



Alaikäisten turvapaikanhakijoiden mielenterveyden haasteet

Minna Lähteenmäki

Pohdin tässä kirjoituksessa yksintulleiden alaikäisten mielenterveyteen vaikuttavia tekijöitä ja psyykkisten ongelmien hoitoon liittyviä haasteita. Tietoisuuden lisääntyminen mielenterveyteen vaikuttavista asioista auttaa tunnistaamaan haavoittuvassa asemassa olevien alaikäisten turvapaikanhakijoiden hoitoa vaativia psyykkisiä oireita. Varhainen puuttuminen ennaltaehkäisee mielenterveysongelmien lisääntymistä ja nopeuttaa tuen saamista ja hoitoon pääsemistä. Kirjoitus perustuu alaikäisiä turvapaikanhakijoita koskevaan väitöstutkimukseeni ([Lähteenmäki 2013](#)) ja käytännön kokemuksiini yksintulleiden parissa tehtävästä työstä Suomen Pakolaisapu ry:ssä vuosina 2014–2015.

”Mä en ajattele itseä, vaan mitä perheelle kuuluu” – Ero perheestä kuormittaa yksintulleiden lasten mielenterveyttä

Yksintulleiden lasten kohdalla vanhempien ja muiden perheenjäsenten muualla oleminen tai kuolema on tutkimusten mukaan (esim. [Björklund 2014](#); Kohli 2011) asia, joka aiheuttaa huolta, pelkoa, ikävää, surua, hätää ja syyllisyyttä. Hazimin sadutusmenetelmällä (esim. Karlsson 2003) kertoma tarina kuvaa hyvin tilannetta, jossa perheen kaipuu nousee pintaan juuri nukku- maan menon kynnyksellä (Hazimin nimi on muutettu). Hän kertoi tarinansa Suomen Pakolaisavun Tukiverkko-hankkeen aikana.

Minun jokainen ilta

Koulusta tulen tänne. Puoli tuntia oon netissä, ja sitten tulee ikävä ja aika menee hitaasti minun mielestä. Sitten mä päättä vaihtaa paikkaa ja menen kuntosalille ja sitten uimaan vielä. Sitten tulen takaisin tänne uimahallin jälkeen, ja sitten mä meen internetiä käyttämään ja sitten meen Facebookin kautta viettämään aikaa. Siellä mä näin kavereita Facebookissa ja tulee hyvä olo mulle. Ja ne kaverit jotkut heistä ovat Ruotsissa ja jotkut heistä Iranissa. Keskustelen heidän kanssa arkisia asioita eli milloin tulet koulussa ja mitä teet koulun jälkeen. Tämmösiä kysymyksiä kysyn heiltä ja keskustellaan keskenään.

Ja sitten sen jälkeen mä tuun omaan huoneeseen eli silloin kun mä meen sinne sänkyyn, aina ajatukset pyörii perheasioissa. Mulla on ajatuksia, mitä tekee mun vanhemmat, mitä he tekee tällä hetkellä, miten menee heillä. Tämän ajatuksen jälkeen tulee semmonen surullinen olo. Ja tämän ajatuksen

[Näkökulma](#) avaa Nuorisotutkimus- verkostossa tehtävän tutkimuksen tuloksia yhteiskunnallisiksi puheen- vuoroiksi ja kannanotoiksi. Näkökulmat sisältävät paitsi uutta tietoa nuorista, myös politiikkaan ja käytännön toimintaan suunnattuja ehdotuksia.

Nuorten turvapaikanhakijoiden elämää vastaanottovaiheessa -kirjoitussarja

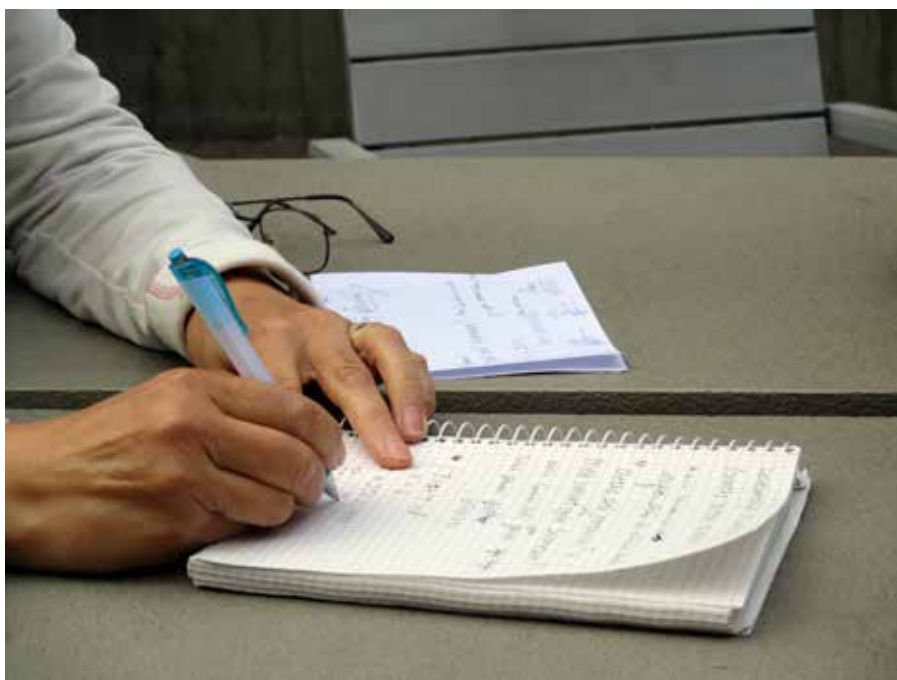
Kirjoitussarja valaisee turvapaikkaa hakevien nuorten ja heidän parissaan toimivien kokemuksia ensimmäisistä kuukausista Suomessa. Kirjoittajat kuvaavat paitsi nuorten turvapaikanhakijoiden virallista asemaa myös arjen rakentumista, jota leimaavat sekä uudet sosiaaliset suhteet, elämäntavat ja -pakit että odottaminen, kuulumisen katkokset ja tulevaisuuden epävarmuus. Tässä moniäänisessä kirjoitussarjassa nuorten turvapaikanhakijoiden elämää analysoivat sekä tutkijat että nuorten parissa työskentelevät.

[Teemasarjan johdanto](#)

jälkeen vaikka mä yritän nukkua kestää kauan ennen kun mä kerkeän nukkua. Puoltoista, pari tuntia kestää tämän ajatuksen jälkeen, vaikka mä olen sängyssä niin ei nukuta. Ja sen vielä haluaisin sanoa, nämä ajatukset mitä tulla mulla mieleen mä en ajattele itseä vaan mitä perheelle kuuluu. Ja sit mä rukoilen. Sitten mun pitää mennä kouluun seuraava päivä. Yritän nukkua, nää ajatukset pyörii mun päässä, mutta yritän nukkua.

Hazim, 15 vuotta (sadutettu persiaksi)

Huoli perheestä ja suvusta johtaa monen yksintulleen kohdalla siihen, että he seuraavat jatkuvasti kotimaan tapahtumia kännykän kautta. On vaikeaa saada unen päästä kiinni, jos on koko illan katsonut sota uutisia omalta synnyinalueelta tai kuvia Välimerellä hukkuneista pakolaisista.



Kuva: Mostafa Mohammad Ali

Jos lapsella tai nuorella on yhteys vanhempiinsa, hänellä voi olla todellisia tai kuviteltuja velvoitteita näitä kohtaan. Hän saattaa kokea tehtäväkseen auttaa näitä taloudellisesti. Tämä voi johtaa siihen, että hän luopuu opiskeluaaveista ja pyrkii työllistymään mahdollisimman nopeasti. Vanhempia kunnioidetaan, heidän neuvojaan kuunnellaan ja toiveitaan noudatetaan mahdollisuuksien mukaan. Isomman sisaruksen velvollisuus on katsoa mukana mahdollisesti olevan pikkusiskon tai -veljen perään. Yksintulleiden kanssa työskentelevien tuleekin kiinnittää huomiota siihen, ettei nuoremmista huolehtiminen kasva liian suureksi taakaksi vanhemmalle sisarukselle. ([Lähtemäki 2013.](#))

Halu saada vanhemmat ja sisarukset lähelle on usein suuri. Tieto perheenyhdistämisen vaikeudesta lisää usein näköalattomuuden kokemusta (vrt. [Förbom 2012](#)). Mitä nuorempi lapsi on, sitä epäoikeudenmukaisemmalta tuntuu se, ettei hän itse oleskeluluvan saatuaan voi saada vanhempaansa Suomeen. On tärkeää yrittää vaikuttaa poliittisiin päättäjiin ja viranomaisiin, jotta asiaan saadaan muutos ja keskeiset ihmisoikeudet toteutuisivat tältä osin.

Ne lapset ja nuoret, joilla ei ryhmäkodissa asu samaa kieltä puhuvia kumppaneita ja etenkin he, joiden yhteydenpito omiin sukulaisiin on syystä tai toisesta katkennut, ovat erityisen haavoittuvassa asemassa. He tarvitsevat ihmisiä, joiden kanssa puhua omaa äidinkieltään. Suomessa on jokin verran

Yksintulleiden kanssa työskentelevien tuleekin kiinnittää huomiota siihen, ettei nuoremmista huolehtiminen kasva liian suureksi taakaksi vanhemmalle sisarukselle

kokeiltu vertaisryhmätoimintaa yksintulleiden alaikäisten tukimuotona, ja se on todettu hyväksi tavaksi auttaa perheistään huolta kantavia nuoria. Toimintaa on muun muassa mallinnettu Suomen Pakolaisapu ry:n *Tukiverkko*-hankkeessa vuosina 2013–2015 (Suomen Pakolaisapu 2015) ja Pelastakaa Lapset ry:n *Lasten kokemusasiantuntijatoiminta osana vastaanottoa* -hankkeessa vuosina 2015–2016 (Ritari & Piitulainen 2016).

”Nää ajatukset pyörii mun päässä, mutta yritän nukkua” – Lasten traumaoireiden tunnistaminen on haastavaa.

Erään vertaisohjaajan mukaan moni turvapaikanhakijanuori on kokenut lyhyen elämänsä aikana enemmän kuin 50-vuoden ikään ehtinyt kantasuomalainen. Useimmilla yksintulleilla löytyykin taustalta rankkoja sota- ja salakuljetuskokemuksia. Turvapaikkaa Suomesta hakevat lapset ovat usein kokeneet kotimaassaan ja pakomatalla nälkää ja eläneet kadulla varattomuuden takia. Osalla on myös lapsisotilaskokemuksia. Joidenkin arvioiden mukaan Suomeen viime aikoina tulleet lapset ovat aiempaa traumatisoituneimpia: he ovat olleet pitkiä aikoja pakomatalla, ja aiempaa useammalla on myös kokemuksia kidnappauksesta ja hyväksikäytöstä (esim. Mikkonen 2016).

Joillakin turvapaikanhakijoilla esiintyy traumaperäisen stressihäiriön oireita kuten jännittyneisyyttä, levottomuutta, kärsimättömyyttä, varuillanoloa, ärtyneisyyttä ja vihanpurkauksia, nukahtamis- ja nukkumisvaikeuksia, keskittymis- ja tarkkaavaisuusongelmia, eristäytymistä ja muiden ihmisten välttelyä (Halla 2007). Yksintulleet saattavat kokea myös pelkoa miehiä, poliisia ja armeijan sotilaita kohtaan. He ovat voineet joutua näiden pahoinpitelemiksi tai hyväksikäyttämiksi kotimaassaan tai pakomatkan aikana. Inhimillisen hintansa lisäksi psyykinen pahoinvointi hidastaa esimerkiksi kotoutumista, suomenkielen oppimista ja luottamuksellisten ystävä- ja aikuissuhteiden luomista. ([Lähteenmäki 2013](#).)

Usein turvapaikanhakijoiden psyykkisten ongelmien ajatellaan johtuvan kotimaassa ja pakomatalla tapahtuneista traumaattisista kokemuksista. Vähemmälle huomiolle on jäänyt vastaanottovaiheen aikaiset ikävät kokemukset, jotka lisäkuormittavat jo muutenkin haurasta vointia. ([Lähteenmäki 2013](#); Carswell ym. 2011; Craig ym. 2010.) Yksintulleille traumaaja voivat Suomeen saapumisen jälkeen aiheuttaa esimerkiksi yksityisyydenloukkaukset ikämääritystestin ja poliisin toimesta tehdyn kännykän avaamisen yhteydessä, omaisen kuolema, asuinpaikan vaihdokset sekä toisten lasten psyykinen oireilu ja reagointi kielteisiin päätöksiin ja käännytystilanteisiin.

Suomesta turvapaikkaa hakevien psyykkisten oireiden tunnistaminen on usein vaikeaa (Halla 2007). Eriyisen haasteellista se on yksityismajoituksessa asuvien lasten ja nuorten kohdalla. Samasta kulttuuristaustasta olevat ihmiset saattavat pyrkiä suojelemaan lasta häpeältä ja samalla estää hoitoon pääsemisen. Toisaalta perhemajoituksessa on myös hyvät puolensa, sillä se usein mahdollistaa tunteiden jakamisen omalla kielellä ja parhaimmillaan luo turvallisen asuinympäristön nuorelle.

Jotta lasta voidaan auttaa, on tiedettävä mitä hänelle on menneisyydessä tapahtunut, miten hän kokee turvapaikkaprosessin ja mitä hän ajattelee tulevaisuudestaan. Nuorten on kuitenkin usein vaikeaa ottaa puheeksi kipeitä asioita (Björklund 2014; [Lähteenmäki 2013](#); Vervliet 2013). Onneksi on olemassa hyväksi koettuja toiminnallisia menetelmiä, joiden avulla vaikeidenkin asioiden jakaminen mahdollistuu. Näitä ovat esimerkiksi erilaiset musiikkiin, kerrontaan, kuvataiteeseen, liikuntaan ja valokuvaukseen liittyvät menetelmät ja terapiat.

Turvapaikkaa Suomesta hakevat lapset ovat usein kokeneet kotimaassaan ja pakomatalla nälkää ja eläneet kadulla varattomuuden takia.

Turvapaikanhakijoiden määrän kasvun myötä psykiatriseen hoitoon pääseminen on viime aikoina vaikeutunut myös ilman huoltajaa tulleiden kohdalla. Terveys- ja hyvinvoinninlaitoksen Paloma-hankkeessa selvitetään pakolaisten ja turvapaikanhakijoiden mielenterveyspalveluiden toteutumista ja kehitetään toimintamalli palveluiden eri vaiheisiin. Tavoitteena on myös selvittää Suomesta turvapaikkaa hakevien alaikäisten tilannetta.

Yksintulleilla on oikeus samoihin terveyspalveluihin kuin maassa vakituisesti asuvilla lapsilla ja nuorilla (esim. Piitulainen 2016). Käytännössä mielenterveyspalveluita pystytään kuitenkin tarjoamaan vain pienelle osalle avun tarvitsijoista. Pakolaislasten mielenterveysongelmiin perehtyneitä asiantuntijoita on maassamme vain muutama, eivätkä he pysty pitkien etäisyyksien ja apua tarvitsevien suuren määrän vuoksi tarjoamaan apuaan kuin harvoille. Haasteena on myös mielenterveyskysymyksiin perehtyneiden tulkkien puute ja vaihtuvuus sekä psykiatrien ja psykologien kokemattomuus tulkin kanssa työskentelystä.

Jos nuori tarvitsee apua heikkoon psyykkiseen vointiinsa, on hänelle kuitenkin tarjottava apua, vaikka hoitopaikkojen löytäminen tuottaisi vaikeuksia. Mitä pikemmin avun antaminen aloitetaan, sitä nopeammin kuntoutuminen lähtee käyntiin. Koska ryhmäkodit sijaitsevat usein pienillä paikkakunnilla, hoitopaikkoihin kulkemiseen joudutaan usein käyttämään aikaa. Joskus myös alaikäisille on syytä määrätä mieliala- tai nukahtamislääkkeitä. Nämä eivät saa jäädä lasten ainoaksi hoitomuodoksi – psyykelääkkeiden käytön ohella on aina tarjottava myös keskusteluapua.

”Näin kavereita Facebookissa ja tulee hyvä olo mulle” – Arjen sujuminen, osallisuus ja onnistumiset tukevat mielenterveyttä.

Ryhmäkodit ja muut yksintulleita turvapaikanhakijalapsia tukevat tahot tekevät arvokasta työtä varmistamalla sen, että lasten ja nuorten arjen rutiinit hoituvat. Arjen sujuminen on tärkeä elämää rauhoittava tekijä etenkin traumatisoituneiden ihmisten kohdalla. Syöminen, nukkuminen, koulunkäynti sekä opiskeleminen, liikunta ja harrastukset ovat keskeisiä tekijöitä mielen-terveydelle. ([Mielenterveysseura 2016](#).)

Turvallisuus, kuulumisen tunne ja onnistumisen kokemukset ovat ensiarvoisen tärkeitä turvapaikanhakijalasten hyvinvoinnin rakentumiselle. Usein kuitenkin keskitytään vain turvallisuuden ja kuulumisen tunteiden mahdollistamiseen, kun taas osallistumismahdollisuuksien tarjoaminen monesti unohtuu. (Kohli 2010.)

Opiskelu- ja harrastuspaikat antavat hyviä mahdollisuuksia osallistua ja sitä kautta kokea onnistumisen elämyksiä. Yhdessä tekeminen suomalaisten kanssa on kuitenkin vähäistä, sillä turvapaikanhakijalasten ja -nuorten on hankalaa tutustua suomenkielisiin ikätovereihinsa ([Honkasalo 2016](#) ja [Onoderä & Peltola 2016](#)). Kouluissa ja muissa opiskelupaikoissa lyöttäytyään mieluummin yhteen ryhmäkodissa asuvien nuorten kanssa, vaikka olisikin kiinnostusta viettää aikaa myös muiden nuorten parissa ([Lähteenmäki 2013](#)). Tuttuus luo turvallisuutta ja kynnys käyttää vasta opittuja suomen kielen sanoja ja lauseita on usein korkea. Myös asuin-, opiskelu- tai harrastuspaikan asenneilmapiiri saattaa estää tutustumisyhteydet.

Ryhmäkodin sijainnilla on ratkaiseva merkitys suhteessa siihen, millaisia harrastusmahdollisuuksia niiden asukkaille voidaan tarjota. Siksi onkin syytä tarkkaan miettiä, mihin ryhmä- ja perheryhmäkoteja sekä tuetun asumisen yksiköitä perustetaan. Erilaiset osallistumisen mahdollisuudet voivat olla ratkaisevassa roolissa yksintulleiden kuntoutuessa traumakokemuksistaan. Myöskään hoitopaikkojen saavuttavuuden vuoksi nuorten asuinpaik-

Yksintulleilla on oikeus samoihin terveyspalveluihin kuin maassa vakituisesti asuvilla lapsilla ja nuorilla

Opiskelu- ja harrastuspaikat antavat hyviä mahdollisuuksia osallistua ja sitä kautta kokea onnistumisen elämyksiä. Yhdessä tekeminen suomalaisten kanssa on kuitenkin vähäistä, sillä turvapaikanhakijalasten ja -nuorten on hankalaa tutustua suomenkielisiin ikätovereihinsa

kojen ei tule sijaita kaukana toimivasta julkisesta liikenteestä. Monilla pienillä paikkakunnilla mietitään tällä hetkellä perheryhmäkodin perustamista yksintulleille turvapaikanhakijalapsille tyhjiksi jääneisiin vanhainkoti- ja koulurakennuksiin. Toivottavasti lapsen etu menee kuntien talousahdingon edelle, eikä lapsia ja nuoria osoiteta asumaan rakennuksiin, joita ei ole tarkoitettu perheasumiseen ja jotka syrjäisen sijaintinsa vuoksi saattavat traumatisoida nuoria entisestään.

Lähes jokainen yksintullut turvapaikanhakijalapsi- ja nuori oirehtii jossain vaiheessa vaikeaa tilannettaan. Silloin tärkeintä on lähellä oleminen, syliin ottaminen, rauhoittaminen, toisin sanoen turvallisuuden tunteen aikaansaaaminen. Empaattisuus, kuuntelemisen taito ja tunneäly ovatkin ensiarvoisen tärkeitä ominaisuuksia kaikilla niillä työntekijöillä ja vapaaehtoisilla, jotka toimivat ilman huoltajaa tulleiden lasten ja nuorten parissa ryhmäkodeissa, opiskelu- ja harrastuspaikoissa ja kaikissa niissä toimipisteissä, joissa he viettävät aikaansa.

Lähteet

- [Björklund, Krister \(2014\) "Haluun koulutusta, haluan työtä ja elämän Suomessa". Yksintulleiden alaikäisten pakolaisten kotoutuminen Varsinais-Suomessa. Turku: Siirtolainstituutti.](#)
- Carswell, Kenneth & Blackburn, Pennie & Barker, Chris (2011) The relationship between trauma, post-migration problems and the psychological well-being of refugees and asylum seekers. *International Journal of Social Psychiatry* 57(2), 107–119.
- Craig, Tom (2010) Mental distress and psychological interventions in refugee populations. Teoksessa Dinesh Bhugra & Tom Craig & Kamaldeep Bhui (toim.) *Mental health of refugees and asylum seekers*. New York: Oxford University Press, 9–21.
- [Förbom, Jussi \(2012\) Älä hylkää ainuttakaan. Kolumni, Maailma.net.](#)
- [Halla, Tapio \(2007\) Psykkisesti sairas maahanmuuttaja. Duodecim 123, 469–475.](#)
- [Honkasalo, Veronika \(2016\) Osallisuus vaatii toteutuakseen turvaa, aitoa kuuntelemista, ystävyydenverkostoja ja tietoa. Näkökulma 28, Nuoristotutkimusverkosto.](#)
- Karlsson, Liisa (2003) *Sadutus - Avain osallistavaan toimintakulttuuriin*. Juva: PS-kustannus.
- Kohli, Ravi (2011) Working to ensure Safety, Belonging and success for Unaccompanied Asylum-seeking children. *Child Abuse Review* 20 (5), 311–323.
- Kohli, Ravi (2010) Safety, belonging and success in the lives of unaccompanied asylum seeking children. Esitelmä, Nordic Network for Research on Refugee Children 2.12.2010, Göteborg.
- [Lähteenmäki, Minna \(2013\) Lapsi turvapaikanhakijana: etnografisia näkökulmia vastaanotokeskuksen ja koulun arjesta. Helsinki: Helsingin yliopisto.](#)
- [Mielenterveysseura \(2016\) Opas maahanmuuttajien parissa toimiville.](#)
- [Mikkonen, Anna \(2016\) Kommenttipuheenvuoro Suomen Mielenterveysseuran Miniseminaarissa Helsingissä 8.9.2016.](#)
- [Onodera, Henri & Peltola, Marja \(2016\) Ystävyyden, sosiaaliset suhteet ja nuorten turvapaikanhakijoiden poikkeukselliset olot. Näkökulma 32, Nuorisotutkimusverkosto.](#)
- [Piitulainen, Mirja \(2016\) Kansainvälisen suojelun periaatteista ei voi alaikäisten kohdalla tinkiä. Näkökulma 29, Nuorisotutkimusverkosto.](#)
- [Ritari, Anni & Piitulainen, Mirja \(2016\) Ilman huoltajaa saapuneen lapset ja nuoret. Kokemustieto käyttöön vastaanoton kehittämisessä. Helsinki: Pelastakaa lapset.](#)
- [Suomen Pakolaisapu \(2015\) Lasten tukiverkko. Vertaiset alaikäisten turvapaikanhakijoiden tukena.](#)
- [THL \(2016\) PALOMA kehittää pakolaisten mielenterveyspalveluita.](#)
- Vervliet, Marianne (2013) *The Trajectories of Unaccompanied Refugee Minors: Aspirations, Agency and Psychosocial Well-Being*. Gent: Academia Press.

Kirjoittaja



Minna Lähteenmäki
Projektisuunnittelija
Mielenterveysseura

Yhteystiedot

Nuorisotutkimusseura ry.
Asemapäällikönkatu 1 (3. krs)
00520 Helsinki
p. 020 755 2662
toimisto@nuorisotutkimus.fi
www.nuorisotutkimusseura.fi

Kirjoitussarjan toimittajat:
Veronika Honkasalo, Karim Maiche,
Henri Onodera, Marja Peltola ja
Leena Suurpää