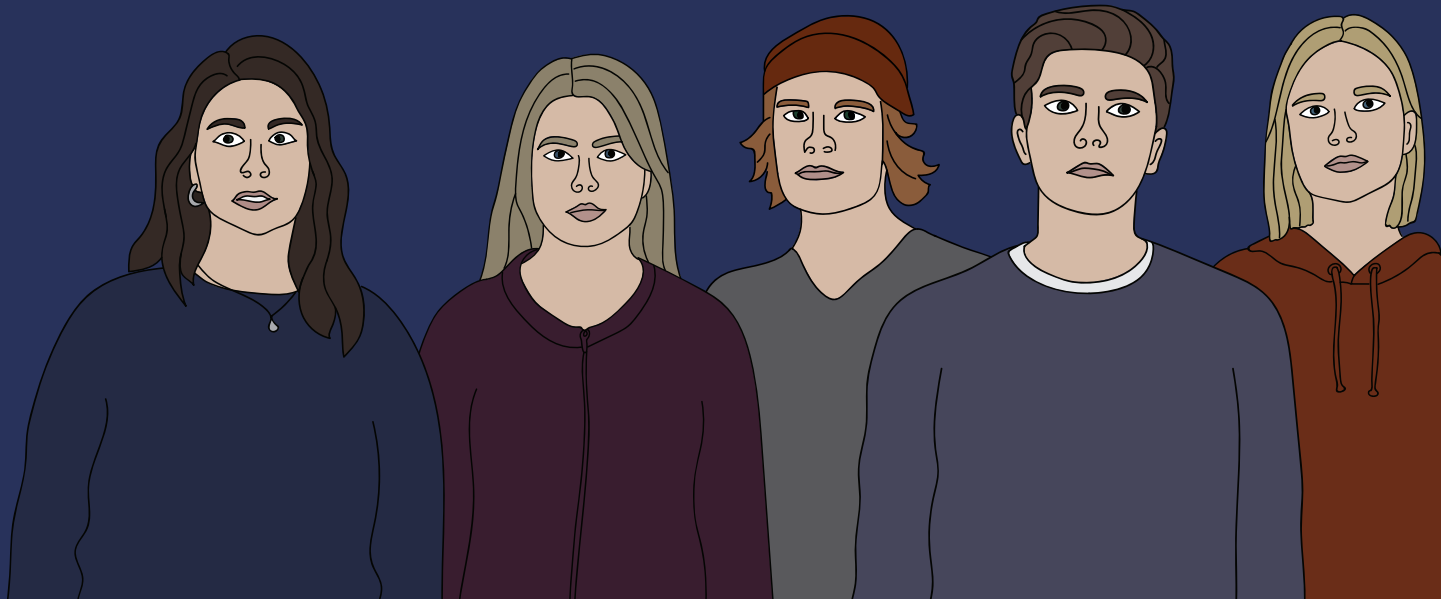


NUOREN HOIVAAJAN  
*Tunnusmerkkistö*



## **ALISA-projekti – Alaikäiset sairaasta omaisestaan huolehtivat**

Joensuun seudun omaishoitajat ry  
Kirkkokatu 16 C 34  
80100 Joensuu

## **Kysy nuorelta -hanke**

Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset – FinFami ry  
Itäinen pitkäkatu 11 a  
20520 Turku

Graafinen suunnittelu: Heta Koivusalo

Julkaisuvuosi 2021

NUOREN HOIVA AJAN

# Tunnusmerkistö

ALISA-projekti ja Kysy nuorelta -hanke

## Kuinka voin tunnistaa lapsen tai nuoren, joka kantaa *huolta tai vastuuta läheisestään?*

Suomessa lukemattomien lasten ja nuorten elämään vaikuttaa perheenjäsenen tai muun läheisen sairastamisen, oireilun tai päihdeongelman aiheuttama kuormitus, joka liian usein jää tunnistamatta ja tuetta. Vuoden 2019 THL:n Kouluterveyskyselyyn mukaan yli 6 % 8.-9. luokkalaisista hoitaa tai auttaa perheenjäsentään tai läheistään päivittäin tai viikoittain. Hoivavastuulla on tulosten mukaan selkeä yhteys nuoren hoivaajan alhaisempaan hyvinvointiin ja kouluasuoriutumiseen.

Monet tässä oppaassa luetelluista merkeistä sopivat muihinkin lapsen tai nuoren elämän ongelmiin, mutta näitä merkkejä havaitessa tulee pitää mielessä, että kyse voikin olla läheisen tai perheenjäsenen ongelmista. Tällöin lapsella ja nuorella on oikeus saada myös itselleen tukea. Mikäli huoli tai epäily

kuormittavasta kotitilanteesta herää, tulee nuorelta asiaa tiedustella suoraan – rohkeasti ja lempeästi. *“Kuinka teillä kotona oikeasti menee?”*

Joskus tilanteen selvittäminen vaatii luottamuksen rakentamista ja kysymistä useaan kertaan. Nuoren kynnys kuormittavasta kotitilanteesta keskusteluun on korkea. Mikäli huolettava tilanne lapsen kotona tai lähipiirissä paljastuu tai keskustelun myötä selaista on syytä epäillä, voidaan nuoren kanssa ottaa hänen kokemuksensa puheeksi **Nuorten hoivaajien huolikorttien** avulla. Kortit auttavat nuorta sanoittamaan omia kokemuksiaan ja ammattilaista hahmottamaan lapsen tai nuoren tuen tarpeita.

Nuoren hoivaajan tunnusmerkit ja Nuorten hoivaajien huolikortit on kehitetty Joensuun seudun omais-

hoitajat ry:n ALISA-projektin ja Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset – FinFami ry:n Kysy nuorelta -hankkeen kohderyhmätyöskentelyn, kokemustarinoiden, systemaattisen kansainväliseen tutkimukseen perehtymisen ja muissa Euroopan maissa luotujen tunnusmerkkien pohjalta. Kehittäminen on tehty yhteistyössä Joensuun ja Turun seudulla hankkeisiin osallistuneiden nuorten tai nuorten aikuisten hoivaajien sekä sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteiden ammattilaisten kanssa.

Lisää tietoa kaikista nuorista hoivaajista ja heidän tukemisestaan:

[www.alisaprojekti.fi](http://www.alisaprojekti.fi)

Lisää tietoa erityisesti nuorista mielenterveysläheisistä:

[www.vsfinfami.fi/kysy-nuorelta](http://www.vsfinfami.fi/kysy-nuorelta)



Millaisesta nuoren käyttäytymisestä, olemuksesta  
tai millaisista piirteistä voisin tunnistaa

*nuoren hoivaajan?*

# Perhesuhteet ja yhteistyö vanhempien kanssa



- Kotiin liittyvien asioiden salailu, niistä vaikeneminen tai valehtelu
- Lapsi tai nuori ei halua, että kotiin soitetaan
- Haluttomuus mennä kotiin esimerkiksi koulupäivän jälkeen
- Sisarusten hoitaminen ja heistä huolehtiminen
- Vanhempiin on vaikea saada yhteyttä tai saada heitä osallistumaan tapaamisiin
- Tapaamisissa vain huoltaja on äänessä ja ”puhuu asiat hyväksi”

## Terveydentila



- Puutteet henkilökohtaisessa hygieniassa ja puhtaudessa
- Selittämättömät ja toistuvat somaattiset oireet, kuten vatsakipu ja päänsärky
- Selittämättömät fyysiseen rasitukseen liittyvät kivut ja vammat, kuten selkäkipu ja ruhjeet
- Pitkittyneen stressin oireet, kuten uniongelmat, väsymys, uupumus ja keskittymisvaikeudet
- Syömiseen liittyvät muutokset, kuten nälkäisyys, äkilliset painonmuutokset ja syömishäiriöt
- Psykkinen oireilu, kuten masennus, ahdistuneisuus ja paniikkihäiriöt

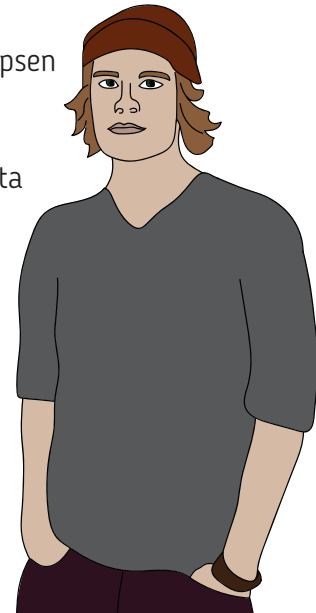


# Koulu- suoriutuminen

- Lisääntyneet poissaolot, sekä selittämättömät että vanhempien hyväksymät
- Toistuvat myöhästymiset
- Huomattavat muutokset opiskelumotivaatiossa, kuten laskevat arvosanat ja yhtäkkiä lisääntynyt ahkeruus tai ankaruus itseä kohtaan
- Toistuvat haasteet keskittymisessä ja oppimisessa
- Vaikeudet selviytyä koulutehtävistä annetussa aikataulussa

# Sosiaaliset suhteet ja kaverisuhteet

- Kiusatuksi tuleminen tai muiden kiusaaminen
- Korostunut rooli muista huolehtijana
- Haasteet osallistua kodin ulkopuolisiin tapahtumiin tai harrastuksiin
- Muiden ilmaisema huoli lapsen tai nuoren hyvinvoinnista
- Haluttomuus viedä kavereita kotiin
- Samanikäisten seurasta vetäytyminen



# Käyttäytyminen

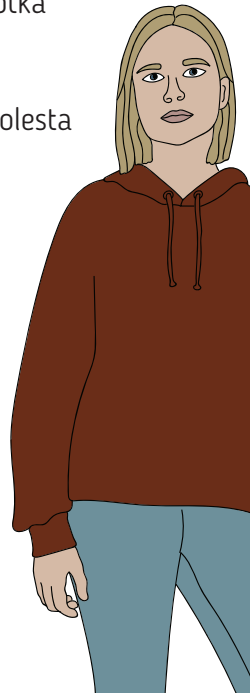
- Toistuva aikuisen huomion tai seuran hakeminen, "ovenkahvassa roikkuminen"
- Ikäistään kypsempi ja osaavampi käytös
- Korostunut kiltteys ja miellyttämisen tarve
- Arjen täyttäminen jatkuvalla tekemisellä
- Huomaamaton ja hiljainen ylisuorittaminen
- Epäluottamus viranomaisia ja palveluita kohtaan
- Merkit itsetuhoisesta käytöksestä
- Ikäistään lapsellisempi käytös tai häiriökäyttäytyminen
- Sitoutumattomuus sovittuihin asioihin
- Yleinen välinpitämättömyys
- Hälyttävä päihteidenkäyttö

# Tunne-elämä

- Herkkyys muiden tunnetilojen tulkitsemisessa
- Omien tunteiden tunnistamisen ja ilmaisun haasteet
- Epävarmuus ja huono itsetunto
- Ahdistuneisuus ja sulkeutuneisuus
- Pelokkuus
- Aggressiivisuus ja vihaisuus
- Ulkopuolisuuden, erilaisuuden ja yksinäisyyden tunteet

# Rahankäyttö

- Ikäistään paremmat tiedot arjen taloushoidosta
- Poisjättäytyminen toiminnoista, jotka vaativat rahaa
- Maksujen hoitaminen läheisen puolesta
- Toistuva rahan lainaaminen, pikavipit tai varastaminen
- Työssäkäyminen nuorella iällä



# Tulevaisuuteen suuntautuminen

- Tulevaisuuden näköalattomuus
- Suuri kynnyks irtautua kotoa (esim. toiselle paikkakunnalle muuttaminen opiskeluiden vuoksi)
- Tulevaisuudensuunnitelmiin vaikuttaa huoli perheen tai läheisen pärjäämisestä
- Kiire irtautua kotoa
- Tulevaisuus näyttäytyy nuorelle velvollisuutena

Kun tunnistat nuoren hoivaajan, voit ottaa nuoren tilanteen kartoittamisen tueksi **Nuorten hoivaajien huolikortit**. Huolikortit pitävät sisällään väittämiä nuorten hoivaajien kokemuksista ja elämästä. Lauseet ovat muiden vastavassa tilanteessa eläneiden nuorten itsensä tuottamia.

Huolikortit on tarkoitettu tukemaan ammattilaisen ja nuoren keskustelua nuoren omista kokemuksista, kun hänen läheisensä on vakavasti sairastunut. Työkalun tarkoitus on tehdä nuorelle ja ammattilaiselle näkyväksi nuoren kantama huoli ja vastuu sekä niiden tuottama kuormitus. Kortit helpottavat näiden asioiden puheeksiottoa.

Huolikortit normalisoivat nuoren tilanteeseen liittyviä kokemuksia ja tunteita, ja helpottavat niiden tunnistamista ja sanoittamista.

Kortit voit tilata tai tulostaa käyttöösi ALISA-projektin tai Kysy nuorelta -hankkeen internetsivuilta:

**[www.alisaprojekti.fi](http://www.alisaprojekti.fi)**

**[www.vsfinfami.fi/kysy-nuorelta](http://www.vsfinfami.fi/kysy-nuorelta)**



