



uskomme sinuun – usko sinäkin

Mun
oma

*Eväitä elämään ja tahtoa selviytymiseen
Lastensuojelun käsikirja nuorilta nuorille.*

Pesäpuu ry &
Lastensuojelun Keskusliitto

Uskomme sinuun – Usko sinäkin

*Eväitä elämään ja tahtoa selviytymiseen.
Lastensuojelun käsikirja nuorilta nuorille.*

Selviytyjät-tiimi

© Pesäpuu ry & Lastensuojelun Keskusliitto

4. päivitetty painos

ISBN 978-951-9492-84-2 (nid.)

ISBN 978-951-9492-85-9 (PDF)

Kirjapaino Kari Ky

Jyväskylä 2018

Käsikirjan PDF-versio

bit.ly/ususnuoret





uskomme sinuun – usko sinäkin

Mun
oma

*Eväitä elämään ja tahtoa selviytymiseen
Lastensuojelun käsikirja nuorilta nuorille.*

uskomme sinuun – usko sinäkin

Käsikirja on tarkoitettu lapsille ja nuorille, jotka on sijoitettu asumaan syntymäkotinsa ulkopuolelle.

t. Pesäpuun väki

Käsikirjan ovat suunnitelleet Selviytyjät-tiimin nuoret, jotka toimivat lastensuojelun kehittäjinä Pesäpuu ry:ssä. Pesäpuu ry:n työ tähtää siihen, että jokainen sijoitettu lapsi ja nuori voi hyvin, saa äänensä kuuluville ja pystyy vaikuttamaan omaan elämäänsä.

Vuonna 2010 järjestettiin Minä Selviydyn –foorumi, jonne saapui yli 30 sijaishuollossa olevaa nuorta. Kirjassa olevat sitaattit ovat lainauksia sekä foorumin nuorilta että Selviytyjiltä.

Foorumin jälkeen Selviytyjät-tiimi viimeisteli käsikirjan yhdessä yhteistyökumppaneiden kanssa. Yhteistyökumppaneina toimivat lapsiasiavaltuutettu (2004-2014) Maria Kaisa Aula ja hänen toimistonsa, Lastensuojelun Keskusliitto sekä Terveyden ja hyvinvoinnin laitos THL.

"Puhu aikuisille sinulle tärkeistä asioista. Aikuisen tulee ottaa sinut vakavasti."

"Aikuisen pitää uskoa lapseen, että lapsi alkaa uskoa itseensä."

"Mä huomasin, että sijoituksen jälkeen maailma ei ollut enää samanlainen."

"Kaverit uskoo muhun - vanhemmat jonkin verran, pitäis enemmän."

sinulle

Selvitystyöjen viesti

t. Selvitytyjät-tiimi

Sinulla on oikeus saada tietoa ja apua. Haluamme tarjota sinulle tietoa liittyen lasten oikeuksiin ja lastensuojeluun. Mitä enemmän sinulla on tietoa, sitä paremmin osaat toimia. Kun tiedät omaan elämääsi liittyvistä asioista, sinun on helpompi ymmärtää kokemuksiasi ja myös vaikuttaa ympärilläsi tapahtuviin asioihin.

Kirjan otsikko tulee siitä, että sijoitushetkellä emme uskoneet itseemme. Silloin kaipasimme, että joku olisi uskonut meihin. Toivottavasti kirja auttaa sinua ymmärtämään paremmin omaa elämäntilannettasi ja selviytymään eteenpäin!

Tämä kirja on sinun henkilökohtainen oppaasi lastensuojelun maailmaan. Tekstiä on paljon. Lue ja mieti asioita sivu kerrallaan. Sulattele välillä lukemaasi. Tee muistiinpanoja, piirrä ja täydennä taulukot. Halutessasi ota aikuinen mukaasi. Pyydä häneltä apua ja tarkennusta asioihin, joita et ymmärrä.

Ota selvää oikeuksistasi sekä velvollisuuksistasi ja toimi niiden mukaisesti.

Älä ajattele,
että sinä
et pysty.
You can do it!



minä

päivämäärä
nimi
syntymäaika
osoite
puhelinnumero
sähköposti

luottavainen katkera turvassa tietoinen
 huomioitu voimistunut yllättynyt syyllinen
 yksinäinen jännittynyt helpottunut
 häpeissään epätoivoinen erilainen
 hämmentynyt kiinnostunut epätietoinen
 pärjäävä virkeä huomionkipeä arvokas rento
 selviytyjä hauska
 levoton mustasukkainen
 innostunut rakastunut
 vahva väsynyt ärsyyntynyt
 iloinen haikea rohkea
 toiveikas pettynyt
 korvaamaton oma itseni
 onnellinen
 raivostunut kateellinen hylätty
 sinnikäs hyvinvoiva nälkäinen pelokas
 pihalla vihainen heikko ujo
 välinpitämätön ihastunut surullinen ulkopuolinen
 sopeutuja huolestunut mukava pahoinvoiva
 seko masentunut turhautunut laitostunut

olen nyt

haluaisin olla

Minä olen



Rasti ruutuun,
jos asia on kunnossa

- | | |
|---|--|
| ☐ Hyväksyn itseni sellaisena kuin olen. | ☐ Pidän huolta itsestäni. |
| ☐ Minulla on oikeus olla lapsi ja nuori. | ☐ Liikun usein. |
| ☐ Noudatan sovittuja pelisääntöjä. | ☐ Minulla on harrastus. |
| ☐ Pidän yhteyttä läheisiini. | ☐ Nukun riittävästi. |
| ☐ Minulla on kavereita. | ☐ Syön hyvin. |
| ☐ Voin vaikuttaa siihen millainen olen. | ☐ Herkuttelen joskus. |
| ☐ Uskallan olla vihainen ja itkeä. | ☐ Nautin pienistä asioista. |
| ☐ Kun kehoni voi hyvin,
mieleni voi paremmin. | ☐ Näytän tunteeni. |
| ☐ Osaan ottaa rennosti. | ☐ Minun ei tarvitse pelätä. |
| ☐ Minulla on ihminen, jolle voin puhua. | ☐ Tuon esille mielipiteeni. |

muista päivittää, kun status muuttuu.

tärkeä ja ainutlaatuinen

"Jos et osaa itkeä, niin opettele."

"puhun, huudan, siivoan tai liikun."

"Nukun pitkään, kuuntelen musiikkia ja luen.
Se on henkistä hyvinvointiani"



YK:n LOS

lapsen oikeuksien sopimus

koskee kaikkia alle 18-vuotiaita lapsia ja nuoria

YK:n lapsen oikeuksien sopimuksessa kerrotaan, mitä ovat lapsen erityiset, omat oikeudet. Kaikilla ihmisillä on samat ihmisoikeudet riippumatta iästä, syntyperästä, kansallisuudesta, vammasta, asemasta jne.

Lastensuojelu tai sijaishuolto eivät vie oikeuksiasi vaan päinvastoin turvaavat niitä. Lastensuojelulaki pohjautuu YK:n lapsen oikeuksien sopimukseen.

Perheesi, ystäväsi, opettajasi ja muut työntekijät auttavat sinua löytämään oikeutesi. Ota vastuuta siitä, että kerrot heille mitä tarvitset ja miten he voivat sinua auttaa!



Rasti ruutuun,
jos oikeus täyttyy.

Sopimuksessa kerrotaan, että lapsella on:

- ☐ Oikeus olla oma itsensä ja samanarvoinen kuin muut.
- ☐ Oikeus elää ja kasvaa omaan tahtiin.
- ☐ Oikeus huolenpitoon ja hoitoon.
- ☐ Oikeus elää turvassa.
- ☐ Oikeus sanoa mielipiteensä ja vaikuttaa.
- ☐ Oikeus tietää ja saada tietoa.
- ☐ Oikeus oppimiseen ja koulunkäyntiin.
- ☐ Oikeus leikkiin, vapaa-aikaan ja lepoon.

*Sinulla on
samat
lapsen oikeudet
kuin
muillakin lapsilla.*

LOSin sisältö jakaantuu

”kolmen P:n” mukaan:

Protection (suojelu) eli oikeutesi suojeluun ja huolenpitoon.

Aikuisten tulee huolehtia lapsista, heidän terveydestään ja turvallisuudestaan. Turvallisuuden lisäksi tarvitsset läheisyyttä ja hyväksyntää toisilta ihmisiltä.

Max: ”Mulla oli ärsyttävimmät kotiintuloajat, kytättiin, että syön, hatkastakin haettiin. Usko tai älä, se on huolenpitoa.”

Provision (voimavarat) eli oikeutesi samanarvoisiin palveluihin.

Yhteiskunnan tulee huolehtia siitä, että lapsilla on samat oikeudet palveluihin asuinkunnasta ja perheen taloudellisesta tilanteesta huolimatta.

Maria Kaisa Aula:

Aikuisten pitää huolehtia, että oikeudet toteutuvat sinun kohdallasi.

LOS:n
tehtävänä on
varmistaa, että
sinulla
ja muilla lapsilla
on
hyvä elämä.

P **articipation (osallisuus)** eli oikeutesi osallistua omaa elämääsi koskeviin päätöksiin. Aikuisten tulee kuunnella lapsia ja ottaa huomioon heidän näkemyksensä. Sinulla on oikeus osallistua itseäsi koskevien asioiden suunnitteluun ja tuoda myös omat näkemyksesi päätöksentekoon. Sinulla on myös mahdollisuus vaikuttaa lastensuojeluun ja sen kehittämiseen.

Selviytyjät-tiimi:

Löydä oma tapasi osallistua elämääsi suunnitteluun!

Lue lisää:

www.lapsenoikeudet.fi

www.lastensivut.fi

Lue tarkkaan sivut 20-23!

Lastensuojelussa

on kyse sinun hyvinvoinnistasi,
turvallisuudestasi ja tulevaisuudestasi.

Lastensuojelussa pyritään **tukemaan ja auttamaan** perheitä pysymään yhdessä. Jos vanhemmat eivät jostain syystä siihen pysty tai lapsi tai nuori tekee asioita, jotka ovat hänelle itselleen haitaksi, lastensuojelun tehtävä on **turvata lapsen tilanne** ja **suojeilla häntä**.

Lapsella pitää aina olla nimettynä oma lastensuojelun sosiaalityöntekijä. Hänen tehtävänsä on huolehtia lapsen edun toteutumisesta. Lastensuojelulaissa määrätään mitä ja miten lastensuojelua tulee toteuttaa. Laki velvoittaa työntekijöitä, joten he joutuvat joskus tekemään päätöksiä, joista vanhemmat ja/ tai lapset ovat eri mieltä.

Lastensuojelussa puhutaan lapsen edusta. Lapsen etu tarkoittaa sitä, että ajatellaan sinun parastasi. Lapsen etu ei aina ole sama kuin vanhempien etu. Aikuisilla saattaa olla hyvin erilaisia käsityksiä siitä, mikä olisi sinulle hyväksi. Lapsen etu ei välttämättä tarkoita sitä, että päätökset tehtäisiin aina niin kuin lapsi tai hänen vanhempansa haluaisivat.

Lapsen etua pohdittaessa **tulee ajatella nykyhetkeä pidemmälle.**

Lastensuojelussa
on kyse sinun elämästäsi.

“

Muistan, kun aluksi mietin, etteivät nämä päätökset olleet minua varten. Tuntui, ettei minua otettu huomioon ollenkaan.

Nyt vähän vanhempana olen todennut, että päätökset tehtiin kuitenkin minua ajatellen. Vaikka aluksi vastustin koko sijoitusta, niin nyt olen tajunnut, että se oli oikeasti sitä mitä silloin tarvitsin.

Muidenkin päätösten takana oli paljon perusteluja, joita en tuolloin ymmärtänyt. Kun ne perusteellisesti selitettiin minulle ja kun ikä toi lisää valmiuksia käsitellä asioita, huomasin, että kaikkeen oli syynsä.

”

Henna-Riikka



”Hoitajat vetosivat lastensuojelulakiin kun oli kyse jostakin säännöstä tai muusta. En osaa lukea laki-kirjaa niin mistä voin olla varma, että siellä tosiaan niin lukee. Mistä saan tietoa, mitä lastensuojelulaissa sanotaan?”

Suvi

Ota selvää
lastensuojelulaista:
www.lastensuojelunkasikirja.fi
www.lastensuojelu.info



Mikä on sinulle parasta?
Mikä auttaisi sinua juuri nyt?

Sijaishuolto

Sinulla on oikeus elää turvassa

Jokainen lapsi tarvitsee aikuisen huolenpitoa. Aina lapset eivät voi asua syntymävanhempiensa luona.

Lastensuojelulaki määrää, että lapsi tulee ottaa huostaan, jos lapsen terveys tai kehitys uhkaa vakavasti vaarantua eikä lasta voida auttaa muilla keinoilla kuin sijaishuoltoon siirtymisellä.

Vaara voi johtua siitä, että lapsen vanhemmilla on niin suuria ongelmia, etteivät he voi pitää lapsesta huolta. Lapsi voi myös itse tehdä jotain sellaista, mikä on vahingollista hänelle itselleen.

Lastensuojelun sijaishuoltoon sijoitetut lapset elävät sijaisperheissä, perhekohteissa, laitoksissa tai muissa hoitopaikoissa. Sijaisperheenä voi olla myös lapsen sukulaiset tai muut läheiset.

Uudeksi kodiksi on eri vaihtoehtoja

- kaikkien polku ei ole samanlainen

Lapsen siirtyminen asumaan oman syntymäkotinsa ulkopuolelle on aina iso asia kaikille ja siksi se pitää suunnitella, valmistella ja toteuttaa hyvin. Tilanteet voivat olla äkillisiä ja usein asiat menevät niin, että sijoitukset joudutaan toteuttamaan kiireellisinä.

Lapselle pyritään valitsemaan hänen tarpeitaan parhaiten vastaava sijaishuoltopaikka. Paikan valinnassa kiinnitetään huomiota myös huostaanoton perusteisiin, sisaruussuhteiden ja muiden läheisten ihmissuhteiden ylläpitämiseen ja hoidon jatkuvuuteen.

Menetätkö oikeuden tavata perhettäsi?

Kun sinut on sijoitettu asumaan oman syntymäkotisi ulkopuolelle, tarkoittaa se sitä, että sosiaaliviranomaisilla on kokonaisvastuu sinun asioistasi. Arjen kasvatuksesta ja huolenpidosta vastaavat sijoituspaikkasi aikuiset.

Sinulla on oikeus pitää yhteyttä ja tavata perhettäsi ja muita läheisiäsi.

Sinulla on mahdollisuus vaikuttaa siihen, kuinka usein ja missä haluat läheisiäsi tavata. Yhteydenpitoa kuitenkin rajoitetaan, jos se vaarantaa tai haittaa sinun elämäsi ja kasvuasi. Sinulla on myös oikeus olla tapaamatta heitä. Kerro ajatuksistasi sosiaalityöntekijällesi ja hoitaville aikuisille.

Jälkihuolto

Huostaanotto ja sijaishuolto, päättyy viimeistään, kun nuori täyttää 18 vuotta. Nuori voi tarvita apua ja tukea sijoituksen päättymisen jälkeenkin. Kunnan sosiaalihuollon pitää järjestää se nuorelle. Tukea kutsutaan jälkihuolloksi. Oikeus jälkihuoltoon päättyy viimeistään, kun nuori täyttää 21 vuotta.

Haluan tavata...

☐

isää

☐

äitiä

☐

sisaruksia

☐

lemmikkieläintä

☐

sukulaisia

☐

ystäviä, kavereita

☐

muuta, keitä?

☐

en ketään

Parasta...

isässä

äidissä

sisaruksessa

kodissa

Haluan tavata heitä?
(paikka)

Haluan tapaamisiin
mukaan myös? (aikuinen)

Sosiaalityöntekijän

tulee kertoa sinulle lainmukaiset oikeudet ja vastuut:



- Kertoa, kuka saa päättää ja mistä? Ottaa kantaa sinun asioihisi.
- Antaa tietoa ja suojella sinua vahingoittavalta tiedolta.
- Hakea tarvittaessa edunvalvoja ([katso s. 19](#)).
- Valvoa rajoitustoimenpiteiden käyttöä ja tarvittaessa päättää niistä.
- Arvioida huostaanoton jatkumisen tarvetta vähintään kerran vuodessa asiakassuunnitelman ([katso s. 20](#)) laatimisen yhteydessä.
- Ohjata biologisia vanhempia tuen ja avun piiriin.

SELVITÄ SOSIAALITYÖNTEKIJÄLTÄSI:



1. Kuinka usein hän on sinuun yhteydessä?

2. Kuinka paljon aikaa hän sinulle varaa?

3. Kuinka saat häneen parhaiten yhteyden?

4. Kuinka nopeasti hän vastaa yhteydenottopyyntöihisi?

5. Mihin voit ottaa yhteyttä jos et saa häntä kiinni?

6. Kuka on sosiaalityöntekijäsi esimies?



Sinulla on oikeus omaan sosiaalityöntekijään, joka hoitaa sinun asioitasi.

Työntekijän velvollisuus on olla perillä asioistasi ja tavata sinua henkilökohtaisesti. Hänen on järjestettävä sinulle mahdollisuus kahdenkeskiseen keskusteluun. Sosiaalityöntekijä vastaa sinun asiakassuunnitelmasi (katso s. 20) tekemisestä. Asiakassuunnitelmanneuvottelut ovat tärkeitä tilanteita, joissa tehdään elämäsiä koskevia päätöksiä. **Ole mukana!**



Sosiaalityöntekijän tulee keskustella päätöksistä ja perustella ne sinulle.

Työntekijän tulee puhua sinulle asioista suoraan niiden oikeilla nimillä. Hänen on selvitettävä sinulle miksi sinut on huostaanotettu ja kerrottava myös, mitä tehdään tai suunnitellaan.

Työntekijällä on velvollisuus arvioida yhdessä sinun kanssasi, mitä tukea ja apua tarvitset. Sinulla on oikeus käsitellä omia elämäkokemuksiasi sosiaalityöntekijän tai muun ammattilaisen kanssa. Kaikkia toimijoita sitoo vaitiolovelvollisuus!

"Haluan tietää faktat."



Mitä jos sosiaalityöntekijä ei pidä yhteyttä sinuun?

Ota yhteyttä työntekijäsi esimieheen tai sosiaaliasiamieheen. **Katso s. 18-19.**

Sosiaalityöntekijän velvollisuudet ovat sinun oikeuksiasi!

Ei sijaiskoti- ja laitосkierteelle!

Sinulle on parasta, ettei sijoituspaikkasi ajan kuluessa vaihdu. Pysyvä paikka ja tutut ihmiset helpottavat kestävien, jopa elinikäisten ihmissuhteiden syntymistä. Pysyvät ihmiset lisäävät turvallisuuden tunnetta ja vähentävät yksinäisyyttä.

Ärsyttää!

Vanhemmat tai aikuiset ärsyttävät välillä lapsia ja nuoria! Kaikista tuntuu joskus, että aikuiset eivät ymmärrä ja että kaikilla muilla on helpompaa ja mukavampaa tai ainakin vähemmän sääntöjä ja rajoituksia.

Nuoren tehtävänä on koetella aikuisia ja aikuisten tehtävänä on kestää ja asettaa rajoja. **Aikuisten asettamat rajat tarkoittavat, että aikuiset välittävät turvallisuudestasi ja hyvinvoinnistasi.** Aina aikuiset eivät kuitenkaan jaks ja siksi myös nuoren kannattaa miettiä, miten kovasti aikuisen kestävyyttä koettelee. Välillä tiukat, kurjat ja ärsyttävätkin aikuiset ovat parempi kuin ei aikuisia ollenkaan.

Sinulla voi olla monta kotia

Voit vaikuttaa millaiseksi elämäsi muodostuu. Sijoituspaikkasi voi joku päivä tuntua kodiltasi. **Myös sinun oma toimintasi vaikuttaa sijoituksesi onnistumiseen sekä siihen, miten viihdyt sijoituspaikassasi.** Yhteisiä pelisääntöjä kannattaa noudattaa ja toisia ihmisiä, niin lapsia kuin aikuisia, tulee kunnioittaa. Samoin kuin itseään.

On luonnollista, että kaipaat tai haluat takaisin syntymäkotiisi. Myöskään vanhemmillesi muutos ei ole helppo ja hekin tarvitsevat siihen apua.

Aina sijoitukset eivät kestä

Joskus sijoituspaikka ei vastaa enää lapsen tarpeisiin tai hän voi sijoituspaikassa huonosti. Tällöin voi olla parasta, että sijoituspaikkasi vaihtuu. Jos näin käy, aikuisen tulee puhua ja miettiä kanssasi, miksi näin kävi ja miten tästä jatketaan eteenpäin.

Vahvaksi

Minut sijoitettiin perhetukikeskukseen ja sieltä perheeseen. Perhe ei kuitenkaan ollut sitä mitä tarvitsin ja muutin pois yhdeksän kuukauden kuluttua. Pikkuveljeni jäi sinne, samoin moni muu minulle tärkeä asia. Siirrosta ei edes kerrottu minulle ennen kuin se tapahtui. Ajomatkaa reilut parisataa kilometriä, edessä uusi elämä. Laitoksessa.

Hulluna ne kai ensin pitivät, liikkuneet huhut eivät olleet sitä mitä oikeasti olin. Sisältä olin rikki. Harvoille näytin kuinka paljon minuun oikeasti sattui. Puolen vuotta ja taas uusi laitos. Onneksi tutut kasvot, paikkakunta ja koulu säilyivät. Taas puolen vuotta ja... Minne sitten? Molemmat laitokset olivat lopettaneet toimintansa. Epävarmuus, siihen olin jo totunut. Oli melkein jo sama minne vietiin, mitä tehtiin, minä vain menin mukana.

Sain uuden perheen. Tutuista ihmisistä. Aloitin opiskelut toisella asteella. Lähihoitajaksi valmistun kahden vuoden kuluttua. Puoli vuotta täällä olen asunut ja vihdoinkin ymmärtänyt muutaman tärkeän asian.



"*Uskalla
puhua asioista ja
luottaa
ympäröiviin
aikuisiin.*"



Tärkein ehkä kaikista on se, etten häpeä menneisyyttäni. Se ei ole minun vikani, enkä ole voinut vaikuttaa mihin synnyn. Menneisyyteni on tehnyt minusta paljon vahvemman. Pikkujutut eivät hätkähdytä ja elämä tuntuu kuin uudelta, kun sitä vihdoinkin uskaltaa elää, täysillä. Ei tarvitse pelätä huomista eikä katua eilistä. Voi luottaa tulevaisuuteen ja ymmärtää olevansa ainutlaatuinen omien kokemuksiansa kanssa. Silti ei tarvitse olla yksin, jossain on joku samojen asioiden kanssa etsimässä jotakuta. Ehkä se olet sinä.



APUA. *Jos oikeuksiasi loukataan...*

Sijoituspaikkasi toiminnan tulee olla sellaista, että sinun elämäsi on siellä turvallista.

Jos huomaat sijoituspaikkassasi epäkohtia, niistä kannattaa puhua aikuisten kanssa. Sijaisvanhempi, oma ohjaaja ja sosiaalityöntekijä ovat niitä aikuisia, joille voit ajatuksistasi kertoa.

Jokaista sijoituspaikkaa valvovat kunnat ja aluehallintovirastot. Jos oikeuksiasi loukataan, ota yhteyttä omaan sosiaalityöntekijääsi tai kotikuntasi sosiaaliamieheen. Kantelun huonosta kohtelusta voi tehdä aluehallintovirastoon, eduskunnan oikeusasiamiehelle tai oikeuskanslerille.

Sijoituksia valvovat sosiaalityöntekijät. Sinulla on oikeus puhua kahden kesken oman sosiaalityöntekijäsi tai muun lastensuojelun työntekijän kanssa kaikesta sijoitukseen liittyvistä asioista. Sinulle on varattava tähän tilaisuus. Voit myös itse pyytää tapaamista tai mahdollisuutta puhelinkeskusteluun.

Sosiaalityöntekijä tai sosiaaliamies neuvoa sinua, jos haluat tehdä valituksen oikeuksiesi loukkauksesta.

Tiesithö, että...

12-vuotta täytettyäsi sinulla on puhevalta lastensuojelussa. Puhevalta tarkoittaa sitä, että sinua tulee kuulla virallisesti tehtävissä sinua koskevia päätöksiä. Saat tutustua asiaa koskeviin asiakirjoihin ja sinulle tulee kertoa mitä ollaan päättämässä ja miksi. Voit vastustaa esitettyjä päätöksiä ja valittaa niistä, jos ne ovat mielestäsi virheellisiä. Kaikkien lasten mielipide ja toivomukset tulee selvittää iästä riippumatta.

116 111

MLL:n lasten ja nuorten puhelin
ilmainen

Arkisin klo 14-20
La ja su klo 17-20

010 195 5202

Valtakunnallinen kriisipuhelin

Arkisin klo 9-7.
La, su ja juhlapäivinä klo 15-7

Jos oikeuksiasi
loukataan,
otan yhteyttä...



Nimi/taho

Puh.

112

Sosiaalipäivystys 24/7

Sanasto:

sosiaalipäivystys vastaa kiireelliseen avuntarpeeseen kaikkina vuorokaudenaikoina ja viikonpäivinä.

sosiaaliasiamies on puolueeton henkilö, joka toimii asiakkaiden edun valvojana. Jos olet tyytymätön saamaasi kohteluun, voit pyytää sosiaaliasiamieheltä apua.

lapsen edunvalvoja käyttää huoltajan sijasta puhevaltaa ja valvoo puolueettomasti lapsen etua. Edunvalvoja varmistaa, että lapsen hyväksi tehdään kaikki mahdollinen.

Apua on saatavilla.

Osallistu *elämäsi suunnitteluun*

Aikuisten tulee kuunnella sinua ja ottaa sinut mukaan, kun eri vaihtoehtoja pohditaan. Voit vaikuttaa ratkaisuihin kertomalla, mitä ajattelet.

Jokaisesta lastensuojelun asiakkaana olevasta lapsesta tehdään **asiakassuunnitelma**, johon kirjataan sinun elämäsi liittyviä asioita:

- Mitkä ovat ne syyt, että olet sijoitettu syntymäkotisi ulkopuolelle?
- Mitkä ovat sijoituksen tavoitteet?
- Miten lastensuojelu voi auttaa sinua ja perhettäsi?
- Millaista tukea tarvitset?
- Mihin asioihin halutaan vaikuttaa?
- Kuinka usein saat pitää yhteyttä syntymävanhempiisi ja muihin läheisiin?
- Mitä itse voit tehdä ja miksi se on sinulle tärkeää?

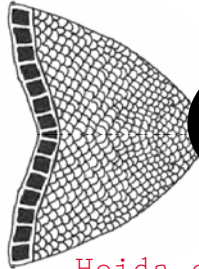
Miettimällä asioita itseksesi etukäteen, sinulle selviää mitä mieltä asioista oikeasti olet. Kirjaa ajatuksesi ylös. Kun olet ajatellut asioita ennalta, sinun on myös helpompi kertoa niistä. Osoita, että tiedät missä mennään! Tämä kaikki tehdään ennen kuin tapaavat sosiaalityöntekijäsi. Varasuunnitelma on hyvä olla takataskussa, jos ei kaikki mene niin kuin elokuvissa.

Ennen palaveria keskustele sijoituspaikkasi aikuisten kanssa asioista, jotka ovat sinulle tärkeitä. Kerro esimerkiksi mitä haluat saavuttaa ja missä tilanteessa haluat olla 2-3 kk:n kuluttua. Asettakaa yhdessä välitavoitteita; missä ajassa voit saavuttaa ja mitä. Tavoitteet helpottavat sinua menemään eteenpäin elämässäsi.

Pysähdy ja mieti,
mitkä ovat sinun

TOP 10
tavoitteesi?

*"Räätälöi itsellesi juuri sellainen
tulevaisuus, kun itse haluat! <3"*



*Sinä
vanhempasi
sijoituspaikkasi aikuiset
sosiaalityöntekijä* = *Tiimi*

Hoida oma osuutesi

Sijoituspaikkasi aikuisten ja oman sosiaalityöntekijäsi täytyy luottaa sinuun. Sinä, vanhempasi, sijoituspaikkasi aikuiset ja sosiaalityöntekijäsi muodostatte tiimin. Te puhallatte samaan hiileen. Teillä kuuluu olla sama tavoite.

Monesti kuitenkin kuulee, että ”sossut ja hoitsut tekevät kaiken juuri päinvastoin, kun miten minä haluaisin”. He eivät voi kuitenkaan puoltaa esittämiäsi asioita, jos he tietävät, että sinä et hoida omalta osaltasi velvollisuuksiasi.

Tiimin kaikkien osapuolten pitää tehdä oma osuutensa mahdollisimman hyvin.

Tiimi toimii sinun turvaverkonasi.

Kysy apua!

Hyödynnä aikuisten ammattitaitoa. Ole tietoinen omista oikeuksistasi ja velvollisuuksistasi. Oikeuksista on paljon helpompi pitää kiinni, kun tietää niistä. Älä luota vain yhden ihmisen näkökulmiin, vaan ole myös itse aktiivinen tiedon etsinnässä. **Asioita kannattaa katsoa monelta kannalta!**

Ole rehellinen itseäsi kohtaan

Joskus joku vanhempi ja viisaampi voi tietää paremmin, mikä on sinulle parasta. Aina ei osaa katsoa itseään ulkopuolelta ja siksi voi jäädä moni asia huomaamatta. Kaikille ei tarvitse kertoa kaikkea, mutta ole ainakin itsellesi rehellinen ja mieti, **mitä haluat elämältäsi.**



Top 10

palaveriin valmistautuminen

- 1** *Mieti ennalta* mitä asioita haluat palaverissa puhuttavan. Mieti, mitkä asiat ovat sinulle nyt ja tulevaisuudessa tärkeitä.
- 2** *Aseta tavoitteita* ja mieti, miten aiot päästä asettamiisi tavoitteisiin. Jos sinulla on hyvä suunnitelma, sosiaalityöntekijäsi on helpompi lähteä tukemaan sinua.
- 3** *Keskustele suunnitelmastasi* aikuisten kanssa, jotta he ovat tietoisia ajatuksistasi. Näin sinulle tärkeät asiat tulevat käsitellyiksi.
- 4** *Asennoidu!* Palaverin tarkoitus on tehdä yhteistyötä sinun parhaaksesi, ei toimia sinua vastaan. Asioitasi hoitavat aikuiset eivät ole vihollisiasi.
- 5** *Jos palaverissa puhutaan asioista, joita et ymmärrä,* kysy asiasta niin monta kertaa, että asia selviää sinulle.

palaverissa olen

23



rohkea, kärsivällinen, ahdistunut, rento, järkevä,
avoin, suora, turhautunut, rehellinen, sinnikäs,
väkivaltainen, reilu, itkuinen, rauhallinen,
varovainen, avulias, tyytyväinen, määrätietoinen,
tarkkaavainen, yhteistyöhaluinen, puolensapitävä,
toiveikas, hiljainen, poissaoleva, yksinäinen,
yhteistyöhaluton, puhelias, vihainen, pelokas,
epävarma, mitä muuta?

...ja haluaisin olla

- 6 Ota selvää oikeuksistasi ja velvollisuuksistasi
- 7 Hoida oma osuutesi: ole luottamuksen arvoinen!
- 8 Ole rehellinen ja avoin niin itsellesi kuin toisille.
- 9 Ole hereillä, kun asioistasi päätetään!
- 10 Sinulla on oikeus tavata sosiaalityöntekijääsi myös kahden kesken ilman vanhempiesi tai sijoituspaikan aikuisten läsnäoloa.

Kenelle kerron?

Sinun ei tarvitse hävetä lastensuojelutaustaasi.

"En kerro taustojani tuntemattomille.

Sinun ei tarvitse kertoa taustojasi kenellekään jos et halua.

Voit myös kertoa niin paljon kuin haluat ja kenelle haluat."

"Kavereille kertominen oli hankalinta. Lopuksi tiesin, että se oli oikein."

"Jollekin kerron kaiken, toisille vähemmän. Kyse on luottamuksesta."

"Pienistäkin ongelmista voi tulla suuria
jos niistä ei kerro kenellekään."

"Kenenkään ongelmat ja murheet eivät ole
liian pieniä kerrottavaksi."

Voit olla
ylpeä
siitä
kuka olet!





"Sijaishuollon aikanakin voi elää aika tavallista elämää eikä siinä ole mitään häpeämistä.

Aluksi tuntui vaikealta kertoa, että on huostaanotettu, koska pelkäsin muiden reaktioita. Kun sain selvitettyä tapahtumaa itselleni ja pystyin hyväksymään menneen ja sen, että olen huostaanotettu, niin pystyin ymmärtämään, ettei minun tarvitse hävetä itseäni tai taustaani

Minulla on oikeus omaan elämään ja taustaani, saan olla juuri sellainen kuin olen, eikä minun tarvitse miettiä toisten mielipiteitä."

Suvi

"Kaikille
ei
tarvitse
kertoa."



Koulu

"Minua harmitti kun jouduin vaihtamaan koulua ja kaikki kaverit jäivät vanhaan kouluun. Alkuun pelotti, miten taustoihini suhtaudutaan. Helppoa ei ole ollut. On tullut monenlaista vastaan. Mut pikkuhiljaa alkaa helpottaa."

"Vili"



Kouluni:

Luokkani:

*Kaikista tärkein
asia koulussa on:*





Rasti ruutuun,
jos pitää paikkansa

- ☐ Jouduin vaihtamaan koulua.
- ☐ Ihan sama, missä koulussa olen.
- ☐ Pystyn keskittymään tunneilla.
- ☐ Tarvitsen apua koulutehtävissä.
- ☐ Olen kokenut kiusaamista.
- ☐ Koulussa on kavereita.
- ☐ Opettajat ovat tietoisia taustastani.
- ☐ Menen mielelläni kouluun.
- ☐ Pääsin uuteen porukkaan mukaan.
- ☐ Olen pysynyt muiden tahdissa kouluaineissa.
- ☐ Olen yksinäinen.
- ☐ Sijoituspaikkani tekee yhteistyötä koulun kanssa.
- ☐ Opiskelen itseäni ja tulevaisuuttani varten.
- ☐ Mitä muuta?



LÄKSY:

Opettele

s.6-7

otsikko ulkoa

Ruoka ei ole aina itsestäänselvyyys.

"Sijaisperheessä oli aina jääkaappi täynnä ruokaa. Aamulla herätessäni odotti valmis aamiaispöytä: jogurttia, leipää, muroja ja maitoa. Tai kun tulin koulusta kotiin, minun ei tarvinnut pelätä etteikö jääkaapista löytyisi välipalaa syötäväksi. Pienenä, kun vielä asuin biologisten vanhempieni luona, jouduin liian monesti valmistamaan oman ruokani tai tuijottamaan tyhjää jääkaappia miettien, mitä tänään söisi. Nyt se huoli oli poissa."

Saara

Lempiruokani:



Syö 3-4 tunnin välein,
paitsi yöllä.

Ruoka

Aina ruoka ei maistu tai joskus tekee mieli ahmia. Syömisellä on yhteys tunteisiin. Joku syö suruunsa, toinen taas ei surullisena voi niellä palaakaan. Joskus jännittää tai pelottaa niin, että vatsa on sekaisin, oksettaa eikä pysty syömään. Voit olla päivän tai parin vähällä syömisellä, mutta pitkään jatkunut syömättömyys vie sinut huonoon kuntoon.

VINKKEJÄ

Jos lämpimät ateriat tuntuvat vastenmielisiltä, syö salaattiansioksia tai kylmiä voileipiä.

Jos olosi on murheellinen, helli itseäsi lämpimällä keitolla tai pastalla.

Ota vastaan ruokaa, kun sitä on tarjolla!



Unirytmi on tärkeä

"Uni pitää päivän ja yön erillään. Uni antaa rutiinin sekä mielelle että keholle. Jos unirytmisi menee sekaisin, voi käydä huonosti:

Oli talvinen perjantai-ilta. Ajattelin pelata tietokonepeliä myöhään yöhön, koska seuraava päivä oli lauantai. Pelasin niin kauan kuin pystyin ja nukahtin syvään uneen. Heräsin ja katsoin kelloa: 9:30. Ajattelin: "EI VOI OLLA TOTTA! MYÖHÄSTYN KOULUSTA! NYT ÄKKIÄ KOULUUN!"

Puin päälle mitä löysin ja lähdin. Koulu oli pimeä, ei valoa eikä polkupyöriä. Soitin kaverilleni: "Missä meillä on tunti?" Kaveri vastasi: "Ensinnäki nyt on 9:45 illalla ja tänään on lauantai..." "

Warre

Uni

UNETTOMUUS = yrityksestäsi huolimatta et nukahtaa tai heräät jatkuvasti yöllä tai aamuisin liian varhain.

Nukahtaminen on vaikeaa, jos mietit asioita, joihin liittyy voimakas tunnetila. Yritä miettiä näitä asioita aiemmin päivällä aikuisen kanssa.

VINKKEJÄ

Säännölliset nukkumaanmeno- ja heräämisajat sekä riittävä uni vaikuttavat siihen, että voitisi parantuu. Ennen nukkumaan menoa vältä kahvia, teetä, kolajumia ja suklaata. Huolehdi puhtaudesta sekä hyvästä sängystä, tynnystä ja peitosta. Sopiva lämpötila, hiljainen musiikki, rauhallisuus ja vähäinen valaistus auttavat sinua nukahtamaan.



Monta tapaa ilmaista tunteita ja ajatuksia

Rentoutuminen

Yritä löytää sellainen paikka, jossa voit olla turvallisesti oma itsesi. Lepopaikkana voi olla vaikka sohva, johon voit uppoutua kuuntelemaan musiikkia tai katsomaan leffaa. Rentoutuminen auttaa sinua rauhoittumaan. Silloin voit pysähtyä ja kerätä voimia. Tee jotain kivaa, josta nautit.

Itsensä ilmaiseminen

Jokainen on luova, eikä itsensä ilmaiseminen vaadi mitään erityistaitoja. Parhaiten pystyt ilmaisemaan itseäsi, kun olet rentoutunut ja turvassa. Vaikeistakin kokemuksista pystyy selviytymään, kun löydät kanavan tunteiden ja ajatusten purkamiseen.

Kuulluksi tuleminen!

Kun ilmaiset tunteesi ja ajatuksesi muille, tulet näkyväksi ja kuulluksi.



Löydä oma tapasi.

Älä pelkää ilmaista itseäsi.

Älä pidättele tunteitasi ja ajatuksiasi,
vaan tuuleta ne ulos!

”

...niin kun patteri, mä en oo koskaan kylmä
jos rakastat elämää ni vastaa mulle kyllä

Ootsä koskaan kelannu elämää ku kasettii

...tiedä vaihtaisitko mihinkään sun tapettii...

... ei pelätä kuolemaa meillä päin elämää
on se niin vaikeeta se elämäkin selättää
mut eteenpäin mentäessä rohkeutta kerätään...

Fatibumba

”

Keinojani tunteiden ja ajatusten purkamiseen:



- ☐ liikunta
- ☐ puhuminen
- ☐ musiikki
- ☐ kirjoittaminen
- ☐ alkoholi/päihteet
- ☐ unelmointi
- ☐ itkeminen
- ☐ huumori
- ☐ jokin muu?

Selviytyminen,

vaihtoehto luovuttamiselle

Kukaan meistä ei pysty valitsemaan omia lähtökohtiaan, mutta jokainen voi miettiä mitä haluaisi tapahtuvan ja päättää mihin suuntaan kulkea.

Jokaisella sijoitetulla lapsella ja nuorella on kovia kokemuksia. Näistä kokemuksista on kuitenkin mahdollista selviytyä. Haluamme rohkaista sinua katsomaan menneisyyteen, jotta voit uskoa tulevaisuuteen. Haluamme kannustaa sinua puhumaan kokemuksistasi luotettaville ihmisille, jotta voit päästää irti syyllisyydestä, vihasta, surusta... luovuttamisesta.

Voi olla, että tämä sivu ärsyttää sinua. Voi olla, että nyt on vaikea ajatella, että kokemuksesi voi kääntyä sinulle voimavaraksi!

”

Pieni poika teki omia pieniä virheitään, oppi niistä, eikä antanut niiden toistua.

Ei ole merkitystä sillä, minkälaiset lähtökohdat elämässä on, kunhan jaksaa ja halua taistella. Elämän varrella tulee vastaan valintatilanteita, ja aina voi valita joko huonomman tai paremman vaihtoehdon. Kun pysähtyy hetkeksi miettimään, mihin on menossa ja mitä tekemään, voi vielä valita toisin ja säästyä monelta pahalta.

Elämäni kuitenkin tuli asioita, jotka auttoivat oikeaan.

Mä ite päätin joskus pienenä poikana, että luovuttamisen sijaan mä näytänkin kaikille. Näytän, että mä pärjään tässä elämässä. Itse voin katsoa selviytyneeni huostaanotosta.

”

Sami

Ota rauhallisesti, "Fiksut" tulevat apuusi

Jokaisella ihmisellä on oma lempikeinonsa selviytyä kovista kokemuksista ja voimakkaista tunteista. Helpotusta voi saada moni eri tavoin.

Tuija Matikka. Näin selviydyn kun kriisi uhkaa.
Tiede-lehti 4/2006 s. 38–39

f fyysinen:

Syöminen, juominen, liikunta, urheilu, nukkuminen..

ihmiset:

Millä tavalla olet muihin yhteydessä? Kuka auttaa sinua pärjäämään?

Kuvittelu:

Kuvittelu, ajattelu ja luovuus. Tuleeko mielikuvitus avuksesi?

Selvittely:

Miten selvität ongelmatilanteet? Keräätkö tietoa, listaatko toiveita ja muita asioita?

Usko:

Mihin uskot ja minkälaisia asioita pidät arvossa?

tunteiden ilmaiseminen:

Itkien, nauraen, mököttäen, kertoen, piirtäen...

Mieti:

- Mikä tai mitkä ovat sinun tapasi selviytyä?
- Mitkä asiat saavat olosi paremmaksi?
- Mitä pitäisi tapahtua, että pärjäisit paremmin?

f.i.k.s.u

**OLEN MAINETTANI
PAREMPI.**

Saatat kokea syyllisyyttä
elämäntilanteestasi.

VOIT TUNTEA SYYLLISYYTTÄ MUIDEN TEOISTA

Elämässäsi on voinut tapah-
tua asioita, joihin itse et ole
voinut vaikuttaa.

Sinun ei tarvitse huolehtia ai-
kuisten ongelmista. Aikuisten
ongelmat ovat aikuisten on-
gelmia, ei lasten. Et ole vas-
tuussa aikuisten teoista.

**SINUN EI TARVITSE KAN-
TAA SYYLLISYYTTÄ PA-
HASTA OLOSTASI, JOKA
JOHTUU TOISTEN PUHEIS-
TA TAI TEOISTA.**

**EN OLE SITÄ MITÄ
LÖÖPEISSÄ KERRO-
TAAN!**

“Tunnen syyllisyyttä, kun minulle
huudetaan perusteettomasti.”

SYY

**“SYYLLISTÄMINEN
ON TURHAA.”**

“Minua on syyllistetty lähes
joka asiasta, myös tekemät-
tömistä.”

SYLLISYYS ON JOISSAIN TILANTEISSA TARPEELLISTA

TÖN

KUNNES TOISIN TODISTETAAN

"Jos olen syyllinen, myönnän sen. En tykkää valehtelusta."

Omista teoista voi ottaa oppia. Kanna vastuu omista teoistasi.

**SYLLISYYDEN
TUNNE ON
INHIMILLISTÄ**

**MIKSI MEITÄ PIDETÄÄN
"OUTOINA PEIKKOINA"?**

USKO MEIHIN.

Ketään ei saa vahingoittaa missään tilanteessa, ei edes itseään.

36 "Olin juuri huostaanotettu ja rikki kuin myös äitikin. Tuntui, että ilon ja onnen tunteminen olisi rikos tai tekisin väärin. Mutta tajusin, että jos eteen tulee hetki, jossa voin iloita, saan myös näyttää sen ja minulla on myös lupa iloon ja onnellisuuteen!"

Miksi?

Mikä,
on syy sen juomisen?
Mikä,
on voima niin ihmeellinen?
Mikä,
siinä neljä kirjainta vain.
Sitä,
vaan aina itkeä saan.

Miksi?
Et siihen vastata voi.
Miksi?
Se salattu totuus on kai.
Miksi,
siinä viisi kirjainta on vain.
Siksi,
koska jälleen pettyä sain.

Saara

PAHA OLLA ?

OIREET

Pahalle ololle voi olla monta syytä. Sinulle on voinut tapahtua monia asioita, jotka aiheuttavat hämmennystä, pelkoa, vihaa ja surua. Nämä kaikki yhdessä voivat tuntua epämääräiseltä pahalta ololta. Voit tuntea olosi voimattomaksi eikä mikään oikein kiinnosta. Ota vastaan tukea ja apua ympärillä olevilta aikuisilta. Se auttaa sinua toipumaan pahasta olostasi.

AJATUKSET

Jatkuva pahan olon tunne heikentää itsetuntoa. Voit ehkä ajatella olevasi huono ja arvoton. Pahassa olossa ei ole mitään hävettävää eikä väärää! Kun tunnistat ajatuksesi, olet matkalla kohti hyvinvointiasi.

TUNTEET

Tunteesi voivat vaihdella ilosta suruun, rakkaudesta vihaan. Monet asiat saattavat itkettää ja tunnet palan kurkussasi. Tutustu askel kerrallaan tunteisiisi ja sitä kautta itseesi. Tunteita voit kesyttää purkamalla niitä johonkin tai jollekin. Elämäsi helpottuu, kun tulet toimeen tunteidesi kanssa.

LUPA NAUTTIA JA ILOITA

Voi olla, ettet tunne mielenkiintoa asioitasi kohtaan etkä jaksa keskittyä kouluun tai arjen tapahtumiin. Anna itsellesi lupa tuntea iloa. Olet sen arvoinen.

"Muista puhua,
se helpottaa."

"Oireille voi löytyä selitys ja ne voivat
hävitä kun asiat korjaantuvat."

Kirjoita tai piirrä asioita,
tunteita ja tapahtumia,
jotka liittyvät pahaan oloosi.

Mistä saat lisää
iloa ja voimaa?

MIHIN VOIN
OTTA YHTEYTTÄ
JOS MINULLA ON
PAHA OLO?

Katso vinkkejä sivuilta 46-47.

"Unelmoi vaikka, että sulla olis unelma."

Tilaa unelmille

"Uskotaan unelmiin!

Kaikilla on pakko olla unelmia!

Jos ei ole unelmia, niin keksikää."

Tommi Liimatainen, Negative-yhtyeen manageri

? unelmistani...

- ☐ Jonkun pitää opettaa minua unelmoimaan.
- ☐ Toimin toteuttaakseni unelmani.
- ☐ Tarvitsen apua unelmieni toteuttamiseen.
- ☐ Unelmointi ei ole tarpeellista.
- ☐ Unelma kannattelee eteenpäin.
- ☐ Minulla on selkeä unelma.
- ☐ Kukaan ei tiedä unelmaani.
- ☐ Haluan jakaa unelmani :

"Nuoret ovat toivon sanansaattajia."

Maria Kaisa Aula

WON'T LET GO

"Taivas on
vain rajana."

Jokaisella on oikeus unelmiin

Ei saa hävetä omia unelmia.

Pitää elää sen puolesta mihin uskoo.

Unelmia pitää olla.

Unelma saa vaihtua ja muuttua.

Unelma voi olla laatikossa, uinumassa.

Unelma voi olla suuri tai pieni, mutta se on yhtä tärkeä.

Älä anna periksi, vaan tee unelmista totta

Aseta tavoitteita.

Tee itse töitä tavoitteesi saavuttamiseksi.

Ota tukea muista.

Unelmiin voi myös paeta.

Jonkun pitää uskoa unelmiin, varsinkin silloin kun ei itse jaksa uskoa niihin

Vanhempien tai muiden aikuisten pitää auttaa ja tukea unelmissa.

Unelmia ei saa mollata.

Unelmia ei saa riistää.

"Unelmaan mahtuu muutkin mukaan."

"Unelmasi voi auttaa myös muita."



Älä anna periksi

Koskaan ei voi tietää mitä tulevaisuus tuo tullessaan, jonain päivänä elämä voi kääntyä pääläelleen. Niin minulla kävi.

Äiti oli yksinhuoltaja, kaikki oli hyvin kunnes hän romahti. Asuminen äidin kanssa oli mahdotonta. Minulle etsittiin paikkaa missä asua kunnes täytän 18v.

Tieni vei onnekseni tätini luokse eikä nuorisokotiin. Ensin oli vaikeaa, mutta kaikki muuttui ajan kanssa kun rupesin sopeutumaan uusiin sääntöihin ja muutoksiin.

Elämä antaa elämä ottaa.

"KOOLia"



Selviytyjä

Ei helppoa tietä eteeni auennut,
kun 11-vuotiaana lapsuudenkodin ovi sulkeutui.
Itkua, parkua, huutoa,
kipua, kaipausta, raivoa.
Ymmärtänyt ei pieni pää,
miksi kotiin en voinut enää jäädäkään.

Helpolla elämä päästänyt ei,
mutta itselleni lupasin, minä luovuta en!
Avulla aikuisten, Jumalan ja rukousten,
muuttui voimavaraksi tapahtumat lapsuuden.

Saara



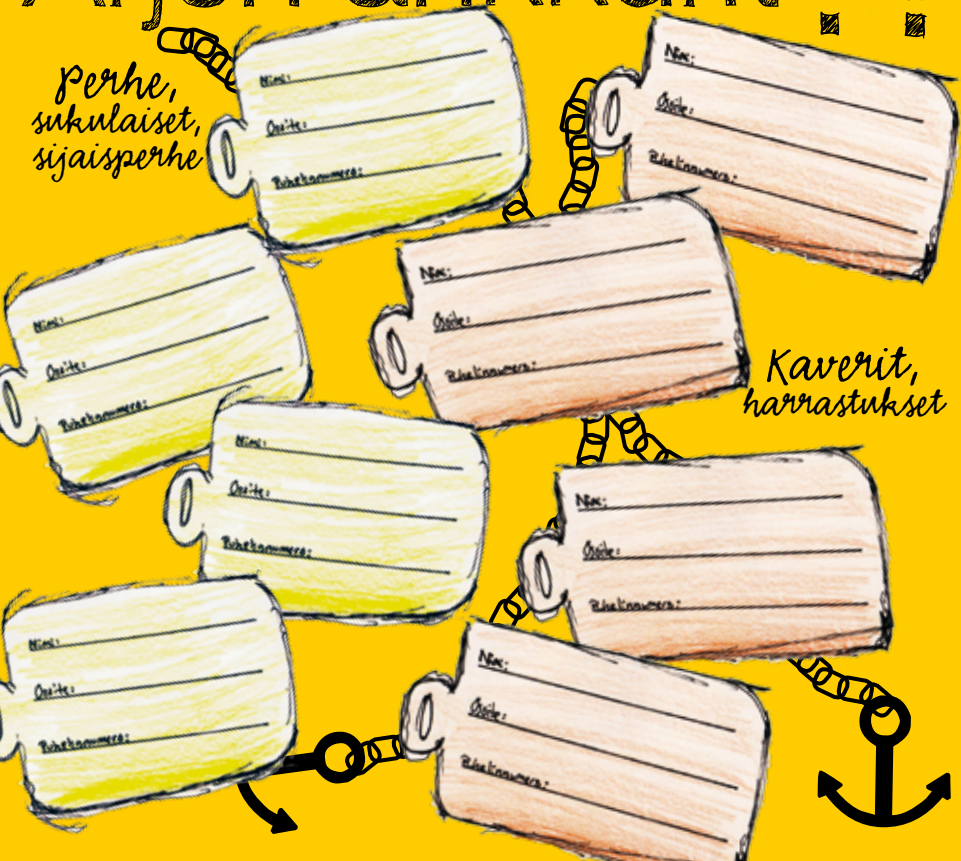
Minun tarinani:

41

"Jokaisen
sijoitetun
lapsen ja nuoren
tarina
on ainutlaatuinen."

Arjen ankkurit!?

*perhe,
sukulaiset,
sijaisperhe*



*Kaverit,
harrastukset*

Sosiaalityöntekijä

Ohjaaja,
lähiaikainen, tukihenkilö

Nimi: _____
 Osoite: _____
 Puhelinnumero: _____

lääkäri, terapeutti

Nimi: _____
 Osoite: _____
 Puhelinnumero: _____

opettaja, kuraattori,
koulupsykologi

Nimi: _____
 Osoite: _____
 Puhelinnumero: _____

Nimi: _____
 Osoite: _____
 Puhelinnumero: _____

Nimi: _____
 Osoite: _____
 Puhelinnumero: _____

Nimi: _____
 Osoite: _____
 Puhelinnumero: _____

Nimi: _____
 Osoite: _____
 Puhelinnumero: _____





Vertaisuus

*on yhdessä olemista, oppimista,
kokemusten ja tiedon jakamista.*

*meitä on monta tuhatta
et ole yksin.*

VUONNA 2016 lapsia ja nuoria oli:

lastensuojelun asiakkaana 75 114

**heistä sijoitettuna syntymäkodin
ulkopuolelle 17 330**

joista huostaanotettuja 10 424

Voima Vaikuttaa! -verkosto

Voima Vaikuttaa! -nuorten kokemusasiantuntijoiden verkosto on perustettu vuonna 2016. Verkosto kokoaa yhteen eri puolella Suomea toimivia lastensuojelun kokemusasiantuntijoita ja kokemusasiantuntijoista koottuja ryhmiä. Verkostoon kuuluu tällä hetkellä noin kaksikymmentä ryhmää, joka tarkoittaa hieman yli sataa lastensuojelun kokemusasiantuntijaa.

Kiinnostaako kokemusasiantuntijuus?

Käy kurkkaamassa verkoston Facebook-sivut:

www.facebook.com/voimavaikuttaa

SELVIITYJÄT

– nuoret
lastensuojelun
kehittäjät

*"Tämä on sitä,
mitä haluan tehdä."*

Tiesitkö, että sä, joka luet tätä kirjaa, olet asiantuntija? Sulla on valtavasti arvokasta tietoa ja kokemusta lastensuojelusta; siitä mitä asioita tehdään oikein sekä siitä, mitä pitäisi tehdä toisin. Älä siis vähättele kokemuksiasi tai mielipiteitäsi!

Me halutaan rohkaista sua ennen kaikkea oman elämäsi suunnitteluun. Olemaan rohkea ja kertomaan mielipiteesi, vaikkei sitä sulta aina kysyttäisi. Tämän lisäksi haluamme kannustaa sua miettimään lastensuojeluasioita laajemminkin: lähtemään mukaan kehittämään sijaishuoltoa paikallisella tai jopa valtakunnallisella tasolla. Me uskotaan, että sulla on paljon annettavaa myös muille samassa tilanteessa eläville nuorille sekä lastensuojelussa työskenteleville aikuisille.

*"Being peers
can change
the world
by helping
one another."*

*"Take a risk!
Be brave! (:*

Vertaisuus ja kehittämistyö ovat mahtava asia. Sen kautta saa tutustua uusiin ihmisiin, pääsee käymään läpi omia kokemuksia sekä saa mahdollisuuden oppia toisten kokemuksista. Saat olla porukassa, joka ymmärtää, mitä oot käynyt elämässäsi läpi. Sun ei tarte selitellä liikoja tai kokea itseäsi ulkopuoliseksi erilaisen taustasi vuoksi. Voit olla oma itsesi. Huomata, että erilaisuus on rikkaus eikä menneisyytesi tarvitse määrätä tulevaisuuttasi. Voit valita, mihin suuntaan haluat lähteä.

Selviytyjät-tiimi toimii Pesäpuu ry:ssä lastensuojelun kehittäjäryhmänä. Lue lisää toiminnasta www.pesapuu.fi

Linkkejä:



www.oikeusasiamies.fi/web/lasten-ja-nuorten-sivut

Oikeusasiamiehen lasten ja nuorten sivusto kertoo selkeästi, mitä oikeuksia lapsilla ja nuorilla on ja miten oikeusasiamies voi auttaa. Oikeusasiamies valvoo lasten oikeuksia ja oikeusasiamiehelle voi tehdä kantelun, jos lapsen oikeuksia on loukattu.

Arvioni:

☐ turha ☐ ok ☐ tärkeä

kommenttini:



www.lastensuojelu.info

sivusto esittelee lastensuojelua seitsemällä eri kielellä. Sivustoon on koottu tietoa siitä, mitä lastensuojelu on ja minkälaisia palveluja perheille on olemassa. Sivuston sisältö on myös kuunneltavina äänitiedostoina.

Arvioni:

☐ turha ☐ ok ☐ tärkeä

kommenttini:



<https://sekasin247.fi>

Sekasin-chatissä voit keskustella mistä tahansa mieltäsi askarruttavista kysymyksistä tai aiheista nimettömänä ja luottamuksellisesti. Chatissa päivystävät mielenterveyden ammattilaiset sekä koulutetut vapaaehtoiset. Välitämme sinusta ja siitä mikä sinua mietityttää.

Arvioni:

☐ turha ☐ ok ☐ tärkeä

kommenttini:

www.nettiturvakoti.fi

Nettiturvakoti auttaa väkivallan kaikkia osapuolia tarjoamalla heille tietoa, keskusteluapua sekä tarinoita perhe- ja lähisuhdeväkivallasta ja siitä selviytymisestä. Chatissa voit keskustella väkivalta- ja mieltäsi painavista asioista nimettömästi.

"mä syön mun ranteet auki,
revin sormet irti,
katkon mun polvet
mut mun sydän itkee silti."

Arvioni:

☐ turha ☐ ok ☐ tärkeä

kommenttini:

www.pesapuu.fi

sivuilta olevasta Materiaalipankista löydät nuorilta nuorille tuottamia materiaaleja, kuten 10 faktaa esityksen ja Pinnalla - tarinoita selviytymiseen!

4. Sinun ei tarvitse hävetä.

- Älä häpeä itseäsi. Sinun ei tarvitse hävetä ongelmiasi eikä avun hakemista, saamista ja vastaanottamista.
- Älä häpeä menneisyyttäsi, vaan jatka eteenpäin.

Fakta numero neljä

Arvioni:

☐ turha ☐ ok ☐ tärkeä

kommenttini:

www.lapsiasia.fi

Lapsiasiavaltuutettu edistää lapsen oikeuksien toteutumista Suomessa. Hän herättelee päättäjiä ja vaikuttaa yhteiskuntapolitiikkaan puhumalla lasten puolesta. Valtuutettu on lasten äänen vahvistaja ja lapsipolitiikan sillanrakentaja.

"Lapsella on oikeus olla lapsi."

Maria Kaisa Aula

Arvioni:

☐ turha ☐ ok ☐ tärkeä

kommenttini:



Kiitos!

Ideoista, ajatuksista ja tarinoista

Minä Selviydyn -foorumin nuoret ja erityisesti:
Fatibumba ja Tommi Liimatainen

Kuvista ja piirustuksista

Piirtäjät Ida, Meri-Maaria ja Markus
Valokuvaajat Meeri, Inka, Meri-Maaria ja Pihla

Tekstin kommentoinnista ja tarkistuksesta

Sinut ry ja muut sijaishuollossa olevat nuoret,
Lapsiasiavaltuutettu (2004-2014) Maria Kaisa Aula ja lakimies Jaana Tervo,
Maarit Kuikka ja muut Lastensuojelun Keskusliiton työntekijät,
Päivi Känkänen ja Mikko Oranen Terveysten ja hyvinvoinnin laitos,
Riitta Siekkinen ja Tuija Raitanen LAPSET JA PERHEET KASTE II – Lasten ja perheiden
hyvinvointipalveluiden kehittämishanke Itä- ja Keski-Suomessa,
Sointu Möller Tapiolan SOS-lapsikylä,
Psykologit Tarja Janhunen ja Tuija Matikka,
Jaana Pynnönen ja muut Pesäpuu ry:n työntekijät,
Matti Kauppi Mehiläinen Oy

Kiitokset kaikille, jotka ovat olleet mukana tekstin kommentoimisessa ja tarkistamisessa.
Olemme erittäin kiitollisia kaikesta tuesta ja rakentavasta palautteesta,
jota olemme saaneet tämän käsikirja-projektin aikana.

Terveisin

Selviytyjät-tiimi:

Pipsa, Sami, Helena, Aku, Veera, Tiina, Heidi
Ari, Warre, Suvi, Markus ja Milla-Kristiina
Johanna Barkman, Marko Nikkanen ja Lahja Kallinen

Pesäpuu ry:

e-mail: toimisto@pesapuu.fi
www.pesapuu.fi

Lastensuojelun Keskusliitto:

e-mail: toimisto@lskl.fi
www.lskl.fi



Uskomme sinuun – Usko sinäkin

Opas aikuisille löytyy osoitteesta **bit.ly/aikuistenusus**

*"When young people use their voice,
there is nothing more beautiful.*

*When young people lose their voice
there is nothing more tragic."*

Opas aikuisille on tarkoitettu yli 10-vuotiaiden sijoitettujen lasten ja nuorten läheisille sekä lastensuojelutyöntekijöille. Opasta voi käyttää apuna nuorten käsikirjan teemojen käsittelyssä. Elämän tapahtumien ja tilanteiden käsittely ei tarvitse olla virallista. Tämän takia olemme laatineet muistilistoja ja apukysymyksiä, jotka vievät lasten ja nuorten oikeudet käytännön tasolle.

Opas sisältää myös nuorten kirjeitä läheisille, sosiaalityöntekijöille, sijaisvanhemmille ja sijaishuoltopaikan aikuisille.

Oppaan kirjoittajat ovat joukko kotimaisia asiantuntijoita ja sen on toiminut **Selviytyjät-tiimi**.



Olet arvokas!

Sisällys

- 2 Uskomme sinuun - usko sinäkin
- 3 Selviytyjien viesti sinulle
- 4 Minä
- 6 Minä olen tärkeä ja ainutlaatuinen
- 8 YK:n Lapsen oikeuksien sopimus
- 10 Lastensuojelussa
- 12 Sijaishuolto
- 14 Sosiaalityöntekijä
- 16 El sijaiskoti- ja laitostierteelle!
- 18 APUA. Jos oikeuksiasi loukataan
- 20 Osallistu elämäsi suunnitteluun
- 22 Top 10 -palaveriin valmistautuminen
- 24 Kenelle kerron?
- 26 Koulu
- 28 Ruoka
- 29 Uni
- 30 Monta tapaa ilmaista tunteita ja ajatuksia
- 32 Selviytyminen, vaihtoehto luovuttamiselle
- 34 Syytön
- 36 Paha olla?
- 38 Tilaa unelmille
- 40 Minun tarinani
- 42 Arjen ankkurit
- 44 Vertaisuus
- 45 Selviytyjät
- 46 Linkkejä
- 48 Kiitos!

