

## Viihtelevän nuoren kohtaaminen chatissa: videon 5 tekstiversio

**Päivystäjä=P**

**Nuori=N**

**P:** Olet empaattinen miettiessäsi äitisi jaksamista. 🤍 Sulla on kuitenkin oikeus saada helpotusta pahaan oloon sekä tukea ja apua. Jos koet, ettei äitisi ymmärrä viiltelyä, ehkäpä voit aloittaa kertomalla pahasta olostasi tai niistä minulle kertomistasi ajatuksista, joita nykyään jalkapallo aiheuttaa sinussa? Uskoisin, että äitiäsi kiinnostaa miten voit vaikka hän ei ole sitä suoraan kysynyt. Äitiäisi voi jopa helpottaa, jos hän tietäisi, mikä sinua painaa. Yleensä tietämättömyys tuntuu pahemmalta kuin se, että tietäisi raskaammastakin asiasta. Aikuisilla on myös enemmän keinoja käsitellä rankkojakin asioita.

**N:** en oo kyl kertomas äidille mitään. 😞

**P:** Tuleeko sulle mieleen jotakuta toista aikuista, jolle olisi turvallista jutella?

**N:** hmmm ehkä mä mielummin kertoisin isälle kun se on itsekin nuorena harrastanut fudista ja se varmaan tajuu paremmin

**P:** Sehän on hyvä idea. Kuulostaa siltä, että isäsi voisi ymmärtää niitä fiiliksiä, joita sulla on harrastukseesi liittyen. Meillä alkaa valitettavasti aika loppua, vaikka keskustelisimme kanssasi mielusti pidempään näistä tärkeistä asioista.

**N:** joo. Ehkä voisin myös kertoa mun valmentajalle tästä kun se on iha paras tyyppi. Mut en tiedä uskallanko vielä sille. Mut isälle kyl ainakin vois

**P:** Voit aloittaa siitä, että juttelet isäsi kanssa. Hieno ajatus myös, että voisit harkita valmentajalle juttelua. Hänen tehtävänsä on huolehtia sun ja joukkueen hyvinvoinnista. Uskoisin, että hän on ennenkin jutellut pelaajiensa kanssa samanlaisista teemoista eli tämä ei ole hänelle uusi aihe.

**N:** juu

**P:** Miltä meidän keskustelumme on tuntunut susta?

**N:** tosi helpottavaa kertoo noist fiiliksistä kun en ollu kellekää kertonu aiemmin. aluks mua itketti ja ahdisti. 😞😞 tietty ahdistaa vielä vähän mut en viiti enää viillellä. kun tulin tänne niin olin päättänyt et aion vahingoittaa itteeni keskustelun jälkeen mut nyt päätin etten tee sitä

**P:** Hienoa kuulla. 🤍 Oon tosi ylpeä susta, oot tehnyt hienosti kun olet tullut juttelemaan tänne sun elämän merkittävistä asioista. Arvostan luottamustasi ja sitä, että toimit rohkeasti. Toivottavasti olet myös ylpeä itsestäsi.

**N:** kiitti, kai mä voin joo


**P:** Koetko, että oot saanut joitain ajatuksia siihen, miten seuraavan kerran voisi toimia kun tekee mieli viillellä?


**N:** no voisin tulla tänne juttelee jos se on ok

**P:** Tottakai, olet sydämellisesti tervetullut juttelemaan uudestaan. Oot tosi lahjakas kirjoittamaan auki tunteitasi ja kokemuksiasi. Tykkäätkö sä kirjoittamisesta muutenkin?

N: joo se tuntuu paljo helpommalta kun puhuminen. Oon aiemmin kirjoittanut päiväkirjaa ja tykkäsin siitä paljon. Vois seuraaval kerralla kyl yrittää kirjoittaa niit fiiliksi ku haluais satuttaa...

P: Tosi hyvä idea. Eli nyt sulla on jo kaksi tapaa toimia, jos sulla iskee halu satuttaa itseäsi: tänne juttelemaan tuleminen ja ajatusten ja tunteiden kirjoittaminen ylös. Meidän keskusteluaikamme on nyt päättynyt. Kiitos, että tulit juttelemaan. Oli mukavaa jutella kanssasi.

N: kiitos paljon kuuntelusta, voisin tulla joskus toistekki 

P: Hieno juttu, tervetuloa! Mukavaa iltaa, moikka. 

N: moi 