

The Diak logo is located in the top right corner of the page. It consists of the word "Diak" in a bold, pink, sans-serif font. The letter "i" has a small white dot, and the letter "k" has a small white crossbar. The background of the page features large, overlapping, curved shapes in various shades of pink and magenta, creating a modern, abstract design.

Henriika Mäkinen
Satu Piironen
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan
ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomi (AMK)
Opinnäytetyö, 2018

”WE ARE ALL SISTERS HERE”

**Toimintatuokioita hyvinvoinnin tukemiseksi
swazimaalaisessa tyttökodissa**

TIIVISTELMÄ

Henriika Mäkinen & Satu Piironen

”We are all sisters here” - toimintatuokioita hyvinvoinnin tukemiseksi swazimaalaisessa tyttökodissa

71 s., 7 liitettä

Joulukuu, 2018

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveystieteiden ammattikorkeakoulututkinto

Sosionomi (AMK)

Opinnäytetyön tarkoituksena oli järjestää hyvinvointia sekä kouluvalmiuksia tukevia tuokioita yhteistyökumppanina toimineen Challenge Ministries Swazilandin rahoittaman Pine Valleyn tyttökodin kolmelle koulujärjestelmästä pudonneelle tytölle. Opinnäytetyön tavoitteena oli tukea tuokioille osallistuneiden tyttöjen kokonaisvaltaista hyvinvointia osallisuuden ja toiminnan kautta. Opinnäytetyö oli muodoltaan toiminnallinen ja se toteutettiin Swazimaassa syyskuu–joulukuu 2017 välisenä aikana, kolme kuukautta kestäneen työharjoittelun yhteydessä.

Opinnäytetyön käytännön toteutus muodostui viidestä hyvinvointia tukevasta sekä 30:sta kouluvalmiuksia tukevasta tuokiosta. Tuokioiden teemat käsittelivät unelmia, voimavaroja ja tunteita. Tuokioiden tarkoituksena oli tukea tyttöjen kokonaisvaltaista hyvinvointia sekä lisätä koulussa tarvittavia valmiuksia. Pääpaino opinnäytetyössämme oli hyvinvointia tukevissa tuokioissa, joita kuvaamme tarkemmin. Sivuumme hieman kouluvalmiuksia tukevia tuokioita.

Opinnäytetyö sisälsi tuokioiden suunnittelun, toteutuksen, palautteet tuokioista sekä arvioinnin. Arviointi koostui tuokiolle osallistuneiden tyttöjen ja tyttökodin johtajalta saaduista palautteista sekä itsearviointista. Tuokioista saadut palautteet osoittivat, että tuokiot olivat teemoilta ja vaativuudeltaan kohderyhmälle sopivia. Tuokiot koettiin tärkeiksi ja mielekkäiksi. Saadusta palautteesta välittyi, että tytöt saivat hyvinvoinnin kokemuksia käytännössä toimimisen ja osallisuuden kautta sekä lisää koulussa vaadittavia valmiuksia.

Palautteiden ja itsearvioinnin perusteella voimme todeta, että toiminnallemme oli tarvetta. Ensisijaisesti tuokioista ja toiminnastamme hyötyivät kohderyhmämme kolme tyttöä, mutta toimintamme vaikutti koko tyttökodin toimintaan positiivisesti. Tuokioita varten tuottamamme materiaalit ja apuvälineet koettiin hyödyllisiksi sekä toimiviksi ja ne haluttiin ottaa tyttökodissa käyttöön yhteistyömme loputtua joulukuussa 2017.

Asiasanat: lasten hyvinvointi, mielenterveys, Swazimaa, toiminnallinen opinnäytetyö

ABSTRACT

Henriika Mäkinen & Satu Piironen

”We are all sisters here”- Functional sessions to support the welfare of the girl's home in Swaziland

71 p., 7 appendices

December, 2018

Diaconia University of Applied Sciences

Bachelor’s Degree Programme in Social Services

Bachelor of Social Services

The purpose of this thesis was to organize activities that create a sense of well-being and foster school readiness for the three girls who previously had dropped out of the school system. The aim of the sessions was to support the girls’ holistic well-being and to increase the necessary skills needed for their reintroduction into school. The subject of our thesis was led by the need of the co-operation partner. The sessions were carried out in Swaziland from September to December 2017.

This study includes the design, implementation, feedback and evaluation of the sessions. Five sessions supporting the girls’ well-being and thirty sessions focusing on increasing school capacity were organized. In this study, the focus is on the five well-being sessions, which are described in detail. However, the sessions dealing with creating the girls’ school readiness are also portrayed. The topics of the five sessions were: a gratitude map, a timeline for the future, I can, a dream map, photography and school-building support sessions. The themes permeating through the sessions touched on dreams, resources and emotions.

The material and assistive products were considered useful and functional, and they were taken to the girls’ home after the end of our training in December 2017. The feedback showed that the sessions were suitable for the target group and were important and meaningful.

Keywords: child welfare, functional thesis, mental health, Swaziland

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 LAPSEN HYVINVOINTIIN VAIKUTTAVIA TEKIJÖITÄ.....	6
2.1 Lasten asema Swazimaassa	6
2.2 Lapsen hyvinvoinnin edellytykset	8
2.3 Mielenterveys.....	11
2.4 Itsetunto	12
2.5 Lapsen traumakokemus	14
3 TOIMINNALLISTEN TUOKIOIDEN TEOREETTISIA LÄHTÖKOHTIA.....	18
3.1 Arjen rutiinit	18
3.2 Vuorovaikutus ja osallisuus	19
3.3 Tunnetaidot	21
3.4 Voimavarat ja unelmat tulevaisuudesta	22
3.5 Valokuvauksen voima.....	23
4 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN.....	25
4.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet	25
4.2 Toiminnallinen menetelmä ja lähestymistapa.....	26
4.3 Challenge Ministries Swaziland.....	27
4.4 Pine Valleyn tyttököti	28
4.5 Kolmen tytön kuvaus	31
5 TOIMINNALLISET TUOKIOT	32
5.1 Tuokioiden suunnittelu ja toteutus.....	32
5.2 Tuokioiden runko.....	35
5.3 Hyvinvointia tukevat tuokiot	37
5.3.1 Minä osaan	37
5.3.2 Unelmakartta	38
5.3.3 Kiitollisuuskartta	38
5.3.4 Aikajana tulevaisuuteen	40
5.3.5 Valokuvaus	40
5.4 Kouluvalmiudet	41
6 ARVIOINTI.....	43
6.1 Tyttöjen palaute	43
6.2 Työntekijöiden palaute	44
6.3 Itsearviointi	45
6.4 Eettisyys ja luotettavuus	47
7 POHDINTA	50
7.1 Opinnäytetyön toteuttaminen ulkomailla.....	50
7.2 Opinnäytetyöprosessi ja ammatillinen kasvu	52
7.3 Johtopäätökset ja kehittämisideat	55
LIITE 1. Kuvia tunnetilojen sanoittamisen tueksi	62
LIITE 2. Tunnetilakortit.....	63
LIITE 3. Hymynaama arviointi.....	64
LIITE 4. Kuvia kommunikoinnin tueksi ja lukujärjestykseen.....	65
LIITE 5. Kuvasyboleita viikko- sekä päiväkohtaiseen lukujärjestykseen	66
LIITE 6. Haastattelu: Nauhoitus	67

LIITE 7. Konsultaatio: Sähköposti	70
---	----

1 JOHDANTO

Swazimaa on noin miljoonan asukkaan kuningaskunta eteläisessä Afrikassa, Etelä-Afrikan ja Mosambikin välissä (Havulaakson lapset ry 2017). Keväällä 2018 Swazimaa ilmoitti muuttavansa maan nimen. Nimi on nykyisin siten eSwatini, joka tarkoittaa swazien maata. (Kotimaisten kielten keskus 2018.) Käytämme opinnäytetyössämme vanhaa nimeä Swazimaata, sillä nimen muutos tapahtui työharjoittelumme päätyttyä. Swazimaan virallisia kieliä ovat englanti sekä swazinkieli eli swati tai siSwati. Englannin kieli on yleisesti käytössä kouluissa, taloudessa sekä hallinnossa (CIA 2018).

Swazimaalaisten lasten asema on heikko. Lapsia käytetään hyväksi fyysisesti ja psyykkisesti. Swazimaalla on yksi korkeimmista HIV- ja AIDS-tilastoista maailmassa, mikä on johtanut siihen, että monet orvot ja haavoittuvassa asemassa olevat lapset elävät kadulla ilman toivoa tulevaisuudesta. Challenge Ministries Swaziland on voittoa tavoittelematon organisaatio Swazimaassa, jonka toiminta pohjautuu kirkon toimintaan. Challenge Ministries Swazilandilla on visio saada aikaan muutos monille sukupolville pitämällä huolta orvoista, haavoittuvista lapsista ja vanhuksista kehittämällä maaseutuyhteisöjä, kouluttamalla, kuntoutusohjelmilla, terveydenhuollolla sekä kestävän kehityksen hankkeilla. (Humanium i.a.; Challenge Ministries Swaziland, 2018d.)

Opinnäytetyön tarkoituksena oli järjestää hyvinvointia sekä kouluvalmiuksia tukevia tuokioita yhteistyökumppanina toimineen Challenge Ministries Swazilandin rahoittaman Pine Valleyn tyttökodin kolmelle koulujärjestelmästä pudonneelle tytölle. Opinnäytetyön tavoitteena oli tukea tuokioille osallistuneiden tyttöjen kokonaisvaltaista hyvinvointia osallisuuden ja toiminnan kautta. Opinnäytetyö oli muodoltaan toiminnallinen ja sen toiminnallinen osuus toteutettiin Swazimaassa syyskuu–joulukuu 2017 välisenä aikana.

Työn alussa kerromme tarkemmin lasten asemasta Swazimaassa sekä lapsen hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä. Tarkoituksena on luoda ymmärrys tyttökodin tyttöjen hyvinvointiin ja sen hetkisiin tilanteisiin vaikuttaviin tekijöihin. Tämän

jälkeen perustelemme teorian avulla, miksi olemme järjestäneet opinnäytetyöhön valikoituneet hyvinvointia tukevat tuokiot kolmelle koulujärjestelmästä pudonneelle tytölle. Luvussa viisi on kuvattuna opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet, sekä avaamme toiminnallista menetelmää ja lähestymistapaa. Tämän jälkeen kuvaamme toimintaympäristöä ja kohderyhmää tarkemmin sekä kerromme tuokioiden suunnittelusta, toteuttamisesta ja sisällöstä. Arviointi luvussa käymme läpi tuokioista saatuja palautteita, tarkastelemme kriittisesti omaa työskentelyämme sekä työn eettisyyttä ja luotettavuutta. Luvussa kahdeksan pohdimme opinnäytetyöprosessia, ammatillista kehittymistä sekä tekemiämme johtopäätöksiä ja kehittämisideoita.

2 LAPSEN HYVINVOINTIIN VAIKUTTAVIA TEKIJÖITÄ

2.1 Lasten asema Swazimaassa

Lapsen oikeuksien sopimus on maailman laajimmin ratifioitu YK:n ihmisoikeussopimus. Sopimus koskee kaikkia alle 18-vuotiaita lapsia. Sopimus hyväksyttiin marraskuussa 1989 YK:n yleiskokouksessa. Hyväksymällä sopimuksen valtio sitoutuu muuttamaan lakinsa sekä toimintansa vastaamaan sopimusta, se luettelee lapsille kuuluvat oikeudet ja asettaa valtiolle vastuun sen toteuttamisesta. Maailmasta ainoastaan enää Yhdysvallat on sopimuksen ulkopuolella. YK:n lapsen oikeuksien komitea valvoo sopimuksen noudattamista. Maat raportoivat komitealle lapsen oikeuksien tilanteesta joka viides vuosi. Lisäksi Unicef ja muut lapsijärjestöt valvovat oikeuksien toteutumista. Sopimus esittää lasten oikeuksia 54 artiklan ja kolmen lisäpöytäkirjan avulla. Sopimuksen neljä yleistä periaatetta ovat syrjimättömyys, lapsen edun huomioiminen, oikeus elämään ja kehittymiseen sekä lapsen näkemysten kunnioittaminen. Lapsen oikeudet toteutuvat, kun lapset saavat kasvaa terveenä, käydä koulua, ilman pelkoa riistosta ja väkivallasta. (Unicef i.a.a.)

YK:n lapsen oikeuksien sopimus velvoittaa valtiot, kunnat, lasten vanhemmat sekä muut lasten kanssa toimivat aikuiset edistämään lasten ja heidän perheidensä hyvinvointia (Unicef i.a.b). Lapsella on oikeus osallisuuteen ja se onkin yksi YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen velvoitteista. Lapsella on oikeus tulla kuulluksi ja olla osallinen häntä koskevissa asioissa. Kuulluksi tuleminen on jokaisen ihmisen oikeus. Jokaisella on oikeus omaan identiteettiin sekä arvokkuuteen ja ansaitsee tulla kohdatuksi omana arvokkaana itsenään juuri sellaisena kuin on. (Kangas, Vlasov, Fonsen & Heikka 2018, 12.)

Swazimaa on Afrikan viimeinen absoluuttinen monarkia. Vuonna 2006 säädetty uusi perustuslaki ei kuitenkaan johtanut toivottuun yksinvaltiuden vähenemiseen. Väestön asema ja erityisesti naisten oikeudet ovat tämän seurauksena heikot. Vuonna 2001 kuningas yritti asettaa lain, mikä kieltäisi naisilta seksuaalisen kanssakäymisen ennen avioliittoa tai avioliiton ulkopuolella. Kuningas halusi naisten käyttävän perinteistä siveysvyötä ja toivoi tällä tavoin suojaavan naisia uusilta HI-virustartunnoilta ja

estävän tartuntojen leviämistä. Kansalaisten voimakkaiden vastustelujen jälkeen lakiehdotus hylättiin. (Globalis 2015.)

HIV-tartuntojen määrä väestöstä on maailman huippuluokkaa. Lähes 40 prosenttia maan väestöstä on saanut HIV- tai AIDS-tartunnan ja odotettu elinikä on vain 50 vuotta. Eli vähintään joka neljännellä swazimaalaisella on laskettu olevan HIV-tartunta. 2014 Global Aids Estimatesin mukaan Swazimaassa on arvioitu olevan noin 200 000 yli 15-vuotiasta, joilla on HIV-tartunta. (Ulkoministeriö 2018; Globalis2015.) Korkea HIV-esiintyvyys väestöllä vaikuttaa huono-osaisten elämään merkittävästi (Punainen risti i.a.).

Swazimaan orpojen määrä on kasvanut huimasti vuodesta 2000 johtuen pitkälti HIV- ja AIDS-tartuntojen korkeasta esiintyvyydestä ja levinneisyydestä. Orvoksi jääneet yleensä joutuvat elämään köyhyydessä sekä nälänhädässä. Orpous lisää myös alttiutta pudota pois koulujärjestelmästä sekä lisää riskiä joutua väkivallan, raiskauksen tai väärinkäytön uhriksi. Swazimaan lapsista 40 prosenttia joutuu elämään jatkuvassa nälänhädässä. (Unicef 2003.)

Swazimaalaisten lasten asema on heikko. Lapsia käytetään hyväksi fyysisesti ja psyykkisesti. Kolmasosa tytöistä joutuu seksuaalisen hyväksikäytön uhriksi ja neljäsosa kokee fyysistä väkivaltaa lapsuudessaan. Tämä tapahtuu yleensä heidän kotioloissaan. Pahoinpitelijä tai hyväksikäyttäjää on usein oma isä, perheenjäsen tai lähisukulainen. Vain 43 prosenttia tytöistä ilmoittavat, että he ovat vapaasti suostuneet ensimmäiseen seksuaaliseen kokemukseensa. Lisäksi nuoret tytöt eivät aina ymmärrä kokeneensa seksuaalista hyväksikäyttöä ja, että heillä on oikeus hakea sekä saada apua. Edelleen alle puolet seksuaalisen hyväksikäytön tapahtumista ja muut huonojen kohtelujen tilanteet ilmoitetaan viranomaisille. Yleensä apua haetaan vasta kun väkivalta on ollut äärimmäistä. Swazimaa on kuitenkin ryhtynyt toimenpiteisiin järjestelmän parantamiseksi esimerkiksi perustamalla paikallisia komiteoita. (Humanium i.a.)

Perusopetus julistettiin maksuttomaksi vuonna 2009, mutta edelleen monet koulut voivat vaatia oppilailta maksuja. Valtio on vaatinut kouluja palauttamaan rahat, joiden epäillään liittyvän korruptioon. (Kansan uutiset 2013.) Perustuslaillisista pyrkimyksistä ja korkeimman oikeuden päätöksestä huolimatta peruskoulu ei siis

vieläkään ole Swazimaassa täysin ilmainen. Joidenkin koulujen johtajat jopa fyysisesti uhkaavat lapsia, jos he yrittävät mennä luokkiin maksamatta. Köyhyys, korkeat HIV- ja AIDS-tilastot, seksuaalinen hyväksikäyttö ja vammaisten syrjintä vaikeuttavat lasten kouluun pääsyä. Lapsen mielipide otetaan vain harvoin huomioon. Swazimaalaisessa kulttuurissa lasta ei rohkaista itseilmaisuuksiin. Lisäksi kaikilla lasten parissa työskentelevillä swazimaalaisilla ei ole välttämättä riittävää koulutusta. (Humanium i.a.)

Lasten oikeuksien yleissopimuksessa ja muussa kansainvälisessä sopimuksessa säädetään nimenomaisesti lasten suojelemisesta erilaisilta haitoilta, väärinkäytöltä ja hyväksikäytöltä. Tarvitaan vahvaa lastensuojelun rakennetta ja toimenpiteitä lasten hyvinvoinnin parantamiseksi kaikilla elämän osa-alueilla, kuten terveydenhuollossa, koulutuksessa ja heidän ensihoito valmiuksissaan ollakseen vanhempia, vastuullisia kansalaisia ja yhteiskunnan jäseniä. (Swaziland national children's policy, 2009.)

2.2 Lapsen hyvinvoinnin edellytykset

Lapsi tarvitsee kasvaakseen ja kehittyäkseen elämänsä hänestä huolehtivan aikuisen. Varhainen turvallinen kiintymyssuhde tai vastaavasti turvattomuus vaikuttavat oleellisesti lapsen koko elämään. (Broberg, Almqvist & Tjus 2005, 7.) Kehitystä tapahtuu toisiinsa merkittävästi vaikuttavilla osa-alueilla: fyysinen ja motorinen, psyykkinen sekä sosiaalinen kehitys. Näiden osa-alueiden erottaminen toisistaan on vaikeaa jopa tarpeetonta, sillä osa-alueiden kehitys on kytköksissä toinen toiseensa. Lapsen kehitykseen vaikuttavat tekijät voidaan jakaa kolmeen osaan: perimään, ympäristöön sekä yksilön omaan aktiivisuuteen. (Nurmiranta, Leppämäki & Horppu 2009, 7, 9.)

Perintötekijät osaltaan vaikuttavat siihen, millaisia yksilöitä lapsista kehittyy. Perimä määrää sukupuolen, ulkonäön, temperamentin sekä lahjakkuuden. Perimä ohjaa lapsen erilaisten toimintojen kehitystä. Muutokset tapahtuvat jokaisella samassa järjestyksessä, mutta nopeus vaihtelee. Ympäristö voidaan jakaa mikro- ja makroympäristöön. Mikroympäristö eli lapsen lähiympäristöön kuuluvat asiat, joiden kanssa lapsi on välittömästi tekemisissä esimerkiksi perhe. Makroympäristö sen sijaan tarkoittaa kulttuuria ja yhteiskuntaa, joita ovat muun muassa sosiaaliset olosuhteet.

Viimeaikaiset geenitutkimukset ovat korostaneet ympäristötekijöiden vaikutuksesta lapsen kehitykseen. Perimän ja ympäristön on todettu muokkaavan lapsen persoonallisuutta. (Nurmiranta ym. 2009, 11.)

Oman persoonallisuuden kehitys alkaa jo lapsena. Persoonallisuuteen voidaan katsoa sisältävän arvot, tunteet, asenteet, temperamentin, itsetunnon ja minuuden. Persoonallisuus kehittyy perimän, ympäristön sekä oman aktiivisuuden tuloksena. Minuus on käsitys ja tietoisuus itsestä. Itsetunto sen sijaan tarkoittaa käsitystä omasta arvokkuudesta ja tärkeydestä. Arvot ovat itselle tärkeiksi koettuja tavoittelemisen arvoisia asioita ja asenne merkitsee suhtautumistapaa asioihin. (Nurmiranta ym. 2009, 22.)

Kolmas lapsen kehitykseen vaikuttava tekijä on lapsen oma kiinnostus ja suuntautuneisuus. Kasvuympäristö osaltaan muokkaa lapsen käyttäytymistä sekä kiinnostuksen kohteita. Lapsi kuitenkin hakeutuu häntä kiinnostavien asioiden pariin ja tekee itsenäisiä valintoja. Motivaatio ohjaa, antaa suuntaa ja ylläpitää tavoitteellista toimintaa. Lisäksi yksilön omat arvot ja asenteet osaltaan vaikuttavat tehtyihin valintoihin. (Nurmiranta ym. 2009, 12.)

Kehitykseen negatiivisesti vaikuttavia riskitekijöitä ovat esimerkiksi väkivallan uhkailujen kohteeksi joutuminen, väkivallan näkeminen ja kokeminen. Muita kehityksen riskitekijöitä ovat perheen taloudelliset ongelmat, työttömyys tai vanhempien mielenterveys- ja päihdeongelmat. Kehitys on koko elämän jatkuva prosessi, ja jokainen elämänvaihe sisältää jonkinlaisia haasteita. (Nurmiranta ym. 2009, 11, 13.)

Monissa afrikkalaisissa kulttuureissa maitohampaiden vaihtuminen rautahampaisiin tarkoittaa sitä, että lapsilta aletaan odottaa enemmän itsenäisyyttä ja on alettava harjoittelemaan aikuisena tarvittavia taitoja. Keskilapsuuden aikana lapsi siirtyy esikoulu ja koulumaailmaan. Koulussa lapsi ottaa uuden roolin koululaisena ja oppijana. Positiivisen käsityksen muodostuminen omasta osaamisesta eri ympäristöissä on keskeisessä asemassa lapsen kehityksen ja psyykkisen hyvinvoinnin kannalta. (Nurmi ym. 2014, 77–78.)

Oppiminen on keskilapsuuden keskeinen kehitystehtävä. Esikoulun ja erityisesti koulun alkaminen muuttavat lasten päivän struktuuria. Lasta pidetään aktiivisena ympäristönsä tutkijana, joka tekee oletuksia, kokeilee niitä ja tekee kokemuksensa perusteella omat johtopäätöksensä. (Nurmi ym. 2014, 95.) Keskilapsuus on kuudesta seitsemään vuoden iästä 12 ikävuoteen ulottuva ikävaihe. Keskilapsuuden alku lähes kaikissa kulttuureissa tiedetään merkitsevän tärkeitä muutoksia lapsen elämässä sekä lapsen ja aikuisen välisissä suhteissa. (Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Pulkkinen & Ruoppila, 2014, 77.)

Tunteiden säätelyjen strategioita opitaan yleensä kymmenenteen ikävuoteen mennessä. Silloin opitaan käyttämään ongelmanratkaisutaitoja, etsimään sosiaalista tukea, suuntaamaan uudelleen ajatteluaan, pohtimaan monipuolisesti sekä vetäytymään omiin kuvitelmiin. Tunne-elämän kehityksen kannalta aikuisen ja lapsen välinen keskustelu omista ja lapsen tunnekokemuksista on merkittävää. (Nurmi ym. 2014, 118–119.) Tunteet luovat perustan lapsen kehitykselle. Ihmisellä on aina jokin tunnetila, joten tunteet ovat jatkuvasti läsnä. Tunteet ovat hetkellisiä, mieliala puolestaan kestää tunteja tai jopa vuorokausia. Tunteet saadaan jo syntyessä ja lasten ensimmäinen viestintä perustuukin tunneviestinnälle. Pelko, suru, suuttumus, ilo ja kiinnostus ovat lapsen perustunteita. Vanhemman herkkyys vastata lapsen tarpeisiin luo perustan sille, että lapsi oppii luottamaan siihen, että tunteita saa ilmaista. Hyvinvointi perustuu tunteisiin ja niiden tunnistamiseen. Omien tunteiden tunnistaminen on edellytys empatian kehittymiselle. Empatia on kyky osoittaa myötätuntoa ja eläytyä toisten tunnetiloihin. (Nurmiranta ym. 2009, 52–55.)

Kaveripiirin merkitys lapsen kehityksessä on suuri. Se opettaa moraalisen käyttäytymisen pelisääntöjä. Lapset joutuvat jakamaan ja vuorottelemaan, joka opettaa heille reilun pelin sääntöjä ja tasapuolisuutta. Vuorovaikutus tovereiden kesken herkistää lasta ymmärtämään toisen lapsen näkökulmasta ja se tukee oikeudenmukaisuuden kehitystä. (Nurmi ym. 2014, 122.)

Vapaa-ajan vietto voi olla yhtä lailla lapsen kehitystä tukeva perusvoimavara kuin koulukin. Vapaa-ajan vietto voi kehittää toiminnallisia ja sosiaalisia taitoja, pysyvyyden tunnetta, lisää sosiaalista pääomaa sosiaalisten suhteiden, normien omaksumisen ja keskinäisen luottamuksen kasvun kautta. Erityisesti lapselle, joka elää erilaisten ongelmien keskellä tai joka muutoin on syrjäytymisvaarassa, vapaa-ajan

vietto voi olla erityisen merkittävää. Vapaa-ajan vietto voi suojata yksinäisyydeltä, syrjäytymiseltä ja suuntautumiselta epäsosiaaliseen toimintaan. Vapaa-ajan vieton tulee olla turvallista, sopivasti järjesteltyä sekä tarjota myönteisiä ihmissuhteita. Yhteenkuuluvuuden tunne, yhteiset normit sekä kannustava ote taitojen kehitykseen ovat tärkeitä elementtejä. Vaikka ikätovereiden merkitys on suuri, he eivät riitä lapsen kasvattajiksi esimerkiksi koulun jälkeisinä tunteina. (Nurmi ym. 2014, 125, 140.)

2.3 Mielenterveys

Maailman terveysjärjestö WHO määrittelee mielenterveyden hyvinvoinnin tilaksi, missä ihminen kykenee näkemään omat kykynsä, selviytymään elämään kuuluvissa haasteissa, ottamaan osaa yhteisönsä toimintaan sekä työskentelemään. (Suomen mielenterveysseura i.a.a.)

Mielenterveyden edistäminen eli promootio ja ennaltaehkäisy eli preventio ovat yksi osa ihmisen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen osa-aluetta. Mielenterveyttä edistävien promootiivisten toimien tavoitteena on mielenterveyttä suojaavien tekijöiden vahvistaminen. Preventiivisten toimien tavoitteena on mielenterveydenhäiriöiden esiintyvyyden ja ilmenemisen sekä niiden ongelmiin liittyvien oireiden vähentäminen. Keskeisenä erona edistämisen sekä ennaltaehkäisyn välillä ovat promootion voimavaroihin keskittymistä ja positiivista terveystietoisuutta. Preventio sen sijaan on ongelmalähtöistä ja pohjautuu sairauden ennaltaehkäisyyn. (Laajasalo & Pirkola 2012, 10.)

Mielenterveys on kokemus tasapainosta sekä hyvinvoinnista. Mielenterveys on uusiutuvaa ja kehittyvää tietoa, taitoa sekä voimavaroja. Mielenterveys ja mielensairaus eivät ole sama asia. Mielenterveys koostuu erilaisista kuten ilon ja kiitollisuuden tunteista. Se on kokemus siitä, että elämä on merkityksellistä ja hallinnassa. Mielenterveys tulisi ymmärtää omaksi voimavaraksi. Mielenterveyttä voidaan tarkastella riskitekijöiden tai suojaavientekijöiden kautta. Suojaavat tekijät ylläpitävät terveyttä ja vahvistavat toimintakykyä. Lapsen mielenterveyttä suojaavia tekijöitä ovat muun muassa: läheisyys, lapsen tarpeiden huomioiminen, onnistunut kiintymyssuhde sekä hyväksytyksi tuleminen tunne ja itsetunnon vahvistaminen. (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 12–13.)

Mielenterveys rakentuu ja muotoutuu kaikissa elämänvaiheissa. Mieleltään terve ihminen on tyytyväinen, aktiivinen, joustava sekä kykenee muutokseen sen hetkisen elämäntilanteen mukaisesti. Mielenterveyteen vaikuttavat perintötekijöiden lisäksi ympäristötekijät, jotka muokkaavat meitä yksilöinä. (Lönnqvist, Henriksson, Marttunen, Partonen 2017, 19, 21.) Lapsen kehitykseen vaikuttavat muun muassa: perimä, ympäristö sekä yksilön omat ominaisuudet. Lapsen kehitykseen vaikuttavia ulkoisia ympäristötekijöitä ovat asuinpaikka, koti, perhe, leikkivälineet, kaverisuhteet sekä kotona opitut vuorovaikutustaidot, arvot ja uskomukset. Nämä kaikki osaltaan vaikuttavat lapsen kasvuun ja kehitykseen sekä siihen millaiseksi lapsi yksilönä muokkautuu. (Nurmiranta, Leppämäki & Horppu 2011, 9, 11.)

Mielenterveys on elämäntaito sekä olennainen osa ihmisen terveyttä ja hyvinvointia. Sitä voi oppia, opettaa ja vahvistaa. Mielenterveyttä voi vahvistaa ja ylläpitää yhtä lailla kuin fyysistä kuntoa, mielenterveystaitoja apuna käyttäen. Mielenterveyteen kuuluu taito tunnistaa ja ilmaista omia tunteita ja tuntemuksiaan sekä sanoittaa niitä. Itsetuntoa voidaan vahvistaa onnistumisen kokemuksilla ja omia vahvuuksia löytämällä sekä tekemällä asioita, joista nauttii ja saa hyvää mieltä. Tavoiteltavina pidettävien eli omien arvojen ja asioiden pohtiminen ja niistä kiinni pitäminen vahvistavat mielenterveyttä. Ihmissuhdetaidot, kuten joustavuus ja riitatilanteissa toimiminen ovat osa mielenterveyttä. Hyvinvoiva mieli auttaa kohtaamaan arjessa vastaan tulevia pettymyksiä ja selviytymään niistä. (Suomen mielenterveysseura i.a.b.)

2.4 Itsetunto

Itsetunto ja itseluottamus tarkoittavat eri asioita ja onkin tärkeää osata erottaa käsitteiden eroavaisuudet. Käsitteet usein sekoitetaan toisiinsa, vaikka periaatteessa niiden välillä ei ole mitään yhteyttä. Itsetunto saadaan jo pienenä ja se rakentuu koko elämämme ajan. Itseluottamuksessa on kyse osaamisestamme. Eli siitä mitä osaamme ja missä olemme taitavia tai mitä saamme aikaan, mutta myös missä emme ole niin taitavia. Itseluottamus on yhteydessä alueisiin, valmiuksiin ja siihen kuinka hyvin jostain suoriudumme. (Hansson & Oscarsson 2006, 23)

Itsetunnossa puolestaan on kyse siitä, kuka olen ja miten suhtaudun itseeni. Kuinka paljon tiedän itsestäni tai, miten suhtaudun siihen mitä tiedän, määrittelee itsetuntoa.

Itsetunnon vahvuus riippuu siitä, olemmeko tulleet lapsuuden kasvuiässä nähdyiksi ja kokeneet, että olemme arvokkaita. Itsetuntoon pystyy vaikuttamaan ja vahvistamaan. Itsetunnosta tulee huolehtia persoonaamme kunnioittaen sekä omien arvojen, tavoitteiden ja tunteiden mukaan toimien. (Hansson & Oscarsson 2006, 23)

Terve itsetunto tarkoittaa sitä, että tuntee olevansa hyväksytty ja hyvä. Itsetunto on oman itsensä ja oman elämänsä tietoista arvostamista ja sen pitämistä arvokkaana. Itsetunto on myös toisten ihmisten arvostamista ja hyväksymistä. Itsetunnon puute vaikuttaa mielenterveyteen, kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin sekä vuorovaikutustaitoihin. Itsetunto onkin elämämme lähes jokaista osa-aluetta ja sen toimintaa ohjaileva voima. Itsetunnon avulla voidaan saavuttaa tavoitteita yksityiselämässä, opinnoissa sekä työelämässä. Terve itsetunto ei pohjimmiltaan kuitenkaan riipu ulkoisista saavutuksista, menestyksestä tai materiasta. Keskeistä on oma kokemus itsestä. Itsetunto vastaa kysymyksiin, miten suhtaudun itseeni, tai miten paljon itseäni arvostan. (Toivakka & Maasola 2012, 15.)

Itsetunnon vahvistaminen on monimutkainen sekä pitkäkestoinen, elämänmittainen prosessi. Se vaatii pitkäjänteistä työskentelyä. Se muotoutuu ja muuttuu, emmekä ole koskaan täysin valmiita. Se on hyväksymistä, välittämistä, huomioimista sekä rakentavan ja kannustavan palautteen saamista ja antamista. Meillä kaikilla on tarve saada kokea olevamme arvostettuja, hyväksytyjä ja välitettyjä omana itsenämme juuri sellaisina kuin olemme. Lapsen itsetunnon kehittymisen kannalta on merkittävää, miten lapsi kokee kuuluvuuden tunnetta elinympäristössään esimerkiksi perheeseensä, kouluun, luokkaan tai ystäväpiiriin. (Toivakka & Maasola 2012, 17–18.)

Aikuisen luoma hyväksyvä ilmapiiri vahvistaa lapsia ja toimii mallina lapsen itsetunnon kehittymiselle. Hyvän itsetunnon omaavat lapset pystyvät hyväksymään erilaisuutta, välittämään toisista ihmisistä, luomaan ystävyysuhteita sekä kiintymään muihin. Lapsen itsetuntoa voi tukea erilaisin keinoin esimerkiksi rohkaisemalla, kannustamalla, onnistumisiin keskittymällä, kehumalla yritystä sekä epäonnistumista, olemalla aidosti kiinnostunut ja läsnä, arvostamalla lasta ja lapsen ominaisuuksia, hänen taitoja sekä uskomalla lapseen. (Marjamäki ym. 2015, 80–81.)

Vahva itseluottamus elämän eri osa-alueilla ei takaa parempaa itsetuntoa. Hyvä itsetunto sen sijaan voi vaikuttaa positiivisesti myös itseluottamuksen tunteeseen.

Itseluottamus pitää sisällään sen, että voi luottaa itseensä. Itseluottamus on pinnalla olevaa, kun itsetunto on sisäinen tunne, joka kuvastaa sitä, millaiseksi tunnemme itsemme. Lapsen Itseluottamusta voidaan lisätä ja parantaa kun lapsi saa itse harjoitella arkisia asioita, vaikka aikuinen kykenisi tekemään saman asian nopeammin. Lapsen on tärkeää saada tuntea suoriutuvansa asioista itse. (Hansson & Oscarsson 2006, 24–26.)

Ero vanhemmista vaikuttaa jokaiseen lapseen yksilöllisesti eikä voida tarkkaan sanoa, millainen vaikutus sillä on lapsen itsetuntoon tai itseluottamukseen. Jokainen lapsi reagoi tilanteeseen eri tavoin. Ero vanhemmista voi olla lapselle vaikeaa, jopa traumaattista. Se voi herättää lapsessa monenlaisia tunteita kuten surun, mustasukkaisuuden, vihan sekä hylätyksi tulemisen tunteita. Kun lapsen elämässä tapahtuu suuria muutoksia, tulee lapsen lähettämiä signaaleja seurata erityisen tarkasti ja reagoida niihin viipymättä. Tällaisia muutoksia voivat olla esimerkiksi taantumisen jo opituissa asioissa ja kehityksessä. (Hansson & Oscarsson 2006, 219, 230–231.)

2.5 Lapsen traumakokemus

Perhettä voisi kuvata järjestelmänä, mikä perustuu vanhemmuuteen, mutta jokainen perheenjäsen vaikuttaa yksilönä siihen, miten muut voivat. Lapset ottavat perheessä aina suuren vastuun siitä, mitä perheessä on meneillään ja jos vanhemmat laiminlyövät velvollisuutensa vanhempina alkaa lapsi kantaa siitä vastuuta. Lapset syyttävät usein tapahtumista itseään. Lapsi tarkastelee itseään lapsen näkökulmasta uskoen siihen, että suurin osa tapahtuneesta johtuu heistä ja heidän vaikutuksestaan. (Hansson & Oscarsson 2006, 225–227.)

Vanhemmat ehkä luulevat, että suhteessa esiintyvät ongelmat voi salata lapsilta mutta lapset aistivat tunnelman ja käsittävät jos kaikki ei ole kunnossa. Omat vanhemmat ovat jokaiselle lapselle tärkeimmät henkilöt huolimatta siitä, millaisia ihmisiä vanhemmat ovat. Tilanteen on edettävä kotona hyvin pitkälle, että lapsi alkaa puhumaan omista vanhemmistaan pahaa, vaikka kodin olosuhteet olisivat miten huonot. Aikuisten vaikutus lapseen heijastuu suhteessa toisiin lapsiin, aikuissuhteisiin sekä tuleviin parisuhteisiin. Lapsi mallintaa kotoa opittuja asioita myöhemmässä elämänvaiheessa, vaikka ei jälkikäteen muistaisi kaikkea tapahtunutta täysin tarkkaan.

Eniten vaikutteita lapsi saa alle vuoden ikäisenä ja siksi ensimmäinen vuosi on tärkeää aikaa lapsen elämässä. Se miten lasta kohdellaan ja huomioidaan vaikuttavat lapsen myöhempään kehitykseen. (Hansson & Oscarsson 2006, 221,224.)

Ihmisen elämä on täynnä vastoin käymisiä, haasteita, vaikeuksia, uhkia ja pettymyksiä. Osa niistä on osa normaalia elämää ja kehitystä, mutta kun tilanteen vaatimukset ylittävät lapsen voimavarat, tilanteesta tulee stressaava. Traumakokemukset eivät kuulu normaaliin lapsuuteen eikä normatiiviseen kehitykseen. Jotta mielen tasapaino palautuisi se vaatii lapselta itseltään ja lähiympäristöltä paljon, kun lapsen kestävyys on ylittynyt. Tyypillistä traumalle on vaaraan joutuminen, äärimmäinen avuttomuuden tunne ja pelko siitä, että joutuu vahingoitetuksi. (Sinkkonen & Kalland, 2001, 184–185.)

Lapsuudessa koetut laiminlyönnit sekä tunne turvattomuudesta jättävät pysyvät jäljet. Emotionaalisesti puutteellisissa oloissa kasvaneen lapsen voi olla aikuisenakin haasteita rakastaa itseään terveellä tavalla. Toisiin ihmisiin luottaminen ja kiintyminen on erityisen hankalaa. Jos varhaisissa kiintymyssuhteissa on ollut paljon ongelmia sen seurauksena voi olla vaikeaa hyväksyä ja uskoa, että kukaan välittää tai haluaa pitää huolta vilpittömästi. Jos lapsena on käyttänyt voimavaroja oppiakseen pärjäämään kaaoksessa, voi seesteinen lähisuhde myöhemmällä iällä tuntua haasteelliselta. (Takala i.a.)

Psyykinen trauma syntyy, jos lapsi joutuu osaksi traumaattista ja traumatisoivaa tilannetta. Lapsilla riski vakavan trauman kokemisesta on suurimmillaan. Yksittäisen trauman kokeneista lapsista suurin osa toipuu, mutta kolmasosalle trauman kokeneista lapsista kehittyy traumaperäinen stressihäiriö. Tytöillä stressihäiriön kehittyminen on kaksi kertaa suurempi poikiin verrattuna. Traumaperäiset stressioireet luovat vahvan uhkan nykyhetkeen. Lapset, joille stressihäiriö kehitty todennäköisesti herkemmin, kehitty lisäksi myös jokin muu psykiatrinen häiriö. Tällaisia häiriöitä ovat muun muassa masennus, uhmakkuus- tai ahdistuneisuushäiriö. (Poijula 2016, 36–37, 41.) Voimakkaimpia syitä häiriön kehittymiseen ovat tapahtunut ja sen vakavuus. Kaikkein vahingollisinta on toisen ihmisen pahantahtoisesti aiheuttama. Suurimman riskin häiriö kehitykselle yksittäisistä traumaista aiheuttavat väkivalta sekä seksuaalinen väkivalta kuten raiskaus. Seksuaalisen väkivallan kohteeksi joutuneista lähes puolelle kehittyy traumaperäinen stressihäiriö. Lapsen trauman oireisiin vaikuttaa lapsen oma

ikä ja kehitystaso. Suojaavana tekijänä voi olla, jos lapsi ei vielä itse ymmärrä tapahtunutta. (Pojjula 2016, 41–42, 45.)

Traumaattiset kokemukset voivat olla pitkäkestoisia ja olla osa lapsen elämää, kuten kaltoinkohtelu, perheväkivalta ja psyykkinen ja fyysinen heitteillejättö. Myös pitkään jatkuneella stressillä on vaikutus lapsen kehitykseen, mutta verrattuna traumaan stressitilanteet antavat lapselle useampia selviytymismahdollisuuksia. Stressitilanteessa lapsi kykenee luomaan stressaaville kokemuksille uusia merkityksiä ja niiden ratkettua tuntemaan onnistumisen tunnetta. Traumaattisesta kokemuksesta selviäminen vaatii äärimmäisiä psyykkisten puolustuskeinojen käyttöä esimerkiksi tunteiden kieltämisestä sekä todellisuuden väärentämisestä. Traumatisoituneelle tyypillisiä oireita ovat painajaiset, mieleen tunkeutuvat mielikuvat ja uhkan pakonomainen ajattelu. (Sinkkonen & Kalland, 2001, 184–185.)

Trauman kokeneet lapset eivät luota tulevaan. Se nähdään ennemminkin pelottavana, kuilujen ja pahojen asioiden täyttämänä. Lapsi kärsii yleistyneistä peloista. Joillakin lapsilla trauman oireet ovat esimerkiksi liikkumisen lamaantuminen, voimakas omatahtoisuus, passiivisuus ja taantumisen sekä takertuminen. Traumaperäinen stressihäiriö voi ilmetä myös keskittymisvaikeuksina, käytöshäiriöinä sekä hankaluutena nukahtaa ja pysyä unessa. (Pojjula 2016, 48.)

Karussa ympäristössä resilienssi auttaa lasta saamaan mahdollisimman paljon virikkeitä ja auttaa olemaan sisäistämättä ympäristön negatiivisia puolia. Resilienssiin vaikuttava ympäristön ja yksilön ominaisuudet. Lapsi tarvitsee aikuisen tai aikuisia, joilta saa hyväksyvää tukea ja myönteisiä ihmissuhteita. Myönteisissä ihmissuhteissa lapsella on tilaa itsensä ilmaisemiseen ja tuen saamiseen. Suojan lapselle voi tarjota kuka vain aikuinen, joka aidosti näkee lapsen ja on kiinnostunut hänen asioistaan. Jos lapsi ei saa tukea, kiintymyssuhteita ja hyväksyntää, altistuu lapsi helposti masennukselle. (Pojjula 2016, 158.)

Lapsen kehityksen kannalta on tärkeää, että hänellä on ihmissuhteita, joissa voi kokea turvallista läheisyyttä, turvallisia eroja ja turvallisia uudelleen näkemisiä. Lapsi tarvitsee aikuisen, joka tarjoaa lapselle säätelevää läheisyyttä, on kiinnostunut lapsen asioista ja auttaa muodostamaan jatkumoa hänen elämästään ja kokemuksistaan. Aikuinen, joka muistelee lapsen kanssa hänen mennyttä elämää, auttaa ymmärtämään

tätä hetkeä ja luo mahdollisuuksia tulevaisuuteen on ensisijaisen tärkeä lapselle. On ensisijaisen tärkeää ymmärtää traumatisoivissa kokemuksissa, mitkä psykososiaaliset ja psyykkiset tekijät edistävät lapsen kestävyyttä ja eheyttä ja mitkä tekijät puolestaan edistävät lapsen voimavaroja ja selviytymiskeinojen tehokkuutta. (Sinkkonen & Kalland 2001, 185, 210–211.)

Perheväkivaltaa kokeneiden lasten on havaittu pyrkivän selvittämään riitoja tai vetäytyvän tilanteista, joissa osapuolilla on erimielisyyksiä tai yrittää tukahduttaa omia vihan ja turhautumisen tunteitaan, kaunistella näkemäänsä ja vähätellä kokemaansa. Traumatisoituneet lapset voivat myös käyttää keinonaan järkeilyä helpottamaan oloaan tai kieltämällä pelon tunteet. Yksi keino on paeta tuskallista todellisuutta omaan mielikuvitukseen. Äärimmäisenä ilmiönä tämä voi johtaa dissosioiviin oireisiin. Lapsi tavallaan hypnotisoi itsensä ulos tilanteesta ja kuvittelee, että se tapahtuu jollekin muulle. (Sinkkonen & Kalland 2001, 188–189.) Dissosiaatio ilmenee lapsella pakonomaisena käyttäytymisenä, rutiineina tai etääntymisenä. Dissosiaatio on kuitenkin pääosin myönteistä puolustautumista ja lasta suojelevaa. (Poijula 2016, 45, 48.) Valikoimattomasti sosiaalinen lapsi ei vierasta uusia ihmisiä vaan ottaa aktiivisesti kontaktia, tarrautuu, pyrkii syliin ja on valmis lähtemään vieraan matkaan (Sinkkonen & Kalland 2011, 211.)

Ympäristöllä, johon lapsi sijoitetaan, on luonnollisesti merkitystä ja vaikuttaa siihen, miten lapsi kiinnittyy uuteen paikkaan. Sijais- tai adoptiovanhemman herkkyyys huomata lapsen tunnetiloja ja tarpeita ja niihin vastaaminen on merkityksellistä kiintymyksen kannalta. Esine, joka seuraa lapsen mukana uuteen ympäristöön, auttaa lasta siirtymään kodista toiseen ja sietämään sietämätöntä. (Sinkkonen & Kalland, 2001, 232.)

3 TOIMINNALLISTEN TUOKIOIDEN TEOREETTISIA LÄHTÖKOHTIA

3.1 Arjen rutiinit

Kun asiat eivät tapahdu yllättäen ja ennakoimattomasti arki on sujuvampaa. Tutut tavat auttavat selviytymään ja rauhoittavat yllättävissä sekä uusissa tilanteissa. Osa meistä tarvitsee erityistä tukea hahmottamisen tueksi. Hahmottamista voidaan tukea esimerkiksi esineiden ja kuvien avulla, jotta saadaan mahdollisimman selkeä käsitys siitä mitä tapahtuu ja missä järjestyksessä. (Tikonen 2017.)

Säännöllinen päivärytmi ja rutiinit muodostavat arjen rungon. Rutiinit mahdollistavat tilanteiden ennakoitavuuden ja tuovat turvaa lapsen maailmaan. Lapsen on helpompi hahmottaa ympäristöään sekä omaa toimintaansa suhteessa ympäristöön toistuvien tapahtumien kautta. Aikuisen tehtävä on tukea lapsen kehitystä tarjoamalla lapselle selkeä rytmi ja rutiinit osaksi arkea. (Väestöliitto 2017.)

Tuttu arki vahvistaa lapsen turvallisuuden tunnetta ja tukee toimintakykyä. Rutiinit luovat päiviin sisältöä sekä ryhtiä. Erityisesti lapselle säännölliset ja toistuvat toimintatavat ovat tärkeitä ja ne luovat turvallisuutta. Tuttu arki vahvistaa lapsen itseluottamusta ja auttaa arjessa jaksamisessa. Päivittäin toistuvat turvalliset toiminnot lisäävät lapsen tunnetta arjen hallinnasta. Poikkeuksen ymmärtäminen on kuitenkin yhtä tärkeää kuin rutiinit. Poikkeus tutusta arjesta ei siten romuta opittuja rutiineja. Arkirytmi muotoutuu vuorokausirytmistä, säännöllisestä ravinnosta, hygienian hoidosta, ulkoilusta, harrastuksista, ystävistä, perheestä ja rentoutumisesta. (Neuvokas perhe i.a.)

Lapsi elää hetkessä, minkä johdosta ennakointi ja siirtymätilanteet voivat tuottaa hankaluuksia. Lapsi voi mahdollisesti kokea epämukavuutta, mikä näkyy uhmakkuutena, viivyttelynä tai huonona käytöksenä. Tapahtumien jäsentely sanoittamalla sekä kuvien avulla voi helpottaa siirtymätilanteita. Lapset saattavat jännittää tilanteita etukäteen, minkä vuoksi ne kannattaa käydä läpi ennakkoon mahdollisimman tarkasti. (Oulun kaupunki i.a.)

3.2 Vuorovaikutus ja osallisuus

Lapsi oppii syntymästään lähtien, että vuorovaikutukseen tarvitaan useampi osanottaja. Varhaislapsuudessa opittu malli luo pohjan sille, miten suhtaudumme vuorovaikutukseen ja sen tulkitsemiseen myöhemmin elämässä. Toimivan vuorovaikutuksen perustana on, että molemmat osallistujat ovat läsnä ja kuuntelevat. Tyypillistä vuorovaikutukselle kuitenkin on, että koskaan ei voida aivan täysin saavuttaa täydellistä yhteisymmärrystä. Se miten toisiamme ymmärrämme, riippuu monista tekijöistä. Kontakti syntyy eri aistien kuten näkö-, kuulo-, tunto-, haju-, maku- ja eri kehon aistien kautta. Vuorovaikutustilanteissa kaikki aistimme ovat jatkuvasti käytössä. (Toivakka & Maasola 2012, 29–30.)

Puheviestintä on vuorovaikutuksen yksi perusmuodoista. Se on kommunikoinnin perusmuoto, minkä avulla pystymme välittämään ja tulkitsemaan. Osallistujat tulkitsevat, tuottavat ja jakavat tietoa sekä merkityksiä yhdessä, eikä niinkään pyri siirtämään tietoa osapuolelta toiselle. (Toivakka & Maasola 2012, 30.) Puheviestintää voidaan tukea ja täydentää erilaisten tuen keinoin mitä ovat muun muassa tukiviittomat sekä erilaiset selkeät kuvat. Kuvat helpottavat ja tukevat puheen ymmärtämistä. (Papunet 2017.)

Puheviestinnän tukena käytettävät kommunikointitaulut ovat aihe- ja tilannekohtaisia, jotka luodaan kuva symbolien avulla. Siihen luodut sanastot kootaan tarpeen mukaan rajatusti yleensä yksittäisiä avainsanoja apuna käyttäen. Kommunikointitaulut toimivat apuvälineenä, joissa rajallisella sanastolla toimiminen on mahdollista. Tarpeellista voi olla, että taulun kuvat ovat siirrettävissä sekä irrotettavissa. Kuvia tarvitaan tunteiden sekä tapahtumien kertomiseen. Tiettyyn arjen tilanteeseen luotu kommunikointitaulu helpottaa tilanteissa etenemistä. Kuvat tukevat ensisijaisesti toiminnan sekä eri osa vaiheiden ymmärtämistä. Esimerkiksi pukemisen tukena käytetty kuvasymboli auttaa lasta havainnollistamaan sekä muistamaan, mitä vaatteita tulee pukea ja missä järjestyksessä. Mielenpitojen tai ajatusten kertomisessa ne eivät suoranaisesti toimi sellaisenaan, mutta voivat tukea niitä ja auttaa osallisuudessa. (Papunet 2018.)

Havainnointi ja kuunteleminen ovat vuorovaikutuksessa rinnakkaisia tapahtumaketjuja. Ne ovat erityisen tärkeitä kohtaamisen sekä ryhmässä toimimisen ja

sen ymmärtämisen kannalta. Havainnointi mahdollistaa ryhmän jäsenten välisen vuorovaikutuksen kehittymisessä. Ryhmäviestinnässä erityisesti kuunteleminen ja havainnointi ovatkin keskeisessä merkityksessä. Kuuntelemisen taito on ryhmäviestinnässä perusta ja edellytys omalle osallistumiselle, sillä onnistuneen keskustelun eteneminen edellyttää kuuntelemista. Kuunteleminen onkin onnistuneen vuorovaikutuksen kannalta ehdotonta. Onnistunut vuorovaikutus on puhumisen lisäksi kykyä, taitoa sekä halua kuunnella. (Toivakka & Maasola 2012, 31.)

Ryhmässä toimiminen edellyttää meiltä erilaisia kykyjä ja taitoja. Tällaisia taitoja ovat muun muassa empatian osoittaminen, toisten tukeminen, kannustaminen ja rohkaiseminen, mukautuminen erilaisiin tilanteisiin, suotuisan ilmapiirin luominen sekä ristiriitatilanteissa toimiminen. Ryhmäviestintätaidot ovat opeteltavissa olevia ja harjoiteltavia taitoja. Itsearviointitaitojen harjoittelu sekä kehittyminen ovat myös osa viestintäkasvatusta ja onnistunutta ryhmäviestintää. Ne eivät välttämättä kehity itsestään ilman erillistä harjoittelusta, ohjausta ja mallia. (Toivakka & Maasola 2012, 35–36, 39.) Palautteen saaminen ja sen vastaanottaminen edistävät omaa kasvua ja osaamista toimia ryhmässä. Lisäksi kun on valmis ottamaan vastaan palautetta ja huomioimaan uusia näkökantoja asioihin, maailman voi nähdä moniulotteisemmin sekä rikkaampana. (Tukiainen 2016, 274–275.)

Dialogisuudella tarkoitetaan tilannetta, jossa vuorovaikutuksessa olevien molempien osapuolien näkemykset otetaan tasapuolisesti huomioon. Dialogisuudessa tärkeää on osapuolten vastavuoroisuus ja ymmärrys sekä vuorovaikutuksen eteneminen molempien ehdoilla, jolloin osapuolet pääsevät luomaan yhdessä tilannetta ja vaikuttamaan yhteiseen päämäärään. (Mönkkönen 2007, 86–93.)

Osallisuus on tunne siitä, että minua arvostetaan, minusta ollaan kiinnostuneita, sanoillani on merkitystä, minulla on annettavaa ja minä saan vaikuttaa. Lapsella on oikeus olla aktiivinen toimija omassa todellisuudessaan, oikeus tulla nähdyksi ja kuulluksi sekä oikeus vaikuttaa omiin asioihinsa. Osallisuudessa on tärkeää, että arki muodostetaan ja suunnitellaan yhdessä lasten kanssa. Kun lapsella on mahdollisuus vaikuttaa toiminnan suunnitteluun, toimintaan on helpompi sitoutua, jolloin oppiminen mahdollistuu. Osallisuuden tavoitteena on oppia toimimaan yhdessä, vahvistaen samalla oman persoonan kasvamista ja muotoutumista. Kuunteleminen, omien ideoiden ja vastuun jakaminen, toisen kunnioittaminen ja huomioiminen,

toisten ajatusten ja mielipiteiden sietäminen, kunnioittaminen sekä empatiataidot ovat osa osallisuutta. Lapsen on tärkeää ymmärtää, että asiat ympärillä eivät vain tapahdu, vaan kyse on omista teoista ja valinnoista. (Heikka, Fonsen, Elo & Leinonen 2014, 66–68.)

3.3 Tunnetaidot

Tunteet ovat läsnä elämässämme joka hetki. Ne ovat lyhytkestoisia reaktioita, jotka syntyvät ja katoavat nopeasti. Pidempiaikaista taipumusta tietyn tunteen kokemiseen kuvataan yleisesti käsitteellä mieliala. (Rantanen 2011, 39.) Tunteet auttavat ylläpitämään hyvinvointiamme, sillä tunteiden avulla ihminen asettaa arjen toiminnot hyvinvointia tukevaan tärkeysjärjestykseen. Tunteet vaikuttavat ihmisen ajattelutapaan sekä havaitsemiseen. Myönteisten tunteiden avulla ihminen kykenee palautumaan kielteisten tunteiden aiheuttamasta rasituksesta. (Kokkonen 2010, 11.)

Positiivisella ajattelutavalla on voima muokata sekä muuttaa itseä. Tieteelliset tutkimukset tukevat väittämää siitä miten positiivinen ajattelu sisältää terveyttä edistäviä vaikutuksia. Se toimii voimavarana vaikeissa elämäntilanteissa, se inspiroi, rikastaa ihmissuhteita sekä lisää yhteenkuuluvuudentunnetta. Myönteisen ajattelun terveysvaikutusten tieteellinen näyttö on laajaa. Positiivisuus muun muassa madaltaa stressihormonitasoa ja lisää korkeaa kasvuhormonitasoa. Lisäksi positiivisuus vaikuttaa mielihyvähormoni dopamiinin eritykseen, parantaa immunitettia, laskee verenpainetta sekä parantaa unen laatua. Kaikilla näillä on yhteys hyvinvoinnin kokemiseen. (Tukiainen 2016, 65–66.)

Kiitollisuus, elämän merkityksen löytäminen ja kokeminen ovat olennaisena osana tuntemaamme hyvään oloon. Ilon, toivon sekä onnistumisen tunteet viestivät meille hyvän olon kokemuksia. Näitä taitoja on mahdollista harjoitella, lisätä ja vahvistaa. Kiitollisuuden on todettu olevan tehokkain tapa kohottaa mielialaa. Kiitollisuuden avulla vastoinkäymisiä kokenut voi saavuttaa positiivisen ajattelun tuomia etuja ja siten parantaa elämänsä laatua. Kiitollisuus on kyky huomata asioita, jotka ovat omassa elämässä hyvin. Se on taito pysähtyä iloitsemaan ja olemaan kiitollinen asioista, joita omassa elämässään kohtaa. Kiitollisuuden tietoinen harjoittaminen ja ilon aiheiden etsiminen parantavat elämänlaatua. (Tukiainen 2016, 61, 67–74.)

Ilo on yksi voimaannuttavista tunteista. Iloa voidaan vaalia tarkoituksellisesti ja se saa olon tuntumaan kevyeltä ja hyvältä. Ilon kokeminen tarttuu ja tempaa mukaansa. Sen avulla voimme nähdä useita vaihtoehtoja, asioiden valoisamman puolen, sekä pystymme laajentamaan omaa ajattelutapaamme ja elämäntilanteitamme. Ilo toimii lisäksi hyvin masennuksen ennaltaehkäisyksi. (Tukiainen 2016, 93.)

Lasta tulee surun hetkellä aina kuunnella oli suru pieni tai suuri, sillä suru voi liittyä muuttuneeseen elämäntilanteeseen tai menetykseen. Vaikeissa elämää kuormittavissa tilanteissa ja suurissa elämänmuutoksissa lapset tarvitsevat aikuisen tukea ja läsnäoloa. Päivärytmi, leikit, tutut aikuiset luovat lapselle tunteen turvallisuudesta sekä pysyvyydestä. Surua ei tarvitse saada pois tai parantaa. Lasta tulee rohkaista ilmaisemaan surua turvallisessa ympäristössä. Surusta puhuminen ei lisää lapsen surua. Puhumattomuus sen sijaan aiheuttaa lapsessa turvattomuutta ja horjuttaa lapsen luottamusta aikuisiin. (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 88.)

3.4 Voimavarat ja unelmat tulevaisuudesta

Lapsen täytyy saada tuntee itsensä tärkeäksi ja merkitykselliseksi jonkun silmissä sekä uskoa, että joku välittää ja pitää häntä arvossa. Se on vähintään yhtä tärkeää kuin ravinto ja vaatetus. On tärkeää saada tuntee olevansa turvassa ja voida luottaa, että saa huolenpitoa. (Hartley-Brewer 2006, 9.) Lapsen ja nuoren sisäisten sekä ulkoisten voimavarojen vapauttaminen on tärkeää. Voimavaroja voi vapauttaa ja lisätä esimerkiksi miettimällä lapsen kanssa yhdessä, mitkä asiat hänen elämässään on hyvin ja mitkä ovat hyviä puolia. Näillä pyritään korvaamaan elämäntilanteen epäsuotuisuutta, kuten vaikeita koti oloja. Näyttämällä lapselle huolenpitoa, rakkautta, turvallisuutta ja hellyyttä, voimavarat kasvavat. (Mäki-Opas 1999, 35.)

Voimavarojen tunnistaminen ja tunteminen on yksilöllistä ja siihen vaikuttaa miten kukin ihminen kokee siihen vaikuttavat tekijät. Lisäksi se, missä suhteessa voimavaroja antavat ja kuormittavat tekijät ovat toisiinsa, on vaikutusta. Tiedostamalla niitä tekijöitä, jotka vaikuttavat omaan voimavaraisuuteen, on mahdollisuus vaikuttaa omiin voimavaroihin. Sen kautta voidaan puolestaan vahvistaa omaa voimavaraisuutta. Voimavaroja vahvistavat tekijät ovat hyväksi lapsen terveille

kasvulle ja kehitykselle ja suojaavat kuormittavilta tekijöiltä. Elämään toisinaan kuitenkin kuuluu myös kuormittavia tekijöitä, jotka saattavat vaarantaa lapsen kehityksen. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2015c.)

Päivittäisessä elämässä voimavarojen löytäminen ja niiden tiedostaminen ovat merkittäviä hyvinvoinnin kannalta. Voimavarat tukevat arjessa jaksamista ja tuovat elämään hallittavuuden tunnetta. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2015c.) Tunteet sekä tunnetaidot ovat ensisijaisen tärkeitä mielenterveyden ylläpitämisessä. Ne ovat osa jokapäiväistä arkea sekä niitä tarvitaan eri vuorovaikutustilanteissa. Hyvässä tasapainossa tunteet ovat voimavaroja, jotka vaikuttavat mielenterveyden ylläpitoon ja ovat kantava voima arjessa. (Suomen Mielenterveysseura i.a.c.)

Leikkitutkija Stuart Brownin mukaan kyky unelmoida on yksi leikin muodoista. Sen avulla voidaan saavuttaa täysin erilainen ja uudenvuorokainen ymmärrys itsestä. Kuvittelemalla ja unelmoimalla voidaan kehittää täysin uusia ideoita ja tapoja siitä, miten olla olemassa. Unelmoimisen avulla voimme päästä paikkoihin ja tilanteisiin missä emme ole vielä olleet, mutta voivat myöhemmin tulla todellisiksi. Jos luomme tulevaisuudesta ja tulevasta tarinan, se voi ryhdyttyä toimeen muuttua todeksi. Unelmien ja unelmoinnin tärkeys piilee siinä, että niiden avulla pystymme näkemään täysin uudenlaisia mahdollisuuksia. Tulevaisuus on olemassa unelmina sekä toiveikkautena. Unelmien pohjalta usein syntyy voimaantumista. Voimaantuminen sisältää tahdonvoiman lisäksi unelmia. Unelmoiminen on optimismia, minkä avulla luodaan pohjaa hyvälle tulevaisuudessa tapahtuville asioille. (Tukiainen 2016, 266–269, 299.)

3.5 Valokuvauksen voima

Valokuvaterapian tavoitteena on valokuvauksen ja valokuvien avulla lisätä kuvatus selviytymiskykyä, tuntemusta itsestä, tukea psyykkistä eheyttä ja persoonallista kasvua. Kuvan avulla on mahdollista luoda erilainen tapa oman elämän tarkasteluun ja jäsentelyyn. Valokuvaterapiassa käytetyt menetelmät ovat uusien valokuvien ottaminen sekä omien vanhojen valokuvien katselu. Myös assosiativisten ja symbolisten kuvien katsominen on menetelmänä käytetty. (Pojjula 2016, 233.)

Valokuvia katselemalla voidaan saavuttaa ymmärrys vaikeista tilanteista. Valokuvat voivat auttaa vaikeiden tilanteiden jäsentämisessä. Valokuvat lohduttavat ja toimivat ikään kuin tilanteen todistajana. Kuvien avulla on mahdollisuus saavuttaa ymmärryksen hetkisestä tilanteesta ja yksityiskohdista. Valokuvauksen ja valokuvien katselemisen myötä kuvattavina olleet ovat harjoitelleet suhtautumaan itseensä lempeämmin, kantamaan vastuuta hyvinvoinnistaan sekä korjaamaan satuttaneiden ja häpeällisten katseiden aiheuttamia jälkiä. Valokuvaus vaikuttaa tunnetasolla oman arvokkuuden ja hyvyyden tuntemiseen. Se on todiste siitä, että ei olekaan paha tai syyllinen niihin asioihin, joita on menneisyydessä kokenut. Se on todiste siitä, että on rakkauden arvoinen. Oman kuvan hyväksymisellä vertauskuvallisesti opitaan hyväksymään se, millainen itse on. Lapsella on oikeus kokea itsensä rakastetuksi, arvokkaaksi ja ainutlaatuiseksi. (Pojula 2016, 234–235.)

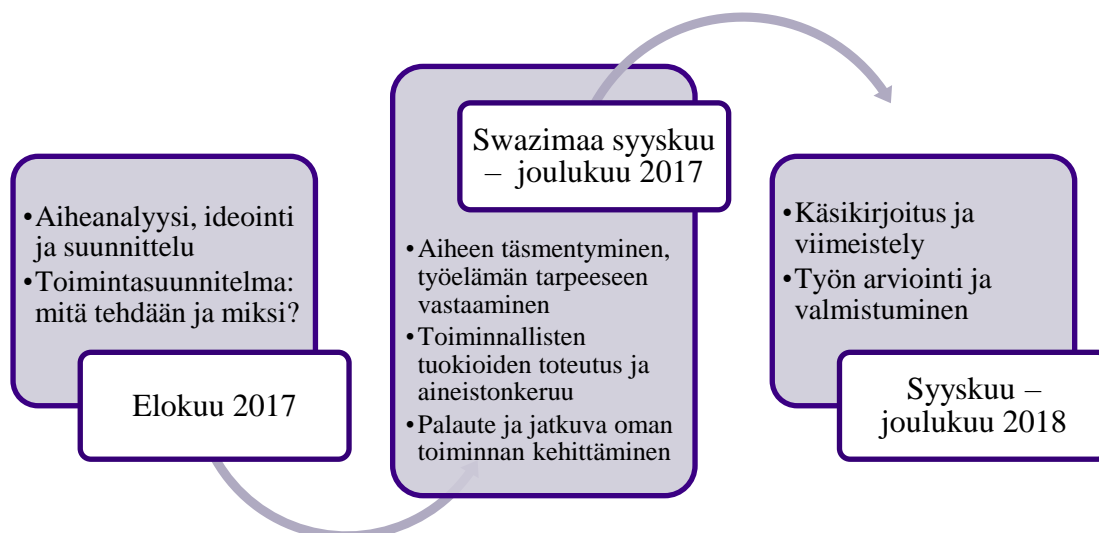
4 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN

4.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet

Opinnäytetyö oli muodoltaan toiminnallinen ja se toteutettiin Swazimaassa syyskuu–joulukuun 2017 välisenä aikana. Opinnäytetyön tarkoituksena oli järjestää hyvinvointia, sekä kouluvalmiuksia tukevia tuokioita kolmelle koulujärjestelmästä pudonneelle tytölle. Opinnäytetyön tavoitteena oli tukea tuokioille osallistuneiden tyttöjen kokonaisvaltaista hyvinvointia osallisuuden ja toiminnan kautta. Opinnäytetyön käytännön toteutus muodostui viidestä hyvinvointia tukevasta sekä 30:sta kouluvalmiuksia tukevasta tuokiosta. Tuokioiden teemat käsittelivät unelmia, voimavaroja ja tunteita.

Pääpaino opinnäytetyössämme oli hyvinvointia tukevissa tuokioissa, joita kuvaamme tarkemmin. Sivuumme hieman kouluvalmiuksia tukevia tuokioita. Kolme kuukautta kestäneen työharjoittelun yhteydessä tuokioita kertyi paljon. Järjestimme tytöille leipomista, vesivärimaalauksia, askartelua sekä erilaisia sisä- ja ulkoleikkejä, jotka kaikki tukivat hyvinvointia. Osaksi opinnäytetyötä valitsimme seuraavat tuokiot: minä osaan, unelmakartta, kiitollisuuskartta, aikajana tulevaisuuteen, valokuvaus sekä kouluvalmiudet. Tuokioiden teemat tukivat toisiaan muodostaen kattavan ja monipuolisen kokonaisuuden kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tueksi. Tuokioiden tarkoituksena oli tukea tyttöjen kokonaisvaltaista hyvinvointia sekä lisätä koulussa tarvittavia valmiuksia.

Opinnäytetyö sisälsi tuokioiden suunnittelun, toteutuksen, palautteet tuokioista sekä arvioinnin. Arviointi koostui tuokiolle osallistuneiden tyttöjen ja tyttökodin johtajalta saaduista palautteista sekä itsearviointista. Opinnäytetyömme aihe muotoutui työelämäyhteistyötahon tarpeesta sekä toiveesta. Tuokiota varten tuottamamme materiaalit ja apuvälineet koettiin hyödyllisiksi sekä toimiviksi ja ne haluttiin ottaa tyttökodissa käyttöön harjoittelun loputtua joulukuussa 2017. Seuraavassa kuviossa (kuvio 1) on havainnollistettu opinnäytetyöprosessin eteneminen.



KUVIO 1. Opinnäytetyöprosessin eteneminen

4.2 Toiminnallinen menetelmä ja lähestymistapa

Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena on käytännön toiminnan järjestämistä tai toiminnan opastamista ja ohjeistamista. Se voi olla esimerkiksi ammatilliseen käyttöön tarkoitettu ja suunnattu ohjeistus. Se voi myös olla tapahtuman tai näyttelyn järjestäminen. Tavoitteena on ammatillisen teorian sekä ammatillisuuden yhdistäminen käytännön työssä. Opinnäytetyön tulisi olla työelämälähtöinen ja käytännönläheinen, tutkimuksellisella otteella, riittävällä ammattitaidolla ja ammatillisella teorialla toteutettu. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9–10.) Työelämälähtöisen ja sieltä tulleen opinnäytetyön aiheen etuudeksi voisi mainita esimerkiksi sen, että pääsee käytännöntyössä osaksi vastaamaan sen hetkisestä tarpeesta tai käytännössä esiintyvistä ongelmista. Tämä puolestaan tukee opiskelijan ammatillista kasvua. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 17.)

Pidimme työharjoittelumme aikana toteuttamistamme tuokioista säännöllistä henkilökohtaista opinnäytetyöpäiväkirjaa. Opinnäytetyöprosessi kokonaisuudessaan oli niin laaja sekä pitkälle ajanjaksolle sijoittuva, että opinnäytetyöpäiväkirjan pitäminen oli muistamisen kannalta välttämätöntä. Opinnäytetyön raportti nojautuu tehtyihin muistiinpanoihin. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 19–20.)

Toiminnallisen opinnäytetyössä lopullisena tuotoksena on aina yleensä vielä jotain konkreettista. Tämä voi olla esimerkiksi tietopaketti tai ohjeistus. Tuotoksen kustannukset ovat yleensä opiskelijan tai toimeksiantajan maksettava itse. (Vilka & Airaksinen 2003, 53.)

Toiminnallisissa opinnäytetöissä aineiston keräämisen keinoina toimivat joko yksihaastattelut, ryhmähaastattelut tai konsultaatiot riippuen siitä, millaista tietoa opinnäytetyöhön tarvitaan tukemaan omaa ideaa ja sisältöä. Haastattelut voidaan toteuttaa puhelimen välityksellä tai kasvotusten paikan päällä. Haastattelujen puhtaaksi kirjoittaminen eli litterointi ei ole yhtä välttämätöntä tai täsmällistä kuin tutkimuksellisissa opinnäytetöissä. Usein varsinaisen haastattelun sijaan konsultaatiot saattavat olla täysin riittävä tiedonhankinnan tapa. Konsultaatiot ovat vapaamuotoisia tapoja eikä niille tarvitse tehdä edes osittaista litterointia. Konsultaatiot ovat hyvä keino faktatiedon selvittämiseen ja tarkistamiseen. Toiminnallisissa opinnäytetöissä näillä menetelmillä kerättyä aineistoa ei tarvitse erikseen analysoida vaan sitä voidaan käyttää tekstissä lähteenä. (Vilka & Airaksinen 2003, 64.)

Opinnäytetyön kokonaisuuden arviointi on osa oppimisprosessia. Arvioiminen voidaan toteuttaa tutkivalla sekä kriittisellä tavalla. Toiminnallisissa opinnäytetöissä on tyypillistä, että eteen tulee asioita, joita ei prosessin aikana voitukaan toteuttaa suunnitellulla tavalla. Niitä onkin hyvä pohtia näkyvästi. Palautteen kerääminen kohderyhmältä, oman arvioinnin lisäksi auttaa mietittäessä saavutettiin työille asetettuja tavoitteita. (Vilka & Airaksinen 2003, 154–157.)

4.3 Challenge Ministries Swaziland

Pine Valleyn tyttökodin kattojärjestönä toimii Challenge Ministries Swaziland eli CMS. Tyttökodin toiminnan valvonta ja vastuu sen toteuttamisesta on CMS:llä. Challenge Ministries Swaziland on useiden projektien ja yhteisöjen kristillinen kattojärjestö. Vuonna 2015 syksyllä perustettu Pine Valleyn tyttökoti on osa In Community by community -projektia. ICBC-projekti on Challenge Ministries Swazilandin toteuttama. Challenge Ministries Swaziland on voittoa tavoittelematon organisaatio Swazimaassa. (Havulaakson lapset ry 2017.)

ICBC-projekti syntyi pyrkimyksestä päästä eroon riippuvuudesta kirkkoihin ja avustusjärjestöihin. Projektin taustalla on ajatus, että kirkko- ja ministeriö laitokset perustetaan maaseutualueilla asuville ihmisille niiden toimesta, jotka asuvat alueella. Challenge Ministries Swazilandin tavoitteena on, että vuoden 2018 loppuun mennessä In Community By Community -projekteja olisi 20. Lisäksi CMS:llä on visio kuudestakymmenestä ICBC-projektista ympäri Swazimaata vuoteen 2027 mennessä. ICBC-projektin tavoitteena on palvella eniten tarvitsevia Swazimaan vähävaraisimmilla alueilla tarjoamalla terveydenhuoltoa, koulutusta ja apua yhteisöille. Jokaisen ICBC-projektin perustamisen kustannukset ovat 650 000 randia, eli noin 36 000 euroa. Swazimaalla on yksi korkeimmista HIV- ja AIDS-tilastoista maailmassa, mikä on johtanut siihen, että monet orvot ja haavoittuvassa asemassa olevat lapset elävät kadulla, ilman toivoa tulevaisuudesta. (Challenge Ministries Swaziland 2018c.)

Challenge Ministries Swazilandin toiminta pohjautuu kirkon toimintaan ja kristinusko on vahvana perustana toiminnalle. (Challenge Ministries Swaziland 2018b.) Challenge Ministries Swazilandin arvot ovat usko, toivo ja rakkaus. Näiden arvojen mukaan tehtävänä on tuntea Jumala, olla Jumalan ihminen, arvostaa muita ja muuttaa maailmaa arvojen kautta. Tärkeää on kunnioittaa muita ja tehdä mitä raamattu opettaa. Tärkeää on myös olla oppivainen, luotettava, uskollinen ja levittää evankeliumin sanomaa. (Challenge Ministries Swaziland 2018e.)

4.4 Pine Valleyn tyttökoti

Tyttökodin johtaja ja perustaja Kunene halusi perustaa tyttökodin, sillä hänen oma menneisyys ja lähtökohdat olivat hänen kertomansa mukaan samankaltaiset kuin monilla swazimaalaisilla kaltoin kohdelluilla tyttölapsilla ja tahtoi siksi itse ryhtyä auttajaksi. Hän ei koskaan itse päässyt kouluun tai saanut mahdollisuutta kouluttautua. Tyttökoti aloitti toimintansa aluksi hyvin pienesti, jolloin Kunene majoitti silloisia tyttöjä omassa kodissaan. Tyttökodin siirryttyä Challenge Ministries Swazilandin kattojärjetön alle ilmeni mahdollisuus laajentaa tyttökodin toimintaa sekä rakentaa uudet tilat ja puitteet tyttökodin toiminnalle nykyiseen muotoonsa. (Kunene 2017.)

Challenge Ministries Swaziland tukee Pine Valleyn tyttökodin toimintaa rahallisesti kuukausittain. Rahat käytetään Kunenen mukaan lähinnä paikkojen kunnostamiseen ja ylläpitämiseen, ruokaan, sähköön sekä esikoulun toimintaan. (Kunene 2017.)

Konsultoimme sähköpostitse Challenge Ministries Swazilandin lasten sponsorointiohjelman johtajaa Brownyn de Wetiä, joka kertoi, että tyttökoti saa Challenge Ministries Swazilandin kautta paikallisia ja kansainvälisiä lahjoituksia, joiden antaja on yleensä eriteltyt, mihin varat tulisi käyttää. Tyttökodilla on lisäksi mahdollisuus saada CMS:n kautta mentorointia ja tukea. Yleensä tyttökodilla on käytettäväksi kuukausittainen budjetti. Rahalliset lahjoitukset käytetään ruokaan, koulutukseen, sähköön sekä lääkinnällisiin menoihin ja asioihin. (de Wet, 2017.)

Swazimaassa on Kunenen mukaan paljon lapsia, jotka eivät pääse lainkaan esikouluopetukseen sen maksullisuuden takia. Ainoastaan peruskoulu on maksuton. Esikoulun käyminen helpottaisi koulumaailman siirryttäessä kuusi vuotiaana. Koulupuvut tulee jokaisen perheen kustantaa itse. Peruskoulun jälkeinen lukio on kallis. Tyttökoti kustantaa lukiossa opiskelun erilaisten sponsoreiden avulla, jos sellaiseen on sillä hetkellä mahdollisuus. Riippuen lahjoituksista ja niiden suuruudesta sekä sen hetkisistä sponsoreista, tyttökodin tytöillä voi olla mahdollisuus päästä peruskoulun jälkeen lukioon. Lahjoitukset kattavat lukukausimaksut, koulupuvun ja mahdolliset oppimateriaalit. Lukioon pääseminen ei kuitenkaan ole itsestäänselvyys vaan on riippuvainen sen hetkisistä lahjoittajista, sponsoreista sekä lahjoituksista. (Kunene 2017.)

Tyttökodissa asui kaiken kaikkiaan 15 tyttöä, iältään 3–16 vuotiaita. Tytöt olivat päätyneet tyttökotiin, kun tilanne kotona oli kriisiytynyt siihen pisteeseen, että kotona asuminen ei enää ollut mahdollista. Kaikki tyttökodin tytöt olivat joutuneet kokemaan jonkinlaista väkivaltaa tai kaltoinkohtelua elämänsä aikana kotona asuessaan. Tytöt olivat joutuneet seksuaalisen väkivallan kohteeksi yleensä lähipiiristä löytyvän sukulaismiehen toimesta. Osalla perheistä oli ollut lisäksi päihteiden käyttöä ja nälänhätää. Lastensuojelun piiriin tytöt olivat löytyneet, kun koulu tai naapuri olivat ilmaisseet huolensa lastensuojeluun. (Kunene 2017.)

Tytöt saivat tavata sukulaisistaan ainoastaan isoäitiään, kun he asuvat tyttökodissa. Muiden sukulaisten tapaaminen ei ollut sallittua. Isoäidin tapaaminen mahdollistettiin

ainoastaan kerran vuodessa. Se oli tyttökodin keino suojella tyttöjä uudelta harmilta ja pahalta. Sukulaiset eivät saa tietoonsa tyttöjen uutta asuinpaikkaa tyttökotia ja sen sijaintia. (Kunene 2017.)

Noin puolella tyttökodin tytöistä oli HIV-tartunta, jonka tytöt olivat saaneet seksuaalisen väkivallan seurauksena. Tyttökodin tytöillä oli myös epilepsiaa sekä erilaisia tulehduksia, joihin tytöillä oli lääkitykset. Osalla tytöistä oli havaittu jonkinasteisia mielenterveysongelmia tai kehityspoikkeamia, mitkä eivät kuitenkaan vaatineet lääkitystä. Kaikki tytöt olivat kuitenkin oikeutettuja saamaan psykologin tai psykiatrin hoitokontaktin. Osa tytöistä kävi usein tarkastuksissa lähinnä kuitenkin kasvuun ja kehitykseen liittyvissä asioissa. (Kunene 2017.)

Menneisyyden traumat ja tapahtuneet puitiin läpi ennen tyttökotiin muuttamista jollain hoitavalla taholla. Tyttökodissa ei enää palattu menneisyydessä tapahtuneisiin traumaattisiin asioihin. Tällöin tytöt olivat vapaita pahoista muistoista. Kirkko oli tyttöjen apuna aina, myös vaikeissakin asioissa. Kunene kertoi haastattelussa tarkkailevan ja seuraavan säännöllisesti tyttöjen mielenterveyteen, hyvinvointiin, kasvuun ja kehitykseen liittyviä asioita. Tyttökodilla kävi kuukausittain sairaanhoitaja, joka punnitsi tyttöjen painon, mittasi pituuden sekä arvioi mielialan. (Kunene 2017.)

Tyttökodissa oli keittiö, pieni olohuone, kylpyhuone sekä kuusi huonetta, joista neljä oli tyttöjen omia huoneita. Yhdessä huoneessa asui 2–5 tyttöä. Yhdessä sängyssä saattoi nukkua kaksi lasta. Keittiössä oli uuni, liesi, vedenkeitin, jääkaappi-pakastin, lavaaari sekä ruokapöytä tuoleineen. Olohuoneessa oli yhteisessä käytössä televisio, dvd-soitin, radio ja tuoleja. Yksi huone oli työntekijöiden käytössä oleva toimistotila ja viimeinen huone kuului tyttökodin työntekijälle, jossa hän asui ja nukkui kahden lapsensa kanssa. Pihalla oli kiipeilyteline ja keinut. Sähköjen toiminta oli epävakaata ja riippuvainen sääolosuhteista. Peseytymistilat olivat karut ja kylmät. Suihkusta tuli ainoastaan kylmää vettä. Tytöt kuivasivat itsensä lakanoihin, viltteihin ja toisinaan omiin vaatteisiinsa, kunnes ostimme kaikille omat uudet pyyhkeet.

Tyttökodilla oli johtajan lisäksi ainoastaan yksi työntekijä. Työntekijän työnkuvaan kuului lähinnä siivousta ja ruuanlaittoa. Työntekijällä ei ollut minkäänlaista koulutusta eikä hän puhunut englantia. Työntekijän tehtäviin ja toimenkuvaan ei varsinaisesti kuulunut vastuu tyttökodin toiminnasta tai tyttöjen kasvattamisesta vaan hän vastasi

kodinholdollisista tehtävistä. Tytöt olivat pääsääntöisesti vastuussa ja pitivät huolta toinen toisistaan, sillä suurimman osan ajasta tytöt olivat keskenään ilman aikuisia. Vanhemmat tytöt huolehtivat nuoremista, heidän pesuistaan ja vaipponen vaihdosta. Tytöt osallistuivat siivoukseen ja ruoanlaittoon päivittäin.

Tyttökodin omistaja asui noin 100 metrin päässä tyttökodista. Hän kävi tyttökodilla silloin tällöin. Tyttökodin kanssa samassa pihapiirissä toimi kirkko sekä esikoulu Noah's Ark, jossa neljä tyttökodin tytöistä kävi arkisin. Lauantaisin tyttökodin tytöillä oli raamattukerho. Sunnuntaisin tytöt kävivät kirkossa, jossa he yleensä esittivät raamattukerhossa opeteltuja lauluja ja esityksiä. Lähikoulu löytyi noin 15 minuutin kävelymatkan päässä, jossa suurin osa tyttökodin tytöistä opiskeli.

4.5 Kolmen tytön kuvaus

Tyttöjen yksityisyyden suojaamiseksi ja tunnistettavuuden estämiseksi kuvaamme kohderyhmämme tyttöjä muutetuilla nimillä.

Kolme tyttökodin tytöistä oli pudonnut pois koulujärjestelmästä. Syy tyttöjen putoamiseen koulujärjestelmästä oli muutto tyttökotiin, minkä seurauksena tytöt olivat joutuneet vaihtamaan koulua. Heillä ei ollut mahdollisuutta päästä uuteen kouluun kesken lukuvuoden. Tytöt olivat muuttaneet tyttökotiin vain kolme kuukautta ennen työharjoittelumme alkua. Mahdollisuus kouluun paluuseen oli vasta kuuden kuukauden kuluttua, joten heidän päivissä ei ollut sillä hetkellä minkäänlaista struktuuria tai ohjelmaa, kun tyttökodin muut tytöt olivat esikoulussa tai koulussa.

Tytöt olivat keskenään lähes samanikäisiä, mutta kehitystasoltaan eritasoisia. Tyttöjen englanninkielen taidot ja valmiudet olivat hyvin eri tasolla sekä toisistaan poikkeavia. Tendi oli 13-vuotias ja puhui kohtalaisen hyvää englantia. Tiyada oli 12-vuotias ja puhui välttävää englantia. Tiyadalla oli jonkin verran todettuja oppimisvaikeuksia kouluaineissa. 11-vuotias Melusi oli psykiatrin tekemän diagnoosin mukaan kehitykseltään kolmevuotiaan tasolla. Hän ei puhunut englantia. Melusin äiti, oli odotusaikana käyttänyt päihteitä, mikä osakseen oli aiheuttanut kehityspoikkeamaa tytölle (Kunene 2017). Hänen oikeasta iästään ei ollut täysin virallista tietoa, sillä hänellä ei ollut olemassa syntymätodistusta.

5 TOIMINNALLISET TUOKIOT

5.1 Tuokioiden suunnittelu ja toteutus

Toimintatuokioiden suunnittelu käynnistyi keväällä 2017, kun työharjoittelu Swazimaassa varmistui. Tiesimme heti, että haluamme suorittaa työharjoittelun lastensuojelun parissa, jossakin paikallisessa lasten-, orpo- tai tyttökodissa. Idea ja ajatus tuokioiden teemoista meillä oli valmiina hyvinkin pian. Työelämäyhteistyökumppani varmistui meille vasta noin viikkoa ennen harjoittelun alkua. Kohderyhmä sekä toimintaympäristö selvisi meille täysin vasta paikan päälle päästyämme.

Suunnittelimme tuokiot teoriatietoon pohjautuen. Seuraavassa kuviossa (kuvio 2) on jäsennehtynä aiheet, joita käsitteimme järjestämillämme tuokioilla.



KUVIO 2. Tuokioiden teemat jäsennehtynä kuvioon

Toimintatuokioiden sisältö ja teemat muotoutuivat omien mielenkiintojen mukaan sekä työelämäyhteistyökumppanilta, eli tyttökodilta tulleesta toiveesta. Suunnittelimme kaikki tuokiot tukemaan tuokioille osallistuneiden tyttöjen kokonaisvaltaista hyvinvointia. Tuokioiden teemojen suunnittelun ja sisältöön

vaikuttivat tyttöjen elämäntilanteet sekä menneisyys. Suunnittelussa otimme huomioon tyttöjen taustat sekä niiden tuoman herkkyyden. Jokaisella tuokiolla oli oma teeman mukaan asetettu tavoite. Kaikkia tuokioita yhdisti lisäksi yhdessä oleminen, ryhmässä työskentely, vuorovaikutustaitojen harjoittelu sekä toisten huomioiminen. Pidimme tärkeänä, että tuokioiden teemat tukivat toisiaan muodostaen kattavan ja monipuolisen kokonaisuuden kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tueksi.

Suunnitteluvaiheessa otimme huomioon, missä järjestyksessä tuokiot toteutetaan. Tuokioiden sisältöjen ja teemojen vaatavuus eteni harjoittelun, tutustumisen sekä luottamuksen kasvamisen myötä. Suunnitteluvaiheessa hankimme joitain tulostettavia materiaaleja valmiiksi jo Suomessa. Käytimme apuna Papunetin kuvapankkia.

Olimme tulostaneet valmiiksi tunnetilakortteja (LIITE 1, LIITE 2) tuokioita varten, joita oli mahdollista käyttää apuna sanoittaessaan omia tunteita. Tuokioiden arvioimista varten meillä oli tulostettuja hymynaamoja (LIITE 3), punainen, oranssi ja vihreä, joiden avulla tytöt antoivat tuokioiden jälkeen meille palautetta suullisen ja kirjallisen palautteen lisäksi. Punainen tarkoitti, että tuokio oli vaikea, epämiellyttävä tai haastava. Oranssi oli neutraali, helppo tai tylsä. Vihreä, että tuokio oli mieluinen ja/tai opettavainen. Aikuisilta palaute pyydettiin suullisesti ja kirjallisesti. Palautteen ja omien havaintojemme perusteella muutimme ja kehitimme toimintaamme sekä tuokioiden sisältöä aktiivisesti.

Tyttökodilla ei ollut tarjota meille mitään materiaaleja tuokioiden järjestämiseen, joten hankimme kaiken omakustanteisesti tarpeiden mukaan. Ostimme tuokioita varten vihkoja, kartonkeja, paperia, lyijykyniä, viivaimia, puuvärejä, kumeja, liimaa, sinitarraa, saksia, palapelejä, tehtäväkirjoja, värityskirjoja sekä muita koulutarvikkeita. Tyttökodin omistajan ystävältä saimme aikakauslehtiä, joita hyödynsimme unelma- ja kiitollisuuskartta -työskentelyssä. Hankimme tuokioille vain välttämättömimmät materiaalit sekä tarvikkeet tuokioiden toteutuksen kannalta, jotta tuokioita olisi jatkossakin mahdollista toteuttaa pienellä budjetilla.

Tuokioiden suunnittelua helpottaaksemme pyysimme tyttökodin johtajalta useita kertoja kolmen tytön koulupapereita, joissa kävisi ilmi tyttöjen vahvuudet sekä kehittämisen kohteet. Valitettavasti emme papereita saaneet, joten emme saaneet tytöistä minkäänlaisia tietoja ennakoon. Aloitimme työskentelyn havainnoimalla

itsenäisesti tyttöjen taitoja. Teimme heille erilaisia tehtäviä kartoittaaksemme esimerkiksi heidän kielitaitoa, kirjoitustaitoa, yleisiä kouluvalmiustaitoja, kuten matemaattisia taitoja, arjen ja elämänhallinnan taitoja tai miten he toimivat ryhmässä.

Kävimme kouluvalmiuksia tukevia tuokioita varten lähikoulussa tutustumassa opetukseen, missä pääsimme seuraamaan paikallista opetusta ja koulun opetuskulttuuria. Vierailussa oppimaamme apuna käyttäen suunnittelimme tytöille ja heidän ikätasoiheen sopivia, hyödyllisiä sekä ajankohtaisia tehtäviä kouluvalmiuksia tukeville tuokioille. Kouluissa opetus kaikissa aineissa tapahtui englanniksi, ainoastaan äidinkielen opetus tapahtui siSwatiksi.

Opinnäytetyön toiminnallinen osuus toteutettiin Swazimaassa syyskuu–joulukuu välisenä aikana vuonna 2017. Suunnittelimme tuokiot kolmelle tyttökodin tytölle, mutta satunnaisesti tuokioihin osallistui muitakin tyttökodin tyttöjä tai esikoululaisia. Tuokiot eivät aina toteutuneet suunnitelman mukaisesti, joka ajoittain johtui muun muassa tilassa olevista häiriötekijöistä tai keskittymiseen liittyvistä pulmista. Tiloissa kävi esikoululaisia, esikoulun opettajia, lastenhoitaja lapsen kanssa, tyttökodin työntekijä sekä tyttökodin omistajan omat lapset. Ajoittain tyttökodilla oli paikalla kaikki tyttökodin tytöt, koska heillä ei yllättäen ollutkaan koulua. Tilanteet ja suunnittelemamme tuokiot saattoivat muuttua ennakoimattomasti. Oikeastaan emme voineet koskaan täysin tietää etukäteen, millainen päivä on luvassa. Toimimme kuitenkin aina tilanteen mukaan soveltaen sekä tarvittaessa sisältöä mukautettiin tyttöjen tarpeet huomioiden.

Toiminnallisia tuokioita varten ei ollut mitään erityistä tilaa tarjolla, joten tuokiot toteutettiin tyttökodin keittiössä ruokapöydän ääressä. Kaikki tuokiot pidettiin englannin kielellä. Suunnittelimme tuokiot ja kertasimme tuokioiden sisällön läpi aina edellisenä iltana. Seuraava kuva (kuva 1) havainnollistaa toiminta- ja työtilaamme.



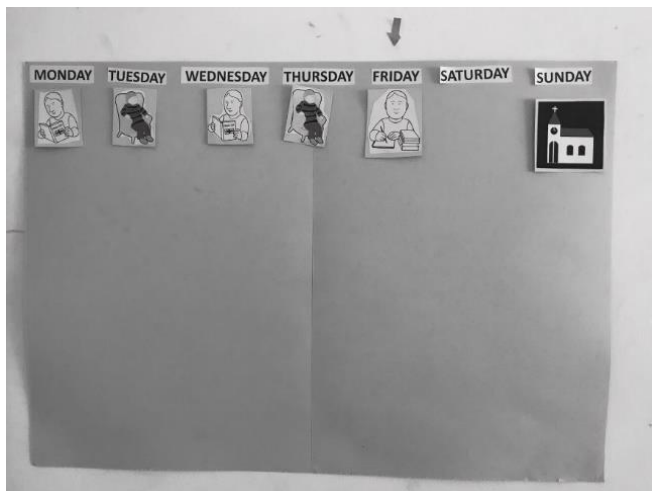
KUVA 1. Toimintatila

Kartoitettuamme tyttöjen taitoja ja havainnoituamme heitä loimme asiakaslähtöisesti kuvitetun päivä- ja viikkokohtaisen lukujärjestyksen tuokioiden tueksi, joiden pohjalta toteutimme tuokioita säännöllisesti kolmen kuukauden harjoittelun ajan. Struktuuriksemme muodostui toteuttaa toiminnallisia tuokioita kolmena aamuna viikossa, maanantaisin, keskiviikkoisin ja perjantaisin. Kuvitetun päivä- ja viikkokohtaisen lukujärjestyksen avulla tyttöjen oli helppo hahmottaa tuokioiden ajankohdat sekä päivän ja viikon kulkua, sanallisen muistutuksen lisäksi. Lukujärjestys laitettiin keskeiselle paikalle tyttökodin keittiön seinälle, missä se oli kaikkien tyttökodin tyttöjen nähtävillä. Päivärytmillä, tutulla alulla ja lopetuksella halusimme luoda turvallisuuden ja pysyvyyden tunnetta.

5.2 Tuokioiden runko

Toiminnallisilla tuokioilla oli aina samanlaiset vaiheet: alku, keskivaihe sekä lopetus. Aloitimme jokaisen tuokion aina systemaattisesti samaan kellonaikaan yhdeksältä aamulla, kokoontumalla keittiön ruokapöydän äärelle. Kävimme läpi yksitellen tyttöjen kuulumisia sekä tunnetiloja. Tytöt saivat kertoa, miltä heistä tuntui ja yhdessä mietimme, mistä se voisi johtua. Tunteiden tunnistamisen, sanoittamisen ja läpikäymisen jälkeen kävimme läpi päivän ohjelman, lukujärjestyksestä ja siihen tarkoitettuja kuvasymboleita apuna käyttäen. Vaihdoimme lukujärjestykseen päivän tulevat tuokiot, sekä mitä tuokiot pitävät sisällään. Lukujärjestykseen vaihdettiin

lisäksi oikea viikonpäivä, päivämäärä, kuukausi ja vuosi. Seuraavissa kuvissa (kuva 2, kuva 3) esiteltyinä tuokioille luomamme viikko- sekä päiväkohtaiset lukujärjestykset.



KUVA 2. Viikkokohtainen lukujärjestys



KUVA 3. Päiväkohtainen lukujärjestys

Aloituksen ja lopetuksen välissä toteutimme kaksi noin 30–45 minuutin toiminnallista tuokiota, joiden välissä pidettiin tauko. Näillä 30–45 minuutin tuokioilla teemat käsittelivät kouluvalmiuksia, sekä tyttöjen hyvinvointia tukevia asioita.

Tuokion lopetus oli myös aina samanlainen, tuttu ja turvallinen. Tuokion lopuksi annoimme tytöille palautetta tuokion sujumisesta suullisesti, sanallisesti ja eleillä. Kirjoitimme vihkoihin kannustavia kommentteja, liimasimme vihkoihin tarroja sekä

”heitimme ylävitosia”. Lisäksi tytöt antoivat tuokioista palautetta meille hymynaamoja apuna käyttäen, suullisesti sekä kirjallisesti.

5.3 Hyvinvointia tukevat tuokiot

5.3.1 Minä osaan

Minä osaan -leikissä asetuimme tyttökodin keittiössä sijaitsevan ruokapöydän ääreen piirimäiseen muodostelmaan, siten että kaikki osanottajat näkivät toisensa. Leikin tarkoituksena oli miettiä ja pohdiskella asioita minkälaisia erilaisia taitoja kullakin osanottajalla on. Sai myös sanoa asian mistä pitää, jos ei heti keksinyt tai halunnut kertoa asiaa minkä osaa tai missä on hyvä. Jokainen sai vuorollaan kertoa ääneen jonkin osaamansa taidon. Taito saattoi ja sai olla mikä vain taito esimerkiksi tanssiminen, uiminen, leikkiminen tai laulaminen. Kun vuorossa ollut lopetti kertomasta taidon tai mistä pitää, muut leikkiin osaa ottaneet saivat sen jälkeen nostaa käden ylös merkiksi siitä, jos myös osasivat saman taidon tai pitivät samasta asiasta. Tytöille oli tärkeää, että he pääsivät ääneen kertomaan olemassa olevista taidoistaan.

Rohkaisujen ja esimerkkien avulla saimme kaikki tytöt osallistumaan leikkiin pienen alkujännityksen jälkeen. Kerroimme itse ensin muutamia esimerkkejä, minkä jälkeen tyttöjen oli helpompaa ja luontevampaa kertoa omista taidoistaan. Jotkin asiat tytöt kertoivat omalla kielellään, minkä jälkeen se käännettiin englannin kielelle toisen osanottajan toimesta. Tytöt myös hyödynsivät kuvia, jotka olimme ottaneet tuokiolle työskentelyn tueksi (LIITE 4, LIITE 5.) Halusimme tuoda kuitenkin esille sen, että kaikki taidot ovat yhtä tärkeitä ja tasavertaisia sekä harjoittelemalla oppii, jos ei vielä osaa jotain.

Minä osaan -leikillä halusimme vahvistaa tyttöjen itseluottamusta ja sitä kautta itsetuntoa. Itsetuntoa voidaan vahvistaa onnistumisen kokemuksilla sekä löytämällä ja tiedostamalla omia vahvuuksia. Hyvän itsetunnon omaavat lapset pystyvät helpommin hyväksymään erilaisia asioita ja ihmisiä, välittämään muista, luomaan ihmissuhteita ja kiinnittymään muihin ihmisiin. Nämä asiat puolestaan edistävät ja ylläpitävät hyvinvointia. Tuokio päättyi palautteen keräämiseen hymynaamoilla ja suullisella palautteella.

5.3.2 Unelmakartta

Unelmakartta-tuokion tavoitteena oli, että tytöt pääsevät unelmoimaan ja uskaltavat tuoda unelmansa näkyviksi. Työskentelimme tyttökodin keittiön ruokapöydän äärellä. Olimme koonneet pöydälle runsaasti erilaisia aikakauslehtiä, kyniä, liimaa, tusseja, kartonkia sekä saksia.

Jokainen tytöistä sai valita itselleen mieluisan värisen kartongin. Kartonkiin liimattiin kuvia lehdistä, kirjoitettiin sekä piirrettiin. Lopuksi kaikki esittelivät vuorollaan karttansa muille tuokioon osallistuneille ja kertoivat, miksi ovat valinneet juuri ne asiat omiin karttoihin. Unelmakarttoihin tytöt valitsivat kuvia kelloista, autoista, perheestä, omista lapsista, koulutuksesta ja asioista, jotka tekevät heidät onnelliseksi. Lopuksi kartat kiinnitettiin tyttöjen huoneiden seinälle jokaisen oman sängyn yläpuolelle, muistuttamaan tyttöjä siitä, että unelmoiminen on tärkeää, suotavaa ja sallittua tuoda esille. Näkyvillä olevat kartat haluttiin heti esitellä muille, mistä saatiin jälkikäteen paljon keskustelua aikaan. Tuokion lopuksi vielä kokoontuimme yhdessä pöydän ääreen, jolloin tytöt saivat antaa tuokiosta meille palautetta kuvien avulla, kirjallisesti sekä suullisesti.

Kuvittelemalla ja unelmoimalla voidaan parhaassa mahdollisessa tapauksessa saavuttaa täysin uudenlainen ymmärrys itsestä ja nähdä uusia mahdollisuuksia. Lisäksi jos luomme tulevaisuudesta itsellemme tarinan ja alamme työskentelemään sen eteen, se voikin muuttua todeksi. Kun tulevaisuus on meille olemassa, syntyy toiveikkautta ja voimaantumista. Kun itsetunto on hyvä tavoitteiden saavuttaminen on helpompaa.

5.3.3 Kiitollisuuskartta

Kun teimme kiitollisuuskarttoja halusimme tukea tyttöjen hyvinvointia ja vapauttaa tyttöjen voimavaroja kannustamalla tyttöjä miettimään asioita, mitkä heidän elämässään on tällä hetkellä kaikista huolimatta hyvin ja mistä he ovat kiitollisia. Mielenterveys koostuu ilon ja kiitollisuuden asioista, joten koimme tämän työskentelytavan vahvistavan ja kehittävän tyttöjen hyvinvointia. Kiitollisuus myös vaikuttaa vahvasti siihen oloon, jota tunnemme.

Työskentelimme tyttökodin keittiön ruokapöydän äärellä. Olimme koonneet pöydälle runsaasti erilaisia aikakauslehtiä, kyniä, liimaa, tusseja, kartonkia sekä saksia. Tytöt leikkasivat lehdistä kuvia, jotka kuvastivat kiittollisuuden aiheita. Kartongilla oli lopulta kuvia vaatteista, sängystä, talosta, joka kuvasti tyttökotia, ruuasta ja leluista.

Yksi tytöistä kirjoitti kirjeen kuvien viereen, että hänen isänsä hauras toive oli, että kyseisestä työstä tulisi isona lääkäri. Tyttö oli asettanut sen tavoitteekseen edesmennyttä isäänsä kunnioittaen. Tyttö kiitti kirjeessään, että Jumala oli tuonut hänen luokseen meidät tukemaan häntä koulunkäynnissä ja opettamaan hänelle taitoja, joista on hänelle tulevaisuudessa hyötyä, jotta hän voisi saavuttaa isänsä toiveen ja oman tavoitteensa. Mielestämme siinä kirjeessä kiteytyi kauniisti syyt, miksi olimme siellä, tekemässä sitä mitä teimme. Toinen tytöistä löysi kahden vaalean tytön kuvat, jotka hän liimasi omalle kartongilleen. Hänen sanojensa mukaan ne tytöt kuvastivat meitä. Kolmas tytöistä löysi lehdistä kuvan samanlaisista kengistä, jotka hänellä oli ja liimasi sen kartonkiinsa merkkinä siitä, että on kiitollinen kengistään.

Kaikki saivat esitellä kiittollisuuskarttansa ja kertoa, mistä asioista ovat kiitollisia. Lopuksi kiittollisuuskartat laitettiin seinälle lähelle tyttöjen sänkyjä muistuttamaan asioista, jotka ovat kaikesta huolimatta hyvin ja joista tytöt ovat kiitollisia. Tuokio loppui palautteen antoon hymynaamoilla sekä sanallisella palautteella. Seuraavassa kuvassa (kuva 4) kiittollisuuskarttatyöskentelyä.



KUVA 4. Kiittollisuuskarttojen askartelemista

5.3.4 Aikajana tulevaisuuteen

Aikajana tulevaisuuteen työskentelyssä pyysimme tyttöjä miettimään, mikä olisi heidän haaveammatti tai missä näkisivät itsensä tulevaisuudessa. Pohdimme sitten yhdessä, mitä asioita päämäärän ja unelmien saavuttaminen tytöiltä vaatii.

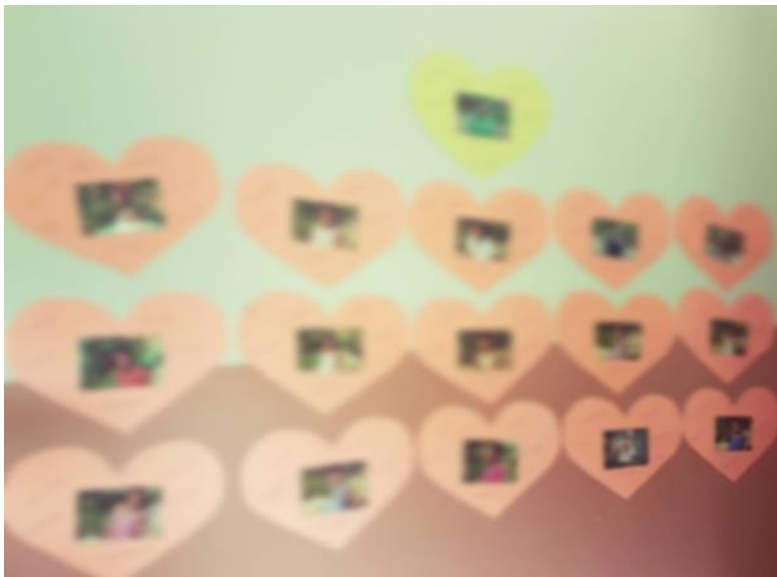
Jokainen tytöistä sai valita itselleen mieluisan värisen kartongin, mille tytöt saivat piirtää oman tulevaisuuteensa johtavan aikajanan. Aikajanan toisessa päässä oli nykyhetki ja toisessa päässä häämötti tulevaisuus ja unelmat. Lisäsimme aikajanelle kronologisessa järjestyksessä erilaisia etappeja, mitä tulevaisuuden haaveeseen pääseminen vaatii. Kaikilla tytöillä oli heti mielessään, mitä he haluaisivat olla isoina. Tyttöjen unelma oli valmistua lääkäriksi, poliisiksi ja sotilaaksi. Keskustelimme siitä, mitä kouluja tulee käydä ja miten kouluun pääsee, koska koulut ovat Swazimaassa maksullisia. Mietimme erilaisia työmahdollisuuksia, joita tytöt voisivat isompana tehdä, jotta pystyvät maksamaan vaadittavat koulumaksut. Tytöille lisäksi konkretisoitui kouluun panostamisen ja opiskelujen tärkeys sekä merkityksellisyys.

Valmiit aikajanat laitettiin tyttöjen huoneiden seinille lähelle jokaisen tytön omaa sänkyä muistuttamaan siitä, että kaikki on mahdollista ja saavutettavissa nykytilanteesta ja lähtökohdista huolimatta. Tuokion lopuksi vielä kokoonnuimme yhdessä pöydän ääreen, jolloin tytöt saivat antaa tuokiosta meille palautetta kuvien avulla, suullisesti ja kirjallisesti. Halusimme tuoda tytöille “minä voin” ja “minä pystyn” kokemuksia ja saada heidät ymmärtämään, että heillä on mahdollisuus saavuttaa unelmansa, mitkä vielä tuntuvat kaukaiselta ajatukselta. Työskentelyssä halusimme lisäksi tuoda tytöille tunteen siitä, että heillä on mahdollisuus hyvään tulevaisuuteen ja mahdollisuus saavuttaa unelmiaan menneisyydestä, tapahtuneista ja lähtökohdista huolimatta.

5.3.5 Valokuvaus

Järjestimme harjoittelun lopussa tyttökodin kaikille tytöille valokuvauspäivän, jonka tarkoitus oli tukea tyttöjen hyvinvointia. Tytöt saivat pukeutua mieleisiinsä vaatteisiin ja otimme heistä valokuvat, jotka kävimme teettämässä. Liimasimme valokuvat sydämen muotoisille kartongeille. Kuvan ympärille kirjoitimme kustakin tytöstä

henkilökohtaisesti voimaannuttavia ja positiivisia asioita heistä, heidän taidoistaan ja luonteestaan. Laitoimme kaikkien valokuvat tyttökodin seinälle, keskeiselle paikalle kaikkien nähtäväksi. Tällä halusimme luoda ja lisätä yhteenkuuluvuuden tunnetta, joka myöskin on vahvasti yhteydessä itsetunnon kehittymiseen. Niin kuin tytöt itse sanoivat, ”we are all sisters here” eli olemme kaikki siskoja täällä. Positiivinen ajattelu vaikuttaa terveyden edistämiseen positiivisesti. Se inspiroi, monipuolistaa ihmissuhteita ja lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta. Seuraavassa kuvassa (kuva 5) valokuvaustuokion tuotos tyttökodin olohuoneen seinällä.



KUVA 5. Valokuvaustuokion tuotos

5.4 Kouluvalmiudet

Tyttöjen kanssa kouluvalmiuksia harjoitellessa kokoonnuimme keittiön ruokapöydän ääreen. Teimme tytöille viikoihin valmiiksi etukäteen tehtäviä, joita tytöt tekivät tuokioilla meidän avustuksella. Tuokiot koostuivat enimmäkseen englannin kielen ja matematiikan opiskelusta. Muita satunnaisesti pintapuolisesti opiskeltavia aiheita olivat kasvien osat, eläimet, kristinusko, kartat ja kaupungit, hygieniaosaaminen, ravitsemus, uni, lepo ja säänmukainen pukeutuminen. Tärkeitä tuokiolla käsiteltyjä taitoja olivat lisäksi omista tavaroista huolehtiminen, aikataulussa pysyminen ja aikataulujen noudattaminen.

Matematiikan tuokiot sisälsivät muun muassa numeroiden opiskelua, yhteen- ja vähennyslaskuja, 1–6 kertotaulut, sanallisia tehtäviä, parilliset ja parittomat luvut, järjestysluvut sekä ykköset ja kymmenet.

Suurimpia haasteita ja eniten apua tytöt kokivat kaipaavansa englannin kielessä sekä matematiikassa. Englannin kielen taidon kehittymisestä tyttökodin johtaja kertoi olevan kaikista suurin apu ja hyöty tyttöjen jatkoa sekä koulussa menestymistä ajatellen, joten panostimme tuokioillamme englannin kielen opiskeluun. Englannin kielen tuokioissa käsiteltäviä aiheita olivat muun muassa prepositiot, geometriset muodot, päivämäärät, viikonpäivät, kuukaudet, vuodenajat, kellonajat, luovaa tarinoiden kirjoittamista, oikeinkirjoitusta, ruumiinosien läpikäymistä, sananselitystä sekä sanastoa. Annoimme tytöille tuokioiden jälkeen kotitehtäviä tukemaan uuden oppimista. Kotitehtävien tarkoituksena oli lisätä tyttöjen uskoa itseensä, omiin taitoihinsa sekä kokemuksia vastuun kantamisesta.

Kaikki kouluvalmiuksia tukevat tuokiot päätettiin aina palautteen antamiseen hymynaamojen avulla sekä suullisen ja kirjallisen palautteen antamisella.

6 ARVIOINTI

6.1 Tyttöjen palaute

Jokainen tytöistä sai tuokion päätteeksi valita yhden hymynaaman kuvaamaan omaa mielipidettä sekä tuntemusta tuokiosta. Palautteen keruussa autoimme tyttöjä valitsemaan sopivan hymynaaman kysymällä tytöiltä, millainen tuokio oli? piditkö siitä? opitko jotain uutta? Suurimmaksi osaksi toteutuneista tuokioista saamamme palaute oli positiivista, mitä kuvasi vihreä hymynaama. Saimme tuokioista myös satunnaisesti punaisia hymynaamoja, mikä osoitti, että tuokio koettiin liian haastavaksi tai sitä ei koettu mielekkääksi. Myös oransseja hymynaamoja annettiin satunnaisesti, mikä kuvasti, että tuokiot koettiin liian helpoiksi tai tylsiksi. Saimme tuokioilta hymynaamojen lisäksi sanallista palautetta tukemaan ja hieman avaamaan sitä, miksi tytöt olivat päätyneet antamaan tietyn värisiä hymynaamoja. Sanallista palautetta tytöt antoivat pyydettyä ja pääsääntöisesti olivat aina vain kiitollisia siitä, että olimme heidän kanssaan. Ajoittain haasteeksi koettiin yhteisen kielen puuttuminen. Kaikki saatu palaute kirjattiin muistiin.

Hyvinvointia tukevilta tuokioilta saatu palaute oli pääosin hyvää ja positiivista. Toteuttamamme tuokiot eivät olleet osallistujille ennestään tuttuja, mikä osaltaan lisäsi mielenkiintoa tuokioitamme kohtaan. Kouluvalmiuksia tukevista tuokioista annettiin myös oransseja sekä punaisia hymynaamoja, sillä aiheet koettiin haasteellisiksi eikä niin mielekkäiksi.

Aikajana tulevaisuuteen, unelmakartta ja kiitollisuuskartta tuokioilta kaikki tytöt antoivat vihreän hymynaaman. Minä osaan -leikissä yksi tytöistä koki tuokion tylsäksi ja antoi keltaisen hymynaaman. Kouluvalmiuksia tukevia tuokioita toteutettiin 30, joten myös palautteita kertyi enemmän. Vihreitä hymynaamoja kertyi 52, oransseja 12 ja punaisia 10.

Perusteluita vihreille hymynaamoille olivat ”opin uutta”, ”en osannut tätä asiaa aikaisemmin”, ”tarvitsen tätä taitoa tulevaisuudessa”, ”tykkäsin siitä”, ”se ei ollut liian vaikea”.

Kohderyhmämme kolme tyttöä osallistui jokaiseen pitämäämme viiteen hyvinvointia tukevaan tuokioon. Kouluvalmiuksia tukevilta tuokioilta yksi tytöistä oli pois kahtena kertana. Ajoittain tuokioille osallistui yllättäen myös muita lapsia, mitä emme etukäteen tienneet. Heidän osallistuminen oli kuitenkin niin satunnaista, ettemme keränneet heiltä palautetta tuokiosta. Muuttuneet ja ennakoimattomat tilanteet sekä häiriötekijät tyttökodilla, myös osaltaan vaikuttivat siihen, että palautteita jäi puuttumaan yhteensä 16 kappaletta.

6.2 Työntekijöiden palaute

Työntekijöiltä saimme palautetta niukasti, lukuun ottamatta muutamaa kertaa, kun esikoulun opettaja ja tyttökodin johtaja kävivät tyttökodilla tuokioidemme aikana. Työntekijät tutkivat tuottamaamme materiaalia työskentelyn tueksi ja seurasivat hetken työskentelyämme ja tuokioitamme. Saimme silloin suullisesti palautetta työskentelystämme. Saimme positiivista palautetta erityisesti viikko- ja päiväkohtaisista lukujärjestyksistä, jotka olimme askarrelleet, sekä niissä olevista selkeistä kuvista. Tyttökodin omistaja oli yllätynyt, että Melusi oli läsnä tuokioilla ja osallistui, kehityksestä puhumattakaan. Johtaja kertoi itse yrittäneensä pitää tytölle opetusta. Tällöin Melusi oli aina piiloutunut eikä ollut yhteistyöhaluinen. Työharjoittelun päätyttyä saimme lisäksi kirjallisen palautteen, joka oli pelkästään positiivista.

Keväällä 2018 saimme tiedon tyttökodin johtajalta, että kaksi kolmesta tytöstä olivat integroituneet takaisin koulujärjestelmään. Kolmas tytöistä ei ole toistaiseksi päässyt takaisin osaksi koulujärjestelmää. Syyksi meille on kerrottu, että hänellä ei ole edelleenkään syntymätodistusta. Olemme pohtineet kuinka suuri merkitys sillä, että hänellä on erityisiä tuen tarpeita, on siihen, että hänen kouluun pääseminen ei edisty. Kaksi kolmesta tytöstä kuitenkin pääsi takaisin kouluun ja tyttökodin johtajan mukaan heillä menee koulussa hyvin ja jopa käytös on parantunut aikaisempaan verrattuna. Kolmannen tytön tilanne ei ollut meistä riippuvainen, mutta oli hienoa nähdä, että avun ja tuen kanssa häneltä löytyy taitoja, kyky oppia ja motivaatiota osallistua.

6.3 Itsearviointi

Mielestämme alkuperäinen ideamme järjestää tytöille hyvinvointia ja mielenterveyttä tukevia tuokioita palveli tyttökotia ja tyttöjen tarpeita. Jos olisimme saaneet etukäteen tietoa kohderyhmästä ja työelämästä tulleesta toiveesta tukea kouluvalmiuksia, olisimme voineet hankkia ja ottaa enemmän materiaalia mukaamme, jota olisimme voineet hyödyntää työskentelyssämme paikan päällä. Työelämästä tullut toivomus tukea kouluvalmiuksia vaikutti tietenkin myös alkuperäisiin tavoitteisiimme, jotka tarkentuivat prosessin aikana. Harjoittelun kesto ja kaikki se, mitä ne kolme kuukautta pitivät sisällään, hankaloitti osaltaan aiheen rajaamista.

Aikataulut ja tuokioiden toteutus eivät aina menneet täysin suunnitelmien mukaisesti sillä tilanteet tyttökodilla eivät olleet ennakoitavissa. Oli sähkökatkoksia ja muita odottamattomia muutoksia, kuten peruuntuneita koulupäiviä muilla tyttökodin lapsilla, jolloin kaikki tytöt olivat paikalla samoissa tiloissa, joissa meidän oli tarkoitus pitää tuokioita. Tuokiot kuitenkin saatiin aina toteutumaan jollakin kokoonpanolla ja useimmiten onnistuneesti. Ajallisesti 30–45 minuutin tuokiot olivat kohderyhmälle sekä sisällöllisesti sopivan mittaisia.

Omalla asenteella, valmistautumisella ja suunnittelulla sekä joustavalla työotteella oli suuri merkitys tuokioiden onnistumisen kannalta. Suunnittelemamme selkeä päivästrukturi helpotti työskentelyä kolmen tytön, mutta välillä myös isommankin osallistujamäärän kanssa.

Kohderyhmämme tytöt olivat kehitykseltään ja taidoiltaan hyvin eritasoisia, mikä loi omat haasteensa tuokioiden suunnitteluun. Hyvinvointia tukevat tuokiot olivat kuitenkin suunniteltu siten, että kaikkien oli mahdollista osallistua niihin omien taitojensa ja ikätasonsa mukaisesti. Kouluvalmiuksia tukevien tuokioiden sisällöt suunnittelimme ja loimme jokaisen tytön kohdalla yksilöllisesti, sillä jokainen heistä tarvitsi vaativuudeltaan täysin omanlaisensa tehtävät ja harjoitukset.

Koemme kuitenkin saavuttaneemme opinnäytetyön keskeisimmän tavoitteen eli kolmen tytön hyvinvoinnin tukeminen. Tuokioista saadut palautteet osoittivat, että tuokiot olivat teemoiltaan ja vaativuudelta kohderyhmälle sopivia. Tuokiot koettiin tärkeiksi sekä mielekkäiksi. Arvioiminen ei kuitenkaan ollut täysin aukotonta, mutta

verrattaessa läpi prosessin tehtyyn havainnointiin, sekä alussa ja lopussa saatuihin palautteisiin, niin ainakin hyvinvointia tukevia kokemuksia saatiin onnistuneesti lisättyä tyttöjen arjessa. Hyvinvointiin liittyviä aiheita ei suoranaisesti palautteissa nimetty vaan hyvinvoinnin kokeminen tapahtui käytännössä toimimisen ja osallisuuden kautta. Kouluvalmiuksia tukevien tuokioiden jälkeen saatu palaute sen sijaan osoitti, että tytöt oppivat ja edistyivät sekä saivat lisää koulussa vaadittavia valmiuksia. Konkreettisesti opittujen asioiden sekä taitojen arvioiminen koettiin helpommaksi ja niitä oli helpompi tunnistaa.

Monipuolisen ja kattavan palautteen kerääminen oli ajoittain haastavaa. Tytöt olisivat antaneet vain vihreitä hymynaamoja ja kertoneet tuokion olleen kiva. Uskomme, että kaikkia olisi palvellut paremmin, jos he olisivat voineet antaa palautteensa omalla äidinkielellään ja kieltä osaava aikuinen olisi kääntänyt sen meille englanniksi.

Esikoulunopettajan ja tyttökodin johtajalta saatu palaute oli erittäin niukkaa. Olisimme kaivanneet heiltä enemmän rakentavaa palautetta, jonka kautta olisimme voineet vieläkin monipuolisemmin kehittää toimintaamme ja tuokioita. He olivat pääosin vain erittäin kiitollisia siitä, että olimme siellä tyttöjen kanssa, tyttöjä varten ja jaoimme osaamistamme. Olisimme voineet yrittää olla vieläkin aktiivisempia kysymään esikoulunopettajaa ja tyttökodin johtajaa seuraamaan työskentelyämme ja antamaan palautetta työskentelystä. Olisimme voineet lisäksi kokeilla erilaisia palautteenantomenetelmiä, jos olisimme siten saaneet kattavampaa palautetta.

Hymynaama palautteenantomenetelmä oli kuitenkin mielestämme yksinkertainen ja selkeä, joka oli ymmärrettävissä ilman yhteistä kieltä. Ongelmallisemmaksi koimme saada perustelut, miksi tytöt olivat päätyneet valitsemaan juuri sen värisen hymynaaman. Lisäksi keräsimme palautetta havainnoimalla, miten tuokiot menivät ja keskustelemalla niistä yhdessä suunniteltaessa tulevia tuokioita. Kirjasimme päivän päätteeksi tuokioista saadut palautteet, tekemämme havainnot sekä oman itsearvioinnin toteutuksesta opinnäytetyöpäiväkirjaan.

Kaiken kaikkiaan onnistuimme kuitenkin mielestämme hyvin ottaen huomioon olosuhteet, häiriötekijät, materiaalin puuttumisen ja muut vastoinkäymiset. Kyseenalaistimme ja pohdimme hiukan tyttökodin johtajalta saatua toivetta, joka oli käytännössä koulutehtävien tekeminen ja opettaminen tytöille. Koimme ettei se täysin

vastaa/tue sosionomiopintojen sisältöä. Lisäämällä tuokioihin hyvinvointia ja mielenterveyttä edistäviä teemoja ja aiheita, harjoittelu tuki mielestämme paremmin ja monipuolisemmin opintojamme, omaa oppimistamme ja osaamistamme.

Opinnäytetyömme tuotoksesta hyötyy ensisijaisesti kohderyhmämme kolme tyttöä sekä tyttökoti, joka sai käyttöönsä konkreettisen työvälineen eli päivä- ja viikkokohtaiset lukujärjestykset. Lukujärjestyksen avulla on jatkossa mahdollista strukturoida tyttökodin arkea ja siten myös lisätä tyttöjen turvallisuuden ja pysyvyyden tunnetta.

6.4 Eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyömme yhteistyökumppani ei vaatinut tutkimuslupaa opinnäytetyön toteuttamiseen. Tuokioon osallistuneilta ei kysytty erikseen kirjallista lupaa opinnäytetyöhön osallistumiseen. Kerroimme suullisesti tyttökodin johtajalle tuokioiden ja niistä kerättyjen palautteiden olevan osa opinnäytetyötämme. Saimme johtajalta luvan käyttää opinnäytetyössämme tyttökodissa otettuja valokuvia. Halusimme kuitenkin toimia opinnäytetyön eettisten periaatteiden mukaisesti ja huomioida tietosuojan siten, että tuokioihin osallistuneiden henkilöiden yksityisyys on suojattu eikä heitä pystytä tunnistamaan (Diakonia- ammattikorkeakoulu 2010, 14).

Tyttökodin tyttöjen yksityisyyden suojaamiseksi halusimme omasta päätöksestämme linjata käytettävän työssämme valokuvia mistä tyttöjä ei voi tunnistaa, vaikka kaikenlaisiin kuviin saatiin tyttökodilta julkaisulupa. Tyttöjen yksityisyyden suojaamiseksi ja tunnistettavuuden estämiseksi kuvaamme kohderyhmää tekstissä muutetuilla nimillä.

Aineiston keräämisen yhtenä keinona käytimme yksilöhaastattelua. Haastattelimme tyttökodin johtajaa saadaksemme enemmän tietoa tyttökodista ja tyttökodin toiminnasta. Hänelle etukäteen kerrottiin nauhoituksesta, sen tarkoituksesta sekä osuudesta opinnäytetyöhön. Nauhoitus varmisti tiedon pysymisen oikeana ja mahdollisimman totuudenmukaisena.

Sosiaalinen oikeudenmukaisuus, ihmisoikeudet ja ihmisarvo ovat keskeisiä eettisiä periaatteita sekä ammattietiikan lähtökohtia, mihin sosiaalialalla työskentely perustuu. Eettiset periaatteet ja ammattietiikka mahdollistavat ihmisten hyvän elämän edistämistä ja toteutumista. Arkietiikka toteutui sovittujen asioiden ja sopimusten noudattamisena. Opinnäytetyömme perimmäinen tarkoitus oli tyttöjen hyvinvoinnin tukeminen, joka on myös yksi sosiaalialan työn tavoite. Tuokioihin osallistuminen perustui vapaaehtoisuuteen ja suostumukseen sekä annoimme täyden mahdollisuuden osallistua niihin omana itsenään. Kunnioitimme ja edistimme toiminnallamme osallistujien itsemääräämisoikeutta ja osallisuutta. (Talentia 2017.) Otimme huomioon tyttöjen voimavarat ja vahvuudet sekä kohtasimme jokaisen tasavertaisena arvostavalla työotteella. Toimimme lisäksi sosionomi (AMK) osaamisvaatimusten eli kompetenssien mukaisesti, kun tuokioilla aktiivisesti edistimme tyttöjen tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta (Sosiaalialan AMK verkosto 2016, 1).

Kielimuuri tyttöjen ja meidän välillä toi työskentelyyn omat haasteensa. Melkeinpä kaikki sanallinen kommunikointi oli yhden tytön varassa, joka käänsi puheemme kahdelle muulle tytölle ja toisin päin. Ajoittain myös kuulosti siltä, että tyttö tulkki meille jotain, mitä muut tytöt eivät ehkä oikeasti sanoneet, joten se saa miettimään suullisen palautteen luotettavuutta. Tyttökodin omistajan englannin kielen taito oli välttävä ja havaitsimme, että hänen kertomansa tyttökodin asioista muuttui usein, joten emme myöskään tiedä varmaksi, kuinka paikkaansa pitäviä häneltä saadut tiedot olivat.

Yhteistyö tyttökodin johtajan kanssa oli ajoittain haastavaa, joka johtui kielimuurista ja yhteysongelmista, jotka aiheuttivat välillämme väärinkäsityksiä ja tietokatkoja. Emme saaneet harjoittelun alussa perehdytystä tai tietoa tyttökodin toimintatavoista tai olemassa olevasta struktuurista. Palautteen ja tytöistä tietojen saaminen oli hankalaa ja vaikutti työskentelyymme ja lisäsi osaltaan työmääräämme.

Pidimme työharjoittelun ajan säännöllistä opinnäytetyöpäiväkirjaa. Se on työn kirjoittamisen ja koko opinnäytetyöprosessin kannalta ollut välttämätön. Keräsimme aineistoa tuokioista sekä havainnoimme tuokioiden ja toimintamme vaikutusta kohderyhmämme tyttöihin sekä tyttökotiin. Opinnäytetyöpäiväkirjan avulla on voinut palata harjoittelujaksolla kerättyyn aineistoon. Opinnäytetyöpäiväkirjassa on kirjattuna tarkasti tuokioille asetetut tavoitteet, suunnitelma, toteutus, palautteet ja

arviointi. Säilytimme aineistoa koko prosessin ajan siten, että se on ollut vain meidän saatavilla. Keräämämme materiaali, ei sisällöllisesti ollut henkilökohtaista, eikä siitä voida tunnistaa tyttöjä. Työmme toteuttaminen ei vaatinut arkaluontoista tietoa tai yksityiskohtaisempaa perehtymistä tyttöjen taustoihin, eikä sellaista tietoa tyttökodilta ollut edes mahdollista saada.

Tuokioilla tehdyt tuotokset jäivät tytöille ja tyttökodin käyttöön. Sovimme tyttökodin johtajan sekä tyttöjen kanssa, että tuotokset voidaan laittaa esille, jokaisen tytön sängyn viereen seinälle sekä tyttökodin yhteisiin tiloihin. Tyttökoti on yhteisöllinen ja avoin, joten henkilökohtaisempaa paikkaa niille ei ollut. Tytöt tosin eivät kokeneet sellaiselle edes tarvetta. Tuotokset koettiin voimavaraistavina ja ne haluttiin senkin puolesta sijoittaa näkyville. Tytöt esittelivät tuotoksia toinen toisilleen myöhempinäkin ajankohtina.

Lähteet pyrimme valitsemaan sen mukaan, että tiedot olisivat mahdollisimman ajantasaisia ja yritimme löytää useampia lähteitä tukemaan samaa tietoa, jotta teoria olisi mahdollisimman luotettavaa. Varsinkin Swazimaahan liittyvien internet-lähteiden valitseminen oli haasteellista, koska sivut olivat ajoittain kyseenalaisia, ilman aikaa tai sisälsivät toisistaan poikkeavia tietoja.

Arvioimme lähdeaineistoa sen mukaan, mikä on tiedonlähteen tunnettavuus, lähteen ajantasaisuus ja laatu sekä lähteen uskottavuuden aste. Oman alan kirjallisuuteen tutustuminen ohjasi useimmiten käyttämään ajantasaisia ja työhömmä soveltuvia teoksia. Suosimme työssämme julkaisujen alkuperäisiä eli ensisijaisia lähteitä. Toissijaiset lähteet lisäävät tiedon muuttumisen mahdollisuutta. Toissijaiset lähteet ikään kuin tulkitsevat alkuperäisen lähteen tietoa. Toiminnallisissa opinnäytetöissä arvoa ei kuitenkaan mitata lähteiden lukumäärän perusteella, vaan olennaisempaa olikin löytää laadultaan ja soveltuvuudeltaan tähän työhön sopivia julkaisuja. Lähteinä emme käyttäneet ainoastaan kirjallisuutta, vaan hyödynsimme työssämme lisäksi esimerkiksi haastattelua ja konsultaatiota. (Vilka & Airaksinen 2003, 64, 72–77.)

Eettisyys on kulkenut mukana kaikissa opinnäytetyöprosessimme vaiheissa. Se tarkoittaa kaikkia prosessin aikana tehtyjä valintoja, perusteluja aiheen valinnasta, menetelmien käytöstä, kohderyhmän kunnioittamisesta aina tulosten rehelliseen ja totuudenmukaiseen raportointiin saakka.

7 POHDINTA

7.1 Opinnäytetyön toteuttaminen ulkomailla

Lähdimme suorittamaan harjoittelua Swazimaahan mielessämme ajatus siitä, mitä haluaisimme tehdä. Tiedot, joita meillä oli ennen paikan päälle saapumista, olivat todella suppeat. Perille päästyämme tyttökodin omistajalla oli idea, jota voimme lähteä työstämään ja saimme erittäin vapaat kädet toiminnan toteuttamiseen.

Käytännön toteutus tyttökodilla oli antoisaa, mutta kaikin puolin haastavaa. Niin monet asiat olivat vielä niin sanotusti lasten kengissä. Haastavia tilanteita oli erilaisia ja paljon, joten suunnitelmissa ja aikatauluissa pysyminen tuotti ajoittain haasteita. Materiaalia käyttöömme ja tuokioiden toteutukseen ei ollut, vaan hankimme ja loimme kaiken itse omakustanteisesti.

Kun aloitimme työskentelyn, tytöt näyttivät kuvista olevansa aina iloisia, mutta myöhemmässä vaiheessa selvisi, että tytöt eivät osanneet sanoittaa muunlaisia tunteita tai eivät uskaltaneet tuoda niitä esille. Toimme esille, että kaikenlaisten tunteiden tunteminen ja ilmaiseminen on täysin sallittua sekä suotavaa. Tytöt harjoittelivat aktiivisesti sanoittamaan erilaisia tunteita ja lopulta uskalsivat kertoa, miltä heistä tuntuu. Jos jokin ei sinä päivänä tuntunut hyvältä, uskallettiin sekin tuoda esille. Keskustelemalla tunteista ja tunnekokemuksista halusimme tukea tyttöjen tunne-elämän kehittymistä. Vuorovaikutus tunnekokemuksista on sen kannalta merkittävää ja tunteiden ilmaiseminen, tunnistaminen sekä niiden sanoittaminen on osa mielenterveyttä.

Elämäntilanteiden sekä traumakokemusten takia tyttöjen oli haasteellista nähdä itsessään mitään hyvää tai positiivista. Valitsimme tuokioilla käytettäväksi menetelmiä, joilla vahvistimme ja paransimme tyttöjen itseluottamusta, itsetuntemusta sekä minäkuva. Itsetunnon puutteellisuus vaikuttaa negatiivisesti mielenterveyteen, hyvinvointiin ja vuorovaikutustaitoihin. Tuokioiden kautta tytöt saivat uskallusta ja rohkeutta olla sellaisia kuin ovat: hyväksytyjä, tärkeitä ja rakastettuja. Annoimme tytöille tervettä läheisyyttä ja syliä. Tytöt näkivät tulevaisuuden ja tulevaisuudensuunnitelmat positiivisemmassa valossa ja alkoivat uskoa siihen, että

kaikki on mahdollista lähtökohdista ja tapahtuneista huolimatta. Tytöt jopa kertoivat olevansa onnekkaita saadessaan asua tyttökodissa, missä heistä välitetään, on ravintoa, lepoa sekä mahdollisuus koulunkäyntiin.

Kun mieli voi hyvin, arjessa vastaan tulevat haasteet eivät tunnu niin vaikeilta ja ylitsepääsemättömiltä. Halusimme tuoda omalla asenteella tyttöjen arkeen iloisuutta ja positiivisuutta, sillä ilo toimii myös masennuksen ennaltaehkäisijänä. Tällä toimintatavalla halusimme kasvattaa tyttöjen voimavaraisuutta ja lisätä suojaavia tekijöitä heidän elämään. Suojaavat tekijät ylläpitävät terveyttä ja vahvistavat toimintakykyä. Voimavarat tukevat arjessa jaksamista ja tuovat elämään hallittavuuden tunnetta, jotka ovat edellytys lapsen terveelle kehitykselle.

Kuten Hansson & Oscarsson (2006, 49) teoksessaan kirjoittavat siitä, miten lapsi saa voimia tulevaisuuden suhteen, jos hänen elämään kyetään tuomaan tasapainoa ja turvallisuutta. Lapset tarvitsevat halauksia, sanoja ja kuulla sen miten rakastettu ja he ovat. Elämä pitää sisällään vastoinkäymisiä ja pettymyksiä, mutta antamalla lapselle läheisyyttä, kunnioitusta sekä kosketusta, voidaan välittää tunnetta turvallisuudesta. Onnellinen lapsi tuntee olevansa rakastettu, kunnioitettu sekä tarpeellinen.

Kouluvalmiuksia tukevissa tuokioissa tytöt olivat aluksi niin arkoja, että eivät uskaltaneet vastata. Tyttöillä oli suuri pelko siitä, että vastaus ei olekaan oikein mistä seuraa rangaistus. Tytöt olivat oppineet aikaisemmin koulussa ollessaan siihen, että väärästä vastauksesta opettaja lyö karttakepillä. Rohkaisimme tyttöjä, että meidän kanssa työskennellessä saa ja on oikeus vastata väärin, eikä siitä seuraa rangaistusta. Harjoittelun edetessä tytöt uskaltautuivat kysymään meiltä apua, jos eivät tieneet jotain sekä vastasivat, vaikka vastaus olisikin ollut väärin. Kehuimme onnistuessa ja haastavien tehtävien yrittämisestä, vaikka olisikin epäonnistunut. Olimme aidosti kiinnostuneita ja emotionaalisesti läsnä. Korostimme toiminnassamme tyttöjen arvostamista, heidän ominaisuuksiaan ja taitojaan.

Ryhmässä työskentely mahdollisti monien taitojen harjoittelua, kuten jakamista muiden kanssa, vuorottelua, tasapuolisuutta, ihmissuhdetaitoja, joustavuutta ja riitatilanteissa toimimista, mistä tytöt hyötyvät jatkossa koulumaailmassa. Vuorovaikutus ikätovereiden kanssa opettaa näkemään ja ajattelemaan asioita myös toisen lapsen näkökulmasta. Lisäksi ryhmässä toimiessa tuli harjoitettua

empatiataitoja, toisten tukemista, kannustamista, rohkaisemista, tilanteisiin mukautumista, suotuisan ilmapiirin luomista.

Haasteellista riitatilanteissa oli, kun kaikilla ei ollut englannin kielen taitoa millä selkeästi kommunikoida, joten tilanteita oli haastavampaa tulkita, selvittää ja käydä lävitse. Vaikka aina ei ollut yhteistä kieltä niin kontakti syntyi eri aistien kautta. Ilmeillä, eleillä ja kuvia apuna käyttäen saimme luotua kontaktin vaikeimmissakin tilanteissa.

Tuokioilla erityisesti halusimme tyttöjen olevan lapsia, joten otimme vahvasti aikuisen roolin ja sanallisesti ohjasimme heitä olemaan huolehtimatta toisistaan liikaa, jotta he saivat keskittyä omaan työskentelyyn. Itsetunnon vahvistaminen on pitkä ja mutkikas prosessi, joten tuokioiden lopullakin halusimme tyttöjen itsetuntoa vahvistaaksemme, painottaa rakentavan ja kannustavan palautteen antamista ja saamista.

Tyttökoti oli erittäin kiitollinen ajastamme heidän kanssaan ja kaikesta, mitä heidän eteen teimme ja mitä heille annoimme. Kaiken kaikkiaan harjoittelu ulkomailla oli opettavainen ja kokemuksena silmiä avaava sekä samaan aikaan sydäntä riipivä, että lämmittävä. Kokemus on auttanut meitä saamaan perspektiiviä niin alamme kuin ylipäätään elämää kohtaan ja opettanut, kuinka onnekaassa asemassa olemmekaan.

7.2 Opinnäytetyöprosessi ja ammatillinen kasvu

Molempia meistä on opintojen alusta asti kiinnostanut lastensuojelu ja mielenterveys, ja päätimmekin lähteä yhdessä Swazimaahan suorittamaan työharjoittelua näiden asioiden äärelle. Harjoittelu oli erinomainen mahdollisuus lähteä hyödyntämään ja jakamaan jo oppimaamme sekä oppimaan uutta. Näimme ulkomailla harjoittelun suorittamisen myös upeana mahdollisuutena kehittää ja kasvattaa omaa ammatillista osaamista ja ammatti-identiteettiä sekä saada perspektiiviä työskentelyyn lastensuojelussa Suomessa. Toiminnallisella opinnäytetyöllä saimme haastaa itseämme ja saimme hienoja sekä kasvattavia, elämää mullistavia kokemuksia.

Opinnäytetyöprosessi kokonaisuudessaan syvensi oman alan osaamistamme, korosti ammattietiikan merkitystä sekä lisäsi kattavasti geneerisiä taitoja, joita tulevaisuuden

työelämässä tulemme tarvitsemaan. Tapamme työskennellä ja kohdata tytöt oli alusta asti vuorovaikutus- ja yhteisölähtöistä sekä osallisuutta ja voimavaroja vahvistavaa. Puolustimme tyttöjen ihmisarvoa sekä heidän oikeuttaan tehdä omia valintoja. (Arene 2017, 30–31.)

Alkuperäiset suunnitelmamme menivät osittain uusiksi. Koimme toisaalta haastavana, toisaalta vapauttavana, kun sai käyttää vapaasti omaa luovuutta ja mielikuvitusta. Oli myös ihana nähdä, että meihin ja meidän osaamiseen luotettiin. Yhteistyö yhteistyökumppanimme kanssa oli kuitenkin vaihtelevaa. Tyttökodin omistajan kanssa kommunikointi ei aina sujunut ongelmitta. Sovituista asioista ja aikatauluista oli myös haastavaa pitää kiinni hänen puoleltaan. Koimme sen kuitenkin lisäävän ja kasvattavan omaa ammatillisuuttamme, sillä on hyvä tottua ja harjaantua siihen, että työelämässä tulee jatkuvasti muutoksia.

Opinnäytetyöprosessi oli pitkä ja ajoittain haasteellinen. Muu koulunkäynti ja töiden tekeminen siinä ohella on tuonut haasteita molemmille löytää aikaa ja jaksamista kirjoittamiseen. Yhdessä työskentely on kuitenkin ollut toimivaa, koska olemme molemmat samanlaisessa tilanteessa ja oppijoina sekä opiskelijoina hyvin samanlaisia. Yhteistyö välillämme on ollut joustavaa ja kehittävää. Vaikka työstimme opinnäytetyön yhdessä, olemme työstäneet opinnäytetyötä paljon myös yksilöinä. Koemme, että olisimme tarvinneet enemmän yhteistä aikaa työstää opinnäytetyötämme, sillä välillä koimme haastavaksi jatkaa siitä minkä toinen oli aloittanut, tai jos toinen oli tehnyt suurempia muutoksia. Ohjaavien opettajien vaihtuminen useaan kertaan on tuonut meille haasteita ja pois sulkenut sen mahdollisuuden, että joku olisi nähnyt ja seurannut työmme edistymistä koko prosessin ajan. Koemme, että jos olisimme saaneet opponenttien kommentteja muiltakin kerroilta kuin julkaisuseminaarista, olisimme monta kommenttia ja näkökulmaa rikkaampia. Toisaalta olemme oppineet sopeutumaan muutoksiin ja uusiin tilanteisiin, joita tulemme varmasti työelämässäkkin kohtaamaan.

Opinnäytetyön työstämisen olisimme voineet aloittaa paljon aikaisemmin ja organisoida työskentelyämme paremmin muun muassa tutustumalla heti alussa kaikkeen siihen materiaaliin mitä on tarjolla. Olisimme voineet myös hyödyntää niitä prosessin aikana monipuolisemmin. Olisimme lisäksi voineet opinnäytetyön raportissa enemmän perustella, miksi valitsimme kyseiset menetelmät ja tuokiot osaksi

opinnäytetyötämme sekä, miksi ne olivat kohderyhmälle mielestämme sopivat. Näin laajan työn kirjoittaminen ei ole ennestään tuttua kummallekaan. Kirjoittaminen kuitenkin on ollut opettavaista sekä lisännyt valmiuksia tuottaa vastaavanlaista materiaalia jatkossa laadukkaammin ja selkeämmin.

Sosiaalialan ammattikorkeakouluverkosto on laatinut erilaisia kompetensseja, jäsentämään sosionomin osaamista. Kompetenssit on laadittu yhteistyössä sosiaalialan kouluttajien kanssa ja ne on sisällytetty sosionomikoulutusten opetussuunnitelmiin. Kompetensseja päivitetään säännöllisesti työelämän muutosten ja tapahtumien perusteella. Sosiaalialan osaamista kuvaavia kompetensseja on määritelty yhteensä kuusi. (Arene 2017, 10.)

Omassa opinnäytetyöprosessissa korostui mielestämme erityisesti asiakastyön osaamisen sekä kriittisen ja osallistavan yhteiskuntaosaamisen kompetenssit. Kriittinen ja osallistava yhteiskuntaosaaminen edistää osallisuutta ja hyvinvointia sekä ehkäisee syrjäytymistä. Asiakastyön osaamisen kompetenssiin on määritelty vuorovaikutussuhteiden luominen, tilanteeseen soveltuvan työmenetelmän valitseminen, muutokseen tähtäävät toimintatavat sekä asiakastyön arviointi. (Arene 2017, 10.) Työskentely tyttökodissa mielestämme lisäsi kattavasti omia valmiuksia toteuttaa ja vastata näiden kompetenssien määrittelemään osaamiseen. Työskentelymme oli alusta asti johdonmukaista, tavoitteellista, muutokseen tähtäävää sekä osallisuutta ja hyvinvointia edistävää.

Opinnäytetyöprosessi on kehittänyt useita taitoja, joita tarvitsemme sosiaalialalla. Sosiaalialan AMK-verkosto (2016) määrittää kompetensseissa, että sosionomin osaamisalueisiin kuuluu taito johtaa itseään. Tämän prosessin myötä olemme saaneet harjoitella sitä ja mielestämme olemme kehittyneet itsemme johtamisessa. Parityöskentelyssä vastavuoroinen reflektointi on ollut ensisijaisen tärkeää ja kriittisen reflektiokyvyn omaaminen onkin yksi sosionomin kompetensseista. (Sosiaalialan AMK verkosto 2016, 1–2). Opinnäytetyöprosessin aikana olemme vaihtaneet paljon ajatuksia ja lukeneet toistemme tekstejä, jonka avulla olemme saaneet teksteihimme syvyyttä ja erilaisia näkökulmia. Vaikka olimmekin Swazimaassa yhdessä, kokemukset ovat henkilökohtaiset ja erilaiset. Oman reflektoinnin lisäksi toisen näkemys ja rakentava palaute on tärkeää ja kehittävää.

7.3 Johtopäätökset ja kehittämisasiat

Työskentelymme tyttökodilla oli pitkäjänteistä ja systemaattista. Työskentelimme tai olimme tekemisissä tyttöjen kanssa lähes päivittäin kolmen kuukauden harjoittelun ajan. Toiminnallisista toteuttamistamme tuokioista alkoi tyttökodilla pikkuhiljaa vakiintua tapa. Tytöt, joilla ei ollut päivissään minkäänlaista sisältöä silminnähten hyötyivät suunnitelmallisuudesta, struktuurista sekä aikuisen läsnäolosta ja ohjauksesta. Aluksi suunniteltuun päiväohjelmaan oli selkeästi vaikeampi sitoutua ja tytöt alkoivat vasta aamutoimiin, kun oli tarkoitus aloittaa tuokiot. Viikkojen kuluessa viikko- ja päiväohjelmaan sitoutuminen kuitenkin alkoi sujumaan paremmin.

Tyttökodin johtaja piti luomaamme viikko- ja päiväkohtaista lukujärjestystä niin hyvänä ja tarpeellisena, että kysyi lupaa jatkaa sen käyttöä vielä meidän harjoittelun jälkeenkin. Tämän avulla kaikki tyttökodin tytöt pystyivät paremmin hahmottamaan viikon kokonaiskuvaa sekä yksittäisen päivän sisältöä ja hyötyivät siitä. Oli hienoa huomata, että työpanostamme arvostettiin ja pystyimme luomaan tyttökodille struktuuria ja vakiinnuttaa se osaksi tyttökodin arkea. Myös esikoulun opettaja kysyi lupaa käyttää lukujärjestystä oman työnsä apuvälineenä esikoululla.

Työharjoittelumme alkuvaiheessa aloittaessamme toiminnallisten tuokioiden pitämisen tytöt eivät vierastaneet meitä vaikka emme vielä tunteneet. Tytöistä huokui se, miten kovasti he olivat turvallisen aikuisen hoivaa ja huolenpitoa vailla. Tytöiltä puuttui elämästään turvallisen aikuisen naisen malli. Tytöt ottivat meiltä vastaan kaiken huomion, jonka saivat ja pystyimme heille antamaan. Tämä mielestämme viestii siitä, että tyttökoti tarvitsisi ehdottomasti lisää työntekijöitä. Näkisimme hyvänä, että tyttökodissa olisi aina paikalla aikuinen tyttöjen saatavilla ottamassa vastuuta tyttöjen hyvinvoinnista ja kasvatuksesta. Työntekijät tarvitsisivat työhön sopivaa koulutusta, jotta voisivat tukea tyttöjen hyvinvointia ja mielenterveyttä parhaalla mahdollisella ammattimaisella tavalla ja osaamisella.

Havaintojemme perusteella tytöt voisivat hyötyä taustojensa takia erilaisista tukitoimista, kuten neuvolan palveluista, terapiasta, vertaisryhmätoiminnasta ja säännöllisestä terveydenhuollosta, kun vertaa palveluihin, mitä Suomessa lapsiperheillä ja lapsilla on saatavilla kasvun ja kehityksen tueksi.

Tyttökodin toimintaa voisi mielestämme kehittää jossain määrin myös opiskelijoiden toimesta. Tyttökodilla käy säännöllisesti opiskelijoita sekä vapaaehtoisia, joten heidän työpanoksensa tyttökodin toimintaan ja tyttöjen hyvinvointiin on varmasti merkityksellistä. Omien havaintojemme pohjalta se ei kuitenkaan näkynyt käytännössä tyttökodin arjessa mitenkään muuten kuin lelu- tai vaatelahjoituksina. Tyttökoti hyötyisi yhtenäisestä ja selkeästä toimintamallista, mikä jatkuisi opiskelijalta toiselle. Systemaattinen toimintatapa loisi tytöille turvalliset puitteet hyvinvoinnin ja kasvun tukemiseksi vaikka henkilökunta tai aikuiset vaihtuisivat ympärillä. Toivommekin, että luomamme lukujärjestys arjen strukturoimisen tueksi olisi hyvä alku tällaisen toimintamallin kehittämiseksi.

Halusimme omalta osaltamme parantaa tyttöjen asemaa Swazimaassa työskentelemällä tyttöjen kanssa toteuttamalla heille hyvinvointia tukevia tuokioita. Toimintamme tavoitti kuitenkin vain pienen murto-osan kaikista Swazimaan lapsista. Toiminnallemme selkeästi oli tarvetta, ehkä jopa laajemmassakin mittakaavassa. Kehittämisen tulisi kuitenkin lähteä yhteiskunnallisesti huomattavasti korkeammalta taholta. Lasten asema Swazimaassa on edelleen heikko, mikä johtunee hallituksen riittämättömistä toimenpiteistä ja ehkä jopa välinpitämättömyydestä lasten aseman parantamista kohtaan. Haastavaa onkin, miten vaikuttaa yhteiskuntaan ja sen rakenteisiin laajemmin.

Mielenterveys- sekä lastensuojelutyön kentillä ja lasten kanssa työskentelevien koulutukseen tulisi panostaa. Kouluttautuminen Swazimaassa tulisi mahdollistaa yhä useammalle, muuttamalla koulutuksen maksullisuutta kohtuullisemmaksi, sekä tarjota työstä parempaa palkkaa. Koulutus ja yhteiskunnan tarjoama tuki edesauttaisi lasten kasvatuksessa ja hyvinvoinnin lisäämisessä. Ymmärrys lapsen perustarpeista, hoidosta ja huolenpidosta sekä varmuus niiden toteutumisesta olisivat ensisijaisia asioita mihin tulisi panostaa entistä enemmän.

Suomen laissa säädetty sosiaaliturva takaa ihmisille riittävän huolenpidon sekä toimeentulon kaikissa elämäntilanteissa (Sosiaali- ja terveysministeriö i.a.). Swazimaassa puutteellisen lainsäädännön takia ihmisten auttamistyö perustuu pitkälti järjestötyön varaan, joten mahdollisuuksia vastaavanlaisiin etuuksiin ei ainakaan toistaiseksi ole. Lisäksi järjestöjen kesken ei ole linjattuna yhteisiä toimintatapoja, vaan ne toimivat omien arvojen pohjalta. Swazimaassa periaatteessa kuka vaan voi

esimerkiksi perustaa lastenkodin, ilman ammattiosaamista tai koulutusta. (Kunene 2017.)

Vaikka lähtökohtaisesti Suomessa tarjolla ja saatavilla on kaikkea, olisi meillä kuitenkin paljon oppimista afrikkalaisesta kulttuurista. Afrikkalainen kulttuuri pitää sisällään paljon hyviä ja ainutlaatuisia asioita, joita kaipaisimme enemmän osaksi omaa kulttuuriamme. Kiitollisuus, lähimmäisenrakkaus, uskonnollisuus ja yhteisöllisyys olivat selkeästi tyttökodin voimavaraistavia tekijöitä, joiden avulla haastavistakin tilanteista oli mahdollista selvitä. Uskonnollisuuden sanotaankin tuovan ja lisäävän sosiaalista pääomaa. Sosiaalinen pääoma kuvastaa ihmisten välisiä suhteita. Uskonnollinen sekä sosiaalinen pääoma vahvistavat yhteiskunnan sisäistä luottamista sekä lisää onnellisuutta. Lukuisat tutkimukset osoittavat, että uskovaiset elävät elämänsä onnellisempana muuhun väestöön verrattuna. Tulokset lisäksi osoittavat selvän yhteyden Jumalaan uskomisen ja hyvinvoinnin välillä. (Punamäki, Nieminen & Kiviaho 2008, 39–42.)

Vaikka me järjestimme tytöille tuokioita, tuimme heidän hyvinvointiaan ja opetimme heille uusia asioita, tytöt antoivat ja opettivat meille ehkä vieläkin enemmän. Opimme lisäksi, kuinka kiireetöntä elämä siellä on. Vaikka välillä oli turhauttavaa, että aikataulut eivät toteutuneet sovitusti, jota Suomessa yleisesti pidetään ehdottoman tärkeänä, koimme olevamme huomattavasti vähemmän stressaantuneita, koska elämä ei ollut suorittamista.

Se, miten tytöt olivat tyytyväisiä siihen vähään mitä heillä oli, oli erittäin opettavaista ja silmiä avaavaa. Tytöt jakoivat keskenään aivan kaiken. Työt kunnioittivat vanhempia ihmisiä ja olivat aina auttamassa, pyytämättä. Lasten mielikuvitus oli rikasta - kepeistä ja kivistä keksittiin mitä hienompia leikkejä. Lapset saivat olla lapsia, eikä onnellisuuden ja ilon edellytyksenä ollut mikään materia. Yhteisöllisyys, joka tyttökodissa vallitsi, oli ihailtavaa. Kaikki olivat yhtä suurta perhettä ja pitivät huolen toisistaan. Niin kuin tytöt itse sanoivat: ”we are all sisters here”

LÄHTEET

- Arene 2017. Sosionomi tuottaa hyvinvointia läpi elämänkaaren.
Ammattikorkeakoulutus sosiaalialan muutoksen edistäjänä. Viitattu 21.11.2018. http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2018/arene_sosionomiselvitys_pitka_raportti_fin.pdf?t=1526901428
- BBC 2018. eSwatini country profile. Viitattu 18.10.2018.
<https://www.bbc.com/news/world-africa-14095303>
- Broberg, Anders; Almqvist, Kjerstin & Tjus, Tomas 2005. Kliininen lapsipsykologia. Helsinki: Edita.
- Challenge Ministries Swaziland 2018a. Viitattu 10.9.2018. <http://cmswazi.org/about-story-continue/>
- Challenge Ministries Swaziland 2018b. Viitattu 10.9.2018 <https://cmswazi.org/about-us/>
- Challenge Ministries Swaziland 2018c. Viitattu 10.9.2018 <https://cmswazi.org/community-development/#row60>
- Challenge Ministries Swaziland 2018d. Viitattu 10.9.2018 <https://cmswazi.org/our-cause-impact/>
- Challenge Ministries Swaziland 2018e. Viitattu 4.10.2018. <https://cmswazi.org/our-dna/>
- CIA 2018. The world factbook. Eswatini. Viitattu 05.10.2018.
<https://www.cia.gov/library/publications/the-world-factbook/geos/wz.html>
- De Wet, Bronwyn 2017. Challenge Ministries Swazilandin sponsoriohjelman johtaja. Mbabane. Konsultointi 6.11.2017.
- Diakonia- ammattikorkeakoulu 2010. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetyötä varten. Viitattu 18.10.2018 https://www.diak.fi/wp-content/uploads/2017/12/Diak_Kohti_tutkivaa_ammattikaytanta_opas.pdf
- Globalis 2015. Maat. Swazimaa. Viitattu 18.10.2018
<http://www.globalis.fi/Maat/Swazimaa>
- Hansson, Jorunn & Oscarsson, Christina 2006. Onnellinen lapsuus. Kirja vanhemmille. Helsinki: Otava.















- Hartley-Brewer, Elizabeth 2006. *Kehu ja kasvata tyttö*. Helsinki: Helmi kustannus.
- Havulaakson lapset i.a. Yhdistys. Viitattu 10.9.2018. <http://www.havulaaksonlapset.fi/index.php/yhdistys-2/>
- Heikka, Johanna; Fonsen, Elina, Elo, Janniina & Leinonen, Jonna (toim.) 2014. *Osallisuuden pedagogiikkaa varhaiskasvatuksessa*. Tampere: Suomen varhaiskasvatus ry ja tekijät.
- Humanium 2012. *Children of Swaziland. Realizing children's rights in Swaziland*. Viitattu 12.9.2018 <https://www.humanium.org/en/swaziland/>
- Kangas, Jonna; Vlasov, Janniina; Fonsen, Elina & Heikka 2018. *Osallisuuden pedagogiikkaa varhaiskasvatuksessa 2. Suunnittelu, toteutus ja kehittäminen*. Tampere: Suomen varhaiskasvatus ry.
- Kansan uutiset 2013. *Ulkomaat. Swazimaa suitsii rehtorien rahanahneutta*. Viitattu 2.11.2018 <https://www.kansanuutiset.fi/artikkeli/2965606-swazimaa-suitsii-rehtorien-rahamahneutta>
- Kokkonen, Marja 2010. *Ihastuttavat, vihastuttavat tunteet. Opi tunteiden säätelyn taito*. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Kotimaisten kielten keskus 2018. *Ajankohtaista nimistä. Swazimaa eli Eswatini*. Viitattu 2.11.2018 https://www.kotus.fi/kielitieto/nimisto/ajankohtaista_nimista/swazimaa_eli_eswatini.28680.news
- Kunene, Lindiwe 2017. *Tyttökodin johtaja ja perustaja. Mbabane. Haastattelu* 31.10.2017.
- Laajasalo, Taina & Pirkola, Sami 2012. *Ennen kuin on liian myöhäistä. Ehkäisevän mielenterveystyön toimivia käytäntöjä palvelujärjestelmän kehittäjille*.
- Lönnqvist, Jouko; Henriksson, Markus; Marttunen, Mauri & Partonen, Timo 2017. *Psykiatria*. Helsinki: Duodecim Oy.
- Mäkiopas, Anneli 1999. *Murtuneet Siivet*. Helsinki: Kirjayhtymä Oy.
- Mönkkönen, Kaarina 2007. *Vuorovaikutus. Dialoginen asiakastyö*. Helsinki: Edita.
- Neuvokas perhe i.a. *Arkirytmi- voimaa arjen rutiineista*. Viitattu 4.11.2018 <https://neuvokasperhe.fi/arkirytmi>
- Nurmi, Jari- Erik; Ahonen, Timo; Lyytinen, Heikki; Lyytinen, Paula; Pulkkinen, Lea & Ruoppila, Isto 2014. *Ihmisen psykologinen kehitys*, Jyväskylä: PS-kustannus.
- Nurmiraanta, Hanna; Leppämäki, Päivi & Horppu, Sari 2009. *Kehityspsykologiaa lapsuudesta vanhuuteen*. Helsinki: Kotimaa-Yhtiöt Oy / Kirjapaja.

- Oulun kaupunki i.a. Lapsuus.ouka.fi. Päivärytmi. Viitattu 4.11.2018
<https://lapsuus.ouka.fi/sujuva-arki/paivarytmi/>
- Papunet 2017. Puhetta korvaava kommunikointi eli AAC. Viitattu 10.9.2018
<http://papunet.net/tietoa/puhetta-korvaava-kommunikointi-eli-aac>
- Papunet 2018. Tietoa puhevammaisuudesta. Kommunikointitaulu. Viitattu 4.11.2018
<http://papunet.net/tietoa/kommunikointitaulu>
- Pojjula, Soili 2016. Lapsi ja kriisi. Selviytymisen tukeminen. Helsinki: Kirjapaja
- Punamäki, Raija-Leena; Nieminen, Pirkko & Kiviaho, Matti 2008. Mieli ja terveys: ilon ja muutoksen psykologiaa. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy.
- Rantanen, Jarkko 2011. Tunteella! Voimaa tekemiseen. Helsinki: Alma Talent.
- Sinkkonen, Jari & Kalland, Mirjam 2001. Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Vantaa: Tummavuoren kirjapaino Oy.
- Sosiaali- ja terveysministeriö i.a. Toimeentulo. Lainsäädäntö. Viitattu 14.11.2018
<https://stm.fi/toimeentulo/lainsaadanto>
- Sosiaalialan AMK-verkosto 2016. Sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen kompetenssit. Viitattu 19.11.2018
<https://www.innokyla.fi/documents/1167850/5e8f1ef1-7a5b-4dfb-a629-0ea09dbfe904>
- Suomen Mielenterveysseura i.a.a. Mitä mielenterveys on? Viitattu 8.9.2018.
<https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveysseura/organisaatio-ja-toiminta/strategia/mit%C3%A4-mielenterveys>
- Suomen Mielenterveysseura i.a.b. Lapset ja nuoret. Viitattu 8.9.2018.
<https://www.mielenterveysseura.fi/fi/kehitt%C3%A4mistoiminta/lapset-ja-nuoret>
- Suomen Mielenterveysseura i.a.c. Tunteet värinä elämässä. Viitattu 10.9.2018.
<https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/tunteet-varina-elamassa>
- Suomen Punainen Risti 2018. Swazimaa. Viitattu 18.10.2018
<https://www.punainenristi.fi/node/3990/swazimaa>
- Swaziland national children's policy 2009. Viitattu 2.11.2018. <http://www.infocenter.nercha.org.sz/sites/default/files/NatChildPolicy.pdf>
- Takala, Janne i.a. A-klinikkasäätiö. Lasinen lapsuus. Lapsuus ja oma parisuhde. Viitattu 19.11.2018.
<https://lasinenlapsuus.fi/tietoa/lapsuus-ja-oma-parisuhde>

- Talentia 2017. Arki, arvot ja etiikka. Sosiaalialan ammattihenkilön eettiset ohjeet. Viitattu 2.10.2018 http://talentia.e-julkaisu.com/2017/eettiset-ohjeet/docs/Talentia_Etiikkaopas_2017.pdf
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Raportti 47/2012. Viitattu 23.10.2018 https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90874/URN_ISBN_978-952-245-686-1.pdf?sequence=1
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2013. Hyvinvointi- ja terveyserot. Yhteistyö. Kansalaisjärjestöt. Viitattu 2.11.2018 <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/yhteistyö/jarjestot>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015. Voimavaralähtöiset menetelmät. Viitattu 10.9.2018. https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/menetelmat/voimavaralahtoiset_menetelmat
- Tikonen 2017. Yksilöity struktuuri toimii parhaiten. Viitattu 16.11.2018. <https://tikonen.fi/aiheet/menetelmat/yksiloity-struktuuri-toimii-parhaiten/>
- Toivakka, Sari & Maasola, Miina 2012. Itsetunto kohdalleen! Harjoituksia itse tuntemuksen ja vuorovaikutustaitojen oppimiseen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Tukiainen, Maaretta 2016. Hyvän mielen taidot. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Unicef 2003. Swaziland. Background. Viitattu 18.10.2018 https://www.unicef.org/infobycountry/swaziland_937.html
- Unicef i.a.a. Lapsen oikeudet. Mikä on lapsen oikeuksien sopimus? Viitattu 2.11.2018 <https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet/mika-on-lapsen-oikeuksien-sopimus/>
- Unicef i.a.b. Yleissopimus lapsen oikeuksista. Viitattu 12.9.2018. <https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet/sopimus-kokonaisuudessaan/>
- Väestöliitto 2017. Riemua ja yhdessäoloa rutiineista. Viitattu 4.11.2018 <https://www.perheaikaa.fi/jutut/lapsi-perheessa/arki-kuntoon/riemua-ja-yhdessaoloa-rutiineista/>

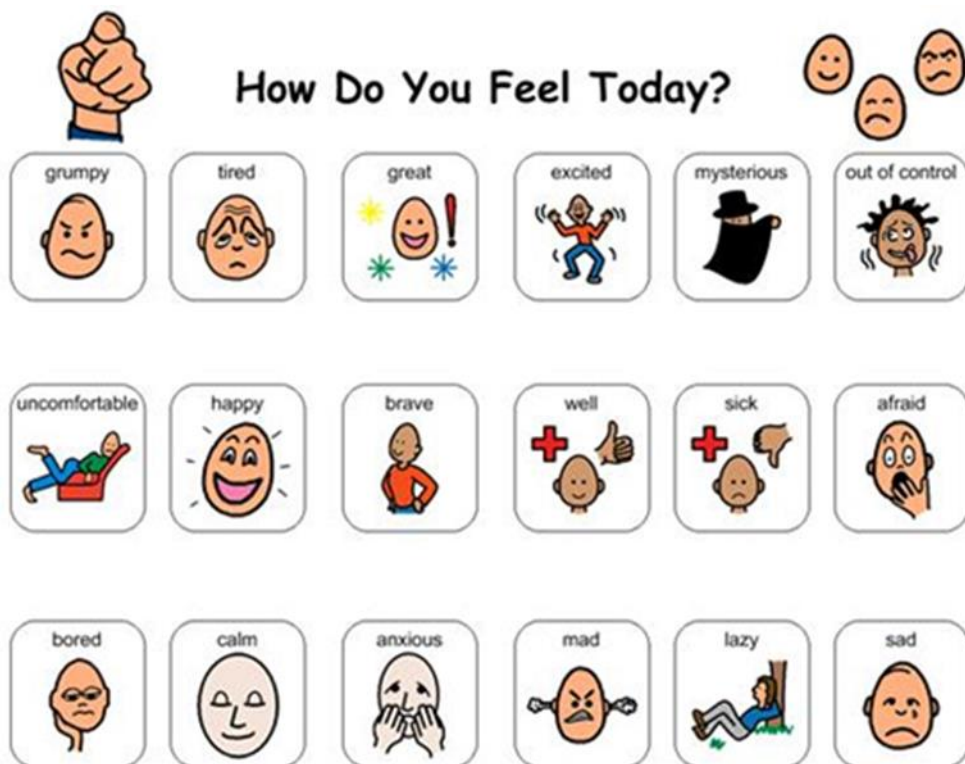
LIITE 1. Kuvia tunnetilojen sanoittamisen tueksi

I am feeling

 worried nervous	 scared afraid	 bored	 disappointed sad	 upset hurt
 helpless discouraged	 confused unsure	 embarrassed	 frustrated	 tired sleepy
 calm relaxed	 happy excited	 proud confident	 distracted unfocused	

because _____.

LIITE 2. Tunnetilakortit



LIITE 3. Hymynaama arviointi



LIITE 4. Kuvia kommunikoinnin tueksi ja lukujärjestykseen



LIITE 5. Kuvasymboleita viikko- sekä päiväkohtaiseen lukujärjestykseen



LIITE 6. Haastattelu: Nauhoitus

Haastateltava: tyttökodin johtaja ja perustaja Lindiwe Kunene

Paikka: Pine Valley, Swazimaa

PVM tiistai 31.10.2017, klo 13:00–14:30

MENNEISYYS / TAUSTAT

1. Mistä syistä tytöt ovat tulleet tyttökotiin?
2. Miten tytöt ovat löytyneet lastensuojelun piiriin?
3. Tehdäänkö Swazimaassa lapsista lastensuojeluilmoituksia?
4. Miten lastensuojeluilmoituksen tekeminen tapahtuu?
5. Kuinka usein tytöt ovat tekemisissä olemassa olevien sukulaisten kanssa?
6. Tapahtuuko yhteydenpitoa sukulaisiin / tukiverkoston?
7. Miten tapaaminen sukulaisten kanssa tapahtuu?
8. Järjestetäänkö tapaaminen tyttökodilla vai jossain muualla?
9. Ovatko tapaamiset valvottuja?
10. Onko tytöillä tukiverkosta tyttökodin ulkopuolella?

TERVEYS

11. Onko tytöillä mitään sairauksia?
12. Kuinka monella on HIV- tai AIDS-tartunta?
13. Miten hiv-tartunta on tullut?
14. Onko tytöillään käytössä lääkityksiä? Jos on, mihin tarkoitukseen?
15. Onko tytöillä tällä hetkellä psykiatrin/ psykologin käyntejä/ hoitokontaktia?
16. Jos ei, onko mahdollista saada tällaista apua?
17. Puidaanko / käsitelläänkö tyttöjen menneitä / menneisyydessä tapahtuneita läpi tyttökodilla?
18. Onko menneitä käsitelty / käsitelläänkö menneisyydessä tapahtuneita asioita ennen tyttökotiin tuloa jollain hoitavalla taholla?
19. Miten tyttöjen eheytymistä sekä mielenterveyttä seurataan?
20. Mitä tyttökodissa tehdään mielenterveydenedistämiseksi ja hyvinvoinnin tukemiseksi?

21. Millainen toiminta tukee tyttöjen hyvinvointia?
22. Miten tyttöjen terveyttä seurataan? Onko tytöillä säännöllisiä terveystarkastuksia?

KOULUTUS

23. Millaista koulujärjestelmää Swazimaassa noudatetaan?
24. Oppivelvollisuus? Minkä ikäisenä?
25. Millaista opetusta tyttökodin lapset saavat koulussa?
26. Mitä oppiaineita kouluissa opiskellaan?
27. Millainen luku- ja kirjoitustaito koulusta saadaan? Missä iässä taidot opitaan?
28. Osaavatko kaikki tyttökodin tytöt kirjoittaa ja lukea?
29. Millaista tukea ja mistä tytöt saavat koulun käyntiin?
30. Miten koulu tukee erityistä tukea vaativia lapsia?
31. Onko kouluissa mahdollisuutta saada erityisopetusta, erityisluokkia tai avustajia?
32. Miten tyttökoti tukee tyttöjä koulunkäynnissä?
33. Miten varmistetaan, että tytöt saavuttavat koulussa omat tavoitteensa?
34. Miten oppimista seurataan? Mitä asioita dokumentoidaan?
35. Mistä syistä nämä kolme ovat pudonneet pois koulujärjestelmästä? Kouluraportit?

KOLMEN TYTÖN KOULUUN INTEGROINTI

36. Millaisia tavoitteita on asetettu meidän toiminnalle ja työharjoittelulle?
37. Onko tavoitteita saavutettu?
38. Millaista oppimista ja kehitystä tytöissä on tapahtunut?
39. Mitä muutoksia olette huomanneet?

TOIMINTA TYTTÖKODILLA

40. Millaista toimintaa tyttökodilla on?
41. Kuka vastaa tyttökodin toiminnasta? Vastuuhenkilö + tehtävänkuva?
42. Johtajan taustat ja koulutus?
43. Millaisella rahoituksella tyttökodin toiminta pyörii?
44. Minkä niminen järjestö toiminnasta vastaa?
45. Kauan tyttökoti / esikoulu ovat olleet CMS alaisuudessa?

46. Laaditaanko tyttökodille jokin toimintasuunnitelma minkä mukaan toimitan?
esim. kuukausittain / vuosittain?
47. Henkilökunnan määrä ja tehtäväkuvat?
48. Henkilökunnan koulutustaso?
49. Onko paikalla aina aikuisia valvomassa toimintaa?
50. Tyttöjen ikärakenne + asiakaspaikkamäärä?
51. Kauan tyttökoti on ollut toiminnassa?
52. Millaista säännöllistä ohjattua toimintaa tytöille järjestetään?
53. Ohjaileeko jokin laki tyttökodin toimintaa?
54. Raportointi? Raportoidaanko tytöistä lastensuojeluun?
55. Tapahtuuko tyttökodissa minkäänlaista kirjaamista päivittäisistä tapahtumista?
56. Tehdäänkö tyttökodissa tytöistä kuukausiraportointeja?
57. Onko minkäänlaista jälkihuoltoa tyttökodin jälkeen? Mihin tytöt sijoittuvat tyttökodin jälkeen?
58. Miten seurataan tyttöjen pärjäämistä tyttökodista lähdettyä?
59. Miten nuoret ovat yleisesti menestyneet elämässä tyttökoti elämän jälkeen?
60. Miten tyttöjen taloudellinen toimeentulo turvataan tyttökodin jälkeen?
61. Miten varmistetaan tytöille jatkokoulutus mahdollisuus?
62. Ovatko kaikki koulut peruskoulun jälkeen maksullisia?

TOIMINNAN KEHITTÄMINEN

63. Millaista toimintaa opiskelijat yleensä järjestävät harjoittelu jaksoillaan?
64. Onko opiskelijoilla yhtenäisiä tapoja harjoittelu jaksoillaan?
65. Onko opiskelijoiden toiminta ollut tavoitteellista?
66. Miten tyttökodin toimintaa tulee kehittää, jotta se tukee tyttöjen afrikkalaista elämäntapaa?
67. Miten tyttöjen toiveita/unelmia kuunnellaan?

LIITE 7. Konsultaatio: Sähköposti

Brownyn De Wet, Challenge Ministries Swazilandin sponsoriohjelman johtaja
PVM tiistai 6.11.2017

1. Minkälaista tukea tyttökoti saa Challenge Ministries Swazilandilta?
2. Minkälaisen budjetin tyttökoti saa? Mihin avustukset käytetään?
3. Saako tytöt avustuksia koulun käyntiin? Jos, niin millaisia?
4. Milloin tyttöjen koti pääsi osaksi CMS organisaatiota?
5. Voisitko kertoa enemmän sponsorijärjestelmästä?
6. Voisitko kertoa enemmän CMS organisaatiosta?