


## Vakavasti itsetuhoisen nuoren kohtaaminen chatissa: videon 4 tekstiversio

P= Chatin päivystäjä

N= Chatissa vieraileva nuori

P: Kuulen, että sulla on tällä hetkellä todella uupunut olo ja koet olevasi jaksamisesi ääri rajoilla. Olen todella pahoillani, että olet menettänyt rakkaan ystäväsi. Kenelle tahansa tuollainen menetys on pysähdyttävä ja suurta surua sekä muita mahdollisesti raskaita tunteita herättävä kokemus. Sulla on oikeus noihin tunteisiin, joita ystäväsi hirttäytyminen on ymmärrettävästi aiheuttanut. Mulla heräsi kuitenkin suuri huoli sun voinnista. Kerroit aiemmin yrittäneesi itsemurhaa ja suunnittelevasi toteuttavan yrityksen uudestaan tänä viikonloppuna. Rankkojen kokemusten käsittelemiseen ja pahan olon helpottamiseen on olemassa helpotusta ja apua. 

N: no on kyllä ollut liikaa paskaa yhdelle ihmiselle.

P: Onko tuo ystäväsi itsemurha tai jokin muu kertomasi asia sellainen, joista haluaisit jutella kanssani tarkemmin?

N: must tuntuu et en just nyt pysty puhumaan siitä, mä haluan vain helpotusta tähän olotilaan 

P: Niin juuri. Välillä pahan olon yhteydessä puhutaan sellaisesta asiasta kuin psyykinen kipu. Asteikolla 1-10 kuinka kovaksi sä arvioisit sun psyykkisen kipusi?

N: varmaan 10

P: Eli siis ihan maksimilukema?

N: juub


P: Oon todella pahoillani puolestasi, että sä koet noin suurta pahaa oloa. Onko sulla pitkäänkin ollut sellainen olo, että psyykinen kipu on ihan maksimissaan?

N: on joo...

P: Minkälaiset asiat ovat auttaneet sua jaksamaan pahimman yli niinä hetkinä?

N: im-ajatukset varmaan, et pääsen lopettamaan tän paskan sit kun haluan


P: Niiden itsemurha-ajatusten lisäksi onko jotain muuta asiaa, joka on tuonut edes hetkellisesti toivoa?

N: hmm emmätiä... no varmaan mun koira. Se on ainoa, joka jaksaa lohduttaa eikä se tuomitse, nuolee vaan kyyneliä ja tulee siihen viereen kun parun 

P: Tosi arvokas asia, että sulla on noin ihana ja rakas koira. Monet eläimet ovat taitavia tulkitsemaan ihmisten olotiloja ja lohduttamaan. Mikä sun koiran nimi on?

N: Tassu

P: Pystyisitkö sä menemään nyt tai meidän chatin jälkeen vaikka Tassun luokse?

N: joo se on tässä mun vieressä nytkin  mut ei sekään mua loputtomiin voi auttaa, mä oon päätökseni elämän suhteen tehnyt ja sitä en oo muuttamassa.

P: Hyvä juttu, että oot hakeutunut rakkaan Tassun viereen etsimään vähän helpotusta oloon. Tässä tilanteessa olisi kuitenkin tärkeää, että saadaan sulle ammattiapua ja tukea sekä löydetään sulle muita vaihtoehtoja itsemurhan sijaan. Niin voidaan myös mahdollistaa sun elämänlaadun paraneminen ja

helpotuksen löytäminen, mitä toivoitkin. Kerroit, etteivät vanhempasi tiedä sun tuntemuksestasi. Onko joku muu aikuinen tietoinen siitä, miten sä koet elämän tällä hetkellä?

**N:** ei oo eikä tuu

**P:** Mitä ajatuksia sussa herää kun mietit, että jakaisit näitä asioita jollekin aikuiselle?

**N:** ei siinä oo mitään järkeä kun ei ketään kiinnosta

**P:** Olen pahoillani, ettet koe kenekään olevan kiinnostuneen sun ajatuksistasi. Mua kiinnostaa ihan oikeasti se, miten voit. Uskon, että susta tuntuu tällä hetkellä siltä, ettei mitään ole enää tehtävissä eikä elämä tästä parane. Oikealla avulla noihin kokemuksiin voi kuitenkin saada helpotusta ja lievitettyä toivottomuutta. Tähän kuitenkin tarvitaan sitä, että noista sun kokemuksista tulisi muutkin tietoisiksi. Toivoisin, että voitaisiin yhdessä miettiä, että miten voitaisiin saada sulle sellaista apua, jota tarvitset.

**N:** jaa

**P:** Tuleeko sulle mieleen jotakuta turvallista aikuista, jolle voisi harkita näistä meidän yhdessä käymistä asioista kertomista?

**N:** ei

**P:** Miltä susta on tuntunut keskustella noista asioista mun kanssani?

**N:** emt

(nuori miettii, pieni tauko)

**N:** iha ok kai. ku saa olla nimettömänä, en mä muuten olis

**P:** Hyvä kuulla, että ihan ok. Monesti nimettömyys laskee kynnystä niistä painavimmista asioista kertomista. Oot toiminut tosi hienosti, kun olet kertonut mulle sun kokemuksistasi ja itsemurhasuunnitelmasta. Arvostan rehellisyyttäsi suuresti, voit olla itsestäsi ylpeä.

**P:** Tässä vaiheessa tuon kuitenkin esiin sen, että en voi ohittaa sitä, mitä olet kertonut sun suunnitelmasta toteuttaa tänä viikonloppuna itsemurha hirttämällä itsesi. On tosi tärkeää, ettei sun tarvitse kantaa noita murheita ja tunteita yksin ja että saadaan sulle ammattitukea. Tällaisia tilanteita varten on olemassa lastensuojelu ja lastensuojeluilmoituksen teko. He voivat yhdessä sun ja perheesi kanssa miettiä sitä, miten sun hyvinvointisi voidaan turvata parhaiten.

**N:** EI!!!!

**N:** et helvetissä ilmota

**N:** vittu sossut ei kuulu tähän!!!!

**N:** wyääääää!!! mä kerron huomenna koulukuraattorille oikeesti PLIIS älä tee lasua 🙄🙄🙄