

# “kuinka ollaan täällä vahvistettu ja tuettu toisiamme”

Lastensuojelun piirissä olevat  
nuoret digitaalisissa palveluissa



# VETUROINTI

**QA** OSALLISUUDEN AIKA

## NUORTEN TURVASATAMA

Tekijät: **Anniina Heiskanen, Krista Leino,  
Vappu Taipalus & Maya Waitara**

**Auta Lasta ry,  
Osallisuuden Aika ry & Pesäpuu ry**

Taitto: **Hanna Erämaja, Marraskuu 2023**

*Haluamme kiittää jokaista Turvasatama-yhteisössä kohtaamaamme nuorta, joita ilman tätä opasta ei olisi voinut syntyä. Kiitämme myös toinen toisiamme tiiminä, jossa on hankevuosien aikana ollut turvallista kokeilla, mokailla, onnistua, oppia ja kasvaa ammattilaisina.*

# Sisällys

<b>Aluksi</b>	<b>2</b>
<b>Nuorten Turvasatama</b>	<b>3</b>
<b>Tietoa digitaalisesta kohtaamisesta ja osallistumisesta</b>	
Matalan kynnyksen digitaaliset palvelut tukea täydentämässä	4
Erilaiset osallistumistavat	6
Kohtaaminen	7
Viestinnän tiiviys ja selkeys	8
Anonymiteetti	9
Digitaalisen kohtaamistyön hyötyjä ja haasteita	10
<b>Osallisuus ja yhteisöllisyys digitaalisilla alustoilla</b>	
Arjen osallisuus ja asioiden jakaminen	11
Toimijuus verkkoyhteisöissä kontrollin vastavoimana	13
Nuorilähtöisyys digitaalisen kohtaamistyön kivijalkana	16
Verkkoyhteisöjen merkityksiä hyvinvoinnille	18
<b>Haavoittuva asema ja leimaava kieli</b>	
Haavoittuvuuspuheesta	19
Etuoikeuskehä	20
Näe nuori ilman leimaa	21
<b>Traumatietoisuus osana digitaalista kohtaamistyötä</b>	
Mitä sinulle on tapahtunut?	22
Kompleksinen traumatisoituminen	23
Työntekijän itsesäätely	25
Vakauttava työskentely	26
<b>Digitaalisuuden ja työhyvinvoinnin näkökulmia</b>	<b>27</b>
<b>Lopuksi</b>	<b>29</b>
<b>Lähteet</b>	<b>30</b>

# Aluksi

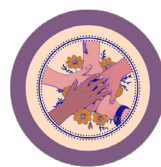
Verkkoyhteisöissä, chat-palveluissa ja sosiaalisen median kanavissa nuoria ammatillisesti kohdattaessa näkyvät monet samanlaiset ilmiöt kuin lastensuojelun arjessa. Työssä ei voi välttyä erilaisilta tunteilta, sillä kohderyhmänä ovat psyykkistä ja sosiaalista herkkyyuskautta elävät nuoret ihmiset, joiden maailma on voimakkaita kokemuksia ja reaktioita pullollaan. Eteen tulee konflikteja, kriisejä ja nuoren näkökulmasta hajottavalta tai lopulliselta tuntuvia tilanteita ja olotiloja. Näitä myös me verkkotyön ammattilaiset yritämme kohdata yhdessä nuorten kanssa sekä tarjota heille työkaluja säädellä sisäistä myllerrystä.

Se, mikä ulkopuoliselle voi näyttäytyä turhanpäiväisenä ruudun tuijotteluna, pitää sisällään valtavan kirjon nuorten kokemusmaailmaa: iloa, surua, häpeää, syyllisyyttä, huumoria, naurua, kyyneliä, traumoja, kriisejä, resilienssiä, onnistumisia, epäonnistumisia, turhautumista, riitoja, sopimisia, ystävyyttä, ihastumista, rakastumista, sydänsuruja, huumoria, yhteisöllisyyttä... Lastensuojelu- ja nuorisotyötä on tehtävä myös digitaalisesti, sillä nuoret tarvitsevat ja toivovat aikuisten tukea ja apua kaikissa arkiympäristöissään – myös verkossa. Huolipuheen ja ruutuajan tiukkojen rajoitusten sijaan haluamme tunnistaa ja tunnustaa digitaaliset alustat merkittävänä osana nuoruutta tässä ajassa ja herkistyä myös kuulemaan

millaisia myönteisiä merkityksiä nuoret arkiympäristöilleen antavat. Samalla tiedostamme kaupallisten alustojen ja algoritmien eettiset ongelmat ja haluamme vahvistaa nuoria medialukutaitoisiksi kriittisiksi toimijoiksi.

Olemme halunneet koota oppaan Nuorten Turvasatama -hankkeen aikana kehittämistyöstä saamistamme opeista ja oivalluksista koskien lastensuojelun piirissä olevia/olleita nuoria digitaalisissa palveluissa ja alustoilla. Mikä kohderyhmän näkökulmasta on tärkeää? Mikä tukee työntekijää digitaalisessa kohtaamistyössä, joka on työmuotona haastava mutta merkityksellinen? Tämän oppaan myötä saat toivottavasti uutta ajateltavaa osaksi työtäsi ja näkökulmia työkentällä tunnistettuihin mutta vielä niukasti sanoitettuihin ilmiöihin ja kokemuksiin.

## ***Antoisia lukuhetkiä toivottaen, Nuorten Turvasataman tiimi***



Anniina Heiskanen  
Krista Leino  
Vappu Taipalus  
Maya Waitara

# Nuorten Turvasatama

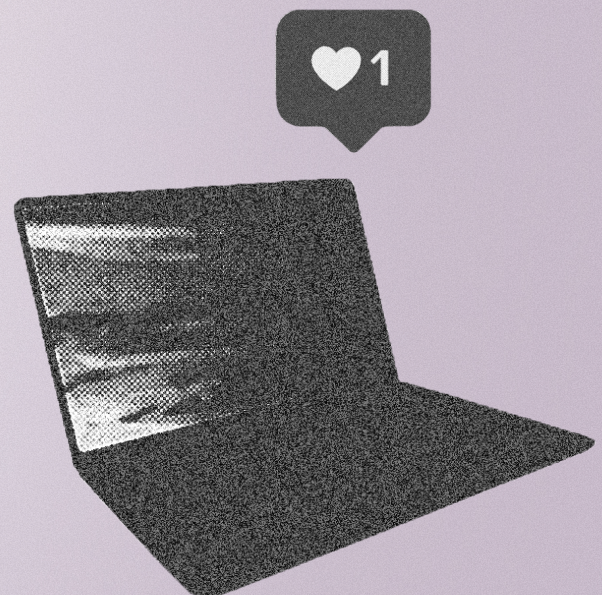
Nuorten Turvasatama on Pesäpuu ry:n, Auta Lasta ry:n ja Osallisuuden Aika ry:n yhteinen, kolmivuotinen hanke keväästä 2021 keväeseen 2024. Hankkeen tarkoituksena on ollut kehittää verkkovälitteistä tukea, vertaistukea ja osallistumismuotoja lastensuojelun asiakkaina olevien ja olleiden ihmisten hyvinvoinnin vahvistamiseksi. Hankkeen rahoittajana toimi STEA.

Kokemustaustaiset työntekijät ovat työskennelleet yhdessä eri yhteistyökumppanien kanssa projektipäällikön johdolla Nuorten Turvasatamassa tarjoten lastensuojelun piirissä oleville ja olleille henkilöille tukea, kannustusta, tietoa, mielekästä tekemistä sekä kehittämistä ja vaikuttamismahdollisuuksia. Toiminnan tavoitteena on ollut vähentää yksinäisyyttä, lisätä hyvinvointia, vahvistaa osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksia sekä vahvistaa ammattilaisten ja päättäjien tietoa ja osaamista nuorten hyvinvointia tukevista asioista.

Toimintaa on toteutettu Turvasatama-nimisessä Discord-yhteisössä, joka on mahdollistanut nimettömän, matalan kynnyksen ja vertaistuellisen osallistumismahdollisuuden kohderyhmän 13–29-vuotiaille nuorille verkkovälitteisesti. Turvasatama on ollut auki ympärivuorokautisesti vuoden jokaisena päivänä.

Toimintaa on kehitetty yhdessä yhteisön nuorten kanssa. Syksyllä 2023 yhteisössä oli noin 550 nuorta.

Hankkeessa on myös pilotoitu verkkovälitteistä Kohti korkeuksia -vertaismentointia, jonka tavoitteena on ollut vahvistaa sijaishuollossa asuvien ja asuneiden nuorten valmiuksia osallistua toisen asteen jälkeiseen koulutukseen. Tämän lisäksi hankkeessa on tuotettu vertaistuellista sisältöä lastensuojelusta ja nuorten elämää koskettavista ilmiöistä Nuorten Turvasataman TikTok-kanavalle.



# *Matalan kynnyksen digitaaliset palvelut tukea täydentämässä*

## Tietoa digitaalisesta kohtaamisesta ja osallistumisesta

Erilaisilla matalan kynnyksen digitaalisilla palveluilla on iso etu ja hyöty nuorten hyvinvoinnin tukemisessa. Tapoja kohdata ja osallistua verkkovälitteisesti on monenlaisia, ja esittelemme niitä tulevaisuudessa luvuissa. Jaamme varmasti kaikki ymmärryksen siitä, että nuorten hyvinvoinnin tukeminen on erityisen tärkeää, mutta valitettavasti tällä hetkellä kaikki palvelut eivät vastaa siihen tuen tarpeeseen, joka nuorilla yhteiskunnassamme on. Moni nuori tarvitsee moniammatillista ja tiivistä tukea, minkä vuoksi auttavien palveluiden määrästä huolimatta (ja osittain niiden pirstaleisuuden takia) apu ja tuki on riittämätöntä.

Digitalisaatio on tuonut monia sellaisia työkaluja ja ympäristöjä sosiaalialalla ja nuorisotyössä työskentelyyn, joita vielä kymmenisen vuotta sitten ei ollut. Digitaaliset alustat ja erilaiset verkkopalvelut myös kehittyvät jatkuvasti. Nuorten Turvasatamassa olemme havainneet, kuinka tärkeää matalan kynnyksen, tai mieluiten kynnyksettömän, tuen tarve nuorille on. Moni kohtaamamme nuori on tuonut

esiin, että Nuorten Turvasatama on ollut ainoa paikka puhua aiemmin vaietuista elämän kipukohdista. Kun kipukohdat ovat tulleet verkossa turvallisesti jaetuiksi ja empaattisesti kohdatuiksi, Nuorten Turvasatamassa on saatu myös vahvistettua nuoren luottamusta kertoa mieltä painavista asioista esimerkiksi vanhemmalle, omaohjaajalle, sosiaalityöntekijälle, kuraattorille, etsivälle nuorisotyöntekijälle tai muulle turvalliseksi koetulle aikuiselle.

Verkko ja sosiaalinen media ovat suurimmalle osalle nuorista tiivis osa arkea. Julkisessa keskustelussa korostetaan herkästi niiden haittapuolia, joten pidämme tärkeänä myös tunnistaa niiden hyödyt ja nuorille myönteiset merkitykset sekä jalkautua sinne, missä nuoret ovat. Palveluiden rakenteiden jäykkyys aiheuttaa kyvyttömyyttä mukautua nuorten tarpeisiin, ja tällöin nuorilta aletaan herkästi odottaa ja olettaa mukautumista palvelun tarpeisiin. Ollessamme läsnä nuorten vapaa-ajan ympäristöissä, kuten sosiaalisessa mediassa, saamme kokonaisvaltaisempaa kuvaa nuorten arjesta ja mielenmaailmoista.

Tämä tekee tukemisesta nuorilähtoisempää ja helpompaa. Työmme on olemassa olevia tukimuotoja täydentävää, sillä moni Nuorten Turvasatamassa oleva nuori on jo jonkinlaisen avun ja tuen piirissä. Pyrimme olemaan yhtenä palapelin palasena koko kuvassa, nuoren vieressä kulkien.

Selkeä havainto koko hankkeemme ajalta on ollut nuorten tarve tulla uskotuiksi ja kuulluiksi. Pienetkin asiat voivat viedä erittäin pitkälle. Kysyessämme nuorilta yhtä asiaa, joka on tehnyt Nuorten Turvasatamasta merkityksellisen, on vastaus usein yksinkertainen: ”Te uskotte mitä teille sanotaan.” Tämä herättää pohtimaan. Miksi nuorille on syntynyt kokemus, että heidän tarinansa ja kokemuksensa eivät ole totta? Nuoren kertoman todenmukaisuus on lopulta toissijaista. Nuorella on aina jokin syy, tausta ja motivaatio toiminnalleen, ja näihin haluamme nuoren kanssa pysähtyä. Ja koska monet nuoret ovat tottuneet viestittelemään verkossa, on sieltä luontaista hakea apua ja vertaistukea. Matalan kynnyksen digitaalisissa palveluissa ja alustoilla tämä onnistuu – ympärillä on työntekijöitä, joilta saada ammattitukea, ja muita nuoria, joilta saada vertaistukea. Nuorten Turvasatamassa ammattituessa hyödynnetään myös vahvasti vertaisuutta – olemme työssä ihmisinä ihmisille.

Yksi suurin digitaalisten palveluiden hyöty on niiden kyky tavoittaa nuoria ympäri Suomea tai jopa ympäri maailmaa. Digitaalisista palveluista voivat hyötyä siis erityisesti nuoret, jotka asuvat pienemmillä paikkakunnilla ja syrjäisemmillä seuduilla, joissa palvelut ovat kaukana ja niitä

on vähemmän. Muita erityisiä hyötyjä ovat anonymiteetti sekä nopea ja helppo tapa kommunikoida. Nuori saa tulla palveluun omana itsenään, kertoa mitä on mielen päällä ja vastaanottaa joustavasti ja nopeasti apua.



## Erilaiset osallistumistavat

Digitaaliset alustat mahdollistavat erilaisia toimintaan osallistumisen tapoja ajasta ja paikasta riippumatta. Osallistua voi tyypillisesti puhelimella tai tietokoneella. Nuorten kanssa työskennellessä hyödynnetään erityisesti chattaamiseen perustuvaa vuorovaikutusta. Lisäksi monella alustalla voi lähettää ja jakaa viestejä, kuvia, videoita, emojiä ja gif-tiedostoja. Keskustelua käydään niin isossa porukassa kuin yksityisviestillä yhden nuoren kanssa. Lisäksi alustoilla voi olla mahdollisuuksia kommunikoida puheella, videolla, ääniviestillä sekä livestreamata esimerkiksi pelien pelaamista.

Jokaisella nuorella on oma suosikitapansa vuorovaikuttaa verkossa. Nuorille suunnattuja digitaalisia palveluita olisikin tärkeää rakentaa ja kehittää nuorten toiveiden ja tarpeiden pohjalta.

*Nuorten Turvasatama-yhteisön nuoret kuvailevat mielipiteitään erilaisista osallistumistavoista seuraavasti:*

”Tykkään chätätä chättämällä, koska voi helpommin tulla, kun haluaa ja lähteä, kun haluaa ja jos on vaikka ulkona, nii voi vaan nopeasti katsoa chattia ja laittaa pois yms.”

”Äänikanavista tykkään, kun on joku tapahtuma, koska silloin keskittyy paremmin ja se on muutenkin intensiivisempää.”

”Äänikanavilla juttelu on ollut kivaa, kun tykkään puhua ääneen. Ja siksi se on hyvä, että jos ei just jaksaa kirjoittaa, niin voi puhua ääneen ja on helpompi ilmaista itseään. Ja on kiva höpistä ääneen porukassa ja joskus sekoilla xdd.”

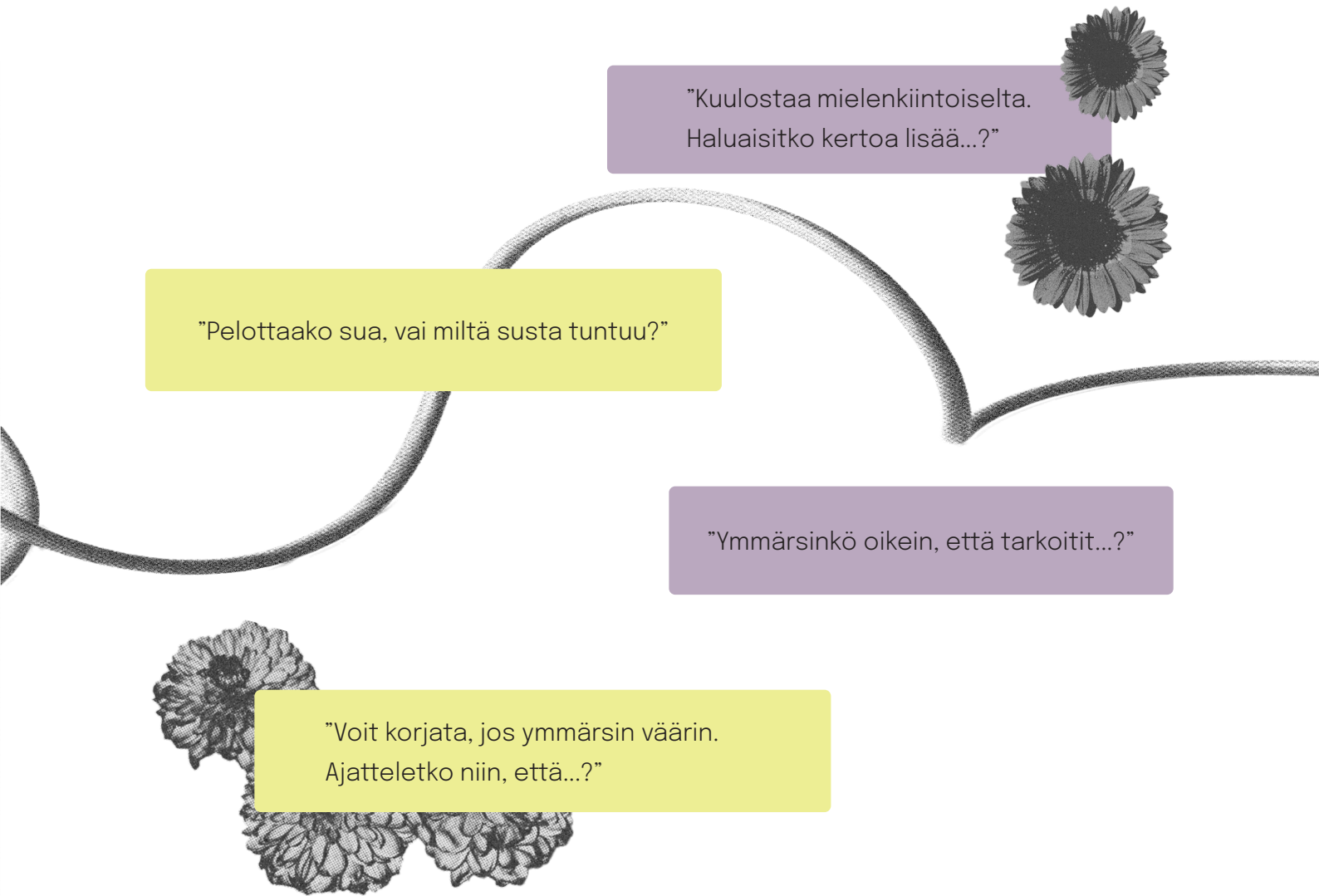
”Huonot puolet äänikanavilla on siinä, että keskustelu voi lähteä överiks äänten suhteen, ja jos on kuulokkeilla, niin sattuu korviin. Ja se, et voi helpommin puhua toisten päälle vahingossa ja sit ajatus katkeaa, tai aihe lähtee pois raiteiltaan ihan eri aiheeseen.”

”Mielestäni kommunikointi chattaamalla on hyvä. Perustelu: Pystyn tuomaan paremmin omia mielipiteitä esille. Muutenki chattaamisella on helpompi ilmaista sellaisia mielipiteitä, mitä suullisesti on vaikea ilmaista.”



## Kohtaaminen

Nuoren kohtaaminen verkkovälitteisesti on taito, jota kuka tahansa nuorten kanssa työskentelevä aikuinen voi harjoitella ja kehittää siinä missä kasvokkaisen kohtaamisen taitoakin. Oli kyse sitten kasvokkaisesta kohtaamisesta tai verkkokohtaamisesta, onnistuneen kohtaamisen edellytyksenä on kuulla, kohdistaa huomionsa ja pysähtyä sen äärelle, mitä nuorella kyseisellä hetkellä on kerrottavana ja mielen päällä. Verkkovälitteisesti tämä voi tapahtua kirjoittaen, ääneen tai videolla. Kiinnostusta nuoren kertomiin asioihin voi osoittaa kysymällä tarkentavia kysymyksiä. Digitaalisesti työskenneltäessä on tärkeää pysähtyä pohtimaan, miten etäyhteyksin osoitat nuorelle, että olet kuullut ja nähnyt hänet ja hänen asiansa. Keskustelun jatkumisen kannalta olennaista on myös aikuisena tuoda omia ajatuksia esille sopivissa määrin, jotta kohtaaminen olisi molemminpuolista ja mahdollisimman luontevaa. Tuomitseminen ja toisen tulkitseminen eivät kuulu onnistuneeseen kohtaamiseen, mutta aidon kiinnostuksen osoittaminen ja utelias suhtautuminen synnyttää nuorelle kokemuksen kuulluksi tulemisesta.



"Kuulostaa mielenkiintoiselta.  
Haluaisitko kertoa lisää...?"

"Pelottaako sua, vai miltä susta tuntuu?"

"Ymmärsinkö oikein, että tarkoittit...?"

"Voit korjata, jos ymmärsin väärin.  
Ajatteletko niin, että...?"

## Viestinnän tiiviys ja selkeys

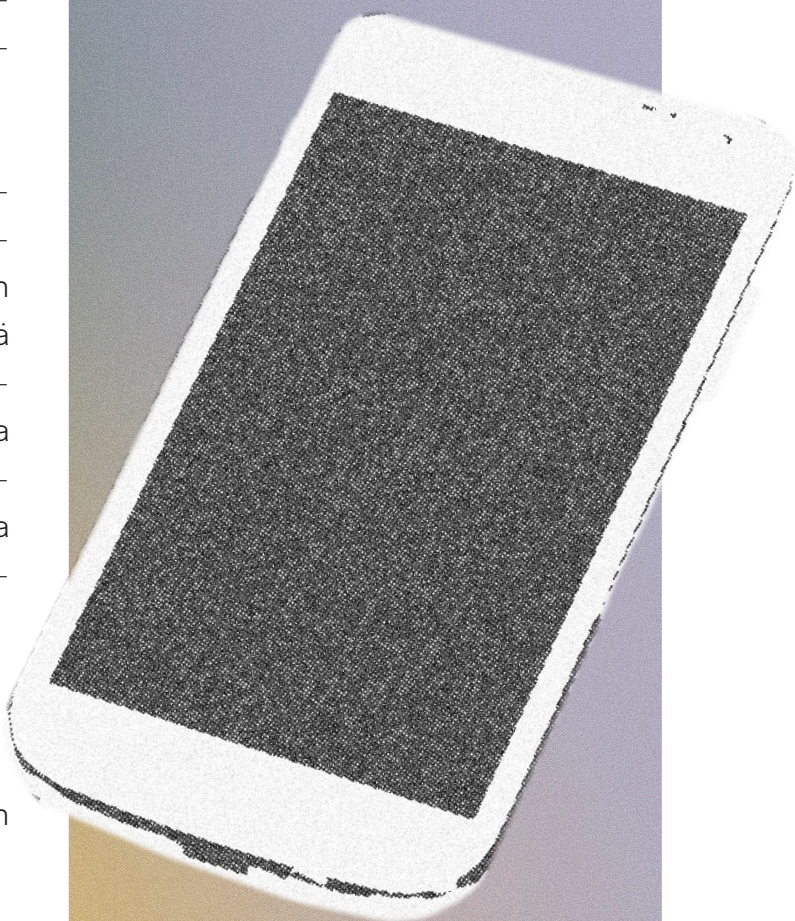
Kehittämistyöstä syntyneen kokemuksemme pohjalta uskallamme todeta, että suuri osa digitaalista kohtaamistyötä aloittelevista työntekijöistä sortuu liian pitkiin viesteihin nuorille chattaillaan. Usein taustalla on inhimillinen tarve olla huomioiva ja tuoda nuorelle erilaisia näkökulmia esiin. Digitaaliseen nuorten kohtaamistyöhön pätevät kuitenkin ainakin tässä maailman ajassa parhaiten sosiaalisen median tämänhetkiset lainalaisuudet: tiiviys ja selkeys.

Tiiviys ja selkeys ovat myös paras vaihtoehto saavutettavuuden näkökulmasta. Nuoren elämässä voi olla monenlaisia tekijöitä, jotka vaikuttavat tekstin lukemiseen ja ymmärtämiseen, kuten esimerkiksi muu äidinkieli kuin suomi, oppimisvaikeudet tai neurokirjon piirteet.

Erilaiset emojiit, tarrat ja gifit rytmittävät ja elävöittävät viestintää. Aikuisena todennäköisesti käytät näitä nuoren näkökulmasta väärin, mutta älä ota siitä stressiä. Viestintätyyliä saa olla omannäköisesi. Kirjoitusvirheistäkään ei kannata ottaa liikaa paineita, sillä on ymmärrettävää, että esimerkiksi nopeatempoisessa ryhmächattailussa, jossa saatetaan käsitellä paljon asioita lyhyessä ajassa, virheitä sattuu. Viestejä voi usein selkeyttää myös jälkikäteen. Kannustamme siis käyttämään aikaa mieluummin keskustelun eteenpäin kuljettamiseen kuin huolelliseen pilkunviilaukseen.

Esimerkiksi tämä lukumme viestinnän tiivyydestä ja selkeydestä saattaisi olla nuoren näkökulmasta jo liian pitkä sosiaalisen median alustoilla toimittaessa. Turvasataman Discord-yhteisössä nuorille viestiessämme saattaisimme tiivistää ja selkeyttää lukua kirjoittamalla sen alkuun TL;DR (too long; didn't read) -version vaikkapa näin:

Älä kirjoita liian pitkiä viestejä.  
Ei niitä kukaan jaksakaan lukea. :DDD



## Anonymiteetti

Nuorille suunnatuissa digitaalisissa matalan kynnyksen palveluissa on usein mahdollisuus ottaa yhteyttä anonyymisti. Anonymiteettiin liittyy haasteita sekä etuja. Riskinä on vihapuhe, häirintä ja rikolliset ilmiöt, jotka voivat koskea joko työntekijää tai toisia palvelua käyttäviä nuoria. Näitä riskejä on tärkeää ehkäistä esimerkiksi palvelun säännöillä sekä moderoinnilla. Jos tällaisia ilmenee, niihin tulee puuttua systemaattisesti, ja samalla on otettava huomioon työntekijän velvollisuus ilmoittaa viranomaisille alaikäisten väkivaltarikosepäilyjen ja lastensuojelullisten huolten yhteydessä.

Anonymiteetti kuitenkin madaltaa nuorelle kynnystä yhteydenottoon tai toimintaan mukaan tulemiseen. Anonymiteetti takaa omien ajatusten, kokemusten ja mielipiteiden esittämisen turvallisesti. Nimimerkin takaa nuoren on helpompi tunnustella, miltä asian puheeksi ottaminen tuntuu ja miten muut asiaan reagoivat. Anonymiteetti myös turvaa nuoren yksityiselämän suojaa. Esimerkiksi laki määrittelee nuoren ja hänen perheensä lastensuojelun asiakkuuden salassa pidettäväksi tiedoksi, jota ei saa ilmaista sivullisille.

**Mieti siis digitaalista toimintaa suunnitellaksesi ja kehittäessäsi, mitä hyötyjä ja haittoja anonymiteettiin tai omilla nimillä toimimiseen liittyy. Laajenna tämä pohdinta koskemaan myös työntekijöitä. Joissain digitaalisissa palveluissa myös työntekijät ovat anonyymejä, joissain taas omilla kasvoilla ja persoonilla työskentely on keskeinen osa toimintaa.**

### Anonymiteetin plussia:

- + Madaltaa kynnystä
- + Luo turvaa kertoa omia ajatuksia, kokemuksia ja mielipiteitä
- + Helpottaa hankalien asioiden kertomisen harjoittelua
- + Turvaa yksityiselämän suojaa

### Anonymiteetin miinuksia:

- Riski vihapuheeseen
- Riski häirintään ja kiusaamiseen
- Riski rikollisiin ilmiöihin, kuten identiteettihuijauksiin tai seksuaalirikoksiin
- Jättää enemmän asioita arvailun varaan ja voi luoda vääriä tulkintoja

## Digitaalisen kohtaamistyön hyötyjä ja haasteita

### *Hyötyjä digitaalisessa työssä*

Matalan kynnyksen apu ja tuki

Helposti saatavilla

Edistää osallisuutta

Vahvistaa vertaisuutta ja yhteisöllisyyttä

Täydentää muita palveluita

Maksuton osallistujille

Moderoitu tai kahdenkeskinen keskusteluympäristö tarjoaa turvallisen alustan erilaisten mielipiteiden ilmaisulle

Osallistuminen ajasta ja paikasta riippumatonta

**Lähteet ja lisää luettavaa:** Ruoho-Pettersson, Tiina & Serenius-Sirve, Silve 2022. Arki toimimaan nuoren kanssa. / Karhula, Päivikki 2023. Anonymiteetti – suojaa vai tunnistusta. / Lorentsen, Mart 2022. Discord: Kaikki, mitä palvelusta täytyy tietää. / Luoma-Kuikka, Anneli 2020. / Toisten kohtaamisesta iloa ja voimaa. Pruuki, Lassi 2015. Kohtaaminen – läsnäolon aakkoset. / Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (2023). Sosiaalihuollon viranomaisen salassapitovelvollisuus. Lastensuojelun käsikirja. - *Täydellinen lähdeluettelo oppaan lopussa.*

### *Haasteita digitaalisessa työssä*

Kuormittuminen toisten haavoittavista kokemuksista

Rajallinen mahdollisuus auttaa ja tukea nuoria

Ei korvaa kavokkaisen kohtaamisen merkitystä

Kohderyhmän saavutettavuus

Väärinymmärrykset ja kommunikoinnin haasteet

Ajoittaisen keskustelun vilkkauksen vuoksi keskustelua voi olla haastavaa seurata

Trollit ja spämmääminen

Riski nopeasti paisuville konfliktitilanteille

Palvelun väärinkäyttäjät ja huijarit

Riski vihapuheelle ja häirinnälle

Sosiaalisen median eettiset ongelmat, kuten koukuttava mekanismi ja vastakkainasettelua luovat algoritmit



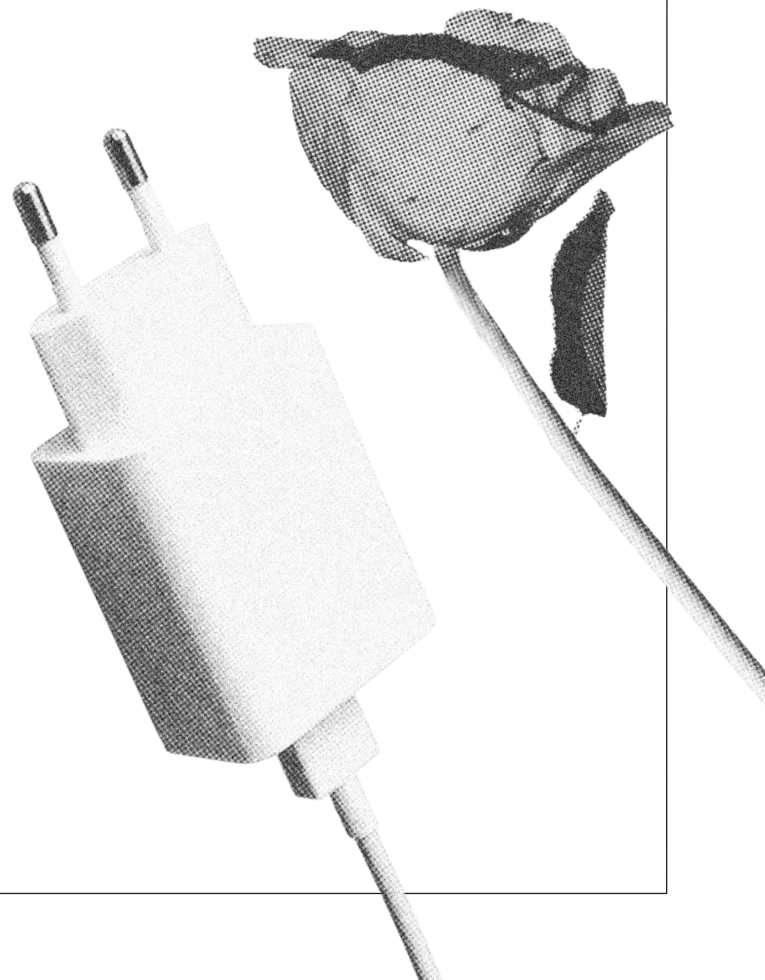
# *Osallisuus ja yhteisöllisyys digitaalisilla alustoilla*

## Arjen osallisuus ja asioiden jakaminen

Osallisuutta voidaan tarkastella esimerkiksi tunteena siitä, että saa vaikuttaa omaan elämäänsä, tuoda mielipiteensä esille ja että siihen reagoidaan – myös pienissä arjen asioissa. Mitä arjen asioiden jakaminen tarkoittaa digitaalisissa palveluissa ja alustoilla? Mitä se tarkoittaa meille työntekijöille ja mitä nuorille?

Arki nuorten nykymaailmassa tuntuu olevan kovin hektistä ja jatkuvassa muutoksessa. Siinä missä viikko tai kuukauden kesälomapätkä voi meille työntekijöinä olla lyhyt ja nopeasti ohi menevä, nuoren aikakäsityksellä ja kokemusmaailmassa näin ei välttämättä ole. Viikossa nuoren elämässä voi tapahtua monenlaisia merkittäviä asioita ja muutoksia, joita hänellä on inhimillinen tarve jakaa ja käsitellä. Matalan kynnyksen digitaaliset palvelut ja alustat voivat mahdollistaa nuorille arjen osallisuutta. Nuoret jakavat Nuorten Turvasatamassa isoja ja pieniä asioita, ja myös me työntekijät vastavuoroisesti jaamme arjestamme heille. Tämä keskinäisriippuvuus, jossa olemme rooleista ja titteleistä riippumatta osa toistemme arkea ja ymmärrämme tämän vaikutuksen ja merkityksen, on selkeästi madaltanut

nuorten kynnystä jakaa asioita ja tukeutua työntekijöihin. Jaamme yhteisössä arkielämäämme ja pyrimme yhdessä tekemään erilaisia tavallisia asioita nuorten kanssa. Esimerkkinä tästä toimivat viikoittaiset toiminnalliset hetket, joihin ovat kuuluneet mm. kokkilivet, joissa tehdään yhdessä nuorten kanssa ruokaa, yhteiset siivous-, peli-, meikkaus- ja läksyhetket sekä muuten vaan yhdessä oleminen ja jutustelu.



**Kun kysyimme nuorilta, mitkä ovat arjen hyvinvointia tukevia asioita ja miten Nuorten Turvasatama niissä näkyy, olivat vastaukset tällaisia:**

Juttuseuraa ja tekemistä. Esim. kokkilivet saaneet innostamaan ruuanlaittoon.

Oon saanu täältä ohjelmien kautta tekemistä ja juttuseuraa. Oon pääsyt vaikuttamaan eri asioihin, esimerkiksi Turvasataman jälkihuollon kehittäjäryhmä.

Rutiinit todella vahvasti. Täältä olen saanut just juttuseuraa ja ajanvietettä, joskus myös leiponut jotain.<3

Pääsee keskustelemaan ja saa tukea, kun menee jumiin. Turvasatamassa on sellanen rento ilmapiiri, et uskaltaa olla oma itsensä, ja on sellaisten ihmisten parissa, jotka on käyny tai käyvät samanlaisia asioita läpi.

Turvasatama on kuin tukiverkko ja hyvinvointiani tukevat rutiinit, ja et muistaa syödä terveellisesti ja liikkua, ja myös että nukkuu riittävästi ja et näkee kavereitaki.

**Lähteet ja lisää luettavaa:**

Ruoho-Petterson, Tiina & Serenius-Sirve, Silve 2022.

Arki toimimaan nuoren kanssa.

Savolainen, Janne & Toni, Anna 2019.

Miten vahvistamme nuorten uskoa tulevaisuuteen?

- *Täydellinen lähideluettelo oppaan lopussa.*

## Toimijuus verkkoyhteisöissä kontrollin vastavoimana

Lastensuojelu toimii haastavassa roolissa tuen ja kontrollin välimaastossa, joten lastensuojelun asiakkaana olevat nuoret ovat yhteiskunnassamme monenlaisten toimenpiteiden ja kontrollin kohteena. Kontrolloitu nuoruus tarvitsee vastapainokseen erityisen paljon aikaa ja tiloja kokea osallisuutta, toimijuutta, yhteisöllisyyttä, välittämistä ja rakkautta. Myös THL:n ja Valtion koulukotien (2023) tutkimuksen mukaan koulukoteihin sijoitetut nuoret toivovat rajoittamisen rinnalle enemmän välittämistä ja keskustelua.

*Alla on kuvattu esimerkein, millaisia kontrollin muotoja lastensuojelun piirissä olevan nuoren elämässä voi olla havaittavissa ja millaista vastavoimaa Nuorten Turvasataman kaltainen matalan kynnyksen verkkoyhteisö tai vaikkapa nuorelle tärkeä muu sosiaalisen median alusta voi tähän tarjota. Lastensuojelussa tunnistettuja kontrollin muotoja ovat esimerkiksi:*

### **Byrokraattinen kontrolli:**

Lastensuojelua määrittelevät erilaiset säännöt, määräykset ja lait, jotka vaikuttavat myös siihen, miten lastensuojelutyötä tehdään. Tämä voi tarkoittaa nuorelle säännöllisiä tapaamisia sosiaalityöntekijän, terapeuttien ja muiden ammattilaisten kanssa. Nuoret voivat joutua noudattamaan tiukkoja aikarajoja ja käytäntöjä, mikä voi rajoittaa heidän vapauttaan ja päätöksentekoaan.

### **Viranomaiskontrolli:**

Viranomaiskontrolli lastensuojelussa nuoren näkökulmasta tarkoittaa sitä, että viranomaiset puuttuvat nuoren elämään ja perheeseen, kun on havaittu, että nuori saattaa olla vaarassa tai tarvitsee erityistä tukea ja suojelua. Tämä kontrolli perustuu yleensä lakiin ja asetuksiin, jotka ohjaavat lastensuojelutyötä.

### **Psykologinen kontrolli:**

Lastensuojeluun voi liittyä monenlaisia jännitteitä nuoren, vertaisten, perheen tai/ja ammattilaisten kesken. Psykologinen kontrolli voi ilmetä esimerkiksi nuoren tunteiden manipuloinnissa tai syyllisyydentunteiden herättämisessä. Nuoreen voidaan pyrkiä vaikuttamaan käyttämällä esimerkiksi emotionaalista painostusta.

### **Fyysinen kontrolli:**

Vaikka fyysistä kontrollia ei yleensä pidetä hyväksyttävänä lastensuojelutyössä, väkivallan uhatta tai väkivaltaisissa tilanteissa voidaan joutua käyttämään fyysisiä voimakeinoja/kiinnipitämistä. Lisäksi väkivaltaa voi esiintyä perheissä, joissa lastensuojelua tarvitaan, sekä vertaisten tekemänä sijaishuollossa.

### **Sosiaalinen kontrolli:**

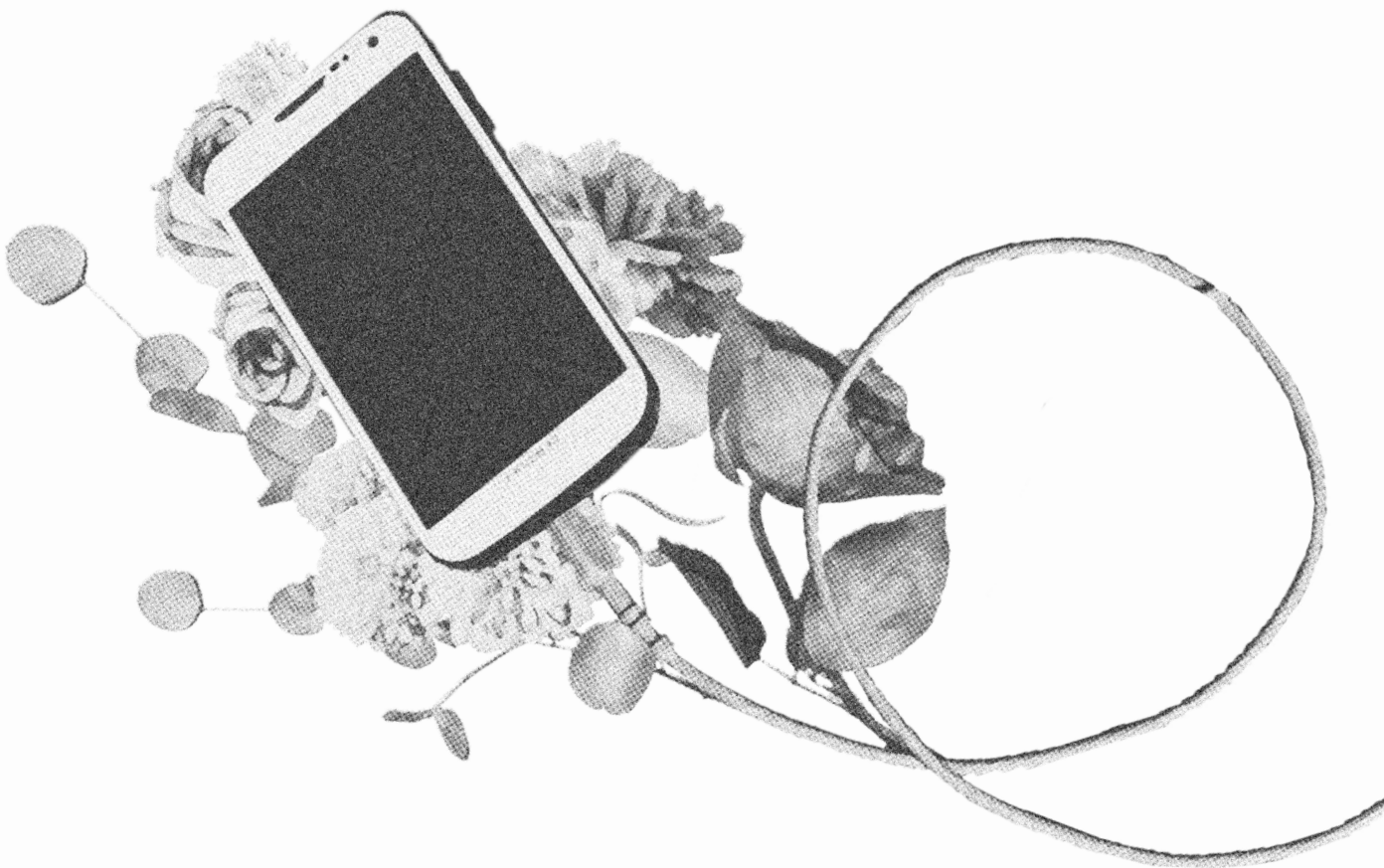
Sijoitettu nuori voi olla erossa perheestään ja ystävistään, ja hänellä voi olla rajoituksia siinä, kenen kanssa hän saa olla yhteydessä. Tämä voi vaikuttaa asiakkaiden sosiaaliseen elämään ja tukea tarvitsevien suhteiden muodostamiseen.

### **Taloudellinen kontrolli:**

Lastensuojelun asiakkaiden kohdalla taloudellinen kontrolli voi näkyä taloudellisen tuen ja avun tarjoamisena, kuten elämisen, asumisen tai koulutuksen tukemisena. Lisäksi nuoren itsenäistyessä nuoren raha-asioita voidaan hallinnoida ja päättää, mihin nuori saa käyttää rahojaan tai milloin ja mihin itsenäistymisvaroja maksetaan/käytetään.

### **Rajoitukset itsemääräämisoikeudessa:**

Toisinaan nuorilta viedään oikeus tehdä päätöksiä omasta elämästä, jotta saadaan turvattua toisen oikeuden toteutuminen. Esimerkiksi määrättyjen henkilöiden tapaamiset, koulunvaihdot tai asuinpaikan muutokset voivat olla osa tätä kontrollia.





*Digitaaliset alustat ja matalan kynnyksen digitaaliset palvelut voivat vahvistaa nuorten toimijuutta ja tarjota vastapainoa erilaisille kontrollin muodoille ja vallankäytölle, joita he saattavat kohdata yhteiskunnassa ja yhteisöjensä jäseninä. Näitä voivat olla esimerkiksi:*

**Osallistuminen ja vaikuttaminen/aktivismi:** Digitaaliset alustat ja digitaalinen nuorisotyö tarjoavat nuorille mahdollisuuden osallistua ja vaikuttaa heitä kiinnostaviin asioihin. Osallisuuden ja vaikuttamisen kautta voidaan lisätä nuorten kuulluksi ja nähdyksi tulemisen kokemusta. Digitaaliset alustat ja digitaalinen nuorisotyö voivat kannustaa nuoria aktivismiin ja yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen. Tämä voi auttaa nuoria vaikuttamaan asioihin, jotka ovat heille tärkeitä.

**Yhteisöllisyys:** Digitaaliset alustat voivat auttaa nuoria löytämään samanhenkisiä ihmisiä, rakentamaan yhteisöllisyyttä sekä kokemaan ja osoittamaan välittämistä vertaisensa ja työntekijöiden kesken.

**Tuki ja vertaistuki:** Erilaiset digitaalisen tuen muodot ja digitaalisilla alustoilla jaettu vertaistuki voivat auttaa nuoria selviytymään vaikeista tilanteista ja tarjota heille tukea. Verkkovälitteisen tuen muodot ovat usein nopeammin ja joustavammin saatavilla. Turvallinen tila ilmaisulle: Digitaaliset alustat voivat tarjota nuorille turvallisen tilan ilmaisulle ja ajatusten jakamiselle. Tämä voi auttaa nuoria ilmaisemaan itseään vapaasti ilman pelkoa tuomitsemisesta tai syrjinnästä.

**Identiteetin vahvistuminen:** Turvallisessa verkkoyhteisössä, jossa on tilaa tulla hyväksytyksi omana itsenään, nuoren identiteetti ja käsitys itsestä voivat vahvistua.

**Palveluihin ohjaus:** Digitaalisten palveluiden avulla voidaan ohjata nuori oikean avun ja palvelun piiriin ja tukea nuorta käynneille menemisessä. Parhaimmillaan nuori voi saada tukea juuri silloin kun sitä tarvitsee, esimerkiksi tapaamiseen lähtemisen hetkellä.

**Oppiminen ja taitojen kehittäminen:** Digitaaliset alustat ja palvelut voivat tarjota nuorille mahdollisuuksia oppimiseen ja erilaisten taitojen kehittämiseen. Tämä voi auttaa heitä kasvamaan ja kehittymään sekä lisäämään heidän itsetuntoaan ja itseluottamustaan.

**Lähteet ja lisää luettavaa:**

Bardy, Marjatta (toim.) 2009. Lastensuojelun ytimissä. Eriksson, Pia & Lepola, Kaisa 2023. Tutkimus: koulukodeissa asuvat nuoret toivovat enemmän välittämistä ja keskustelua rajoittamisen rinnalle. Honkatukia, Päivi & Kivivuori, Janne (toim.) 2006. Nuorisorikollisuus. Määrät, syyt ja kontrolli. Lastensuojelun keskusliitto 2014. Lastensuojeluun tarvitaan uudenlainen johtamisen kulttuuri. Paasivirta, Annukka & Kekkonen, Elina & Lindqvist, Jonna 2022. Lapsen suojelun tehtävää tulisi kirkastaa. Teittinen, Henri & Auvinen, Tommi 2014. Kontrollin käsite muutoksessa: Käskytyksestä kohti asiantuntijaohjausta. THL 2023. Lastensuojelun arvot ja periaatteet. Lastensuojelun käsikirja. - *Täydellinen lähdeluettelo oppaan lopussa.*

## Nuorilähtöisyys digitaalisen kohtaamistyön kivijalkana

Me Nuorten Turvasatamassa uskomme nuorilähtöisten digitaalisten palveluiden vaikuttavuuteen. Nuoret hakeutuvat, hyötyvät ja haluavat käyttää palveluita, jotka vastaavat heidän tarpeitaan. Nuorilähtöisyyden ytimessä on yhteiskehittäminen eli nuorten mukaan ottaminen toiminnan ja toimintatapojen suunnitteluun sekä toteutukseen. Nuoria kuunnellaan aidosti, heidän merkityksellisiä ajatuksiaan ja oivalluksiaan arvostetaan ja heidän toiveensa ja ehdotuksensa pyritään ottamaan huomioon parhaalla mahdollisella tavalla. Työntekijä voi aktiivisesti arjessa kysyä nuorten mahdollisia toiveita ja odotuksia, jotta nuori saisi äänensä kuuluviin ja saisi kokemuksen, että hänen mielipiteellään on merkitystä. Työntekijän vastuulla on myös tarvittaessa asettaa rajoja/puuttua, jos ilmenee jotain sellaista, joka ei ole nuoren edun mukaista tai on haitaksi nuorelle.

Jokainen meistä on ihmisenä arvokas. Tasa-arvoinen ja yhdenvertainen ajattelu karttaa turhaa hierarkiaa muttahuomioi ja hyväksyy ihmisten erilaisuuden ja erilaiset mielipiteet. Lähtökohtaisesti nuorten

kokemukset tulisi ottaa todesta. Äärimmäisen tärkeää on välttää tuomitsemista sekä toisen kokemuksen vähättelyä. Huumorinkaan varjolla ei voi hyväksyä toista epäkunnioittavaa käytöstä. Tärkeää on tiedostaa huoli, ottaa todesta nuoren kertoma sekä pyrkiä luomaan toivoa haastavissakin tilanteissa. Onnistumisten ja vahvuuksien sanoittaminen sekä niiden kirkastaminen vahvistaa nuoren itsetuntoa ja myönteistä ajattelua itsestä.

Kun nuoria otetaan mukaan ammatillisten, heille suunnattujen digitaalisten palveluiden kehittämiseen, on heidän ajatustensa tärkeys myös osoitettava konkreettisesti. Tavoiteltava tilanne olisi, että nuorille tarjotaan palkkio työpanoksestaan. Turvasatamassa tätä on toteutettu niin, että enemmistöllä palkatuista työntekijöistä on itsellään lastensuojelun kokemustausta rikastamassa asiantuntijuutta. Toiminnassa mukana oleville nuorille taas on esimerkiksi maksettu rahallisia palkkioita, mahdollistettu kehittämistoiminnan aikainen herkuttelu korvaamalla ruokakulut tai antamalla erilaisia lahjakortteja



## Nuorten Turvasatama -toiminnassa nuorilähtöistä työtettä ja yhteiskehittämistä on toteutettu mm. näillä tavoin:

Helpot ja nopeat äänestykset (esimerkiksi reagointi emojiilla)

Yhteisökeskustelut, joissa on luotu aika ja paikka fasilitoitulle dialogille

Nuorten mukaan ottaminen viikko-ohjelmien suunnitteluun ja toteuttamiseen

Yhteiset verkkovälitteiset juhlat ja festarit, joihin sekä nuoret että työntekijät tuottavat ohjelmaa

Erilaiset suljetut kehittäjä- ja vaikuttajaryhmät

Palautekyselyt ja palauteryhmähaastattelut

Erilaiset roolit, joilla nuori voi antaa osaamistaan yhteisöön (esim. tekninen tuki ja moderaattori)

Spontaanisti nousseisiin nuorten ideoihin tarttuminen ja niiden toteuttaminen

Vaikuttaminen ja toiveet -tekstikanava, jossa saa tuoda yhteisöä koskevia ehdotuksia esille

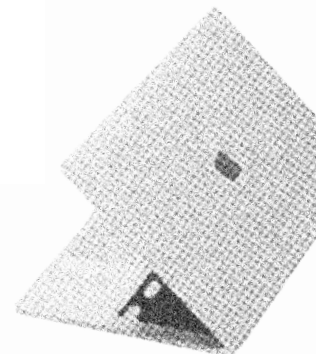
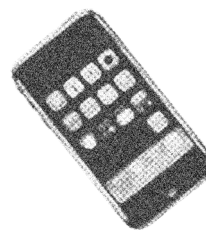
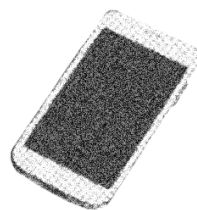
**Lähde ja lisää luettavaa:** Aaltonen, Satu & Hytti, Ulla & Lepistö, Tanja & Mäkitalo-Keinonen, Tiina yhteistyössä Agile-hankkeen muiden tutkimusryhmien ja tutkijoiden kanssa 2016. Yhteiskehittäminen: kaikki siitä puhuu, mutta mitä se on ja miten siinä onnistua? - *Täydellinen läfidehuettelo oppaan lopussa.*

# Verkkoyhteisöjen merkityksiä hyvinvoinnille

10 asiaa listattuna:

1.

Yhteenkuuluvuuden tunne



2.

Kuulumisten jakaminen

3.

Tukea arjessa jaksamiseen

4.

Mielipiteiden ilmaiseminen

5.

Mieltä askarruttavien asioiden jakaminen

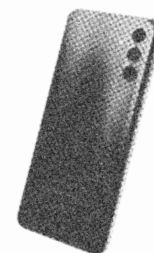


6.

Mahdollistaa hyväksytyksi tulemisen

7.

Vahvistaa vuorovaikutustaitoja



8.

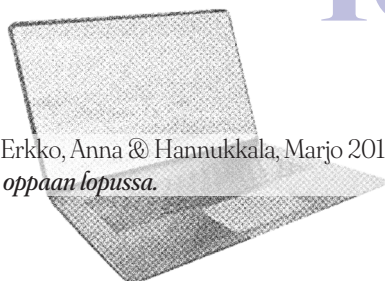
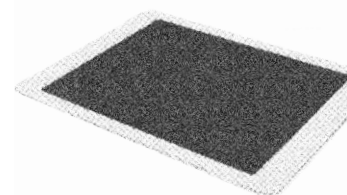
Elämässä kantava voimavara

9.

Turvaverkon vahvistuminen

10.

Mielenterveyden suojaajaksi



# *Haavoittuva asema ja leimaava kieli*

## Haavoittuvuuspuheesta

Lastensuojelun asiakkaana olevien ja olleiden nuorten elämässä voi olla erilaisia haavoittuvuutta tuottavia tekijöitä. Sijais- huollossa elävät lapset ja nuoret kokevat väkivaltaa, kiusaamista, mielenterveys- ongelmia, haasteita koulussa sekä ovat rikoksen uhreja ja tekijöitä useammin kuin syntymävanhempien luona asuvat nuoret. Lastensuojelussa pula työnteki- jöistä ja suuri työntekijöiden vaihtuvuus voivat myös tuottaa haavoittuvuutta ja uhata nuoren hyvinvointia sekä ammat- tilaisten mahdollisuutta tukea ja auttaa. Haavoittuvuutta tuottavat myös esimer- kiksi lapsiperheköyhyys, vammaisuus ja toimintarajoitteet, seksuaali- ja sukupuoli- vähemmistöihin kuuluminen, etniseen vähemmistöön kuuluminen, muu kuin suo- mi tai ruotsi äidinkielenä sekä ulkomailla syntyminen.

Haavoittuvuuden käsitteen kanssa kan- nattaa digitaalisessakin kohtaamistyössä olla harkitseva. Kun puhumme lastensuo- jelun asiakkaana olevista nuorista haa- voitettuina tai haavoittuvina, saatamme puheellamme luoda ja ylläpitää heille lo- keroa, jossa he näyttäytyvät ulkopuolisi- na, hauraina, passiivisina ja sopimattomi-

na ”tavoiteltavaan” ja normien mukaiseen yhteiskuntaan. Puhuttaessa haavoittu- vuudesta on siis ensisijaista tehdä näky- viksi yhteiskunnan eriarvoistavia raken- teita ja huono-osaisuuden kehityskulkuja sekä nuoren haavoittuvaa asemaa näissä ja pureutua keinoihin purkaa näitä. Tarkoi- tus ei ole toiseuttaa nuorta.

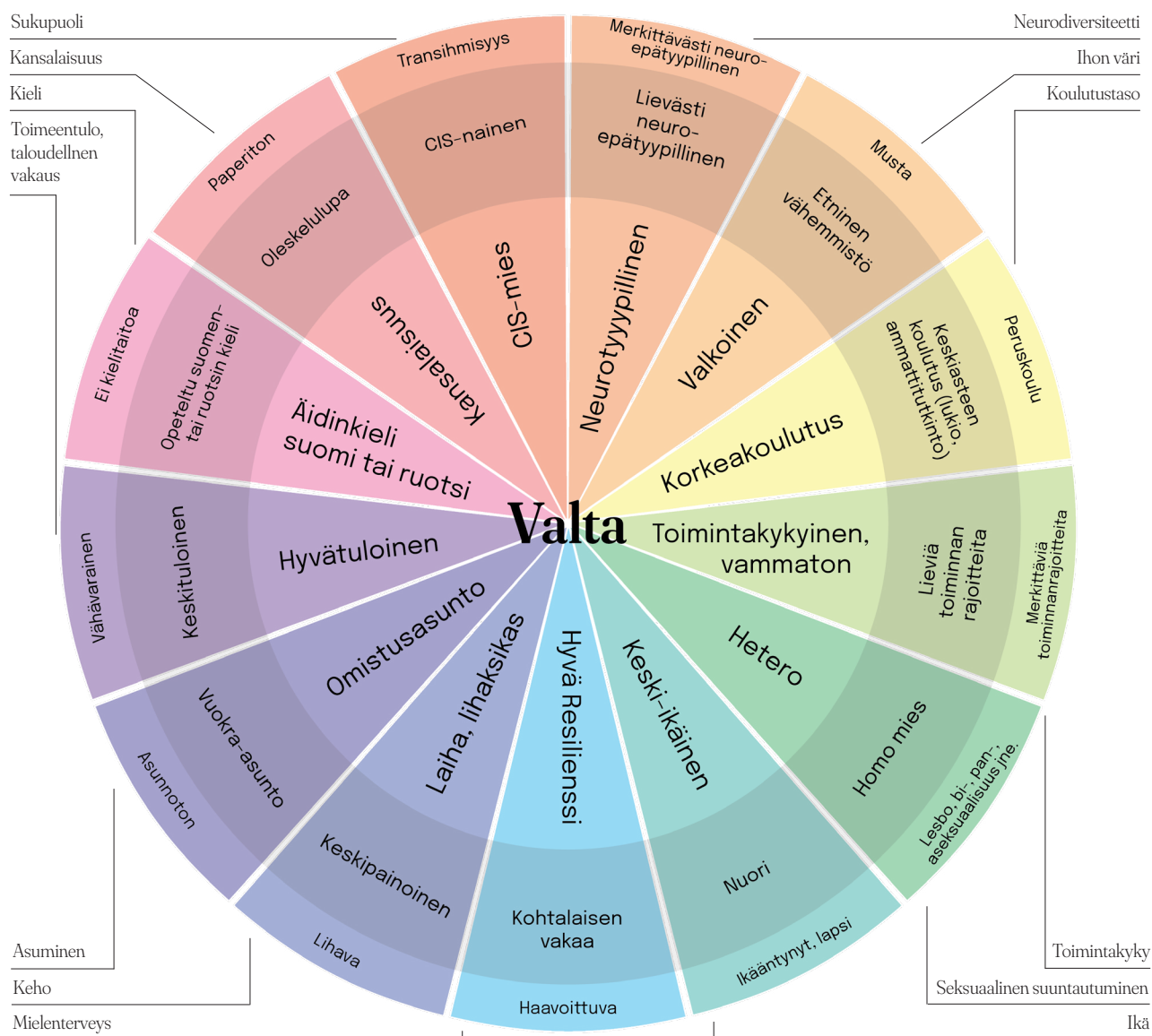
Toisaalta keskusteluissa nuorten kans- sa voi myös tuoda esiin, että haavoittu- vuus koskettaa jollain tavoin lähes jokais- ta meistä jossain elämämme vaiheessa. Haavoittuvuus on ihmisten vaikeisiin elä- mäntilanteisiin liittyvää resurssien ja tuen puutetta sekä sosiaalista turvattomuutta. Se on osa ihmisyyttä ja siihen tiiviisti liitty- vää tarvitsevuutta.



## Etuoikeuskehä

Eriarvoisuutta ja haavoittuvuutta tuottavia tekijöitä on tärkeää tunnistaa digitaalisessa kohtaamistyössä, jossa tuetaan moninaisista taustoista ja elämäntilanteista tulevia nuoria. Yksi selkeä työkalu tähän on Sylvia Duckworthin luoma ja Michaela Mouan suomentama etuoikeuksien kehä. Tavoitteena ei ole kehän avulla luokitella nuoria yksilöinä eriarvoisiksi vaan pysähtyä pohtimaan, vahvistammeko omalla toiminnallamme epätaasa-arvoa vai voisimmeko työssämme ottaa paremmin huomioon yhteiskunnallista eriarvoisuutta tuottavat tekijät.

**Tarkastele kehää ja mieti, millaisia yhteiskunnalliseen vallan jakautumiseen kytkeytyviä tekijöitä esimerkiksi lastensuojelun sijaishuollossa asuvalla nuorella saattaa elämässään olla. Kehän keskellä olevat tekijät vahvistavat valtaa ja ulommilla kehillä olevat tekijät vähentävät valtaa.**



Mouan suomentama etuoikeuskehä Duckworthin kehittämästä Power Wheelistä (Wheel of Power and Privilege).

## Näe nuori ilman leimaa

Nuoret toivovat ensisijaisesti tulevansa nähdyiksi nuorina, ilman leimoja. He toivovat, että aikuiset näkisivät heidät esimerkiksi ”päihdenuoren” sijaan nuorina, joilla on haasteita päihteiden kanssa, ja että heidät kohdattaisiin arvostavasti jokainen omana itsenään.

Kun meillä Nuorten Turvasatamassa on ollut tarve tuoda puheessamme esiin kohderyhmämme yhteys lastensuojeluun, olemme käyttäneet esimerkiksi sanoja ”lastensuojelun asiakkaana olevat nuoret”, ”sijaishuollossa asuvat nuoret” tai ”jätkihuollon piirissä olevat nuoret”. Emme käytä alentavia, leimaavia tai negatiivisesti identifioivia nimityksiä, kuten

- **laitosnuori**
- **ongelmanuori**
- **päihdenuori**
- **kodin ulkopuolelle sijoitettu** (tätä käytetään välillä virallisissa yhteyksissä, mutta nuoren näkökulmasta se saattaa antaa vaikutelman, ettei hänen kotinsa voi si olla lastensuojelun sijaishuollossa).

Pohdi ylläpitääkö puheesi mielikuvaa nuorista vajavaisina, haastavina, hauraina, erilaisina ja ulkopuolisina? Vai onko tarkoituksesi edistää puheellasi haavoittavien yhteiskunnallisten järjestelmien ja normien purkamista?

Kuuntele myös tarkalla korvalla millaisia merkityksiä nuoret itse antavat omalle arjelleen ja toimijuudelleen. Haavoittuvassa asemassa oleva nuori on aina myös toimija, jolla on monenlaisia voimavaroja, mielipiteitä ja vaikuttamistapoja. Kaikilla nuorilla on arvokasta jaettavaa, jos vain osaamme kuunnella heitä.

### Lähteet ja lisää luettavaa:

Canadian Council for Refugees 2023. Anti-opression. Heino, Tarja (toim.) 2020. Mikä auttaa? Tutkimusperustaiset ja käytännössä toimivat työmenetelmät teininä sijoitettujen lasten hoidossa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Pesäpuu ry 2023. Kokemusasiantuntijatoiminnan eettiset periaatteet. Tampereen yliopisto 2023. Haavoittuvuus. Unicef 2023. Miten tunnistaa eriarvoisimmassa asemassa olevat lapset Suomessa? Vainio, Saara & Mertanen, Katariina 2021. Voiko haavoittuvuuskeskustelu haavoittaa kohteitaan? - *Täydellinen lähdeluettelo oppaan lopussa.*

# *Traumatietoisuus osana digitaalista kohtaamistyötä*

## **”Mitä sinulle on tapahtunut?”**

Traumatietoinen työote tarkoittaa lastensuojelun kontekstissa sitä, että lasten ja nuorten kohtaamisessa ymmärretään lapsuudenaikaisten haitallisten kokemusten mahdolliset vaikutukset käyttäytymiseen, terveyteen ja hyvinvointiin. Aikuiset ja ammattilaiset koulutuksestaan ja työtehtävästään riippumatta osaavat ottaa tämän huomioon kohdatessaan lapsia ja nuoria empaattisesti ja voimavarakeskeisesti.

**Jotta tämä mahdollistuu, on aikuisella hyvä olla seuraavia taitoja:**

- **riittävä tietopohja traumasta ja traumatisoitumisesta**
- **hyvät itsesäätely- ja vuorovaikutustaidot**
- **kyky reflektioon ja mentalisaatioon eli oman ja toisen ihmisen kokemuksen ja näkökulman pohtimiseen.**

**Traumatietoisessa työotteessa siirrytään ”mikä sinua vaivaa” -kysymyksestä ”mitä sinulle on tapahtunut ja miten se vaikuttaa sinuun, ihmissuhteisiisi ja käsitykseesi itsestäsi” -kysymyksiin.**

Traumatietoisien työotteen yksi tarkoitus on hälventää nuoren mahdollista häpeän kokemusta ja luoda työskentelylle mahdollisimman turvalliset raamit. Tällöin on oleellista, että nuori kokee tulevaisuutensa nähdynsä ja kuulluksi ja että hänet kohdataan empaattisesti. Työntekijän on hyvä asettua tutkailevaan, ei-tietävään tilaan kuuntelemalla nuorta ja hyväksymällä hänen kertomansa. Jos keskustelemme voimavaralähtöisesti ja lempeästi, nuoren on helpompi liittyä keskusteluun hyökkäämättä tai puolustautumatta, ja hän pääsee avaamaan itselleen tärkeitä asioita.



On myös tärkeää pohtia, millä syvyydellä hankalalta tuntuviin aiheisiin verkossa menemme. Traumakokemusten yksityiskohtainen läpikäyminen kuuluu psykoterapeuteille ja muille trauman hoitoon erikoistuneille ammattilaisille, sillä trauman aktivoituminen turvattomasti voi pahimmillaan uudelleentraumatoida nuorta. Digitaalisessa kohtaamistyössä tärkeintä on arvostaa nuoren kertomaa ja keskittyä vahvistamaan hänen voimavarojaan, selviytymiskeinojaan sekä avun hakemista ja vastaanottamista. Nuorelle ei saisi jäädä verkkokohtaamisesta kokemusta, että hän on avannut jotain itselle vaikeaa ja jäänyt tämän jälkeen kokemuksensa kanssa yksin.

## Kompleksinen traumatisoituminen

Lastensuojelun asiakkaana olevat ja olleet, erityisesti sijaishuollossa (esim. lastensuojelulaitoksessa tai perhehoidossa) elävät nuoret altistuvat usein monella tavalla traumatisoiville tapahtumille eri ympäristöissä. Nuoren trauma on voinut syntyä vaikeasta kokemuksesta, joka on ylittänyt sen hetkisen sietokyvyn. Nuoren selviytymiskeinot eivät ole olleet tilanteessa riittävät, eikä hän ole saanut tarvitsemaansa tukea ja apua. Trauma voi aiheuttaa erilaisia oireita jokapäiväisessä elämässä.

Jos nuorella on ollut traumaattisia ja pitkäkestoisia kokemuksia kiintymyssuhteessa, voidaan puhua monimuotoisesta eli kompleksisesta traumatisoitumisesta. Kompleksisen eli monimuotoisen traumatisoitumisen tyypillisiä seurauksia ovat tunteiden säätelyyn, itsetuntoon ja ihmissuhteisiin liittyvät pulmat. Kielteisiin seurauksiin lukeutuu myös minäkuvan muodostuminen kielteiseksi ja häpeän värittämäksi. Nämä seuraukset nuorten elämässä näkyvät yleensä myös digitaalisessa kohtaamistyössä ja voivat herättää voimakkaita reaktioita työntekijässä.

## Kompleksinen traumatisoituminen = altistumista sietokyvyn ylittävälle kuormitukselle, joka:

# 1.

on toistuvaa  
tai pitkäkestoista

# 2.

sisältää  
vahingoittamista  
tai laiminlyöntiä  
hoitajien taholta

# 3.

tapahtuu  
kehityksen kannalta  
haavoittuvassa  
vaiheessa,  
esimerkiksi  
varhaislapsuudessa  
tai nuoruusiässä

Traumatisoituneen nuoren kanssa verkossa työskenneltäessä on tärkeää muistaa, että nuori osallistuu työskentelyyn ja keskusteluun niillä valmiuksilla, joita hän on elämänsä varrella oppinut. Turvattomat lapsuudenkokemukset ja kaltoinkohtelu voivat aiheuttaa pelkoa, vihaa ja/tai häpeää, jota nuori joutuu kantamaan mukanaan. Nämä tunteet voivat voimakkuudellaan hankaloittaa tai estää nuorta luomasta yhteyttä toisiin ihmisiin. Voimavaroja ja tärkeitä selviytymiskeinoja on kuitenkin aina löydettävissä. Tärkeää on myös muistuttaa nuorelle, että hän on arvokas juuri nyt, juuri sellaisena kuin on.

*"Kiitos kun kerroit minulle tästä. <3"*

*"Tosi raskaan kuuloinen tilanne, on hirmuisen ymmärrettävää, että se vaikuttaa suhun noin. <3"*

*"Mikähän voisi olla pienin mahdollisen tuntuinen askel, jonka sä voisit ottaa tavoitteesi suuntaan (esim. avun hakemiseksi)?"*

*"Onpa tärkeää ja arvokasta, että uskalsit ottaa tän puheeksi kanssani."*

*"Sulla on ollut kuormittavia juttuja. Mieti, kaikesta tuosta huolimatta oot päässyt tänne asti ja siinä sä olet omana tärkeänä itsenäsi. <3"*

*"Miten ihmeessä sä oot sen tehnyt?"*

## Työntekijän itsesäätely

Jotta työskentely nuoren kanssa sujuu, vaatii se sitä, että pystymme säätelemään omia tunteitamme ja tiedostamaan, millaista tunnetta mahdollisesti viestimme nuorelle. Tässä auttaa pysyttely riittävän irti nuoren kokemusmaailmasta, niin että työntekijän kyky havainnoida ja ajatella säilyy. Verkkovälitteisyys on usein itsessään yksi apukeino työntekijän itsesäätelyyn. Mikäli työntekijä ei pysty pitämään riittävää erillisyyttä vaan uppoaa liian voimakkaasti nuoren maailmaan, menetetään mahdollisuus tällaiseen tutkailevaan työotteeseen. Herkkyys asettua riittävän lähelle mutta turvallisen etäisyyden päähän on sekä nuoren kasvua että työntekijän hyvinvointia parhaiten tukeva vaihtoehto.

Digitaalisessa työssä työntekijän tulisikin havainnoida erityisen tarkkaan mielen ja kehon tuntemuksiaan sekä pohtia, mitä ne hänelle viestivät. Vaikka verkkovälitteisyys voi auttaa työntekijää pysyttelemään turvallisella etäisyydellä hankalista kokemuksista, tuo se myös omat haasteensa kohtaamiseen. Digitaalista työtä ei tehdä fyysisesti kasvo- tusten, eikä välttämättä edes ääneen keskustellen, sillä usein nuorille luonteva digitaalinen viestintä perustuu viestittelyyn ja chattailuun. Vuorovaikutustilanteita siis värittävät herkästi omat tulkintamme. Tämän mielessä pitäminen vaatii työntekijältä paljon. Joudumme tunnustelemaan nuoren tuntemuksia ja samalla tiedostamaan, että vuorovai- kutuksesta jää väistämättä pois tärkeitä sanattomia viestejä, kuten eleitä ja ilmeitä. Toi- saalta me digitaalista työtä tekevät olemme usein harjaantuneet mestareiksi lukemaan nuorten kirjoitettua kieltä. Erilaisilla hymiöillä, sanavalinnoilla, pisteillä, pilkuilla, huuto- merkeillä ja muilla merkeillä on aivan omanlaisensa merkitys, jota oppii tulkitsemaan vain nuoria verkossa kohtaamalla.

### **Tärppejä työntekijän itsesäätelyyn chat-keskustelun aikana:**

- Siirrä katse ruudulta välillä kauemmas, esimerkiksi ulos ikkunasta
- Hengitä hetken aikaa syvään, erityisesti uloshengitystä pidentäen
- Puristele käsissäsi stressilelua
- Käy juomassa lasi kylmää vettä
- Nouse välillä seisomaan, anna kehon liikehtiä
- Sano jotain itsekseesi tai kollegalle

## Vakauttava työskentely

Digitaalisessa kohtaamistyössä voidaan myös mahdollisuuksien mukaan opetella yhdessä nuoren kanssa tai vähintään pohtia yhdessä ja vinkata häntä tutustumaan keinoihin ja menetelmiin, joilla hän voi vakauttaa ja helpottaa arjessa nousevia vaikeita tunteita ja kehollisia reaktioita. Vakauttavien keinojen pohtiminen on tärkeä osa traumatietoista digitaalista kohtaamistyötä. Menetelmien harjoittelu kannattaa aloittaa silloin, kun nuorella on rauhallinen ja hyvä olla, jolloin niiden opettelu on usein helpompaa. Menetelmät voivat olla esimerkiksi erilaisia tietoiseen läsnäoloon, hengittämiseen ja havainnointiin liittyviä harjoituksia, joita löytyy verkkovälitteisenä esimerkiksi Mieli ry:n verkkosivuilta. Jotkut nuoret pitävät myös esimerkiksi asmr-videoista, joissa erilaisten äänien ja kuvien avulla luodaan rauhoittavia aistielämyksiä. Samalla on hyvä tiedostaa, että osa nuorista kokee tyypilliset hengitysharjoitukset luotaantyöntävinä, varsinkin jos nuorelle on aiemmin jäänyt ammattilaisen niitä tarjotessa kokemus siitä, ettei hän ole tullut kuulluksi ja kohdatuksi. Kysele ja tutkaile yhdessä nuoren kanssa, mikä juuri hänelle voisi toimia.

Kerroit, että sulla on tosi ahdistunut olo nyt. Meillä ei oo kiire, keskitytäänkö hetkeksi vähän auttamaan sun ahdistusta. <3 Jos haluat, voidaan kokeilla tällaista harjoitusta, jossa opetellaan keskittymään tähän hetkeen ja siihen mitä tapahtuu just nyt.

Miltä kuulostaa?

Onko sulla joku turvallinen paikka tai joku tekeminen, josta tulee rento ja hyvä olo kehoon ja mieleen?

Mitähän sellaista voisit tän keskustelun jälkeen tehdä, joka toisi sulle pikkuisen parempaa mieltä ja helpottaisi vähän oloa?



### Muista ainakin nämä traumatietoisesta digitaalisesta kohtaamisesta

- ♥ Ymmärrys trauman vaikutuksista nuoren tapaan olla vuorovaikutuksessa
- ♥ Empaattinen, tutkaileva ja ei-tietävä kohtaaminen
- ♥ Lempeys ja voimavaralähtöisyys
- ♥ Omien tuntemusten tarkastelu työtilanteessa: Mitä tunnen kehossani? Mitä tunnen mielessäni?
- ♥ Maadoittavat itsesäätelykeinot työskennellessä

**Lähteet ja lisää luettavaa:** *Tekstin kirjoittamisessa on konsultoitu Pesäpuu ry:n kehittämispäällikköä, psykologi Johanna Barkmania.* / Barkman, Johanna 2023. Merkattu ja peilattu – mentalisaatio traumatietoisessa konfliktin käsittelyssä. / Leino, Krista 2023. Yhden puhelimen ruudulle mahtuu valtava kirjo nuorten kokemusmaailmaa. / Linner Matikka, Johanna & Hipp, Tiia (toim.) 2023. Traumainformoitu työote. / Mieli ry 2023. Vahvista mielenterveyttä. Harjoitukset. / Suokas-Cunliffe, Anne (toim.) 2015. Häpeästä myötätuntoon. Näkökulmia vakavaan traumatisoitumiseen. / Traumaterapiakeskus ry 2020. Vakautumisopas terapeuteille ja traumatisoituneille. Tietoa ja keinoja lapsuuden kaltoinkohtelusta ja traumaoireista (CPTSD) toipumiseen. - *Täydellinen lähdeluettelo oppaan lopussa.*

# ***Digitaalisuuden ja työhyvinvoinnin näkökulmia***

Digitaalinen kohtaamistyö lastensuojelun asiakkaana olevien tai olleiden nuorten kanssa voi herättää työntekijässä voimakkaita tunteita ja kehollisia reaktioita. Kyse ei ole epäammattillisuudesta vaan inhimillisestä tavasta reagoida työssä ilmeneviin kuormittaviin tilanteisiin. Suurin osa tekee työtä empatialla ja samaistumisen kyvyllä, jolloin emotionaalinen altistuminen on väistämätöntä. Pitkittynyt kuormittuminen ja emotionaalinen stressi on kuitenkin kuluttavaa ja voi johtaa myötätuntouupumukseen ja sijaistraumatisoitumiseen.

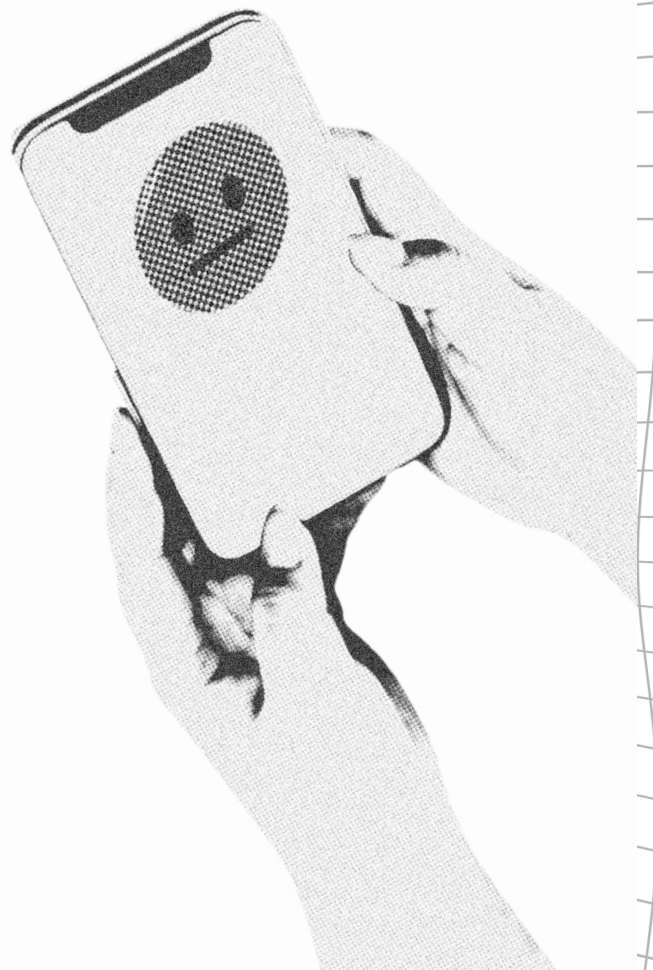
Digitaalisiin työvälineisiin liittyy usein aivojen palkitsemisjärjestelmää aktivoivia mekanismeja, erityisesti jos työ tapahtuu sosiaalisen median kanavissa. Työntekijän on tällöin haastavampaa säädellä ja rajata nuorten kuormittaville kokemuksille altistumista. Tämän takia digitaalisessa kohtaamistyössä työhyvinvointiin ja työn rajaamista tukeviin rakenteisiin on kiinnitettävä erityistä tarkkuutta.

## **Myötätuntouupumus =**

Kun liian voimakkaana, pitkäkestoisena ja purkamattomana jatkunut emotionaalinen stressi nuorten kokemuksista ja tunteista johtaa työntekijän uupumiseen, joka oireilee esimerkiksi unen haasteina, ahdistuksena tai kipuina.

## **Sijaistraumatisoituminen =**

Kun nuoren traumaattinen kokemus vaikuttaa voimakkaasti, pitkäkestoisesti ja purkamattomana työntekijään, vaikei hän ole ollut mukana varsinaisessa traumaattisessa tilanteessa. Vaikutukset työntekijään voivat olla laajoja ja syviä, esimerkiksi minä- ja maailmankuvan muuttuminen kielteisesti.



**Digitaalisessa kohtaamistyössä myötätuntouppumusta ja sijaistraumatisoitumista voidaan ehkäistä sekä työhyvinvointia ja resilienssiä vahvistaa muun muassa seuraavilla tavoilla:**

- Rakenteiden luominen digitaalisten työvälineiden käyttöön auttaa asettamaan työhyvinvointia tukevia rajoja. Näitä voivat olla mm. sovitut ajatvälineiden käyttöön, rajatut chat-päivystysajat tai ajanvarausmahdollisuudet ja hälytysten ja ilmoitusten pois kytkeminen laitteista.
- Traumatietoinen työote luo ja ylläpitää toivoa kuormittavien tilanteiden keskellä ja auttaa työntekijää ymmärtämään omia ja nuoren reaktioita.
- Osallistuminen työnohjaukseen auttaa jäsentämään ja tulkitsemaan työhön liittyviä kysymyksiä, tunteita ja kokemuksia.
- Työyhteisö luo psykologisesti turvallisen tilan purkaa stressiä, saada vertaistukea, ohjausta ja muita mahdollisuuksia itsestä huolehtimiseen.
- Työyhteisö tekee näkyväksi onnistumisia, ilon aiheita ja hyödyntää huumoria voimavarana.
- Työnantaja huolehtii työntekijän jaksamisesta tasapainottamalla tarvittaessa työmäärää ja tarjoamalla lisäkoulutautumista.
- Kehon ja autonomisen hermoston hyvinvoinnista huolehtiminen tukee stressistä palautumista. Tätä voi olla esimerkiksi meditointi, liikunta, mietiskely, lepääminen ja taide. Työnantaja voi tukea tätä esim. virike-edulla ja hyvinvointitunneilla.

Toisaalta digitaalisuus itsessään voi olla myös vahvasti työhyvinvointia edistävä ja suojaava tekijä. Verkossa työntekijän itsesäätely voi olla helpompaa, eikä hermosto välttämättä ylivirity niin herkästi. Niinpä esimerkiksi hermostollisesti herkkä tai ADHD:n tai autismin kirjolla oleva työntekijä voi kokea myönteisesti työn, jossa kohtaaminen tapahtuu etäyhteyksin ja jota voi mahdollisuuksien mukaan tehdä kotoa käsin.

**Lähteet ja lisää luettavaa:**

Leino, Krista 2022. Verkkovälitteisyys voi tukea myös työntekijän osallisuutta ja hyvinvointia. Nissinen, Leena 2009. Auttamisen rajoilla: myötätuntouppumisen synty ja ehkäisy. / Nissinen, Leena 2012. Rajansa kaikella: Miten estää myötätuntouppumisen? / Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023. Työn tueksi. Hyviä käytäntöjä: Myötätuntouppumus ja työnohjaus. / Traumainformoitu toivo 2023. Auttajan hyvinvointi ja traumainformoitu orientaatio. - *Täydellinen lähdeluettelo oppaan lopussa.*

# Lopuksi

Digitaalisilla alustoilla tapahtuva, nuoria kohtaava, matalan kynnyksen työ on sosiaalialalla ja nuorisotyössä vielä vähän tutkittu, tarkasteltu ja ymmärretty työmuoto, jota tekee pieni, mutta taitava ja työlleen omistautunut ammattikunta. Vaikka digitaalisen kohtaamisen taitoja voi kehittää kuka tahansa, alalla olevat tunnistavat digitaalisen kohtaamisen olevan haastavaa ja herkästi kuormittavaa mutta samalla nuoren elämää välillä hämmästyttävän läheltä tarkastelevaa ja antoisaa vuorovaikutusta.

Mikäli työskentelet digitaalisen kohtaamistyön parissa, toivottavasti opas tarjoaa sinulle vahvistusta siihen, että tekemäsi työ on tärkeää ja perusteltua ja että työstä syntyvät niin myönteiset kuin haastavat tunteesi ovat inhimillisiä ja jaettuja.

Mikäli tutustut digitaaliseen kohtaamistyöhön ensimmäistä kertaa tämän oppaan myötä, toivottavasti olet saanut käsityksen siitä, että työ ei ole ainoastaan kevyttä somen selailua tai chattailua vaan tärkeä auttamistyön muoto kasvokkaisten palveluiden rinnalla. Lastensuojelun kontekstissa digitaalinen työ tulisi mielestämme nähdä nykyistä vahvemmin palveluita täydentävänä työmuotona, jolle on kysyntää.

**Toivotamme jokaiselle nuorten parissa työskentelevälle rohkeutta, uteliaisuutta ja innostusta heittäytyä digitaalisen työn maailmaan!**



# Lähteet

Aaltonen, Satu & Hytti, Ulla & Lepistö, Tanja & Mäkitalo-Keinonen, Tiina yhteistyössä Agile-hankkeen muiden tutkimusryhmien ja tutkijoiden kanssa 2016. Yhteiskehittäminen: kaikki siitä puhuu, mutta mitä se on ja miten siinä onnistua? Artikkelii.  
<https://www.utu.fi/fi/ajankohtaista/uutinen/yhteiskehittamisen-kaikki-siita-puhuu-mutta-mita-se-on-ja-miten-siina>

Bardy, Marjatta (toim.) 2009. Lastensuojelun ytimissä. THL.  
<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-245-853-7>

Barkman, Johanna 2023. Merkattu ja peilattu – mentalisaatio traumatietoisessa konfliktin käsittelyssä. Blogiteksti.  
<https://pesapuu.fi/2023/04/merkattu-ja-peilattu-mentalisaatio-traumatietoisessa-konfliktin-kasittelyssa/>

Canadian Council for Refugees 2023. Anti-oppression.  
<https://ccrweb.ca/en/anti-oppression>

Eriksson, Pia & Lepola, Kaisa 2023. Tutkimus: koulukodeissa asuvat nuoret toivovat enemmän välittämistä ja keskustelua rajoittamisen rinnalle. THL.  
<https://thl.fi/fi/-/tutkimus-koulukodeissa-asuvat-nuoret-toivovat-enemman-valittamista-ja-keskustelua-rajoittamisen-rinnalle>

Erkko, Anna & Hannukkala, Marjo 2019. Mielenterveys voimaksi. Käsikirja nuorisotyön ammattilaisille. Lahti: Suomen Mielenterveysseura.

Heino, Tarja (toim.) 2020. Mikä auttaa? Tutkimusperustaiset ja käytännössä toimivat työmenetelmät teininä sijoitettujen lasten hoidossa. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Honkatukia, Päivi & Kivivuori, Janne (toim.) 2006. Nuorisoriikollisuus. Määrät, syyt ja kontrolli.  
<https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/2867cc71-71ee-4f4e-bfac-7c7681c92cc6/content>

Karhula, Päivikki 2023. Anonymiteetti – suojaa vai tunnista. Kansalliskirjasto. <https://sanavapauteen.fi/artikkeli/2715>

Lastensuojelun keskusliitto 2014. Lastensuojeluun tarvitaan uudenlainen johtamisen kulttuuri.  
<https://www.stinfo.fi/tiedote/18153875/lastensuojeluun-tarvitaan-uudenlainen-johtamisen-kulttuuri?publisherId=1950>

Leino, Krista 2023. Yhden puhelimen ruudulle mahtuu valtava kirjo nuorten kokemusmaailmaa. Blogiteksti.  
<https://pesapuu.fi/2023/03/yhden-puhelimen-ruudulle-mahtuu-valtava-kirjo-nuorten-kokemusmaailmaa/>

Leino, Krista 2022. Verkkovälitteisyys voi tukea myös työntekijän osallisuutta ja hyvinvointia. Blogiteksti.  
<https://pesapuu.fi/2022/10/verkkovälitteisyys-voi-tukea-myös-työntekijän-osallisuutta-ja-hyvinvointia/>

Linner Matikka, Johanna & Hipp, Tiia (toim.) 2023. Traumainformoitu työote. Jyväskylä: PS-kustannus.

Lorentsen, Mart 2022. Discord: Kaikki, mitä palvelusta täytyy tietää. Artikkelii.  
<https://kotimikro.fi/ohjelmat/discord-kaikki-mita-palvelusta-taytyy-tietaa>

Luoma-Kuikka, Anneli 2020. Toisten kohtaamisesta iloa ja voimaa. Artikkelii.  
<https://sydan.fi/artikkeli/toisten-kohtaamisesta-iloa-ja-voimaa/>

Mieli ry 2023. Vahvista mielenterveyttä. Harjoitukset.  
<https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/harjoitukset/>

Nissinen, Leena 2009. Auttamisen rajoilla: myötätuntouppumisen synty ja ehkäisy. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Nissinen, Leena 2012. Rajansa kaikella: Miten estää myötätuntouppuminen? Helsinki: Edita Publishing Oy.

Paasivirta, Annukka & Kekkonen, Elina & Lindqvist, Jonna 2022. Lapsen suojelun tehtävää tulisi kirkastaa. Blogi. Lastensuojelun keskusliitto.  
<https://www.lskl.fi/blog/lapsen-suojelun-tehtavaa-tulisi-kirkastaa/>

Pesäpuu ry 2023. Kokemusasiantuntijatoiminnan eettiset periaatteet.  
<https://pesapuu.fi/toiminta/kokemusasiantuntijuus-pesapuussa/>

Pruuki, Lassi 2015. Kohtaaminen – läsnäolon aakkoset. Artikkelii.  
<https://yle.fi/aihe/artikkeli/2015/03/16/kohtaaminen-lasnaolon-aakkoset>

Ruoho-Pettersson, Tiina & Serenius-Sirve, Silve 2022. Arki toimimaan nuoren kanssa. Barnavårdsförningen.  
<https://www.bvif.fi/fi/uutiset/arki-toimimaan-nuoren-kanssa-opas/>

Savolainen, Janne & Toni, Anna 2019. Miten vahvistamme nuorten uskoa tulevaisuuteen?  
<https://tem.fi/blogi/-/blogs/miten-vahvistamme-nuorten-uskoa-tulevaisuuteen->

Suokas-Cunliffe, Anne (toim.) 2015. Häpeästä myötätuntoon. Näkökulmia vakavaan traumatisoitumiseen. Helsinki: Traumaterapiakeskus ry.

Tampereen yliopisto 2023. Haavoittuvuus.  
<https://research.tuni.fi/sosiaalityontutkimus/haavoittuvuuden-kehys/>

Teittinen, Henri & Auvinen, Tommi 2014. Kontrollin käsite muutoksessa: Käskytyksestä kohti asiantuntijaohjausta.  
<http://urn.fi/URN:NBN:fi:juv-201411263375>

THL 2023. Lastensuojelun arvot ja periaatteet. Lastensuojelun käsikirja.  
<https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/mita-on-lastensuojelu/lastensuojelun-arvot-ja-periaatteet>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023. Työn tueksi. Hyviä käytäntöjä: Myötätuntouppumus ja työnhöjau.  
<https://thl.fi/fi/web/maahanmuutto-ja-kulttuurinen-moninaisuus/tyon-tueksi/hyvia-kaytantoja/myotatatuntouppumus-ja-tyonhojau>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (2023). Sosiaalihuollon viranomaisen salassapitovelvollisuus. Lastensuojelun käsikirja. <https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/toimijat-tyon-tuki-hallinto/hallinto/tiedon-hankkiminen-lastensuojelun-tarpeisiin-ja-sen-luovuttaminen/sosiaalihuollon-viranomaisen-salassapitovelvollisuus>

Traumaterapiakeskus ry 2020. Vakautumisopas terapeuteille ja traumatisoituneille. Tietoa ja keinoja lapsuuden kaltoinkohtelusta ja traumaoireista (CPTSD) toipumiseen. Helsinki & Oulu: Traumaterapiakeskus ry.

Traumainformoitu toivo 2023. Auttajan hyvinvointi ja traumainformoitu orientaatio.  
<https://traumainformoitu.fi/auttajan-hyvinvointi-ja-traumainformoitu-orientaatio/>

Unicef 2023. Miten tunnistaa eriarvoisimmassa asemassa olevat lapset Suomessa?  
<https://www.lapsiystavallinenkunta.fi/lapsen-oikeuksien-teemapaketti/aluksi-elama-ilman-syrjintaa-on-lapsen-oikeus/miten-tunnistaa-eriarvoisimmassa-aseassa-olevat>

Vainio, Saara & Mertanen, Katariina 2021. Voiko haavoittuvuuskeskustelu haavoittaa kohteitaan? Blogiteksti.  
<https://blogs.helsinki.fi/cosupport/2021/10/28/voiko-haavoittuvuuskeskustelu-haavoittaa-kohteitaan/>





## NUORTEN TURVASATAMA

Nuorten Turvasatama on Pesäpuu ry:n, Auta Lasta ry:n ja Osallisuuden Aika ry:n yhteinen, kolmivuotinen hanke vuosina 2021–2024, jossa on kehitetty verkkovälitteistä tukea, vertaistukea ja osallistumismuotoja lastensuojelun asiakkaina olevien ja olleiden ihmisten hyvinvoinnin vahvistamiseksi. Hankkeen rahoittaja on Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus STEA.