

VOIMA VAIKUTTAA

NUORTEN FOORUMI

2025

FOORUMIN VALMISTELU

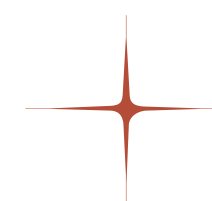
Voima vaikuttaa verkoston historian 7. Nuorten foorumipäivää suunniteltiin yhdessä nuorten kanssa alusta alkaen.

Järjestimme verkostolle hybridi-tapaamisen, jossa kokoonnuimme pohtimaan yhdessä nuorten kanssa nuoria puhututtavia teemoja, joista työstettiin 3 erilaista työpajaa foorumipäivään.

Ruoka ja herkut ovat myös perinteisesti olennainen osa foorumia. Nuorten toiveiden mukaisesti meillä oli pizzabuffet

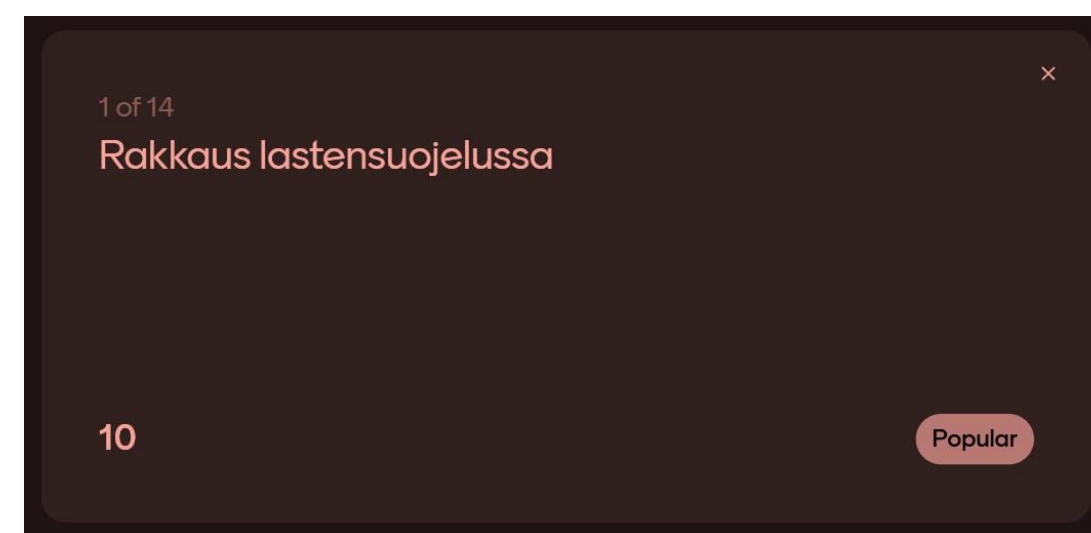
VOIMA VAIKUTAA

**NUORTEN
FOORUMI**



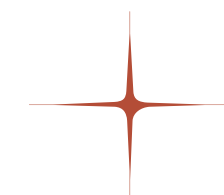
FOORUMIN TEEMAT

Kokoonnuimme yhdessä nuorten kanssa hybridi-toteutuksella yhteen ja työskentelimme Mentimeter-alustalla. Jokainen sai lisäillä omalla puhelimellaan aiheita ja teemoja lastensuojelusta, mitkä nuoria itseään puhuttavat. Lopuksi äänestettiin 3 eniten kiinnostavaa teemaa työpajojen aiheiksi.



VOIMA VAIKUTAA

**NUORTEN
FOORUMI**



FOORUMIN OHJELMA

9:30-10:00 Aamupalaa tariolla Arttelissa

10:00-11:30 Esittäytyminen: Verkostoon kuuluvat nuorten ryhmät esittäytyvät haluamallaan tavalla

11:30-12:15 Lounas: pizza-buffet

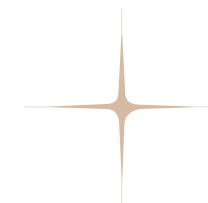
12:15-14:00 Työpajoja: Rakkaus

Mielenterveys lastensuojelussa

Traumatietoisuus lastensuojelussa

14:00-15:30 Kokoonnutaan yhteen. käydään läpi yhdessä päivän antia sekä kahvitellaan ja herkutellaan.

15:30 foorumin päätös JA KOTIIN LÄHTÖ

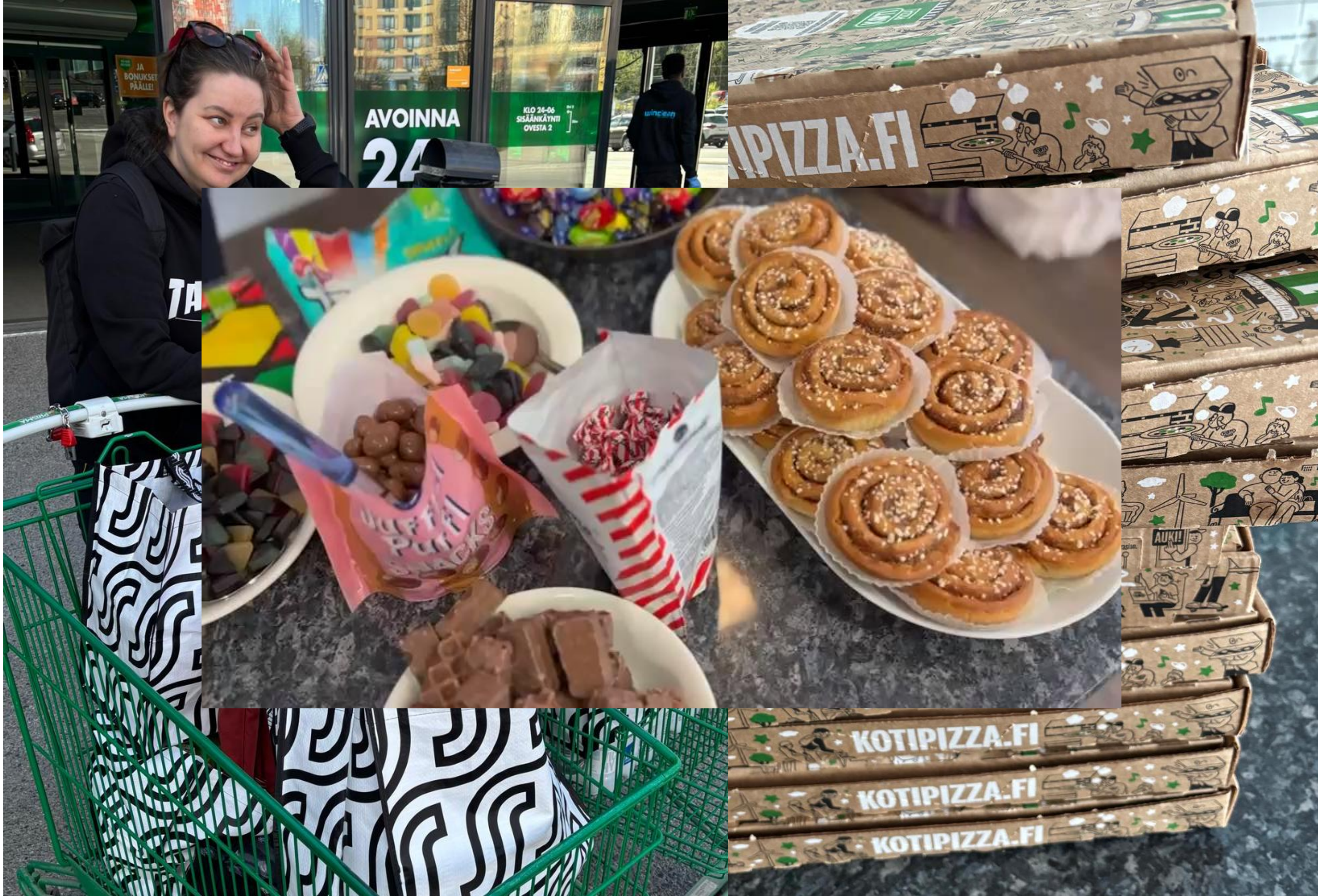


VOIMA VAIKUTAA

**NUORTEN
FOORUMI**



HERKKUJA PÄIVÄÄN



VOIMA VAIKUTTAA
NUORTEN
FOORUMI



FOORUMIN TEEMAT

Rakkaus lastensuojelussa

Millaista on rakkaus lastensuojelussa?
Kuinka osoittaa rakkautta, mitkä ovat rakkaudentekoja?

Mielenterveys lastensuojelussa

Mitä mielenterveydestä tulee mieleen? Mitä ovat omaa mielenterveyttä tukevia asioita, entä miten aikuiset voisivat ottaa nuorten mielenterveyden huomioon?

Traumatietoisuus lastensuojelussa

Työpajan tavoitteena oli tarjota tietoa ja tukea nuorille traumaan liittyvien ilmiöiden ymmärtämiseen.



VOIMA VAIKUTTAA

**NUORTEN
FOORUMI**

Rakkaus lastensuojelussa

POIMINTOJA:

Ymmärrys ja hellyys lastensuojelussa:

- Kuulumisten kysyminen
- Mitä surullisempi/vaikeampi olo tarvitsisi mahdollisesti enemmän rakkautta
- Halaus tai muu läheisyyden osoitus voi keventää taakkaa, helpottaa oloa
- "Sun arkesi on lapsesi lapsuus"!
- Halaus palauttaa maan pinnalle
- Luottamus tuo myös turvaa



POIMINTOJA:

Pieniä, suuria asioita:

- Nähdään käytöksen taakse
- Rakkautta ei tarvitse ansaita
- Lempeitä sanoja, ymmärrystä
- Peittelyä, ruokaa, välittäviä tekoja
- Eläinten kautta
- Halaus, selkähieronta, hiustenlaittoa

- Aamiainen huoneeseen
- Kärsivällisyys, jatkuvuus
- Lempeä katse
- Huumori
- Kahvin keittäminen



Rakkaus lastensuojelussa

POIMINTOJA:

Välittävät suhteet:

- Ohjaajasta sisko
- Laitosperhe, nuorten välinen sijaissisarus
- Nuorten välinen seurustelu
 - Tabu vai läppä
 - Sääntöasia
 - Ylireagointi teinien suhteisiin – sossuasiasia?
- Mitä jos ei halua tavata läheistä?
- Onko koti ainoa paikka johon saa mennä?
- Saako katkaista satuttavan suhteen?

- Oma sisarus sijaishuollossa
- Tukeutuminen ihmisii, jotka asuu sun kanssa saman katon alla
- Yhteydenpito laitoksen ulkopuolella oleviin ystäviin → sallittua vai ei?
- Hirvee valita
- Ystävän luokse kotilomille
- Kotilomien rajoittaminen ihmesyistä laitoksesta
- Sana: kotiloma → ansaittava?
- Kerran viikossa vai saako mennä kaverille yöksi
- Saako omat kaverit yöpyä laitoksella?



Rakkaus lastensuojelussa

POIMINTOJA:

Ymmärrystä kaikilta kaikille

- Millaista ja keneltä on valmis ottamaan hellyyttä vastaan
- Tausta, mikä on turvallinen tapa näyttää
- !! Pysyvyys !!
- Samanmielisyyys siitä, että kaikki ansaitsee rakkautta
- Aikuisten egojen kolistellessa sossun tehtävä olis pitää lapsen puolta

- Sukuyhteisö: keneen kiinnittyy ja mistä turvaverkko → esim mummut tai muu yhteisö
- Työntekijöiden itsetuntemys ja tunnetaidot
 → Miten tuetaan työssä
 → Miten sijaisvanhemmat puhuu itselleen ja toisilleen

LUPA IKÄVÖIDÄ

- Eri aikuiset tekee yhteistyötä
- kaikki voi rakastaa
- Pitääkö kutsus sijaisvanhempaa äidiksi vai voiko kutsua nimellä?
- Annetaan tilaa, ei oleteta
- Luopuminen olettavista asenteista:
 "Se on sun isä/äiti"
- Ratkaisukeskeisyys



Traumatietoisuus lastensuojelussa

POIMINTOJA:

Meidän työpajamme tavoitteena oli tarjota nuorille tietoa sekä tukea traumaan liittyvien ilmiöiden ymmärtämiseen. Mukana oli myös aimo annos RADIKAALIA HYVÄKSYNTÄÄ! Tarjota psykoedukaatio traumasta nuorille ymmärrettävällä tavalla.

Työpajan aikana työntekijä oli tarvittaessa paikalla, mikäli nuoret halusivat tukea tai halusivat puhua yksityisesti, esimerkiksi jos työpajan aikana heräsi vaikeita tunteita tai kysymyksiä. Tämä mahdollisti osallistumisen omilla ehdoilla.

Turvallisen tilan periaatteet:

- Jokainen saa osallistua omalla tavallaan.
- Henkilökohtaisista kokemuksista ei tarvitse puhua, jos se ei tunnu hyvältä.
- Kaikkien kokemuksia ja mielipiteitä kunnioitetaan.
- Ryhmässä jaettu jää ryhmään.



Traumatietoisuus lastensuojelussa

POIMINTOJA:

Traumapsykoedukaatio: Käytiin läpi, mitä trauma on ja miten se voi näkyä arjessa. Nuoret tunnistivat trauman ilmenemismuotoja, kuten esim. vetäytymistä ja luottamuspulmia. Samalla nousi esille ajatus siitä, että selviytymiseen löytyy myös monia voimavaroja.

Työpajan ensimmäinen osio oli true or false -väittämien peli. Nuorille jaettiin lomakkeet, joissa oli erilaisia väittämiä, ja yhdessä käytiin läpi, mitkä väittämistä olivat tosia ja mitkä tarua.

Pohdintojen aikana nuoret pääsivät aktiivisesti pohtimaan ja perustelemaan vastauksiaan. Yhdessä pohdittiin yleisiä uskomuksia sekä väärinkäsityksiä traumasta. Haluttiin pelin avulla lisätä ymmärrystä siitä, että trauma ei määrittele koko elämää eikä estä hyvää tulevaisuutta.



Traumatietoisuus lastensuojelussa

POIMINTOJA:

Työpajan toisessa osiossa nuoret kirjoittivat seinälle ajatuksiaan kahteen kategoriaan:

Harjoitus konkretisoi sen, että vaikka menneisyyttä tai toisten tekoja ei voi hallita, omiin valintoihin ja suhtautumiseen voi vaikuttaa tässä hetkessä.

Mihin en voi vaikuttaa:

- En voi muuttaa menneisyyttä.
- En voi muuttaa muiden käytöstä tai tekoja.
- En voi välttämättä muuttaa omia reaktioitani.
- Mitä jos olisin tehnyt niin ja näin?
- En voi vaikuttaa siihen, mihin synnyin.”

Mihin voin vaikuttaa:

- ”Joskus oon iloinen, että se olin mä, enkä joku muu.
- Mä kestin, joku muu ois voinut romahtaa lopullisesti.
- Altistaminen: triggeröitymisen välttäminen on luonnollista, mutta trauma pitää kohdata, ei juosta karkuun.
- Voinko yrittää uudelleen.
- Mihin menen.
- Kenelle kerron asioistani.
- Kenet päästän lähelle.
- Millaisen elämän rakennan itselleni.
- Millaisia tavoitteita asetan, pienin askelin.
- Mihin laitan aikaani ja energiaani.



Traumatietoisuus lastensuojelussa

POIMINTOJA:

Työpajan kolmas osio oli Radikaali hyväksyntä. Keskusteltiin siitä, mitä radikaali hyväksyntä tarkoittaa ja miten se voi auttaa eteenpäin. Hyväksyntä nähtiin keinona kohdata oma historia ilman että sen annetaan määrittää tulevaisuutta.

Nuoret löysivät ajatuksen pienistä tavoitteista ja askelista arjen tasolla, jotka vievät kohti parempaa arkea.

Työpajan lopuksi nuoret loivat "tsemppiseinän", johon he kirjoittivat ja piirsivät erilaisia viestejä muille nuorille. Viestit olivat monenlaisia ja niissä näkyi huumori ja kannustus. Nuoret haluavat tukea toisiaan sekä käsitellä vaikeita kokemuksia luovasti ja monipuolisesti.

Tsemppiviestien sanoma vaihteli:

- "Kill them with kindness"
- "Oma hyvinvointi on paras kosto pahoille tekijöille"

Osassa viesteistä näkyi huumori:

- "Musta huumori parantaa haavat".



POIMINTOJA:

Jokainen nuori sai simpukan työpajan alussa. Työpajan lopuksi jaettiin kirje, jossa kerrottiin simpukan merkitys: Kirjeen tarkoituksena on muistuttaa, että trauma näkyy ja koetaan yksilöllisesti. Joskus kokemuksemme on vahvasti läsnä, joskus taustalla, ja joskus nousee esiin yllättäen.

Simpukka toimii muistutuksena siitä, että ei ole yksin omien kokemustensa kanssa. Se kannustaa hyväksymään omat tunteet, muistot ja tarpeen etäisyyteen omalla tavallaan, ja rohkaisee rakentamaan merkityksellistä elämää kokemuksistaan huolimatta.

Nuorten ääni tuli esille heidän omien kirjoitustensa ja pohdintojensa kautta. Vaikka aihe oli haastava, että nuoret pääsivät turvallisesti pysähtymään sen äärelle ja vahvistamaan omaa toimijuuttaan. He pohtivat monipuolisesti sekä menneisyyden rajoitteita että omia mahdollisuuksiaan tässä hetkessä



Mielenterveys lastensuojelussa



POIMINTOJA:

Nuoret tiesivät jo hyvin, miten voivat itse edistää omaa mielenterveyttään.
Nuorten ajatuksia omaa mielenterveyttä tukevista asioista:

- **Koirat, kissat, lemmikit**
- **liikunta, ulkoilu, ulkona jäätelön syönti, musiikki, taide, harrastukset, pelit**
- **sanon "ei"**
- **puolison kanssa treffeillä käynti, läheiset, ystävät ystävien kanssa juhlat, perheen kanssa oleminen**
- **self love, oma rauha**

Mielenterveys lastensuojelussa



POIMINTOJA:

Nuorten ajatuksia siitä, miten ohjaajat voisivat huomioida mielenterveyden sijaishuollossa:

- **Panostetaan ja tarjotaan ensisijaisesti keskusteluapua. Ei heti automaattisesti lääkkeitä, jos ei ole pakko.**
- **Tutustuu nuoreen kunnolla, ennen kuin kritisoi tai tekee ennakkoluuloja mielenterveysongelmien pohjalta. Ei kielletä tai vähätellä nuorten pahaa oloa/mielenterveyden haasteita. Inhimillinen kohtaaminen. Aidosti kohdataan nuori ja kuunnellaan häntä, annetaan nuorelle läsnäoloa ja sanoitetaan, että ei tarvitse olla yksin omien ajatusten kanssa.**

Mielenterveys lastensuojelussa

POIMINTOJA:

Nuorten ajatuksia siitä, miten ohjaajat voisivat huomioida mielenterveyden sijaishuollossa:

- Ohjaajien tulisi puuttua oireilun sijasta syyhyn. Mielenterveysongelmat ≠ ongelmakäyttäytyminen.
- MONlammattillinen yhteistyö.
- Nuori on enemmän kuin hänen mielenmöröt.
- Ohjaajien tulisi vaihtua vähemmän, jotta luottamussuhde ei koko ajan päättyisi.
- Tukee nuorta ja hänen unelmia.
- Mielenterveydestä EI saa muodostaa tabua sijaishuollossa.



Mielenterveys lastensuojelussa

POIMINTOJA:

Keskustelun pääteema oli se, että mitä olisi itse kaivannut sijaishuollossa, mutta ei saanut. Moni puhui mm. päihteidenkäytön vaikutukseen siinä, otetaanko nuoren mielenterveysnongelmat vakavissaan.

Nuoret kokevat myös vahvasti, että ohjaajat ovat hoitaneet ainoastaan mielenterveysongelmien oireita, kuten päihteilyä tai itsetuhoisuutta, mutta ongelmien juurisyihin keskittyminen on puuttunut lähes kokonaan. Esimerkiksi syömishäiriötä sairastava nuori koki tulleen unohdetuksi, kun ei ollut enää oireillut näkyvästi tai laihduttanut. Kukaan ei enää kysynyt häneltä haluaisiko hän keskustella syömishäiriöstään ammattilaisten kanssa, sillä ongelma oli ns. poissa silmistä, poissa mielestä. "Oletetaan vaan, että kaikki on järjestynyt ja niistä ei puhuta". Muut nuoret samaistuivat tähän ilmiöön.



Mielenterveys lastensuojelussa



POIMINTOJA:

Puhuimme jonkin verran myös itsetuhoisuudesta. Eräs nuori sanoi ”Mun piti olla itsetuhonen että saisin huomiota, koska mua ei muuten otettu tosissaan.”, ja toinen taas sanoi ”Kun kerroin ohjaajalle että mulla oli paha olla, ja mua kiusattiin, se vaan sanoi että haen huomiota”.

Keskustelimme tämän jälkeen mm. siitä, että eihän yksikään hyvinvoiva lapsi tai nuori hae huomiota itsetuhoisuudella. Jokainen nuori tulisi kohdata avoimin mielin, ei epäillen ja ennakkoluulojen kera.

Mielenterveys lastensuojelussa



POIMINTOJA:

Saimme myös itsetuhoisuuden jäljistä ja arvista keskustelua. Monia nuoria kehoitetaan lastensuojeluyksiköissä piilottamaan esimerkiksi viiltelyarpensa, sillä se voi olla toisen nuoren mielestä triggeröivää. Nuoret olivat sitä mieltä, että jokaisella on omassa kodissaan oikeus olla oma itsensä. Asiaa pitäisi ennemminkin käsitellä sen nuoren kanssa, jota ne arvet triggeröi, ja miksi ne triggeröivät.

Moni kamppailee omien arpien häpeän kanssa, ja aikuisten pitäisi enemmänkin kannustaa nuoria olemaan OK asian kanssa, eikä päinvastoin piilottelemaan itseään ja sitä, mitä on joutunut käymään läpi. Keskustelun päätteeksi nuoret totesivat, että näihin tilanteisiin turtuu laitoksissa niin paljon, ettei jaksakaan enää vaivautua, tai välittää niistä. Kun olet tottunut siihen, etteivät ohjaajat kuitenkaan usko sinua tai ota asioita vakavasti vastaan, ei jaksakaan enää mennä vastavirtaan ja taistella, mikä tuo taas lisää ongelmia tulevaisuuteen.



FOORUMIPÄIVÄSTÄ

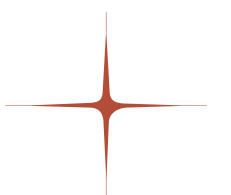
Foorumiin osallistui 42 nuorta ja 11 aikuista ympäri Suomen.

Foorumi järjestettiin Tampereella sen keskeisen sijainnin vuoksi kulttuuritalo Arttelissa, jossa oli monipuoliset tilat eri työpajoille ja yhteisille hetkille ja ruokailuille.

Tänä vuonna foorumi järjestettiin yhteistyössä Lastensuojelun Keskusliiton kanssa. Nuorten tuottamaa materiaalia vietiin Valtakunnallisille lastensuojelupäiville lokakuussa ammattilaisten tietoon.

VOIMA VAIKUTTAA

**NUORTEN
FOORUMI**





PALAUTETTA

NUORILTA:

Foorumin tavoitteena on toimia mahdollistajana vertaisuudelle, vaikuttamiselle, verkostoitumiselle ja kuulluksi tulemiselle.

Keräsimme päivän loppupuolella palautetta nuorilta Mentimeter-sovelluksella. Palautteen perusteella foorumipäivä oli onnistunut ja tuki vertaisuutta, tutustumista ja kuulluksi tulemistä unohtamatta hyvää ruokaa ja herkkuja.



1 of 28

Sai nähdä mukavia ihmisiä!

Puhuttiinko tänään tärkeistä asioista

Koenko tullee kuulluksi tänään

Koenko saaneeni kokemuksia vertaisuudesta

Lisääntyikö rohkeuteni osallistua lastensuojelun kehittämiseen

Vahvistuiko itsetuntemukseni päivän työskentelyn myötä

Ei lainkaan

Erittäin paljon

6.3

5.7

5.9

5.9

4.8



VOIMA VAIKUTAA

VERKOSTOSTA:

Pesäpuu ry:n koordinoima Voima Vaikuttaa! -nuorten kokemusasiantuntijoiden verkosto on perustettu vuonna 2016.

Verkosto mahdollistaa kokemuksien jakamisen kokemusasiantuntijatoiminnan tiimoilta; niin kokemusasiantuntijaryhmien jäsenien kuin ryhmiä vetävien ammattilaisten ja kokemustaustaisten ryhmänvetäjien osalta.

Voima Vaikuttaa -verkostoon voivat liittyä uudet lastensuojelun kokemusasiantuntijaryhmät ryhmän vetäjinään mukaan.

Verkostot
Pesäpuun
sivuilla:

