

www.humak.fi

Opinnäytetyö

”Taide luo toivoa”

Taideterapeuttinen ryhmätoiminta nuorten turvapaikanhakijoiden
mielenterveyden tukena

Laura Keihäs

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma (210 op)

12/2018



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu
Nuorisotyön ja kansalaistoiminnan koulutusohjelma

Tekijä: Laura Keihäs
Opinnäytetyön nimi: ”Taide luo toivoa” - Taideterapeuttinen ryhmätoiminta nuorten turvapaikanhakijoiden mielenterveyden tukena
Sivumäärä: 65 ja 5 liitesivua
Työn ohjaaja(t): Juha Niiranen ja Eevastiina Gjerstad
Työn tilaaja: Suomen Punainen Risti, Turun vastaanottokeskus

Kansainvälisten tutkimusten mukaan traumakokemukset ovat yleisiä pakolaistaustaisilla ihmisillä ja monet heistä kärsivät traumaperäisestä stressistä, masennuksesta, unettomuudesta ja ahdistuneisuudesta. Nuoret, ilman huoltajaa tulevat alaikäiset turvapaikanhakijat ovat kaikkein haavoittuvimmassa asemassa ja tarvitsevat psykososiaalista tukea mahdollisimman pian Suomeen saavuttuaan.

Opinnäytetyöni tavoitteena on kuvata, miten taideterapeuttisen ryhmätoiminnan avulla voidaan tukea nuorten turvapaikanhakijoiden mielenterveyttä. Kehittämistutkimuksen tilaaja on Suomen Punaisen Ristin vastaanottokeskus Turussa. Olen pitänyt vastaanottokeskuksessa taideryhmiä syksyllä 2015 sekä vuosina 2017 ja 2018. Työni sisältää havaintoja näistä taideryhmistä, kansainvälistä tutkimustietoa ja pakolaisnuorten omia mielipiteitä taideterapeuttisen ryhmätoiminnan hyödyistä.

Kuvataideterapeuttina halusin selvittää, miten ilman huoltajaa tulleet turvapaikanhakijanuoret itse kivat syksyllä 2015 ryhmäkodissa pitämäni taideryhmän. Haastattelin opinnäytetyötäni varten kahdeksaa taideryhmään osallistunutta pakolaisnuorta (66 % osallistujista) ja työni tuo esille heidän omaa ään­tään ja mielipiteitään, mikä tuo uutta tietoa nuorisotyön alalle. Suurin osa nuorista koki, että taideryhmässä oleminen vähensi heidän yksinäisyyden tunnettaan. Nuorten mielestä kuvien tekeminen ryhmässä oli mukavaa, rauhoittavaa, ja auttoi unohtamaan muut asiat hetkeksi. Tapaamani nuoret turvapaikanhakijat ovat opettaneet minulle paljon resilienssistä, eli mielen joustavuudesta ja selviytymiskyvystä.

Vastaanottokeskuksiin tarvitaan toiminnallisia ryhmiä turvapaikanhakijoiden mielenterveyden tueksi. Tutkimustiedon perusteella taideterapeuttinen ryhmätoiminta voi tukea turvapaikanhakijanuorten jakamista ja resilienssiä monin tavoin: he voivat kokea olevansa vaikeuksista huolimatta aktiivisia toimijoita, ilmaista itseään luovalla tavalla (jopa ilman yhteistä kieltä), ja tuntea kuuluvansa johonkin yhteisöön.

Opinnäytetyöni osana laadin Turun vastaanottokeskukselle ohjeistuksen voimavarojen vahvistamiseen keskittyvästä taideterapeuttisesta ryhmätoiminnasta ilman huoltajaa tulleiden turvapaikanhakijanuorten kanssa. Taideterapeuttinen työskentely ryhmässä rauhoittaa ja mahdollistaa toiminnallisuuden ja osallisuuden kokemuksia.

Asiasanat: pakolaiset, ilman huoltajaa tulleet alaikäiset, turvapaikanhakijat, mielenterveys, taideterapia, monikulttuurisuus, psykososiaalinen tuki, resilienssi

ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences
Youth Work and Civic Activities

Author: Laura Keihäs

Title: "Art Creates Hope"- Therapeutic Art Groups in the Mental Health Support of Young Asylum Seekers

Number of Pages: 65 and 5 attachment pages

Supervisor(s): Juha Niiranen and Eevastiina Gjerstad

Subscriber: Finnish Red Cross, Turku Reception Centre

International research indicates that traumatic life experiences are common among refugees and many of them suffer from post-traumatic stress, depression, insomnia and anxiety. The unaccompanied refugee minors are in the most vulnerable situation and need timely psycho-social support upon their arrival in Finland.

My study aims at examining how therapeutic art groups can strengthen the mental health of young asylum seekers. This study is made for the Red Cross Reception Centre in Turku where I have organized art groups in the autumn 2015 and during the years 2017 and 2018. My study includes observations from these art groups, international research results, and young refugees' own opinions on the benefits of therapeutic art groups.

As an Art Therapist, I wanted to find out how the unaccompanied minors themselves experienced the art group that I organized at the group home in the autumn 2015. For this study, I interviewed eight young refugees who participated in the art group (66 % of the participants). My study presents their own voice and opinions bringing new information to the field of youth work. Most of the young refugees felt that the art group decreased their feeling of loneliness. They enjoyed the art making in the group and found it soothing. Art making also allowed them to forget other things at least for a while. The young refugees I have met have been my best teachers of resilience, mind's capacity to adapt and recover.

Activity based groups at refugee centres are needed to support the mental health of asylum seekers. According to research results, therapeutic art groups can increase the well-being and foster the resilience of young asylum seekers in many ways: they can be active actors despite adversities, express themselves creatively (even without a common language), and have a sense of participation in a community.

As part of this study, I developed a guidance note for Turku Reception Centre on strengths-based therapeutic art groups with unaccompanied minors. Therapeutic art making with others is soothing and enables experiences of agency and belonging.

Keywords: refugees, unaccompanied minors, asylum seekers, mental health, art therapy, multicultural, psycho-social support, resilience

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1 JOHDANTO	6
2 PAKOLAISTILANNE SUOMESSA JA MAAILMALLA	8
3 SUOMEN PUNAISEN RISTIN VASTAANOTTOKESKUS TURUSSA.....	10
4 OPINNÄYTETYÖN TIETOPERUSTA	12
4.1 Pakolaisuuden vaikutus mielenterveyteen	12
4.2 Psykososiaalinen tuki kriisitilanteessa ja traumojen hoitomenetelmiä Suomessa.....	16
4.3 Itsereflektion tärkeys monikulttuurisessa nuorisotyössä ja kaikessa auttamistyössä.....	19
4.4 Sosiaalipedagoginen lähestymistapa turvapaikanhakijanuorten nuorten kohtaamiseen: osallisuuden ja osallistumisen merkitys	22
4.5 Resilienssi	24
4.6 Taideterapia.....	25
5 TUTKIMUSKYSYMYKSET, -MENETELMÄT JA TYÖN TOTEUTUS.....	28
5.1 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset	28
5.2 Tutkimusmenetelmät	28
5.2.1 <i>Osallistuva havainnointi</i>	29
5.2.2 <i>Haastattelut</i>	31
5.3 Aineiston analyysi.....	33
6 TUTKIMUKSEN TULOKSET	34

6.1 Turvapaikanhakijanuorten psykosomaattiset oireet ja työntekijöiden ajatuksia nuorten jaksamisesta.....	34
6.2 Havaintoja ja kuvia taideryhmistä	36
6.2.1 Ryhmäkodin “Open Studio” syksyllä 2015	36
6.2.2 Seinämaalausprojekti keväällä 2017	40
6.2.3 Serene-taideryhmä Pansion vastaanottokeskuksessa 2018	43
6.3 Nuorten oma palaute.....	47
6.3.1 Taideryhmässä olemisen merkitys	49
6.3.2 Kokemus kuvien tekemisestä	50
6.3.3 Muita ajatuksia nuorilta.....	51
7 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	55
7.1 Tutkimuksen eettisyys, luotettavuus ja sovellettavuus	55
7.2 Johtopäätökset ja suositukset	58
7.3 Lopuksi.....	60
LÄHTEET	61
LIITTEET	66
LIITE 1: Työntekijöiden haastattelu	
LIITE 2: Nuorten haastattelulupa	
LIITE 3: Nuorten haastattelu	
LIITE 4: Nuorten taideterapeuttisen ryhmän ohjeistus	

1 JOHDANTO

Pakolaisuuden taustasyitä ovat usein traumaattiset tapahtumat kotimaassa, kuten vaino, syrjintä, kidutus tai muu väkivalta. Monet tutkimukset Suomessa ja maailmalla ovat tuoneet esiin, että traumakokemukset ovat yleisiä pakolaistaustaisilla ihmisillä. Vuonna 2008 Suomessa tehdyn tutkimuksen mukaan lähes 60 % Suomeen tulleista turvapaikanhakijoista oli kidutuskokemuksia (Tuomola, 2016). Myös pakomatka on usein vaikea, vaarallinen ja psyykkisesti kuormittava. Uudessa maassa odottavat monet uudet stressitekijät, kuten epävarmuus tulevaisuudesta, työttömyys ja uuden kielen oppiminen. Pakolaiset saattavat kokea myös rasismia ja syrjintää uudessa kotimaassa. Ei siis ihme, että moni heistä on ahdistunut ja masentunut. (Castaneda ym. 2015, Fazel ym. 2005, Nilay ym. 2016, Tuomola 2016.)

Nuoret, ilman perhettä tulevat alaikäiset turvapaikanhakijat ovat kaikkein haavoittuvimmassa asemassa ja monet heistä kärsivät traumaperäisestä stressistä, masennuksesta, unettomuudesta ja ahdistuneisuudesta. Yksin tulleet turvapaikanhakijanuoret ovat joutuneet selviytymään erittäin vaikeista tilanteista ilman perheen tukea. Jotkut heistä eivät tiedä mitään omien vanhempiensa tai muun perheen kohtalosta, mikä on henkisesti äärimmäisen kuluttava tilanne, samoin kuin pitkittynyt turvapaikkaprosessi ja epävarmuus tulevaisuudesta. (Attanayake ym. 2009, Betancourt ym. 2012., Lähteenmäki 2017, Peltonen 2015.) Arviolta jopa kolmasosa Suomeen yksin tulleista alaikäisistä turvapaikanhakijoista ja neljäsosa alaikäisistä kiintiöpakolaisista on psykiatrisen hoidon tarpeessa pakolaisuuteen liittyvien traumojen takia (Hagman ym. 2018, 12).

Traumaattisista elämäkokemuksista on kuitenkin mahdollista selvitä, eivätkä kaikki ihmiset traumatisoidu järkyttävistä kokemuksista huolimatta. Tutkimustiedon mukaan sosiaalinen tuki, yhteisön myötätunto ja optimismi vahvistavat turvapaikanhakijanuorten psyykkistä selviytymiskykyä. Sillä miten pakolaislapsi tai -nuori tulee koh-

datuksi uudessa maassa, on suuri merkitys hänen sopeutumiselleen ja henkiselle hyvinvoinnilleen. Traumatisoituneet lapset ja nuoret ovat aina erityisen, moniammatillisen tuen tarpeessa. (Peltonen 2015, Henriksson & Lönnqvist 2017.)

Opinnäytetyöni pyrkii selvittämään, miten taideterapeuttisen toiminnan avulla voidaan tukea nuorten turvapaikanhakijoiden mielenterveyttä ja vahvistaa resilienssiä, eli mielen joustavuutta ja selviytymiskykyä. Kehittämistutkimuksen tilaaja on Suomen Punaisen Ristin vastaanottokeskus Turussa, jossa tein nuorisotyön suuntautumisopintojeni harjoittelun tammi-maaliskuussa 2018 keskittyen erityisesti nuorten turvapaikanhakijoiden psykososiaaliseen tukeen ja ohjaukseen. Olen pitänyt vastaanottokeskuksessa taideryhmiä syksyllä 2015 sekä vuosina 2017 ja 2018.

Maahanmuuttajanuoriin liittyvä työ on sydäntäni lähellä, koska työskentelin itse ulkomailla lähes 10 vuotta lasten oikeuksiin ja tyttöjen koulunkäyntiin liittyvissä kehitysyhteistyötehtävissä mm. UNICEF:illa Ugandassa, Sierra Leonessa, Burkina Fasossa ja Nigerissä. Kohdatessani konflikteista kärsineissä maissa entisiä lapsisotilaita ja muita traumatisoituneita lapsia ja nuoria kiinnostuin yhä enemmän siitä, millä tavoin heitä voidaan tukea ja kuntouttaa. Nähdessäni omin silmin kuinka kuvien tekeminen ja muu luova toiminta rauhoitti ja motivoi lapsia ja nuoria vaikeista tilanteista huolimatta, halusin perehtyä aiheeseen syvällisemmin ja opiskella taideterapiaa, joka yhdistää kiinnostukseni psykologiaan ja luovaan ilmaisuun voimaan.

Valmistuin vuonna 2017 kuvataideterapeutiksi Kanadasta. Tutkintooni sisältyi 700 tuntia taideterapian työharjoitteluja, joita tein vuonna 2016 syöpäsairaiden nuorten sairaalahoidossa Ranskassa, tyttöjen turvakodissa Ugandassa, sekä syksyllä 2015 ilman perhettä tulleiden alaikäisten turvapaikanhakijoiden SPR:n ryhmäkodissa Turussa. Suomeen palattuani olen ollut syksystä 2017 mukana vapaaehtoistyöntekijänä Turun Kriisikeskuksen Serene-toiminnassa, jossa pyritään tukemaan turvapaikanhakijoiden jaksamista ja mielenterveyttä vastaanottokeskuksissa järjestettävissä toiminnallisissa luonto-, taide- ja rentoutusryhmissä. Keväällä 2018 pidin osana yhteisöpedagogiopintojani nuorille taideterapeuttisen ryhmän myös Turun Vamoksella (HDL).

Kaikissa näissä erilaisissa yhteyksissä olen päässyt todistamaan taiteen tekemisen ja ryhmätoiminnan positiivisia vaikutuksia lasten ja nuorten hyvinvoinnille.

Pyrin yhdistämään tässä opinnäytetyössäni sekä tutkimustietoa että omia havaintojani taidetoiminnan hyödyistä. Työn teoreettinen viitekehys on yhdistelmä sosiaalipedagogiikan, psykologian, resilienssi-tutkimuksen ja taideterapiaa koskevan tutkimuksen näkökulmia. Vaikka kyseessä ei ole varsinainen toimintatutkimus, sisältää opinnäytetyöni toimintatutkimuksellisia elementtejä ja osallistavaa havainnointia vastaanottokeskuksessa järjestetystä taidetoiminnasta, jota olen dokumentoinut syksyllä 2015 sekä vuosina 2017 ja 2018.

Koska mielestäni on erityisen tärkeää kuulla nuorten omia mielipiteitä taidetoiminnasta ja sen hyödyistä, haastattelin kahdeksaa syksyllä 2015 SPR:n Turun ryhmäkodin taideryhmään osallistunutta nuorta. Syksyllä 2015, kun nuoret saapuivat Suomeen, taide ja kuvat olivat ainoa yhteinen kieleemme. Nyt kolme vuotta myöhemmin, syksyllä 2018, monet heistä osaavat jo hyvin suomen kieltä ja opiskelevat peruskoulussa, ammattikoulussa tai lukiossa. Olen oppinut näiltä nuorilta valtavan paljon sitkeydestä, luovuudesta ja yritteliäisyydestä.

Opinnäytetyöni osana (LIITE 4.) on suunnittelemani ohjeistus taideterapeuttiselle ryhmälle nuorten kanssa. Pyydän siitä kiinnostuneita ottamaan minuun yhteyttä: toivontaide@gmail.com. Tulen mielelläni pitämään ryhmiä, kertomaan lisää ja kouluttamaan esim. vastaanottokeskusten työntekijöitä ja kaikkia muitakin kuvataideterapeuttisesta toiminnasta kiinnostuneita.

2 PAKOLAISTILANNE SUOMESSA JA MAAILMALLA

Maailmassa on vuonna 2018 enemmän pakolaisia kuin koskaan aikaisemmin: 68,5 miljoonaa ihmistä on joutunut jättämään kotinsa. Maan sisäisiä pakolaisia (*internally displaced persons*) on 40 miljoonaa, pakolaisia (*refugees*) 25,4 miljoonaa ja turvapaikanhakijoita (*asylum seekers*) 3,1 miljoonaa. Noin 85 % heistä oleskelee kehittyvissä maissa. Euroopassa maailman pakolaisista on yhteensä vain noin 3,5 %. Yli puolet

maailman pakolaisista on lähtöisin Syyriasta, Etelä-Sudanista ja Afganistanista. Syyria, Irak ja Afganistan ovat kärsineet eniten Isisin ja al-Qaidan terrorismista ja väkivallasta, mikä on pakottanut maiden asukkaita etsimään turvaa Euroopasta enemmän kuin koskaan aiemmin (UNHCR, 2015 ja UNCHR 2018).

Suomessa turvapaikanhakijamäärät ovat 2000-luvulla vaihdelleet noin 1500 ja 6000 hakijan välillä vuosittain. Vuosi 2015 oli poikkeus ja silloin Suomeen saapui ennätysmäärä eli yli 32,000 turvapaikanhakijaa, joista noin 3000 oli yksintulleita alaikäisiä. (Vrt. Ruotsiin tuli samana vuonna yli 160 000 turvapaikanhakijaa, joista yksintulleita alaikäisiä oli noin 35 000.) Maahanmuuttoviraston (2018) selvityksen mukaan vuonna 2017 turvapaikkaa Suomesta haki yhteensä 5 059 henkilöä, joista uusintahakemuksen jättäneitä oli 36,7 %.

Etninen monimuotoisuus Suomessa on jatkuvasti lisääntynyt. Kun vuonna 2005 maamme väestöstä vain noin 2,85 % oli ulkomaalaistaustaisia, vuonna 2016 heitä oli jo 6,6 % väestöstä eli yhteensä 364 787 henkilöä (Tilastokeskus 2018). Kuten nuorisotutkija Vesa Puuronen (2006) toteaa, Suomen monikulttuuristuminen on tuonut suomalaisen nuorisotyön kentälle ja tutkimuksen piiriin uudet vähemmistöt. Erityisen haavoittuvassa asemassa olevat turvapaikanhakijanuoret ovat yksi näistä uusista vähemmistöistä. Suomella ei ole varaa ummistaa silmiä turvapaikanhakijanuorilta eikä muilta maahanmuuttajanuorilta, sillä muita kuin suomea, ruotsia tai saamea äidinkielenään puhuvia 15-29 vuotiaita nuoria oli Suomessa vuonna 2015 jo noin 8 % ikäluokasta (Allianssi 2016).

Lisääntyneet turvapaikanhakijoiden määrät ovat aiheuttaneet vilkasta keskustelua sekä kansainvälisesti että Suomessa. Monet ovat halunneet auttaa pakolaisia lahjoituksin ja osallistumalla vapaaehtoistyöhön. Valitettavasti myös pelko, väärinkäsitykset ja rasistiset mielipiteet ovat lisääntyneet ja johtaneet jopa vastaanottokeskuksiin tehtyihin iskuihin. On erittäin tärkeää muistaa, että Suomi ja muut maat ovat sitoutuneet kansainvälisiin ihmisoikeussopimuksiin. Poliittisilla johtajilla, medialla ja meillä kai-

killä on vastuu siitä, miten asioista kirjoitetaan ja keskustellaan. Kansainvälisten ihmisoikeussopimusten perusteella kenellä tahansa vainotulla on oikeus hakea turvapaikkaa. Lapset ja nuoret ovat kaikkein haavoittuvaisimmassa asemassa ja YK:n lapsen oikeuksien sopimuksessa (UN CRC, 1989) todetaan, lapsia pitää suojella kaikelta väkivallalta. Sopimuksessa lapsi on määritelty alle 18-vuotiaaksi henkilöksi. On kansainvälisen yhteisön ja kaikkien valtioiden velvollisuus auttaa lapsia ja nuoria, jotka ovat kohdanneet väkivaltaa ja tarjota heille kokonaisvaltaista huolenpitoa turvallisessa ympäristössä (CRC, artikla 39).

3 SUOMEN PUNAISEN RISTIN VASTAANOTTOKESKUS TURUSSA

Kaikkien Suomen vastaanottokeskusten toimintaa linjaa laki kansainvälistä suojelua hakevan vastaanotosta sekä ihmiskaupan uhrin tunnistamisesta ja auttamisesta 2011/746, joka päivitettiin viimeksi 16.12.2016. Suomen Punaisen Ristin Turun vastaanottokeskus Pansion kaupunginosassa on yksi Suomen ensimmäisiä vastaanottokeskuksia. Se perustettiin vuonna 1990, joten keskuksella on jo pitkä perspektiivi ja kokemus turvapaikanhakijoiden vastaanotosta Suomessa. Turun vastaanottokeskuksen alaisuuteen kuuluvat vuonna 2018 myös erilliset yksiköt Halikossa ja Punkalaitumella.

Turun vastaanottokeskuksen kiintiö oli keväällä 2018 yhteensä 250 asukaspaikkaa, minkä lisäksi noin 300 turvapaikanhakijaa asui yksityismajoituksessa. Aukkaiden määrä muuttuu jatkuvasti tilanteiden muuttuessa. Esim. vuoden 2017 alkupuolella Turun vastaanottokeskuksessa oli kirjoilla yhteensä noin 700 turvapaikanhakijaa, joista noin 400 asui yksityismajoituksessa. Turun vastaanottokeskus on ns. transit-keskus, joka on valmiudessa 24/7. Transit-keskuksesta on tarkoitus siirtyä mahdollisimman nopeasti odotusajan keskukseen turvapaikkaprosessin ajaksi.

Turun vastaanottokeskuksen toimintaa linjaavat Punaisen Ristin arvot ja periaatteet: inhimillisyys, tasapuolisuus, puolueettomuus, riippumattomuus, vapaaehtoisuus,

yleismaailmallisuus ja ykseys. Vastaanottokeskuksen työntekijät ovat kansainvälinen ja kielitaitoinen porukka. Keskuksessa työskentelee mm. Irakista, Iranista, Kosovosta ja Somaliasta lähtöisin olevat työntekijät, joilla on paljon ymmärrystä erilaisista kulttuuritaustoista ja myös omakohtaista kokemusta turvapaikkaprosessista. He ovat uusille tulijoille hyvä esimerkki siitä, että Suomeen voi kotoutua ja suomen kielen voi oppia. Turun vastaanottokeskuksella on pitkän kokemuksen ansiosta myös hyviä käytänteitä vastaanottotyössä, kuten valmiit tarvikekassit uusille tulokkaille, vapaaehtoisten järjestämää vapaa-ajan toimintaa sekä vapaaehtoisten ylläpitämä kirpputori lahjoitusvaatteista ja tavaroista, joita tulijat voivat saada tarvittaessa.

Vaikka Turun vastaanottokeskus on transit-keskus, josta on tarkoitus siirtyä melko nopeasti odotusajan vastaanottokeskukseen, käytännössä siellä olemisen saattaa joskus kestää pitkäänkin silloin, kun turvapaikkaprosessin käsittely pitkittyy. Keskuksessa asuu edelleen asukkaita, jotka saapuivat Suomeen jo syksyllä 2015. Osa heistä sai vasta keväällä 2018 ensimmäisen kielteisen päätöksen turvapaikkahakemukseensa ja on lakimiehen avustuksella valittanut siitä. Pitkä turvapaikkaprosessi on henkisesti erittäin kuormittava (Tuomola 2016).

Vastaanottokeskuksen lapsille ja nuorille pyritään hankimaan mahdollisimman pian puisto-, päiväkotitai koulupaikka, vaikka lyhyeksikin aikaa, koska ne tuovat normaaliutta ja rytmiä lapsen elämään. Myös aikuisilla on velvollisuus osallistua vastaanottokeskuksessa asuessaan säännölliseen työ- ja opintotoimintaan (esim. infot, suomen kielen kurssi, siivousvuorot ja talkoot), joiden tarkoituksena on aktivoita heitä ja siten tukea heidän jaksamistaan. Monet turvapaikanhakijoista opiskelevat motivoituneesti suomen kieltä ja etsivät aktiivisesti erilaisia työmahdollisuuksia epävarmasta tilanteesta huolimatta. Ulkomaalaislain 2004/301 § 79 mukaan turvapaikanhakijalla on oikeus työntekoon 3 kk (jos hänellä on passi) tai 6 kk (jos ei hänellä ei ole passia) maahan tulon jälkeen.

Kaikki vastaanottokeskuksen asukkaat elävät henkisesti raskaassa elämäntilanteessa. Osa heistä on erityisen haavoittuvaisia. Esimerkiksi liikunta- ja kehitysvammaiset turvapaikanhakijat, psyykkisesti sairastuneet ja ihmiskaupan uhrit tarvitsevat erityistä tukea, samoin kuin ilman huoltajaa tulleet alaikäiset turvapaikanhakijalapsen ja -nuoret. Heidän tukemisensa vaatii osaavaa, moniammatillista yhteistyötä.

Keväällä 2018 Turun vastaanottokeskuksessa oli kirjoilla noin kuusikymmentä 18-21 vuotiasta nuorta. Osa heistä oli tullut Suomeen perheen kanssa, osa ilman perhettä. Turvapaikkaprosessin venymisen ja päätöksen pitkän odotusajan vuoksi monet nuoret voivat huonosti. Kaikilla Turun vastaanottokeskuksen työntekijöillä (sosiaalityöntekijät, sosiaalihoitajat, terveydenhoitajat ja ohjaajat) on vastuu tuoda esiin huomioita huonosti voivista nuorista ja muista asiakkaista. Huolen herätessä otetaan heti yhteys vastaanottokeskuksen sosiaalityön puolelle, jonka työntekijät ohjaavat asukkaat tarvittaessa eteenpäin esimerkiksi Turun Kriisikeskukseen tai terveydenhuoltoon.

4 OPINNÄYTETYÖN TIETOPERUSTA

Tässä osassa esittelen opinnäytetyöni teoreettista ja käsitteellistä viitekehystä tutkimustietoon perustuen. Tarkastelen pakolaisuuden vaikutusta nuorten mielenterveyteen, psykososiaalisen tuen merkitystä kriisitilanteissa, sosiaalipedagogista lähestymistapaa nuorten kohtaamiseen, itsereflektion tärkeyttä monikulttuurisessa nuorisotyössä sekä resilienssin käsitettä ja taideterapian mahdollisuuksia traumatisoituneiden lasten ja nuorten kuntoutuksessa.

4.1 Pakolaisuuden vaikutus mielenterveyteen

Maailman terveysjärjestön eli WHO:n (2014) määritelmän mukaan mielenterveys on hyvinvoinnin tila, jossa yksilö pystyy näkemään omat kykynsä, selviytymään elämään kuuluvista haasteista, työskentelemään ja osallistumaan yhteisönsä toimintaan. On syytä todeta, että pakolaisuus ei ole tavallinen elämään kuuluva haaste, vaan poikkeuksellisen kuormittava elämäntilanne, johon liittyvä suru ja muut voimakkaat tunteet

ovat normaaleja, inhimillisiä reaktioita epänormaaliin elämäntilanteeseen ja traumaattiseen kokemukseen. Sekä Suomessa että muualla Euroopassa on havaittu, että länsimaihin muuttaneilla pakolaisilla on enemmän mielenterveysongelmia kuin vastaanottavien maiden pääväestöillä. Pakolaisten yleisimmät mielenterveyshäiriöt ovat traumaperäinen stressihäiriö, muut ahdistuneisuushäiriöt ja masennus. (Castaneda ym. 2018, 51.)

Pakolaisuuteen liittyy monia vaaroja ja riskejä. Vuonna 2016 yli 5000 ihmistä hukkui Välimereen yrittäessään saapua Eurooppaan. Yksin liikkuvat lapset ja nuoret ovat erityisen haavoittuvia ja kohtaavat vaarallisia tilanteita kuten ihmissalakuljetusta, väkivaltaa ja hyväksikäyttöä. YK:n lastenjärjestö UNICEFin (2017) mukaan yksin liikkuvien pakolaislasten määrä on moninkertaistunut: arviolta ainakin 300,000 lasta oli liikkeellä yksin tai joutunut eroon perheestään vuosina 2015-2016, mikä on noin viisi kertaa enemmän kuin 66,000 lasta vuosina 2010-2011. Osa yksin liikkeellä olevista lapsista etsii ulkomailla asuvia perheenjäseniään ja osa turvallisempaa elämää perheidensä lähettämänä. Moni pakolaislapsista pakenee väkivaltaa, pakkoavioliittoa tai joutumista lapsisotilaaksi. (UNICEF 2017)

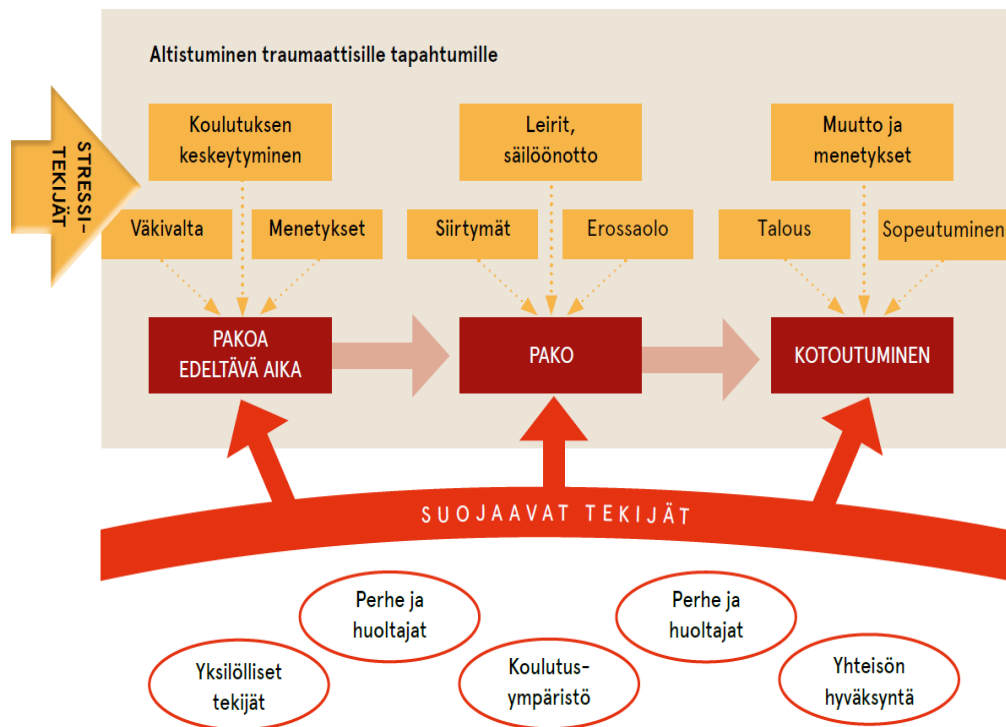
Lapsuuden ja nuoruuden aikaisilla toistuvilla tai erittäin vakavilla traumaattisilla tapahtumilla on suuri merkitys mielenterveyden kannalta, sillä varhaisilla psyykkisillä traumailla on vaikutusta aivojen kehitykselle ja jopa erilaisten fyysisten sairauksien synnylle. Kuormittavat elämäntapahtumat voivat laukaista tai pahentaa mielenterveyden häiriöitä ja pitkittää oireita, jos kriisin kokeva ihminen ei saa ajoissa tarvitsemaansa tukea. Sodasta tai luonnonmullistuksista kärsivissä maissa koko väestö kohtaa traumaattiset tapahtumat. Poikkeuksellisen voimakkaat ja erittäin järkyttävät elämäntapahtumat voivat aiheuttaa traumaperäisen stressihäiriön (*post-traumatic stress disorder, PTSD*). On kuitenkin syytä muistaa, että monilla ihmisillä on hämmästyttäviä voimavaroja erittäin vaikeissakin olosuhteissa, eivätkä kaikki traumatisoidu. (Henriksson & Lönnqvist 2017, 358-359, 378.)

Sana 'trauma' tulee kreikan kielestä ja merkitsee haavaa. Nykyään sillä tarkoitetaan henkistä tai ruumiillista vammaa. Psykologiseen traumaan liittyy usein aluksi sokki ja

kieltäminen. Myöhemmin trauma voi aiheuttaa mm. takaumia, erilaisia psykosomaattisia oireita, ylivireyttä, alivireyttä, unettomuutta ja ahdistuneisuutta. Kriisitilanteen laukaisema traumaattinen stressi käynnistää psyykkisen, vaiheittain etenevät sopeutumisprosessin, johon liittyvät reaktiot ovat usein normaaleja reaktioita epänormaalin kuormittavaan elämäntilanteeseen, kuten sotaan tai pakolaisuuteen. Traumaattisten kriisien aiheuttama sopeutumisprosessi noudattaa suurella osalla ihmisistä luonnollisia, liukuvarajaisia vaiheita, joihin kuuluvat sokkivaihe, reaktiovaihe, käsittelyvaihe ja uudelleen suuntautumisen vaihe (Henriksson & Lönnqvist 2017, 360).

Pakolaiset ovat joutuneet luopumaan tutuista sosiaalista ja kulttuurisista verkostoistaan ja uusi maa voi aluksi vaikuttaa oudolta ja vihamieliseltä. Pakolaisten terveyttä Suomessa tutkineen lääkäri Pekka Tuomolan (2016) mukaan psykosomaattiset oireet kuten päänsäryt, vatsakivut, väsymys ja unettomuus ovat yleisiä pakolaisilla, joista moni kärsii traumaperäisestä stressistä. Kielitaidottomuus, syrjäytyminen, työttömyys, sosiaalisten verkostojen puute ja kulttuurishokki pahentavat stressitilaa. Kidutusta kokeneet pakolaiset kärsivät usein myös vakavista muistiongelmista, disorientaatiosta (tilantajun häiriintyminen), ahdistuksesta ja masennuksesta. Turvapaikanhakijoiden ja paperittomien siirtolaisten tilanne on epävarmuudesta johtuen kaikkein haastavin ja pitkään kestävä turvapaikkaprosessi on henkisesti erittäin kuormittava. (Tuomola 2016.)

Alla oleva kaavio (Hagman ym. 2018, 10) kuvaa altistumista traumatisoitumiselle pakolaisuuden eri vaiheissa: pakoa edeltävänä aikana, pakomatalla ja uudessa maassa. Kaaviossa on ryhmitelty psyykettä kunakin aikana kuormittavia stressitekijöitä sekä mielenterveyttä suojaavia tekijöitä, kuten yksilöllinen resilienssi sekä perheen ja yhteisön sosiaalinen tuki ja hyväksyntä.



(Hagman ym. 2018, 10.)

Kansainvälisten tutkimusten mukaan lähes puolet, 47 %, pakolaislapsista kärsii trauma-peräisestä stressihäiriöstä ja 43 % masennuksesta (Attanayake ym. 2009). Traumatisoituneet lapset ja nuoret kokevat usein avuttomuuden, sekavuuden ja häpeän tunteita ja heidän on vaikea luottaa kehenkään. Traumaattisen stressin aiheuttamat oireet voivat haitata heidän normaalia psykososiaalista kehitystään. Heillä saattaa ilmetä uni-, muisti-, keskittymis- ja oppimisvaikeuksia, hyperaktiivisuutta ja ikään nähden taantuvaa käyttäytymistä sekä vaikeuksia sosiaalisissa suhteissa. Myös tunteiden säätely on usein vaikeaa traumatisoituneille lapsille, mikä voi aiheuttaa aggressiivisuutta, pelkoa, paniikkia, itkuisuutta jne. (Malchiodi 2015b, Nilay ym. 2016) On erittäin tärkeää, että traumatisoituneet lapset ja nuoret saavat ajoissa tarvitsemaansa psykososiaalista tukea, jotta psykologiset ongelmat eivät pahene.

4.2 Psykososiaalinen tuki kriisitilanteessa ja traumojen hoitomenetelmiä Suomessa

Käytän opinnäytetyössäni termiä 'psykososiaalinen tuki' tarkoittamaan kokonaisvaltaista lähestymistapaa hyvinvoinnin tukemiseen. Traumaattisissa kriiseissä yksilöt, perheet ja yhteisöt tarvitsevat apua ja tukea selviytyäkseen vaikeuksista ja sopeutuakseen muutokseen. Kriisitilanteissa psykososiaalisen tuen tarkoituksena on suojata ja vahvistaa mielenterveyttä ja hyvinvointia. Ihmisten reaktiot traumaattisissa tilanteissa ovat aina yksilöllisiä ja vaihtelevat mm. temperamentin, henkilökohtaisten kokemusten, perhetilanteen ja kulttuuristen normien mukaan. Kriisejä koskevan psykososiaalisen tuen tulisi olla moniammatillista ja kunnioittaa ihmisoikeuksia, osallisuutta, oikeudenmukaisuutta sekä paikallisia resursseja, yhteisöjä ja osaamista. Psykososiaalisen tuen ei tulisi koskaan aiheuttaa minkäänlaista haittaa avun saajille. (IASC 2007.)

Helsingin Diakonissalaitoksen Psykotraumatologian keskuksen Lasten ja nuorten toiminnan hankeraportin (2018) mukaan kyseisessä HDL:n keskuksessa työskentelee Suomen ainoa pakolaistaustaisia lapsia ja nuoria hoitava tiimi, vaikka arviolta jopa 30 % Suomeen yksin tulleista alaikäisistä turvapaikanhakijoista ja 25 % alaikäisistä kiintiöpakolaisista tarvitsisi psykiatrista hoitoa pakolaisuuteen liittyvien traumojen takia. On kuitenkin syytä korostaa, että traumatisoituneiden lasten ja nuorten hyvinvointiin vaikuttaa yleensä enemmän uudessa kotimaassa kohdattu huolenpito kuin aikaisemmat traumaattiset kokemukset. Näin ollen hyvin hoidetulla kotoutumisprosessilla ja sosiaalisen hyvinvoinnin tukemisella on erittäin suuri merkitys traumatisoituneiden lasten ja nuorten kuntoutumiselle. (Hagman ym. 2018, 12-14.)

Suomessa ei ole vielä yhteneväistä linjaa ehkäisevien ja korjaavien mielenterveyspalveluiden järjestämisessä pakolaisille, vaan suuria alueellisia eroja siinä, miten pakolaisten mielenterveyden tukeminen sekä mielenterveysongelmien tunnistaminen ja hoito toteutetaan eri palveluissa. Monet ammattilaiset ovat kaivanneet lisää tietoa pakolaistyön erityispiirteistä ja pakolaisten mielenterveyden edistämisestä. Valtakunnallinen, Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen koordinoima PALOMA-kehittämishanke 2016-2018 syntyi täyttämään näitä tarpeita. Vuonna 2018 julkaistu PALOMA-käsikirja on hankkeessa kehitetty laaja tietopaketti pakolaisuuteen liittyvistä mielenterveyden

voimavara- ja riskitekijöistä. Hankkeen tutkijoiden mukaan on tärkeää muistaa, että mielenterveys ei ole staattinen, vaan alati muuttuva tila, jota ylläpidetään arjen puuhissa ja ihmissuhteissa. Näin ollen jokainen ihminen voi vaikuttaa kohtaamiensa kanssaihminen hyvinvointiin sekä työssä että vapaa-ajalla. (Castaneda ym. 2018, 12-13.)

Ihmisten selviytymiskeinot ja voimavarat vaihtelevat yksilöllisesti. Monilla ihmisillä on hämmästyttäviä voimavaroja kriiseistä ja vaikeista elämäntilanteista huolimatta. Inhimillinen kuormituksen kestävyys on kuitenkin rajallinen. (Henriksson & Lönnqvist 2017, 359.) Vastaanottokeskuksen työntekijä saattaa tuntea avuttomuutta kohdatessaan turvapaikanhakijoiden epätoivon ja surun tunteet. Vaikka vastaanottokeskuksen työntekijä ei välttämättä ole psykososiaalisen tuen ammattilainen, voi hän kohdata jokaisen turvapaikanhakijan kunnioittavasti ja inhimillisesti, antaen tietoa ja yrittäen tukea vaikeissa tilanteissa. Kriisissä oleva nuori tarvitsee aikuista kuuntelijaa, joka ymmärtää ja hyväksyy nuoren tunnetilat, pystyy ottamaan vastaan voimakkaatkin tunteet, ja tarjoaa aikaa, tilaa ja tukea (Erkko & Hannukkala 2013, 152).

Vakavasti traumatisoituneen ihmisen asianmukainen hoito on pitkä prosessi ja edellyttää aina erikoistuneita psykoterapiataitoja. Vakavassa traumatisoitumisessa voi olla kysymys yksittäisen kokemuksen sietämättömyydestä tai pitkään jatkuneesta traumatisoitumisten ketjusta, johon tulee vielä yksi kokemus lisää. Suomessa traumausten hoidossa käytetään mm. kognitiivis-behavioristisia traumahoitomenetelmiä, altistusterapiaa ja ahdistuksen hallintaharjoituksia kriisi- ja traumaterapioina tai niiden osina. Koska trauma on aina kehollinen kokemus, myös erilaisilla kehohoidoilla voi olla apua toipumisessa. (Palosaari 2007, 105,163-164, 168-169.)

Suomen tunnetun kriisipsykologin Salli Saaren (2000) mukaan traumoja voi alkaa työstää vasta sitten, kun ihminen kokee olevansa turvassa. Näin ollen traumaterapia aloitetaan vakauttamisella ja arjen voimavarojen vahvistamisella. Traumatisoituneiden ihmisten voimavarat vaihtelevat, joten hoidossa on tärkeää pohtia kestääkö potilas vaikeiden traumaattisten kokemusten läpikäymisen ja käsittelyn, missä tahdissa, ja millaisina osina. Aluksi on hyvä suunnata voimavarat minän vahvuuden kehittämiseen ja käsitellä traumaattisia kokemuksia vasta sitten, kun niiden käsittely on mahdollista

potilaalle. Psykoterapia ja psyykkisten traumojen käsittely edellyttää aina hyvää, luotamuksellista ja turvallista terapiasuhdetta. Psyykkisten traumojen terapeuttisessa työstämisessä suositellaan käytettäväksi monenlaisia terapiatekniikoita: psykodynaamista lähestymistapaa tiedostamattoman aineksen ja kokemusten saamiseksi käsitteelyyn, erilaisia taideterapiatekniikoita emotionaalisen aineksen käsittelyyn, hypnoosia, NLP-tekniikoita (*Neuro-Linguistic Programming*), psyko- ja sosiodraamaa sekä EMDR-tekniikkaa (*Eye Movement Desensitization and Reprocessing*). (Saari 2000, 326-327.)

Salli Saaren (2000) mukaan piirtäminen ja kuvien tekeminen on lapsille ominainen tapa käsitellä traumaattisia tapahtumia. Lapset ilmaisevat piirtämällä heille olennaisia asioita ja yksityiskohtia tapahtuneesta, joten kuvien avulla on mahdollista käsitellä asioita lapsen lähtökohdista käsin. On tärkeää, että aikuiset keskustelevat lasten kanssa kuvista ja kyselevät, mitä lapset ovat niissä kuvanneet, kuunnellen heidän kertomustaan ja näkökulmiaan. Kuvien tekemisen ja kirjoittamisen lisäksi lapsi ja nuori voi käsitellä traumaattisia kokemuksia myös musiikin kautta, joko tekemällä sitä itse tai kuuntelemalla sitä. Kuten Saari toteaa, oleellisinta on, että lapset ja nuoret löytävät itselleen sopivia keinoja käsitellä traumaattisia kokemuksiaan, jotta niiden haittavaikutukset eivät tule esille myöhemmin elämässä. Aikuisen ja ammattiauttajien tehtävänä on mahdollistaa ja tukea traumaattisten kokemusten käsittelyä turvallisessa ympäristössä. (Saari 2000, 266-267.)

Taideterapeuttisia menetelmiä voidaan siis käyttää tukena traumojen hoidossa. Erilaiset luovat menetelmät mahdollistavat myös ei-kielellisen kommunikaation terapiassa (Hagman ym. 2018, 29). Traumaterapioihin voidaan yhdistää kuvataideterapiaa varsinkin silloin, kun potilaalla on vaikeuksia pukea sanoiksi kokemaansa. Traumaterapiaa voidaan toteuttaa myös potilaan kanssa sovitulla tavalla yhdessä koulutetun tulkin kanssa silloin, kun potilaalla ja terapeutilla ei ole yhteistä kieltä. Suuri osa kaikista traumaattisen tapahtuman kohdanneista ihmisistä ja niistä, jotka kärsivät traumaperäisestä stressihäiriöstä, saavat apua hyvin toteutetuista vertaistukiryhmätapaamisista, jos muustakin tarvittavasta traumahoidosta on huolehdittu. (Henriksson & Lönnqvist 2017, 382.)

Lounais-Suomen Mielenterveysseuran Turun Kriisikeskuksen Serene-hankkeessa kehitettiin vuosina 2012-2016 vakauttavia tukimuotoja pakolaisina tai turvapaikanhakijoina maahan muuttaneille. Hanke on sittemmin jatkunut Serene-toimintana, jonka tavoitteena on edistää pakolaisten mielenterveyttä sekä vähentää traumaperäisen stressin ja sopeutumisprosessiin liittyvän stressin haitallisia seurauksia. Serene perehdyttää ja mentoroi ammattilaisia ja vapaaehtoisia eri tukimuotojen toteuttamiseen. Serene-toiminnassa turvapaikanhakijoiden jaksamista ja mielenterveyttä tuetaan luonto-, rentoutus- ja taideryhmien avulla. Niissä pyritään rauhoittamaan kehoa ja mieltä.

Luontoryhmässä tehdään metsäkävely vastaanottokeskuksen lähistöllä olevassa metsässä ja nautitaan kahvit/teet luonnossa. Rentoutusryhmässä tehdään valmiita rentoutusharjoituksia, jotka on nauhoitettu eri kielillä (arabia, dari, englantia, persia, somali, sorani ja suomi). Taideryhmässä tehdään hyvää mieltä tuovia kuvia, kuten esim. 'turvallinen paikka' harjoitus. Olen ollut mukana Serene-toiminnassa vapaaehtoisena syksystä 2017 lähtien ja nähnyt, kuinka tärkeitä ja merkityksellisiä nämä toiminnalliset hetket ovat olleet vastaanottokeskuksessa asuville turvapaikanhakijoille.

Serene-toimintaa ja materiaaleja ovat kehittäneet mm. Turun Kriisikeskuksen psykologit Elina Haasjoki, Antti Klemetilä, Katri Manelius ja Laura Happonen sekä fysioterapeutti Lora Andersson-Simppula. Materiaalit ovat kaikkien vapaasti hyödynnettävissä ja ne löytyvät Lounais-Suomen Mielenterveysseuran www-sivuilta: <http://www.mielenterveysseurat.fi/turku/serene/>

4.3 Itsereflektion tärkeys monikulttuurisessa nuorisotyössä ja kaikessa auttamistyössä

Hyvä ja eettisesti toimiva auttamisalan ammattilainen rajautuu toimimaan oman osaamisensa alueella ja osaa tarvittaessa ohjata asiakkaan eteenpäin kokeneemmille auttajille. Kuten psykologian tohtori ja tunnettu kriisi- ja traumapsykologi Eija Palosaari

(2007, 168) muistuttaa, hyvä auttaja ei koskaan käytä asiakkaansa alttiutta omiin tunnetarpeisiinsa, esimerkiksi luodakseen riippuvuutta ja merkityksellisyyden tuntua. Tämän takia kaikkien auttamisalan ammattilaisten on kyettävä itsereflektioon, eli tunnistamaan omia ajatuksiaan ja tunteitaan, sekä pidettävä huolta omasta jaksamisestaan. Eettisesti toimiva ammattilainen tiedostaa rajansa, tietämättömyytensä ja oman tuen tarpeensa.

Kaikessa monikulttuurisessa työssä on ymmärrettävä, että oma kulttuuritaustamme, identiteettimme, arvomme, uskomuksemme ja ennakkoluulomme vaikuttavat väistämättä omaan työskentelytapamme. Tämän vuoksi on tärkeää pohtia asioita monista erilaisista näkökulmista käsin, jotta olemme tietoisia omista käsityksistämme ja asenteistamme. Esimerkiksi länsimaissa individualismi ja itsenäisyys ovat yleensä korkeasti arvostettuja piirteitä, kun taas kollektiivisemmissä yhteiskunnissa yhteisön tuki, perhe ja ”yhteinen hyvä” saatetaan kokea tärkeämpänä kuin itsenäisyys. Myös uskonnon merkitys ja rooli vaihtelee. Pakolaistaustaisten elämässä uskonnollisuudella voi olla merkittävämpi rooli kuin mihin Suomessa ja länsimaissa on totuttu ja usko voi auttaa jaksamaan vaikeassa elämäntilanteessa. Jokainen toteuttaa kuitenkin kulttuuriaan ja uskontoaan omalla yksilöllisellä tavallaan, joten yleistyksiä on syytä välttää. (Bemak & Chung 2002, Castaneda ym. 2018, Erkkö & Hannukkala 2013, Peltola 2010.)

Kulttuurisensitiivinen työ edellyttää uteliasta oppijan asennetta ja valmiutta kyseenalaistaa omia ”totuuksia”. Meidän ei tule tyrkyttää omia mielipiteitämme muille, vaan kunnioittaa jokaisen oikeutta omiin käsityksiinsä, uskomuksiinsa ja tapoihinsa niin kauan, kun ne eivät vahingoita ihmistä itseään tai muita ihmisiä.

On tärkeää tiedostaa, että käsitykset mielenterveydestä ja mielenterveysongelmista poikkeavat eri kulttuurien ja yksilöiden välillä. Joissakin kulttuureissa ja yhteisöissä mielenterveysongelmiin voi liittyä voimakas stigma, joka saattaa aiheuttaa häpeää ja leimautumisen pelkoa ja jopa estää hakemasta ja saamasta apua. (Castaneda ym. 2018, 69.) Kansainvälisten tutkimusten perusteella eri terveystalvelujen välinen yhteistyö

sekä perhe- ja yhteisölähtöinen ja potilaan kulttuuriset tarpeet huomioiva hoito on tärkeää pakolaisten ja turvapaikanhakijoiden mielenterveyden hoidossa, samoin kuin onnistunut vuorovaikutus ja pyrkimys luottamuksen rakentamiseen (Kallio 2017).

'Suomalaisuus' vaikuttaa edelleen olevan keskiössä suomalaisessa nuorisotyössä, jonka oletettu tasa-arvoisuus nojautuu enemmän ”kaikkien samanlaiseen kohteluun” kuin erilaisten tarpeiden ja resurssien tunnistamiseen (Peltola 2010, 25). Oman kokemukseni ja havaintojeni perusteella olisi mielestäni tiedostettava se, että nuoret turvapaikanhakijat tarvitsevat erityistä tukea esimerkiksi suomen kielen oppimisessa ja työelämään pääsyssä, jotta heistä voi tulla aktiivisia yhteiskunnan jäseniä. Heille on myös oltava tarvittaessa tarjolla mahdollisuuksia psykososiaaliseen tukeen ja kuntoutukseen mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Kuten Erkko ja Hannukkala (2013, 207) kirjoittavat: ”Nuori tulee kohdata kokonaisuutena. Hänen elämäntarinansa, kulttuurihistoriansa ja taustansa kulkevat mukana, vaikka ympäristö muuttuisikin.”

Auttamisala ja monikulttuuriset työyhteisöt edellyttävät työntekijöiltä itsereflektion ja omasta jaksamisesta huolehtimisen lisäksi epävarmuuden sietämistä ja oman identiteetin tutkiskelua. Identiteetti on jatkuvasti muuttuva prosessi, jota määritellään kohtaamisten kautta. Identiteettiimme vaikuttavat kulttuuritaustamme lisäksi monet muutkin seikat kuten esimerkiksi sukupuoli, ikä, koulutus ja asuinpaikka. Identiteettiä koskevat kysymykset ovat keskeisiä myös maahanmuuttajien hyvinvoinnille. Identiteettityön kautta ihmiset pyrkivät lisäämään jatkuvuuden, turvallisuuden ja yhteenkuuluvuuden tunteita. Kohtaamistyössä on tärkeää nähdä jokainen ihminen yksilönä, eikä vain jonkin kulttuurin edustajana. Samalla on pyrittävä tiedostamaan jokaisen – myös oman minän – monimuotoisuus ja jatkuva muutos. Oleellisinta on empaattinen kohtaaminen sekä ihmisiä yhdistävien tekijöiden etsiminen avoimen ja kunnioittavan vuorovaikutuksen kautta. Eettinen ja kulttuurisensitiivinen kohtaamistyö on aina sitoutunut syrjinnän vastustamiseen ja tasa-arvoisuuden edistämiseen. (Dervin & Keihäs, 2013.)

4.4 Sosiaalipedagoginen lähestymistapa turvapaikanhakijanuorten kohtaamiseen: osallisuuden ja osallistumisen merkitys

Kuten Sanna Ryyänen (2011) toteaa sosiaalipedagogisessa väitöskirjatutkimuksessaan, on hyvä tiedostaa, että kaikki kasvatus ja ohjaustyö on aina jollakin tavalla poliittista. Turvapaikanhakijanuoret ovat monin tavoin yhteiskuntamme marginaalissa suhteessa valtaeliitteihin, joten on tärkeää, että heillä on mahdollisuuksia osallisuuden ja osallistumisen kokemuksiin. Osallisuus ja toimijuus ovat pakolaisten mielenterveyden kannalta tärkeitä voimavaroja, kun taas kokemukset osattomuudesta voivat heikentää mielen hyvinvointia (Castaneda ym. 2018, 78-79). Osallistava toiminta edellyttää dialogisuutta, yhteistyötä sekä nuorten näkemistä tasavertaisina, aktiivisina toimijoina (Freire 2005, 29).

Osallisuudelle ja osallistamiselle on olemassa monia erilaisia määritelmiä. Osallisuuden voidaan ymmärtää kuuluvaksi liittyminen (*involvement*), suhteissa oleminen (*relatedness*), kuuluminen (*belongingness*), yhteisyys (*togetherness*), yhteensopivuus (*coherence*), mukaan ottaminen (*inclusion*) ja osallistuminen (*participation*) (Isola ym. 2017, 3). Osallisuuden kokemus on emotionaalinen tarve.

Suomessa 'osallisuus' käsitettä käytetään usein vastakohtana osattomuudelle, syrjäytymiselle ja huono-osaisuudelle. Nuorisotyön piirissä osallisuus on käsitetty usein osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien kehittämiseksi, kun taas sosiaalitoimessa syrjäytymisen (varsinkin koulutus- ja työmahdollisuuksien ulkopuolelle jäämisen) ehkäisemiseksi. Osallisuus ei kuitenkaan saa olla jotakin pelkästään ulkopuolelta edistettävää. (Nivala & Ryyänen 2013, 13–14.) Sosiokulttuurisen innostamisen näkökulmasta osallistamiseen liittyy tavoite maailman muuttamisesta nykyistä oikeudenmukaisemmaksi ja tasa-arvoisemmaksi yksilön voimaantumisen kautta (emt., 34).

Myös uudessa Valtakunnallisessa nuorisotyön ja -politiikan ohjelmassa 2017-2019 (VANUPO) nuorten osallistumismahdollisuuksien lisääminen ja syrjäytymisen vähentäminen ja on yksi hallituksen päätavoitteista. VANUPO:n tavoitteina on, että:

- Jokaisella lapsella ja nuorella on mahdollisuus vähintään yhteen mieluisaan harrastukseen;
 - Nuorten työllistymistäidot ovat vahvistuneet ja syrjäytyminen vähenee;
 - Nuorten osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia lisätään;
 - Yhä harvemmallalla nuorella on mielenterveysongelmia ehkäisevän toiminnan ansiosta; ja
 - Nuori saa riittävää neuvontaa ja muuta tukea itsenäiseen asumiseensa.
- (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2017)

Osallistuminen ja mielekäs tekeminen on tärkeä osa osallisuuden kokemusta ja mielenterveyden edistämistä. Kuten Nivala ja Ryyänen kirjoittavat:

”Ihmisten saaminen liikkeelle, tulemaan yhteen ja osallistumaan yhteiseen toimintaan on usein itsessään arvokasta, ja parhaimmillaan se voi vahvistaa yhteisöllisiä suhteita ja yhteisöön kuulumisen tunteita – eli vahvistaa osallisuuden sosiaalista perustaa”. (Nivala & Ryyänen 2013, 32.)

Sosiokulttuuriseen innostamiseen pohjautuvan, osallistavan työskentelyn lähtökohdaksi on tunnistaa yksilön ja yhteisön omat voimavarat ja kannustaa ihmisiä kohti omaehtoista ja tietoista vastuunottoa (Ryyänen 2011, 53). Mielenterveyden ja henkisen jaksamisen kannalta toivon ylläpitäminen on oleellista. Kuten Ryyänen (2011, 61) kirjoittaa: ”ilman unelmaa jostakin paremmasta ei ole muutosta ja ilman toivoa ei ole unelmaa – ilman toivoa emme siis taistele paremman maailman puolesta”.

Osallisuus, osallistuminen, yhteistoiminnallisuus ja dialogisuus ovat ydinasioita sosiaalipedagogisessa toiminnassa samoin kuin myötätuntoinen läsnäolo ja kuuntelu (Ryyänen 2011, 196). Ne ovat tärkeitä periaatteita myös turvapaikanhakijanuorten psykososiaalisessa tuessa. Taideterapeuttinen ryhmätoiminta voi vahvistaa turvapaikanhakijanuorten osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksia, joita kuvaan opinnäytetyöni osassa 6.

4.5 Resilienssi

Resilienssistä keskustellaan nykyään paljon kansainvälisessä psykologian alan tutkimuksessa. Sana 'resilienssi' tulee latinankielisestä *resilire* verbistä, joka tarkoittaa toipumista ja palautumista. Psykologiassa resilienssillä tarkoitetaan ihmisen positiivista sopeutumis- ja toipumiskykyä vaikeissa tilanteissa. Resilienssi on laaja käsite, johon liittyvät monet erilaiset ilmiöt kuten pärjääminen hyvin vaikeissa elämäntilanteissa, sopeutuminen haastavissa olosuhteissa ja toipuminen kriiseistä ja katastrofeista sekä post-traumaattinen kasvu, *post-traumatic growth* (Masten, 2014). Resilienssi on siis psyykkistä kestävyyttä ja muutosjoustavuutta.

Kuten edellä on todettu, kaikki ihmiset eivät traumatisoidu traumaattisista kokemuksista huolimatta. Tutkimusten mukaan suojaavia, eli resilienssiä vahvistavia tekijöitä ovat mm. kognitiiviset taidot, tunteiden säätelytaidot, turvalliset kiintymyssuhteet, rakastava perhe, sosiaalisen yhteisön tuki ja henkilökohtainen usko, joiden avulla ihminen pystyy sopeutumaan ja selviytymään traumaattisesta kokemuksesta traumatisoitumatta. Myös tulevaisuuteen suuntautuminen, pelkojen ja haasteiden kohtaaminen (niiden välttelyn sijaan), joustava ajattelukyky, sosiaaliset taidot sekä suunnittelu- ja ongelmanratkaisutaidot vahvistavat resilienssiä. (Southwick ym. 2014.)

Resilienssiä voi oppia ja vahvistaa koko elämän ajan, mutta aivot ovat joustavimmillaan lapsuudessa ja nuoruudessa. Aivotutkimuksen näkökulmasta lapsuuden lisäksi nuoruusikä on erittäin hyvä mahdollisuus korjaaviin kokemuksiin ja resilienssin oppimiseen, sillä aivot kehittyvät 25-vuotiaaksi asti ja mukautuvat sen jälkeenkin koko elämän ajan. Neuroplastisuuden ansiosta aivot kykenevät uusiutumaan ja mukautumaan erilaisiin muutoksiin ja vastaamaan uuden ympäristön vaatimuksiin. Näin ollen on tärkeää, että traumatisoituneet lapset ja nuoret saavat tarvitsemansa avun mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, jotta heidän itsetuntonsa, sosiaaliset taitonsa, keskittymiskykynsä, tunteiden säätelytaitonsa, ja muu toimintakykynsä vahvistuvat. Resilienssi rakentuu turvallisten ihmissuhteiden ja kiintymyssuhteiden varaan, jotka tukevat terveellisten stressinhallintataitojen kehittymistä. (Masten 2014.)

Traumaattisten kriisien onnistunut läpikäyminen voi lisätä resilienssiä. Viimeaikaisessa psyykkisiä traumoja koskevassa tutkimuksessa on kiinnitetty yhä enemmän huomiota niihin tekijöihin, jotka voivat vahvistaa resilienssiä ja mahdollistaa trauman jälkeisen myönteisen psyykkisen kehityksen eli post-traumaattisen kasvun. (Henriksson & Lönnqvist 2017, 360) Taideterapeuttinen toiminta voi tukea turvapaikanhakijanuorten jaksamista vaikeassa elämäntilanteessa.

4.6 Taideterapia

Opetusministeriön asettama psykoterapiakoulutustyöryhmä määrittelee muistiossaan (2003) taideterapian seuraavasti:

”Taideterapia on taiteellisen ilmaisun käyttöä vuorovaikutussuhteessa. Tavoitteet määräytyvät asiakkaiden tarpeiden ja elämäntilanteen mukaan. Taideterapia pyrkii lisäämään asiakkaan itseymmärrystä tunteiden ja ajatusten luovan ilmaisun avulla. Tavoitteena on edesauttaa asiakkaan persoonallisuuden kehitystä ja luovuutta sekä antaa keinoja psyykkisistä kriiseistä selviytymiseen. Taideterapiat ovat luonteeltaan ennaltaehkäisevää, hoitavaa ja kuntouttavaa kasvatusalan sekä sosiaali- ja terveydenhuollon työtä.” (Opetusministeriön muistio 2003:6, 22.)

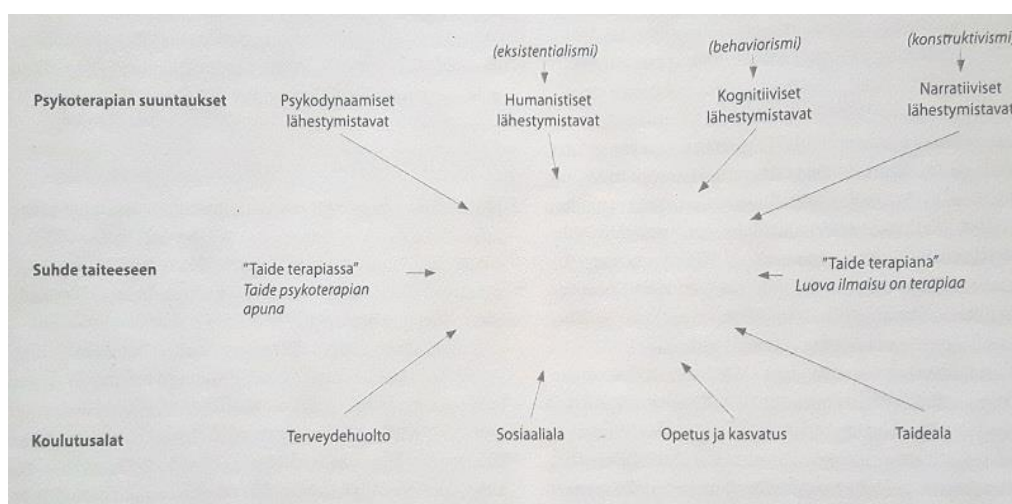
Taideterapiaa voi hyödyntää laajasti erilaisilla ihmistyön kentillä, eri-ikäisten asiakkaiden ja asiakasryhmien kanssa. Taideterapiaa voidaan toteuttaa sekä yksilöille että ryhmille esimerkiksi mielenterveystyössä, hoitotyössä, sosiaalityössä, erityisopetuksen piirissä, erilaisissa koulutusyhteyksissä ja ohjaustilanteissa, sielunhoitotyössä ja työnohjauksessa. Taideterapiaa voidaan käyttää mielenterveysongelmien ennaltaehkäisemisessä sekä lasten ja nuorten kehityksen tukena. Sen avulla voidaan edistää myös aikuisten toiminta- ja työkykyä sekä esimerkiksi muistisairaiden toimintakykyä. Taideterapiaa voidaan hyödyntää myös erilaisissa elämänkriiseissä ja sairauksissa sekä osana kokonaisvaltaista hoito- ja kuntoutustyötä. (Rankanen 2007b, 58-59.)

Taideterapiaan sisältyvät kaikki erilaiset taiteen muodot kuten kuvataide, musiikki, draama ja luova kirjoittaminen. Opinnäytetyössäni ’taideterapia’ viittaa kuvataideterapiaan. Kuvataideterapia on toiminnallista psykososiaalista tukea, jossa asiakkaat osallistuvat aktiivisesti omaan hoitoonsa ilmaisemalla itseään kuvien avulla turvallisessa terapiatilanteessa. Taiteen avulla ihminen pystyy ilmaisemaan sellaisiakin

tunteita ja ajatuksia, joita hän ei pysty heti viestimään sanoin. Taide voi siis olla ikään kuin toinen kieli, joka auttaa ymmärtämään itseä ja muita. Luovan ilmaisun avulla ihminen pystyy lievittämään stressiä, ratkaisemaan ongelmia sekä lisäämään toimijuutta ja hyvinvoinnin tunnetta. (Malchiodi 2007, 12.)

Taideterapiat voidaan jakaa neljään erilaiseen psykoterapeuttiseen suuntaukseen: 1) psykodynaamiset lähestymistavat (mm. freudilaiset ja jungilaiset koulukunnat), 2) humanistiset lähestymistavat (mm. Carl Rogersin asiakaskeskeisen ajattelun perinne ja gestalt- eli hahmoterapia), 3) kognitiivis-behavioristiset ja kognitiivis-konstruktiiviset lähestymistavat (keskeisiä käsitteitä mm. ydinuskomukset ja skeemat) ja 4) narratiiviset lähestymistavat (kielellis-kontekstuaaliset suuntaukset: sosiaalisen vuorovaikutuksen merkitys). Eri psykoterapiamuotojen ihmiskäsitykset ja ymmärrys ihmisestä muuttuvat ja kehittyvät jatkuvasti. Erilaisista painotuksista riippuen taiteellinen ilmaisu on nähty psykoterapian apukeinona tai itsessään terapeuttisena. Uudempaa psykoterapeuttista ajattelua edustavat ns. integratiiviset lähestymistavat hyödyntävät ja soveltavat eri lähestymistapojen näkökulmia terapiatyössä. Integratiivisessa taideterapiatyössä terapeutin pitää kyetä yhdistelemään ja hyödyntämään useamman eri viitekehyksen tarjoamaa tietoa ja ymmärrystä. (Hentinen 2007, 22-25.) Alla oleva kaavio kuvastaa taideterapian eri suuntauksia ja aloja sekä suhdetta taiteeseen.

Taideterapian erilaisiin suuntauksiin vaikuttavat tekijät (Hentinen 2007, 22):



Teoreettisista lähtökodista humanistinen ja narratiivinen lähestymistapa taideterapiaan ovat itselleni tällä hetkellä läheisimpiä, vaikka mielestäni kaikilla lähestymistavoilla on annettavaa taideterapiatyössä. Kannatan siis integratiivista työskentelyä, joka hyödyntää eri viitekehysten ymmärrystä asiakkaiden tarpeista ja tavoitteista riippuen. Humanistiset lähestymistavat ovat asiakaskeskeisiä ja niiden ihmiskäsitys on optimistinen: ihminen nähdään jatkuvassa kasvun ja kehityksen prosessissa myös lapsuuden kehitysvaiheiden jälkeen. Uskon, että jokaisessa ihmisessä on voimavaroja, joita taide-terapeuttinen työskentely voi tuoda esiin ja tukea.

Turvapaikanhakijanuorten kanssa ei aina ole aluksi yhteistä kieltä asioiden käsitteilyyn. Siksi on hienoa, että kuvallisen ilmaisu tarjoaa mahdollisuuksia kommunikointiin ilman sanoja. Kuten Rankanen (2007a, 42) kirjoittaa:

“Kuvia ei tarvitse selittää sanoin, ne vaikuttavat meihin suoraan omalla kielellään. Taideilmaisu voikin olla suurempaa tai osuvampaa kuin selittävät sanat. Taide tuokin terapiaan mahdollisuuden sanattomien kokemusten ilmaisuun, käsittelyyn ja jakamiseen.”

Taideterapia soveltuu hyvin kriisien ja traumojen hoitoon, koska traumatisoituneiden ihmisten on usein hyvin vaikea puhua tapahtuneesta. Aivotutkimuksissa on havaittu, että trauma vaikuttaa aivoissa Brocan alueeseen, joka vastaa puheen tuottamisesta. PET-kuvaukset ovat osoittaneet, että Brocan alue ”sammuu” eli lakkaa toimimasta silloin, kun ihminen yrittää puhua traumaattisesta tapahtumasta (Malchiodi 2008). Taiteen tekeminen antaa traumatisoituneille ihmisille mahdollisuuden ilmaista itseään aluksi ilman sanoja. Tämän vuoksi kuvataideterapia voi olla traumahoidossa tehokas ja tärkeä osa.

Taide ja kulttuuri vahvistavat tutkitusti ihmisten psyykkistä ja fyysistä hyvinvointia. Musiikin ja taiteen on havaittu vähentävän lääkkeiden tarvetta, hermostuneisuutta ja hormonaalista stressiä sairaalaympäristössä. Kansainvälisissä tutkimuksissa on havaittu, että taideterapia vähentää traumaperäisen stressihäiriön oireita, ahdistuneisuutta ja masennusta sekä vahvistaa itsetuntoa ja itsehallinnan kokemusta. Taidetera-

pian vaikuttavuustutkimusten mukaan taiteen tekeminen rauhoittaa ja vähentää selvästi stressihormoni kortisolin tasoja. (Castaneda ym. 2018, 230, Kaimal, Ray & Muniz 2016, Nilay ym. 2016, Rankanen 2007a).

5 TUTKIMUSKYSYMYKSET, -MENETELMÄT JA TYÖN TOTEUTUS

5.1 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset

Kehittämistutkimuksen tilaaja on Suomen Punaisen Ristin Turun vastaanottokeskus. Opinnäytetyöni tavoitteena on kuvata, miten taideterapeuttisen ryhmätoiminnan avulla voidaan tukea nuorten turvapaikanhakijoiden mielenterveyttä.

Työni pyrkii vastaamaan seuraaviin kysymyksiin tutkimustiedon, osallistuvan havainnoinnin ja haastattelujen perusteella:

1. Miten nuoret turvapaikanhakijat voivat?
2. Miten taideterapeuttinen toiminta voi vahvistaa nuorten resilienssiä, eli mielen joustavuutta ja selviytymiskykyä?
3. Mitä hyötyä taideryhmään osallistumisesta on ollut turvapaikanhakijanuorten omasta mielestä?

Opinnäytetyön osana on laatimani ohjeistus taideterapeuttiselle ryhmätoiminnalle, joka pyrkii turvapaikanhakijanuorten voimavarojen vahvistamiseen: tavoitteet, periaatteet, aktiviteetit ja tarvittavat materiaalit (LIITE 4). Toivon, että siitä on hyötyä erityisesti yksin tulleiden nuorten turvapaikanhakijoiden ryhmäkodeissa.

5.2 Tutkimusmenetelmät

Opinnäytetyöni on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus, jossa on sekä arviointitutkimuksen että toimintatutkimuksen piirteitä. Käyttämiäni tutkimusmenetelmiä ovat osallistuva havainnointi ja haastattelut. Laadulliset tutkimusmenetelmät ovat toimivia

esimerkiksi silloin, kun tutkimuksen tavoitteena on ymmärtää kokonaisvaltaisesti kuvattavaa ilmiötä. Toiminnallisissa opinnäytetöissä laadullinen tutkimusote palvelee myös silloin, kun tavoitteena on toteuttaa ja tarkastella jotakin kohderyhmän tarpeisiin liittyvää asiaa. (Vilkka & Airaksinen 2003, 63.)

Opinnäytetyöni pyrkii arvioimaan taideterapeuttisen toiminnan hyötyjä turvapaikanhakijanuorten hyvinvoinnille mahdollisimman monipuolisesti tutkimustiedon, osallistuvan havainnoinnin ja haastattelujen avulla. Kokoamani tiedon perusteella pyrin laatimaan ohjeistuksen taideterapeuttiselle ryhmätoiminnalle osana turvapaikanhakijanuorten psykososiaalista tukea. Koska taideterapeuttinen työskentely on luonteeltaan kokemuksellista ja toimintakeskeistä, halusin sisällyttää opinnäytetyöhöni teoreettisen tutkimustiedon lisäksi myös havaintojani taideryhmistä sekä osallistujien tekemiä kuvia (osallistujien luvalla).

Turvapaikanhakijanuoret osallistuvat itse taideterapeuttisen toiminnan arviointiin ja pyrin tutkimusta tehdessäni noudattamaan Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2009) laatimia ihmistieteiden eettisiä periaatteita: 1) tutkittavan itsemääräämiskeuden kunnioittaminen, 2) vahingoittamisen välttäminen sekä 3) yksityisyys ja tietosuoja. Koska turvapaikanhakijanuoret ovat haavoittuvassa asemassa, on erittäin tärkeää, ettei opinnäytetyön haastatteluun osallistuminen aiheuta heille mitään haittaa. Kerroin nuorille, että haastatteluihin osallistuminen on vapaaehtoista eikä kaikkien kysymyksiin tarvitse vastata, jos ei halua. Nuorten haastatteluvastaukset käsitellään anonyymisti.

5.2.1 Osallistuva havainnointi

Olen pitänyt taideryhmiä syksyllä 2015 ja keväällä 2017 ilman huoltajaa tulleiden alaikäisten turvapaikanhakijanuorten ryhmäkodissa taideterapiaharjoittelijana yhteensä 15 kertaa sekä Turun Kriisikeskuksen Serene-toiminnan vapaaehtoistyöntekijänä ai-

kuispuolen vastaanottokeskuksessa vuonna 2018 yhteensä 20 kertaa. Olen dokumentoinut havainnoita näistä taideryhmistä ja erityisesti syksyn 2015 ryhmästä, jonka pitäminen oli osa taideterapiaopintoihini kuulunutta työharjoittelua.

Yksi kvalitatiivissa tutkimuksissa käytettävistä tiedonkeruumenetelmistä on osallistuva havainnointi, joka on lähellä toimintatutkimusta. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija on mukana tutkittavassa ilmiössä. Osallistuvassa havainnoinnissa ei kuitenkaan pyritä muuttamaan tilannetta, kuten toimintatutkimuksessa, vaan yksinkertaisesti tarkastellaan ja todetaan asian tila. Havainnointia täydennetään lähes aina haastatteluilla, joilla halutaan varmistaa havainnoinnin oikea tulkinta. (Kananen 2014, 29.)

Havainnoijan on tärkeä miettiä ja tiedostaa, minkälaisia asioita hän havainnoi, jotta hän keskittyy oleelliseen. Havainnot voivat koskea esimerkiksi paikkaa ja tilaa, toimijoita (ikä, sukupuoli jne.), toimintaa, objekteja ja artefakteja (esineitä, rakennelmia, taideteoksia tms.), tilannetta, toimijoiden tavoitteita ja tunteita (ilmeet, eleet ja muu kehon kieli). (Kananen, 2014, 84.) Opinnäytetyössäni pyrin yhdistämään havaintoni taideterapeuttista toimintaa koskevaan tutkimustietoon.

Taideryhmien ohjaajana olin itse aktiivisena toimijana mukana toiminnassa, jota havainnoin. Kirjoitin havaintoni ylös vasta ryhmien jälkeen, koska muuten en olisi mielestäni pystynyt olemaan täysin läsnä ohjaustilanteessa. On syytä tiedostaa, että osallistuva havainnointi on aina subjektiivista ja valikoivaa toimintaa, johon vaikuttavat havainnoijan omat ennako-oletukset, mieliala ja aktiivisuuden taso (Eskola & Suoranta 1998, 102-103). Taideterapiaopintojeni myötä olen oppinut kiinnittämään huomiota mm. taideryhmien tunnelmaan ja osallistujien käyttäytymiseen sekä non-verbaliiseen viestintään, kuten ilmeisiin, eleisiin, äänensävyyn, innostukseen ja keskittymiseen. Havaintoni ovat kuitenkin omaa tutkintaani. Vain osallistujat tietävät mitä taideteen tekeminen tai taideteos on merkinnyt heille itselleen.

5.2.2 Haastattelut

Halusin ehdottomasti kuulla nuorten ajatuksia ja mielipiteitä taideryhmästä omien havaintojeni lisäksi. Tarkoitukseni oli haastatella sellaisia nuoria, jotka olivat osallistuneet taideryhmään useita kertoja. Vuonna 2018 Turun vastaanottokeskuksen Serene-aideryhmään osallistujat vaihtuivat lähes joka viikko. Näin ollen päätin haastatella syksyllä 2015 yksin tulleiden alaikäisten ryhmäkodin taideryhmään säännöllisesti osallistuneita nuoria. Muutamat näistä nuorista ovat sittemmin osallistuneet myös aikuispuolen Serene-aideryhmiin. Halusin lisäksi haastatella myös vastaanottokeskuksen työntekijöitä kuullakseni heidän ajatuksiaan turvapaikanhakijanuorten voinnista.

Haastattelin nuorisotyön harjoitteluni aikana kuutta (6) Turun SPR:n vastaanottokeskuksen työntekijää nuorten turvapaikanhakijoiden tilanteesta, henkisestä jaksamisesta ja jaksamista tukevista tekijöistä. Koska halusin kuulla eri ammattialojen edustajien näkemyksiä, haastattelin sosiaalityöntekijää, terveydenhoitajaa, kahta ohjaajaa, vastaavaa ohjaajaa sekä vapaaehtoistyön koordinaattoria. Työntekijöiden avoimet haastattelukysymykset ovat opinnäytetyöni liitteenä (LIITE 1).

Haastattelin opinnäytetyötäni varten yhteensä kahdeksaa (8) nuorta, jotka osallistuiivat syksyllä 2015 yksin tulleiden alaikäisten turvapaikanhakijanuorten taideryhmään SPR:n Turun ryhmäkodissa. Syksyllä 2015 ryhmäkodissa asui yhteensä 26 nuorta, joista onnistuin tavoittamaan kahdeksan nuorta, jotka olivat osallistuneet taideryhmään säännöllisesti ja halusivat osallistua haastatteluun.

Tutkimuseettisten ohjeiden mukaan pyysin kaikilta haastattelemiltani nuorilta luvan haastatteluun ja taideryhmässä tehtyjen kuvien julkaisuun (LIITE 2). Selitin haastattelun aluksi nuorille, että opiskelen yhteisöpedagogiksi Humanistisessa ammattikorkeakoulussa ja teen opinnäytetyötä taidetoiminnan hyödyistä vastaanottokeskuksessa. Kerroin heille, että haluan haastatella syksyllä 2015 taideryhmään osallistuneita nuoria, koska toivon kuulevani nuorten omia mielipiteitä. Korostin, että haastatteluun

osallistuminen on vapaaehtoista eikä kaikkiin kysymyksiin tarvitse vastata, jos ei halua. Kerroin myös, että käsittelen kaikki vastaukset luottamuksellisesti ja anonyymisti ja julkaisen taideryhmässä tehdyn taideteoksen tekijän nimen vain silloin, kun nuori itse niin haluaa. Opinnäytetyössäni julkaistavissa taideteoksissa on siis tekijän nimi vain silloin, kun nuori itse on sitä toivonut.

Toteutin nuorten haastattelun strukturoituna haastatteluna (LIITE 3), jotta kysymyksiin vastaaminen olisi mahdollisimman selkeää ja helppoa. Strukturoituun haastatteluun menee myös melko vähän aikaa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 45.) Nuorten haastattelussa oli sekä kvantitatiivisia monivalintakysymyksiä että kvalitatiivisia avoimia kysymyksiä. Haastattelemani nuoret ymmärtävät ja puhuvat jo hyvin suomea, koska he ovat olleet Suomessa jo kolme vuotta ja opiskelevat nykyään peruskoulussa, ammattikoulutuksessa tai lukiossa. Pysin kuitenkin esittämään kysymykset mahdollisimman selkeästi ja lisäsin haastattelulomakkeeseen emojiit selventämään eri kysymysten vaihtoehtoja myös kuvallisesti.

Opinnäytetyön tutkimusaiheen mukaisesti haastattelukysymykset keskittyivät nuorten mielenterveyttä vahvistaviin seikkoihin. Yritin laatia nuorille esittämäni kysymykset mahdollisimman yksiselitteisiksi, jotta lomakkeen kysymykset voidaan tarvittaessa toistaa uuden tutkimuksen yhteydessä. (Ruusuvuori & Tiittula 2017, 75.) Nuorten haastattelun tarkoituksena oli selvittää heidän omia kokemuksiaan sekä ryhmätoiminnasta että kuvien tekemisestä. Nuorten haastattelussa oli sekä avoimia kysymyksiä että Likert-tyyppisiä asteikkokysymyksiä. Ryhmätoiminnan osalta kysyin, kokivatko nuoret itsensä tervetulleiksi, huomioiko ryhmänohjaaja kaikki osallistujat, oliko ryhmässä turvallinen olo ja vähensikö ryhmässä oleminen yksinäisyyden tunnetta. Kuvien tekemisen vaikutusten osalta kysyin nuorilta, oliko kuvien tekeminen mukavaa, auttoiko kuvien tekeminen unohtamaan hetkeksi muut asiat, rauhoittiko kuvien tekeminen ja pystyivätkö he ilmaisemaan itseään kuvien avulla.

Halusin strukturoitujen kysymysten lisäksi kysyä nuorilta myös avoimia kysymyksiä, jotta he voivat kertoa mahdollisimman vapaasti mielipiteitään ja ajatuksiaan taideryhmästä ja kuvien tekemisestä. Vastaukset avoimiin kysymyksiin tuottavat mielestäni arvokasta tietoa nuorten omista kokemuksista. Toisaalta tutkimuksen näkökulmasta avoimet kysymykset tuottavat subjektiivisempaa aineistoa, jota on vaikeampaa käsitellä ja koodata (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 201).

5.3 Aineiston analyysi

Opinnäytetyöni aineisto koostuu haastattelumuistiinpanoista, omien oppimispäiväkirjojeni muistiinpanoista sekä taideryhmissä tehdyistä taideteoksista, joita olen valokuvannut osallistujien luvalla. Halusin liittää opinnäytetyöni aineistoon taideryhmissä tehtyjä kuvia, koska ne kertovat mielestäni taideterapeuttisesta toiminnasta ja sen merkityksestä enemmän kuin pelkät sanat.

Aineiston analyysi pyrkii kuvaamaan ja ymmärtämään tutkimuskysymyksiin liittyviä asioita: nuorten turvapaikanhakijanuorten vointia, taideterapeuttisen toiminnan hyötyjä nuorten mielenterveyden tukemisessa, sekä nuorten omia mielipiteitä taideryhmän ja kuvien tekemisen hyödyistä. Analysoin taideryhmien tilanteita, osallistujien käyttäytymistä ja ryhmissä tehtyjä taideteoksia sekä omien havaintojeni että taideterapiaa koskevan tutkimustiedon pohjalta.

Tarkastelen opinnäytetyöni aineistoa sisällönanalyysin avulla liittäen tulokset aiempaan taideterapiaa käsittelevään tutkimukseen. Sisällönanalyysi voi tarkoittaa sekä laadullista että määrällistä sisällön erittelyä. Olen hyödyntänyt näitä molempia tutkimusaineiston analyysissä. Laadullisessa sisällönanalyysissä tutkimusaineisto jaetaan ensin pieniin osiin, käsitteellistetään ja järjestetään lopuksi uudelleen. Haastattelujen sisällönanalyysin työkaluna oli teemoittelu: ryhmittelin usein toistuneita teemoja nuorten haastatteluista. Laskin nuorten vastausten määrät suljettuihin kysymyksiin

saadakseni tietää, kuinka moni nuorista oli mitäkin mieltä. Litteroin nuorten vastaukset avoimiin haastattelukysymyksiin, jotta pystyin sisällyttämään opinnäytetyöhöni mahdollisimman paljon nuorten omaa ääntä ja omia mielipiteitä. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

6 TUTKIMUKSEN TULOKSET

6.1 Turvapaikanhakijanuorten psykosomaattiset oireet ja työntekijöiden ajatuksia nuorten jaksamisesta

Pitkään kestänyt turvapaikkaprosessi ja ”välitilassa” eläminen on stressaavaa. Ilman perhettä saapuvat turvapaikanhakijalapsen ja -nuoret ovat erittäin haavoittuvassa asemassa. He ovat yleensä kokeneet paljon turvattomuutta. Kansainvälisten tutkimusten mukaan monet pakolaislapsista ja -nuorista kärsivät post-traumaattisesta oireilusta ja masennuksesta. Myös monilla vastaanottokeskuksessa asuvista nuorista oli masennusta ja psykosomaattisia oireita kuten unettomuutta, päänsärkyä, vatsakipuja ja levottomuutta. Myös itsetuhoiset ajatukset olivat yleisiä. Oireiden voidaan ajatella olevan normaaleja reaktioita epänormaaliin elämäntilanteeseen. (Attanayake ym. 2009, Betancourt ym. 2012, Peltonen 2015.)

Kaikki haastattelemiini työntekijät olivat sitä mieltä, että turvapaikanhakijanuorten henkinen jaksaminen on koetuksella. Sosiaalityöntekijät ja terveydenhoitajat kohtaavat vastaanotoillaan nuorten huonovointisuutta ehkä enemmän kuin ohjaajat. Haastattelemiini sosiaalityöntekijän mukaan monet nuoret ovat ”*henkisesti loppu*” ja terveydenhoitajan mukaan ”*epävarmuuden sietokyky on alentunut pitkän odotuksen takia*”. Unettomuus ja masentuneisuus, epäsäännöllinen syöminen, passivoituminen ja liikkumattomuus huonontavat vointia entisestään. Uniongelmien taustalla on usein stressi, omien vaikutusmahdollisuuksien puuttuminen ja sosiaalisen tuen puute. Riittävä uni on todella tärkeää, sillä se tukee nuoren kasvua ja kehitystä, mielenterveyttä, muistia ja oppimiskykyä (Lassander & Karila-Hietala 2017, 25-26).

Vapaaehtoistyön koordinaattorin mukaan olisi erityisen tärkeää tukea turvapaikanhakijoiden omia vahvuuksia ja kannustaa heitä osallistumaan heille mielekkääseen tekemiseen. Turvapaikanhakijat ovat erilaisia yksilöitä, joilla on monia taitoja ja osaamista, mitä ei pitäisi unohtaa, vaikka valitettavasti yhteiskunnassa turvapaikanhakijat nähdäänkin usein apua tarvitsevana massana. Suomeen saapuu myös hyvin koulutettuja pakolaisia, jotka eivät kuitenkaan saa koulutustaan vastaavaa työtä. Olisikin tärkeää kehittää toimintamuotoja, joissa pakolaisten erilaiset kyvyt ja kapasiteetti tulevat käyttöön. Ei siis tulisi keskittyä ainoastaan ongelmiin ja häiriöihin, vaan olla kiinnostunut pakolaisten voimavaroista ja tukea niiden hyödyntämistä. (Castaneda ym. 2018, 80.)

Kaikkien työntekijöiden mukaan koulua käyvillä ja muutenkin aktiivisemmilla nuorilla menee paremmin kuin niillä, jotka eivät jaksakaan pitää kiinni päivärytmistä. Suomen kielen oppiminen on tärkeää pärjäämisen kannalta. Yhden ohjaajan mukaan *”ne nuoret, jotka voivat paremmin, osaavat käsitellä tunteitaan ja heillä on joku hyvää mieltä tuottava juttu: ystävät, harrastus tms.”* Myös oma kieli ja kulttuuri sekä oman yhteisön tuki on monille nuorille tärkeää ja auttaa jaksamaan. Monet turvapaikanhakijanuoret jaksavat haastavasta tilanteesta huolimatta käydä koulua, tehdä töitä, opiskella suomen kieltä ja harrastaa jotain, mikä tukee heidän jaksamistaan.

Tutkimustiedon mukaan psykososiaalinen tuki, vertaistuen antaminen ja saaminen, paikallisen kielen oppiminen, opiskelu, työllistyminen, vapaaehtoistyö sekä muu mielekäs tekeminen ja ylipäänsä elämän kokeminen merkitykselliseksi lisäävät huomattavasti pakolaisten psyykkistä hyvinvointia. Stressiä vähentävät ja hyvinvointia lisäävät myös mm. sosiaalinen tukiverkosto, ongelmanratkaisu-, vuorovaikutus- ja ristiriitojen käsittelytaidot sekä hyvä itsetunto. Pystyvyyden ja pärjäämisen kokemuksilla ja yksilön omalla resilienssillä on suuri merkitys. (Castaneda ym. 2018, 53-57.) Taideterapeuttinen toiminta voi tukea näitä kaikkia hyvinvointia suojaavia tekijöitä.

6.2 Havaintoja ja kuvia taideryhmistä

Pidin syksyllä 2015 yksin tulleiden nuorten turvapaikanhakijoiden ryhmäkodissa taideryhmää yhteensä 12 kertaa. Sen jälkeen työskentelin ulkomailla vuoden 2016, mutta Suomeen palattuani järjestin ryhmäkodissa seinämaalusprojektin nuorten omasta toiveesta keväällä 2017, yhteensä kolme päivää. Vuonna 2018 pidin Pansion vastaanottokeskuksessa Serene-taideryhmiä yhteensä 20 kertaa. Vaikka nämä vastaanottokeskuksen taideryhmät eivät vastaa varsinaista taideterapiatilannetta, koska osallistujat vaihtuivat ja kuvista ei aina ole voitu keskustella ilman yhteistä kieltä, taideryhmillä on ollut monia positiivisia vaikutuksia.

6.2.1 Ryhmäkodin "Open Studio" syksyllä 2015

Ryhmäkodin nuoret olivat olleet Suomessa vasta pari kuukautta syksyllä 2015, kun pidin heille taideryhmää osana taideterapian harjoitteluani. Esittelin nuorille lyhyesti taideryhmän idean ja ryhmätaideterapian periaatteita (turvallisuus, vapaaehtoisuus, luottamuksellisuus, toisten kannustaminen ja itsenäinen luova ilmaisu) ryhmäkodin kotikokouksessa, jossa paikalla olleet tulkit käänsivät viestini nuorille. Kerroin heille, että taiteessa on se hyvä puoli, ettei sanoja tai yhteistä kieltä tarvita osallistumiseen. Yhdessä tekeminen riittää. Korostin nuorille sitä, että kaikki osaavat tehdä taidetta omalla tavallaan ja kaikki ovat tervetulleita kokeilemaan silloin, kun siltä tuntuu. Taideryhmässä kokeileminen, leikkisyys ja itseilmaisu on tärkeintä, ei suorittaminen.

Taideryhmään osallistui yleensä 6-12 nuorta kerrallaan. Taideryhmät kestivät kaksi tuntia, mutta niihin voi osallistua myös lyhemmän aikaan. Halusin pitää ryhmän mahdollisimman avoimena "open studio" tyyliin, jotta osallistuminen olisi helppoa. Välillä osa nuorista ei jaksanut tulla, vaan halusi vain levätä huoneessaan. Osoitin (eleillä jos meillä ei ollut yhteistä kieltä), että se ei haitannut ja seuraavalla kerralla voi taas osallistua, jos siltä tuntuu. Teimme kuvia ryhmäkodin olohuoneessa, joten osallistumisen kynnyks oli matala ja paikalle oli helppo tulla. Nuorten toiminta oli pitkälti itseohjautuvaa ja he löysivät aiheet kuvilleen itsenäisesti. Riitti, että tarjosin taiteen tekemiseen tilaisuuden ja kannustin kokeilemaan. Nuoret saivat aina itse valita

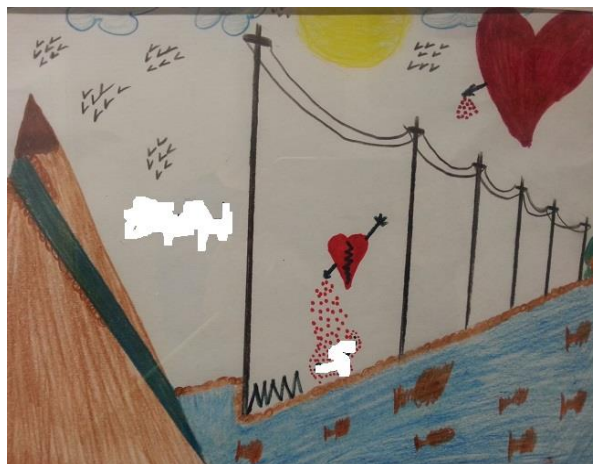
toteutustavan: piirtäminen, maalaaminen, kollaasi, sekatekniikka tai muovailu. Maalit olivat vesiliukoisia tempera-värejä ja lisäksi käytössä oli eri kokoisia siveltimiä, väriliitujia, puuvärejä, tusseja, muovailumassaa, aikakauslehtikuvia, liimaa ja saksia.

Traumaattisia kokemuksia, kuten sotaa, kokeneet lapset eivät aina kykene heti toimi-
maan muiden kanssa, vaan voivat olla aluksi itkuisia, aggressiivisia tai vetäytyä omiin
oloihinsa. Huomasin, että myös joillain ryhmäkodin nuorista oli aluksi vaikeuksia rau-
hoittua ja jopa istua aloillaan. Piirtäminen ja maalaaminen kuitenkin rauhoitti heitä
selvästi ja he jaksoivat osallistua ja keskittyä kerta kerralta pidemmän aikaa. Ylivireys
on yleistä traumatisoituneilla lapsilla ja nuorilla, joilla on usein vaikeuksia itsesäätelyn
kanssa. Taiteen tekeminen mahdollistaa traumaattisesta stressistä kärsiville lapsille ja
nuorille rauhoittavia ja lohduttavia kokemuksia, jotka vähentävät stressiä, ahdistunei-
suutta, masennusta ja pelkoa. (Malchiodi 2015a.)

Opin itse paljon taiteen rauhoittavasta vaikutuksesta esimerkiksi tarkkailemalla kahta
12-vuotiasta poikaa, jotka saapuivat ryhmäkotiin taideterapiaharjoitteluni aikana.
Aluksi he olivat hyvin levottomia eivätkä pystyneet osallistumaan taideryhmään – tai
edes istumaan aloillaan. He olivat jatkuvasti liikkeessä ja heihin oli vaikea saada mi-
tään kontaktia. Jatkoin kuitenkin poikien kutsumista taideryhmään ja lopulta he tuli-
vat mukaan kokeilemaan. Aluksi toinen pojista halusi vain heitellä muovailumassaa
lattialle niin, että siitä seurasi äänekkäitä läiskähdyksiä. Minun oli kerrottava hänelle,
että se ei ollut hyväksyttävää, koska meteli häiritsi muita taideryhmäläisiä. Poika lähti
ryhmästä, eikä tullut enää sillä kertaa takaisin. Minua harmitti, mutta toivoin, että hän
tulisi seuraavalla kerralla uudestaan ja onneksi niin kävikin. Luottamuksen rakenta-
minen vie aikaa.

Oli hienoa nähdä, miten uudet tulijat alkoivat vähitellen kokeilla kuvien tekemistä.
Aluksi he tekivät maaleilla vain “sotkua” paperille sekoittamalla kaikki värit keske-
nään, mutta maalaaminen kuitenkin rauhoitti heitä selvästi ja he jaksoivat osallistua
ja keskittyä kerta kerralta pidempään. Pojat alkoivat osallistua taideryhmään säännöl-
lisesti ja tekivät yhä keskittyneemmin ja pitkäjänteisemmin kuvia, joista he olivat itse-

kin ylpeitä. Oli todella palkitsevaa olla todistamassa näitä kokemuksia taiteen tekemisen hyödyistä. Alla olevat taideteokset kuvaavat toisen 12-vuotiaan pojan kuvantekoprosessia ”sotkun” tekemisestä” paljon keskittymistä vaativan piirroksen luomiseen.

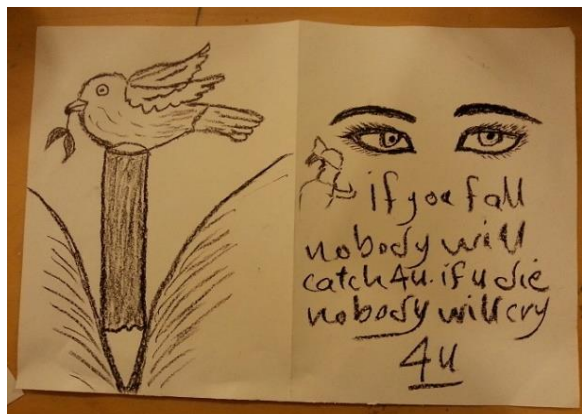


Taideterapiaa koskevien tutkimusten mukaan traumatisoituneet ja hyväksikäytetyt lapset tekevät usein aluksi ”sotkua” kuviinsa. Lapsi voi käyttää taidemateriaaleja kuvaamaan esimerkiksi vaikeita tunteita. Sotkun tekeminen voi heijastaa sisäistä ahdistuneisuutta tai pelkoa, jota lapsen on vaikea ilmaista sanoin. Kuvan tekemisen kautta lapsi voi vähitellen alkaa tavoittaa ja käsitellä vaikeita somaattisia muistoja. Taideterapiatilanteessa lapsi pystyy kuvien avulla käsittelemään vaikeita tunteita ja pelkoja hyvin konkreettisella tavalla: hän voi esimerkiksi tuhota tekemänsä pelottavan kuvan repimällä sen, heittämällä sen pois, tai muuttamalla sen toisenlaiseksi. Taideterapeutin empaattinen läsnäolo ja vuorovaikutus lapsen kanssa on tärkeää turvallisuuden tunteen lisääntymiseksi. Lapsen traumaattinen kokemus tukee nähdäksi ja kuulluksi hänen omaa ilmaisuaan kunnioittavalla tavalla. (O’Brien 2004, 6.)

Vaikka ryhmäkodin taideryhmä syksyllä 2015 ei ollut varsinaista taideterapiaa, taiteen tekemisellä yhdessä muiden nuorten kanssa oli monia terapeuttisia vaikutuksia. Oli hienoa nähdä, miten kuvien tekeminen rauhoitti nuoria. He keskittyivät niiden tekemiseen ja olivat ylpeitä taideteoksistaan. Ennen joulua ryhmäkodissa järjestettiin taidenäyttely, jossa nuorten teoksia oli esillä. Taideryhmässä oli myös paljon iloa ja naurua nuorten vaikeasta elämäntilanteesta huolimatta. Kuvien avulla ryhmäkodin nuoret pystyivät ilmaisemaan monenlaisia tunteita ja ajatuksia. Aikakauslehtikuvista tehty

kollaasi oli usein helppo tapa aloittaa kuvien tekeminen. Sen jälkeen nuoret ryhtyivät rohkeasti kokeilemaan myös piirtämistä, muovailua, maalaamista ja sekatekniikkaa. Alla on muutamia esimerkkejä nuorten tekemistä kuvista.

Ryhmäkodin nuorten taideryhmän teoksia syksyllä 2015



Syksyn 2015 viimeisellä tapaamiskerralla nuoret tekivät seinämaalauksen: puun, jonka lehdeksi kaikki ryhmäkodin nuoret painoivat omat kädenjälkensä.



6.2.2 Seinämaalausprojekti keväällä 2017

Toive uusien seinämaalausten tekemisestä keväällä 2017 tuli ryhmäkodin nuorilta itseltään, joten sen toteuttaminen tuntui tärkeältä. Kolmepäiväinen maalausprojekti toteutettiin pääsiäislomalla. Nuoret ideoivat kuvien aiheet itse ja olivat muutenkin päävastuussa maalaamisesta. Minun rooliksi jäi kannustaminen, akryylivärejä koskeva tekninen ohjaus tarvittaessa, sekä huolehtiminen siitä, että kaikki halukkaat pääsivät osallistumaan maalaamiseen.

Välillä muistutin nuoria siitä, että jokaisen omaa tyyliä pitää kunnioittaa, kaikki osaavat ja työskentelevät omalla tavallaan. Työskentely sujui kaiken kaikkiaan hyvässä hengessä ja ryhmäkodissa paikalla olleet työntekijätkin totesivat, että maalaaminen loi ryhmäkotiin ihanan keskittyneen tunnelman. Nuoret olivat hyvin motivoituneita ja maalasivat useita tunteja kolmen päivän ajan. Yksi pojista toi taustalle kuunneltavaksi musiikkia, jota hän on itse miksannut. Kaikki luova ilmaisu vaikuttaa oman identiteetin ja itsetunnon vahvistumiseen. Samalla se voi helpottaa uuteen kulttuuriin sopeutumista, sillä taiteen tekemisen kautta nuorelle syntyy konkreettinen kokemus siitä, että hän voi itse vaikuttaa omaan toimintaansa ja luoda jotakin uutta.



“Karhu kuutamolla” (takijä Hadi Rahimi), “Suomi 100-v. Purjevene” ja ”Linnut” olivat ryhmäkodin nuorten itse keksimiä aiheita keväällä 2017. Ryhmäkodin kaunistaminen maalauksin vaikutti monen tunnin keskittyneen aherruksen perusteella mielekkäältä. Jokainen nuori sai halutessaan tehdä oman lintunsa seinämaalaukseen. Nuoret olivat syystäkin ylpeitä kättensä jäljestä.



Hadi Rahimi, joka suunnitteli tämän seinämaalauksen ja toteutti sen yhdessä muiden nuorten kanssa keväällä 2017, totesi minulle spontaanisti valmista kuvaa katsellessamme: *“Kultainen lintu tuo vapauden.”*

6.2.3 Serene-taideryhmä Pansion vastaanottokeskuksessa 2018

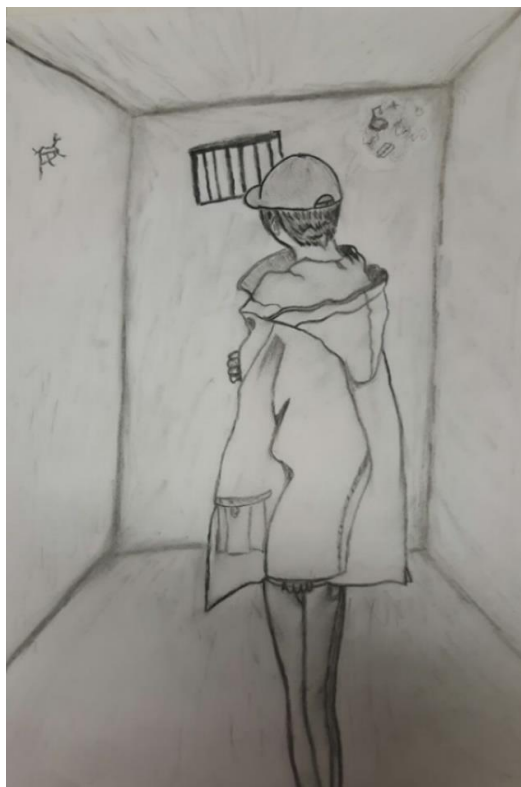
Serene-taideryhmän tarkoituksena on rentouttaa ja lisätä osallistujien turvallisuuden tunnetta, joten osallistujia kehoitetaan tekemään jokin hyvää mieltä tuottava kuva. Monet osallistujista kertoivat tekevänsä kuvia ensimmäistä kertaa elämässään. Vaikka osallistujia oli välillä lähes parikymmentä, tunnelma taideryhmissä oli yleensä aina keskittynyt ja rauhallinen. Taustalla soi rauhallinen musiikki.

Muutamit Serene-taideryhmän osallistujista kävivät useita kertoja taideryhmässä vastaanottokeskuksessa asuessaan ja kertoivat, että kuvien tekemisestä oli tullut heille tärkeää. Esimerkiksi yksi nuori yksinhuoltajaäiti kävi säännöllisesti taideilloissa yhdessä 6-vuotiaan poikansa kanssa ja sanoi, että kuvien tekeminen rauhoitti heitä molempia, vaikka poika oli yleensä muuten levoton. Nainen koristeli heidän pienen huoneensa värikkäillä kuvilla, joita he olivat tehneet taideryhmässä.

Osallistujat tekivät useimmiten iloisia kuvia, mutta joskus kuviin tuli myös surullisia asioita. Tällöin Serene-ryhmän ohjaaja kunnioittaa kuvan tekijän tunnetta, kuuntelee tarvittaessa hetken ja sanoo sitten esimerkiksi ”kuulostaa todella raskaalta, mutta nyt olet turvassa” tai ”sinä selvisit siitä”. Tarkentavat kysymykset on hyvä jättää ryhmätilanteessa mahdollisimman vähälle ja mieluiten vain kuunnella myötätuntoisesti. Siten osallistujan kokemus tulee nähdyksi, mutta ei herätetä liian voimakasta psyykkistä prosessia ryhmässä. Ohjaajan tulee myös välttää tekemästä omia tulkintoja kuvista. (Lounais-Suomen Mielenterveysseuran Serene-taideryhmän ohjeistus.) Varsinainen traumojen hoito edellyttää aina erityistä ammattitaitoa ja turvallista terapiatilannetta.



”Kuvassa on Aasia ja Eurooppa ja kaksi laivaa, joista toinen kaatui. Äiti on kuollut.” (12-v poika)



”vankila” (20-v poika, entinen ryhmäkodin asukas, v. 2018 aikuispuolella)



”my hopes” (tekijä: nuori äiti v. 2018)



kuva Serene-taideryhmästä

Taideryhmät mahdollistavat aidon kohtaamisen yhdessä tekemisen kautta, myös ilman sanoja. Taideryhmien myötä olen ymmärtänyt, kuinka tärkeitä lyhyetkin kohtaamiset voivat olla turvapaikanhakijoiden jaksamiselle. Ryhmässä luottamuksen pohja rakennetaan empaattisuudella, ystävällisyydellä ja kunnioittavalla asenteella. Omien havaintojeni perusteella olen nähnyt, että taideryhmistä on ollut paljon hyötyä osallistujille ja toivonkin, että kaikissa vastaanottokeskuksissa olisi säännöllisesti tarjolla toiminnallisia aktiviteetteja, jotka tukevat turvapaikanhakijoiden mielenterveyttä.

Taiteen tekeminen on sensorista toimintaa, jossa koko keho on mukana. Taiteen tekeminen rauhoittaa, rentouttaa ja vähentää stressiä. Kuvien tekemisen kautta nuori saa

kokemuksia nähyksi ja kuulluksi tulemisesta (jopa ilman yhteistä kieltä), mikä vahvistaa hänen itsetuntoaan. Kuvia tehdessään nuorella on täydellinen päätäntävalta omaan toimintaansa, mikä on voimaannuttavaa. Lisäksi yhdessä toisten kanssa toimiminen kehittää sosiaalisia taitoja ja ryhmään osallistuvien yhteenkuuluvaisuuden tunnetta.

Erilaisilla osallistavilla ja toiminnallisilla aktiviteeteilla vastaanottokeskuksissa voi olla suuri kuntouttava ja hyvinvointia lisäävä merkitys post-traumaattisista oireista kärsiville lapsille ja nuorille (Lähteenmäki 2017). Traumatisoituneiden lasten ja nuorten ryhmätaideterapiassa on tärkeää luoda turvallinen ilmapiiri, harjoitella tunteiden tunnistamista ja stressin hallintaa, vähentää eristyneisyyttä, opetella itsearvostusta, keskittyä osallistujien vahvuuksiin ja voimavaroihin sekä viljellä toivoa (Malchiodi 2015b, Richardson 2016).



Taidenäyttely Serene-taideryhmässä tehdyistä kuvista vastaanottokeskuksen kesäjuhlassa 2018

6.3. Nuorten oma palaute

Taiteen tekeminen yhdessä muiden kanssa vähentää eristyneisyyttä ja lisää yhteisöllisyyden kokemuksia. Vaikeasta tilanteista huolimatta nuoret pystyivät löytämään iloa ryhmässä olemisesta ja kuvien tekemisestä yhdessä. Ihmiset ovat tehneet taidetta kautta aikojen ja ilmaisseet taiteen avulla ajatuksiaan ja tunteitaan vaikeissa elämäntilanteissa. Taideterapia kasvattaa resilienssiä, koska luova ilmaisu tukee toimijuutta ja vahvistaa ihmisen sisäisiä voimavaroja. Oman tarinan jakaminen ja merkityksen etsiminen on tärkeä osa toipumista. (Malchiodi 2008.)

Ihmisen myönteiset uskomukset omasta selviytymisestä muotoutuvat vuorovaikutuksessa ympäristön tarjoamien mahdollisuuksien kanssa. Näin ollen osallisuus ja osallistavat menetelmät - kuten luova taidetoiminta - osana yhteisöä voivat tukea ja vahvistaa sisäistä motivaatiota, positiivista minäkäsitystä ja kokemusta selviytymisestä. Yhteisöön kuuluminen lisää hyvinvointia ja osallisuuden kokemus voi auttaa näkemään uusia mahdollisuuksia omassa elämässä. (Isola ym. 2017, 16.) Uskon, että nuori motivoituu, kun hän kokee olevansa aktiivinen toimija, joka pystyy vaikuttamaan omaan tilanteeseensa, ja kun hänellä on toiveita ja tavoitteita, joita kohti hän voi suunnata toimintaansa. Kuvien tekeminen ja luovien ratkaisujen löytäminen yhdessä muiden kanssa voi vahvistaa nuoren kokemusta aktiivisesta toimijuudesta.





Myös Rynnäsen (2011, 210) mukaan

”taiteen tekeminen yhdistyy kasvatuksen prosesseissa näköalojen avautumiseen ja itsetunnon parantumiseen. Se tuo näkymiä siihen, mihin itse pystyy. Mielihyvää tuottava ja onnistumisen kokemuksia aikaansaava toiminta tukee sitä, että nuoret oppivat näkemään toisenlaisia mahdollisuuksia elämässä. Se avaa uusia näkökulmia omaan itseen ja vahvistaa uskoa omiin ja yhdessä tekemisen mahdollisuuksiin.”





Haastattelin kahdeksan nuorta, kaksi tyttöä ja kuusi poikaa, jotka ovat tällä hetkellä 17-21 vuotiaita. Haastattelemani nuoret ovat lähtöisin Afganistanista, Angolasta ja Somaliasta. Haastattelut olivat strukturoituja yksilöhaas-

tatteluja, joissa oli myös avoimia kysymyksiä (LIITE 3). Vain kaksi nuorista oli harrastanut taiteen tekemistä (piirtämistä tai maalaamista) ennen syksyä 2015. Muut kertoivat tehneensä taidetta ensimmäistä kertaa ryhmäkodin taideryhmässä. Strukturoiduissa asteikkokysymyksissä pyysin nuoria valitsemaan, mikä seuraavista vaihtoehtoista on sopivin kuvaamaan heidän omia kokemuksiaan: Ei (täysin eri mieltä), No-jaa (jokseenkin eri mieltä), Ihan OK (samaa mieltä) ja Kyllä (täysin samaa mieltä). Lisäsin emoji- selkeyttämään vastausvaihtoehtoja.

Arvioi seuraavia taideryhmään liittyviä asioita ja ryhmätoiminnan merkitystä itsellesi syksyllä 2015.

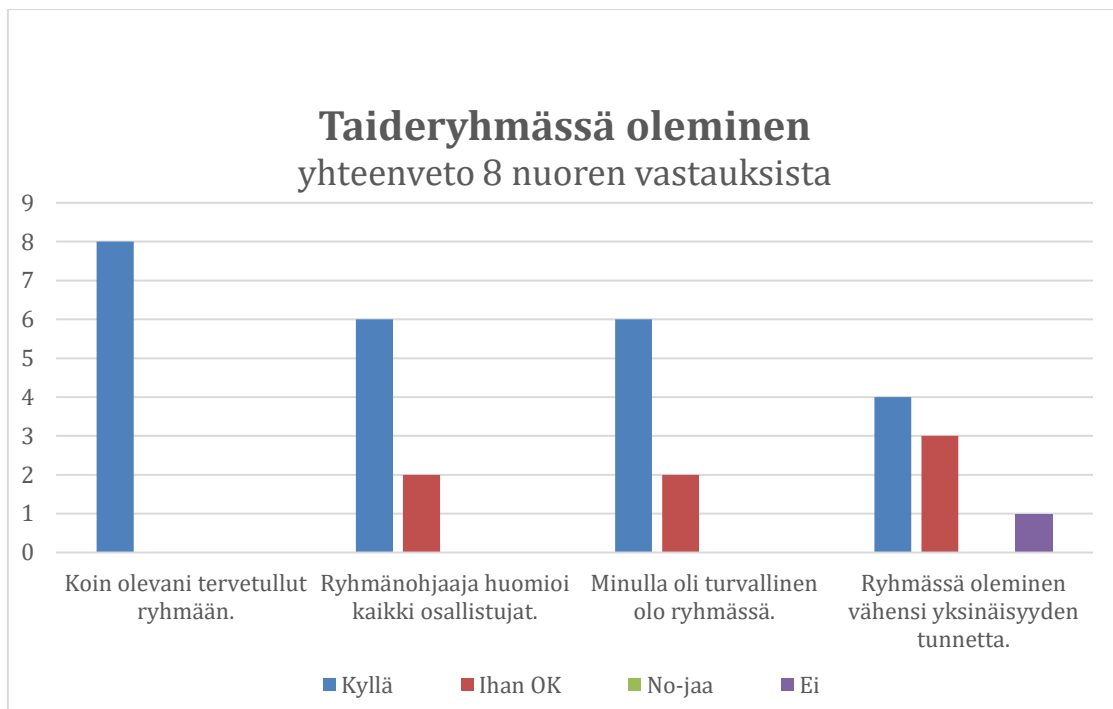
				
	Ei	No-jaa	Ihan OK	Kyllä!
Ryhmään oli helppo tulla: koin, että olin tervetullut.				
Ryhmänohjaaja huomioi kaikki osallistujat.				
Minulla oli turvallinen olo ryhmässä.				
Ryhmässä oleminen vähensi yksinäisyyden tunnetta.				

Arvioi kuvien tekemisen vaikutuksia omalla kohdallasi.

				
	Ei	No-jaa	Ihan OK	Kyllä!
Kuvien tekeminen oli mukavaa.				
Kun tein kuvia, unohdin hetkeksi muut asiat.				
Kuvien tekeminen rauhoitti minua.				
Pystyin ilmaisemaan itseäni kuvien avulla.				

6.3.1 Taideryhmässä olemisen merkitys

Kaikkien kahdeksan nuoren mielestä taideryhmään oli helppo tulla ja he kokivat olleensa tervetulleita ryhmään. Nuorten mielestä ryhmässä oli ollut turvallinen olo ja ryhmänohjaaja oli huomionnut kaikki osallistujat: 6/8 vastasi 'kyllä' ja 2/8 'ihan OK'. Suurin osa nuorista koki myös, että ryhmässä oleminen vähensi heidän yksinäisyyden tunnettaan: 4/8 vastasi 'kyllä', 3/8 'ihan OK' ja vain 1/8 'ei'. Alla olevassa kaaviossa on yhteenveto nuorten vastauksista koskien taideryhmässä olemista.



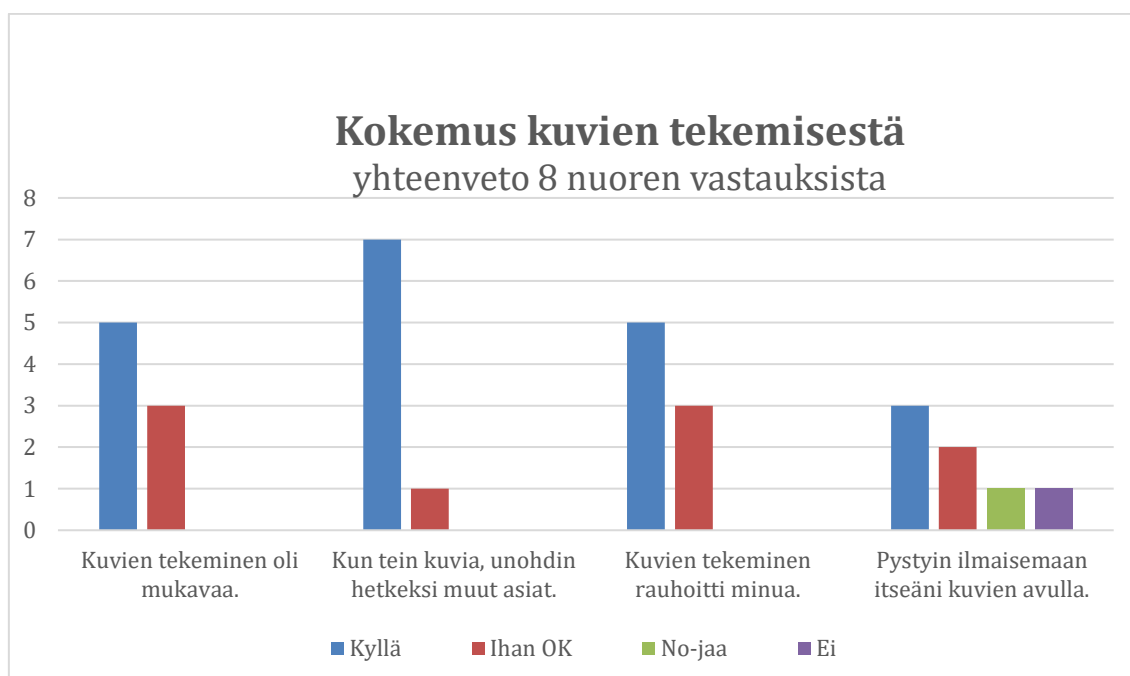
Pyysin nuoria kertomaan myös omin sanoin, mitä hyötyä heille oli taideryhmään osallistumisesta: mikä oli jäänyt heille mieleen ja mikä oli ollut tärkeää. Kysyin myös, oliko ollut jotain, mistä he eivät olleet pitäneet, mutta siihen nuoret eivät keksineet (tai ainakaan sanoneet) mitään. Nuorten mielestä erityisesti yhdessä oleminen oli ollut mukavaa. Kuvien tekeminen auttoi keskittymään tähän hetkeen ja unohtamaan muut asiat. Kuvien tekeminen oli myös innostanut nuoria ja vähentänyt stressiä.

- *”Stressi lähtee pois, kun laittaa asioita kuviin omasta päästä. Kaikki oli yhdessä, puhui ja auttoi toisiaan. Naurettiin yhdessä.”*
- *”Kun teen kuvaa, keskityn ja ajattelen vain kuvaa, en muita asioita.”*
- *”Kun maalattiin, unohdettiin muut asiat ja menneet.”*

- ”Ryhmässä oleminen oli hyvä juttu. Kun tein kuvia, se auttoi unohtamaan muut asiat.”
- ”Se oli hyvä kokemus, koska en ollut koskaan maalannut ryhmässä. Tykkäsin siitä tosi paljon.”
- ”Keskityin vain piirtämiseen. Se oli kivaa. Se herätti jotain minun sisällä. Minun taide heräsi ja into tehdä kuvia.”
- ”Seinäkuvan tekeminen jäi mieleen. Ryhmän jälkeen aloin piirtää itsekin.”

6.3.2 Kokemus kuvien tekemisestä

Kuvien tekeminen auttoi nuoria unohtamaan muut asiat hetkeksi: 7/8 vastasi ’kyllä’ ja 1/8 ’ihan OK’. Nuorten mielestä kuvien tekeminen oli mukavaa ja se rauhoitti heitä: 5/8 vastasi ’kyllä’ ja 3/8 ’ihan OK’. Kolme nuorista oli sitä mieltä, että he pystyivät ilmaisemaan itseään kuvien avulla hyvin, kaksi ’ihan OK’, yksi ’no-jaa’ ja kaksi ’ei’. Alla olevassa kaaviossa on yhteenveto nuorten vastauksista koskien kuvien tekemisen vaikutuksia.



Kaikkien nuorten mielestä taideryhmään osallistuminen oli kannattanut: 7/8 vastasi ’kyllä’ ja 1/8 ’ihan OK’. Kun pyysin nuoria kertomaan omin sanoin, miksi taideryhmään osallistuminen kannatti, he kertoivat mm. seuraavia asioita:

- *”Koska olimme kaikki yhdessä, huonot ajatukset menee pois. Taideryhmä oli mahtava.”*
- *”Oli helpompi elämässä, kun oli muita nuoria ja ohjaajia.”*
- *”Silloin oli vähän tekemistä ryhmäkodissa. Maalaaminen oli mukavaa ja kiinnostavaa.”*
- *”Kaikki oli yhdessä, opittiin toisilta.”*
- *”Koska me nuoret olimme yhdessä, muuten olimme vain omassa huoneessa. Kun teimme kuvia, olimme kaikki yhdessä.”*
- *”Opittiin jotain toisilta. Oli ihmisiä eri maista. Se oli hyvä meille.”*
- *”Tajusin, että piirtäminen oli mukavaa. Nyt tykkään siitä koulussakin. Kuvat ja taide on tärkeää. Tutustut erilaisiin väreihin, voit tehdä itse värejä ja omilla väreillä. Oma mielikuviitus kehittyi. Ja itsetunto.”*

6.3.3 Muita ajatuksia nuorilta

Kysyin nuorilta myös, minkälaista tukea tai tekemistä he olisivat kaivanneet silloin, kun he saapuivat Suomeen syksyllä 2015. Nuoret kertoivat, että perhettä ja läheisiä oli (ja on edelleen) kova ikävä. Monet nuorista eivät ole saaneet yhteyttä perheenjäseniinsä Suomeen tulon jälkeen, vaikka ovat yrittäneet tavoittaa heitä Punaisen Ristin etsintäpalvelun avulla. Kouluun pääseminen ja harrastukset olivat tärkeitä jaksamisen kannalta. Nuoret kuvailivat muistojaan Suomeen tulosta mm. seuraavasti:

- *”Tilanne oli vaikea, mutta ihmiset yrittivät auttaa.”*
- *”Kaipasin omankielistä tukea ja tukihenkilöä, en vain tulkkia. Kaikki oli aluksi epäselvää, koska en ymmärtänyt. Kouluun pääseminen nopeasti oli tärkeää.”*
- *”Äitiä oli tosi kova ikävä ja perhettä. En saanut yhteyttä ja se oli vaikeaa ja oli paljon stressiä. En osannut suomea enkä pystynyt selittämään. Kaupassa käyminen oli vaikeaa, koska rahat ja kaikki oli erilaisia. Kaikki stressasi.”*
- *”Joskus kun ikävöin perhettä, istuin olohuoneessa ja vartija sanoi, että pitää mennä omaan huoneeseen. Viilsin itseäni heinäkuussa 2016, kun ikävä perhettä oli niin kova, enkä kuullut heistä. Veli meni Syyriaan, enkä tiedä onko*

hän kuollut. Pelkäsin Migriin menoa. Kaikki oli epävarmaa, koska moni sai negatiivisen päätöksen. En halunnut Syyriaan sotimaan, eikä Afganistanissa ole enää ketään. Siellä olisin kuollut. Iranissa en päässyt edes kouluun, koska ei ollut varaa. Katselin Iranissa lapsia, jotka menivät vanhempien kanssa kouluun ja mietin, miksi minä en päässyt. Keräsin roskaa, jotta pääsin pelaamaan jalkapalloa.”

- *”Olin halunnut päästä töihin. Loma oli liian pitkä, ei ollut mitään tekemistä. Koulu alkoi 3 kuukauden jälkeen ja se oli hyvä.”*

Kysyin lopuksi nuorilta, oliko heillä muita terveisiä tai ajatuksia, joita he haluaisivat jakaa. Suomen turvallisuus tuntui nuorista hyvältä. Suomen kielen oppiminen, koulu, kaverit ja harrastukset auttavat heitä jaksamaan, samoin kuin usko. Nuoret kertoivat kaipaavansa joskus taideryhmää ja ryhmäkoti-aikaa muutenkin, koska silloin he olivat enemmän yhdessä kuin nykyään. Nuoret kokivat saaneensa apua ryhmäkodin ohjaajilta syksyllä 2015. Alla on nuorten omia kommentteja.

- *”Ennen oli tosi vaikea elämä. Suomessa oli vapaata. Meillä oli eri kulttuuri, mutta täällä oli turvallista ja se oli onnellista. Suurin osa ohjaajista oli mukavia.”*
- *”Ohjaajat oli kivoja. He hoitivat asioita ja auttoivat lakiasioissa ja muissa. Koulussa (valmo) oli mukavaa. Oli hyvä, että pääsin heti kouluun.”*
- *”Rukoilen kun on paha olla. Usko auttaa.”*
- *”Toivon, että ryhmäkoti-aika tulisi takaisin. Olimme silloin koko ajan yhdessä: oli koulu, sali, jalkapallo ja futsal. Jos olisi aikaa, tykkäisin tehdä taas kuvia, mutta nyt minulla ei ole aikaa.”*
- *”Haluaisin oppia viulun soittamista, mutta en jaksa. Kun on vapaata koulusta, näen kavereita ja katson elokuvia.”*
- *”Haluan aloittaa uudelleen taideryhmän.”*
- *”Haluaisin taas mennä taideryhmään, mutta ei ole aikaa, kun on koulu ja työ.”*

Neljä haastattelemistani nuorista kertoi jatkaneensa piirtämistä tai maalaamista taideryhmän jälkeen myös omalla ajallaan, mikä on hienoa. Taidetta harrastavat nuoret toivoivat, että laitan tekijän nimen esiin heidän tekemiensä kuviensa kohdalla, joten

olen noudattanut heidän toivettaan. Yksi heistä kuvaa taiteen tekemisen positiivisia vaikutuksia näin: *”Kuuntelen rauhallista musiikkia, kun teen kuvia. Keskityn. Se vähentää stressiä.”*



tekijä: Morteza Jalali



tekijä: Nasteha Mohamed



tekijä: Jaihoun Elyasi

Yksi nuorista, Hadi Rahimi, piti jopa oman, upean taidenäyttelyn Turun Nuorten taide- ja toimintatalo Vimmassa syksyllä 2017, josta mainos alla. Hadin näyttelyn nimi vaikutti opinnäytetyöni nimeen.



7 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

7.1. Tutkimuksen eettisyys, luotettavuus ja sovellettavuus

Toivon, että opinnäytetyöni on tuonut esiin sen, kuinka tärkeää toiminnallisten aktiviteettien, kuten taideryhmien, järjestäminen on vastaanottokeskuksissa turvapaikanhakijoiden mielenterveyden tukena. Tutkimustiedon perusteella vastaanottokeskuksiin tarvitaan keinoja turvapaikanhakijoiden psykososiaaliseen tukeen henkisesti kulltavassa odotusvaiheessa. Koska ilman huoltajaa tulleet lapset ja nuoret ovat erityisen haavoittuvassa asemassa, on tärkeää kehittää heille ”henkisen tuen ensiapua”, esimerkiksi erilaisia tasapainottavia ryhmätoimintoja asumisyksiköissä. (Lähteenmäki 2017, Peltonen 2015.)

On tärkeää muistaa kysyä ja kuunnella turvapaikanhakijanuorten omia ajatuksia niistä asioista, jotka heidän mielestään tukevat jaksamista ja Suomeen kotoutumista. Olenkin pyrkinyt tuomaan opinnäytetyössäni mahdollisimman paljon esille nuorten turvapaikanhakijoiden omaa ääntä ja heidän mielipiteitään taiteen tekemisen ja ryhmätoiminnan hyödyistä. Tämä tuo mielestäni uutta tietoa nuorisotyön kentälle nuorten turvapaikanhakijoiden tilanteesta.

Suomen Punaisen Ristin Turun vastaanottokeskuksen ryhmäkodissa asui syksyllä 2015 yhteensä 26 ilman huoltajaa tullutta nuorta, joista taideryhmään osallistui säännöllisesti 6-12 nuorta. Sain opinnäytetyötäni varten haastateltua 8 nuorta, jotka olivat osallistuneet taideryhmään. Näin ollen koen, että otos on riittävä ja osallistumisprosentti hyvä: haastatteluun osallistui 66 % taideryhmään osallistuneista nuorista (ja 31 % ryhmäkodin kaikista asukkaista syksyllä 2015). Osa taideryhmään osallistuneista nuorista on jo muuttanut pois Turun alueelta.

Koska turvapaikanhakijanuoret ovat haavoittuvassa asemassa, on erittäin tärkeää, ettei opinnäytetyön haastatteluun osallistuminen aiheuta heille mitään haittaa. Ker-

roin nuorille opinnäytetyöstäni ja korostin, että haastatteluihin osallistuminen on vapaaehtoista, eikä kaikkiin kysymyksiin tarvitse vastata, jos ei halua. Nuoret halusivat kertoa kokemuksistaan ja auttaa minua tavoittamaan muita taideryhmään osallistuneita nuoria. Neljä nuorta toivoi, että julkaisen heidän nimensä heidän omien taidetönsä kohdalla, joten noudatin heidän toivettaan. Kaikki vastaukset on käsitelty anonyymisti.

Pohtiessani mitä olisin voinut tehdä paremmin toivon, että olisin pystynyt nauhoittamaan kaikki nuorten haastattelut. Se ei nyt ollut mahdollista käytännön syistä johtuen, sillä tein osan haastatteluista kahviloissa, joissa oli taustahälyä. Menin tapaamaan nuoria heille sopivina aikoina ja heille sopivissa paikoissa, koska minulla ei ollut tarjota rauhallista haastattelutilaa. Kirjoitin vastaukset ylös haastattelun kuluessa, mikä väistämättä vaikutti muistiinpanojen laatuun. Nuorten ajatukset tulivat kuitenkin kirjatuiksi, sillä esitin heille tarvittaessa tarkentavia kysymyksiä ja varmistin, että ymmärsin asiat oikein. Olisi kuitenkin ollut hyvä pystyä kuuntelemaan jälkikäteen myös nauhoitetut vastaukset.

Olisin myös halunnut toteuttaa turvapaikanhakijanuorten kanssa pilotin vastaanottokeskukselle suunnittelemani nuorten taideryhmän ohjeistuksesta (liite 4), mutta se ei ollut mahdollista, koska ryhmäkoti suljettiin alkuvuodesta 2018 nuorten asukkaiden täysikäistyttyä. Myöskään nuorten tukiasunnoissa ei ollut enää riittävästi asukkaita ryhmän toteuttamiseen vuonna 2018. Aikuispuolen asiakkaat vaihtuvat jatkuvasti Turun vastaanottokeskuksen transit-luonteesta johtuen, joten samojen osallistujien saaminen 10 kerran ohjeistettuun ryhmään olisi ollut vaikeaa. Onnistuin kuitenkin ”pilottoimaan” suunnittelemani 10 kerran taideryhmän Turun Vamoksella keväällä 2018 ja Vamoksen nuorilta ja valmentajilta saamani palautteen mukaan nuorten voimavaroihin keskittyvät harjoitukset toimivat ja ryhmä oli antoisa. Pystyin pilotin ansiosta kehittämään taideryhmän ohjeistustani paremmaksi. Tosin on huomioitava, että jokainen ryhmätilanne on tietenkin aina omanlaisensa ja vastaanottokeskusten taideryhmissä on erityiset piirteensä, kuten tulkkien käyttäminen tarvittaessa.

Koska kyseessä on laadullinen, ihmisten toimintaa koskeva tutkimus, sisältää analyysi väistämättä tutkijan omaa tulkintaa. Myös kohderyhmä on pieni, joten haastattelun tuloksia ei voi yleistää. Lisäksi on huomattava, että haastattelut käsittelivät nuorten omia kokemuksia ja sitä, mikä heille oli jäänyt mieleen taidetoiminnasta, koska ryhmäkodin syksyn 2015 taideryhmästä oli haastatteluja tehtäessä jo kolme vuotta aikaa. Taideterapeuttisen toiminnan välittömien vaikutusten tutkiminen, kuten stressihormoni kortisolin tasojen mittaaminen, tapahtuu alan tutkimuksissa heti taidetoiminnan jälkeen.

Opinnäytetyöni tutkimusaiheen mukaisesti haastattelukysymykset keskittyivät turvapaikanhakijanuorten mielenterveyttä ja resilienssiä vahvistaviin seikkoihin. Pysin laatimaan nuorille esittämäni strukturoidut haastattelukysymykset mahdollisimman yksiselitteisiksi, jotta ne voidaan tarvittaessa toistaa uuden tutkimuksen yhteydessä. Esi-testasin haastattelulomakkeen yhden nuoren kanssa ja hänen kommenttinsa auttoivat minua selkeyttämään kysymyksiä.

Vaikka omat havaintoni taideryhmistä eivät ole kovin systemaattisia, koska olen itse osallistunut ryhmien ohjaamiseen, tavoitteeni on kuitenkin ollut kuvata sekä taideryhmien tapahtumia että nuorten osallistujien mielipiteitä mahdollisimman läpinäkyvästi, nuorten omaa ääntä kunnioittaen. Olen myös pyrkinyt koko opinnäytetyöprosessin ajan kriittiseen itsereflektioon, eli omien tuntemusteni tiedostamiseen ja tarkasteluun. Jäin esimerkiksi pohtimaan sitä, kuinka rehellisesti nuoret pystyivät antamaan minulle palautteen taideryhmästä: halusivatko he vastata positiivisesti, koska olin itse ohjannut taideryhmiä? Olisivatko nuorten arviot olleet yhtä kohteliaita ja positiivisia, jos joku muu olisi haastatellut heitä? Toisaalta nuorten mielipiteet vaihtelivat riittävästi ja heidän vastauksensa avoimiin kysymyksiin taidetoiminnan hyödyistä vaikuttivat spontaaneilta ja aidoilta uskottavuuden kannalta.

Tutkimukseni tietoperustassa määrittelin tutkimukselle keskeiset käsitteet. Valitsemi tutkimusmenetelmät (osallistuva havainnointi ja haastattelut) sekä analyysime-

netelmät auttoivat tutkimuskysymysten tarkastelussa, varsinkin kun vertasin omia havaintojani moniin taideterapiaa koskeviin tutkimustuloksiin. Koen, että haastattelut ja osallistuva havainnointi taideryhmistä auttoivat vastaamaan tutkimuskysymyksiin, samoin kuin käsittelemäni taideterapiaa ja resilienssiä koskeva kansainvälinen ja suomalainen tutkimustieto, joka tuki omia havaintojani ja nuorten palautetta. Näin ollen laadullinen tutkimukseni on mielestäni kokonaisuudessaan koherentti eli johdonmukainen ja tietoteoreettisesti validi eli luotettava.

Uskon ja toivon, että tutkimuksestani on hyötyä nuorten turvapaikanhakijoiden ja pakolaisten kanssa toimiville sekä toiminnallisista ja kuvataideterapeuttisista menetelmistä kiinnostuneille. Olen sopinut, että jaan opinnäytetyöni Turun SPR:n vastaanottokeskuksen lisäksi myös Turun Kriisikeskuksessa, jonka vapaaehtoistoiminnassa olen mukana.

7.2. Johtopäätökset ja suositukset

Nuoruuteen kuuluvat aina dramaattiset fyysiset, emotionaaliset ja sosiaaliset muutokset. Ilman huoltajaa tulleiden nuorten turvapaikanhakijoiden pitää venyttää sopeutumiskykyänsä äärimmilleen selviytyäkseen vaikeasta elämäntilanteesta ja aikuistumisprosessista ilman perheen tukea. Monet nuorista turvapaikanhakijoista olivat joutuneet pakenemaan henkensä edestä sotaa, vainoa tai muuta turvattomuutta, joten suuri osa heistä kärsii traumaperäisen stressin aiheuttamista reaktioista, kuten psykosomaattisista oireista.

Koska turvapaikkaprosessi kestää kauan ja epävarmuus tulevaisuudesta vie voimia, nuorille turvapaikanhakijoille ja muillekin vastaanottokeskusten asiakkaille pitäisi olla tarjolla nykyistä enemmän matalan kynnyksen psykososiaalista tukea, eli aikaa kohtaamiselle, keskustelulle ja yhdessä tekemiselle. Toivon, että vastaanottokeskukset saavat tällaiseen työhön tarvittavia resursseja, sillä taideterapeuttisella toiminnalla voidaan tukea turvapaikanhakijoiden henkistä hyvinvointia ilman isoja kustannuksia.

Kriisitilanteessa elävälle nuorelle on hyvä normalisoida tilannetta ja kertoa, että on inhimillistä voida huonosti, kun elämässä tapahtuu vaikeita asioita. Pakolaisuuteen liittyvät mielenterveysongelmat, kuten ahdistuneisuus ja masentuneisuus, voidaan nähdä normaaleina reaktioina erittäin haastavaan elämäntilanteeseen. Nuorten itsensä mukaan ystävät, koulu, harrastukset ja yleinen aktiivisuus tukevat jaksamista. Myös tutkimusten perusteella aktiivisuus ja säännöllinen toiminta tukevat nuorten hyvinvointia. Nuoria onkin syytä kannustaa pitämään kiinni rutiineista ja asioista, jotka tukevat heidän omia voimavarojaan ja auttavat jaksamaan. Olisi hyvä hakea nuoria mukaan toimintaan silloin, kun heidän omat voimavaransa ovat vähissä. Jokainen nuori ansaitsee tulla kohdatuksi myötätuntoisesti ja aidosti, ainutlaatuisena yksilönä.

Opinnäytetyöni ydinkysymyksenä oli se, miten resilienssiä (psykkistä kestävyyttä ja muutosjoustavuutta) voidaan vahvistaa taideterapeuttisen toiminnan avulla. Tutkimusten mukaan nuoruusikä on lapsuuden jälkeen uusi mahdollisuus resilienssin oppimiseen ja korjaaviin kokemuksiin. Onkin tärkeää, että traumatisoituneet lapset ja nuoret saavat tarvitsemaansa psykososiaalista tukea mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, jotta heidän itsetuntonsa, sosiaaliset taitonsa, keskittymiskykynsä, tunteiden säätelytaitonsa, ja muu toimintakykynsä vahvistuvat. Kaikkia näitä pystytään tukemaan taideterapeuttisen toiminnan avulla.

Taideterapeuttista ryhmätoimintaa voidaan toteuttaa myös silloin, kun yhteistä kieltä ei vielä ole. Haastattelemani nuoret kokivat, että taideryhmässä oleminen vähensi heidän yksinäisyyden tunnettaan. Nuorten mielestä kuvien tekeminen ryhmässä, yhdessä toisten nuorten kanssa, oli mukavaa, rauhoittavaa ja auttoi unohtamaan muut asiat, kuten stressin ja huolet, hetkeksi. Taiteen tekeminen ryhmässä rauhoittaa ja mahdollistaa toimijuuden ja osallisuuden kokemuksia, jotka ovat tutkitusti tärkeitä resilienssiä vahvistavia tekijöitä.

Monikulttuurisessa nuorisotyössä - ja kaikessa ihmistyössä - tarvitaan mielestäni oppijan asennetta, eli halukkuutta jatkuvaan oppimiseen ja oman työn reflektointiin. Täydennän parhaillaan omaa osaamistani ratkaisukeskeisen lyhytterapian ja

psykoterapeuttisten valmiuksien opinnoilla, sillä ihmisten kanssa tehtävässä kohtaamistyössä ei tule koskaan ”valmiiksi”, vaan uutta mielenkiintoista opittavaa riittää joka päivä.

Taideryhmissä kohtaamani nuoret turvapaikanhakijat ovat opettaneet minulle paljon nuoruuteen liittyvistä ilmiöistä, kuten identiteetin rakentamisesta, elämänhallinnasta, sosiaalisista taidoista ja aikuistumisen haasteista. Tätä opinnäytetyötä tehdessäni oma ammatillinen identiteettini on vahvistunut ja ymmärrykseni sosiaalipedagogiikasta, kulttuurisensitiivisestä nuorisotyöstä, psykososiaalisesta tuesta ja resilienssistä on syventynyt. Toivon, että saan jatkossakin työskennellä turvapaikanhakija- ja maahanmuuttajanuorten kanssa ja kannustaa heitä löytämään omia voimavarojaan osallistavan ja luovan toiminnan kautta.

7.3 Lopuksi

Opinnäytetyötä kirjoittaessani olen seurannut ajankohtaista turvapaikkapoliittista uutisointia välillä sydän syrjällään. Olen surullinen siitä, että mm. Suomen UNICEFin (20.3.2018) ja monien muidenkin ihmisoikeusjärjestöjen mukaan Suomi rikkoo YK:n lapsen oikeuksien sopimusta ja muitakin YK:n ihmisoikeussopimuksia palauttaessaan yksin alaikäisinä Suomeen saapuneita turvapaikanhakijoita vaarallisiin maihin kuten Afganistaniin. Moni nuorista saapui Suomeen yli kolme vuotta sitten, alaikäisinä, ilman perhettä. Yli kolme vuotta on pitkä aika nuoren elämässä ja moni heistä on jo kotoutunut Suomeen: he puhuvat sujuvasti suomea, opiskelevat ammattiin ja työskentelevät – kohtuuttoman pitkiksi venyneistä turvapaikkaprosesseista huolimatta. Tuntuu inhimillisesti väärältä ja taloudellisestikin kestävämmältä, että Suomeen yli kolme vuotta sitten ilman huoltajaa tulleet turvapaikanhakijanuoret ovat saaneet, 18-vuotta täytettyään, kielteisiä päätöksiä.

Nuorten turvapaikanhakijoiden kohtaamista vaikeuksista huolimatta näen heidät ennen kaikkea selviytyjinä. Ihailen heidän sitkeyttään ja resilienssiään, eli kykyä sopeutua ja pärjätä haastavasta elämäntilanteesta huolimatta. Toivon, että pitkään kestäneet turvapaikkaprosessit päättyvät lopulta nuorten kannalta hyviin uutisiin ja siihen, että he voivat aloittaa elämänsä jälleenrakentamisen Suomessa.

LÄHTEET

- Allianssi 2016. Nuorista Suomessa. Tietoa nuorista, heidän elinoloistaan sekä nuorisotyöstä 2016. Tutkimuskooste. Helsinki: Allianssi ry.
- Attanayake, V., McKay, R., Joffres, M., Singh, S., Burkle, F., & Mills, E. 2009. Prevalence of mental disorders among children exposed to war: A systematic review of 7,920 children. *Julkaisussa Medicine, Conflict and Survival*, 25. 4–19.
- Bemak, F. & Chung R.C.-Y. 2002. The Relationship of Culture and Empathy. *Julkaisussa Cross-Cultural Counseling. Journal of Counseling & Development*, Spring 2002, Volume 80, 156-157.
- Betancourt, T. S., Newnham, E. A., Layne, C. M., Kim, S., Steinberg, M. A., Ellis, H., & Birman D. 2012. Trauma history and psychopathology in war affected refugee children referred for trauma-related health services in the United States. *Julkaisussa Journal of Traumatic Stress* 25, 682–690.
- Castaneda, A., Larja, L., Nieminen, T., Jokela, S., Suvisaari, J., Rask, S., Koponen, P. & Koskinen, S. 2015. Ulkomaalaistaustaisten psyykinen hyvinvointi, turvallisuus ja osallisuus. Ulkomaista syntyperää olevien työ ja hyvinvointi -tutkimus 2014 (UTH). Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Castaneda, A., Mäki-Opas, J., Jokela, S., Kivi, N., Lähteenmäki, M., Miettinen, T., Nieminen, S., Santalahti, P. & PALOMA-asiantuntijaryhmä. 2018. Pakolaisten mielenterveyden tukeminen Suomessa. PALOMA-käsikirja. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Dervin, Fred & Keihäs, Laura 2013. Johdanto uuteen kulttuurienväliseen viestintään ja kasvatukseen. Jyväskylä: FERA, Suomen Kasvatustieteellinen Seura ry.
- Erkko, Anna & Hannukkala, Marjo 2013. Mielenterveys Voimaksi. Käsikirja nuorisotyön ammattilaisille. Lahti: Suomen Mielenterveysseura.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Fazel, M., Wheeler, J., Danesh, J. 2005. Prevalence of serious mental disorder in 7000 refugees resettled in Western countries: a systematic review. *Lancet*, 365, 1309–1314.
- Freire, Paulo 2005. Sorrettujen pedagogiikka. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Hagman, Sandra, Neste, Marjo, Levander, Mari, Mäkinen-Halttunen, Mari, Rekonen, Sami, Qvarnström-Obrey, Ann-Christin. 2018. Toivon taimia - Psykotraumatologian keskuksen Lasten ja nuorten toiminnan hankeraportti 2016-2018. Helsingin Diakonissalaitos. HDL raportti # 02/2018. viitattu 29.11.2018. <https://s3-eu-central-1.amazonaws.com/evermade-hdl/wp-content/uploads/2018/11/27155003/Helsingin-Diakonissalaitos-raportti-Toivon-taimia->

2018.pdf

Henriksson, Markus & Lönnqvist, Jouko 2017. Psykkiset kriisit, sopeutumishäiriöt ja stressireaktiot. Teoksessa Lönnqvist, Jouko & Henriksson, Markus & Marttunen, Mauri & Partanen, Timo. (toim.) Psykiatria. Tallinna: Kustannus Oy Duodecim.

Hentinen, Hanna 2007. Taideterapian erilaiset suuntaukset ja lähestymistavat. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere, M.-H. Taideterapian perusteet. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2010. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

IASC, Inter-Agency Standing Committee 2007. IASC Guidelines on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings. Geneva: IASC.

Isola, Anna-Maria & Kaartinen, Heidi & Leemann, Lars & Lääperi, Raija & Schneider, Taina & Valtari, Salla & Keto-Tokoi, Anna 2017. Mitä osallisuus on?

Kaimal, G., Ray, K. & Muniz, J. 2016. Reduction of cortisol levels and participants' responses following art making. Julkaisussa Journal of the American Art Therapy Association, 33(2), 74-80.

Kallio, Mirikka 2017. Hyvät hoitokäytännöt pakolaisten ja turvapaikanhakijoiden mielenterveystyössä julkisissa terveyspalveluissa. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus. Hoitotieteen pro gradu tutkielma. Itä-Suomen yliopisto.

Kananen, Jorma 2014. Toimintatutkimus kehittämistutkimuksen muotona. Miten kirjoitan toimintatutkimuksen opinnäytetyönä? Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Laki kansainvälistä suojelua hakevan vastaanotosta sekä ihmiskaupan uhrin tunnistamisesta ja auttamisesta 2011/746. Annettu Helsingissä 17.6.2011. Päivitetty viimeksi 16.12.2016. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2011/20110746>

Lassander, Maarit & Karila-Hietala, Ritva 2017. Nuoren mielen ensiapu – mielenterveysosaamista lasten ja nuorten kohtaamiseen. Tallinna: Suomen Mielenterveysseura.

Lounais-Suomen Mielenterveysseura. Serene-toiminta. Pakolaistaustaisten mielenterveyden edistäminen. Viitattu 20.11.2018.
<http://www.mielenterveysseurat.fi/turku/serene/>

Lähtenmäki, M. 2017. Mental health challenges faced by underage asylum seekers. Teoksessa Honkasalo, V., Maiche, K., Onodera, H., Peltola, M. & Suurpää, L. 2017. (toim.) Young People in Reception Centres. Finnish Youth Research Society, Finnish Youth Research Network Internet publications 121.

Maahanmuuttovirasto 2018. Maahanmuuttoviraston selvitys sisäministerille turvapaikkapäätöksentekoon ja -menettelyyn liittyen 13.6.2018. Viitattu 26.6.2018. [https://intermin.fi/documents/1410869/4024872/Maahanmuuttoviraston%2Bturva paikkaselvitys/91b15620-7955-4876-9539-b2e23f9ee9f4](https://intermin.fi/documents/1410869/4024872/Maahanmuuttoviraston%2Bturva%2Bpaikkaselvitys/91b15620-7955-4876-9539-b2e23f9ee9f4)

Malchiodi, Cathy A. 2007. *The Art Therapy Sourcebook*. New York: McGraw-Hill.

Malchiodi, Cathy A. 2008. *When trauma happens, children draw: Parts I – III*. Julkaisussa *Psychology Today*.

Malchiodi, Cathy A. 2015a. *Ethics, Evidence, Trauma-Informed Practice and Cultural Sensitivity*. Teoksessa Malchiodi, C.A. (toim.), *Creative Interventions with Traumatized Children*. New York: The Guilford Press, 24-41.

Malchiodi, Cathy A. 2015b. *Neurobiology, creative interventions, and childhood trauma*. Teoksessa Malchiodi, C.A. (toim.), *Creative interventions with traumatized children*. New York: The Guilford Press, 3-20.

Masten, Ann S. 2014. *Ordinary magic: Resilience in development*. New York: The Guilford Press.

Nilay, U., Akca, L. & Acarturk, C. 2016. *An art therapy intervention for symptoms of post-traumatic stress, depression and anxiety among Syrian refugee children*. Julkaisussa *Vulnerable Children and Youth Studies*, 11:2, 89-102.

Nivala, Elina & Rynnänen, Sanna 2013. *Kohti sosiaalipedagogista osallisuuden ideaalia. Sosiaalipedagoginen aikakauskirja, vuosikirja 2013, vol. 14*. Viitattu 25.6.2018. <http://www2.uef.fi/documents/1381035/2330652/NivalaRyyn%C3%A4nen2013.pdf>

O'Brien, F. 2004 *The making of mess in art therapy: Attachment, trauma and the brain*. Julkaisussa *Inscape* 9:1, 2-13.

Opetusministeriö 2003. *Psykoterapiakoulutustyöryhmän muistio*. Viitattu 18.11.2018. <https://minedu.fi/en/publication?pubid=URN:ISBN:952-442-371-5>

Opetus- ja kulttuuriministeriö 2017. *Valtakunnallinen nuorisotyön ja -politiikan ohjelma 2017-2019*.

Palosaari, Eija 2007. *Lupa särkyä, Kriisistä elämään*. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Peltola, Marja 2010. *Youth Work in Finland – Finding Ways for Intercultural Opening*. National report for the project “Moving Societies towards Integration”. Finnish Youth Research Network. Finnish Youth Research Society.

Peltonen, Kirsi 2015. *Unaccompanied Refugee Minors – Issues of Mental Health and Interventions*. Julkaisussa *StressPoints online eNewsletter of International Society for Traumatic Stress Studies*.

Puuronen, Vesa 2006. Nuorisotutkimus. Tampere: Vastapaino.

Rankanen, Mimmu 2007a. Taideterapiassa vaikuttavia ydinprosesseja. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere, M.-H. Taideterapian perusteet. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Rankanen, Mimmu 2007b. Taideterapeutin työ ja asiakkaat. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere, M.-H. Taideterapian perusteet. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Richardson, Carmen 2016. Expressive arts therapy for traumatized children and adolescents: a four phase model. New York: Routledge.

Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa 2017. Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa Hyvärinen, M., Nikander, P. & Ruusuvuori, J. (toim.) Tutkimushaastattelun käsikirja. Tampere: Vastapaino.

Ryynänen, Sanna 2011. Nuoria reunoilla. Sosiaalipedagoginen tutkimus rikollisuuden ja väkivallan keskellä elävien nuorten kasvun tukemisesta brasilialaisissa kansalaisjärjestöissä. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy – Juvenes Print.

Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 21.11.2018. <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>

Saari, Salli 2000. Kuin salama kirkkaalta taivaalta. Kriisit ja niistä selviytyminen. Helsinki: Otava.

Southwick, S.M., Bonanno, G.A., Masten, A.S., Panter-Brick, C. & Yehuda, R. 2014. Resilience definitions, theory, and challenges: interdisciplinary perspectives. Julkaisussa *European Journal of Psychotraumatology*, 5:1, 25338. Viitattu 14.11.2018. <http://www.tandfonline.com/doi/full/10.3402/ejpt.v5.25338>

Suomen UNICEF 2018. Suomi rikkoo räikeästi turvapaikanhakijalasten oikeuksia. Viitattu 20.3.2018. <https://yle.fi/uutiset/3-10123524>

Tilastokeskus 2018. Maahanmuuttajat väestössä. Viitattu 25.6.2018. <https://www.stat.fi/tup/maahanmuutto/maahanmuuttajat-vaestossa.html>

Tuomola, Pekka 2016. Pakolaisten terveysriskit. Teoksessa Góthoni, R. & Siirto, U. Pakolaisuudesta kotiin. Helsinki: Gaudeamus.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2009. Humanistisen, yhteiskuntatieteellisen ja käyttäytymistieteellisen tutkimuksen eettiset periaatteet ja ehdotus eettisen ennakoarvioinnin järjestämiseksi. Viitattu 20.11.2018. <https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/media/eettisetperiaatteet.pdf>

Ulkomaalaislaki 2004/301. Annettu Helsingissä 30.4.2004. Viitattu 1.6.2018. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2004/20040301>

United Nations 1989. United Nations Convention on the Rights of the Child. Viitattu 6.11.2018. <http://www.unicef.org/crc/>

UNHCR 2015. Worldwide displacement hits all-time high as war and persecution increase. Viitattu 5.6.2018. <http://www.unhcr.org/558193896.html>

UNHCR 2018. Figures at a Glance. Statistical Yearbooks. Viitattu 5.6.2018. <http://www.unhcr.org/figures-at-a-glance.html>

UNICEF 2017. A child is a child: Protecting children on the move from violence, abuse and exploitation. Viitattu 11.6.2018. https://www.unicef.org/publications/index_95956.html

Vilkkä, Hanna & Airaksinen, Tiina 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

WHO 2014. Mental Health: a state of well-being. Viitattu 7.11.2018. http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/

LIITE 1: Turun SPR vastaanottokeskuksen työntekijöiden haastatteluHaastateltavat:

Vastaava ohjaaja, kaksi ohjaajaa, sosiaalityöntekijä, terveydenhoitaja ja vapaaehtoistyön koordinaattori

Kysymyksiä nuorista:

Miten vastaanottokeskuksen nuoret mielestäsi voivat yleisesti ottaen?

Käyvätkö he koulussa tai töissä?

Minkälaisia haasteita heillä on?

Mistä he yleensä tarvitsevat lisää tietoa?

Millaisia voimavaroja / tukea heillä on? Ystävät? Harrastukset?

LIITE 2:**Haastattelulupa ja taideryhmässä tehtyjen kuvien julkaisulupa
opinnäytetyötä varten**

Opiskelen yhteisöpedagogiksi Nurmijärven Humanistisessa ammattikorkeakoulussa. Teen opinnäytetyötä taidetoiminnan hyödyistä vastaanottokeskuksessa.

Haastattelen syksyllä 2015 SPR:n ryhmäkodin taideryhmään osallistuneita nuoria, koska haluan kuulla nuorten omia mielipiteitä taideryhmästä.

Käsittelen haastattelun vastaukset luottamuksellisesti ja anonyymisti (ilman nimiä).

Haluaisin liittää opinnäytetyöhöni myös taideryhmässä tehtyjä kuvia. Julkaisen kuvan tekijän nimen vain silloin, kun nuori itse sitä toivoo.

Pyydän haastattelulupaa ja kuvien julkaisulupaa opinnäytetyötä varten.

Suostumus:

Laura Keihäs saa haastatella minua ja julkaista tekemiäni kuvia opinnäytetyössään.

nuoren / huoltajan allekirjoitus ja päivämäärä

LIITE 3:

**Taideryhmä
SPR:n ryhmäkodissa
syksyllä 2015**

palautehaastattelu nuorille
HUMAK yhteisöpedagi AMK
opinnäytetyötä varten

vastaukset käsitellään luottamuksellisesti
ja anonyymisti (ilman nimiä)





1. **Ikä:** _____ vuotta

2. **Olitko harrastanut kuvataidetta (piirtänyt, maalannut, muotoillut, valokuvannut tms.) ennen taideryhmää?**

Kyllä _____ Ei _____




Mitä? _____

3. **Arvioi seuraavia taideryhmään liittyviä asioita ja ryhmätoiminnan merkitystä itsellesi syksyllä 2015.**

				
	Ei	No-jaa	Ihan OK	Kyllä!
Ryhmään oli helppo tulla: koin, että olin tervetullut.				
Ryhmänohjaaja huomioi kaikki osallistujat.				
Minulla oli turvallinen olo ryhmässä.				
Ryhmässä oleminen vähensi yksinäisyyden tunnetta.				

4. **Voit halutessasi kommentoida edellisiä vastauksia.**





5. Arvioi kuvien tekemisen vaikutuksia omalla kohdallasi.

	 Ei	 No-jaa	 Ihan OK	 Kyllä!
Kuvien tekeminen oli mukavaa.				
Kun tein kuvia, unohdin hetkeksi muut asiat.				
Kuvien tekeminen rauhoitti minua.				
Pystyin ilmaisemaan itseäni kuvien avulla.				

6. Kerro omin sanoin, mitä hyötyä sinulle oli taideryhmään osallistumisesta. (Esim. mikä jäi mieleen? Mikä oli tärkeää?)

7. Mistä et tykännyt?

8. Kannattiko taideryhmään osallistuminen?

<input type="checkbox"/> Ei 	<input type="checkbox"/> No-jaa 	<input type="checkbox"/> Ihan OK 	<input type="checkbox"/> Kyllä! 
--	--	--	--

Miksi?

9. Minkälaista tukea tai tekemistä kaipasit itse silloin, kun saavuit Suomeen syksyllä 2015?

10. Entä nykyään?

11. Muita terveisiä tai ajatuksia?

Kiitos palautteesta! 

LIITE 4: Ohjeistus taideterapeuttiselle ryhmälle nuorten turvapaikanhakijoiden kanssa Suomen Punaisen Ristin Turun vastaanottokeskukselle

Laatija: kuvataideterapeutti, FM Laura Keihäs

Pyydän ohjeistuksesta kiinnostuneita ottamaan minuun yhteyttä: toivontaide@gmail.com. Tulen mielelläni pitämään ryhmiä, kertomaan lisää ja kouluttamaan esim. vastaanottokeskusten työntekijöitä ja kaikkia muitakin kuvataideterapeuttisesta toiminnasta kiinnostuneita.