



## MURROS- JA NUORUUSIKÄ (noin 13 - 18 -vuotiaat)

### Perheen kuulumiset

Tutustuminen, jos perhe ei ole tuttu. Mitä vanhemmat haluaisivat kertoa perheestä?

Mitä perheelle kuuluu? Jos perhe on hakeutunut palveluihin jonkun ongelman takia, keskustellaan alustavasti asian merkityksestä perheelle ja nuorelle.

Oletteko puhuneet tällaisista asioista keskenänne, entä nuoren/lasten kanssa? Keskustellaan yhteisestä ymmärryksestä ja puhumisesta lasten kanssa.

Entä onko muita huolia tai paineita, jotka verottavat voimia? Nämä asiat auttavat ymmärtämään perhettä, mutta tarkoitus ei ole jäädä niistä keskustelemaan.

Perhe-elämän moninaisuuden takia voivat paineet liittyä moneen asiaan kuten parisuhteen ongelmiin, uusperheen syntyyn, asumiseen, talouteen, työelämään, vanhemman jaksamiseen ja uupumiseen, tai perheenjäsenen sairauteen, mielenterveys- tai päihdeongelmaan, vanhemman rikosseuraamukseen tai muihin asioihin.

Siirrytään ikäkausiteemoihin. Kiinnitetään huomiota muutoksiin. Kysytään muutoksen ajankohdasta ja vanhempien ajatuksia muutoksen syistä.

### I Nuori kotona

- |   |         |               |
|---|---------|---------------|
| 1. Mitä haluaisitte kertoa nuoresta? Millainen hän on?  |         |               |
| 2. Nuoren ja vanhempien suhteet ja kanssakäyminen<br>Onko jotain yhteistä, josta erityisesti pidätte? | vahvuus | haavoittuvuus |
| 3. Yhdessäolo ja toiminta sisarusten kesken<br>Onko jotain, mistä he erityisesti nauttivat?           | vahvuus | haavoittuvuus |
| 4. Arkisten rutiinien ilmapiiri ja sujuminen  |         |               |
| Aamutoimet  | vahvuus | haavoittuvuus |
| Hygienia ja WC –toimet  | vahvuus | haavoittuvuus |
| Vaatteet ja pukeminen   | vahvuus | haavoittuvuus |
| Syöminen  | vahvuus | haavoittuvuus |
| Ulkoilu ja liikkuminen  | vahvuus | haavoittuvuus |
| Kotiintuloajat ja päivärytmi  | vahvuus | haavoittuvuus |
| Nukkumaan meno, uni, herääminen   | vahvuus | haavoittuvuus |
| Ruutuaika (TV, media, puhelin ym.)  | vahvuus | haavoittuvuus |
| Rahankäyttö   | vahvuus | haavoittuvuus |

5. Kotityöt	vahvuus	haavoittuvuus
<b>Vahvuus:</b> nuori osallistuu kotitöihin ikäkautensa mukaisesti		
<b>Haavoittuvuus:</b> vastuu ja kotitöiden määrä ylittävät lapsen ikäkaudelle sopivan määrän		
6. Nuoren tunteet ja mieliala	vahvuus	haavoittuvuus
7. Nuoren toiminta ja käyttäytyminen	vahvuus	haavoittuvuus
8. Onko jotain erityistä, joka teitä huolestuttaa?		haavoittuvuus
Esim. nuorella on huolestuttavia ajatuksia, puheita, tunnereaktioita tai toimintaa, eristäytymistä, itsensä satuttamista, väkivallan ja päihteiden ihannointia, päihdekäyttöä. Nuori on jäänyt omilleen ilman opintoja tai työtä.		
9. Ristiriidat ja konfliktit nuoren kanssa	vahvuus	haavoittuvuus
Mistä ne syntyvät, miten toimitaan?		
Onko tullut tilanteita, joissa joku on käynyt käsiksi?		

## II Nuori koulussa/oppilaitoksessa ja työssä

1. Jos nuori on työelämässä, siirrytään kohtaan 7, jos nuori ei ole työssä eikä koulussa, mennään kohtaan 9.		
2. Viihtyminen koulussa/oppilaitoksessa	vahvuus	haavoittuvuus
Onko jotain mistä hän erityisesti pitää?		
3. Opintojen sujuminen	vahvuus	haavoittuvuus
Kotitehtävien teko	vahvuus	haavoittuvuus
Poissaolot	vahvuus	haavoittuvuus
4. Koulunkäynnin rutiinien sujuminen		
Kouluun lähtö ja kotiin tulo	vahvuus	haavoittuvuus
Oppitunnit	vahvuus	haavoittuvuus
Ruokailu	vahvuus	haavoittuvuus
Välitunnit	vahvuus	haavoittuvuus
5. Nuoren ja opettajan/opettajien suhde	vahvuus	haavoittuvuus
6. Vanhempien ja opettajien yhteistyö	vahvuus	haavoittuvuus
7. Nuoren työssäkäynti ja sen sujuminen	vahvuus	haavoittuvuus
Pitääkö nuori työstään, mistä erityisesti?		
Onko töitä riittänyt?	Vahvuus	haavoittuvuus

- |  |         |               |
|--|---------|---------------|
| 8. Työssäkäynnin rutiinit<br>Töihin lähtö ja kotiin tulo | vahvuus | haavoittuvuus |
| 9. Kanssakäyminen muiden kanssa<br>Koulu- ja työtoverit  | vahvuus | haavoittuvuus |

### III Vapaa-aika ja nuoren oma sosiaalinen verkosto

- |  |         |               |
|--|---------|---------------|
| 1. Ystävät ja yhdessäolo ystävien kanssa                             | vahvuus | haavoittuvuus |
| 2. Rakentavaa toimintaa ja kiinnostuksen kohteita                    | vahvuus | haavoittuvuus |
| 3. Netin, pelien ja sosiaalisen median käyttö yms.                   | vahvuus | haavoittuvuus |
| 4. Tietävätkö vanhemmat, missä nuori liikkuu ja<br>mitä tekee? Some? | vahvuus | haavoittuvuus |
| 5. Onko nuorella tulevaisuuden suunnitelmia?                         | vahvuus | haavoittuvuus |

### III Vanhemmat ja kotityöt

- |   |                    |                                |
|---|--------------------|--------------------------------|
| 1. Kodin- ja lastenhoito<br>Yhteistyö vanhemmuudessa<br>Työnjako kotitöissä   | vahvuus<br>vahvuus | haavoittuvuus<br>haavoittuvuus |
| 2. Parisuhde<br>Ilo ja yhdessäolosta nauttiminen<br>Keskinäinen tuki  | vahvuus<br>vahvuus | haavoittuvuus<br>haavoittuvuus |
| 3. Äidin/isän jaksaminen  | vahvuus            | haavoittuvuus                  |
| 4. Toisen vanhemman jaksaminen  | vahvuus            | haavoittuvuus                  |
| 5. Miltä nuoren vanhemmuus tuntuu?<br>Äiti/isä<br>Toinen vanhempi   | vahvuus<br>vahvuus | haavoittuvuus<br>haavoittuvuus |
| 6. Sosiaalinen kanssakäyminen, ystävät, sukulaiset<br>Ilo ja yhdessäolo<br>Mahdollisuus konkreettiseen tukeen   | vahvuus<br>vahvuus | haavoittuvuus<br>haavoittuvuus |
| 7. Onko ollut tarvetta saada apua ja onko saatu?<br>Apu omalta verkostolta ja/tai palveluista<br><br><b>Vahvuus:</b> apua on haettu ja saatu<br><b>Haavoittuvuus:</b> avun tarvetta on edelleen | Vahvuus            | haavoittuvuus                  |
| 8. Onko vielä jotain, mistä haluaisitte keskustella   |                    |                                |

## Erityisiä kysymyksiä ajatellen LP –toimintasuunnitelmaa

Nuoruusiässä tapahtuu paljon ja se on haastavaa aikaa sekä nuorelle itselleen, että lähiympäristölle. Herkkyys ja tietoisuus itsestä ja maailmasta kehittyy samalla, kun tunnemyrskyt ja oman tahdon heilahtelut tuntuvat perheessä. Perhehuolet, kuten työn tai talouden epävarmuus, jaksavuus- ja mielenterveysongelmat ja päih-teiden käyttö sekä lasten sairaudet ja ongelmat voivat viedä vanhempien voimia. Seuraavat asiat ovat tär-keitä kaikille, mutta ne nousevat erityisen tärkeiksi pärjävyydelle, kun perheessä on vaikeuksia:

1. Yhteinen ymmärrys ja toiminta perheessä
2. Pienetkin ilon hetket ja yhdessäolosta nauttiminen puolisoiden ja koko perheen kesken
3. Arkipäivän rutiinien sujuminen myönteisessä ilmapiirissä
4. Puolisoiden yhteistyö kotitöissä ja nuoren osallisuus ikäkauden mukaisesti
5. Puolisoiden yhteistyö vanhemmuudessa
6. Vanhempien kyky neuvotella vaikeista asioista rakentavasti ja myös nuoren kanssa
7. Nuoren myönteinen kokemus koulusta / työpaikasta ja tunne työtoveruudesta tai kuulumisesta omaan luokkaan /ryhmään
8. Säännöllinen vuorokausirytmä ja riittävä lepo
9. Nuoren omat ystävät, rakentava toiminta ja harrastukset
10. Perheen ystäväpiiri ja sukulaiset ilon tuojina perheeseen
11. Ystäväpiiri ja sukulaiset tuen ja konkreettisen avun antajina perheelle
12. Vanhempien ja nuoren uskallus ja kyky hakea apua
13. Ymmärtävästi ja paneutuvasti suhtautuvat palvelut, joista on apua.

## Muistiinpanot

---

---

---

---

---

---

---