

OULUN KRIISIKESKUS

Kriisityötä vuodesta 2004



ALKUSANAT

Oulun kriisikeskus täyttää 20 vuotta vuonna 2024. Toimintavuosiin on mahtunut monenmoisia vaihteita, muutoksia, iloja ja haasteita. Kriisikeskuksen työntekijät ovat hyvissä ajoin pohdiskelleet, millä tavoin 20-vuotista taivalta juhlistettaisiin ja yhtenä ajatuksena esiin nousi Oulun kriisikeskuksen vaiheiden kerääminen samojen kansien sisään.

Samanaikaisesti minä etsin itselleni kulttuuriantropologian opintoihini sisältyvää työharjoittelupaikkaa. Toiveenani oli päästä tekemään harjoitteluni järjestökentälle ja Oulun kriisikeskuksella työskenteleminen oli vahva toiveeni. Lähestyin kriisikeskusta harjoittelupaikan toivossa ja kuinka sattuikaan, että he olivat juuri pohtineet, mistä löytyisi tekijä kriisikeskuksen historiikille.

Tuumasta toimeen! Haastattelujen, pöytäkirjojen sekä lehtileikkeiden tutkimisen ja työntekijöiden kanssa käytyjen keskustelujen kautta rakentui Oulun kriisikeskuksen historiikki perustamisvuodesta tähän päivämäärään saakka. Löydätte samoista kansista myös kriisikeskusta ylläpitävän MIELI Oulun seudun Mielenterveys ry:n vaiheet. Mukavia lukuhetkiä!

Oulussa 17.12.2021

Tiina Haataja,

kirjoittaja, kulttuuriantropologian opiskelija Oulun yliopistolta.

1. KATSE KRIISITYÖHÖN

”Ihmisten elämään kuuluvien kriisien hoito on ennaltaehkäisevää mielenterveystyötä, jota tulee harkiten kehittää myös Oulun seudulla osana mielenterveys-, sosiaali- ja avoterveydenhuollon palvelujen kokonaisuutta.” (Sirkka Viitala, Kaleva 20.1.2006).

Näillä sanoilla Oulun kriisikeskuksen ensimmäinen johtaja luonnehti kriisikeskuksen toimintaa ja sen perustavoitteita. Toiminnan muodot ovat eläneet vuosien aikana, mutta periaate on tänä päivänäkin sama: inhimillinen kohtaaminen, ennaltaehkäisevä mielenterveystyö ja matala kynnyks avun hakemiselle.

Oulun kriisikeskus syntyi tarpeesta vastata kuntalaisten akuutteihin kriiseihin nopealla aikataululla. Kriisikeskustoiminta on ollut keskeinen osa MIELI Oulun seudun Mielenterveys ry:n toimintaa tässä muodossaan jo vuodesta 2004, mutta kriisityötä on tehty seuran toimesta jo aiemminkin.

Oulun kriisikeskus sijaitsee tätä nykyä vaivattomasti ja huomaamattomasti saavutettavissa Oulun Rotuaarilla. Vanha 1900-luvun alun arkkitehtuuri kätkee sisäänsä satoja tarinoita ja ihmiskohtaloita, tunnelma on lämminhenkinen ja toiveikas. Kriisikeskuksen eteisessä soi rauhoittava musiikki ja kriisikoira, staffordshirenbulldog MaiMai sipsuttaa iloisesti häntäänsä heiluttaen vastaanottamaan tulijaa. On helppo hymyillä tällaisen tervetuloitotuksen jälkeen.

”Kuuluin johonkin yhteyteen, joka antoi minulle rauhaa ja lohtua.” (Kriisikeskuksen asiakas).

Kriisikeskukseen saapunutta ihmistä on yleensä kohdannut äkillinen kriisi, tai elämäntilanne on kuormittunut pidemmällä ajalla. Auttamisen lähtökohtana on asiakkaan kokemaa tarvetta avulle ja keskustelulle. Kriisikeskukseen hakeudutaan ilman läheteitä tai diagnoosia. Tulla voi vaikka nimettömänä. Ajanvarauksen yhteydessä asiakkaalta kysytään etunimi ja yhteystiedot, mutta tiedot hävitetään asiakkuuden päättyessä anonymiteetin säilyttämiseksi.

Erilaiset kriisit, kuten parisuhteen päättymisen, vuorovaikutussuhteisiin liittyvät ongelmat, lähisuhdeväkivalta, äkilliset onnettomuudet, läheisen menettäminen sekä työ- ja opiskeluhuolet ovat olleet Oulun kriisikeskuksen toimintavuosien aikana merkittävimpiä syitä hakeutua avun piiriin. Kun kriiseihin vastataan nopeasti, on mahdollista, ettei kriisi kehity pysyväksi elämänlaatua haittaavaksi mielenterveysongelmaksi. Oulun kriisikeskuksen tehtävä ja tavoite on ollut vastata nopeasti

asiakkaiden erilaisiin kriiseihin. Kriisikeskuksesta on voinut saada keskusteluapua ammattilaisen kanssa nopeasti ja matalalla kynnyksellä.

Oulun kriisikeskus on ollut kolmannen sektorin toimijana osana mielenterveystyön kenttää pian 20 vuotta. Se on tarjonnut mahdollisuuden lukuisille ihmisille saada elämänsä takaisin raiteilleen äkillisen kriisin järjestyessä elämän perustaa ja rakennuspalikoita. Kriisikeskus on kokenut monenlaisia vaiheita toimintavuosiensa aikana; muuttoja, uusia kasvoja mielenterveystyön eturintamalla, onnistumisia ja haasteita. Värikäs elämän kirjo on kulkenut kriisikeskuksen läpi ja toiminta on muovautunut tekijöidensä näköiseksi. Pääpainopiste on monenlaisten tuulien puhaltaessa pysynyt silti aina samana: helposti saavutettava ja lähestyttävä palvelu.

”Olen ikuisesti kiitollinen, että hän muisti, muisti aivan kaiken!” (Kriisikeskuksen asiakas kriisityöntekijästään).

Oulun kriisikeskuksessa tehdään työtä suurella sydämellä. Kriisikeskuksessa asiakas tulee kohdatuksi myötätunnolla ja inhimillisyydellä, häntä kuullaan ja hän tulee nähdyksi. Työntekijöiden tietotaitoon ja asiantuntemukseen panostetaan mm. koulutusten avulla. Työyhteisö on lämmin ja positiivinen raskaidenkin aiheiden edessä; toiveikkuus ja inhimillinen ote työhön tuntuu ja näkyy työntekijöiden keskinäisessä vuorovaikutuksessa, sekä kohtaamisissa asiakkaiden kanssa.

”Emme arvota kriisejä. Jokainen kokee ne omalla tavallaan.” (Maija Kylmäniemi, kriisityöntekijä, vapaaehtoistyön koordinaattori, Päivämies 30.8.2017. nro 35)

”Meille pääsee, kun tuntee tarvitsevänsä apua.” (Erja Saarela, entinen toiminnanjohtaja, Oululehti, 17.1.2017)

Oulun kriisikeskuksessa on tilaa olla oma itsensä. Työntekijät kohtaavat toisensa päivittäin vähintään lounaan ja kahvikupillisen merkeissä. Suuri pöytä kutsuu ympärilleen nauravia kasvoja. Työyhteisö pitää myös toisistaan huolen.

”Meillon ollu koko ajan hyvä työyhteisö. Vaikka siinä on tullu muutoksiakin, niin meille on osannu valikoitua ehkä semmoset ihmiset, että tässä työntekijöitten keskinäinen kemia pella. Sillon on helppoa, että tässä puhalletaan koko ajan sammaan hiileen” (Tanja Jetsonen, kriisikeskuksen palvelusihteri).

Oulun kriisikeskus aloitti toimintansa kolmivuotisena projektina, mutta alusta asti toimintaa siivitti tavoite vakiintua osaksi kaupungin mielenterveystyön kenttää. Tavoitteeseen on sittemmin päästy; kriisikeskuksella on vakaa asema mielenterveystyön toimijoiden joukossa ja tasainen asiakasvirta, tällä hetkellä noin 600 uutta asiakasta vuositasolla. Asiakaspalaute on kautta linjan ollut positiivista. ”Tätä toimintaa tarvitaan!” kertoi eräs asiakaspalaute vuodelta 2007, ja siinä kiteytyy kaikki olennainen; kriisikeskuksen toiminta on tärkeää ja merkityksellistä. Apua on saatu, kun sitä on tarvittu.

MIELI Oulun seudun Mielenterveys ry:n kriisityön keskeinen osa-alue on ollut 1980-luvun alusta alkaen vapaaehtoistoiminta. Aluksi toiminta oli tukihenkilötoimintaa; vapaaehtoiset tukihenkilöt toimivat kriisejä kohdanneiden tai mielenterveyskuntoutujien tukena heidän kriisiytyneessä elämänvaiheessaan. Jotkut vapaaehtoiset solmivat pitkiäkin tukisuhteita, mutta tavoite oli pitäytyä lyhyissä, muutaman kuukauden pituisissa tukisuhteissa, minkä aikana tukihenkilö oli tukena ja rinnalla kulkijana.

”Me käytiin kävelyllä, käytiin kerran elokuvissa, käytiin taidemuseossa kattomassa pari näyttelyä, sitten käytiin kahvilla ... Juteltiin ja nautiskeltiin elämästä. Se oli, musta kiva itellekki, ku en mäkään nyt niin hirveesti tuu vapaaaikana, et lähempä nyt jonnekin iltapäiväelokuvaa kattomaan. Se oli itellekki virkistystä!” (Pirkko Alaviitala, vapaaehtoinen tukihenkilö ja kriisipuhelinpäivystäjä vuodesta 2012)



Tukihenkilöiden järjestämä kirpputori ja kriisikeskuksen avoimet ovet 18.5.2006

Vapaaehtoistyö on saanut uusia muotoja vuosikymmenten vieressä tasaisesti eteenpäin. Alussa toiminta oli koulutettujen tukihenkilöiden tukisuhteissa toimimista, nykyään vapaaehtoistoiminta on enimmäkseen

valtakunnallisessa kriisipuhelimessa ja Sekasin chatissa päivystämistä. Yhteydenotoissa käsitellään hyvin monenlaisia aiheita ja kriisejä, esimerkiksi pahaa oloa, ihmissuhdeongelmia, itsetuhoisuutta ja ahdistuneisuutta. Vapaaehtoistyötä koordinoi kriisikeskuksen koulutettu kriisityöntekijä, jonka

kanssa vapaaehtoiset voivat keskustella puheluiden herättämistä tunteista ja ajatuksista. Lisäksi vapaaehtoisille järjestetään koulutusta ja virkistystä jaksamisen tueksi. Kriisikeskuksella huolehditaan, ettei kukaan jää yksin; ei avun tarvitsija, kuin avuntarjoajakaan.

”Meillon ollu työnhjaukset koko ajan, alusta asti. Kerran kuussa. Sehän siinä on ollu todella, että on saanu aina puhua kaikista, jos on ongelmatilanteita tuettavan kanssa.” (Airi Karjalainen, vapaaehtoinen tukihenkilö vuodesta 1982, entinen hallituksen jäsen).

Myös erilaiset vertaistukiryhmät, niin kriisikeskuksen omat kuin muidenkin toimijoiden vetäminä, ovat kokoontuneet Oulun kriisikeskuksella. Vertaistukiryhmissä ihmisen on ollut mahdollista saada kokea, ettei ole esimerkiksi surunsa kanssa yksin. Nähdynsi tuleminen ja tasavertaisuus ovat ryhmien tärkeää antia.

Oulun kriisikeskuksella ihminen kohtaa ihmisen. Kriisityön ammattilaiset ja vapaaehtoiset tukevat hädänalaisia ja vertaiset kohtaavat toisensa ryhmissä. Kriisikeskus on ollut esillä paitsi medioissa, myös erilaisissa tapahtumissa herättämässä tietoisuutta mielenterveysasioista, kriisityöstä, vapaaehtoistyöstä ja mielen hyvinvoinnista. Työntekijät ovat jalkautuneet kaduille vihreissä liiveissään, on kohdattu ihmisiä, pidetty puheita, vierailtu laitoksissa ja tuotu mielenterveystyötä lähemmäs ihmistä.

Saavuttaessa kriisikeskukseen, on toisinaan vastassa iloinen kriisikoira MaiMai, joka on ollut osa työyhteisöä tammikuusta 2019 alkaen. Asiakkaat ovat ottaneet koiran lämmöllä vastaan. Koira luo mm. vakautta ja tasapainoa, sekä helpottaa asiakkaan tunteiden sanoittamista vastaanotolla. Koira on myös hyvä jään rikkoja asiakkaan saapuessa kriisikeskukseen. MaiMai reagoi ihmisten tunteisiin ja niiden vaihteluihin esimerkiksi tulemalla asiakkaan viereen. MaiMailla on tärkeä sijansa kriisikeskuksella yhtenä tiimin jäsenenä, hyvän mielen tuojana ja työhyvinvoinnin vahvistajana

”Jos on kovin ahdistunut ihminen, monesti helpottuu jo siinä, kun se alkaa silittää koiraa. Ja MaiMai kumminkin tunnistaa eri tunteet ihmisellä, se ossaa vaan mennä oikeaan aikaan sinne ihmisen tykö.” (Tanja Jetsonen, kriisikeskuksen palvelusihteeri).

Maailmanlaajuinen koronaviruksen ulotti vaikutuksensa myös Oulun kriisikeskukseen. Koronaviruksen toi mukaan uudenlaiset työnteon toimintamallit, kuten etänä järjestettävät kriisivastaanotot, seuran hallituksen etäkokoukset sekä vapaaehtoisten etätapaamiset. Suunniteltuja tapahtumia jouduttiin myös siirtämään hamaan tulevaisuuteen. Kriisityöntekijät pystyivät kuitenkin nopeasti mukautumaan

uudenlaisiin muotteihin ja koronahaasteidenkin edessä kriisityötä on tehty vakuuttavalla panoksella. Lopulta kriisityössä on kuitenkin kyse ihmisten aidosta kohtaamisesta, ei niinkään siitä, miten kohtaaminen saadaan järjestettyä. Kriisikeskuksen olemassaolo on yhteisön etuoikeus, josta voimme olla kiitollisia.

2. MIELI OULUN SEUDUN MIELENTERVEYS RY – SEURAN HISTORIAA: KRIISIKESKUKSEN PERUSTA.

MIELI Oulun Mielenterveysseura ry perustettiin jo vuonna 1969, jolloin se kulki nimellä Suomen mielenterveysseura – Oulun paikallistoimikunta. Toiminnan painopiste oli ensimmäisinä vuosina mielenterveystyön kehittämisessä. Mielenterveyden yhteiskunnallisiin vaikutuksiin oli havahduttu pikkuhiljaa ja ymmärrys mielenterveystyön yhteiskunnallisesta merkityksestä kasvoi.

Toiminta oli aluksi hyvin koulutus- ja valistuspainotteista. Seura järjesti koulutus- ja keskustelutilaisuuksia ammattilaisille ja muille aiheesta kiinnostuneille. Näiden tilaisuuksien teemoina olivat muun muassa itsemurhat ja nuoret, psykiatrinen potilas työelämässä, tavallisten ihmisten mielenterveys sekä akupunktio ja mielenterveys. Alkuvuosina, 1970–1980-luvuilla, panostettiin myöskin tiedottamiseen, muun muassa jakamalla valistuslehtisiä Pohjois-Suomen neuvoloihin, välittämällä Suomen Mielenterveysseuran materiaalia lehdistölle ja osallistumalla alueellisiin radio-ohjelmiin.

Vuodesta 1977 alettiin Suomen mielenterveysseuran Oulun paikallistoimikunnan työssä enenevässä määrin painottamaan ennaltaehkäisevään mielenterveystyöhön, mikä näkyy esimerkiksi Oulun kriisikeskuksen toiminnassa yhä tänä päivänäkin tärkeänä painopisteenä. Mielenterveysongelmien ennaltaehkäisyn nähtiin olevan yksilön toimintakyvyn säilyvyyden kannalta kannattavaa, sekä yhteiskunnan talouden kannalta edullisempaa. Toisaalta, vaikka ennaltaehkäisevän mielenterveystyön merkitys on kunnissa ja yhteiskunnallisella tasolla ymmärretty jo vuosikymmeniä, käytännössä tukea on yleensä annettu vasta, kun tilanne on kärjistynyt vakavaksi. Kolmannen sektorin toimijat ovat tulleet vastaamaan tähän tarpeeseen.

Alusta asti seura on toiminut yhteistyössä monenlaisten toimijoiden kanssa mielenterveystyön edistämiseksi. Verkostot ovat levittäytyneet paikoitellen ympäri Suomen, mutta pääpainopiste on ollut verkostojen luomisessa Pohjois-Suomeen. Tiedotusvälineistö, kuntien sosiaali- ja terveyspalvelut (neuvolat, kotisairaanhoito), Oulu-opisto sekä muut kolmannen sektorin sosiaali- ja terveysalan toimijat (esimerkiksi Oulun Ensi- ja turvakoti ja SPR) ovat olleet seuran

yhteistyökumppaneita, osa toiminnan alusta asti, osa vasta vuosituhannen vaihteen jälkeen.

Merkittävä osa seuran toimintaa on ollut vapaaehtoistoiminta, erityisesti tukihenkilötoiminta, joka polkaistiin käyntiin vuonna 1981. Tukihenkilötoimintaa on järjestetty seuran puolesta siis jo 40 vuotta. Aluksi vapaaehtoistoiminta oli pienimuotoista ja kokeellista, mutta jo seuraavana vuonna (1982) tukihenkilötoiminta vakiintui osaksi seuran toimintaa. Aluksi Oulussa koulutettiin tukihenkilöitä perheiden tueksi, mutta pikkuhiljaa tukihenkilötoimintaa laajennettiin myös yksilötukisuhteisiin. Vuonna 1983 perustettiin mielenterveyskuntoutujien omaisten ryhmä, jota vapaaehtoiset vetivät ja seuran toiminnan kasvaessa on perustettu useita erilaisia vertaistukiryhmiä, kuten erilaisia sururyhmiä ja voimavararyhmiä, joita ovat olleet ohjaamassa myös kriisityöntekijät.

Vuonna 1985 tukihenkilötoimintaa kehitettiin uuden peruskoulutuksen myötä yhteistyössä kotisairaanhoidon kanssa. Seura järjesti seminaareja, luentoja ja esiintyi erilaissa tapahtumissa, kuten Naisten messuilla tehden näkyväksi sekä seuran toimintaa että mielenterveyteen liittyviä teemoja. Valistaminen on ollut seuran toiminnassa läsnä alusta pitäen. Vuosi 1987 oli mielenterveyden juhluvuosi ja seuran toiminnassa painotettiin muun muassa työelämän ja mielenterveyden yhteyttä.

Vuonna 1990 esiteltiin seuran sisällä ensimmäisen kerran kriisikeskusten toimintaa; Suomen Mielenterveysseuran, SMS:n (nykyinen MIELI Suomen Mielenterveys ry) edustaja esitteli kriisikeskustoimintaa Suomen Mielenterveysseuran Oulun paikallistoimikunnan vuosikokouksessa. Tällöin Oulun kriisikeskuksen perustamisen kipinä sytytettiin, mutta varsinaista toimintaa saatiin odottaa vielä muutamia vuosia.

Syksyllä 1991 Suomen Mielenterveysseuran Oulun paikallisyhdistys kävi läpi nimenvaihdoksen, sekä uusien sääntöjen hyväksymisen ja tästä eteenpäin seura tunnettiin nimellä Oulun seudun Mielenterveysseura, OSMS. Seuran tärkeintä toimintaa oli edelleen tukihenkilötoiminta sekä valistustyö, vaikka myös kriisikeskuksen perusidea oli esillä seuran edustajien puheissa.

90-luvun alkupuoliskolla oli jonkin verran huolta Raha-automaattiyhdistyksen (RAY) rahoituksen luisumisesta muualle. OSMS:n toiminta ei ollut suoraan RAY:n rahoittamaa, mutta Suomen Mielenterveysseura sai rahoituksensa RAY:ltä, joten rahoituksen valuminen valtion budjetin paikkaamiseksi olisi vaikuttanut myös OSMS:n toimintaan ja rahoitukseen. Keskustelua aiheutti 1990-luvun alussa tukihenkilöiden sitouttaminen toimintaan. Seuralla oli haasteita sitouttaa vapaaehtoisia ”tylsään toimintaan”, kuten kirjallisiin töihin ja yhteydenpitoon, vaikka varsinainen tukitoiminta olikin koettu mielekkääksi vapaaehtoisten keskuudessa.

1990-luvun lama ravisteli yhteiskuntaa ja näkyi luonnollisesti myös OSMS:n toiminnassa. Lama vaikutti merkittävästi yhteiskuntaan, yksilöihin, kotitalouksiin ja yrityksiin. Seuran sisällä koettiin, että OSMS:n tehtävä on vastata mielenterveyttä koettelevan tilanteen vaatimalla tavalla. Seuran puolesta järjestettiin muun muassa tiedotusta henkisistä kriiseistä ja niistä selviämisestä sekä vertaistukitoimintaa konkurssin tehneille tai taloudellisissa vaikeuksissa oleville yrittäjille (Konkkaronkka- ryhmä). Aiheeseen liittyen syksyllä 1992 seura järjesti yhteistyössä Oulu-Opiston kanssa ”Elämää lamasta huolimatta”- luentosarjan. Seura on pysynyt tiukasti ajankohtaisten asioiden äärellä pyrkimällä vastaamaan yhteiskunnallisiin mielenterveyttä koskeviin ajankohtaisiin kysymyksiin toimintansa alusta asti, eivätkä lamavuodet tuoneet poikkeusta tähän linjaan.

Vaikka 90-luvun lama oli kansallinen kriisi, pystyi Oulun seudun Mielenterveysseura silti toimimaan aktiivisesti mielenterveystyön edistäjänä ja kehittäjänä. Seura oli mukana erilaisissa hankkeissa, kuten psykososiaalisen tukitoiminnan kehittämisprojektissa, joka käynnistyi vuonna 1993. Projektin kohderyhmänä olivat 16–25-vuotiaat työttömät nuoret. Kriisikeskustoiminta nostettiin aktiivisesti esille niin ikään vuonna 1993, jolloin Oulun sairaanhoitopalvelu lähestyi OSMS:aa yhteistyötoiveiden merkeissä. Kriisikeskuksen toivottiin vastaavan pakolaisten tilanteeseen ja avuntarpeeseen. Seura jäi tuolloin vielä pohtimaan asiaa.

Kun Oulun Ensi- ja turvakoti, MLL Pohjois-pohjanmaan piiri ja SPR Oulun piiri halusivat rakentaa yhteistä kriisikeskushanketta Oulun seudun Mielenterveysseuran kanssa kesällä 1993, seura päätti lähteä hankkeeseen mukaan yhteistyöjäsenenä. Ensi- ja turvakoti anoi projektiin varat RAY:ltä ja pikkuhiljaa Kriisikonsultointi- ja koulutuskeskusprojekti saatiin käynnistymään.

90-luvun jälkipuoliskolla OSMS halusi kehittää edelleen muun muassa tukihenkilötoimintaa ja palvelevan puhelimen toimintoja. Seura oli aktiivisesti mukana esim. vuosittaisilla mielenterveysviikoilla erilaisilla tempauksilla, kuten kynttiläkulkueella itsemurhan tehneiden muistoksi. Kriisikonsultointi- ja koulutuskeskusprojektissa kehitettiin yhdessä muiden toimijoiden kanssa kriisiasiakkaiden auttamisen malleja. Käytännössä projektissa koulutettiin kuntien työntekijöitä kriisityöhön, tehostettiin tiedottamista ja tarjottiin työntekijöille työnohjausta. Kriisikonsultointikeskus rakentui sen pohjalle, että perinteisten mielenterveystyön menetelmien ei katsottu toimivan tehokkaasti traumojen hoidossa, vaan koettiin tarvittavan erityisesti kriisi-interventioon kehitettyjä menetelmiä. Kriisikonsultointikeskus oli Traumaterapiakeskuksen edeltäjä ja se toimi Oulun Ensi- ja turvakodin tiloissa.

Vuosi 1997 oli pääjärjestön, Suomen Mielenterveysseuran juhluvuosi. Oulun seudun

Mielenterveysseura pyrki juhluvuonna vakiinnuttamaan ja laajentamaan asemaansa Oulussa. OSMS järjesti yhdessä Oulu-opiston kanssa luentosarjan ”Mielenterveys kunniaan”, jossa käsiteltäviä aiheita olivat esimerkiksi mielenterveyden huolto ja hoidon saatavuus, jotka ovat olleet myös OSMS:n toiminnan teemoja alusta pitäen. Seuran toimintaa oli aina haluttu pitää esillä, joten kun vuonna 1997 Ouluun suunniteltiin järjestöjen välistä kumppanuustaltoa, OSMS oli välittömästi mukana suunnitelmien kehittämisessä. ”Kumppanuuskulma” avasi ovensa vielä samana vuonna, ja se tarjosi tilan, jonne oli koottu yhteen eri hankkeita sekä kansalaisjärjestöille atk-, kopiointi- ja tiedotuspalveluita.



Antero Aalto ojentaa Airi Karjalaiselle

SMS 100v kunniakirjan ja kunniamerkin v. 1997.

Kun 1990-luvun loppupuoliskolla vapaaehtoistyön haasteina olivat yhä olleet tukihenkilöiden sitouttaminen toimintaan, päätti OSMS korjata tilannetta palkkaamalla yhden työntekijän vapaaehtoistyön koordinointiin ja kehittämiseen, käynnistämällä ”Toivoa on!”- tukihenkilötoiminnan ja vapaaehtoistyön kehittämisprojekti. Projektin tavoitteina olivat mm. vapaaehtoisten kouluttaminen mielenterveyskuntoutujien tukihenkilöiksi sekä yksilötukisuhteiden ja verkostoitumisen kehittäminen. Lisäksi käyttöön otettiin vapaaehtoisten palkitsemisjärjestelmä, tukihenkilömerkki (hopeinen ja kultainen merkki), jolla haluttiin kiittää pitkäjänteisestä mukanaolosta

vapaaehtoistyössä ja sitoutumisesta seuran toimintaan ja periaatteisiin.

Uudelle vuosituhannele siirryttäessä OSMS etsi aktiivisesti uusia toimitiloja ja oli mukana mm. Polku- ja Mielenterveyden kulmakivet -projekteissa, kehitti seuran kotisivuja sekä tilasi seuralle uuden logon. Myös seuran puheenjohtaja vaihtui vuonna 2001. Tuomo Vilppola erosi puheenjohtajan tehtävästään ja pitkään seuran hallituksen toiminnassa mukana ollut Sirkka Viitala valittiin seuran uudeksi puheenjohtajaksi.

”Toivoa on!”- projekti otti hyvin tuulta purjeisiinsa ja projektin aikana vuosina 2000–2004 koulutettiin 89 tukihenkilöä, 31 vertaisohjaajaa ja 30 tukipuhelinpäivystäjää OSMS:n toimintaan.

Toiminta laajeni ja uusia toimintamuotoja kehitettiin aktiivisesti. Mielenterveysseurassa jo 1990-luvun alkupuolella esillä ollut ajatus kriisikeskuksen perustamisesta nostettiin uudestaan keskusteluun. OSMS:n avatessa uudet toimitilat keskustassa, oli avajaisiin kutsuttu ihmisiä eri verkostoista, kuten kaupungin mielenterveyspalveluista. Tuolloinen SMS:n Pohjois-Suomen aluekoordinaattori Sinikka Kähkönen käytti avajaisissa puheenvuoron, jossa hän perusteli kriisikeskuksen merkitystä Oulussa. Tämän pohjalta hanke sai tulta alleen ja Oulun seudun mielenterveysseuran hallitus teki lopulta päätöksen hakea kriisikeskushanketta. OSMS päätti järjestää kriisikeskusprojektiin liittyen keskustelutilaisuuden mahdollisille yhteistyöverkostoille:

”Kutsuttiin verkostoista, mielenterveyspalveluista, avainihmisiä keskustelemaan Oulun kriisikeskushankkeesta. Olin itse siinä tilaisuudessa ja muistan, että hämmästyimme hallituksen väen kanssa, kun ovi rupesi käymään, sinne tuli ihmisiä! Semmoisen puheenvuoron muistan, että mielenterveystoimiston osastonhoitaja sanoi, että heillä on todella paljon asiakkaita ja heillä on iso huoli heistä, et miten he pystyy palvelemaan kaikkia, kun heille soittaa niin paljon kriisiasiakkaita. Esimerkiksi sinä päivänä hän oli vastannu puhelimeen, jossa vanhempi rouva oli soittanu, et ku hänen miehensä on kuollu, et eikö hän pääse vastaanotolle. Että näitä kriisiasiakkaita, jotka ei tartte psykiatriaa. Hän ei tietenkään voinu sanoa sille rouvalle, että oikeestaan heillä on niin paljon sairauteen, mielenterveyshäiriöihin liittyviä ihmisiä, olis vaikea priorisoida. Et hän otti vastaan, mutta hällä oli huoli, että pystyvätkö he ottamaan psykiatriset potilaat, että he saavat hoidon ja lääkkeet. Heille tuli paljon yhteydenottoja kriisissä olevilta. He tavoittivat heti sen, et kriisikeskusta tarvitaan, kun on niin paljon oikeita kriisikeskusasiakkaita!”

(Sinikka Kähkönen, hyvinvointitoiminnan suunnittelija, ent. Aluekoordinaattori).

3. KRIISIKESKUKSEN ALKU 2004-2010

Oulun seudun Mielenterveysseuran (nykyinen MIELI Oulun seudun Mielenterveys ry) tavoite sekä merkitys on ollut toimia mielenterveyden ja mielen hyvinvoinnin kansalais- ja asiantuntijajärjestönä, mielenterveyspalveluiden kehittäjänä ja tuottajana seuran perustamisesta asti. Tavoitteena on ollut kehittää paikallista mielenterveystyötä, painopisteenä erityisesti mielenterveysongelmien ennaltaehkäisy. Tukihenkilötoiminta on ollut 1980-luvulta asti merkittävässä roolissa OSMS:n toiminnassa. Seuran toimintoja ja sen tarjoamia palveluita haluttiin kuitenkin entisestään laajentaa, mistä syntyi lopulta Kriisikeskus-projekti. Projektin tarkoitus oli kehittää Oulun seudulle pysyvä kriisiauttamisen ideologian mukainen toimintamalli.

Kriisikeskuksen perusidea on matalan kynnyksen ennaltaehkäisevä kriisityö. Projektin tavoite oli

ensihetkistä alkaen viiveettömästi tarjottava keskusteluapu kriisin eri vaiheisiin. Kriisikeskuksen toivottiin madaltavan hoitoon hakeutumisen kynnystä, koska tukea oli saatavilla 1–2 päivän kuluessa yhteydenotosta ja sitä saattoi saada anonyymisti.

Vuonna 2004 Oulun kaupungin mielenterveystyön kokonaissuunnitelman kartoituksessa oli havaittu, että kaupungin kriisipalvelut olivat puutteelliset. Oulun kriisikeskus-projekti syntyi vastaamaan myös tähän tarpeeseen. Oulussa oli jo toimijoiden yhteinen kriisikonsultointi- ja koulutuskeskusprojekti (nykyinen Traumaterapiakeskus), mutta Kriisikeskus-projektissa haluttiin tämentää kriisityön toimintoja.

Oulun kriisikeskuksen avajaiset pidettiin toukokuussa 2004. Kriisikeskuksessa työskenteli tuolloin johtaja Sirkka Viitalan lisäksi yksi kriisityöntekijä ja joukko koulutettuja vapaaehtoisia. Perustamisvuoden syksynä Oulun kriisikeskus ja Oulun seudun Mielenterveysseura ry järjestivät yhdessä Oulu-opiston kanssa luentosarjan kriiseistä syksyllä 2004. Mielenterveystiedon jakaminen on ollut keskeinen osa seuran toimintaa, sillä vain tietoa lisäämällä ja jakamalla voidaan lisätä myös ymmärrystä. Vuoden 2004 Tapaninpäivänä koko maailmaa ravisutti suuri kriisi, kun Tyynellämerellä tapahtui iso maanjäristys, minkä seurauksena Thaimaahan iski tuhoisa tsunami. Useita suomalaisia katosi ja menehtyi Thaimaan tsunamissa, myös oululaisia henkilöitä oli kadoksissa. Kriisiavulle oli todellista tarvetta heti perustamisesta lähtien. Oulun kriisikeskus oli mukana Aasian katastrofin aiheuttaman kriisin jälkipuinneissa tarjoamalla keskusteluapua niin paikan päällä, kuin puhelimitse.

”Kävin tsunamin jälkeen muun muassa koulussa puhumassa yleisesti oppilaille, et mitä kriisi voi aikaan saada.” (Sirkka Viitala, kriisikeskuksen ensimmäinen johtaja 2004–2010).

”Mulla on kaks tsunamipuhelua ollu. Pitkiä puheluita.” (Juha Mäkivierikko, vapaaehtoinen, MIELI Oulun seudun Mielenterveys ry:n hallituksen pitkäaikainen jäsen).

Oulun kriisikeskus sijaitsi alun pitäen vuonna 1909 valmistuneessa vihreäksi maalatussa puutalossa, joka sijaitsi arvokkaana pidetyssä Tuiranpuiston alueella, Koskenrannan entisen kuntoutuskodin paikalla. Kriisikeskuksessa haluttiin luoda kodinomainen tunnelma kriisiin apua hakevalle, jotta ihminen tuntisi olonsa mahdollisimman turvalliseksi astuessaan ovesta sisään. Oulun kaupunki tuki toimintaa tarjoamalla tilan veloituksetta kriisikeskuksen käyttöön, mikä oli suuri etu toiminnan kannalta. Suurin osa kriisikeskuksen toiminnan rahoituksesta saatiin Raha-automaattiyhdistykseltä (RAY). Kriisikeskustoiminta alkoi kolmivuotisena projektina 2004–2006, mutta OSMS haki pysyvää avustusta RAY:ltä vuodesta 2007 eteenpäin.



Oulun kriisikeskuksen avajaiset
yhteistyökumppaneille 30.4.2004

”Mää tykkäsin silloin, muistan kun muutettiin sinne, se oli tuo tukihenkilöprojekti tuossa Pakkahuoneenakadulla, siellä oli tavaroita tietenkin, ne muutettiin sinne Tuirantie ykköseen ja ai että oli ihana päästä sinne töihin! --- Siellä oli isot tilat. Koko talo oli! Välillä siinä oli Riku, eli rikosuhripäivystys siellä toisessa päässä kahdessa huoneessa, mut sitten ne siirtyi muualle. Sit meillä oli koko talo.” (Sirkka Viitala, kriisikeskuksen ensimmäinen johtaja 2004–2010)

Vuonna 2005 Oulun kriisikeskus oli toiminut reilun vuoden ja toiminta oli otettu vastaan hyvin. Asiakasyhteydenottoja oli kirjattu ensimmäisen toimintavuoden aikana 1500 ja tapaamisia 1240. Asiakaspalaute oli pääasiassa positiivista ja innostavaa; apua hakenneet ihmiset kokivat tulleen kuulluksi ja nähdyksi, sekä kokivat saaneensa sen avun ja tuen mitä olivat tulleet hakemaan. Kriisikeskus-projekti osoitti näin ollen merkityksensä osana kaupungin mielenterveystyön kenttää.

”Työ oli kyllä hyvin monipuolisesti merkityksellistä. Myös se toiminnan kehittäminen, ku se alkoi kaikki ja meidän piti kehittää kaikki tyhjästä! Aukioloajat ja mainokset. Tehtiin ite esitteet. Eihän meillä ollu mittään mainostoimistoa. Se oli semmosta kotikutoista, mutta monipuolista työtä. Ja tietenkin ne asiakastilanteet. Oli monipuolinen työnkuva.” (Sirkka Viitala, kriisikeskuksen ensimmäinen johtaja 2004–2010).

Vapaaehtoisille tukihenkilöille oli runsaasti kysyntää. Tukihenkilöiksi saattoi hakea kuka vain, jokainen hakija kuitenkin haastateltiin ennen koulutukseen hyväksymistä. Vapaaehtoisten haluttiin sitoutuvan toimintaan pitkäaikaisesti, joten vapaaehtoisten omien voimavarojen täytyi olla riittävät.

Oulun kriisikeskus koulutti kaikki vapaaehtoiset tukihenkilöt tehtäviinsä. Joillakin syntyi pitkiä, vuosiakin kestäviä tukisuhteita, useimmat tukisuhteet olivat kuitenkin muutamien kuukausien mittaisia.

”Oulu-lehestä luktiin, että oli tämmönen koulutus, ja mää menin sinne koulutukseen ja samoilla tein, oisinko vuojen verran ollu tukihenkilönä, ku mua sitten pyydettiin hallitukseen varajäseneksi.”
(Juha Mäkivierikko, vapaaehtoinen, MIELI Oulun seudun Mielenterveys ry:n hallituksen pitkäaikainen jäsen).

”Tämä kaveri, kenelle mää olin tukihenkilönä, se ei liikkunu kotoa mihinkään. --- Mää sain hänet kävelylle, mää sain hänet käymään kaupassa.” (Juha Mäkivierikko).

Samaan aikaan, kun kysyntä ja tarve vapaaehtoisista tukihenkilöistä kasvoi, havaittiin, että juuri pitkäjännitteisessä ja pitkäaikaisessa vapaaehtoistoimintaan sitouttamisessa oli haasteita. Asiaa pyrittiin kriisikeskuksen puolelta ratkaisemaan vapaaehtoiset koulutuksen tehostamisella, mutta myös järjestämällä esimerkiksi täydennyskoulutusta, virkistysiltoja ja työnohjausta vapaaehtoisille, minkä oli tarkoitus sekä sitouttaa tukihenkilöitä toimintaan että tukea vapaaehtoisten osaamista ja jaksamista tärkeässä työssä.

”Koulutuksista mää nautin todella kyllä, ympäri Suomea ihmisiä tapasi ja kaikki oli yllees semmosia mukavia, samanhenkisiä ihmisiä, niin siellä oli ihanaa.” (Airi Karjalainen, vapaaehtoinen tukihenkilö vuodesta 1982 ja entinen hallituksen jäsen).

”Koen, että oon todella paljon saanut tästä toiminnasta ja saanu toteuttaa ittiäni. --- Oli Tosi mielekästä, mää tykkäsin kaikella lailla. Oman kehityksen kannalta, aina huomasi koulutuksissa, että ”aah, niinhän se menneeki!” Oli hirveen mielenkiintosia ne koulutukset. Aina innostu, kun kävi koulutuksissa!” (Airi Karjalainen).

Koska toiminnan painopiste on aina ollut ennaltaehkäisevässä mielenterveystyössä ja tavoitteena on ollut tarttua tilanteisiin ennen kuin ne kasvavat toimintakykyä merkittävästi haittaaviksi ongelmiksi, järjesti Oulun kriisikeskus myös vertaistukiryhmätoimintaa. Esimerkiksi itsemurhan kautta läheisensä menettäneiden ohjattu vertaistukiryhmä koettiin tarpeelliseksi ja ryhmä keräsi paljon hyvää palautetta kävijöiltä. Marraskuussa 2005 Oulun kriisikeskus, Mielenvireys ry ja Oulun seurakunnat järjestivät itsemurhan uhrien muistoksi kynttiläkulkueen.

Oulun kriisikeskus ja OSMS vastaanottivat Oulu-Koillismaan pelastuslaitoksen 1500 euron arvoisen lahjoituksen joulun alla vuonna 2005, mikä oli selvä osoitus kriisikeskuksen tekemästä yhteiskunnallisesti merkittävästä mielenterveystyöstä, joka oli havaittu laajasti myös muiden toimijoiden osalta.

”Ihminen voimaantuu, vaikka olis ollut kuin syvissä vesissä aluksi, että kuinka se voimaantuu ihan muutaman käynnin aikana täällä.”

(Tanja Jetsonen, kriisikeskuksen palvelusihteeri).

Vuosi 2006 käynnistyi kriisikeskuksella vahvasti. Kriisikeskuksen silloinen johtaja Sirkka Viitala kirjoitti väkevästi mielipidekirjoituksen paikalliseen sanomalehti Kalevaan kriisikeskuksen toiminnan merkityksestä ja tavoitteista.

Onko kriisikeskus Oulussa tarpeellinen?

Kriisi on jokapäiväisessä puheessamme muovaunut tarkoitamaan sellaisia elämän ilmiöitä, joihin liittyy ahdistavia tunteita ja jotka ovat saaneet aikaan selviytymishaasteita. Nämä ilmiöt ovat alkuperältään sängen erilaisia. Kriiseillä voidaan tarkoitaa ihmisen menettämistä tai läheisen sairastumista tai läheisen kuolemaa tai läheisen menettämistä. Joskus kriisillä tarkoitetaan vain suuronnettomuuksia ja joskus kriisi saa aikaan ns. normaali elämään kuuluva kaanekohta tai stressitapahtuma.

Kriiseille on ominaista se, että kriisissä olevan ihmisen selviytymishaasteet ylittävät hänen selviytymiskapasiteettinsa ja ihminen kokee psyykkistä ahdistuneisuutta ja masentuneisuutta. Kriisiin joutuneelle ihmiselle on tärkeää saada kertoa tunteistaan ja kokemuksistaan henkilölle, jolla on aikaa ja ymmärrystä. Ulkopuolisen ihmisen tuki auttaa tavallisimmin kriisissä olevaa ihmistä selviytymään.

On myös tavallista, että kriisissä ollessaan ihminen mielellään tukeutuu ammattiauttajan apuun ja tukeen. Ulkopuolisen auttajan ei kuitenkaan tarvitse välttämättä edustaa mitään virallista psykiatrista erikoissairaanhoitoa organisaatiota, koska kriisi ei ole varsinaisen mielenterveydenhäiriö. Tarvittavan tuen ja varhaisen kriisiavun puute voi kuitenkin aiheuttaa myöhemmin mielenterveysongelmia.

Oulussa Kriisikeskus on toiminut reilun kaksi vuotta. Oulun seudun Mielenterveysseura ry perusti kriisikeskuksen Raha-automaattiyhdistyksen kolmivuotisen projektirahan avulla. Kriisikeskus saa toimintatukensa Oulun kaupungilta. Kaupunki lähetti tukemaan toimintaa todettuaan Mielenterveyden kokonaissuunnitelman kartoituksessa, että kriisipalvelut olivat riittämättömät.

Pitkät jonot perheasiainneuvottelukeskuksessa, nuorten neuvolassa ja hoitotakuun mahdollistava asiakkaiden priorisointi mielenterveystoimistossa tai ajan puute terveyskeskuslääkärillä vaikuttavat siihen, että kriisikeskukseen saapuu muualta ohjattuna asiakkaita, jotka kokevat tarvitsevänsä keskustelua apua välittömästi.

Pääperiaatteena on toimia matalan kynnyksen ensiapu paikkana, jonne kuka tahansa erilaisiin elämäntilanteisiin joutunut voi hakeutua joustavasti, maksutta ja nimettömänakin. Kriisiavun painopiste on psykososiaalisessa tuessa ja voimavarakeskeisessä ongelmanratkaisussa. Asiakaskäyntiä voi olla 1-5. Yleisimmät käynnit ovat yksilö- tai paritapaamisia parituntien kuluksi. Kriisikeskus tekee yhteistyötä monen tahon kanssa, muun muassa järjestää seurakunnan kanssa itsemurhan tehneiden läheisille sururyhmiä.

Toimintaan kuuluu myös vapaaehtoistyö. Haastattelun kautta valitut, koulutetut vapaaehtoiset tukihenkilöt päivystävät valtakunnallista kriisipuhelinta ja voivat auttaa ammatillisen kriisiavun jälkeen asiakkaita tukisuhteessa tai vertaisryhmissä.

Toiminnan laadun arvioimiseksi ja palveluiden edelleen kehittämiseksi tarvitaan palautetta palveluiden käyttäjiltä ja niiltä tahoilta, joiden kanssa tehdään yhteistyötä. Oulun kriisikeskuksen henkilökunta tekee yhteistyötä kuntien sosiaalitoimen, terveysasemien, mielenterveyskeskuksen, yliopistollisen sairaalan yhteispäivystyksen ja psykiatrian tulosyksikön, päihdeyksikön, optikkijärveydenhuollon ja ylioppilaiden terveydenhoitosäätien, työterveys- huollon, poliisin ja evankelisuluterilaisen seurakuntayhtymän henkilöstön kanssa. Yhteistyö on sovittua työnjakoa ja yhteisten asiakkaiden tilanteeseen liittyviä neuvotteluja.

Diakonia-ammattikorkeakoulun opiskelijat keräsivät palautetta Oulun kriisikeskuksen palveluiden käyttäjiltä ja yhteistyökumppaneilta palveluiden laadusta ja niiden kehittämisestä vuoden 2005 aikana.

Asiakkaat olivat hakeutuneet kriisikeskukseen keskustellakseen kriisistä joko yksin tai esimerkiksi puolison kanssa. Asiakkaat olivat kokeneet kriisiä perheen sisäiset erimielisyydet. Nuorilla kriisikeskukseen hakeutumisen syynä oli itenäistymiseen liittyviä vaikeuksia. Työyhteisöön liittyvät erimielisyydet, työuupumi-

nen ja työttömyys olivat myös yleisiä kriisikeskukseen hakeutumisen syitä. Myös omaisen kuolema tai vakava somaattinen tai psyykinen sairastuminen olivat tavallisen syy hakeutua kriisikeskukseen selvittelemään omaa elämäntilannetta.

Kriisikeskuksen palveluita, tukea antavaa kriisiapua ja selventäviä keskusteluja asiakkaita käytti vain pari kertaa. Jotkut vastaajat olivat toivoneet pitempää hoitojaksoa, mutta useimmat pitivät ”ajatus selkiyttämistä” riittävänä. Asiakkaat kokivat elämäntilanteensa selkiytyneen ja jäsentyneen. Näin kriisin tunne ja ahdistava olo helpottivat. Yksittäisissä vastauksissa toivottiin kriisikeskuksen järjestävän työpaikoille ja kouluille ohjausta ja tiedotusta kriiseistä ja niistä selviytymisestä sekä lisää tukihenkilötoimintaa.

Yhteistyökumppanit arvioivat kriisikeskuksen toimintaa omasta näkökulmastaan. Vastaajilla oli kokemusta yhteistyöstä, he olivat esimerkiksi ohjanneet asiakkaitaan selvittelemään perhetilannettaan kriisikeskukseen. Jotkut vastaajat olivat vastaanottaneet asiakkaitaan jatkohoitoon tai tutkimuksiin kriisikeskuksesta. Lähes kaikki vastaajat olivat tarvittaessa informoineet kriisikeskuksen toiminnasta asiakkaitaan.

Reilun kaksi vuotta toiminut Oulun Kriisikeskus on palautteen perusteella vakiinnuttanut asemansa niin sanotun matalan kynnyksen avun tarjoamispaikkana. Raha-automaattiyhdistyksen avustuskriteerien linjauksien ja kuntien sosiaali- ja terveystoimen taloudellinen ”kriisi” luovat kuitenkin uhkakuvan toiminnan jatkumiselle.

Kaleva 6.7.06

”On myös tavallista, että kriisissä ollessaan ihminen mielellään tukeutuu ammattiauttajan apuun ja tukeen.”

Marja-Liisa Läsky
FT, THM, yliopettaja Diakonia-ammattikorkeakoulussa.

Sirkka Viitala
Psyko- ja perheterapeutti (vet), Oulun Kriisikeskuksen johtaja

Vuosi 2006 oli toiminnan juurruttamisen vuosi. Kriisikeskus haki toiminnalleen pysyvää rahoitusta RAY:ltä vuodesta 2007 alkaen pystyäkseen vakiinnuttamaan toimintansa ja asemansa osaksi Oulun sosiaali- ja terveysalan kokonaisuutta. Yhteistyötä eri tahojen, kuten Oulun ensi- ja turvakodin, evankelisuluterilaisen seurakunnan ja KÄPY ry:n välillä jatkettiin ja uusia verkostoja luotiin erilaisten toimijoiden välille. Järjestettiin muun muassa koulutuksia rikosuhripäivystäjille sekä suruseminaari

lapsensa menettäneille vanhemmille.

Vuonna 2006 Oulun kaupungin pirstaloitunut kriisien hoito oli tulenpalava puheenaihe niin kaupungin, kuin kolmannen sektorin toimijoiden puolella. Koettiin, että selkeä kriisien hoidon toimintamalli oli puutteellinen, toiminnalta puuttui koordinaattori, eikä ollut selvää, minkä tahon puoleen apua tarvitseva voisi kääntyä. Asiakkaita palloteltiin toimijalta toiselle ja tämä koettiin apua hakevien oikeuksien polkemisena. Sama asia oli konkreettisesti havaittu myös kriisikeskuksen toiminnassa. Kriisikeskus pyrki omalta osaltaan pysäyttämään asiakkaiden pallottelun tarjoamalla keskusteluapua kaikkiin asiakasyhteydenottoihin.

Mielenterveyspäivänä lokakuussa 2006 OSMS palkitsi nuorten leskien ryhmän mielenterveyspalkinnolla kiitoksena sen tekemästä mielenterveystyöstä. Nuoret lesket ryhmä oli kokoontunut ilman taustajärjestöä jo vuodesta 2004 ja OSMS halusi osoittaa tukensa arvokkaalle ennaltaehkäisevälle mielenterveystyölle sekä tukitoiminnalle, mitä nuorten leskien ryhmä tarjosi vertaisilleen.

Vuosi 2007 oli Suomen mielenterveysseuran 110-vuotisjuhlavuosi ja tämä heijastui jonkin verran Oulun kriisikeskuksen toimintaan. Kriisikeskus järjesti esimerkiksi ”Älä anna tavaraa – anna itsesi”-kampanjan, jonka tavoite oli lisätä yhteisöllisyyttä perheiden ja yhteisöiden sisällä. Yhteisöllisyyden kokemukset voivat lisätä turvallisuuden ja pysyvyyden tunnetta, mikä voi edistää myös mielen hyvinvointia. Seura tarjosi mahdollisuuden antaa ystävälle, sukulaiselle tai muulle valitsemalle henkilölle leikkimielisen lahjakortin, jolla tarjottiin omaa aikaa ja apua läheiselle.

Vuoden 2007 kriisikeskustoiminnassa painottuivat mielen hyvinvoinnin parantaminen ja ylläpitäminen. Kriisikeskuksen henkilökunta osallistui ”Nice Run”- tapahtumaan tavoitteenaan lisätä tietoisuutta liikunnan mahdollisuuksista mielen hyvinvoinnin ja mielenterveyden tukemisessa. Lisäksi kesällä järjestettiin kriisikeskuksella ”Mielen hyvinvoinnin avoimet ovet”, jolloin yleisöllä oli mahdollisuus päästä tutustumaan kriisikeskuksen päivittäiseen toimintaan sekä nähdä, millaista vapaaehtoistyö mielenterveyden edistämiseksi oli käytännössä.

Kriisikeskuksen silloinen johtaja, Sirkka Viitala, oli usein erilaisissa paikallisjulkaisussa haastateltavana kriisityön asiantuntijana. Mediassa esillä oleminen lisäsi kriisikeskuksen näkyvyyttä, minkä odotettiin vaikuttavan siihen, että mahdollisimman moni tukea tarvitseva löytäisi palvelun.

Oulun kaupungin kriisityö oli saanut edellisvuosina kritiikkiä pirstaloituneesta rakenteesta, mutta

tähän saatiin vähittäistä muutosta syksystä 2007 alkaen. Kunta ryhtyi kouluttamaan sosiaali- ja terveysalan sekä opetustoimen henkilöstöä erilaisiin kriisityön menetelmiin ja asiakkaiden tarpeiden tunnistamiseen. Kriisityölle oli tasaisen kasvavasti kysyntää, joten kaupungin kriisityö rinnakkain kriisikeskuksen toiminnan kanssa oli tervetullutta mielenterveystyön kentälle.

Seuran toiminnassa haluttiin suunnata katse nuoriin. Oulun seudun Mielenterveysseura käynnisti nuorten ennaltaehkäisevän kriisityön Pulinapaja-projektin vuosille 2007–2011. Tämä oli osa valtakunnallista Pulinapaja-projektia. Projektissa painotettiin varhaista tukea sekä voimavarakeskeisyyttä ja pajatoiminta sai nuorta väkeä osallistumaan toimintaan. Loppuvuodesta 2007 kriisikeskus järjesti yhteistyössä Oulun-opiston kanssa luentosarjan ”Nuorten kriisit”.

Kriisikeskuksen asiakaspalaute oli kautta linjan ollut positiivista. Asiakkaat kokivat positiivisena muun muassa sen, ettei kriisikeskus kirjannut asiakaskäyntejä nimellä ja apua sai nopeasti.

”Ei tarvi odottaa pitkää aikaa päästäkseen käymään. Matala kynnys tulla, osataan neuvoa eteenpäin. Kunnioittava, ymmärtävä työntekijä.” (kriisikeskuksen asiakas)

”Parasta oli, kun ystäväni oli varannut minulle ajan tänne, niin samana päivänä minuun otettiin yhteyttä ja sain jutella puhelimessa pahimpana hetkenä.” (kriisikeskuksen asiakas)

”Minulla on väliä. Minä olen tärkeä!” (kriisikeskuksen asiakas).

Asiakkaiden palautteista välittyi lämpimän ja turvallisen luottamussuhteen merkitys sekä nopea avunsaanti, mitä kriisikeskuksen toiminnassa oli aina haluttu painottaa. Asiakas kohdataan inhimillisesti; hän saa kokemuksen nähdyksi ja kuulluksi tulemisesta. Useat sadat, jopa tuhannet ihmiset ovat saaneet arvokasta tukea ja apua kriisiensä keskellä.

Koska kriisikeskus toimi avustusrahoilla, haki seura jälleen RAY:ltä avustusta kriisikeskustoimintaan sekä Pulinapaja-projektiin vuodelle 2008. RAY myönsikin Pulinapajalle 100 000 €:n ja kriisikeskukselle 120 000 €:n avustukset. Kriisikeskus jatkoi rahoituksen turvin toimintansa kehittämistä. Perustettiin uusia vertaistukiryhmiä, kuten sururyhmä, ikäihmisten kuntoutusryhmä ja kriisityöntekijän luotsaama alakulo-/depressioryhmä masennuksesta kärsiville asiakkaille. Kriisikeskus oli myös jatkuvassa vuoropuhelussa ja yhteistyössä muiden kolmannen sektorin toimijoiden kanssa. Kriisikeskuksen tiloissa kokoontuivatkin Huoma ry:n (henkirikoksen uhrien läheiset) ryhmä sekä Delfins-ryhmä (lapsena seksuaalista väkivaltaa kokeneiden vertaistukiryhmä).

Oulun seudun Mielenterveysseuran sääntömääräisessä kevätkokouksessa vuonna 2008 nostettiin jälleen esille huoli Oulun kaupungin mielenterveyspalveluiden tilasta. Kriisikeskuksella oli havaittu, että mielenterveyspuolen asiakkaita, kuten masennusta sairastavia ohjattiin usein kriisikeskukseen, vaikka kriisikeskusjohtaja Viitalan mukaan nämä eivät olisi kuuluneet kriisiavun piiriin. Kaupungin mielenterveystoimiston asiakkaita saatettiin lähettää kriisikeskukseen esimerkiksi potilaan oman terapeutin ollessa lomalla. Kriisikeskuksella järjestettiin yksityishenkilön toimesta adressin keräys ja kampanjointia mielenterveystoimen palveluiden parantamisen puolesta. Adressi luovutettiin Oulun kaupungin päättäjille kriisikeskuksella huhtikuussa 2008.

Kriisikeskuksella työskenteli huhtikuun 2008 lopussa johtaja, kaksi kriisityöntekijää ja toimistotyöntekijä. Työntekijöiden lisäksi kriisikeskukselle otettiin myös sosiaali- ja terveysalan opiskelijoita työharjoitteluun. Kriisikeskuksella haluttiin pitää huoli työntekijöiden jaksamisesta työssään, joten työnohjauksessa painotettiin mm. työn rajaamista. Ei ole kenenkään etu, että auttajat uupuvat, joten panostaminen työntekijöiden hyvinvointiin oli kriisikeskukselle kannattavaa.

Syksyllä 2008 OSMS jakoi vuosittaisen mielenterveyspalkinnon Miesten Piirille, joka oli omaehtoinen, senioreista huolehtiva pitkään kokoontunut ryhmä. Mielenterveyspalkinnolla haluttiin kiittää toimijoita mielenterveyttä ja mielen hyvinvointia ylläpitävästä toiminnasta.

Vuosi 2009 oli Oulun seudun Mielenterveysseuran 40-vuotisjuhlavuosi ja se käynnistyi perustamalla juhlatoimikunta seuran hallituksen järjestäytymiskokouksessa. Juhlatoimikunta suunnitteli ja toteutti komean tilaisuuden 40-vuotisen toimintansa kunniaksi. Tilaisuudessa jaettiin vuosittainen mielenterveyspalkinto Terva-Toppilan koululle, pidettiin juhlapuheita, kuultiin musiikkiesityksiä sekä päästiin keskustelu- ja luentotilaisuuksissa käymään aktiivista keskustelua päivän polttavista mielenterveyskysymyksistä.



Osms 40v Kansalaisjuhla 10.10.2009 Lasaretissa

Kansainvälinen finanssikriisi loi synkän varjon yhteiskunnan ylle, mutta Oulun kriisikeskus ja Pulinapaja-projekti saivat talouslamasta huolimatta rahoitukset RAY:ltä pystyäkseen yhä toimimaan mielenterveyden edistämistyön eturintamassa. Toiminta oli kysyttyä; asiakaskäyntejä oli vuonna 2009 yhteensä 1135, joista uusia asiakkaita oli 546. Pulinapaja-projekti sai väliraportin mukaan kiitosta koulujen henkilökunnalta varhaisen tuen tarjoamisesta koulun arkeen. Kiitosta tuli myös nuorten vanhemmilta ja erityisesti nuoret tytöt olivat olleet tyytyväisiä toimintaan.

Ryhmätoiminta ja yhteistyö muiden toimijoiden kanssa jatkui myös kriisikeskuksen juhluvuotena. Esimerkiksi Surunauha ry:n kanssa toteutettiin yhteinen itsemurhan tehneiden läheisten vertaistukiryhmä. Kriisikeskuksella toimi myös ikäihmisten ”Hyvä mieli” -kuntoutusryhmä, jota veti 1982 vuodesta vapaaehtoisena toiminut Airi Karjalainen. Yhteistyö Rikosuhripäivystyksen kanssa oli myös edelleen käynnissä.

Monista onnistumisista huolimatta koettiin myös haasteita, lähinnä tukihenkilötoiminnan aktivoimisessa ja toiminnan ylläpitämisessä. Kriisikeskuksella oli määrä alkaa uusi tukihenkilökoulutus keväällä 2009, mutta osallistujia ei ollut ilmoittautunut riittävästi, minkä vuoksi koulutusta ei järjestetty. Tukihenkilöiden sitouttamisen ja toimintaan mukaan innostamisen haasteet olivat olleet jo vuosia esillä kriisikeskuksen ja OSMS:n puheissa ja toimintasuunnitelmissa. OSMS:n

arvion mukaan toiminnassa tulisi tehostaa muun muassa jäsenhankintaa ja tiedotusta. Näillä toimenpiteillä olisi mahdollista myös saada uusia tukihenkilöitä mukaan toimintaa.

Juhlavuoden 2009 lopulla päättyi Oulun kriisikeskuksen ensimmäisen johtajan, Sirkka Viitalan työsopimus ja oli aika valita uusi toiminnanjohtaja organisoimaan kriisikeskuksen toimintaa. OSMS:n hallitus haastatteli hakijoita, joista lopulta tehtävään valittiin Tiina Ahonen (ent. Pouta). Hänen mukanaan puhalsivat perhetyön tuulet myös kriisikeskukseen.

Uuden johtajan myötä vuonna 2010 perhetyön näkökulmaa nostettiin aktiivisesti esille ja toimintaan alettiin juurruttamaan ”Toimiva lapsi ja perhe” sekä ”Lapset puheeksi”- menetelmiä. Kriisikeskus teki yhteistyötä myös lasten ja nuorten erikoissairaanhoidon (lanu) kanssa mielenterveystyön rajapinnoilla. Yhteistyön tavoitteena oli nuorten tilanteen arvioiminen ja tämä rooli sopi kriisikeskukselle, koska keskuksella oli jo nuorten ennaltaehkäisevään mielenterveystyöhön suuntautuva Pulinapaja -projekti käynnissä. Lisäksi kriisikeskus ryhtyi yhteistyöhön Oulun ammattikorkeakoulun ja Oulun seudun ammattiopiston kanssa Tero-hankkeessa, jossa painopiste oli nuorten kriisiavussa. Hankkeessa koulujen opinto-ohjaajat tekivät arvion kriisiavuntarpeesta ja ohjasivat nuoria kriisikeskukseen.

Perhetyön näkökulma heijastui seuran toimintaan muun muassa siten, että jokavuotisen seuran mielenterveyspalkinnon saajaksi haettiin tänä vuonna Oulun varhaiskasvatuksesta kampanjalla ”Kaikista kivoin päiväkodi”. Palkinto luovutettiin lopulta Lassin vuoropäiväkodille. Perusteluissa korostui vanhempien tyytyväisyys päiväkodin joustavuuteen perheen tarpeiden mukaan sekä päiväkodin ”oma aikuinen”- järjestelmä.

Kesä 2010 oli kriisikeskuksessa kiireinen ja tapahtui niinkin, että kriisikeskuksella ei ollut tarjota aikoja kaikille avun tarvitsijoille. Oulun kaupungin mielenterveystoimipisteiden kesäsulku näkyi kriisikeskuksen toiminnassa; normaalisti mielenterveystoimistojen listoille kuuluvat asiakkaat hakeutuivat nyt kriisikeskukseen. Kriisikeskuksessa huolestuttiin palveluiden eriarvoistumisesta asuinpaikasta riippuen, esimerkiksi entisen Sepän terveysasemalta ohjattiin toistuvasti asiakkaita Oulun kriisikeskukseen, vaikka nämä olisivat kuuluneet kaupungin hoidettavaksi. Teemaa käsiteltiin myös paikallismedioissa. Kriisikeskus on aina pyrkinyt olemaan välittömästi saatavilla, joten tilanne, jossa asiakkaille jouduttiin myymään ”ei oota”, oli kestänyt kriisikeskuksen toimintaperiaatteiden näkökulmasta. Asiakkaita jouduttiin priorisoimaan, eikä apua voitu tarjota kohtuullisessa ajassa, vaan ajat saattoivat mennä yli viikon päähän yhteydenotosta. Tilanteen ratkaisemiseksi päätettiin järjestää kriisikeskukselle viikoittainen päivystyspäivä. Päivystyspäivälle

ei annettu aikoja, kuin samalla viikolla. Kokeilu päätettiin aloittaa heti toimintavuoden 2011 alusta. Sittenpäin päivystyspäivästä on luovuttu.

4. KRIISIKESKUKSEN VAIHEET 2011- 2016

Vuodenpyörä kääntyi vuoteen 2011 ja jonojen purkaminen aloitettiin välittömästi. Asiakaskäyntien suhteen havaittiin pian, että yhä useammin asiakkaat hakeutuivat kriisikeskukseen vasta tilanteen ollessa vaikeasti kriisiytynyt, suorastaan ”kaoottinen”. Tämä kehityssuunta vaikutti kriisityön mahdollisuuksiin asiakkaiden auttamisen suhteen; kun kriisikeskukseen hakeuduttiin niin sanotusti ”liian myöhään”, eivät asiakkaat enää olleet kriisityön keinoin autettavissa. Tämä palveluiden riittämättömyys kuormitti inhimillisellä tasolla niin työntekijöitä kuin asiakkaitakin.

Vuoden 2011 lopussa päätökseen tulleessa Pulinapaja-projektissa oli tehty samankaltainen havainto, kuin kriisikeskuksen toiminnassa yleisesti. Asiakasmäärät olivat kasvusuunnassa ja ongelmat nuorten elämässä olivat moninaistuneempia. Pulinapaja-projekti oli nähty arvokkaana ja koska projektin rahoituksesta oli vielä varoja jäljellä, syksyllä 2011 päätettiin palkata työntekijä vielä seuraavaksi vuodeksi juurruttamaan Pulinapajan toimintoja osaksi koulujen toimintamalleja.

”Ne aiheet, mistä nuoret kävi keskustelemassa, oli koko elämän kirjo. Kyllä siellä välillä käytiin itkemässä iloakin, ku tämä on se ainut paikka, sinä oot se ainut aikuinen, joka minua aidosti kuuntelee ja on tässä minua varten ja jaksaa iloita minun kanssa tästä asiasta.” (Taija Hirvonen, Pulinapajan työntekijä 2009–2012).

”Me tehtiin semmonen vinkkivihko kouluille, missä oli erilaisia ongelmallisten tilanteiden vinkkejä ja näitä meidän toimintamalleja, millä oltiin tehty interventioita kouluille.” (Taija Hirvonen).

Vapaaehtoistyön taloudellista arvoa yhteiskunnallisella tasolla arvioitiin vuonna 2011 ja kolmannen sektorin toimijoiden ja vapaaehtoistoiminnan ansiosta nähtiin, että yhteiskunnan varoja säästyy jopa miljardeja euroja. Vapaaehtoistyö oli kuitenkin selvässä murroksessa ja tämä näkyi myös kriisikeskuksen ja OSMS:n toiminnassa; vapaaehtoisia oli vaikea saada tukisuhteisiin, mutta toisaalta vapaaehtoiset olivat mielellään vastaamassa kriisipuhelimiin sekä ohjaamassa ryhmiä. Vapaaehtoistyö muovautui toimijoidensa mukaiseksi.

Oulun kriisikeskus sai vuonna 2011 pienen lahjoituksen, joka oli korvamerkitty nuorten kanssa tehtävään kriisityöhön. Kriisikeskus päätti järjestää kriisityöntekijän kerran viikossa Byströmin

talolle nuorten matalan kynnyksen kriisipäivystäjäksi.

Vuonna 2012 Tuirassa sijaitsevien kriisikeskuksen tilojen todettiin kaipaavan mittavaa remonttia. Remontin ajaksi alettiin suunnitella uusia tiloja ja tässä vaiheessa Oulun kaupunki lupasi edelleen kustantaa myös uudet tilat. Kriisikeskustoiminta oli alkanut vakiinnuttaa asemaansa kaupungin mielenterveystoimijoiden joukossa ja oli keskeisin osa OSMS:n toimintaa, jollaisena se haluttiin myös pitää.

Alkuvuoteen 2012 osui taloudellisia haasteita; Pulinapaja-projekti olikin vienyt loppuvuodesta 2011 enemmän varoja kuin oli laskelmoitu, mutta uusi työntekijä oli jo palkattu, eikä työsopimuksen purkaminen olisi onnistunut ongelmitta. Tämä ratkaistiin työaikajärjestelyillä. Lopulta tilanne ratkesi lopullisesti, kun yksi Pulinapajan työntekijä siirtyi kokonaan kaupungille töihin. Näin ollen palkkakustannusten arvioitu miinusbudjetti tasoittui.

”Jouduttiin jopa miettiä lommutuksia. Silloin oli semmoista, että piti miettiä, Tiinakinhan ilmoitti, että hän voi jäädä vapaaehtoisesti pakkolomalle. Mutta kun ollaan menty siitä eteenpäin, on menny hirveän hyvin tilanne. On saatu isommat avustukset STEA:lta ja saatu työntekijöitä lissää.” (Juha Mäkivierikko, vapaaehtoinen, MIELI Oulun seudun Mielenterveys ry:n hallituksen pitkäaikainen jäsen).

Keväällä 2012 kaikki Suomen kriisikeskukset tekivät RAY:lle selvityksiä toiminnastaan. Kriisikeskukset loivat yhteisen määritelmän toiminnan periaatteista. RAY pyrki jatkossa huomioimaan jatkoavustuksissa ja muissa rahoituksissa muun muassa alueen väestöpohjan ja muut erityiset toimintaan vaikuttavat seikat. RAY:n näkökulmasta oleellista kriisikeskustoiminnassa oli toimia alueellisen kehittäjän roolissa. Kriisikeskusten ei ole tarkoitus paikata kaikkia kunnan tai kaupungin puuttuvia toimintoja. Tähän kehitettiin seuranata- ja arviointijärjestelmä.

Syksyllä 2012 seura pohti vuosittain järjestettävien luentosarjojen mielekkyyttä. Luennot olivat vuosi vuodelta keränneet vähenevän määrän osallistujia, ja seura katsoi kysynnän vähäisyyden vuoksi luentosarjojen järjestämisen kannattamattomaksi. Mielenterveyspalkinto kuitenkin jaettiin vielä tänäkin vuonna ja tällä kertaa palkinto luovutettiin koulupoliisi Merja Heikkiselle tämän nuoriin suuntautuvasta työstä.

Vuosi 2013 käynnistyi palkkaamalla kriisikeskukseen uusi kriisityöntekijä ja vaikka RAY:ltä saatu avustussumma oli pienempi, mitä haettiin, ei sen annettu vaikuttaa työhön ja toiminnan järjestämiseen.

Vapaaehtoistyön edistämiseksi rakennettiin vapaaehtoisten osallistamiskampanja ”Minustako tukihenkilö?”. Tavoite oli tehdä vapaaehtoistoimintaa näkyvämmäksi ja tässä tehtävässä auttoivat Limingan taidekoulun nuoret opiskelijat tekemällä sarjakuvia kriisikeskuksen vapaaehtoistyöstä.

Vuonna 2013 Oulun Osuuspankilta saadun lahjoituksen turvin Oulun kriisikeskus ja Oulun ensi- ja turvakoti perustivat vertaisryhmän raiskauksen uhreille. Samoihin aikoihin Oulun kriisikeskuksella pohdittiin perhetyön hanketta. Perheiden kriisiapu kaupungin palveluissa koettiin riittämättömänä. Esimerkiksi tilanteessa, jossa toinen vanhemmista sairastuu, muut perheenjäsenet eivät saaneet riittävästi apua ja tukea kriisiinsä ja tähän epäkohtaan kriisikeskus halusi puuttua. Seura halusi luoda selkeän mallin perheiden kriisiavusta, oli kriisin syy mikä hyvänsä. Perheiden kriisityöhön haettiin RAY:ltä hankeavustusta keväällä 2013, mutta valitettavasti tämä hanke ei saanut rahoitusta.

Asiakasaikojen kanssa kriisikeskuksessa oli edelleen ruuhkaa kriisikeskuksessa. Ajat saattoivat pisimmillään mennä jopa muutaman viikon päähän yhteydenotosta, mutta olemassa olevilla resursseilla kriisikeskuksen ei ollut mahdollista purkaa tilannetta.

”Ajanvaraustilanne ellää koko ajan. Aikalaille viikon sisällä, tai reilun viikon sisällä pystytään antamaan se ensimmäinen aika. Siihen pyritään. Aiemminhan meillä meni jopa kolmen viikon päähän, ja silloin täytyi pittää niitä sulkuja, et ei voitu ottaa kerta kaikkiaan uusia asiakkaita.”

(Tanja Jetsonen, kriisikeskuksen palvelusihteeri).

Oulun kriisikeskuksen vapaaehtoiset tukihenkilöt järjestivät syksyllä 2013 metsäkävelyitä maahanmuuttajien kanssa. Tavoitteena toiminnalla oli ihmisten kotouttamisen tukeminen tutustuttamalla maahanmuuttajia Suomen luontoon, kieleen ja kulttuuriin.

Erja Saarela, josta tuli sittemmin myös kriisikeskuksen toiminnanjohtaja, aloitti työskentelynsä Oulun kriisikeskuksella kriisityöntekijänä 2013. Hän toi mukanaan kriisiasiakkaiden kohtaamiseen erilaisia työskentelymenetelmiä, kuten korva- akupunktion ja muita kehollisia työvälineitä.

Vuosi 2014 oli Oulun kriisikeskuksessa toivoa täynnä. Tämä oli kriisikeskuksen 10-vuotisjuhlavuosi ja tietysti tätä varten suunniteltiin juhlaseminaaria. RAY:n rahoitus koettiin kohtuulliseksi, mutta sillä ei voitu palkata uutta kokoaikaista työntekijää, kuin puoleksi vuodeksi. Tähän tehtävään valittiin jo aiemmin kriisikeskuksella työharjoitteluaan suorittanut kriisityöntekijä. Vapaaehtoistoiminta oli ottanut hieman tuulta purjeisiinsa. Puhelinpäivystäjää riitti hyvin ja oletettavasti edellissyksyn koulutuksella oli tässä osansa.

Kriisikeskusjohtajien työkokouksessa linjattiin muun muassa kriisityöosaamisen kehittämisestä. Haluttiin yhtenäinen koulutus kriisityöhön sekä vapaaehtoisten ohjaamiseen ja johtamiseen. Kokouksessa nostettiin esille laadukkaan työn takaaminen käyttämällä työkaluina seuranta ja arviointia. Samana vuonna Suomen Mielenterveysseuran (SMS) johtoryhmän näkemyksen mukaan kriisikeskuksissa tehtiin liian paljon ”asianajotyötä”. Tämä tarkoitti käytännössä sitä, että kriisikeskuksissa asioi paljon asiakkaita, jotka olisivat tarvinneet julkisia palveluita, mutta joiden oli vaikea päästä julkisen puolen palveluiden piiriin. Johtoryhmä linjasi, että kriisikeskusten tuli rajata mielenterveysongelmaisten hoidon ja palvelutyön kriisityön ulkopuolelle. Tämä kehityssuuntaus oli ollut Oulun kriisikeskuksessa näkyvillä jo jonkin aikaa, esimerkiksi siinä, miten asiakkaita ohjattiin hakeutumaan oman terapeutin loma-aikoina kriisikeskukseen. Joskus kävi kuitenkin niin, että eri toimijalta toiselle pompottelu tai palveluiden laatu aiheutti itsessään kriisin asiakkaalle, jolloin kriisikeskukseen hakeutuminen oli jokseenkin perusteltua.

Vuonna 2014 Pohjois-Pohjanmaan Sydänpöytä -projekti ja Pelirajat’on -toiminta esittivät yhteistyötoiveen kriisikeskukselle. Yhteistoiminnan tavoitteeksi esitettiin työttömäksi jääneiden oululaisten työikäisten työkykyä kehittävää ja terveyttä tukevaa ennaltaehkäisevää toimintaa. Pelirajat’on -ryhmä kokoontuikin kriisikeskuksen tiloissa kerran viikossa.

Oulun kriisikeskuksen juhlaseminaari järjestettiin syksyllä 2014 Oulun pääkirjaston Pakkala salissa. Juhlaan kutsuttiin yhteistyökumppaneita ja juhlassa oli luentoja, kriisikeskuksen toiminnan esittelyä, musiikkia, puheita sekä tietysti juhlakahvit. Työntekijöiden, seuran hallituksen sekä tukihenkilöiden iltajuhla oli vapaamuotoisempi tilaisuus.

Vuonna 2015 seuralle myönnetty avustusmäärä RAY:ltä oli jälleen vähemmän, kuin oli haettu. Kriisikeskuksella oli kuitenkin edellisvuodelta siirtyviä varoja käytössään. Toiminnan laajentamiselle olisi ollut tarvetta, koska asiakasmäärät olivat valtakunnallisesti tarkasteltuna suuret. Toiminnan laajentamiseen ei silloisilla resursseilla vielä pystytty. Maailmanlaajuinen turvapaikanhakijoiden kriisi ulottui myös Oulun kriisikeskuksen toimintaan. Kriisikeskukselle ohjattiin sosiaali- ja terveystoimen kotouttamispalveluista maahanmuuttajia. Epäselvyyttä aiheutti se, kenelle kuuluivat käynteihin liittyvät tulkikustannukset, kriisipalvelun tilaajalle, eli kaupungin sosiaali- ja terveystoimelle, vai kriisikeskukselle.

Keväällä 2015 Oulun kaupungin sosiaali- ja terveystoimen linjaus aiheutti huolta ja keskustelua. Linjauksen, jonka mukaan avustukset ja tuet järjestöille ryhdyttäisiin myöntämään tuloksellisuuteen perustuvan pisteytyksen kautta. Järjestökentällä pohdittiin, miten kaupungin uusi systeemi huomioisi

pienet järjestöt, mikäli avustukset perustuisivat pelkästään tuloksellisuuteen. Kaupunki linjasi, että järjestöt voivat saada sosiaali- ja terveystoimen avustuksista 5–12,5 % kokonaiskustannuksista. OSMS lähestyi kaupunkia huolen ja avunpyynnön kanssa. Lopulta kaupunki päätti tukea Oulun kriisikeskuksen toimintaa vielä seuraavan vuoden (2016) kustantamalla tilat kriisikeskustoiminnalle kuten tähänkin saakka, mutta tämän jälkeen kaupungin tuki päättyisi. Kriisikeskus etsi joka tapauksessa uusia tiloja tulevan remontin ja sisäilmaongelmien vuoksi, mutta tämän päätöksen myötä uusien tilojen etsinnästä tuli välttämättömyys.

Keväällä seura lähti kumppaniksi Sydänpiirin HYMYÄ-hankkeeseen, jossa tavoitteena oli kehittää sydänpotilaille varhaisen puuttumisen ja tuen malli mielenterveyden viitekehyksessä. Tiedetään, että pitkäaikaissairauksilla on vaikutuksensa niin yksilöön, kuin ympäristöön, esimerkiksi perheeseen, puhumattakaan äkillisistä sairastumisista, jotka voivat itsessään olla kriisi. Hankkeen puitteissa Oulun kriisikeskus lupautui järjestämään Mielenterveyden Ensiapu 1 ja 2 -koulutuksia. Hanke sopi näin ollen perustellusti seuran pirtaan.

Oulun seudun Mielenterveysseura, Oulun kriisikeskus ja Surunauha ry järjestivät syyskuussa valtakunnallisena itsemurhien ehkäisypäivänä pyöräilytapahtuman, jolla pyrittiin herättämään tietoisuutta itsemurhien ehkäisystä ja samalla haastettiin kaupungin päättävään tahoa kääntämään katseensa ja teemaan.





Henkilöstötilanne muuttui vuoden 2016 aikana, kun silloinen toiminnanjohtaja Tiina Ahonen (ent. Pouta) irtisanoutui kesäkuussa 2016. Uudeksi johtajaksi valittiin kriisityöntekijänä toiminut Erja Saarela. Määräaikaisella työsopimuksella olleelle kriisityöntekijälle pystyttiin laatimaan vakituinen työsopimus ja toimintaan palkattiin myös toinen kriisityöntekijä heinäkuusta vuoden loppuun saakka.

RAY:n avustusvalmistelija vieraili kriisikeskuksella, joka lupautui konsultoimaan OSMS:aa seuraavaa RAY:n avustushakemusta tehtäessä. Avustusvalmistelijan mukaan avustusta tulisi hakea hyvin täsmällisesti se määrä, mille oli tarve. Tämä konsultointituki tuotti positiivista tulosta, sillä seuraavalle vuodelle myönnetty avustus oli merkittävästi suurempi, kuin aikaisempien vuosien avustukset.



OSMS sai myös lahjoituksen Lastenlaulukadulta, minkä turvin seura hankki musisointitarvikkeita Oulun kriisikeskukseen. Tarvikkeet tulivat vuonna 2015 perustetun Laulu- Liisat ja Lassi ryhmän käyttöön. Laulu- Liisat ja Lassi on lauluryhmä, joka vierailee pääasiassa ikäihmisten palvelutaloissa ilahduttamassa asukkaita. Lisäksi Laulu-Liisat ja Lassi on nähty myös muissa vapaaehtoistapahtumissa esiintymässä. Samana vuonna Oulun kriisikeskus sai Suomen Mielenterveysseuralta erityisrahoituksen

itsemurhan kautta läheisensä menettäneiden sururyhmää varten.

Työntekijöiden työhyvinvointi sekä koulutukset olivat vuonna 2016 esillä puheissa ja teoissa.

Toiminnanjohtaja yhdessä toisen kriisityöntekijän kanssa suorittivat alkuvuodesta kriisityön koulutuksen. Työhyvinvointia haluttiin lujittaa liikunta- ja kulttuurisetelien muodossa. Lisäksi työntekijöille annettiin mahdollisuus käyttää työaikaan tunti viikossa liikkumiseen ja hyvinvoinnin ylläpitämiseen. Työntekijät kävivät yhdessä esimerkiksi kävelylenkeillä ja kuntosalilla. Liikuntatunnit lujittivat työntekijöiden keskinäistä suhdetta ja tukivat työssä jaksamista. Nämä toimintamallit ovat edelleen kriisikeskuksella käytössä. Myös vapaaehtoisten hyvinvoinnista huolehdittiin kriisikeskuksella ja se on saanut paljon kiitosta vapaaehtoisilta:

”Mulle ihan yllätys sillon, ku tulin vapaaehtoistyöhön, et meistä pidetään niin hyvin huolta. Meillehän on täällä Tanja tehny voileivät valamiiksi ja kattanu kuppia pöytään. Enimmäkseenhän me ollaan kaks kerrallaan täällä. Ku ollaan kaksittain, siinä sitten voi jo purkaa sen päivystyskaverin kans niitä asioita. Kuukausittainhan meillä on tukihenkilöillat ja työnohjaukset. Se työnohjaus on kyllä mun mielestä, nyt ku aatttee, millaista se on ollu sillon, kun mä oon alottanu, niin se on nyt muuttunut koko ajan paremmaksi.” (Pirkko Alaviitala, vapaaehtoinen tukihenkilö ja kriisipuhelinpäivystäjä vuodesta 2012).

Pitkään työn alla ollut uusien tilojen etsintä sai päätöksensä 15.12.2016, kun Oulun kriisikeskus muutti uusiin vuokratiloihin. Kriisikeskus siirtyi Tuirasta Kirkkokadulle, Oulun Rotuaarille, keskelle kaupungin sykettä. Muutto vaati uusien kalusteiden ja kodinkoneiden hankintaa. Osa entisissä tiloissa olleista kalusteista oli kärsinyt huonon sisäilman vuoksi, mutta parhaiten säilyneet otsonoitiin ja ne siirtyivät työntekijöiden mukana uuteen osoitteeseen. Tilat pienenivät noin sadalla neliöllä, mikä valitettavasti tarkoitti pitkään jatkuneen rinnakkaistoiminnan päättymistä muiden toimijoiden kanssa. Käytännössä tämä tarkoitti, etteivät esimerkiksi Surunauhan, Delfinsin tai Pelirajat’ on ryhmät enää voineet kokoontua Oulun kriisikeskuksen tiloissa.

5. KRIISIKESKUKSEN VAIHEET 2017-2021

Vuosi 2017 käynnistyi uudella innolla, kun Sosiaali- ja terveystieteiden avustuskasutus STEA (entinen Raha-automaattiyhdistys RAY) myönsi Oulun kriisikeskukselle huplpean 306 000 euron avustuksen. Lisäksi edellisvuodelta siirtyi varoja, joten kriisikeskukselle palkattiin välittömästi palvelusihteeriksi jo aiemmin keskuksella työskennellyt toimistotyöntekijä. Hän sai heti hoidettavakseen yhdistyksen uudet nettisivut. Kriisikeskukselle palkattiin myös kaksi uutta kriisityöntekijää. Toinen aloittavista kriisityöntekijöistä ryhtyi vetämään sururyhmää yhdessä evankelisluterilaisen seurakunnan sairaalapastorin kanssa.

”Ei katsota titteleitä, vaan kaikki ovat samanarvoisia.” (Heikki Rankinen, sururyhmän kävijä, Forum24 2.3.2017)

Kriisikeskuksen työntekijät olivat juurruttaneet toimintaan mukaan erilaisia kehollisia menetelmiä. Kehollisten menetelmien kantava ajatus on, että kehomieli yhteys ymmärretään kiinteänä sekä vuorovaikutteisena. Keho ja mieli ovat jatkuvassa vuoropuhelussa keskenään, vaikuttaen toinen toisiinsa. Kehollisia menetelmiä toteutettiin muun muassa jo 2015 käynnistyneessä rentoutusryhmässä, jonka tavoitteena oli perinteisten kriisityön tavoitteiden ohella tarjota asiakkaille lisääntyntä kehotietoisuutta sekä kotona tehtäviä rentoutus-, läsnäolo- ja mindfulness-harjoituksia. Rentoutusryhmä sai asiakkailta paljon hyvää palautetta ja kiitosta. Tämän lisäksi yksi kriisityöntekijöistä veti Voimaannuttava liike -ryhmää sekä ohjasi voimatanssityöpajoja kriisikeskuksen asiakkaille.

Oulun kriisikeskus järjesti yhdessä Nuorten ystävien ja Suomen Mielenterveysseuran kanssa ”Mitä Mielesä”- tapahtuman Oulun Rotuaarilla 2017. Se osui yksiin Oulun päivien ja Suomi 100-juhluvuoden kanssa. Tavoitteena oli tuoda Oulun seudun Mielenterveysseuralle ja kriisikeskukselle sekä ennen kaikkea mielen hyvinvointiin liittyville asioille näkyvyyttä. Tapahtumaan saatiin rahoitusta Suomen Mielenterveysseuralta.



Kesän aikana asiakasvirrat olivat suht tasaiset ja aikoja pystyttiin antamaan viikon päähän yhteydentotosta. Lokakuun loppuun mennessä tilanne muuttui, sillä Ruukin vastaanottokeskus alkoi lähettämään asiakkaitaan kriisikeskukselle. Tilanne saatiin kuitenkin pidettyä suhteellisen vakaana, eikä ruuhkautumista päässyt liiemmästi syntymään.

Oulun kriisikeskus haki yhdessä Nuorten Ystävien kanssa STEA:lta avustusta VERTO-hankkeeseen, minkä tavoite oli kehittää huumeidenkäyttäjien ja heidän läheistensä vertaistoimintaa ja kokemustoimijuutta sekä perustaa matalan kynnyksen vertaistomipaikka Ouluun. Hankkeeseen haluttiin palkata yksi työntekijä kriisikeskukselta ja kaksi Nuorten Ystäviltä. STEA myönsikin avustuksen VERTO-hankkeeseen ja hanke saatiin polkaistua rahoituksen turvin käyntiin kolmen työntekijän työpanoksella. Projekti käynnistyi maaliskuussa 2018.

STEA:n avustusvalmistelija vieraili jälleen kriisikeskuksella vuonna 2018. Kriisikeskus sai toiminnastaan myönteistä palautetta. Avustusvalmistelija painotti tarkkojen taloussuunnitelmien tekemistä. Samaan aikaan keväällä 2018 suunniteltiin yhden kriisityöntekijän sijoittamista Kuusamoon. Koillismaahan alue oli tyystin ilman kriisikeskusta, vaikka kriisikeskustoimintaa koettiin siellä tarvittavan. Avustusta kriisikeskustoiminnan aloittamiseen Kuusamossa haettiin STEA:lta muuta valitettavasti tähän ei saatu rahoitusta.

Kriisikeskuksen näkyvyyttä ja viestintää parannettiin erityisesti sosiaalista mediaa hyödyntämällä. Tehtiin muun muassa yhteinen somesuunnitelma ja luotiin tilit sekä Facebookiin että Instagramiin. Näkyvyys pysyy yllä hyvällä viestinnällä, mihin Oulun seudun mielenterveysseura sekä Oulun kriisikeskus ovat aina pyrkineetkin.



Oulun kriisikeskuksen 16. toimintavuosi käynnistyi vuonna 2019, jolloin kriisikeskukseen saatiin uusi tiimiläinen, kriisikoira MaiMai. Kriisikoira aloitti virkansa kriisikeskuksen virallisena hännäheiluttajana ja hyvän tuulen puhaltajana. Asiakkaat ovat yleisesti ottaen suhtautuneet koiraan lämmöllä ja toivoneet koiran olevan mukana vastaanotolla. Koiran läsnäololla on rauhoittava vaikutus. MaiMai voi tukea asiakkaita myös tunteiden sanoittamisessa ja auttaa kriisissä olevaa ihmistä avautumaan tunnetasolla. Koira tunnistaa ihmisten tunteet ja reagoi niihin esimerkiksi tulemalla silitettäväksi.

”Se rauhoittaa, se maadoittaa, se auttaa sen ahdistuksen laskemisessa. Se voi myös auttaa olemaan tässä tilanteessa läsnä. Se tuo lohtua ja iloa.” (Maija Kylmäniemi, kriisityöntekijä, kriisikoira MaiMain omistaja).

Koiralla on myös työyhteisöä vakauttava vaikutus. Koiran läsnäolo tarjoaa työntekijöille muun muassa mahdollisuuden irrottautua hetkeksi työstä. Koska MaiMai on työyhteisön tasavertainen jäsen, myös tämän jaksamisesta ja hyvinvoinnista huolehditaan siinä missä muidenkin tiimiläisten työhyvinvoinnista. Kriisikoiran asiakastapaamisia rajoitetaan ja tällä on aina mahdollisuus vetäytyä omalle lepopaikalleen rauhoittumaan.

”MaiMai on osa meidän tiimiä. Osa meidän työyhteisöä. Se on meidän työyhteisön jäsen. Se on myös meille työntekijöille iso tekijä, et meillon täällä koira. Se auttaa meitäkin maadottuun, se auttaa meitäkin pääsemään irti vaikeista asiakastilanteista. Se auttaa meidänkin jaksamista ja hyvinvointia.” (Maija Kylmäniemi).

Työntekijä arvioi yhdessä asiakkaan kanssa kriisikoiran läsnäolon tarvetta tilanteen mukaisesti.

”Se on menetelmä muiden joukossa tätä kriisikoiratoimintaa. Ei mennä menetelmä eellä, sillä ajatuksella et kriisikoira pelastaa tai auttaa, vaan se voi olla osana sitä kriisissä toipumisen prosessia.” (Maija Kylmäniemi).

Vuonna 2019 kriisikeskuksen STEA:lta saatu rahoitus pieneni edellisvuoteen verrattuna, mutta toisaalta edellisvuodelta siirtyi varoja, joten toimintaa ei tarvinnut uudelleen järjestellä. Esimerkiksi aiempina vuosina pidettyjä kesäsulkuja ei tänä vuonna tarvinnut pitää, vaan työntekijät porrastivat lomansa ja kriisikeskustoiminta saatiin pidettyä käynnissä koko kesäkaudenkin ajan. Tämän vuoden aikana kriisikeskus otti osaa myös erilaisiin kampanjoihin ja hankkeisiin, kuten Mielinauha-kampanjaan sekä SYLI-keskuksen perustamishankkeeseen. SYLI-hankkeeseen kriisikeskus sitoutui tuottamalla asiakasohjausta ja olemalla mukana ohjausryhmässä.

Kriisikeskus on saanut toimintavuosien aikana eri suuruisia lahjoituksia sekä yksityisiltä henkilöiltä, että isommilta organisaatioilta. Lahjoituksen antaja on voinut esittää toiveensa lahjoituksen kohteesta. Lahjoitusvaroja on käytetty muun muassa vapaaehtoisten jaksamisen tukemiseen ja osaamisen lisäämiseen sekä kriisiauttamiseen.

Suomen Mielenterveysseura ry muutti vuonna 2019 nimensä MIELI Suomen Mielenterveys ry:ksi. Samalla pääseura jätti paikallisyhdistysten päätettäväksi, muuttaako nimensä pääseuran mallin mukaiseksi. OSMS:n hallitus teki syksyllä 2019 päätöksen lähteä valmistelemaan nimenmuutosta vuodelle 2020. Seuran nimenmuutos päätettiin yhdistyksen vuosikokouksessa maaliskuussa 2020 ja

uudeksi nimeksi päätettiin MIELI Oulun seudun Mielenterveys ry. Nimenmuutos sekä päivitetty yhdistyksen säännöt vahvistettiin elokuussa 2020. Toiminnanjohtaja Erja Saarela päätti työtehtävänsä kriisikeskuksella vuoden 2019 lopussa ja hänen seuraajakseen valittiin Nina Kontula.

Vuoden 2019 kriisikeskuksen työntekijöiden ja seuran hallituksen näkökulmasta mieleen painuvin tapahtuma oli koko vuoden suunniteltu ja lopulta marraskuussa toteutettu nelipäiväinen tutustumismatka Lontooseen. Matkan tarkoitus oli tutustua kriisityön virtauksiin, mutta myös toimia virkistysenä, sekä hallituksen ja kriisityöntekijöiden suhteen lujittajana.



Vuoteen 2020 siirryttiin suunnitellen tulevan syksyn avoimia ovia osana ”Kriisityö 50 vuotta”-juhluvuotta. Kriisikeskukselle hankittiin alkuvuonna asiakkaiden käyttöön Neurosonic-laite rentoutusta ja palautumista varten. Kun koronakriisi räjähti maailmanlaajuisesti käsiin kevättalvella 2020, oli sillä merkittävä vaikutuksensa myös kriisityön järjestämiseen Oulun kriisikeskuksella.

Etätyöhön siirryttiin kevättalvella 2020. Kriisivastaanottoja pidettiin videovälitteisesti ja puhelimitse. Kriisityöntekijöiltä vaadittiin nopeaa kykyä ottaa haltuunsa uutta teknologiaa sekä kehittämään uusia toimintamalleja. Asiakkailta saatiin kuitenkin paljon positiivista palautetta ottaen huomioon, miten merkittäväällä tavalla koronakäytännöt vaikuttivat työnteon muotoihin.

Vuoteen 2021 siirryttiin edellisvuoden kaltaisissa tunnelmissa ja merkeissä. Etätyösuositukset olivat kautta maan voimassa, niin myös kriisikeskuksella. Asiakasvirrat olivat tasaiset koronasta huolimatta, tai ehkä sen vuoksi. Kun koronarajoitukset lieventyivät kevätpuolella 2021 voitiin siirtyä jälleen kriisikeskukselle ottamaan asiakkaita vastaan kasvotusten. Vastaanottoa tehtiin nyt ”hybridimallina” eli osaa asiakkaista tavattiin etänä ja osaa kasvokkain. Osa kriisikeskuksen asiakkaista koki

etävastaanoton sopivat jopa paremmin, kun ei tarvinnut aikaresurssien tai voimavarojen vähäisyyden takia poistua kotoa.

Syksyn 2021 lopulla koronatilanne alkoi taas kiristyä, mutta juuri ennen uusien etätyösuositusten astuttua voimaan kriisityöntekijät pääsivät parin vuoden tauon jälkeen osallistumaan marraskuussa Helsingissä järjestettyyn kriisi- ja traumaterapiakonferenssiin. Oulun kriisikeskuksen työntekijät pitivät oman esityksen konferenssissa kriisikoiratoiminnasta ja esityksellä oli paljon kiinnostuneita kuuntelijoita.

Uuteen vuoteen siirrytään toiveikkaina: uudet isommat ja toimivammat tilat ovat etsinnässä. Päällä olevasta koronatilanteesta huolimatta ollaan toiveikkaita, että pian päästään tapaamaan kasvotusten sekä työtovereita että kriisiasiakkaita: tekemään työtä täydellä teholla sekä täydellä sydämellä, kuten tähänkin asti.

6. LOPPUSANAT

Toukokuussa 2022 kriisikeskus löysi uudet isommat toimitilat Vaaran puiston laidalta Talousseuran talosta. Uudet tilat mahdollistavat ryhmien kokoontumisen. Myös Neurosonic-laitteelle ja korva-akupunktiolle on oma rauhallinen tila.

Uudet hyvinvointialueet aloittivat toimintansa vuoden 2023 alussa. Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialue myönsi ensimmäisenä toimintavuonnaan Oulun kriisikeskukselle kumppanuusavustuksen etäkriisityön toteuttamiseen. Etävastaanotot, joko puhelimitse tai videoyhteydellä, ovat olleet käytössä jo aiemminkin Oulun kriisikeskuksella. Nyt toimintaa vakiinnutetaan ja uusi työntekijäresurssi mahdollistaa paremmin koko hyvinvointialueen asiakkaiden auttamisen sekä yhteistyön muiden toimijoiden kanssa.

Oulun kriisikeskus kuuluu MIELI ry:n valtakunnalliseen kriisikeskusverkostoon. Vuoden 2024 vuosikokouksessa yhdistyksen hallitus päätti Oulun kriisikeskuksen nimen muutoksesta. Jatkossa Oulun kriisikeskus tunnetaan nimellä MIELI Kriisikeskus Oulu. Maksuttomuus, mahdollisuus asioida anonyymina, lyhytkestoisuus sekä asiakkaan voimavarojen ja selviytymiskeinojen vahvistaminen ovat jatkossakin kriisityön keskiössä.

Seuran puheenjohtajat:

1969–1971	Pekka Tienari
1972–1973	Kaarina Koivisto
1974–1976	Aimo Frondelius
1977	Ritva Mannermaa
1978	Aimo Frondelius
1979–1984	Hertta Wiren
1985–1987	Marja-Liisa Karttunen
1987–1989	Aimo Frondelius
1989	Marja-Liisa Karttunen
1990–1992	Sylvi Tunturi
1991–1998	Antero Aalto
1999–2000	Tuomo Vilppola
2000–2001	Jari Maljanen
2002	Sirkka Viitala
2003–2004	Jussi Kuusisalo
2005	Lea Peltola
2006–2010	Seppo Viljamaa
2011–2013	Juha Mäkivierikko
2013–2024	Arja Sutela
2024–	Taija Hirvonen

Kriisikeskusjohtajat:

Sirkka Viitala 2004–2009

Tiina Ahonen (ent. Pouta) 2010–2016

Erja Saarela 2016–2019

Nina Kontula 2019 – 2023 (sijainen Minna Raninen 2021 -2023)

Hanne Puurunen 2023–