

Ole
hyvä.
Ole
ystävä.

Käsikirja Nuori nuorelle -ystävätoimintaan

Sisältö

1. NUORTEN YKSINÄISYYS	3
2. NUORI NUORELLE -YSTÄVÄTOIMINTA	4
Nuori nuorelle -toiminnan vapaaehtoiset ja ystävääsiakkaat	4
2.1 Yhdenvertaisuus, vaitiolovelvollisuus ja vapaaehtoisten rikostaustan selvittäminen	5
2.2 Toimintamuodot	6
2.3 Yhteistyökumppanit	9
2.4 Toiminnan rahoittaminen	10
3. MITEN KÄYNNISTÄN NUORI NUORELLE -TOIMINNAN	11
4. TOIMINNAN VASTUUHENKILÖT JA TEHTÄVÄALUEET	13
5. NUORI NUORELLE -YSTÄVÄTOIMINNAN SEURANTA JA TILASTOINTI	17
6. ONGELMATILANTEET JA TUKI	18

Käsikirja Nuori nuorelle -ystävätöimintaan

Teksti Varpu Vuorenrinne
Ulkoasu Henna Eskelinen

© Suomen Punainen Risti 2015

Käsikirja Nuori nuorelle -ystävätöimintaan on syntynyt osana Yhteisvastuu nuoresta -hanketta, joka rahoitetaan Yhteisvastuukeräyksen tuotolla.

1. Nuorten yksinäisyys

KAVEREIDEN merkitys nuorelle on suuri, sillä ystävien kautta nuori peilaa omaa kasvuaan ja itsenäistymistään, mutta kehittää myös omaa itsetuntoaan. Ystävösuhteiden kautta nuoret harjoittelevat sosiaalisia taitoja, joita tarvitaan myöhemmässä elämässä ihmissuhteissa ja esimerkiksi työelämässä.

YKSINÄISYYTTÄ ei pidä sekoittaa yksinoloon, jota jokainen meistä tarvitsee silloin tällöin. Yksinäisyydellä tarkoitetaan tunnetta siitä, että ei pystytä jakamaan kenenkään kanssa omia henkilökohtaisia tai edes arkipäiväisiä asioita. Yksinäisyyteen liittyy kokemus ulkopuolisuudesta ja siitä, että ei kuulu joukkoon.

NOIN kymmenen prosenttia nuorista kokee emotionaalista yksinäisyyttä vuodesta ja tilanteesta toiseen. Emotionaalisesti yksinäisellä ei ole yhtään läheistä kaveria, jonka kanssa jakaa itselleen tärkeitä asioita. Vuoden 2013 Kouluterveyskyselyn mukaan 8 prosenttia peruskoulun 8. ja 9. luokkalaisista kokee emotionaalista yksinäisyyttä. Lukion ja ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista 7 prosenttia on läheistä ystävää vailla. Pojat kärsivät emotionaalisesta yksinäisyydestä tyttöjä enemmän kaikilla luokkaasteilla.

NUORTEN yksinäisyyteen on monenlaisia syitä. Yksinäisyys voi joskus liittyä ujouteen, sosiaaliseen ahdistuneisuuteen tai esimerkiksi elämäntilanteen muutokseen. Sosiaalisten verkostojen supistuminen uudelle paikkakunnalle muuttaessa on tyyppillinen tilanne, jossa nuori voi kokea yksinäisyyttä. Liikuntarajoitteet tai esimerkiksi mielenterveysongelmat saattavat eristää muista nuorista. Nuorten maailmassa yksinäisyys liittyy vahvasti myös kiusaamiseen, sillä ryhmästä eristäminen on yleinen kiusaamisen muoto.



Vesa Ranta

YKSINÄISYYDEN kokemuksella on vakavia seurauksia, sillä yksinäisyys linkittyy muun muassa ahdistuneisuuteen, masennukseen ja jopa itsetuhoisuuteen.

YKSINÄISTEN nuorten auttaminen ei kuitenkaan ole mahdotonta. Yksikin hyvä ystävyysuhde kannattelee nuorta eteenpäin. Vaikka ystävyys ei synnykään pakottamalla, ystävösuhteiden syntymiselle voi järjestää erilaisia tilaisuuksia. Nuori nuorelle –ystävötoiminta perustuu tälle ajatukselle.

2. Nuori nuorelle -ystävätoiminta

NUORI nuorelle -ystävätoiminnasta puhutaan kun sekä ystäväasiakas että vapaaehtoinen ystävä ovat alle 29-vuotiaita nuoria ja nuoria aikuisia.

NUORI nuorelle -ystävätoiminta on eri paikkakunnilla saanut erilaisia nimityksiä. Esimerkiksi Oulussa toiminta tunnetaan nimellä Lähekkönää messii?, Joensuussa Tulisitsie miun kaa? toimintana ja Paraisilla Kompisgruppen-nimellä. Kuopiossa toiminta on nimeltään Kaveriksi! ja Rovaniemellä Nuorten Kaveritoiminta. Helsingissä, toimintaa kutsutaan Nunu -toiminnaksi.

OSASTOT ja piirit voivat nimetä toiminnan haluamallaan tavalla. Joillain pilottipaikkakunnilla on huomattu, että markkinoinnissa toimii paremmin kaveri- kuin ystävä-sana.

Nuori nuorelle -toiminnan vapaaehtoiset ja ystäväasiakkaat

NUORI nuorelle -toiminnassa mukana olevalta vapaaehtoiselta ystävältä odotetaan ystävätoiminnan perus- ja/tai lyhytkurssin suorittamista. Osasto/piiri voi järjestää myös yksinomaan nuorille suunnatun ystävätoiminnan kurssin.

USEIMMILLA paikkakunnilla vapaaehtoisille on asetettu vähintään 18-vuoden ikäraja, sillä ystävätoiminta voi olla varsin vaativaa vapaaehtoisuustoimintaa. Ystävätoiminnan vapaaehtoisuus vaatii lisäksi kypsyyttä, jotta kykenee ymmärtämään esimerkiksi vaihtolovelvollisuuden ja sitoutumisen tärkeyden. Myös alle 18 vuotta nuoremmat va-



Vesa Ranta

paaehtoiset voivat kuitenkin tapauskohtaisesti lähteä mukaan toimintaan. Nuoret voivat osallistua toimintaa myös esimerkiksi ystäväryhmätöiden vapaaehtoisina.

YSTÄVÄASIAKKAAT voivat olla nuorimmillaan 13-vuotiaita. On havaittu, että kahdenvälisessä ystävätoiminnassa ystäväparien ikäeron ei tulisi olla kovin suuri. Nuori nuorelle -toimintaa käynnistävät voivat asettaa omat ikärajat toimintaan osallistuville oman paikkakuntansa tarpeiden mukaan.

PUNAISEN Ristin Nuori nuorelle -toiminnan piiloteihin osallistuneiden ystäväasiakkaiden yksinäisyyden syyt ovat moninaiset. Kaikilla paikkakunnilla mainittiin esimerkkeinä taustatekijöistä vaikeudet sosiaalisessa kanssakäymisessä, kouluksaaminen, masennus ja muutot uusille paikkakunnille. Toimintaan on hakeutunut myös maahanmuuttajataustaisia nuoria, jotka eivät välttämättä kärsi yksinäisyydestä, vaan joiden motiivi on suomenkielen oppiminen.

2.1 Yhdenvertaisuus, vaitiolovelvollisuus ja vapaaehtoisten rikostaustan selvittäminen

Yhdenvertaisuus

SEITSEMÄN Punaisen Ristin periaatteen lisäksi nuorten ystävätoiminnassa on tärkeä huomioida myös yhdenvertaisuus. Yhdenvertaisuus toteutuu, kun ketään ei syrjitä etnisen tai kansallisen alkuperän, kansalaisuuden, ihonvärin, kielen, uskonnon, vakaumuksen, mielipiteen, terveydentilan, vammaisuuden, seksuaalisen suuntautumisen tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella.

NUORTEN ystävätoiminnan toteuttajat saattavat huomaamattaan ja vahingossa suunnitella ja toteuttaa toimintaa siten, että se syrjii joitain henkilöitä. Yhdenvertaisuuden toteutumista on hyvä pohtia erityisesti vapaaehtoisten ja ystäväasiakkaiden rekrytoinnissa ja toiminnan suunnittelussa. Esimerkkejä yhdenvertaisuuden sudenkuopista:

- Toimintaa markkinoimassa saattaa helposti pidättäytyä itselleen tutuissa keinoissa ja tiedotuspaikoissa, jolloin oman sosiaalisen ympäristön ulkopuoliset ihmiset jäävät saavuttamatta. Rekrytointia suunnitellessa kannattaa pohtia luovasti ja systemaattisesti: mistä tavoitan maahanmuuttajia? Opiskelijoita / Työsikäisiä / Työttömiä? Tyttöjä / poikia?
- Jos toimintaa markkinoi ainoastaan suomenkielellä, jää yksinäinen tai vapaaehtoiseksi haluava ei-suomenkielinen automaattisesti toiminnan ulkopuolelle. Vinkkejä monikulttuu-

riseen vapaaehtoisrekrytointiin löytyy Red-Netistä osoitteesta: <http://rednet.punainen-risti.fi/node/24051>

- Vastuuhenkilöt saattavat huomaamattaan suunnitella nuorten ystäväryhmätöiden ohjelman sellaiseksi, että se rajoittaa sellaisten henkilöiden osallistumista, joilla on esimerkiksi fyysinen tai aisteihin liittyvä vamma. Jos ystäväryhmäkerroilla esimerkiksi aina liikutaan tai katsotaan leffoja, saattaa liikuntarajoitteinen tai näkövammaisen ystävä tai asiakasystävä kokea toiminnan itselleen sopimattomaksi ja jättäytyä syrjään toiminnasta. Myös tilavalinnoissa tulisi pyrkiä huomioimaan esteettömyys.

YHDENVERTAISUUDEN toteuttaminen vaatii Nuori nuorelle – ja ystävätoiminnan vastuuhenkilöiltä tietoista yhdenvertaisen ajattelutavan omaksumista. Kaikki toiminta on sovellettavissa erilaisille ihmisille ja vaikkapa maahan muuttanut voi hyvin olla sekä aktiivisen vapaaehtoisen, että autettavan roolissa.

Vaitiolovelvollisuus

KUTEN muussakin ystävätoiminnassa, Nuori nuorelle -toiminnassa ystävät ovat vaitiolovelvollisia. Ystävä ei saa kertoa ystäväasiakkaan tietoja ulkopuolisille ilman tämän lupaa.

ONGELMATILANTEESSA vapaaehtoisella on kuitenkin oikeus ja velvollisuus keskustella asiaa välittäjän tai viimekädessä piiritoimiston sosiaalipalvelusuunnittelijan tai muun ystävätoiminnasta vastaavan kanssa. Ystävän ei tarvitse eikä hän saa joutua kantamaan ystävätoiminnasta koituneita huolia itsellään.

MYÖS vapaaehtoisten ystävien ystäväkerhoissa haastaviin tilanteisiin voi luottamuksellisesti pohdita ratkaisuja yhdessä, ystäväasiakkaan henkilöllisyyttä paljastamatta.

Rikostaustan selvittäminen

LASTEN kanssa toimivien vapaaehtoisten rikostaustan selvittämiseksi on säädetty laki (148/2014), jonka tavoitteena on turvata lapsen henkilökohtaista koskemattomuutta vapaaehtoistoiminnassa ja turvata lapsen kasvua, kehitystä ja hyvinvointia.

MYÖS Suomen Punaisessa Ristin nuorten ystävätoiminnassa tullaan jatkossa selvittämään aina rikostausta:

- yli 18-vuotiailta vapaaehtoisilta, jotka toimivat alaikäisen nuoren kahdenvälisenä ystävänä
- yli 18-vuotiailta vapaaehtoisilta, jotka toimivat säännöllisesti yksin ryhmänohjaajina alaikäisten nuorten ystäväryhmissä

TOIMINNAN järjestäjä tilaa rikosrekisteriotteen, päättää saako vapaaehtoinen toimia tehtävässä ja lähettää otteen keskustuotoimistoon, jossa siitä tehdään merkintä vapaaehtoisen henkilötietoihin. Mikäli otteessa on merkintä määritellyistä rikoksista, henkilö ei voi toimia vapaaehtoisena Suomen Punaisessa Ristissä tehtävissä, joissa toimitaan lasten kanssa.

Osastoille ja piireille laaditut ohjeistukset ja lomakkeet löytyvät RedNetin Osastotoimistossa osoitteesta:

▶ rednet.punainenristi.fi/osastotoimisto

2.2 Toimintamuodot

NUORI nuorelle -ystävätoimintaan on muotoutunut kahdentyyppistä toimintaa: kahdenvälistä ja ryhmämuotoista. Kummallekin toimintamuodolle on paikkansa ja toiminnan käynnistämistä kiinnostuneen onkin itse pohdittava paikallisia tarpeita toimintamuotoa valitessaan



RYHMÄTOIMINTA muodostuu vapaaehtoisten vertaistukeen ja virkistykseen tarkoitettuista ystävryhmistä sekä kaveria kaipaaville nuorille suunnatusta avoimesta, matalankynnyksen ryhmätoiminnasta. Ryhmät voivat kokoontua esimerkiksi osaston tiloissa tai muussa, mielellään ilmaisessa, paikassa.

USEALLA pilottipaikkakunnalla on koettu toimivaksi ratkaisuksi se, että toiminta koostuu sekä kahdenvälisestä että ryhmämuotoisesta toiminnasta. Toimintamuotojen yhdistämisen etuja ovat muun muassa:

- Koulutettu vapaaehtoinen ystävä pysyy toiminnassa mukana ryhmätoiminnan avulla, vaikka hänelle ei olisi heti tarjota kahdenvälisiä ystäväasiakasta.
- Vapaaehtoiset ystävät oppivat tuntemaan toisiaan, saavat vertaistukea toisistaan ja ryhmäytyvät, mistä on etua toiminnan jatkuvuuden ja tuen kannalta.
- Arka ja sosiaalisissa tilanteissa tukea tarvitseva ystäväasiakas uskaltaa ystävänsä seurassa osallistua ryhmätapaamisiin ja saa kokemusta ja onnistumisen tunteita ryhmätilanteista. Ystävä toimii ikään kuin sisäänheittäjänä tai saattajana ryhmätoimintaan.
- Sekä kahdenväliseen että ryhmätoimintaan osallistuva ystäväasiakas ei jää tyhjän päälle jos ystävä lopettaa vapaaehtoistehtävänsä.

2.2.1 Kahdenvälinen ystävätoiminta

KAHDENVÄLISESSÄ nuorten ystävätoiminnassa kaksi nuorta, vapaaehtoinen ja ystävää kaipaava, tapaavat säännöllisesti esimerkiksi 1-2 kertaa kuukaudessa. Ystäväpari sopii yhdessä kuinka usein tapaa ja mitä tapaamisissaan tekee. Ystäväparin yhdistää ystävä- tai Nuori nuorelle-toiminnan välittäjä tai muu vastuhenkilö.

Kahdenvälisen ystävätoiminnan pelisäännöt

- Ystäväasiakkaalle ja vapaaehtoiselle tarjotaan mahdollisuutta siihen, että välittäjä tai muu vastuuhenkilö osallistuu ystäväparin ensimmäiseen tapaamiseen.
- Tavataan aluksi enintään joka toinen viikko ja sovitaan ennakkoon tapaamisen kesto, esimerkiksi 1-2 tuntia.
- Tavataan ainakin kolme kertaa ennen kuin päätetään lopullisesti synkkaako.
- Sovitaan vapaaehtoisen tai ystäväasiakkaan niin toivoessa ensimmäisessä tapaamisessa tietty ajanjakso, jolloin vapaaehtoinen sitoutuu vapaaehtoistoimintana tapaamisiin (esim. lukuvuosi). Tapaamista voidaan jatkaa jos se kummallekin sopii.
- Suositellaan vaihtamaan aluksi vain sähköpostiosoitteet. Ystäväpari voi vaihtaa esim. puhelinnumerot ja Facebook-yhteystiedot kun molemmat sitä toivovat.
- Ensimmäisillä kerroilla pyritään tapaamaan julkisilla paikoilla, ei kummankaan kotona.
- Tapaamisten tekemisestä sovitaan aina yhdessä. Ystävä ei voi tehdä ammatillista tai hoidollista toimintaa kuten siivota tai lääkittää ystäväasiakkaan puolesta.
- Pienet, yhdessä sovitusta tekemisestä koituvat kulut, esim. kahvilakäynnit hoidetaan pääsääntöisesti itse. Jos ystäväasiakas haluaa ystävän osallistuvan johonkin josta tulee kuluja, esimerkiksi konserttiin, tulee ystäväasiakkaan maksaa myös ystävän kulut.
- Vapaaehtoinen ei kuljeta asiakasta omalla autolla, vaan siirtymiset tapahtuvat joko julkisilla kulkuneuvoilla tai taksilla/invataksilla.

2.2.2 Ryhmämuotoinen ystävätoiminta

NUORI nuorelle –ystävätoiminnassa on kahdentyyppistä ryhmätoimintaa: vapaaehtoisten ystävien ystäväkerhotoimintaa ja yksinäisille nuorille asiakkaille suunnattua ryhmätoimintaa.

Avoin, matalan kynnyksen toimintaa seuraa kaipaaville ja sosiaalisissa tilanteissa tukea tarvitseville nuorille

RYHMÄMUOTOISESSA ystävätoiminnassa yksinäisillä nuorilla on mahdollisuus oppia tuntemaan muita nuoria ja tehdä porukalla erilaisia asioita yhdessä.

NUORI nuorelle -ryhmätoiminta on tarkoituksella hyvin matalan kynnyksen toimintaa, johon myös sellaisten on helppo lähteä mukaan. Ryhmätoiminnan tärkein tavoite on auttaa yksinäisiä nuoria tutustumaan muihin nuoriin turvallisissa ja organisoiduissa puitteissa. Ryhmätapaamisia voi järjestää esimerkiksi kerran kuukaudessa tai useammin.

Esimerkki

Yksinäisille nuorille suunnattua ryhmätoimintaa on toteutettu esimerkiksi Turunmaan piirissä Paraisten osastossa Kompisgruppen-nimellä. Paraislaisilla nuorilla, jotka siirtyvät ainoana oppilaina pienistä kyläkouluista keskustan yläkouluun, on esiintynyt vaikeuksia saada ystäviä ja päästä porukoihin. Paraisilla ryhmätoimintaa on toteutettu viikoittain ja nuoret ovat muun muassa kokkailleet, käyneet keilaamassa tai välillä vain jutelleet. Nuoret on tavoitettu mukaan toimintaan koulujen henkilökunnan kautta.

Vapaaehtoisten ystäväryhmät: vertaistukea ja virkistystä

VAPAAEHTOISTEN ystäväkerhoille on tarvetta erityisesti osana kahdenvälistä ystävätoimintaa. Ystäväkerhossa Nuori nuorelle -toiminnan vapaaehtoiset oppivat tuntemaan toisiaan mukavan ajanvieton lomassa ja voivat keskustella ystävätoiminnan ongelmallisista tilanteista sekä suunnitella ja kehittää toimintaa yhdessä Nuori nuorelle -toiminnan vastuuvapaaehtoisten eli Nuori nuorelle -tiimin kanssa.

Esimerkki

Joensuun osasto järjestää säännöllisesti ystäväkerhoja vapaaehtoisille ystävilleen. Yhteisissä tapaamisissa suunnitellaan toimintaa yhdessä ja saadaan vertaistukea ja virkistystä. Ystäväkerholaiset ovat muun muassa käyneet melomassa ja retkeilemässä yhdessä.

2.3 Yhteistyökumppanit

YHTEISTYÖKUMPPANIT ovat Nuori nuorelle -toiminnan kannalta tärkeitä. Kumppanuuksia kannattaa luoda tarpeen ja tilanteen mukaan.

Oppilaitokset

YLÄKOULUT, lukiot, ammatti- ja korkeakoulut ovat tärkeitä yhteistyökumppaneita, joista tavoittaa sekä ystävää tarvitsevia että vapaaehtoisia. Valmentavaa ja kuntouttavaa opetusta tarjoaviin ammattiopistoihin (esim. Luoviammattiopistot) kannattaa kiinnittää erityistä huomiota.

HENKILÖKUNNAN ja opiskelijoiden kautta voi levittää tietoa ja rekrytoida mukaan toimintaan, mutta oppilaitoksen kanssa voi myös viritellä laajempaa oppilaitosyhteistyötä siten, että vapaaehtoisina toimintaan osallistuvat opiskelijat saisivat esimerkiksi opintopisteitä toimintaan osallistumisesta.

Kunnan nuoriso- ja sosiaalitoimi

NUORI nuorelle -toiminnan piloteissa hyvien yhteistyösuhteiden luominen kunnan nuoriso- ja sosiaalitoimen kanssa on osoittautunut hedelmälliseksi erityisesti tiedon välityksen ja toimintaan ohjaamisen kannalta.

TOIMINTAA voidaan myös toteuttaa yhteistyössä julkisen sektorin kanssa.

Esimerkki

Espoon Nuorten Turvatalossa ryhmämuotoista nuorten ystäväryhmätoimintaa on järjestetty maahanmuuttajapöydille yhteistyössä kaupungin sosiaalitoimen kanssa.

Muut järjestöt, seurakunnat ja seurakunnat

MUITA paikkakunnalla toimivia nuorisotyötä tekeviä järjestöjä, seuroja ja seurakuntia kannattaa vähintään tiedottaa toiminnasta, jotta he voivat tarpeen vaatiessa ohjata yksinäisyydestä kärsiviä nuoria ja potentiaalisia vapaaehtoisia toiminnan pariin. Hyviä toimijoita ovat esimerkiksi eri vammaisjärjestöt, Tyttöjen ja Poikien talot, partio ja urheiluseurat.

MUIDEN nuorisotyötä tekevien toimijoiden kanssa voi tehdä yhteistyötä myös toteutuksen osalta. Esimerkiksi vetovastuu ryhmätapaamisista voi vuorokertoina olla Punaisella Ristillä ja kumppanijärjestöllä.

MYÖS Suomen Punaisen Ristin sisältä kannattaa etsiä yhteistyökumppanuuksia. Esimerkiksi nuorisotoiminnasta ja Nuorten turvatalotoiminnasta voi löytää innostuneita ystäväasiakkaita ja vapaaehtoisia. Omaishoitajien tukitoiminnan kautta voi taas tavoittaa yksinäisyydestä kärsiviä nuoria, jotka sairauden tai vamman takia ovat omaishoidettavia.

Esimerkki

Helsingin Uudenmaan piiri ja Nyyti ry ovat jakaneet vastuun Helsingin opiskelijaikäisille suunnattujen Hengailuilojen järjestämisestä. Hengailuiltoja järjestetään vuoroviikkoina Nyyti ry:n ja HUP:in tiloissa ja myös toiminnan suunnittelu ja markkinointi tehdään yhdessä.

2.4 Toiminnan rahoittaminen

NUORI nuorelle -toiminnan pyörittäminen ei aiheuta suuria kustannuksia. Pakollisia kuluja tulee lähinnä Nuori nuorelle -tiimien välittäjien puhelimenkäytöstä, materiaaleista (esitteiden kopiointi) ja ryhmätoiminnan sekä Nuori nuorelle -painotteisen ystäväkurssin mahdollisista tilavuokrista ja tarjoiluista.

NUORILLA ja opiskelijoilla on yleensä pienet tulot, joten rahatilanteen salliessa toiminnasta voidaan rahoittaa myös esimerkiksi ystäväparien taapaamisista koituneita kuluja, kuten kahvila- ja elokuvalippukuluja.

PÄÄASIALLISESTI Nuori nuorelle -toimintaa rahoitetaan kotiosaston budjetista. Toiminnalle luodaan vuosittain toimintasuunnitelma ja budjetti yhteistyössä osaston ystävä- tai nuorisotoiminnan yhteyshenkilön kanssa. Suunnitelma esitetään osaston hallitukselle hyväksyttäväksi ja vuoden lopulla toiminnasta ja sen kuluista tehdään raportti.

TÄMÄN jälkeen Nuori nuorelle -toiminnan käynnistämiseen ja monipuolistamiseen voi hakea piirien kautta keskustoimiston myöntämää pienimuotoista Hyväpäivä-avustusta.

NUORI nuorelle -toimintaan voi myös hankkia sponsoritukea esimerkiksi paikallisilta yrityksiltä, yhteistyökumppaneilta tai esimerkiksi kunnalta tai liikuntaseuroilta. Pienimuotoista yritystukea hankkiessa kannattaa pitää mielessä SPR:n tämän hetkiset pääyhteistyökumppanit S-ryhmä ja LähiTapiola.

TUKI voi olla rahallista tukea, ilmaisia tai alennettuja pääsylippuja tai esimerkiksi mahdollisuus käyttää yhteistyökumppanin tiloja ilmaiseksi. Rovaniemellä yhteistyökumppani tarjosi koulutustilat Nuori nuorelle -kurssin järjestämiseksi.

YRITYSYHTEISTYÖTÄ tehdessä kannattaa osaston ottaa selvää Suomen Punaisen Ristin graafisista ja viestintäohjeista. Lahjoittajalla, esimerkiksi paikallisella yrityksellä, ei ole esimerkiksi oikeutta käyttää Punaisen Ristin logoa, mutta se voi omassa viestinnässään mainita tuestaan Suomen Punaisen Ristin Nuori nuorelle -ystävätoiminnalle.

Lisätietoa

ohjeistuksista saa piiritoimistosta.

3. Miten käynnistän Nuori nuorelle -toiminnan

1. LUODAAN SÄHKÖPOSTIOSOITE SEKÄ SIVUT REDNETIIN JA FACEBOOKIIN



2. PÄÄTETÄÄN (NUORI NUORELLE -PAINOTTEISEN) YSTÄVÄTOIMINNAN PERUS- TAI LYHYTKURSSIN AJANKOHDASTA JA KOULUTTAJASTA



3. ALOITETAAN TIEDOTTAMINEN NOIN 2KK ENNEN KURSSIA



4. OTETAAN VASTAAN YSTÄVÄPYYNTÖJÄ JA ILMOITTAUTUMISIA VAPAAEHTOISEKSI



5. NUORI NUORELLE -KURSSI: KIINNITETÄÄN HUOMIOTA RYHMÄYTYMISEEN JA NUORI NUORELLE -TIIMIN PERUSTAMISEEN



6. NUORI NUORELLE -TIIMI RYHTYY PYÖRITTÄMÄÄN TOIMINTAA ITSENÄISESTI

1. Luodaan sähköpostiosoite sekä sivut RedNetiin ja Facebookiin

NUORI nuorelle -toiminnan käynnistäminen osastossa alkaa tarpeen arvioinnista. Onko paikakunnalla paljon yksinäisiä nuoria ja olisiko toimintaa syytä aloittaa yksin vai yhdessä lähiosaston kanssa? Mikä olisi hyvä ja kuvaava nimi toiminnalle vai annetaanko vapaaehtoisten nuorten itse päättää? Toiminta käynnistettäessä ollaan yhteydessä osaston ystävätoiminnan vastuuhenkilöön ja piirin sosiaalipalvelusuunnittelijaan ja piiritoimistossa ystävätoiminnasta vastaavaan työntekijään.

ENSIMMÄISEKSI perustetaan Nuori nuorelle -toiminnalle oma sähköpostiosoite sekä sivut RedNetiin ja Facebookiin. Verkosta on hyvä löytää lisätietoa toiminnasta sekä yhteystiedot. Kysy lisätietoa sähköpostiosoitteen luomisesta omasta osastosta tai piiritoimistosta.

2. Päätetään (Nuori nuorelle -painotteisen) ystävätoiminnan peruskurssin ajankohdasta ja kouluttajasta

TOIMINTA kannattaa käynnistää mieluiten Nuori nuorelle -painotteisella ystävätoiminnan perustai lyhytkurssilla, sillä kurssin avulla saa helposti ryhmäytettyä Nuori nuorelle -toiminnan vapaaehtoiset ystävät ja koottua Nuori nuorelle -tiimi toimintaa pyörittämään.

MYÖS Nuori nuorelle -vapaaehtoisten rekrytointi tavalliselle ystävätoiminnan kurssille on mahdollista, mikäli arvelet että Nuori nuorelle -vapaaehtoisia ei löydy tarpeeksi kurssille. Tällöin Nuori nuorelle -vapaaehtoisille kannattaa järjestää erillinen tapaaminen kurssin jälkeen ryhmäyttämisen vuoksi ja Nuori nuorelle -tiimin luomiseksi.

NUORI nuorelle -kurssi kannattaa suunnitella aikaisintaan kahden kuukauden päähän ja kouluttajaksi kannattaa valita nuorekas tai muuten nuorten kouluttamiseen luontevasti suhtautuva ja innostava kouluttaja.

3. Aloitetaan tiedottaminen noin 2 kk ennen kurssia

TOIMINTAA käynnistettäessä ei voi markkinoida liikaa! Aloita vapaaehtoisten ja ystäväasiakkaiden rekrytointi sähköpostikirjeen avulla noin 6-8 viikkoa ennen kurssia.

KIRJETTÄ on hyvä lähettää korkeakoulujen ainejärjestöjen sähköpostilistoille, oppilaitosten henkilökunnalle ja kunnan sosiaali- ja nuorisotoimeen. Muista myös tiedottaa kurssia Facebook- ja RedNet-sivulla ja RedNetin Tapahtumakalenterissa.

YSTÄVÄASIAKKAITA ja vapaaehtoisia voi rekrytoida samalla rekrytointikirjeellä, jonka malli löytyy kappaleen 4 lopusta. Kirjeessä on hyvä eritellä eri vapaaehtoistoiminnan tehtäviä, jotta Nuori nuorelle -tiimin kokoaminen helpottuu.

NOIN 2 viikkoa ennen kurssia kannattaa olla yhteydessä paikallislehteen ja ehdottaa juttua Nuori nuorelle -toiminnan käynnistämisestä paikakkunnalla. Lisäksi voi laittaa ilmoituksen lehtien seurapalstoille.

NOIN 1-2 viikkoa ennen kurssia voi vielä laittaa toisen sähköpostiviestikierroksen samaisille vastaanottajille kuin markkinointia käynnistettäessä.

Monet kiinnostuneet vapaaehtoiset ovat voineet rekisteröidä toiminnan ensimmäisestä viestistä, mutta tarvitsevat muistutusta hieman ennen ilmoittautumisajan päättymistä.

4. Otetaan vastaan ystäväpöytä ja ilmoittautumisia vapaaehtoiseksi

VAPAAEHTOISTEN ja ystäväasiakkaiden ilmoittautumisiin ja ystäväpöytäihin kannattaa vastata viipylemättä. Vapaaehtoiset toivotetaan tervetulleiksi ystävätoiminnan peruskurssille ja ystäväasiakkaiden tietoja aletaan jo kerätä

5. Nuori nuorelle -kurssi: kiinnitetään huomiota ryhmäytymiseen ja Nuori nuorelle -tiimin perustamiseen

NUORI nuorelle -ystävätoiminnan kurssi vastaa muuten perinteistä ystävätoiminnan perus- ja lyhytkurssia, mutta siinä kiinnitetään enemmän huomiota ryhmäytymisleikkeihin sekä pari- ja ryhmätehtäviin sekä nuoriin sopiviin esimerkkeihin. Nuorten kanssa on myös hyvä käydä tarkemmin läpi toiminnan pelisäännöt. Kouluttaja voi lisätä kurssille nuorille sopivia ryhmäytymisleikkejä ja esimerkkejä Ystävätoiminnan peruskurssin Nuori nuorelle -lisäosia hyväksikäyttäen. Nuori nuorelle -lisäosat löytyvät RedNetin Sosiaalipalvelukouluttajat -ryhmästä. Kouluttajan on hyvä tuoda Nuori nuorelle -tiimin tehtäviä ja vapaaehtoisten tarvetta vähän väliä esille, jotta koulutettavat voivat totutella ajatukseen Nuori nuorelle -tiimin jäsenenä.

6. Nuori nuorelle -tiimi ryhtyy pyörittämään toimintaa itsenäisesti

KURSSIN tavoitteena on, että Nuori nuorelle -tiimiin on saatu rekrytoitua vähintään kolme, mutta mielellään enemmänkin, vapaaehtoista eri tehtäviin. Toiminnan kannalta on välttämätöntä, että vastuuvapaaehtoinen on ainakin välittäjän tehtävässä (jos on päätetty ryhtyä toteuttamaan kahdenvälistä ystävätoimintaa) tai ryhmäohjaajan tehtävässä (jos toteutetaan nuorten ystäväryhmätoimintaa). Molemmissa tapauksissa tarvitaan myös tiedottaja.

NUORI nuorelle -tiimin kanssa kannattaa käydä heidän tehtävänsä huolellisesti läpi ja varsinkin alussa olla läsnä ja tukea toiminnan käynnistämisessä.

4. Toiminnan vastuuhenkilöt ja tehtäväalueet

OSASTOSSA Nuori nuorelle -ystävätoiminnasta vastaa esimerkiksi Ystävä-, nuoriso- tai kouluysteistyötoiminnan yhteyshenkilö. Yhteyshenkilöt voivat vastata toiminnasta myös yhdessä. Yhteyshenkilön tehtävänkuva löytyy RedNetistä *Osaston luottamushenkilöt ja avainvapaat* -sivulta.

NUORI nuorelle -ystävätoiminnan käytännön pyörittämiseen kannattaa perustaa vähintään kolmen hengen *Nuori nuorelle* -tiimi, joka vastaa toiminnan toteutuksesta. Joko osaston ystävä- tai nuorisotoiminnan yhteyshenkilöllä tai Nuori nuorelle -tiimillä tulee olla yhteys piirissä ystävätoiminnasta vastaavaan työntekijään.

NUORI nuorelle -tiimi tapaa säännöllisesti toisinaan, esimerkiksi kerran kuukaudessa. Nuori nuorelle -tiimi voi jakaa keskenään eri tehtävät tai tehdä kaiken yhdessä. Olisi ihanteellista, että yhdestä tehtäväalueesta olisi vastuussa useampi henkilö yksittäisen vapaaehtoisen kuormittumisen ehkäisemiseksi.

NUORTEN elämäntilanteelle on tyypillistä vaihtelevuus ja nopeat muutokset: asuinpaikkaa ja -maata vaihdetaan opintojen, opiskeluvaihtojen ja työpaikkojen mukaan. Sitoutuminen pitkäksi ajaksi vapaaehtoistoimintaan saattaa siksi olla nuorille hankalaa. Nuorten ystävätoiminnasta osastossa vastaavien kannattaakin tiedostaa tä-



Hanna Limakko

mä ja pitää vastuutehtävissä koko ajan useampaa henkilöä, jotta toiminta ei lopahda yksittäisten henkilöiden lopettaessa vapaaehtoistoiminnan.

NUORI nuorelle -ystävätoiminnan vastuuhenkilöiden tehtäväalueet:

- **Ystäväparien välittäjät (1-3 henkeä):**

- Vastaanottavat ystäväpyyntöjä ja kyselyitä ystävääsiakkailta ja kiinnostuneilta uusilta vapaaehtoisilta ja vastaavat niihin vähintään viikon sisällä.
- Haastattelevat ystävääsiakkaat ja vapaaehtoiset ystävät heidän tarpeistaan ja toiveistaan sekä järjestävät ja osallistuvat ystäväparin ensimmäiseen tapaamiseen.
- Tukevat vapaaehtoisia ja ystävääsiakkaita haastavissa tilanteissa.
- **Koulutukset:** ystävätoiminnan peruskurssi ja halutessaan täydennyskoulutukset, sosiaalipalvelupromo-koulutus tai erillinen Ystävävälittäjä-koulutus. Perehtymisaineistona Toimiva ystävälitysoapas, jota voi tiedustella piiritoimiston sosiaalipalvelusuunnittelijalta.

- **Ryhmätapaamisten ohjaajat (2-3 henkeä):**

- Järjestävät vapaaehtoisille ystäväkerhoja esimerkiksi kerran kuukaudessa, jossa voidaan yhdessä suunnitella toimintaa sekä saada vertaistukea ja virkistystä. Suunnittelevat tapaamisen ohjelman ja hoitavat paikkaan ja tarjoiluihin liittyvät järjestelyt.
- Järjestävät ystävääsiakkaille (ja vapaaehtoisille ystäville) yhteisiä matalan kynnyk-

sen tapaamisia esimerkiksi kerran kuukaudessa, joissa voidaan tehdä porukalla erilaisia asioita. Suunnittelevat tapaamisten ohjelman ja hoitavat paikkaan ja tarjoiluihin liittyvät järjestelyt.

- **Koulutukset:** Ystävätoiminnan peruskurssi ja halutessaan täydennyskoulutukset. Sosiaalipalvelupromo-koulutus tai erillinen Asiakasryhmien ohjaajakoulutus. Perehtymisaineistona Ryhmätoiminnan ideapiste RedNetin SPR Ystävätoiminta -sivuilla Ystävätoiminnan materiaalit -aläsivulla.

- **Tiedottajat (1-2 henkeä):**

- Markkinoivat toimintaa aktiivisesti esimerkiksi Facebookiin perustetulla sivulla, Suomen Punaisen Ristin vapaaehtoisten RedNet-sivulla, lehtien seurapalstoilla jne.
- Tekevät ja tarjoavat esittelyvierailuja oppilaitoksiin ja erilaisiin tapahtumiin.
- Lähettävät uutiskirjeitä ja/tai -maileja säännöllisesti ja verkostoituvat esimerkiksi kunnan sosiaalitoimeen ja oppilaitoksiin.
- **Koulutukset:** Ystävätoiminnan peruskurssi ja halutessaan täydennyskoulutukset. Piiren järjestämät viestintäkoulutukset. Oma perehtyminen viestintä-, RedNet- ja sosiaalisen median ohjeisiin osoitteessa: <http://rednet.punainenristi.fi/viestinta>.

NUORI nuorelle -tiimiin kannattaa rekrytoida vastuuvapaaehtoisia jo olemassa olevien nuorten ystävien tai osaston nuorisotoimijoiden joukosta tai erikseen esimerkiksi korkeakoulujen ainejärjestöjen sähköpostilistoilla. Rekrytointikirjeessä kannattaa avata vastuuvapaaehtoisen tehtäviä, jotta kiinnostuneet saavat mahdollisimman todennukaisen kuvan tehtävästä.

Esimerkki rekrytointikirjeestä:



TULE MUKAAN NUORTEN KAVERITOIMINTAAN!

Kaipaatko kaveria tai kaveriporukkaa, jonka kanssa harrastaa tai vain hengailta?

Etsitkö tekemistä, jolla on merkitystä ja joka tuottaa hyvää mieltä sekä itsellesi että kaveria kaipaavalle nuorelle? Haluatko saada kokemusta vapaaehtoistyön koordinoinnista?

Tervetuloa Punaisen Ristin Nuori nuorelle -ystävöitymään!

Nyt etsimme:

- **Kaveria kaipaavia** 13–29-vuotiaita
- Sekä vapaaehtoisia 18–29-vuotiaita:
 - **Ystäviä** kaveria kaipaaville nuorille
 - Tapaat säännöllisesti nuorta yhdessä sopimanne tekemisen merkeissä.
 - Tehtävä sopii sinulle, jos haluat sitoutua muutaman tunnin ihmisläheiseen vapaaehtoistoimintaan 1-2 kertaa kuukaudessa ainakin lukuvuodeksi kerrallaan.
 - **Nuori nuorelle -ystävälittäjiä** (1-3) yhdistämään vapaaehtoisia ja ystävää kaipaavia nuoria
 - Vastaanotat ystäväpyyntöjä ja kyselyitä kiinnostuneilta vapaaehtoisilta.
 - Haastattelet ystävää kaipaavat ja vapaaehtoiset heidän toiveitaan ja osallistut ystäväparin ensimmäiseen tapaamiseen.
 - Tuet vapaaehtoisia ja ystäväasiakkaita haastavissa tilanteissa.
 - Tehtävä sopii sinulle, jos pystyt sitoutumaan Nuori nuorelle -ystävöitymisen koordinoimiseen vähintään yhtenä iltana viikossa.



- **Ryhmänohjaajia** järjestämään matalan kynnyksen ryhmätoimintaa yksinäisyydestä kärsiville nuorille sekä vertaistuki- ja virkistystapaamisia nuorten ystävätoiminnan vapaaehtoisille (2-3)
 - Suunnittelet ryhmätapaamisen ohjelman ja hoidat paikkaan ja tarjoiluihin liittyvät järjestelyt.
 - Tehtävä sopii sinulle, jos pystyt sitoutumaan toimintaan 2-3 iltana kuukaudessa.

- **Tiedottajia** suunnittelemaan ja toteuttamaan Nuori nuorelle -ystävätoiminnan viestintää ja markkinointia (1-3)
 - Markkinoit toimintaa verkossa ja paikallisesti.
 - Toteutat esittelyvierailuja oppilaitoksissa ja tapahtumissa.
 - Tehtävä sopii sinulle, jos haluat tehdä vapaaehtoistoimintaa silloin kun sinulle parhaiten sopii (kuitenkin vähintään 2-3 kertaa kuukaudessa).

Nuori nuorelle -ystävätoiminnan vapaaehtoistehtävät sopivat kaikille kiinnostuneille ja niissä pärjää tavallisen ihmisen taidoin. Tehtävät ovat vapaaehtois-tehtäviä eikä niistä makseta palkkaa.

Kiinnostuitko? Lisätietoja osoitteesta malli@malli.fi. Kerrothan viestisi yhteydessä kaipaanko kaveria vai haluatko vapaaehtoiseksi.

Vapaaehtoisille järjestetään ystävätoiminnan peruskurssi 1.10. Suomen Punaisen Ristin osastossa osoitteessa Mallitie 1. Ilmoittautumiset osoitteeseen malli@malli.fi

5. Nuori nuorelle -toiminnan seuranta ja tilastointi

NUORI nuorelle -tiimin tärkeänä tehtävänä on huolehtia toiminnan seuraamisesta ja tilastoinnista. Tehtävä voi tuntua työläältä, mutta se on erittäin tärkeää koko Suomen Punaisen Ristin toiminnan kehittämisessä.

OSASTON ystävävälityksessä kerätään ja välitetään osaston hallitukselle tarvittavat tiedot välitystoiminnasta, kuten vuosittaiset tilastotiedot. Tarvittavia tietoja ovat vapaaehtoisten ystävien, asiakkaiden, toteutuneiden asiointiaputehtävien (kertakeikkojen), avoimena olevien ystäväpyyntöjen ja ystäväryhmän tai muiden ryhmien kokoon-tumisten määrät sekä talouteen liittyvät asiat. Myös Nuori nuorelle -toiminnan tilastot tulee liittää näihin tietoihin.

NUORI nuorelle -välittäjät käyvät läpi ja ajantasaistavat vähintään kerran vuodessa ystäväasias- ja vapaaehtoisrekisterin. Välittäjät ovat li-säksi yhteydessä vapaaehtoiisiin, jotka eivät ole pitäneet yhteyttä välitykseen. Täyttämättä jää-neet ystäväpyynnöt on syytä selvittää säännöllisesti ja olla säännöllisin välein yhteydessä ystä-vää pyytäneisiin henkilöihin

TARPEETTOMAT ja vanhentuneet asiakas- ja vapaaehtoisen kortit on hävitettävä huolellisesti (esim. polttamalla tai paperisilppurissa) ja toiminnan kannalta tarpeeton henkilörekisteri on hävi-tettävä (9§, 29§, 34§ Henkilötietolaki 523/1999).



Vesa Ranta

6. Ongelmatilanteet ja tuki

ESIMERKKEJÄ Nuori nuorelle -toiminnassa kohdatuista haastavista tilanteista:

vapaaehtoiseen ystävään, jotta he saavat toisistaan tukea eivätkä kuormitu liikaa. Joskus ystäväasiakas on toisaalta parempi ohjata ammattimaisen tuen piiriin.

Ystäväasiakkaiden haastavat tilanteet

- Joskus välittäjät ovat saattaneet alkuhaastatteluisissa huomata että ystäväasiakkaan tilanne on niin haastava, että välittäjällä herää huoli vapaaehtoisen ystävän jaksamisesta. Tällaisia syitä voivat olla esimerkiksi akuutit mielenterveysongelmat. Välittäjä voi tällöin yhdistää ystäväasiakkaan kahteen kypsaan

Koulutetuille ystäville ei riitä ystäväasiakkaita

- Pilottipaikkakunnilla on ollut tyypillinen tilanne, ettäkaikille ystäville ei ole riittävästi ystäväasiakkaita. On kuitenkin erittäin tärkeä saada ystävää odottavat pysymään toiminnassa.



Vesa Ranta

nassa, ja keinoja tähän on useita. Ystäville voi esimerkiksi tarjota tehtävää Nuori nuorelle -tiimissä, jossa ei ole enimmäismäärää. Asiakasystäviltä voi toisaalta tarjota myös toista ystävää niin että yhtä asiakasystävää tapaisi kaksi vapaaehtoista ystävää. Ystävät voivat käydä tapaamassa ystävää joko erikseen tai yhdessä.

Vapaaehtoinen ystävä haluaa lopettaa vapaaehtoistehtävässä

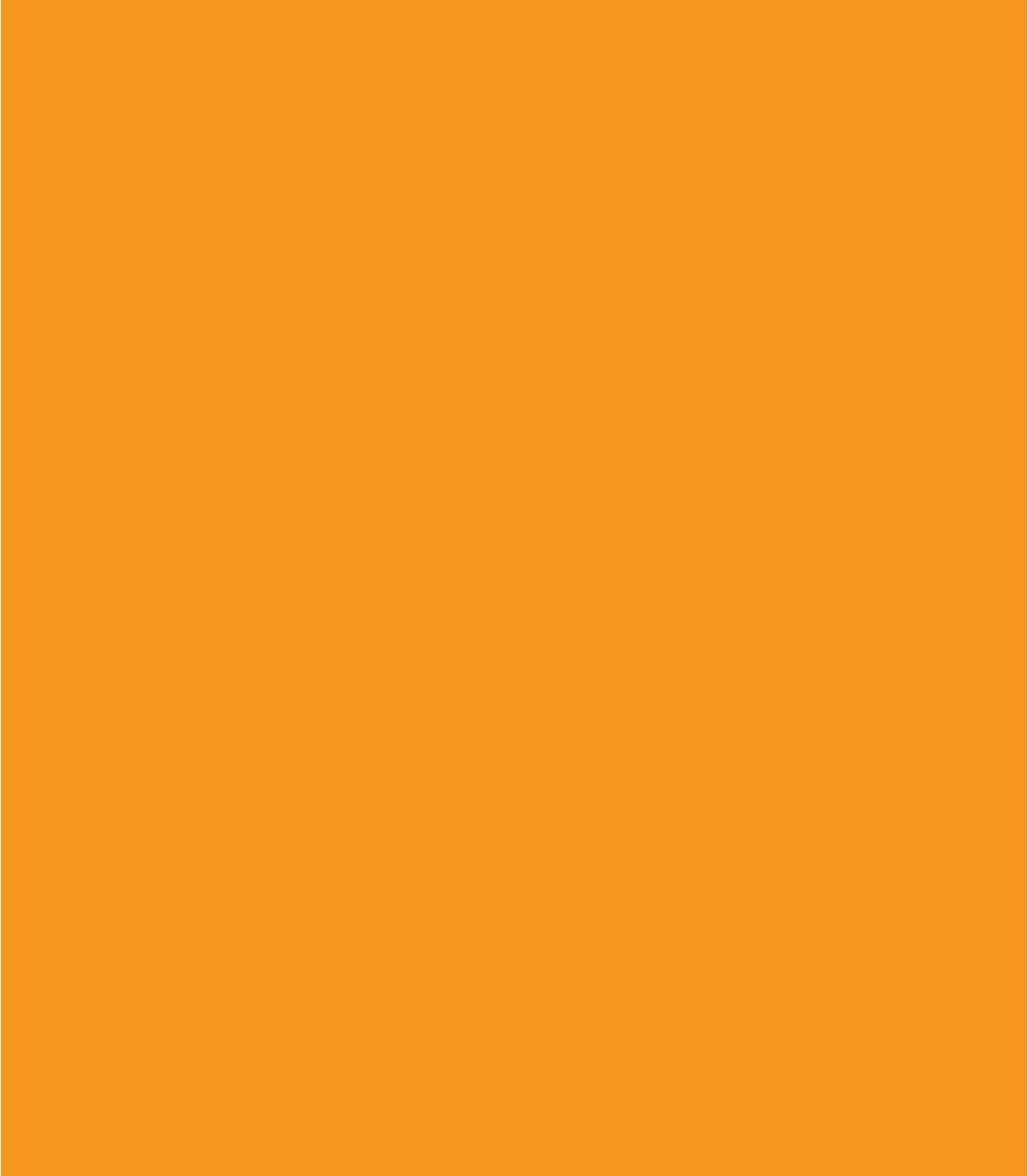
- Vapaaehtoisen ystävän lopettaminen saattaa olla vaikea paikka sekä vapaaehtoiselle että ystäväasiakkaalle. Miten ilmoittaa asiakkaalle että ei enää halua tavata tätä? Näissä tilanteissa ystävätoiminnan ja luomuystävyyden erot tulevat vahvimmin esiin.
- Vapaaehtoisen kannattaa aivan ensimmäiseksi olla yhteydessä välittäjiin ja tiedustella olisiko ystäväasiakkaalle mahdollista saada uutta ystävää. Ystäväasiakkaan kanssa kannattaa ajoissa ja avoimesti puhua tilanteesta ja kertoa, että elämäntilanne ei enää salli vapaaehtoistoiminnassa jatkamista. Jos asiakasystävälle löytyy uusi ystävä, voivat vanha ja uusi vapaaehtoinen tavata asiakasta muutamana kerran joko yhdessä tai rinnakkain.
- Asiakasystävän kanssa voi myös osallistua muutaman kerran ryhmätoimintaan, jos sellaista järjestetään, jotta tämä uskaltaisi jatkossa osallistua siihen.
- Tällaisia tilanteita helpottaakseen ystäväasiakkaan ja vapaaehtoisen kannattaa heti alussa sopia kuinka pitkäksi ajaksi he sitoutuvat tapaamaan toisiaan. Määräaika voi olla esimerkiksi lukuvuosi, jonka jälkeen jatkosta sovitetaan erikseen.

Ystäväasiakas ottaa yhteyttä ja haluaa tavata useammin kuin on yhdessä sovittu

- Tyypillinen ongelmatilanne syntyy kun ystäväasiakas on yhteydessä vapaaehtoiseen ystävään jatkuvasti toivoen tapaamista. Tällaisessa tilanteessa vapaaehtoisen ystävän kannattaa viitata Nuori nuorelle -toiminnan pelisääntöihin, jotka on yhdessä käyty läpi välittäjän kanssa ensimmäisessä tapaamisessa.

Vapaaehtoinen ei sovellu tehtävään

- Piloteissa on ollut tapauksia, joissa välittäjälle on herännyt epäily vapaaehtoiseksi hakeutuneen henkilön soveltuvuudesta tehtävään. Ystävätoiminnan vapaaehtoisilta kuitenkin edellytetään, että heidän oma elämäntilanteensa on tasapainossa.
- Useissa tapauksissa vapaaehtoiseksi ystäväksi on hakeutunut nuoria, joilla itsellään on haasteita sosiaalisessa kanssakäymisessä ja jotka kaipaavat ystäviä. Nuori nuorelle -toiminnassa raja ystävää kaipaavan ja vapaaehtoisen ystävän välillä ei tarvitse olla jyrkkä. Jos välittäjä epäilee ystävän soveltuvuutta kahdenväliseen ystävätoimintaan, voi hänelle esimerkiksi ehdottaa osallistumista ryhmätoiminnan pyörittämiseen yhtenä ohjaajista.



Punainen Risti 