuojelu. Vastaanottolaitokset).

Kuusikko työryhmän toteuttamassa “Kuuden suurimman kaupungin lastensuojelun ja palveluiden kustannusten vertailussa” tulee ilmi, että tarve sijaishuollolle on kasvussa. Vuodesta 2014 vuoteen 2018 sijaishuoltopaikkojen tarve on noussut 4.5%. Kokonaiskustannukset sijaishuollossa, kuudessa suurimmassa kaupungissa, olivat vuonna 2018 292,5 miljoonaa euroa. (Forsell 2019.)

2.5 Lastensuojelun muutosohjelma

Suomessa sosiaalipalveluita kuten lastensuojelua on kehitetty erilaisin toimin kuten esimerkiksi 2016 käynnistyi sosiaali- ja terveysministeriön sekä opetus- ja kulttuuriministeriön johtama Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelman (LAPE). LAPEn ohjaavia periaatteita ovat: Lapsen oikeudet ja etu, lapsi- ja perhe (Terveysten- ja hyvinvoinninlaitos. Tutkimus ja kehittäminen. Tutkimukset ja hankkeet. Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma LAPE.) Muuten kehityksessä on ollut keskiössä kohtaamisen parantaminen ja kuuluksituleminen.

Arvostus, inhimillisyys ja empatia korostuvat asiakkaiden hyvässä kohtaamisessa. Vuorovaikutuksen onnistumiseen vaikuttaa asiakas sekä työntekijä. Lastensuojelun työntekijällä tulee olla taitoja, vahvuuksia ja osaamista

käsitellä ristiriitaisia tilanteita asiakkaan kanssa. (Lavikainen, Puustinen-Korhonen & Ruuskanen 2014, 15.)

Hallituksen LAPE -muutosohjelman tavoite on kehittää muun muassa lastensuojelun sosiaalityötä. Ammattilaisten osaamista vahvistetaan suhdeperustaisen sosiaalityön suuntaan. Lastensuojelun toimintamallin muutosta kehittäessä, mallinnusryhmä hyödynsi brittiläistä Hackneyn mallia, joka perustuu systeemiseen toimintakulttuuriin, mahdollistaen lapsille ja heidän perheilleen vuorovaikutuksen ja kohtaamisen. Ihmisten välinen vuorovaikutus on pääosassa systeemisessä ajattelussa. Hackneyn malli keskittyy etsimään voimavaroja ja ymmärtää lapsen arkea. Toimintamallissa on ensisijaisen tärkeää, että työntekijöillä on taitoa luoda ja ylläpitää luottamuksellista suhdetta lapsiin sekä heidän perheisiinsä. Aidon kohtaamisen periaatteina ovat pyrkimys dialogisuuteen ja kohtaamiseen, kuunteleminen sekä asiakkaita kunnioittava suhtautuminen. Suhdeperustainen lastensuojelutyö ei poissulje lain asettamia vaatimuksia, mutta keskiöön asetetaan luottamukselliset ja toimivat vuorovaikutussuhteet. Työmenetelminä hyödynnetään oppeja dialogisesta, narratiivisesta ja ratkaisukeskeisistä menetelmistä. (Lahtinen, Männistö & Raivio 2017, 9, 18, 20, 27.)

LAPE muutosohjelmassa sijaishuoltoon kehitettiin mallinnusryhmässä ohjauksen ja valvonnan mallia, jossa keskiössä oli lapsen osallisuus, vahvistaa sijoitettujen lasten ja nuorten tarpeiden kuulluksi tuleamista ja lapsiystävällisiä oikeusturvakeinoja. Viitekehys mallinnukselle oli lapsen oikeudet eli lapsen edun ja oikeuksien toteutumisen ensisijaisuus. Tällaisessa mallissa annetaan painoarvoa lasten erilaisille elämänkokemuksille sekä -taustoille, näkemyksille sekä osallistua keskusteluun arvioidessa kasvuympäristöä tai osallistua päätöksentekoon ikätasonsa mukaisesti. Pitää myös muistaa, että lapsella on oikeus olla käyttämättä oikeuttaan osallistua, jos lapsi niin haluaa. (Hoikkala ym. 2017, 7 & 27.)

3 VASTAANOTTOYKSIKÖN TEHTÄVÄ

Lain mukaan kunnilla on vapaus valita, kuinka toteuttaa lasten ja nuorten lastensuojelun. Laki ei määritä että kunnassa on toimittava vastaanottoyksikkö, muuta laissa määritetään lastensuojelun tehtävä, mikä lähtee sosiaalityöntekijän palvelutarpeen arvioinnista. (L 417/2007.) Helsingissä lastensuojelun vastaanotto- ja arviointiyksiköitä on lapsille ja nuorille (Helsingin kaupunki. Sosiaali- ja terveystieteiden toimipisteet. Toimipisteet aakkosittain. Lastensuojelu. Vastaanottolaitokset). Käytännössä nämä toimivat esimerkiksi väliportaana ensimmäisen palvelutarpeenarvioinnin ja pitkäaikaissijoituspaikan välillä. Eri kunnissa hoidetaan asioita eri tavoin esimerkiksi joissain kunnissa ei ole erikseen arviointi- ja pitkäaikaissijoitusyksiköitä, vaan molemmat tapahtuu samassa paikassa.

3.1 Sijoitus vastaanottoyksikköön

Vastaanottoyksikön pääasiallinen tehtävä on selvittää ja arvioida lapsen tai nuoren sekä hänen perheensä tilannetta. Vastaanottoon sijoitetaan lapsi tai nuori lastensuojelulain määrittämin säädöksin. Yksikön tavoitteena on auttaa asiakasta sekä hänen perhettään löytämään keinoja ratkaista hoitoon ja kasvatukseen liittyvät ongelmat, arvioida missä turvallinen ja tarpeiden mukainen hoito ja huolto tulisi parhaiten tapahtumaan ja tehdä mahdollista kriisityötä lapsen ja hänen perheensä kanssa. Jakson aikana tehdään tiivistä yhteistyötä perheen, läheisverkoston ja viranomaisverkoston kanssa. Arvioinnin aikana arvioidaan lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia sekä toimintaa, pyritään selvittämään syyt miksi lapsen kasvu ja kehitys on vaarantunut ja tarjoavatko vanhemmat turvallisen kasvuympäristön, hoitoa ja huolenpitoa. Sijoituksen aikana tehdään päätös siitä, sijoitetaanko lapsi tai nuori kodin ulkopuolelle vai palaako hän kotiin. Keskiössä on lapsen etu. Arvioinnin lisäksi vastaanottoyksikkö on vastuussa asiakkaan kasvun ja kehityksen tukemisesta sekä perustarpeiden huolehtimisesta. (Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Lastensuojelun käsikirja.

Työprosessi. Sijaishuolto. Sijaishuollon muodot. Lastensuojelulaitokset. Vastaanottokoti.)

Lapsi tai nuori voidaan sijoittaa vuorokauden ajasta huolimatta kiireellisesti vastaanottoyksikköön. Arviointi aloitetaan heti ja ensimmäinen neuvottelu eli tavoiteneuvottelu pidetään viiden päivän kuluttua sijoituksen alkamisesta. (Helsingin kaupunki. Kaupunki ja hallinto. Palvelut. Palvelukuvaus. Lyhytaikainen sijoitus vastaanottolaitokseen).

3.2 Tuen tarpeen arviointi

Lapsen etu on lastensuojelussa ensisijainen ja lapsen etu toteutuu turvallisten suhteiden sekä vuorovaikutuksen avulla ja työskentelyn lähtökohtana on aina lapsen yksilölliset tarpeet ja elämäntilanne. (Lahtinen, Männistö & Raivio 2017, 16).

Helsingin nuorten vastaanoton sijoitusjaksolla käytetään tiedonkeruuseen esimerkiksi motivoivia haastatteluja, ADAD2 (European Adolescent Assedment Dialogue) -haastattelua, YSR (Youth Self Report) -lomaketta sekä Tuen tarpeen arviointia. Tuen tarpeen arviointi (Helsingin kaupunki – Sosiaali- ja terveystieteiden virasto 2016) on Helsingin sosiaali- ja terveystieteiden virastoissa käytössä oleva yhdenmukainen malli. Sen avulla arvioidaan tuen ja avun tarpeita. Arviointi tehdään yhteistyössä perheen ja lapsen kanssa ja se perustuu heidän sekä sosiaalityöntekijän näkemykseen tilanteesta. Tuloksena tehdään suunnitelma tukipalveluista, joita lapsi perheineen jatkossa mahdollisesti tarvitsevat ja joista he hyötyvät. Lapsen kehitykselliset tarpeet jaetaan neljään kategoriaan: Fyysinen terveys, lapsen arki, psyykinen ja sosiaalinen hyvinvointi ja päihteiden käyttö. Huolen voimakkuus luokitellaan joka kategoriassa viiteen eri luokkaan- 0 – Ei huolta, 1 – Lievä tuen tarve (peruspalvelut), 2- Merkittävä tuen tarve (peruspalvelut ja erityispalvelut), 3- Suuri tuen tarve (peruspalvelut ja erityispalvelut) sekä 4 – Erittäin suuri tuen tarve (erityispalvelut, lapsen kuntouttava perhehoito tai laitoshoido).

Strukturoidut haastattelut ovat osa omaohjaajan ”työvälinepakkia” eli omaohjaajakansiota. Strukturoitujen haastatteluiden lisäksi omaohjaajakansiosäiltää muita menetelmiä nuoren kanssa toimimiseen sekä sisänuorikansion. Omaohjaajakansion tehtävillä saadaan nuoresta arvokasta tietoa arvioinnin perusteiksi. Toinen tärkeä tavoite tehtävillä on avata keskusteluyhteyttä omaohjaajan ja nuoren välillä, mikä taas luo nuorelle turvallisuutta sekä auttaa laadukkaan arvioinnin saavuttamisessa.

Fyysinen terveys

Tuen tarpeen arviointi jakaa fyysisen terveyden kahteen osa-alueeseen. Terveydelliset osa-alueet, joita arvioidaan, ovat lapsen yleiskunto, motorinen kehitys, mahdolliset allergiat, sairaudet ja vammat sekä mahdollinen raskausajan vaikutus terveydentilaan. Fyysisestä terveydestä huolehtimisen osa-alueet ovat virkeys ja väsymys, lepo ja uni, ravinto, liikunta, seksuaaliterveys ja -tieto sekä tapaturmat. (Helsingin kaupunki – Sosiaali- ja terveysvirasto 2016.)

Nuoret, joilla on jokin säännöllinen harrastus ovat monien opettajien havaintojen mukaan tasapainoisempia sekä pärjäävät koulussa paremmin, verrattuna niihin, joilla ei ole säännöllistä aktiviteettia. Harrastuksissa ei ole tärkeää kuinka osaava tai mielekästä harrastus on, vaan sen kokemus että lapsi on lahjakas jossain. Tämä syntyy kannustavasta ilmapiiristä ja palautteesta, (Paananen 2008, 31.) sekä tukee lapsen positiivista identiteetin ja itsetunnon kehityksessä.

Lapsen arki

Tuen tarpeen arvioinnissa lapsen arkeen liittyviä osa-alueita on kolme. Ensimmäisenä on päivärytmiin liittyvät seikat, joihin kuuluvat arjen säännöllisyys ja harrastukset ja kiinnostuksen kohteet. Toisena ovat päiväkodissa tai koulussa olemiseen liittyvät asiat, jossa tarkastellaan mielekkyyttä, poissaoloja, kiusaamista, oppimistuloksia ja suoriutumista, keskittymis- ja oppimiskykyä ja tulevaisuuden suunnitelmia. Kolmas osa-alue on ikätasoiseen suoriutumiseen

liittyvät asiat eli itsestä huolehtiminen ja hygienia, kotityöt, raha-asiat, siirtymiset paikasta toiseen sekä vaaratilanteiden realistinen käsittäminen. (Helsingin kaupunki – Sosiaali- ja terveystoimi 2016.)

Psyykinen ja sosiaalinen hyvinvointi

Arvioidessa psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia, osa-alueita on kolme. Minäkuvaan liittyy nuoren itseluottamus ja itsetuntemus sekä identiteettikäsitteet, joka pitää sisällään etnisyyden, uskonnollisuuden, koulutuksellisen, sosiaalisen, sukupuoli- ja seksuaali-identiteetin. Tunne-elämä ja käyttäytyminen liittyy mielialaan, tunteiden ilmaisemiseen, vaikeuksien kohtaamiseen, karkailuun ja mahdolliseen häiriökäyttäytymiseen sekä väkivaltaisuuteen ja rikollisuuteen. Perhe ja sosiaaliset suhteet pitää sisällään läheisverkoston sekä suhteet näihin kuuluviin henkilöihin, suhtautumisen muihin lapsiin, luottavaisuuden ja avoimuuden sekä kanssakäymisen muiden aikuisten kanssa. (Helsingin kaupunki – Sosiaali- ja terveystoimi 2016.)

Päihteiden käyttö

Päihteiden käyttöä arvioidaan päihteidenkäytön historialla, säännöllisyydellä, vaikutuksilla terveyteen sekä arjesta selviytymiseen että myös sosiaalisiin suhteisiin ja riskikäyttäytymiseen (Helsingin kaupunki – Sosiaali- ja terveystoimi 2016). Päihteiden käyttöä vastaanottoyksiköissä seurataan mahdollisilla lastensuojelulain (L 417/2017) mukaisilla puhallutuksilla ja päihdeseuloilla. Päihteiden käyttöä kartoitetaan päihde- ja ADAD2- haastatteluilla.

Rajoitustoimenpiteet

Tuentarpeen arvioinnin rinnalla nuorten vastaanotossa nuoret saatavta käyttäytyä niin, että heitä voidaan jouluta rajaamaan. Lastensuojelulain (L 417/2007) mukaan nuoren oikeuksia voidaan rajoittaa tietyin ehdoin sijoitusten

aikana. Nuoren yhteydenpitoa voidaan rajoittaa (Yhteydenpidon rajoittaminen), mikäli yhteydenpito vaarantaa sijaishuollon tarkoituksen toteuttamista, rajoittaminen on välttämätöntä hoidon ja kasvatuksen kannalta, yhteydenpito vaarantaa nuoren kasvun ja kehityksen tai rajoittaminen on välttämätöntä läheisten, muiden lasten tai laitoksen muiden lasten tai henkilökunnan turvallisuuden vuoksi. Lastensuojelulaki linjaa, että yhteydenpidon rajoittamisen tulee olla määräaikainen päätös, joka on enintään vuoden mittainen.

Lastensuojelulaissa (L 417/2007) säädetään, että sijoituksessa olevan nuoren aineita ja esineitä saa ottaa haltuun (Aineiden ja esineiden haltuunotto), jos niiden ominaisuuksien johdosta niitä voi käyttää vahingoittamaan tai vaarantamaan nuoren tai toisen henkilön terveyttä, turvallisuutta, omaisuutta tai henkeä tai jos on todennäköistä, että nuori käyttäisi aineita tai esineitä päihtymistarkoituksessa. Näitä aineita ja esineitä saa etsiä lain mukaan perustellun epäilyn vuoksi laitoksen johtaja tai hänen määräämänsä laitoksen henkilökuntaan kuuluva henkilö. Perustellun epäilyn vuoksi nuorelle voidaan tehdä myös henkilökatsastuksena puhalluskoe tai veri-, virtsa-, hius- tai sylkinäytteen otto. Laki antaa oikeuden tarkistaa omaisuuden sekä lähetykset, jos on perusteltua epäillä niiden pitävän sisällään laissa mainittuja aineita tai esineitä.

Lastensuojelulain (L 417/2007) mukaan nuorelle saa asettaa liikkumisvapauden rajoittamisen, jos sijaishuoltoon johtanut päätös on vaarantanut nuoren terveyden tai kehityksen vakavasti, nuori käyttäytyy laitoksessa niin, että herää huoli käytöksestä tai kun rajoitus on tarpeen lapsen suojelemiseksi häntä itseään vahingoittavalta käytökseltä. Liikkumisvapautta ei saa jatkaa yli seitsemää vuorokautta ilman uutta päätöstä eikä yhtä jatkoisesti yli kolmeakymmentä päivää. Kolmenkymmenen päivän mittaisesta rajoittamisesta päätöksen voi tehdä vain lapsen asioista vastaava sosiaalityöntekijä.

Lastensuojelulaki (L 417/2007) säätää, että nuori voidaan eristää muista nuorista ja tiloista, jos hänen käyttäytymisensä vaarantaa nuoren itsensä tai se on välttämätöntä nuoren terveyden ja turvallisuuden kannalta. Eristäminen tulee lopettaa heti, kun se ei ole enää välttämätöntä ja eristyspäätös on voimassa yhtäjaksoisesti 24 tuntia. Eristettyä nuorta tulee seurata jatkuvasti ja olosuhteiden

tulee olla järjestetty siten, että nuorella on erityksen ajan mahdollisuus keskustella hoitajan kanssa ja siten, että hänen huolenpitonsa on riittävä.

Vastaanottoon sijoitukseen tulevalle nuorelle tehdään usein ensimmäisten päivien ajaksi lastensuojelulain (L 417/2007) nojalla liikkumavapauden rajoittamispäätös, jotta nuoren tilanne selkiytyy ja jotta nuori pysähtyy hetkeksi. Tämä helpottaa yhteistyön alkamista ja antaa henkilökunnalle mahdollisuuden tutustua nuoreen. Tilanteissa voidaan edetä ilmankin liikkumavapauden rajoittamista; jokaisen asiakkaan tilanne arvioidaan erikseen.

3.3 Omaohjaajatyöskentely ja sen haasteet

Lapselle tai nuorelle nimetään omaohjaaja heti sijoitusjakson alettua. (Helsingin kaupunki. Kaupunki ja hallinto. Palvelut. Palvelukuvaus. Lyhytaikainen sijoitus vastaanottolaitokseen). Omaohjaajalla on päävastuu nuoren prosessin kulusta ja suunnitelmasta. Nuorilla saattaa olla aiempia rankkoja kokemuksia, minkä takia omaohjaaja työskentelyssä korostuvat vahvasti huolenpito, turvallisuus sekä luotettavuuden tavoite. (Kyröseppä & Rautiainen 1993, 101–102.) Kasvatusvastuu nuoresta sijoituksessa siirtyy koko työtiimille, jossa omaohjaajalla on vahva rooli (Kyröseppä & Rautiainen 1993, 28). Kyröseppä ja Rautiainen (1993, 103) kuvaavat omaohjaajasuhdetta nuoren kanssa menetelmänä, jossa huolenpito ja kasvatus välittyvät erityisellä tavalla. Omaohjaajuuteen liittyy myös yhteistyö vanhempien kanssa (Kyröseppä & Rautiainen 1993, 62, 108).

Herttoniemen nuorten vastaanotossa omaohjaajan tehtävä on huolehtia, että nuoren arviointi etenee ja vastaanoton suositus lopulta lähetetään nuoren asioista päättävälle sosiaalityöntekijälle. Sosiaalityöntekijä viimekädessä päättää nuoren jatkosijoituksesta ottaen huomioon vastaanotossa tehdyn arvioinnin, sekä nuoren ja huoltajien mielipiteet lastensuojelulain mukaisesti (L 417/2007). Arvioinnilla on siis suuri vaikutus nuoren elämään.

Omaohjaajuutta viitoittavat sosiaali- ja terveystieteen kompetenssit. Sosiaalialan kompetensseissa määritellään, mitä on muun muassa hyvä sosiaalialan eettinen osaaminen, asiakastyön osaaminen sekä palvelujärjestelmän osaaminen. Kompetensseissa todetaan, että sosionomi osaa havaita ja ottaa työssään huomioon omat arvonsa ja pystyy toimimaan arvostavasti tilanteissa asiakkaan kanssa. (Auvinen ym. 2010, 7–8.) Omaohjaajatehtävissä ja niiden läpikäynnissä työntekijän kanssa keskustelut voivat avata teemoja, joissa arvostavat voivat tulla esiin. Arvot ovat niitä asioita, jotka koskettavat ihmistä syvimmältä. Todelliset arvot saattavat olla ristiriidassa oman käytöksen kanssa tai ihmisen omaksuvat arvot voivat myös olla kielteisiä. Lopulta kuitenkin käytös kertoo, mitä arvoja kukin pitää tärkeinä. (Halme 2008, 168.) Asiakastyössä nämä ovat tärkeitä asioita huomioida niin työntekijänä kuin työskennellessä asiakkaan kanssa.

Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma rahoitti tutkimuksen sijoitettujen lasten hyvinvoinnista. Tutkimuksessa tuodaan esiin, että sijoituksen onnistumisen kannalta nuoren ja laitoksen työntekijöiden välinen suhde, on keskeisessä roolissa. Vastanneista lapsista ja nuorista suurin osa kokivat voivansa luottaa sijaishuoltopaikan aikuisiin ja sijaishuoltopaikan työntekijät ovat tukena vaikeita asioita ja tunteita käsitellessä. Haastatteluissa kuitenkin korostui kuinka sijaishuoltopaikassa työskentelevillä aikuisilla ei aina tunnu olevan kahdenkeskeistä aikaa lapsen tai nuoren kanssa. (Laakso 2019, 5, 47 & 48.)

Nykyinen lastensuojelun tilanne on luonut painetta etenkin sosiaalityöntekijöille, jotka päätöstilanteissa vastaavat lasten ja nuorten edunvalvonnasta. Laadukkaaseen edunvalvontaan tarvitaan perehtymistä, halua ja kykyä sitoutua lapsen tilanteeseen. (Heikkilä, Rantaeskola, Suikkanen-Malin 2018, 46–47.) Lahtinen, Männistö & Raivio (2017, 10) tuovat esiin, että lastensuojelutyöhön liittyvät ongelmat ovat suuret asiakasmäärät, työntekijöiden jaksaminen sekä kuormittuneisuus, kasvaviin kustannuksiin sekä työntekijöiden vaihtuvuuteen.

Omaohjaaja nuorten vastaanottoyksikössä pyrkii osallistumaan nuorta koskeviin neuvotteluihin, tutustuu nuoreen tarkemmin ja vastaa pääasiassa nuoren arviointijakson yhteenvedon kirjoittamisesta. Työntekijähaastattelussa tuli esiin, ettei omaohjaaja ja nuori aina tule toimeen, silloin nuorta kannustetaan ja tuetaan

toimimaan myös muiden aikuisten kanssa. Ajanpuute haastaa luottamussuhteiden syntymistä sekä rakentumista ja se voi vaikuttaa nuoren haluun kertoa itsestään ja elämästään työntekijöille.

4 NUOREN KOHTAAMINEN

Lapsuudessa omaksutaan arvot oppimalla auktoriteeteilta eli yleensä vanhemmilta. Halmeen (2008, 190) mukaan lapsi olisi hyvä kasvattaa ilman pakkoa, jolloin kasvuympäristöstä, virikkeistä ja kokemuksista lapsi saa itse muodostaa arvonsa sekä identiteettinsä. Nuoruusiässä aletaan irtaantumaan auktoriteeteista ja kyseenalaistetaan nuoruudessa opittu. Vuorovaikutus avaa ihmistä tarkastelemaan arvojaan, kulttuuriaan ja elämäntilannettaan.

4.1 Menetelmät kohtaamisen tueksi

Menetelmä on sosiaalityössä väline, jonka tehtävä on selkeyttää tilannetta, vauhdittaa muutosta tai toimia keskustelun apuvälineenä. Menetelmän avulla pyritään usein saavuttamaan tiettyjä tavoitteita. Tällaisia tavoitteita voivat olla esimerkiksi yhteistyösuhteen kasvattaminen, kuulluksi tulemisen mahdollistaminen tai kohtaamisen tukeminen. (Kaikko & Friis 2009, 80.)

Lamberg (2018, 90) kirjoittaa lastensuojelun kehittyneen terapeuttisempaan suuntaan ja listasi menetelmäesimerkeiksi Hackneyn mallin, lastensuojelun terapeuttisen laitospäivätoiminnan mallinnuksen, Silta- mallin, osallisuuden korostamisen lastensuojelutyössä ja kokemusasiantuntijoiden mukaan tulemisen.

4.2 Dialogisuus

Vuoropuhelussa eli dialogissa ihmiset hellittävät otettaan omasta käsityksestään ja kuuntelevat muita. Vuoropuhelun tavoitteena on saavuttaa uudenlainen ymmärrys, joka ei välttämättä tarkoita yhteisymmärrystä vaan sitä, että ymmärretään miten muut ajattelevat. Dialogisia työskentelytapoja voidaan pitää avaimena toimimaan yhteistyössä toisen kanssa. Toisen ihmisen näkökulman kuuleminen rikastuttaa kuulijan käsityksiä ja näkemyksiä. Vuoropuhelu on

puheen lisäksi hiljaista kommunikointia, kuten eleitä, ilmeitä ja tunteita. Puheeksi ottaminen on dialoginen menetelmä ja sen pyrkimys on aloittaa yhdessä ajattelemisen prosessi. Parhaimmillaan onnistunut puheeksi otto saa aikaan positiivisen muutoksen, kasvattaa asiakkaan ja työntekijän toiveikkuutta sekä voi vaikuttaa myönteisesti työntekijän ja asiakkaan suhtautumista toisiinsa. (Eriksson 2012, 37–39.)

Kohtaamiseen tarvitaan empatiaa ja myötätuntoa. Parantavaan kokemukseen liittyy enemmän kohtaamista kuin tietoa eikä kohtaamisen hetkissä tulisi olla kyse asiantuntijan tiedosta tai argumentoinnista. Dialogi on sanojen lisäksi ei-sanallista ja kehon tuntemuksia. Kun kohtaaminen on merkittävä ja onnistunut, se voi muuttaa omaa ymmärrystä ja kokemusta. Dialogiset kohtaamiset vaativat työntekijältä asettumista tasavertaiseen vuorovaikutukseen. Oivalluksia ei synny, jos ne ovat ulkopuolisen määrittelemiä. Lastensuojelussa työmenetelmät ovat muuttuneet terapeuttisemmaksi, mitä tarvitaan lastensuojelutyössä käytettävän vallan ja asiantuntijuuden rinnalle. Lastensuojelussa toimivien tulisi arvostaa asiakkaan kertomia kokemuksia, tunteita ja ajatuksia, vaikka ne eivät kohtaisikaan ammattilaisten omia ajatuksia. Kun lastensuojelun työntekijä ottaa ei-tietävän rooliin ja kohtaa kuuntelemaan asiakasta, asiakkaalle voi syntyä halu kertoa. (Lamberg 2018, 87–105.)

Vuorovaikutuksen tuloksena on osallisuuden kokemuksen syntyminen. (Hotari, Oranen & Pösö 2009, 118). Osallisuus on tiedontuotannon näkökulmasta ensiarvoisen tärkeää. Lapsilla on tietoa ja kokemuksia omasta elämästään, joka ei tule esiin kysymättä ja tämä tekee osallisuuden tiedontuotantoon merkittäväksi. Kun lapsi kokee, että hänellä on mahdollisuus tulla kuulluksi ja osalliseksi, osallisuuskokemus kasvaa ja tämä voi edes auttaa vuorovaikutukseen ryhtymistä. Vaikka vuorovaikutukseen ryhtyminen ei olisikaan aktiivista, pelkkä mahdollisuus osallisuuteen voi lisätä lapsen tietoisuutta omasta elämästä, tunteista ja oman elämän osallisuuden tunne kasvaa. Kerrottu tieto voi vaikuttaa lastensuojeluprosessiin, päätöksiin ja ratkaisuihin ja kertojalla on oikeus tulla kuulluksi. Osallisuuden hyödyt voidaan jakaa viiteen luokkaan: kuulluksi tuleminen, tieto ja ymmärrys kasvaa, suojelun toteuttaminen on luontevaa,

tietoisuus voimavaroista kasvaa ja mahdollisuus yhteiseen arvioon paranee. (Muukkonen 2009, 137–141.)

Asiakkaan asema oman elämänsä asiantuntijuudesta todentuu, kun yhteistyösuhde ja avoin vuorovaikutus ovat työskentelyn lähtökohtina (Kaikko & Friis 2009, 77). Helsingin nuorten vastaanoton linjajohdon päätöksellä dialogisuus on valittu työorientaatioksi.

4.3 Sielunhoito työtteenä ja menetelmänä

YK:n ihmisoikeuksia (Ihmisoikeuksien yleismaallinen julistus 1948) ja uskonnonvapauslakia (L 453/2003) noudattaen vastaanotossa työskennellään jokaisen nuoren uskonnollisuutta sekä hengellisyyttä kunnioittaen ja tukien. Helsingin nuorten vastaanotto ja arviointi yksikön arvioinnin lähtökohtana käytettävässä Tuen tarpeen arvioinnissa tulee ilmi asiakkaan uskonnollisen taustan ja hengellisyyden huomiointi ja tukeminen (Helsingin kaupunki – Sosiaali- ja terveystieteiden virasto 2016).

Evankelis-luterilaisessa kirkossa sielunhoitoa voidaan toteuttaa niin yksityisesti kuin yleisesti. Yleinen sielunhoito toteutuu seurakuntaelämässä muun muassa jumalanpalveluksessa. Yksityinen sielunhoito on ihmisen auttamista hänen elämässään, ja se tapahtuu yleisimmin keskustelulla. Sielunhoitoon voidaan liittää kirkon eri elementtejä kuten Raamatun lukemista ja rukousta. Evankelis-luterilaisessa kirkossa sielunhoitoa voi tarjota niin pappi kuin maallikkokin ja se on aina vaitiolovelvollista. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Aamenesta öylättiin – kirkon sanasto.)

Sielunhoito on keskustelulla tarjottavaa apua, jossa voidaan ihmetellä ja käsitellä niin hengellisiä kuin arkisia asioita. Sielunhoidollisessa työtteenä keskeisintä on dialogisuus. Sitä työntekijän osalta viitoittavat oma identiteetti sekä hengelliset lähtökohdat (Tukiainen 2018, 45). Tärkein asia sielunhoidossa on läsnäolo ja kiireettömyys, joilla luodaan tila tulla nähdyksi ja kuulluksi. (Suomen

evangelisluterilainen kirkko. Apua ja tukea. Henkinen hyvinvointi. Sielunhoito 2019.) Sielunhoito lähenee siis paljon dialogisuuden periaatteita.

Sielunhoito voidaan ottaa myös työotteeksi eikä pelkäksi menetelmäksi. Sielunhoidollinen keskustelu tai työotteen hyödyntäminen ei aina näy sellaisenaan ja sitä voi olla erilaisista kohtaamisista vaikea erottaa (Kasari 2008, 158). Kirkollisen koulutuksen saanut voi erityisosaamistaan hyödyntää peilaten tähän. On tärkeä muistaa sielunhoitoa hyödyntäessä asiakastyössä, ettei henkilö, joka ei ole saanut sielunhoitoa voi toimia sielunhoitajana tai ottaa tätä työotteekseen (Kokkonen 2008, 250–251).

Nuoria kiinnostaa samat hengelliset kysymykset kuin aikuisiakin. Nuoruudessa aletaan pohtimaan samoja hengellisiä ja eksistentiaalisia kysymyksiä, jotka jatkuvat läpi elämän. Hengellisissä keskusteluissa oleellista on pyrkimys keskusteluun ja nuoren omaan oivaltamiseen, eikä valmiiden vastausten antamiseen. (Paananen 2008, 33–35.)

Sielunhoidossa voidaan havaita neljä ulottuvuutta, jotka ovat huolenpito, pohdinta, tulkinta ja syventyminen (Wikström 2000). Nämä ulottuvuudet voivat vaihdella keskustelun eri vaiheissa ja mennä limittäin; joissain keskusteluista niitä voi myös olla vaikea erottaa toisistaan. Esimerkeiksi jos sielunhoidollisessa keskustelussa pyritään ratkaisukeskeisyyteen, voi se sisältää kaikki nämä ulottuvuudet. Se että kaikki ulottuvuudet tulee selkeästi näkyviin keskustelussa ei ole mikään virstanpylväs, sillä sielunhoidollisia keskusteluja ei voida verrata.

Nuorten sielunhoidossa tulee esiin usein nuorten itsetunto ongelmat ja yksinäisyyden kokeminen. Nuoret kaipaavat voimakkaasti hyväksyntää (Kinnunen 2008, 56) niin kavereiden kuin vanhempienkin taholta. Suomen nuorilla on tutkimusten mukaan hyvinkin pirstaleinen ja heikko identiteetti. Nuoren itsetuntoa kohentaa kokemus, että aikuiset tarkkailevat ja haluavat tukea nuoren vointia. (Kinnunen 2008, 58.)

On erittäin tärkeää, miten keskusteluissa ja muissa tilanteissa nuoren ajatteluun, kysymyksiin ja toimintaan reagoidaan ja suhtaudutaan (Tuominen 2005, 39). Nuorten kanssa työskennellessä tärkein työväline on aito kiinnostuminen nuoresta. Tämän jälkeen voidaan vasta kiinnittää huomio erilaisiin työmenetelmiin. (Tuominen 2005, 39.) Inhimillistä on, että työntekijä alkaa nähdä nuoret samanlaisina tai saman tyyppisinä, jolloin kuuntelulle ja dialogille ei tule mahdollisuutta. (Tuomien 2005, 39–40). Nuoret havaitsevat herkästi työntekijöiden läsnäolon ja kiinnostuksen.

Nuoren kanssa keskustellessa luottamuksellisesti työntekijän rooli on olla kuuntelijana, sekä ottaa vastaan nuoren asiat ja tunteet niin että asioilla on lupa olla. Tämän jälkeen voi nuorta auttaa tunnistamaan, määrittämään ja hallitsemaan tunteitaan ja niiden syyseuraus suhteita. (Aho & Jokela 2008, 114.) Sielunhoidossa ovat läsnä nuoren ainutkertaiset ajatukset, tunteet mennyt elämä ja nykyinen ympäröivä maailma. Näiden kanssa työntekijän tulisi nuoren kanssa yhdessä pohtia ulospääsyä ongelmatilanteesta sekä tarjota näkemään avoimempi ja armollisempi puoli elämäntilanteissa. Yhden hetken keskustelulla voi olla kauaskantoiset seurakuset. (Suni & Virtanen 2008, 74.)

Lastensuojelun vastaanotto- ja arviointityön onnistumisessa kohtaamisella, vuorovaikutuksella, luottamuksella ja nuoren oman elämän asiantuntijuudella on suuret merkitykset nuorten elämään. Sielunhoidollisista menetelmistä voisi ammentaa lastensuojelun arkeen työotteita sekä näkökulmia. Näitä oppeja voisi hyödyntää nuorten parissa mutta myös työyhteisön hyvinvointia koskevissa kysymyksissä.

5 SISÄNUORIKANSIO JA SEN KÄYTTÖÖN VAIKUTTAVIA TEKIJÖITÄ

Sisänuorikansion tehtävät on toteutettu opinnäytetyönä Diakissa 2011. on erilaisia tehtävistä, jotka käsittelevät eri elämänosa-alueita, koostuva paketti. (Hanhisalo & Ismail 2011) Vastaanoton omaohjaajat käyttävät tehtäviä nuoren kanssa työskennellessä. Tehtävät toimivat menetelminä kohdata nuorta, saada hänestä tietoa arviointiyhteenvetoa varten, väylänä jakaa tietoa nuorelle, tarjota nuorelle tekemistä, joka edesauttaa häntä ajattelemaan elämänsä osa-alueita haasteineen sekä vahvuuksineen.

Sisänuorella tarkoitetaan nuorta, joka viettää aikaansa sisätiloissa esimerkiksi liikkumavapausrajoituspäätöksen vuoksi tai koulunkäymättömyyden vuoksi. Tehtäviä voi käyttää kumminkin kaikkien nuorten kanssa.

Hanhisaloon ja Ismailin Tutkinta- asemalle (nykyisin Kallion vastaanotto) laatima sisänuorikansio on päätynyt työväliseksi muihinkin yksiköihin, mikä kertoo varmasti tämän tehtäväpaketin tärkeydestä. Heidän opinnäytetyönsä sisälsi useita erilaisia tehtäviä, joita työntekijät ovat täydentäneet. Halusimme tehtäviin mahdollisuuden kohtaamiselle ja keskustelun avaukselle ja siksi teimme omaohjaajalta tarkistettavia tehtäviä. Näin myös tarjoamme mahdollisuuden asioille tulla esiin nuoren itsensä ilmaisemana, ilman työntekijän esittämää kysymystä.

Tehtävät eivät sisällöltään kosketa yksistään lastensuojelun arviointijaksolla olevia nuoria, minkä johdosta sisältöä voisi hyödyntää muissakin toimintaympäristöissä. Kirkon nuorisotyö on muuttunut 1990- luvulta tähän päivään, siten että aiemmin erityisnuorisotyönä tehty työ, on 2010- luvulla arkea. Rippikouluissa tavataan nuoria, joilla on oppimisvaikeuksia, syömishäiriöitä, syrjäytymisvaaraa tai esimerkiksi päihderippuvuutta. Kirkon kasvatuksen tehtävä on tukea nuoren kasvua ihmisyyden kaikkiin ulottuvuuksiin eikä yksistään hengellistä kasvua. (Tähkää ym. 2012. 12, 20 & 21.) Rippileirillä nuoret ovat tiiviissä vuorovaikutuksessa isosten kanssa ja tehtävät voisivat toimia keskustelun avaajina rippileiriympäristössä.

5.1 Tiedonhaku

Tilastokeskuksen (Tilastokeskus. Tilastot.Tiede, teknologia ja tietoyhteiskunta. Väestön tieto- ja viestintätekniikan käyttö. 2018. Internettiä käytetään yhä yleisemmin matkapuhelimella – myös ostosten tekemiseen.) julkaiseman tilaston mukaan 16-24 vuotiaista 100% on käyttänyt internetiä ja 98% käyttää internetiä useita kertoja päivässä. 99% vastaajista oli älypuhelin omassa käytössään. Kiilin (2012) väitöskirjatutkimus osoitti, että lukiolaisista vain harva osasi muodostaa tarkoituksenmukaisia rajauksia hakuihin. Kiili ja Laurinen (2015) tuovat artikkelissaan esiin, että opiskelijat kaipaavat ohjausta internetlukemiseen.

Älypuhelimet ovat tätä päivää ja ne ovat tehneet tiedonhausta helppoa. Tutkimukset osoittavat kuitenkin, etteivät kaikki nuoret osaa valita hakukoneista relevantteja tietoja eivätkä aina osaa tarkistaa niiden oikeudenmukaisuutta.

Sisänuorikansioon on liitetty paljon tekstimateriaalia, joka osin on jo vanhentunutta ja vaikealukuista. Haluamme tukea nuorten oppimista ja osaamista tiedonhakijoina ja siitä syystä teemme tehtäviin paljon ”etsi oikeat vastaukset ja tarkista aikuisen kanssa”- tehtäviä. Näin nuori saa palautetta oikeista vastauksistaan ja pystyy väärin vastausten esiin tullessa itsereflektoimaan aikuisen kanssa omia taitojaan tiedonhakijana. Tämä myös mahdollistaa tiedon ajantasaisuuden. Olemme kumpikin huomanneet työskennellessämme vastaanotolla, että nuoret ovat puhelimillaan hyvin mielellään ja siitä syystä uskomme, että tiedonhaulliset tehtävät tehdään myös mielellään.

5.2 Luovien menetelmien hyödyntäminen

Erytyisesti haavoittavissa ja hankalissa kasvuoloissa kasvaneet lapset ja nuoret tarvitsevat monimuotoisempia tapoja tulla nähdyksi ja kuulluksi. Taide voi tarjota välineitä vaikeiden asioiden käsittelyyn ja taideilmaisulla voidaan häiritä mieltä positiivisesti, tunteita herätellen. Aistien monipuolinen käyttö rikastuttaa tunne-

elämää ja voi auttaa tunnistamaan tunteita sekä tarpeita. Tällöin työskentelyssä lastensuojelussa voidaan pyreutua oikeisiin asioihin. (Känkkänen 2006, 147–178.)

University of the west of England tuotti tutkimuksen värityksen hyödyistä. Tutkimukseen osallistui 98 opiskelijaa. Tutkimus osoitti että 20 minuutin värityksen jälkeen opiskelijat olivat rauhallisempia, energisempiä ja flow-tilassa. Johtopäätöksenä tutkimuksessa oli, että värityminen voi olla keino vähentää stressiä ja edistää luovuutta. (University of the West of England. News & Events. News releases. Colouring reduces stress and boosts creativity, study finds.)

Rentoutuminen tehostaa luovuutta, mielikuvitusta ja kykyä oppia. Kun aivot ovat lepotilassa, arvioiva puoli aivoista antaa tilaa uusien ajatusten, mielikuvien ja ratkaisumallien nousta esiin. (Suomen Mielenterveysseura. Mielenterveys. Itsetuntemus. Luovuus antaa voimavaroja arkeen.)

Lastensuojelun nuorten vastaanotto- ja arviointiyksiköllä on tehtävänä ratkaista nuoren edun mukainen jatko, sijoitusjakson jälkeen. Jotta tämä ratkaisu voitaisiin tehdä kaiken saatavilla olevan tiedon varjossa, on tärkeää antaa nuorille erilaisia keinoja saada tuoda itseään esiin. Joskus omien tunteiden sanoittaminen ja kirjoittaminen voi olla vaikeaa ja tästä syystä liitämme tehtäviin erilaisia värityksellä ja piirustustehtäviä, jotta tehtävissä olisi vaihtelua, tehtävistä tulisi nuoren näköisiä ja jotta ne voisivat toimia rentouttavina tehtävinä ja siten edistäisivät nuoren taitoja ajatella asioita usealta eri suunnalta ja kehittäisivät esimerkiksi nuoren ongelmaratkaisukykyä.

5.3 Oppimista vaikeuttavat tekijät

Erilaisten oppimisvaikeuksien tiedostaminen ja huomioiminen kaikilla aloilla on nykypäivää, myös tietoisuus niistä on kasvamassa yhä tavallisimmaksi osaksi eri työympäristöjä. Oppimisvaikeuksia on todettu olevan 10-20 prosentilla väestöstä (Erilaisten oppijoiden liitto. Vertaistukea ja neuvontaa. Tietoa oppimisvaikeuksista). Huttunen toteaa (2018), että joka 20. koululaisista ja

aikuisista kärsii erilaisista oppimisen erityisvaikeuksista. Oppimisen erityisvaikeuksilla tarkoitetaan suuria vaikeuksia oppia suhteutettuna henkilön lahjakkuuteen ja koulutustasoon. Oppimisen erityisvaikeuksien taustalla ei ole sairaus, vaikka niitä voi esiintyä neurologisten sairauksien yhteydessä. Samalla henkilöllä voi olla useita oppimisen erityisvaikeuksia. Oppimisen erityisvaikeuksia ovat esimerkiksi tarkkaavaisuuden häiriö, lukihäiriö ja dysfasia. Oppimisvaikeudet ovat osittain periytyviä. (Oppimisvaikeus.fi. Tietoa.) Oppimisvaikeudet eivät ole liitettävissä suoraan henkilön älykkyyteen. Tärkeää on muistaa, että oppimisvaikeudet ovat hidasteita eikä esteitä.

Lukemisen erityisvaikeudesta puhutaan arkisesti lukihäiriönä. Tähän myös saatetaan puheessa liittää kirjoittamisen vaikeus. Molemmat näistä erityisvaikeuksista perustuu fonologisen tiedonkäsittelyn haasteellisuuteen. (Oppimisvaikeus.fi. Tietoa.) Lukemis- ja kirjoittamisvaikeudet ovat neurobiologisia (Huttunen 2018) eli ne ovat ihmisen ominaisuus ja vaikuttavat näin jo syntymästä saakka. Lukivaikeuteen liittyy yleensä olennaisesti työmuistin kapeus, joten esimerkiksi luetun ymmärtäminen voi olla haastavaa (Oppimisvaikeus.fi. Tietoa).

Tarkkaavaisuuden vaikeutta on monen asteista ja se voi ilmetä sekä tarkkaavaisuuden ja toiminnanohjauksen haasteina. Mikäli vaikeudet ovat suuria puhutaan ADHD:stä (Attention-Deficit Hyperactivity Disorder). Tarkkaavaisuuden vaikeuden rinnalla voi olla ylivilkkautta sekä muita oppimisvaikeuksia. (Oppimisvaikeus.fi. Tietoa.) ADHD:n oireet ja ilmeneminen voi vaihdella suuresti henkilöiden välillä, sekä oireisiin voi osalla liittyä impulssivisuutta. Usein ADHD:n omaavilla on diagnoosin ja oireiden surauksena itsetunto-ongelmia. ADHD on erittäin tärkeä diagnosoida, jotta vältetään vääriä käsityksiä muun muassa tottelemattomuudesta ja vastuuttomuudesta. (Huttunen & Socada 2019.)

Mielenhyvinvointi vaikuttaa oleellisesti oppimiseen. Esimerkiksi hyvällä itsetunnolla ja pienellä määrällä stressiä henkilö pystyy oppimaan sekä

suorittamaan vaativia kokonaisuuksia koulussa. Kuitenkin pitkäaikaisella stressillä, itsetunto-ongelmilla, ahdistuksella ja masennuksella on vahvasti negatiiviset vaikutukset kykyyn motivoitua ja käsitellä uusia asioita. Ahdistavat ja muut negatiiviset asiat vievät työmuistista tilaa, eikä kapasiteettiä enää riitä oppimiselle. (Oppimisvaikeus.fi. Tietoa.)

Mitä aikaisemmin oppimiseen liittyvät haasteet havaitaan, sitä parempi se on henkilön koulunkäynnille ja identiteetin rakentumiselle. Tällöin oppimisen erilaisiin tekniikoihin ja erityiseen tukeen on mahdollisuus paneutua sekä saada apua. (Eriolaisten oppijoiden liitto. Vertaistukea ja neuvontaa. Tietoa oppimisvaikeuksista.) Ammatilaisen on hyvä kiinnittää huomiota työhönsä, jotta osaa kohdistaa asiakastyönsä asiakasta parhaiten tukevaksi. Oppimisvaikeuksista kärsivälle on hyvä antaa tukea, rohkaista ja antaa positiivista palautetta onnistumisista (Oppimisvaikeus.fi. Ammatilaisille. Oppimisvaikeuksien huomiointi). Ratkaisu- ja voimavarakeskeisyys ovat hyviä työkaluja, jotta haasteissa päästään eteenpäin ja niiden yli (ADHD-liitto. ADHD-tietoa. Tietoa ammatilaisille.).

Konkreettisia asioita, joilla voi helpottaa oppimisvaikeuksien haasteissa, liittyvät esimerkiksi tilan rakentamiseen, tekstin asetteluun ja ohjeiden sekä palautteen antoon (Oppimisvaikeus.fi. Ammatilaisille. Oppimisvaikeuksien huomiointi). Tilan järjestämisessä kannattaa poistaa häiriötekijät ja antaa keskittymistä helpottavia asioita, kuten esimerkiksi taustalla musiikin kuuntelu tai tavaran hypistely. Tehtäviä voi tehdä myös muuallakin kuin pöydän ääressä (Virta 2017). Tekstin asettelulla on väliä. Kannattaa välttää ylipitkiä virkkeitä, fontti tulee olla selkeää ja oleellisimmat sanat kannattaa lihavoida. Myöskin kapeat tekstin kaistaleet, värillinen tausta ja väliotsikot voivat auttaa. (Oppimisvaikeus.fi. Ammatilaisille. Oppimisvaikeuksien huomiointi.) Ohjeiden annossa on hyvä hyödyntää monipuolisuutta esimerkiksi kuvin, verbaalisesti ja ydin kirjoitettuna. Konkreettiset ohjeet ja kokonaisuuksien pilkkominen osiin helpottavat etenkin tarkkaavaisuushaasteiden kanssa. (Virta 2017.)

Nuorten vastaanotossa erilaisten oppimistaikeuttavien tekijöiden tiedostaminen on tärkeää, jotta työntekijät ymmärtävät esimerkiksi minkä tasoisia tehtäviä nuori pystyy tekemään, millaiset tehtävätyypit voivat helpottaa kutakin nuorta teemojen käsittelyssä ja miten nuorta voidaan eri tavoin tukea oppimisessa.

6 HERTTONIEMEN NUORTEN VASTAANOTTO- JA ARVIOINTIYKSIKÖ

Herttoniemen nuorten vastaanotto on peruspiirteiltään samanlainen kuin muutkin Helsingin vastaanottolaitokset. Helsingissä nuorten vastaanottoja on Herttoniemessä, Kalliossa ja Malminkartanossa. Vastaanottoyksiköiden tehtävänä on turvata, tukea nuorta ja arvioida nuoren tilanne hyödyntäen myös muita yhteistyötahoja. Asiakkaat ovat 13–17 -vuotiaita nuoria, ja tulevat asiakkaiksi lastensuojelulain sijoituksella. Arviointi ja suunnitelma nuoren hoidosta, huollosta sekä jatkosta pyritään suorittamaan kahdessa kuukaudessa. Herttoniemen nuorten vastaanottoyksikössä on kaksi osastoa, joista kummallakin työskentelee moniammatillisesti seitsemän ohjaaja sekä vastaavat ohjaajat. Lisäksi vastaanotossa työskentelee erityissosiaalityöntekijä sekä psykologi. (Helsingin kaupunki. Sosiaali- ja terveystieteiden toimipisteet. Toimipisteet aakkosittain. Lastensuojelu. Vastaanottolaitokset. Nuorten vastaanottolaitokset.)

Vastaanoton työntekijöiden työnkuvaan kuuluu osallistuminen arviointi- ja vastaanottotyön sisältöjen kehittämiseen. Tästä syystä yhteistyö ja yhteiskehittäminen työntekijöiden kanssa oli ajallisesti helposti järjestettävissä, vaikka haastetta ajankäyttöön tuo työn hetkinen luonne. Opinnäytetyömme toimi työntekijöille väylänä tai vaihtoehtoisena tapana tehdä työtään.

Herttoniemen vastaanontoyksikön tilat ovat jaettu kahteen kerrokseen, kahdeksi osastoksi. Kummallakin osastolla on oma sisäänkäyntinsä. Talossa on myös kokoustiloja sekä suuri keittiö. Osastojen ovet ovat ulkopuolelta lukitut, jotta ulkopuolisia ei pääse sisään sopimatta. Nuoret käyvät osastolta koulua sekä palaavat sovitusti takaisin osastolle.

Osastoilla on työntekijöiden toimisto, keittiö sekä ruokatila, olohuone, suihkut sekä saniteettitilat ja kodinhoituhuone. Osastoilla on nuorille kuusi huonetta sekä rauhoittumishuone. Osastojen sisustuksessa on mietitty kotilähtöisyyttä! Nuori saa saavuttuaan oman huoneen, jossa on huonekalut valmiina. Nuori saa tuoda kotoa mukanaan esimerkiksi omat lakanat, koristetyynyjä, julisteita, pienen maton ja niin edelleen.

Osastoilla on suuntaa antava päiväjärjestys, jonka mukaisesti syödään sekä rauhoitutaan illalla omiin huoneisiin. Osastolla nuorten on mahdollista oleskella omassa huoneessaan tai esimerkiksi katsoa olohuoneessa tv:tä, pelata PlayStationia, lautapelejä, askarella tai leipoa ohjaajan kanssa. Osastoilla järjestetään toiminnallisia päiviä, joiden ideoinnissa nuorten toiveita kuunnellaan. Toiminnallisten päivien aikana voidaan esimerkiksi käydä keilaamassa, elokuvissa, Linnanmäellä, metsäretkellä, taiteilla sekä askarella ja niin edelleen.

7 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Opinnäytetyömme tarkoitus on vastata Herttoniemen vastaanoton tarpeeseen kehittää omaohjaajakansiota.

Opinnäytetyömme tavoitteena on tuottaa täydentävää sisältöä omaohjaajatehtäväkansioon, joka hyödyntää niin asiakasta kuin työntekijöiden työtä. Vastaanotto- ja arviointiyksikön tärkein tehtävä on pitää huolta nuorista ja tuottaa mahdollisimman totuudenmukainen yhteenveto asiakkaan kokonaistilanteesta, mikä toimii niin ikään suosituksena nuoren vastuusosiaalityöntekijän päätökselle nuoren jatkosijoituspaikasta. Jotta nuori jakaisi omaa elämäänsä rehellisesti omaohjaajalleen sekä työntekijöille, tulee luottamussuhteen olla rakentunut.

Arjessa keskustelu nousi kaikissa produktion vaiheissa ykköstyövälineeksi nuorten kanssa työskentelyssä. Tehtävät toimivat osiltaan puheeksi oton välineenä, joka antaa nuorelle tilaa kertoa vaikeistakin asioista, mikäli niiden sanoittaminen tuntuu nuorelle haasteelliselta. Pyrimme myös siihen, että tehtävät olisivat mielekkäitä tehdä ja motivoisivat nuorta tarkastelemaan omaa elämäänsä ja pohtimaan arvojaan sekä valintojaan eri teemojen äärellä. Aivoriihessä tulikin esiin hieno huomio siitä, että vaikka nuori ei tehtäviä tekisikään, teema ja asiat synnyttävät siitä huolimatta nuoressa ajatuksia.

Kansion päivityksen tavoitteina on arviointityön helpottaminen, nuoren tukeminen, dialogiseen kanssakäymiseen pääsyn helpottaminen ja tiedon jakaminen.

8 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN

Lastensuojelun kehityshankkeista sekä niiden mallinnusryhmien kehittämistä mallinnoista voidaan tulkita, vuorovaikutus, osallisuus, lapsen käsitys omasta elämästään sekä kunnioitus että luottamus ovat suuressa roolissa onnistunutta lastensuojelutyötä toteuttaessa. Tämän vuoksi koemme, että on tärkeää suunnitella tehtäviä siten, että ne ovat hyödyllistä ja mukavaa tekemistä samalla, kun ne käsittelevät tärkeitä asioita ja ovat mahdollisuus tuoda esiin asioita ja siten, että ne toimivat myös kohtaamisia vahvistavina ja edeltävinä ”työkaluina”.

8.1 Kehittämispainotteinen opinnäytetyö

Opinnäytetyömme on kehittämispainotteinen produktio, jossa yhteiskehittämällä tuotettiin ja kehitettiin omaohjaajakansiota. Kehittämispainotteisessa opinnäytetyössä pääpaino on teorian kautta nousevassa käytännön työssä ja siitä raportoisessa (Vilkkä & Airaksinen 2004, 9).

Kehittämispainotteisen opinnäytetyömme lähtökohdat ovat yhteistyössä ja yhteiskehittämisessä. Käyttäjälähtöinen malli on yhteiskehittämistä, jossa sidosryhmä otetaan mukaan suunnitteluun. Sidoryhmä on mukana tasavertaisena kumppanina alusta asti. Yhteiskehittämisen tarkoituksena on luoda tuotteita ja palveluita vastaamaan paremmin niitä käyttävien tarpeisiin. Yhteiskehittämisen tavoite on luoda tuote tai palvelu, jonka käyttäjät ottavat omakseen. Yhteiskehittämisen periaatteita käyttämällä, tuotteeseen yleensä suhtaudutaan myönteisemmin ja sitä pidetään luotettavampana. (Koskinen ym. 2018, 118–119.) Haastattelun kautta päädyimme lopputulokseen, että yhteiskehittäminen osaavien ammattilaisen kanssa on paras tapa kehittää sisänuorikansiota.

Heikkinen, Kiilakoski ja Rovio (2010, 81) kuvaavat kuinka yhteiskehittäminen on kumuloituva prosessi, jossa tavoitteet, kehitys havainnointi sekä reflektio vuorottelevat. Yhteiskehittämisen prosessi lähti liikkeelle heti yhteistyön alettua.

Ideointi yhteiskehittämisestä alkoi reilu puolivuotta aiemmin aivoriilien toteutumisesta. Kaikkien työntekijöiden tiedottamiseksi lähetimme työntekijöille esimiehen kautta kutsukirjeen aivoriiehen (Liite 2). Työntekijät tulivat tietoisiksi kehittämistoiminnasta, mikä sai aikaan sen, ettei aivoriihiin osallistuttu kokonaan valmistautumatta. Suunnittelemamme aivoriiehet ja niiden ulkopuolelle jäävä aika rakensivat kaikki yhtä lailla prosessia eteenpäin ja toivat enemmän, kuin mitä yhden kerran aivoriiehestä olisi voinut tulla. Välissä oleva aika sisälsi havainnointia ja reflektioita, jotka toivat toiseen aivoriiehen. Tämän varmistamiseksi oli hyvä lähettää ensimmäisestä aivoriiehestä kooste kaikille työntekijöille, jotta prosessi pystyi etenemään vaikkei pääsisikään molempiin aivoriihiin.

8.2 Haastattelu menetelmänä ja produktion viitoittajana

Haastattelu on menetelmä, jolla saadaan kerättyä tietoa erimerkiksi mielipiteistä, havainnoista ja asenteista (Jyväskylän yliopisto. Koppa. Aineiston hankintamenetelmät). Strukturoitu haastattelu on lomakehaastattelu, jossa on valmiiksi muotoillut kysymykset tietyssä järjestyksessä. Strukturoitu haastattelu toimii parhaiten hypoteesien testaamiseen. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015.) Havaintojemme perusteella päätimme suunnitella ja toteuttaa strukturoidun asiantuntija-teemahaastattelun.

Lähtökohtamme haastattelulle oli saada varmistettua sisänuorikansion päivityksen tarpeellisuus sekä kerätä vähän tietoa, mihin suuntaan ja millä tavoin kehitystä kaivattaisiin. Haastateltavaksi saimme pitkän työuran lastensuojelussa tehneen työntekijän. Liitteenä (Liite 3) on teemahaastattelun kysymykset. Toteutimme haastattelun sähköisesti, koska työntekijä pystyi vastaamaan kysymyksiin parhaaksi katsomallaan ajalla, jolloin haastattelumme ei tuota haittaavaa lisäkuormaa hektiseen työhön. Lisäksi paperittomuus säästää luontoa. Käytimme haastateltavan vastauksiin sisällönanalyysina lähilukua, jolla saimme vastauksista sekvensoitua teemat, mielipiteet ja kehittämistä vaativat kohdat.

Lähiluku on metodi, jossa tekstiin palataan useita kertoja ja jokaisella lukukerralla huomiota syvennetään eri asioihin. Menetelmään vaikuttaa ennakkokäsitykset, mutta kun tekstiin palataan yhä uudestaan esimerkiksi yöunien jälkeen teksti ja käsitykset ehtivät muovaantua alitajunnassa. (Pöysä 2010, 339.)

Haastattelun tulokset vastasivat suuriltaan hypoteesiamme. Aikaisemmat tehtävät olivat teemoiltaan monipuolisia ja erittäin hyviä, mutta visualisesti tylsiä eivätkä kovin kutsuvia. Tehtävien kautta voidaan jakaa molemmin puoleisesti tietoa. Kuitenkin vanhat tehtävät sisältävät vanhentunutta tietoa. Haastattelu avasi meille, että tehtävät ovat jokseenkin sekavia, eivätkä muodosta kokonaisuutta. Tämä johtuu siitä, että tehtäviä on kasattu hajanaisesti monen vuoden ajan ja usean henkilö toimesta.

Tärkeänä aiheena haastattelusta nousi omaohjaajuuden ja työntekijän valppauden tärkeys. Mikäli nuorella ja omaohjaajalla ei ”klikkaa”, niin aikuinen voi havaita ja ohjata nuoren keskustelemaan muiden työntekijöiden kanssa. Myöskin tavat miten nuoren on helpoin ilmaista itseään vaihtelevat, jotkut puhuvat ja toiset kirjoittavat helpommin.

8.3 Aivoriivet

Aivoriivi on luovan ongelmaratkaisun työkalu, joka toimii ryhmässä. Aivoriivessä esiintyy kaikki luovan ongelmanratkaisunprosessin vaiheet, joita ovat ongelma, tosiasiat, ideat, ratkaisut, hyväksyttäminen ja toteutus. Prosessi ei etene optimaalisen suorassa järjestyksessä, vaan on ennemminkin syklinen. Aivoriiven ideana on tuottaa paljon lennokkaitakin ideoita, mikä rikastuttaa innovointia yhä edelleen. Ideat myöhemmin seulotaan ja arvioidaan. (Matemaattisluonnontieteellisten aineiden työtapaopas. Luovan ongelmanratkaisun työtavat.)

Valitsimme yhteiskehittää tehtävien päivitystä työntekijäryhmän kanssa käyttämällä tutkimusmenetelmänä aivoriivettä. Haimme tutkimusluvan Helsingin kaupungilta. Työntekijät, jotka osallistuvat aivoriiveen, pysyvät nimettöminä.

Keräsimme jokaiselta osallistujalta kirjallisen suostumuksen osallistumisesta tutkimus- ja kehittämistoimintaan sekä tuloksien julkisuudesta. Suostumukset sisältävät tunnistetietoja ja tuhoamme nämä asiakirjat tietoturvalisella tavalla 30.4.2020 mennessä.

Järjestimme kaksi aivorihi- työpajaa työntekijöille. Osallistuminen oli vapaaehtoista. Haimme tutkimusluvan kolmeen tuntiin, jotka olisivat jaettu aivorihiin 2x 1,5 tuntia.

Aivorihi toteutettiin kahtena torstaipäivänä viikkokokouksen jälkeen. Aivorihi olivat kestoaltaan 30 minuuttia. Tämä asetti haasteita ideoinnille sekä "ajatusten heittelylle". Aikataulullisista syistä koimme parhaimmaksi ohjata aivorihiä etukäteen suunnitelluin kysymyksin. Tällä pyrimme varmistamaan, että käsittelemme ongelmat ja tosiasiat eli onnistumiset ja haasteet tehtävien sekä omaohjaajuuden suhteen sekä tehtävien sisällön. Pyrimme antamaan osallistujille tilaa sekä aikaa vapaaseen keskusteluun.

Ensimmäisen aivorihiin jälkeen, esitimme avoimen kysymyksen seuraavaa kertaa varten- Kuinka parantaa sisänuorikansion tehtäviä varmistuen kohtaamisen. Tiukasta aikataulusta johtuen, koimme hedelmälliseksi ideoinnin kannalta esittää kysymys etukäteen. Lähetimme ensimmäisestä aivorihiestä kootut muistiinpanot työryhmän esimiehelle, joka lähetti ne edelleen työntekijöille. Lisäsimme myös suullisesti esitetyn kysymyksen sähköpostiin, jotta seuraavaan aivorihiin osallistuvat työntekijät, jotka eivät ensimmäiseen aivorihiin päässeet, tietäisivät millaisia ongelmia on esitetty, jotta he voisivat yhtä lailla osallistua niiden ratkaisemiseen ja ideointiin.

Jälkimmäisessä aivorihiessä osallistujia oli enemmän kuin ensimmäisessä. Ensimmäiseen aivorihiin osallistuneista läsnä oli kaksi työntekijää. Toisessa aivorihiessä pääpaino oli tehtävissä ja niiden parantamisessa.

Kirjasimme aivorihiin esiin tulleet asiat tietokoneella muistioiksi. Kävimme läpi muistion jaottelemalla aineistosta aihealueet, yhtenäiset ja eriävät mielipiteet, ongelmat, työskentely- ympäristöön liittyvät tosiasiat, kehitysehdotukset sekä

epärelevantin materiaalin. Värikoodasimme jaetun aineiston. Analysoimme vastauksia esitettyihin kysymyksiin käyttäen lähiluku- menetelmää. Vertailimme vastauksia keskenään huomioiden mahdolliset erilaisuudet sekä poikkeavuudet.

8.4 Produktiosta nousseet asiat

8.4.1 Ensimmäinen aivoriihi

Rajasimme aivoriihen aikana läpikäytävät teemat tiedonsaannin tärkeyteen, tehtävien tekemisen haasteisiin, mikä edesauttaa tehtävien tekemistä sekä tehtävien purkamiseen nuoren kanssa.

Tiedonsaannin tärkeys

Kaikki osallistujat olivat yksimielisiä siitä, että saadulla tiedolla on suuri merkitys. Todeksi kerrotut asiat ovat tärkeitä. Tiedonsaaminen edesauttaa laadukkaan yhteenvedon kirjoittamista, jonka avulla työntekijät voivat esittää suosituksen nuoren jatkoa ajatellen.

Nuorelta saa tietoa keskustelemalla sekä tehtävien avulla. Tehtäviä käytetään useaan tarkoitukseen; Tukemaan omaohjaajuutta, keräämään nuoren elämästä sekä näkemyksistä tietoa sekä tarjoamaan vaihtoehtoja ajanvietettä.

Tiedonsaannin haasteet

Se maailma, josta nuori tulee, vaikuttaa paljon nuoren halukkuuteen tuoda asioita ilmi. Esimerkiksi pitkään lastensuojelun asiakkuudessa olleet tai viranomaisten kanssa, välillisestikin, tekemisissä olleet nuoret saattavat olla toisinaan erittäin viranomaisvastaisia. Työntekijä kuvasi kuvaillunkaltaisista oloista tulleen nuoren näkevän kaikki aikuiset yhtenä rintamana, jota pitää vastustaa, riippumatta siitä yritetäänkö nuorta esimerkiksi auttaa.

Eräs työntekijä pohti, että pitkään päihteitä käyttäneelle nuorelle voi olla ihan sama mitä sanoo, sillä millään ei tunnu olevan enää väliä.

Nuoret eivät aina puhu totta. Nuoret saattavat liioitella tai piilotella asioita eli nuoren motiivilla, miksi esimerkiksi hän jakaa jotain asiaa muille, on paljon väliä. Esimerkiksi nuori saattaa liioitella käyttämänsä alkoholin määrää sekä alkoholinnauttimiskertoja, jotta näyttäisi esimerkiksi muiden nuorten silmissä ”joltain”. Nuoret eivät välttämättä aina uskalla kertoa rehellisesti, kuinka asiat ovat, sillä he saattavat pelätä vanhempien tai muiden aikuisten reaktioita esimerkiksi päihteiden käyttöön liittyen.

Toisinaan nuori ei vain jaksa kirjoittaa vastauksia tai tehtävien tekeminen ei ”huvita.” Joskus jutellen asiat voivat muuttua toisenlaiseksi. Nuoret kirjoittavat usein vastauksiksi ”en tiedä.” Työntekijät kertoivat huomanneensa, että ympyröivät, alleviivattavat tai viivan vetämis- tehtävät ovat mieluisimpia.

Parannusehdotukset koskivatkin pääosin tekotapaa kuten myös ulkoasua. Eräs työntekijä pohti, että mobiililaitteella tehtävät paketit olisivat mieluisampia, viitaten nuorten lisääntyneeseen puhelimenkäyttöön. Joskus nuorilta on rajattu pelien tai puhelimen käyttöä, jotta nuori tekisi ajallaan muutakin. Vastaanottojakson tarkoitus kuitenkin on kerätä tilanteesta tietoa ja saada nuoren näkemys esiin ja edellä kuvattu ratkaisu voidaan toisinaan tehdä kasvatuksellisista syistä.

Aihealueiden lisääminen sekä olemassa olevan tiedon päivittäminen olisi myös työntekijöiden mielestä ajankohtaista. Aihealueiksi toivottiin lastensuojelulakia sekä lapsen ja nuoren oikeuksia, päihteiden käyttöön liittyvää tematiikkaa, rikollisuutta sekä rikoslakia ja seksuaalisuuteen sekä seksuaaliseen identiteettiin liittyviä aiheita. Työntekijät pohtivat, että olisi hyvä saada faktaa, joka haastaisi nuoren käsityksen omasta tietämyksestään.

Tiedonsaantia helpottavat tekijät

Kaikki osallistuneet, olivat yksimielisiä siitä, kuinka luottamussuhde on tärkein tekijä nuoren kanssa työskentelyn onnistumisessa. Luottamussuhteen rakentamisesta puhuttaessa työntekijät toivat esiin keinoja edesauttaa sen syntyä. Työntekijät kokevat, että on ensiarvoisen tärkeää olla asettumatta nuoren yläpuolelle ja kohdata nuori ihmisenä. Aitous sekä läsnäolo tulivat myös esiin useammalta työntekijältä.

Nuoren kanssa keskusteltaessa, pitää olla aidosti kiinnostunut nuoren elämästä. Nuorta voi tästä huolimatta kuitenkin hieman ”haastaa” sekä ohjata, sillä aikuisuuteen kuuluu huolen ilmaisu ja rehellisyys, vaikka ne eivät olisikaan asioita, joita nuori haluaisi kuulla.

Luottamussuhteen toimivuus helpottaa tiedonsaantia. Työntekijä kuvasi, ettei sillä ole väliä kuinka hieno menetelmä on, mikäli vuorovaikutussuhde ei toimi. Keskustelussa tuli esiin, että toisinaan henkilökemiat eivät kohtaa omaohjaajan ja nuoren välillä. Tästä syystä on hienoa, että työntekijöitä on useita, erilaisilla persoonilla. Tämä lisää mahdollisuuksia, että nuori ”klikkaa” kuitenkin jonkun työntekijän kanssa, mikä puolestaan kasvattaa mahdollisuuksia rakentaa toimiva, vuorovaikutuksellinen, luottamussuhde.

Tehtävien läpikäyminen

Työntekijä toi esiin, että nuorta voi turhauttaa tehdä tehtäviä, joita ei käydä läpi. Nuori näkee, että tehtävä laitetaan vain kansioon. Tehtävät tulisi käydä läpi viikkoraporteilla, joita pyritään pitämään nuoren kanssa kerran viikossa. Tuolloin keskustellaan kuluneesta viikosta kattavasti rauhallisessa ympäristössä. Viikkoraportin kulkuun kuitenkin vaikuttaa nuori ja hänen halunsa osallistua keskusteluun.

Tehtävien läpikäymistä toisinaan haastaa omaohjaajan työvuorot ja tehty tehtävä saattaa odottaa kansiossa useamman päivän. Eräs työntekijä toi esiin, että käy

aina vähän tehtävää läpi, vaikkei nuori olisikaan hänen omaohjattava. Välitön palaute on nuorelle tärkeää.

Keskustelussa tuli esiin, että voisi olla hyvä lisätä tehtävälistaan lisäksi "Käyty läpi"- kohta, jonka voisi rastita, kun tehtävä on käyty nuoren kanssa sanallisesti läpi. Nuorelta voisi läpikäydessä kysyä mielipidettä tehtävästä. Tämä auttaisi tarjoamaan vastaavanlaisia tehtäviä nuorelle jatkossa. Mielipiteiden kuulemisen ansiosta tehtävien jatkokehittäminen voisi työntekijöille olla helpompaa.

Usea osallistuja jakoi näkemyksen siitä, että tehtävät onnistuvat parhaiten, kun tehtävät tehdään yhdessä nuoren kanssa. Suurin osa tehtävistä, on itse täytettäviä, mutta vastauksia voi syventää esittämällä täydentäviä kysymyksiä. Esimerkiksi nousi "Verkostokartta", jonka nuori voi tehdä yksin tai työntekijän kanssa yhdessä. Toinen osallistuja kommentoi, ettei verkostokartta sovi hänelle menetelmänä lainkaan, vaan käy tehtävän läpi keskustellen nuoren kanssa, käyttäen tehtäväpaperia keskustelurunkona.

Kaikki osallistajat olivat samaa mieltä siitä, että vaikka nuori ei tehtäviä tekisikään, hän näkee esitetyt asiat ja käy niitä mielessään kuitenkin hieman läpi. Tehtävät ovat pääosin vapaaehtoisia.

Keskustelussa kuitenkin tuli ilmi, että esimerkiksi karkureissun jälkeen täytettävä hatkakertomus tai päihteiden käytön selviämisen jälkeen tehtävä päihdehaastattelu, ovat pakollisia. Työntekijät voivat tuolloin joutua pohtimaan liikkumavapauden rajoittamista, mikäli tehtäviä ei tehdä eikä asiaa saada käytyä läpi laadukkaasti.

8.4.2 Toinen aivoriihi

Toisessa aivoriihessä osallistujia oli enemmän. Osallistajat olivat saaneet muistion ensimmäisestä aivoriihestä.

Toisessa aivoriihessä keskusteltiin siitä, edesauttavatko tehtävät nykyisellään kohtaamista sekä osallistamista, nuoren omien oikeuksien tietämyksestä sekä nuoreen kohdistuvista odotuksista. Kävimme myös läpi suunnittelemaamme tehtäviä ja annoimme mahdollisuuden parannusehdotuksille. Osallistujat toivat myös esiin omia mielipiteitä ensimmäisen aivoriihen teemoihin.

Tehtävät kohtaamisen tukena

Työntekijä pohti, että tehtävät toimivat siitä riippuen, miten niitä käytetään. Hän pohti tämän riippuvan pitkälti työntekijästä. Yksi työntekijä saattaa vain antaa tehtävät eikä käy vastauksia läpi, siinä missä toinen käy ne läpi nuoren kanssa osallistaen nuorta. Ensisijaiseksi työkaluksi vastaanottoyksikössä tuotiin esiin vapaa keskustelu.

Eräs osallistujista kuvasi nuoren motivoinnin olevan isoin juttu ja kokee sen olevan oman työnsä ydin. Osa nuorista tekee tehtävät mielellään, jolloin työntekijän voi olla helpompi ottaa tehtävissä käsitellyt asiat puheeksi. Tiedon ja mielipiteiden ilmaiseminen selkeästi, edesauttaa vuorovaikutuksen syntymistä. Osa nuorista ei tee tehtäviä syystä tai toisesta, vastaten esimerkiksi ”en tiedä” kysymyksiin, joka haastaa jatkokeskustelua. Erät työntekijä kertoikin, että on turhauttavaa, mikäli menetelmä tai työkalu ei toimi.

Nuoren oikeudet

Työntekijät kokevat, ettei nuori saa tarpeeksi tietoa oikeuksistaan ja pohtivat sen olevan hyvä lisä tehtäväaineistoon. Keskustellessa tuli esiin, että vastaanotolla on olemassa ”nuoren kirja” -niminen informaatiopaketti nuorelle, mutta sitä ei systemaattisesti anneta kaikille. Tällä kirjalla kuitenkin pyritään varmistamaan yhdenmukaista tiedonsaantia.

Keskustelussa pohdittiin, kuinka osa nuorista osaa kysyä, kenelle voivat esimerkiksi valittaa päätöksistä, mutta kaikki eivät esimerkiksi tiedä mikä on

oikeusasiamies. Keskustelussa pohdittiin sosiaalityöntekijöiden roolia ja sitä, että heidän tulisi olla se taho, joka käy näitä nuoren kanssa läpi. Työntekijät ovat siitä yksimielisiä, että rajoituspäätökset ja niihin johtaneet asiat, käydään aina läpi nuoren kanssa kattavasti, mutta nuoret eivät aina tiedä, että heillä on perusoikeuksia, he voivat soittaa sosiaalityöntekijälle ja on olemassa joku, jolle he voivat valittaa.

Keskustelussa tuli myös esiin, että vanhemmilla on suuri rooli arviointijakson aikana. Mikäli vanhemmilla on esimerkiksi huoltajuuskiista meneillään, minkä keskiössä nuori on, nuori voi kokea ettei voi puhua vanhemmilleen eikä henkilökunnalle luottamuksellisesti ettei vanhemmat saisi tietää asioita kirjauksista. Tämä haastaa luottamussuhteen syntyä ja nuori ei välttämättä puhu mistään kenellekään.

Yksiselitteistä ratkaisua edellä kuvailtuun tilanteeseen ei ole eikä luottamussuhteen syntyä voi pakottaa. Työntekijöiden tulee tilanteessa käyttää ammattitaitoaan ja osaamistaan, olla nuorelle aidosti läsnä, hyödyntää moniammatillista työryhmää ja sen tietotaitoa sekä mahdollisesti menetelmiä, jotta tilanne paranisi.

Nuoreen kohdistuvat odotukset

Nuorten kanssa keskustellaan siitä mitä häneltä odotetaan sekä toivotaan että myös vaaditaan. Eräs työntekijä kuvasi, kuinka ei riitä että sanoo kerran vaan asiat vaativat toistoa. Mikäli asiat eivät tule ymmärretyksi puhumalla, on vastaanotossa tehty tueksi julisteita sekä visuaalisia karttoja syistä ja seurauksista. Mutta nekään eivät aina auta. Aivoriihessä nousi keskustelua siitä, miten käytöshäiriöt sekä keskittymisvaikeudet haastavat työntekijöitä ja nuoria. Tällöin nuori ei kykene ottamaan puhetta tai sääntöjä vastaan. Lisäksi jotkut nuoret ovat oppositiossa kaikkea kohtaan sekä on nuoria, joiden vanhemmat haastavat vastaanottotyöskentelyn eivätkä anna nuorelle ikään kuin lupaa rauhoittua osastolle.

Tehtävien ideointia

Työntekijä pohti, että tehtäviä ja materiaalia on olemassa jo paljon ja hän toivoisi päivitystä, uusien tehtävien sijaan. Keskustelussa tuli esiin, että pohdituttaa uuden materiaalin jääminen laatikon pohjalle ja tästä syystä olisi parempi käydä olemassa olevat tehtävät läpi haravoiden ne. Työntekijät olivat yksimielisiä siitä, että tehtäviä on paljon ja ne ovat sekavassa järjestyksessä kansioissa. Työvälineiden tulisi tulla käyttöön koko vastaanottoon, jotta voitaisiin varmistaa työn laadun yhtenäisyys. Tämä liittyy pääosin ohjaajan uramalliin.

Yksi työntekijä toivoi ympyröitävään tehtävään sanaa "rakas".

Työntekijät pohtivat olemassa olevien tehtävien ilmeen kohentamista ja kirjoitustehtävien tekotavan muokkaamista.

Esittelimme suunnittelemissamme tehtäviä ja ne otettiin vastaan erittäin hyvin. Kerroimme aihealueista, joita olemme pohtineet lisäksi ja työntekijät olivat yksimielisiä niiden tärkeydestä. Kerroimme, että toivoisimme kasaavamme paketin, jonka voisi tulostaa lehden malliin, mikä osiltaan voisi olla houkuttelevampi entä paperipino. Kerroimme myös toiveemme lisätä tehtäviin värityskuvia, joilla nuori saisi personalisoitua lehteä oman näköiseksi. Toimme myös esiin värityskuvien rauhoittavan vaikutuksen. Työntekijät pitivät tätä hyvänä ideana.

8.5 Tehtävien tuottaminen

Toteutimme sisänuorikansion päivityksen suunnittelemalla ja tekemällä itse tehtäviä olemassa olevien aiheiden ja teemojen tueksi. Lisäsimme aivoriihessä esiin tulleita aiheita ja huomioimme vastaanottoyksikön työntekijöiden toiveen jo olemassa olevien tehtävien hyödyntämisestä. Aivoriihessä tuli esiin tehtävien olevan sekalaisessa järjestyksessä, mikä osaltaan vaikeuttaa niiden käyttöä. Kävimme tehtävät läpi ja lajittelimme ne aihealueittain kansioihin. Kansiosta

työntekijän on mahdollista valita vain yksi tehtävä tulostukseen tai kaikki aiheeseen liittyvät.

Käytimme tehtävien tieteelliseen ja teoreettiseen taustaan useita lähteitä, kuten esimerkiksi Terveiden ja hyvinvoinninlaitoksen ja Terveyskirjaston julkaisuja (terveys, alkoholi, liikunta), Mannerheimin lastensuojeluliiton julkaisuja (perheet, ystävät) ja Tilastokeskuksen julkaisuja (talous, päihteet). Ideoita tehtävien toteutukseen ammensimme muun muassa lukion kirjoista sekä erilaisista tehtäväkirjoista, muokaten ne palvelemaan aiheitamme. Osallistamme nuorta hakemaan itse tietoa sekä tarkistamaan oikeita vastauksia aikuiselta, mahdollistaen näin aikuiskontaktin ottamista.

Pyrimme välttämään tehtäviä, joissa vastaus vaatii pitkän kirjoituksen. Muokkasimme olemassa olevia tehtäviä lisäten niihin ympyröinti- mahdollisuuden tai esimerkiksi monivalinta- kysymyksiä. Pyrimme myös käyttämään selkokieltä ja helppoja sanoja Mahdollisten lukihäiriöiden huomioiminen tehtävissä oli luontevaa. Toisella meistä on keskivaikea lukihäiriö. Tämän kokemusasiantuntijuuden johdosta tehtävät tulivat läpikäydyksi huomioiden erityyppiset oppimisen haasteet.

Lisäsimme tehtäviin värityskuvia aiheisiin liittyen, jotta nuori saa vaikuttaa paljon tehtäväsivujen visuaaliseen ilmeeseen. Halusimme sisällöstä muokattavan ja värityskuvat toimivat siihen tarkoitukseen loistavasti. Värittäminen rentouttaa ja mahdollistaa hetkeen pysähtymisen. Kuvituksen tulee olla tekijänoikeuksista vapaata. Käytimme kuvitukseen www.pixabay.com sivustoa.

Halusimme kasata tehtävät helposti löydettäväksi paketeiksi, joista työntekijät voivat ottaa yhden tai kaikki. Toivomme, että nuori haluaisi myös ottaa tehtäväpaketinsä mukaan, jotta voisi palata omiin mietteisiinsä myöhemminkin.

Toteutimme tehtävät Microsoft Wordilla ja annoimme ne Herttoniemen vastaanottoon työntekijöiden käyttöön Word- sekä pdf- tiedostoina.

8.6 Produktion arviointi ja palaute

Saimme aivoriihistä välittömästi palautetta työntekijöiltä. Useampi työntekijä ilmaisi kiitoksensa ja koki työskentelyn kannattavana sekä tuottoisana. Keskustelussa koettiin menneen eteenpäin.

Ensimmäisen aivoriihen jälkeen tuotimme keskustelun jälkeen muutamia tehtäviä, jotka esittelimme toisessa aivoriihessä. Tehtävistä saatiin positiivista palautetta sekä suuntaa lisäkehittämistä varten.

8.7 Opinnäytetyön prosessi

Olemme kumpikin tehneet opintoihin liittyvät työharjoittelut ja sittemmin työskennelleet lastensuojelun nuorten vastaanottoyksiköissä. Meitä kumpaakin kiinnosti opinnäytetyön tekeminen lastensuojeluun ja halusimme tehdä jotain, mikä hyödyttäisi työntekijöitä mutta myös asiakkaina olevia nuoria. Havainnoimme, että omaohjaajakansiota olisi hyvä päivittää. Kysyimme Diakonia-ammattikorkeakoululta sopisiko ideamme, päivittää sisänuorikansion tehtävät, opinnäytetyön aiheeksi ja saimme hyväksynnän tälle aiheelle. Herttoniemen osastojen vastaavat ohjaajat olivat kumpikin innostuneita ideastamme.

Aloimme tammikuussa 2019 kartoittamaan teoreettista viitekehystä sekä suunnitella tehtäviä ja pohdimme, kuinka saisimme vaihtelua tehtäviin ja kuinka saisimme tärkeitä aiheet nuorilähtöisiksi. Päätimme pitää jo olemassa olevat Tuen tarpeen arviointiin perustuvat teemat ja Lotan kirkollisten opintojen johdosta päätimme lisätä teemoihin vielä minäkuvaan ja identiteettiin liittyvän uskontolukutaidon.

Saimme helmikuussa 2019 hyväksynnän ideapaperille ja esittelimme opinnäytetyömme suunnitelman hyväksytysti maalikuussa 2019. Toteutimme strukturoidun asiantuntijateemahaastattelun (Liite 3) koskien työntekijän kokemuksia sisänuorikansioista työmenetelmänä. Haastattelu antoi meille

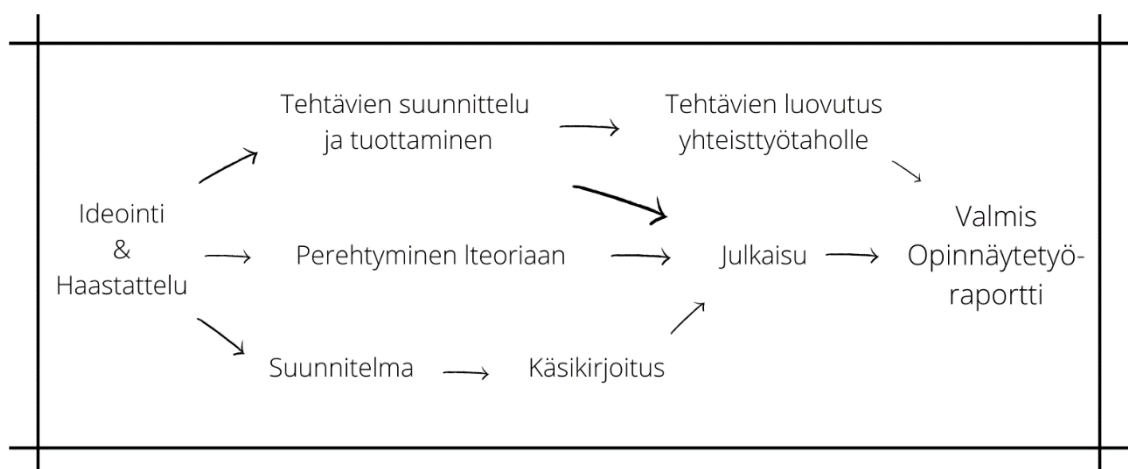
varmuuden päivityksen tärkeydestä. Halusimme produktion mukaan osaavat työntekijät, jonka seurauksena haimme tutkimusluvan Helsingin kaupungilta, jotta pystyimme järjestämään kaksi aivorihtä työntekijöille.

Rajasimme opinnäytetyön toteutuksen yhteistyöhön ammattilaisten kanssa, koska laillisesti sekä käytännössä nuorten ottaminen mukaan tällaiseen prosessiin on erittäin haastavaa. Nuoren päätyminen sijoitettavaksi on akuutti kriisi koko perheelle, eikä kehittämistyöhön pyytäminen ole siinä tilanteessa moraalisestikaan oikein.

Aivorihiissä ajatuksena oli tuoda osaavat työntekijät yhteen, jolloin saatiin keskustellen nostettua esiin omaohjaajakansion päivityksen tärkeimmät aiheet, ongelmakohdat ja tarpeet. Aivorihiiden välissä ohjaajilla oli hetki aikaa pohtia ja käytännössä kokeilla ensimmäisen aivorihiin tuottamia ajatuksia ja näkökulmia.

Aivorihiiden jälkeen muokkasimme ja viilasimme tehtäviä aivorihiistä saadun tiedon perusteella ja luovutimme ne Herttoniemen vastaanottoon. Julkaisimme opinnäytetyömme Diakin julkisessa seminaarissa, saimme palutetta työskentelystä ja kansion päivityksestä, minkä jälkeen viimeistelimme tämän opinnäytetyön raportin. Kaaviossa 1 on tiivistetysti esitetynä opinnäytetyömme kulku eri päällekkäisne vaiheineen.

Opinnäytetyön prosessi



Kaavio 1 Opinnäytetyön prosessi

9 POHDINTA

Sisänuorikansio on tehty Tuen tarpeen arvioinnin osa- alueiden pohjalta lisätyökaluksi sekä tekemiseksi koulua käymättömille tai liikkumisvapauden rajoituspäätöksen saaneille ”sisänuorille”. Koimme vastaanotossa työskennellessämme, että tehtävät ovat tarpeellisia, mutta niiden toteutus ei aina kohtaa nuoria. Halusimme toteuttaa päivityksen ajatellen jokaista, hänen heikkouksineen ja vahvuuksineen.

Teemat ovat tärkeitä nuorille ja tehtävistä saatu tieto auttaa sosiaalialan työntekijöitä saamaan kattavamman kuvan nuoresta sekä hänen elämänsä liittyvistä asioista. Kaiken saadun tiedon pohjalta tehdään päätös nuoren jatkosijoituksesta. Kaikella tiedolla on siis merkitystä.

Halusimme toteuttaa tehtävät niin, etteivät ne poissulje olemassa olevaa sisänuorikansiota tehtävineen vaan tuovat siihen jotain lisää. Edellisen sisänuorikansion tavoite oli antaa sisällä aikaansa viettävälle nuorelle tekemistä ja me lisäämme tähän tavoitteeseen kohtaamisen tulokulman.

Omaohjaaja- työskentely nuoren kanssa kuuluu jokaiseen vuoroon ja luottamussuhteen vahvistaminen on keskeinen osa omaohjaajana toimimista. Ilman luottamussuhdetta, kohtaamiset voivat jäädä vajaiksi ja näin ollen tärkeäkin tieto voi jäädä saamatta nuorelta. Tästä syystä suunnittelimme tehtäviä siten, että ne tulee tarkastaa omaohjaajan tai työntekijän kanssa.

Hengellisten teemojen käsittely asiakastyössä on pitkälti työntekijästä riippuvaa. Ajattelimme, että uskontolukutaito tehtävät tuottaisivat kaikille työntekijöille pohjaa ja menetelmän, jolla uskontolukutaitoa voisi asiakkaan kanssa avata. Kuitenkaan aivoriihissä ei uskontolukutaito, hengellisyys toisaalta raisimikaan noussut esiin. Kuitenkin uskontolukutaito on jokaiselle ihmiselle kuuluva taito, jota voi harjoittaa tarkastelemalla ensin itseään. Sielunhoito on ollut käytössä eri kirkkokunnilla jo vuosituhansia. Nykypäivän sielunhoito sisäältää menetelmiä,

joiden keskiössä on kuitenkin kohtaaminen. Voisiko kaikessa asiakastyössä olla jotain opittavaa tuosta vuosisatojen kohtaamisen lähtökohdasta?

Kohtaamisessa tarkastettava tehtävä toimii keskustelun avaajana ja omaohjaajana toimiva työntekijä saa tilaisuuden arvioida nuoren kykyä toimia vuorovaikutuksessa aikuisen kanssa. Omaohjaaja työskentelyn suurimpana haasteena on rajallinen aika. Omaohjaaja ei välttämättä aina työskentele vuorossa, jossa olisi mahdollista kohdata nuorta, sillä vastaanottotyöskentely on kolmivuorotyötä.

Lastensuojeluasiakkaiden määrä on kasvusuuntainen. Asiakasmäärien kasvaminen näkyy kasvavina kuluina lastensuojelun sektorilla ja siten ne vaikuttavat koko yhteiskuntaan. Laadukas sekä onnistunut lastensuojelun sijoitus ja siitä syntyneet jatkotoimenpiteet kasvun ja kehityksen turvaamiseksi vaikuttavat nuoreen vielä aikuisenakin myönteisesti. Parhaimmillaan nuori perheineen saa tarvitsemansa avun ja tuen, jonka turvin nuori kasvaa ja kehittyy hyvinvoivaksi yhteisön jäseneksi. Lastensuojelun asiakkaiden ongelmat ovat monimuotoisempia. Menetelmiä pitää kehittää ja tuottaa, jotta kyetään tarjoamaan jokaisen nuoren yksilölliseen elämäntilanteeseen sopivia keinoja parantaa ymmärrystä, osallistaa, kohdata, rakentaa luottamussuhdetta ja tarjota mahdollisuus kertoa asioistaan.

9.1 Produktion luotettavuus

Aivoriihessä mukana olleet osallistuivat omasta tahdostaan, mikä edesauttaa aitojen mielipiteiden ja näkemysten ilmaisemista. Aivoriihen toteutuksen suurin haaste oli rajallinen aika. Aivoriihi toteutettiin Herttoniemen nuorten vastaanottoyksikössä työntekijöiden viikkokokouksen jälkeen. Aivoriihtä edeltänyt kokous osaltaan helpotti asennoitumista aivoriiheen, sillä vastaanottoyksikön arjesta onnistumisineen ja haasteineen oli juuri keskusteltu. Työntekijöiden näkemyksiin vaikuttaa osaltaan varmasti työhistoria sekä nuoret, joita on työhistorian aikana kohdannut.

Toiseen aivoriiheen osallistuneet työntekijät, jotka eivät olleet läsnä ensimmäisessä aivoriihessä, saivat mahdollisuuden osallistua muistiosta saaduilla ennakkotiedoilla tapaamiseen. Toiseen aivoriiheen osallistuvista yksi kertoi lukeneensa muistion. Muut osallistujat kertoivat, ettei heillä ollut aikaa lukea muistiota. Kuitenkin heillä oli ollut tiedossa kehitysproduktiomme, eikä siksi tarvinnut esimerkiksi käydä samoja asioita uudelleen läpi.

9.2 Oma ammatillinen kasvu

Vertasimme ammatillista kasvuamme sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen kompetensseihin (2016) sekä kirkon nuorisotyöntekijän ydinosaamiseen (2010). Näemme opinnäytetyömme vastaavan kompetenssien ja ydinosaamisen kuvauksia. Esimerkiksi osa sosionomin ammatillisuutta on kriittinen tarkastelu. Opimme tarkastelemaan yksityiskohtaisemmin kriittisesti prosessien osia sekä kokonaisuutta.

Lastensuojelun teoreettista viitekehystä kirjoittaessa globaalit rakenteet sekä prosessit selkeytyivät entisestään, kuten myös lainsäädännöllinen puoli, joka ohjaa lastensuojelutoimintaa erittäin vahvasti. Valmis produktio on tehty kumppanuuslähtöisesti, kehittäen vanhasta työmenetelmästä, toimivampi kokonaisuus niin nuorille kuin työntekijöillekin.

Koemme, että ottamalla tehtäviä ideoidessa ja muokkaamisessa huomioon erilaiset oppijat, keskittymisvaikeudet sekä heidät, joilla ei ole vaikeuksia kummallakaan osa- alueella, edistimme yhdenvertaisuutta sekä tasa- arvoa.

Työkokemuksemme sekä aivoriihi alan ammattilaisten kanssa edesauttoi arvioimaan asiakkaiden tarpeita. Tehtävät on suunniteltu edesauttamaan asiakkaiden tilannetta, sisäistä ongelmanratkaisua sekä löytämään elämässä jo olevia voimavaroja. Tämä heijastaa sosionomin kompetensseissä esiintuotuun yksilön kasvun ja kehityksen tukemiseen sekä perheenjäsenten keskinäisten suhteiden parantamiseen. Meitä ohjasi tehtävien suunnittelussa myös osallistaminen sekä oman äänen kuuluviin saaminen.

Työskentelyämme inspiroi vahvasti halu auttaa ja tuottaa jotain mistä on mahdollisesti hyötyä laadukkaampaa lastensuojelua toteuttaessa. Toisaalta myös käytännönläheisyys, vaikka lähtökohtaisesti olemme teoriasta kiinnostuneita, auttoi innostumaan sekä tutustumaan asioihin omasta tutusta ja turvallisesta tyylistä poiketen. Tieto siitä, että opinnäytetyömme tulokset voivat olla tulevaisuudessa käytössä, teki työskentelystä mielekäästä.

Idea opinnäytetyöhön on lähtenyt asiakkaan tarpeista. Pyrimme edesauttamaan päivitetyllä kansiolla tasa- arvoa ja yhdenvertaisuutta huomioiden oppimisvaikeudet ja itsensä ilmaisun haasteet. Uskomme myös, että näiden asioiden huomioiminen edistää osallisuutta ja kasvattaa osallistumisen mahdollisuuksia.

Opimme teoreettisesta viitekehuksesta, prosessityöskentelystä, tuotannon läpiviennistä yhteistyöstä toistemme ja yhteistyökumppanin kanssa. Teoreettinen viitekehys auttoi tarkastelemaan ilmiötä laajemmin sekä syvemmin. Tuotantiosaamisessa kehityimme selkeästi koko opinnäytetyön ajan entistä tarkemmiksi ja täsmällisemmiksi.

Ammatillisesti opimme paljon työskentelystä yhteistyötahon kanssa. Yhteiskehittäminen on työskentelymuoto, jota ei pysty replikoimaan suoraan vaan jokainen toteutus ja projekti on omanlainen ihmisten, ajan ja paikan muuttuessa. Opimme työskentelystä ja uskomme, ettemme vastaisuudessa kompastu samoihin kuoppiin vaan pystymme ennakoimaan ja reagoimaan paremmin.

Yhteistyömme tuotantoa tehdessä sekä opinnäytetyön raporttia kirjoitettaessa oli hyvin mutkatonta. Meitä ohjaa samankaltainen työmoraaali, joka teki meistä tasavertaisia. Jaoimme työtaakkaa osittain myös vahvuksiemme mukaan.

Pidämme kumpikin tehtävälistoista ja niiden avulla oli erittäin helppo jakaa tuotantoon tulleiden vanhojen tehtävien muokkauksia tai esimerkiksi aihealueita, joihin tarvitsimme kirjallisuutta lähteitä varten. Kun kirjoitimme tekstisisältöä, korostimme omilla väreillämme tekstin, jonka ansiosta toinen

kykeni nopeasti löytämään kommentoitavaksi tulleen sisällön. Reflektoimme toisen tuottamaa sisältöä ja kykenimme esittämään mahdolliset korjaus- tai parannusehdotukset ilman pelkoa siitä, että toinen loukkaantuisi.

Pidimme tiiviisti yhteyttä puhelimitse sekä viestitellen ja tapasimme kahviloissa sekä koulun kirjastossa. Alkuperäinen aikataulumme produktiolle ei pysynyt ja kykenimme siitä huolimatta ymmärtämään syyt siihen ja jatkamaan opinnäytetyön tekemistä samalla innolla, jolla aloitimmekin. Tämä kertoo siitä, että ymmärrys toisiamme kohtaan ja halu tehdä opinnäytetyö juuri tämän toisen henkilön kanssa oli vahva ja läsnä koko prosessin ajan.

9.3 Työn eettisyys

Olemme huomioineet eettisyyden opinnäytetyön jokaisessa vaiheessa. Toimien toisia kunnioittavasti oli koko produktion ajan keskeisimpiä lähtökohtia. Otimme eettiset valinnat huomioon muun muassa aiheen valinnassa ja rajaamisessa, menetelmien valinnassa ja käytössä, yhteistoiminnassa niin yhteistyökumppanin kuin muiden henkilöiden kanssa sekä raportoinnissa.

Opinnäytetyö välillisesti kohdistuu heikossa asemassa oleviin alaikäisiin nuoriin. Myöskin vallan väärinkäytökset tämän asiakasryhmän kanssa työskennellessä on ollut ajoittain pinnalla ja ajankohtainen. Näiden asioiden tiedostaminen viitoitti ja ohjasi työskentelemään asiakkaita työskentely-ympäristöä eettisesti kunnioittaen. Kehittämistyön sekä eettisten periaatteiden vuoksi valitsimme yhteiskehittää vanhoja tehtäviä työntekijöiden kanssa nuorten sijasta

Toimimme produktion jokaisessa vaiheessa tietosuojalain (L 1050/2018) mukaisesti. Työntekijöiden valinnanvapaus osallistumiseen sekä tietojen julkittaminen ilman tunnisteita ovat muun muassa niitä eettisiä valintoja, joita teimme yhteistyökumppaniin liittyen. Pyrimme myös informoimaan yhteistyötahoa parhaamme mukaan, sekä olimme tavoitettavissa, mikäli kysyttävää tai kommentoitavaa olisi tullut.

On tyypillistä tulla sokeaksi yksityiskohdille tai uusille näkökulmille, asioissa, jotka ovat henkilökohtaisesti tärkeitä tai tuttuja. Tällöin myös kriittinen tarkastelu voi kärsiä. Pyrimme tarkastelemaan toimintaamme kriittisesti jokaisessa opinnäytetyön vaiheessa niin ajatusmaailmassa kuin käytännöntasolla. Pysähtyminen omien valintojen eteen on eettisyyttä. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 13 –14.)

Eettisyys näkyy opinnäytetyössämme sopimusten pitämisenä. Vaikka opinnäytetyön aikana vastaan tuli esimerkiksi työntekijävaihdoksia ja aikataulu ei mennyt alkuperäisten toiveidemme mukaan, kaikki osapuolet pitivät sovituista asioista kiinni ja kokonaisuudessaan opinnäytetyön prosessi meni hiljalleen eteenpäin.

9.4 Jatkotutkimus- ja kehittämisasiheet

Hyvin pian ideoidessamme ja työstäessämme tehtäviä oli selvää, että tehtävät voisivat olla sähköisesti käytettäviä esimerkiksi internetin tai mobiilisovelluksen eli applikaation kautta. Sama idea nousi myös työntekijöiltä aivoriihissä. Nuoret voisivat kokea puhelimella työskentelyn mielekkäämpänä ja luonnollisempana, koska nuoret käyttävät tietotekniikkaa lähes kaikkialla. Kuitenkaan digitalisaatio ei korvaa aitoa vuorovaikutteista kohtaamista, vaikka kännykän käyttö olisikin nuorista todennäköisesti mukavampaa.

Toinen jatkoa ajatellen varteen otettava kehittämistutkimus voisi liittyä nuorten ja työntekijöiden käytännön kokemuksiin omaohjaajatehtävistä. Osallistuminen itseään kohdistuviin asioihin voisi auttaa nuoria sitoutumaan ja kiinnostumaan vastaanotossa työskentelystä ja työntekijät voisivat pohtia, auttavatko tehtävät kohtaamisessa ja puheeksi oton välineenä, edesauttaen esimerkiksi nuoren sisäisen maailman selkeytymistä.

Kansion aiheista sekä sisällöstä voisi tuottaa myös tulevaisuudessa laajemmalle levitettävän tuotteen, jota voisi hyödyntää kouluissa, kirkon nuorisotyössä ja esimerkiksi nuorisotaloilla. Aihealueet koskettavat meistä jokaista ja niiden avulla voisi pohtia omaa elämää jäsenetymmin ja uusin tulokulmin.

LÄHTEET

- ADHD-liitto. ADHD-tietoa. Tietoa ammattilaisille. Saatavilla 16.3.2020
<https://adhd-liitto.fi/adhd-tietoa/tietoa-ammattilaisille/>
- Auvinen ym. (2010) Suositus tutkintojen kansallisen viitekehyksen (nqf) ja tutkintojen yhteisten kompetenssien soveltamisesta ammattikorkeakouluissa. ARENE. Saatavilla 16.3.2020
http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2018/arene_nqf.pdf
- Diakonia-ammattikorkeakoulu (2010). Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetyötä varten. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja. C katsauksia ja aineistoja 17. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Eriksson, E. (2012). Huoli puheeksi – Opas varhaisista dialogeista. Stakes Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus oppaita 60.
- Erilasten oppijoiden liitto. Vertaistukea ja neuvontaa. Tietoa oppimisvaikeuksista. Saatavilla 16.3.2020
<https://www.eoliitto.fi/tukea-ja-neuvontaa/tietoa-oppimisvaikeuksista/>
- Forsell, M. (2019). Suomen kuuden suurimman kaupungin lastensuojelun palvelujen ja kustannusten vertailu vuonna 2018. Kuusikko-työryhmän julkaisusarja 2/2019. Saatavilla 16.3.2020
https://www.hel.fi/hel2/tietokeskus/julkaisut/pdf/19_06_03_Kuusikko_Lastensuojelu_2018.pdf
- Halme, L. (2008) *Uskonto ja kasvatus vuorovaikutuksena*. Helsinki: LK-KIRJAT.
- Hanhisalo, P. & Ismail, T. (2011). *Nuorten kansio – Tehtäviä lastensuojelun vas-taanottolaitoksen nuorille*. Kauniainen,. Saatavilla
<http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2011110914356>
- Heikkinen, H., Rovio, E. & Kiilakoski, T. (2010). Toimintatutkimus prosessina. Teoksessa H. Heikkinen, E. Rovio & L. Syrjälä (toim.), *Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat* (s. 78–93). Helsinki: Kansanvalistusseura.

- Heino, T. (2009). Lastensuojelun tilastot, asiakkaat ja palvelut. Teoksesta M. Bardy (toim.), *Lastensuojelun ytimissä* (4. uud. p.). (s. 52–75). Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Helsingin kaupunki. Kaupunki ja hallinto. Palvelut. Palvelukuvaus. Lyhytaikainen sijoitus vastaanottolaitokseen. Saatavilla 16.3.2020
<https://www.hel.fi/helsinki/fi/kaupunki-ja-hallinto/hallinto/palvelut/palvelukuvaus?id=7562>
- Helsingin kaupunki. Sosiaali- ja terveystieteiden toimipisteet. Toimipisteet aakkosittain. Lastensuojelu. Vastaanottolaitokset. Saatavilla 16.3.2020 <https://www.hel.fi/sote/toimipisteet-fi/aakkosittain/lastensuojelu/vastaanottolaitokset/>
- Helsingin kaupunki. Sosiaali- ja terveystieteiden toimipisteet. Toimipisteet aakkosittain. Lastensuojelu. Vastaanottolaitokset. Nuorten vastaanottolaitokset. Saatavilla 16.3.2020
<https://www.hel.fi/sote/toimipisteet-fi/aakkosittain/lastensuojelu/vastaanottolaitokset/nuorten-vastaanottolaitokset/>
- Hoikkala, S., Kojo, R., Tervo, J. & Aaltonen, T. (2017). Työpäivi. Sijaishuollon ohjauksen ja valvonnan malli. Kohti lapsikeskeistä ja lapsenoikeusperustaista toimintatapaa. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. Helsinki. Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy. Saatavilla <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-855-5>
- Hotari, K., Oranen, M. & Pösö, T. (2009). Lapset lastensuojelun osallisina. Teoksesta M. Bardy. *Lastensuojelun ytimissä*. (s. 117–132). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki.
- Huttunen, M. & Socada, L. (2019). ADHD (aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö) Duodecim Terveyskirjasto Saatavilla 16.3.2020
https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00353
- Huttunen, M. (2018). Oppimiskyvyn häiriöt (lukihäiriö ym.) Duodecim Terveyskirjasto Saatavilla 16.3.2020
https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_haku=oppimish%C4%iri%C3%B6&p_artikkeli=dlk00401

- Ihmisoikeuksien yleismaallinen julistus (1948) Saatavilla 16.3.2020
https://www.ohchr.org/EN/UDHR/Documents/UDHR_Translations/fin.pdf
- Jokela, T & Jokela, E. (2008). Nuori ja seksuaalisuus. Teoksessa H. Pruuki. *Nuorten sielunhoidon käsikirja* (s. 105–134). Helsinki: Nuorten keskus ry.
- Jyväskylän Yliopisto. Koppa. Aineistonhankintamenetelmät. Saatavilla 16.3.2020
<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineistonhankintamenetelmat/haastattelut>
- Kaikko, K. & Friis, L. (2009). Menetelmät lastensuojelun tukena. Teoksesta M. Bardy. *Lastensuojelun ytimissä* (s. 76–88). Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki.
- Kasari, J. (2008). Nuori ja väkivalta. Teoksessa Pruuki, H. *Nuorten sielunhoidon käsikirja* (s. 149–164). Helsinki: Nuorten keskus ry.
- Kiili, C. & Laurinen, L. (2015). Lukiolaiset yksilöllisinä ja yhteisöllisinä internet lukijoina. Teoksessa E. Ropo, E. Sormunen & J. Heinström (toim.), *Identiteetistä informaatiolukutaitoon: tavoitteena itsenäinen ja yhteisöllinen oppija* (s. 255–275). Tampere. Tampereen yliopisto.. Saatavilla 16.3.2020
http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/98066/identiteetista_informaatiolukutaitoon_2015.pdf
- Kiili, C. (2012). Online Reading as an individual and social practice. Jyväskylä studies in education, psychology and social research. Jyväskylä. Jyväskylän yliopisto. Saatavilla 16.3.2016
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-4795-8>
- Kinnunen, S. (2008). Nuorten itsetunto. Teoksessa H. Pruuki. *Nuorten sielunhoidon käsikirja* (s. 46–59). Helsinki: Nuorten keskus ry.
- Kirkon nuorisotyöntekijän ydinosaaminen (2010). Saatavilla 16.3.2020
<https://evl.fi/documents/1327140/43561565/Nuorisoty%C3%B6nohjain+ydinosaaminen.pdf/396e58e4-3986-c899-7254-8ef9d9f41761?t=1540891816000>
- Kokkonen, J. (2008). Sielunhoito rippikoulussa. Teoksessa H. Pruuki. *Nuorten sielunhoidon käsikirja* (s. 232–252). Helsinki: Nuorten keskus ry.

- Koskinen, I., Ruuska, M., Suni, T. (2018). *Tutkimuksesta toimintaan. Tieteentekijän opas viestintään ja vaikuttamiseen*. Helsinki: Art House Oy.
- Kuoppala, T., Forsell, M. & Säkkinen, S. (4.6.2019) Lastensuojelu 2018. Terveyden- ja hyvinvointilaitos. Tilastoraportti 23/2019. Saatavilla 16.3.2020
http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138211/Tr23_19_LASU.pdf?sequence=5&isAllowed=y
- Känkkänen, P. (2006). Taidelähtöiset työmenetelmät lastensuojelussa. Teoksessa H. Forsberg, A. Ritala-koskinen & M. Törrönen (toim.). *Lapset ja sosiaalityö: Kohtaamisia, meneteliä ja tiedon uudelleen arviointia*. (s. 129–178). Jyväskylä: PS-Kustannus.
- L 1050/2018. Tietosuojalaki. Saatavilla
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2018/20181050>
- L 417/2007. Lastensuojelulaki Saatavilla
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>
- L 453/2003. Uskonnonvapauslaki Saatavilla
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2003/20030453>
- Laakso, R. (2019). *”Ne näki musta” Huostassa olevien lasten hyvinvointi ja sijaishuoltoon liittyvät kokemukset*. Raportti 1/2019. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki: PunaMusta Oy. Saatavilla
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-267-3>
- Lahtinen, P., Männistö, L. & Raivio, M. (2017). Kohti suomalaista systeemistä lastensuojelun toiminta mallia. Keskeisiä periaatteita ja reunaehtoja. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi 7/2017. Helsinki: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy. Saatavilla
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-827-2>
- Lamberg, M. (2018). Kohtaava dialogisuus ja osallistava lastensuojelu. Teoksesta J. Sudelehti & I. Uusitalo (toim.), *Tulevaisuuden lastensuojelu* (s. 87–105). [Joensuu]: Suomen psykologinen instituutti ry.

- Lavikainen, M., Puustinen-Korhonen, A. & Ruuskanen, K. (2014).
Lastensuojelun laatusuositus. Sosiaali- ja terveysministeriön
julkaisuja 2014:4. Saatavilla <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3488-7>
- Lindh, J., Linnakangas R. & Laitinen, M. (2017). Kuvalliset menetelmät nuorten osallisuuden tukemisessa. Teoksessa A. Pohjola, M. Kairala, H. Lyly, A. Niskala (toim.), *Asiakkaasta kehittäjäksi ja vaikuttajaksi – Asiakkaiden osallisuuden muutos sosiaali- ja terveyspalveluissa* (s. 110–128). Tampere: Vastapaino.
- Matemaattisluonnontieteellisten aineiden työtapaopas. Luovan ongelmanratkaisun työtavat. Saatavilla 16.3.2020 www.edu.helsinki.fi/malu/kirjasto/lor/
- Muukkonen, T. (2009). Lapsen kohtaamis- ja prosessiosallisuus. Teoksesta M. Bardy. *Lastensuojelun ytimissä* (s. 133–143). Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki.
- Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritakoski, J. (2015). *Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan*. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Oppimisvaikeus.fi. Ammattilaisille. Oppimisvaikeuksien huomiointi. Saatavilla 16.3.2020 <https://oppimisvaikeus.fi/materiaalit/oppimisvaikeuksien-huomioiminen/>
- Oppimisvaikeus.fi. Tietoa. Saatavilla 16.3.2020 <https://oppimisvaikeus.fi/tietoa/>
- Paananen, T. (2008). Ihanan, kipeä nuoruus – naamion takana ahdistus ja elämänilo. Teoksessa H. Pruuki. *Nuorten sielunhoidon käsikirja* (s. 21–37). Helsinki: Nuorten keskus ry.
- Pöysä, J. (2010) Kaksin tekstin kanssa – Lähiluku vaeltavana käsitteenä ja tieteiden välisenä metodina. Teoksessa J. Pöysä, H. Järviluoma & S. Vakimo (toim.), *Vaeltavat metodit*. (s.331–360). Joensuu: Suomen Kansatietouden Tutkijain Seura.
- Raunio, K. (2009). *Olennainen sosiaalityössä*. Helsinki: Gaudeamus.
- Rossi, L. (2016). Muistelukerronnan ulottuvuudet näkyviin lähiluvulla. Saatavilla <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-201606173157>
- Sosiaali- ja terveysministeriö (25.9.2015). Kuntainfo. Helsinki. 8/2015 Saatavilla https://stm.fi/documents/1271139/1427058/Kuntainfo_8_2015.pdf/e4381e3-f413-4c06-945e-73ede882b565/Kuntainfo_8_2015.pdf.pdf

- Sosiaali- ja terveysministeriö. Vastuualueet. Sosiaali- ja terveystalot.
Sosiaalipalvelut. Lastensuojelu. Saatavilla 16.3.2020.
<https://stm.fi/lastensuojelu>
- Sosiaali- ja terveysvirasto. Helsingin kaupunki. (1.4.2016). Tuen tarpeen arviointi. Saatavilla 16.3.2020.
https://www.hel.fi/static/sote/lasu/esitteet/Tuen_tarpeen_arviointimalli_2016.pdf
- Sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen kompetenssit (29.4.2016). Saatavilla
https://www.tamk.fi/documents/10181/809882/SOAMK+KOMPETE NSSIT_2016.pdf/a42b7145-638f-4779-84da-e38671ab405a
- Suni, H. & Virtanen, R. (2008). Ihmissuhteet osana nuoren hyvinvointia. Teoksessa H. Pruuki. *Nuorten sielunhoidon käsikirja*. (s. 73–89). Helsinki: Nuorten keskus ry.
- Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Aamenesta öylättiin – kirkon sanasto. Saatavilla 16.3.2020 <https://evl.fi/sanasto/-/glossary/word/Sielunhoito#aueb7f7c>
- Suomen evankelisluterilainen kirkko. Apua ja tukea. Henkinen hyvinvointi. Sielunhoito. Saatavilla 16.3.2020 <https://evl.fi/apua-ja-tukea/henkinen-hyvinvointi/sielunhoito>
- Suomen Mielenterveysseura. Mielenterveys. Itsetuntemus. Luovuus antaa voimavaroja arkeen. Saatavilla 16.3.2020
<https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/luovuus-antaa-voimavaroja-arkeen>
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Lastensuojelun käsikirja. Työprosessi. Asiakassuunnitelma. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Saatavilla 16.3.2020 <https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/lastensuojelun-asiakassuunnitelma>
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Lastensuojelun käsikirja. Työprosessi. Sijaishuolto. Sijaishuollon muodot. Lastensuojelulaitokset. Vastaanottokoti. Saatavilla 16.3.2020
<https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/sijaishuolto/sijaishuollon-muodot/lastensuojelulaitokset/vastaanottokoti>

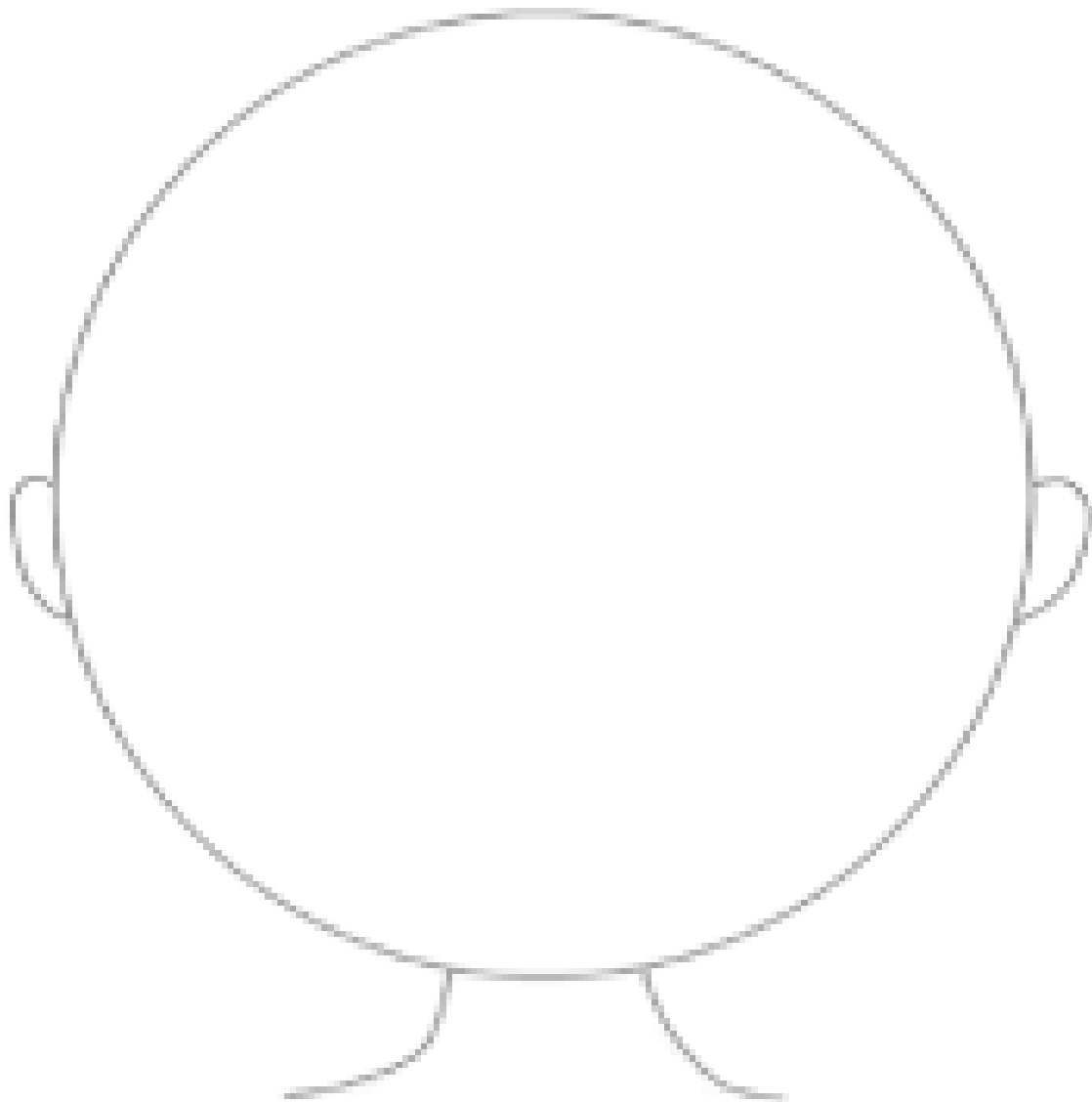
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Lastensuojelun käsikirja. Työprosessit. Kiireellinen sijoitus. Saatavilla 16.3.2020 <https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/kiireellinen-sijoitus>
- Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos. Tutkimus ja kehittäminen. Tutkimukset ja hankkeet. Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma LAPE. Saatavilla 16.3.2020 <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/lapsi-ja-perhepalveluiden-muutosohjelma-lape->
- Tilastokeskus. Tilastot.Tiede, teknologia ja tietoyhteiskunta. Väestön tieto- ja viestintätekniiikan käyttö. 2018. Internettiä käytetään yhä yleisemmin matkapuhelimella – myös ostosten tekemiseen. Saatavilla 16.3.2020 https://www.stat.fi/til/sutivi/2018/sutivi_2018_2018-12-04_tie_001_fi.html
- Tukiainen, S. (2018). Minäkö sielunhoitaja? Ei kai!. CRUX 3/2018.
- Tuominen, H. (2005). Elän ja hengitän- nuoren spiritualiteetti. Teoksessa T. Paananen & H. Tuominen. (toim.), *Nuorisotyön käsikirja*. (s. 35–52). Helsinki: Kirjapaja Oy.
- Tähkäpää, A., Taavitsainen, T., Lehtinen, K., Kallinen, E., Ojala, S., Jutila, J., Syrjä- Turpeinen, S., Tukeva, P. & Lampenius, S. (2012). *Nuoret seurakuntalaisina*. Suomen ev.lut. kirkon kirkkohallituksen julkaisuja 2012:6. Helsinki: Kirkkohallitus.
- Unisef. Lapsen oikeuksien sopimus. Lapsen oikeuksien sopimus – Koko teksti. Saatavilla 16.3.2020 <https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet/sopimus-kokonaisuudessaan/>
- University of the West of England. News & Events. News releases. Colouring reduces stress and boosts creativity, study finds. Saatavilla 16.3.2020 <https://info.uwe.ac.uk/news/uwenews/news.aspx?id=3799>
- Wikström, O. (2000). *Salattu ihminen Elämän syvät kysymykset ja parantava keskustelu*. Suom. Nieminen, T. Helsinki: Kirjapaja.
- Vilka, H. & Airaksinen, T. (2004). *Toiminnallinen opinnäytetyö*. Helsinki: Tammi.

Virta, M. (8.2.2017). Keinoja aikuisille ja nuorille arjen hallinnan parantamiseksi ja ADHD-oireiden hallitsemiseksi. Potilasohje. Saatavilla 16.3.2020
<https://www.terveysportti.fi/xmedia/nix/nix02460a.pdf>

Liite 1 Omaohjaajakansion päivitys:

Osa 1. Minä ja elämäni

THIS IS ME



My name is:

Ympyröi sanat, jotka kuvastavat sinua eniten.

Alleiviivaa sanat, jotka kuvastavat sinua vähiten.

Hauska

Rohkea

Uskalias Hiljainen

Reilu

Älykäs

Iloinen

Onnellinen

Surullinen

Tyhmä

Puhelias

Onneton

Väsynyt

Reipas

Luottavainen

Epäluuloinen

Kaunis

Rakastettu

Komea

Ruma

Tylsä

Arka

Laiha

Omatoiminen

Itsepäinen

Anteeksiantava

Rauhallinen

Turhautunut

Ihana

Kohtelias

Ystävällinen

Innostunut

Arvokas

Rakas

Taitava

Ylipainoinen

Alipainoinen

Arvostettu

Pelokas

♥ ARVOSTAVA HAASTATTELU ♥

1. Mitä kaverisi sinussa arvostavat?

2. Mitä arvostat ystävydessä?

3. Kehen ihmisiin voit luottaa ja turvautua?

4. Mitkä ovat sinun parhaimpia ominaisuuksiasi?

5. Mitä hyviä asioita sinun perheessäsi on?

6. Mikä/mitkä ovat ihanimpia lapsuudenkokemuksiasi?

7. Mikä on ollut elämäsi huippukohta?

8. Mikä on parhainta elämässäsi juuri nyt?

9. Missä asioissa sinä olet hyvä?

10. Mikä saa sinut hyvälle tuulelle?

11. Mitä haluaisit osata tehdä paremmin?

12. Mikä on sinusta kaunista maailmassa?

13. Mitä toivoisit, jos saisit kolme toteuttaa toivomusta?

- _____
- _____
- _____

14. Mitkä asiat elämässäsi auttavat sinua saavuttamaan tulevaisuudenhaaveesi?

Millainen minä olen?

Millainen olet? Arvioi itseäsi seuraavien luonteenpiirteiden suhteen. Valitse kuvaavin numero asteikolta.

Jännittynyt	1 2 3 4 5	Rento
Rohkea	1 2 3 4 5	Arka
Suurpiirteinen	1 2 3 4 5	Huoleellinen
Rauhallinen	1 2 3 4 5	Vilkas
Omalaatuinen	1 2 3 4 5	Tavallinen
Alakuloinen	1 2 3 4 5	Iloinen
Alistuva	1 2 3 4 5	Johtava
Puhelias	1 2 3 4 5	Hiljainen
Herkkä	1 2 3 4 5	Kova
Ärtynyt	1 2 3 4 5	Sopuisa
Ennakkoluuloinen	1 2 3 4 5	Ennakkoluuloton
Seurallinen	1 2 3 4 5	Itsekseen viihtyvä
Itsevarma	1 2 3 4 5	Epävarma
Laiska	1 2 3 4 5	Ankera
Huomaavainen	1 2 3 4 5	Itsekeskeinen



Valintani tänään olisi...

1. Jos olisin väri, haluaisin olla _____

koska _____



2. Jos olisin vuodenaika, haluaisin olla _____

koska _____



3. Jos olisin kuukausi, haluaisin olla _____

koska _____

4. Jos olisin kukka, haluaisin olla _____

koska _____



5. Jos olisin numero, haluaisin olla _____

koska _____

6. Jos olisin hedelmä, haluaisin olla _____

koska _____



7. Jos olisin vaatekappale, haluaisin olla _____

koska _____

8. Jos olisin valtio, haluaisin olla _____

koska _____



9. Jos olisin jälkiruoka, haluaisin olla _____

koska _____

10. Jos olisin tunne, haluaisin olla _____

koska _____



11. Jos olisin puu, haluaisin olla _____

koska _____

12. Jos olisin kenkä, haluaisin olla _____

koska _____



13. Jos olisin eläin, haluaisin olla _____

koska _____

14. Jos olisin lintu, haluaisin olla _____

koska _____

15. Jos olisin työkalu, haluaisin olla _____

koska _____



Pöydänjalat

Sinun neljä pöydänjalkaasi; sinä itse, perheesi, kumppanuus ja yhteisöllisyys, muodostavat elämäsi tukipylväät.

Niiden varassa lepää tasapainosi, jaksamisesi ja hyvinvointisi.

Onko pöytäsi tasapainossa ja jokainen jalka yhtä vahva?

- Sinä itse –pöydänjalka sisältää terveytesi ja hyvinvointisi.
Kuinka hyvin tunnet itsesi, tunnistatko erityispiirteesi eri ikäkausina ja erilaisissa elämäntilanteissa? Tiedätkö, mikä tekee sinusta juuri Sinut? Mistä saat voimia, miten lataat akkuja? Onko sinulla aikaa juuri sinulle? Oletko sinut itsesi kanssa vai onko sinulla suuria kriisejä? Mielen terveys, ruumiin terveys ja sosiaalinen terveys ovat osia tästä hyvinvointialueesta, jota ei yleensä tule ajatelleeksi, ennen kuin siinä on häiriöitä.
- Perhe –pöydänjalka tarkoittaa kuulumista kotiin, omaan perheeseen tai kotiyhteisöön; pieneen tiimiin, jossa puhalletaan yhteen hiileen. Perhe on joukko, joka tukee silloin kun muu elämä kolhii. Perhe on vastuuta. Jokaisen perheenjäsenen on osallistuttava kodin töihin, jotta kaikilla olisi hyvä olla kotona. Perhe pyrkii tukemaan jokaista jäsentään; yksi kaikkien ja kaikki yhden puolesta!
- Kumppanuus on sitä, että olemassa on oikein hyvä ystävä tai oma rakas. Joku, joka pitää sinusta ihan vain sinun itsesi takia. Sydänystävään tai sukulaissieluun voi luottaa. Hänen kanssaan haluaa olla ja tehdä juttuja, viihtyä ja viettää aikaa. Syvä ystävyys vahvistaa, tuntuu hyvältä ja on arvokas asia.
- Yhteisöllisyys on kokemus siitä, että on tärkeä ja tarpeellinen osa yhteiskuntaa. Se on kuulumista esimerkiksi koululuokkaan tai kaveriporukkaan. Se on sitä, ettei jätetä ulkopuolelle tai kiusata. Joku harrastus, kuuluminen orkesteriin, sukuun, työyhteisöön tai urheiluseuraan vahvistavat tätä pöydänjalkaa. Elämään ja ammattiin opiskeleminen ovat myös tämän alueen vahvistamista.

Tee tästä testi omien pöydänjalkojesi vahvuudesta!

Testaa kuinka vahvoja elämäsi pöydänjalat ovat kysymällä itseltäsi seuraavat kysymykset:

➤ **Sinä itse**

Millainen on kokonaisterveytesi ja voitko hyvin?
Miten tunnet itsesi? Hämmästytkö omia reaktioitasi?
Tunnistatko oman muutoksesi kehitykseesi liittyen, tai muuhun muuttuneeseen elämätilanteeseesi liittyen?
Missä lataat akkuja? Lataatko akkuja? (Harrastukset)
Missä viihdyt?
Onko elämässäsi kriisejä tai vaikeuksia?

➤ **Perhe**

Millainen on sinun perheesi? Ketä siihen kuuluu? Onko sinulla tilaa kotona? Tunnetko olevasi osa perhettä?
Puhallatteko kaikki samaan hiileen?
Toimiiko teidän perheessänne sanonta: ”kaikki yhden ja yksi kaikkien puolesta”?
Millainen keskusteluyhteys sinulla on vanhempiisi?
Miten murrosikä muuttaa/on muuttanut välejäsi vanhempiisi? Luotatko omiin vanhempiisi?

➤ **Kumppanuus**

Onko sinulla oikein hyvä ystävä? Onko sinulla olemassa oma rakas?
Onko sinulla joku, joka pitää sinusta ihan sinun itsesi takia?
Onko sinulla joku, johon voit todella luottaa ja jonka kanssa haluat olla ja viettää aikaa?
Tuntuuko tämä suhde sinusta hyvältä?

➤ **Yhteisöllisyys**

Koetko että olet tarpeellinen osa yhteiskuntaa tai tiettyä yhteisöä?
Millainen on koulusi ilmapiiri?
Millainen kaveriporukka sinulla on?
Oletko tullut kiusatuksi? Miten selvisit siitä?
Millaiseen sukuun kuulut?
Millaisia harrastuksia sinulla on? Nautitko niistä?

Jokainen näistä neljästä pöydänjalasta on yhtä arvokas ja tärkeä osa yksilön hyvinvointia!
Niiden merkitys vaihtelee eri elämäntilanteissa.

....Myös romahduksia tapahtuu!

Jos yksi jalka murtuu, muut kantavat edelleen. Lähes kaikki on jotenkin korjattavissa! Jokaisen elämästä löytyy paljon voimavaroja ja lukuisia hyviä syitä elää! 😊 ❤️

VOIMAVARAT

Mistä asioista elämässäsi et mistään hinnasta luopuisi?

Mistä asioista sinulle tulee turvallinen olo?

Entä rentoutunut olo?

Mikä puuha saa sinut iloiselle tuulelle?

Kenen seurassa viihdyt?

Keihin ihmisiin voit luottaa?

Ketkä ihmiset ovat sinulle tärkeitä?

Miten se näkyy?

Kenelle sinä olet tärkeä?

Miten se näkyy?

Missä asioissa olet taitava?

Mitä piirteitä kaverit sinussa arvostavat?

Mitä piirteitä arvostat itsessäsi?

Millä tavoin sinä huolehdit itsestäsi ja hyvinvoinnistasi?

Mitä sellaista olet tehnyt, mikä on muuttanut elämääsi mukavammaksi?

Oma kuvani...

Täydennä seuraavat lauseet itsestäsi...

1. Olen senlaatuinen ihminen, joka _____

2. Olen onnellisin, kun _____

3. Haluaisin työskennellä _____

4. Pidän ihmisistä, jotka _____

5. Ystävät luottavat minuun seuraavissa asioissa:

* _____

* _____

* _____

6. Asia, jonka osaan hyvin _____

7. Kymmenen vuoden kuluttua _____

8. Mieluisin harrastukseni on _____

9. Haaveilen mielelläni _____

10. Olen ylpeä itsestäni, kun _____

11. Ihminen, jota suuresti ihailen on _____

12. Jos saisin paljon rahaa, tekisin _____

13. Yksi asia, josta itsessäni pidän _____

14. Jos saisin toteuttaa yhden toiveen, toivoisin _____

15. Yksi vahvimmista puolistani on _____

16. Kolme tärkeää päätöstä, jotka olen tehnyt elämässäni, ovat:

* _____

* _____

* _____

Käsitys itsestäni

Tehtävässä pohditaan:

Millainen sinä olet ja mitkä asiat ovat vaikuttaneet että sinusta on tullut juuri tuollainen.

Arvioi itseäsi pohtimalla ja vastaamalla seuraaviin kysymyksiin.

1. Millainen oli perheeni, kun olin pieni lapsi? Kuinka minä sopeuduin siihen
2. Missä asuimme ja elimme kun olin 4-8-vuotias? Mikä paikka, elämäntilanne tai kokemus tulee erityisesti mieleeni, kun ajattelen noita vuosia
3. Millaisia isovanhemmat tai muut vanhat ihmiset olivat minun lapsuudessani?
Mitä he merkitsivät minulle?
Näenkö itsessäni mitään isovanhempieni piirteitä muistuttavaa?
4. Mitä kokemuksia muistan erityisesti luontoon liittyen omassa elämässäni?
Mitä merkitystä niillä on minulle?
5. Mitä kokemuksia minulla on eläimistä elämässäni?
Mitä nämä kokemukset ovat merkinneet minulle?
6. Kuka oli auktoriteettini, kun olin lapsi?
Kuinka minulle pidettiin kuria ja järjestystä?
Olenko joskus elämässäni kapinoinut auktoriteettia vastaan ja millä tavoin?
Kuka ja mikä on auktoriteettini nyt?
7. Kuinka saan itse aikaan järjestystä elämässäni?
Onko minulla itselläni arvovaltaa ja kuinka käytän sitä?
8. Kuinka suhtaudun ihmisiin uusissa tilanteissa?
Olenko valmis menemään mukaan vai jääkö mieluummin taka-alalle ja annan muiden tehdä ensimmäisen siirron?
Olenko muuttunut tässä suhteessa vuosien mittaan?

9. Mitä ajattelen omista vioistani ja puutteistani? Olenko yrittänyt muuttaa niitä?
10. Mitä merkittäviä muutoksia olen läpikäynyt elämässäni?
Mistä löysin voimaa näihin muutoksiin?
11. Mikä oli paras kokemukseni viime vuonna?
12. Millaisia kokemuksia minulla on stressistä, jännityksestä tai vaikeuksista elämässä?
Kuinka olen käsitellyt näitä kokemuksia ja kenen kanssa?
13. Miten luonnehtisin omaa fyysistä olemustani, terveydentilaani ja sairauksiani? Mitä olen oppinut hoitaessani terveyttäni tai sairauksiani?
14. Mikä oli ensimmäinen kerta elämässäni, kun kuolema, ihmisen tai eläimen, kohtasi minut?
Mitä ajattelen kuolemasta nyt ja miltä se tuntuu?
15. Milloin olen kokenut epätoivoa?
Mistä se johtui?
Miten löysin ratkaisun?
16. Minkä asian haluaisin muuttaa elämässäni ensi vuoteen mennessä?

Oman toiminnan arviointi

TÄMÄN LOMAKKEEN TARKOITUKSENA ON AUTTAA ARVIOIMAAN OMAA ROOLIA KAVERIPIIRISSÄ JA KOTONA.

YMPYRÖI KULTAKIN ASTEIKOLTA NUMERO, JOKA PARHAITEN KUVAÄ KÄYTTÄYTYMISTÄSI KAVERIPIIRISSÄ.

ALLEVIIVAA VAIHTOEHTO, JOKA KUVAÄ KÄYTTÄYTYMISTÄSI SUHTEESSA PERHEENJÄSENIIN.

1. KYKY KUUNNELLA JA YMMÄRTÄÄ MUITA

1 ----- 2 ----- 3 ----- 4 ----- 5 ----- 6 ----- 7 ----- 8 ----- 9 ----- 10

heikko

vahva

2. KYKY VAIKUTTAA MUIHIN

1 ----- 2 ----- 3 ----- 4 ----- 5 ----- 6 ----- 7 ----- 8 ----- 9 ----- 10

heikko

vahva

3. KYKY MUODOSTAA JA ILMAISTA MUILLE OMA MIELIPIDE

1 ----- 2 ----- 3 ----- 4 ----- 5 ----- 6 ----- 7 ----- 8 ----- 9 ----- 10

helppoa

vaikeata

4. SUHTAUTUMISENI KÄYTTÄYTYMISTÄNI KOSKEVIIN HUOMAUTUKSIIN

1 ----- 2 ----- 3 ----- 4 ----- 5 ----- 6 ----- 7 ----- 8 ----- 9 ----- 10

torjuva

vastaanottavainen

5. KYKY ESITTÄÄ UUSIA AJATUKSIA JA VAIHTOEHTOJA

1 ----- 2 ----- 3 ----- 4 ----- 5 ----- 6 ----- 7 ----- 8 ----- 9 ----- 10

heikko

vahva

6. SUHTAUTUMISENI KAVERIPIIRISSÄ / PERHEESSÄ ESIINTYVIIN RISTIRIITOIHIN

1 ----- 2 ----- 3 ----- 4 ----- 5 ----- 6 ----- 7 ----- 8 ----- 9 ----- 10

heikko sietokyky

korkea sietokyky

7. KYKY OTTAA OMAA TILAA, OLLA ITSEKSEEN

1 ----- 2 ----- 3 ----- 4 ----- 5 ----- 6 ----- 7 ----- 8 ----- 9 ----- 10

hankalaa

helppoa

8. KYKY OTTAA MIELTÄ PAINAVIA ASIOITA PUHEEKSI

1 ----- 2 ----- 3 ----- 4 ----- 5 ----- 6 ----- 7 ----- 8 ----- 9 ----- 10

hankalaa

ei vaikeuksia

9. KYKY NÄHDÄ ITSESSÄ MYÖNTEISIÄ ASIOITA

1 ----- 2 ----- 3 ----- 4 ----- 5 ----- 6 ----- 7 ----- 8 ----- 9 ----- 10

heikko

vahva

10. KYKY NÄHDÄ MUISSA IHMISSÄ MYÖNTEISIÄ ASIOITA

1 ----- 2 ----- 3 ----- 4 ----- 5 ----- 6 ----- 7 ----- 8 ----- 9 ----- 10

heikko

vahva

11. SUHTAUTUMISENI HAASTEISIIN

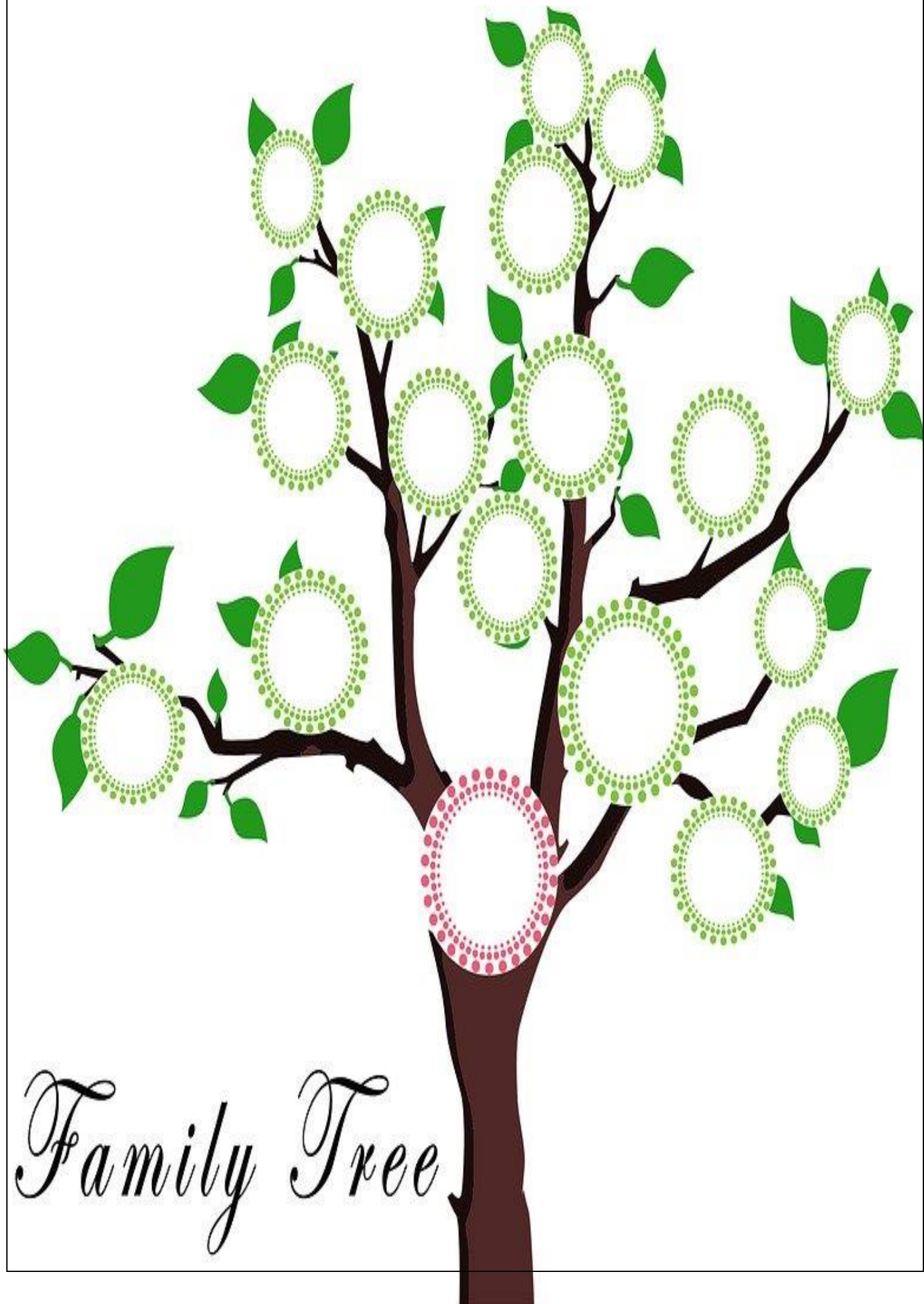
1 ----- 2 ----- 3 ----- 4 ----- 5 ----- 6 ----- 7 ----- 8 ----- 9 ----- 10

kärsimätön

kärsivällinen

MERKITSE "HYMIÖLLÄ" NE KOHDAT, JOIHIN OLET TYYTYVÄINEN. JOS JOUKOSSA ON KOHTIA, JOITA HALUAISIT MUUTTAA, MERKITSE ASTEIKOLLE NUOLELLA HALUAMASI MUUTOKSEN SUUNTA.

Täytä tai piirrä oma sukupuusi



Family Tree

Ketä perheeseesi kuuluu?

Piirrä tai kirjoita

VERKOSTOKARTTA

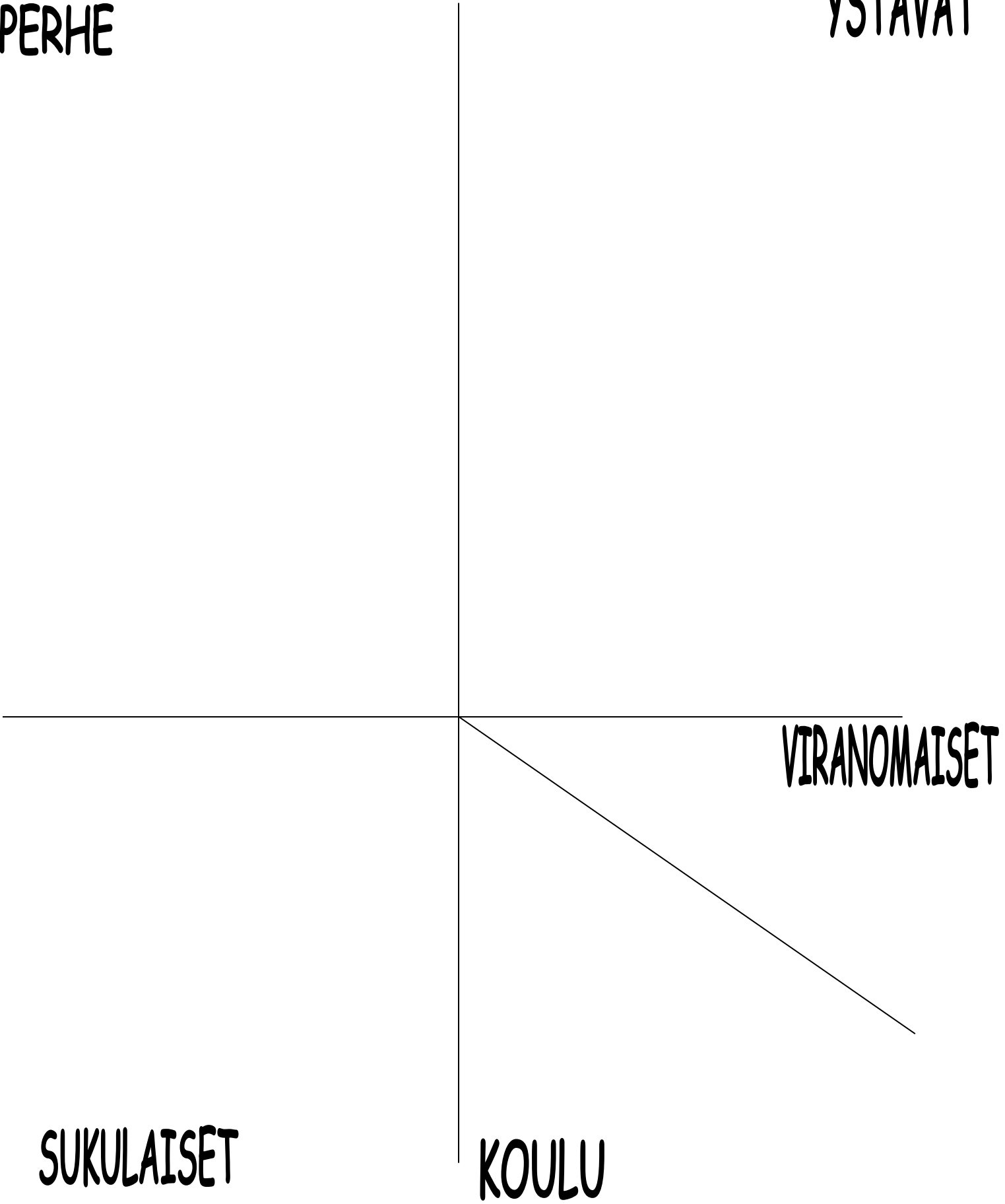
PERHE

YSTÄVÄT

VIRANOMAISET

SUKULAISET

KOULU



Ympyröi sanat, jotka kuvastavat vanhempiasi eniten.

Alleviivaa sanat, jotka kuvastavat vanhempiasi vähiten.

Hauska

Rohkea

Uskalias

Hiljainen

Reilu

Älykäs

Iloinen

Onnellinen

Surullinen

Tyhmä

Puhelias

Onneton

Väsynyt

Reipas

Luottavainen

Epäluuloinen

Kaunis

Rakastettu

Komea

Ruma

Tylsä

Arka

Laiha

Omatoiminen

Itsepäinen

Anteeksiantava

Rauhallinen

Turhautunut

Ihana

Kohtelias

Ystävällinen

Innostunut

Arvokas

Rakas

Taitava

Ylipainoinen

Alipainoinen

Arvostettu

Pelokas



© 2006 Leone Betts

Perhe ja koti

Ketä perheeseesi kuuluu: nimet, iät ja miten tulet heidän kanssaan toimeen?

Millaiset suhteet sinulla on sisaruksiisi?

Mitä perhe sinulle merkitsee?

Onko koti sinulle tärkeä? Miksi?

Millaista teidän normaali arki on?

Mitä teette perheen kanssa yhdessä?

Mihin asioihin olet kotona ja perheessäsi tyytyväinen?

-Lempiasioita kodissani -

Piirrä tai kirjoita

Riitelemine

Joskus teillä tulee riitaa perheenjäsenten kesken.

Mistä asioista riitelette?

Miten perheessänne riidellään?

Miten riidat ratkaistaan? (puhutaan? annetaan olla?)

Mihin asioihin toivoisit muutosta? Minkälaista muutosta toivoisit?

Rajat ja säännöt.

Rajoittavatko vanhempasi menemisiäsi tai tekemisiäsi? Miten?

Millaiset kotiintuloajat sinulla on arkisin ja viikonloppuisin?

Mitä mieltä olet sinulle asetetuista säännöistä?

Miten säännöt ovat toimineet?

Kenellä on valta kotona? Kuka päättää asioista?

Miten vallankäyttö näkyy kotona?

Väritä liikennevalot:

Vihreä – Saat päättää itse

Keltainen – Päättät yhdessä vanhempien kanssa

Punainen – Vanhemmat päättävät

Pukeutuminen



Nukkumaanmeno-aika



Meikkaaminen/ hiustyyli



Harrastukset



Kotiintuloaika



Koulussa käyminen



Kaverit ja ystävät



Ruokailu



Tietokoneella/Puhelimella
pelaaminen



Alkoholin käyttäminen



Kavereilla yökyläily



Tupakointi



Listaa asioita, jotka sanat tuovat mieleesi

Hyvä vanhemmuus;

-
-
-
-
-

Hyvä koti;

-
-
-
-
-

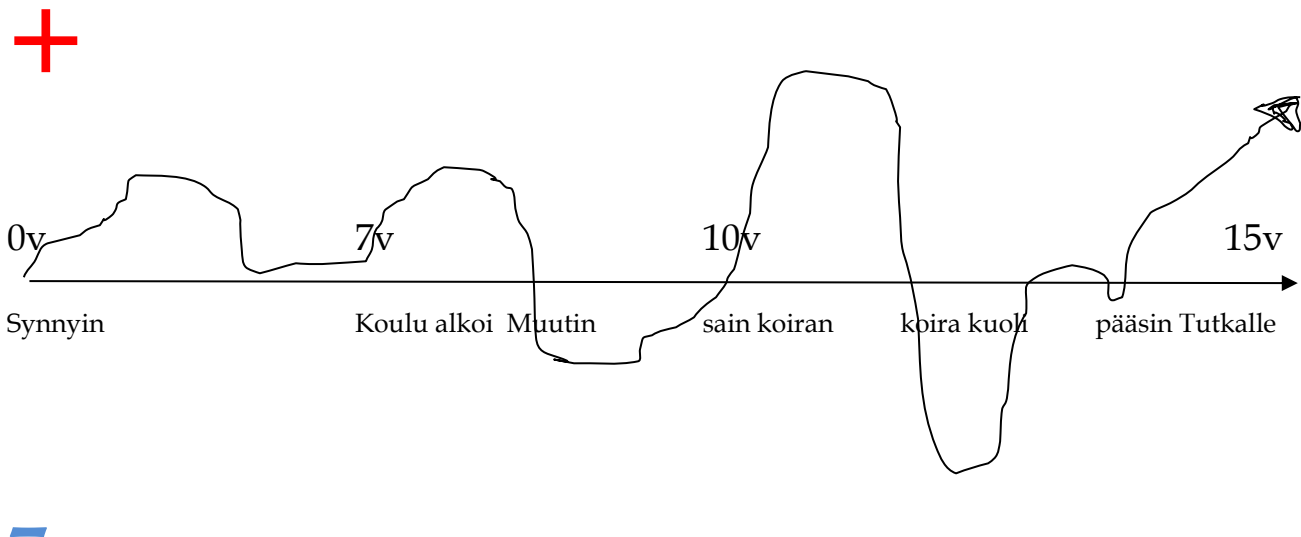
Läheisyys;

-
-
-
-
-

Oman elämän fiilisjana

1. Piirrä paperille jana, jonka alkupisteeksi merkitset oman syntymäsi ja loppuun tämän hetken.
2. Merkitse janalle elämäsi merkittäviä tapahtumia (esim. aloitin koulun, muutin, sain koiran, se kuoli, pääsin vastaanottoon).
3. Piirrä sitten janan päälle fiiliskäyrä, millainen fiilis sinulla on ollut milläkin elämäsi hetkellä. Kun on ollut **positiivinen fiilis**, käyrä kulkee janan yläpuolella ja kun on **negatiivinen fiilis**, se kulkee janan alapuolella.

Esimerkki:



Kun käyrä on valmis, vastaa paperin toiselle puolelle kysymyksiin:

- Oliko käyrän laatiminen helppoa vai vaikeaa, ja minkä vuoksi?
- Mitä huomioita voit tehdä fiilisjanasta?
- Miten toivoisit fiilisjanan jatkuvan?

Lastensuojelu

Opettaja tekee lastensuojeluilmoituksen, mikäli muista toimista huolimatta poissaolot ylittävät

- 300 tunnin rajan
- 50 tunnin rajan
- 120 tunnin rajan

Lastensuojeluilmoituksia tehtiin Suomessa vuonna 2018 noin

- 1500
- 12300
- 144 000 kappaletta

Vuonna 2018 sijoitettiin kiireellisesti noin

- 150
- 980
- 4400 lasta

Jokaisella lastensuojeluasiakkaalla on nimettynä sosiaalityöntekijä

- Totta
- Tarua

Viranhaltijan päätöksistä saa hakea muutosoikeutta hallinto- oikeudelta

- Totta
- Tarua

Lastensuojelulaitoksessa jokaisella nuorella on omaohjaaja

- Totta
- Tarua

Lastensuojeluasiakkaalla tulee olla voimassaoleva asiakassuunnitelma, jota tarkistetaan tietyn ajan välein

- Totta
- Tarua

Elämänviiva

Piirrä valkoiselle paperille viiva tai jana.

Se kuvastaa elämääsi syntymästä tähän päivään- ja tulevaisuuttasi.

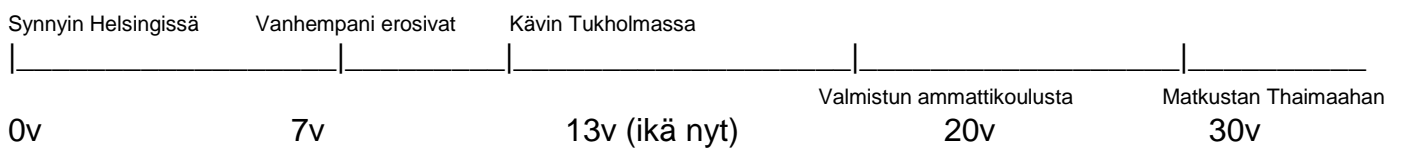
Merkitse viivaan avuksi muutama ikävuosi (0v – 7v – nykyinen ikäsi - 20v ja 30v)

Merkitse elämänviivaan pystysuoraan viivoja oikean iän kohdille.

Kirjaa viivojen yläpuolelle elämässäsi jo tapahtuneet, merkittävät tapaukset (hyviä ja huonoja kokemuksia ja tapauksia). Tärkeää on, että koet ne **itsellesi** jollakin tapaa merkittävinä ja tärkeinä.

“Ennusta” oma elämäsi vastaanotto- jakson jälkeen elämäsiviivan alapuolelle. Mitä merkittävää elämässäsi tulee tapahtumaan (tulevaisuuden haaveet / -suunnitelmat, menetykset, pettymykset, onnen hetket...).

Esimerkki



Uskontolukutaito

Pohdi mitä hengellisyys merkitsee sinulle.

Pohdi ja kirjoita mitä hengellisyys tarkoittaa.

Onko sinulla hengellisiä kavereita, sukulaisia tai tuttuja?

Millainen on varhaisin hengellinen, uskonnollinen tai uskontoon liittyvä kokemuksesi?

Haluaisitko liittyä, erota tai vaihtaa uskontokuntaa? Miksi?

Kirjoita jokin positiivinen kokemus tai lukemasi/kuulemasi juttu johonkin uskontoon liittyen?

Kirjoita jokin negatiivinen kokemus tai lukemasi/kuulemasi juttu johonkin uskontoon liittyen?

Mitä kudemä tarkoittaa?

Oletko menettänyt jonkun läheisen?

Yhdistä symbolit uskontoon.

Ympyröi, jostiedät että joku kavereistasi tai sukulaisista liittyy johonkin symboleista



Juutalaisuus



Buddhalaisuus



Katolilainen kirkko

Prometheus-leiri



Hindulaisuus

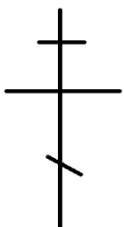


Ortodoksinen kirkko



Islam

Evankelis- luterilainen kirkko



Yhdistä juhlapäivä oikeaan uskontoon.

Pääsiäinen

Holi

Hindulaisuus

Hana Matsuri

Pakanallinen

Onam

Juutalaisuus

Id al-Adha

Ortodoksi

Joulu

Hindulaisuus

Pokrova

Buddhalaisuus

Sapatti

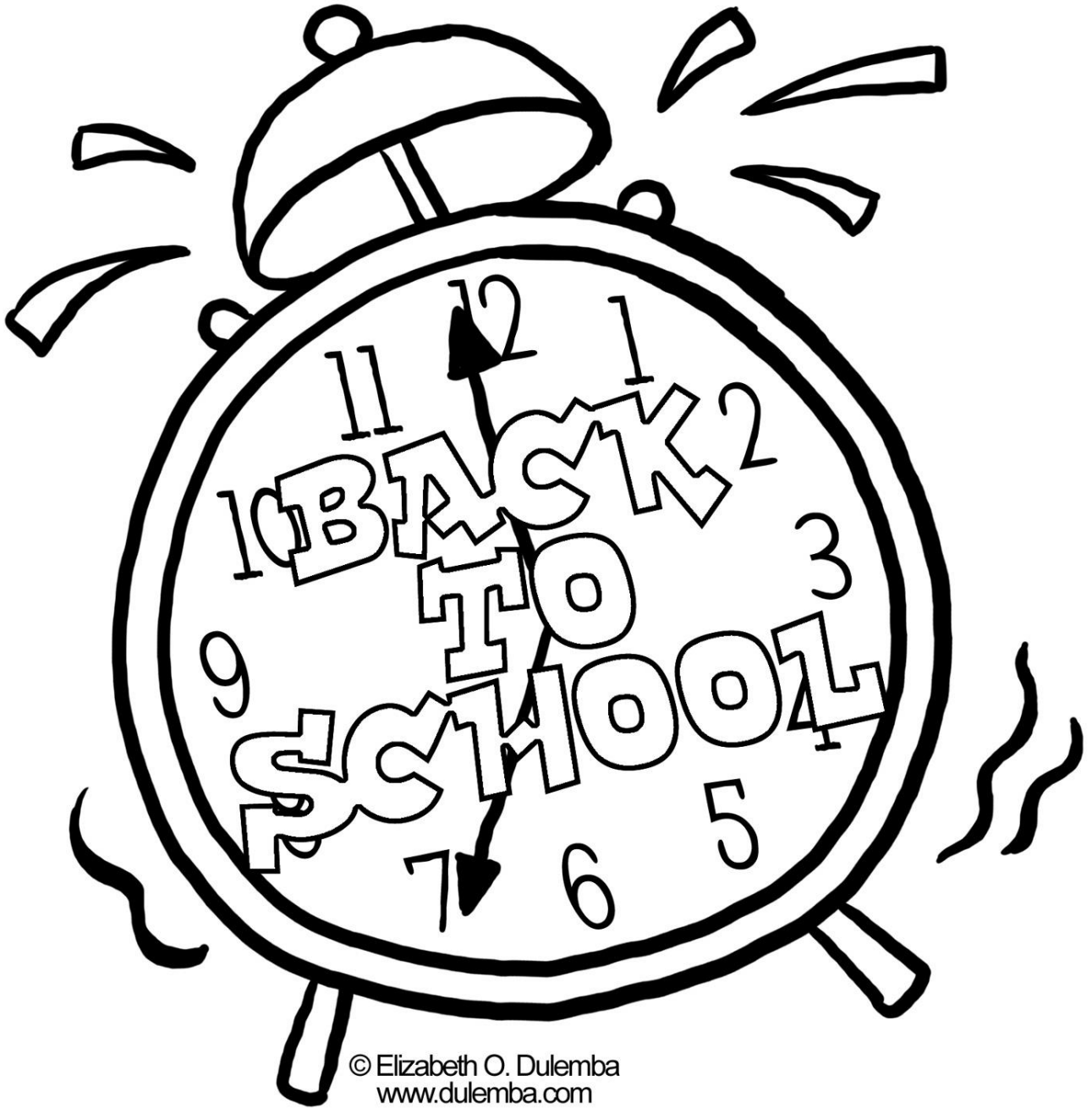
Kristinusko

Jomkippur

Islam

Laskiainen





Tykkään käydä koulua

- Kyllä
- Ei

Minulla on mukavia ja hyviä
opettajia

- Kyllä
- Ei

Voin luottaa opettajiini

- Kyllä
- Ei

Koulumatkani on liian pitkä

- Kyllä
- Ei

Olen ollut aina samassa koulussa

- Kyllä
- Ei

Koulussa on hyvää ruokaa

- Kyllä
- Ei

Tykkään tehdä läksyjä

- Kyllä
- Ei

Unelma-ammattini on _____

Vanhempieni unelma-ammattit ovat olleet minun ikäisenä

Minulla on luokallani ystäviä

- Kyllä
- Ei

Minulla on koulussa ystäviä

- Kyllä
- Ei

Koen, että minua kiusataan
koulussa

- Kyllä
- Ei

Koen, että olen kiusannut jotain
koulussa

- Kyllä
- Ei

Tiedän mitä teen yläasteen jälkeen

- Kyllä
- Ei

Arvostele oppiaineet asteikolla 1-10.

(1 lempiaineesi ja 10 vähiten pitämäsi oppiaine.)

___ Historia

___ Matematiikka

___ Uskonto

___ Käsityöt

___ Musiikki

___ Englanti

___ Ruotsi

___ Köksä

___ Kuvis

___ Äidinkieli

___ Kemia

___ Maantieto

___ Biologia

___ Fysiikka

Yläasteen jälkeen...

Yläasteen jälkeen suoritan

- Kymppiluokan
- Lukion
- Ammattikoulun

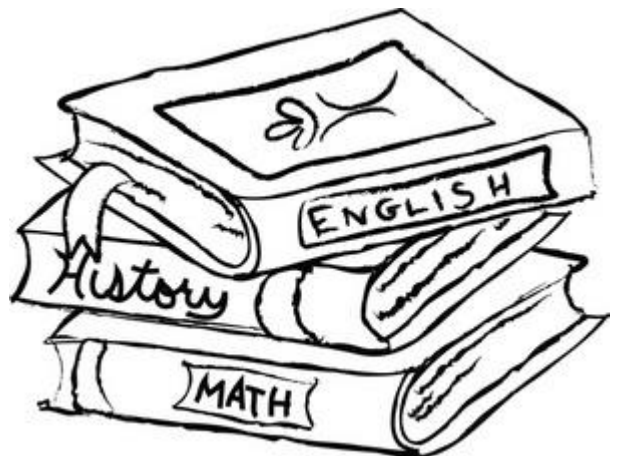
Toivon, että opiskelen tulevaisuudessa korkeakoulussa tai yliopistossa

- Kyllä
- En

Mistä voi saada tietoa eri opiskelupaikoista?

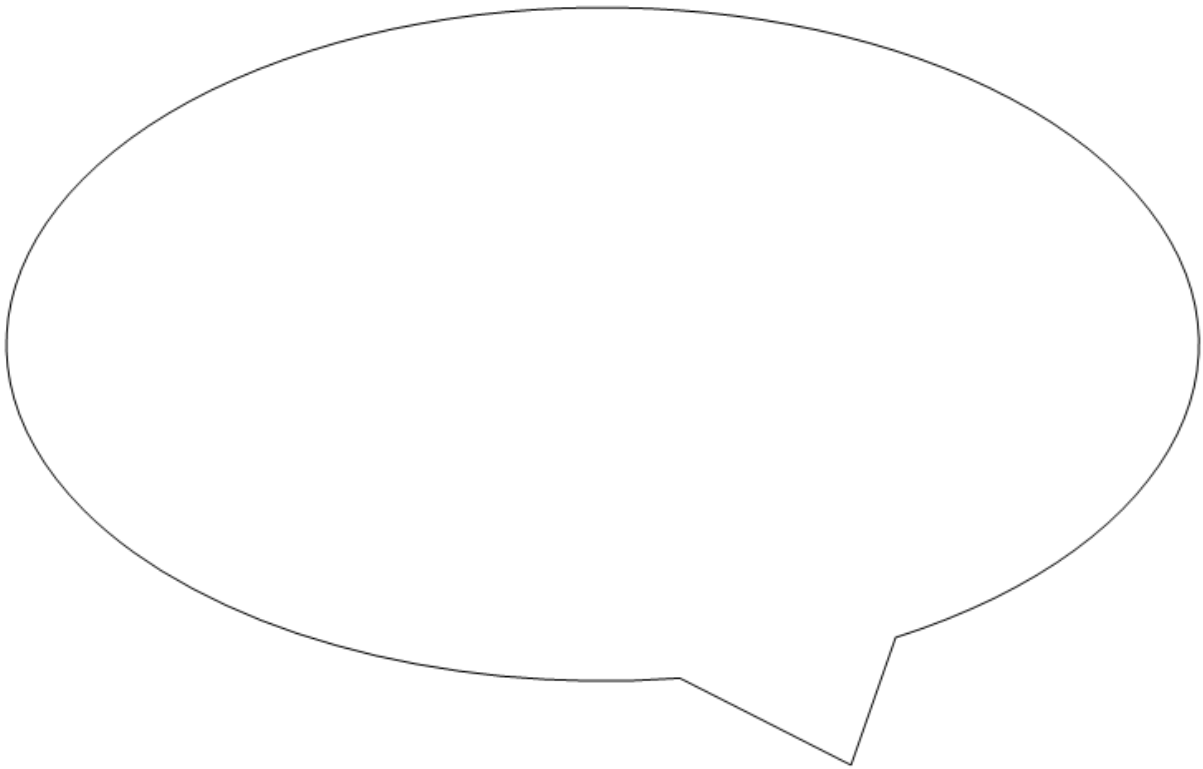
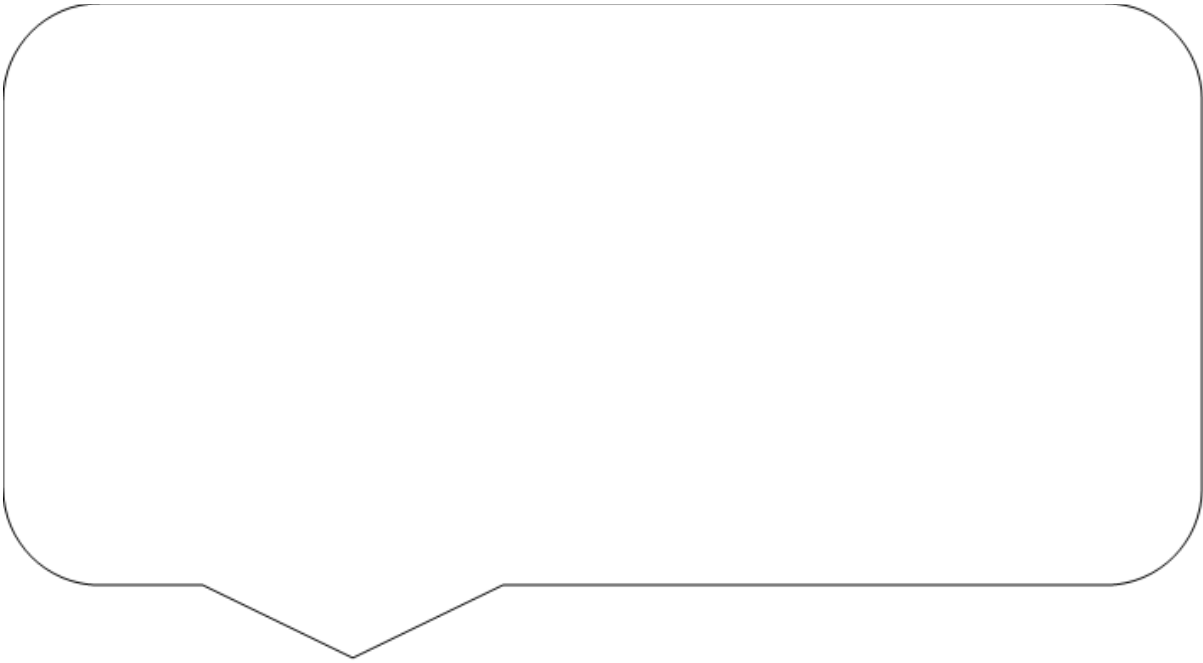
Mistä voi saada tietoa eri ammateista?

Mitkä tekijät voisivat olla esteenä jatko- opintoihin pääsyyn?



Täytä puhekuplat

Kirjoita toiseen mikä on kauneinta mitä sinulle on sanottu
ja toiseen mikä on ilkeintä mitä sinulle on sanottu.



Ystävän ominaisuudet

Seuraavana on lista ystävän ominaisuuksista. Numeroi ominaisuudet tärkeysjärjestykseen.

(1 = tärkein, 12 = vähinten tärkein)

_____ on rehellinen

_____ voi sanoa, että jokin on väärin, enkä loukkaannu siitä

_____ näyttää tunteensa

_____ tukee minua

_____ yrittää auttaa minua ongelmistani

_____ välittää minusta

_____ yrittää tehdä parhaansa

_____ haluaa tehdä asioita yhdessä kanssani

_____ ei yritä saada minua tekemään sellaista, mistä en pidä

_____ ei ole itsekäs

_____ ei aina tiedä parhaiten

_____ harrastaa samoja asioita kanssani



Ystävyys

Missä asioissa ystäväsi ovat samanlaisia kuin sinä?

Missä asioissa ystäväsi ovat erilaisia kuin sinä?

Miten voit ratkaista erimielisyydet ystäväsi kanssa?

Mitä vanhempasi ovat sanoneet ystävästäsi?

Millainen on hyvä ystävä?

Millainen on huono ystävä?

Mitä puolia arvostat ystävässä?

Mitä asioita ystäväsi arvostaa sinussa?

Voiko ystäväille sanoa ei?

Mitä eroa on ystävällä ja kaverilla?



Oman elämän aarrekartta

Tarvitset aarrekartan tekemiseen kartongin (A₄ tai A₃) sekä erilaisia aikakausi- ja sanomalehtiä.

Mieti seuraavia asioita:

- Mitkä ovat unelmiasi?
- Mitä asioita haluaisit tulevaisuudeltasi?
- Mitkä asiat ovat sinulle tärkeitä?
- Mistä et haluaisi luopua?
- Mitä asioita haluaisit elämäsi?

Leikkaa lehdistä kuvia ja otsikoita, jotka liittyvät unelmiisi ja liimaa ne kartongille.

Voit sommitella kuvista juuri sellaisen aarrekartan kuin haluat!

Tärkeitä on se että aarrekartta on juuri sellainen kuin itse haluat.

Muista että omat unelmasi ovat juuri sinun unelmasi.

Älä mieti mitä sinun "kuuluisi" unelmoida, sitä mitä vanhempasi tai kaverisi haluavat.

Keskity siihen mitä itse haluat elämältäsi!

Kun aarrekartta on valmis, mieti keinoja joiden avulla voisit päästä kohti unelmiasi.

Laita kartta huoneesi seinälle ja tarkastele sitä ajoittain.

Pikkuhiljaa huomaat suunnittelevasi keinoja, joilla pääset kohti unelmiasi.

Varo mitä unelmoit, sillä ne saattavat toteutua! ☺



Budjetointi

Arvioi minkä verran rahaa kuluu kuukaudessa

Vuokra _____€

Sähkö _____€

Ruoka _____€

Puhelinlasku _____€

Vaatteet _____€

Auto _____€

Julkinen liikenne _____€

Vaatteet _____€

Harrastukset _____€

Huvit _____€ (Ulkona syöminen, elokuvissa käyminen ym.)

Ulkonäkö _____€ (Kampaamo-/ Parturi-
/Kauneushoitolakäynnit/Meikit)

Sekalaiset _____€

Yhteensä _____€ kuukaudessa

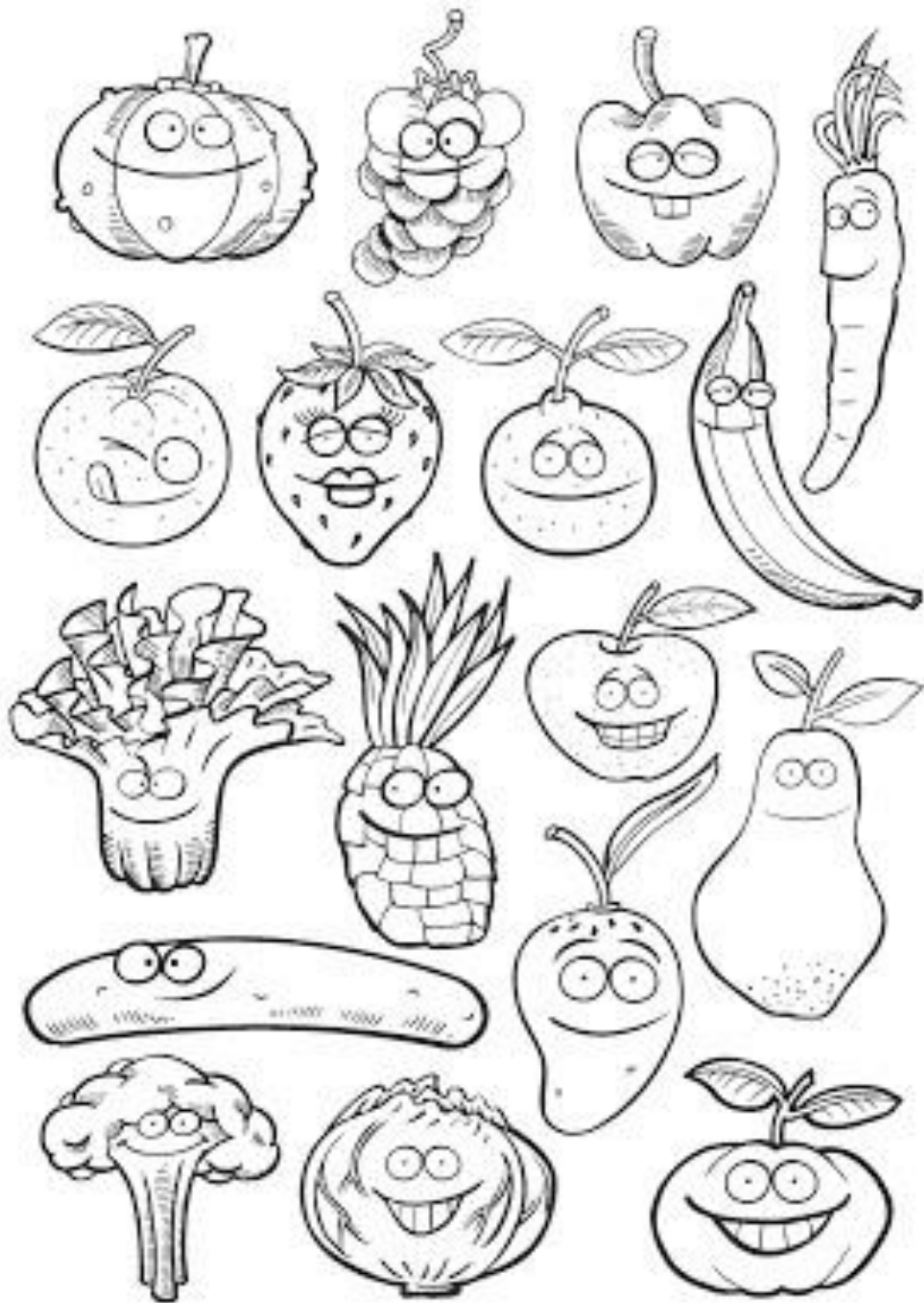
Selvitä minkä verran Suomessa saa

Opintotukea _____€/kk

Työttömyyskorvaus _____€/kk

Asumistuki _____€/kk

Osa 3 Ravinto, liikunta ja hygienia



Ravinto

Kasvikset, marjat ja hedelmät sisältävät paljon vitamiineja, kivennäisaineita ja kuituja, mutta vähän energiaa.



Lihavalmisteet, kala ja kananmuna sisältävät paljon proteiinia.

Maitovalmisteista suositaan vähärasvaisia tai rasvattomia tuotteita. Maitovalmisteista saadaan proteiinia, vitamiineja ja kivennäisaineita.

Perunat ja juurekset sisältävät paljon vitamiineja ja kivennäisaineita. Peruna on hyvä hiilihydraatin lähde.

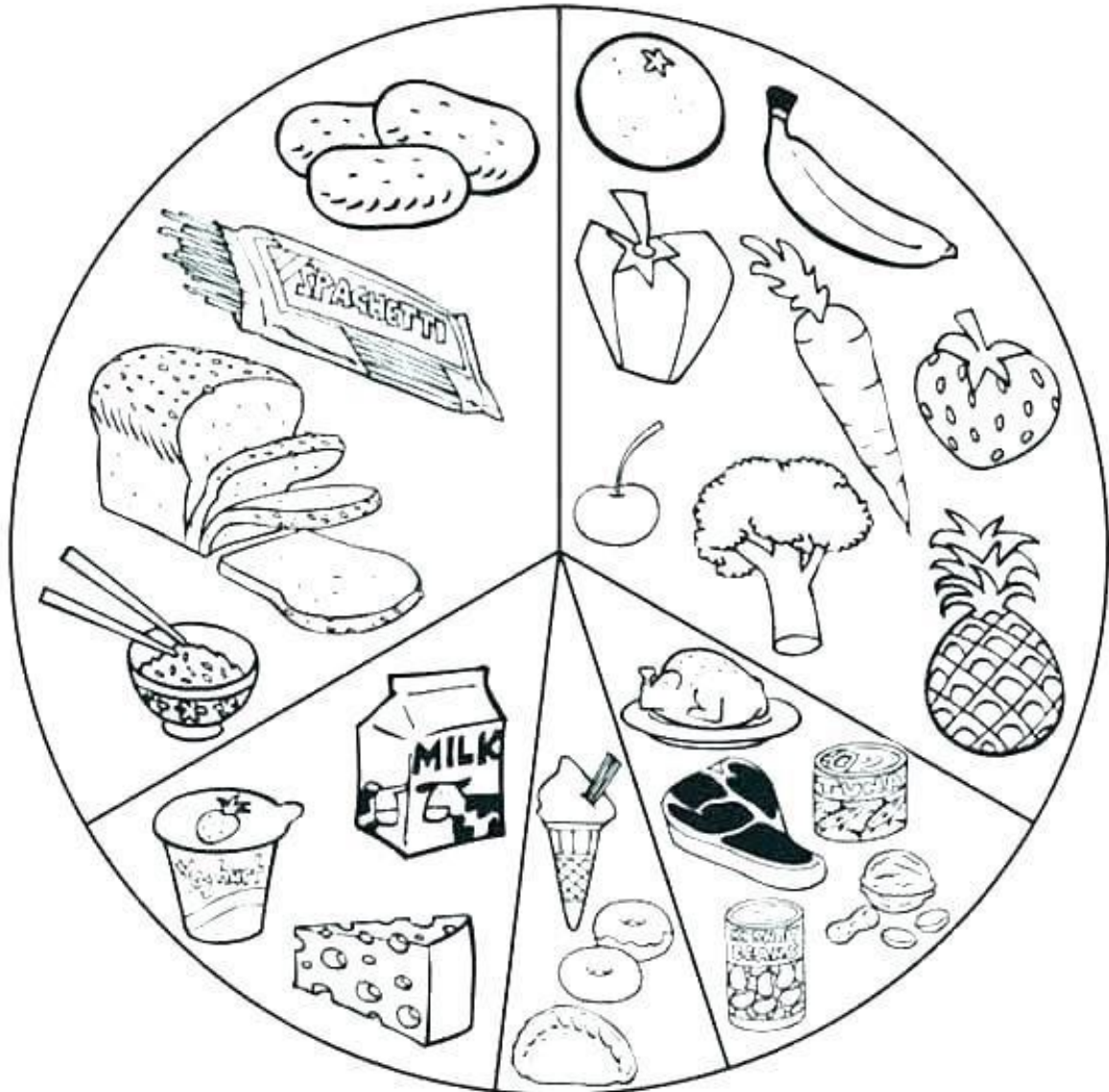
Ravintorasvojen kokonaiskulutusta tulisi vähentää, samalla tulisi lisätä pehmeiden rasvojen osuutta.

Viljavalmisteista saadaan paljon hiilihydraatteja. Täysjyvävalmisteista saadaan myös vitamiineja, kivennäisaineita ja kuituja.

Päivittäiseen ruokavalioon valitaan jotakin kaikista ympyrän lohkoista. Ruokavalion monipuolisuus toteutuu, kun ympyrän lohkoista valitaan vaihdellen eri ruoka-aineita.

Väritä

kaikki mitä olet maistanut!



Kirjoita:

Mitä ruokaa haluaisit maistaa?

Mistä suuasta et pidä?

Mitä ruokaa et voi sietää?

Ateriarytmi

Tärkein seikka ruokailun ajoituksissa on se, että päivän aterioiden ja niistä saatavan energian tulisi jakautua tasaisesti pitkin päivää. Tämä tarkoittaa, että ruokaa tulisi nauttia 3 - 4 tunnin välein, jolloin päivän aikana nautitaan 5 - 7 ateriaa. Sopiva jaottelu ruokailuille on aamupala, lounas, päivällinen, 1 - 3 välipalaa ja iltapala.

Ravinto

Monipuolinen ja terveellinen ruokavalio tukee lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä sekä auttaa jaksamaan niin koulussa kuin vapaa-ajallakin. Aterioinnin on hyvä tapahtua 3-4 tunnin välein. Kun päivään kuuluu 5-7 ateriaa, energian saanti pysyy tasaisena ja riittävänä.

Lautasmallin avulla voidaan huolehtia ruokavalion monipuolisuudesta. Monipuolisuus takaa kaikkien tärkeiden ravintoaineiden saannin, eikä ylimääräisiä ravintolisiä tai vitamiinivalmisteita tarvita. Ne voivat olla jopa haitallisia. Jokaisella aterialla on hyvä syödä kasviksia. Pikaruuat ja makeiset puolestaan eivät kuulu päivittäiseen ruokavalioon. Ravitsemuksen lisäksi on tärkeää muistaa huolehtia myös riittävästä nesteiden saannista.

Lautasmalli

Yksittäisen aterian koostamiseen hyvä apukeino on lautasmalli. Lautasmallissa lautanen jaetaan kolmeen osaan. Suurin osa eli puolet lautasesta tulisi täyttää kasviksilla (esim. raasteet, salaattit). Neljännes lautasesta kuuluisi täyttää perunalla, riisillä tai pastalla ja viimeinen neljännes on varattu lihalle, kanalle tai kalalle.

Aamupala

Yön aikana tulee pitkä paasto, jolloin elimistön energiavarastot tyhjenevät. Kunnollinen aamupala on tärkeä, jotta lapsi jaksaa koulussa. Aamupala parantaa keskittymis- ja oppimiskykyä. Aamupala vaikuttaa koko päivän jaksamis- ja vireystasoon. Väliin jätetty aamupala saattaa näkyä iltapäivällä tai illalla väsymyksenä. Aamupala voi sisältää esimerkiksi puuroa tai mysliä, rasvatonta maitoa, täysjyväleipää vähärasvaisten päällysten kanssa sekä vihanneksia ja hedelmiä tai tuoremehua.

Lounas ja päivällinen

Koulun tarjoama lounas on terveellinen ja monipuolinen kokonaisuus, kunhan lapsi syö kaikki siihen kuuluvat osat. Kun syö päivällä hyvin koulussa, jaksaa paremmin koulun jälkeen vielä harrastaa ja huolehtia läksyistä. Päivällisellä kannattaa syödä kevyesti samaan tapaan kun lounaalla.

Lounaaksi ja päivälliseksi voi syödä esimerkiksi keittoa, pari viipaletta täysjyväleipää kasvirasvaveviteellä, runsaasti kasviksia, lasillisen rasvatonta maitoa sekä marjoja tai hedelmiä. Keittoruokien lisäksi esimerkiksi broileri- ja kalaruuat sekä vähärasvainen jauheliha ovat kevyttä ruokaa. Täysjyväriisi ja -makaroni tuovat vaihtelua perunalle.

Välipalat

Välipalan voi syödä tarvittaessa aamupäivällä ja iltapäivällä. Välipala auttaa jaksamaan seuraavaan ateriaan ja antaa tarvittaessa harjoituksiin lisäenergiaa. Illalla on hyvä syödä vielä iltapala.

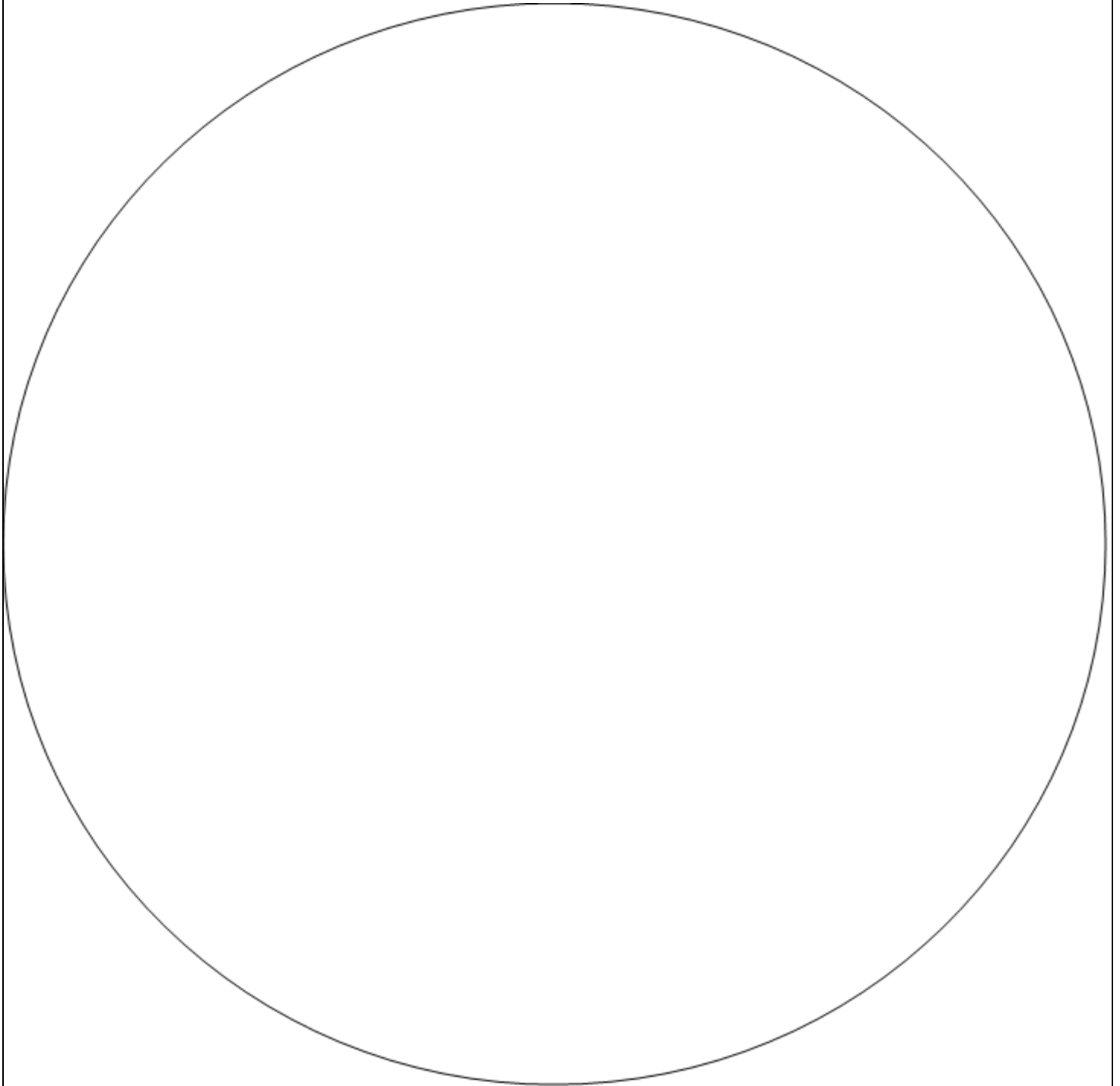
Välipalojen syöminen ei tarkoita kuitenkaan jatkuvaa napostelua tai aterioiden väliin jättämistä. Välipalaksi tai iltapalaksi voi syödä esimerkiksi hedelmiä, marjoja, vähärasvaista jogurttia, rahkaa tai täysjyväleipää. Makeiset, lihapiirakat, hampurilaiset ja pitsat yms. pikaruuat eivät ole hyvä välipala.

Nesteet

Jaksamisen kannalta on tärkeää myös juoda riittävästi. Vesi on paras janojuoma. Vettä tulisi juoda tasaisesti pitkin päivää. Kerralla ei kuitenkaan kannata juoda kovin suuria määriä, ettei vesi jää "hölskymään" vatsaan. Energia- ja urheilujuomat eivät ole tarpeellisia lapsille tai nuorille. Ne voivat päinvastoin olla haitallisia. Myös virvoitusjuomien käyttöä kannattaa välttää, sillä ne altistavat helposti lihomiselle ja aiheuttavat hampaiden reikiintymistä. Ruokajuomana on hyvä juoda rasvatonta maitoa tai piimää luuston vahvistumisen turvaamiseksi. Tämän lisäksi aterian yhteydessä on hyvä juoda vettä.

Piirrä

lautasmalli lempiruullasi. Voit myös leikata ja liimata ruoka- aiheisia kuvia!



Pidä viikon verran ruokapäiväkirjaa!

Huomaatko jotain mitä sinun kannattaisi muuttaa ruokailutottumuksissasi?

	Aamupala	Lounas	Välipala	Päivällinen	Iltapala	Huomiot & Fiilikset
Maanantai						
Tiistai						
Keskiviikko						
Torstai						
Perjantai						
Lauantai						
Sunnuntai						

Ateriarytmi:

Tärkeintä asia ruokailuajankohdissa on, että ruuasta saatava energia riittää koko päiväksi. Siksi ruokaa tulisi nauttia 3 – 4 tunnin välein, jolloin päivän aikana nautitaan 5 – 7 ateriaa.

Mitkä ruokailut sinä syöt?

Aamupala Lounas Välipala Päivällinen Iltapala

Monipuolinen ja terveellinen ruokaruokavalio:

Terveellinen ja monipuolinen ruoka auttaa saavat sinut jaksamaan paremmin koulussa sekä vapaa-ajalla.

Lautasmalli on yksi tapa huolehtia ruokavalion monipuolisuudesta (esimerkkejä lautasmallista löytyy googlettamalla). Monipuolisella ruokavaliolla saat kaikki tarvittavat ravintoaineet. Tällöin ei esimerkiksi ylimääräisiä ravintolasi tarvita, jotka voivat olla jopa haitallisia.

Paljonko syöt aterialla salaattia?

En yhtään Haarukallisen ¼ lautasesta ½ lautasesta Syön vain salaattia

Nesteet:

Jotta jaksaa on myös juotava riittävästi. Vesi on paras juoma janoon. Vettä tulisi juoda tasaisesti pitkin päivää. Energia- ja urheilujuomat eivät ole tarpeellisia, vaan ne voivat olla hyvin haitallisia etenkin lapsille ja nuorille. Samaten limujen uomista kannattaa välttää. Ne altistavat lihomiselle ja aiheuttavat hampaiden reikiintymistä.

Arvioi paljonko juot vettä päivän aikana.

En yhtään

Lasillisen

Joka aterialla vähän

Lasillisia myös aterioiden välissä

Enemmän kuin kaksi litraa

Kuinka usein juot energiajuomia?

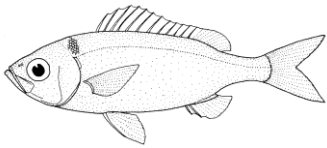
En yhtään Harvoin Kerran kuukaudessa Kerran viikossa Muutama viikossa Päivittäin

Yhdistä parit

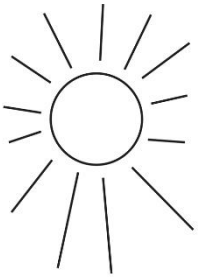


Sinkki

C-vitamiini



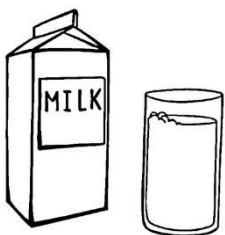
A-vitamiini



B-vitamiini



E-vitamiini



D-vitamiini

Rauta



K-vitamiini

Liikunta

Mitä urheilulajeja olet kokeillut tai harrastanut?

Mitä urheilulajia haluaisit kokeilla?

Mistä urheilulajista et pidä? Mikset?

Mitä urheilulajeja ystäväsi harrastavat?

Miksi liikunta on tärkeää? Mitä voi tapahtua, jos ei harrasta liikuntaa?



Hygienia

Milloin kädet olisi hyvä pestä?

- Ulkoa sisälle tultaessa
- Ennen ruokailuja
- Kun ne ovat likaiset
- Flunssakautena

Kuinka usein olisi hyvä käydä suihkussa?

- Vähintään kerran päivässä
- Kerran viikossa
- 2- 3 kertaa viikossa
- Joka toinen päivä
- Lisäksi urheilun/ hikoilun jälkeen

Pestäänkö hiukset samalla?

- Kyllä
- Ei
- Tarvittaessa

Tarvitseeko hampaita pestä joka päivä?

Montako kertaa?

- Ei tarvitse
- 1 kerran päivässä
- 2 kertaa päivässä
- Niin usein päivässä, kun haluaa
- Vain karkkipäivinä

Milloin kannattaa leikata kynnet?

Kuinka usein päällysvaatteet olisi hyvä vaihtaa ja pestä?

Kuinka usein alusvaatteet ja sukat olisi hyvä vaihtaa?

- Vähintään kerran päivässä
- Kun niissä on hajuja/tahroja
- Vähintään kerran viikossa

Milloin deodoranttia laitetaan?

- Joka aamu
- Suihkun jälkeen
- Juhlapäivinä
- Kun haisee hielle
- Ei deodoranttia tarvitse laittaa

Kuinka usein kuukautisside vaihdetaan?

Entä kuinka usein kuukautisten aikana peseydytään tai vaihdetaan alusvaatteita?

Auta Amandaa...

Olipa kerran Amanda. Amanda asui isänsä kanssa Helsingin Kontulassa. Äiti oli paljon töissä, eikä sen vuoksi ehtinyt paljonkaan opastaa Amandaa päivittäisissä rutiineissa.

Amanda kävi peruskoulun seitsemättä luokkaa ja hänen murrosikänsä oli alkanut. Tämä tarkoitti sitä, että hänen hormonitoimintansa oli muuttunut murrosiän mukana. Hiki oli alkanut haista erillä tavalla sekä tukka rasvoittua eri tavalla kuin ennen.

Äiti ei ollut ehtinyt kunnolla opastaa Amandaa. Amanda ei siis tiennyt kuinka tulisi toimia, ettei ulkomuoto olisi epäsiisti.

Auta Amandaa ja neuvo miten hän voisi huolehtia hygieniastaan!

Pohdi samalla kuinka sinä olet muuttunut tultuasi murrosikään.



TUNNETKO ITSESI?

Arvioi seuraavien sanaparien avulla, millainen tunnet olevasi tällä hetkellä tai olet yleensä. Merkitse tuntosi viivalle X:llä.

iloinen _____ surullinen
hyväntuulinen _____ ärtyisä
onnellinen _____ onneton
tyytyväinen _____ tyytymätön
ahkera _____ laiska
innokas _____ innoton
pirteä _____ väsynyt
rauhallinen _____ levoton
tasapainoinen _____ häilyvä
järkevä _____ ajattelematon
harkitseva _____ sekoileva
seurallinen _____ ujo
avoin _____ sulkeutunut
suosittu _____ sivullinen
itsenäinen _____ riippuvainen
itsevarma _____ epävarma
joutsen _____ ruma ankanpoikanen
kiinnostunut _____ välinpitämätön
pehmeä _____ kova
hyväksytty _____ syrjitty

2. Kirjoita luettelosta kolme sanaa, joiden suuntaan haluaisit kehittyä.

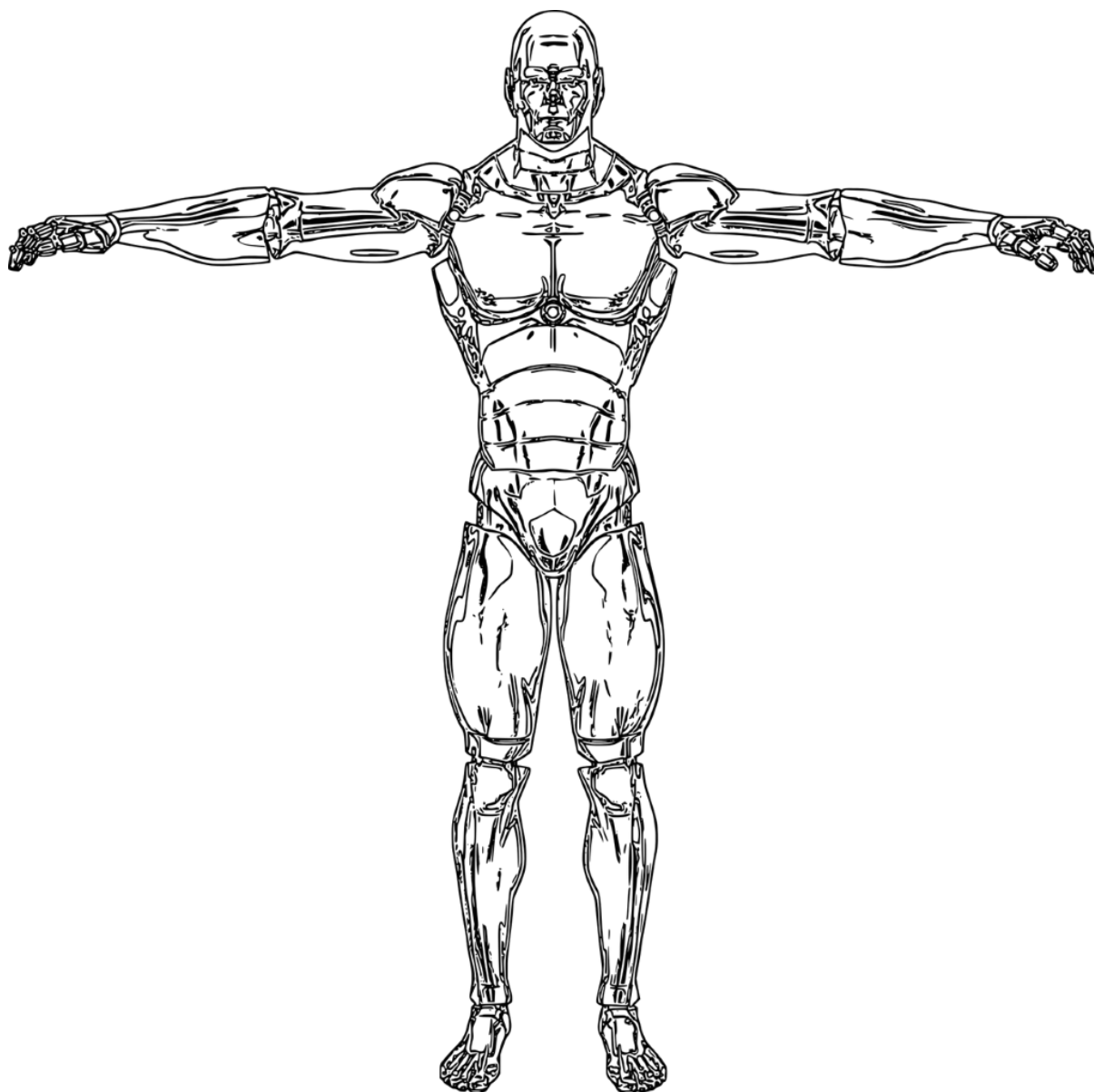
Tee arviointi myöhemmin uudestaan ja vertaile tulosta.

MISSÄ TUNNE TUNTUU

Pohdi tunteiden vaikutusta kehon toimintaan ja tunteiden tuntumista eri puolilla kehoa.
Missä kohti tuntuu rakkaus, missä tuntuu pelko, missä tuntuu jännitys jne..

Tehtävän tavoitteena on oppia ymmärtämään tunteet osana oman kehosi hyvinvointiasi.
On myös hyvä tunnistaa, missä kohtaa kehoa eri tunteet voivat tuntua.
Voit muistella tunteita käyttäen tunnesanalistaa apunasi.

Piirrä, väritä tai kirjoita vartaloon ja/tai sen viereen, missä mielestäsi tuntuvat;
ilo, suru, pelko, ahdistus, jännitys, rakkaus,



Tunteet

Tunteiden nimeäminen

Tunteet voidaan jakaa esimerkiksi neljään perustunteeseen (ilo, suru, pelko ja aggressio), joiden avulla tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen helpottuu.

Tunteiden nimeäminen antaa vapauden valita, miten toimii tunteiden kanssa, eikä ole täysin tunteiden vietävissä. Jatkuva tunnepyörteeseen ajautuminen on kuluttavaa itselle ja ympäristölle.

Toisaalta tunteen tunnistaminen tuo myös vastuuta omasta käytöksestä: kiukun alla on usein pelon tai avuttomuuden tunteita. Vastaavasti esimerkiksi hallitsemattoman raivon taustalla on usein tukahdutettu ja tunnistamaton häpeä.

Yleisesti ihmissuhteissa on helpompi toimia, kun osaa kertoa, mikä tunne itsellä on, eikä toisen tarvitse arvailla.

Tunteiden hyväksyminen ja ilmaiseminen

Omien tunteiden haltuunotto tarkoittaa sitä, että ottaa omat tunteensa vakavissaan ja antaa niiden tulla omaan tietoisuuteen sen kokoisina, kuin ne tulevat, kuitenkin paisuttelematta niitä tai siirtämättä niitä lähellä oleviin ihmisiin.

Omiin tunteisiin luottaminen auttaa löytämään omia rajoja jokapäiväisessä kanssakäymisessä ja myös seksuaalisuuden alueella. Tunteiden tiedostamisen ja tunnistamisen jälkeen voi alkaa miettiä omia tarpeitaan kyseisten tunteiden suhteen.

Tunteiden kehollisuus

Tunteet aiheuttavat kehossa havaittavia muutoksia.

Suuttuessa käsiin virtaa verta, jotta olisimme puolustusvalmiudessa; hämmästys nostaa kulmakarvoja ja laajentaa näkökenttää; onnellisuus rentouttaa kehon.

Nuorilla on taipumus ilmentää vaikeita tunteitaan kehollisina vaivoina. Pelko ja ahdistuneisuus voivat ilmetä nuorilla huimauksena, päänsärkyinä, vatsakipuina tai esimerkiksi paniikkihäiriöinä.

Nuorella on taipumus kiinnittää terveyttä tarkkaillessaan huomiota oireisiin eikä siihen, mitä oireiden taustalla on. Nuoret siis saattavat kertoa tiedostavalle kasvattajalle vaikeudestaan käsitellä jotain tunnetta fyysisten oireiden avulla.

Tunne-tehtävä

1. Ota itsellesi paperi. Piirrä paperille 4 lokeroa. Kirjoita jokaisen lokeron yläreunaan päätunne: ilo, suru, pelko, ahdistus.
2. Mieti jotain tilannetta, jossa olet tuntenut paljon erilaisia tunteita. Kirjoita tunteita niille sopivaan lokeroon. Joskus tunne voi käydä useampaankin lokeroon. Tunteiden tunnistamisen apuna voi käyttää tunnesanalistaa.
3. Käännä paperin tyhjä puoli esille. Kirjoita tunnesanalistaa apuna käyttäen paperille tunteita, joita sinun on vaikea sietää, tai jotka tuntuvat muuten ikäviltä.

TUNNESANALISTA

Ilon tunnesanat

levollinen **hilpeä** rento **riemastunut**
turvallinen **luottavainen** hellä **kiitollinen**
ilahtunut **tyyni** lohdutettu **innostunut**
tyytyväinen **iloinen** huvittunut **helpottunut** vapaa **lämmiin** rauhallinen **onnellinen**
auvoinen ihastunut **ylpeä** haltioitunut **tyydytetty hyväksyvä** ystävällinen **omistautunut** arvostava **ihaile**
va jumaloiva **uppoutunut** antautuva

Surun tunnesanat

ikävä **surullinen** haikea **synkeä**
itkuinen **murheellinen** yksinäinen **allapäin** apea **alakuloinen** alavireinen
tyhjä **iloton** epätoivoinen **melankolinen** itseinhoava **kaihoisa**

Häpeä

nolostunut harmistunut **katuva** **syllisyydentuntoinen** nöyryytetty häpeilevä

Aggression (hyvä/ikävä) tunnesanat

kostonhaluinen **tympääntynyt** loukkaava **harmistunut** taistelunhaluinen **raivostunut inhoava**
turhautunut **välinpitämätön** kiukkuinen **kyllästynyt** pettynyt **halveksuva** vähättelevä **torjuva**
lannistumaton **pitkästynyt** äreä **ärtynyt** äkäinen **suuttunut** vastenmielinen **tuhtunut** vihamielinen
vihainen uhmakas **vastustushaluinen** sisuuntunut
katkera rohkea **päättäväinen** päämäärätietoinen **sisukas** itsevarma

Pelon tunnesanat

pelästynyt avuton **hämmentynyt** säikähtänyt **huolestunut** epävarma **pakokauhuinen** vauhko **pelokas**
arka kauhistunut **paniikki** kammoava **hermostunut** huolestunut **epäluuloinen**
järkyttynyt

JÄLJET PELOTTAVAT

Vanha leijona, jolla ei ollut enää voimia hankkia ravintoa, turvautui viekkaaseen suunnitelmaan pysyäkseen hengissä. Teeskennellen pahasti sairasta, se pysytteli luolassa huutaen sieltä tovereilleen: ”Saapukaa tänne, jotta näkisin ystäviä ympärilläni. Jos osoitatte näin minulle ystävyyttä, tunnen teitä kohtaan suurta kiitollisuutta.”

Useat eläimet saapuivat tervehtiäkseen kuningastaan, joka otti häntä tervehtimään tulleet kiinni ja raateli ja ahmi heidät.

Kettu lähestyi leijonan luolaa ja näki muiden eläinten jälkien johtavan luolaa kohti- eikä yksienkään takaisin päin...

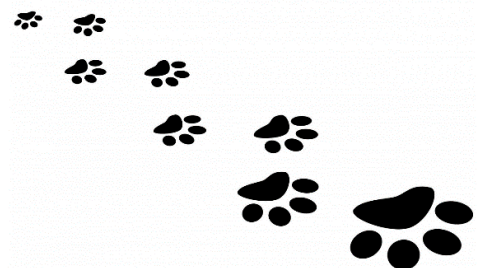
Kun kettu jäi epäilevänsä seisomaan paikalleen, leijona sanoi: ”Terve Kettu! Miksi epäilet tervehtiä kuningasta? Etkö näe, millaisena minä makaan luolassa?”

Mutta kettupa vastasi: ”Jäljet pelottavat” ja lähti nopeasti pakoon.

Vapaa käännös Antiikin kreikan ajalta olevasta tarinasta.

Lue yllä oleva teksti, pohdi ja kirjoita pohdintasi paperille tai keskustele ohjaajan kanssa:

1. Missä tilanteissa olet totellut vaistojaasi?
2. Missä tilanteissa olet toiminut omaa tunnetta/vaistoa vastaan? Miltä se tuntuu?
3. Missä tilanteissa kannattaa pysähtyä kuuntelemaan itseään ennen päätöksen tekoa?
4. Miten kannattaa toimia, jos ei pysty päättämään, mitä haluaa tehdä?
5. Jos ei kuuntele itseään, kenelle antaa vallan päättää asioistaan?
6. Miten kieltäydytään kohteliaasti?
7. Joskus voi joutua vetämään omaa rajaa aggression kautta. Mikä olisi tällainen tilanne?
8. Vaatii paljon rohkeutta seistä oman tunteensa/vaistonsa takana. Miten voisi rohkaista itseään?





LÄHEISYYS, SEURUSTELU, SEKSI

Jatka allaolevia lauseita. Vastaukset jäävät vain sinulle itsellesi. Täytettyäsi tehtävät, jatkaa keskustelemalla omaohjaajasi kanssa.

Viihdyn ihmisten seurassa, jotka ovat _____

Toisen ihmisen huomioonottaminen tarkoittaa esimerkiksi sitä, kun _____

Hyvään seurustelusuhteeseen kuuluu _____

Seurustelusuhteessa toivoisin, että toinen henkilö _____

Olen itse seurustelukumppanina _____

Ajattelen, että seksissä on tärkeää _____

Luottamus tarkoittaa minulle sitä, että _____

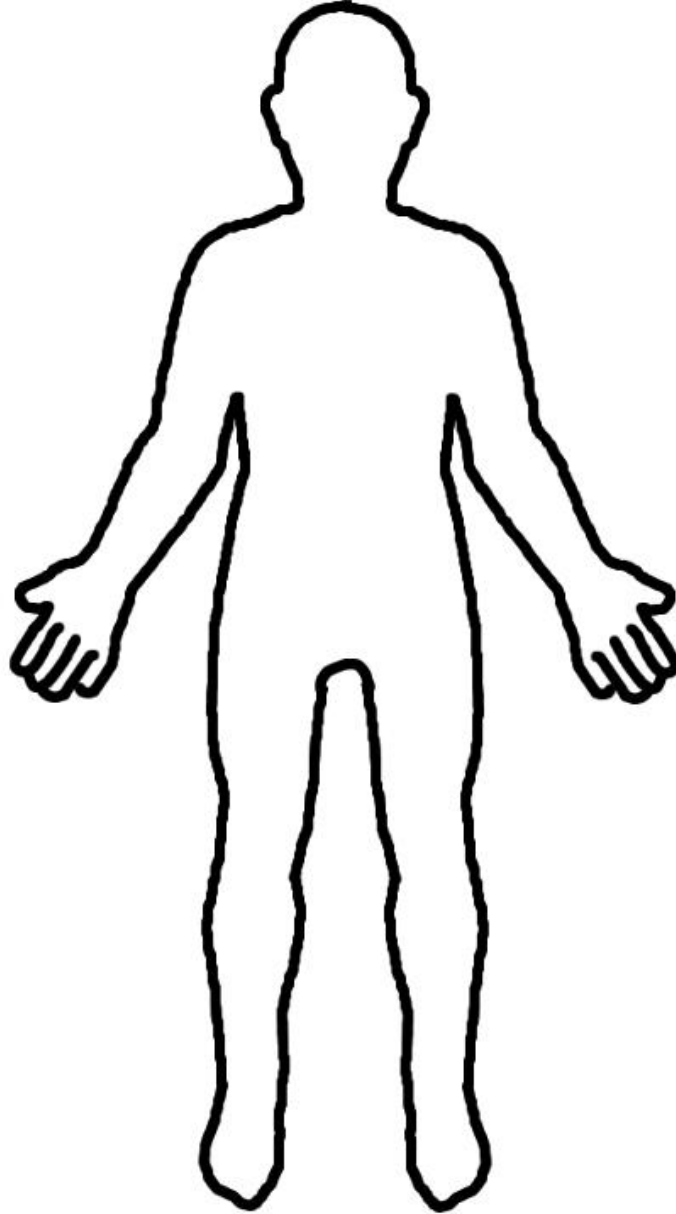
Tasavertaisuus seurustellessa on sitä, kun _____

Jos kumppani toivoo minulta jotain, mitä en itse halua niin _____

Seurustelussa tärkeimmät asiat ovat minulle _____

OMAT RAJAT

- Värity sinisellä ne kehonosat, joihin tuntematon henkilö saa koskettaa sinussa
- Värity keltaisella ne kehonosat, joihin ystäväsi saavat koskettaa sinussa
- Värity vaaleanvihreällä ne kohdat, joihin seurustelukumppanisi saa koskettaa sinussa ohimennen ja tummanvihreällä ne, joihin toivot että kumppanisi koskettaa läheisemmällä hetkellä



Mitkä asiat vaikuttavat siihen, miten värität kuvan? Menevätkö jotkut värit päällekin? Miten tilanne tai fiilis vaikuttaa siihen, mihin sinua saa koskettaa? Mihin kehonosaan itse kosketat tuntematonta, ystävää, kumppania? Mistä päättelet, mikä kosketus on toiselle ihmiselle ok?

TIETOA & TUKEA

Tutustu Nuorten Exitin nettisivuihin osoitteessa **www.nuortenexit.fi**

Mitä sinulle uutta tietoa löysit sivuilta?

Minkälaiset tilanteet rikkovat seksuaalista itsemääräämisoikeutta?

Mainitse kolme auttavaa tahoa yhteystietoineen, joihin voit olla yhteydessä tilanteessa, jossa sinua mietityttää jokin omiin rajoihin tai seksuaaliseen kaltoinkohteluun liittyvä tilanne:

1.

2.

3.

YSTÄVVYYS

Katso Nuorten Exitin Ystävyys-video (löytyy YouTubesta). Pohdi seuraavia kysymyksiä:

- *Mistä videossa oli kysymys?*
- *Miksi videon päähenkilö oli huolissaan ystävästään?*
- *Miten toimisit itse ystäväenä videolla tapahtuvassa tilanteessa?*
- *Miten voisit tukea ystävääsi, kun hänen tilanteensa mietityttää sinua?*
- *Mistä voisit kysyä apua tilanteeseen?*

Tutustu nettisivujen osioon, jossa kerrotaan mitä ystäväenä voit tehdä: <http://www.nuortenexit.fi/tukea-tilanteisiin/olen-huolissani-laheisesta/>

Saitko jotain uusia ajatuksia? Pohdi asiaa omaohjaajasi kanssa.

Mitä tarkoittaa

... ja miltä se tuntuu?

Ihastuminen...

Rakastuminen...

Rakastaminen...

Seurustelu...

Eroaminen...

Sukupuolen ja seksuaalisuuden monimuotoisuus

Ympyröi oikea vaihtoehto.

Jos henkilö kertoo olevansa androgyyni, miten henkilö kokee itsensä

- A. Naiseksi, joka on syntynyt miehen kehoon
- B. Miehekkääksi mieheksi
- C. Henkilöksi, jolla on maskuliinisia sekä feminiinisiä piirteitä

Cis- mies on syntyessään määritelty tytöksi/naiseksi

- A. Totta
- B. Tarua

Panseksuaali tuntee vetovoimaa

- A) Miehiä kohtaan
- B) Naisia kohtaan
- C) Henkilöä kohtaan, sukupuolesta huolimatta

Yhdistä oikeat selitykset termeihin

Aseksuaali

Ajattelutapa, jossa heterous nähdään luonnollisena ja parempana.

Biseksuaali

Henkilöllä on tarve ilmaista meikein, eläytyen ja/tai pukeutuen toista sukupuolta, kuin mikä hänelle on syntymässä määritelty.

Transsukupuolisuus

Henkilö, joka kokee vähän/ei lainkaan seksuaalista vetovoimaa toisia henkilöitä kohtaan

Pride

Syntymässä määritelty sukupuoli ei kohtaa henkilön sukupuoli-identiteettiä.

Heteronormatiivisuus

Transvestisuus

Henkilö, joka tuntee emotionaalista/seksuaalista vetovoimaa omaa sekä eri sukupuolta kohtaan.

Ajattelutapa, jossa korostuu jokaisen oikeus omaan seksuaaliseen suuntautumiseen, sukupuoli-identiteettiin ja sukupuolen ilmaisuun

Sukupuolitaudit

Kondomi suojaa oikeinkäytettynä sukupuolitaudeilta

- Totta
- Tarua

Suuseksistä ei voi saada sukupuolitauteja

- Totta
- Tarua

Klamydia voi olla oireeton vuosia

- Totta
- Tarua

Sukupuolihierpeksen oireena ovat kutina, kipu, rakkulat

- Totta
- Tarua

Jos huomaat ihomuutoksia alapäässäsi, sinun ei tarvitse mennä lääkäriin

- Totta
- Tarua

Bakteerien aiheuttamia tauteja ovat klamydia, kuppa ja tippuri

- Totta
- Tarua

Jos epäilet sukupuolitautia tai raskautta, ota yhteys terveysasemaas



10 KYSYMYSTÄ YHDYNNÄSTÄ

1. Milloin on oikea aika?

Vastaus: Mitään tiettyä ikää tai aikaa ei voida sanoa. Ei ole ikää, johon mennessä viimeistään seksin tai yhdynnän täytyisi olla kuvioissa mukana. Kaikkihan kehittyvät eri tahtiin. Lain mukaan alle 16-vuotiaan kanssa ei saa olla sukupuoliyhdynnässä.

Oikea aika on silloin, kun itsestä ja kumppanista tuntuu siltä, että on valmis kokemaan yhdessä myös yhdynnän, kun molemmat varmasti haluavat sitä.

Oikea aika yhdyntään on silloin, kun seurustelusuhde on niin turvallinen, että kaikki epäonnistuminen on sallittua eikä epäonnistuminen lopeta seurustelua, molemmat osaavat huolehtia vastuullisesti ehkäisystä (sukupuolitaudit ja suunnittelematon raskaus) ja kunnioittavat toistensa valmiuksia ja osaavat kohdella arvostavasti rakastettuaan.

Vain itse voi tietää milloin on valmis, niin tyttö kuin poikakin. Jokaisen on arvioitava itse omia valmiuksiaan seksin kolmella kerroksella; järki, tunne, biologia. Vain keskustelemalla kumppanin kanssa molemmille selviää myös kumppanin valmiudet.

Kun seurustelusuhde on turvallinen, molemmat voivat rauhassa odottaa toisiaan, eikä ketään painosteta. Rakastelun aika on sitten kun molemmat ovat valmiita.

2. Täytyykö käydä gynekologilla ennen/jälkeen eka kerran?

Gynekologilla käynti ei ole välttämätöntä, mutta halutessasi voit käydä tarkistuttamassa, että kaikki on kunnossa. Ehkäisyn suunnittelu ja käyttöönotto ennen ensimmäistä yhdyntää voidaan tehdä yhdessä ehkäisyneuvolan terveydenhoitajan tai kouluterveydenhoitajan kanssa.

Jos mahdollinen kipu pelottaa tai estää yhdynnän, voi gynekologi antaa puuduttavaa voidetta tai laajentaa immenkalvon aukkoa. Gynekologille kannattaa mennä myös jos on jotakin ongelmaan naiseuteen liittyvissä asioissa; kuukautiskipuja tai häiritsevän runsaat kuukautiset.

Periaatteessa lääkäriin tarvitsee mennä vain silloin, kun on jotakin sellaista asiaa, mihin lääkärin ammattitaitoa tarvitaan. Gynekologi on naistentautien ja synnytysopin erikoislääkäri, joten useimmiten ainakin pienillä paikkakunnilla terveyskeskuslääkärit tekevät gynekologiset tarkastukset ja sisätutkimukset sekä hoitavat ehkäisyneuvontapalveluita. Kun yhdynnät ovat säännöllisiä, kannattaa parin vuoden välein käydä gynekologisessa tarkastuksessa, samalla otetaan PAPA-koe, jolla seurataan kohdun kaulan terveydentilaa ja ehkäisyn sopivuus tarkistetaan.

3. Ehkäisy?

Kaikki markkinoilla olevat ehkäisymenetelmät ovat oikein käytettyinä tehokkaita ja turvallisia. Paras suoja nuorille on tuplaehkäisy, jossa ehkäisymenetelminä ovat kondomi + ehkäisypillerit. Näin voidaan tehokkaasti ehkäistä sekä suunnittelematon raskaus että sukupuolitaudit.

4. Kuinka sanoa ei?

"Ei" -sanon sanomista voi hyvin harjoitella etukäteen. Sitä voi käyttää halutessaan jo hyvissä ajoin ennen yhdyntää. Eli kumppanilleen kannattaa kertoa tunteistaan, toiveistaan, peloistaan. Myös EI-sanon vastaanottamista kannattaa pohtia etukäteen ja vaikka kokeilla miltä sen vastaanottaminen tuntuu.

Kun seurustelu- tai parisuhteessa on keskustelevalta, avoin ja luottamuksellinen ilmapiiri, ei "EI;n" sanominenkaan loukkaa. Kummallakin osapuolella, sekä tytöillä että pojilla on oikeus ja velvollisuus itseä kohtaan sanoa EI missä vaiheessa tahansa siltä tuntuu. Sen sanomista ei tarvitse puolustella tai perustella, mutta omista tunteista voi kertoa kumppanilleen.

5. Sattuuko se?

Yhdyntä ei kuulu koskaan sattua! Niin ensimmäisten kuin viimeistenkin ja kaikkien siltä väliltä kuuluu olla kivuttomia.

Jos yhdyntä sattuu, sitä ei kannata missään tapauksessa jatkaa. Kannattaa lopettaa ja tarkastella, mikä sattui, asento vai kuivat limakalvot vai paksu immenkalvo. Eihän rakastelussa pitäisi olla kyse suorittamisesta vaan siitä, että kummastakin tuntuu hyvältä.

Viidesosa tytöistä kertoo, että ensimmäinen yhdyntä on ollut erittäin kivulias. Puolet tytöistä ei koe minkäänlaista kipua ja loput kertovat kokeneensa jonkinasteista kipua.

Pojistakin osa sanoo ensimmäisten yhdyntöjen sattuvan. Pojilla pääasiallisin kivun aiheuttaja on ahdas esinahka tai yhdyntä kuiviin limakalvoihin, jolloin kitka tuntuu kivuliaana sekä tytöstä että pojasta.

6. Miten ei sattuisi?

Rakastelussa tärkeitä ovat kiihottuminen ja esileikki. Esileikin tarkoitus on rentouttaa lantionpohjan lihaksisto ja auttaa emätintä kostumaan ja vastaanottamaan erektiossa oleva penis.

Kun olet kiihottunut tarpeeksi ja olet rentoutunut jo ennen varsinaista yhdyntää, yhdyntä ei yleensä satu edes eka kerralla. Jos haluat yhdyntääkin, se on sinulle ja kumppanillesi luonnollinen jatke hyväilylle ja tuntuu hyvältä. Itseä ei saa pakottaa mihinkään, mikä sattuu.

Varsinkin kun yhdyntää pelkää, pitää sopia etukäteen, että lopetetaan heti jos sattuu. Siten voit itse säädellä, miten yhdyntä tapahtuu ja kuinka paljon siitin työntyy emättimeen.

Tärkeintä on turvallinen ja luottamuksellinen parisuhde, ennen kuin ryhdyt eka kertaan. Sellaisessa suhteessa voitte kumpikin rauhassa tutustua toisiinne ja itseenne ja siihen, millaisia tuntemuksia seksuaalisuus herättää. Kerta kerralta opitte nauttimaan toisistanne enemmän ja enemmän.

Jos kuitenkin aina vain sattuu, älä epäröi mennä kysymään apua lääkäriltä.

7. Mistä on hyvä aloittaa?

Oman kehon hahmottaminen ja hyväksyminen ovat seksin aakkosten perusasiat. Kyky huolehtia omasta kehostaan ja muutenkin omasta itsestään antavat valmiuksia nauttia kehollisuudesta ja kyvyn halutessaan myös jakaa nautinto rakkauden kohteen kanssa.

Oman kehon hahmottaminen ja hyväksyminen ovat seksin aakkosten perusasiat. Kyky huolehtia omasta kehostaan ja muutenkin omasta itsestään antavat valmiuksia nauttia kehollisuudesta ja kyvyn halutessaan myös jakaa nautinto rakkauden kohteen kanssa.

Toisen mieleen (ajatukset, toiveet, pelot) ja kehoon samoin kuin omiin tunteisiin tutustuminen ovat asioita, joista on hyvä lähteä liikkeelle.

Rakastelun ja yhdynnän lähtökohtana voi pitää kumppaneiden välistä luottamusta ja turvallisuuden tunnetta, sitä, että hyväksyy itse itsensä ja omat tunteensa sekä kumppanin tunteineen.

Niin kuin seurustelu- ja parisuhteissa yleensä, myös rakastelua ja yhdyntää koskevissa asioissa kumppaneiden välinen keskustelu ja kuunteleminen on perusta. Lähellä olo, käsillä, huulilla ja koko vartalolla hyväily ovat usein tärkeitä rakastelussa ja yhdynnässä. On hyvä muistaa, että yhdyntä ei ole sama asia kuin seksi tai rakastelu. Seksiin tai rakasteluun ei tarvitse kuulua yhdyntää.

8. Miten valmistautua?

Kehojen keskusteluvaiheen eli hyväilyvaiheen arvoa ei voi liikaa korostaa. Joskus seurustelussa nautinnon lähde on riskitön kiihottumisesta ja jopa orgasmista nauttiminen ilman, että ollaan koskaan yhdynnässä. Hyväilyvaihe myös valmistaa yhdyntään, mikäli siitä joskus tulee osa suhdetta. Joskus seurustelussa yhdyntä ei ole koskaan ajankohtainen, ja silti rakkaussuhde on antoisa ja ikimuistoinen.

Yhdyntään on hyvä valmistautua niin, että puhutte ja keskustellette asiasta ennen rakastelua ja yhdyntää. Keskusteleminen auttaa usein erimerkiksi jännittämiseen. Luottamuksellisen ja turvallisen ilmapiirin luominen (rauhallinen, mukava paikka, kukaan ei yllätä, ei ole kiire) on tärkeä osa yhdyntään valmistautumista.

Rentoutuminen on tärkeää rakastelutilanteessa. Ennen yhdyntää tapahtuvien hyväilyjen ja suudelmien tarkoituksena on sekä saada aikaan pojalle erektio ja tytölle emättimen kostuminen että rentouttaa tytön lantionpohjan lihaksisto.

Ennen varsinaista yhdyntää tapahtuvilla hyväilyillä ja suudelmilla on siis erityinen merkitys: ne luovat läheisyyttä ja hyvää oloa ja valmistavat kehoa yhdyntään.

Myös mielen valmistautumine yhdyntää varten on tärkeää, pelkojen käsittely. Suhteen pitää olla niin turvallinen, että kaikki epäonnistuminen on sallittua, eivätkä tekninen epäonnistuminen tai perääntyminen vaikuta seurustelusuhteeseen, vaan antaa mahdollisuuden uusiin kokemuksiin, jakamaan myös sen kokemuksen, että kaikki ei aina menekään niin kuin on suunnitellut.

Yhdyntään valmistautumiseen kuuluu myös ehkäisystä keskusteleminen, kondomin käytön harjoittelu etukäteen ja henkilökohtaisesta ehkäisystä huolehtiminen, esim. pillereiden hankinta ennen ensimmäistä yhdyntää.

9. Seksitaudit ja miten tietää saaneensa taudin?

Periaatteessa jokaisesta seksikontaktista, jos siihen liittyy limakalvojen kontakti, voi tarttua sukupuolitauti. Siksi kondomin käyttö on tärkeää. Se on ainoa ehkäisyväline, joka suojaa sukupuolitaudeilta. Sukupuolitaudit voivat tarttua sukupuoliyhdyntässä, jos kondomia ei ole käytetty oikein.

Käytännössä harvinaisempia, mutta mahdollisia limakalvokontakteja ovat anaaliyhdyntässä ja suuseksissä tapahtuvat kontaktit. Molemmissa on tartuntariski, suuseksissä tartuntariski on hiukan pienempi kuin sukupuoliyhdyntässä, anaaliseksiässä sukupuolitaudin tartuntariski on suurin.

Sukupuolitaudin toteamiseksi tarvitaan sukupuolitauditestejä. Testit ottaa joko lääkäri tai hoitaja. Testeistä katsotaan virus tai bakteerimäärityksellä, löytyykö tautia vai ei. Yleensä otetaan virtsanäyte, josta tutkitaan klamydia ja tippuri, voidaan ottaa myös näyte sukupuolielinten limakalvoilta (klamydia, tippuri, herpes, trikomonas, kondylooma) tai jotkut taudit todetaan verikokeesta (hepatiitti, HIV, kuppa) Testejä otetaan sen mukaan, mitä tauteja epäillään. Kaikkia tauteja ei voida varmasti pois sulkea testeilläkään, koska itämisajat voivat vaihdella hyvinkin paljon.

Lähetteen sukupuolitauditestiin voi kirjoittaa vaikka kouluterveydenhoitaja. Sukupuolitautilien poliklinikoille voi mennä ilman lähetettä ja tautien määrittäminen on maksutonta. Ilmaisiin testeihin voi mennä myös terveyskeskuksiin ja AIDS-tukikeskukseen. Testeihin on syytä mennä aina, kun pienikin epäily taudin saamisesta herää. Monet sukupuolitaudit voivat olla oireettomana pitkäänkin, joten pelkkä oma epäily tai kumppanin ilmoitus mahdollisesta tartunnasta riittää. Testi ei ole koskaan turha.

10. Mikä on tervettä/sairasta seksiä?

Ei ole olemassa mitään ehdotonta määritelmää siitä, mikä on tervettä, sairasta tai normaalia, epänormaalia seksiä.

Jokaisella ihmisellä on oikeus ja velvollisuus vetää rajansa juuri siihen kohtaan seksuaalisessa toiminnassa, mikä itsestä tuntuu sopivalta, turvalliselta, järkevältä ja hyvältä.

Yleisenä sääntönä voidaan kuitenkin pitää sitä, että sallittua ja turvallista seksiä on kaikki sellainen, joka ei vahingoita itseä tai toista ja joka tuntuu sekä itsestä että kumppanista hyvältä.

Laki määrittelee rikollisen seksin, jota tarkastellaan myös sairauden näkökulmasta, jolloin ihmistä voidaan yrittää parantaa terapialla. Lain tarkoituksena on suojella niitä yhteiskunnan ryhmiä, jotka eivät itse osaa tai pysty määrittelemään vahingollista tai loukkaavaa seksuaalista toimintaa tai jotka muutenkaan eivät pysty kokonaan huolehtimaan itsestään. Tällaisia ryhmiä ovat mm. lapset, kehitysvammaiset ja eläimet. Samoin laki pyrkii suojelemaan ihmisiä siltä, että seksiä ei käytetä väkivaltaan.

Jos kumppanisi tai joku muu pyytää sinua tekemään jotakin sellaista, mitä et itse halua tehdä tai minkä pelkää vahingoittavan jompaakumpaa, kannattaa sanoa suoraan "EI, tätä en halua tehdä".

Ei ole olemassa mitään "kaikkien kuuluu tehdä näin" -sääntöä. Seksin tulee aina perustua yhteiseen sopimukseen, jonka kumpi tahansa voi purkaa missä vaiheessa tahansa, eli sanoa ei, jos ei tunnu hyvältä.

Fantasiamaailmassa eli omassa mielikuvituksessa kaikki seksi ja kaikenlaiset kuvitelmat ovat sallittuja. Fantasioiden tarkoituksena on auttaa rentoutumaan ja vapautumaan seksuaalisessa toiminnassa, mielikuvat vapauttavat estoja ja auttavat ihmistä lisäämään seksuaalista mielihyvää. Niillä voikin oman päänsä sisällä värittää kaikkia seksikokemuksiaan rohkeilla ja kummallisiltakin tuntuvilla mielikuvilla. Fantasioiden tarkoitus ei ole toteutua, vaan ne ovat satua.

TYTTÖ VOI TULLA RASKAAKSI:

- a. suuseksin seurauksena
- b. koskemalla käytettyä kondomia
- c. harrastaessaan seksiä kuukautisten aikana.

TYTTÖ EI TULE RASKAAKSI, JOS POIKA TULEE ULOS ENNEN SIEMENSYÖKSYÄ

- a. totta
- b. tarua
- c. vain, jos tytöllä on kuukautiset

KUINKA KAUAN NORMAALI RASKAUS KESTÄÄ?

- a. kuukauden
- b. 9 kuukautta
- c. vuoden

VOIKO RASKAAKSI TULLA MUULLA TAVALLA KUIN HARRASTAMALLA SEKSIÄ?

- a. ei
- b. suutelemalla
- c. keinohedelmöityksellä

MISTÄ NÄISTÄ OIREISTA NAINEN VOI PÄÄTELLÄ OLEVANSA RASKAANA?

- a. päänsärystä ja flunssan tapaisista oireista
- b. aamupahoinvoinnista ja ruoan mielihaluista
- c. osittaisesta kuuroudesta

PUBERTEETTI, ELI MURROSIKÄ ON JOTAIN MIKÄ TAPAHTUU:

- a. tytöille
- b. pojille
- c. tytöille ja pojille

MIKÄ NÄISTÄ ON LAITONTA MONISSA MAISSA?

- a. kondomien myynti
- b. abortti
- c. seksin harrastaminen

MIKÄ NÄISTÄ ERITTEISTÄ SISÄLTÄÄ SIITTIÖITÄ?

- a. sylki
- b. kirkas neste (touhutipat) joita voi erittyä ennen siemensyöksyä
- c. veri

MIKÄ ON NAISEN KOHTU?

- a. kohtu on paikka jossa sikiö kehittyy raskaana olevan naisen kehossa.
- b. kohtu on sama asia kuin munasarjat.
- c. ruumiinosa, joka löytyy naisilta ja miehiltä

MIKÄ ON OIKEA TERMI LASTEN SAAMISELLE?

- a. heldelmöityshoito
- b. ehkäisy
- c. lisääntyminen

MITÄ TARKOITTAÄ HEDELMÖITYMINEN?

- a. munasolu ja siittiö yhdistyvät munajohtimessa.
- b. tytön kuukautiset alkavat.
- c. siittiöt lähtevät peniksestä ja menevät naisen emättimeen.

MILLÄ RASKAUSVIIKOLLA SUOMESSA RASKAANA OLEVA NAINEN HIV-TESTATAAN

- a. samanaikaisesti kun raskaustesti tehdään
- b. viikoilla 8-13
- c. viikoilla 26-30

MIKÄ TODENNÄKÖISYYS ON TULLA RASKAAKSI YHDESTÄ SUOJAAMATTOMASTA YHDYNNÄSTÄ?

- a. 100%
- b. todennäköisyys vaihtelee ihmisestä toiseen
- c. 1/10

VOIKO HIV-POSITIIVINEN NAINEN SAADA LAPSIA?

- a. kyllä
- b. ei
- c. vain kehittyneissä maissa

KUINKA USEIN MUNASOLU NORMAALISTI VAPAUTUU NAISEN MUNASARJOISTA?

- a. joka päivä
- b. joka viikko
- c. joka kuukausi

KUINKA TARKASTI TYTTÖ PYSTYY ARVIOIMAAN
OVULAATION AJANKOHDAN?

- a. ovulaatio tapahtuu aina kuukautisten ensimmäisenä päivänä
- b. ovulaatio tapahtuu aina kuukautisten puolivälissä
- c. ei ole olemassa tapaa, jolla tyttö tietäisi tarkasti ovulaatio ajan.

KUINKA MONTA SIITTIÖTÄ VAPAUTUU KERRALLA, KUN
POIKA LAUKEAA ELI SAA ORGASMIN?

- a. satoja
- b. tuhansia
- c. miljoonia

JÄLKIEHKÄISYTABLETTI ON TEHOKKAIMMILLAAN
RASKAUDEN ESTOON, JOS SEN OTTAA:

- a. mikä aamu tahansa suojaamattoman seksin jälkeen.
- b. 72 tunnin sisällä suojaamattomasta yhdynnästä.
- c. ennen suojaamatonta yhdyntää

KOSKA TYTTÖ VOI TEHDÄ RASKAUSTESTIN NIIN ETTÄ SE
ON LUOTETTAVA?

- a. ensimmäisenä päivänä, kun kuukautiset ovat myöhässä.
- b. 10 päivän kuluttua suojaamattomasta yhdynnästä.
- c. 10 päivää ennen kuin kuukautisten pitäisi alkaa.

RASKAUS JA SIKIÖN KEHITYS ALKAA, KUN SIITTIÖ
KOHTAA JA YHTYY NAISEN:

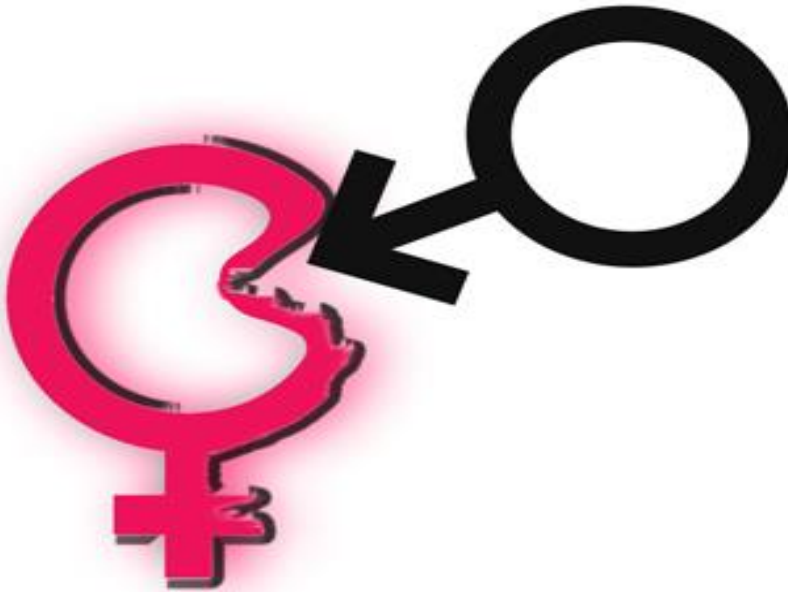
- a. emättimeen
- b. munasoluun
- c. kohtuun

Nuoren seksuaalisuus

Nuoruusikä alkaa 10-12-vuotiaana ja päättyy 18-20 vuoden iässä. Murrosikä eli puberteetti on noin 2-5 vuoden ajanjakso nuoruusiän alusta. Murrosiän alusta seksuaalisuuteen liittyvät asiat ovat nuorelle ensimmäistä kertaa omakohtaisia.

Murrosikä on herkkyyss aikaa, jolloin luonto suojaa keskeneräistä ihmistä arkuudella ja ujoudella. Joskus tätä herkkyyssvaiheen arkuutta ja ujoutta piilotellaan erityisellä kovuudella: pukeutuminen, käyttäytyminen, asennoituminen itseä ja muita kohtaan voi olla aikuismaista ja kovaa.

Nuori haluaa näyttää ulospäin isommalta ja kovemmalta kuin oikeasti onkaan. Silti tällainenkin nuori tarvitsee samanlaista aikuisten antamaa suojaa ja turvaa kuin arempi ja ujompikin nuori.



Nuori tutkii itseään ja tarkkailee muita

Nuoruuden seksuaalisuuteen liittyy erityisesti itsensä tutkiminen, muiden ihmisten tarkkaileminen ja itsensä vertaileminen muihin. Nuoren mielessä on lähes koko ajan kysymys:

Olenko minä normaali?

Tässä vaiheessa onkin tärkeää että nuorella on terve, hyvä ja oikea vertailupinta. On vaarallista verrata itseään muotilehtien malleihin tai musiikkivideoiden ja elokuvien tekoihmisiin.

Nuoruusiän myllerryksessä kokeillaan usein erilaisia seksuaalisia suuntautumisia. Homo- ja biseksuaaliset ihastumiset ovat hyvin tavallisia ja itse asiassa lapsena vielä tavallisempia.

Viimeistään nuoruusiän loppuvaiheessa nuori tiedostaa oman seksuaalisen suuntautumisensa. Toinen asia on se, missä vaiheessa hän viestii siitä muulle maailmalle.

Hormonitoiminnan kiihtymisen myötä nuoren kehossa alkaa tapahtua seksuaalisia reaktioita. Usimpina ja erilaisimpina tuntemuksina nuori kokee seksuaalista kiihottumista ja nautintoa.

Tällöin unet ja oma mielikuvitus eli fantasiat näyttelevät suurta roolia.

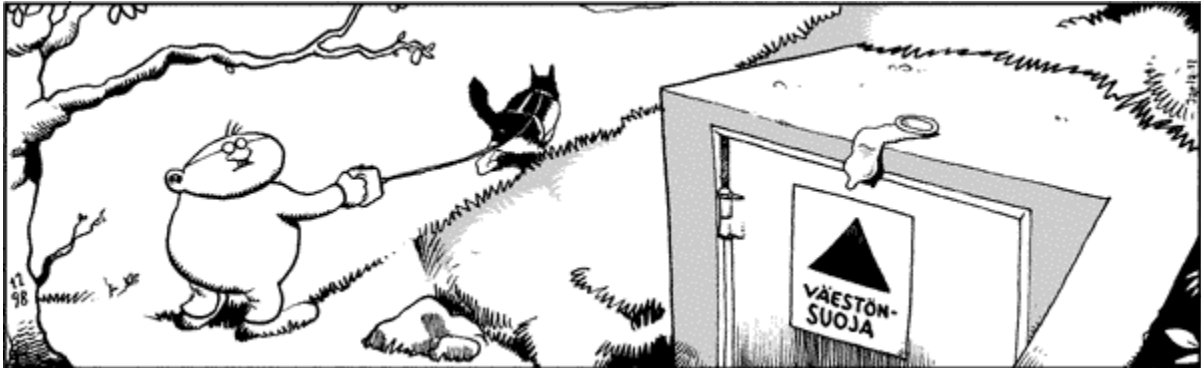
Itsetyydytys on tavallista suurimmalla osalla murrosikäisiä. Omasta kehosta nauttiminen on terveellinen tapa tutustua omaan kehoonsa ja muun muassa rentoutua, saada turvaa ja lohtua sekä helpotusta stressiin.

Nuoruusiässä tapahtuvat koko ihmisenä olemisen suurimmat muutokset järjen, tunteen ja biologian tasoilla sekä sosiaalisissa suhteissa. Herkkyyysvaiheen kautta nuori löytää oman asenne- ja toimintamallinsa. Nuoruusikä on merkittävä ja arvokas vaihe, jolloin rakennetaan perustukset aikuisuutta varten. Nuoruusikä, siis keskeneräisyys on arvokasta.

Seksi

Seksuaalinen toiminta eli seksi voi olla oman seksuaalisuuden esille tuomista, kontaktien hakemista tai sellaista toimintaa, joka tähtää hyvänolon tunteen tai nautinnon saavuttamiseen joko yksin tai vuorovaikutuksessa.

Yksin tapahtuvaa seksiä voivat olla esimerkiksi haaveilu, fantasiat, eroottisten virikkeiden käyttö ja itsetyydytys. Vuorovaikutteista seksiä voivat taas olla esimerkiksi flirttailu, kiihotushyväilyt, rakastelu ja yhdyntä.



Yhdyntässä on hyvä muistaa suojata itsensä ja kumppaninsa seksitaudeilta käyttämällä kondomia.

Rakasteluun liittyy voimakkaita tunteita

Seksi, yhdyntä ja rakastelu ovat kaikki eri asioita. Seksiä voi olla ilman yhdyntää, seksi ja yhdyntä voi olla pelkkää suorittamista ilman tunteita. Rakasteluun liittyy sen sijaan aina voimakkaita positiivisia läheisyyden, rakkauden ja halun tunteita. Siksi rakastelu on paljon nautinnollisempaa kuin seksi ilman tunteita. Rakastelu edellyttää luottamusta, rohkeutta ja rakkautta. Silloin uskalletaan heittäytyä kokemaan nautintoa toisen kanssa.

Seksi on siis seksuaalisuuden ilmaisemista käyttäytymisen ja toiminnan kautta sekä tuntein ja ajatuksin. Jokainen ihminen kokee kiihottumista ja nautintoa omalla tavallaan ja siksi jokainen myös määrittelee itse, mikä on seksiä.



Seksuaalinen toiminnallisuus

Seksuaalinen toiminnallisuus voi toteutua erilaisilla tavoilla. Hyväksytyn seksuaalisen toiminnallisuuden erilaisia määritelmiä on monia. Hyväksytyä voi olla se, mikä on laillista, moraalisesti hyväksyttävää tai hyvän maun mukaista.

Nämä näkymättömät raja-aidat, lain määrittelyä lukuun ottamatta, ovat liukuvia, tulkinnanvaraisia ja usein erittäin epäselviä. Päivittäisessä elämässä joudumme kuitenkin tekemään päätöksiä niiden pohjalta jatkuvasti niin sanotulla ”mutu-tuntumalla”.

Lain asettama raja on puolestaan selkeä ja yksiselitteinen, vaikka siinäkin on varaa tulkinnalle. Laki on määritellyt SUOJAIKÄRAJAN – 16 vuotta – joka on raja toiminnalliselle seksuaalisuudelle.

Alle 16-vuotiaan ja yli 16-vuotiaan välinen sukupuoliyhteys on rangaistava teko, ellei voida katsoa että osapuolet ovat toisiinsa verrattuna henkisesti ja ruumiillisesti ”samantasoisia”, toisin sanoen jos osapuolten iässä tai henkisessä ja ruumiillisessa kypsyydessä ei ole suurta eroa.

Lain määrittämät rajat ovat aivan liian yleisluontoisia, jotta niistä olisi ohjenuoraksi päivittäiseen elämään. Jokainen joutuu tekemään omat päätöksensä omasta seksuaalikäyttäytymisestään usein vaikeasti määriteltävien raja-aitojen perusteella.

Ei on aina ei

Joidenkin seksuaalisen toiminnallisuuden muotojen voidaan sanoa olevan yleisesti hyväksytyjä. Tällaisia ovat muun muassa mielikuvittelu eli fantasiointi, joka ei muutu konkreettisiksi teoiksi, suutelu, toisen hyväileminen/koskettaminen/hierominen, itsetyydytys ja rakastelu.

Lähes kaikki edellä mainitut muuttuvat kuitenkin laittomiksi, moraalittomiksi tai hyvän maun vastaisiksi, jos suostumus toimintaan ei ole molemminpuolinen tai niiden toteuttamispaikka on väärä. Sellaista pykälää, jossa annettaisiin lupa jatkaa toimintaa kiellosta ja vastustelusta huolimatta, ”koska se ihan selvästi anto ymmärtää”, ei ole. Ei on aina ei, parisuhteessa ja seurustellessakin.

Edellä mainittujen rajojen puitteissa on mahdollisuus toteuttaa seksuaalista suuntautumistaan eri tavoin. Ihminen voi olla seksuaaliselta identiteetiltään joko hetero-, homo-, tai bi-seksuaalinen.

Heteroseksuaalinen henkilö suuntaa seksuaalisen kiinnostuksensa vastakkaiseen sukupuoleen, homoseksuaalinen samaan ja bi-seksuaalinen sekä samaan että vastakkaiseen sukupuoleen. Suomen laissa kaikki nämä suuntautumiset ovat sallittuja. Eri maiden lainsäädännöissä suhtautuminen näihin vaihtelee.

Henkilö voi toteuttaa seksuaalisuuttaan monin tavoin, joista joillekin tavoille on kehitetty luokittelua varten nimet, kuten ekshibitionismi tai fetisismi. Useimmille tavoille ei ole kuitenkaan olemassa vakiintunutta määrittelyä.

Kaikissa tavoissa tärkeintä on, että kunnioitetaan omaa ja toisen seksuaalista itsemääräämisoikeutta, toisin sanoen oikeutta määrätä omasta seksuaalisuudestaan; mitä minun kanssani saa tehdä ja mitä ei. Jokaisen toiveita pitää kunnioittaa ja kieltä totella.

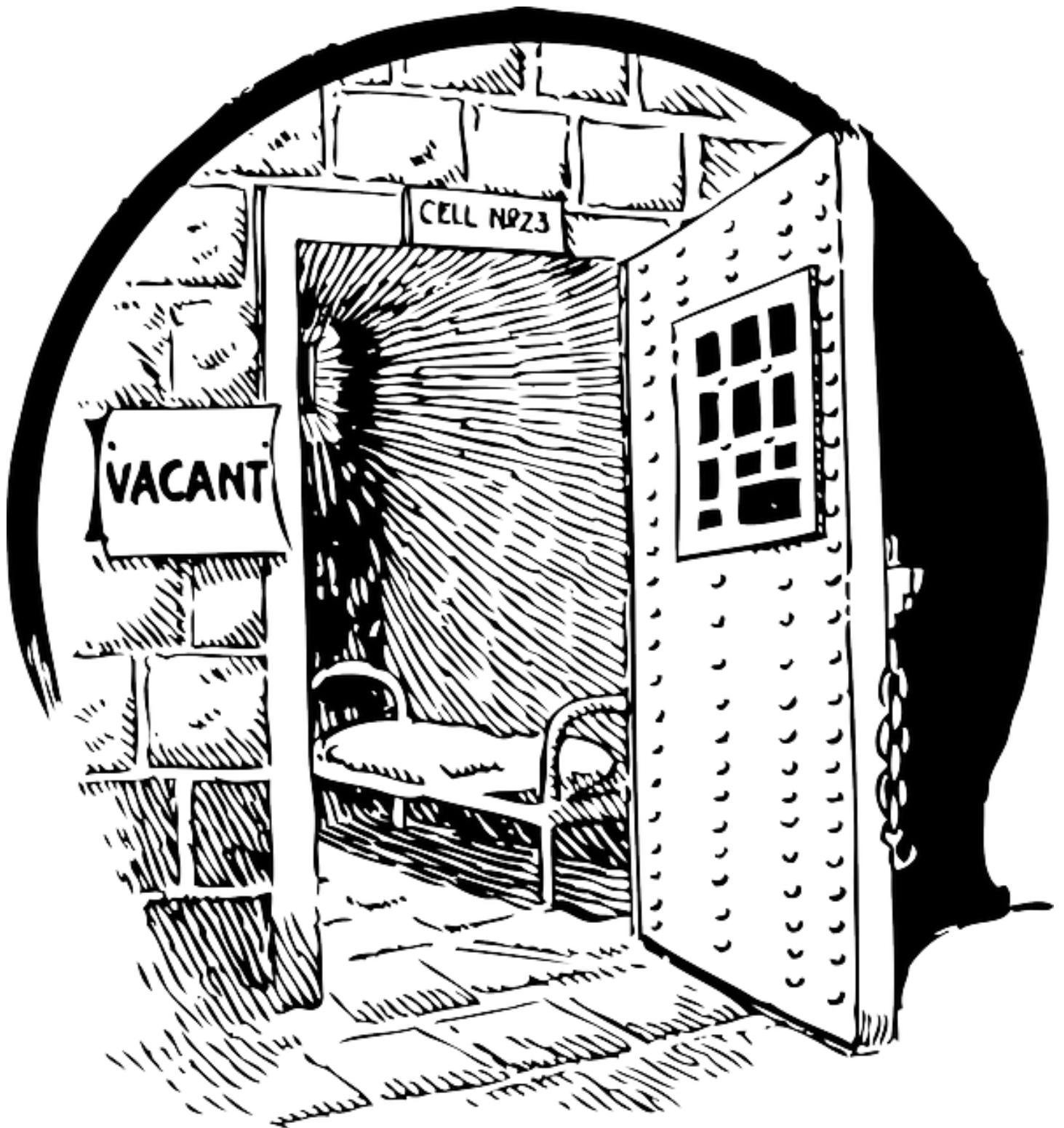
Seksuaaliterveys

Seksuaaliterveys on fyysisen, emotionaalisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tila suhteessa seksuaalisuuteen. Se ei ole pelkästään sairauden tai vajaatoiminnan poissaoloa.

Nuoren seksuaaliterveys liittyy myös itsensä arvostamiseen ja asenteisiin.

Hyvä seksuaaliterveys edellyttää positiivista ja kunnioittavaa asennetta seksuaalisuuteen. Se sisältää mahdollisuuden nautinnollisiin ja turvallisiin seksuaalisiin kokemuksiin vapaana pakottamisesta, riistosta ja väkivallasta. Jotta hyvä seksuaaliterveys voidaan saavuttaa ja ylläpitää, tulee kaikkien ihmisten seksuaalioikeuksia kunnioittaa ja suojata.





Alkoholin kulutus

Nimi: _____ Päivämäärä: _____

Mikä on sinun kaveripiirissäsi normaalimäärä mitä juodaan/käytetään alkoholia esimerkiksi illan aikana? Entä kuinka montaa kertaa viikossa alkoholia juodaan?

Juotko/käytätkö itse enemmän, vähemmän vai saman verran kuin muut?

Onko kaveripiirissäsi joku, jonka juomisesta/käyttamisestä olet huolissasi? Oletko sanonut siitä hänelle?

Kuinka monta annosta alkoholia illassa on mielestäsi paljon? (Yksi annos on esimerkiksi 0.33cl keskivolutta, lonkeroa tai siideriä, 12cl mietoa viiniä, 4cl 40%o väkevää viinaa)

- 1-3 annosta
- 4-6 annosta
- 7-9 annosta
- Yli 10 annosta

Kuinka paljon muut nuoret tai aikuiset sinun mielestäsi juovat/käyttävät alkoholia illassa?

- 1-3 annosta
- 4-6 annosta
- 7-9 annosta
- Yli 10 annosta

Entä kuinka monta kertaa kuukaudessa muut nuoret tai aikuiset sinun mielestäsi juovat/ käyttävät alkoholia?

- 1-3
- 4-6
- 7-9
- 10 tai yli

Kuinka useasti olet juonut/käyttänyt paljon tai enemmän kuin aluksi ajattelit?

- En koskaan
- Harvoin - 1- 2 kertaa
- Joskus - 3-5 kertaa

Kuinka paljon kuukauden aikana sinun mielestäsi voi käyttää alkoholia ilman, että siitä on terveydellistä tai muuta haittaa?

- 1-3
- 4-6
- 7-9
- 10 tai yli



Mitä oireita alkoholimyrkytyksessä on?

-
-
-

Miten toimit, jos huomaat ystävälläsi alkoholimyrkytyksen oireita?

Miten toimit, jos ystäväsi aikoo käyttää sekaisin vieraita lääkkeitä ja alkoholia?

Tiedätkö oikeat vastaukset?

1. Kannabiksen vieroitusoireisiin kuuluu 8 seuraavista oireista :

- a) ärtyneisyys
- b) oksentelu
- c) päänsärky
- d) vatsavaivat
- e) painon lasku
- f) ruokahalun heikkeneminen
- g) levottomuus
- h) hengityksen nopeutuminen
- i) unettomuus, levoton uni
- j) palelu
- k) masennus
- l) hikoilu

2. Yhdessä marihuanasavukkeessa on

- a) 2 kertaa
- b) 3 kertaa
- c) 5 kertaa
- d) 7 kertaa

enemmän tervaa ja hiilimonoksidia verrattuna tavalliseen tupakkaan.

3. Suomessa alkoholimyrkytykseen kuoli vuonna 2018 noin

- a) 10
- b) 140
- c) 250
- d) 560
- e) 890
- f) 1400 ihmistä

4. Mikä huume on kyseessä?

- a) Käyttäessä olo on energinen, kiihtynyt, sanavalmis ja itsevarma. Vaikutuksen lakattua olo on heikko, väsynyt, epävarma, hermostunut ja masentunut. _____
- b) Vaikutuksina ovat voimakas hyvänolontunne, seksuaalisten tarpeiden ja ruokahalun katoaminen, horrostilaan ja sisäiseen maailmaan katoaminen, liikkeiden ja refleksien hidastuminen, puheen sammaltaminen, pupillien supistuminen. _____

PERHEESI JA PÄIHTEIDENKÄYTTÖ

Miten vanhempasi suhtautuvat sinun päihteiden käyttöösi? Miten se ilmenee?

Oletko jäänyt kiinni päihteidenkäytöstä? Tuliko siitä seuraamuksia?

Miten sisaruksesi suhtautuvat päihteiden käyttöön?

Oletko saanut vanhemmiltasi päihdevalistusta/opastusta?

Käyttävätkö vanhempasi tai sisaruksesi päihteitä? Kuinka paljon?

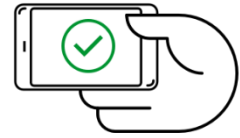
Mitä mieltä olet vanhempiesi tai sisaruksiesi päihteidenkäytöstä?

PÄIHTEET

Yhdistä päihde ja sen vaikutus.

- ALKOHOLI ○
 - o Keskushermostoa lamauttava
 - o Kyvyttömyys arvioida omaa toimintaa
- KANNABIS ○
 - o Riskikäyttäytyminen lisääntyy
 - o Myrkytys tila
- NUUSKA ○
 - o Väsymys
 - o Väkivaltaisuus
- TUPAKKA ○
 - o Kömpelyys
 - o Elimistön kiihtyminen (mm. verenpaineen nousu)
- BENTSODIATSEPIINIT ○
 - o Vainoharhaisuus
- AMFETAMIINI ○
 - o Riippuvuus
 - o Tajuttomuus
- OPIOIDIT ○
 - o Krooninen nuha
 - o Aivo-, maksa- ja munuaisvaurioiden riski
- SÄHKÖTUPAKKA ○
 - o Muutokset aivoissa
 - o Kömpelyys
- IMPPAUS ○
 - o Masennus- ja ahdistuneisuus
- EKSTAASI ○
 - o Skitsofrenia
 - o Ruokahaluttomuus
 - o Äkillinen kuolema
 - o Syöpä
 - o Muutokset hermostossa

Ota selvää ja vastaa kysymyksiin.



1. Totta vai valetta?
LSD:hen ei kehity fyysisistä riippuvuutta, joten myöskään fyysisiä vieroitusoireita ei käyttäjällä esiinny.
2. Kannabiksen vieroitusoireisiin kuuluu 8 seuraavista oireista :
 - a) ärtyneisyys
 - b) oksentelu
 - c) päänsärky
 - d) vatsavaivat
 - e) painon lasku
 - f) ruokahalun heikkeneminen
 - g) levottomuus
 - h) hengityksen nopeutuminen
 - i) unettomuus, levoton uni
 - j) palelu
 - k) masennus
 - l) hikoilu
3. Suomessa alkoholimyrkytykseen kuolee vuosittain..
 - 50
 - 100
 - 250
 - 400
 - 500
 - 600 ihmistä
4. Mikä huume on kyseessä?
Vaikutuksina ovat voimakas hyvinolontunne, seksuaalisten tarpeiden ja ruokahalun katoaminen, horrostilaan ja sisäiseen maailmaan katoaminen, liikkeiden ja refleksien hidastuminen, puheen sammaltaminen, pupillien supistuminen.
5. Mikä huume on kyseessä?
Käyttäessä olo on energinen, kiihtynyt, sanavalmis ja itsevarma. Vaikutuksen lakattua olo on heikko, väsynyt, epävarma, hermostunut ja masentunut.
6. Yliannostukset ovat vaarallisia, mutta eivät aina johda kuolemaan jos apua saadaan nopeasti.
Mistä tunnistat ihmisen, joka on saanut huumeiden yliannostuksen?
(mainitse ainakin kolme seikkaa)
7. Mainitse kolme alkoholin ja kannabiksen haittavaikutusta psyykkisen terveyden kannalta.
8. Yhdessä marihuanasavukkeessa on...
 - 2 kertaa
 - 3 kertaa
 - 5 kertaa
 - 7 kertaa...enemmän tervaa ja hiilimonoksidia verrattuna tavalliseen tupakkaan.

VASTAUKSET:

- 1) **Totta.** Mutta sen sijaan LSD:hen kehittyy psyykkistä riippuvuutta, ja käytön jälkeisistä vaikutuksista vakavimpia ovat aistiharhat ja pelkotilat, jotka saattavat ensimmäisenkin kokeilukerran jälkeen uusiutua jopa puolikin vuotta käyttökerran jälkeen.

- 2) Oikeat vastaukset: **a, c, d, e, f, g, i, l.**
Oksentelu, hengityksen nopeutuminen ja palelu ovat opiaattien vieroitusoireita.

Masennusta esiintyy erityisesti amfetamiiniriippuvaisilla.

- 3) 250 ihmistä.

- 4) **Opiaatit** (oopium; morfiini, heroini). Oopiumiin ja morfiiniin syntyy fyysinen riippuvuus nopeammin kuin mihinkään muuhun huumeeseen. Sietokyky kasvaa nopeasti, joten käyttäjä joutuu ottamaan yhä suurempia annoksia saavuttaakseen huumaavan tilan. Vieroitusoireet alkavat jo muutaman tunnin kuluttua aineen vaikutuksen loputtua. Aluksi lähinnä psyykkistä levottomuutta, mutta oireet kehittyvät nopeasti fyysisiksi ja pahimmillaan parin vuorokauden pituisiksi sietämättömiksi kiputiloiksi, kouristuksiksi, ripuliksi ja jopa tajuttomuuskohtauksiksi.

- 5) Amfetamiini.

- 6) Selkeimpiä yliannostuksen merkkejä:
sinisyys, kalpeus, hengitys on heikkoa tai pysähtyy kokonaan, ihminen ei pysty puhumaan, hidas sydämen syke tai ei sykettä lainkaan, oksentelu, vapina tai kouristukset, rintakivut, pyörtyminen. Mikäli joudut yliannostustilanteeseen, tarkista onko henkilö tajuissaan, hengittääkö ja tuntuuko sydämen syke. Hälytä apua, äläkä jätä ihmistä yksin.

- 7) Masennus, pelkotilat, unihäiriöt, runsaan käytön jälkeen aistiharhat, väsymys, muistin heikkeneminen, keskittymiskyvyn puute jne.

- 8) 5 kertaa.

Rikos ja rangaistus -tietopaketti

Rikos

on teko tai laiminlyönti eli tekemättä jättäminen, joka on määrätty laissa rangaistavaksi. Rikoksen voi tehdä joko tahallisesti tai tuottamuksellisesti. Tahallaan tehty rikos tarkoittaa sitä, että tekijä tietoisesti rikkoo lakia ja ymmärtää mitä seurauksia hänen teollaan on. Tuottamuksellinen rikos tarkoittaa sitä että sen tekijä on huolimattomuudessaan tai välinpitämättömyydessään toiminut niin että rikos on päässyt tapahtumaan, vaikka olisi sen omalla toiminnallaan voinut estää. **Myös humalassa tehty rikos voi olla tahallinen!** Humalatilasta ei siis koskaan ole mikään tekoa lieventävä asia. Rikokseen yllyttäminenkin katsotaan rikokseksi.

Rikosoikeudellinen vastuu

Rikosoikeudellisen vastuun alaikäraja on 15 vuotta. Tämä tarkoittaa sitä että jos rikoksen tekijä on tekohetkellä yli 15-vuotias, joutuu hän vastaamaan teostaan oikeudessa ja hänelle voidaan määrätä rikokseen sopiva rangaistus. **Alle 15-vuotiaille ei voida määrätä rangaistusta, mutta he ovat kuitenkin velvollisia korvaamaan aiheuttamansa vahingot.** Alle 15-vuotiaatkin ovat siis vastuussa teoistaan ja joutuvat niistä korvaamaan. Rästiin jääneet vahingonkorvaukset menevät ulosottoon, ja niitä aletaan periä siitä lähtien kun nuori täyttää 18 vuotta jokaisesta ansiotulosta, kunnes korvaukset on maksettu. Alle 15-vuotiaiden kohdalla oikeustoimien sijasta otetaan aina yhteyttä tekijän vanhempiin ja kunnan lastensuojeluviranomaisiin ja tilanteeseen puututaan lastensuojelun toimenpitein, esimerkiksi sijoittamalla lapsi laitokseen.

Vahingonkorvausvelvollisuus

tarkoittaa sitä että rikoksen tekijä on velvollinen korvaamaan rikoksestaan aiheutuneet vahingot esimerkiksi maksamaan rikkomansa ikkunan tai pahoinpitelemänsä henkilön lääkärikulut ja korvaukset aiheutetusta henkisestä kärsimyksestä. **Vahingonkorvausvelvollisuudelle ei ole alaikäraja.**

Nuorten yleisimmät rikokset:

- Näpistys
- Varkaus
- Loukkaus
- Vahingon teko
- Ilkivalta
- Tuhopoltto
- Väkivalta

Rangaistukset alle 18-vuotiailla

Sakkorangaistus on yleisin rangaistuksen muoto. Sakot määrätään aina tietyssä määrässä päiväsakkoja, joiden suuruus riippuu henkilön ansiotuloista. Pienin päiväsakon määrä on 6 euroa.

Ehdollinen vankeustuomio tarkoittaa sitä että rikoksen tekijä on tuomion jälkeen tietyn ajan koeajalla, jolloin hänen tekemisiään seurataan tarkoin ja häntä tuetaan nuhteettomuuteen. Jos koeajalla suorittaa lisää rikoksia, astuu määrätty vankeustuomio voimaan.

Suoraa **ehdotonta vankeustuomiota** ei voi lain mukaan määrätä alle 18-vuotiaille kuin vain hyvin painavista syistä.

Nuorisorangaistus on alle 18-vuotiaille suunnattu erityinen rangaistuksen muoto, johon tuomitaan yleensä, jos rikoksen tekijällä on jo aiemmin ollut ehdollinen vankeustuomio. Nuorisorangaistus sisältää valvontatapaamisia ja siinä edellytetään koulutukseen ja työelämään perehtymistä.

Rikosrekisteriin

tulee merkintä, jos rikoksen tekijä tuomitaan ehdottomaan tai ehdolliseen vankeusrangaistukseen, yhdyskuntapalveluun, nuorisorangaistukseen tai sakkoihin näiden ohessa tai sijasta. Merkintä rikosrekisterissä vaikuttaa monen eri työ- tai opiskelupaikan haussa sekä asevelvollisuutta suoritettaessa. Merkintä rekisterissä säilyy rangaistuksen ankaruuden mukaan ja vaihtelee 5 ja 20 vuoden välillä.

Poliisirekisteriin

tulee merkintä kaikista tuomituista rikoksista, niistäkin, jotka eivät näy rikosrekisterissä.

Merkinnät säilyvät rekisterissä 1-20 vuotta teon suuruudesta ja toistumisesta riippuen.

Esimerkiksi yksittäinen näpistyssakko säilyy rekisterissä noin kolme vuotta. Poliisirekisteri näkyy kaikilla poliisi-, tulli- ja rajaviranomaisilla ja vaikuttaa näin aina heidän kanssaan asioidessa.



Rikollisuus Suomessa

Suomessa rikosseuraamuslaitoksella on

- 37
- 26
- 11 vankilaa

Yleisin varastettava esine Suomessa on

- Matkapuhelin
- Lompakko
- Pyörä

Poliisin tietoon tulee vuosittain

- Noin 500 000 rikosta tai rikkomusta
- Noin miljoona rikosta tai rikkomusta
- Noin 750 000 rikosta tai rikkomusta

Päiväsakon alin määrä on

- 15€
- 6€
- 3€

Päiväsakot voi muuttaa vankeudeksi, mikäli niitä ei makseta

- Totta
- Tarua

Suomessa vuonna 2018, vankeja oli päivittäin

- Noin 1000
- Noin 3000
- Noin 8000

Suurin vankiryhmä muodostuu

- Rattijuopumuksesta tuomituista
- Varkauksista ja petoksista tuomituista
- Pahoinpitely- ja väkivaltarikoksista tuomituista



Miten kävisi...

Vedät junassa hätäjarrusta turhaan

- 2kuukautta ehdollista vankeutta
- Kuukausi vankeutta
- Sakkoa

Teet paksulla permanentti tussilla tagin/ piirroksen historiallisesti merkittävään patsaaseen

- Sakko - Enintään vuosi vankeutta, mahdolliset vahingonkorvaukset
- Sakko - Enintään puoli vuotta ehdollista vankeutta, mahdolliset vahingonkorvaukset
- Sakko, mahdolliset vahingonkorvaukset

Olet kylässä ystävälläsi ja otat luvatta omaksesi toiselle kuuluvan kalliin, uuden, puhelimen

- Ei rangaistusta, jos palautat puhelimen rikosilmoituksen teon jälkeen.
- Sakko - Enintään 3 kuukautta vankeutta
- Sakko - Enintään vuosi ja kuusi kuukautta vankeutta

Ajat skootterilla päihtyneenä. Veren mitattu alkoholipitoisuus on 1.8promillea

- 60 päiväsakkoa - Kaksi vuotta vankeutta
- 20 päiväsakkoa - Vuosi vankeutta
- 100 päiväsakkoa - Kolme vuotta vankeutta

Lyöt nyrkillä henkilöä, joka haukkuu sinua, aiheuttaen tälle mustan silmän

- Sakko – 3 kuukautta vankeutta
- 6 kuukautta ehdollista vankeutta
- Sakko – Kaksi vuotta vankeutta

Poliisikoira merkkää sinut ja taskustasi löytyy pieni määrä kannabista, jota olet viemässä kaverillesi

- Sakko
- 2 kuukautta vankeutta
- Sakko – Kaksi vuotta vankeutta

SELVITYS LUVATTOMASTA POISSAOLOSTA (ent. HATKAKERTOMUS)

Nuoren nimi: _____

Voit kirjoittaa omin sanoin mitä oikein tapahtui.

Pääasia on, että vastaat kysymyksiin jotakin muuta kuin "en tiedä". Tarkoitus on, että sinä itse rauhoitut pohtimaan hatkareissusi syitä ja vaikutusta tilanteeseesi. Olemme huolissasi tilanteestasi ja tarkoitus on auttaa sinua.

Kerro rohkeasti mikäli olet kohdannut ahdistavia tai pelottavia tilanteita, joihin tarvitset tukea! Olemme täällä sinua varten.

Miksi lähdit, millaiset syyt tai tunteet saivat karkaamaan?

Olitko suunnitellut karkaamista etukäteen vai oliko se hetken mielijohde?

Oliko sinulla turvallinen yöpaikka?

- Kyllä
- Ei

Käytitkö alkoholia tai muita päihteitä?

- Kyllä
- En

Jouduitko ahdistavaan tai pelottavaan tilanteeseen?

- Kyllä
- En

Jos vastasit "Kyllä" - Millaiseen tilanteeseen jouduit?

Miltä tuntui olla hatkoissa?

Tapautuiko hatkareissun aikana jotain mihin tarvitsisit tukea?

- Kyllä
- Ei

Koitko/näitkö väkivaltaa tai painostamista/pakottamista seksiin tai muuhun seksuaaliseen tekoon?

- Kyllä
- En

Jouduitko vaihtamaan seksiä saadaksesi esimerkiksi yöpaikan tai päihteitä?

- Kyllä
- En

Mikä sai sinut palaamaan takaisin?

Mitä ajattelet tilanteestasi nyt? Mitä toivoisit meiltä?

Muita asioita, joista haluaisit kertoa?

LIITE 2. Kutsukirje aivoriihiin

Hei!

Herttoniemen vastaanotto on ottanut vastaan opinnäytetyön, jossa yhteistyössä työyhteisön kanssa päivitämme "sisänuorikansiota". Tavoitteenamme on yhteistyössä työntekijöiden kanssa käydä tehtäviä sekä niiden käytettävyyttä läpi, sekä innovoida uusia tehtäviä ja tapoja, jotka palvelisivat niin asiakkaita kuin työntekijöitä.

Kutsumme teidät mukaan kahteen aivoriiheen, jotka pidetään viikkokokouksen jälkeen vastaanoton tiloissa. Ensimmäisessä aivoriihessä pääpaino on innovoinnissa ja toisessa yksityiskohtien viilauksessa sekä arvioinnissa.

Aivoriihet toteutetaan 23.1 ja 30.1 klo 14.00-14.30.

Tapaamisissa pohtisimme yhdessä nykyisten tehtävien toimivuutta, sekä innovoimme uusia tehtäviä, joilla voitaisiin tukea paremmin kohtaamista, tutustumista, puheeksiottamista sekä tapoja joilla tehtävät olisivat mielekkäämpää tekemistä nuorelle. Haluaisimme muun muassa käydä läpi ajatuksianne aihealueista: Mikä nykyisissä tehtävissä on toimivaa? Kaivataanko tehtäviin lisää aihealueita? Onko jokin turhaa? Mitä tietoa olisi hyvä tarjota nuorille tehtävien muodossa? Millä keinoin nuori motivoituisi tekemään tehtäviä siten, että niiden tarjoama tieto auttaisi arviointijakson laadun parantamisessa?

Mikäli teille tulee jotakin kysyttävää, missä vaiheessa tahansa. Meidät saa kiinni puhelimitse tai sähköpostitse.

- Lotta: XXX-XXXXXXX, lotta.ferm@student.diak.fi
- Johanna: XXX-XXXXXXX, johanna.turunen@student.diak.fi

Ystävällisin terveisin Lotta Ferm ja Johanna Turunen,

Diakonia-ammattikorkeakoulu _ Diak Helsinki.

LIITE 6 Teemahaastattelun runko

Teemahaastattelu "sisänuorikansio"/"omaohjaaja"- tehtävistä lastensuojelun vastaanottoyksikön työntekijälle.

1. Oletko toiminut nuorelle omaohjaajana?
 - a. Mitä omaohjaajuus tarkoittaa ja mitkä ovat sen tavoitteet?
2. Miten ja missä tilanteissa käytät omaohjaaja- kansion tehtäviä asiakkaiden kanssa?
3. Miten omaohjaaja- tehtävät auttavat sinua työssäsi?
 - a. Esimerkiksi toimivat tehtävät keskustelun avaamisessa tai auttavatko tehtävät tutustumaan nuoreen paremmin?
 - b. Tarkistatteko tehtäviä yhdessä nuoren kanssa?
4. Miten näet tehtävien vastaavan nuorten ikää ja osaamista vastaaviksi?
5. Miten nuoret suhtautuvat tehtävien tekemiseen?
6. Mitä nuori saa tehtävien tekemisestä?
7. Mitä mieltä olet tehtävistä visuaalisesti?
8. Miten nykyisissä tehtävissä otetaan huomioon nuorten erityishaasteet, kuten esimerkiksi lukihäiriöt tai keskittymisvaikeudet?
9. Mikä tämän hetkisissä tehtävissä on hyvää tai huonoa?
10. Kaipaako tehtäviin jotain lisää? Mitä?
11. Onko sinulla muuta kommentoitavaa asian tiimoilta?