

Kotoutuminen, uuden kielen ja kulttuurin omaksuminen vaativat joskus paljon. Siihen on monia syitä, mutta yhtenä syynä voivat olla maahantulijan traumaattiset kokemukset. Helsingin Munkkisaarella sijaitseva Diakonissalaitoksen Psykotraumatiologian keskus auttaa ja tukee monin tavoin Suomeen muuttaneita. Sotatraumatisoituneiden kuntoutus, Kidutettujen kuntoutuskeskus sekä Lasten ja nuorten toiminta ovat keskuksen keskeisiä toimintamuotoja.

TEKSTIÄ KUVA TUJJA HANNULA
PIIRROKSET RISTO KURKINEN

KOTOUTUMISEN HAASTEISSA-

Psykotraumatiologian keskukselta tukea kuntoutumiseen

PAKOLAISTAUSTAISTEN ihmisten kokemukset saattavat olla hyvin traumaattisia. Psykotraumatiologian keskuksen asiakkaat ovat voineet joutua kidutuksen kohteeksi tai he ovat eläneet sotalaaliella, menettäneet kotinsa tai läheisiään, ovat kokeneet kuolemaa ja vammautumista. Myös pakomatka kotimaasta on saattanut olla pitkä, vaikea ja vaarallinen.

Pakolaisten traumakokemukset ovat tosiaan aivan omannäköisiä ja poikkeavat muun väestön traumakokemuksista. He ovat joutuneet usein todistamaan äärimmäisiä tilanteita, ja asiakkaidemme taustalla on monenlaisia traumatisoivia tilanteita, kertoo **Mari Tikkanen**, Sotatraumatisoituneiden kuntoutuksen hankkeen projektipäällikkö Psykotraumatiologian keskuksista.

Keskus tukee sota- ja kriisialueilta tulevia maahanmuuttajia. Toiminta kohdistuu pakolaisiin. Sotatraumatisoituneiden kuntoutuksen hanketta sekä keskuksen Lasten ja nuorten toimintaa rahoittaa EU:n Turvapakkeus, maahanmuutto- ja kotouttamisrahoitus, rahoitus on tarkoitettu kiintopakolaisille. Kidutettujen kuntoutuskeskuksen asiakas on viinut saapua maahan myös turvapaikanhakijana.

Koko keskuksessa käy vuosittain keskimäärin parisataa asiakasta. Teemme keskuksessa hoiton tarpeen arviointia, ja osassa

”**Pakolaisten** traumakokemukset ovat tosiaan aivan omannäköisiä ja poikkeavat muun väestön traumakokemuksista. He ovat joutuneet usein todistamaan äärimmäisiä tilanteita.”



”**Joskus** tuntuu, että vaadimme aika paljon maahantulijalta. Jos on tullut maahan esimerkiksi luku- ja kirjoitustaidottomana, on kokenut kovia ja menettänyt perheenjäseniään, on melko vähäiset resurssit ottaa haltuun uusi yhteiskunta, kieli ja kulttuuri.”

työryhmiä tarjotaan myös pidempikestoista hoitoa ja kuntoutusta. Tällä hetkellä asiakaita tulee eniten Syyriasta ja Afganistanista. Myös Kongo, Eritrea ja Sudan ovat edustettuna, kaikkiaan asiakaita tulee noin parista kymmenestä eri maasta.

Psykotraumatiologian keskuksen tullaan terveydenhuollon ammattilaisen lähtöellä. Palvelu on periaatteessa valtakunnallista, mutta käytännössä toiminta painottuu Uudenmaan alueelle.

– Yleensä meille tullaan silloin, kun terveydenhuollon ammattilaiset kokevat, että he eivät pysty vastaamaan asiakkaan hoidon tarpeeseen. Keskus on julkaissut terveydenhuollon täydentävää palvelua, josta kaikki asiakkaamme kuuluvat julkisen terveydenhuollon piiriin. Sotatraumatisoituneiden kuntoutuksen hanke lähti vuonna 2018 käyntiin osana keskuksen toimintaa ja jatkoo toteutukselta tänään vuoden loppuun. Hanke lähti siitä tarpeesta, että sota- ja kriisialueilta tulevat pakolaiset tarvitsevat hoidon tarpeen arviointia liittyen traumaspe-räisiin oireisiin. Toimintalle olisi kova tarve jatkossakin. Keskus tarjoaa myös koulutusta laajalle kohderyhmälle.

psytyy esimerkiksi arviointaan kotiympäristöstä ja apuvälineiden tarvetta.

Keskuksessa on myös erilaisia ryhmätoimintaa asiakkaille, suomen kielen ryhmiä ja esimerkiksi leikin ja mielen yhteyden löytämiseen tähtäävä kuntoutuksen ryhmä. Yksilötapaan lisäksi tarjotaan myös perheterapiaa. Kaikkissa tilanteissa on pääsääntöisesti tulkit mukana.

– Riittävä yhteinen kieli on välttämätöntä, että saadaan yhteinen ymmärrys siitä, mitä ollaan tekemässä.

Trauma vaikuttaa kotoutumiseen
KESKUKSEN asiakkaat haastevat keskuksen piiriin hyvin eri vaiheissa kotoutumispolkua. Joskus asiakas ohjautuu kuntoutuksen jo siinä vaiheessa, kun maassa on asuttu vasta jotakin viikkoja. Toisaalta kuntoutuksen tulee myös asiakkaita, jotka ovat asuneet Suomessa yli 10 vuotta.

– Joskus tuntuu, että vaadimme aika paljon maahantulijalta. Jos on tullut maahan esimerkiksi luku- ja kirjoitustaidottomana, on kokenut kovia ja menettänyt perheenjäseniään, tai saattaa olla tullut maahan yksin, on melko vähäiset



Toimintaterapeutti Miira Laine ohjaa asiakasta toimintatuokiossa, jonka tarkoituksena on kartoittaa toiminnanohjauksista ja kognitiivisista taitoja. Työn alla on rakennusprojekti, jossa havainnoidaan asiakkaan ongelmratkaisua ja päättelykykyä. Asiakkaan on tarkoitus toimia tilanteessa mahdollisimman itsenäisesti. Toimintaterapeutti havainnoi visuaalista hahmottamista, työvälineiden käyttöä tai sitä, hyötykykyä asiakas esimerkiksi verbaalisesta kannustuksesta.

Mitä traumataustainen oppija tarvitsee?

Trauma voi ilmetä monilla eri tavoilla, traumaattiset kokemukset ovat myös keskenään hyvin erilaisia. Opetustyössä ilmiö on hyvä tiedostaa, tärkeintä on luottamuksen rakentaminen ja turvallisen oppimisympäristön luominen. **Kyrymäkin Garoff** Traumataterapiakeskuksesta.

ONO sota- ja kriisialueilta tulevien traumaperäisistä oireista juuri heille tyypillisiä tai leimallista?

Traumatisoitumista ajatellaan usein yksittäisenä asiana, josta toivotaan. Käytännössä monet turvapaikanhakijat ja pakolaistaustaiset ihmiset eivät aina edes kerro traumatisoitumisen kokemuksistaan, toisaalta he ovat voineet kokea paljon erilaisia asioita. On hyvä muistaa, että ihmisillä on mahdollisen traumatustaan lisäksi muutakin elämänhistoriaa, esimerkiksi lapsuuden ja nuoruuden aikaiset kokemukset. Yhteistä nimitäjiä ei ole, joskin turvapaikanhakijoiden ja pakolaistaustaisten ihmisten kokemukset ovat hyvin erilaisia.

Yksi hyvin yleinen seikka heillä on kuitenkin esimerkiksi se, että he ovat saattaneet kokea väkivaltaa tai syrjintää virkavallan

taolta. Tällainen asia saattaa tietenkin näkettä kotimaasta virallisiin toimijoihin uudessa-kin kotimaassa. Toinen elementti, joka liittyy usein esimerkiksi turvapaikanhakijoihin, ovat ajatolliset stressitekijät ja huoli tulevaisuudesta, epävarma oleskelupaikasta kytketty vahvasti esimerkiksi opintekolmivuotteen. Esimerkiksi ohje kottimahaan palauttamista voi aktivoida aikaisempia traumia, kuten esimerkiksi kokemuksia kättämittaamisesta.

Onko traumaperäinen oireista erilaisia lapsilla kuin aikuisilla?
AIKUISILLA oppiminen on vaikeampaa kuin lapsella, ja siksi traumaoireilu saattaa vaikeuttaa viereistään säätelyyn eli voi kuormittaa heijesi mieltänsä. Lasten ja nuorten osalta käyttäytyminen ja reagoiminen heijesiävät usein vanhempien traumatoireilla. Opettaja voi joutua vastaanottamaan lapsilta ja nuorilta

Keskuksessa käy vuosittain keskimäärin parisataa asiakasta. Tällä hetkellä asiakkaita tulee eniten Syyriasta ja Afganistanista. Myös Kongo, Eritrea ja Sudan ovat edustettuina, kaikkiaan asiakkaita tulee noin paristakymmenestä eri maasta.



enemmän haastavaa käytöstä, kun aikuisilla haastava käyttäytyminen usein rajautuu vähäpussiksi, jotka voivat kohdistua opettajaan.

Miten opettaja voi nähdä, että kyseessä on traumaperäinen oireilu? VAIKAA tereytyyoppineen käyttäytymisen tuloa ilmiötä liittyy traumatisoitumiseen, suoralla kädeltä sitä ei voi tietää. Kysymättä ei välttämättä voi tietää toisen sisistä tilaa. Esimerkiksi potissaolevuus voi olla merkki traumasta, mutta se voi yhtä hyvin johtua huonosti nukkutusta yöstä. On tärkeää tunnistaa, että trauma saattaa olla taustalla, mutta se ei välttämättä selitä kaikkea käyttäytymistä. Loppujen lopuksi myös ajatollaiset asiat vievät paljon tilaa ihmisen mielestä, ja traumuistoja pyritään sen sijaan välttelemään.

Miten trauma vaikuttaa oppimiseen?
ENSIMMÄIN trauma voi vaikuttaa oppimisessa siten, että traumatokannat ja muistokuvat häiritsevät keskittymistä. Toiseksi se voi vaikuttaa viereistään säätelyyn eli voi kuormittaa heijesi mieltänsä. Lasten ja nuorten osalta käyttäytyminen ja reagoiminen heijesiävät usein vanhempien traumatoireilla. Opettaja voi joutua vastaanottamaan lapsilta ja nuorilta

tuunien hyvin käytöstopohhin. Tärkei on luottamuksen rakentaminen oppijan kanssa, vaikka se osiin usein traumatisoituneelle haastavaa. On tärkeää huomata oppijan erityistarpeet ja rakentaa hyvä kontakti siten, että traumatisoitunut saa olla osa oppimisprosessia kaikkien muiden tavoin. Tämä voi myös pohjataa haasteista myöhemmin palveluun piiriin. Luottamuksen rakentaminen on kaiken pohja.

Toinen tärkeä asia on turvallisuuden tunteen luominen siten, että opettajillan teuttavat turvallisuutta eikä osallistuneen vuoroaikuus tuntuisi liian kuormittavalta. Asiasta on hyvä sopia oppijan kanssa aina etukäteen, ja joskin itsestään selvääkin pitämämme asiasta kannattaa käydä oppijan kanssa läpi: fyysistä rangaistuksia ei meillä käytetä, turvapaikanprosessi ei vaaranmuuttamisesta ja niin edelleen. Päästä on pyrittävä luomaan hyviä oppimiskokemuksia. Mahdollisuuksien mukaan on hyvä järjestää myös oppimisen ajankäyttö siten, että sen vaikeudet voivat aiheutua monesta eri tekijästä. Lisäksi moniin koulu-kulttuuriin on kuulunut esimerkiksi kuritus. Vaikka tämä ei

ole suoraan esimerkiksi pakolaisistaustaantähtävyä trauma, se on yleinen niitä ihmisillä, jotka tulevat tietystä kulttuurista. Se myös traumatoimii omalla tavallaan ihmisä ja voi näkyä esimerkiksi koetteluineisäin liittävä jännityksenä.

Mitä opettaja voi tilanteessa tehdä? Voiko oppijan traumaa huomioida jostain?

OPETTAJAN työssä on tärkeää trauma-informoitua työtote, jossa ihmön olemassaolo tiedostetaan. Se ei kuitenkaan tarkoita sitä, että kaikki trauman kokeneet kärsivät tai haavoittavat apua traumasista. Joskus traumaa laukeiksi tekijöitä voi olla vaikea välttää: esimerkiksi tavonomaisten kysymykset perheestä, suvusta tai kodista saattavat laukaista sen, vaikka niitä kysymyksiä ei voi aina sivuuttaa ja ne kuuluvat monien kulttuurien hyvin käytöstopohhin.

Tärkei on luottamuksen rakentaminen oppijan kanssa, vaikka se osiin usein traumatisoituneelle haastavaa. On tärkeää huomata oppijan erityistarpeet ja rakentaa hyvä kontakti siten, että traumatisoitunut saa olla osa oppimisprosessia kaikkien muiden tavoin. Tämä voi myös pohjataa haasteista myöhemmin palveluun piiriin. Luottamuksen rakentaminen on kaiken pohja.

Toinen tärkeä asia on turvallisuuden tunteen luominen siten, että opettajillan teuttavat turvallisuutta eikä osallistuneen vuoroaikuus tuntuisi liian kuormittavalta. Asiasta on hyvä sopia oppijan kanssa aina etukäteen, ja joskin itsestään selvääkin pitämämme asiasta kannattaa käydä oppijan kanssa läpi: fyysistä rangaistuksia ei meillä käytetä, turvapaikanprosessi ei vaaranmuuttamisesta ja niin edelleen. Päästä on pyrittävä luomaan hyviä oppimiskokemuksia. Mahdollisuuksien mukaan on hyvä järjestää myös oppimisen ajankäyttö siten, että sen vaikeudet voivat aiheutua monesta eri tekijästä. Lisäksi moniin koulu-kulttuuriin on kuulunut esimerkiksi kuritus. Vaikka tämä ei