

NUORISO- TYÖN KRIISI- KANSIO

Ohjeita
tehostetun
nuorisotyön
tekemiseen.

Nuorisotyön kriisikansio

Tämä Nuorisotyön kriisikansio sisältää nuorisotyön valmiussuunnitelman, taustaa nuorisotyön roolista kriisitilanteiden hoidossa, tietoa nuorista ja kriiseistä sekä työkirjan valmiussuunnitelman tekemiseen tai päivittämiseen.

Valmis valmiussuunnitelma sisältää erilaisia toimintamalleja tehostettua nuorisotyötä ja erilaisia kriisitilanteita varten sekä tietoa erilaisista kriiseistä ja ongelmien tunnistamisesta. Kansio on tarkoitettu nuorisotyöntekijöiden käyttöön ohjeeksi kriisitilanteisiin ja tietopankiksi arjessa.

Kansio on myös työkalu nuorisotyön valmiuden kehittämiseen kriisitilanteissa ja yhteistyön rakentamiseen eri toimijoiden välillä.

SISÄLTÖ:

1. Valmiussuunnitelma
 - *Työkirjan avulla luotu/päivitetty nuorisotyön valmiussuunnitelma.*
2. Nuorisotyön kriisivalmius ja tehostettu nuorisotyö
 - *Tietoa nuorisotyön tehtävästä ja roolista osana kunnan kriisivalmiutta sekä nuorten hyvinvoinnista huolehtimista.*
3. Nuori ja kriisit
 - *Tietoa nuorten kriiseistä, niiden kohtaamisesta ja käsittelystä.*
4. Työkirja valmiussuunnitelman tekemiseen tai päivittämiseen
 - *Ohjeita, tietoa ja pohjia valmiussuunnitelman tekemiseen.*
5. Liitteet
 - *Valmiussuunnitteluun liittyvä muu materiaali.*

Tämä kansio on tuotettu Suomen Nuorisotyö – Allianssin Nuorisotyön kriisivalmiuden kehittämishankkeessa Opetus ja kulttuuriministeriön rahoituksella.

Nuori ja Kriisit -osio on toteutettu yhteistyössä Suomen Mielenterveysseuran kanssa.



Opetus- ja
kulttuuriministeriö

**NUORISO-
TYÖN
KRIISI-
KANSIO**

NUORISOTYÖN KRIISIVALMIUS JA TEHOSTETTU NUORISOTYÖ

Mitä on nuorisotyön kriisivalmius?

Nuorisotyön tehtävänä nuoria koskevassa kriisitilanteessa on toteuttaa tehostettua nuorisotyötä muun kriisityön tukena. Mitä tämä tarkoittaa?

Paikkakunnan lapset, nuoret, aikuiset, nuorten perheenjäsenet tai muut heille läheiset ihmiset voivat joutua äkilliseen onnettomuuteen tai uhkaavaan tilanteeseen. Kriisitilanteiksi voidaan katsoa esim. nuoren, nuorisotyön henkilökunnan jäsenen tai heidän läheistensä kuolema, vakava onnettomuus, itsemurha tai sen yritys. Nuoria tai henkilökuntaa koskettava tapahtuma voi sattua nuorisotyön toiminnassa, oppilaitoksessa, lähistöllä tai aivan jossain muualla.

Järkyttävä tapahtuma ja siihen liittyvät traumaattiset reaktiot vaikeuttavat merkittävästi paitsi nuoren, myös hänen lähiyhteisönsä toimintaa. Oikein kohdistetuilla toimilla voidaan lieventää tapahtumasta aiheutuvaa haittaa sekä tukea nuorta ja yhteisöä arkeen palaamisessa. Jotta kriisitilanne olisi hallittavissa, tarvitaan etukäteen laadittu suunnitelma sekä koulutusta ja harjoitusta suunnitelman käyttöönottamiseksi. Nuorisotyön ammattilaisia ja muuta henkilökuntaa perehdytetään toimintaan kriisitilanteissa ja niiden jälkeen. Tavoitteena on tukea kriisissä olevan nuoren omaa selviytymistä ja nopeuttaa sitä. Toiminta tapahtuu yhdessä eri yhteistyötoimien sekä vanhempien kanssa.

Kunnan yleisestä kriisivalmiudesta ja psyykkisestä kriisityöstä on säädetty laissa. Käytännössä tämän toiminnan ulkopuolelle jää kuitenkin suuri joukko nuoria, joita kriisi koskettaa. Nuorisotyön toimintaa tarvitaan, koska järkyttävä tapahtuma voi aiheuttaa traumaattisia reaktioita myös muille kuin kriisissä suoraan osallisina olleille.

Nuorisotyön mahdollisuudet ja toimintatavat

Nuorisotyössä voidaan vahvistaa nuorten mielenterveyttä tukevia voimavaroja, ennakoida hankalien tilanteiden tai kriisien kohtaamista sekä kasvattaa resilienssiä eli kykyä toimia, sopeutua ja toipua häiriötilanteesta ja sen jälkeen. Kun nuorisotyön ammattilaiset ovat läsnä nuoren elämässä, on nuorella hyvä mahdollisuus tulla nähdyksi, kuulluksi ja kohdatuksi. Erityisen tärkeää tämä on kriisitilanteiden koskettaessa nuorta.

Nuorisotyötä toteutetaan suureksi osaksi nuorten vapaa-aikana, ja nuorisotyö mahdollistaa ja antaa tilaa merkityksellisille kohtaamisille, aikuisen ajalle. Nuorisotyöntekijä on monelle nuorelle tärkeä ja läsnä oleva, turvallinen aikuinen.

Nuoren itsetuntoa ja itsetuntemusta tuetaan kannustamalla ja antamalla palautetta. Identiteettiä ja kokemusta itsestä luodaan tilanteissa, joissa nuorella on mahdollisuus saada onnistumisia ja löytää uusia taitoja ja puolia itsestään. Nuoren kanssa voidaan jutella päivän tapahtumista, huolista ja ilonaiheista sekä tunteista. Tunnetaitoja vahvistetaan keskustelun lisäksi toimin-

nallisuudella ja luovilla keinoilla. Näitä keskusteluja käydään luontevasti nuorisotyön arjessa, yhteisen tekemisen lomassa. Tätä taitoa ja kokemusta tarvitaan myös kriisitilanteissa.

Mitä tehostettu nuorisotyö on?

Tehostettu nuorisotyö on kriisitilanteessa ja sen jälkeen aktivoituvaa nuorisotyön keinoin tapahtuvaa nuoria tukevaa toimintaa. Tämä tarkoittaa:

- Aikuisen paremman saavutettavuuden luomista: pidennettyjä aukioloaikoja, keskustelutilaisuuksia, läsnäoloa eri paikoissa, läsnäoloa sosiaalisessa mediassa jne.
- Kohtaamisia: keskusteluja nuorten kanssa yhdessä tai kahden kesken.
- Tukea: kriisitilanteeseen liittyvää monialaista yhteistyötä nuoren tukemiseksi.

”Tärkeintä on, että kriisin keskellä jokaisella nuorella on mahdollisuus kohdata turvallinen aikuinen turvallisessa ympäristössä.”

Nuorisotyön tehostetut toimenpiteet on suunnattu kaikille niille nuorille, joita tapahtunut kriisi on jollain tavoin koskettanut – suoraan tai välillisesti. Ne kohdistetaan kaikille niille nuorille, jotka tarvitsevat jotain tukea kriisin käsittelyyn, riippumatta siitä mistä he tulevat. Erityistä tukea kaipaavat nuoret ohjataan ammattimaisen psykologisen tuen pariin.

Tehostetun nuorisotyön näkökulmasta tärkeitä eivät ole vain suuret onnettomuudet ja uhat, vaan arjessa nuorten hyvinvointia uhkaavat ja järkyttävät tilanteet. Kriisi voi olla äkillinen onnettomuus, mutta myös huomaamattomasti etenevä tapahtumaketju, joka kärjistyy. Näiden ”pienien” kriisien käsittelyn ja niistä saadun kokemuksen kautta saavutetaan resilienssin kasvua ja mikä tärkeintä, estetään pienten asioiden pahemmaksi muuttuminen.

Nuorisotyöllä on oma tärkeä roolinsa turvallisuuden lisääjänä ja tätä kautta nuorten hyvinvoinnin ylläpitäjänä. Nuorisotyön keinoin voidaan tukea paluuta kriisitilanteista normaaliin arkeen sekä käsitellä ajankohtaisia turvallisuusteemoja osallistavasti nuorten ehdoin. Esimerkiksi turvallisuuskävelyt, joissa viranomaiset tai virkamiehet kartoittavat nuorten kanssa yhdessä ympäristön turvattomia paikkoja ja ideoivat niiden korjaamista, ovat tähän yksi hyvä keino.

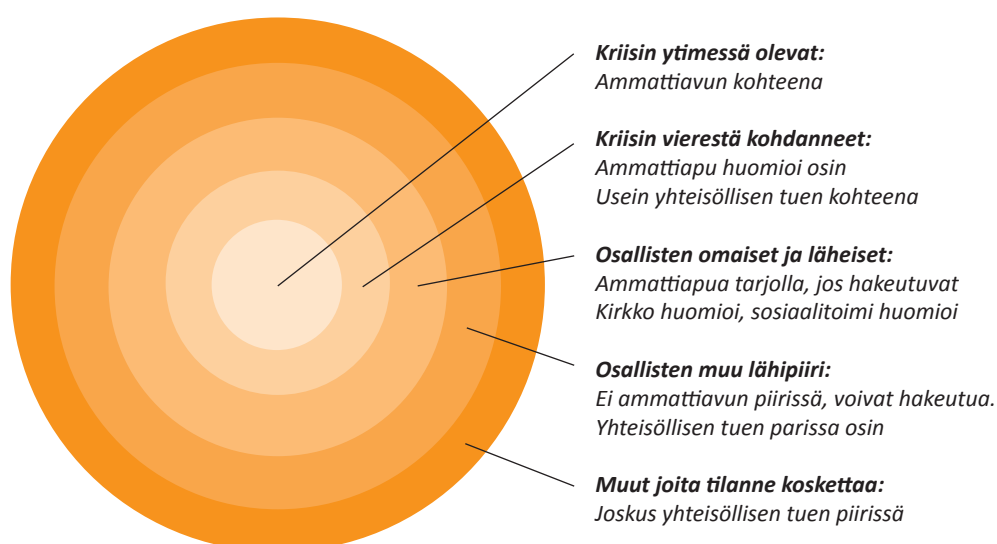
Kriisin kehät

Kriisitilanteessa on erilaisia osallisia. Kriisin ytimessä olleiden kriisitilanteen osallisten joukko on varsin rajattu. Usein kriisi koskettaa paljon laajemmin, ja myös erilaisen tuen tarvitsijoiden joukko voi olla varsin laaja. Tuen rajaaminen tai huomion keskittäminen vain uhreihin voi erityisesti nuorten kohdalla johtaa myöhemmin esiin nouseviin ongelmiin.

Kriisin ytimessä olevat ovat niitä nuoria, jotka ovat osallisena kriisitilanteessa. Vakavampien kriisien kohdalla he saavat akuuttia kriisiapua ja jälkihoitoa tapahtuneeseen liittyen. He ovat yleensä myös yhteisöllisen tuen, kuten ohjatun toiminnan, vertaistuen tai keskustelutilaisuuksien piirissä.

Kriisitilanteen vierestä kohdanneet lasketaan joskus osallisiin. Vierestä kohdanneiden joukkoon kuuluvat ne nuoret, jotka ovat olleet samassa tilassa tai välittömässä läheisyydessä tilanteen tapahtuessa. Mukaan lasketaan myös ne nuoret, jotka hetkeä aikaisemmin tai myöhemmin olisivat olleet mukana kriisitilanteessa. He ovat osin ammattiavun kohteena tai ainakin jotain tukea on usein tarjolla, hieman tilanteen mukaan vaihdellen. Tämä joukko on usein yhteisöllisen tuen kohteena.

Osallisten omaisille on tarjolla kriisiapua, ja he ovat usein myös yhteisöllisen tuen kohteena.



Osallisten muu lähipiiri koostuu niistä nuorista, joiden kaverit tai tutut ovat olleet mukana kriisitilanteessa. Tähän kuuluvat myös ne nuoret, jotka ovat mukana kriisin koskettamassa yhteisössä, mutta eivät itse ole olleet lähellä kriisitilannetta. Tämä ryhmä ei ole suoraan ammatillisen kriisiavun tai tuen kohteena. Nuorille voi kuitenkin olla tarjolla mahdollisuus hakeutua tai heitä voidaan ohjata kriisiavun pariin. Tämä ryhmä on joskus yhteisöllisen tuen piirissä ja joskus myös sen varsinaisena kohteena.

Muut joita tilanne koskettaa, ovat nuoria, joita kriisi koskettaa oman elämäntilanteen tai aiemmin lähellä tapahtuneen asian vuoksi. He eivät kuulu ammatillisen kriisiavun tai tuen kohteisiin. Joskus he ovat yhteisöllisen tuen kohteena tai piirissä, etenkin jos kyseessä on laajasti nuoria ja heidän turvallisuudentunnettaan tai jotain nuorten yhteisöä koskettava, muualla tapahtunut vakava kriisitilanne (kuten kouluampuminen).

Yhteistyön keskeisyys

Nuorten hyvinvoinnin näkökulmasta oleelliseksi nousee eri toimijoiden saumaton yhteistyö - erilaisen osaamisen yhdistäminen ja toimenpiteiden toisiaan täydentävyys. Onnistuakseen yhteistyö vaatii toisen toimijan tekemisen ja osaamisen tuntemista ja arvostamista. Tämän aikaansaamiseksi nuorisotyön on oltava itse aktiivinen, ja tähän valmiussuunnittelu tarjoaa hyvän välineen. Nuorisotyön valmiussuunnitelman tärkeä tehtävä on määritellä ja tehdä tunnetuksi nuorisotyön toiminta kriisitilanteissa: Miten tehostettu nuorisotyö tukee ja täydentää muiden toimijoiden tekemistä kriisitilanteessa ja mikä on nuorisotyön oma erityinen osaaminen ja tehtävä osana kokonaisuutta.

Kunnallisen nuorisotyön lisäksi, rinnalla tai ohessa vastaavaa työtä tehdään seurakuntien nuorisotyössä, kouluissa ja järjestöissä. Nuorisotyön valmiussuunnittelun yhtenä tehtävänä on koordinoita tätä työtä aukkojen tai turhan päällekkäisyyden välttämiseksi. Nuorisotyö tarkastelee kaikkia nuoria riippumatta siitä, keitä he ovat tai mistä he tulevat.

Kriisitilanteen jälkeisen ammatillisen psykologisen kriisiavun antajia ja kriisityön tekijöitä on useita, kuten:

- Poliisi
- Pelastuslaitos
- Kriisikeskus
- Terveyskeskus
- SPR:n kriisiapuryhmä
- Koulun kuraattori ja/tai terveydenhoitaja
- Kirkon henkisen huollon ryhmä
- Erityis-/kohdennetun nuorisotyön tekijät

Ammatillista kriisityötä tukevaa toimintaa tekevät

- Nuorisotyö
- Kirkon nuorisotyö
- Järjestöt
- Perheet/vanhemmat

Nuorisotyö ei ole psykologista kriisityötä. Tämä tarkoittaa, että esimerkiksi kriisi-sanankäyttöä tulisi välttää nuorisotyön toimien kuvaamisessa. Psykologisen työn sijasta tulisi puhua henkisestä tukemisesta. Samoin oman osaamisen suhteen tulee tiedostaa raja nuorisotyön ja ammattimaisen psykologisen työn välillä. Tämä raja liittyy myös joidenkin menetelmien käyttöön.

Yleisen työnjaon mukaisesti kriisiammattilaiset hoitavat psyykkisen ensiavun kriisin ytimessä eli tilanteessa mukana olleille mahdollisimman pian tapahtuman jälkeen. He voivat myös hoitaa tai olla mukana varhaisessa psykologisessa läpikäynnissä laajemmin käsitetyn osallisten joukon kanssa. Lisäksi tehtäviin kuuluu jälkihoidon tarpeen arviointi. Nuorisotyön kriisivalmius kunnissa -selvityksen mukaan yhteistyötä nuorisotyön kanssa kriisitilanteen eri tavoin koskettamien nuorten kohtaamiseksi ja hoitamiseksi tapahtuu varsin vaihtelevasti.

Henkisen tuen antaminen osallisten muulle lähipiirille jää käytännössä usein yhteisöjen (nuorisotyö, järjestöt, seurakunta, joskus koulu) tehtäväksi. Valitettavasti eri tahojen yhteistyö ei useinkaan toimi saumattomasti.

Erityisesti tiedonkulku nuoria koskevista asioista toimijalta toiselle on vaikea, mutta erityisen tärkeä asia. Tiedon nuorten poikkeavasta käyttäytymisestä eli mahdollisesta reagoimisesta kriisitilanteeseen pitäisi kulkea koulusta nuorisotoimen suuntaan, mutta myös toisinpäin sekä lisäksi järjestöjen kanssa. Kyseessä ovat samat nuoret ja nuorten yhteisöt.

Nuorisotyön erityisalue

Kriisitilanteen tapahduttua tehostetun nuorisotyön kohteena on erityisesti osallisten muu lähipiiri eli se nuorten yhteisö, johon osalliset kuuluvat tai kuuluivat. Erityisen tärkeitä ovat ne nuoret, jotka olivat melkein osallisia, mutta jotka eivät ole ammatillisen kriisiavun piirissä. Mahdollisen oireilun lisäksi tästä ryhmästä lähtevät herkimmin liikkeelle sosiaalisen median huhut ja paisuttelut, kun asioita lietsotaan aikuisen läsnäolon puuttuessa. Tähän liittyy mahdollisten tunnekokemusten hakeminen, jonka vastapainoksi tarvitaan normaaliuden tukemista.

Nuorille tulee olla tarjolla mahdollisuus asian yhteiseen ja yksityiseen käsittelyyn, vaikka he eivät olisi olleet suoraan osallisia kriisitilanteessa. Tärkeää on myös estää tilanteen koskettamisen nuorten jääminen yksin. Joidenkin kriisitilanteiden kohdalla yhteisöllisen tuen tarve voi olla laajempi, jopa koko nuorten yhteisöä koskettava. Tällöin tukea tulisi olla tarjolla myös koulun ja järjestöjen toiminnan piirissä. Huomattava on myös, että muualla tapahtunut kriisi saattaa osallistensa kautta koskettaa omaakin paikkakuntaa.

Kriisiin liittyvän sopeutumisprosessin sekä työstämis- ja käsittelyvaiheen työmuodot edellyttävät psykologisen työn osaamista, kun toimitaan kriisin osallisten kanssa. Laajemman piirin kanssa tarvitaan lähinnä ja erityisesti aikuisen läsnäoloa sekä tilaa ja mahdollisuutta nuorten vertaistukeen. Nuorisotyö tarjoaa osallisten joukolle myös yhteisöllistä tukea, joka osaltaan helpottaa arkeen palaamista ja tilanteen normalisoitumista.

Nuorisotyö on myös avainasemassa näkemään, jos joillekin yksittäisille nuorille tarvitaan ammattiapua tai jos laajemmalle joukolle tarvitaan työstämis- ja käsittelyvaiheeseen ammatillisesti ohjattua vertaistukea. Näiden tarpeiden varhainen havaitseminen voi säästää myöhemmin monilta vaikeuksilta.

Nuorisotyöntekijän tulee osata tunnistaa oma roolinsa ja osaamisensa rajat, jotta hän voi:

- Jakaa ja hakea tietoa nuorten tilanteesta.
- Ohjata resursseja tarvittaviin kohteisiin tiukasti rajatun osallisten ryhmän ulkopuolelle.
- Järjestää tiloja ja paikkoja matalan kynnyksen toimintaan ryhmille ja yksilöille.
- Tarvittaessa järjestää kriisityön ammattiosaamista nuorten tueksi tai ohjata sitä tarvitsevat nuoret sen pariin.

Erilaiset kriisit nuorisotyön näkökulmasta

Nuorisotyön valmiussuunnittelun kannalta voidaan varautua esimerkiksi seuraavanlaisiin kriiseihin:

- Onnettomuus nuorisotilassa
- Kuolemantapaus
- Läheisen kuolema
- Vakava onnettomuus
- Laaja koskettava onnettomuus muualla
- Vakava sairaus
- Itsetuhoinen käyttäytyminen
- Itsemurha tai sen yritys
- Väkivalta tai sen vakava uhka

Lisäksi kunnan valmiussuunnitelmista löytyvät yleiset ohjeet suurempiin kriisitilanteisiin, kuten:

- Suuronnettomuus
- Poikkeustilanteet (sähkökatkos, tietoliikennekatkos, luonnonmyllerrys)

Kriisin laajuus nuorisotyön näkökulmasta

Kriisin laajuutta voidaan arvioida paitsi kriisitilanteessa mukana olleiden määrän mukaan, myös sen välillisen koskettavuuden kautta – näin erityisesti nuorten kohdalla. Medianäkyvyydelläänkin on merkitystä kriisin laajuutta arvioitaessa.

Paikallinen tai pieni kriisi koskettaa lähinnä paikkakuntaa tai esim. kaupunginosaa. Sen osalliset eivät ole muualta. Tapahtuman osallisia on yksi tai muutamia, eikä sillä ole laajaa välillisten joukkoa. Myöskään median kautta ei kriisillä ole laajaa leviämistä/koskettavuutta.

Alueellinen tai laajempi kriisi koskettaa myös muita paikkakuntia tai muuten laajemmin joitain yhteisöjä. Siinä voi olla useampia osallisia, osallisia muualta tai laaja välillisten joukko. Kriisitilanne voi olla sellainen, että nuoret voivat samaistua siihen yleisemmin. Kriisi on myös mediasa vahvasti esillä.

Valtakunnallinen tai kaikkia koskettava kriisi koskettaa paikkakunnan lisäksi laajasti nuoria koko maassa. Siinä on paljon osallisia ja välillisiä. Kriisitilanteella on suuri samaistettavuus, ja myötäkokeminen on vahvaa.

Kansainvälisessä kriisissä mukana voi olla muiden maiden nuoria Suomessa tapahtuvassa kriisissä tai suomalaisia nuoria on mukana kriisitilanteessa ulkomailla. Tällainen kriisi voi saada paikallisen, alueellisen tai valtakunnallisen kriisin ulottuvuuksia.

Kriisivalmiudessa olisi hyvä huomioida myös eri kulttuuri- ja uskontotustaustaista tulevat nuoret. Se, miten ihminen reagoi traumaattiseen kokemukseen, on kaikille ihmisille kulttuuritaustasta riippumatta yhteistä. Traumaattisten kriisien käsittelyssä ja osallisten tukitoimissa on kuitenkin huomioitava miten eri kulttuureille tyypilliset rituaalit ja traditiot vaikuttavat reaktioiden käsittelyyn.

Miksi nuorisotyön valmiussuunnitelma?

Nuorisotyön kriisivalmius kunnissa -selvityksen havainto oli, että eri toimialojen yhteisten tai koko kuntaa koskevien valmiussuunnitelmien koettiin ohjaavan huonosti tehostetun nuorisotyön tekemistä.

Nuoria koskevat kriisitilanteissa toimintaa ohjaava valmiussuunnitelma koettiin kuitenkin tärkeäksi. Valmiussuunnitelman olemassaolo vaikutti niin, että sekä yksittäisen työntekijän että organisaation valmius kohdata kriisitilanteita koettiin yleistä tasoa paremmaksi. Edelleen ne kunnat, joissa oli nuorisotyötä koskeva valmiussuunnitelma, olivat myös muita aktiivisempia kriisivalmiuden kehittämisessä.

Valmiussuunnitelmista voidaan käyttää monenlaisia nimityksiä kuten kriisitoimintasuunnitelma, kriisiohje, kriisisuunnitelma, kriisivalmiussuunnitelma. Tässä materiaalissa käytämme nimitystä nuorisotyön valmiussuunnitelma, jota voi täydentää viittauksella tehostetun nuorisotyön tekemiseen kriisitilanteissa.

Valmiussuunnitelma tarvitaan, koska:

- Onnettomuuden sattuessa harkinta-aikaa ei juuri jää.
- Ilman suunnitelmaa tilanteen hallinta voidaan menettää kriittisessä vaiheessa.
- Henkilökunta ja nuoret ovat kriisissä samojen reaktioiden vallassa.
- Nuorisotyö voi antaa mallin siitä, että vaikeistakin tilanteista voidaan selvitä ja niitä voidaan käsitellä.
- Hoitamattomat kriisitilanteet jäävät kytemään ja tulevat ilmi vaikkapa sairauspoissaoloina tai yhteisön toimintakyvyn heikkenemisenä.

Valmiussuunnitelmasta on apua, koska

- Kriisitilanteessa tiedetään, että ainakin jotain on tehtävissä.
- Kriisitilanteessa ei tuhlaannu aikaa ja voimia toimintamallin laatimiseen.
- Toimintamalli auttaa toimimaan stressaavassa tilanteessa.
- Oikea toiminta lieventää kriisin haittavaikutuksia sekä lyhyellä että pitkällä aikavälillä.

NUORI JA KRIISIT

Johdanto

Tässä osassa on tietoja nuorista ja kriiseistä. On tärkeää tuntea ja tunnistaa nuorten reaktiot heitä koskeviin kriiseihin. Mukana on myös vinkkejä asioiden käsittelyyn nuoren tai nuorten ryhmän kanssa sekä tarvittaessa nuoren ohjaamiseksi ammattiavun pariin. Varsinaiset ohjeet ovat työkirjassa liitettäväksi osaksi valmiussuunnitelmaa.



Nuori ja kriisit –osio on kriisivalmiuteen tiivistetty kokonaisuus Suomen Mielenterveysseuran julkaisemasta käsikirjasta nuorisotyön ammattilaiselle: Mielenterveys voimaksi (Anna Erkko ja Marjo Hannukkala, 2013)

*Lisätiedot ja tilaukset:
<http://www.mielenterveysseura.fi/fi/kirjat/mielenterveys-voimaksi>*

Erilaiset kriisit kuuluvat elämään

Jokainen kohtaa kriisejä, surua ja menetyksiä jossakin elämänsä vaiheessa. Ne ovat osa luonnollista elämänkulkua. Jokainen kokee kriisin omalla tavallaan. Tapahtumat jättävät meihin jälkiä, mutta niistä voi selviytyä. Jokainen reagoi kriisiin tai suruun omalla tavallaan ja jokaisella on omia keinoja selviytyä. Näitä keinoja voi myös harjoitella ja vahvistaa.

Mielenterveyden suojatekijöiden vahvistaminen ja omien selviytymiskeinojen käyttäminen auttavat selviytymään kriisistä ja tukevat mielenterveyttä haastavissa elämäntilanteissa. Nuori selviytyy kriiseistä ensisijaisesti perheen, ystävien ja lähimpien aikuisten tuella. Nuorta tukevat myös säännöllinen arki ja itsestä huolehtiminen, ympärillä olevien rakenteiden pysyvyys, taito puhua mieltä painavista asioista sekä taito sanoittaa ja ilmaista tunteita.

Kaikkien kriisien kohdalla on tärkeä muistaa, että kriisissä olevaa nuorta ei saa jättää yksin. Nuori tarvitsee aikuisen läsnäoloa ja tukea. Aikuisen tehtävänä on olla nuoren saatavilla, silloin kun nuori kokee tarvetta puhua. Jos kriisi tai suru koskettaa samanaikaisesti monia nuoria, tapahtuneesta tulee keskustella yhdessä. Keskusteluun voi ottaa mukaan ulkopuolisen asiantuntijan sekä hyödyntää oman kunnan kriisitoimijoita ja palveluita.

Kriisejä on monenlaisia: kehityskriisejä, elämänkriisejä ja äkillisiä kriisejä. Tässä keskitymme äkillisiin kriiseihin.

Äkillisen kriisin vaiheet

Äkillinen kriisi aiheutuu tapahtumasta, joka on odottamaton ja voimakas ja voi tuottaa huomattavaa kärsimystä. Sen voi laukaista esimerkiksi onnettomuuteen joutuminen tai onnettomuuden näkeminen, lähimmäisen äkillinen menehtyminen, rikoksen kohteeksi joutuminen, väkivallan näkeminen tai irtisanominen. Tilanteessa ihminen kokee turvattomuutta, sillä tapahtuvia asioita tai omia reaktioitaan ei pysty hallitsemaan.

Jokainen reagoi kriisiin ja käy sitä läpi omalla tavallaan. Äkillisessä kriisissä, kuten onnettomuudessa tai lähimmäisen kuolemantapauksessa, nuoren elämäkokemus, voimavarat ja selviytymistaidot eivät vielä riitä, ja nuori kokee turvattomuuden tunteita.

Äkillisen kriisin kulussa voidaan tunnistaa neljä eri vaihetta: sokki-, reaktio-, käsittely- ja uudelleen suuntautumisen vaihe. Vaiheet eivät välttämättä etene järjestyksessä, vaan joitakin vaiheita voidaan kokea kriisin kuluessa uudelleen. Tämä kuuluu osaksi kriisin kokemista. Kriisin vaiheista on hyvä olla tietoinen, jotta nuorta osaa kuunnella ja tukea herkästi, tilanteen vaatimalla tavalla.

Sokkivaihe

Kieltäminen

Sokkivaihe koetaan ensimmäisinä hetkinä tapahtuman tai tiedon saamisen jälkeen. Tapahtunut ei voi uskoa todeksi ja olo voi olla hyvinkin epätodellinen. Ihmiset reagoivat eri tavoin, eikä omaa käyttäytymistään voi ennakoida. Monet saattavat huutaa ja itkeä. Toiset voivat lamaantua kokonaan, ja toiset näyttävät toimivan rauhallisesti ja tehokkaasti. Ihminen ei välttämättä muista hetkestä jälkeenpäin juuri mitään. Sokkivaiheessa mieli suojautuu, sillä järkyttävää asiaa ei vielä pysty ottamaan vastaan.

Reaktiovaihe

Ymmärrys, suojamekanismit

Reaktiovaiheessa aletaan ymmärtää, että tapahtunut on todellista ja tapahtuman käsittely ja sureminen voi alkaa. Tunteet pääsevät esiin ja ne voivat olla tuskallisen voimakkaita. Ihmisellä voi olla tarve puhua tapahtuneesta yhä uudelleen ja uudelleen. Ihminen saattaa syyttää tapahtuneesta itseään tai muita. Hän voi olla itkuinen, levoton ja pelokas. Koko keho voi reagoida: vapisuttaa, huimaa, sydän tykyttää, uni ei tule ja päätä särkee.

Käsittelyvaihe

Käsittely, suru ja viha vuorottelevat

Käsittelyvaiheessa tapahtunutta käydään läpi ja toisilla on vielä tarve puhua tapahtuneesta. Ihminen voi olla ärtynyt ja vetäytyä sosiaalisista suhteista. Etenkin menetyksen jälkeen ihminen kääntyy sisäänpäin. Suru tuntuu voimakkaalta, se voi tuntua ikävänä ja kaipauksena, mutta myös vihana, katkeruutena ja pelkona. Kun toipuminen etenee, fyysiset ja psyykkiset oireet vähenevät.

Uudelleen suuntautuminen

Hyväksyntä, uusi suunta

Uudelleen suuntautumisen vaiheessa ihminen alkaa vähitellen löytää elämäänsä uuden tasapainon. Sopeutuminen uuteen vaiheeseen voi alkaa, kun tapahtuneen pystyy hahmottamaan. Surutyössä menetys muuttuu pikku hiljaa muistoiksi ja osaksi menneisyyttä. Uudelleen suuntautumisen vaiheen tunnistaa siitä, että ihminen puhuu tulevaisuudesta ja suunnitelmistaan. Usko ja luottamus elämään alkaa palautua ja vahvistua.

Joskus ihminen tarvitsee voimakkaita keinoja suojautuakseen kriisin aiheuttamalta kivulta. Kun henkinen kipu on liikaa, kriisin käsittely ja sureminen ei ala, vaan tuskallinen kokemus lukittuu kehoon ja mieleen. Ihminen saattaa vältellä tapahtumaa, pyrkii tukahduttamaan tunteitaan ja reaktioitaan, kokea takaukia tapahtuneesta ja reagoida joskus käsittämättömiltäkin tuntuilla tavoilla. Kun kriisi jää kesken ja pitkittyy, se jää yleensä traumaksi. Tällöin selviytymiseen tarvitaan ulkopuolista apua. Avun hakeminen kertoo aina vahvuudesta ja rohkeudesta.

Vinkki: voit lukea lisää kriisistä ja traumasta teoksesta *Eija Palosaari (2007): Lupa särkyä*.

Tunteet äkillisessä kriisissä

Kriisin läpikäyminen vaatii tunnetaitoja, mutta samalla myös kehittää niitä. Tunteiden sanoittaminen, tunteista puhuminen ja niiden ilmaiseminen ovat mielen tasapainon suojatekijöitä. Äkillinen kriisi tuo mukanaan tunnejärkytyksen, joka on liian suuri suhteessa ihmisen omiin voimavaroihin. Ihminen menettää hallinnan ja elämä voi tuntua merkityksettömältä. Voimakkaitkin tunteet, joita järkyttävä kokemus saa aikaan, ovat luonnollisia ja osa kriisin kokemista.

Kriisi saattaa herättää nuoressa ahdistusta, jonka takana voi olla pelkoa, surua ja vihaakin. Kriisi herättää myös häpeän, toivottomuuden ja turvattomuuden tunteita. Nuoren voi olla vaikea kohdata muistoja herättäviä asioita, kuten tuoksua, valokuvia tai muistoesineitä. Vaikka ne voivat tuoda mieleen myönteisiäkin tuntemuksia menneestä, voivat ne aiheuttaa nuorelle voimakkaita pelkoreaktioita.

Kriisin kohdatessa erilaiset tunteet, kuten viha, ärtymys, avuttomuus, syyllisyys ja häpeä, tulevat esiin. Tunteiden kuohuessa on hyvä muistaa, että jokainen tunne menee joskus ohi. Tunteet lopulta vaimenevat ja muuttuvat toisiksi. Elämä jatkuu. Tunteiden kokeminen, tiedostaminen ja nimeäminen vapauttavat nuoren oloa. Tunteet kuljettavat kriisi- ja surutyötä eteenpäin. Aikuisen tulee viestittää nuorelle, että nuorella on lupa tuntea ja kokea vaikeita ja hämmentäviäkin tunteita.

Äkillisen kriisin tapahtuessa voi ilmaantua myös syyllisyyttä. Itsesyytökset syyllisyydestä esimerkiksi läheisen kuolemaan tai vanhempien avioeroon nousevat helposti nuoren mieleen. Nuori kaipaa yhä uudelleen vakuuttelua siitä, että hän ei olisi voinut vaikuttaa tilanteeseen.

Surut ja menetykset kuuluvat ajoittain elämään, vaikka kuinka koettaisi tehdä oikeita ratkaisuja ja vältellä kivuliaita asioita.

Nuorelta puuttuu vielä kokemus kriisistä, surusta ja voimakkaiden tunteiden kokemisesta. Hän ei voi tietää, meneekö tunnekuohu ohi ja milloin olo helpottuisi. Hänelle saattaa tulla yllätyksenä, kuinka paljon kriisi voi tuntua kehossa ja aiheuttaa fyysisiä reaktioita. Tämän takia nuori tarvitsee aikuista sanoittamaan tunteita ja tapahtumia. Nuori haluaa kuulla aikuisen kokemuksesta, siitä mitä seuraavaksi tapahtuu, mitä muut ihmiset tuntevat ja kokevat ja miten aikuinen itse on selvinnyt kriisistä.

Menetykset ja suru

Suru voidaan määritellä voimakkaaksi ja pitkäkestoiseksi mielihahan tunteeksi, joka on menetyksen, ikävän tapahtuman tai olotilan aiheuttama. Suru voi myös olla reaktio menetyksen uhkaan. Se on irti päästämistä ja luopumista, ja sen kokemisella on tärkeä merkitys, sillä sen avulla ihminen vähitellen siirtyy menetyksestä eteenpäin. Suruun sisältyy myös kauniita muistoja. Jokaisen suru on ainutlaatuinen.

Nuoren suru voi johtua monesta asiasta: läheisen kuolemasta, vanhempien avioerosta, perheenjäsenen tai itsensä vakavasta sairastumisesta, seurustelusuhteen päättymisestä tai kotoa pois muuttamisesta. Sureminen ja sen kesto on yksilöllistä. Suruun liittyy fyysisiä piirteitä, kuten ruokahalun muutoksia, kiinnostuksen, motivaation ja aloitteellisuuden vähenemistä, keskittymiskyvyn vähentymistä, univaikeuksia ja itkuherkkyyttä.

Suru on erityisen voimakas ja pitkäaikainen silloin, jos nuorelle tärkeä tai läheinen ihminen menehtyy. Silloin nuori kokee usein surun lisäksi myös muita tunteita, kuten vihaa, syyllisyyttä ja kateutta. Tunteet ovat merkki siitä, että nuori käy läpi kriisiä. Yli 12-vuotias ymmärtää jo kuoleman lopullisuuden ja oman kuolevaisuutensa, sekä läheisen kuoleman aiheuttamat muutokset lähiympäristöön.

Nuoret surevat usein yhdessä. Suruun liittyy rituaaleja, esimerkiksi onnettomuuden jälkeen kynttilöiden sytyttämistä tai kukkien tai runojen viemistä turmapaikalle. Yhteiset rituaalit ovat tärkeä osa nuoren surutyötä. Ne tekevät muistelemisen ja yhteisöllisyyden kokemisen murheelisessä tilanteessa mahdolliseksi. Nuoret saattavat perustaa nettiin sururyhmiä ja -yhteisöjä, joissa surua ja kokemusta voidaan jakaa. Ystävät ovat nuorelle tärkeä selviytymisen tuki, mutta nuori tarvitsee aina myös turvallisen aikuisen lähelleen surun jakamiseen ja käsittelyyn.

Kriisistä selviytyminen

Kriisistä selviytyminen vaatii fyysistä jaksamista, henkisiä voimavaroja ja vahvan turvaverkon. Toipuminen edistyy, kun kipeitä asioita kohdataan ja tunteita saa tulla esille. Kaikenlaiset, myös hämmentäviltä tai kummallisiltakin tuntuvat reaktiot, ovat asiaan kuuluvia. Jokaisella on omia keinoja selviytyä kipeistä elämäntapahtumista, ja jokainen voi selviytyä. Omaan oloaan voi helpottaa monella tavalla, ja selviytymisen keinoja voi myös harjoitella. Näitä harjoitellaan kaikissa pienemmissä pettymyksissä, suruissa ja vastoinkäymisissä. Jokainen voi löytää itselle sopivia selviytymistyyliä.

Erilaisia selviytymistyyplejä

Sosiaalinen selviytyjä

Haluaa puhua läheisilleen häntä järkyttäneestä tilanteesta ja osaa hakea heiltä tukea sekä vastaanottaa sitä.

Tunteellinen selviytyjä

Ilmaisee itseään itkemällä ja nauramalla tai esimerkiksi taiteen keinoin.

Hän myös kertoo tunteistaan toisille ihmisille.

Älyllinen selviytyjä

Kerää tietoa tapahtuneesta, keskustelee itsensä kanssa ja käyttää ongelmanratkaisutekniikkaa.

Luova selviytyjä

Käyttää mielikuvitustaan välttääkseen epämiellyttäviä tosiasioita tai löytääkseen ratkaisuja ongelmiinsa. Hän luo mielikuvia ja uskoo vaistoonsa.

Henkinen selviytyjä

Saa tukea ja apua uskonnosta, aatteesta tai erilaisista arvoista.

Fysiologinen selviytyjä

Saa tukea esimerkiksi syömisestä, liikkumisesta, rentoutumisesta tai nukkumisesta.

Lähde: Ayalon, O. Selviydyn: Yhteisön tuki ja selviytyminen. 1995. Helsinki: MLL.



Selviytymistyyli on avattu nuoren kielelle Selviytyjän purjeet –kuvassa (kirjasta Mielenterveys voimaksi).

Selviytyjän purjeet –julisteen voi myös ladata osoitteesta:

<http://www.mielenterveysseura.fi/fi/materiaalit/julisteet>

Nuorisotyöntekijä voi pysähtyä miettimään omia selviytymistylejään. Kun tietää, mitkä asiat auttavat itseä pienten tai isojen vastoinkäymisten kohdalla, on helpompi rohkaista myös nuorta löytämään ja harjoittelemaan erilaisia tapoja selviytyä. Ihmisellä voi olla monia keinoja selviytyä, itseään ei tarvitse luokitella tietäntyyppiseksi selviytyjäksi. Mitä enemmän selviytymiskeinoja ihmisellä on, sitä enemmän hänellä on voimia selviytymiseen.

Selviytyminen lähtee liikkeelle pienin askelin

Puhuminen auttaa

Kertomalla tapahtuneesta, omista tunteistaan ja ajatuksistaan muille, tapahtunut muuttuu todeksi, sen voi ymmärtää ja sitä voi käsitellä. Tapahtumasta kannattaa puhua asioiden oikeilla nimillä. Vaikka kriisin ja surun keskellä haluaisikin käpertyä omiin oloihinsa, kriisin keskellä tarvitsee lähelleen muita ihmisiä. Jos tutulle puhuminen tuntuu vaikealta, voi nuori soittaa kriisipuhelimeen tai tavata ja ulkopuolisen kriisiauttajan. Osalle nuorista lemmikki on tärkeä lohduttaja ja kuuntelija.

Itkeminen helpottaa

Kehon luontaisin tapa reagoida suruun on itkeminen; itku vapauttaa sisäisiä jännityksiä ja rentouttaa kehoa ja mieltä. Itkeminen auttaa ymmärtämään omia tunteita ja omaa pahaa oloa, jolloin tunteista on myös helpompi puhua. Ihmisellä on lupa itkeä myös toisten nähden.

Ilmaise tekemällä

Luovuus, käsillä tekeminen ja keholla ilmaiseminen auttavat tunteiden käsittelyssä. Tapahtuneesta ja sen herättämistä tunteista ja ajatuksista voi pitää päiväkirjaa, jonne voi rohkeasti kirjata ylös myös pelottavia, vihamielisiä ja hämmäntäviäkin tunteita. Edesmenneelle läheiselle voi kirjoittaa kirjeen, jossa kertoo sanomatta jääneet asiat. Tunteiden ja ajatusten piirtäminen tai maalaaminen auttaa joitakin, toisia taas auttaa enemmän keholla ilmaiseminen, kuten liikkuminen ja tanssiminen. Musiikki, soittaminen ja laulaminen ovat myös keinoja käsitellä tunteita.

Pidä huolta itsestäsi

Sureminen vie voimia, mutta siitä huolimatta omasta terveydestään on tärkeää pitää huolta, sillä kehon hyvä olo säteilee voimaa myös mieleen. Lepää riittävästi, syö säännöllisesti ja ulkoile, edes hetki päivässä.

Saa iloita.

Surun ja kriisin keskelle mahtuu myös iloisia hetkiä. Niistä ei pidä kantaa syyllisyyttä, itselleen tulee antaa lupa jatkaa elämää. Vähitellen löytyy hetkiä, jopa päiviä, jolloin suru ei enää ole hallitseva tunne.

Lähde: Suru. Suomen Mielenterveysseura. SOS-keskuksen työryhmä.

Kriisistä voi syntyä myös hyvää, sillä selviytymisen kautta voi löytää itsestään uusia voimavaroja, joista ei aiemmin ollut tietoinen. Selviytyminen voi myös lisätä nuoren luottamusta itseensä ja omiin kykyihinsä, mikäli kriisin työstää ja käy läpi. Kun nuori pystyy keskittymään tekemäänsä asiaan, viihtyy muiden seurassa ja sanoittaa tunteitaan, ovat ne merkkejä siitä, että nuori on selviytynyt kriisistä.

Kriisin ja surun kohdanneen nuoren tukeminen

Vanhempi ja usein myös kodin ulkopuolinen aikuinen luovat nuorelle turvallisuuden tunnetta kriisin ja surun keskellä. Nuori tarvitsee nuorisotyöntekijän tukea erityisesti silloin, jos tiedetään, että nuoren kotona on sattunut jotakin. Nuori saattaa miettiä, ketkä kaikki hänen tilanteestaan tietävät. Häntä helpottaa, kun aikuinen kertoo, että on tietoinen tapahtuneesta ja on valmis auttamaan ja miettimään asiaa yhdessä, jos nuori sitä haluaa. Tällöin hänen ei tarvitse murehtia siitä, kuka tietää.

Nuorisotyöntekijä voi olla ensimmäinen aikuinen, joka huomaa nuoren hädän. Nuoresta on syytä huolestua, jos hänen käyttäytymisensä muuttuu äkkiä: esimerkiksi ujosta nuoresta tulee aggressiivinen ja uhmakas tai iloisesta nuoresta itkuinen ja poissaolevan oloinen. Nuori saattaa viestiä pahaa oloaan myös kirjoituksilla tai piirroksilla. Jos nuori mietityttää tai hämmentää aikuista, on aina syytä toimia.

Nuori tarvitsee aikuiselta yhteistä keskustelua ja apua tapahtumien jäsentämiseen. Nuori saattaa reagoida kieltämällä ja aggressiolla, mutta reaktiot tulee hyväksyä. Hänelle luo turvaa tieto siitä, että aikuinen pystyy ottamaan voimakkaatkin tunteet vastaan ja samalla tarjota horjumattoman tukensa nuorelle. Nuori tarvitsee kuuntelijaa, joka ymmärtää ja hyväksyy nuoren tunnetilat, tarjoaa aikaa ja tukea. Sellaisille hetkille, jolloin nuori voisi tulla juttelemaan tunteistaan, on hyvä antaa tilaa.

Nuorisotyöntekijä voi ilmaista nuorelle, että on paikalla ja valmis kuuntelemaan, kun nuorella on tarve jutella. Nuoren voi olla helpompi jutella, jos nuoren kanssa voidaan tehdä samalla jotakin muuta, kuten pelata biljardia tai pöytäjalkapalloa. Juttutuokiot eivät välttämättä ole kovin pitkiä, mutta pienikin hetki lisää nuorelle turvallisuuden tunnetta.

Nuorella saattaa olla tarve kertoa tapahtuneesta ja tunteistaan yhä uudelleen, pitkäänkin tapahtuman jälkeen. Aina voi myös kysyä, onko jotakin sellaista, mitä ei ole vielä osannut kysyä, mutta josta nuori haluaisi vielä jutella.

Kriisin ja surun keskellä aikuisen tehtävänä on rakentaa turvallisuutta arkisten rutiinien kautta. Kriisiä ei tule ohittaa, mutta nuorelle on hyvä vahvistaa tunnetta siitä, että kaikki ei ole muuttunut ja elämä jatkuu. Koulu, nuorisotila tai työpaja voi olla nuorelle ainoa hengähdyspaikka, jossa elämä jatkuu ennallaan. Myös nuoren kavereita voi rohkaista olemaan samanlaisia kavereita kuin ennen tapahtunuttakin. He voivat tukea kuuntelemalla ja olemalla läsnä sekä tarjoamalla yhdessäoloa ja tekemistä arjessa.

Nuorta voi kannustaa palaamaan harrastuksiin, sillä liikunta ja luovuus, kuten taide, tanssi, musiikki tai draama, auttavat nuorta ilmaisemaan tunteitaan. Suru ja kriisi vievät nuorelta voimia ja nuori saattaa olla väsynyt ja keskittymiskyvytön. Nuori tarvitsee aikuiselta tukea jokapäiväisiin asioihin, kuten uniryhtiin, ruokailuihin, syömiseen ja hygieniaan.

Nuori saattaa haluta palata kouluun ja kavereiden luokse melko nopeastikin tapahtuman jälkeen ja ilmaista, että kaikki on hyvin. Samalla nuori tarvitsee kuitenkin huolenpitoa, ymmärrystä ja joustoa arjen tilanteissa.

Myöhemmin nuori voi tarvita ajoittain aikuisen tukea ja rohkaisua, erityisesti silloin, kun hän kohtaa isoja muutoksia tai valintatilanteita, kuten koulun päättyessä tai opiskelupaikan valinnan tullessa eteen. Aikuisen tehtävänä on vahvistaa nuoren elämän suojatekijöitä, pitää yllä uskoa ja toivoa turvaamalla arjen jatkuminen ja osoittaa, että on läsnä jatkossakin.

Tarvittaessa aikuisen tulee selvittää, mistä nuorelle saadaan ulkopuolista apua ja saattaa nuori avun piiriin. Nuorta voi rohkaista myös osallistumaan aikuisen ohjaamaan vertaistukiryhmään. Ryhmässä nuoret, jotka ovat samankaltaisessa elämäntilanteessa tai kohdanneet samanlaisen ongelman tai menetyksen, voivat jakaa kokemuksiaan ja tunteuksiaan. Ryhmistä voi saada apua omaan oloonsa, sillä samaa kokeneiden kohtaaminen antaa tilaa ja ymmärrystä omalle surulle. Toisten kokemuksista voi saada ajatuksia sille, mikä voisi auttaa ja helpottaa omaa oloa. Ryhmään osallistutaan yleensä silloin, kun kriisi ei ole enää akuutissa vaiheessa ja tapahtumasta on vähintään puoli vuotta aikaa.

Miten kohdata kriisin tai surun kokenut nuori?

1. Ole kiinnostunut nuoresta ja ota tosissasi nuoren menetys ja tilanne, jolloin voit tarkkailla nuoren reaktioita. Kerro nuorelle, että tiedät tapahtuneesta. Ole läsnä, älä tee samalla muuta.
2. Etsi nuorisotilasta paikka, jossa nuoren kanssa voi jutella rauhassa. Nuoren voi olla helpompi jutella, jos tilassa on myös muuta tekemistä ja toimintaa, kuten biljardipöytä, korttipakka tai pöytäjalkapallo.
3. Älä pelkää nuoren suruun reagoimista ja surun kohtaamista. Vaikeista asioista oikeilla nimillä puhuminen auttaa selviytymisessä. Kuunteleminen ja läsnäolo kertovat välittämisestä ja luovat turvallisuuden tunnetta.
4. Sururituuaalit antavat surevalle turvallisuutta ja mahdollisuuden käsitellä tapahtunutta ja tarjoavat rakenteen, jossa on selkeä alku ja loppu. Rituaali voi olla yksinkertainen. Se voi koskettaa yhtä nuorta tai koko nuorisotyön henkilöstöä.
5. Keskustelkaa tapahtuneesta, tosiasioista, tunteista ja reaktioista yhdessä toisten nuorten kanssa. Kannusta nuoria kuuntelemaan kriisin kohdannutta nuorta, olemaan samanlainen kaveri kuin ennenkin ja osoittamaan empatiaa. Voit hyödyntää turvallisia harjoituksia asian käsittelyssä.
6. Joskus tarvitaan ulkopuolista asiantuntijaa mukaan keskustelun tueksi.
7. Ole yhteydessä nuoren vanhempiin tai huoltajiin.
8. Saata nuori tarvittaessa lisäavun piiriin.

Kriisi koskettaa myös ympärillä olevia nuoria

Äkillisen kriisin tapahtuessa myös toisten nuorten reaktioihin on hyvä kiinnittää huomiota. Nuorten kanssa voidaan keskustella yhdessä tapahtuneesta ja kriisin aiheuttamista reaktioista ja vaikutuksista. Tosiasiat ja myös väärinkäsitykset on tärkeää selvittää, jotta huhut eivät pääse leviämään.

Keskustelu tapahtuneesta ja tosiasioiden selvittämisestä voi edetä vaikka näiden kysymysten kautta:

- Mitä on tapahtunut?
- Missä ja milloin se tapahtui?
- Kenelle se tapahtui?
- Ketkä olivat mukana?
- Mistä sait tietää tapahtuneesta?
- Miten asiasta kerrottiin?
- Mitä ja miten asiasta nyt keskustellaan?

Nuorisotyöntekijän on hyvä olla yhteydessä kriisin kokeneen nuoren vanhempiin tai huoltajiin ja välittää tieto, että asiaa on käsitelty nuorisotyön parissa. Vanhempia voi kannustaa puhumaan asiasta kotona ja käsittelemään tunteita yhdessä.

Jos tapahtumasta kerrotaan tiedotusvälineissä, on median tuottamaa aineistoa hyvä käydä läpi esimerkiksi katsomalla yhdessä uutisia tai lukemalla tapahtumasta kertovia artikkeleita. Samalla voidaan päivittää tosiasiatietoja. Pelkojen hallinnassa auttaa myös keskittyminen tapahtuman ratkaisuun: mitä osattiin tehdä ja kuka tai mikä auttoi tapahtumasta selviytymisessä.

Keskustelukysymyksiä kriisin aiheuttamista reaktioista ja vaikutuksista

- Mikä ajatus tuli ensimmäisenä mieleesi?
- Mitä tunsit?
- Miten keho reagoi, millaisia tuntemuksia kehossa kriisi aiheutti?
- Millaisia merkityksiä tapahtuneelle voi löytää?
- Mitä kysymyksiä on herännyt?
- Miten voi auttaa itseään tai toisia eteenpäin?

Nuorisotyöntekijä voi kertoa nuorille, miten ihmiset tavallisesti reagoivat tällaisessa tilanteessa. Hän voi myös itse kertoa omista kokemuksistaan ja tavoistaan selviytyä surusta. Tämä on tärkeä malli nuorelle ja voi auttaa nuorta selviytymisessä omasta kriisistään. Kun nuori kertoo reaktiostaan, voi muilta kysyä, reagoiko kukaan muu samalla tavalla. Nuorille voi myös painottaa, että itkeminen ja suuttuminen on sallittua. Nuorten luontaista myötätuntoa voidaan tuoda esille esimerkiksi rohkaisemalla toisia nuoria lohduttamaan itkevää nuorta erilaisilla luontevalta tuntuvilla tavoilla. Nuorisotyöntekijä voi myös kysyä muilta, miltä tuntuu nähdä kaverin itkevän. On tärkeää, että nuorisotyöntekijä on itse rauhallinen ja tukee nuoria heidän vahvoissa reak-

tioissaan. Tämä on mahdollista, kun nuorisotyöntekijällä on mahdollisuus käydä tapahtumia ja omia tunteita ensin itse läpi omassa työyhteisössään. Samoin tärkeää on luoda turvallinen ilmapiiri, jolloin tuntuu, että asioista ja tunteista on lupa puhua yhdessä. Nuoret surevat usein yhdessä, ja yhteiset rituaalit ovat heille tärkeitä.

Jos kriisi on kohdannut koko lähiyhteisöä, niin silloin nuoret, vanhemmat, nuorisotyön henkilökunta ja koulun henkilökunta voivat kokoontua yhdessä käymään tapahtunutta läpi. Kriisityön ammattilaisen, kuten koulupsykologin tai kunnan sosiaali- tai kriisipäivystyksen henkilön, voi ottaa mukaan keskustelun tueksi.

Lopuksi on tärkeää kysyä, jäikö jokin asia mietityttämään tai epäselväksi, tai mitä nuoret ajattelevat pohdituista asioista. Nuorille voi myös kertoa, milloin ja minne nuori voi halutessaan tulla vielä juttelemaan kahden kesken ohjaajan kanssa. Erityisen voimakkaasti reagoivien nuorten kanssa on hyvä keskustella vielä jälkeinpäin ja tarvittaessa saattaa nuori eteenpäin ammattiavun piiriin.

Kysymyksiä menetyksestä ja surusta keskusteluun nuorten kanssa

- Miten nuoren surun huomaa? Miten nuoret yleensä surevat?
- Miltä suru tuntuu kehossa? Missä suru tuntuu? Millaisia tunteita surussa voi kokea?
- Miksi surun tunne voi olla vaikea kokea? Miksi suru joskus peitetään?
- Millä tavoilla eri kulttuureissa surraan? Ovatko jotkin suremisen tavat erilaisia kuin mihin olet tottunut? Millaisia muita sururituaaleja voi olla olemassa? Mitkä ovat mielestäsi surun värejä?
- Miten voit tukea sellaista henkilöä, joka on menettänyt läheisensä? Mitä voit sanoa tai tehdä? Mikä merkitys sillä on, että annat hänelle tukea? Millä muilla keinoilla, kuin sanoilla, voit osoittaa myötätuntoa?
- Miten surevaan voi olla yhteydessä? Pitäisikö hänelle antaa aikaa olla yksin vai pitäisikö häneen ottaa yhteyttä? Jos pitäisi, niin milloin?
- Mitä kukat, adressit, kynttilät, laulut ja suruliputus merkitsevät surevalle? Mitä surutilaisuus ja hautajaiset merkitsevät läheisille ja ystäville?
- Mitä sellaisia tapahtumia tiedät, jotka ovat järkyttäneet koko Suomea? Entä koko maailmaa? Miksi nämä tapahtumat järkyttävät, vaikka eivät välttämättä kosketa omaa lähipiiriä?
- Miten surun kokeminen näytetään mediassa? Onko se aitoa?

NUORTEN ITSETUHOISUUS

Tietoa nuorten itsetuhoisuudesta

Itsetuhoisuudella tarkoitetaan käyttäytymistä, johon sisältyy itsensä vahingoittamista tai henkeä uhkaavan riskin ottamista. Itsetuhoinen käyttäytyminen muodostuu monien vaikeuksien summasta, mutta jo yksittäinen elämäntapahtuma saattaa toimia laukaisevana tekijänä. On olemassa kahdenlaista itsetuhoisuutta, suoraa ja epäsuoraa. Epäsuora itsetuhoisuus tarkoittaa toistuvien henkeä uhkaavien riskien ottamista, vaikka tietoisena pyrkimyksenä ei kuitenkaan ole itsensä vahingoittaminen tai kuolema. Tällöin saatetaan ottaa riskejä liikenteessä, käyttää liikaa päihteitä, laiminlyödä fyysisten sairauksien hoitamista tai rasittaa kohtuuttomasti omaa terveyttä. Riskikäyttäytyminen voi tuoda myös mielihyvää, eikä ihminen aina välttämättä tiedosta riskikäyttäytymisensä vaarallisuutta. Suora itsetuhoisuus on itsensä tuhoamisenmukaista vahingoittamista. Se näyttäytyy itsetuhoajatuksina, itsemurhasta puhumisena, itsemurhayrityksinä tai itsemurhana.

Valtaosa itsemurhan tehneistä nuorista on puhunut aikeistaan, mutta usein vain ikätovereille. Nuorille on tärkeää painottaa, että jos kaveri kertoo itsetuhoisista ajatuksistaan, on siitä aina kerrottava aikuiselle, vaikka aikuiselle kertominen voisikin tuntua kaverin luottamuksen pettämiseltä. Nuori ei saa kantaa vastuuta ikätoverin näin vakavasta tilanteesta.

Nuoret pohtivat elämään ja kuolemaan liittyviä asioita, mikä on ikätasoista prosessointia. Tavanomaiseen kehitykseen ei kuitenkaan kuulu itsensä vahingoittaminen tai jatkuva toive kuolemasta. Itsetuhoisissa ajatuksissa on yleensä kyse siitä, että joku tunnetila, kuten häpeä, pettymys tai suru, koetaan sietämättömäksi. Nuoren itsetuhoajatusten tavoitteena ei useinkaan ole kuolema, vaan halu päästä eroon sietämättömästä olotilasta. Nuoren mielessä tilanne tuntuu umpikujalta, johon hän toivoo helpotusta. Itsetuhoisen käyttäytymisen taustalla on usein monitahoinen ongelmavyöhyke.

Itsetuhoajatuksia ei tule missään tilanteessa vähätellä, sillä ne ovat itsemurhayritysten ja itsemurhien riskitekijöitä. Useimmat ovat jollain tapaa ilmaisseet itsemurha-aikeistaan etukäteen - itsemurha-ajatusten ilmaiseminen ja aiempi itsetuhoikäyttäytyminen ovatkin oleellisia itsemurhaa ennustavia tekijöitä.

Faktaa: Nuorten itsemurhariski kasvaa 15 ikävuoden jälkeen, alle 15-vuotiaiden itsemurhat ovat harvinaisia. Tytöt yrittävät itsemurhaa useammin kuin pojat, mutta poikien yritykset johtavat useammin kuolemaan, koska ne ovat usein väkivaltaisempia. Vuonna 2013 itsetuhoisia ajatuksia oli noin 20-25% ylä-kouluikäisistä tytöistä ja noin 15% pojista. Itsemurhaa yritti 4-8% tytöistä ja 2-4% pojista. Neljäsosa 15-19-vuotiaiden poikien kuolemista oli itsemurhia. Poikien osuus nuorten itsemurhista oli 80%.

Lähde: Karila-Hietala (2013): Mielenterveyden ensiapu nuorten kanssa toimiville.

Nuoren itsetuhoisuudesta on erilaisia varoittavia merkkejä

- itsetuhoajatukset, itsemurhasta puhuminen
- aiemmat itsemurhayritykset
- itsemurhien aiempi esiintyminen suvussa tai kaveri piirissä
- pitkään jatkunut masennus
- toivottomuus, tunteiden tyhjiys ja jähmeys
- koulunkäynnin vaikeudet, keskittymisvaikeudet ja energian puute
- nukahtamisvaikeudet, halu nukkua koko ajan
- vihamieliset itseensä liittyvät tunteet
- yksinäisyys, eristäytyminen
- päihteiden väärinkäyttö
- uhkarohkea käyttäytyminen, tarpeeton riskinotto
- voimakas kiinnostus kuolemaa kohtaan
- varoitukset, kuten ”en jaksakaan enää”, ”kaikki on turhaa”
- oman elämän ”paketointi” etukäteen

Nuoren itsemurhariskiä voivat kasvattaa myös suuret elämänmullistukset, kuten vanhempien avioero tai läheisen kuolema. Nuoren voimakas reagointi voi johtua myös esimerkiksi seksuaalisesta hyväksikäytöstä, koulukiusaamisesta, seurustelusuhteen katkeamisesta tai muista loukkauksista. Lisäksi riskiä lisäävät rahalliset vaikeudet tai huonot kotiolot, kuten esimerkiksi vanhempien päihdeongelma. Jos nuori on itsetuhoisuudelle altis, itsetuhokäyttäytymisen saat-taa laukaista jokin ajankohtainen rasisutustekijä, jossa nuori epäonnistuu tai kokee nöyryytystä tai menettää kasvonsa.

Nuoren itsemurhayritys on aina hätähuuto. Suurin osa nuorten itsemurhayrityksistä on impulsiivisia ja iso osa yrityksistä tehdään päihtyneenä. Epämääräinen ja lieväkin itsemurhayritys on aina vakava viesti siitä, ettei nuori ole hallinnut yllykkeitään. Sen sijaan, että asia kielletäisiin tai siihen suhtauduttaisiin välinpitämättömästi, nuori tulisi aina pysäyttää pohtimaan tekojen-sa vakavuutta. Itsetuhoisia tekoja sanotaan viimeiseksi hätähuudoksi: nuori toivoo, että joku puuttuisi hänen elämäänsä. Tällainen nuori on saatettava ammattiavun piiriin, vaikka hän sitä ensin vastustaisikin.

Varhainen puuttuminen, asiasta puhuminen nuoren kanssa ja suora toiminta nuoren auttamiseksi kertovat halusta auttaa. Keskustelusta ei ole haittaa nuorelle, eivätkä suoratkaan kysymykset johda lisääntyvään itsetuhoiseen käyttäytymiseen. Puuttumatta jättäminen sen sijaan voi lisätä uusien yritysten ja hätähuutojen määrää tai voimakkuutta. Jos nuori on itsetuhoinen, tulee siitä aina kertoa myös vanhemmille.

Aikuisen tehtävä on suojella nuorta omalta tuhovoimaltaan. Aikuisen on tärkeää ottaa itsemurhapuheet tosissaan ja puuttua tilanteeseen. Nuoren kanssa keskusteltaessa tulee pysyä rauhallisena, kuunnella avoimesti ja antaa aikaa. Nuorelle pitää antaa mahdollisuus ottaa esille ahdistavia, vaikeita ja salassa pidettyjä asioita ja puhua niistä. Nuorella tulee olla oikeus myös vaieta sisimmistä tuntemuksistaan. Puhuminen kuitenkin yleensä helpottaa umpikujan tunnet-

ta ja auttaa näkemään, että on olemassa muitakin vaihtoehtoehtoja itsetuhoisten ratkaisujen sijaan.

Jos nuori tekee itsemurhan, toimitaan nuorisotyön valmiussuunnitelman mukaan. Nuoren ystäville ja kavereille on tärkeää järjestää kriisiapua koulussa ja nuorisotyön piirissä, koska itsemurhan tehneen nuoren ystävät ja läheiset ovat vaarassa sairastua masennukseen ja trauma-peräiseen stressireaktioon. Nuoren itsemurha voi toimia yllykkeenä toisille nuorille. Myös työyhteisöä ja nuoren kanssa työskennelleitä työntekijöitä tulee tukea. Ystävillä ja yhteisöllä on tarve ja oikeus käsitellä tapahtunutta yhdessä.

Askeleita itsetuhoisuuden puheeksi ottamiseen

- Jos olet huolissasi nuoresta ja epäilet hänen mieltävän itsemurhaa, ota asia nuoren kanssa välittömästi puheeksi. Älä odota, että itsetuhoiset ajatukset menisivät itsestään ohi.
- Jos nuori puhuu itsemurhasta, on tilanteeseen puututtava, vaikka nuori sitä vastustaisikin.
- Pysy rauhallisena, kuuntele avoimesti ja anna nuorelle aikaa kertoa.
- Vaikka tilanne tuntuisi vaikealta, anna nuorelle mahdollisuus ottaa esille ahdistavia, vaikeita ja salassa pidettyjä asioita.
- Osoita huolenpitoa ja välittämistä, anna aikaasi.
- Kuuntele kärsivällisesti. Moralisointi tai hätäily ei auta.
- Kysy nuorelta suoraan asioista:
- Oletko ajatellut itsemurhaa?
- Onko sinulla suunnitelma, miten aikoisit sen toteuttaa?
- Oletko aiemmin yrittänyt itsemurhaa?
- Mikä auttaisi sinua jatkamaan elämää?
- Miten voin auttaa sinua?
- Muista, että keskustelusta ei ole haittaa nuorelle, eivätkä suoratkaan kysymykset johda itsetuhoiseen käyttäytymiseen.
- Kerro nuoren itsetuhoisista ajatuksista tai suunnitelmista nuoren vanhemmille ja koulu- tai opiskelijaterveydenhuollolle. Älä lupaa nuorelle, ettet kerro asiasta muille.
- Kerro nuorelle, että apua on saatavilla.
- Saata nuori perille asti avun piiriin. Varmista nuoren turvallisuus, älä jätä nuorta yksin.
- Painota nuorille, että kaverin itsemurhaan viittaavista puheista on aina kerrottava aikuiselle.
- Jos nuori tekee itsemurhan, toimi nuorisotyön tai kunnan kriisisuunnitelman mukaan. Nuoren ystäville ja kavereille tulee järjestää kriisiapua. Muista, että nuoren itsemurha voi toimia yllykkeenä toisille nuorille.
- Pidä huolta itsestäsi ja huolehdi omasta jaksamisestasi.

Mukailtu lähteistä: Uskalla auttaa -esite, Suomen Mielenterveysseura ja Ritva Karila-Hietala, 2013.

Viiltely

Toisinaan nuori voi purkaa pahaa oloa vahingoittamalla itseään. Viiltely on yleisin tapa kehon vahingoittamiseksi, se on tytöillä neljä kertaa yleisempää kuin pojilla. Poikien keskuudessa tyypillisempää on itsensä hakkaaminen, kuten seinään lyöminen. Itsensä vahingoittaminen voi alkaa sattumalta, ensin kokeillaan omia rajoja ja sitten koukuttavaa käytöstä ei voidakaan hallita tai lopettaa.

Mitä viiltely on

- Viiltely on nuoren keino helpottaa ja hallita ahdistusta ja pahaa oloa.
- Nuori voi olla ulospäin iloinen, suosittu ja menestyvä, vaikka hän sisäisesti voikin huonosti.
- Viiltelyllä nuori ulkoistaa sietämättömiä tunteitaan. Viiltäminen saattaa hetkellisesti lievittää nuoren kokemaa ahdistusta.
- Kipu voi olla myös keino rangaista itseään.
- Viiltely voi aiheuttaa häpeää ja siksi sitä tehdään yksin ollessa, usein se jää muilta huomaamatta.
- Viiltely voi näyttäytyä myös muunlaisena ihon tai kehon vahingoittamisena, kuten kynsimisenä, ihon polttamisena tai arpien raavintana.
- Viiltely on vakava oire, johon liittyy aina lisääntynyt itsemurhavaara ja kuolemanriski verenhukkaan tai tulehdukseen.
- Viiltely aiheuttaa helposti riippuvuutta. Sitä voi olla vaikea lopettaa, vaikka haluaisikin.
- Viiltelyn avulla nuori hakee huomiota ja toivoa, että joku huomaisi hänen pahan olonsa.

Miten ottaa viiltely puheeksi

- Jos huomaat nuoren viiltelevän, ota asia puheeksi nuoren kanssa.
- Sido ensin haavat.
- Pysy itse rauhallisena, vaikka asia tuntuisi pelottavalta puhua.
- Vältä moralisoimista, jotta nuori uskaltaa puhua asiasta.
- Vältä syylistämistä, sillä nuoren häpeäntunne voi olla voimakas.
- Mieti nuoren kanssa, miksi viiltelyn tarve herää, ja miten nuori voisi toimia seuraavan kerran, kun on samantyyppisessä tilanteessa tai tunnetilassa.
- Ota yhteyttä vanhempiin ja saata nuori koulu- tai opiskeluterveydenhuollon avun piiriin.
- Anna nuorelle huomiota ja myönteistä palautetta. Näin vahvistat myönteistä käyttäytymistä.
- Tue nuorta luovan toiminnan pariin.

Lähde: Ritva Karila-Hietala, 2013

APUA TARJOLLA

Nuorelle tulee osoittaa huolenpitoa ja välittämistä, ilman syyttelyä tai tuomitsemista. Nuorelle voi sanoa suoraan, että apua on saatavilla. Aikuisen tulee saattaa nuori perille asti avun piiriin, sillä nuorta, jolla on kuolemantoiveita tai itsetuhoisia ajatuksia, ei saa jättää ilman tukea. Akuutissa tilanteessa hänen turvallisuutensa varmistaminen on tärkeää: ammattilaisen tulisi tehdä tilannearvio, jossa kartoitetaan, miten kiireellisestä tilanteesta on kyse ja millaista turvaa tai valvontaa nuori tarvitsee.

Keskusteluapua

- Vanhemmat, huoltaja
- Opettajat, ohjaajat
- Terveystenhoitaja, kuraattori
- Psykologi
- Terveyskeskus, perheneuvola
- Sosiaalitoimi, lastensuojelu
- Oman kunnan mielenterveyspalvelut
- Nuorisopsykiatrian poliklinikka
- Oman alueen kriisikeskus
- Kunnan nuorisotyöntekijä
- Seurakunnan nuorisotyöntekijä tai pappi

Puhelinnumeroita

- Valtakunnallinen kriisipuhelin: 01019 5202
- Lasten ja nuorten puhelin: 116111
- Poikien puhelin: 0800 94884
- Varusmiespuhelin: 0800 180362
- Vanhempainpuhelin: 0800 92277

Internetsivuja

- mielenterveysseura.fi
- tukinet.net
- mll.fi
- nuortenkriisipiste.com
- nyyti.fi
- vaestoliitto.fi/nuoret
- poikienpuhelin.fi
- poikientalo.fi
- tyttojentalo.fi
- apua.info
- nuoret.mielenterveystalo.fi/nuoriso
- pelitaito.fi
- nuortenkeskus.fi/fi/toimintaa/saapas/nettisaapas/

LISÄÄ TIETOA NUORTEN MIELENTERVEYDEN TUKEMISESTA

Suomen Mielenterveysseura

Suomen Mielenterveysseuran Mielenterveys voimaksi -käsikirja tarjoaa nuorisotyöhön tietoa, harjoituksia ja toimintaideoita, joiden avulla voi vahvistaa nuorten mielenterveystaitoja. Samalla se tukee nuorisotyön toimijoiden voimavaroja ja työhyvinvointia. Kirjan laajuus on 242 sivua ja sen hinta on 30 euroa.

Kirjan voi tilata netin kautta:

<http://www.mielenterveysseura.fi/fi/kirjat/mielenterveys-voimaksi>

Materiaalit -sivulta löytyy myös paljon muuta aiheeseen liittyvää materiaalia kuten esitteitä, julisteita ja oppaita: <http://www.mielenterveysseura.fi/fi/materiaalit>

Suomen Mielenterveysseura järjestää aiheeseen liittyvää koulutusta .

Keväällä 2015 vuorossa on kaksi valtakunnallista suomenkielistä Mielenterveys voimaksi -koulutusta sekä yksi ruotsinkielinen koulutus. Koulutuksia järjestetään myös syksyllä 2015 ja keväällä 2016. Koulutukset toteutetaan opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittamalla hankkeella ja ovat näin osallistujille maksuttomia. Koulutukseen osallistujat saavat Mielenterveys voimaksi nuorisotyöhön -käsikirjan, -kuvakortit ja -työvälineet. Koulutus on tarkoitettu nuorisotyön ammattilaisille: nuorisotaloille, etsivään työhön, erityis- ja perhenuorisotyöhön, työpajoille, verkkonuorisotyöhön, seurakunnan nuorisotyöhön, urheiluseuratoimintaan, sekä seikkailukasvatukseen ja leiritoimintaan.

Mielenterveysseurasta voi myös kysyä kohdennettua nuoren kohtaamiseen liittyvää koulutusta.

Suomen Punainen risti

Punaisen ristin RedNet -sivustolta vapaaehtoisille löytyy paljon materiaalia henkiseen tukeen liittyen: <https://rednet.punainenristi.fi/node/4411>

Punainen ristin ja Duodecimin julkaisema Hädän hetkellä -psykyksen ensiavun opas on tarkoitettu oppikirjaksi henkisen tuen kursseille, ensiapukursseille sekä itseopiskeluun. Se toimii myös käsikirjana henkisen ensiavun auttamistilanteisiin. 119 -sivuisen oppaan voi tilata Punaisen ristin nettikaupasta 29 euron hintaan:

<http://www.punaisenristinkauppa.fi/tuotteet/Ensiapu/>

Opetushallitus

Kouluille ja oppilaitoksille suunnattu materiaali kriisin käsittelystä nuorten kanssa löytyy Opetushallituksen sivuilta otsikolla ”Psykososiaalinen tuki äkillisissä kriiseissä”:

www.oph.fi/kriisiaineisto

NUORISOTYÖN VALMIUSSUUNNITELMAN TYÖKIRJA

- 4.1. Johdanto nuorisotyön valmiussuunnitteluun
- 4.2. Valmiussuunnittelun kulku
- 4.3. Valmiussuunnitelman tekeminen
 - A. Tilannekartoitus
 - B. Tahtotilan määrittäminen
 - C. Kumppanit ja yhteystahot
 - D. Toimintamallin luominen
 - E. Yhteistyö toimenpiteissä
 - F. Johtaminen
 - G. Kriisiviestintä
 - H. Ohjeita erilaisissa kriisitilanteissa toimimiseen
 - Onnettomuustilanne
 - Kuolemantapaus
 - Onnettomuus muualla
 - Itsetuhoisuus ja itsemurhauhkailu
 - Itsemurha tai sen yritys
 - Väkivalta tai uhkatilanne
 - Muut
 - I. Ennaltaehkäisy ja varautuminen

4.1. Johdanto nuorisotyön valmiussuunnittelun työkirjaan

Tämän työkirjaosion tarkoituksena on toimia apuna nuorisotyön valmiussuunnitelman tekemisessä tai päivittämisessä. Osio soveltuu myös laajempien valmiussuunnitelmien nuorisotyötä koskevien osuukien päivittämiseen.

Työkirja etenee valmiussuunnitelman tekemisen tai päivittämisen mukaisessa järjestyksessä. Liikkeelle lähdetään tilannekartoituksesta, josta päädytään ennaltaehkäisyyn ja valmiuden kehittämiseen - eli palataan alkuun, suunnitelman päivittämiseen. Prosessin etenemisen myötä luodaan tai päivitetään omaan käyttöön tulevat valmiussuunnitelman osat, ajantasaisine yhteystietoineen ja sovittuine toimintatapoineen. Nämä kootaan kansion alkuun välilehdelle 1.

Jos kunnassa on hiljattain pohdittu nuorisotyön näkökulmasta jonkin vaiheen asioita, voidaan niitä hyödyntää ja jatkaa suoraan seuraavaan kohtaan.

Kannattaa myös pitää mielessä, että ei ole olemassa vain yhtä oikeaa tapaa rakentaa valmiussuunnitelmaa, eikä ole olemassa kahta täsmälleen samanlaista valmiussuunnitelmaa. Jokaisen kunnan ja jokaisen nuorisotoimen tilanne on hieman erilainen, niin myös niitä koskevat valmiussuunnitelmatkin sekä prosessi, jolla ne luodaan.

Työkirjassa on sekä ohjesivuja että kolmenlaisia työpohjia, joista oma valmiussuunnitelma syntyy:

- Valmiita tai lähes valmiita pohjia, joihin lähinnä täydennetään yhteystietoja.
- Itse muokattavia ja täydennettäviä ohjeita.
- Työkirjaan jääviä kuvauksia, kuten riskikartoitus.

Välilehdelle 1 tuleva oma valmiussuunnitelma siis rakentuu työkirjassa olevista työpohjista. Työpohjat löytyvät kunkin osan yhteydestä. Oikean työpohjan tunnistaa nimestä ja sivutunnisteesta. Kaikki työpohjat ovat ladattavissa netistä. Omaan valmiussuunnitelmaan liitettävät työpohjat ovat merkitty sivutunnisteella ”VALMIUSSUUNNITELMA”. Muissa työpohjissa tunniste on ”TYÖKIRJA”.

Useimpiin työpohjiin liittyy tietoa ja näkökulmia sisältäviä ohjesivuja. Aiheeseen liittyvää lisätietoa voi olla myös ”Nuori ja kriisit” -osiossa.

Omaan valmiussuunnitelmaan ei välttämättä tarvita kaikkia ehdotettuja sivuja. Lisäksi joitain ohjeita tai täydentäviä osia voi olla tarpeen tuoda tämän työkirjan ulkopuoleltakin. Kunnalla voi esimerkiksi olla jo valmiina tähän tarkoitukseen sellaisenaan sopivia ohjeita. Suurissa kunnissa tarpeet nuorisotyön valmiussuunnitelman sisällölle voivat olla hyvin erilaisia kuin pienemmissä.

Osa prosessin eri vaiheiden aikana täytettävistä sivuista on tarkoitettu työkaluiksi suunnittelu- vaiheeseen, ei varsinaisen valmiussuunnitelman osiksi. Esimerkkeinä tällaisista ovat vaikkapa riskikartoitus ja SWOT -analyysi. Eri vaiheissa täydennetyt työpohjat kannattaa jättää työkirjaosioon dokumentointia ja tulevaa päivittämistä varten.

Valmiussuunnitteluprosessin kautta syntyy esimerkiksi seuraavanlainen nuorisotyön valmiussuunnitelma:

- Kansilehti, johdanto ja sisällysluettelo.
- Yleiset toimintaohjeet hätätilanteessa.
- Yleinen toimintamalli työntekijälle ja esimiehelle kriisitilanteessa toimimiseen.
- Ohjeita erilaisissa kriisitilanteissa toimimiseen.
- Kriisiryhmän tai vastaavan toimintaohjeet.
- Täydentäviä ohjeita esimerkiksi kriisiviestinnästä, turvallisuudesta jne.
- Tärkeät yhteystiedot.

Valmiista valmiussuunnitelmasta voi tehdä kopioita kaikkien tarvitsijoiden käyttöön.

Työskentelyn avuksi kannattaa ladata sähköiset word -muotoiset työpohjat netistä. Niitä voi printata käsin täytettäväksi tai niitä voi täyttää sähköisesti. Työpohjia voi myös muokata omaan käyttöön sopivimmiksi. Työpohjat ovat ladattavissa netistä Innokylässä, Nuorisotyön Valmiusverkosto –sivulla, kohdassa ”Materiaalit”. Kyseisen sivun löytää esimerkiksi kirjoittamalla Innokylän etusivulla olevaan hakukenttään ”Nuorisotyön valmiusverkosto”.

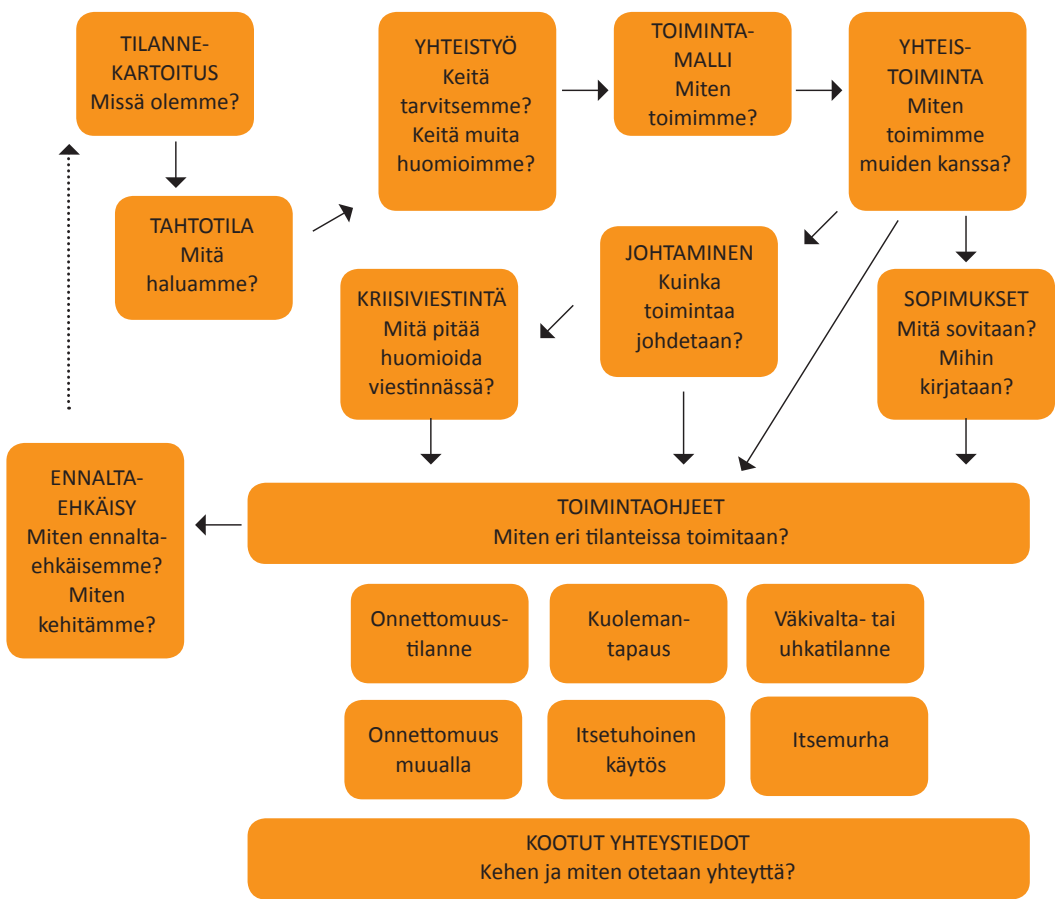
Suora linkki sivulle on: <https://www.innokyla.fi/web/verkosto1189510>

4.2. Valmiussuunnittelun kulku

Nuorisotyön valmiussuunnitelman tekemistä tai päivittämistä on hyvä ajatella kokonaisuutena ja asioiden muuttamisen mahdollisuutena, eikä vain teknisenä toimenpiteenä. Valmiussuunnitelman tekemistä voisi verrata vaikkapa strategian luomiseen. Aluksi katsotaan, missä ollaan ja sitten mietitään minne halutaan mennä. Seuraavaksi pohditaan, mitä toimia tämä vaatisi ja lopuksi lähdetään tekemään asioita todeksi.

Mahdollinen kriisi voi koskettaa ketä tahansa. Siksi on tärkeää, että kaikki nuorisotyöntekijät ja myös muu henkilökunta ovat mukana valmiuden kehittämisessä ja valmiussuunnitelman tekemisessä. Myös nuoret tulee ottaa mukaan - erityisesti pohdittaessa erilaisia toimenpiteitä.

Nuorisotyön valmiussuunnittelun tekeminen eli valmiussuunnittelmaprosessi kulkee tässä työkirjassa oheisen kaavion mukaan lähtien liikkeelle tilannekartoituksesta. Kukin vaihe käsitellään varsin perinpohjaisesti, mutta kevyempikin lähestyminen on mahdollista. Oleellista on, että jokainen vaihe huomioidaan jollakin tavalla.



Valmiussuunnitelmaprosessin aikana on tarkoitus kirjata suunnitelmat, ohjeet sekä yhteistyötahot huolella muistiin. Työkirjasta löytyy tähän valmiita pohjia avuksi. Kirjaamisen kautta asiat saadaan näkyviksi, jolloin niistä voidaan hyödyntää suunnittelun seuraavissa vaiheissa ja niitä on myös helpompi kertoa toisille. Kuhunkin suunnittelun vaiheeseen liittyy erilaisia apukysymyksiä, joiden kautta kyseistä kokonaisuutta voi lähestyä.

Yhteistyön keskeisyys valmiussuunnittelussa

Nuorisotyön valmiuden kannalta kenties keskeisin asia on paikallisen yhteistyön luominen ja sovittujen toimintatapojen saaminen rakenteisiin. Nuorisotyön kriisivalmius kunnissa -selvityksestä kävi ilmi, että nuorisotyön kriisivalmiuden osaaminen ja yhteistyökuviot ovat hyvin henkilösidonnoisia. Tämä voi johtaa ongelmiin mahdollisten henkilövaihdosten tai organisaatiomuutosten jälkeen, ellei asioita ole kirjattu suunnitelmiin ja sidottu organisaatioiden toimintaan. Kyse on sekä organisaatioiden sisäisestä että organisaatioiden välisestä yhteistyöstä.

Nuorisotyö on yksin varsin pieni toimija kunnan valmiussuunnittelun kentässä, ja sen toimenpiteet ovat luonteeltaan enemmänkin muiden toimia täydentäviä ja tukevia, kuin kaiken käynnistäviä. Turvallisuuden kehittämisen näkökulmasta nuorisotyön kohtaamat kriisit ovat pieniä, mutta niillä voi kuitenkin olla suuri merkitys sekä nuorten että koko kunnan hyvinvoinnin ja turvallisuuden kokemisen kannalta. Valmiussuunnitteluprosessin aikana on hyvä mahdollisuus tarkastella nuorten hyvinvoinnin näkökulmasta, mitkä kriisitilanteiden hoitamisen osa-alueet ovat jo hyvin hoidossa ja missä kaivataan parannusta. Näiden parannusten aikaansaaminen ei useinkaan ole yksin nuorisotyön käsissä, vaan yhteistyössä.

Toinen valmiussuunnitelmaprosessissa keskeisen yhteistyön näkökulma liittyy resurssien vähäisyyteen. Mitä vähemmän on käytettävissä omaa resurssia nuorten tukemiseen kriiseissä, sitä tärkeämpää on miettiä etukäteen, miten se saadaan yhteistyön kautta hoidettua erilaisissa tilanteissa. Ilman perusteellista suunnittelua, myös sellaiset tilanteet, kuten toiminta loma- tai sairauspoissaolojen aikana voivat helposti jäädä huomioimatta. Yhteistyömahdollisuuksia miettiminen ja yhteistyön järjestäminen vasta kriisitilanteen sattuessa voi olla hankalaa.

TYÖPOHJAT:

Valmiussuunnitelman kansilehti

- Täydennä tiedot omaa valmiussuunnitelmasi varten.
- Lisää kuva tai logo halutessasi.

nuorisotyön valmiussuunnitelma

Päivitetty / /

4.3. Valmiussuunnitelman tekeminen

A. Tilannekartoitus

Valmiussuunnitelman tekeminen eli valmiussuunnitelmaprosessi lähtee liikkeelle nykytilan kuvauksesta:

- Missä me olemme nyt?
- Mikä on nuorisotoimen valmius tehdä tehostettua nuorisotyötä erilaisissa nuoria koskevissa kriisitilanteissa?
- Mitä muutoksia on nähtävissä?

Tilannekartoituksen tekeminen voi tapahtua monella tavalla. Se voi myös olla osa yleistä toiminnan arviointia ja raportointia. Tekotavasta riippumatta on tilannekartoituksen hyvä sisältää nuorisotyön valmiussuunnittelun kannalta seuraavia osa-alueita:

- Osaaminen ja resurssit.
- Nykyinen ohjeistus.
- Muut toimijat ja oma rooli.
- Yhteistyön tilanne.
- Todennäköisimmät riskit.

Tilannekartoituksen tekemiseen on koko henkilökunnan hyvä osallistua, sillä asiat voivat näyttää erilaisilta eri näkökulmista. Myös nuoria on hyödyllistä ja tärkeää kuulla tässä vaiheessa.

Seuraavassa joukko apukysymyksiä tilannekartoituksen tekemiseen:

- Mikä on oma osaaminen nuorten tukemiseen kriisitilanteissa organisaationa ja yksilötasolla?
- Millaiset ovat omat resurssit tehostetun nuorisotyön tekemiseen (työaika- ja henkilöresurssit sekä taloudelliset resurssit)?
- Millaisia ohjeita on olemassa nuorisotyön kriisivalmiuteen ja toimintaan kriisitilanteissa? Onko olemassa nuorisotyötä ohjaava valmiussuunnitelma? Millainen ja milloin päivitetty? Ovatko muut ohjeet, kuten turvallisuusohjeet ajan tasalla?
- Kuinka nuorisotyö liittyy kunnan yleiseen kriisivalmiuteen ja varautumiseen?
- Keitä muita toimijoita kunnassa on nuoria koskevat kriiseissä (joissa myös nuorisotyö on tai voisi olla mukana)? Miten hyvin heidän toiminta kattaa nuorten tarpeet?
- Onko jokin selvästi havaittava puute, johon nuorisotyön keinoin voisi vaikuttaa?
- Mikä on nuorisotyön rooli nuoria koskevat kriisitilanteissa ja kunnan kriisivalmiudessa?
- Onko nuorisotyö huomioitu muiden toimijoiden valmiussuunnitelmissa?
- Millainen on yhteistyön tilanne tehostetun nuorisotyön tekemiseen kriisitilanteessa? Onko sovittu jostain jonkun kanssa (seurakunnat, kunnan muut toimialat, koulu, viranomaiset, kriisityön tekijät, järjestöt, naapurikunnat jne.)? Onko kirjallisia sopimuksia? Luotetaanko yhteistyön syntymiseen tai avun saamiseen tilanteen vaatiessa?
- Onko todennäköisimmät riskit kartoitettu ja kuvattu?

- Onko ennakoitu muutoksia? Mitkä asiat ovat hiljattain muuttuneet tai mihin on odotettavissa muutoksia (säädöksissä tai ohjeissa, nuorten maailmassa, turvallisuudessa jne.)?
- Onko kirjallisia sopimuksia?
- Syntyykö yhteistyö tai avun saaminen tai antaminen tarvittaessa?
- Onko todennäköisimmät riskit kartoitettu ja kuvattu?
- Onko ennakoitu muutoksia?
Mitkä asiat ovat hiljattain muuttuneet tai mihin on odotettavissa muutoksia (säädöksissä tai ohjeissa, nuorten maailmassa, turvallisuudessa jne.)?

Kunnassa voi olla käynnissä myös monenlaisia muita kehittämistoimia yleiseen kriisivalmiuteen ja varautumiseen liittyen. Siksi on tärkeää selvittää ja miettiä, mihin muuhun kehittämiseen nuorisotyön valmiuden kehittäminen liittyy ja miten se tukee niitä. Samoin, onko jollain toisella toimialalla tai vaikkapa seurakunnalla tai jollain järjestöllä käynnissä nuorten turvallisuuteen tai kriisivalmiuteen liittyvä kehittämistyö?

Tilannekartoituksen tulokset kirjataan työkirjaan muistiin seuraavia vaiheita varten. Ohessa on muutamia pohjia erilaisten kirjausten tekemiseen. Tilannekartoitusdokumentit kannattaa säilyttää työkirjan välissä tallessa, jolloin niihin voidaan palata seuraavan kerran suunnitelmaa päivitettäessä tai niitä voidaan hyödyntää kuvattaessa lähtötilannetta ulkopuolisille.

TYÖPOHJAT A

Perustietoja

- Täytä apukysymysten ohjaamana kuhunkin kohtaan keskeiset asiat, joista ollaan samaa mieltä
- Mikäli asiasta on erilaisia näkemyksiä, voidaan nekin tuoda näkyviin.

Riskikartoitus:

- Pohtikaa yhdessä ja kirjatkaa riskikartoitukseen mitkä ovat todennäköisimpiä nuoriin kohdistuvia kriisitilanteita. Kysykää myös nuorten näkemyksiä.
- Luettele ja kuvaile lyhyesti 5-10 erilaista. Lataa sähköinen pohja kirjaamiseen tai kopioi lisäisivuja.
- Lisäksi tässä vaiheessa kuvaillaan: Miten tapahtumia ehkäistään ennakolta? Kuinka nuorisotyö saa tiedon muualla tapahtuneesta? Kuinka mahdolliseen tilanteeseen on varauduttu esim. ohjeistuksilla?
- Muihin riskikartoituksen osiin palataan suunnittelun myöhemmissä vaiheissa.

Laajennettu SWOT

- Pohtikaa yhdessä, mitä ovat vahvuudet, heikkoudet, mahdollisuudet ja uhat kriisitilanteissa toimimiseen tehostetun nuorisotyön keinoin.
- Ideoikaa, miten mahdollisuuksia voi hyödyntää ja uhkia lieventää.
- Pohtikaa lisäksi: Mikä on kaikkein suurin este ja ideoikaa mitä me sille voisimme tehdä? Kirjatkaa ajatukset muistiin.

Perustietoja tehostetun nuorisotyön tekemiseen

A

Arvio omasta osaamisesta (yksittäisten työntekijöiden osaaminen ja valmius, organisaation yhdessä):

Arvio omista resursseista (tehotetun nuorisotyön tekemiseen, valmiuden kehittämiseen):

Ohjeiden ja suunnitelmien tilanne:

Nuorten tukeminen kriisitilanteissa yleisesti/kokonaisuutena eri toimijoiden toimesta:

Onko joitain huonosti hoidettuja osa-alueita edellisessä:

Millaisena toimijana kriisitilanteissa nuorisotyö nähdään (miten huomioidaan, missä roolissa):

Yhteistyön tilanne kriisivalmiudessa (kunnan eri toimialojen kanssa, srk:t, järjestöt):

Riski: Kriisin aihe. Häiriötilanne tms.	Riskin tarkempi kuvaus	Tiedon saanti, tilannekuva tapahtuneesta	Varautuminen, ohjeet tilanteessa toimimiseen	Välittömät toimenpiteet	Toimenpiteet myöhemmin	Tarvittavat resurssit	Yhteistoiminta	Ennaltaehkäisy

Vahvuudet:	Mahdollisuudet:	Miten hyödynnämme näitä?	Miten lievennämme tai poistamme nämä?
Heikkoudet:	Uhat:		

B. Tahtotilan määrittäminen

Tilannekartoituksen jälkeen jatketaan oman tahtotilan määrittämisellä nuorisotyön toiminnasta ja toimintavalmiudesta kriisitilanteissa. Nyt katsotaan hieman kauemmas eteenpäin. Miten haluaisimme asioiden olevan viiden vuoden päästä? Antakaa ideoille tilaa, mutta tietty realismi suu- kannattaa pitää mielessä vaikka hakisikin asioiden muuttumista.

Erityisesti tahtotilan määrittämisen alkuvaiheeseen on kaikkien hyvä osallistua, ja myös nuorilta on tärkeä kysyä näkemyksiä. Kannattaa samalla pitää mielessä, että osallistujilla voi olla hyvin- kin erilaisia näkemyksiä tulevasta, joten keskustelemiselle ja yhteisten näkemysten luomiselle tulee varata aikaa. Tämä keskustelu toimii samalla hyvänä harjoituksena yhteistyötahojen väliseen vuoropuheluun.

Vinkki: Yhteiseen näkemykseen pääsemiseksi on jokaisen oltava valmis luovuttamaan jotain omasta näkemyksestään. Ilman luottamusta ja avoimuutta tähän ei päästä. Tästä lisää työkir- jan osassa Kumppanit ja yhteistyötahot.

Tulevaisuuden kuvaa voi lähteä konkretisoimaan miettimällä nuorisotyön roolia.

- Miten me näemme nuorisotyön roolin kunnan kriisivalmiudessa ja nuorten hyvinvoinnista huolehtimisesta kriisitilanteiden kohdatessa? Onko se tunnettu?
- Arvostetaanko nuorisotyön osaamista, toimia ja aikaansaannoksia kriisitilanteiden hoidossa?
- ° Mikä nuoria koskettavassa kriisivalmiudessa on ”nuorisotyön omaa” toimintaa? Sellaista, jota kukaan muu ei tee?

Maailma muuttuu nopeasti ja viisi vuotta on pitkä aika.

- Miten muutokset haastavat nuorisotyön toimimaan kriisivalmiuden saralla?
- Mikä nuorten kannalta on sellaista, josta juuri nuorisotyön on pidettävä huolta kriisivalmiudessa?

Asiaa on syytä pohtia myös hyödyn kautta.

- Miten perustelemme toivomamme asioiden tilan itsellemme ja muille?
- Mitä hyötyä juuri nuorisotyön toimista on kriisitilanteissa?
- Mitä vaikutusta saamme aikaan?
- Miten parannamme nuorten hyvinvointia ja lisäämme turvallisuutta?

Tahtotilan rinnalla on hyvä pohtia myös valmiuksia muutokseen.

- Mitä vaaditaan toteutumiseen? Resursseja, asennemuutosta, tietoa jne..
- Onko niitä saatavilla?

Ohessa on työpohja pohdintojen tulosten kirjaamiseen. Kirjauksia tehtäessä kannattaa huomi- oida niiden hyödyntäminen erilaisessa yhteistyössä: Ne ovat kaikki myös perusteluja tehostetun nuorisotyön tekemiselle ja kehittämiselle.

TYÖPOHJA B

Tahtotila nuorisotyön kriisivalmiuden kehittämiseen.

- Ideoikaa vastauksia yhdessä. Kirjatkaa ajatuksia laajasti muistiin.

Tahtotila nuorisotyön kriisivalmiuden kehittämiseen

B

Millaisena näemme nuorisotyön tulevan roolin ja tehtävän nuoria koskettavissa kriisitilanteissa?

Mikä on suurin este siihen pääsemiseksi? Mitä me sille voisimme tehdä?

Mikä on suurin este toiveemme mukaisen tilanteen toteutumiseen täysipainoisesti?
Mitä me sille voisimme tehdä?

Miten perustelemme satsaamisen näiden esteiden raivaamiseen? Kuka hyötyisi tästä ja miten?

Mikä on tärkein edistettävä asia nuorisotyön kriisivalmiuden kehittämisessä?

C. Kumppanit ja yhteistyötahot

Nuorisotyön tehtävä ja rooli kunnan kriisivalmiudessa on selvä vasta sitten, kun se on kuvattu muiden alojen ja toimijoiden valmiussuunnitelmissa. Tähän tarvitaan yhteistä suunnittelua ja sopimista. Nuorten hyvinvoinnin ja turvallisuuden näkökulma, ja sen kautta yhteisen tavoitteen löytäminen valmiussuunnitteluun, tarjoaa tähän hyvän perustan.

Yhteistyön tarvetta nuorten tukemiseen ja auttamiseen kriisitilanteissa voi hahmottaa seuraavilla kysymyksillä:

- Keitä nuorisotyö tarvitsee tueksi, avuksi tai kumppaniksi?
- Keitä nuorisotyön pitää huomioida?
- Mikä on nuorisotyön oma tehtävä?
- Keiden pitäisi tietää, mitä on nuorisotyön toiminta kriisitilanteissa?
- Tekeekö joku samaa tai lähes samaa kun kunnallinen nuorisotyö?

Nuorisotyön kriisivalmius kunnissa -selvitys osoitti, että yhteistyötä tehdään, mutta ei kovin kattavasti. Monissa tapauksissa nuorisotyön mahdollisuudet olla muiden toimijoiden nuorille kohdentaman toiminnan tukena ja täydentäjänä jäävät täysipainoisesti hyödyntämättä. Keskeinen syy on tiedon ja toiminnan tuntemisen puute. Yhteistyökumppaneiden on tärkeää tietää:

- Mitä on tehostettu nuorisotyö?
- Miten se tukee ja täydentää muuta kriisityötä?
- Mitä erityistä siinä on?

Yhteistyön ja kumppanuuden osalta täydennetään aiemmin tilannekartoituksen yhteydessä tehtyjä kirjauksia esimerkiksi seuraavilla apukysymyksillä:

- Keiden toimijoiden kanssa on rinnakkaista, sivuavaa tai päällekkäistä toimintaa nuoria koskevien kriisien yhteydessä toimittaessa (eri tilanteet, eri tapahtumapaikat jne.)?
- Missä olisi saavutettavissa suurin täydentävyys?
- Missä on mahdollisia aukkoja?
- Keiden toimijoiden kanssa on aistittavissa suurin ymmärrysvaje?
- Missä ovat pahimmat päällekkäisyydet? Mitä niille olisi tehtävissä?
- Keiden kanssa nuorisotyö on laajemmissa suunnitelmissa yhteistyöasemassa? Keiden kanssa emme ole, vaikka kenties pitäisi?
- Keiden kanssa tiedon pitäisi kulkea?
- Keillä on sellaista osaamista ja asiantuntemusta, jota voisi hyödyntää?
- Millaisia monialaisia ryhmiä löytyy, joita voisi hyödyntää yhteistyön rakentamisessa?
- Onko kunnalla yleinen turvallisuusasioiden ryhmä, jossa nuorisotyön kriisivalmiutta voisi käsitellä?
- Onko nuorisotyön kriisivalmius ollut nuorten ohjaus- ja palveluverkoston käsittelyssä?

Oman kunnan eri toimijoiden lisäksi huomio kannattaa kiinnittää naapurikuntiin ja alueelliseen toimintaan:

- Onko naapurikunnissa samanlaisia haasteita ratkottavana? Onko tässä mahdollista yhdistää voimia?
- Onko meillä tarjottavaa (hyviä käytäntöjä, osaamista tms.) naapurikunnille tai alueelle?

Eri yhteistyötahojen hahmottamista helpottaa kaavion piirtäminen. Ohessa on malli sekä itse täytettävä kaavio ja tyhjä pohja avuksi.

Kuvioon palataan konkreettisia toimenpiteitä ja yhteistyökuvioita kirjattaessa. Tahot kirjataan tehtävän tai organisaation muodossa, ei henkilöinä. Nuorisotyön kriisivalmiuden kirjaaminen erilaisiin yhteistyön rakenteisiin tulisi tapahtua organisaatioihin ja tehtäviin liittyen, jolloin ne säilyvät henkilövaihdosten tai organisaatiomuutostenkin yli.

Jo olemassa olevan sekä nyt vielä puuttuvan yhteistyön kartoittamiseksi, on hyvä kysyä ajatuksia koko henkilökunnalta, sillä eri tehtävien kautta myös yhteistyön tarve ja mahdollisuudet näyttävät erilaisilta. Jatkotyöstössä avainasemassa ovat ne työntekijät, jotka ovat toimenpiteiden toteuttajia mahdollisissa nuoria koskeavissa kriisitilanteissa.

Kuinka yhteistyöhön päästään?

Yhteistyön rakentaminen on pitkä prosessi. Sen vaiheet voidaan kuvata vaikka seuraavasti:

KURKISTAMINEN → TUTUSTUMINEN → RINNAKKAISUUS → YHTEISTYÖ.

Nuorisotyön kannalta toivottavien yhteistyötahojen joukossa voi olla sellaisia, jotka eivät tiedä tai tunne lainkaan nuorisotyön roolia tai tapaa toimia kriisitilanteissa. Useimmiten yhteistyön luomisessa on kyse tutustumisvaiheesta ja siihen liittyvästä oikean tiedon vaihtamisesta. Rinnakkainen toiminta on riittävä taso monissa tilanteissa. Siinä on päästy päällekkäisyyksistä eroon, mutta toiminta on edelleen erillistä ja siinä voi olla aukkoja. Yhteistyössä toiminta on suunniteltu ja muokattu yhteisten tavoitteiden pohjalta kokonaisuudeksi.

Yhteistyön toimimaan saamisen keskeiset tekijät ovat luottamus, sitoutuminen ja tunteminen. Tunteminen tarkoittaa tässä, että toiset tietävät, mitä he tarvitsevat minulta ja minä tiedän, mitä voin antaa heille. Tällainen tunteminen synnyttää luottamusta.

Yhteistyön rakentamisessa lähdetään liikkeelle luottamuksen rakentamisesta, ei hakemalla suoraan asioiden ratkaisua.

- Ymmärrämmekö haasteet samalla tavalla?
- Haemmeko samoja asioita?
- Ovatko samat asiat meille merkityksellisiä?

Kyse ei siis ole siitä, ettei tarvittava ratkaisu olisi keksittävässä. Kyse on siitä, ettei ratkaisuun luoteta eikä sitä tunneta yhteiseksi.

Lähdettäessä liikkeelle luottamuksen rakentamisesta, käynnistyy samalla erilaisen tiedon liikkuminen. Tiedon liikkumisen myötä aletaan pikku hiljaa ymmärtää, ettei se oma ratkaisu ehkä olekaan ainoa tai paras ratkaisu. Syntyy uusia pieniä oivalluksia ja yhteisiä pieniä ratkaisuja. Niiden syntyminen lisää luottamusta ja johtaa isompiin ratkaisuihin.

Asioiden yhteinen käsittely lähtee usein liikkeelle neutraalista jutustelusta, johon pikku hiljaa tuodaan mukaan omia näkökulmia. Tästä edetään vaiheeseen, jossa osallistujat tuovat asian-tuntijuudet pöytään ja kaikki kuuntelevat toisiaan. Tämä vastaa hyvää kokouskeskustelua, josta puheenjohtaja vetää lopuksi yhteen johtopäätökset. Uutta syntyy kuitenkin vasta silloin, kun osallistujat uskaltavat luopua omasta näkökulmastaan ja antautua yhteiseen kehittämiseen. Ilman luottamista, sitoutumista ja tuntemista tähän ei päästä.

TYÖPOHJAT C

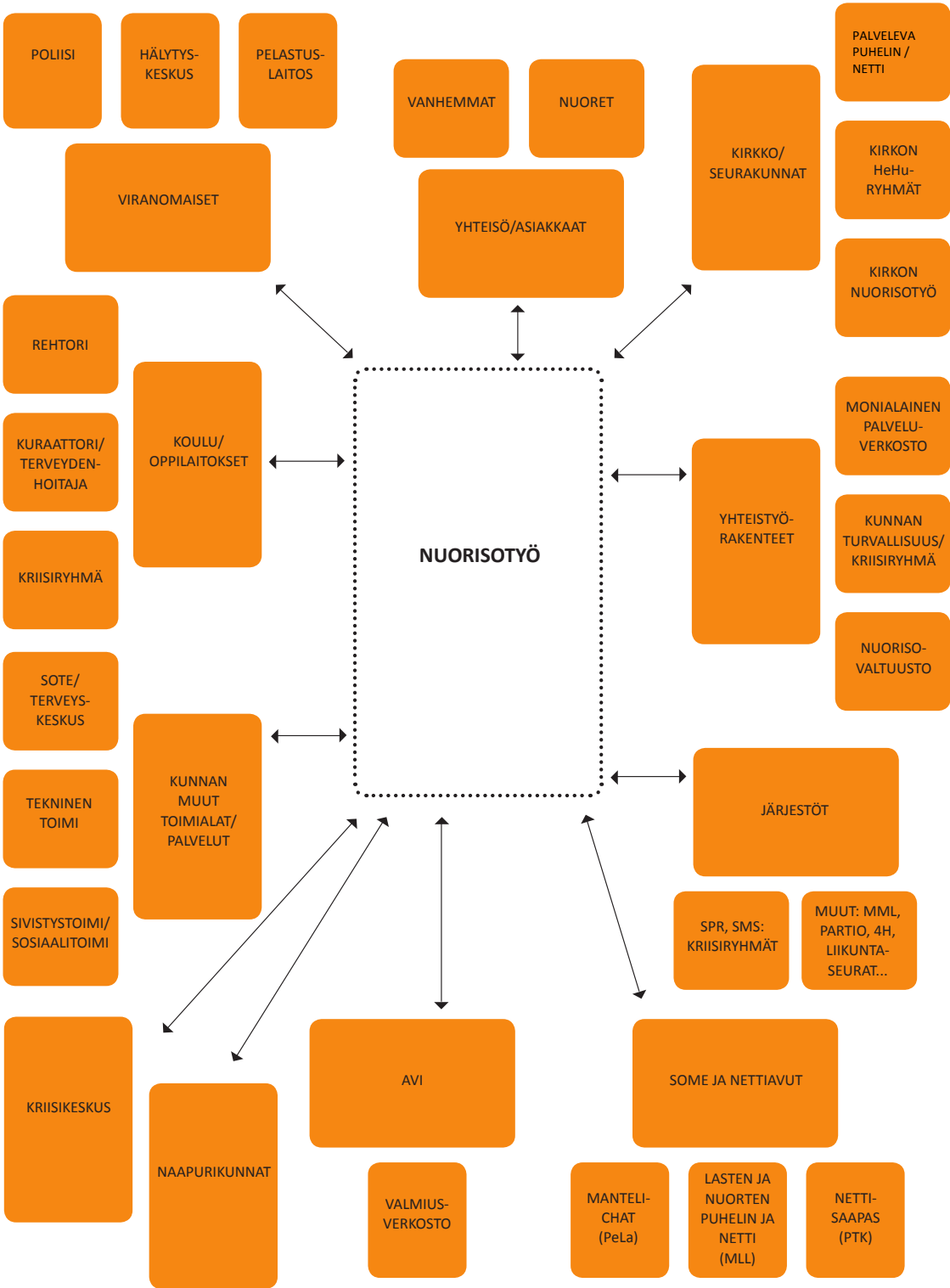
Yhteistyötahokaavio (esimerkki)

- Valmis kaavio antamaan ideoita.

Yhteistyötahokaavio ja tyhjä pohja

- Täytä kaavioon eri yhteistyötahoja, joiden kanssa on syytä sopia jostain (molemmin suuntaisesta tiedonkulusta, toimenpiteistä, osaamisen vaihdosta...).
- ° Eri tahojen sovittaviin toimenpiteisiin ja tarkempien yhteystietojen täyttämiseen palataan kohdassa ”E. Yhteistyö toimenpiteissä”.

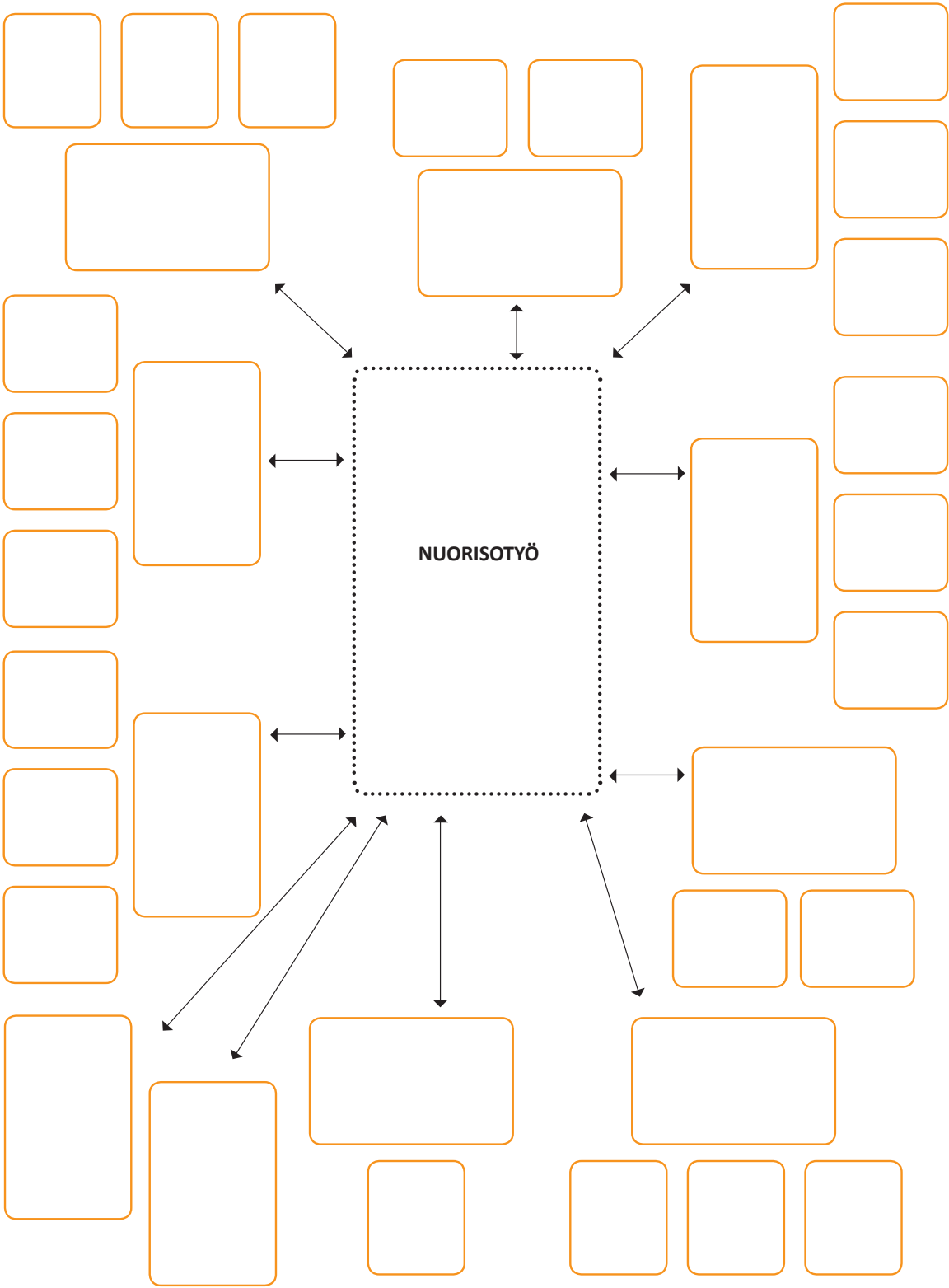
Yhteistyötahoja nuorisotyön valmiustoiminnalle esimerkiksi: C



NUORISO-
TYÖN
KRIISI-
KANSIO

Yhteistyötahoja nuorisotyön valmiustoiminnalle:

C



Yhteistyötahoja nuorisotyön valmiustoiminnalle:

C



D. Toimintamallin luominen

Tarjolla olevien yhteistyömahdollisuuksien jälkeen on aika pohtia millaisella toimintamallilla toimitaan:

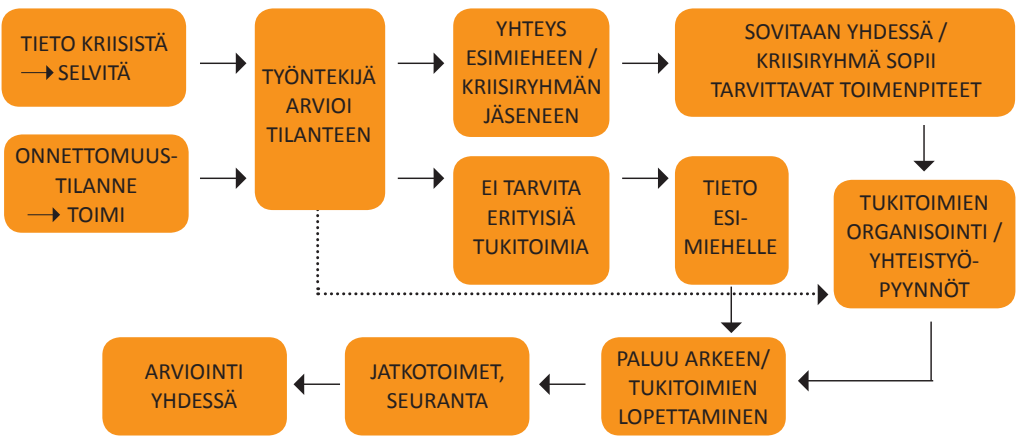
- Miten kriisitilanteen sattuessa toimitaan?
- Miten ja kuka päättää erilaisista toimista? Mikä on yksittäisen työntekijän vastuu?
- Onko nuorisotyön toimenpiteitä ohjaamassa kriisiryhmä?
- Mistä saadaan neuvoja toimenpiteistä päättämiseen silloin, kun niitä tarvitaan?

Kriisivalmius kuuluu jokaiselle: kuka tahansa voi joutua tilanteeseen jossa pitää tehdä päätöksiä toimenpiteistä. Etenkin hankalammissa tilanteissa päätökset olisi hyvä tehdä yhdessä ja mahdollisesti organisaation ulkopuolisia osajia hyödyntäen. Tämä voi tapahtua esim. kriisiryhmän muodossa. Yhteyden voi ottaa myös valmiusverkoston jäseneseen valittaessa toimintatapoja ja toimenpiteitä.

Eri toimintamallit

Alla on kuvattu yleinen malli, jossa nuorisotyöllä on oma kriisiryhmä tai vastaava tai nuorisotyö on mukana laajemmassa ryhmässä. Työpohjista löytyy toinen malli tilanteesta, jossa tehostetun nuorisotyön toimenpiteistä päättävää kriisiryhmää ei ole, vaan toimenpiteistä akuutin vaiheen jälkeen päätetään esimiehen ja mahdollisten yhteistyötahojen kanssa. Kummassakin mallissa mukana toimenpiteistä päättämässä voi olla esim. apuun pyydetty valmiusverkoston jäsen tai muu asiantuntija.

Yleinen toimintamalli:



Millainen kriisiryhmä?

Jos nuorisotyön toimintaa ohjaavaa kriisiryhmää ei ole, on valmiussuunnitelman luominen tai päivittäminen hyvä tilaisuus sellaisen perustamiseen. Ryhmään voi kunnan eri toimialojen työntekijöiden lisäksi kuulua esim. koulun, seurakunnan ja järjestöjen edustajia. Kriisiryhmän

ydin voi olla pieni, vain muutama ihminen, jos sitä on mahdollista täydentää ennalta sovitusti erilaisilla osajilla eri tilanteiden vaatimalla tavalla. Minimissään nuorisotyöntekijä ja hänen esimiehensä voivat muodostaa ydinryhmän, mutta laajempi kokoonpano on suositeltavaa. Kannattaa myös miettiä tarvitaanko kriisiryhmään mukaan muiden toimialojen ja psykososiaalisen tuen ammattilaisia vai hoidetaanko tämä yhteistyön kautta?

Nuorisotyön kriisiryhmänä voi toimia myös kunnassa jo olemassa oleva esim. suuronnettomuuksien varalle perustettu laajempi kriisi- tai turvallisuusryhmä. Tällöin ko. ryhmässä tulee olla nuorisotyön edustus ja riittävä toiminnan ymmärrys. Edelleen laajemman ryhmän kohdalla on huomioitava, että nuorisotyön näkökulmasta kyse on toiminnasta pienempienkin kriisien sattuessa, ei vain laajoista kriisitilanteista tai yhteiskunnan häiriötilanteista. Nuorisotyö on yksi tärkeä toimija tilanteiden normalisoinnissa sekä toisaalta kriisitilanteiden ennaltaehkäisyssä ja resilienssin muodostumisessa. Tehostettu nuorisotyö ei ole varsinaista kriisityötä, vaan sitä eri tavoin tukevaa toimintaa. Nuorisotyön näkökulmasta tällaiseen laajempaan ryhmään olisi toivottavaa saada myös seurakuntien nuorisotyön ja järjestöjen edustus, mikäli sellaista ei siinä valmiiksi ole.

Pienemmissä kunnissa yhteistyö muiden toimijoiden kanssa on erityisen oleellista. Tämän vuoksi laajempi yhteinen kriisiryhmä myös nuorisotyön toimien suunnitteluun ja päättämiseen voi olla järkevin. Yhteistyö voi olla myös kuntien välistä, eli rakennetaan kahden tai useamman kunnan yhteinen kriisiryhmä ja toimintamalli nuoria koskevat kriisitilanteissa. Laajempi pohja mahdollistaa myös toiminnan turvaamisen esimerkiksi henkilönvaihdoistilanteissa tai loma-aikoina.

Nuoria laajasti koskevat kriisitilanteissa paikallisen nuorisotyön tukena toimivat alueen nuorisotyön valmiusverkoston jäsenet. He ovat asiantuntijoita määrittämään yhdessä tarvittavia nuorisotyön toimenpiteitä eli tehostettua nuorisotyötä, joita kriisitilanteessa voidaan tarvita. Tällainen kriisi voi olla esim. suuronnettomuus tai vakava uhkatilanne. Myös pienemmän kriisin yhteydessä voi hyödyntää valmiusverkoston osaamista neuvojen saamiseen – etenkin jos omaa kokemusta kriisitilanteiden hoitamisesta ei ole.

Keskeistä on, että nuorisotyön kriisivalmiuden rakenteet ja toimintatavat myös kirjataan kunnan yleisiin ja toisten toimialojen suunnitelmiin. Kirjaamiset tehdään tehtäviin ja organisaatioihin, ei yksittäisiin ihmisiin liittyen, vaikka suunnitelmaan heidät nimetäänkin. Myös kriisiryhmään nimettyjen työsopimuksiin tulee kirjata osallisuus ryhmässä, sekä siihen liittyvät erityisjärjestelyt.

Kriisiryhmän yleiset tehtävät

Kriisiryhmän perustehtävä on päättää kriisitilanteen jälkeisistä tukitoimista ja tiedottamisesta. Tukitoimista päätettäessä keskeistä on yhteistyön tarpeen hahmottaminen ja yhteistyön organisoiminen. Nuorisotyön näkökulmasta kriisiryhmä vastaa tehostetun nuorisotyön toimenpiteiden organisoimisesta, ei psykososiaalisen kriisiavun järjestämisestä. Nuorisotyön rooli on varmistaa tuen aukottomuus nuorten näkökulmasta - muidenkin kuin suoraan kriisitilanteessa osallisena olleiden kohdalta.

Kriisiryhmän yleiset tehtävät ovat esimerkiksi seuraavat:

- 1) Huolehtii toimintansa suunnittelusta ja valmiussuunnitelman laadinnasta.
- 2) Kirjaa ryhmän sisäisen työnjaon ja vastuuketjun.
- 3) Selvittää etukäteen kriisitilanteissa tärkeät paikallisesti/alueellisesti toimivat yhteistyö tahot ja sopii yhteistyön periaatteista ja käytännöistä.
- 4) Perehdyttää muun henkilöstön valmiussuunnitelmaan, järjestää koulutusta ja hankkii kirjallisuutta.
- 5) Huolehtii siitä, että kaikki työntekijät ja myös nuoret tietävät, miten toimitaan erilaisissa tilanteissa ja miten tilanteesta tiedotetaan kriisin eri vaiheissa.
- 6) Organisoii toimintaa kriisitilanteissa nuorisotyön osalta ja huolehtii tiedonkulusta eri toimijoiden välillä.
- 7) Kutsuu tarvittaessa tukea ja apuvoimia sovitun mukaisesti.
- 8) Huolehtii tarvittavan henkisen tuen saamisesta nuorille sekä mahdollisista jatkotoimista.
- 9) Huolehtii henkilökunnan jaksamisesta.
- 10) Päättää tilanteen normalisoinnista ja mahdollisesti tapahtumaan liittyvien asioiden käsittelystä turvallisuuden ja resilienssin kasvattamiseksi.
- 11) Arvioi jälkikäteen kriisitilanteissa toteutettuja toimia ja tekee valmiussuunnitelmaan tarvittavia muutoksia.

Kriisiryhmän työnjakoon kuuluu esimerkiksi seuraavia tehtäviä:

- Johtaminen
- Johtajan sijaisena toimiminen
- Henkilökunnan perehdytys
- Henkilökunnan jaksamisesta ja henkisestä tuesta huolehtiminen
- Tiedonkulku yhteistyötahojen ja sidosryhmien kanssa
- Tiedottaminen ulospäin
- Sosiaalisesta mediasta ja nettityöstä huolehtiminen
- Raportointi
- Arvioinnin tekemisestä huolehtiminen

Kriisiryhmän koolle kutsuminen ja toiminta hälytyksen jälkeen

Ryhmän voi kutsua koolle kuka tahansa kriisiryhmän jäsen, joka saa tiedon nuoria koskettavasta kriisistä. Nuorisotyöntekijän kohdatessa tehostettua nuorisotyötä vaativan tilanteen ottaa hän yhteyttä joko omaan esimieheen tai sovittuun kriisiryhmän jäseneseen.

Kriisiryhmän tulee kokoontua mahdollisimman nopeasti, mielellään muutaman tunnin kuluessa. Kriisitilanteen hoito priorisoidaan ennen muita töitä. Ainakin muutaman jäsenen tulee olla nopeasti koolle kutsuttavissa. Kriisiryhmän ydin voi tarvittaessa tehdä nopeita päätöksiä suunnitelmien mukaisista toimenpiteistä. Kriisiryhmä voi myös pyytää neuvoja valmiusverkostolta toimista päättämiseen.

Kun kriisiryhmä on kutsuttu koolle, on sen tehtävänä arvioida tilanne ja päättää tarvittavista toimista, niiden organisoinnista sekä viestinnästä. Ohessa on malli Kriisiryhmän tehtävistä hälytyksen tullessa. Sitä voi sähköisenä versiona muokata omaan tilanteeseen sopivammaksi.

TYÖPOHJAT D

Toimi näin kriisitilanteessa

- Yleinen toimintamalli, kun jotain sattuu.
- Muokkaa tarvittaessa ja liitä osaksi omaa valmiussuunnitelmaa.

Toimintamalli ilman kriisiryhmää

- Käytä sellaisenaan tai muokkaa ja täydennä tilanteeseen sopivammaksi.

Toimintamalli kriisiryhmän kanssa

- Käytä sellaisenaan tai muokkaa ja täydennä tilanteeseen sopivammaksi.

Kriisiryhmän tehtävät ja toimenpiteet

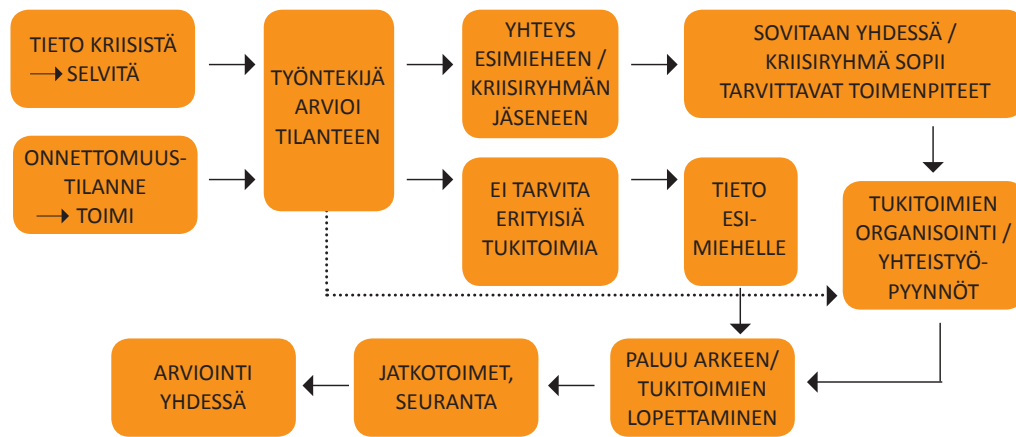
- Ohjeita ja kysymyksiä hälytyksen tultua toimimiseen ja toimenpiteistä päättämiseen.

Kriisiryhmän kokoonpano

- Täydennä tiedot. Hyödynnä sähköinen pohja.

Toimi näin kriisitilanteessa

D



TIETO KRIISISTÄ:

1. Tarkista soittajan / tiedon antajan henkilöllisyys ja puhelinnumero.
2. Selvitä ja kirjaa muistiin:
 - a. Mitä on tapahtunut.
 - b. Missä ja milloin
 - c. Tapahtuman uhrin .
 - d. Tilanne juuri nyt.
Onko apu paikalla.
 - e. Kenellä muilla on tieto tapahtuneesta.
 - f. Onko jokin muu taho ryhtynyt toimenpiteisiin.
 - g. Onko nuorisotoimelle jotain erityisodotuksia yhteistyön suhteen .

Kysymyksiä tilanteen selvittäminen nuorilta:

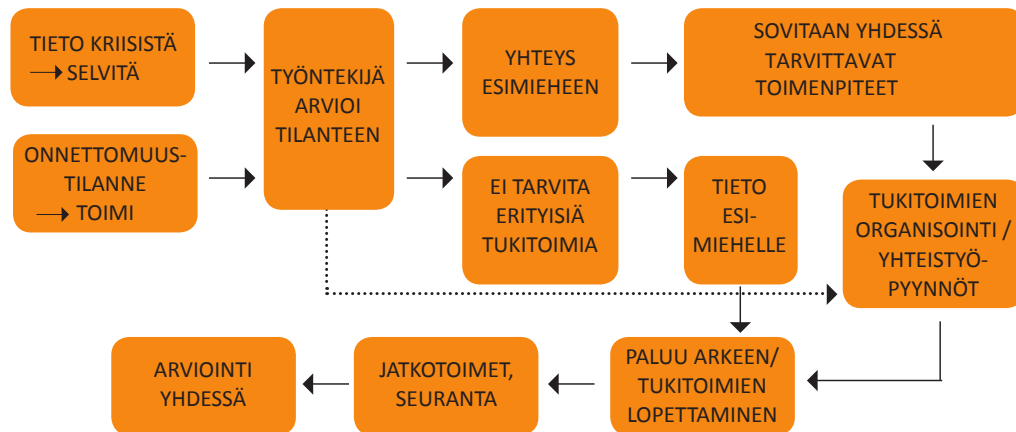
- Mitä on tapahtunut?
- Missä ja milloin se tapahtui?
- Kenelle se tapahtui?
- Ketkä olivat mukana?
- Mistä sait tietää tapahtuneesta?
- Miten asiasta kerrottiin?
- Mitä ja miten asiasta nyt keskustellaan?

AKUUTIN VAIHEEN JÄLKEEN TYÖNTEKIJÄ:

- Arvioi tarvitaanko erityistoimia vai onko tarvittavat toimenpiteet hoidettavissa normaalin työn puitteissa.
- Ottaa yhteyden esimieheen tai kriisiryhmän jäseneseen, jos on vähänkin epävarma ja selvityksen tilanteesta. Muussa tapauksessa informoi esimiestä tapahtuneesta heti tilaisuuden tullen.
- Lähtee toteuttamaan tilanteen vaatimia nuorisotyön toimenpiteitä saadun tai olemassa olevan ohjeistuksen mukaan.

Toimintamalli ilman kriisiryhmää

D



Kriisitilanteen sattuessa tai siitä kuultaessa nuorisotyöntekijä:

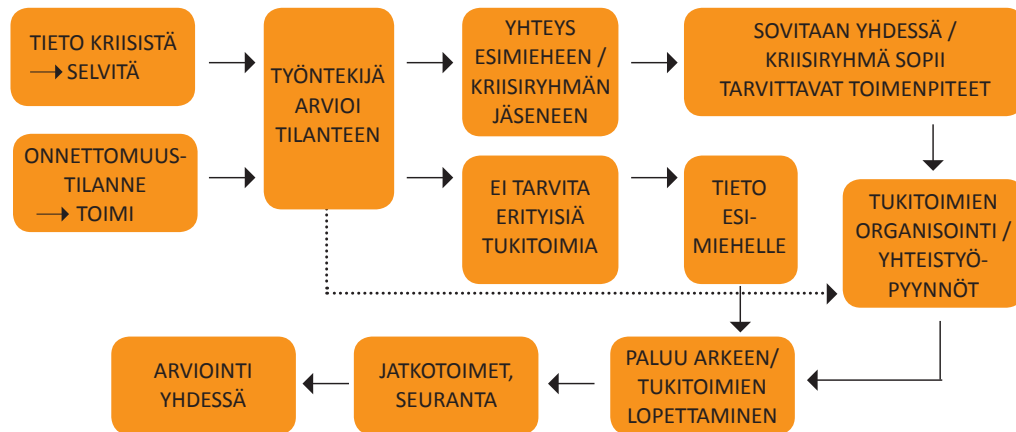
- Toimii sen vaatimalla tavalla ja selvittää tiedot
- Arvioi tilanteen ja siitä aiheutuvien nuorisotyön toimenpiteiden tarpeen.
- Ottaa yhteyttä omaan esimieheensä tai johonkin toiseen kriisiryhmän jäseneseen, mikäli vähänkin epäilee tilanteen vaativan tehostetun nuorisotyön toimenpiteiden käynnistämistä.
- Muussa tapauksessa ilmoittaa tapahtuneesta esimiehelleen mahdollisimman nopeasti. Toimii saamansa ohjeistuksen tai olemassa olevan ohjeistuksen mukaan.
- Seuraa tilannetta ja harkitsee ulkopuolisen avun tarvetta henkilökunnalle ja nuorelle.

Esimies saadessaan tiedon tapahtuneesta vastaa seuraavien asioiden hoitamisesta

- Välittää tiedon tarvittaville tahoille. Esimerkiksi informoi koulun rehtoria ja kriisiryhmää, jos oppilas on ko. koulussa.
- Hoitaa tarvittaessa yhteydet poliisiin.
- Tilanteen tapahduttua muualla hankkii lisätietoa nuorisotyön tarpeisiin.
- Kutsuu nuorisotyöntekijät avukseen sopimaan tehostetun nuorisotyön toimenpiteistä.
- Ottaa tarvittaessa yhteyttä valmiusverkoston jäseneseen alueella tai muuhun tehostetun nuorisotyön osaajaan neuvoja saadakseen.
- Sopii yhteistyöstä sekä päällekkäisyyksien välttämisestä muiden toimijoiden kanssa (koulu, seurakunta, järjestöt, kriisikeskus...).
- Järjestää tarvittaessa lisäresursseja nuorisotyön tueksi.
- Antaa oikeaa tietoa nuorisotyön ja kunnan muulle henkilökunnalle tapahtuneesta sekä antaa ohjeita huhujen ehkäisemiseksi.
- Varmistaa että tapahtunutta seurataan nuorisotyön tai sovitun muun tahon toimesta sosiaalisessa mediassa ja että siellä on oikeaa tietoa saatavilla.
- Pysyy henkilöstön ja nuorten tavoitettavissa.
- Hoitaa yhteydet tiedotusvälineisiin. Kaikki tiedottaminen ulkopuolelle tapahtuu ensisijaisesti esimiehen kautta!
- Varmistaa, että nuoren vanhemmille on ilmoitettu tapahtuneesta.
- Seuraa työntekijöiden ja omaa jaksamistaan sekä hankkii tarvittaessa työnohjausta ja lisäresursseja.
- Vastaa tilanteen jälkipuinnista henkilökunnan ja muiden yhteistyötahojen kanssa.
- Vastaa toiminnan arvioinnista ja siitä nousevien kehittämistarpeiden viemisestä eteenpäin.

Toimintamalli kriisiryhmän kanssa

D



Kriisitilanteen sattuessa tai siitä kuultaessa nuorisotyöntekijä:

- Toimii sen vaatimalla tavalla ja selvittää tiedot
- Arvioi tilanteen ja siitä aiheutuvien nuorisotyön toimenpiteiden tarpeen.
- Ottaa yhteyttä omaan esimieheensä tai johonkin toiseen kriisiryhmän jäseneseen, mikäli vähänkin epäilee tilanteen vaativan tehostetun nuorisotyön toimenpiteiden käynnistämistä.
- Muussa tapauksessa ilmoittaa tapahtuneesta esimiehelleen mahdollisimman nopeasti. Toimii saamansa ohjeistuksen tai olemassa olevan ohjeistuksen mukaan.
- Seuraa tilannetta ja harkitsee ulkopuolisen avun tarvetta henkilökunnalle ja nuorelle.

Jos tieto tulee nuorten kautta voi tilanteen selvittämiseksi käyttää seuraavanlaisia kysymyksiä tapahtuneesta ja tosiasioista:

- Mitä on tapahtunut?
- Missä ja milloin se tapahtui?
- Kenelle se tapahtui?
- Ketkä olivat mukana?
- Mistä sait tietää tapahtuneesta?
- Miten asiasta kerrottiin?
- Mitä ja miten asiasta nyt keskustellaan?

Ottaessasi yhteyttä esimieheesi tai kriisiryhmän jäseneseen:

- kerro mitä on tapahtunut
- missä ja milloin
- tapahtuman uhrin
- muut osalliset ja sivulliset
- tilanne juuri nyt
- onko jokin muu taho ryhtynyt toimenpiteisiin

Tarvittaessa esimies tai kriisiryhmän jäsen kutsuu koolle kriisiryhmän. Kriisiryhmän voi myös kutsua koolle kuka tahansa kriisiryhmän jäsen, joka saa tiedon tapahtumasta ja arvioi sen vaativan tehostetun nuorisotyön toimenpiteitä.

Kriisiryhmän tehtävät ja toimenpiteet HÄLYTYKSEN TULTUA

D

1. Luodaan kuva tilanteesta
 - Mitä on tapahtunut, mistä tieto, onko tarkistettu?
 - Onko jotain tukitoimia jo käynnistetty? Kenen toimesta?
 - Ketä tapaus koskettaa? henkilökuntaa, yksittäisiä nuoria, jotain nuorisoryhmiä vai koko nuorisotyötä? Onko kriisi koskettavuudeltaan paikallinen, alueellinen, valtakunnallinen? Kootaan henkilöstön tiedot ja kokemukset kriisistä. Kootaan tiedot nuorten tilanteesta niin pitkälle kuin mahdollista. Otetaan huomioon myös laajemmin nuoret, joita tapahtuma on voinut koskettaa.
2. Sovitaan miten asiasta ilmoitetaan ja kuka hoitaa mitäkin
 - Kenelle kaikille tiedotetaan? Nuorisotalossa tapahtuneesta vakavasta onnettomuudesta tai kuolemantapauksesta on ilmoitettava poliisille.
 - Miten nuorten koteihin ja läheisiin ihmisiin ollaan yhteydessä?
 - Mitä reaktioita on odotettavissa? Miten niitä seurataan esim. sosiaalisessa mediassa?
 - Miten ollaan yhteydessä yhteistyökumppaneihin? Millaista asiantuntija-apua voidaan saada nuorisotyön ulkopuolelta?
3. Sovitaan tarvittavista tukitoimista ja sekä arvioidaan voimavarat asioiden käsittelyyn.
 - Mikä nuorten tuen tarve ja mitä nuorisotyön tukitoimia käytetään?
 - Miten nuorisotyön toimenpiteet täydentävät mahdollisia muita tukitoimia? Millaista yhteistyötä tehdään muiden toimijoiden kanssa?
 - Tarvitaanko ulkopuolista apua, kuten erityisosaamista tai työvoimaa?
 - Missä eri tilanteissa ja tapahtumissa nuorten kanssa asiaa käsitellään? Järjestetäänkö yhteisiä tilaisuuksia? Kuka vastaa niiden järjestämisestä?
 - Tarjotaanko nettiapua?
 - Miten toimenpiteistä ja avun tarjonnasta tiedotetaan?
 - Kauanko tukitoimia tarvitaan?
4. Sovitaan miten annetaan tietoa median edustajille
 - Kuka hoitaa tiedottamisen? Tarvitaanko tiedottamisessa apua? Pääsääntöisesti tietojen antajana toimii esimies tai muu ennalta sovittu henkilö/taho kriisiviestinohjeiden mukaan.
 - Kuka seuraa keskustelua sosiaalisessa mediassa ja vastaa virheiden korjaamisesta reaaliajassa? Kuka hoitaa kommentoinnin?
5. Selvitetään onko nuorisotoimella oikeudellisia vastuita tapahtumassa
 - Onko tulossa kuulusteluja tai oikeudenkäynti? Mistä voi saada juridista apua?
6. Sovitaan henkilöstön tukitoimista
 - Miten asioiden käsittelyä jatketaan henkilöstön kesken?
 - Mikä on henkilöstön tuen tarve?
 - Kuinka se hoidetaan?

MYÖHEMMIN TILANTEEN RAUHOITUTTUA

- Päätetään tukitoimien lopettamisesta
- Päätetään mahdollisista jatkotoimista ja seurannasta.
- Organisoidaan toiminnan arviointi ja mahdollinen valmiussuunnitelmien päivitys

Nuorisotyön kriisiryhmän kokoonpano

D

Varsinaiset jäsenet (ensisijaisessa yhteydenottojärjestyksessä):
titteli, nimi, puhelin (virka-aikaan ja ulkopuolella)

Lisäksi voidaan kutsua tilanteen mukaan:
titteli, nimi, puhelin (virka-aikaan ja ulkopuolella)

Alueellisen valmiusverkoston jäsenet:
titteli, nimi, puhelin (virka-aikaan ja ulkopuolella)

E. Yhteistyö toimenpiteissä

Yhteistyön määrittämiseksi toimenpidetasolla lähdetään liikkeelle riskikartoituksen täydentämisestä. Aiemmin tilannekartoituksen yhteydessä siihen listattiin todennäköisimpiä kriisejä ja sivuttiin niihin varautumista. Samoin potentiaalisia kumppaneita ja yhteistyötahoja kartoitettiin jo edellä.

Nyt määritellään tarkemmin, mitä erilaisia tehostetun nuorisotyön ja sitä täydentäviä toimenpiteitä tarvitaan eri riskien kohdalla ja millaista yhteistyötä niihin mahdollisesti liittyy.

- Millaisia toimenpiteitä nuorisotyön pitäisi tehdä ko. tilanteen tapahtuessa?
- Mitä jonkun toisen pitäisi tehdä?
- Millä toimenpiteillä ennaltaehkäisemme mahdollisia kriisitilanteita?

Seuraavaksi mietitään yhteistyön kannalta mitä tarpeita ja mitä mahdollisuuksia meillä on yhteistyöhön näiden toimenpiteiden toteuttamiseksi:

- Missä kaipaamme lisää toimijoita, työntekijäresurssia?
- Mihin tarvitsemme lisää osaamista?
- Mihin tarvitsemme tukea?
- Mihin me voimme antaa resurssia, osaamista tai tukea?

Yhteistyötä ja kumppaneita voidaan tarvita esimerkiksi seuraavissa asioissa:

- Tiedonkulku tapahtuneesta ja nuorten reagoimisesta siihen.
- Osaaminen erityisen tuen tarpeen havaitsemiseen.
- Tahoja erityisen tuen tai ammatillisen avun tarpeessa olevien ohjaamiseen.
- Osaaminen tehostetun nuorisotyön toimenpiteistä päättämisen tueksi.
- Apu ja tuki toimenpiteiden hoitamiseen tai normaalitoimien pyörittämiseen.
- Osaaminen tai apu sosiaalisen median seuraamiseen ja mahdollisen nettityön tekemiseen.
- Toimien yhteensovittaminen (koulu, järjestöt, muut toimialat, viranomaiset ja muut kriisitoimijat).
- Osaaminen jälkipuintiin ja työnohjaukseen.

Yhteistyön osalta nuorisotyöllä on annettavaa kriisivalmiuteen liittyen:

- Nuorten näkökulman huomioimiseen muilla toimialoilla.
- Nuorisotiloihin resurssina.
- Nuorten tavoittamiseen kriisitilanteissa.
- Turvallisuusteemojen käsittelyyn nuorten kanssa.

Neuvottelussa kriisityön ammattilaisten kanssa voidaan käyttää seuraavia kysymyksiä:

- Mikä on kriisityön ammattilaisten rooli yhteydenpidossa koteihin ja tiedon saamisessa nuorten tuen tarpeesta?
- Millaista tukea nuorisotyössä voidaan tarjota? Miten enemmän tukea tarvitsevat nuoret ohjataan ulkopuolisen tuen piiriin?

- Miten kriisityön ammattilaiset tukevat nuorisotyön henkilökuntaa?
- Miten hoidetaan yhteydet muihin tahoihin, joissa samat nuoret liikkuvat (esim. kouluihin)?

Erilaisia apukysymyksiä yhteistyöstä sopimiseen:

- Mitkä ovat yhteiset tavoitteemme ja näkemyksemme?
- Onko olemassa valmista yhteistyörakennetta jota voimme käyttää?
- Ymmärrämmekö toisiamme riittävästi?
- Mitä käytännön toimivia malleja on yhteistyössä hyödynnettäväksi?
- Miten tieto nuorista kulkee kriisitilanteissa?
- Miten ennakoiva tieto esim. nuorten käyttäytymisestä kulkee?
- Miten yhteistyötä ohjataan ja johdetaan?
- Millaisissa tilanteissa yhteistyö on tarpeen aktivoida? Kuinka laaja tai koskettava kriisi vaaditaan? Kuka määrittelee?
- Miten aktivoiminen tapahtuu?
- Onko yhteistoiminta selkeästi kirjattu molempien osapuolien kohdalla?
- Onko kirjaukset tehty molempien omiin valmiussuunnitelmiin tms. toimintaohjeisiin?
- Kuinka tieto yhteistoiminnasta saadaan kaikkien tarvitsevien työntekijöiden ja tahojen tietouteen?
- Onko tiedon siirtyminen organisaation tai henkilöiden muutoksissa varmistettua?
- Miten sovitut asiat pidetään voimassa ja mielissä? Onko syytä harjoitella?

TYÖPOHJAT E

Lista yhteistyötahoista kriisitilanteessa toimimiseen

- Täydennä potentiaaliset yhteistyötahot, joiden kanssa lähdette sopimaan yhteistyöstä.
- Hyödynnä tilannekartoituksen ja yhteistyötahojen kartoitusta pohtiessasi tahoja ja toimenpiteitä, joista olisi sovittava.

Kortti: Yhteistyötaho kriisitilanteissa toimimiseen

- Kopioi työpohja mukaan yhteistyöneuvotteluun ja kirjaa sovitut asiat. Voit ladata pohjan myös sähköisenä.

Kootut yhteystiedot

- Pohja yhteystietojen kokoamiseen ja liittämiseen osaksi omaa valmiussuunnitelmaa.
- Lataa sähköinen versio täyttämistä varten. Muokkaa tarvittaessa sopivammaksi tai hyödynnä mahdollista olemassa olevaa listaa.
- Tietoihin on hyvä sisällyttää tahon ja yhteystietojen lisäksi myös kuvaus siitä, missä asiassa ja milloin yhteydenotto voi tapahtua.
- Mikäli valmiussuunnitelmaa jaellaan laajemmin, voi olla tarpeen tehdä myös karsittu versio, jossa on vain laajempaan levitykseen sallitut yhteystiedot.

Lista yhteistyötahoista kriisitilanteessa

E

Mikä tahoa?	Missä tilanteessa/ asiassa?	Erityisosaamisen kuvaus	Toiminnan kuvaus

Kortti: Yhteistyötaho kriisitilanteissa toimimiseen

E

Mikä taho:
Missä tilanteessa/asiassa:
Erityisosaamisen kuvaus:
Toiminnan kuvaus, millainen tilanne laukaisee toiminnan:
Miten yhteydenotto tapahtuu, yhteystiedot:
Mitä sovittu tiedon kulusta:
Mitä muuta huomioitavaa tai sovittua:
Mitä kirjattu suunnitelmiin:
Milloin ja ketkä sopineet? Onko erillinen sopimus tehty?:

Kootut yhteystiedot:

E

F. Johtaminen

Johtamisen tehtävä on aikaansaada hyvä suunnitteluprosessi ja sen kautta toimiva valmiussuunnitelma. Johtamisella varmistetaan suunnitelman mukainen toiminta kriisitilanteessa ja sen jälkeen. Työntekijän näkökulmasta tässä osiossa käsitellään asioita, joiden toteutuminen luo hyvät edellytykset valmiuden kehittämiseen ja toimimiseen kriisitilanteissa sekä mahdollistaa ongelmatilanteiden palaamisen arkeen tapahtuneen jälkeen.

Valmiussuunnitelma ja ohjeistukset erilaisissa kriisitilanteissa toimimiseen ovat osa työhyvinvointia. Valmiussuunnitelma vähentää epämääräisyyttä vastuissa sekä selkeyttää oikeudet ja velvollisuudet jokaisen osalta.

Johtamisen selvitettävät asiat on jaoteltu tässä osiossa:

- Henkilöstöä koskeviin kysymyksiin.
- Valmiussuunnittelun osallistumisen kysymyksiin.
- Yhteistyötahojen kanssa toimimiseen ja sopimiseen.
- Kriisitilanteiden jälkeisiin asioihin.
- Netin ja sosiaalisen median käyttöön. Varsinainen kriisiviestintä käsitellään omassa osiossa G.

Henkilöstöä koskevat kysymykset käsittelevät:

- Työnjakoa kriisitilanteissa:
"Jokaiselle löytyy tehtävää, mutta kriisitilanteissa toimiminen ei sovi kaikille."
 - Keiden tehtävä on osallistua tehostetun nuorisotyön toimenpiteisiin?
Onko sovittu työpareja tähän?
 - Kuuluko kriisitilanteissa toimiminen erityisesti jonkun työtehtävään?
Onko tämän työtehtävän paikkaus sovittu?
 - Harvoin kriisi koskettaa kaikkia. Keiden tehtävä on perustoiminnan jatkumisesta?
 - Kenen tehtävä on sosiaalisen median seuraaminen kriisitilanteiden yhteydessä ja onko siihen varattu riittävästi sen vaatimaa aika- ja jaksamisresurssia?
 - Kuinka sijaisjärjestelyt esim. lomien aikaan on suunniteltu kriisivalmiuden suhteen?
- Työsopimuksia, työaika yms. sääntöjä:
"Kriisitilanteet eivät katso aikaa ja vaativat nopeita toimia."
 - Onko kriisiryhmään kuulumisen tai kriisissä toimimisen priorisointi ja oman työn keskeytys kirjattu työsopimukseen tai toimenkuvaan?
 - Onko kriisitilanteen hoitamiseen sovittu valmiit käytännöt poikkeavien työaikojen tai ilta- ja viikonlopputöiden suhteen?
 - Jos apua voidaan tarjota naapurikunnille, niin onko tämä kirjattu työtehtäviin samoin kuin siihen liittyvät poikkeukset esim. matkustamiseen?

- Jaksamisesta huolehtimista:
”Kriisitilanteissa työntekijöiden voimavarat ovat koetuksella vielä pitkään jälkikäteenkin.”
 - Onko työterveyden kanssa sovittu henkilökunnan tukemisesta kriisitilanteissa?
 - Onko kriisitilanteiden yhteydessä tarvittavan työnohjauksen tai päivittäisen purkukokouksen käytäntö suunniteltu?
 - Kriisitilanteissakin pitää muistaa nukkua ja syödä. Onko henkilökunta ohjeistettu huolehtimaan jaksamisestaan kriisitilanteiden yhteydessä ja miten tätä valvotaan?
 - Onko sovittu jotain aputyövoimasta, jos kriisitilanteen hoito pitkittyy?
 - Onko henkilöstö tietoinen tarjolla olevasta erilaisesta tuesta tai mahdollisuudesta siihen?
- Naapurikunnasta apuun tulevan tai sinne menevän henkilön tilannetta:
”Ennakointi mahdollistaa toteutuksen.”
 - Onko tehtävät sovittu etukäteen?
 - Mitä on sovittu tilanteen käynnistymisestä? Onko avun kestosta linjattu jotain?
 - Miten taloudelliset kysymykset hoidetaan?
 - Miten vastuukysymykset hoidetaan?

Valmiussuunnitteluun osallistumisen kysymykset käsittelevät:

- Henkilöstön mukanaoloa valmiussuunnittelussa:
”Osallisuus saa asiat tuntumaan omilta ja tekee suunnitelman yhteiseksi.”
 - Kuinka valmiussuunnittelu kytketään osaksi arjen työtä ja sen kehittämistä?
 - Ketkä työstävät suunnitelmaa missäkin vaiheessa?
Mikä on kenenkin sananvalta?
 - Onko valmiussuunnitteluun varattu yhteistä aikaa?
- Valmiussuunnitelmaan perehdyttämistä:
”Tietopankkina arjessa, ohjeena kriisitilanteissa.”
 - Miten valmiiseen tai päivitettyyn suunnitelmaan perehdyttäminen hoidetaan?
 - Miten perehdyttäminen hoidetaan henkilövaihdosten yhteydessä?
 - Riittääkö valmiussuunnitelma tietopankkina vai pitääkö asioita harjoitella?
- Nuorten mukanaoloa:
 - Hyödynnetäänkö nuoret näkökulman antajina valmiussuunnitelman tekemisessä tai päivittämisessä? Onko Nuorisovaltuustot tms. hyödynnetty tässä?
 - Käsitelläänkö nuorten kanssa kriisivalmiuden ja turvallisuuden teemoja?
 - Harjoitellaanko nuorten kanssa jotain tilannetta?
- Valmiussuunnittelun kehittämistä jatkossa:
 - Onko päivittäminen jatkuvaa? Miten se käytännössä tapahtuu?
 - Onko päivittäminen tai epäkohtien korjaaminen jokaiselle kuuluva asia?

Yhteistyöhön liittyvät johtamisen kysymykset koskettavat:

- Yhteistyön edistämistä ja aikaansaamista:
”Nuorisotyön on itse oltava aktiivinen yhteistyön käynnistämisessä.”
 - Kuinka aktiivisesti yhteistyötä haetaan?

- Keiden kanssa liittoudutaan yhteistyön edistämiseksi?
- Onko käynnissä muita yhteistyön edistämisen toimia?
- Onko nuorisotyölle varattu resurssia hakea ja rakentaa yhteistyötä?
- Yhteistyön rakenteita:
”Hyödynnä valmista.”
 - Onko monialainen ohjaus- ja palveluverkosto käsitellyt nuorisotyön kriisivalmiuden asioita?
 - Miten laajemmat turvallisuusryhmät ja yleinen varautuminen on huomioitu?
 - Tiedetäänkö ja tunnetaanko nuorisotyön toiminta kriisitilanteissa eri rakenteissa?
 - Onko seurakunnilla tai järjestöillä tähän liittyvää toimintaa?
- Tiedon kulkua:
”Tiedon kulun esteet ovat usein itse luotuja.”
 - Ymmärretäänkö nuorisotyön toiminta ja sen merkitys kriisitilanteissa eri tahoilla?
 - Liikkuuko tieto nuorten reaktioista erilaisiin tilanteisiin eri toimijoiden (esim. koulun ja nuorisotyön) välillä molempiin suuntiin?
- Yhteistyöstä sopimista:
”Vain rakenteisiin kirjatut asiat säilyvät tilanteiden ja ihmisten muuttuessa.”
 - Onko näköpiirissä olevasta yhteistyöstä sovittu?
 - Onko tarkennettua sopimusta menettelyistä jne.?
 - Onko yhteistyö kirjattu rakenteisiin, esim. valmiussuunnitelmiin?
 - Onko sovittu yhteistyöstä esim. loma-aikojen kattamiseksi?
- Yhteistä kriisivalmiuden kehittämistä:
 - Onko sovittu yhteisestä arvioinnista?
 - Onko sovittu yhteistä harjoittelun järjestämisestä?

Kriisitilanteiden jälkeiset asiat liittyvät:

- Arkeen palaamiseen:
”Arjen toiminta ja tekeminen luo jatkuvuutta.”
 - Kuinka pian tehostetun nuorisotyön toimet voidaan lopettaa ja keskittyä jatkamaan normaalia tekemistä ja toimintaa?
 - Milloin on vaara, että tehostetuilla toimenpiteillä lietsotaan asiaa?
 - Mitä jatkotoimenpiteitä ja seurantaa tarvitaan? Kuinka pitkään? Kuinka paljon resurssia varataan näille?
 - Mitä tilanteeseen liittyviä turvallisuusteemoja käsitellään nuorten kanssa?
 - Tarvitaanko työnohjausta arkeen palaamiseen? Miten jaksamisesta huolehditaan?
 - Milloin tilanteen vaatima ammattimaisesti vedetty jälkipuinti järjestetään koko henkilökunnalle?
 - Onko taloudelliset kysymykset ratkaistu?

- Arviointiin ja raportointiin:
”Kokemuksista voi oppia”
 - Onko kaikkien tapausten kirjaaminen ajan tasalla? Myös niiden, joiden kohdalla vain harkittiin tehostettuja toimenpiteitä?
 - Onko tehostettua toimintaa vaatinut tilanne arvioitu ja raportoitu yhdessä?
 - Kuinka arvioinnista mahdollisesti nousevat parannusehdotukset käsitellään ja päivitetään valmiussuunnitelmaan?

Netin ja sosiaalisen median käytön kysymykset käsittelevät:

- Hyödyntämistä kriisitilanteissa:
”Netti on osa nuorten arkea”
 - Nettiinkin tarvitaan nuorisotyötä. Onko sitä? Saadaanko sitä muualta?
 - Netti ei tavoita kaikkia, miten se huomioidaan?
 - Mitkä ovat toimintatavat? Hyödynnämmekö ryhmächatit tai kahdenvälisen chatin mahdollisuuksia? Lähetämmekö yleisiä tai yhteisiä viestejä?
 - Ohjaammeko nuoria oma-apu -sivuille?
 - Miten hyödynnämme netin ”tilanteen normalisoinnissa” eli paluussa arkeen?
- Ulkoista viestintää:
”Tunti on ikuisuus sosiaalisessa mediassa.”
 - Tietoa voi jakaa nopeasti, miten se hyödynnetään?
 - Myös somessa ja netissä vastuu viestinnästä on ylimmällä johdolla. Onko virallinen kriisiviestintä kytketty nopean tiedonjakamisen ketjuun?
 - Median tiedot tapahtuneesta tulevat nettiin nopeasti. Onko huomioitu, että tietoa ei voida pimentää?
- Työn organisoimista:
”Netissä ei voi päivystää, jos pitää läsnä kohtaamassa nuoria.”
 - Onko meillä somen ja nettityön osaajia?
 - Onko tähän varattu aikaa ja tekijä kriisitilanteissa?
 - Onko kartoitettu yhteistyötä netin hoitamiseksi?

Sosiaalista mediaa käsitellään seuraavassa osiossa kriisiviestinnän osa-alueena.

TYÖPOHJAT F

Purkukokouksen malli

- Malli purkukokouksen vetämiseen.

Tehostetun nuorisotyön toimenpideraportti

- Kirjaa tapahtunut ja toimenpiteet.
- Arvioikaa toteutusta yhdessä.
- Kirjaa havainnot kehitystoimenpiteitä varten.

Purkukokous

F

Purkukokous eli defusing on asian purkamista, vaarattomaksi tekemistä ja tilanteen aiheuttamien haittojen lievittämistä. Se on ryhmäprosessi, jossa asianosaiset / auttajat itse purkavat kokemuk-
siaan psyykkisesti kuormittavasta työtilanteesta. Siinä auttajat auttavat itseään ja toisiaan.

Purkukokouksen tarkoitus on:

Nopea posttraumaattisten reaktioiden purkua

- Kokemusten ja mielikuvien normalisointi sekä rauhoittuminen ja paluu työrutineihin
- Sosiaalisen verkoston vahvistaminen (samankaltaiset kokemukset, tuki, ei eristäydytä)
- Jälkipuinnin (debriefing) tarpeen arviointi.

Purkukokousistunnon vaiheet:

- Lyhyt johdanto : Tarkoitus.
- Läpikäynti: Faktat, ajatukset ja tunteet tapahtuneeseen liittyen.
- Informaatio: Yhteenveto, normalisointi, hallinto, jatko.

Istunnon periaatteita:

- Istunto pidetään nopeasti järkyttävän tilanteen jälkeen.
- Istunto kestää 20 – 45 min.
- Vetäjä / koollekutsuja on esimies tai valitaan ryhmän keskuudesta.
- Keskustellaan, rohkaistaan puhumaan, kaikille mahdollisuus puhua.
- Ei sovelleta hierarkiaa.
- Muistetaan luottamuksellisuus.
- Kartoitetaan lisäävun tarve.
- Eri auttajaryhmille voidaan pitää oma purkutilanne.

Purkukokous eroaa jälkipuinnista (debriefing –menetelmästä) seuraavasti:

- Ei vaadi ulkopuolisia asiantuntijoita.
- On tarkoitettu yhdessä työskenteleville ammattiryhmille.
- On lyhytkestoinen.
- Ei noudata jälkipuintiin verrattavaa rakennetta.

Jälkipuinti

Yhteinen tapahtuman jälkipuinti eli debriefing on tarkoitettu kaikille työntekijöille.

Jälkipuinti on koulutettujen henkilöiden ohjaama ja ryhmäkokous, jossa pyritään purkamaan psyykkisesti rasittavia, traumoja aiheuttavia tilanteita. Jälkipuinnin tarkoitus on helpottaa tapahtu-
man jälkeistä ahdistusta ja ennaltaehkäistä myöhempiä stressireaktioita

Istunnon tavoitteena on saada osalliset kantamaan yhdessä traumaattisen tilanteen vaikutuk-
set sekä tukemaan toinen toisiaan. Jälkipuinti myös edistää ja nopeuttaa normaaliin työrutiiniin
paluuta.

Tehostetun nuorisotyön toimenpideraportti

F

Mikä tilanne (Mitä tapahtui, missä ja milloin? Mistä saatiin tieto?):

Mitä tehtiin? (omat ja yhteistyötahojen toimet aikajärjestyksessä):

Mitä mahdollisia jatkotoimenpiteitä tarvitaan edelleen:

Ketkä tekivät (keskeisesti mukana olleet työntekijät ja muu henkilökunta sekä myös keskeiset yhteistyötahojen henkilöt):

Mikä meni hyvin:

Mitä haasteita:

Mitä opittavaa ja muutettavaa toimintatapoihin ja ohjeisiin:

Raportin laati: _____ __/__ 2015

G. Kriisiviestintä

Jokaisessa kunnassa on omat yleiset kriisiviestinnän ohjeet, jotka myös pätevät nuorisotyöhön.

Kriisiviestinnän periaatteet ovat selkeitä, ja ne ovat säilyneet muuttumattomina median muutosten keskellä. Valehtelu on yhtä tuhoisaa kuin ennenkin. Kriisiviestinnän organisointi, valmistautuminen ja oivaltava reagointi tilanteisiin on kaiken perusta. Sisäinen viestintä on myös tärkeä osa kriisitilanteiden tiedonkulkua. Nuorisotyön kriisiviestinnän pääperiaatteena on, että julkisuudessa syntyy oikea mielikuva tilanteesta, että nuorten/nuorisotyön näkökulma ja viestit otetaan huomioon ja että nuorisotyön toimintaedellytykset turvataan.

Kriisiviestinnän tulee olla luotettavaa, aktiivista ja avointa tiedonvälitystä olennaisista asioista. Tietojen on oltava oikeita ja riittäviä, jotta vastaanottajille muodostuisi oikea mielikuva tilanteesta. Aktiivisuus merkitsee aloitteellisuutta ja nopeutta. Se on suunnitteluun, harjoitteluun ja ammattitaitoon perustuvaa valmiutta toimia myös yllättävissä tilanteissa. Avoimuus tarkoittaa sitä, että tiedotetaan mahdollisimman selkeästi. Ihmiset asetetaan tiedotuksessa omaisuuden edelle. On myös syytä varautua oikaisemaan huhuja. Nopeus ei kuitenkaan tarkoita hätiköintiä tai hosumista. Avoimuus ei merkitse sitä, että kriisitilanteessa levitellään kaikki, myös menneisyyden ongelmat, muiden riepotehtavaksi.

Kriisiviestintään kuuluu kolme vaihetta:

1. Varautuminen. Varautumiseen kuuluu kriisiviestintäsuunnitelman tai -ohjeiden tekeminen, eli sovitaan kuka vastaa mistäkin ja miten viestintä hoidetaan.
2. Viestintä kriisin aikana. Toimitaan suunnitelman mukaan ja jokainen tietää oman osuutensa.
3. Jälkihoito. Kriisin jälkeen palataan normaaleihin viestintäkäytäntöihin niin pian kuin mahdollista. On tärkeää arvioida, mikä kriisiviestinnässä onnistui ja mikä ei. Arvioinnin perusteella tehdään tarvittavat muutokset kriisiviestintäsuunnitelmaan.

Kriisitilanteen tapahduttua on tärkeää miettiä, onko tilanteesta tarpeen tiedottaa ja ketkä tarvitsevat tietoa. Kriisitilanteissa moni haluaa ja tarvitsee tietoa. Mitä ja miten kerrotaan omalle henkilökunnalle? Entä nuorille, nuorten kodeille, yhteistyökumppaneille ja naapureille? Entä medialle?

Pääasiassa kriisitilanteista on syytä tiedottaa niille:

- Joita kriisitilanne koskee.
- Jotka voivat jotenkin vaikuttaa kriisitilanteeseen.
- Jotka ovat osallisia kriisitilanteessa.
- Joiden täytyy saada asiasta tietoa.
- Joista voi olla apua kriisitilanteessa.

Usein pitää myös selvittää, onko tieto jo levinnyt esimerkiksi sosiaalisen median kautta ja tiedottaako joku muu asiasta. On myös tärkeää harkita tiedotuksen laajuus ja ajoitus.

Kriisissä vastuu viestinnästä on aina ylimmällä johdolla, nuorisotoimen johtajalla tai pienemmissä kunnissa kunnanjohtajalla tms. tai hänen ollessa estyneenä muulla nimetyllä henkilöllä. Tehostettua nuorisotyötä tehdään pienemmissäkin kriiseissä, mutta edellinen pätee myös niissä: Nuorisotyöntekijät eivät anna lausuntoja, vaan se hoituu esimiehen kautta.

Nuorisotyön näkökulmasta kriisiviestinnässä on erityisesti huomioitava nuorten suojeleminen, mikä voi olla sosiaalisen median aikakaudella haastavaa Sosiaalisessa mediassa sekä oikeat tiedot että huhut leviävät nopeasti ja myös media seuraa sosiaalista mediaa tarkasti. Nuorille on tärkeää järjestää myös medialta rauhoitettuja tiloja.

Kriisiviestinnän yksi tärkeä tehtävä on palvella nuoria. Työnjaon mukainen tiedottaja tiedottaa suoraan nuorille ja myös median kautta mahdollisista nuorisotoimen järjestämistä tilaisuuksista. Samassa yhteydessä välitetään tietoa siitä, mitä tukea nuorille on tilanteessa tarjolla. Kaikki vastaava tieto tulisi löytyä myös verkkosivuilta ja sosiaalisesta mediasta.

Tuen tarjoamisessa on hyvä muistaa myös muut palvelut, kuten kirkon Palvelevan puhelimen tai Netti-saappaan mahdollisesti tarjoama apu.

Sosiaalinen media nuorisotyön tukena kriisitilanteen hoidossa

Jos olette ottaneet viestinnässänne käyttöön sosiaalisen median kanavat, ei niitä pidä unohtaa kriisiviestinnässäkään. Myös sosiaaliseen mediaan pitää kriisin sattuessa tuottaa mahdollisimman pian oikeaa tietoa. Nuorisotyön mukanaolo sosiaalisessa mediassa on tärkeää, sillä ilman aikuisen läsnäoloa kriisitilanteiden ympärille syntyy huhuja ja erilaista lietsontaa.

Nopea puuttuminen esiin nousseisiin epäkohtiin viestii välittämisestä ja vastuuntunnosta. Kriisissä vasteaika on lyhyt: sosiaalinen media elää minuuteissa ja tunteissa. Seuraavan päivän reagointi on jo auttamattomasti myöhässä.

On muistettava, että sosiaalinen media tuo esiin ihmisten hyvät ja huonot puolet. Kun kasvokkaista kontaktia ei ole, on asioita helppo sanoa liiankin suoraan ja harkitsemattomasti. Nimimerkin takaa tulee huudeltua vielä pahemmin. Tässä asiassa myös nuoria voi ohjeistaa järkevään sosiaalisen median käyttöön. Samoin jottei huolimattomilla, harkitsemattomilla tai epämääräisillä päivityksillä herätetä turhaa huolta tai huhuja.

Media seuraa sosiaalisen median kanavia ja kiinnostuu, jos jostain aiheesta käydään vilkasta keskustelua: sisäiseksi viestinnäksi tarkoitettu asia saattaa muuttua julkiseksi somen kautta.

Sosiaalisen median kriisiviestintäohjeistus:

- Päätetään, kuka tai ketkä seuraavat sosiaalisen median kanavia ja vastaavat sinne mahdollisesti tulleisiin kysymyksiin tai reagointia vaativiin kommentteihin.
- Päätetään, kuka viestii sosiaaliseen mediaan. Työ- tai toimipaikan profiili voi olla järkevä ratkaisu. Jos vastaaja käyttää henkilökohtaista profiiliaan, tulee vastauksista ilmettävä hänen edustavan virallista tahoa. Vastauksen sisältö on pohdittava yhdessä

ja julkistettavan informaation hyväksyy esimies tai muu sovittu taho, kuten muussakin kriisiviestinnässä.

- Sosiaalista mediaa päivittävän henkilön on ymmärrettävä kanavien toimintaperiaatteet ja tyyli. Somessa toimivat erityisesti nopeus, avoimuus, nöyryys ja virheiden myöntäminen, mutta myös positiivinen asenne ja huumori ovat tärkeitä. Tunnekuohun vallassa ei kannata vastata, vaan kysymys/kommentti kannattaa lukea kaksi kertaa ja vasta sitten vastata siihen.
- Vastauksesta pitää välittyä kiinnostus kysymykseen/ongelmaan ja halu selvittää se. Vastauksesta ei saa välittyä harmitus tai puolustuskanta.
- Viestejä ei saa koskaan poistaa. Se voidaan tehdä vain erittäin painavasta syystä (henkilökohtaisuus, asiattomuus). Silloinkin pitää mainita, miksi kyseinen viesti on poistettu. Viestin poistaminen informoidaan sivun virallisena tahona.
- Aina on niitä kirjoittelijoita, jotka eivät tyydy mihinkään. Silloin voi yrittää ohjata keskustelun pois some-julkisuudesta. Voi vaikka kysyä, voisiko henkilöille soittaa ja pyytää yksityisviestillä yhteystiedot.
- Kommentit on luettava huolellisesti ja harkittava, mitä niihin vastataan. Eipäs-juupas-keskusteluun on turha mennä mukaan. Keskustelun voi yrittää saada loppumaan kiittämällä keskustelusta ja tekemällä yhteenvedon aiheesta.

TYÖPOHJA G

Sosiaalisen median kriisivalmius

- Täydennä pohjaan kuvaus työnjaosta ja ohjeista sosiaalisen median hoitamiseen.
- Pohtikaa ja sopikaa työnkuvat sekä tapa toimia.
- Muistakaa myös yhteistyötahot.

Sosiaalisen median kriisivalmius

G

Sosiaalisesta median seuraaminen arjessa kuuluu seuraavien työtehtäviin:
Nuorisotyötä koskevissa kriisitilanteissa somen seuraaminen kuuluu (tiedon välittäminen lisätietoa ja oikaisuja vaativista asioista):
Someen lisätään tilannetta kuvaavia tietoja seuraavasti (mitä tietoja, mihin kanavaan, kenen luvalla?):
Tietojen laittamisesta someen (tässä kuvattuihin kanaviin) vastaa:
Nettisivujen tietojen päivittämisestä kriisitilanteessa vastaa:
Tilanteen pitkittyessä varahenkilöt ovat:
Mahdollisia yhteistyötahoja ovat (mikä taho, missä asiassa?):
Muuta huomioitavaa tai sovittavaa:

H. Ohjeita erilaisissa kriisitilanteissa toimimiseen

Tässä työkirjan osiossa luodaan ohjeita erilaisissa kriisitilanteissa toimimiseen. Useimpiin aiheisiin liittyy sekä ohje että täydennettävä työpohja. Täydennetyt tai muokatut työpohjat liitetään osaksi omaa valmiussuunnitelmaa välilehdelle 1. Ne tunnistaa VALMIUSSUUNNITELMA -sanasta.

Useimmat työpohjat ovat sellaisenaan lähes valmiita, vain joitain yhteystietoja ja nimiä puuttuu. Kaikki työpohjat on myös ladattavissa sähköisinä word -tiedostoina, jolloin niitä voi tarvittaessa muokata omaan tilanteeseen paremmin sopiviksi. Mukana on myös tyhjä pohja muiden uhkien ja niiden toimintaohjeiden kuvaamiseen.

Kaikkia ehdotettuja pohjia ei välttämättä tarvitse nostaa osaksi omaa valmiussuunnitelmaa. Toisaalta jokin tärkeä tilanne saattaa puuttua. Valmiussuunnittelun aikaisemmissa vaiheissa luotu riskikartoitus ohjaa sitä, minkä pohjien täydentämiseen kannattaa erityisesti kiinnittää huomiota.

Ohjeita löytyy seuraaviin tilanteisiin ja uhkiin: Onnettomuustilanne, kuolemantapaus, laaja koskettava onnettomuus tai kriisitilanne muualla, itsetuhoisuus ja itsemurhauhkailu, itsemurha tai sen yritys sekä väkivalta- tai uhkatilanne.

Muita ohjeita voidaan luoda esimerkiksi laajemmista kunnan tai toimialojen yhteisistä valmiussuunnitelmista liittyen suurempiin kriisitilanteisiin ja uhkiin, kuten suuronnettomuus tai vakavat häiriötilanteet (sähkökatkos, tietoliikennekatkos, luonnonmyllerrys). Esimerkiksi tietoliikennekatkosten kohdalla voivat tilannekuva ja toimenpiteet poiketa nuorten näkökulmasta melkoisestikin siitä, mitä yleisessä tilannekuvassa ja ohjeessa on esitetty.

Aiemmissa yhteistyöosioissa on jo kerätty yhteystietoja eri tahoihin ja toimenpiteisiin. Niitä voi liittää valmiussuunnitelmaan nostettaviin eri ohjeisiin, jolloin yhteystietoja ei tarvitse erikseen hakea toiselta sivulta.

TYÖPOHJAT H

- Onnettomuus nuorisotyön piirissä
- Kuolemantapaus nuorisotyön piirissä
- Onnettomuus muualla/ koskettava kriisitilanne muualla
- Itsetuhoisuus ja itsemurhauhkailu
- Itsemurha tai sen yritys
- Väkivalta- tai uhkatilanne
- Muu uhka

Onnettomuus nuorisotyön piirissä

H

Tässä ohjeita toimimiseen erilaisissa vakavissa nuorisotyön piirissä tai läheisyydessä tapahtuviin onnettomuustilanteissa. Kyseessä voi olla tulipalo, liikenneonnettomuus tai vakava väkivaltatilanne.

Yleisohje toimintaan:

- Hälytä ambulanssi 112
- Aloita ensiapu. Toimi ensiapuohjeen mukaisesti.
- Kutsu muu henkilökunta tarpeen mukaan avuksi.
- Ilmoita esimiehelle tai kriisiryhmälle. He päättävät tilanteen vaatimista tehostetun nuorisotyön toimenpiteistä.
- Vie muut nuoret pois onnettomuuspaikalta. Huolehdi heillä on jokin turvallinen paikka olla yhdessä aikuisen läsnäollessa.
- Kokoa silminnäkijät erilleen ja pidä heistä erityistä huolta.
- Ilmoita huoltajille mahdollisimman pian.
- Tarjoa tukea ja keskustelumahdollisuutta läsnä olleille nuorille. Tarvittaessa kutsu avuksesi tukea, esim. seurakunnan työntekijä.
- Päästä järkyttyneimmät nuoret kotiin vasta aikuisen tai saattajan mukana.
- Tee ja tarvittaessa lähetä kirjallinen viesti koteihin tapahtuneesta.
- Jatka asian jälkipuintia henkilökunnan kanssa.
- Jatka tarvittaessa asian jälkipuintia nuorten kanssa.
- Seuraa asianosaisten vointia.

Yhteystietoja onnettomuustilanteeseen:

Esimies/kriisiryhmä:

Seurakunta:

Muita:

Yleisohje tulipalon sattuessa:

- Pelasta ja varoita ihmisiä
- Sammuta lähimmällä alkusammuttimella
- Hälytä 112
- Rajoita palo sulkemalla ovet ja ikkunat
- Hoida tilassa olijoiden ohjaus yhteisesti sovitulle kokoontumispaikalle
- Opasta sammuttajat palopaikalle

Kun soitat hätäkeskukseen 112:

- Kerro kuka olet.
- Mitä on tapahtunut.
- Missä osoitteessa apua tarvitaan.
- Onko ihmisiä vaarassa.
- Miten paikalle pääsee.
- Toimi annettujen ohjeiden mukaan.
- Sulje puhelin vasta, kun saat luvan.

Päivitä ensiaputaitosi säännöllisesti!

Voit tutustua netissä SPR:n ensiapuohjeisiin. <https://www.punainenristi.fi/ensiapuohjeet>

Muista, että retki- ja leiritoiminnan turvallisuusohjeet ohjaavat osaltaan käytäntöjä.

Ohjeita järkyttyneen nuoren kohtaamiseen onnettomuuden tapahduttua

- Varmista että apua on tulossa.
- Esittäydy. Järkyttyneen tulee tietää, missä ominaisuudessa puhut.
- Selvitä, kenen kanssa olet tekemisissä ja mikä on hänen suhteensa tapahtuneeseen.
- Etsi rauhallinen paikka.
- Istu. Raskasta asiaa ei tule kertoa seisten.
- Katsekontakti, kosketus, käsi kädessä: kosketus viestittää turvallisuutta sanoja paremmin.
- Kerro koko totuus suoraan yhdessä lauseessa; voit vaikka toistaa asian.
- Ikävinkin uutinen on helpompi kestää kuin tietämättömyys. Oma rauhallisuutesi luo toiselle turvallisuutta.
- Kuuntele aktiivisesti, esitä kysymyksiä.
- Odota kysymyksiä ja vastaa.
- Huolehdi, ettei järkyttynyt jää yksin. Ohjaa nuori yhteen muiden joukkoon tätä varten järjestettyyn tilaan aikuisen läsnäoloon.
- Jos haluat lohduttaa, älä käytä latteuksia. Silti voi suhtautua realistisen toiveikkaasti. Ole rehellinen.
- Pelkkä lähellä olosi auttaa, ilman sanojakin; hiljaisuus voi olla hyvästäkin.
- Ohjaa nuori tarvittaessa ammattimaisen tuen piiriin.

Yhteystietoja ja -tahoja nuoren jatko-ohjaukseen:

Kuolemantapaus nuorisotyön piirissä

H

Seuraavassa on ohjeita ja huomioita kuolemantapauksen yhteydessä toimimiseen ja asian käsittelyyn.

Nuoren kuolema

- Nuoren kuolemasta ilmoittaa perheelle pappi, poliisi tai sairaala.
- Tiedon saanut työntekijä informoi esimiestään.
- Esimies on yhteydessä kuolleen nuoren vanhempiin.
- Kunnioitetaan omaisten toiveita ja noudatetaan luottamuksellisuutta.
- Kuolemasta pyritään tiedottamaan yhtenäisesti, avoimesti ja selkeästi.
- Esimies informoi henkilökuntaa, koulua ja mahdollisia muita yhteisöjä.
- Kuolemasta keskustellaan nuorten kanssa.
- Järjestetään hiljainen hetki / pieni tilaisuus kuolleen muistoksi (vainajan valokuva, kynttilä).
- Omaisia muistetaan nuorisotyön toimesta.
- Sovitaan nuorisotoimen edustajien osallistumisesta hautajaisiin.
- Järjestetään henkilökunnalle mahdollisuus jälkipuintiin.

Työntekijän tai muun henkilökuntaan kuuluvan kuolema

- Esimies informoi henkilökuntaa.
- Asiasta kerrotaan nuorille ja tarvittaessa keskustellaan kuolemasta nuorten kanssa.
- Kriisiryhmä keskustelee, tarvitaanko henkilökunnalle ulkopuolista apua.
- Tarjotaan mahdollisuus Jälkipuintiin henkilökunnalle.
- Muistaminen: lippu, hiljainen hetki, hautajaiset.

Nuoren tai henkilökunnan jäsenen läheisen kuolema

- Varmista, että tieto on oikea. Älä siirrä asian kertomista.
- Sanoman pitäisi tulla luotetulta henkilöltä.
- Varmista sopiva, häiriötön paikka uutisen kertomiseen.
- Kerro lyhyesti ja rauhallisesti, mitä on tapahtunut.
- Ilmaise myötätuntosi.
- Varaa aikaa. Älä jätä asianomaista yksin. Huolehdi, että hän pääsee läheistensä luo.
- Tiedustele, haluaako hän tai nuoren kyseessä ollessa hänen vanhempansa, että tapahtumasta kerrotaan nuorille/ työyhteisölle / kriisiryhmälle.
- Tiedustele keiden kanssa hän haluaa keskustella.
- Jos henkilön käytöksessä tai ulkonäössä tapahtuu selvä muutos tai olet muuten hänestä huolissasi, ota yhteys kriisiryhmän jäsenen.
- Jos on vaikea puhua esim. nuoren kanssa asiasta, voit neuvotella kriisiryhmän kanssa.
- Ohjatkaa nuoria kohtaamaan surutyötä tekevä.
- Tarvittaessa voidaan järjestää yhteinen keskustelutilaisuus.

Nuorisotyöntekijän on tärkeää olla itse rauhallinen ja tukea nuoria heidän vahvoissa reaktioissaan. Tämä on mahdollista, kun nuorisotyöntekijällä on mahdollisuus käydä tapahtumia ja omia tunteita ensin itse läpi omassa työyhteisössään.

Seuraavassa kysymyksiä, mikäli on tarpeen järjestää erillinen muistotilaisuus

- Keille se on tarkoitettu? Työyhteisölle, nuorille ryhmälle vai koko yksikölle?
- Yksin vai yhdessä esim. koulun ja/tai seurakunnan kanssa?
- Onko muistotilaisuus avoin myös omaisille?
- Muistotilaisuuden aika ja paikka?
- Tiedottaminen?
- Ketkä osallistuvat hautajaisiin?

Surevan nuoren kohtaaminen

Nuorisotyöntekijän on hyvä olla yhteydessä kriisin kokeneen nuoren vanhempiin tai huoltajiin ja välittää tieto, että asiaa on käsitelty nuorisotyön parissa. Vanhempia voi kannustaa puhumaan asiasta kotona ja käsittelemään tunteita yhdessä. Nuori ja vanhemmat voivat tehdä yhdessä jotakin omaisten hyväksi, esimerkiksi käydä kaupassa tai valmistaa ruokaa.

On tärkeää luoda turvallinen ilmapiiri, jolloin tuntuu, että asioista ja tunteista on lupa puhua yhdessä.

Nuorisotyön kriisikansion "Nuori ja kriisit" -osiossa sivulla 3-8 on ohjeita siitä, miten kohdata kriisin tai surun kokenut nuori. Edelleen sivulla 3-10 on kysymyksiä surun ja menetyksen käsittelyyn yhdessä nuorten kanssa.

Vihjeitä auttamiseen – keskustelu ja läsnäolo

- Keskustele nuoren kanssa, jota suru on kohdannut.
- Keskustele avoimesti ja kunnioittavasti.
- Varaa aikaa.
- Suhtaudu myönteisesti kysymyksiin ja keskusteluun.
- Valmistaudu siihen, että keskustelu saattaa olla lyhyt.
- Näytä omat tunteesi ja rohkaise tunteiden käsittelyä.
- Ole järkevä, älä tunkeileva. Älä tuomitse.
- Kunnioita kaikkia heidän mielialojaan ja tunteitaan.
- Muista, että suru on ainutlaatuinen ja yksilöllinen kokemus.
- Kuuntele, mitä nuori haluaa.
- Lohduta mielellään tavalla, joka tulee luonnostaan.
- Tunnista ja auta nuorta tiedostamaan jo olemassa olevat vahvuudet ja selviytymiskeinot.
- Ole vilpitön ja rehellinen, älä salaile totuutta.
- Käytä riittävästi aikaa asian käsittelyyn ja sovi mahdollisista lisätoimenpiteistä.
- Anna nuorelle tarvittaessa mahdollisuus soittaa kotiin.
- Älä kiirehdi – surun tie voi olla pitkä.
- Kannusta nuorta ilmaisemaan tunteita kirjoittamalla, taiteen, musiikin avulla.
- Vahvista todellisia muistoja ja vahvista myönteisiä muistelurituaaleja. Nuoret surevat usein yhdessä, ja yhteiset rituaalit ovat heille tärkeitä.
- Älä unohda parasta ystävää – ota huomioon hänen reaktionsa. Se, joka auttaa, tarvitsee myös itse apua.
- Yritä saada nuoret nopeasti kouluun – rutiinit ovat pelkästään hyväksi
- Tarkkaile käytöstä ja fyysisiä merkkejä, etsi lisäapua jos on tarvetta.
- Jatka yhteydenpitoa kotiin normaalisti.

Huomioita nuorten ja vanhempien käyttäytymisestä surussa**Nuoret usein:**

- Tukevat ja lohduttavat vanhempia aktiivisesti.
- Varttuvat liian nopeasti, siis ottavat vanhemman roolin, huolehtivat nuoremmista sisaruksista.
- Arvailevat mitä tapahtui.

Vanhemmat usein:

- Aliarvioivat sen, mitä lapset/nuoret ymmärtävät.
- Aliarvioivat nuorten reaktioiden syvyyden ja keston.
- Laiminlyövät tosiasioiden kertomisen.
- Ovat omien reaktioidensa vallassa, joten heidän huomionsa lasten tarpeille on vähentynyt.
- Tulevat ylisuojeleviksi tai laiminlyövät lapsiaan.
- Kokevat vaikeuksia sääntöjen ja kurin ylläpitämisessä.
- Osoittavat lisääntyntä ärtyvyyttä ja jännittyneisyyttä.

Kun havaittu nuorten reagointia laajasti koskettavaan kriisiin:

- Ota selville tosiasiat.
- Informoi esimies, muu henkilökunta ja yhteistyötahot (esim. koulu ja seurakunta) tapahtuneesta ja reaktioista.
- Sovi mahdollisesti tarvittavista toimenpiteistä (esim. keskustelutilaisuus) asian käsittelemiseksi.
- Lähetä tietoa kotiin tapahtuneesta ja mahdollisista reaktioista.
- Palataan arkeen, normaaliin toimintaan mahdollisimman pian.
- Seurataan tilanteen kehittymistä ja varaudutaan mahdollisiin jatkotoimiin.

Nuoria vahvasti koskettava onnettomuustilanne tai muu kriisitilanne voi olla tapahtunut aivan jossain muualla – jopa ulkomailla. Jollakulla voi olla tuttuja, ystäviä tai perheenjäseniä mukana tapahtuneessa.

Vaikka tuttuja ei tapahtumassa olisi ollutkaan, niin tapahtunut voi olla luonteeltaan sellainen, että nuorten tai jonkun nuorten yhteisön on helppo samastua tapahtuneeseen ja sen uhreihin. Erityisesti jos kyseessä on median vahvasti uutisoima järkyttävä tapahtuma.

Nuorisotyön tulee seurata tarkasti nuorten reaktioita, jos jokin muualla sattuneen tapahtuman jälkeen nousee esiin jotain poikkeavaa käyttäytymistä. Tapahtuneella voi olla jokin välillinen tai suora kosketuspinta johonkin nuoreen tai nuorten joukkoon. Tapahtuma otetaan puheeksi nuorten kanssa ja kuulostellaan sen heräämiä tunteita ja ajatuksia. Nuorilla tulee olla tarjolla mahdollisuus käsitellä asiaa kahdenkesken aikuisen kanssa tai laajemmassa ryhmässä. Tärkeää on myös estää tilanteen koskettamien nuorten jääminen yksin.

Aikuisen huomio ja läsnäolo on tällaisissa tilanteissa tärkeää, sillä laajasti koskettavien tapahtumien ympärillä syntyy usein sosiaalisessa mediassa turhaa lietsontaa joka voi pahentaa tilannetta ja sen seuraamuksia. Näiden tilanteiden käsittelyssä on aina syytä harkita tarkoin, kuinka vältetään huhujen leviäminen ja toisaalta ei luoda otollisia tilanteita kokemushakuisten nuorten mukanaelämisen ilmaisuille.

Laajasti nuoria koskettavan kollektiivisen kriisin yhteydessä on otettava huomioon, että jonkun nuoren viehtyminen väkivaltaan, väkivallan ihailu ja väkivaltainen käyttäytyminen voivat kertoa traumareaktiosta, jossa nuori samaistuu väkivallan tekijään. Mikä voi olla altistaa väkivaltaiselle käyttäytymiselle. Tällöin tulisi välittää viestiä siitä, että perättömien uhkausten tekeminen tai vaaralla vihaileminen on rangaistavaa ja myös yhteisössä tuomittavaa.

Uhkailevan nuoren ympärille on välittömästi rakennettava suojaverkko, joka suojaa sekä häntä itseään että ympäristöä. Nuoren tulisi saada sekä lähimpiensä tukea, psykiatrasta apua että poliisin tuomaa ulkoista realiteettia väkivallan merkityksestä.

Ennaltaehkäistyn näkökulmasta tällaisten laajasti ja välillisesti koskettavat kriisit voidaan hyödyntää nuorten kanssa yhdessä käsiteltävinä teemoina. Yhteisen käsittelyn kautta voidaan saavuttaa nuorten resilienssin kasvua, vastaavaan tapahtumaan varautumisessa sekä sosiaalisessa mediassa tapahtuvien ylilyöntien ehkäisemisessä.

Itsetuhoisuus ja itsemurhauhkailu

H

Itsemurhauhkan tunnistaminen

Masennuksella on merkittävä yhteys itsemurhiin. Pitkään jatkuneen masennuksen ja mahdollisesti itsemurhaan liittyvien puheiden pitäisi herättää näkemään, onko merkkejä itsemurhavaarasta. Taustalla voi olla myös iso menetys kuten kuolema, muutto, tappelu, epäonnistuminen, sosiaalinen häpeä.

Henkilö on itsemurhavaarassa, jos

- hän tekee itsemurhayrityksen tai vahingoittaa, esim. viiltelee, itseään
- hän puhuu itsemurhasta tai uhkailee sillä
- hänellä on suunnitelma itsemurhasta, hän esim. antaa pois tavaroita, joista on ennen pitänyt
- hänellä kuolemaan liittyvät ajatukset ovat mielessä enemmän osan aikaa
- hän tuntee jonkun, joka on tehnyt itsemurhan
- hän samaistuu sellaiseen, joka on tehnyt itsemurhan ja alkaa muuttamaan käytöstään tähän suuntaan (esim. tällainen julkisuuden henkilö)
- hänen suvussa on tapahtunut väkivaltainen kuolema tai itsemurha
- hänellä on hyvin huono impulssikontrolli
- hän ei näe ratkaisua ongelmiinsa , ei ota vastaan apua
- hän on ylikriittinen itsensä suhteen ja tavoittelee täydellisyyttä

Myötävaikuttavia tekijöitä:

- alkoholin vaikutuksen alaisuus

Miten toimia itsemurhauhassa olevan henkilön kanssa:

Kaikkiin viittauksiin itsemurhasta tulee suhtautua vakavasti. Mikäli epäilet henkilön olevan itsemurhavaarassa, Älä jää yksin pohtimaan asiaa, vaan ota heti yhteys mielenterveystyön asiantuntijaan, terveydenhoitajaan tai kriisiryhmän jäseneseen.

- Uhkailuja esittäneeseen tulee suhtautua vakavasti.
- Anna aikaa, osoita huomaavasi.
- Älä jätä henkilöä yksin.
- Kuuntele, älä tuomitse, älä vähättele hänen esille tuomiaan ongelmia.
- Pelkän kuuntelun sijaan pyri aktiiviseen ajatuksista ja aikeista kysymiseen. Keskustele suoraan asioiden oikeilla nimillä esim. ” Mitä tarkoitat sanoessasi, ettei elämälläsi enää ole väliä? ”
- Ota yhteys nuoren vanhempiin tai sukulaiseen.
- Ohjaa saamaan kriisiapua, lähde vaikka itse mukaan saattamaan.
- Älä jää yksin pohtimaan asiaa, ota tarvittaessa yhteys esim. kriisiryhmän jäseneseen.

Nuorisotyön kriiskansion "Nuori ja kriisit" –osassa löytyy lisätietoa ja ohjeita nuorten itsetuhoisuuteen liittyen:

- Nuoren itsetuhoisuudesta on erilaisia varoittavia merkkejä (s. 3-12).
- Askeleita itsetuhoisuuden puheeksi ottamiseen (s. 3-13).

Itsemurha tai sen yritys

H

Itsemurha koskettaa aina koko työyhteisöä ja myös nuorten yhteisöä. Jälkipuinnin järjestäminen on erittäin tärkeää, koska itsemurha nostattaa esiin tunteita esim. voimakasta syyllisyyttä.

Ohjeita toimintaan:

- Sovitaan kodin kanssa kuinka toimitaan. On hyvä rohkaista omaisia siihen, että itsemurhasta kerrotaan rehellisesti myös muille nuorille, sillä asia tulee yleensä julki jotakin tietä.
- Kunnioitetaan omaisten toiveita ja noudatetaan luottamuksellisuutta.
- Esimies tiedottaa kriisiryhmälle sekä muulle henkilökunnalle sekä nuorille, jos perheeltä on saatu lupa kertoa tosiasiat.
- Järjestetään jälkipuinti työntekijöille. Erityisesti, jos kyse oli työtoverista.
- Järjestetään erityinen tuki ja seuranta silminnäkijöille ja lähimmille ystäville tai varmistetaan, että järjestääkö koulun kriisiryhmä. Tapahtunut voi aiheuttaa ahdistusta, joten sitä on syytä käsitellä.
- Muiden nuorten vointia seurataan tai varmistetaan, että esim. koulun kriisiryhmä seuraa. Tietoa välitetään koulun ja seurakunnan kanssa.
- Muistetaan yhteistyö muiden yhteisöjen kanssa, joita nuoren kuolema koskettaa (harrastusseurat yms.).
- Kriisiryhmä tai koulu sopivat muistamisesta ja seurakunnan avusta.
- Järjestetään hiljainen hetki / pieni tilaisuus kuolleen muistoksi (vainajan valokuva, kynttilä).
- Järjestetään nuorisotiloille materiaalia aiheesta (itsemurha ja itsetuhoisuus). Asiaa ja aihepiiriä voidaan käsitellä yhdessä, kun aika on siihen sovelias (tarvittaessa asiantuntijan vetämänä).

Itsemurhan tehneen nuoren vanhemmat saattavat kieltää puhumasta itsemurhasta, kuolemasta, vammasta tms. Vanhempien kanssa tulisi pyrkiä yhteistyöhön ja kertoa miksi asia käsittely on tärkeää. Vanhemmille kannattaa korostaa sitä, ettei tarkoitus ole käsitellä perheen yksityisasioita vaan tukea muita nuoria selviytymään. Asian käsittelyn päätavoitteena on kertoa myönteisistä ratkaisumalleista elämän vaikeissa tilanteissa. Vanhemmille voi todeta, että nuoret joka tapauksessa tietävät usein tapahtuneesta ja pohtivat sitä keskenään. On parempi, että he saavat asiallista tietoa kuin että huhut vääristävät tapahtuneen.

Väkivalta- tai uhkatilanne

H

Väkivallan uhriksi joutuminen täyttää äkillisen tapahtuman tunnusmerkit. Väkivalta voi uhata keskeisiä elämänarvoja, erityisesti jos se kohdistuu sattumalta paikalla olleisiin henkilöihin. Väkivalta- tai uhkatilanne voi aiheuttaa mukana olleille psyykkisiä oireita kuten unettomuutta ja masennusta sekä myös pitkäkestoisia ja voimakkaita pelkoja. Pelot voivat laajeta myös koskemaan yhä useampia tilanteita.

Ihmisen aiheuttama väkivaltaa vähäisempiä reaktioita seuraa laitteiden aiheuttamista onnettomuuksista tai luonnononnettomuuksista. Suoran väkivallan tai sen uhan lisäksi, voi uhan myös aiheuttaa vakava onnettomuus lähellä (esim. tulipalo).

Väkivallan uhkaan varautuminen:

- Käy läpi asiakkaat, onko heissä arvaamattomasti käyttäytyviä.
- Poista tilasta kaikki terävät esineet.
- Pidä reitti vapaana ulko-ovelle.
- Pukeudu niin, että sinun on helppo liikkua.
- Säilytä kännykkää samassa paikassa.
- Havainnoi vastapuolta, millä tuulella hän on.
- Käyttäydy rauhallisesti, vaikka huomaisit uhkaa. Varaudu etukäteen oikeisiin sanoihin
- Luota intuitioon, jos tilanne on sinusta vaarallinen, ja hälytä apua.

Toimi näin:

- Tilanteissa, joissa joku uhkaa väkivallalla tai käyttäytyy väkivaltaisesti on heti otettava yhteyttä poliisin.
- Asiaan on suhtauduttava vakavasti.
- Nuorten kohdalla ota yhteys vanhempiin/huoltajiin. Poliisi ja henkilökunta arvioivat jatkotoimenpiteet yhdessä.
- Nuorisotyössä esiintyneestä väkivallasta tai uhasta tulee kertoa nopeasti viranomaisille ja esimiehelle.
- Uhkaustilanteessa kunnan kriisiryhmän tms. ja poliisin kanssa yhdessä päätetään siitä, miten henkilökuntaa, seurakuntalaisia ja vanhempia informoidaan tapahtuneesta.
- Uhkaustilanne on käytävä mahdollisimman nopeasti yhdessä lävitse
- Nuorten osalta päätetään mahdollisista tehostetun nuorisotyön toimista
- Väkivalta- tai uhkatilanteen aiheuttaminen traumausten ehkäisemiseksi, voi olla tarpeen järjestää jälkihoitoa nuorille ja henkilökunnalle.

Väkivallan uhrin auttaminen

Väkivallan uhrin jäävät usein ilman kriisiapua. Tähän vaikuttaa ainakin kolme tekijää:

- Väkivallan kohteeksi joutuminen herättää niin voimakasta syyllisyyttä ja häpeää, että uhrin hakevat apua harvoin. Seksuaalinen hyväksikäyttö, raiskaus tai sen yritys aiheuttavat erityisen vahvaa syyllisyydentuntoa ja häpeää.
- Organisaatiot ja viranomaistahot, joiden kanssa väkivallan uhrin joutuvat tekemisiin, eivät osaa tunnistaa kriisiavun tarvetta.
- Väkivalta saattaa olla toistuvaa ja siihen on totuttu.

Muu uhka: H

I. Ennaltaehkäisy ja varautuminen

Kriisien ennaltaehkäisy ja varautuminen on valmiussuunnitteluprosessin viimeinen vaihe. Tämä vaihe sisältää kaksi osaa. Ensin tarkastellaan valmiussuunnittelun mahdollistamaa varautumista ja turvallisuuden tunteen lisäämistä. Toiseksi käsitellään mahdollisen kriisin jälkeistä palaamista arkeen.

Prosessi päättyy palaamisella valmiussuunnitteluprosessin alkuun – eli valmiussuunnitelman päivittämiseen.

Tämä vaiheen peruskysymykset ovat:

- Miten ennaltaehkäisemme?
- Miten kehitämme?

Varautuminen

Ennaltaehkäisyn ja varautumisen tärkeä tehtävä on nuorten kasvattaminen ja ohjaaminen turvallisuuteen. Tavoite on ehkäistä kriisitilanteiden tapahtumista. Ennaltaehkäisyssä ja varautumisessa yhtenä tärkeänä osana on henkilökunnan itseluottamuksen lisääminen ja vuorovaikutustaitojen kehittäminen, jota koulutus ja mahdollinen työnohjaus tukevat.

Turvallisuuden tunteen lisäämiseksi ja kriiseihin varautumisen tueksi voidaan muun tekemisen yhteydessä nuorten kanssa nostaa esille uhkiin tai kriiseihin liittyviä asioita. Ne voivat olla vaikkapa liikennekäyttäytymiseen tai itsetuhoisuuden tunnistamiseen liittyviä keskusteluja. Väkivallan uhkaan voidaan vaikuttaa turvallisuuskävelyllä, jossa esimerkiksi virkamiesten, viranomaisten ja turvallisuudesta vastaavien palveluntarjoajien kanssa käydään läpi turvattomaksi koettuja paikkoja ja tilanteita etsien parannusehdotuksia. Turvallisuuskasvatuksen näkökulmasta erityisen hyvä hetki erilaisten teemojen käsittelyyn on silloin, kun jokin tapahtunut kriisi on vain välillisesti koskettanut nuoria.

Valmiussuunnitteluun osallistuminen, turvallisuusohjeiden läpikäyminen ja kehittäminen nuorten kanssa ovat nekin varautumista tulevaan. Nuorten kanssa voidaan myös päivittää erilaisia ensiaputaitoja.

Paluu arkeen

Arkeen palaaminen tarkoittaa tehostettujen toimien alasajoa, paluuta normaaliin nuorisotyön toimintaan. Tämä ei kuitenkaan tarkoita että kriisitilanteen esille tuomat asiat ja teemat unohdettaisiin. Niitä voidaan hyödyntää turvallisuuden kehittämisessä ja resilienssin vahvistamisessa.

Toiminnan ja tekemisen ohella arkeen palaamiseen liittyy keskeisenä myös turvallisen ja myönteisen ilmapiirin rakentaminen. Sitä voidaan tukea mm. huomioimalla hyviä tapoja ja kohtelua, välittömällä puuttumisella epäkohtiin sekä yhteisten pelisääntöjen läpikäymisellä.

Kehittämisen kannalta on keskeistä, että niin hyvät kuin huonommat kokemukset hyödynnetään varautumisessa vastaaviin tilanteisiin jatkossa. Ensin arvioidaan kriisitilanteessa tapahtunutta toimintaa:

- Mikä toimi?
- Missä oli haasteita?
- Mitä opimme?

Arviointiin liittyvä työpohja ”Tehostetun nuorisotyön toimenpideraportti” löytyy kohdasta ”F. Johtaminen”. Oleellista arvioinnissa on, että se tehdään yhdessä mukana olleiden tahojen kesken. Kokemuksesta oppimisen havaintoja ja osaamista jaetaan yhteistyötahojen kanssa ja myös laajemmalle esim. naapurikuntien kanssa. Seuraavassa vielä muutama huomio arviointiin:

- Huolehditaan hyvien käytäntöjen ja toimintatapojen säilymisestä. Jos ne olivat ohjeista poikkeavia tai niistä puuttuvia, niin päivitetään ohjeistuksia.
- Niin omiin kuin yhteistyötahojen toiminnallisiin epäkohtiin puututaan.
- Epäkohdat puitteissa raportoidaan ja ne pyritään korjaamaan vastaamaan paremmin havaittuihin haasteisiin ja uhkiin.
- Valmiussuunnitelmaa ym. ohjeistuksia päivitetään tai niiden päivittämisestä sovitaan.
- Havainnot hyvistä ja kehitettävistä asioista jaetaan muille tahoille ja toimijoille. Kaikkien ei pidä oppia samoja asioita kantapään kautta.

Valmiussuunnitteluprosessin kierros päättyy tähän. Seuraavaksi, vuoden tai kahden päästä, on aika palata alkuun ja lähteä päivittämään tehtyä valmiussuunnitelmaa. Pieniä päivityksiä on todennäköisesti kertynyt siihen mennessä, mutta systemaattisen päivittämisen yhteydessä käydään läpi kaikki eri vaiheet ainakin lyhyesti. Katsotaan, pitävätkö tilannekuvaukset ja tahtotilan yhteydessä hahmotettu toivottu tila paikkansa. Tarkistetaan, onko yhteistyön alueella tapahtunut muutoksia. Selvitetään ovatko muiden tahojen nuorisotyötä koskettavat valmiussuunnitelmat ja ohjeet ajan tasalla jne.

Muistattehan että nuorisotyön valmiutta kehitetään parhaillaan muuallakin, lähikunnissa, lähi-alueella ja koko Suomessa. Mitä hyviä käytäntöjä muualla on kehitetty tai olisiko meillä joitain oivalluksia jaettavaksi muille? Olkaa uteliaita!