

Traumatietoinen työskentely ilman huoltajaa tulleiden aikuistuvien nuorten parissa

YEE –hankkeen Traumatietoinen työote -seminaari osa 2, 12.4.2022

Psykologi Annina Vartio

annina.vartio@hdl.fi, puh.: 050 314 4870

Kidutettujen lasten ja nuorten kuntoutus,
Psykotraumatologian keskus, Diakonissalaitos



Diakonissa-
laitos

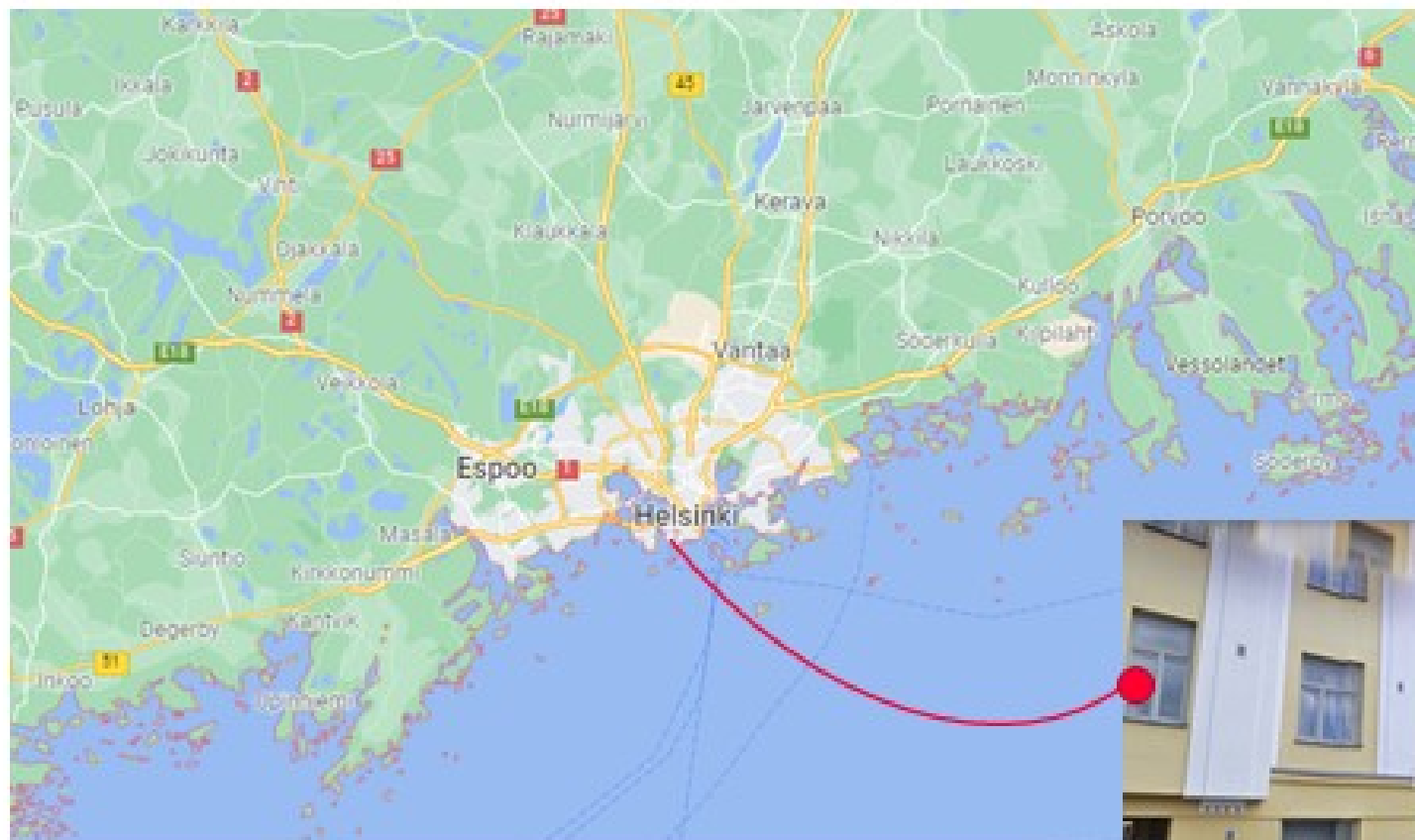
Sisältö:

- Psykotraumatologian keskuksen esittely
- Trauman neljä T:tä
- Trauma, pakolaisuus ja pakolaistrauma
- Ilman huoltajaa tulleiden aikuistuvien nuorten kanssa työskentelyn erityispiirteitä

- Kysymyksiä, keskustelua



Psykotraumatologian keskus



Psykotraumatologian keskuksessa tutkitaan ja hoidetaan pakolaistaustaisia, kidutuksen, sodan ja pakolaisuuden kokeneita aikuisia, lapsia, nuoria ja heidän perheenjäseniään



Psykotraumatologian keskus.

Lasten ja nuorten
toiminta

< 24 vuotiaalle

Arviointi- ja hoitoyksikkö

Sotatraumatisoituineiden
toiminta

> 18 vuotiaalle

Arviointiyksikkö

Aikuisten kidutettujen
toiminta

> 18 vuotiaalle

Hoitoyksikkö



Kansainväliset sopimukset velvoittavat

YK:n kidutuksenvastainen sopimus velvoittaa valtion järjestämään kidutettujen tarvitseman hoidon ja kuntoutuksen. Hoitamaton kidutuksesta johtuva traumatisoituminen siirtyy ylisukupolvisesti siten, että lapsilla voi esiintyä samankaltaisia traumaoireita kuin vanhemmillaan.



Kansainväliset sopimukset velvoittavat.

YK:n lapsen oikeuksien sopimus velvoittaa Suomen valtiota suojelemaan pakolaislapsia ja huolehtimaan heidän oikeuksiensa toteutumisesta – kaikkia lapsia tulee kohdella palveluissa yhdenvertaisesti ja tarjota heille tarpeenmukaista hoitoa.



Kidutettujen Kuntoutus keskus

Perustettu 1993 Sosiaali- ja
terveysministeriön aloitteesta,
perustuen Suomen kansainvälisiin
kidutuksen vastaisiin sopimuksiin.



**Stean rahoittamaa
toimintaa
kidutuksen uhrien
kuntouttamiseen.**



**Lisäksi tarjotaan
koulutusta,
konsultaatioita ja
työnohjausta
yhteistyötahoille.**



SOTATRAUMATI- SOITUNEIDEN ARVIOINTI JA TUTKIMUS

4/2018-3/2021
11/2021-12/2022



**Moniammatillinen
hoidon tarpeen
arviointi ja
tutkimus 5-10
kertaa**



**Palveluohjaus
Koulutus
Konsultointi
Työnohjaus**



**Digivälitteisen
hoitomenetelmän
kehittäminen**



LASTEN JA NUORTEN TOIMINTA

2010-2012
2013-2015
2016-2018
2019-2021
2022



Hoidon tarpeen
arvioinnit, hoito ja
kuntoutus, perhe- ja
verkostotyö sekä
palveluohjaus

Työmenetelmien ja
paikallisten
verkostotyökäytäntöjen
kehittäminen yhdessä
ammattilaisten kanssa

Kouluttaminen,
konsultointi, työnohjaus

Pakolaistaustaisten
kidutettujen ja vaikeasti
traumatisoituneiden lasten
ja
nuorten arviointi ja hoito

Selvitys
"Työ on varmasti vielä lapsen kengissä"
v. 2017

"Minun tarinani" työkirja
"Mun tarinani" työkirja
"Meidän tarinamme" -työkirja

Tietopankki

Hankeraportti Toivon taimia 2016-2018
Hankeraportti Vanhemmuuden versoja 2021



TURVAPAIKKA-,
MAAHANMUUTTO- JA
KOTOUTTAMISRAHASTO

Euroopan unionin tuella



Lasten ja nuorten työryhmä

Lastenpsykiatri, psykoterapeutti,
psykoterapeuttikoluttaja Mari Levander

Psykologi Annina Vartio

Perhepsykoterapeutti, EMDR-ohjaaja Mari
Mäkinen-Halttunen

Sairaanhoitaja Sami Rekonen

Fysioterapeutti Katri Luotonen

Projektipäällikkö, psykiatrinen sh, debriefing
ohjaaja ja seksuaalineuvoja Marjo Neste



Mitä teemme?

Hoidamme **kiintiöpakolaisina maahan tulleita, alle 24-vuotiaita** kidutettuja ja sotatraumatisoituneita lapsia, nuoria ja heidän perheitään

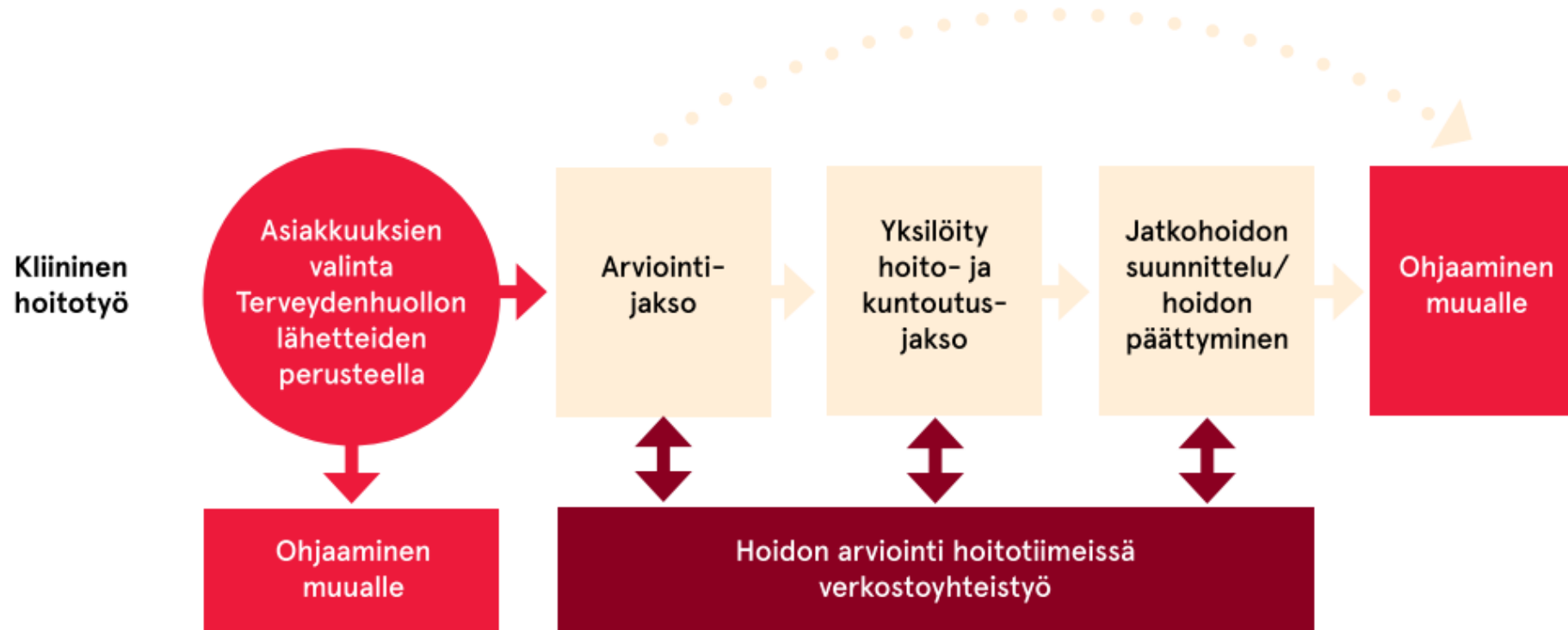
- Arviointi- ja hoitajakset
- Verkostoyhteistyö
- Konsultaatiot, työnohjaukset
- Koulutukset
- Materiaalin tuottaminen



- Hoito, on potilaalle ja kunnalle **maksutonta**
- Lähettävä taho / kotikunta vastaa mahdollisista asiakkaan matkakustannuksista.
- Lähettävä taho järjestää **maksusitoumuksen tulkkia varten** asiakkaan kotikunnasta.



Hoitoprosessin kuvaus



Kuva: Hoitoprosessin kuvaus kaaviona



Yhteistyömallimme

Konsultaatiot ja työnohjaukset

- ei suoraa asiakaskontaktia
- tuki ohjautuu asiakkaiden kanssa työskenteleville

Työskentely yhdessä verkoston kanssa

- asiakkailla aktiivinen tuki esim. omassa kunnassa / sairaanhoitopiirissä, jonka lisäksi HDL taustatukena
- voi toteutua esim. yksittäisinä konsultaatiotapaamisina tai tiiviimpänä työparityöskentelynä

Yksilö- ja perhetapaamiset

- asiakkailla aktiivinen oma kontakti yksikössä
- mahdollista toteuttaa esim. vastaanotolla, etätapaamisina, kotikäynteinä
- verkosto lisäksi taustalla tukena tarpeen mukaan



Yhteydenotto

Projektipäällikkö Marjo Neste

marjo.neste@hdi.fi

puh. 050 5027601

Munkkisaarenkatu 16, 2.krs.

00150 Helsinki



Traumatietoinen työskentely ilman huoltajaa tulleiden aikuistuvien nuorten parissa



Trauman neljä T:tä: Tunnista, Tiedosta, Toimi ja Torju

TUNNISTETAAN

- trauman oireita itsessä, asiakkaissa, perheissä ja yhteisöissä

TIEDOSTETAAN

- trauman vaikutukset ja traumasta toipumisen mahdollisuudet



TOIMITAAN

- käyttäen hyväksi traumatietoisuutta käytännön toiminnoissa ja menettelyissä

TORJUTAAN

- aktiivisesti uudelleen traumatisoitumista

(Samhsa: The four R's of Trauma-Informed Care)

Tunnista ja tiedosta: Mitä traumatisoituminen on?



Mitä traumatisoituminen on? 1/3

Traumatisoiva tapahtuma on mikä tahansa yksilön kokema uhkaava tilanne, joka aiheuttaa epätavallisen voimakkaita, normaalia elämää häiritseviä reaktioita.

Traumatisoiva tapahtuma voi koskettaa yhtä henkilöä (omaisen kuolema, väkivallan uhriksi joutuminen) tai vaikutuksen piiriin voi joutua perhe, ryhmä tai yhteisö (aseellinen ryöstö, työpaikkaonnettomuus, työtoverin itsemurha tai suuronnettomuus).

Yksittäinen traumatisoiva tapahtuma aiheuttaa ns. **I-tyypin trauman**. Toistuva traumatisoiva tekijä ihmisen elämässä (esim. perheväkivalta, insesti, koulukiusaaminen / työpaikkakiusaaminen) aiheuttaa ns. **II-tyypin trauman**.

Lähde: <https://www.traumaterapiakeskus.com/18>

Mitä traumatisoituminen on? 2/3

Traumatisoivissa tapahtumissa yksilö voi olla tai kokea olevansa kuolemanvaarassa tai joutua todistamaan läheisen ihmisen kuolemanvaaraa.

Jo yhden erittäin voimakkaan traumatisoivan tapahtuman seurauksena saattaa kuva maailmasta ja elämisen luonteesta muuttua. Kokemukset voivat synnyttää myös ehdollistuneita pelkoreaktioita, jolloin aiemmin neutraalit asiat alkavat aiheuttaa pelkoa.

Lähde: <https://www.traumaterapiakeskus.com/18>



Rohkeasti
ihmisarvon
puolesta

Mitä traumatisoituminen on? 3/3

Traumatisoiva tapahtuma uhkaa ihmisen **uskomusjärjestelmää**. Yleensä terve ihminen uskoo, että maailma on hyvä, elämä on tarkoituksenmukaista ja että ihmiset ovat arvokkaita. Järkyttävä tapahtuma voi murskata uskomusjärjestelmän, koska se tapahtuu ennustamatta ja sattumanvaraisesti.

Haavoittumattomuuden illuusio häviää ja ihminen menettää hallinnantunteensa.

Lähde: <https://www.traumaterapiakeskus.com/18>



Rohkeasti
ihmisarvon
puolesta

Yksilöllisyys

- Jokaisen kokemus ja elämäntarina ovat yksilöllisiä
- Ihmiset reagoivat samankaltaisiin kokemuksiin eri tavoin
- Tapahtuma, joka on jollekulle traumatisoiva, ei välttämättä ole sitä toiselle
- Kaikki eivät oireile psyykkisesti
- Ihmisillä on myös erilaisia selviytymiskeinoja ja – taitoja
- Parhaimmillaan vaikeat kokemukset voivat johtaa trauman jälkeiseen kasvuun

Suomen mielenterveysseura
PTSD Käypä hoito





Traumatisoitussa ihmisen turvallisuuden ja toimijuuden tunne sekä luotto elämän kantokykyyn horjuu



Traumatisoituneiden kanssa työskennellessä turvallisuuden ja toimijuuden tunteen lisääminen on yksi tärkeimmistä tehtävistä



Mitä voimme tehdä?



Turvallisuuden ja toimijuuden tunteiden lisääminen

- Selkeät raamit, rutiinit ja sopimukset
- Tieto, ennakoitavuus, avoimuus
- Oma turvallisuuden tunne (keho ja mieli)
- Aito kohtaaminen ja kuuleminen – vahvistetaan, että näkemyksillä on merkitystä
- Kommunikaatio
- Päätösvallan ja valinnan mahdollisuuksien antaminen niissä asioissa kun se on mahdollista
- Asianmukaisiin palveluihin ohjaaminen



Turvallisena aikuisena oleminen nuorelle

Mieti henkilöä, jonka kanssa olet itse kokenut lapsena/nuorena turvallisuuden tunnetta.

- Miltä sinusta tuntui olla hänen seurassaan?
- Mikä hänessä aiheutti turvallisuuden tunnetta?
- Mistä tunnistat turvallisuuden tunteen?



Traumaattinen kasvu 1/2

Traumalla myös myönteisiä seurauksia:

- Välittäminen
- Myötätunto
- Viisastuminen
- Henkinen rikastuminen
- Optimismi
- Kiitollisuus

(Berger & Weiss, 2009; Berger & Weiss 2010; Walsch, 2006; Calhoun, Cann, Tedeschi, & McMillian, 2000; Tedeschi & Calhoun, 2008)



Traumaattinen kasvu 2/2

- Kriisien ja traumaattisten tapahtumien myötä ihmiset usein ”pysähtyvät” ja priorisoivat uudelleen asioita ja arvoja elämässään. Meta-tutkimuksessa noin puolet traumaselviytyjistä raportoivat jonkin tyyppistä post-traumaattista kasvua.

(<https://hbr.org/2020/09/dont-just-lead-your-people-through-trauma-help-them-grow>)



Tunnista ja tiedosta: Mitä on pakolaisuus ja pakolaisuustr라우ma?



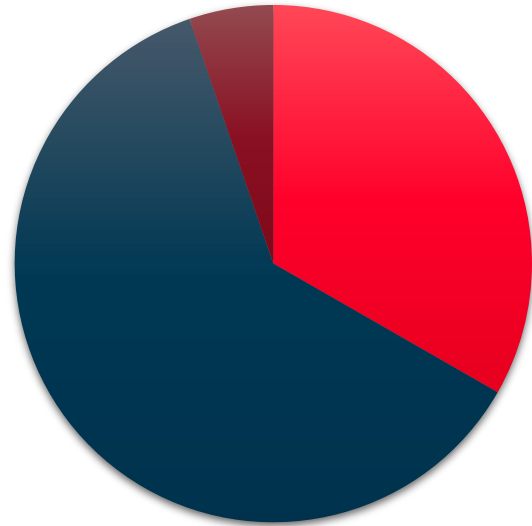
”Pakolaisuus koskettaa ihmisiä sukupuolesta, varallisuudesta ja elämäntilanteesta riippumatta”

(Suomen Pakolaisapu)



Pakolaisuus lukuina

84 milj. pakolaista vuonna
2022



- Kotimaan sisällä siirtymään joutuneita 26 milj.
- Kotimaastaan paenneita 48 milj.
- Turvapaikanhakijoita 4,1 milj.

Pakolaisia yhteensä 84 milj.

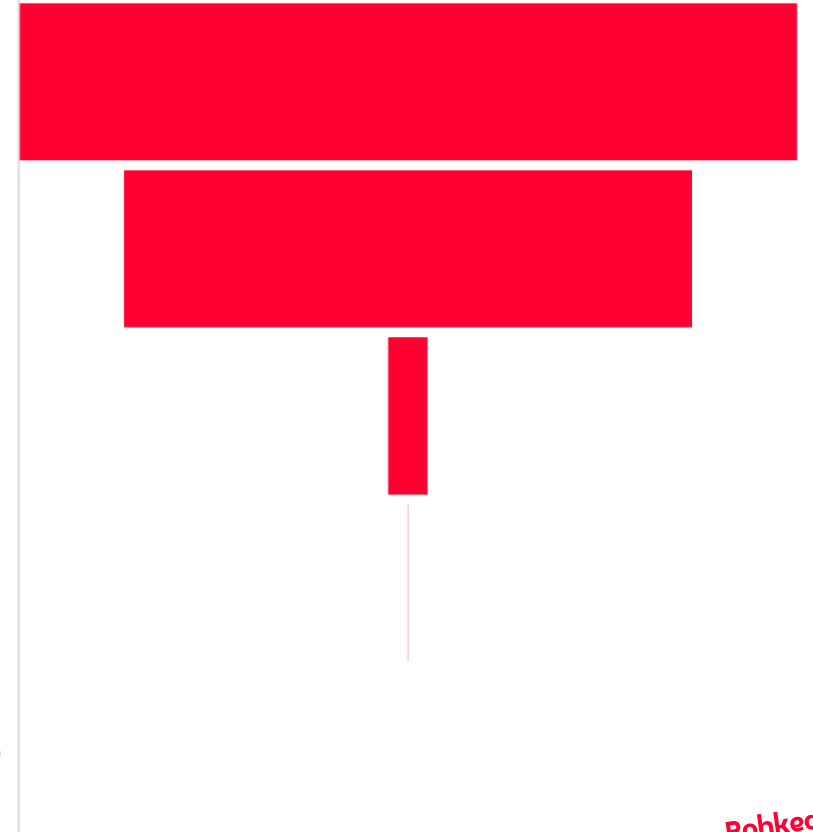
Naapurivaltiot 73 %

Eurooppa 5,1 %

Suomi 0,04 %

5

Pakolaisten sijoittuminen



Yksin tulleet alaikäiset turvapaikanhakijat

	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Suomi	705	535	315	150	165	160	195	2 535	370	175	105	95	145	135
EU					11 420	11 460	21 205	91 955	60 075	29 195	16 785	14 115	13 550	



<https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/tps00194/default/bar?lang=en>

Pakolaisuus

Yleisiä pakolaisuuden syitä:

- luonnonkatastrofit, ilmastonmuutos
- konfliktit, sota, yhteiskunnallinen epävakaus
- vaino

(Maahanmuuttovirasto & Suomen Pakolaisapu, 2022)

Turvapaikanhakijoita 2021-2022

Irak
Afganistan
Somalia
Ukraina
Venäjä

Kiintiöpakolaiset 2021

Syyria
Kongon demokraattinen tasavalta
Eritrea
Somalia
Sudan
Etelä-Sudan
Etiopia



Jos joutuisit pakenemaan...

- **Mitä ottaisit pakomatalle mukaasi?
Esim. 5 tärkeintä esinettä tai asiaa.**
- **Keitä ottaisit mukaasi, jos saisit ottaa
vain 2 henkilöä itsesi lisäksi
pakomatalle? Millä perusteella
tekisit valintasi?**



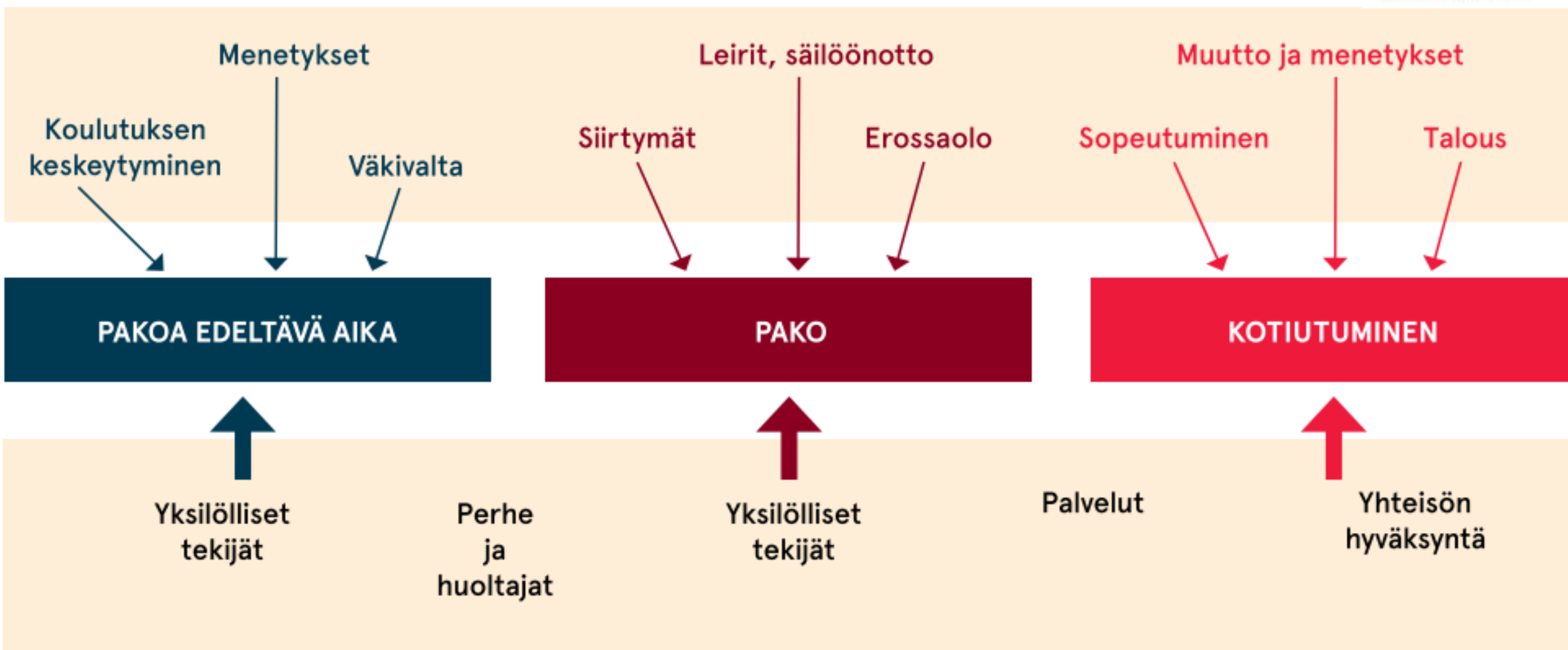
Kotimaan
tapahtumat

Matkan
aikana

Kokemukset
tulomaassa



STRESSITEKIJÄT



SUOJAAVAT TEKIJÄT

TYYPILLISIÄ PAKOLAISLAPSEN JA –NUOREN KOKEMUKSIA

Aliravitseminen

Sota- ja
taistelutilanteet

Huoltajista eroon joutuminen

Pakotilanteet

Vankeus

Kodin menetyks

Kidutus

Väkivalta, väkivallan
uhka tai todistaminen



Pakolaisuuden vaikutukset

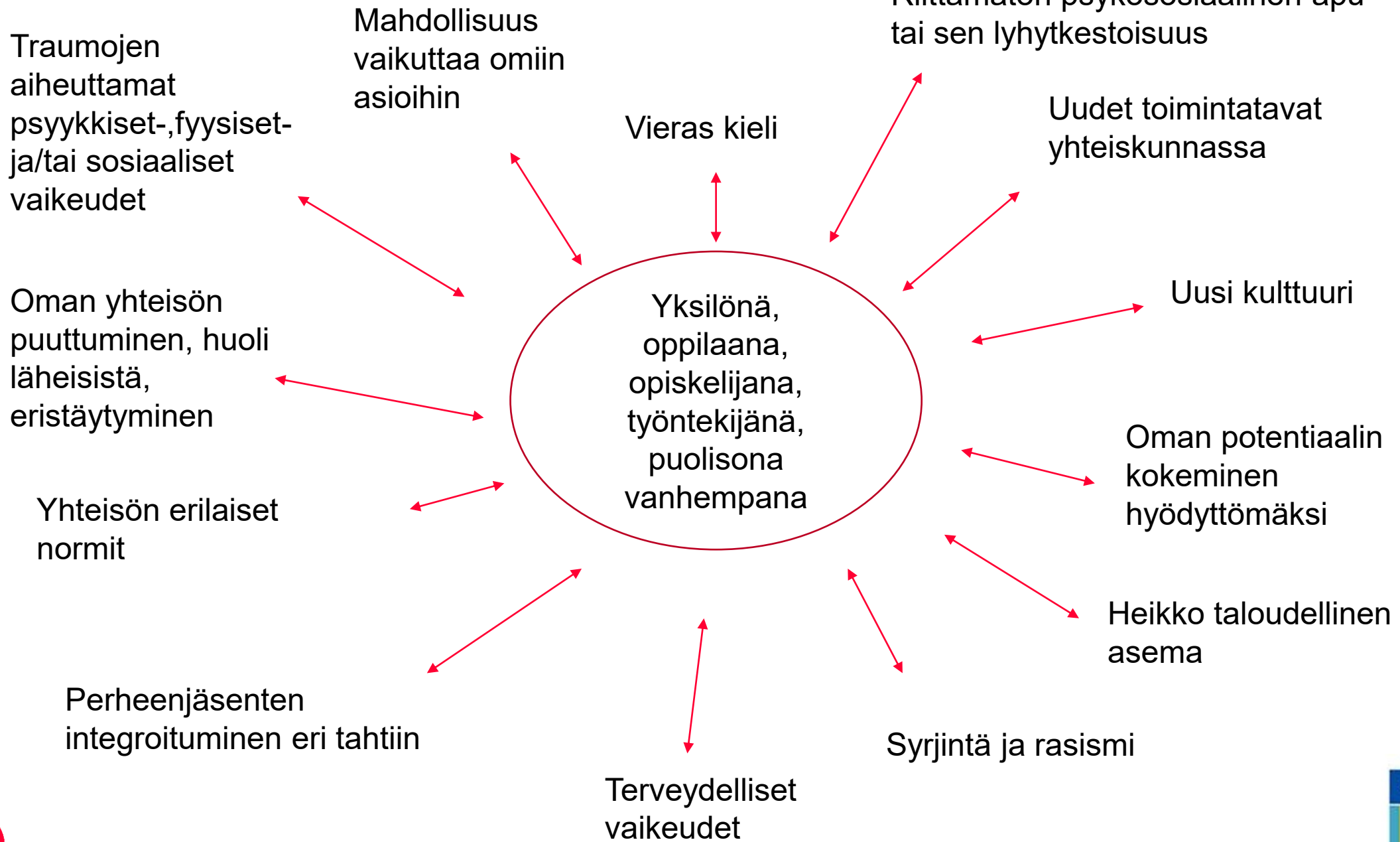
- Pakolaisuus altistaa monille psyykkistä ja fyysistä hyvinvointia uhkaaville tekijöille
- Yleisiä ovat erilaiset psyykkiset oireet, kuten traumaperäiset oireet, ahdistuneisuus ja masennus.
- Myös fyysiset vammat ja sairaudet ovat yleisiä. Fyysiset toimintakyvyn rajoitteet tai krooninen kipu voivat vaikuttaa pakolaistaustaisen toimintakykyyn, hyvinvointiin ja selviytymiseen arjessa.
- Kaikki pakolaiset eivät ole traumatisoituneita, mutta useat pakolaistaustaista ovat kokeneet kotimaassaan tai pakomatalla traumatisoitumiselle altistavia tapahtumia.



Uudessa kotimaassa

- **Uudessa kulttuurissa kuormitustekijät**
 - Moni asia uutta
 - Kieli
 - Asenteet
- **Uusi identiteetti, uusi asema**
- **Ahdistus, pelot, masennus, suru, unettomuus, muistot**
- **Yksintulleet**
 - Huoli läheisistä
 - Ristiriita – itse turvassa
 - Perhekeskeisestä kulttuurista yksinpärjäämiseen





Tilanne vastaanottomaassa

- Lapsen ja nuoren tämänhetkinen sosiaalinen tilanne on tärkeämpää hänen hyvinvoinnilleen, terveydelleen ja sopeutumiselleen kuin mahdollinen psyykinen kuormittuneisuus maahantulon vaiheessa.
- Koulunkäynti ja sosiaaliset suhteet ovat useimmille kaikkein tärkein ja riittävin tuki.
- Psykiatrinen hoito tärkeitä niille, jotka oireilevat vakavasti.

(Montgomery, 2012; Hjern, 2010)



Millä tavalla nuoren traumatisoituminen voi näyttäytyä arjessa ja eri palveluissa?





**SOTAA JA VÄKIVALTTAA
KOKENEEEN LAPSEN JA NUOREN
TRAUMAPERÄINEN OIREILU**

Somaattinen oireilu:
päänsärky, vatsakipu,
kastelu "päässä jotain",
"sydän särkee" ym.

Painajaisunet

Syömättömyys

Keskittymisvaikeus,
oppimisen vaikeus

Puhumattomuus

Eroahdistus

Pakonomainen
käyttäytyminen/leikki,
leikeissä toistuvat usein
koetut teemat

Vaikeuksia
tunteiden säätelyssä,
vihanpuuskia,
itkuisuus

Dissosiointi
– poissaolokohtauksia

Itsetuhoisuus, viiltely

Vetäytyminen,
masentuneisuus,
häpeä,
toivottomuus

KIDUTUSTRAUMA

- Kidutetuilla on usein fyysisiä kipuoireita, joskus raajojen tunnottomuutta, halvaantumisoireita, fyysisiä arpia ja jälkiä eripuolilla kehoa, kehon toimintojen heikkenemistä.
- Esim. nukkuminen, juominen, syöminen, virtsaaminen, ulostaminen voi olla vaikeaa tai kivuliasta. Lääkehoito on suositeltavaa vaikeissa kiputiloissa.
- Kidutettu vetäytyy usein kontakteissa ja saattaa olla masentuneen ja alavireisen oloinen, haluton toimimaan ja liikkumaan.



Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)



*Avoid Thinking
of the Trauma*



*Avoid Talking
of the Trauma*



*Easily
Frightened*



*Negative
Mood*



*Negative
Thinking*



*Always
on Guard*



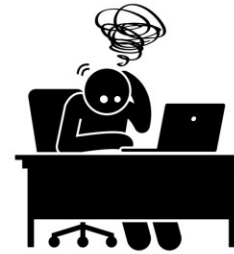
*Avoiding
Places*



*Avoiding
Activities*



Flashbacks



*Cannot
Concentrate*



*Aggressive
Behavior*



Loss of Interest



*Feeling Guilt
or Shame*



Substance Abuse



Sleeping Difficulty

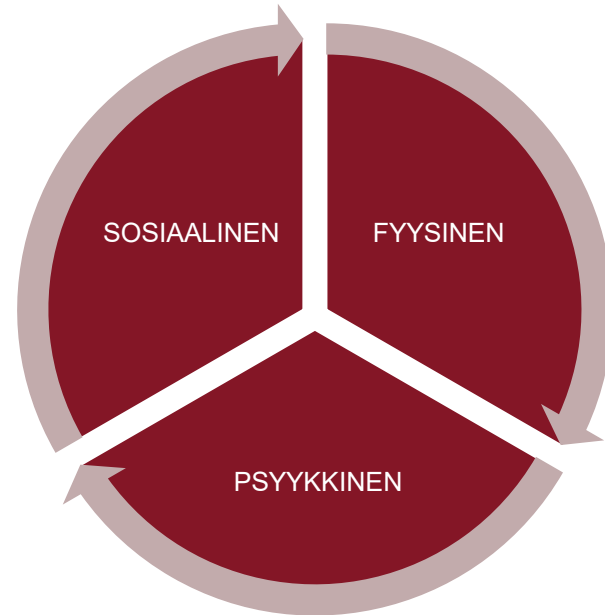


Bad Dreams



Trauma ja toimintakyky

- Välttelykäyttäytyminen
- Luottamuksen puute
- Muutokset minäkuvassa
- Vuorovaikutus



- Kipu
- Fyysiset vammat
- Somaattiset oireet
- Vireystilojen vaihtelut
- Unettomuus
- Kehoyhteyden heikentyminen

- Kognitiiviset ongelmat; muistin ja oppimisen vaikeudet
- Masennus, ahdistuneisuus
- Persoonallisuuden ja käytöksen muutokset



Trauman vaikutus kotoutumiseen

Pakolaistrauman vaikutukset

Syyllisyyden tunteet

Luottamuksen puute

Kiintymyssuhteiden häiriöt

Heikentynyt keskittymiskyky

Ahdistus

Mieleenpalautumat

Vaikutukset kotoutumiseen

Heikentynyt kyky huolehtia omista ja muiden tarpeista

Luottamuksen puute omiin kykyihin ja muiden haluun auttaa

Estää ulkopuolisen avun hakemista ja tuen antamista perheen sisällä

Vaikuttaa ihmissuhteisiin työpaikalla ja yhteisössä

Lisää epäluottamusta ja ahdistusta virkamiehiä kohtaan

Häiritsee uuden oppimista (mm. Suomi)

Heikentää stressinsietokykyä

Lisää ahdistusta lääketieteellisissä toimenpiteissä



Lapsen ja nuoren vahvuudet

- Pakolais- ja turvapaikanhakijalapsen itsetunto on monella tapaa koetuksella
 - vertailee helposti suoriutumistaan muihin samanikäisiin ja saa usein kokemuksia, ettei pärjää yhtä hyvin kuin muut.
 - erityisesti yläkouluikäisenä maahan muuttaneelle nuorelle voi tulla sellainen kuva, että hän on epäonnistunut, jos ei pysty muutamassa vuodessa suorittamaan peruskoulua loppuun
- Aikuiset ovat tärkeässä roolissa tukemassa lasten ja nuorten itsetunnon kehittymistä keskustelemalla ja asettamalla realistisia tavoitteita, joissa lapsen ja nuoren lähtökohdat otetaan huomioon
- Arjessa on hyvä huomioida ja tuoda esiin muita vahvuuksia ja osaamista, jota lapsella ja nuorella on.



Rohkeasti
ihmisarvon
puolesta

Yleistä huomioitavaa



Kieli, kommunikaatio

- Sekä turvan tunteen että vuorovaikutuksen aikaansaamiseksi tarvitaan tapa kommunikoida – perustarve kokea tulevamme ymmäreyksi
- Myös oman mielen ymmärtämiseksi ja toimintamme jäsentämiseksi tarvitsemme kieltä
 - Ajattelu ja oppiminen ovat pitkälti kielen varassa tapahtuvia toimintoja
- Osalla sota-alueilta tulevilla voi olla käytössään monia kieliä sekaisin
 - Esim. puheterapeuttia voi myös konsultoida erilaisista kommunikaatiokeinoista ja siitä, miten tukea kielenkehitystä
 - Yksilöllinen suunnitelma, miten vahvistetaan äidinkieltä ja samalla opitaan uutta kieltä
- Ammattilaisen tehtävä on varmistaa, että löytyy tapa kommunikoida ja tulla ymmärretyksi



Tulkkivälitteinen työskentely

- Kieli/murre - ymmärtääkö tulkki ja tulkattava toisiaan?
- Luottamus
 - *mies- tai naispuolinen tulkki?*
 - *etninen tausta*
 - *vaitiolovelvollisuus*
- Ammattitulkkien käyttö mahdollisuuksien mukaan
- Kulttuuritulkkkaus?
- Jatkumo?

- Muita keinoja kommunikation tukena: kuvat, kommunikaatiokansiot (papunet, kuvako), eleet, osoittaminen, tekniset käännösohjelmat



Suojaavia tekijöitä

- Elämän perusasiat: koti, rutiinit, riittävä toimeentulo, turvallinen elinympäristö, uni, ravitseminen
- Sosiaaliset suhteet, perhe ja ystävät ja sosiaalinen tu
- Harrastusmahdollisuudet
- Yhteisön tuki
- Vaikuttamismahdollisuudet ja kuulluksi tuleminen
- Omat sisäiset keinot käsitellä vaikeuksia ja kriisejä
- Kyky orientoitua eteenpäin
- Ongelmaratkaisutaidot
- Vuorovaikutustaidot
- Tunnetaidot
- Optimismi ja toivo – vaikeista kokemuksista huolimatta voi selviytyä



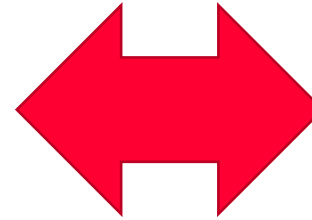
Resilienssi ja voimavarat suojaavana tekijänä

Yksilö



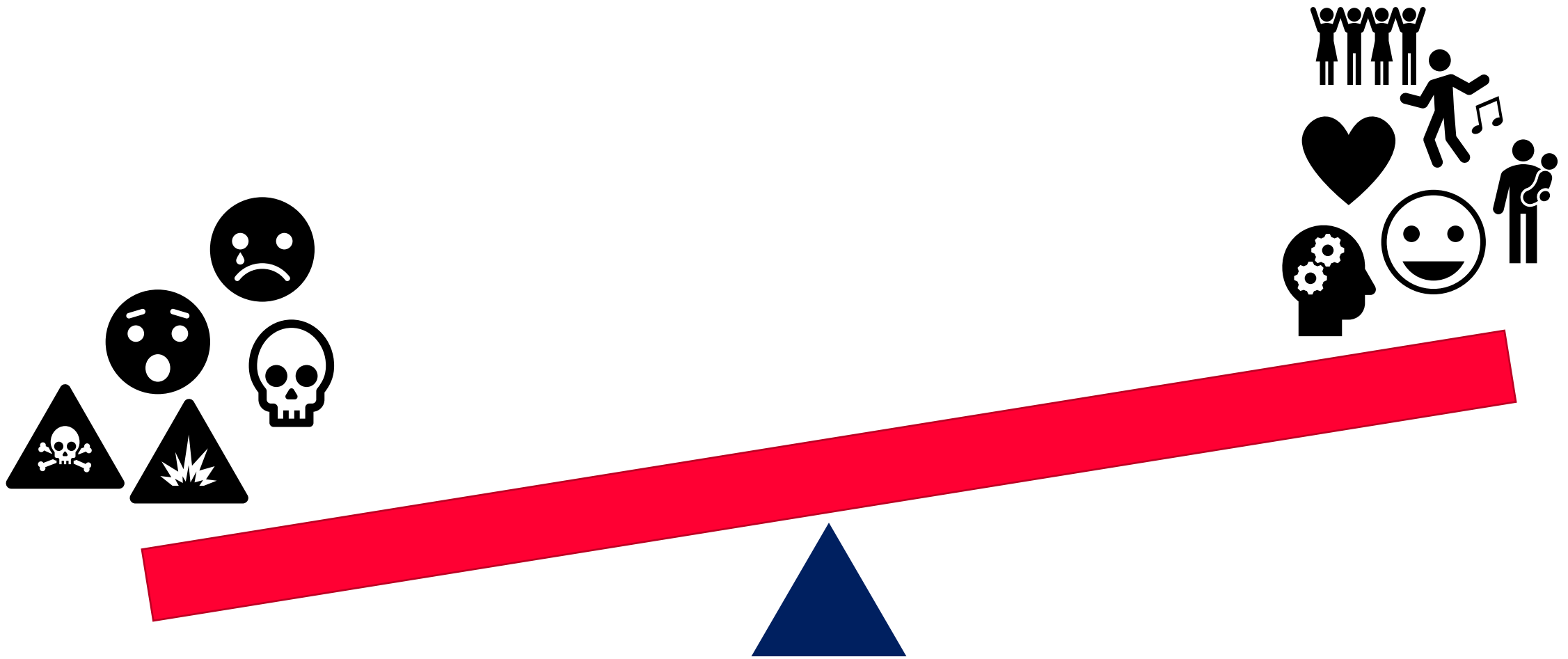
VOIMAVARAT

Ihmissuhteet
Taidot
Kyvyt
Luonto
Luovuus
Yhteisö
Taloudellinen
Fyysinen
Hengellisyys



Stressitekijät
Trauma-
kokemukset





TURVAPAIKKA-,
MAAHANMUUTTO- JA
KOTOUTTAMISRAHASTO
European unionin tuella

Rohkeasti
ihmisarvon
puolesta

Tunnista ja tiedosta: Vireystilan säätely

Ylivireys



Alivireys



Vireystilojen tunnistamista ja säätelyä tukevia keinoja



Turvallisuuden kolme tasoa

(Porges 1994, van der Kolk 2014)

1. Sosiaalinen liittyminen

- Kun tunnemme itsemme uhatuksi, pyydämme apua, lohtua, tukea muilta

2. Jos kukaan ei auta / vaara on välitön

- Taistele tai pakene –reaktio

3. Jos emme pääse pois tilanteesta, joku pitelee kiinni, ylivoimainen vastus

- Jähmettyminen / romahtaminen
- Elimistö yrittää säilyttää itsensä vähentämällä toimintojaan ja kuluttamalla mahdollisimman vähän energiaa



- Turvalliset, vastavuoroiset ihmissuhteet välittävien aikuisten kanssa niin aikaisessa vaiheessa elämää kuin mahdollista voivat ehkäistä tai korjata toksisen stressin vaurioita
- Mahdollisia psyykkisiä traumoja voidaan hoitaa, kehityksen esteitä poistaa ja tukea tervettä kehitystä
- Arjen puitteiden tulee olla turvallisia ja tarjota monipuolisesti kasvun edellytyksiä



Tukipalveluiden tasoja

- Turvallisuus, ympäristö
- Hoiva, perhe, huoltajat
- Koulu, yhteisö, resilienssin kasvattaminen, tukeminen
- Terapeuttisten menetelmien/elementtien hyödyntäminen
- Psykologiset interventiot
- Mielenterveyspalvelut





Kuva: Lähikehityksen vyöhyke (Lev Vygotsky)

Traumaattisten tilanteiden uhrien enemmistön psyykkistä ennustetta parantanevat eniten jo **alusta alkaen tehokkaasti järjestetty laaja-alainen psykososiaalinen tuki ja siihen liittyvät palvelut**

PTSD Käypä hoito



**Rohkeasti
ihmisarvon
puolesta**

Traumatisoituneen pakolaisnuoren kohtaaminen



Traumatisoituneen nuoren kohtaamisessa huomioitavaa

- Aito ja luonteva kohtaaminen, anna aikaa
- Varmista turvallinen ja luottamuksellinen ilmapiiri
- Ennakoitavuus
- Maadoita ja rauhoita itsesi, jotta kykenet myötätuntoiseen, huomioivaan läsnäoloon
- Huomioi kehon kieli sekä vireystilan muutokset itsessäsi, normalisoi kehossa tapahtuvia reaktioita myös nuorelle
- Rohkaise, kannusta ja huomioi onnistumisia sopivalla tavalla -> tunnista, tue ja vahvista voimavaroja!



- Ammattilaisten on hyvä työstää omia reaktioitaan, pelkojaan ja epävarmuuksiaan
- Traumatisoituneet ovat usein herkkiä tunnistamaan uhan merkkejä, myös eleitä ja ilmeitä
- Etenkin yhteisen kielen puuttuessa ei-kielellisen kommunikation merkitys korostuu
- Ympäröivien ihmisten reaktioista voi tarkistaa, on jokin tilanne tai asia turvallinen vai ei
- Etenkin lapselle/nuorelle on myös äärimmäisen pelottavaa, jos häntä pelätään
- Työntekijöille, jotka kohtaavat työssään traumatisoituneita lapsia ja perheitä, on tarjottava riittävä työyhteisön tuki sekä koulutus ja työnohjaus



Lasta tai nuorta voit auttaa varmistamalla, että

- fyysinen ympäristö on pysyvä ja rauhallinen
- ympäristö on siisti ja järjestyksessä: tavarat omilla paikoillaan, ei liikaa virikkeitä
- ketään ei kiusata ja kaikki tulevat huomioiduiksi
- luokassa tai asumisyksikössä on yhteisesti sovitut säännöt, joista pidetään kiinni
- tietyt rutiinit toistuvat
- annat selkeitä viestejä
- lapsi tai nuori on ymmärtänyt, mitä sanot
- käytät tarvittaessa kuvia puheen ja muun viestinnän tukena
- ennakoit tulevia tilanteita
- toimit rauhallisesti ja kiireettömästi.



Kriisitilanteen purkaminen lapsen ja nuoren kanssa

1. Huolehdi, että olet itse rauhallinen
2. Kysy tapahtumien faktat
 - Mitä, missä ja milloin tapahtui?
 - Keitä oli paikalla?
 - Miten tilanne päättyi vai jatkuuko tilanne edelleen?
3. Kysy mitä ajatuksia tapahtuma herätti?
4. Kysy minkälaisia tunteita tapahtuma/uutinen herät
5. Palauta keskustelu tähän hetkeen
6. Kiitä lasta/nuorta keskustelusta
7. Pyydä tarvittaessa itsellesi tukea ammattilaisilta



Vakauttava ensiapu 1/2

- Veden juominen, käsien tai kasvojen huuhtelu viileällä vedellä
- Kirpeänmakuinen syötävä, johon voi keskittyä hetkeksi
- Kehon maadoittaminen; vahvistetaan kontaktia alustaan (jalkapohjat lattiaan)
- Raajojen venyttely, kehon taputtelu/silittely
- Alivireystila: liike, kävely, käsillä tekeminen
- Käsien puristaminen hitaasti nyrkkiin ja avaaminen (hengitys mukaan liittäminen)



Vakauttava ensiapu 2/2

- Keskittyminen lähellä olevaan esineeseen, aikaan ja paikkaan (esim. nimeä kolme esinettä, ääntä mitä näet/kuulet)
- Keskittyminen lähellä olevaan esineeseen, aikaan ja paikkaan (esim. nimeä kolme esinettä, ääntä mitä näet/kuulet)
- Keskittyminen mukana olevaan turva-ankkuriin tai turvapaikkamielikuvaan
- Huomion suuntaaminen hengitykseen (sisään- ja uloshengityksen rytmin tasaaminen)
 - > ylivireystilassa uloshengityksen vahvistaminen (esim. 2-4)
 - > alivireystilassa sisäänhengityksen vahvistaminen (esim. 4-2)



Ammatilliset haasteet

- oma avuttomuus (epävarmuus/epätietoisuus)
- empaattisuus (“voisin ottaa kotiin asumaan”)
- vaativuus/tarvitsevuus/monenlaista ongelmaa
- tulkin käyttö
- joudumme kohtaamaan pahuuden





Lopuksi

- Tärkeää muistaa, että jokainen ihminen on pakolaistaustastaan huolimatta paljon muutakin kuin pakolainen.
- Jokaisen lapsen, nuoren ja aikuisen elämäntarina ja kokemukset, ajatukset, tunteet, haasteet ja voimavarat ovat yksillöllisiä.



**Kysymyksiä?
Kommenteja?**



Kiitos!

Annina Vartio
annina.vartio@hdl.fi
p. 050 314 4870



TURVAPAIKKA-,
MAAHANMUUTTO- JA
KOTOUTTAMISRAHASTO
Euroopan unionin tuella

**Rohkeasti
ihmisarvon
puolesta**