

Ääni nuorille-podcast

Jakso 3: Palveluita ei ole tehty meitä varten

Kesto: 00:47:37

[äänite alkaa]

[musiikki alkaa]

Puhuja 1: Kuka sanoo, ettei nuoria kiinnosta? Miltä kuulostaa, kun nuoret valitsevat itse mistä puhutaan - ja miten? Millaisia ratkaisuja haavoittuvassa asemassa olevilla nuorilla on yhteiskunnan ongelmiin? Oletko sinä valmis kuulemaan ne? Minun nimeni on Valentina ja olen studiolla varmistamassa turvallisemman tilan periaatteiden toteutumisen sekä autan keskustelijoita keskustelemisen etenemisessä. Nyt annetaan ääni nuorille.

[musiikkia]

Puhuja 1: Hei. Tervetuloa kuuntelemaan nuorten ratkaisuja, nuorten palveluihin liittyen. Tänään Pepita tulee keskustelemaan mun kanssa hänelle tärkeestä aiheesta, eli näistä nuorten palveluista. Hän on mukaansa kutsunut Miilan. Pepita, haluaisitko kertoa vähän itsestä ja siitä miksi tää aihe on sulle tärkeä?

Puhuja 2: Joo, tosiaan oon Pepita ja 29-vuotias nuori Helsingistä. Tää aihe on mulle tärkeä, koska ite en oo saanut semmosta palvelua mikä ois mua oikeastaan yhtään auttanut koko mun matkan aikana, tai sitten jos sain niin sitä oli tosi harvoin. Jotenkin sellanen, että haluaisin siihen sanoa oman mielipiteeni ja ettei niin enää tapahtuis kenellekään muulle.

Puhuja 1: Mites Miila? Haluaisitko sä kertoa vähän itsestä?

Puhuja 3: Joo. Mä oon Miila. Mä asun Tampereella. Mä olen nuorisolääkäri koulutukseltani ja ihan viime vaiheen erikoistuja nuorisopsykiatriaan. 20 vuotta tehnyt lääkärin duunia monenlaisissa paikoissa, mutta pääasiassa aina nuorten kanssa.

Puhuja 1: Mitä te aattelette nuorille suunnatuista palveluista just nyt?

Puhuja 2: Mun mielestä on jotenkin silleen olleet aina semmosia tosi vaikeasti saatavia, silleen että tavallaan semmonen oikeanlainen hoito ja oikeanlaiset metodit mikä motivois ihmistä oikeasti siihen parantumiseen, niin se on jotenkin kiven alla. Tarjotaan sellasia

hoitoja mitkä ei toimi, tai sitten vaan lääkehoitoa, mikä todennäköisesti on niin turruttavaa että siitä ei tuu mitään apua. Et ei oo sellasia helposti löydettäviä palveluja saatavilla, matalan kynnyksen paikkoja, tai semmosia mitkä tuntuis hyvältä olla oma itsensä ja olla jotain muutakin kuin se ongelma mikä itsellä on.

Puhuja 3: Tää on tosi iso ja hyvä kysymys. Toi mitä sä Pepita sanoit siitä, että susta tuntuu että ei kuulla tai tulee väärällä tavalla kohdatuksi on varmaan meidän palveluiden iso murhe tänä päivänä. Sinänsä mä aattelen, et palveluita ehkä tässä ajassa saa paremmin kuin mitä on vaikka 10 vuotta sitten saanut, että koko ajan on lisätty määrärahoja vaikka koulu- ja opiskeluterveydenhuoltoon tai nuorten mielenterveyspalveluihin, mutta onhan se totta että jos se laatu siinä palvelussa ei sitten kuitenkaan oo sitä mitä nuori odottaa, niin sithän se ei ole hyvää palvelua vaikka se sinänsä oliskin olemassa. Joo, tässä on varmaan kehittämisen paikkaa monellakin tavalla.

Puhuja 2: Tai niinkun just se, että mäkin oon koko elämäni ollut kaikenlaisten, tai ihan tosi nuoresta lähtien ollut kaikenlaisten palveluiden piirissä, mut jotenkin tuntuu että niistä on kaikista vaan ollut semmosia huonoja muistoja, et ne ei oo auttanut yhtään eteenpäin. Kyllä mäkin uskon että se on parantunut viime aikoina, on koko ajan paranemaan päin varmasti, mut se paranemistahti on niin hidas että mua välillä hirvittää että miksei oo tavallaan... Että välillä kun kuulee näitä tarinoita, että miten nuoret tai mun kaveritkin vaikka kokee jonkun hoidon, niin se ei oo riittävää. Se ei oo just sitä kohtaamista, tai sitä semmosta mikä auttais oikeesti. Et niinkun ihmisläheisyys, semmonen oikea kuunteleminen ja läsnäolo puuttuu, että ihminen on vaan tavallaan se diagnoosi tai ongelma. Tavallaan tuntuu, että niistä semmosista kaikista lääkkeistä ja kaikista hoitomuodoista puuttuu se semmonen todellinen hoito, tai semmonen just, koska ei kuunnella sitä potilasta, niin sit se tavallaan potilas vaan joutuu ite selviämään oikeesti niistä sen omista ongelmista, eikä oo mitään semmosta oikeanlaista.

Puhuja 3: Kuvaat tosi taitavasti sitä pulmaa, mikä meillä on varmaan aika laajastikin sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa. Usein ne palvelut on rakennettu niin, että me ammattilaiset jotenkin ajatellaan että mitä se meidän asiakas tai potilas tarvitsee ja meillä on joku semmonen sapluuna tai muotti, mitä me tarjotaan vähän niinkun kaikille, että silleen one-size-fits-all -tyyppinen, että koska tää on toiminut Reimalle, niin tän täytyy toimia Reetallekin.

Puhuja 2: Niin.

Puhuja 3: Eikä sitten ehkä lähdetäkään siitä että me yhdessä lähdetäis sen asiakkaan tai potilaan kanssa mietti, että mitä sä just nyt tässä sun elämäntilanteessa eniten tarttisit. Et sulla on nää ja nää ja nää diagnoosit, mut niistä diagnooseista viis, että mikä sulla on nyt just tässä hetkessä se sun suurin pulma - ja lähdetäis yhdessä miettimään siihen ratkaisuja. Kyllä, sä oot hyvinkin asian ytimessä tossa mitä sä kerrot, kuvaat, täydellisen hyvin sitä mikä meidän monissa palveluissa tänä päivänä mättää.

Puhuja 1: Mites sitten, moni nuori sanoo että ei edes hae apua? Johtuukohan se siitä kohtaamattomuudesta, vai näettekö muitakin syitä sille?

Puhuja 3: Niin, siellä on varmaan tosi monta tarinaa, että miks ei haeta. Ehkä voi olla semmonen ajatus et se oma vaiva on semmonen, että siihen ei edes voi saada apua, tai että on joku semmonen häpeä joka estää puhumasta. Tai et voi olla joku aikaisempi hankala kokemus jonkun aikuisen, on se ammattilainen tai vaikka oma lähiaikuinen, jonka kanssa on huono kokemus siitä että on tullut torjutuksi ja sit se jotenkin jäänyt riippana mukaan, että ei halua uudestaan yrittää. Tai sit voi olla nuorelle epäselvää se että mihin ottaa yhteyttä, että mikä se paikka on kelle... Kuka on se ihminen, jolle tämmönen ja tämmönen vaiva kuuluu? Voi olla, että jotkut kaupungin, tai tänä päivänä hyvinvointialueiden verkkosivut on niin kryptisiä ja niin saavuttamattomia, kummallisia, ettei sieltä löydy se tieto, että mihin nuori joka kokee että on vaikka paniikkioireita, että mihin hän vois olla yhteydessä. Ehkä jotain tämmöstä siellä taustalla voi olla.

Puhuja 2: Joo. Tohon liittyen kuulee kans nuorilta usein sitä, että pallotellaan väärin palveluiden äärellä. Kun ei just tiedä et mihin kannattais mennä, niin menee vaan johonkin ja siellä sanotaan että ei, ei oo sun paikka - voit liian hyvin, voit liian huonosti. Liian nuori, liian vanha. Ja sitten lähetetään johonkin seuraavaan paikkaan jossa taas sanotaan sama viesti eri sanoin.

Puhuja 3: Joo. Toi on totta. Tota tapahtuu ja tosta pitäis ilman muuta päästä eroon ja eteenpäin. Parastahan olis, jos nuorten palvelut olis mahdollisimman paljon yhden katon alla, et se riittää et sä astut sisään, niin siinä paikassa on joku joka tietää ratkaisuja juuri sun haasteisiin, eikä niin että sun pitää aina miljoona kertaa kertoa ne samat asiat ja tarinat uudelle ihmiselle ja aina aloittaa ikään kuin alusta. Se on raskasta ja siinä usein turtuu ja tulee semmonen tunne, että en mä sit ehkä viitsikään.

Puhuja 2: Joo, toi on ainakin mulla just käynyt monta kertaa, että ei oo ollut...

Tavallaan, et aina kun just on joku semmonen hoitokontakti ollut vähän aikaa minkä kanssa on puhunut ja käynyt läpi niitä omia ongelmia, niin sit se aina yhtäkkiä vaihtuu johonkin toiseen. Joutuu taas alottaa alusta ja sit se on hirveen raskasta, kun ei oo voimavaroja siihen, niin sit joutuu tavallaan kuitenkin alottaa alusta, kertomaan niitä omia ongelmia ja sit hakemaan sitä ratkaisua ihan uuden ihmisen kanssa. Se on kyllä tosi iso ongelma. Ja just niinkun koska ei todella semmosella... Niinkun ainakaan mulla ei oo ollut voimavaroja siihen, niin sit mä oon tavallaan vaan niissä hoidoissa, hoitokontaktien kanssakin vaan laahannut koko ajan taaksepäin mun elämässä, koska ei tavallaan, kun kaikki se energia menee siihen et selittää uudestaan sen mikä mua vaivaa, niin se tuntuu tavallaan et se vielä korostaa sitä ongelmaa mikä on, et se tavallaan suurenee ja suurenee se ongelma, jos ei oo sitä semmosta pitkäkestoista hoitokontaktia.

Puhuja 1: Mä voisin nostaa tähän väliin myös semmosen mitä monilta kavereiltani oon kuullut ja tiedän että se monia nuoria koskettaa, että kun mielenterveyspalveluihin hakeutuu ja on päihdetaustaa, niin ei ookaan oikeutettu saamaan apua. Tää on ollut monella ystävällä, monella nuorella esteenä sille hoitoon hakeutumiselle. Mitä ajattelette tästä?

Puhuja 2: No siis, mullahan on tästä ihan henkilökohtaista kokemusta, kun oon entinen päihteidenkäyttäjä. Siis joo, just se että ei todellakaan saa sitä semmosta terapiaa tai hoitoa ennen kun vasta on päässyt eroon niistä päihteistä. Se on mun mielestä tosi väärin. Ja sit just se, että sut tuomitaan aina siitä päihteiden käytöstä, niinkun sä olisit jotenkin itse se ongelma, tai että ei oteta sitä sairautena. Et siinä on monta sellasta tosi painavaa ongelmaa. Et just se tuomitseminen, et sut tuomitaan joka kerta siitä päihteiden käytöstä niinkun sä olisit itse syyllinen siihen, vaikka se on oikeesti tavallaan monen asian summa ja se voi olla vaan se oire se päihteiden käyttö, niinkun että siinä olis jotain semmosta mielenterveyden asiaa taustalla. Mä oon nyt alottanut terapian, kun mä oon ollut kaks vuotta puhtaana, mutta siis 10 vuotta mä jouduin olemaan päihteiden kanssa tekemisissä, kun ei saanut mitään sellasta terapiahoitoa mikä olis auttanut. Joutu ite tekemään kaiken sen duunin ja päätöksen. Ei tavallaan saanut sellasta oikeesti terapiaa tai mitään kunnollista hoitoa.

Puhuja 3: Noinhan sen ei taaskaan tietenkään pitäis olla, että kyllähän meillä nyt on hyvä ymmärrys siitä että päihdehäiriöt liittyy tosi moniin psykiatriisiin sairauksiin. On tavallaan liitännäisenä vaikka masennuksen tai hankalan ahdistuksen kyljessä ja mikä on muna ja kana, niin ne on aina sitten erikseen mietittävä. Mutta kyllähän nyt jos on ollut vaikka pitkään

masentunut, niin saattaa olla että siitä päihteiden käytöstä tulee itsehoitoyritys ja sit se päihteiden käyttö hankaloituu ja siitä tulee sitten ihan oma ongelmansa. Tuolla psykiatrian maailmassa missä mä teen töitä, niin tää on tietty semmonen asia jonka kanssa me ollaan vähän väliä vastatusten. Et toki on ihan selvä, että jos on tosi hankala päihdehäiriö, niin sit voi olla vaikea tehdä vaikka diagnostisia tutkimuksia, selvittää et onks tällä tyypillä myös vaikka ADHD tai mitä kaikkea tällä on, koska se päihdehäiriö väistämättä sotkee sitä vointia sen verran. Mutta se ei tarkoita, että ihminen nyt ilman hoitoa jäisi, tai ilman vaikka terapeutista hoitoa. Siitähän ei oo kyse. Se päihdehäiriö pitää tehokkaasti hoitaa ja siinä sivussa kaikkea muuta, mihin vaan pystytään. Ja sit siinä vaiheessa kun me ollaan saatu päihdehäiriöstä hyvä niskalenkki, niin sit voidaan lähteä tutkimaan vielä lisää että mitä kaikkea muuta selittävää tässä on ja lähteä niihin etsimään ratkaisuja ja hoitoa. Että joo, mutta et meillähän päihdehoito on vähän sillai ollut levällään, että osa on kuulunut terveydenhoidon piiriin ja osa on kuulunut sosiaalihuollon piiriin ja sitten kun nää tahot harvoin keskustelee oikein hyvin keskenään, niin sit me ei oikein tiedetä... Vasen käsi ei tiedä mitä oikea tekee ja niin edelleen. Ne on vähän niinkun hajallaan ja sekaisin ne palvelut olleet. Tosiaan toivon, että nyt tää alueuudistus mikä tässä nyt on vuodenvaihteessa tullut, niin tois tähän helpotusta, kun me ollaan periaatteessa saman systeemin alla kaikki ja tiedon pitäis kulkea sujuvasti ja sit vaikka nyt päihdehäiriöisen nuoren pitäis saada paremmin apua kuin mitä se on ollut viime ajat. Toivon todellakin näin.

Puhuja 2: Joo, kun ei oo tosiaan mitään sellasia oikeasti eteenpäinvieviä palveluita, muuta kuin korvaushoito oikeestaan. Tai se on oikeestaan ainoa semmonen mikä mua on vähän auttanut esimerkiks mun omalla polulla, et mulle se aiheutti sen että mä rupesin pelkää niitä lääkäreitä ja pelkäämään niitä mun hoitokontakteja, koska aina tuntu et ne tuomitsee mua hirveesti, tai sitten että se ei tuntunut vaan yhtään auttavan se semmonen diagnoosikeskeinen hoito. Ja sitten just ei oo tavallaan mitään sellasta positiivista kokemusta oikeestaan noista, että miten tärkeä se on, että jos yksikin ihminen uskoo suhun ja antaa sulle sitä voimaa, niin se voi muuttaa ihan kaiken. Mulla on esimerkiks ollut yks semmonen ihminen joka on mua kuunnellut ja uskonut aina että kyllä mä jonain päivänä vielä selviän siitä, niin sen ihmisen takia mä oon nyt selvinnyt, et se on niinkun tosi, et tavallaan yksikin ihminen vaan joka uskoo suhun oikeesti, kun sä et ite pysty uskomaan ittees, niin sekin auttaa. Että jos ois moni muukin tavallaan tehnyt niin, koska mä tiesin et se on vaikeeta uskoo... Mä olin niin huonossa kunnossa sillon, että aikamonen on varmaan vaikea siinä tilanteessa uskoa että toi jonain päivänä vielä selviäis. Mutta

kun yks ihminen ei luovuttanu, mun yks hoitohenkilö ei luovuttanut mun suhteen ja aina piti tavallaan sen uskon siinä mukana, niin se autto mua. Se oli se viimeinen joka mut sit nosti sieltä. Tavallaan niinkun että hei, että kyllä mulla onkin vielä toivoa, että joku semmonen toivon kipinä löyty.

Puhuja 1: Eli selkeästi vaikka tiedetään miten päihdesairaus toimii ja tiedetään näitä asioita, ne on tutkittuja, mut silti se ymmärrys puuttuu sieltä palveluista.

[musiikkia]

Puhuja 1: Tuleeko teille mieleen nyt muita asioita missä tää ymmärryksen puute ois esteenä?

Puhuja 2: Mulla on siis itelläni ollut syömishäiriö, niin sielläkin tavallaan siellä palveluissa, niin tuntu että ihmisillä ei oo tarpeeks ymmärrystä siitä sairaudesta, että ois tarvinnut siinäkin vaiheessa jotain vertaistukea tai jotain. Mä jouduin semmosella akuuttiosastolle jossa ei ollut yhtään syömishäiriöisille ohjattua toimintaa, vaan siellä oli kaiken maailman psyykkisiä häiriöitä. Mua ei missään vaiheessa... Mä olin melkein vuoden siinä hoidossa, eikä missään vaiheessa siirretty mihinkään semmoseen hoitoon jossa olis ymmärretty sitä sairautta paremmin, vaan mä olin semmosten ihmisten kanssa tekemisissä jotka ymmärsi vaan yleisesti psyykkisiä häiriöitä, niin tavallaan sielläkään ei saanut sitä ymmärrystä siihen. Mutta en mä tiedä mikä siinä sit silloinkin oli, että ei vaan sit just resurssit riittänyt tai jotain, että ei voinut siirtää sit sellaselle osastolle missä olis vaikka ollut oikeesti samanhenkistä porukkaa, tai niinkun samoilla ongelmilla ja samoilla asetuksilla.

Puhuja 1: Sä mainitsit ton vertaistuen. Mitä merkitystä sä näät, että vertaistuella on?

Oisko vertaistuesta ollut sulle apua?

Puhuja 2: Ois todellakin ollut. Kun on itellä just kans ollut paljon erilaisia ongelmia ja varsinkin just semmosia mitä lääkäreiden on välillä vähän vaikea ymmärtää, tai mitkä just on tosi semmosia vaikeaselitteisiä omassa päässäkin ollut, niin jos olis ollut joku semmonen vertaistukihenkilö joka olis tosiaan ymmärtänyt sen tilanteen paremmin kuin kukaan lääkäri, niin siitä olis ollut kyllä tosi paljon hyötyä. Mutta semmosta mä en oo saanut oikeastaan ollenkaan, semmosta vertaistukea, että just haluaisin ehkä ite ruveta vertaistukihenkilöks jollekin nyt, kun oon ite paremmassa kunnossa näiden asioiden suhteen, niin just tavallaan että

sais antaa sen jollekin toiselle. Et kyllä sillä mun mielestä on iso merkitys, sillä vertaistuellalla ja kokemusasiantuntijuudella ja tällasella, että se vois olla just hyvä lisä tämmösen tavallisen hoidon lisäksi, mut et mun mielestä se ei voi kokonaan korvata sitä tavallista hoitoa, koska se tavallaan on sit taas just sitä syvää ymmärrystä. Se ei ole semmosta... Siinä voi mennä liian syvälle siihen omaan ongelmaan, et jos toinen ymmärtää täsmälleen mitä sä käyt läpi. Et se tavallaan auttaa vähäsen, mutta oikeissa määrin annosteltuna, niin se auttaa kyllä tosi paljon varmasti.

Puhuja 3: Oon ihan samaa mieltä, että osana hoitoa varmasti vertaistuki toimii oikeinkin hyvin, mut ei korvaa. Ihan niinkun sanoit säkin, et mä aattelen että vaikka oman psykoterapian rinnalla voi olla sit jotain vertaistukitapaamisia, jotka sit vielä boosteroi sitä omaa toipumisen tahtoa, kun näkee että muillakin on tällasta ja muutkin on toipunut, niin ehkä se sit voi siinä auttaa. Se on ihan totta, että meillä ei tavallaan oo sitä vertaistukea jotenkin osattu järjestää sinne meidän hoitosysteemiin sisään. Et ilmeisesti nyt Helsingin seudulla tässä on jotenkin herätty et hetkinen, et tää vois olla hyvä juttu. Ja nyt on saatavilla just kokemusasiantuntijan palveluita, jos oot sairaalassa vaikka ensipsykoosia sairastava henkilö, niin hän voi saada sit jonkun kokemusasiantuntijan kertomaan siitä omasta tarinasta et mikä häntä on auttanut ja miks on tärkeä vaikka syödä lääkkeit, tai miks on tärkeä tulla omille käynneille ja niin edelleen. Nythän vertaistukitoiminta on ollut aika paljon järjestöjen varassa, että vaikka Syömishäiriöliitolla on jotakin ja Autismiliitolla on jotakin, mut nekin on sit vähän hajallaan riippuen vähän missä sä asut ja kuinka paljon jaksamista on lähteä etsimään sitä palvelua, niin se voi vaikuttaa siihen että löytääks sitä ehkä koskaan. Ja sehän on tietty taas väärin, eriarvoistavaa sekin.

Puhuja 1: Mainitsit ton Helsingin ja siis täällä Helsingissäkö kokemusasiantuntijan vastaanotot on jo muutamilla terveysasemilla.

Puhuja 3: Kyllä.

Puhuja 1: Ja sen lisäksi on tämmönen aito välittäjä alkanut, että voi saada itselleen aidon välittäjän joka kulkee siinä rinnalla ja ymmärtää ja osaa ehkä kans vähän ohjata näihin palveluihin sen oman kokemuksen kautta, et kun niitä on niin vaikee löytää. Mutta sitten mainitsit myös tän, että muualla Suomessa ei ehkä ihan näin ookaan. Mitä te aattelette palveluista ja siitä, et ne keskittyy aika paljon isoihin kaupunkeihin?

Puhuja 3: Niinpä, siis tää on tosi kurja tilanne, et Suomi on pitkä maa ja harvaan

asuttu maa ja vähän riippuen tuurista että mihin on syntynyt tai mihin on omat vanhemmat aikanaan asettunut, niin siitä riippuu aika paljon se että mitä palveluita sun on mahdollista saada. Missä ne palvelut on? Onks niihin helppo mennä? Pystyykö nuori ihminen vaikka ite matkustaa menemään sinne, vai tarviiko aina jonkun kyydittämään vai miten se menee? Se on epäreilua ja koskee kaikkia palveluita. Ei pelkästään mielenterveys-päihdepalveluita, vaan ihan kaikkia. Ja jälleen mä nyt tästä alueuudistuksesta... Mä en ymmärrä miks mä nyt tätä tässä tuon uudestaan ja uudestaan, mut et sehän vois nyt olla mahdollisuus siihen, että kun yksittäiset pikkuruiset kunnat ei oo enää vastuussa siitä miten ne järjestää niiden palvelut, vaan isot alueet tekee yhdessä isommalla budjetilla juttuja, niin ehkä siinä vois olla joku keino sit saada sellasta tasa-arvoa, yhdenvertaisuutta tähän, että jokainen, riippumatta siitä missä asustelee, niin pystyis käyttämään palveluita paremmin kuin tähän asti.

Puhuja 2: Joo, ite oon just Helsingistä, niin tavallaan siinä ei oo niinkun tavallaan, et on niitä palveluita kyllä, mut ei mun mielestä oo ainakaan omalla kohtaa ollut riittävästi semmosia oikeanlaisia. On paljon eri palveluja, mutta ei oo tavallaan sellasta just läsnäolevaa, kuuntelevaa, motivoivaa palvelua, mikä räätälöis sen oman suunnitelman, vaan just se semmonen yleinen jotenkin asetus, ettei niinkun oo sellasta... Ei niinkun saa semmosta hoitoa mitä pitäis saada, et tavallaan sitä vaan joutuu ite pyörittelemään koko ajan päässään ja yrittää kertoa niille lääkäreille ja sairaanhoitajille että mikä sua vaivaa, mutta sit ne ei tunnu ottavan sua tosissaan, tai ei kuunnella just sitä että mikä vaikka mun toive siitä hoidosta olis. Että onhan Helsingissä niitä palveluita, mutta ei mun mielestä riittävästi semmosia oikeanlaisia. Tavallaan vois suurimman osan karsia pois ihan vaan raa'asti ja keskittää ne semmoksiin oikeanlaisiin palveluihin.

Puhuja 3: Tuo on hyvä huomio minkä mä huomaan omassa työssäni tuolla nuorisopsykiatrialla, että kun mulle tulee uus asiakas sinne ensimmäiselle käynnille ja hänellä on hankala tilanne, mikä sit ikinä onkin, niin oikeastaan hyvin harvoin on sellanen tilanne etteikö tätä ihmistä olis joku muukin jo aikaisemmin hoitanut. Et heillä on usein ketjuna erilaisia palveluita ihan sieltä varhaislapsuudesta lähtien, että uutta ja uutta erilaista toimintaa ja hanketta ja sitä, tätä ja tuota neuvolaa. Et voi olla, että kymmenet, jopa ehkä sadat ihmiset on olleet sen yhden yksittäisen nuoren elämässä siihen asti mukana, mut silti tilanne on tosi hankala. Näissä kohdissa aina mietti, niinkun säkin mietit Pepita, että mikä järki tässä oikeasti on. Ollaanks me tehty oikeesti vaikuttavia asioita? Et onks se työ ja onks ne kaikki menetelmät,

terapiat, mitä ikinä onkin, niin onks ne oikeesti mietitty sen ihmisen ja sen perheen lähtökohdista ja valittu ne vaikuttavimmat, parhaimmat vaihtoehdot? Vai onko tässä nyt käynyt juuri niin, että Reetalle on tarjottu sitä mitä Reimallekin, koska Reima on saanut tästä hyötyä. Mä monesti ajattelen, et kyllä näitä lasten ja nuorten palveluita pitäis pohtia just vähän uudella tavalla, et ei järjestetä vaan järjestämisen takia, vaan oikeesti pohdittais et mikä on hyödyllistä, mikä on tehokasta. Mistä löytyy näyttöä, että tää ihan oikeesti toimii? Ja sitä enemmän, sitä kohden.

Puhuja 2: Ja voi kokeilla jotain uusiakin hoitomuotoja, että ei aina just tukeutua siihen vanhaan kaavaan, vaan kokeilla, antaa jollekin uudelle, vaikka kokeelliselle hoidolle, niinkun jos se vois... Jos siitä on vaikka hyvää näyttöä, niin mahdollisuuden. Koska tuntuu, että jotenkin se voi olla semmosta kans tosi konservatiivista se hoito, että ei uskalleta kokeilla mitään uutta, että vaan yritetään just siihen samaan vanhaan tarjota lääkkeitä ja sit vaan meet kotiin niiden kanssa, toimit, yrität parantua.

Puhuja 1: Mikä sit ois semmonen vaikuttava palvelu? Miltä se näyttää?

Puhuja 3: Tätä on moni kysellyt ja monesti tota miettinyt, niin en mä pysty vastaamaan edelleenkään että mikä olis kaikille hyvä, vaan että aina mikä juuri tän tyyppin tarinassa olis se mikä just nyt auttais. Joskus se voi olla jonkun pitkän terapian sijaan vaikka se, että on se joku tukihenkilö arjessa. Nuorelle tyyppille kaveri, jonka kanssa se menee potkii palloa tai käy pitsalla tai juttelee niitä, näitä. Et semmonen turvallinen, jämpä aikuinen, joka vie paikkoihin ja on siinä käytettävissä, jonka kanssa voi jutella kaikista maan ja taivaan välillä. Mä luulen, että jollekin se voi olla parempi ratkaisu kuin sitten se, että kerta viikossa käy istumassa jossain terapiakopperossa, toimistossa keskustelemassa keski-ikäisen täti- tai setäihmisen kanssa. Et ne pitäis aina miettiä ne menetelmät, keinot, niinkun aina sen kautta että mikä on nyt juuri tässä kohtaa tälle ihmiselle se mitä hän itse toivoo ja mikä on se ongelma mihin eniten tarvittais apua, joka sit lähtis ratkaisemaan ehkä niitä muita juttuja jotka tulee sen jälkeen. Et jotenkin siitä ihmisestä itsestä mä ajattelen että löytyy se viisus kertoa, että mitä minä nyt tässä kohtaa elämäni erityisesti kaipaan. Joku kaipaa kolmevuotista Kela-terapiaa, joku kaipaa sitä tukihenkilöä. Joku kaipaa jotain nettiterapiaa. Joku kaipaa fysioterapiaa. Joku ei ehkä halua yhtään mitään siinä kohtaa, mutta voi olla valmis myöhemmin. Ja kaikki on OK, että kaikki se pitäis kuunnella ja sen mukaan lähteä sitä hoitoa suunnittelemaan.

Puhuja 2: Niin, sen pitäis lähteä just tavallaan itsestä se halu parantua ja et

kuunneltais sitä ihmistä vaan, niin just siinä on se ydin, just niinkun sanoitkin, niin et jokainen tietää ite parhaiten, tuntee itsensä, tai omat perheenjäsenet tuntee, niin heillä mun mielestä pitäis olla eniten sananvaltaa siihen että mikä hoito, eikä sillä lääkäriellä tai vastuuhenkilöllä välttämättä.

Puhuja 3: Toi on tilanteita missä ihminen ei halua mitään, tai en nää ehkä että tässä on edes mitään ongelmaa tässä hänen elämäntilanteessaan. Ja sekin ehkä pitäis hyväksyä, eikä lähteä väen vängällä ajamaan käärmettä pysyyn, että se on nyt suostuttava, vaan et ehkä sit pitää antaa vähän aikaa kulua ja palataan asiaan vaikka parin kuukauden kuluttua uudestaan - no, mikä mieli nyt on? [päällekkäin puhumista]

Puhuja 2: Niin just, että ei pakoteta siihen hoitoon, vaan et... Koska ainakin omalla kohdallakin aika monesti, niin ne hoidot mitä mä oon käynyt läpi, niin on tuntunut just pakkopullalta, tai semmoselta että mulle tulee jo heti semmonen reaktio kun mä meen vaikka jonnekin osastolle tai jonnekin, että niinkun mä haluan pois täältä, että tää tuntuu niin pakolta, että mä en halua olla täällä. Ja sit on jo valmiiks semmonen suhtautuminen siihen hoitoon, että ei halua sitä hoitoa ottaa vastaan koska tulee paha olo siellä, niinkun siitä että on pakotettu jonnekin. Et se ei auta yhtään eteenpäin.

Puhuja 3: Se on ihan totta. Jos ei sitä omaa halua oo lähteä siihen paranemistyöhön, niin silloin mä luulen että mikä tahansa mitä ikinä tarjotaankaan, niin ei tuu apua. Et kyllä se oma, edes pieni uteliaisuuden sirunen tarvitaan, että haluaa kääntää sen kortin ja katsoa että voisko tästä ehkä sit kuitenkin jotain hyvää tulla.

Puhuja 1: Mä rupesin Pepi miettimään, kun kerroit et se tuntuu niin silleen pakkopullalta, niin onko sulla kokemusta siitä, että kun sua ohjataan johonkin palveluun mihin ei ehkä haluais mennä, niin kerrotaanko sulle että miksi sinne ollaan menossa, vai onko se vaan että ylhäältä tuli käsky että tohon suuntaan marssitaan.

Puhuja 2: Suurimmaks osaks just noin, että ylhäältä tuli käsky, että ei todellakaan oo kerrottu just sitä et miksi, tai niinkun perusteltu sitä yhtään. Että tavallaan tuntuu vaan just että on semmonen iso kysymysmerkki kun sä sit pöllähdät sen palvelun piiriin, että minkä takia mä nyt oon täällä, et niinkun et mihin tästä pitäis olla hyötyä. Et ei mulle oo kerrottu, et just et miksi. Et just niinkun tavallaan monesti on puuttunut perustelut kaikista diagnooseistakin et miksi mulla on tämmönen diagnoosi, niin en mä todellakaan oo saanut tietää keneltäkään

mitään syytä siihen. Et jos mulla on ollut vaikka joku diagnoosi, niin just silleen että mulla esimerkiks oli yhdessä vaiheessa yks väärä diagnoosi, niinkun että sain skitsofreniadiagnoosin ihan ilman mitään perusteita ja siinä kesti tosi kauan että sai pois sen diagnoosin, et koska kaikki vaan kuvitteli että mä oon harhainen, tai... Ne ei niinkun uskonut mua vielä enemmän tavallaan siinä tilanteessa, kun ajatteli että mulla on joku tämmönen häiriö, vaikka ei mun mitkään oireet sopineet tavallaan sen taudin oirekuvaan, niin siinä kesti useampi vuosi et se saadaan pois. Yks lääkäri sit vihdoin tutki mun kaikki fileet ja sano että ei oo mitään perusteluja tullut edes alkupäässä keneltäkään siihen diagnoosiin. Sit se otettiin pois ja vaihdettiin, mut se oli tosi vaikee, et kun ei todellakaan tiennyt et minkä takia itellä on semmonen diagnoosi eikä se tuntunut avaavan sitä mun tilannetta yhtään sen enempää. Mun mielestä just diagnoosin pitäis olla lääkärin ja potilaan välinen sopimus, että se lisäis sitä ymmärrystä sitä omaa tilaa kohtaan. Mutta siinä tapauksessa tai tilanteessa se ei yhtään auttanut mua, tai lisännyt mun omaa ymmärrystä, mun omaa tilannetta, vaan pikemminkin pahensi sitä. Mutta tosiaan se oli pitkä taistelu. Sain sen sit kumottua lopulta. Mut joo, monia isoja kysymysmerkkejä on ollut, että ei todellakaan tiedä että miksi on just vaikka missä hoidossa, tai että sit että jos sulla on väärä diagnoosi, niin sua hoidetaan myös väärällä tavalla. Et se on iso virhe mun mielestä, mikä varmaan johtuu siitä että ei just kuunnella tai olla tarpeeks tarkkaavaisia, että mikä tän henkilön ongelma on.

Puhuja 3: Niin. Kai meillä vähän terveydenhuollossa edelleen ja ehkä sosiaalihuollossakin vähän semmonen perisynti, että me ammattilaiset jotenkin vähän niinkun asettaudutaan sen meidän potilaan tai asiakkaan yläpuolelle ja tosiaan niinkun sä sanoitkin tossa, että sit vaan jotenkin valutetaan niitä käskyjä tai komentoja, tai meidän niinkun hyvänä näkemiä suosituksia sit sinne jonnekin alaspäin. Katotaan tarttuuko - eikö tartu? Sen sijaan mä ajattelisin että miten pitäisi asian olla on tietysti se, että se potilas, asiakas on asiantuntija hänkin ja tietyllä tavalla samalla asiantuntijuuden tasolla vaikka nyt sen lääkärin tai hoitajan kanssa tää potilas on niinkun sen oman elämänsä, oman elämäntilanteensa, oman sairautensa paras asiantuntija. Hän tietää parhaiten sillä hetkellä miten hän voi ja mitkä on niitä asioita jotka sujuu ja mitkä asiat ei tässä kohtaa suju. Et jotenkin tavallaan asiantuntija asiantuntijan kanssa toivoisin jotenkin, et niitä vaikka niitä hoitosuunnitelmiakin tehtäisiin, että tän potilaan oma asiantuntijuus, ymmärrys siitä että mikä on nyt tällä hetkellä se suurin haaste ja mihin toivon apua, niin se tulis kuulluksi ja se olis ihan yhtä arvokasta ja tärkeätä tietoa kuin mitä se lääkäri sit

taas lääketieteen asiantuntijana ajattelee, että tämmöissä sairauksissa, niin vaikka tämä terapiamuoto on todettu hyväksi. Ja sit he keskustelis siitä, että miltä tää nyt kuulostaa tämmönen terapiamuoto tai tämmönen ryhmämuotoinen hoito. Me tiedetään että näin iso osa on tällasesta joskus hyötynyt, et mitä sä ajattelet, oisko tää jotain tämmöstä mitä sä haluaisit lähteä kokeilemaan, että siitä vois olla näitä ja näitä hyötyjä sun elämään ja tällasta ja tällasta tukea - olisko se jotain, mitä sä haluaisit koittaa? Näin mä ajattelen, että sen keskustelun pitäis mennä. Eikä niin, että sormella osoitetaan ja sanotaan että se on sit tiistaina kello 16 se ryhmä ja sinä tuut sinne.

Puhuja 1: Rupesin miettimään Pepitan aikaisempaa kommenttia siitä, et on kirjallinen ikään kuin sopimus ja rupesin miettimään asianajajaa. Mulla itselläni on ikään kuin semmonen asianajaja aina kun lääkärin tapaamisissa käyn. Kutsun häntä siis myös tulkiksi, koska hän ymmärtää sen että mitä se lääkäri sanoo ja sit hän osaa kertoa mulle että mitä se tarkoittaa, koska tuntuu usein että just ei ymmärrä että miks jotain asioita tehdään, tai sitten ei edes ymmärrä mitä ne on, koska se kieli mitä lääkärit usein käyttää on itselle niin vierasta. Mitä pitäis tapahtua, jotta mä voisin päästä tästä asianajaja-tulkista eroon, että en tarttis enää hänen palveluita?

Puhuja 3: Kuulostaa siltä, että lääkärit ja muutkin ammatti-ihmiset tarvitsis varmaan semmosta vuorovaikutuskoulutusta ja semmosta kohtaamisen taitoon liittyvää koulutusta. Se on totta, että meillä on vähän semmonen oma kieli. Meillä on omat termit, käsitteet ja joskus meiltä saattaa vähän unohtua, että itse asiassa muut ihmiset ei puhu tätä kieltä, että tää meille ihan itsestäänselvä asia on toiselle uppo-oulo. Et joo, varmaan tähän pitäis lääkärinkoulutuksessa vaan entistä enemmän maltaa paneutua. Mutta sinänsä mä ajattelen, että tommonen tulkki tai asianajaja, niinkun sä metkasti sanoit, niin ei välttämättä oo huono juttu, koska kyllähän sitten myös siellä vastaanotolla ne omat tunteet voi tehdä sen kuulemisen ja asian vastaanottamisenkin aika hankalaksi, et jos jännittää tai suorastaan pelottaa, niin sithän menee hyökynä ohi varmaan paljon sellastakin asiaa mikä sinänsä muussa tilanteessa ois ollut helposti ymmärrettävää ja sisäistettävää. Kyllä mä jotenkin kannatan tota, että jos varsinkin tietää että nyt tulee jotakin ehkä rankkoja uutisia, tai on niinkun että itseä jännittää vaan ihan hirveesti, niin ehkä on parempi että sinne lähtee joku vähän niinkun tueksi mukaan, lisäkorvapariiksi kuuntelemaan. Että sinänsä ihan OK.

Puhuja 2: Niin ja just sitten ois just semmonen joku henkilö joka olis aina myös

mukana ollut niissä keskusteluissa, niin se tavallaan myös tuntis sut ja tietäis vähän sun asioita, että ei olis tavallaan just yksin siinä tilanteessa aina, jos vaikka vaihtuisin se joku hoitokontakti, niin sehän niinkun auttais kyllä varmaan, et sinänsä sitten ei ois yksin siinä koko ajan kertomassa uudestaan sitä tarinaa, vaan ois joku muukin joka tuntis sen potilaan.

Puhuja 1: Joo, näin mulla ainakin on käynyt, että on järjestöpuolelta tämä minun asianajajani ja hän on pysynyt vaikka lääkärit ja hoitajat ja kaikki muut vaihtuu, niin hän pysyy siinä. Ja just semmonen muistilappu vois olla kans yksi hänen lempinimistään, että kun sieltä lääkäristä lähtee, niin yleensä unohtuu välittömästi että mitä siellä onkaan juteltu, niin se on kätevää että joku pystyy sen muistamaan. Ja myös silloin kun tehdään hoitosuunnitelmia ja muuta, niin hän on sitä minun asiaa siellä ajamassa. Että silloin kun on tämmösiä kokemuksia, että on lääkäri ja on hoitaja ja sosiaalityöntekijä ja näin, niin siinä tuntuu välillä ite siltä että jää jalkoihin siinä keskustelussa.

Puhuja 3: Joo, mikä on tosi murheellista tuokin. Ehkä semmosena kevennyksenä tähän vakavaan asiaan, että lääkärissä käymisen jännitys koskee myös lääkäreitä itsessään, että mä olen todennäköisesti potilaana melko erikoinen, että mä unohtan useimmiten itse suurimman osan asioista mistä piti puhua ja en jälkikäteen muista että mitä se lääkäri mun kanssa puhui. Ja teen kaikkea kummallista ja hassua, törmäilen huonekaluihin ja sitä sun tätä, koska jännitän niitä käyntejä siinä missä ihan kuka tahansa muukin. Se on hyvin inhimillistä, mutta se on hyvä että siihen löytyy helpotuskeinoja, kuten tämmönen asianajajapalvelu.

Puhuja 2: Toi on kanssa totta, että sitä just jännittää niitä, kun on tavallaan niin harvoin vaikka niitä hoitotapaamisia, niin sitten tuntuu aina että pitäis purkaa pidemmän ajan ajalta hirveen paljon, kun ei oo, niinkun... Ainakin mulla on ollut ongelmana, että ei oo ollut tarpeeks usein niitä hoitotapaamisia, niin sitten pitää aina kerralla purkaa hirveen paljon, eikä sitä välttämättä just muista et mitä kaikkee sun pitikään kertoo, niin sit tulee hirveen suppee kuva tavallaan siitä pitkästä ajasta mikä on ollut ilman sitä hoitokontaktia, niin sit se on hirveen sääli että ei tavallaan edes mitenkään vois pystyä tiivistämään sitä kaikkea, varsinkin kun jännittää vielä siinä tapaamisessa tai tilanteessa vielä se enemmän kun ei oo pitkään aikaan nähnyt ketään, niin tulee semmonen paine siitä tilanteesta.

Puhuja 1: Tän oon kuullut kans, semmoseen ehkä toiseen suuntaan, että tulee niin helpottunut olo kun pääsee vihdoinkin sinne lääkärin tapaamiselle, et sit siellä ollaankin et sullahan on kaikki hyvin kun sä tunnut olevan noin iloisena siitä, kun on vaan just niin helpottunut siitä

että joku kuuntelee taas vaihteeks.

Puhuja 2: Niin ja tonkin just allekirjoitan, että just se helpotus ja sit se jännitys ja helpotus... Tai niinkun ihminen just on tosi relaksoitunut siinä tilanteessa, kun pääsee vihdoinkin jotain tapaamaan siinä, niin sit se on just semmonen tavallaan suuri helpotus, et jsut saattaa sit olla vaan just että ei todellakaan muista että mitä pitäis kertoa. Luullaan, että kaikki on hyvin ja ei oo mitään sanottavaa.

[musiikkia]

Puhuja 1: Mä haluan vielä muistuttaa sellasesta, että nyt kun on paljon tässäkin keskustelussa puhuttu lääkäreistä ja siitä miten lääkärin vastaanotolla ehkä toimitaan julkisella puolella, niin kun ollaan nuorten kanssa tästä keskusteltu etukäteen, niin kyllä mekin siellä sitten sanotetaan että ne on hyviä ne lääkärit, mutta kun ne vaihtuu koko ajan, he ei saa tarpeeks rahaa siellä, niin ehkä niinkun hoitajat varsinkin kun vaihtuu niin usein, niin et yhteiskunnasta pitäis tulla sitä muutosta. Miten sä Niina näät tän sun työelämässä? Vaihtuvuuden.

Puhuja 3: Mä luulen, että varsinkin tuolla sairaalamaailmassa se vaihtuvuus on vähän niinkun sääntö. Se johtuu osin siitä, että erikoistuvat lääkärit jotka on se suurin lääkärijoukko sairaaloissa, niin on semmosia tuuliviirejä, että niiden siihen erikoistumiskoulutukseen kuuluu että heidän pitää nähdä mahdollisimman paljon erilaisia paikkoja. Nyt esimerkiks itsestäni, niin oon ens viikon maanantaina aloittamassa kolmen kuukauden pätkän aikuispsykiatrialla, nuorten aikuisten yksikössä, Tampereella. Se on kolme kuukautta. Mä tiedän, että mä luultavasti yhden kerran tulen mun potilaani tapaamaan. Seuraavan kerran kun hän tulee poliklinikalle, siellä on taas uus lääkäri. Ja tälle ei oikeastaan voi tavallaan mitään. Tää on semmonen rakenne joka on syntynyt siitä tarpeesta, että jotta lääkäristä tulee hyvä erikoislääkäri, niin hänen pitää nähdä mahdollisimman paljon erilaisia paikkoja. Se on iso sääli. Mutta sitten on se toinen puoli mitä teidän haastattelemat nuoret on fiksusti sanonut, että yhteiskunnan pitäis varmaan puuttua siihen esimerkiks hoitajien palkkatilanteeseen aivan ehdottomasti, että julkisella puolella palkat on tosi pienet ja todella kokeneet, äärettömän taitavat, fiksut, hienot sairaanhoitajat saattaa sen takia lähteä vaikkapa yksityispuolelle tai joihinkin muihin duuneihin opiskelemaan jotain aivan uutta alaa, että koska se raha ei riitä elämiseen. Sehän on aivan kohtuuttoman väärin kaikille meille, niin potilaille kuin heille itselleenkin.

Puhuja 1: Tähänkin tulee sellainen nuoren lausuma mieleen, että eihän sen työntekijän tarviis edes osata mitään, kunhan se vaan pysyis. Ja nyt meillä on nää osajat, jotka sitten poistuu.

Puhuja 3: Niinpä. Ja tosta herää ehkä sekin kysymys mihin tossa vähän aikaisemmin viitattiinkin tässä keskustelussa, että ehkä niiden nuorten palveluiden ei tarttis olla jotain semmosia super hyper erikoistuneita ihmeellisiä palveluita jossain erikoissairaanhoidon huipulla, vaan et jos ne palvelut oiskin jotain lähempänä ruohonjuuritasoa, et ne ois vaikka siellä kouluissa tai oppilaitoksissa olevia hyviä tyyppejä, aikuisia, joiden luokse sä vaan voit mennä, nykäistä hihasta, joku joka jossain paikassa X siellä odottelee, että jos jollain on jotain asiaa. Et siellä arjessa olevia ihmisiä jotka tietää et nää pysyy, nää on täällä päivästä toiseen joka päivä mun käytettävissä, jos mulla on jotain asiaa. Et ehkä enemmän sitä, kun sit sitä todella huippuunsa viritettyä erikoissairaanhoidon palvelu, jota sitten jotkut totta kai tarvii. He joilla on hankalin tilanne. Mut suurin osa nuorista varmaan selviäisi ja heille riittäisi vähempikin. Vähän kevyempikin tuen malli. Näin tuumaan.

Puhuja 1: Mitä ajatuksia sulla on Pepita kevyemmästä tuesta?

Puhuja 2: Sehän just riippuu siitä et mitä tarvii. Just niinkun mun mielestä vaan pitäis olla tukea tarjolla tavallaan ihan lapsesta lähtien, niinkun jos on jotain, niinkun aikuisuuteen asti. Et en mä tiedä oisko omalla kohtaa riittänyt ainakaan semmonen hirveen kevyt tuki. Kyllä tietysti, jos olis kevyttä, hyvää tukea, just semmosta kuuntelevaa, läsnäolevaa, eikä välttämättä mitään semmosta hirveen massiivista tukirakennetta tai -runkoa. Että joskus tietysti voi vaan olla, et mua... Mua on ainakin omalla kohtaa auttanut vaan se yks ihminen, joka usko mun. Se ei mun mielestä ollut mitään sellasta hirveen vaikeeta, tai sellasta, et se oli tavallaan tosi pieni asia, mut se oli se mikä ratkas mun tilanteen, et niinkun yksikin ihminen uskoi eikä vaan tuominnut mua. Se oli se mikä ratkaisi mulla. Se, et niinkun kaikki tommonen hyvin pienikin asia voi olla hyvin merkityksellinen, varsinkin jos se tulee joltain auktoriteetilta tai joltain, niin sillä voi olla tosi paljon merkitystä. Et enemmän ehkä panostaa just sellaseen, että ei sen tarvii olla iso asia. Se voi olla hyvin pienikin kuunteleminen ja läsnäoleminen siinä tilanteessa ja sen ihmisen kanssa sitä maailmaa ja asiaa tulkitsemalla, että vastaa sen ihmisen tarpeisiin. Niin, hyvin pienikin asia, niinkun toi et vaan niinkun et hei, kyl sä vielä jonain päivänä selviit tästä. Vaikka se olis todella vaikea uskoa siihen ihmiseen, niin silti se on tosi... Mun mielestä se oli mun omalla kohtaa merkityksellisin tällainen tuen muoto.

Puhuja 1: Voinko antaa teille tähän loppuun vielä tämmösen pienen tehtävän? Mä haluaisin kuulla teiltä kahdelta, et miltä näyttää semmonen palvelu johon nuori haluaa mennä ja se työntekijä jonka hän haluaa tavata siellä kun ovi aukeaa, niin jos ihan lähdetään siitä että kun se ovi aukeaa, niin miltä siellä näyttää. Mitä siellä on oven takana?

Puhuja 2: No, ainakin että olis helppo päästä siitä ovesta läpi ensin. Just tavallaan se matala kynnyks sinne menemiseen, ettei tuntuis siltä että sua pakotetaan tai että sulla on hirveen, niinkun... Et sulla ois itellä se vastuu, vaan että sit joku muu kantaa sen vastuun siitä sun hoidosta, kun sä astut siitä ovesta sisään. Niin, semmonen että tulis semmonen hyvä fiilis kun menee sinne, niin se ois tärkeätä.

Puhuja 3: Ja mä aattelen, että tietysti ideaali olis että palvelut olis semmosiin aikoihin auki että koululaisten on sinne helppo mennä, että ne ei aina niinkun vaan virka-aikaan, joka sit voi tehdä vaikeeks menemisen. Ja olis ideaali sekkin, että ei tarttis aina jotain lähetettä tai jotain muuta, vaan vois kävellä vaan sisään ja siellä olis joku joka ottais vastaan ja katsois että koska sä saisit täältä ekan ajan. Jos et saa vaikka ihan sit saman tien, tullessasi. Et varmaan tällasia helpotuksia tarvittais. Mutta niinkun tossa aiemmin sanoin, niin mä jotenkin ajattelen että se olis fantastista jos saman katon alta löytyis kaikenlaisia nuorten palveluita, että siellä olis sitä sellasta mielenterveysosaajaa, siellä ois sitä päihdepuolen osaajaa, mutta sit siellä olis vaikka tyyppejä jotka vois yhdessä pohtia uusia harrastuksia tai jotakin tekemistä, järkevää tekemistä arkeen. Ja siellä vois olla ihmisiä jotka vois jeesata jossain kouluun liittyvissä hankaluuksissa ja neuvoa että miten näitä voi ratkaista. Jotain tällasta. Koska yksikään nuori ei ole sama asia kuin se diagnoosi tai se vaiva, vaan siinä on se koko elämä ympärillä ja usein joku vaiva voi montakin elämän osa-alueetta yhtäaikaan vähän vaivata, että voi olla että on jäänyt vähän sivuun kavereista tai harrastuksista, tai koulukin voi pykiä ja niin edelleen, että se ois mainiota jos sen yhden katon alla ois sitten ratkaisuja monenlaisiin juttuihin ja ne veis kaikki sinne kohti sitä yhteistä, hyvää tavoitetta, eli sitä parempaa vointia.

Puhuja 1: Tuleeko teille muita ajatuksia siihen, liittyen ehkä ihan sisustukseen tai vastaanottoon tai siihen työntekijään?

Puhuja 2: Semmonen kodinomaisen paikka tietysti on kivempi kuin semmonen hirveen sairaalamiljöö. Tai sit semmonen just, että pelkästä sisustuksestakin tulee semmonen ankee tai hyvä mieli, nin se on kans yks iso asia. Varsinkin tietysti jos menee jonnekin osastolle, tai missä joutuu pidemmän ajan olemaan, niin silloin sillä on vielä enemmän merkitystä että

miltä siellä näyttää oikeesti.

Puhuja 3: Sehän olis mahtavaa, jos vaikka sairaaloiden poliklinikoilla olis jotain tällösiä nuorten raateja tai muita, jotka sitten mieltis vaikka näitä sisustusasioita ja muita, et minkälainen tila olis semmonen missä olis helpompi olla ja mihin olis helpompi tulla, mikä ehkä helpottais jännitystä tai ahdistusta, jos sellasta on. Ja mitä tulee sit siihen ammattilaiseen, että mitä hän ensimmäisenä sanois? Varmaan joku semmonen avoin kysymys, että haluatko sä kertoa minkä takia sä oot täällä ois ehkä semmonen hyvä aloitus, eikä lähdetä siitä että no, koska mulla on tää lähete jossa lukee että sulla on nyt tää paniikkihäiriö, niin kerro mulle minkälaista se paniikkihäiriö on. Koska silloin menee jo aika monta ovea kiinni ja se tarina minkä se nuori olis halunnut kertoa siitä sen hetken voinnista, niin se jääkin ehkä kuulumatta.

Puhuja 1: Mä oon joskus rustaillut semmosen unelmieni alkukartoituslomakkeen, missä oli kysymykset joita toivoin että kysyttäis tällösellä ensimmäisellä käynnillä. Siellä lähdettiin ihan siitä, että mitä kuuluu - mitkä on fiilikset? Ja sitten puhuttiin siitä, että missä sä oot hyvä. Mitkä sun voimavarat on nyt? Mitä sä haluaisit tehdä? Ja mistä unelmoit? Myös sen hoidon ulkopuolella, et voitais kohdata just enemmän ihmisinä, eikä semmosena että minä olen nyt auttava taho tästä ylhäältä päin sinua ohjaamassa.

Puhuja 2: Niin ja just sen tavallaan mitä voimavaroja itsessä on, niin lähdetäis rakentamaan niiden kautta, että mihin sitä just pystyy sillä hetkellä, niin sekin on parempi kuin se että tää ongelma ja nyt sitten puidaan tätä ongelmaa, tai mennään syvemmälle siihen. Ei, vaan just että mistä sä unelmoit, mitä sä haluat saavuttaa, ja sit niinkun sen pohjalta tavallaan. Sen hyvän pohjalta mikä on siinä ihmisessä, niin siihen voi helpommin rakentaa silleen just sitä hoitoa, tai mitä se ihminen tarvii. Tai just, et kysyy vaan että mitä kuuluu ja on silleen läsnä ja haluaa tietää että mitä sille ihmiselle kuuluu, ettei vaan just oo se diagnoosi tai ongelma tai muuta, niinkun liian semmosta kaukaista. Ja tietysti pienet askeleet, niinkun pienet tavoitteet, ettei oo mitään sellasia liian suuria odotuksia, et sit tuntuu että on pettänyt kaikki jos ei pystykään paranemaan hetkessä.

Puhuja 1: Tällöseen palveluun haluaisin kyllä itsekin vielä joku päivä päästä. Kun me on se näin suunniteltu, niin toivottavasti nää uudet hyvinvointialueet ottaa nyt tästä itselleen tiedon käyttöön, niin saatais jatkossa toimivaa ja vaikuttavampaa nuorten palvelua.

Puhuja 3: Sitä kohti.

Puhuja 1: Onko jotain mitä tuntuu, että ois halunnut sanoa vielä mutta jäi?

Puhuja 3: Eiköhän tässä ollut jonkin verran.

Puhuja 1: Oli paljonkin asiaa, kyllä. Ja hyvää asiaa olikin. Mun mielestä voidaan tähän... Vieläkö he siellä ulkopuolella, vai onks ne jo lopettanut kuuntelemisen?

Puhuja 3: Lähti kotiin.

Puhuja 1: He on lähtenyt jonnekin kahvitalolle.

Puhuja 3: Niin.

[musiikkia]

Puhuja: Tule jatkamaan keskustelua meidän kanssa Instagramissa @ääninuorille.

[äänite loppuu]