

Opas vanhemmalle

Sinulle, jonka läheinen on
pidätettynä tai vankilassa.



 **KRITS**
KRIMINAALIHUOLLON TUKISÄÄTIÖ

EHJÄ PERHE -TOIMINTA

SISÄLLYS

MITÄ SINUN TULEE TIETÄÄ? 3

Kun elämä menee ylösalaisin, voi olla hyödyllistä saada käytännön tietoa siitä, miten asiat toimivat. Miten voin läheisenä auttaa? Kuinka Rikosseuraamuslaitos toimii?

MITEN LÄHEISEN VANKEUS VAIKUTTA LAPSIIIN? 15

Lapsen tukeminen vaikeana aikana. Kuinka kertoa tapahtuneesta? Kannattaako lapsen kertoa asiasta ystävilleen ja koulutovereilleen? Mitä lapsi tarvitsee voidakseen hyvin?

PIDÄ HUOLTA ITSESTÄSI 35

Miten omainen voi kokea tilanteen ja mitä hän voi tehdä tilanteen käsittelemiseksi ja helpottamiseksi?

Alkuperäisen oppaan Anhörigboken on tuottanut Bufff Tukholma bufff.nu

Toimitus ja teksti

Pia Bergström
Susanna Mannerstam, tekstin editointi

Kuvitus

Gabi Fröden

Tuotanto

Anfang Design & Kommunikation

Suomenkielisen oppaan on tuottanut Kriminaalihuollon tukisäätiö 2017

Käännös

Apros Lingua

Mitä sinun tulee tietää -osuuden teksti

Tiina Varonen
Anastasia Lapintie

Opas on julkaistu myös verkkoversiona osoitteessa www.porttivapautteen.fi/vanhemmanopas





MITÄ SINUN TULEE TIETÄÄ?

Kun oma läheinen pidätetään, moni asia muuttuu. Miten tämä tulee vaikuttamaan minun tilanteeseeni ja mistä voin saada apua? Mitä esimerkiksi KELA sanoo? Jos et ole aikaisemmin ollut tekemisissä Rikosseuraamuslaitoksen kanssa, voi olla hyvä saada tietää, miten vankiloissa toimitaan. Miten saan kontaktin läheiseeni? Ja miten lapset saavat? Tähän osuuteen olemme koonneet käytännön tietoa siitä, miten asiat toimivat, ja vinkkejä lisätietoon.

KIINNIOTOSTA TUOMIOON

Kuvaus siitä, mitä tapahtuu, kun henkilö otetaan kiinni siihen saakka, kun hän saa tuomion.



Poliisi saa ottaa kiinni henkilön, jonka epäillään tehneen rikoksen tai joka on määrätty pidätettäväksi tai vangittavaksi. Kiinniotetulle on kerrottava kiinniottamisen syy heti. Yleensä hänet viedään poliisin kiinniottotilaan, ns. putkaan, ja tavarat otetaan poliisin säilytykseen. Poliisin on ilmoitettava henkilön puolesta hänen haluamalleen läheiselle tai muulle henkilölle kiinniotosta. Rikoksen selvittämisestä johtuvista syistä ilmoittamista voidaan lykätä tai se voidaan jättää tekemättä. Pidätetty voi myös itse kieltää ilmoittamisen läheisille.

Henkilö voidaan pidättää, jos hänen vielä 24 tunnin kuluttua kiinniotosta voidaan epäillä syyllistyneen rikokseen. Pidätetylle täytyy kertoa, mistä syytä hänet pidätetään. Poliisin ilmoitusvelvollisuus pidätetyn läheisille on samanlainen kuin kiinniotettaessa.

Vaatus pidätetyn vangitsemisesta on tehtävä tuomioistuimelle viimeistään kolmantena päivänä kiinniotosta.

Vangitsemisesta päättää kärjäoikeus. Jos epäilty on määrätty vangittavaksi, kärjäoikeus esittää syytteen nostamiselle määrääjän. Poliisi suorittaa esitutkinnan, jossa selvitetään, onko tapahtunut rikosta, ketkä ovat epäiltyjä ja asianomistajia, minkälaiset ovat rikokseen liittyvät olosuhteet sekä minkälaista todistusaineistoa on olemassa oikeudenkäyntiä varten. Joskus on tarpeellista tehdä esitutkinnan aikana kotietsintä rikoksesta epäillyn kotiin tai sellaiseen paikkaan, missä hänen tiedetään viettäneen aikaa.



Täältä löydät lisätietoa

Laki poliisin säilyttämien henkilöiden kohtelusta:
www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2006/20060841

Pakkokeinolaki:
www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2011/20110806

Rikosseuraamuslaitos:
www.rikosseuraamus.fi

Päivä kerrallaan - Läheisen opas:
www.porittivapauteen.fi/laheiset/paiva_kerrallaan

Tutkinta- vankeus

Vangittuna rikoksesta epäilty on tutkintavanki. Tutkintavanki siirretään poliisivankilasta tutkintavankilaan. Tutkintavankueuden tarkoituksena on turvata rikoksen esitutkinta, tuomioistuinkäsittely, rangaistuksen täytäntöönpano sekä estää rikollisen toiminnan jatkuminen. Henkilölle on annettava tilaisuus ilmoittaa vankilaan saapumisesta läheiselleen.

Tutkintavankia voi käydä tapaamassa ja rikoksesta epäilty voi myös soittaa läheisilleen vankilan käytäntöjen mukaisesti.

Oikeuden- käynti

Rikosasia käsitellään yleensä sen alueen käräjäoikeudessa, jonka alueella rikos on tehty. Oikeudenkäynti on julkinen, ellei tuomioistuin määrää sitä pidettäväksi osin tai kokonaan suljettuna yleisöltä. Oikeudenkäynnissä on mukana syytetty eli vastaaja sekä virallinen syyttäjä. Läsnä voi olla myös rikoksen uhrin eli asianomistajan. Oikeudenkäyntiin saattaa olla kutsuttuna myös asian todistajia. Todistajaksi kutsutun on tultava käräjäoikeuteen, mutta hänen ei tarvitse todistaa läheistään vastaan. Todistajan on kuitenkin puhuttava totta.

Tuomion julistaminen

Oikeudenkäynti päättyy tuomion julistamiseen. Rikoksesta epäilty voidaan todeta syylliseksi kaikkiin tai joihinkin syytteissä mainittuihin rikoksiin tai syytteet voidaan hylätä. Tuomion julistaminen on julkista ja näin ollen myös media voi halutessaan saada siitä tiedon. Uutinen tuomiosta voidaan julkaista esimerkiksi sanomalehdessä. Käräjäoikeuden tuomiosta on mahdollista valittaa ylempiin oikeusasteisiin.



MITEN PITÄÄ YHTEYTTÄ

Yhteydenpitoon vangitun kanssa liittyy paljon sääntöjä ja rajoituksia. Läheisenä sinun on hyvä tietää, mitä sääntöjä Rikosseuraamuslaitoksessa on. Miten voi pitää yhteyttä omaan läheiseen ja miten tavata häntä?

Kiinniotettu, pidätetty, tutkintavanki tai vanki ei saa pitää omaa matkapuhelinta. Läheiset voivat pitää yhteyttä häneen kirjeitse, vierailuilla ja puhelulla.

Kirje ja sähköposti

Tutkinta- ja vankeusvanki saa kirjoittaa kirjeitä ja hänelle saa lähettää niitä. Vangille saapuva ja hänen lähettämänsä posti saatetaan avata, jos vankila epäilee hänen suunnittelevan uutta rikosta tai jos on tarpeen suojella vankilan tai jonkun ulkopuolisen henkilön turvallisuutta.

Suljetussa vankilassa olevalle vangille voi lähettää sähköpostia, mutta hän ei voi vastata siihen. Viesti tulostetaan ja annetaan vangille usein seuraavana päivänä. Tarkemmat ohjeet vankisähköpostin käytöstä saa Rikosseuraamuslaitoksen sivuilta.

Puhelinyhteys

Suljetussa vankilassa olevalle vangille ei voi soittaa. Vanki voi itse soittaa läheisilleen ostamallaan puhelinkortilla. Soittoaikoja saatetaan rajoittaa. Puheluita voidaan kuunnella samoista syistä kuin vangin kirje voidaan lukea. Kuuntelusta täytyy kuitenkin ilmoittaa puhelun osapuolille etukäteen. Omia asioita voi sovitusti hoitaa vankilan erityisohjaajan puhelimesta. Avovankiloissa vangeilla on omat puhelimet käytössä ja heille voi silloin soittaa myös itse.

Kiireellisessä tapauksessa

Joskus voi tulla kiireellinen asia, joka on saatava tiedoksi vangille. Tällöin voi yrittää soittaa vankilan päivystysnumeroon ja kertoa, mitä kiireinen asia koskee. Vankilan henkilökunta pyrkii toimittamaan tiedon hänelle ja järjestää joskus ylimääräisen soittomahdollisuuden vangille.



Vanki voidaan siirtää

Vanki voidaan siirtää toiseen vankilaan eri syistä, esimerkiksi silloin, kun tuomio julistetaan ja hänet siirretään tutkintavankilasta toiseen vankilaan. Joskus siirrot voivat tapahtua niin äkillisesti, ettei vanki ehdi ilmoittaa siitä kenellekään. Vangilla on oikeus ilmoittaa siirrosta läheisilleen, mutta aina se ei tapahdu heti.

Tapaamiset

Valvottu vai valvomaton tapaaminen

Vierailut jaetaan valvottuihin ja valvomattomiin tapaamisiin. Valvottuja tapaamisia järjestetään erillisissä ta-

paamistiloissa, jossa tapaajan ja vangin välissä on pöytä ja lasi. Olet saattanut kuulla puhuttavan pleksitapaamisista ja nämä ovat juuri niitä. Tapaamiset kestävät yleensä 45-60 minuuttia. Samassa tilassa on myös muita tapaajia ja vankeja. Tapaamista valvovat vankilan vartijat.

Alle 15-vuotiaan lapsen kanssa on mahdollista järjestää lapsitapaamisia. Tapaaminen kestää saman verran kuin ns. pleksitapaaminen, mutta se järjestetään tilassa, jossa lapsen on mahdollista koskettaa vankia ja mennä vaikka hänen syliinsä. Lapsitapaaminen on myös valvottu, mutta sitä saatetaan



valvoa kameran välityksellä ja silloin tapaamistilassa ei ole läsnä vartijaa.

Vangilla on myös mahdollisuus anoa valvomattomia tapaamisia, ns. perhetapaamisia. Tällöin tapaaminen kestää joitakin tunteja ja se järjestetään tilassa, jossa on mahdollista laittaa

pientä syötävää, pelata lautapelejä jne. Vankilan vartijat sulkevat ovet, mutta heihin on mahdollisuus saada kontakti vierailun aikana. Vankiloiden lapsi- ja perhetapaamistilat ovat kovassa käytössä ja niihin on yleensä mahdollista päästä noin kerran kuukaudessa.



Mitä voi ottaa mukaan tapaamiseen?

Tapaamiseen mennessä voit yleensä ottaa mukaan viemisiä vangille. Tällaisia voivat olla lehdet ja kirjat, elokuvat, vaatteet jne. Nämä jätetään portille, jossa henkilökunta tarkistaa ne ja toimittaa tarkistuksen jälkeen vangille. Vankiloilla voi olla rajoituksia, kuinka paljon tavaraa voi tuoda yhdellä kerralla ja käytännöt vaihtelevat. Kannattaa tarkistaa vankilasta, miten heillä toimitaan. Suljettuihin vankiloihin ei voi viedä ruokaa.

Miten turvatarkastus menee?

Tapaajan täytyy todistaa henkilöllisyytensä turvatarkastuksessa vankilan portilla. Alle 15-vuotiaan mukana tulee olla täysi-ikäinen saattaja. Tapaajat kulkevat metallinpaljastimen läpi ja vartija saattaa myös taputella tapaajan kehon

Saitko sä varattua sen vankilan tapaamisajan?



läpi, ettei vankilaan kulkeutuisi kiellettyjä tavaroita. Joskus portilla saattaa olla myös huumekoira, joka haistelee tulijat. Koira on työtehtävässä eikä sitä saa sen vuoksi silitellä.

Tapaamisessa

Tapaamisen kieltäminen

Joskus voi käydä niin, että perhe- tai lapsitapaamista ei myönnetä tai se perutaan. Vankilan henkilökunnalla on oikeus tehdä niin. Synnä voivat olla esimerkiksi laitosturvallisuuteen liittyvät asiat tai se, ettei vankilassa olekaan riittävästi henkilökuntaa tai tiloja tapaamisen järjestämiseen.

Joskus rikos on voinut kohdistua lapseen itseensä tai hänen läheiseensä. Jos vankia ei halua tavata, siitä on oikeus kieltäytyä, vaikka tapaaminen olisikin myönnetty. Vankilan kanssa voi myös sopia, ettei lapsi jää tapaamistilaan kahden kesken vangin kanssa. Joskus myös muut aikuiset, esimerkiksi viranomaiset, voivat tehdä päätöksen, että tapaajat eivät voi olla tilassa keskenään.

Poistumisluvat

Vangin on mahdollista hakea poistumislupia vankilasta omien, tärkeiden asioidensa hoitoon. Myös

lapsen tärkeät asiat otetaan huomioon poistumislupia myönnettäessä. Käytännössä poistumislupia ei ole mahdollista saada kovin usein. Lupa voidaan myöntää myös saatettuna, jolloin mukana on vankilan työntekijä. Kun tuomiota on suoritettu tarpeeksi, vangin on mahdollista saada poistumislupia, eli ns. vankilomia, 3 vrk kahden kuukauden aikana. Vanki pystyy osin itse suunnittelemaan, miten hän haluaa käyttää lomiaan.





Kuntien perhetyö

Kaupungeilla ja kunnilla on erilaisia tukimuotoja lapsille ja lapsiperheille. Kunnilta voi saada keskusteluapua, apua käytännön asioihin sekä taloudellista tukea. Kunnilla ei kuitenkaan ole erityistä tukea perheille, joiden läheinen suorittaa vankeusrangaistusta.

Esimerkkejä tukitoimista, joita voi kysellä kunnista:

- Joissakin kunnissa on perhekeskuksia tai erityisiä lasten ja nuorten taloja, joihin voi mennä vierailemaan ilman erityistä ajanvarausta. Myös leikkipuistojen, avointen päiväkotien ja nuorisotalojen henkilökunnalle voi jutella ja he osaavat auttaa eteenpäin. Perhekeskuksissa, lasten ja nuorten taloilla, leikkipuistoissa, avoimissa päiväkodeissa ja nuorisotaloilla toiminnan keskiössä on aina lapsi ja nuori.
- Koulussa työskentelee koulukuraattori ja koulupsykologi, joilta voi hakea apua ja tukea. He tuntevat myös oman kuntansa palvelujärjestelmää ja osaavat ohjata eteenpäin perheelle parhaiten sopivaan palveluun.
- Jokaisella perheellä on oikeus omaan sosiaalityöntekijään. Sosiaalityöntekijä auttaa asioissa eteenpäin ja hänen kauttaan perhe voi saada esimerkiksi tukiperheen, kotiin vietävää perhetyötä, perhekuntoutusta ja/tai taloudellista tukea.
- Perheneuvola on kuntien lakisääteistä toimintaa ja sinne on mahdollista hakeutua tilanteen niin vaatiessa. Tähän tarvitaan kuitenkin toisen ammattilaisen lähete. Tämä toinen voi olla esimerkiksi neuvolalääkäri, koulukuraattori tai sosiaalityöntekijä.
- Lisää tietoa saa oman kunnan palveluista löytyy kunnan nettisivujen kautta. Kuntien työntekijöiltä saa myös tietoa järjestöistä, jotka toimivat lähialueilla.





Järjestöjen ja seurakuntien tuki

Kuntien lisäksi Suomessa toimii useita järjestöjä, jotka tarjoavat tukea ja apua lapsiperheille erilaisissa tilanteissa. Kriminaalihuollon tukisäätiön Ehjä perhe -toiminta tarjoaa apua ja tukea erityisesti perheille, joiden elämää kohtaa vankeusrangaistus. Katso lisää sivulta 48.

Seurakuntien diakoniatyö tarjoaa sekä keskustelu- että taloudellista apua. Perheneuvonta auttaa parisuhteen ongelmissa ja elämän kriisitilanteissa.



Lainopillinen tuki

- On myös mahdollista saada lainopillisen avustajan apua ja tukea oikeudellisen asian hoitamisessa kokonaan tai osittain valtion varoilla. Tätä toimintaa kutsutaan oikeusavuksi.
- Oikeusaputoimistoja on Suomessa 23 ja asiakkaan on mahdollista hakeutua minkä tahansa toimiston avun piiriin asuinpaikasta riippumatta.
- Yleistä oikeusopillista neuvoa on mahdollista saada maksutta oikeus.fi -palvelun chatissa arkisin klo 10-12.
- Yksityisiä asianajopalveluita saa asianajo- ja lakiasiantoimistoista sekä muista oikeudellista palvelua tarjoavista yrityksistä.

Lisätietoja:

www.oikeus.fi/oikeusapu

www.asianajajaliitto.fi



KELA

Asumistukea saavan perheenjäsenen joutuessa vankilaan hänet lasketaan edelleen asunnossa asuvaksi, mikäli vankeus kestää noin vuoden tai alle. Tämän jälkeenkin hänet voidaan katsoa asunnon asukkaaksi, jos erillään asuminen ei johdu parisuhteen päättymisestä.

Jos lapsen kanssa samassa asunnossa asuva vanhempi on suorittamassa pidempää vankeustuomiota (yli 3 kk), lapsi voi saada elatustukea, mikäli vanhemmat ovat tehneet vahvistetun elatussopimuksen. Lapsella on myös oikeus elatustukeen, jos elatusvelvollinen vanhempi ei ole maksanut vahvistettua elatusapua tai elatusvelvollinen ei taloudellisen tilanteensa takia pysty maksamaan elatusapua.

Jos perheen elatuksesta huolehtinut henkilö joutuu vankilaan, vapausrangaistuksen ajaksi keskeytynyttä etuutta tai osaa siitä voidaan maksaa avio- tai avopuolisolle tai alle 16-vuotiaille lapsille. Tällaisia etuuksia ovat työttömyysturvan ja eläkkeiden lapsikorotukset, työkyvyttömyys-, vanhuus-, takuu- tai perhe-eläke, eläkkeensaajan asumistuki sekä maahanmuuttajan erityistuki. Etuuden maksaminen perheen toimeentulon turvaamiseksi edellyttää sitä, että perheen tulot ovat niin pienet, että perheen toimeentulo on siitä riippuvainen.

Avoliitossa oleva vanhempi on oikeutettu lapsilisän yksinhuoltajakorotukseen, mikäli vankeusrangaistus kestää yli 3 kk.





MITEN LÄHEISEN VANKEUS VAIKUTTAA LAPSIIN?

Lapset reagoivat perheenjäsenen vankeuteen eri tavoin. Jotkut kyselevät paljon ja reagoivat tapahtuneeseen voimakkaasti. Toiset ovat vaitonaisempia ja sanovat, että kaikki on hyvin. Nämä reaktiot pätevät lapsen iästä riippumatta. Vaikeneminen ei kuitenkaan tarkoita, etteikö lapsella olisi mielessään paljon kysymyksiä ja ajatuksia. Mietteiden ja tunteiden muotoileminen sanoiksi voi olla vaikeaa. Lapsi saattaa myös haluta ainoastaan kuunnella tai kaivata omaa tilaa.

Osoita rakkautta ja ymmärrystä sekä lasta, että itseäsi kohtaan

Lapselle tulee osoittaa, että tapahtuneesta on sallittua puhua, jos hän näyttää kaipaavan sitä. Toimivin käsittelytapa riippuu lapsesta. Joku voi kaivata paljon läheisyyttä ja aikuisen syyliä. Jotkut kiukuttelevat – usein sille vanhemmalle, jonka kanssa asuvat. Joskus aikuisen on nieltävä omat kyynelensä, kun lapsi kohdistaa pettymyksensä saatavana olevaan vanhempaan, vaikka se saattaakin tuntua raskaalta ja epäreilul-

ta. Vaikka viha olisikin lapsen tapa reagoida poikkeukselliseen tilanteeseen, on pitkällä aikavälillä tärkeää asettaa lapsen käytökselle rajat ja auttaa lasta käsittelemään turhautumistaan. Muutoin viha saattaa saada kohtuuttoman vallan ja johtaa ristiriitoihin. Pää tapahtumat sanoiksi, kunnioita lapsen reagoititapaa ja osoita rakkautta ja ymmärrystä, niin lasta kuin itseäsiikin kohtaan.





Vaikeista asioista voi puhua

Vaikeista asioista puhuminen ei ole vaarallista; usein puhumattomuus on nimenomaan huonompi vaihtoehto. Paras tilanne on silloin, kun lapsi kokee, että aikuinen on hänen saatavillaan. Sekään ei ole pahaksi, että lapsi näkee aikuisen joskus surullisena.

Joskus lapsi ei halua puhua, koska hän ei halua tehdä aikuista surulliseksi tai vihaiseksi. Lapset tunnistavat aikuisten tunnetiloja ja reagoivat niihin. Lasta ei voi huijata tyhjillä sanoilla. Huumoria, leikkiä ja hauskoja hetkiä ei pidä unohtaa, mutta ironiaa ja

sarkasmia tulee välttää. Lapsen voi olla vaikea ymmärtää tällaista puhetaapaa, ja se saatetaan tulkita ilkeydeksi. Pyri olemaan kuormittamatta lasta asioilla, joista on parempi keskustella aikuisten kesken.

”Olin 13-vuotias ja vanhempieni psykologi. Sellainen ei käy!”



MITEN LAPSET REAGOIVAT KRIISEIHIN JA TRAUMAATTISIIN TAPAHTUMIIN?

Lapsen tapa reagoida traumaattisiin tapahtumiin on yksilöllinen ja riippuu eri tekijöistä, kuten lapsen persoonasta ja aiemmista kokemuksista. On tavallista ja normaalia, että ihminen reagoi yllättäviin tapahtumiin koko kehollaan.

Lasten tavanomaisia reaktioita ja oireita

Läheisen joutuminen vankilaan voi synnyttää lapsessa suurta surua ja ikävää. Olosuhteista riippuen se voi olla myös helpotus ja lisätä turvallisuudentunnetta. Tavallisia reaktioita ovat viha, pelot ja turvattomuudentunne, häpeä, syyllisyys, hämmennys ja huolestuneisuus, päänsäryt, vatsakivut, kehityksen tilapäinen taantuminen, henkinen yksinäisyys, syömis- ja nukkumisvaikeudet, painajaiset, mielialanvaihtelut ja keskittymisvaikeudet. Moni reaktio voi olla pohjimmiltaan seurausta myös

muista asioista; yksi syy ei välttämättä selitä kaikkea. Toisinaan voi olla vaikea eritellä, mikä kuuluu lapsen luonnolliseen kehitysvaiheeseen ja milloin on syytä hakea apua.



MITEN VOIN AUTTAA LASTANI?

Aikuinen voi auttaa lasta luomalla turvallisuudentunnetta, vakautta, arkirutiineja ja tulevaisuudenuskoa. Lapsen tulee tietää, että kaikki tunteet ovat sallittuja ja että ne muuttuvat ajan myötä. Lasta rauhoittaa, kun hän saa apua tunteidensa ymmärtämiseen ja tietää, että tapahtumiin reagoiminen on normaalia. Joskus tapahtunut on vain hyväksyttävä, mutta samalla tulee ymmärtää, että asiat muuttuvat. Kaikki menee ohi, vaikka juuri nyt tuntuisikin raskaalta ja vaikealta.

Puhukaa asioista kirjan tai elokuvan avulla

Lapsi voi olla huolissaan vankilassa olevasta läheisestään, muista perheenjäsenistä ja omasta itsestään. Keskustele lapsen pettymyksestä ja huolista. Lapsen on tärkeä tietää, ettei hän ole yksin, vaan vastaavassa tilanteessa on paljon muitakin lapsia. Anna lapsen ymmärtää, että tapahtunut ei ole tämän syy, ei suorasti eikä epäsuorasti. Aikuiset ovat itse vastuussa omista teoistaan.

Jos keskustelun aloittaminen tuntuu vaikealta, avuksi voi ottaa kirjan tai elokuvan, jossa toinen perheen vanhemmista on vankilassa. Keskustelkaa sitten aiheesta ja käsitelkää kysymyksiä kuten: Kuinka kirjan tai elokuvan lapsi voi? Millaisia tunteita ja tarpeita hänellä on? Meneekö sinullakin ehkä joskus samalla tavalla? Miltä se sinusta tuntuu? Voiko olla lapsen vika, että aikuinen joutuu vankilaan? Oletko ajatellut, että se on sinun syyksi? Oletko jostakin huolissasi? Mitä haluat, että asialle tehdään?

Askarrelkaa tai laatikaa piirroksatu lapsesta, jonka vanhempi on vankilassa, ja keskustelkaa piirroksesta.



KIRJAVINKKI

Osmo-nalle ja isän erehdys

Pirjo ja Pekka Arvola

Tarina Osmo-nallesta tarjoaa mahdollisuuden pohtia lapsen kanssa elämän arvoja ja inhimillistä erehtyväisyyttä. Kuvakirjan avulla voi käsitellä arkaa aihetta: miksi isä tai äiti joutuu vankilaan ja kuinka perheellä on kuitenkin mahdollista säilyttää toivo tulevasta ja selvittää vähitellen heitä kohdanneesta kriisistä.

Kustannus Oy Pieni Karhu

Kuvitus Johanna Sarajärvi

Näin tuet vankien lapsia? Mitä koulut voivat tehdä?


toimittanut Susanna Särkkä

Vankien lapset eivät ole yhtenäinen joukko, mutta perheenjäsenen vankeusrangaistus vaikuttaa aina lapsen elämään. Opaslehtinen antaa vinkkejä opettajille ja koulun muulle henkilökunnalle, kuinka koulu voi tukea lasta, jonka vanhempi tai läheinen on vankilassa.

Opaslehtinen on jaettu peruskouluihin alkuvuodesta 2017 ja se on luettavissa verkkojulkaisuna suomeksi ja ruotsiksi Portti vapauteen -sivustolta www.porttivapauteen.fi ja Voikukkalasten sivustolta www.voikukkalapset.fi.

Voikukkalapset ry yhteistyössä Kriminaalihuollon tukisäätiön kanssa.





LASTEN TAVANOMAISIA AJATUKSIA JA KYSYMYKSIÄ

Missä sinä olet? Miksi sinun pitää olla siellä? Mitä sinä olet tehnyt?

Miksi teit niin? Onko se minun syyntä?

Millaista on olla vankilassa? Kuinka kauan sinun on oltava siellä?

Mitä siellä syödään? Millaisia vaatteita siellä pidetään?

Missä siellä nukutaan? Mitä siellä tehdään päivisin?

Onko vankilassa vaarallista tai pelottavaa?

Pelkäätkö sinä muita vankeja?

Oletko minulle vihainen? Rakastatko minua, ikävöitkö minua? Ajatteletko minua?

Voinko luottaa siihen, mitä sinä sanot?

Olenko minä ainoa, joka on tällaisessa tilanteessa?

Voinko minäkin joutua vankilaan? Voivatko muut perheenjäseneni joutua vankilaan?

Kuka pitää minusta huolta?

Mitä kaverini ajattelevat perheestäni?



LAPSEN TULEE TIETÄÄ TOTUUS VOIDAKSEEN HYVIN

Aikuisten tapaan myös lapset kaipaavat rehellistä tietoa ja haluavat kuulla, missä puuttuva aikuinen on ja minkä takia. Voidakseen hyvin lapsen on oltava perillä siitä, mitä tapahtuu. Lapsen ei silti tarvitse tietää kaikkia yksityiskohtia. Totuus on syytä sovittaa lapsen ikään ja kehitystasoon. Lähde liikkeelle siitä, ettei koskaan valehtele. Kaikkea ei kuitenkaan tarvitse, eikä välttämättä pidä, kertoa kerralla.

Ota avuksi muut lapsen lähipiiriin aikuiset

Moni vanhempi haluaa olla kertomatta lapselleen totuutta suojellakseen tätä. Jotkut pelkäävät, että lasta aletaan kiusata. Salaaminen voi juontua myös halusta pitää lapsi erillään rikollisesta maailmasta ja perheeseen mahdollisesti suuntautuvista uhkista. On hyvä, jos lapsen elämänpäähän kuuluvat aikuiset voivat pohtia toimintatapoja yhdessä. Myös keskusteleminen ulkopuolisen henkilön, esimerkiksi Kriminaalihuollon tukisäätiön Ehjä perhe-toiminnan työntekijän, kanssa voi auttaa. Joskus tilanne voi olla mutkikas, ja ratkaisujen löytäminen voi tuntua vaikealta, mutta valehtelu ja harhaanjohtaminen ovat pitkällä aikavälillä huonoin vaihtoehto. Muista, että lapset osaavat hakea tietoa omin päin internetistä.



Totuus tulee lapselle usein helpotuksena. ”Luulin, että isä on kuoleman-sairas.”

Hätävalheeseen turvautuminen on ymmärrettävää. Mitä sanoa lapselle, kun hädin tuskin itsekään on selvillä siitä, mitä tapahtuu? Kertomus on kuitenkin syytä oikaista niin pian kuin mahdollista. Jos totuuden kertomista välttelee pitkään, lapsi saattaa huomata, että tarinassa on aukkoja. Samalla lapsi oppii, että tämä on aihe, josta ei pidä puhua ääneen. Toisinaan aikuiset ovat suotta huolissaan ja aliarvioivat lapsen kyvyn käsitellä uusia tilanteita. Usein lapsi on helpottunut kuullessaan totuuden: ”Sitäkö se olikin! Minä luulin, että isällä on uusi perhe ja että hän ei enää halua olla minun kanssani!” ”Minä luulin, että äiti on kaapattu tai kuolemansairas!” ”Kyllähän minä sen tiesin, mutta te ette ole halunneet puhua siitä!”

Valheet voivat pahentaa tilannetta

Lapsi saattaa alkaa kuvitella tilanteen paljon todellista pahemmaksi, jos hän huomaa, että aikuiset ja mahdollisesti myös vanhemmat sisarukset salaavat häneltä jotakin. Silloin lapsi tuntee itsensä hyvin yksinäiseksi, hämmenty-

neeksi ja pelokkaaksi. Lapsi aistii, jos aikuiset eivät halua puhua. Kenelle lapsi voi silloin esittää kysymyksensä? Jos asiasta on kerrottu vain vanhemmille sisaruksille, perhesalaisuuden kantaminen voi käydä heille raskaaksi. On uuvuttavaa joutua valehtelemaan nuoremmille sisaruksilleen ja pelätä paljastavansa totuuden vahingossa.

Rehellisyys luo turvallisuutta

Lapsi huomaa nopeasti, jos kaikki ei ole kohdallaan. Tämä pätee niin vankeusrangaistusten kuin esimerkiksi rangaistuksen jälkeisten karkotusten tapauksessa. Perheen sisäisestä kommunikaatiosta iso osa on sanatonta, ja lapset ovat taitavia aistimaan vallitsevia tunnelmia. Valheet ovat lapselle petos, joka saa kyseenalaistamaan aikuisten luotettavuuden: mikä muu elämässäni on valhetta? Turhat valheet ovat koko perheelle vain yksi stressitekijä lisää. Totuudessa pitäytyminen opettaa lapselle, että elämässä voi pärjätä vastoinkäymisistä huolimatta. Kun valheista luovutaan, koko perhe voi käsitellä surua yhdessä. Lapsi kokee, että hän on osa perhettä ja että häntä kunnioitetaan, mikä lisää luottamuksen ja turvallisuuden tunteita.



”Minulle kerrottiin ensin, että isä on töissä ulkomailla, mutta miksei hän sanonut mitään ennen lähtöään, ja miksi hän haluaisi olla niin kauan erossa lapsistaan? Neuvon vanhempia kertomaan vähän kerrallaan, jos lapsi on vielä pieni. Minulle oli tärkeää kuulla, että isä ei ollut valinnut olla poissa luotani, vaan että hänen oli pakko olla jonkin aikaa vankilassa.”

NÄIN VANKILASSA OLEVA VOI KERTOA LAPSELLEEN

- Tein jotakin mitä ei saisi tehdä, minkä vuoksi minun on oltava vankilassa.
- Olen käyttänyt lääkkeitä/huumeita. Tulin niistä riippuvaiseksi, minkä takia...
- Olen vienyt muita tavaroita/asioita, jotka eivät ole minun.
- Tein toiselle ihmiselle pahasti, minkä takia joudun olemaan täällä pitkään.
- Tein toiselle ihmiselle niin pahasti, että hän kuoli.



VINKKEJÄ LAPSELLE KERTOMISEEN






Lapsen iästä riippumatta asioista tulee kertoa mahdollisimman konkreettisesti ja yksinkertaisesti.

Vaikka lapsi ei vielä ymmärtäisikään kaikkea, aikuisen kannattaa puhua tälle aina totta tilanteesta kertoessaan. Asiasta kannattaa kertoa vähän kerrallaan. Toisinaan saattaa viedä monta vuotta, ennen kuin tapahtuneesta keskustellaan yksityiskohtaisesti. Joskus taas kaikki on pakko kertoa kerralla. Kaikki riippuu tilanteesta sekä lapsen iästä ja kypsyydestä. Kuuntele, mitä lapsi haluaa kysyä, ja vastaa lapsen tasolla. On hyvä, jos lapsi voi

esittää kysymyksiä suoraan tuomitulle vanhemmalleen, sillä usein toisen vanhemman on vaikea hahmottaa koko tilannetta. Tämänkin voi kertoa lapselle. Vanhemmat voivat auttaa toisiaan ja valmistautua asioiden kertomiseen yhdessä, mikäli se on mahdollista. Millainen vastaus halutaan antaa väistämättömiin jatkokysymyksiin: Mitä sinä olet tehnyt? Miksi? Milloin sinä palaat kotiin?



AIKUISELLE MUISTETTAVAKSI

-  Ei ole lapsen kannalta hyväksi, jos aikuinen siirtää syyn itsensä ulkopuolelle eikä ota vastuuta teoistaan.
-  Ei ole aina helppoa näyttäytyä oman lapsen silmissä vanhempana, joka on toiminut väärin, mutta rehellisyys ja vastuun kantaminen omista virheistä lisäävät pitkällä aikavälillä lapsen kunnioitusta vanhempaansa kohtaan.
-  Jos aikuinen sanoo tehneensä rikoksen, jotta lapsella ja perheellä menisi taloudellisesti paremmin, lapsi saattaa alkaa potea syyllisyyttä. ”Se on minun vikani, hän teki sen minun takiani...”
-  Jos aikuinen sanoo, että kirjanpitoon lipsahti vahingossa vääränlaiset luvut, lapsi saattaa huolestua omasta koulunkäynnistään. ”Entä jos minäkin lasken vahingossa matematiikantehtävän väärin...”
-  Jos aikuinen sanoo, että hänet on tuomittu väärin perustein, lapsen turvatomuudentunne kasvaa. Lapsi voi alkaa pelätä, että jos yhteiskunta toimii niin, että kuka tahansa voi joutua vankilaan milloin tahansa, toinenkin vanhempi voi kadota tai hän voi itse joutua vankilaan.

Joskus kokonaistilanne on hyvin monimutkainen, ja syyt tuomioon voivat tuntua epäselviltä ja hankalilta. Lapselle voi silti olla parhaaksi tietää, että aikuinen on vankilassa tietystä syyistä ja että tämä selviää tuomiostaan

ilman, että lapsen tarvitsee surra ja olla huolissaan. Silloin lapsi jaksaa paremmin tehdä sitä mitä lapsen kuuluukin: olla huoleton, leikkiä, olla kavereiden kanssa ja oppia uusia asioita koulussa.



LAPSELLA ON OIKEUS KUMPAANKIN VANHEMPAANSA

Lapsen oikeuksien ja lastensuojelulain mukaan lapsella on oikeus suhteeseen molempien vanhempiensa kanssa – jos suhde on lapsen parhaaksi. Kyse on siis lapsen oikeudesta vanhempiinsa, ei päinvastoin.

Tutkimus- ja kokemusperäinen tieto osoittaa, että hyvä suhde vankilassa olevaan vanhempaan on lapselle hyväksi. Lapsi voi hyvin, kun hän on tilanteen tasalla ja tietää, että toinenkin vanhempi on välimatkasta huolimatta mukana hänen elämässään. Ei pidä silti unohtaa, että lapsen ei ole pakko tavata vanhempansa, jos hän ei sitä tahdo. Lapsella on oikeus ilmaista mielipiteensä, ja hänen toiveitaan on kunnioitettava. Se, mikä on parhaaksi lapselle, ei ole aina yksiselitteinen asia, eikä yhteydenpito aina ole lapsen kannalta hyvä asia. Toisinaan on tehtävä vaikeita päätöksiä ja ajateltava pitkän aikavälin vaikutuksia.

Hyvä suhde lapsen ja vankilassa olevan aikuisen välillä tarkoittaa, että suhde tukee lapsen hyvinvointia: yhteydenpidon on oltava lapselle hyväksi. Joskus kotona olevan vanhemman on parempi kuunnella lapsen toiveita ja pohtia, mikä on lopulta lapsen par-

haaksi, vaikka aikuinen itse ei haluaisikaan pitää yhteyttä vankilassa olevaan. Aikuisten keskinäiset ristiriidat on syytä pitää erillään lapsen oikeudesta ja tarpeesta molempiin vanhempiinsa. Jos kotona oleva vanhempi ei halua tai voi vierailta vankilassa, joku muu voi lähteä lapsen mukaan. On tärkeää, että lapsella on saattajan seurassa turvallinen olo ja että saattaja osaa olla lapsen tukena sekä ennen että jälkeen vierailun.

Lapsi ei ole velvollinen pitämään yhteyttä tai vierailemaan vankilassa

Lapsella ei ole velvollisuutta pitää yhteyttä tai vierailta vankilassa. Erityisesti tietyssä iässä oma vapaa-aika ja kavereiden tapaaminen voi tuntua tärkeämmältä, ja lapsi voi kokea soitteluun ja kirjeet riittäväksi yhteydenpidoksi. Lapsen on saatava ajatella, ettei hänen tarvitse potea valinnastaan syyllisyyttä. Ihmisellä on oikeus sanoa ei, ja päätös-





tä voi aina muuttaa. Joissakin tapauksissa myös Rikosseuraamuslaitos voi kieltää tapaamiset.

Lue lisää lapsen oikeuksien sopimuksesta: www.lapsiasia.fi

Jotkut lapset näyttävät suuttumuksensa ja pettymyksensä ottamalla etäisyyttä. Halu hyvään suhteeseen on suuri, mutta samalla lapsella on suuri tarve näyttää omat tunteensa. Etäisyyden ottaminen voi olla myös tapa pyytää apua ja ymmärrystä: ”Hän ei ole edes pyytänyt anteeksi!” Toiset lapset ilmaisevat selkeästi haluttomuutensa vierailta vankilassa, vaikka ikävä olisi kova. ”Olen sanonut isälle, etten aio tulla katsomaan häntä, jos hän joutuu taas vankilaan. Nyt kävi niin, vaikka hän tiesi kantani. Voimme olla yhteydessä taas sitten, kun hän pääsee pois.”

Jokainen tilanne on omanlaisensa ja jokainen lapsi on omanlaisensa. Mikä on parhaaksi sinun lapsellesi?

Jos lapsi on suorasti tai epäsuorasti rikoksen uhri, mutta halukas silti tapaamaan vanhempansa, voi joissakin tapauksissa olla hyvä järjestää ainakin yksi tapaaminen, jotta asia tulee kohdatuksi ja lapsen kuva aikuisesta saadaan korjattua oikeaksi. Tämä voi lievittää lapsen syyllisydentunteita (”Tämä on minun syytäni, hän joutui

vankilaan minun takiani”) ja huolta (”Oletko minulle vihainen?”). Mieltä painava huoli ja syyllisyys vievät voimia ja voivat aiheuttaa keskittymisvaikeuksia, vihaa ja apeutta.

Tapaaminen voi olla järkeen myös, jos lapsen viimeiseen muistikuvaan vanhemmasta liittyy traumaattisia tapahtumia, esimerkiksi jos lapsi on nähnyt aikuisen pidätyksen tai aikuiseen kohdistuvaa väkivaltaa. Jokainen tilanne on yksilöllinen, ja jokaisessa tapauksessa on ajateltava juuri kyseessä olevan lapsen parasta.

Turvalliset, yhteistyötä tekevät aikuiset

Yksi lapsen hyvinvoinnin kannalta keskeisimmistä tekijöistä ovat turvalliset aikuiset, jotka toimivat yhteistyössä lapsen parhaaksi. Lapsi on täysin riippuvainen aikuisten tuesta, ja tuen puuttuminen heikentää lapsen hyvinvointia. Tästä syystä aikuisten on löydettävä keino kääntää tilanne parhain päin.

Luo rutineja mutta tunnista lapsen tarpeet

Rutiinit ovat lapselle tärkeitä. Niiden avulla arki lähtee käyntiin myös järkyttävän tapahtuman jälkeen. Pyri kuitenkin kuulostelemaan lapsen tarpeita. Joskus lapsen on saatava olla

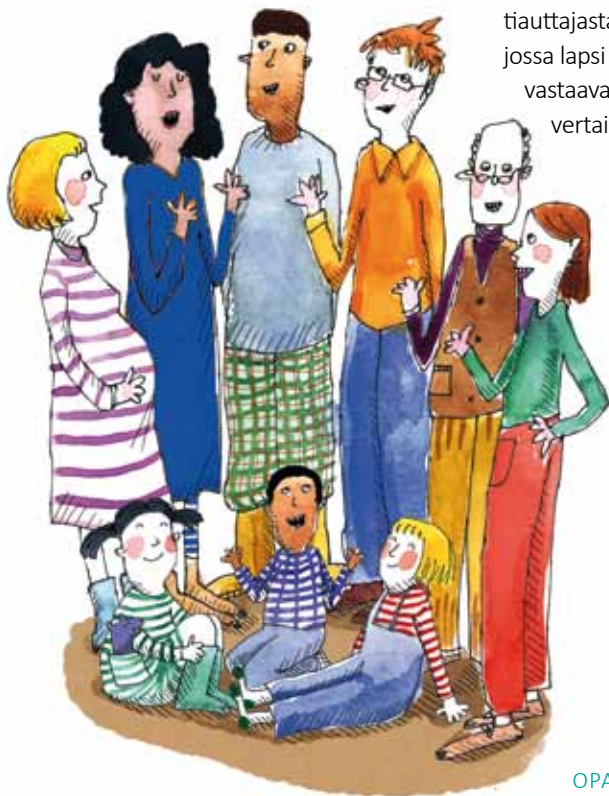


kotona ja levätä. Joskus lapsi tarvitsee kouluympäristöä ja kavereitaan irrottautukseen mieltä askarruttavista ajatuksista.

Lapsen kannalta ihanteellista on, kun kaikki häntä ympäröivät aikuiset toimivat yhdessä ja muodostavat hänen ympärilleen turvallisen verkoston. Lapset ovat lojaaleja kumpaakin vanhempaansa kohtaan, ja jos vanhemmat puhuvat toisistaan pahaa, lapsi ajautuu ristiriitaan ja jää asian kanssa yksin.

Auta lasta pukemaan tunteensa sanoiksi

Lapsi saattaa tarvita apua tunteiden sanoittamiseen. Hän voi kaivata tietoa ymmärtääkseen tapahtunutta ja toisaalta apua toimivien ihmissuhteiden muodostamiseen esimerkiksi koulussa. Kaikki lapset eivät kaipaa perheen ja oman tukiverkon ulkopuolista apua, mutta jos sellaista tarvitaan, aikuisten on autettava avun hakemisessa. Voi olla helpottavaa puhua täysin ulkopuolisen henkilön kanssa. Apu voi löytyä ammattiauttajasta tai vaikkapa tukiryhmästä, jossa lapsi pääsee tapaamaan muita vastaavassa tilanteessa olevia ja saa vertaistukea.



KOULU JA YSTÄVÄT

Koululla on keskeinen rooli lapsen elämässä. On toivottavaa, että perhe kokee voivansa luottaa lapsen opettajaan. Opettajan on hyvä tietää perheen tilanteesta.

Kun opettaja on selvillä lapsen kodin tilanteesta, lapsen on helpompi ja turvallisempi olla. Opettaja ymmärtää lasta paremmin, ja mahdollisesta lisätuen tarpeesta voidaan keskustella avoimesti. Jotkut lapset kaipaavat tukea ja toiset taas haluavat elämän jatkuvan entiseen tapaan.

”Opettajani on kiltti, mutta kun hän kuuli tilanteestamme, hän sanoi usein, ettei minun tarvitse tehdä tehtäviä, jos en jaksa. Se oli raskasta, minähän halusin olla niin kuin kaikki muutkin.”



”Luokkatoverini olivat todella uteliaita ja halusivat kuulla kaiken. Silloin käsinkin heitä kirjoittamaan isälleni. Minä en ole tehnyt mitään, eikä minulla ole vastauksia kaikkiin kysymyksiin.”

Auta lastasi ehkäisemään ja kohtaamaan muiden reaktioita

Yksi lapsi haluaa kertoa tilanteesta koko luokalleen, toinen uskoutuu vain muutamalle harvalle ystävälle. Keskustele lapsesi kanssa siitä, miten hänen kannattaa toimia ja miten hän voisi kertoa asiasta kavereilleen. Vanhemmat saattavat pelätä, että kertominen johtaa kiusaamiseen ja juorujen leviämiseen. Pienellä paikkakunnalla tilanteen salaaminen voi olla mahdotonta. Yleensä lapset raportoivat, että kavereille kertominen on sujunut hyvin, vaikka toisinaan ilkeitäkin kommentteja kuulee. Yllättäviä ja ikäviä tilanteita voi ehkäistä pohtimalla, miten kavereiden reaktiot kannattaa ottaa vastaan. Mitä lapsesi haluaa vastata kavereidensa kysymyksiin?



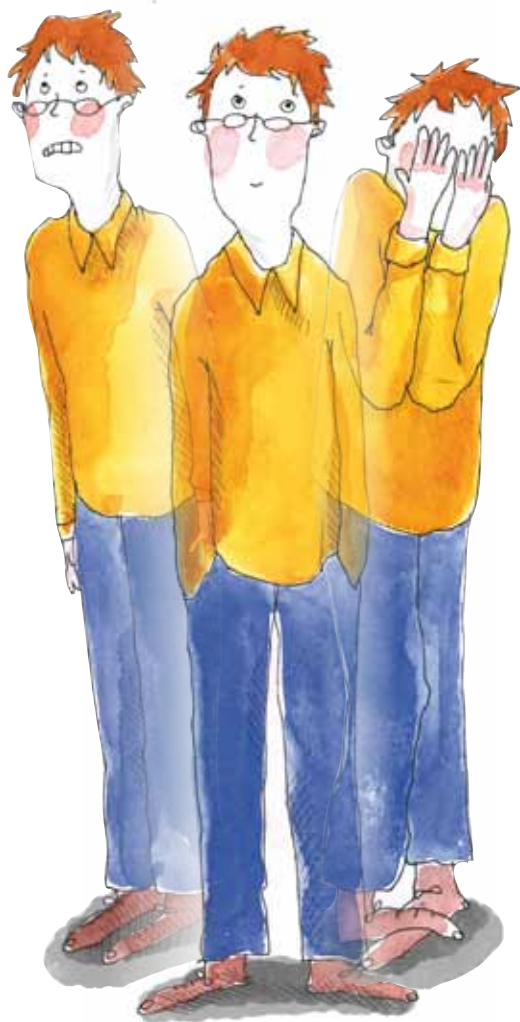
LAPSEN ON SAATAVA...

- APUA KAVEREIDEN JA KOULUTOVEREIDEN KOHTAAMISEEN.
- TIETÄÄ, ETTÄ VASTAAVASSA TILANTEESSA ON MONI MUUKIN LAPSI. HALUAISIKO LAPSESI EHKÄ TAVATA HEITÄ?
- NÄHDÄ, ETTÄ AIKUISET TULEVAT TOIMEEN SEKÄ PYSTYVÄT KÄSITTELEMÄÄN TILANNETTA JA HUOLEHTIMAAN LAPSESTA.
- KYSELLÄ JA NÄYTTÄÄ VIHANSA, PETTYMYKSENSÄ, IKÄVÄNSÄ JA RAKKAUTENSA.



- 👉 KUULLA, MILLAISTA VANKILASSA ON JA MITEN VANKILASSA VIERAILLAAN.
- 👉 TIETÄÄ, MISSÄ PUUTTUVA VANHEMPI ON JA ETTÄ TÄMÄ VOI HYVIN.
- 👉 TIETOA JA TUKEA TILANTEEN KÄSITTELEMISEEN.
- 👉 OLLA POTEVATTA SYLLISYYTTÄ, VAIKKA HÄN EI VIERAILISIKAAN VANKILASSA.
- 👉 PITÄÄ HAUSKAA JA TEHDÄ MUKAVIA ASIOITA.





PIDÄ HUOLTA ITSESTÄSI

Mitä tapahtuu aikuiselle, kun hänen läheisensä vangitaan ja tuomitaan rikoksesta? Moni kokee saavansa riittämätöntä tukea, vaikka tapahtuma on äkillinen ja järkyttävä. Tässä luvussa kerrotaan, millaisia tunteita aikuinen voi kokea ja mitä hän voi tehdä tilanteen ymmärtämiseksi ja helpottamiseksi.

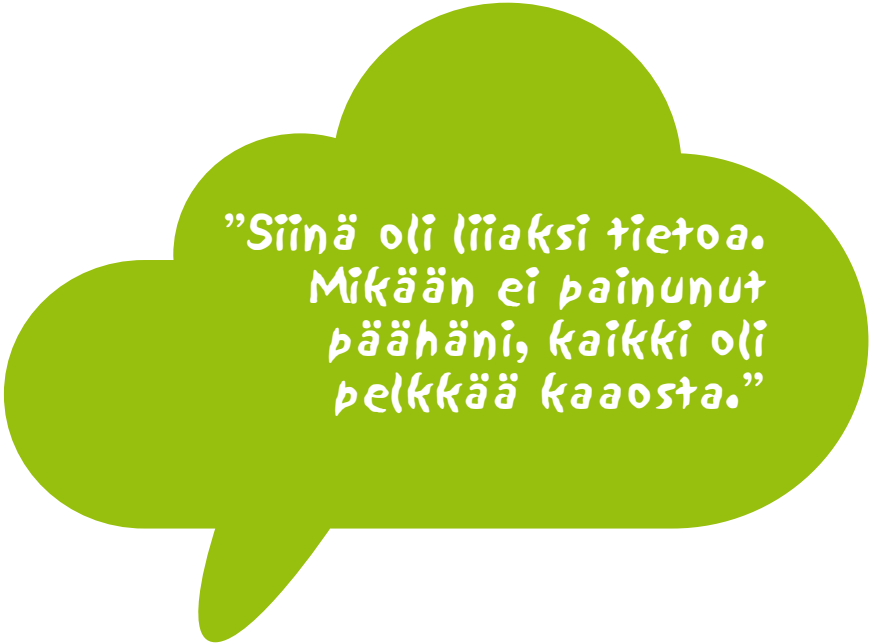
Joskus vangitseminen voi tapahtua yllättäen ja kääntää tutun elämän pälaelleen. Shokki on verrattavissa vakavan onnettomuuden jälkeiseen tilaan, jolloin uhri saa normaalitilanteessa apua ja tukea ympärillään olevilta. Omaisen vankeuden tapauksessa tilanne voi olla juuri päinvastainen. Epätietoisuuden ja joskus jopa häpeän vuoksi aikuisen voi olla vaikea päättää, kenen puoleen kääntyä ja kenelle puhua. Tarjolla olevan tuen luonne riippuu siitä, onko aikuinen itse rikoksen uhri, onko hän elänyt yhdessä rikoksen tehneen

kanssa ja millainen hänen perheensä tukiverkko on. Aikuisille rikosentekijän läheisille suunnattu tuki on vähäistä.

Epätodellinen ajanjakso

Rikosentekijän omainen joutuu usein monimutkaiseen tilanteeseen, jonka kuvaileminen ulkopuoliselle voi olla vaikeaa. Samalla arjen on jatkuttava. Moni kuvailee alkuaikaa epätodelliseksi vaiheeksi, jossa ihminen käy kuin auto-maattiohjauksella ilman aikaa ja voimia pysähtyä huolehtimaan itsestään.





*”Siinä oli liiaksi tietoa.
Mikään ei painunut
päähäni, kaikki oli
pelkkää kaaosta.”*

IHMISET REAGOIVAT ERI TAVOIN, MUTTA USEIMMAT KAIPAAVAT TUKEA

Läheisen vankeudella on usein sosiaalisia, taloudellisia ja tunne-elämään liittyviä seurauksia. Se vaikuttaa arkeen, elämänlaatuun ja terveyteen ja kuormittaa läheisiä ihmissuhteita.

Turvattoman ja epävakaa ajan jälkeinen vankeusrangaistus voi olla helpotus. Vangitseminen voi tulla myös yllätyksenä ja laukaista akuutin kriisireaktion. Asianomaiset kertovat usein alkuvaiheen shokista; unettomista öistä, ahdistuksesta ja paniikista, epätodellisuuden tunteista, surusta ja yksinäisyydestä sekä syvästä huolesta lapsista ja tulevaisuudesta. Voimattomuuden tunne uudessa elämäntilanteessa voi vaikeuttaa oloa entisestään. Moni hakee tietoa verkosta sitä kuitenkaan



löytämättä. Joku soittelee ystäville tai sukulaisille, mutta kaikki eivät halua. Ajatusten ja tunteiden pitäminen omalla tietona on raskasta. Uupumuksesta huolimatta aikuisen on hallittava monia käytännön asioita, jotka saattavat olla entuudestaan vieraita, esimerkiksi perheen taloudesta huolehtiminen tai vankilassa olevan läheisen asioiden hoitaminen. Yhteydenpito vankilaan voi olla vaikeaa, eikä henkilökuntaakaan voi salassapitovelvollisuuden ja viranomaissääntöjen vuoksi auttaa.

Kriisivaiheiden tunnistaminen voi auttaa käsittelemään tilannetta

Kriisien ja surun yhteydessä puhutaan kriisivaiheista, jotka kukin käy läpi omassa tahdissaan. Vaiheet ovat **shokkivaihe, reaktiovaihe, käsittelyvaihe** ja **uudelleen suuntautumisen**

vaihe. Vaiheiden tunteminen voi auttaa, jos on huolissaan omasta hyvinvoinnistaan. Esimerkiksi shokkivaiheessa tiedon vastaanottaminen on vaikeaa. Tällöin on tärkeintä huolehtia omista perustarpeista, kuten levosta ja syömisestä. Lisää kriiseistä ja surusta voi lukea esimerkiksi Suomen Mielenterveysseuran sivuilta **www.mielenterveysseura.fi**

Itsestä huolehtiminen on tärkeää myös lapsen hyvinvoinnin kannalta. Pitkäkestoinen negatiivinen stressi voi aiheuttaa terveysongelmia, loppuun palamista ja masennusta. Riskinä on pahan kierre, jota leimaa jatkuva huono omatunto siitä, ettei jaksa olla hyvä vanhempi.

”Minun olisi pitänyt mennä lääkäriin, mutta ajattelin, että oloni kyllä helpottuisi. Minulla ei ollut varaa sairastua! Sitten paloin loppuun, ja sairauslomani venyi pitkäksi.”



JOITAKIN NEUVOJA JA VINKKEJÄ OMAAN HYVINVOINTIIN



”Parasta apua on ollut keskustella tilannettani ymmärtävien ihmisten kanssa.”

 **Älä jää ajatusten ja tunteiden kanssa yksin.**

Keskustele toisen aikuisen kanssa, joka kuuntelee ja ymmärtää tilannettasi. Puhuminen on monen mielestä parasta apua. Keskustelukumppani voi olla tuttu ihminen tai henkilö, jonka työ on auttaa raskaassa elämäntilanteessa olevia ihmisiä. Voit ottaa yhteyttä esimerkiksi Kriminaalihuollon tukisäätiöön tai johonkin muuhun järjestöön, terveyskeskukseen, perhekeskukseen tai seurakuntaan. Auttaviin puhelimiin voi soittaa nimettömänä. Katso linkit ja vinkit sivulta 48.

 **Uskalla pyytää apua.**

Aina ympärillä olevat ihmiset eivät ymmärrä toisen avuntarvetta. Yritä saada apua käytännön asioihin. Voitko kääntyä sukulaisten, naapurin, ystävän tai työkaverin puoleen? Tee lista asioista, joihin toivoisit saavasi apua.



Mihin
tarvitsen
apua?

Mihin en voi
vaikuttaa?

Kirjoita ajatuksia ja tunteitasi ylös.

☁ Pidä päiväkirjaa, laadi runoja tai kirjoita vihaisia kirjeitä, joita et aiokaan lähettää. Miellekarttojen laatiminen voi keventää pään sisäistä kuormaa ja auttaa havaitsemaan, jos kuormitus alkaa käydä kohtuuttomaksi.

☁ **Löydä oma tapasi käsitellä tunteita.**

Lajitele huolesi. Mihin voit vaikuttaa? Mille et voi mitään? Mitkä asiat on vain hyväksyttävä ja yritettävä jättää sikseen? Yritä karsia turhat energiasyöpöt.

☁ **Muista pitää huolta itsestäsi.**

Tee itsellesi mieluisia asioita, joista saat energiaa, jotka rauhoittavat ja jotka saavat sinut voimaan hyvin. Ehkä se on jokin vanha harrastus, joka on painunut unohduksiin? Pidä huoli siitä, että saat omaa aikaa ja ehdit nauttia siitä, mikä on elämässäsi hyvin.

Haluan
tehdä mukavia
ja mielekkäitä
asioita?

Tarvitsenko
omaa aikaa?

Mihin voin
vaikuttaa?



"Aloin opiskella haluamaani ammattiin. Kriisin jälkeen sain uutta voimaa ja päätin alkaa ohjata elämäni kohti omia unelmiani."

Moni, jota omaisen vankeusrangaistus on koskettanut läheisesti, on kertonut vaikean ajan johtaneen uusiin näkökulmiin elämässä. Kuormittavat tilanteet, joihin ihminen on tahtomattaan joutunut, ovat ajan myötä johtaneet positiivisiin elämäntuutoksiin. On hyvä oivaltaa, että negatiivisista tapahtumista voi seurata jotain hyvääkin.



MEDIA, LEHDET, SOSIAALINEN MEDIA

Mieti, miten haluat toimia läheistäsi ja tapahtunutta rikosta koskevan mahdollisen mediakirjoittelun kanssa. Joskus kirjoittelu koskee myös rikoksentehtäjän perhettä.

Mediakirjoittelun seuraaminen voi olla ikävää ja raskasta, mutta samalla sitä on vaikea sulkea pois. Lehdet perustelevat kirjoitteluaan esittämällä, että yleisön tarpeet menevät omaisten

edelle. Sosiaalisessa mediassa kirjoittelulla ei aina tunnu olevan rajoja. Omaisen ei kuitenkaan kannata lähteä keskustelupalstoille korjailemaan virheellisiä käsityksiä. Jos lehtikirjoittelun kokee asiattomaksi, asiasta voi tehdä ilmoituksen Julkisen sanan neuvostoon. Lisätietoja www.jsn.fi

Käyttävätkö lapsesi internetiä?

Jos lapset käyttävät internetiä, heidän kanssaan on hyvä keskustella verkossa toimivista foorumeista. Lapset eivät osaa olla lähdekriittisiä eivätkä erota, mikä on faktaa ja mikä keksittyä. Lapsi saattaa pitää kaikkea keskustelupalstoilla esiintyvää kirjoittelua oikeellisenä ja luulla, että kaikki kirjoittelu on toimittajien käsialaa.

”Onko kaikki netissä kirjoitettu totta?”



”Joskus saatoin sanoa, että hän on juuri nyt hiukan kiinni muissa asioissa. Silloin en valehdellut, mutta en joutunut kertomaan koko totuuttakaan.”

TAPAHTUNUT VAIKUTTAA IHMISSUHTEISIIN

Miten käy parisuhteen? Miten suku, ystävät, naapurit ja työkaverit reagoivat?

Voi olla raskasta olla se, jonka täytyy kertoa tapahtuneesta lähipiirille. Kysymykseen vastaileminen voi olla vaikeaa. Toisinaan eteen voi tulla hankalia tilanteita, joissa joutuu puolustamaan itseään teoista, joista ei ole vastuussa. Toiset haluavat säilyttää työpaikan neutraalina vyöhykkeenä voidakseen toimia normaalisti ja keskittyä työrooliinsa. Salaisuuden kantaminen on kuitenkin raskasta ja voi johtaa siihen, että ihminen alkaa vetäytyä sosiaalisista kontakteista ja eristäytyy muista. Omien ajatusten ja tunteiden kanssa ei pitäisi jättäytyä yksin. Mahdollisuus puhua tilanteesta parantaa useimpien rikoksenteijän läheisten oloa.



Niin lähipiiri kuin viranomaisetkin saattavat kyseenalaistaa parisuhteen. Suhteen tilannetta on vaikea selvittää, jos siitä ei pääse puhumaan rauhassa. Osa ihmisestä haluaa ehkä näyttää ulospäin lojaalilta kumppaniaan kohtaan samalla kun sisällä velloo suuttumus, suru ja pettymys tätä kohtaan. Joskus tuntemuksiin saattaa liittyä myös pelko omasta ja lasten turvallisuudesta sekä huoli tulevaisuudesta.

Jos ilmoituksen omasta kumppanista on tehnyt itse esimerkiksi väkivaltaisuuden vuoksi, saattaa

helposti potea syyllisyyttä, että on ollut vaikuttamassa lapsen toisen vanhemman tuomitsemisessa vankilaan. Asiaa kannattaa ajatella toiselta kantilta. Tilanteeseen puuttuva vanhempi on vahva esikuva lapselleen. Omien tunteiden selvittäminen ja käytännön asioiden hoitaminen ovat aikaa vievä prosessi. Ulkopuolisten teot ja sanat voivat nopeuttaa prosessia, mutta usein ne aiheuttavat vain ylimääräistä stressiä. Ulkopuolisen kannattaa aina ensin kysyä, kaipaako asianosainen muiden neuvoja.



”Kun joskus riitelemme, saatan sanoa, ettei hän ymmärrä, mitä minä joudun käymään läpi. Silloin hän saattaa sanoa saman minulle.”

Mitä parisuhteelle tapahtuu?

On tärkeää, että kumppania pyrkii tapaamaan myös ilman lapsia. Aikuisien kahdenkeskinen aika, ongelmien selvittäminen ja parisuhteen hoitaminen ovat hyväksi myös lapsille. Tilanne on hyvin epätasapainoinen, kun kaikki vastuu perheen elämästä siirtyy yhtäkkiä kokonaan toiselle vanhemmalle. Se voi aiheuttaa kotona olevassa vanhemmassa ärtymistä – ja syyllisyyttä toisessa vanhemmassa, joka ei pysty auttamaan. Kuinka lisätä keskinäistä ymmärrystä ja välttää jatkuva riitely? Joskus auttaa, kun puoliset vain kuuntelevat toisiaan ja tukevat toisiaan riippumatta siitä, miten asian itse näkee tai kokee.

Vapautuminen lähestyy, kuinka käy tulevaisuuden?

Kun vankeusrangaistus lähenee loppuaan, monia uusia ajatuksia ja tunteita nousee pintaan. Vaikka hetkeä olisi ehkä odottanut jo pitkään, on

siihen järkevää alkaa valmistautua itse ja koko perheen voimin hyvissä ajoin riippumatta siitä, asuuko perhe jatkossa yhdessä vai erillään. Jos vankeusrangaistusta edeltäneeseen aikaan on liittynyt pettämistä, parisuhdeongelmia, talousrikoksia, seksuaalirikoksia, väkivaltaa tai päihteiden väärinkäyttöä, on huoli tulevaisuudesta usein entistä suurempi; kuinka tästä edetään? Asioista kannattaa keskustella niin lasten kanssa kuin aikuisten kesken. Ulkopuolinen keskustelunvetäjä voi helpottaa vaikeiden keskustelujen käymistä.

Joissakin tapauksissa tuomioon sisältyy ulkomaalaisen maastakarkoitus, ja lapset saattavat jäädä ilman karkotettavaa vanhempaansa. Lapsen on ikänsä ja kypsyytensä mukaan hyvä saada tietää jo varhain, kuinka asiassa menetellään. Näin koko perhe voi valmistautua uuteen elämäntilanteeseen yhdessä ja suunnitella, millaisena yhteydenpito tulee jatkumaan.



VINKKEJÄ, MISTÄ VOI KESKUSTELLA

- Odotukset. Millaista toivotte tulevaisuuden olevan?
- Huolet, pelot. Pukekaa ajatuksenne ja tuntemuksenne sanoiksi.
- Epäoikeudenmukaisuudet ja anteeksiantaminen. Onko joku tuntenut itsensä petetyksi, kuinka siitä päästään yli?
- Onko jollakulla vaatimuksia, tarvitaanko kompromisseja? Vallitseeko perheessä luottamus?
- Keskustelkaa perheen säännöistä. Kuka jatkossa päättää ja mistä?
- Mihin tarvitsette apua? Mistä saatte apua/tukea?

On tärkeää, että kaikki perheenjäsenet kuuntelevat toisiaan. Vankilasta vapautuva voi tarvita paljon aikaa toimimiseen. Ympäristöön sopeutuminen ja uusien rutiinien oppiminen voi olla uuvuttavaa ja aiheuttaa levottomuutta. Muuttuneeseen elämänrytmiin tottuminen voi viedä aikaa. Kummankin puolison on syytä pitää vaatimuksensa kohtuullisina ja antaa toiselle riittävästi aikaa uuteen tilanteeseen sopeutumiseen. Joskus lapsille ja kumppanille tulee luvanneeksi paljon: matkoja, muutoksia, kokonaan uuden elämän. Arki saattaa kuitenkin osoittautua toisenlaiseksi kuin on kuvitellut.

Lasten vinkit: ”Parasta on lojua sohvalla, jutella ja ehkä pelata jotain peliä.” Toivolla, tahdolla ja rakkaudella pääsee jo pitkälle!





NEUVOJA JA LINKKEJÄ

Kriminaalihuollon tukisäätiön **Ehjä perhe** -toiminta antaa konsulttiapua ammattilaisille sekä tarjoaa Helsingissä vertaistukiryhmiä lapsille ja nuorille, joiden vanhempi tai muu läheinen suorittaa rikosseuraamusta. Ehjä perhe järjestää myös perheleirejä. Nuori ja hänen vanhempansa voivat saada apua Ehjä perhe -työntekijöiltä ottamalla yhteyttä puhelimitse, kirjeitse, sähköpostitse tai Facebookin kautta. www.krits.fi/ehjaperhe

Kriminaalihuollon tukisäätiön auttava verkkopalvelu **Portti vapauteen** sisältää muun tiedon lisäksi sivut lapsille. www.porttivapauteen.fi

Vankien Omaisat VAO ry:n tukipuhelin 050 3400 373
Puhelimessa vastaa ihminen, joka on itse kokenut läheisen vankeusrangaistuksen. Yhdistyksen internetsivuilla voi ladata Päivä kerrallaan -oppaan. Opas on koottu antamaan tietoa rangaistuksista ja saatavilla olevasta tuesta. www.vankienomaiset.fi

Voikukkalapset ry tukee lapsia ja nuoria, jotka elävät vaikeassa elämäntilanteessa. Tärkein tuettavien ryhmä ovat vankeusrangaistusta suorittavien lapset. www.voikukkalapset.fi

Helsingin ev.lut. seurakuntien erityisnuorisotyö **Snellu** tarjoaa tukea helsin-

kiläisille lapsille ja nuorille sekä heidän perheilleen läheisen vankeuden aikana ja sen jälkeen. www.snellu.info

Tampereen seurakuntayhtymän **Tarinoiden maa** -vertaistukitoiminta lapsille, joiden vanhempi tai muu läheinen suorittaa rikosseuraamusta. www.tampereenseurakunnat.fi

Rikosseuraamuslaitos.
www.rikosseuraamus.fi

Oikeusasiamies valvoo, että lapsia kohdellaan oikein ja että heidän oikeutensa toteutuvat. Lapsia ovat kaikki alle 18-vuotiaat. Valvonnan kohteita ovat laitokset, virkamiehet sekä yksityiset yritykset, joista kunta tai valtio ostaa palveluja. Lapsille on omat sivut: www.oikeusasiamies.fi/lapset

Lastensuojelun käsikirja: Vanhemman vankeusrangaistus. THL sähköiset käsikirjat.
www.thl.fi/julkaisut/sahkoiset-kasikirjat

Valtakunnallinen kriisipuhelin
010 195202
arkisin klo 9-07 ja viikonloppuisin ja juhlapäyhinä klo 15-07.

Nollalinja – Tukipuhelin väkivaltaa tai sen uhkaa kokeneille naisille sekä heidän läheisilleen 080-005 005.





On vaativa tehtävä yrittää olla huolehtiva vanhempi ja vastata lasten kysymyksiin, jotka liittyvät läheisen rikokseen, pidätykseen ja tuomioon. Kirjanen antaa tukea ja käytännön neuvoja ja vinkkejä, miten tilanteista voi selviytyä.

Opas kertoo rikosprosessin vaiheet, apua tarjoavat tahot ja korostaa myös vanhemman huolenpitoa omasta jaksamisestaan.

Alkuperäinen teksti on ruotsalaisen Bufff-järjestön, joka auttaa vankien lapsia ja nuoria Ruotsissa. Vaikeasta aiheesta huolimatta teksti huokuu lämpöä ja luottamusta. Sisältö perustuu järjestön pitkään kokemukseen ja aitoihin tarinoihin.

Suomenkielisen version on tuottanut Kriminaalihuollon tukisäätiön Ehjä perhe -toiminta, joka tukee vankien perheitä Suomessa ja tekee yhteistä kehittämistyötä Bufff-järjestön kanssa.

Kriminaalihuollon tukisäätiön
Ehjä perhe -toiminta
Kinaporinkatu 2 D
00500 Helsinki
www.krit.fi/ehjaperhe

 **KRITS**
KRIMINAALIHUOLLON TUKISÄÄTIÖ