



Kriisipuhelin

Susanna Winter

Kriisipuhelintoiminnan päällikkö, sosiaalipsykologi

MIELI Suomen Mielenterveys ry 5.1.2021

Kriisipuhelin

- Kolme kielilinjaa, keskusteluapua neljällä kielellä
 - Suomenkielinen linja 09 2525 0111
 - Ruotsinkielinen linja 09 2525 0112
 - Arabian- ja englanninkielinen linja 09 2525 0113.
- Suomenkielinen linja siirtyi 24h-aukioloon 1.2.2020.

Kriisipuhelin 2020


90 072 vastattua soittoa (+ 61 % vrt. 2019).

- 150 soittoa/vrk 2019 →
250 soittoa/vrk 2020.

282 365 soittoyritystä (+ 33 % vrt. 2019).

- 580 soittoyritystä/vrk 2019 →
770 soittoyritystä/vrk 2020.

Vastausprosentti **32 %** (+ 5 % vrt. 2019).

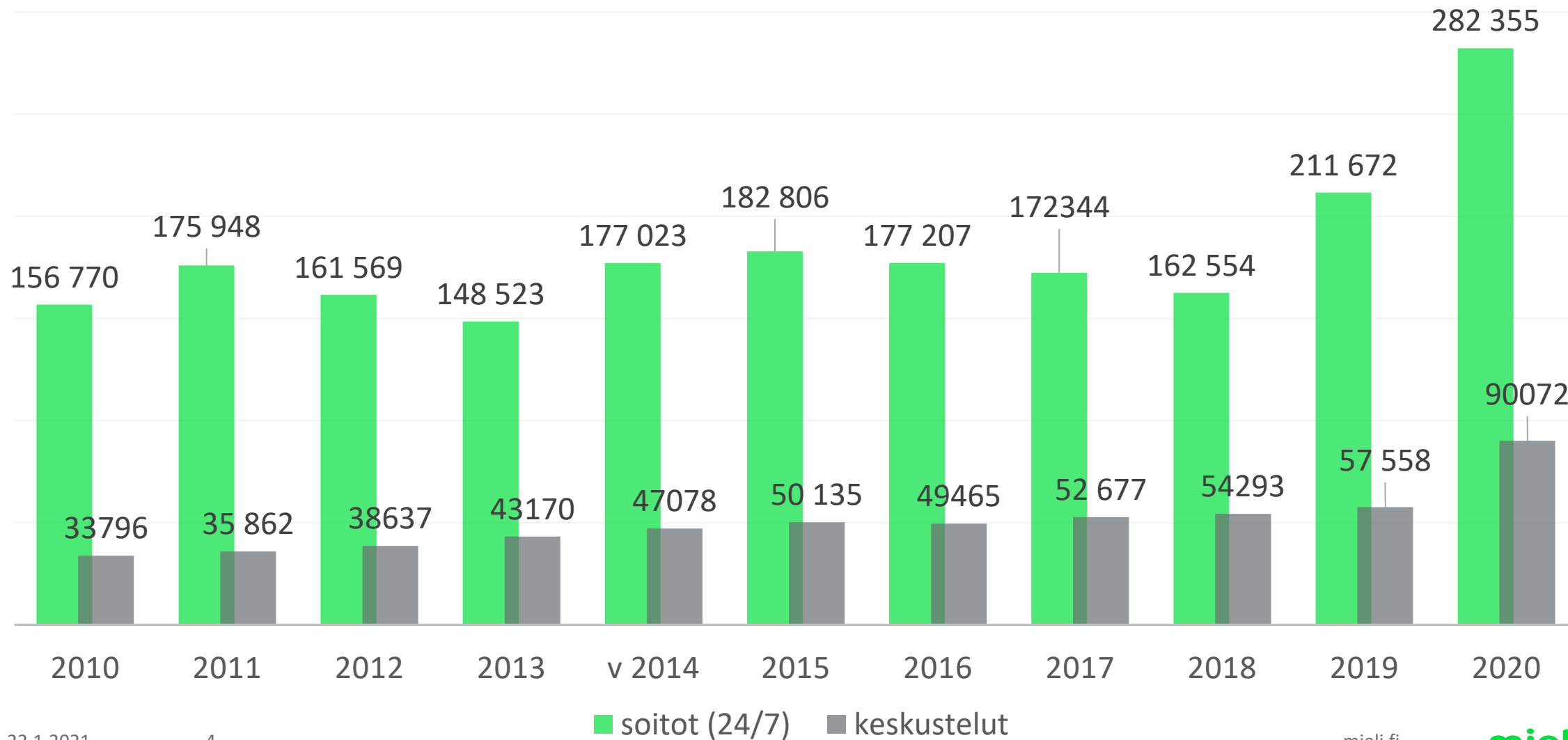


”Tää taisi nyt
olla elämäni tärkein
puhelu.”

- Palaute Kriisipuhelin-soittajalta

Muutosten ja ennätysten vuosi 2020

Kriisipuhelin: soittoyritykset ja vastatut soitot 2010 - 2020

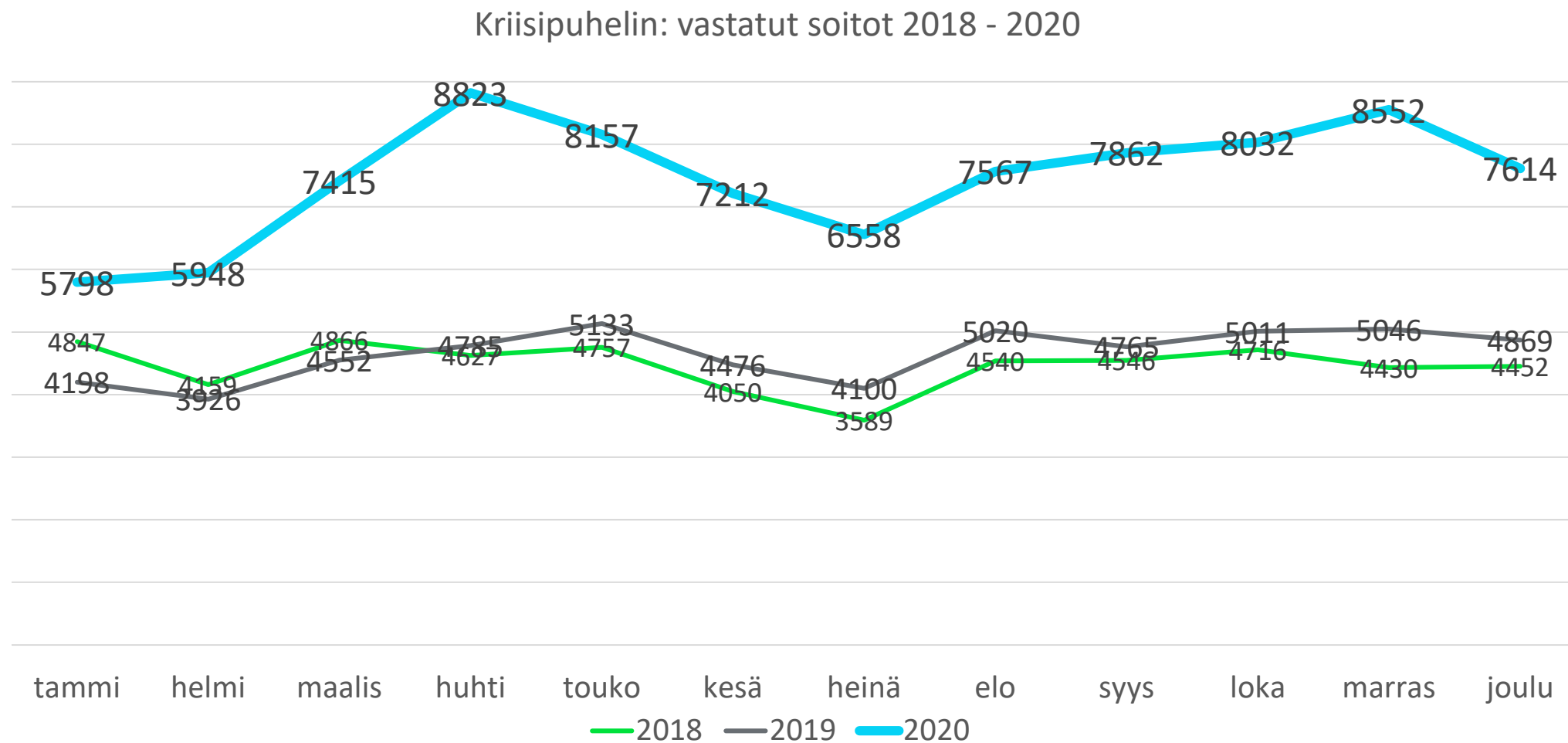


Vuonna 2020

- Yli **34 000** vastattua soittoa enemmän kuin vuonna 2019 (+ 61 %).
- Lähes **70 000** soittoyritystä enemmän kuin vuonna 2019 (+ 33 %).

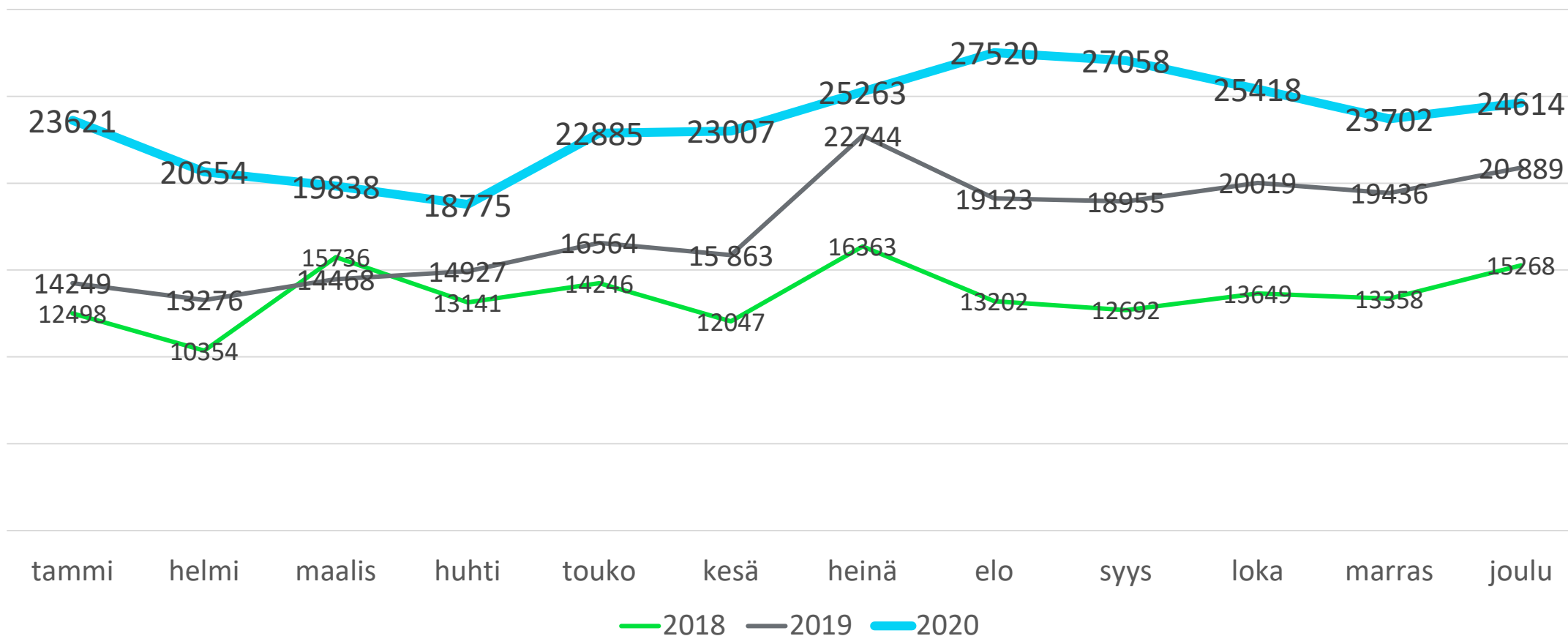


Vuonna 2020 vastattuja soittoja 61 % enemmän kuin vuonna 2019



Vuonna 2020 soittoyrityksiä 33 % enemmän kuin vuonna 2019

Kriisipuhelin: soittoyritykset 2018-2020



Soittoyritykset ja vastatut soitot Kriisipuhelimen ruotsin- ja arabiankielisillä linjoilla

Kriisipuhelimen arabiankielinen linja 2020

- **1 146** soittoyritystä ja
- **325** käytyä keskustelua
- (667 soittoyritystä ja 255 käytyä keskustelua vuonna 2019).

2018 - 2020

- **2 370** soittoyritystä ja
- **843** keskustelua.



خط مساعدة الازمات
هل تشعر بالوحده او تواجهك
صعوبات في الحياة؟
اتصل بنا 09 2525 0113

Kriisipuhelimen ruotsinkielinen linja, Kristelefon, 2020

- **1 070** soittoyritystä ja
- **215** käytyä keskustelua.

1.4.-31.12.2019

- **520** soittoyritystä ja
- **124** käytyä keskustelua.



Soittojen syyt



”Helpottaa, kun
saa jutella.
Saa purkaa pahan
mielen pois.”

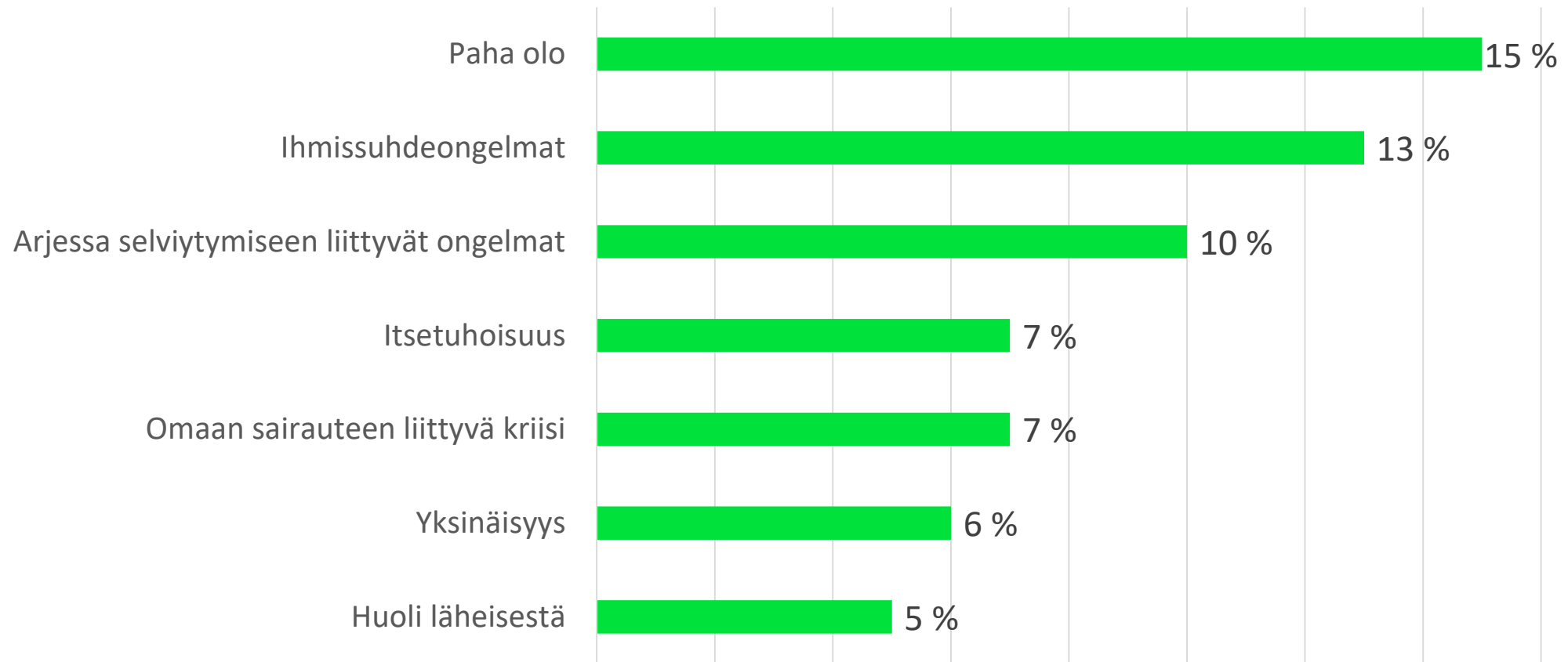
-Palaute Kriisipuhelin-soittajalta

Koronavuosi muutti syyt soittaa Kriisipuhelimeen

- Koronakriisin myötä **paha olo**, erityisesti ahdistuneisuus, on noussut yleisimmäksi soiton syyksi (15 %).
- Edellisvuosina yleisin soiton syy on liittynyt **ihmissuhdeongelmiin ja huoleen läheisestä** (vuonna 2020 13 %).
- Kolmanneksi yleisin soiton syy liittyy **arjessa selviytymiseen** (10 %), kuten opiskelun ja työelämän ongelmiin, vaikeuksiin palveluissa tai uupumiseen.

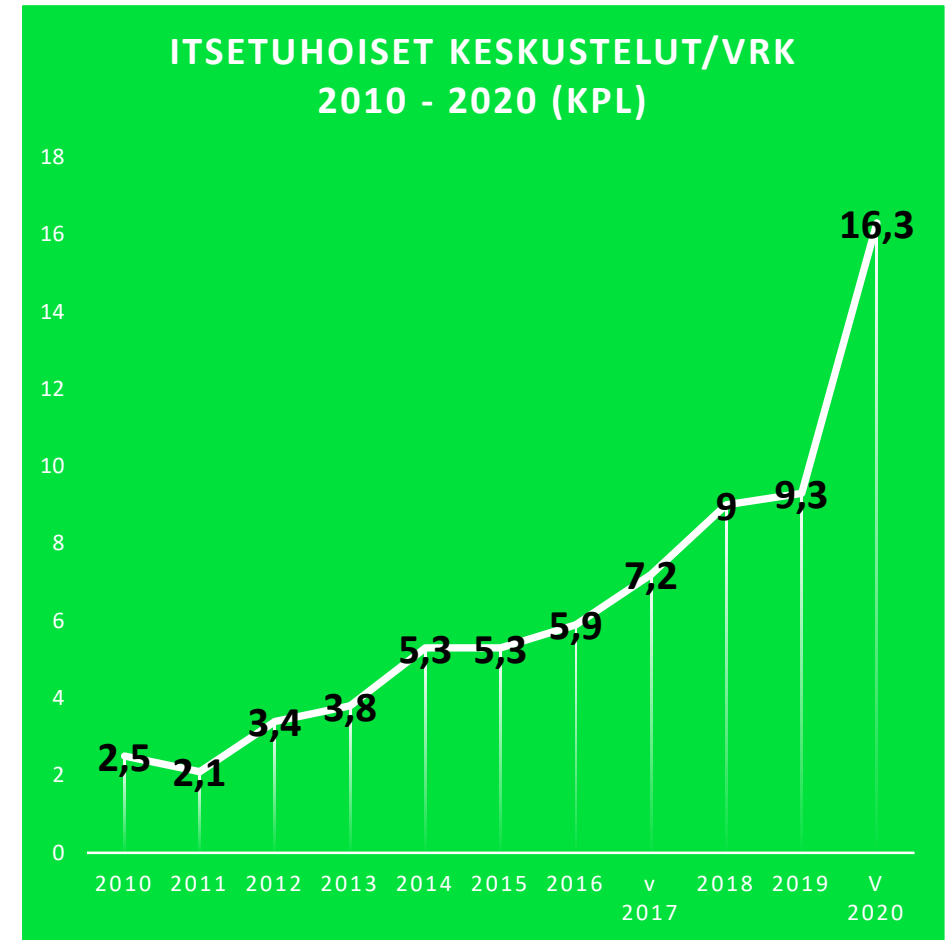
Yleisin soiton syy liittyi pahaan oloon

Soiton syyt Kriisipuhelimeen vuonna 2020 (%)



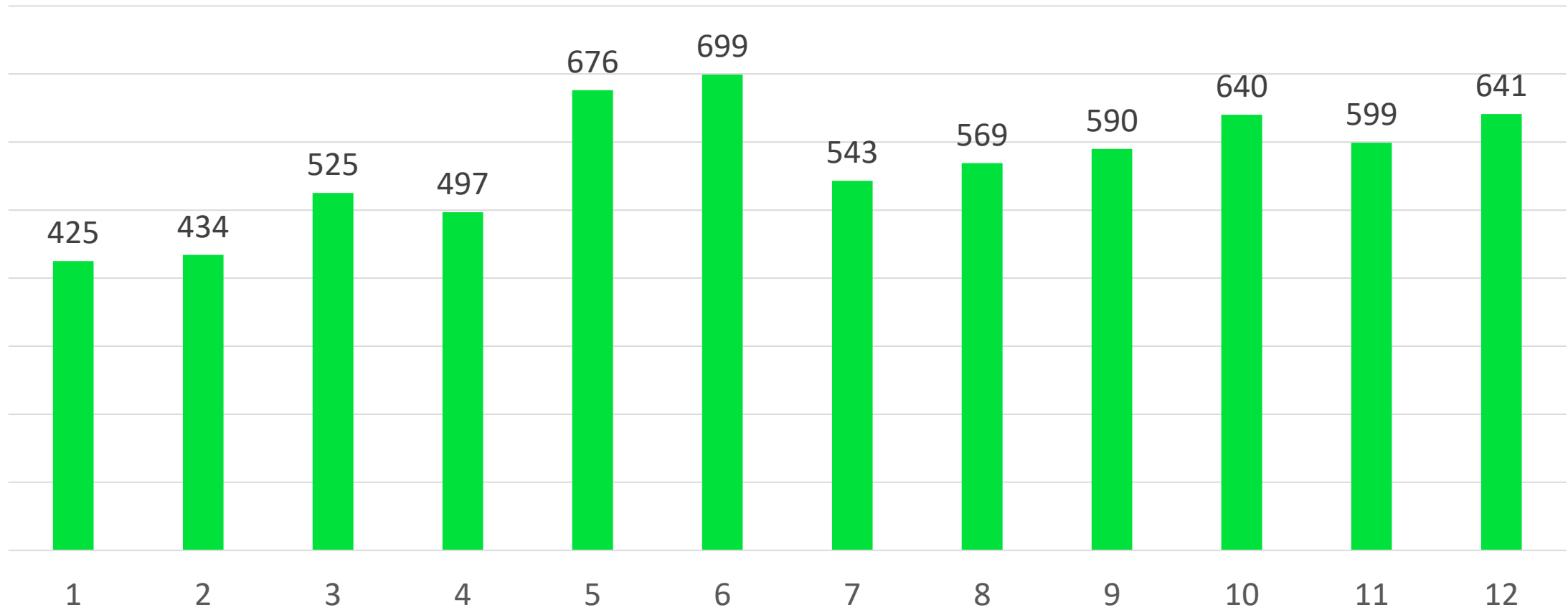
Itsetuhoisten soittojen määrä kasvoi

- Vuonna 2020 Kriisipuhelimessa käytiin vuorokaudessa keskimäärin **16** keskustelua, jossa soittaja oli itsetuhoinen tai huolissaan itsetuhoisesta läheisestään.
- Vuonna 2019 vastaavia keskusteluja käytiin vuorokaudessa noin 9 kappaletta.
- Akuutti itsemurhavaara on keskimäärin **3** :ssa puhelussa vuorokaudessa.



Itsetuhoisia soittoja eniten kesäkuussa

Kriisipuhelin 2020: Itsetuhoisten soittojen määrä (kpl) / kk



Kuka soittaa Kriisipuhelimeen?

”Tämän keskustelun
muistan ehkä
loppuelämäni.
Kerrankin joku kuunteli
ja osasi kysellä
oikeita asioita.”

-Palaute Kriisipuhelin-soittajalta



Kriisipuhelin tavoittaa myös miehet ja nuoret aikuiset

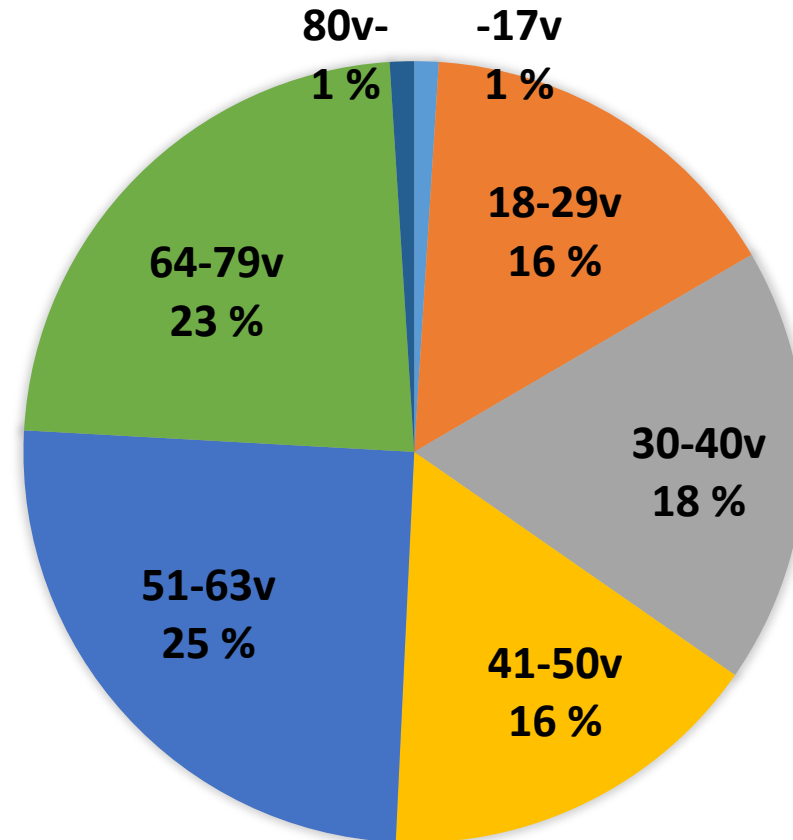


66 %



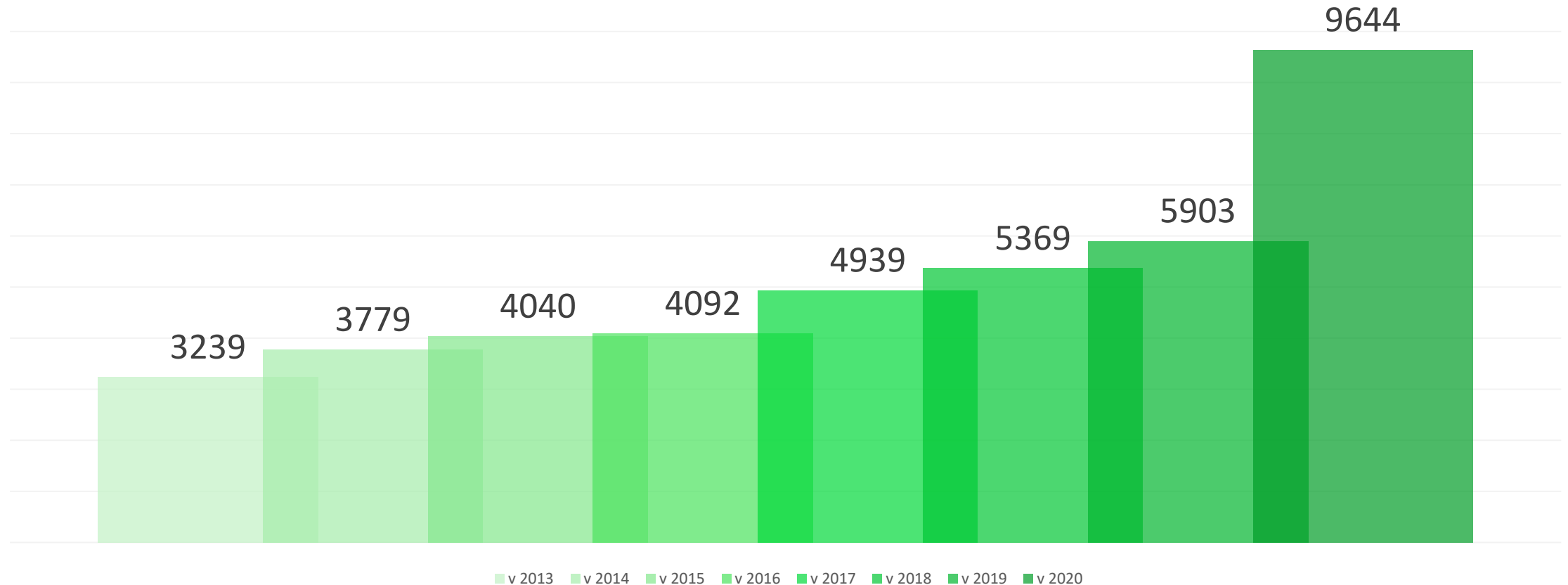
34 %

Kriisipuhelimeen soittaneiden ikäjakauma (%)



Yhä useammin Kriisipuhelimeen soittaa nuori aikuinen

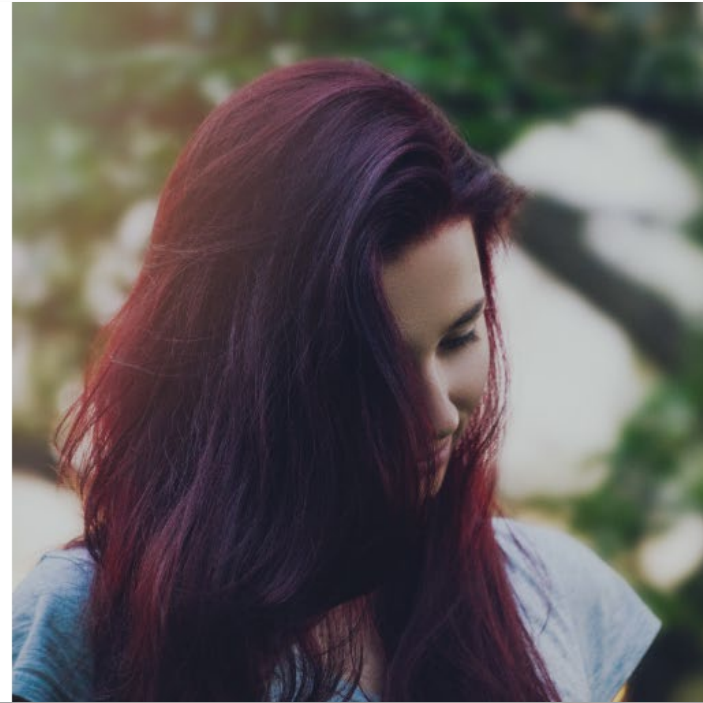
Kriisipuhelimessa alle 30-vuotiaiden kanssa käytyt keskustelut (kpl)
2013 - 2020



Kuka vastaa Kriisipuhelimesta? Voiko yksi puhelu auttaa?

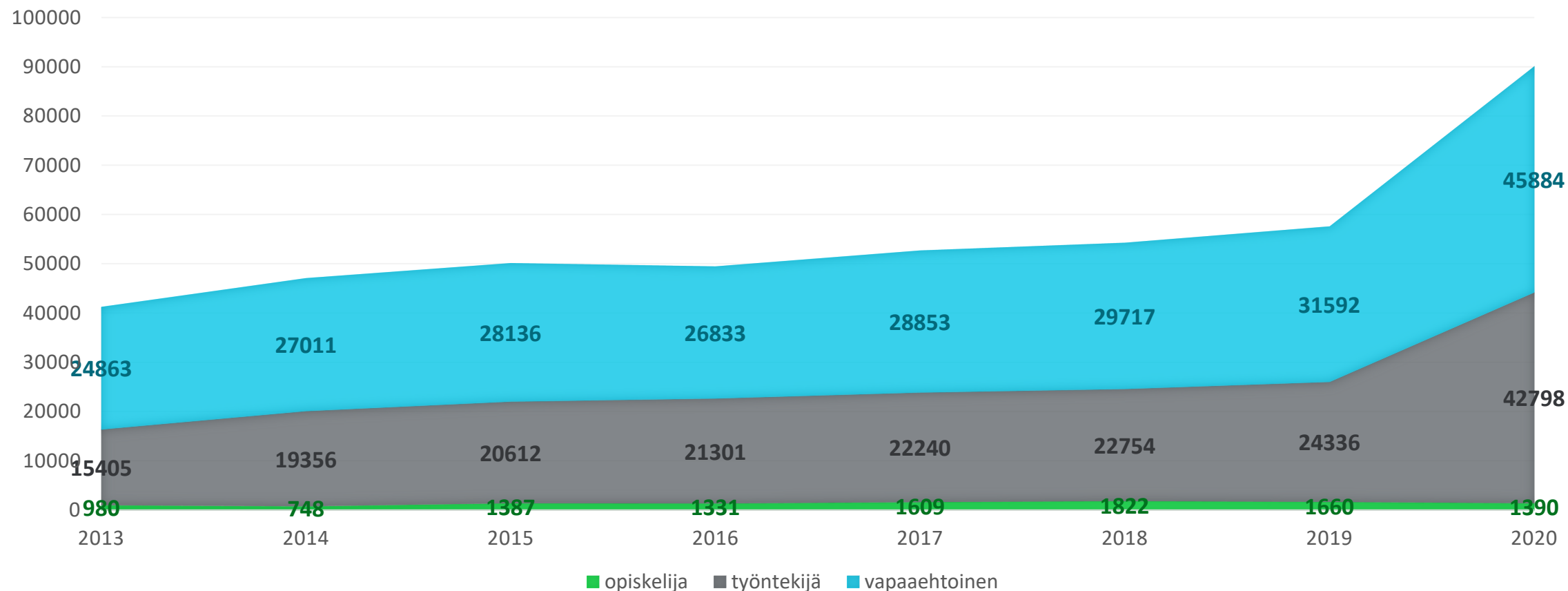
”Puhelun alussa itketti ja oli ehkä vähän sekainen olo, mutta lopussa pystyin jo hymyilemään ja nauramaan. Tuli taas puhtia arkeen ja jaksamiseen. Kiitos!”

-Palaute Kriisipuhelin-soittajalta



Kriisipuhelimesta vastaavat kriisityön ammattilaiset ja koulutetut vapaaehtoiset

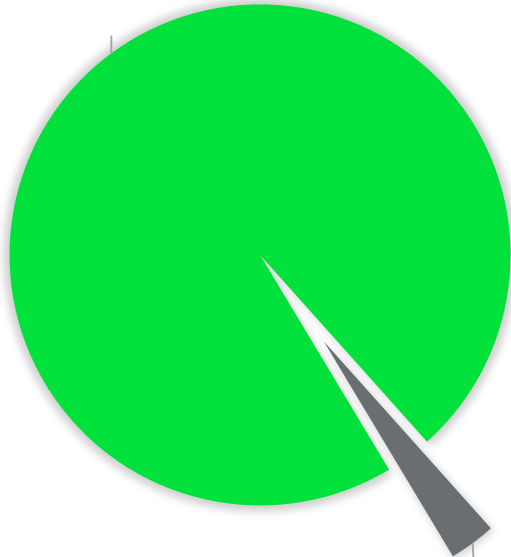
Kriisipuhelimen päivystäjät 2013 - 2020



Soittajat ovat yleensä hyvin kiitollisia keskustelusta

Soittajien palaute Kriisipuhelimesta

97 % kiittävää



3 % kriittistä

33 968 soittoa päättyi kiittävään palautteeseen (17 891 kpl vuonna 2019).

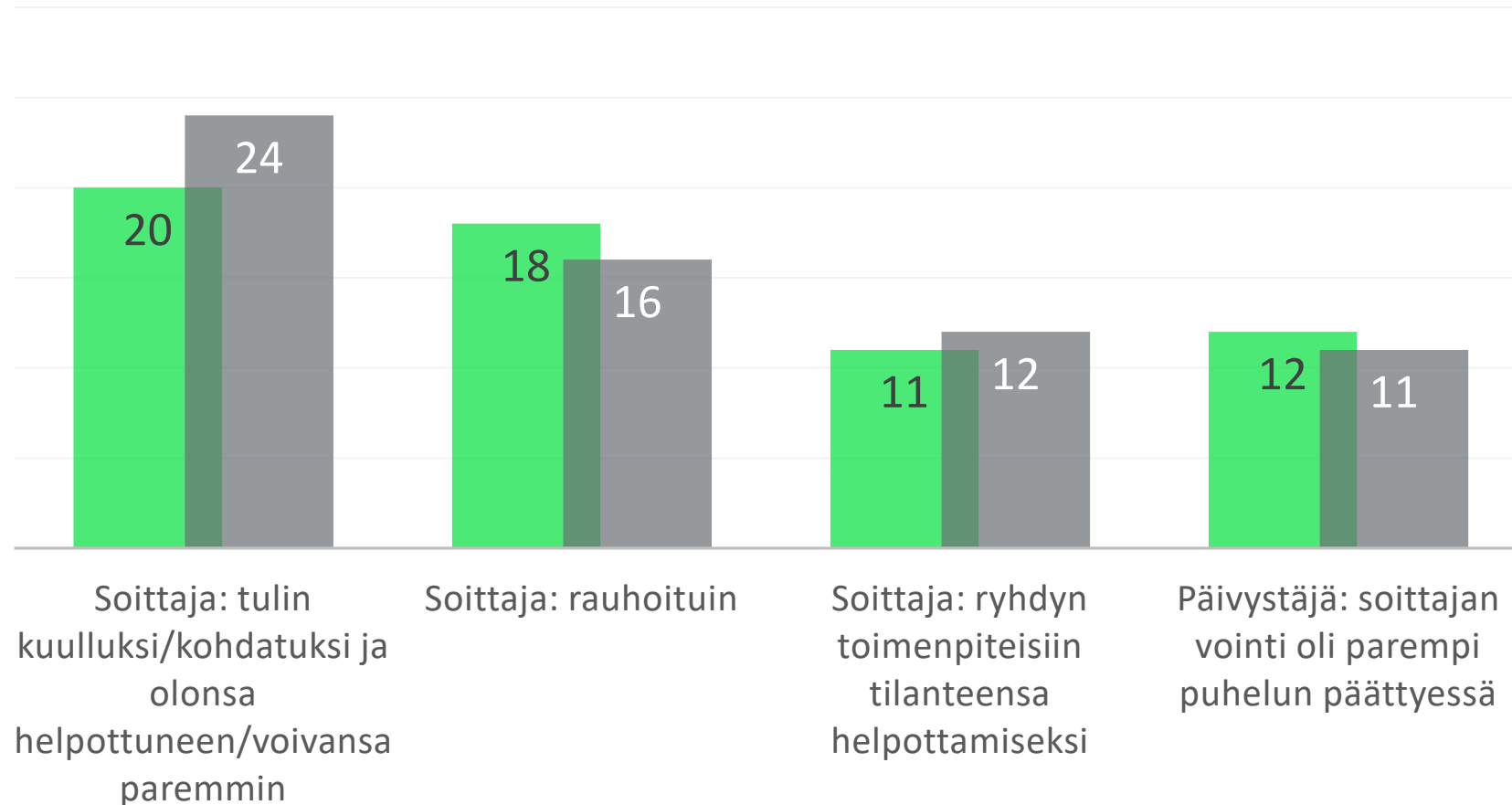
Kriittistä palautetta jätettiin keskustelun loppuksi 958 kertaa (570 kpl vuonna 2019).

Soittajien palautteita syksyiltä 2020

- ”Tää taisi nyt olla elämäni tärkein puhelu.”
- ”Olen saanut kriisipuhelimesta apua yksinäisyyteen ja jaksamiseen.”
- ”Poliisi neuvoi soittamaan tänne. Hyvä kun sain puhua peloistani.”
- ”Hyvä, että kuuntelet. Saan huutaa tuskani ilmoille.”
- ”Kiitos, piti vaan kuulla hetken aikaa jonkun ääni.
- ”Teette todella arvokasta työtä, sait yhden ihmiseen voimaan paremmin”
- ”Nyt on taas helpompi hengittää, paniikki helpotti.”
- ”Mä sain sulta nyt apua siihen, että ei tää elämä nyt kyllä tähän lopu.”
- ”Rauhoitti mieltä, tämä puhelinnumero on pelastanut minut itsemurhalta useamman kerran.”
- ”Kiitos että on tällainen paikka johon voi soittaa.”
- ”Pitkään puntaroin, että soitanko ja onneks soitin... tää oli tosi hyvä juttu.”
- ”Tää oli kyllä super super ihana että sinä olit siellä kuuntelemassa, vaikka musta tuntui niin pahalta, mutta sain uutta näkökulmaa elämääni ja suruuni, että lupaan etten tee itselleni mitään pahaa ainakaan lähiaikoina. Suuri sydämellinen kiitos.”
- ”Tämä keskustelu auttoi pahalla hetkellä.”
- ”Kiitos, oli hienoa kun sai puhua kanssasi. Tällaista mielenterveystyön pitäisikin olla että saa joltain apua nopeasti, kun saa tällaisen hepulin.”
- ”Itkin kun soitin sinne, nyt nauran.”
- ”Ilman teidän apua olisin tehnyt itsarin.”
- ”Jutellessa tuntui, että meillä oli oikea yhteys, ja naurettiin, vaikka ensin itketti.”
- ”Teette uskomattoman hienoa työtä Kriisipuhelimesta. Olette minun tukiverkostoni ja saan näistä keskusteluista voimia.”
- ”Aivan huippua, että olette siellä. Kyllä helpotti, kun sain purkaa ahdistukseni.”
- ”Tuli parempi mieli jo ja ahdistus helpotti kun asioista sai puhua.”

66 %:ssa puhelusta päivystäjä arvioi, että keskustelusta oli soittajalle hyötyä

Keskustelun keskeiset vaikutukset, kun keskustelusta on ollut hyötyä (%)



1 905
keskustelussa
soittaja
sanoi puhelun
päätteksi, ettei aio
satuttaa itseään tai
tehdä itsemurhaa.



“

Kiitos, kun sai jutella.
En ookaan yksin.

-PALAUTE KRIISIPUHELIN-SOITTAJALTA

mieli