

Nuorten ja heidän läheistensä yhteydenotot

MIELI ry:n kriisiavussa vuonna 2024:

MIELI ry:n kriisiapuun tulee vakavia yhteydenottoja lapsilta ja nuorilta, mutta myös heidän vanhemmiltaan, muilta läheisiltä ja isovanhemmilta.

Koko Suomessa kriisikeskusvastaanotoista yli viidenneksessä asiakas on alle 30-vuotias.

Itsemurhien ehkäisykeskuksessa lähes puolet (47%) asiakkaista on alle 30-vuotiaita.

Läheisten yhteydenotoissa niin Kriisikeskuksiin, chattiin kuin puhelimeenkin kuuluu suuri huoli eri ikäisistä lapsista tai lapsenlapsista.

”Kun läheisen huoli koskee nuorta, tilanne on usein hyvin vakava; syömishäiriöitä, itsetuhoisuutta, viiltelyä, päihteitä.”

- Kriisikeskus Meri-Lappi

Nuorten yhteydenottojen yleisimmät syyt:

- Ihmissuhdeongelmat
- Paha olo (ahdistuneisuus)
- Arjessa selviytymiseen liittyvät ongelmat
- Läheisen kuolema
- Äkillinen järkyttävä tapahtuma

Kriisiavussa toistuvia teemoja

Kaikkien MIELI Kriisikeskusten palautteissa, koskien vanhempien ja läheisten yhteydenottoja, toistuvat huolet avun saamisesta, päihteiden käytöstä ja itsetuhoisuudesta. Usein **Kriisikeskuksiin** yhteyttä ottavat läheiset ovat itse hyvin uupuneita tilanteeseen.

Esimerkiksi **Kriisipuhelimeen** soittanut vanhempi voi olla huolissaan:

- nuoren muuttuneesta käytöksestä,
- uupumisesta yksin vauvan kanssa,
- alakouluikäisen haasteista,
- täysi-ikäiseksi tulleesta, jonka tietoja ei enää näe

Yhteyttä ottavat myös vanhemmat, joiden lapset on otettu huostaan, mutta huoli heistä ei ole vähentynyt.

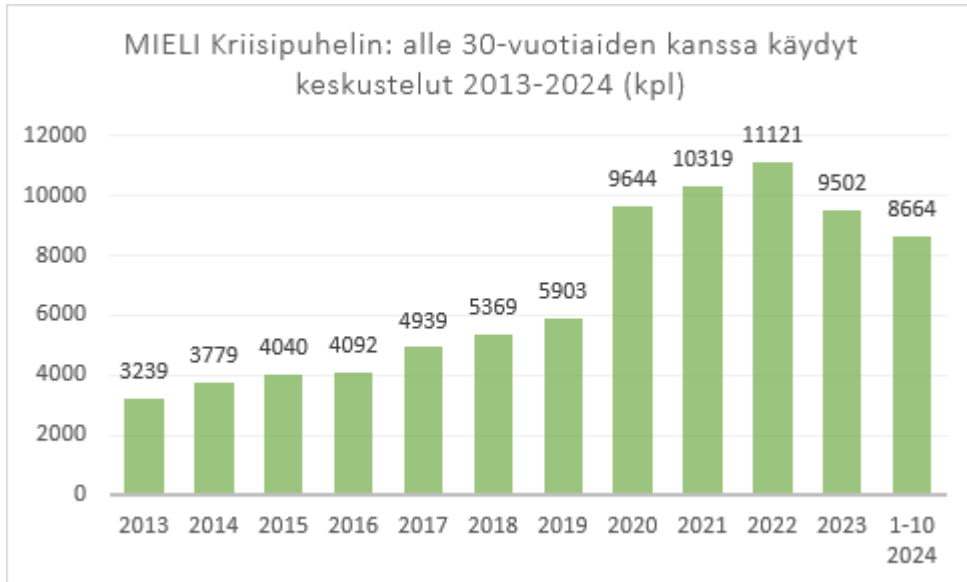
Myös isovanhemmat voivat soittaa huolesta, joita heillä on liittyen aikuisen lapsensa perheeseen. Moni kokee, että on vaikea ottaa asiaa puheeksi, taustalla pelko, että oma aikuinen lapsi laittaa välit poikki.

Kriisipuhelimeen tulee entistä enemmän puheluja nuorelta ja aikuiselta, joskus koko perhekin on mukana kaiuttimen kautta. Soittajina voivat olla myös kaverukset. Joskus nuori soittaa, koska on huolissaan ystävistä.

- Soittajan huoli voi liittyä **lapsen/nuoren itsetuhoisuuteen, ahdistuneisuuteen, pelkoihin, erotilanteisiin**. Moni pohtii näiden **vaikutusta koulunkäyntiin**. Nuorten kohdalla mietityttää **muuttunut käytös** ja se, ettei nuori viihdy enää kotona eivätkä vanhemmat tiedä, **missä nuori viettää aikaansa**.
- Monilla läheisellä on kokemus, **ettei lapsi/nuori ole saanut tarvitsemaansa apua** tilanteeseensa. Keskusteluissa nousee esiin myös **avun saamisen vaikeus vanhemmille**, moni kokee jääneensä yksin ja tyhjän päälle. Osalla soittajista lapsi/nuori on jonossa (hoitojonossa) ja koska odotus on pitkä, se alkaa muuttua sietämättömäksi. On myös niitä keskustelua, joissa tuki on ollut hyvääkin, mutta sillä hetkellä yöaikaan/viikonloppuna on tullut vaikea tilanne.
- Kriisityöntekijöiden kokemus oli, että **soittajien tunnelmat ovat nykyään synkempiä, murheellisempia**. Ahdistuneisuus ja keinottomuus on lisääntynyt. Monet mainitsevat myös taustalla olevia muita kriisejä, useimmin talouteen liittyvät huolet ja parisuhteen haasteet. **Nuorilla aikuisilla on näköalattomuutta**.
- Vastaajan on tärkeä huomioida keskustelussa aina soittajan oma jaksaminen, moni liikuttuukin.
- Yhteydenottaja antaa usein palautetta ja kertoo keskustelun helpottaneen.

Lukuja yhteydenotoista:

MIELI Kriisipuhelimessa nuorten (<30v) kanssa käytyjä keskusteluja on vuodessa noin 10 000. Määrä oli korkeimmillaan 2022. Miehiä on nuorista 28%, kun heitä on kaikista soittajista joka kolmas.



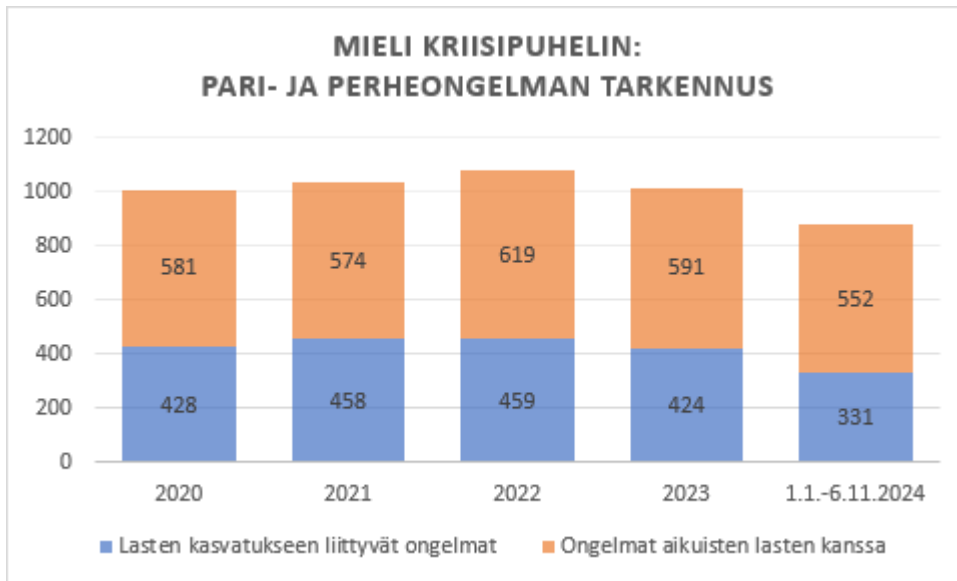
Yhteydenottosyyt nuorilla miehillä ja naisilla. Haku vuodelta 2024 (6.11.)

1. paha olo, etenkin ahdistuneisuus
2. ihmissuhdeongelmat, etenkin parisuhteen päätyminen
3. itsetuhoisuus
4. arjessa selviytymisen ongelmat

Miehet ovat nuorissa reilu joka 4. yhteydenottaja. Vain riippuvuudesta (yleensä päihteet) käydyissä keskusteluissa (ja häiriösoitoissa) miehiä on naisia enemmän.

Nuori soittaja kertoi itsetuhoisuudesta 26%:ssa keskusteluista (yleensä 16%). Vastaaja kysyi 31%:ssa keskusteluista (yleensä 24%). Vastaaja ei kysynyt (itsetuhoisuudesta) 43%:ssa keskusteluja (yleensä 61%).

Nuoren soitto on ollut 75%:ssa kiisikeskustelu (yleensä 58%).



Soittaja hyötyi avusta (1.1.-7.11.24): 76% vastaajan arvion mukaan

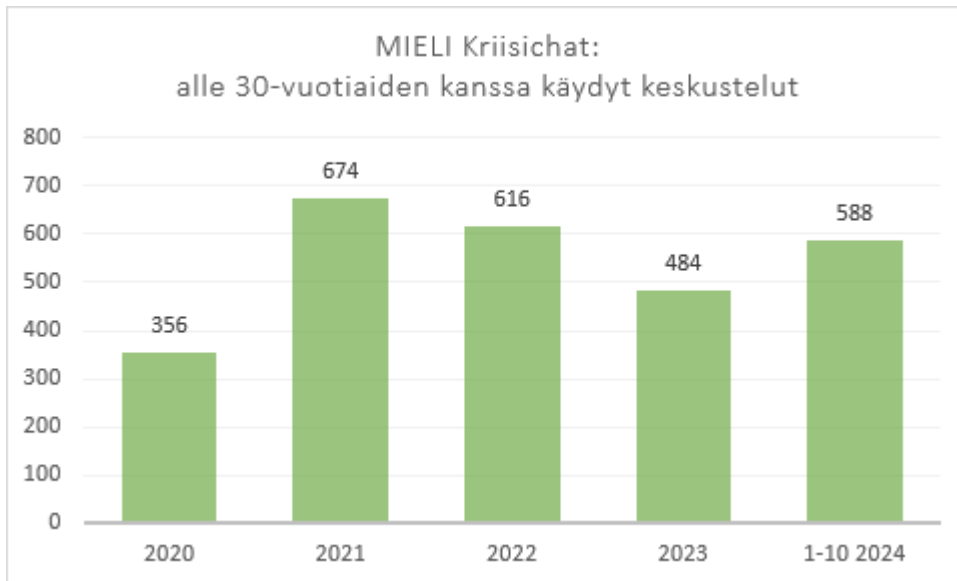
- Soittaja sanoi tulleen kuulluksi / kohdatuksi ja olonsa helpottuneen / voivansa paremmin
- Soittaja sanoi saaneensa lohdutusta suruunsa
- Soittaja sanoi ryhtyvänsä toimenpiteisiin tilanteensa helpottamiseksi
- ja 581 kertaa soittaja sanoi, ettei aio satuttaa itseään / tehdä itsemurhaa

Kun soittaja jätti palautetta keskustelun lopuksi, 98% siitä oli kiittävää (sama kuin yleensä).

”Tää puhelu oli 5/5.”

MIELI Kriisichat

MIELI Kriisichatissa nuorten (<30v) kanssa käytyjen keskustelujen määrä on vaihdellut 400 ja vajaan 700 välillä. Eniten niitä tuli 2021 ja tänä vuonna voidaan nousta samoihin lukemiin. Nuoret ovat valtaosin 20–29 -vuotiaita ja naisia.



Nuorten aikuisten yleisimmät yhteydenotto syöt:

1. paha olo, etenkin ahdistuneisuus
2. ihmissuhdeongelmat, etenkin pari- ja perhesuhteiden vuorovaikutusongelmat ja erot
3. arjessa selviytymiseen liittyvät ongelmat, etenkin Opiskeluun ja työelämään liittyvät ongelma
4. itsetuhoisuus, valtaosin itsetuhoiset ajatukset

28 keskustelua, jossa on puhuttu vanhemmuuteen liittyvistä asioista (ei tietoa minkä ikäisiä lapsia).

Palautetta soittajilta MIELI Kriisipuhelimeen:

"Kiitos, että olet siellä. Tästä oli tosi paljon apua."

"Olipa virkistävää ja rauhoittavaa puhua jonkun ulkopuolisen kanssa ja tälleen ehkäistä viilteleminen tai hakeutuminen päivitykseen tai muualle. Tällaiset kriisipuhelimet on tosi tärkeitä."

"Kiitos. Nyt soitan äidilleni ja kerron, että sain apua MIELI Kriisipuhelimesta ja minulla on parempi olo."

"Tämä ensimmäinen puhelu kriisipuhelimeen oli minulle iso askel, kun sain harjoitella puhumaan tunteista."

"Kiitos tosi paljon, sä osasit ihan sikahyvin ymmärtää mun tilanteen ja mun olo on nyt paljon parempi kun alussa."

Olo hieman parantui, mutta koki voivansa silti huonosti. Aikoi hakeutua turvallisen aikuisen läheisyyteen.

Palautetta muista Kriisitoiminnoista nuorilta:

"Teette niin tärkeää työtä ja pidätte monta ihmistä tässä maailmassa pystyssä."

"Must on ihanaa, et Suomessa on tällainen palvelu, mulle tuli paljon parempi olo."

"Kiitos tuhannesti sinulle, että sain kertoa miltä minusta oikeasti tuntuu. Se oli ihan super tärkeää minulle." - Kriisichat

"Mulla ei ole ketään muuta kuin te."

"Levollisin mielin nukkumaan. Mieliala koheni." -Kriisichat

"Auttaa kun on edes hetki, ettei tarvitse olla yksin ajatustensa kanssa." - Kriisichat

"Tämä keskustelu auttoi minua itsemurha-ajatuksista kärsivän läheisenä todella paljon, kiitos."

"Olen onnellinen siitä, miten olet kohdannut minut." (Soittajalla keskustelun alussa itsetuhoisia ajatuksia.)

"Nyt ei ahdistaa enää, jopa hymyilen."

"En olisi hengissä ilman Kriisipuhelinta ja teiltä saatua apua."

"Kiitos että autatte ja jaksatte luoda toivoa ihmisille kellä sitä ei ole."

"Tää MIELI Kriisichat on niin paljon auttanut mua etteepäin, kiitos Mieli ry."

"Olen niin vihainen, että teidän kaltaisista palveluista leikataan aivan järjetön summa. En olisi selvinnyt vaimoni kuolemasta ilman teidän puhelinta ja vertaistukiryhmiä."