



SOS
LAPSIKYLÄ



OPAS **YLITSE**-PROJEKTIN VERTAISMENTOREILLE

toimintaohjeet, ongelmatilanteet & käytännön vinkit

SISÄLLYS

SAATTEEKSI

2

OSA 1

YLITSE-PROJEKTI VERTAISMENTORITOIMINNAN KEHITTÄJÄNÄ

1	YLITSE-PROJEKTIN TAVOITTEET JA TOIMINTA	4
1.1	Vertaismentoritoiminnan kehittäminen sai alkunsa työpajoissa	4
2	VAPAAEHTOISTOIMINNAN PERIAATTEET	5
2.1	Vapaaehtoistoiminta SOS-Lapsikylässä	6

OSA 2

VERTAISMENTORINA TOIMIMINEN

3	VERTAISMENTORIN ROOLI	9
4	VERTAISMENTORIN VASTUUT JA YLEISET TOIMINTATAVAT	10
5	TUKI VERTAISMENTORINA TOIMIVALLE	11

OSA 3

KÄYTÄNNÖN OHJEITA, YHTEYSTIETOJA JA ERILAISIA TUKI- JA PALVELUKANAVIA

6	ONGELMATILANTEET JA ASIATTOMAAN KÄYTÖKSEEN PUUTTUMINEN	14
7	YHTEYSTIEDOT JA TOIMINTAOHJEET KRIISITILANTEISSA	15
8	ERILAISIA APU- JA TUKIKANAVIA, JOIDEN PIIRIIN VOIT OHJATA MENTOROITAVIA	16



SAATTEEKSI

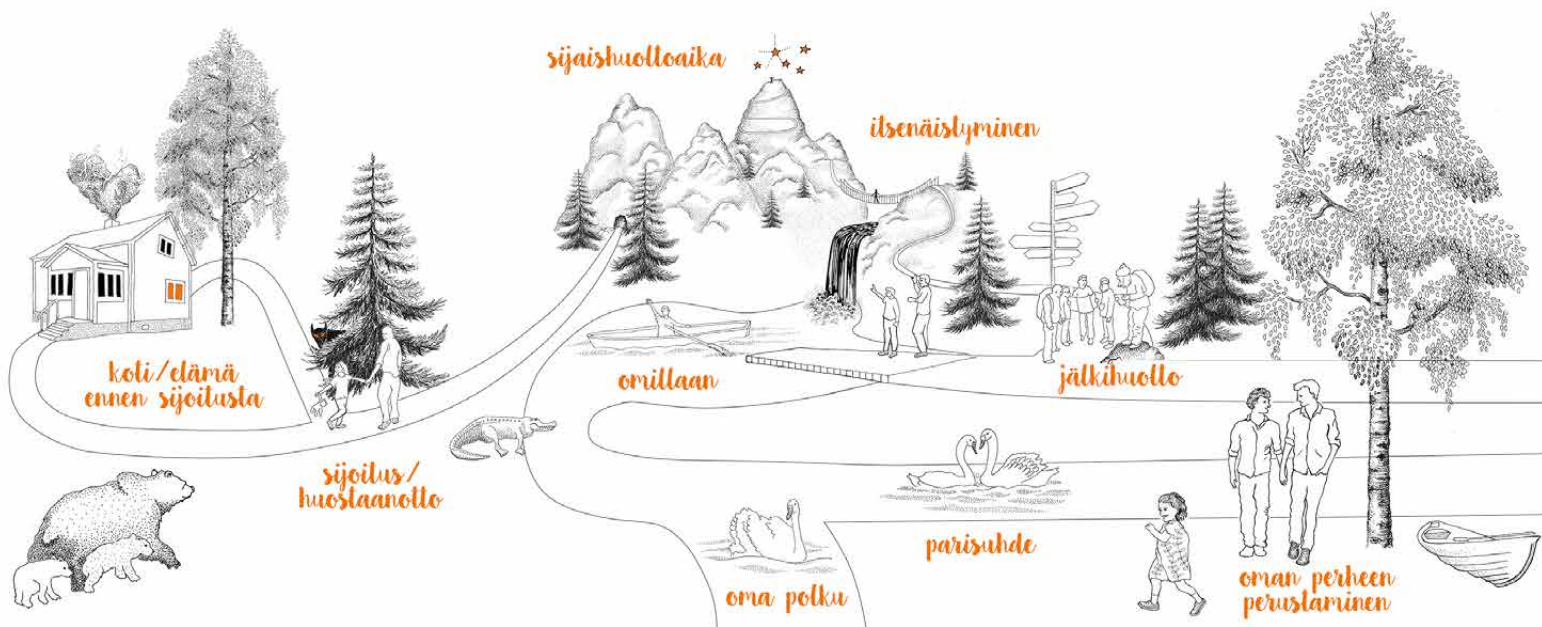
Onneksi olkoon vertaismentoriksi valmistumisesta!

Olet läpäissyt vertaismentorivalmennuksen ja voit toimia vertaismentorina Ylitse-sovelluksen kautta. Vertaismentoroinnin kautta mahdollistetaan nuorten aikuisten keskinäinen tuki ja kokemusten jakaminen. Mentoroinnissa on tavoitteena, että vertaismentor hyödyntää kokemusperäistä tietoaan ja taitojaan auttamalla ja neuvomalla sijaishuollosta aikuistuvia tai jo aikuistuneita erilaisissa elämäntilanteissa.

Tämä opas on tarkoitettu vertaismentoreina toimivien tueksi. Oppaassa kuvataan lyhyesti Ylitse-projektin toimintaa, SOS-Lapsikylän vapaaehtoistyön periaatteita, vertaismentorin roolia sekä listataan vertaismentoreille tärkeitä yhteystietoja ja toimintaohjeita. Vertaismentorina olet oikeutettu mentorointityöhösi liittyvään tukeen, jota koordinoivat projektin työntekijät ja yhteistyökumppanit.

OSA 1

**YLITSE-PROJEKTI
VERTAISMENTORITOIMINNAN
KEHITTÄJÄNÄ**



1 YLITSE-PROJEKTIN TAVOITTEET JA TOIMINTA

Ylitse-projektin tarkoituksena on ehkäistä ylisukupolvisten lastensuojelun toimenpiteiden tarvetta sijaishuollosta itsenäistyvien ja sijaishuollon piiristä aikuistuneiden nuorten parissa. Projektilla on ylisukupolvisten asiakkuuksien ehkäisemisen lisäksi kolme päätavoitetta:

1. Lastensuojelun ylisukupolvisuuden ilmiön tunnistamisen lisääminen sosiaali- ja terveystieteiden toimintakäytänteissä
2. Kehittää tuki- ja työmuotoja kokemusasiantuntijoiden ja ammattilaisten yhteistyönä
3. Luoda malli tai verkosto, jolla sijaishuollossa olleita nuoria aikuisia osallistetaan kokemustiedon keräämiseen ja vertaistyöskentelyyn sekä luodaan vertaisuuteen perustuva vapaaehtoisresurssi, joka jää toimimaan projektin päätyttyä.

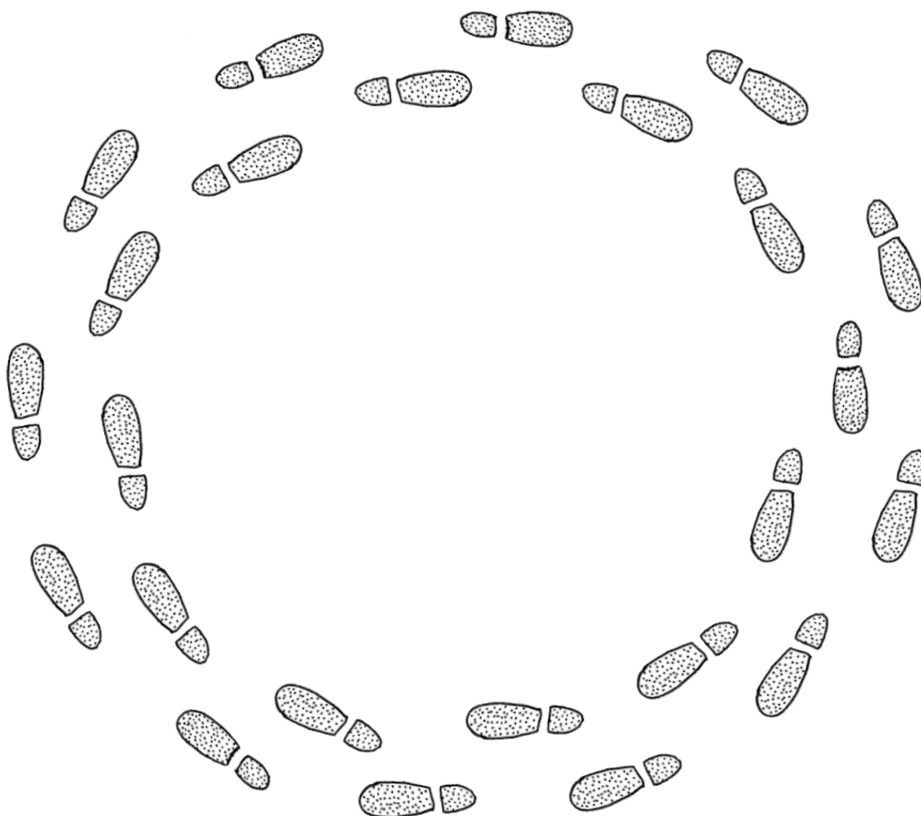
Palveluiden ja tuen muotojen kehittämisessä on osallistettu sijaishuollossa asuvia ja sieltä itsenäistyneitä nuoria aikuisia, jotka ovat välittäneet kokemustietoa ja näkemystä palvelujen kehittämistarpeista. Ehkä sinäkin olet ollut mukana Ylitse-projektin järjestämässä toiminnassa ja sitä kautta innostunut vertaismentoritoiminnasta.

1.1 Vertaismentoritoiminnan kehittäminen sai alkunsa työpajoissa

Ylitse-projekti järjesti vuosina 2016–2017 lastensuojelun sijaishuollosta aikuistuneille yhteensä 20 työpajaa, joissa pohdittiin ryhmämuotoisen elämänjanatyöskentelyn kautta sijaishuoltotaustan vaikutuksia elämänkulkuun ja jäsenettiin elämänkulun käännekohtia. Työpajojen tarkoituksena oli kerätä lastensuojelun sijaishuollosta aikuistuneiden kokemuksia elämästään lastensuojelulaitoksessa tai sijaisperheessä, pohtia erilaisten palvelujen toimivuutta ja kartoittaa uudenlaisten palvelumuotojen tarpeita. Työpajaosallistujien valintakriteerinä oli, että henkilöllä on kokemus kodin ulkopuolella asumisesta ja sijaishuollosta itsenäistymisestä.

Elämän käännekohtia, joihin työpajoihin osallistujat olisivat toivoneet enemmän tukea, olivat itsenäistyminen, omillaan asuminen, ensimmäisen lapsen syntyminen ja oma vanhemmuus. Erityisesti siirtymä itsenäiseen elämään ja omillaan asumiseen nähtiin käännekohtana, joka saattoi synnyttää vahvoja yksinäisyyden kokemuksia ja palvelukatveita aikuisille suunnatuissa palveluissa. Sijaishuollosta itsenäistyminen tapahtuu yleensä nuorella iällä ja kovalla vauhdilla. Useilla osallistujista olikin kokemus siitä, että itsenäisen elämän harjoitteluun oli liian vähän aikaa. Tällöin hetkessä eläminen, tietämättömyys ja ymmärtämättömyys voivat johtaa suuriinkin ongelmiin omillaan asuessaan.

Kussakin käännekohtassa ilmeni yhdistäviä ja kumuloituvia kokemuksia lastensuojelun tuottamasta leimasta, ulkopuolisuuden identiteetistä, epäluottamuksesta palveluja ja viranomaisia kohtaan sekä yhteydenpidon jatkuvuuden merkityksestä sijaishuoltopaikkaan. Työpajoihin osallistuneet toivat esiin toivetta ja tarvetta matalan kynnyksen palvelujen ja vertais-tukitoiminnan kehittämiseksi. Erityisesti samanlaisella kokemustaustalla koettiin olevan suuri merkitys avun ja tuen vastaanottamisen näkökulmasta, sillä osallistujilla oli usein negatiivisia kokemuksia ja epäluottamusta viranomaistahoja ja virallista palvelujärjestelmää kohtaan.



Vertaistuen ja saman kokemustaustan merkitys nähtiin erittäin tärkeänä myös oman vanhemmuuden tullessa ajankohtaiseksi. Lapsen saamisen ja oman perheen perustamisen käännekohta herätti ajatuksia suhteessa omiin vanhempiin, lapsuushistoriaan sekä oman vanhemmuuden unelmien rakentamiseen. Lapsen saaminen saattoi olla suunnittelematon yllätys tai odotettu tapahtuma, mutta yhteistä oli vanhempien kokemus siitä, että lapsen saaminen antoi elämälle uudenlaista merkitystä.

Vanhemmaksi tulemisen kynnyksellä usein oma elämänhistoria, koetut pettymykset, traumat ja hylätyksi tulemisen kokemukset aktivoituvat vanhemmuuden identiteettiä muodostaessa. Tällöin nähtiin tärkeäksi se, että olisi joku saman tilanteen läpikäynyt, joka voisi tukea ja auttaa omien tunteiden sanoittamisessa, kertoa raskausajan kulusta ja opastaa palvelujen piiriin. Lapsuuden ja nuoruuden sijoitustausta ja oman perheen rikkinäisyys vaikuttivat osallistujien mukaan käsitykseen omasta vanhemmuudesta ja vanhempana pärjäämisestä. Vanhemmuuteen kasvamista var-josti osallistujien mukaan usein pelko siitä, että toistaa samoja virheitä kuin omat vanhemmat ja että oma lapsi joutuu sijoitetuksi. Usealla vanhemmaksi tulleella osallistujalla oli kokemus siitä, ettei vanhemmuuteen kasvamiseen ollut tarpeeksi tukea.

Samanlaisen kokemustaustan merkityksen tärkeys käynnisti ideointiprosessin vertaistuen ja avun antamisen yhdistämisestä. Lopulta ideoiden jalostumisprosessin tuloksena syntyi ajatus vertaismentoritoimintamallin kehittämisestä. Ajatuksen johtotähtenä oli se, että oma lastensuojelutausta käännetään voimavaraksi ja välineeksi auttaa muita samanlaista elämäntilannetta läpikäyviä nuoria aikuisia.

2 VAPAAEHTOISTOIMINNAN PERIAATTEET

Vertaismentoritoiminta perustuu vapaaehtoisuuteen ja se lukeutuu osaksi vapaaehtoistyötä. Vapaaehtoistyötä ei tehdä taloudellista korvausta vastaan, eli siitä ei makseta palkkaa tai palkkiota. Vapaaehtoistoiminta toteutetaan tavallisen ihmisen tiedoin ja taidoin.

Vapaaehtoistoiminnan periaatteita ovat:

Tasa-arvoisuus

Vastavuoroisuus

Ei-ammattillisuus

Palkattomuus

Suvaitsevaisuus

Luotettavuus ja sitoutuminen toimintaan

Vapaaehtoisuus

Puolueettomuus

Toiminnan ilo

Oikeus tukeen ja ohjaukseen

Autettavan ehdoilla toimiminen

Mahdollisuus ihmisenä kasvamiseen

2.1 Vapaaehtoistoiminta SOS-Lapsikylässä

SOS-Lapsikylän lapsen turvallisuutta lisäävät toimintatavat

SOS-Lapsikylä noudattaa kaikessa toiminnassaan avoimuutta sekä käyttää läpinäkyviä toimintatapoja. Lapsen turvallisuutta lisäävien toimintatapojen tarkoituksena on varmistaa ja edistää lasten turvallisuutta vapaaehtoistoiminnassamme. Toimintatapojemme avulla ehkäisemme ala-ikäisten koskemattomuutta ja turvallisuutta vaarantavia tekoja ja tapahtumia.

SOS-Lapsikylä tekee korjauksia toimintatapoihinsa aina, kun siihen ilmenee tarvetta sekä selvittää välittömästi toiminnassa ilmenneet epäilyt alaikäisen lapsen koskemattomuutta ja turvallisuutta vaarantaneista tapahtumista ja teoista.

Ohjeet on hyväksytty SOS-lapsikyläsäätiön ja SOS-Lapsikylä ry:n hallituksissa, ne ja ne ovat vapaaehtoisten koulutuksissa läpikäytyjä. Toimintatavat ovat kaikkien nähtävissä SOS-Lapsikylän kotisivuilla ja ohjeet on läpikäyty vapaaehtoistoiminnan koordinaattorin ja vapaaehtoisen kanssa.

Vapaaehtoistoiminnassa esiintyviä haasteita lapsen turvallisuudelle ja koskemattomuudelle

SOS-Lapsikylän vapaaehtoistoiminta tarjoaa lapselle turvallisia aikuissuhteita, sekä päihteettömän, väkivallattoman ja turvallisen ympäristön. Haluamme ehkäistä toiminnassamme kaikenlaisen lapsen kohdistuvan häirinnän, syrjinnän ja hyväksikäytön

Turvallisuudella ja koskemattomuudella tarkoitetaan sitä, että

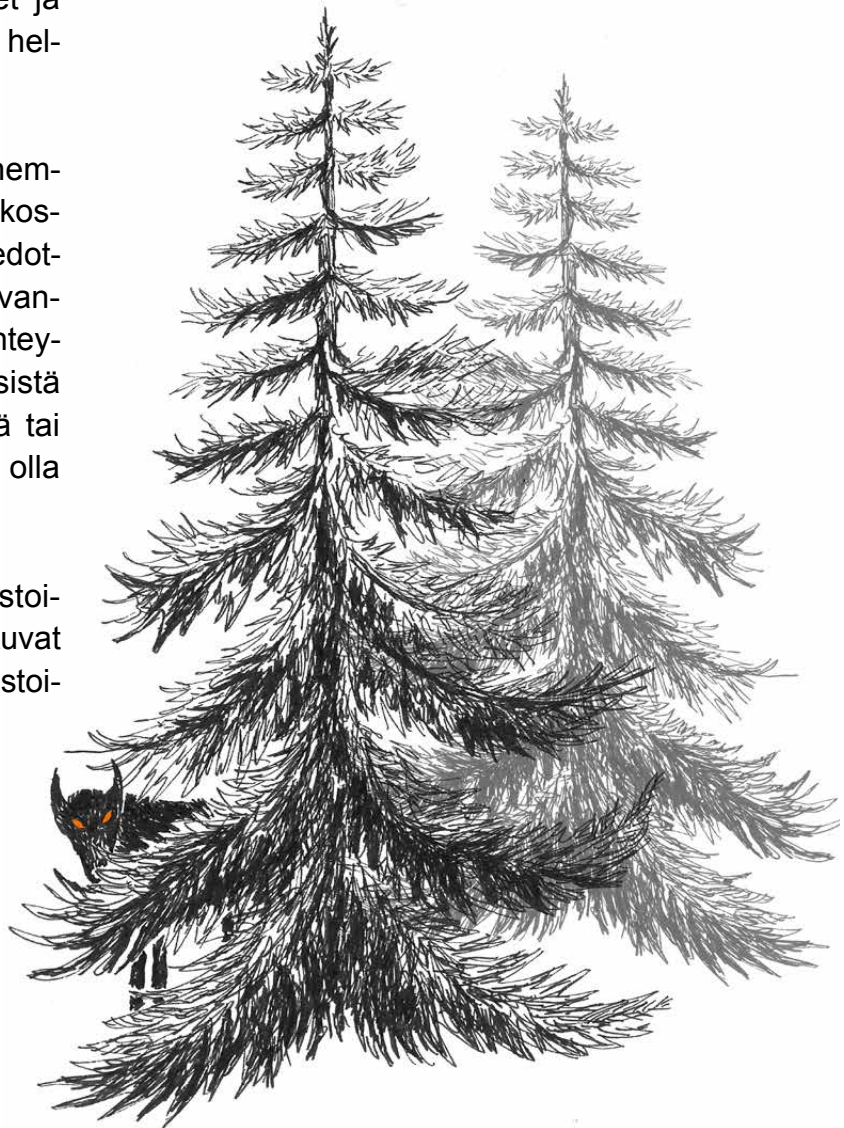
- lapsen perus- ja ihmisoikeudet toteutuvat
- lapsen henkilökohtaista koskemattomuutta kunnioitetaan
- lapsen turvallista kasvua, kehitystä ja hyvinvointia tuetaan
- lasta suojellaan seksuaalirikoksilta, väkivaltarikollisuudelta, houkuttelulta huumeiden käyttöön ja muilta lapsen turvallista kasvua uhkaavilta tekijöiltä.

Toimintatapojemme avulla

- edistämme lasta suojaavan toimintakulttuurin syntymistä
- tuemme alaikäisten turvallista osallistumista toimintaamme
- vahvistamme lasten tietoisuutta omista oikeuksistaan

Ennaltaehkäisevät toimenpiteet

1. SOS-Lapsikylä on tehnyt suunnitelman lapsen turvallisuuden ja koskemattomuuden turvaamiseksi. Suunnitelma on SOS-lapsikyläsäätiön ja SOS-Lapsikylä ry:n hallitusten hyväksymä ja hallitus valvoo sen toteutumista. Suunnitelma tarkistetaan ja päivitetään tarvittaessa tai kahden vuoden välein.
2. SOS-Lapsikylän vastuuhenkilönä alaikäisten turvallisuutta koskevissa kysymyksissä on toimipistejohtaja, vapaaehtoistyön koordinaattori tai muu nimetty vastuuhenkilö.
3. SOS-Lapsikylässä noudatetaan avointa ja toisia kunnioittavaa ilmapiiriä, jossa kaikista asioista voidaan puhua avoimesti. Lisäksi varmistamme, että ohjeet ja käytännöt ovat kaikkien tiedossa ja helposti saatavilla.
4. Tiedotamme lasten ja nuorten vanhemmille/huoltajille lasten turvallisuutta koskevista kysymyksistä osana muuta tiedottamista. Varmistamme, että lasten vanhemmat tietävät keneen voivat olla yhteydessä, mikäli epäilyä väärinkäytöksistä ilmenee. Seksuaalisesta häirinnästä tai hyväksikäytöstä puhuminen ei saa olla tabu.
5. Kaikki SOS-Lapsikylän vapaaehtoistoinnista vastaavat ja siihen osallistuvat työntekijät perehdytetään vapaaehtoistoinnin ohjeisiin ja periaatteisiin.
6. SOS-Lapsikylä arvioi erikseen, mitkä vapaaehtoistoiminnot ovat sellaisia, jotka vaativat rikosrekisteriotteen tarkistamista. Tällaiseen lasten ja nuorten kanssa tapahtuvaan toimintaan osallistuvat vapaaehtoiset haastatellaan, arvioidaan ja perehdytetään tehtäväänsä.
7. SOS-Lapsikylä tilaa rikosrekisteriotteen vapaaehtoisesta suostumuksella oikeusrekisterikeskuksesta.
8. Keräämme lapsilta, nuorilta ja heidän vanhemmiltaan/huoltajiltaan palautetta vapaaehtoistoinnastamme, myös lasten turvallisuuteen ja koskemattomuuteen liittyvistä asioista.



OSA 2

VERTAISMENTORINA TOIMIMINEN

3

VERTAISMENTORIN ROOLI

Vertaisuuden käsite linkittyy samanlaisen kokemustaustan läsnäoloon. Vertaisella viitataan henkilöön, jolla on samanlaisia ominaisuuksia, kuten ikä, sukupuoli, kokemustausta tai kiinnostuksen kohteet. Vertaisuuden ja vertaistuen merkitys perustuu ajatukseen siitä, että vertainen pystyy asettumaan toisen asemaan ja empaattiseen kohtaamiseen tavalla, johon ammattilaiset eivät pysty. Vertaistuki mahdollistaa samankaltaisten elämäkokemusten ja elämänvaiheiden läpieläneiden ihmisten keskinäisen tukemisen ja avunannon, joka perustuu tasa-arvoisuuteen. Samanlainen kokemustausta mahdollistaa myös keskustelun oman taustan merkityksestä ja merkityksellistämisestä. Mentorointi puolestaan viittaa menetelmään, jossa kokemustietoa, tukea ja osaamista jaetaan kokeneemmalta kokemattomammalle. Mentorilla on omiin kokemuksiinsa perustuvaa kokemus- ja osaamistaustaa, jota jakamalla hän voi auttaa ja neuvoa mentoroitavia.

Vertaismentorin roolina on toimia opastajana, tukijana, kaverina ja roolimallina, joka voi olla ymmärtävä kuuntelija, eteenpäin elämässä sparraaja tai henkilö, joka herättelee ajattelemaan omaa taustaa uudella tavalla. Mentorointi perustuu voimavarakeskeiseen lähestymistapaan, jossa otetaan huomioon ja vahvistetaan mentoroitavien omia voimavaroja ja vahvuuksia.

Vertaismentorin rooliin liittyviä ulottuvuuksia

Tausta

Oma kokemustausta ja sijaishuoltotaustan ymmärrys voimavarana

Stabiili elämäntilanne

Oma elämähistoria on käsitelty ja hyväksytty osaksi omaa identiteettiä

Tehtävät

Auttaa, neuvoa ja tukee sijaishuollosta itseäistyviä ja jo aikuistuneita erilaisissa elämäntilanteissa

Apu ja tuki voi liittyä mm. vanhemmaksi tuleminen kysymyksiin, lastensuojelutaustan merkitykseen eri elämänvaiheissa, itsenäistymiseen, arjen hallinnan taitoihin ja yksinäisyyden kokemuksiin.

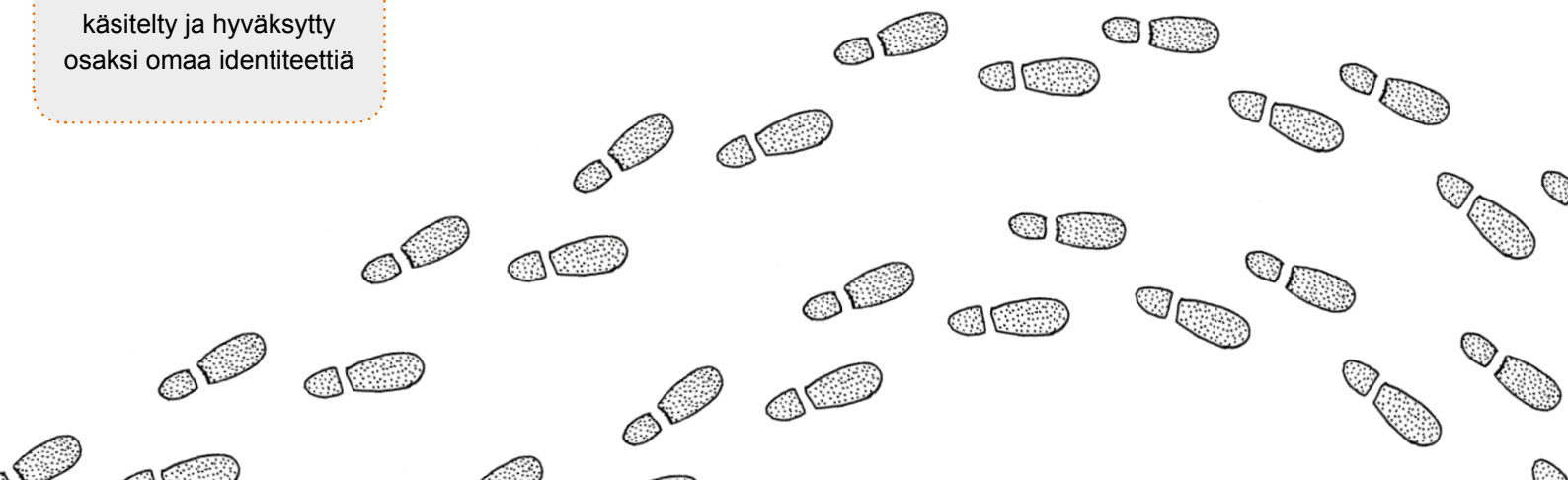
Rooli

Opastaja, tukija, ymmärtävä kuuntelija, roolimalli, sparraaja

Toiminta

Pääsääntöisesti ei-kasvokkaista, moliilisovelluksen kautta tapahtuvaa tukityötä

Mentorointisuhteen edetessä mentori ja mentoroitava voivat halutessaan tavata

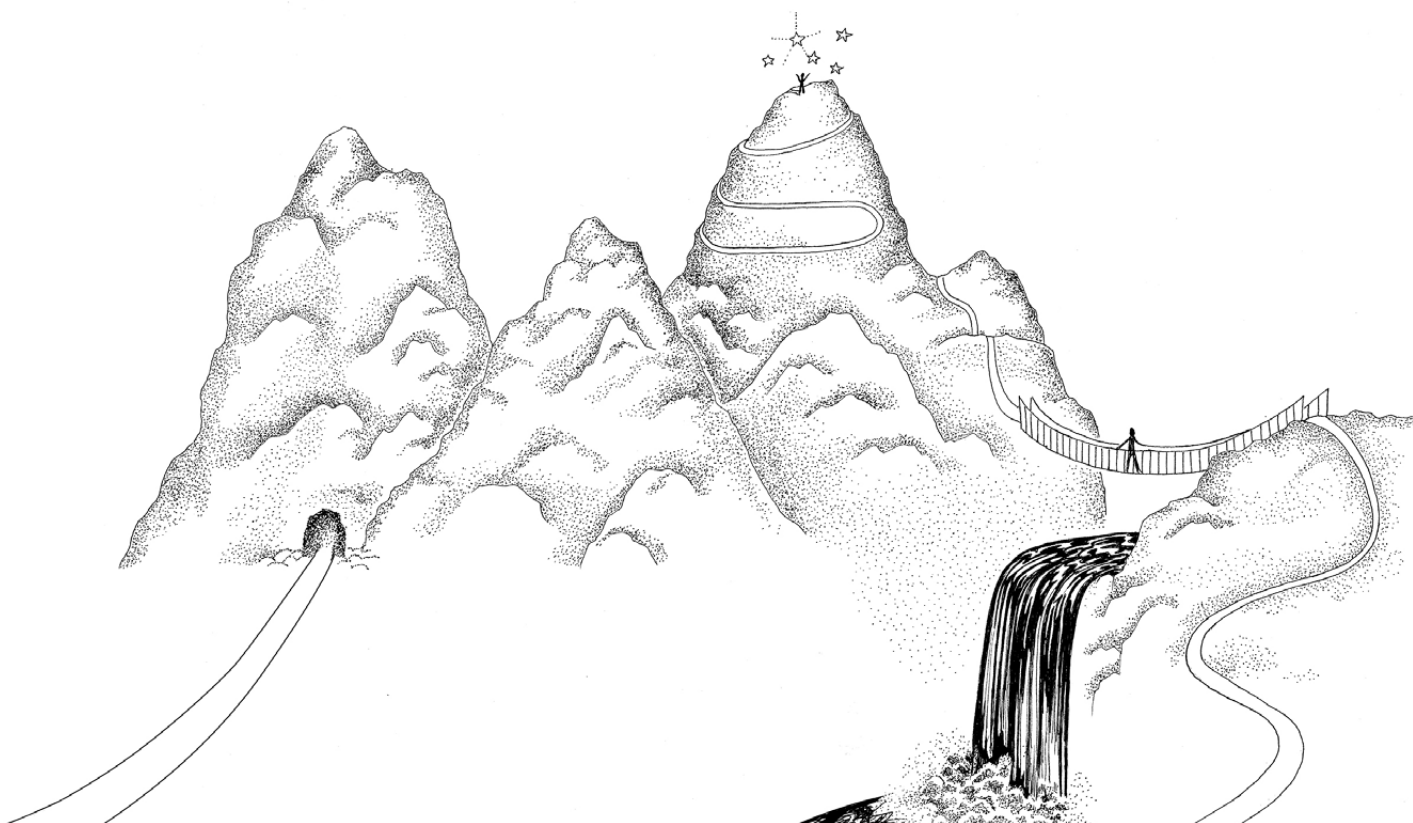


On tärkeää, että vertaismentorilla on riittävä etäisyys omaan kokemukseensa ja elämänsis-toria on käsitelty siinä määrin, että oma kokemustausta toimii voimavarana toisten auttamis-sessa ja tukemisessa. Vertaismentorilla on omakohtainen kokemus lastensuojelun sijais-huollosta itsenäistymisestä ja ymmärrystä siitä, minkälaisia haasteita itsenäisessä elämässä saattaa kohdata. Vertaismentor ei ole sosiaali- ja terveystalvelujen ammattilainen, vaan tuki ja neuvot perustuvat vertaismentorin omaan kokemustietoon. Vertaismentor voi toimia sillanrakentajana, joka opastaa ja motivoi erilaisten palvelujen tai avun piiriin.

Vertaismentor voi auttaa, tukea ja neuvoa muun muassa:

- oman elämänsis-torian läpikäymiseen liittyvissä asioissa
- lastensuojelutaustan merkityksen pohdintaan eri elämänsis-vaiheissa
- itsenäistymiseen ja elämänsis-hallintaan liittyvissä kysymyksissä
- ihmissuhteisiin ja parisuhteeseen liittyvissä asioissa
- koulutukseen ja työelämään liittyvissä asioissa
- vanhemmaksi tulemsen elämänsis-vaiheeseen liittyvissä kysymyksissä
- palvelujen ja tuen piiriin ohjaamisessa.

Mentoroinnin onnistumisen edellytyksinä voidaan pitää realistia tavoitteita. Mikäli mentoroi-tava haluaa pohtia ja asettaa tavoitteita elämälleen, on tärkeää ohjata häntä löytämään saavutettavissa olevia tavoitteita. Voit mentorina ohjata ja antaa vinkkejä sellaisten tavoittei-den asettamisessa, joiden avulla avun tarvitsija pääsee elämässään eteenpäin. On tärkeää myös, että pohdit, millaisiin tavoitteisiin kykenet mentorina avun tarvitsijaa ohjaamaan. Tä-hän vaikuttaa omien taitojesi ja tietojesi lisäksi mentorointiin käyttämäsi aika. Kerro mento-roitavalle, missä rajoissa pystyt häntä tukemaan ja auttamaan tavoitteiden saavuttamisessa. Tavoitteita asettaessa on tärkeä huomioida, että ne ovat tarpeeksi selkeitä ja realistisia. On myös tärkeää, että tavoitteet on asetettu siten, että niiden saavuttaminen on mahdollista.



4

VERTAISMENTORIN VASTUUT JA YLEISET TOIMINTATAVAT

Vertaismentorina vastuunasi on toteuttaa mentorointia SOS-Lapsikylän vapaaehtoistoiminnan arvojen ja periaatteiden mukaisesti. Mobiilisovelluksen kautta tapahtuvassa mentoroinnissa sitoudut **arvostavaan vuorovaikutukseen**, jossa huomioidaan ihmisten moninaisuus ja erilaiset kokemukset, näkemykset ja arvopohjat. Kaikilla on erilainen kokemus- ja elämysmaailma, ja toisen kohtaamisessa on kyettävä pohtimaan omien ennakkokäsityksiemme vaikutuksia ja pyrkiä ymmärtävään kohtaamiseen. Vertaismentorina kuuntelee ja pyrkii ymmärtämään avun ja tuen hakijaa. Arvostavassa kohtaamisessa osoitetaan kiinnostusta toisen ajatuksia kohtaan ja uskotaan ihmisessä oleviin mahdollisuuksiin kasvaa ja kehittyä. Mentoroinnissa voimavarat ja vahvuudet ovat keskeisessä roolissa.

Arvostavaan vuorovaikutukseen liittyy myös **luottamuksellisuus ja salassapito**. Vertaismentorina sitoudut luottamuksellisuuteen perustuvaan suhteeseen, jossa mentoroitavien kertomia ajatuksia, kokemuksia ja kysymyksiä ei kerrota eteenpäin muille osapuolille. Apua tai neuvoja pyytäessä vertaismentorina huolehtii siitä, että luottamuksellisuus säilyy. Luottamuksellisen suhteen luominen tarkoittaa myös sitä, että vertaismentorina tekee lupaamansa asiat. (esimerkiksi on palvelussa paikalla sen mukaisesti, miten on ennakkoon ilmoittanut).

Digikohtaaminen tuo mentorointisuhteeseen erilaisia elementtejä. Vaikka applikaation vahvuutena on se, että niin mentorina kuin mentoritettava voivat toimia anonyymisti nimimerkkiä käyttäen, aiheuttaa anonyymius haasteita mentoroinnille. Vertaismentorina ei voi olla täysin varma esimerkiksi siitä, onko avunpyytjä oikeasti se, joksi hän esittäytyy. Tämä näkökulma on tarpeellista tiedostaa myös siitä syystä, että voit pohtia sitä, minkä verran olet valmis itsestäsi ja kokemustauksistasi jakamaan. Olet vertaismentorina toimiessasi vastuussa siitä, mitä ja minkä verran kerrot omasta taustastasi, elämäkokemuksistasi ja niihin liittyvistä henkilöistä. Kolmansista osapuolista kirjoittaessasi on syytä olla kirjoittamatta nimillä (esim. lapsen nimi, puolison nimi, oman vanhemman nimi jne.).

Vertaismentorina huolehdi omasta jaksamisestasi ja omista rajoistasi. Mentorointi perustuu vapaaehtoisuuteen ja sen on tarkoitus tarjota sinulle voimaannuttavia kokemuksia. Vastuunasi on myös tunnistaa oman osaamisesi rajat. Mikäli koet, että mentorointi kuormittaa sinua liikaa, ole yhteydessä toiminnan ylläpitäjiin.

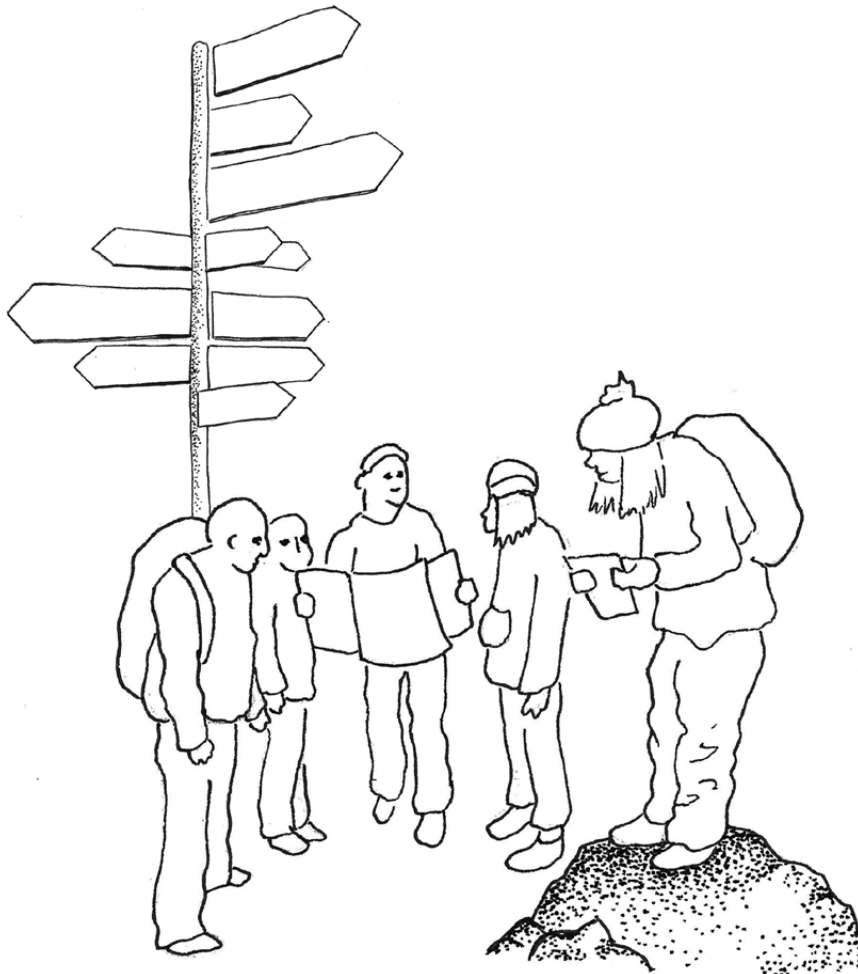
Jos sinusta tuntuu epävarmalta jonkin mentorointiin liittyvän asian tai neuvojen antamisen suhteen, ole matalalla kynnyksellä yhteydessä projektin työntekijöihin, jotka voivat pohtia kanssasi mahdollisia toimia. Jokaisella vertaismentorinalla on omat vahvuutensa ja myös erilaiset tarpeet ja odotukset jatkokoulutuksen suhteen. Ajatuksesi ja mielipiteesi on tärkeä, joten toivomme, että viestit toiminnan ylläpitäjille toiveitasi siitä, mihin asioihin haluaisit lisävalmennusta ja minkälaisen taitojen kehittämisen näet tärkeänä vertaismentoroinnissa.

5

TUKI VERTAISMENTORINA TOIMIVALLE

Ylitse-toiminnassa järjestetään työnohjauksellisia tukitapaamisia vertaismentoreina toimiville noin 4-6 kertaa vuodessa. Tarkemmista tapaamiseen liittyvistä asioista (mm. paikka, ajankohta) informoidaan sähköpostitse. Tapaamisissa käsitellään luottamuksellisesti vertaismentorina toimimiseen liittyviä asioita, kuten mentoroinnissa kohtaamiasi haasteita, onnistumisen kokemuksia ja omaa jaksamista. Tukitapaamisten yhteydessä järjestetään vertaismentoreiden toiveiden mukaan myös lisäkoulutusta toivutuista teemoista, ja tapaamisiin voidaan pyytää mukaan ulkopuolisia kouluttajia.

Vertaismentorina toimiessa apua ja tukea saa myös applikaation kautta. Sovelluksen kautta voi ottaa yhteyttä ylläpitoon, jota koordinoi päävastuullisina SOS-Lapsikylän sosiaalialan asiantuntijat. Vertaismentori voi kysyä ylläpidolta neuvoja mentorointiin liittyvissä pulmatilanteissa. Ylläpito on tavoitettavissa arkisin pääasiassa virka-aikaan (klo 8-16). Vertaismentori voi lisäksi ottaa yhteyttä toisiin mentoreina toimiviin applikaation kautta.



OSA 3

**KÄYTÄNNÖN OHJEITA, YHTEYSTIETOJA
JA ERILAISIA PALVELUJA**

6

ONGELMATILANTEET JA ASIATTOMAAN KÄYTTÖKSEEN PUUTTUMINEN

Vertaismentorina toimiessasi tulet todennäköisesti kohtaamaan tilanteita, jotka herättävä kysymyksiä, huolta tai jopa ahdistusta. On tärkeää, että tunnistat tilanteita, jotka voivat aiheuttaa sinulle kuormitusta. Sovelluksen kautta tapahtuva, nimettömyyteen perustuvat viestittely voi saada liikkeelle myös ihmisiä, jotka haluavat toiminnallaan aiheuttaa vain häiriötä. Tähän on koottu muutamia mahdollisia tilanteita, joita saatat kohdata mentorina sekä ohjeistus näissä tilanteissa toimimiseen.

Muista, että olet aina itse vastuussa kirjoittamastasi ja sanomisistasi!

1

Mentorointiin liittyy erilaisia haasteita. Myös sovelluksen välityksellä tapahtuvassa vuorovaikutuksessa henkilökemiat eivät aina kohtaa. Tällöin toinen osapuoli voi hallita tarpeettomasti keskustelun kulkua, mikä voi aiheuttaa kommunikaatiovaikeuksia. Mikäli sinusta tuntuu, ettet löydä mentoroitavan kanssa yhteistä säveltä, voi hyvin asiasta hänelle mainita. Voi olla, että keskusteluyhteys löytyy jo pelkäänsään asiasta kertomalla. Mikäli yhteyttä ei kuitenkaan yrityksistäsi huolimatta tunnu löytyvän, voit ehdottaa mentoroitavaa ottamaan yhteyttä toiseen mentorin.

2

Oman jaksamisesi kannalta on tärkeää, ettet salli asiatonta tai loukkaavaa viestintää. Voi kuitenkin olla, että avun tarvitsija ei koe viestejään loukkaavina. Tämän takia on tärkeää, että ensisijaisesti pyrit selvittämään mentoroivalta, mitä hän viestillään tarkoittaa. Mikäli mentoroitava ei ole tarkoittanut loukata viestillään, on aiheellista kuitenkin kertoa millä tavalla asia olisi tulevaisuudessa hyvä ilmaista. Mikäli kuitenkin viestintä jatkuu edelleen loukkaavana, olet oikeutettu päättämään keskustelun. Sinun on kuitenkin ilmoitettava tästä mentoroivalle esimerkiksi ilmaisemalla, että:

”Viestien asiattomuuden takia en voi jatkaa keskustelua.”

Mikäli asiattomia viestejä edelleen tulee, on tästä ilmoitettava ylläpitoon, joka voi poistaa järjestelmästä kyseisen käyttäjän. Ilmoita ylläpitoon käyttäjän nimimerkki sekä syy minkä takia käyttäjän viestit on syytä estää. Nimimerkin poisto ei kuitenkaan estä käyttäjää rekisteröitymästä uudelleen palveluun.

3

On tärkeää, että tunnistat omat rajasi myös sen suhteen, miten paljon kerrot itsestäsi mentoroitavalle. Mentoroitavan luottamuksen herättäminen voi vaatia joidenkin perusasioiden jakamista, kuten esimerkiksi oletko työelämässä, perheellinen jne. Sinun ei ole kuitenkaan pakko kertoa sen tarkemmin perheesi kokoonpanosta, työpaikastasi tai muista henkilökohtaisista asioistasi. Tämä on tärkeä muistaa tilanteissa, joissa mentoroitava aktiivisesti kyselee yksityiselämästäsi. Näissä tilanteissa ei ole kuitenkaan syytä valehdella, vaan mentoroitavalle voi kohteliaasti ilmoittaa, että kyseessä on henkilökohtainen asia, josta keskusteleminen ei ole mentoritoiminnan tarkoitus.

4

On todennäköistä, että sovelluksen käyttäjät kertovat vaikeista ja huolta herättävistä koti- ja elämäntilanteista. Näitä voivat olla esimerkiksi lähisuhdeväkivalta, päihdeongelmat tai lapsen kaltoinkohtelu. Mentorina sinun tehtäväsi on ottaa nämä viestit vastaan ja reagoida niihin. Tilannetta on hyvä lähteä purkamaan tarkentavilla kysymyksillä; miten vakavaksi itse kokee tilanteen, milloin tilanne on tapahtunut, miten usein tilanne toistuu, onko saanut apua tilanteen ratkaisuun, onko kertonut asiasta kenellekään jne. Tilanteen yhteinen tarkasteleminen johtaa parhaimmillaan avun piiriin hakeutumiseen. Aina näin ei kuitenkaan käy. Mikäli koet, että mentoroitavan kuvaama tilanne vaarantaa lapsen hyvinvointia, tulee sinun ilmoittaa asiasta vertaismentorointia koordinoivalle henkilölle. Ennen tätä sinun on kuitenkin kerrottava mentoroitavalle, että tulet raportoimaan tilanteesta kolmannelle osapuolelle.

Kaikista häiriötilanteista tulee ilmoittaa ylläpitoon.

7 YHTEYSTIEDOT JA TOIMINTAOHJEET KRIISITILANTEISSA

Mikäli sinulla herää suuri huoli avun pyytäjän tilanteesta, turvallisuudesta tai hyvinvoinnista, ole yhteydessä vertaismentoritoiminnan työntekijöihin. Jos mahdollista, keskustele yhteydenottajan kanssa huolestasi ja siitä, että sinulla on velvollisuus raportoida asiasta eteenpäin.

Kriisitilanteessa tai huolta herättävässä tilanteessa voit myös pyytää apua toiselta mentorilta. Ota kuitenkin matalalla kynnyksellä yhteyttä vetäjiin. Mikäli et tavoita ketään sovelluksen kautta, voit soittaa, lähettää viestin tai sähköpostin vertaismentorointia koordinoiville henkilöille.

Mikäli mentoroitava kertoo suoraan henkeen kohdistuvasta uhasta tai toiminnasta, tulee asiasta ilmoittaa poliisille. Ota kuitenkin ensin yhteyttä vertaismentoritoiminnan työntekijöihin, jotta voitte käydä asian vakavuuden yhdessä läpi. Mikäli tilanne vaatii mielestäsi välitöntä puuttumista, ota yhteyttä hätänumeroon. Poliisi tekee arvion jatkotoimenpiteistä.

Kriisitilanteissa voit myös ohjata mentoroitavaa olemaan yhteydessä esimerkiksi seuraaviin tahoihin:

Sekasin -chat tarjoaa keskusteluapua mielen hyvinvointiin ja mielenterveyden ongelmiin liittyen. Chat on valtakunnallinen ja auki joka päivä: www.sekasin247.fi

Kriisipuhelin päivystää numerossa 010 195 202 arkisin klo 9.00-17.00 ja viikonloppuisin ja juhlapäyhinä klo. 15.00-07.00. Kriisipuhelimen tavoitteena on helpottaa henkistä hätää keskustelun kautta sekä ehkäistä itsemurhia.

MLL Lasten ja nuorten puhelin 116 111.
Puhelimeen voi soittaa ma-pe klo 14-20 ja la-su klo 17-20.

Apua perheväkivaltatilanteisiin nettiturvakodista: www.nettiturvakoti.fi

Nollalinja on valtakunnallinen, maksuton auttava puhelin kaikille, jotka ovat läheisessä ihmissuhteessaan kokeneet väkivaltaa tai sen uhkaa. Ympäri vuorokautinen päivystys puh. 080 005 005.

Rikosuhripäivystyksen auttava puhelin p. 116 006. Suunnattu rikoksen uhreille. Päivystys ma-ti klo 13-21 ja ke-pe klo 17-21.

Tukea ja ohjeita saat vertaismentoritoiminnan työntekijöiltä:

Katarina Pursi
p. 044 761 4182
katarina.pursi@sos-lapsikyla.fi

Oskari Savisalo
p. 044 7614 183
oskari.savisalo@sos-lapsikyla.fi

8 ERILAISIA APU- JA TUKIKANAVIA, JOIDEN PIIRIIN VOIT OHJATA MENTOROITAVIA

Oheiseen listaan on koottu erilaisia tuki- ja apukanavia, joihin voit ohjata mentoroitavaa tai joiden kautta voit itse hakea vinkkejä erilaisten tilanteiden käsittelyyn.

Tukea itsenäistymiseen, opiskeluun ja työnhakuun:

Apua ja tukea esimerkiksi maahanmuuttajataustaisille nuorille: www.ehja.fi/toiminta

Vamos auttaa työ- ja opiskeluelämään 16-29-vuotiaita nuoria: www.hdl.fi/vamos

Tietoa, apua ja tukea Ohjaamosta: www.ohjaamo.hel.fi

TE-toimisto: www.te-palvelut.fi/te/fi/tyonhakijalle/nuoret

Mielenterveys:

Mielenterveystalo, itsehoito:

www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/itsehoito

Mielenterveystalo, nuorten oma-apuohjelma kriisistä selviytymiseen:

www.mielenterveystalo.fi/nuoret/itsearviointi_omaapu/oma-apu/toivo

SELMA-oma-apuohjelma aikuisille:

www.mielenterveysseura.fi/fi/tukea-ja-apua/verkossa/selma-oma-apuohjelma

Ongelmatilanteissa:

Nuorten turvatalo: www.punainenristi.fi/node/1409

Stressinhallinta:

Maksuttomia verkko-ohjelmia: www.headsted.fi

Harjoituksia mielen hyvinvointiin: www.oivamieli.fi



Pelaaminen:

www.peluuri.fi/fi/pelaajat/peluurin-valtakunnalliset-palvelut/testit-oma-apu-ja-harjoitukset
www.peliklinikka.fi/
www.peluuri.fi/fi/pelaajat/peluurin-valtakunnalliset-palvelut/peli-poikki-ohjelma
www.tiltti.fi

Päihteet:

Päihdelinkki: www.paihdelinkki.fi/fi/oma-apu

Lasinen lapsuus: www.lasinenlapsuus.fi

A-klinikkasäätiö: www.a-klinikka.fi/tietopuu

Parisuhde ja vanhemmuus:

MLL:n Vanhempainpuhelin:

www.mll.fi/vanhemmille/toiminta-lapsiperheille/vanhempainpuhelin

Vanhempainpuhelimessa voit puhua mistä tahansa vanhemmuuteen liittyvästä asiasta. Vanhempainpuhelimien numero on 0800 92277.

Väestöliiton parisuhdesivusto: www.vaestoliitto.fi/parisuhde

Väestöliiton vanhemmuussivusto: www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus

Huolinavigaattori: www.mielenterveystalo.fi/lapset/haeneuvojajaapua/huolinavigaattori

Lähisuhdeväkivalta:

Nollalinja: www.nollalinja.fi

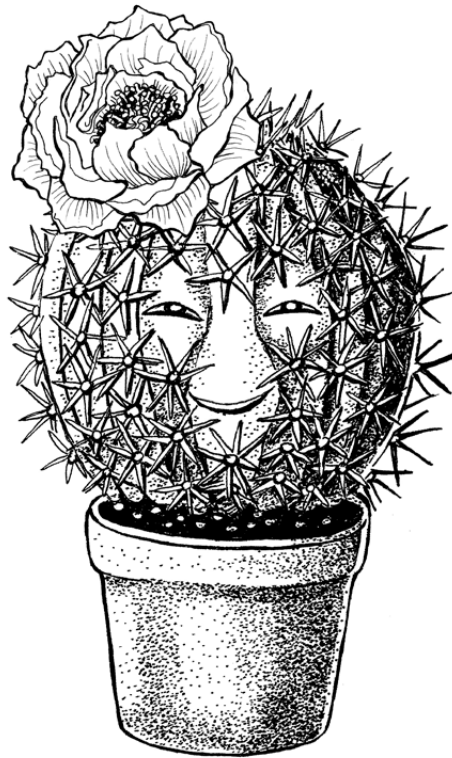
Naisten linja: www.naistenlinja.fi

Miehen linja: www.lyomatonlinja.fi/fi/miehen-linja

Ensi- ja turvakotien liitto: www.ensijaturvakotienliitto.fi

Monika-Naiset liitto: www.monikanaiset.fi

Sosiaalialalla toimiva monikulttuurinen järjestö, joka kehittää ja tarjoaa erityispalveluja väkivaltaa kokeneille maahanmuuttajataustaisille naisille ja -lapsille.



VOIMAUTTAVAA MENTOROINTIA!

YLITSE-projekti:

www.sos-lapsikyla.fi/ylitse

Facebook:

www.facebook.com/ylitse

