



Pelastakaa Lapset

PAKOLAISPERHEIDEN KOHTAAMINEN JA VANHEMMUUDEN TUKI

IHANA USRA - OPAS AMMATTILAISILLE

Pakolaisperheiden kohtaaminen ja vanhemmuuden tuki

Tekijät: Minna Kuivalainen, Nadia El-Radhi,
Eveliina Viitanen

Taitto: Hannu Karjalainen/ Hanemedia

Kuvat: Pelastakaa Lapset jos ei kuvassa
toisin mainita

Pelastakaa Lapset 2024

ISBN 978-952-7112-75-5 (painettu)

ISBN 978-952-7112-76-2 (sähköinen)

Julkaisua on rahoittanut sosiaali- ja
terveysministeriö järjestöavustuksilla.

*Kiitos oppaan oikoluvusta ja kommenteista
Tiuku Pennolalle Ensi- ja turvakotien liitosta ja
Pelastakaa Lasten kollegoille.*



Pelastakaa Lapset



Sisällys

1 OPPAAN TAUSTA JA TAVOITE	4
Usra ja Pelastakaa Lasten pakolaistyö	4
2 PAKOLAISUUS JA VANHEMMUUS	6
Lapset pakolaistaustaisissa perheissä.....	7
Pakkomuuton vaikutus perheeseen.....	7
Psyykkinen trauma ja traumatietoisuus	8
Kulttuurisesti erilainen vanhemmuus.....	10
Vanhemmuuden tukeminen.....	10
3 MYÖNTEINEN VANHEMMUUS	12
Tietoa myönteisestä vanhemmuudesta.....	13
Positiivinen kasvatus	13
Pelkokasvatuksesta kohti myönteistä vanhemmuutta.....	14
Toipumiskyky eli resilienssi	15
4 PERHEIDEN KOHTAAMINEN	16
Perheiden tavoittaminen ja luottamuksen rakentaminen	17
Lasten ja perheiden kohtaaminen	20
Kulttuurisensitiivisyys.....	20
Selkokieli, selkeä kieli ja puhetta tukevat keinot	21
Osallistaminen ja osallisuuden toteutuminen.....	22
5 IHANA USRA -RYHMÄN MALLI	26
Ryhmän tavoite.....	27
Palaute pilottiryhmistä	28
Lasten palaute ja työntekijöiden havainnot.....	28
Ryhmän valmistelut.....	29
Ryhmänohjaajat ja tehtävät.....	29
Vanhemmuusryhmän tapaamiset.....	31
1. tapaaminen: Tutustuminen.....	32
2. tapaaminen: Minä ja perheeni	33
3. tapaaminen: Lapsen tarpeet ja oikeudet.....	36
4. tapaaminen: Vanhemmuuden monenlaiset tunteet	40
5. tapaaminen: Vanhemman ja perheen hyvinvointi.....	44
Lasten ryhmän tapaamiset	46
1. tapaaminen: Tutustuminen.....	47
2. tapaaminen: Hyvän huomaaminen & vahvuuteni.....	49
3. tapaaminen: Lapsen oikeudet.....	50
4. tapaaminen: Monenlaiset tunteet.....	52
5. tapaaminen: Hyvinvointi	53
6 PERHEKERHON MALLI	54
Avointa ryhmätoimintaa perheille	55
Perhekerhon tapaamisten rakenne	55
Perhekerhon teemat	56
Lapset perhekerhossa	57
Tutustuminen ja ryhmäytyminen.....	57
Lasten ja vanhempien yhdessä toimiminen.....	57
Materiaalivinkkejä perhekerhoon.....	57
LIITTEET	58
LÄHDEVIITTEET	64
LÄHDELUETTELO	65

1 Oppaan tausta ja tavoite

Tämä opas on suunnattu ammattilaisille ja asiantuntijoille, jotka työskentelevät pakolaistaustaisten perheiden parissa ja kaipaavat lisätietoa ja vinkkejä lasten ja vanhempien kanssa työskentelyn tueksi.

Oppaassa on taustoittava teoriaosuus, joka tarjoaa lyhyesti tietoa vanhemmuudesta pakolaisuudessa sekä myönteisen vanhemmuuden ajatuksesta. Tämä osuus pohjautuu muun muassa saatavilla olevaan kirjallisuuteen, tutkimustietoon sekä Pelastakaa Lapset -järjestön julkaisemiin selvityksiin ja raportteihin.

Tämän lisäksi oppaassa on käytännönläheinen osuus, jossa tarjotaan vinkkejä perheiden tavoittamiseen ja kohtaamiseen. Tämä osuus pohjaa vahvasti Pelastakaa Lasten Usra – Perheenä Suomessa -hankkeessa (2021–24) toteutettuun käytännön työhön, siitä kerättyihin kokemuksiin ja hanketyöntekijöiden asiantuntijuuteen.

Oppaan lopussa kuvataan hankkeessa kehitetty Ihana Usra -ryhmätoimintamalli sekä perhekerhomalli, joita tarjotaan oppaan myötä muiden toimijoiden käyttöön.

USRA JA PELASTAKAA LASTEN PAKOLAISTYÖ

Usra - Perheenä Suomessa on Pelastakaa Lasten kolmevuotinen hanke, jota toteutettiin vuosien 2021–2024 aikana osana järjestön pakolaistyötä.

Pelastakaa Lasten pakolaistyöllä tuetaan lapsen oikeuksien toteutumista pakolaistaustaisten lasten keskuudessa. Suomessa työ on osa järjestön kehittämis-toimintaa, ja siihen sisältyy lapsia ja perheitä kohtaavaa työtä sekä vaikuttamistyötä. Työn tavoitteena on vähentää erityisesti lapsiin kohdistuvaa väkivaltaa, kuten laiminlyöntiä ja kuritusväkivaltaa. Toiminnalla vahvistetaan myös lasten osallisuutta.

Usra-toiminnan päämääränä on tukea myönteisen kasvatuksen ja vanhemmuuden taitoja, perheiden yhtenäisyyttä ja hyvinvointia pakolaistaustaisten perheiden keskuudessa Suomessa. Toiminnan kohderyhmää ovat erityisen haavoittuvassa asemassa olevat pakolaistaustaiset perheet, kuten turvapaikanhakijat, hiltaintain Suomeen tulleet tai paperittomat perheet, joilla on vaikeuksia hakeutua virallisten palveluiden ja tuen piiriin.

Usran työ pohjautuu Pelastakaa Lapset järjestön kotimaiseen ja kansainväliseen työhön lapsiperheiden ja pakolaistaustaisten lasten parissa. Usran kehittämistyössä on hyödynnetty kansainvälisen Pelastakaa Lapset -järjestön Safe Families -mallia sekä Pelastakaa Lasten Balkanin yksikön (*Save the Children Balkan's Migration and Displacement Hub*) tuottamaa Parenting on the Move -mallia. Kehittämistyön aikana perehdyttiin myös joihinkin suomalaisiin vanhemmuuden tuen malleihin, kuten Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen *Vanhempana Suomessa -pilottiryhmään* ja Oulun maahanmuuttajapalveluiden *Perhe yhtenäiseksi työskentelymalliin*.

Toiminnan kehittäminen aloitettiin laajalla tarvekar-toituksella ja perheiden tavoittamisella avoimemman ryhmätoiminnan kautta. Samalla alettiin kehittää olemassa olevien mallien pohjalta kohderyhmälle soveltuva suljetumman ryhmätoiminnan mallia, jota pilotoitiin vuosina 2022–23 arabiankielisten perheiden kanssa. Näin syntyi *Ihana Usra* -työskentelymalli, josta kerromme tässä oppaassa.

Kaikessa työssä keskeisessä roolissa on ollut yhteistyötahot ja verkostot Suomessa sekä Pelastakaa Lasten vaikuttamistyön ja ohjelmatyön verkostot Euroopassa.

Hankkeen yhteistyökumppaneita ovat olleet muun muassa Maahanmuuttovirasto, Suomen Punainen Risti, Vantaan kaupungin maahanmuuttajapalvelut, Ensi- ja turvakotien liitto, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos THL, Helsingin Diakonissalaitoksen säätiön ylläpitämä paperittomien päiväkeskus Al Amal, Vammaisten maahanmuuttajien tukikeskus Hilma, Oulun vastaanotto-keskus, Vantaan vastaanottokeskus, Turvapaikanhakijoiden tuki ry sekä Me-säätiön ylläpitämä Lasten ja perheiden talo Meltsi. Lämmin kiitos yhteistyökumppaneille arvokkaasta panoksestanne toiminnan kehittämiseen ja toteuttamiseen.

Suuret kiitokset kaikille niille perheille, joita olemme kohdanneet hankkeen aikana. Ilman heitä hanke ei olisi toteutunut. Kiitos osallistumisesta, yhteisistä hetkistä ja toisiltamme oppimisesta. Kiitos luottamuksesta.



“

Kaikki osallistui yhdessä ja seisottiin samalla vanhemmuuden sillalla.”

– Ihana Usra -ryhmään osallistunut vanhempi

Kuva: iStock.com / Michael Jung



2 Pakolaisuus ja vanhemmuus

Pakolaistaustaisilla perheillä on usein monia kuormitustekijöitä, jotka vaikuttavat vanhemmuuteen ja kasvatustehtävän toteuttamiseen.

Tällaisia tekijöitä voivat olla esimerkiksi maahanmuuttoon liittyvät haasteet ja kasvatuskäytäntöiden kulttuurisista eroista johtuva epävarmuus, traumaattiset taustakokemukset, vanhemman omat vaikeat lapsuuden kokemukset ja sukupolvelta toiselle siirtyneet ja lapsen kannalta haitalliset kasvatuskäytännöt.

Perheillä on myös monia vahvuuksia, jotka voivat esimerkiksi liittyä yhteiseen selviytymisen kokemukseen sekä vanhemmuuden korostuneeseen merkitykseen perheen poikkeuksellisissa tilanteissa.

LAPSET PAKOLAISTAUSTAISISSA PERHEISSÄ

Pakolaisiksi joutuneiden ihmisten joukossa lasten osuus on kansainvälisesti merkittävä. Noin 40 prosenttia kaikista maailman pakolaisista on alaikäisiä. Suomeen saapuneista kansainvälisen suojelun hakijoista keskimäärin noin neljännes on lapsia, joista suuri osa saapuu Suomeen perheenjäsentensä kanssa.¹

Pakolaisena perheensä mukana Suomeen saapuvien lasten määrä on vaihdellut viimeisen vajaan kymmenen vuoden aikana muutamasta sadasta hieman yli tuhanteen vuosittain. Poikkeuksina olivat vuosi 2015, jolloin perheensä mukana Suomeen saapui jopa 4600 lasta, sekä vuodet 2022–2023, jolloin turvapaikanhakijoiden lisäksi Ukrainan sodan seurauksena Suomeen saapui yli 66 000 tilapäisen suojelun hakijaa, joista lapsia oli noin 18 500. Suurin osa näistäkin lapsista saapui perheenjäsentensä kanssa. Suomesta kansainvälistä suojelua vuosina 2015–2023 hakeneista lapsista yhteensä noin 70 prosenttia on ollut alle 13-vuotiaita.²

Vaikka pakkomuutto koskettaa usein koko perhettä, on hyvin yleistä, että matkaan lähtee eri syistä johtuen vain osa perheestä. Myös Suomessa pakolaistausten perheiden joukossa on huomattava määrä niin yksinhuoltajaperheitä kuin perheitä, joissa lapset tai osa lapsista on toisessa maassa kuin huoltaja. Pakolaistausten perheiden lapsia saapuukin vuosittain jonkin verran Suomeen myös perheenyhdistämisen kautta.³ Perheenyhdistäminen on prosessina kuitenkin usein vaikea, hidaskäyttöinen ja kallis, ja usein myös käytän-

nössä perheelle mahdotonta.

Pakolaistaustaisten lasten asemaa valtioissa ohjaa muun muassa YK:n lapsen oikeuksien sopimus ja sen neljä yleisperiaatetta: lapsen oikeus elämään ja kehitykseen, syrjintäkielto, lapsen osallistaminen häntä koskevaan päätöksentekoon sekä lapsen edun huomiointi. Turvapaikkaa hakevien lasten asemaa määrittää myös YK:n pakolaissopimus, jota kuitenkin on kritisoitu sen lapsensensitiivisyyden puutteesta. Siksi onkin esitetty, että pakolaissopimusta tulisi tulkita rinnakkain lapsen oikeuksien sopimuksen kanssa.⁴ Hyvin usein pakolaisuutta koskevissa tutkimuksissa ja julkaisuissa viitataan lapsista puhuttaessa ilman huoltajaa liikkeellä oleviin lapsiin, jotka ovatkin äärimmäisen haavoittuvassa asemassa olevia lapsia. Kansainväliset sopimukset kuitenkin koskevat yhtä lailla myös huoltajien ja perheidensä kanssa liikkeellä olevia lapsia.



PAKKOMUUTON VAIKUTUS PERHEESEEN

Pakon edessä kodista ja kotimaasta lähtemiseen liittyy hyvin usein jokin ympäröivä kriisi, kuten väkivaltainen konflikti tai luonnonkatastrofi. Turvapaikan toisesta valtiosta saava henkilö on myös kokenut jonkinlaisia henkilökohtaisia vainoa ja väkivaltaa tai väkivallan uhkaa. Pakkomuuton kokeneilla lapsilla ja vanhemmilla onkin lähes poikkeuksetta vaikeita tai jopa trau-

maattisia taustakokemuksia. Heidät myös luokitellaan erityisen haavoittuvassa asemassa oleviksi henkilöiksi. Haavoittuvuudella viitataan yleensä ryhmiin, jotka ovat sosiaalisesti tai taloudellisesti valtaväestöä heikommissa asemassa, ja joiden ihmisoikeuksien turvaaminen vaatii erityishuomiota.⁵ Haavoittuviin ryhmiin sisällytetään usein myös yleisemmin maahanmuuttajataustaiset henkilöt.⁶ Kaikista maahanmuuttajaryhmistä pakolaistaustaiset nähdään kuitenkin usein haavoittuvimpina, koska heihin vaikuttaa useat riskitekijät samanaikaisesti.⁷

Pakolaistaustaisten lasten ja vanhempien elämään liittyy aina luopuminen ja jonkinasteinen suru. Perheet menettävät kodin, lasten koulunkäynti keskeytyy ja vanhempien sosiaalinen asema muuttuu usein radikaalisti. Lapsen psyykkistä hyvinvointia pakolaisuudessa voi kuormittaa erityisesti vanhemman mahdollinen kuolema, epävakaa ympäristö, perheen antaman tuen puute, vanhemman psyykinen oireilu ja liiallinen riippuvuus lapsesta tai kotiyhteisön tuhoutuminen. Moni pakkomuuton kokeneista perheistä elää köyhyydessä, eikä heillä ole välttämättä saatavillaan kunollista asuntoa, suojaa, terveydenhuoltoa tai turvaa.⁸ Jotkut lapset ja vanhemmat kokevat väkivaltaa lähtömaan lisäksi myös pakomatkan varrella. Tähän voi sisältyä niin henkistä, fyysistä, taloudellista kuin seksuaaliskin väkivaltaa.⁹

Lisäksi traumaattisia kokemuksia voi syntyä vielä kohdemaahan saapumisen jälkeenkin. Näissä syyinä voi olla esimerkiksi pidempään jatkuva epävarmuus oleskelustatuksesta tai taakse jääneiden läheisten jatkuvasti kertomat traumaattiset kokemukset. Ulkomaalaistaustaisilla lapsilla on tutkitusti myös keskimääräistä enemmän kokemuksia koulukiusaamisesta sekä muusta henkisestä ja fyysisestä väkivallasta.¹⁰

Vähintäänkin muutto uuteen maahan aiheuttaa väistämättä jonkinlaista stressiä. Kulttuurisesti vieras ympäristö, johon sopeutuminen saattaa tapahtua eri tahtiin perheenjäsenten kesken, vaikuttaa perheessä toimimiseen ja perheen hyvinvointiin. Pakolaistaustaisilla perheillä tukiverkostot uudessa maassa voivat olla vähäisiä, ja luottamus ulkopuolisiin avuntarjoajiin voi olla heikkoa, jolloin perheet jäävät herkästi yksin. Myös puolisoitten välille saattaa syntyä pakolaisuuden ja uuden kulttuuriympäristön myötä ristiriitoja, jotka heijastuvat perheessä toimimiseen.¹¹

Traumaattisilla tai stressaavilla kokemuksilla on vaikutuksia niin lapsiin kuin vanhempiin. Lapsen kohdalla esimerkiksi jatkuva pelko sitoo voimavaroja, joita lapsella pitäisi olla käytössään kasvamiseen ja kehittymiseen.¹² Lasten kokeman väkivallan ja kiusaamiskokemusten nähdään linkittyvän mahdolliseen heikompaan keskusteluyhteyteen vanhempien kanssa.¹³

Aikuisilla on traumaoireilun puolestaan todettu linkittyvän muun muassa tiukempien kasvatuskäytäntöiden käyttöön. Traumaattiset kokemukset saattavat

aiheuttaa vanhemmissa ylisuojelevia reaktioita. Joidenkin vanhempien taas on oman psyykkisen huonovointisuutensa vuoksi vaikeaa nähdä lapsen tarpeita ja reagoida niihin lapsen kaipaamalla tavalla. Vanhempi saattaa olla kykenemätön huolehtimaan perheen asioista, jolloin lapsi voi joutua vastaamaan perheen asioista enemmän, kuin mihin hänen osaamisensa ja voimavaransa riittäisivät.¹⁴ On myös tyyppillistä, että lapsi ei aina ilmaise vanhemmilleen huoliaan ja pahaa oloaan, koska ei halua kuormittaa vanhempiaan entisestään. Lapsi näkee ja aistii herkästi vanhemman kuormittuneen olotilan, minkä vuoksi lapsi saattaa haluta peitellä omaa olotilaansa säästääkseen vanhempaa lisäkuormitukselta.

Pakkomuuton kokeneet perheet ovat joutuneet selviytymään ennenkokemattomista vastoinkäymisistä. Tästä johtuen on havaittavissa, että monille pakolaistaustaisille perheille on myös kehittynyt erityisen paljon selviytymismekanismia ja resilienssiä. Myös perheen ja vanhemmuuden merkitys saattaa olla erityisen suuri, kun perhe on monille ainoa pysyvä asia senhetkessä tilanteessa. Tuen tarve pakolaistaustaisten vanhempien ja perheiden kohdalla ei toisin sanoen aina liity vanhempana toimimiseen, vaan perheessä toimiminen voi ollakin yksi niistä harvoista asioista, joka perheellä sujuu hyvin heidän muuten uudessa ja usein hankalassa tilanteessaan.

Perheellä on tutkitusti keskeinen emotionaalinen suojaava rooli pakolaisuuden eri vaiheissa. Kriisitilanteissa aikuiset ovat lapselle tärkeimpiä fyysisen ja emotionaalisen turvan lähteitä. Pakolaisuuden perheensä kanssa läpi käyneillä lapsilla on havaittu olevan vähemmän psyykkisiä oireita ja heidän on havaittu olevan mukautuvampia kuin lapset, jotka ovat kokeneet pakolaisuuden yksin.¹⁵

PSYKKINEN TRAUMA JA TRAUMATIETOISUUS

Pakolaistaustaisten perheiden parissa työskennellessä kohdataan lapsia tai vanhempia, jotka ovat kokeneet erilaisia traumaattisia tapahtumia elämässään.

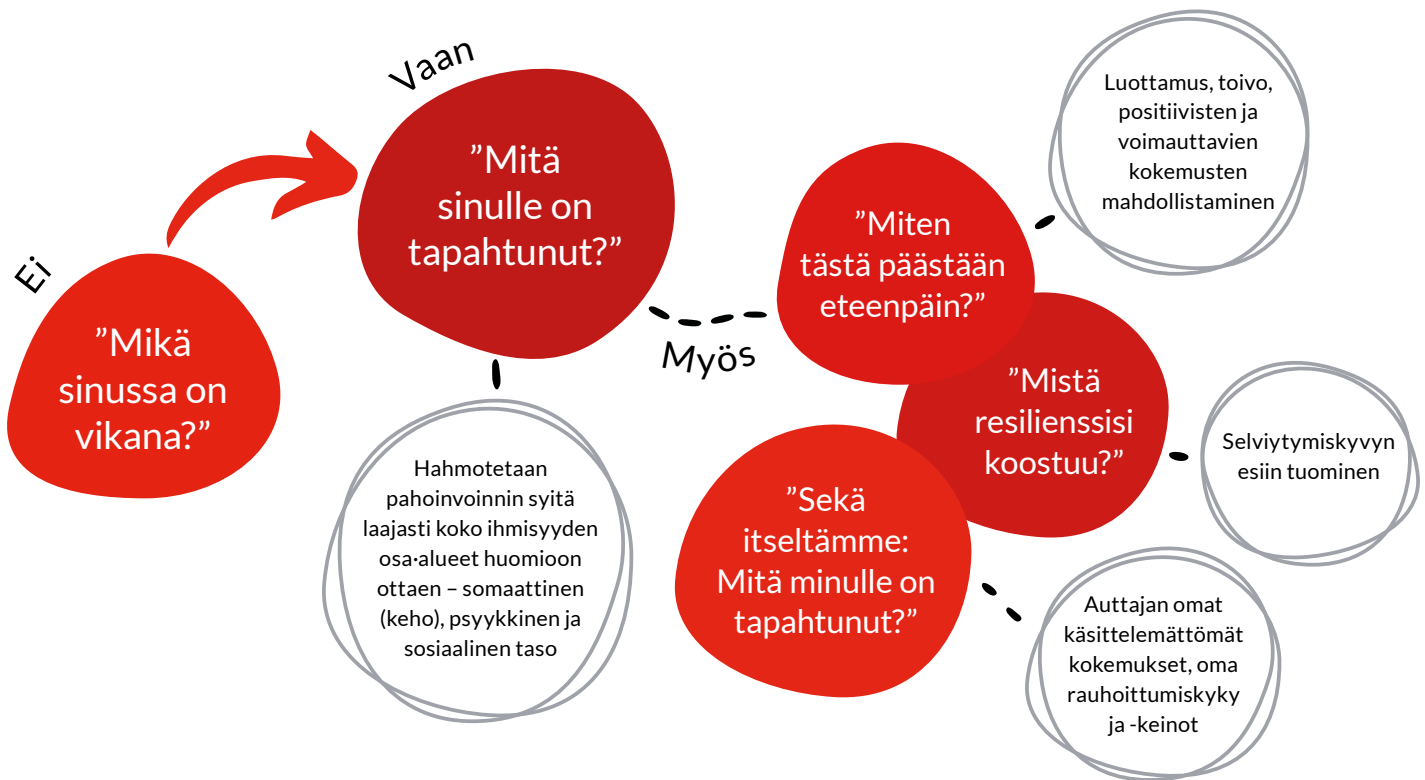
Psyykinen trauma voi olla seurausta tapahtumasta, tapahtumasarjasta tai olosuhteista, jotka yksilö kokee fyysisesti tai psyykkisesti vaarallisina tai henkeä uhkaavina. Kaikki traumaattisia tapahtuneita kohtanneet eivät välttämättä kärsi traumaperäisestä psyykkisestä oireilusta. Traumaattiset kokemukset voivat kuitenkin aiheuttaa monilla tavoin ilmenevää psyykkistä stressiä.¹⁶

Traumaperäisen stressihäiriön oirekuvassa voidaan erottaa kolme oireiden pääryhmää: toistuvat muistija mielikuvat tai unet traumaattisesta tapahtumasta, voimakas ahdistuneisuus sekä tästä seuraavat fyysiset oireet. Henkilö saattaa pyrkiä välttämään kaikkea

traumaattisesta tapahtumasta muistuttavaa, kuten keskusteluita, toimintoja ja paikkoja, ja torjumaan muistot tietoisuudestaan. Henkilö voi eristäytyä, ja hänen kykynsä kokea ja ilmaista tunteitaan voi heiketä ja tulevaisuudennäkymät voivat kaventua. Traumaattiset muistot ja mielikuvat saattavat myös aiheuttaa jatkuvaa varuillaanoloa. Tämä voi näkyä esimerkiksi uni- vaikeuksina, keskittymisvaikeuksina, ärtyneisyytenä tai säikähtelyinä.¹⁷

Traumatietoisuus tarkoittaa ymmärrystä ja tietoisuutta trauman vaikutuksista yksilöön. Traumatietoisuus ei edellytä yksilön traumakokemusten läpikäymistä tai käsittelyä.¹⁸

Traumainformoidulla työotteella pyritään vakauttamaan yksilön arkea ja vahvistamaan hänen voimavarojaan.¹⁹ Työote sisältää traumatietoisuuden lisäksi resilienssin ja korjaavien kokemusten merkityksen ymmärtämisen. Työotteessa ei keskitytä miettimään mikä henkilössä on vialla, vaan keskitytään pohtimaan kuinka hänen on mahdollista päästä tapahtuneesta eteenpäin, ja mitkä ovat hänen selviytymiskykynsä vaikutavia ja sitä edistäviä asioita. Työotteessa huomioidaan myös auttajan omat kokemukset sekä omat rauhoittumiskeinot.²⁰



Traumatietoinen ammattilainen voi pyrkiä työssään vakauttamaan perheen arkea muun muassa luomalla turvalliset puitteet yhteiselle työskentelylle. Niin lapsen kuin aikuisenkin kohdalla ennakoitavuus ja johdonmukaisuus luovat turvallisuutta. Tätä lisää myös tietoisuus siitä, mitä tulee tapahtumaan ja milloin. Perheiden kanssa toiminnassa käytettyjen tilojen tulisi olla mukavat ja lapsiystävälliset. Toistuvaan toimintaan käytetyt tilat on myös hyvä pyrkiä pitämään aina samoina. Tulkin käytössä sama ja hyväksi todettu tulkki olisi hyvä olla käytettävissä koko yhteisen työskentelyn ajan.²¹

Mikäli jollakin perheenjäsenellä on selkeää traumaoireilua, on hyvä yhdessä vanhemman tai lapsen

kanssa miettiä keinoja, joilla voisi ennakoida näissä tilanteissa toimimista. Traumaattisia kokemuksia kohdanneelle voi olla haastavaa käsitellä tiettyjä menneisyyteen liittyviä tapahtumia. Jos vain mahdollista, on esimerkiksi hyvä kysyä miten toimintaan osallistuvat kokevat menneisyyteen suuntautuvat työmenetelmät, jos sellaisia suunnittelee käyttävänsä. Vanhemmille ja lapsille on hyvä kertoa, että heidän ei tarvitse käsitellä tai puhua asioista, joista eivät halua puhua tai jotka tuntuvat vaikeilta. On myös tärkeää tarvittaessa ohjata henkilöitä hakemaan tukea traumaattisten kokemusten käsittelyyn.²²

KULTTUURISESTI ERILAINEN VANHEMMUUS

Vanhemmuus on kulttuurisesti rakentunutta toimintaa. Kulttuuri vaikuttaa muun muassa perhemuotoon, joka monilla kolmansista maista saapuvilla voi olla hyvinkin erilainen verrattuna suomalaisen kulttuurin perinteiseen perhemuotoon. Suomessa puhutaan yksilökeskeisyydestä, kun taas monien maahanmuuttajien kohdalla nähdään yleisemmin vallalla olevan yhteisölläinen perhekulttuuri, jossa perheeseen kuuluu lasten ja vanhempien lisäksi myös muuta sukua ja mahdollisesti suvun ulkopuolista lähiyhteisöä.²³

Toiseen maahan muuttaessa kasvatuskäytännöt saattavat herättää paljon kysymyksiä ja hämmennystä, ja ne voivat olla ristiriidassa perheen omien totuttujen kasvatuskäytäntöjen kanssa. Vanhemmuuden oletetut ihanteet ovatkin jossain määrin kulttuurisidonnaisia.

Esimerkiksi suomalaisessa koulumaailmassa on havaittu sääntöjen ja tietynlaisen kurinpidon olevan tiukempaa tiettyjen maahanmuuttajataustaisten perheiden keskuudessa. Samaan aikaan kuitenkin maahanmuuttajaperheissä koetaan myös haasteita totutussa kurinpidossa, kun lasten lähipiirissä on muilla erilaisia sääntöjä, joihin myös omat lapset vetoavat.²⁴

Erilainen kasvatuskulttuuri ei sinällään ole syy vanhempien tai lasten erityiseen tuen tarpeeseen.²⁵ Erilainen kulttuuri ja vaikeus sopeutua uuden kulttuurin odotuksiin voi kuitenkin aiheuttaa vanhemmalle huononmuuden ja osaamattomuuden kokemuksia vanhempiana. Suomessa kasvatuskäytännöt ovat länsimaisesti orientoituneita, ja pakolaistaustaisten perheiden mahdolliset erilaiset kasvatuskäytännöt saatetaan kokea joissain yhteyksissä ongelmallisiksi.²⁶

Myös perhejäsenten eriaikainen kotoutuminen voi vaikuttaa vanhemmuuden kokemukseen. Toisesta maasta muuttanut vanhempi kuljettaa mukanaan oman perheensä ja yhteisönsä kulttuuriin sidonnaisia kasvatusmenetelmiä. Lapsi, joka syntyy tai kasvaa Suomessa, oppii ympäristöstään myös suomalaisia perheenä toimimisen tapoja, jotka voivat olla vieraita tai joskus jopa ristiriidassa oman perheen totuttujen tapojen kanssa.

Vanhemmuus on kuitenkin yleisesti ottaen jokaiselle vanhemmalle erityinen ja tärkeä tehtävä. Siihen liittyy paljon omia ja ympäristön odotuksia, ja vanhemmalla on yleensä tarve tulla määritellyksi hyväksi vanhemmaksi niin oman yhteisön kuin viranomaistenkin silmissä.²⁷

VANHEMMUUDEN TUKEMINEN

Jokainen lapsi ansaitsee turvallisen kasvu-ympäristön ja aikuisen, joka tukee lapsen kasvua. Kenenkään vanhemman ei tulisi jäädä vanhemmuuden ja siihen

liittyvien huolien kanssa yksin. Pakolaistaustaisissa perheissä tasapainottelu kahden kulttuurin kasvatuskäytänteiden välillä vie voimia. Tällöin ammattilaisten tarjoama vanhemmuuden tuki on tarpeellista. Olennaista on huomioida koko perhe kokonaisuutena.

Vanhemmuuden tukemisen tavoitteena on turvata lapsen terve kasvu ja kehitys. Vanhemmuuden tukea on monenlaista. Se voi toteutua esimerkiksi yhteisöllisenä vaikuttamisena, ryhmämuotoisesti tai perhekohtaisesti.²⁸ Vanhemmuuden tukeen voi kuulua myös yksilöllinen työskentely vanhemman kanssa. Vanhemmalla voi olla Suomessa heikot tukiverkostot, ja perheen oma suku, läheiset ja yhteisö on usein jäänyt lähtömaahan, jolloin ammattilaisten tarjoama tuki voi tulla vielä suurempaan rooliin vanhemman tai vanhempien toimiessa kasvatusroolissa yksin.

Yksi vanhemmuuden tuen muoto on tiedon jakaminen perheille. Muun muassa psykoedukaation kautta voidaan tarjota tietoja ja taitoja myös vanhempiana olemisesta ja toimimisesta. Parhaimmillaan tämä tieto lisää vanhemman kykyä tarkkailla omaa toimintaansa vanhempiana. Vanhemmuuteen liittyvän psykoedukaation yhtenä tärkeänä tavoitteena voi esimerkiksi olla vanhemman uskon lisääminen omiin kykyihinsä vanhempiana.²⁹

Vanhemmuutta ei voi tukea vain yhdellä opitulla tavalla tai mallilla. Jokaisella vanhemmalla ja perheellä on omat tarpeensa, eikä lasten kasvatuksessa ole yhtä oikeaa tapaa toimia. Vanhempien kanssa työskennellessä on hyvä pyrkiä siihen, että työntekijä ei asetu vanhemman yläpuolelle antamaan ohjeita ja kertomaan, mikä on oikea tapa toimia lapsen kanssa. Kaikesta työskentelyssä on olennaista työntekijän arvostava ja kunnioittava suhtautuminen perheeseen.³⁰

Vanhemmuuden tukemisessa on hyvä huomioida ratkaisukeskeinen näkökulma, jossa kannustetaan vanhempia suuntaamaan huomio ongelmien sijaan niihin hetkiin ja asioihin, jotka sujuvat hyvin.³¹ Työntekijän on tärkeä oppia tunnistamaan erilaisten tuen tarpeiden lisäksi vanhemman vahvuuksia sekä asioita, jotka sujuvat vanhemmalta ja perheeltä hyvin. Keskeistä on tuoda aktiivisesti esille näitä asioita vanhemmille ja lapsille ja vahvistaa näin perheen omaa toimijuutta ja pystyvyyden tunnetta.

Maahan muuttaneet vanhemmat yleensä hyötyvät vanhemmuuden tuesta ja mahdollisuudesta keskustella vanhemmuudesta ja lasten kasvatuksesta uudessa maassa. Useimmiten tulkkivälitteinen työskentely ja omalla äidinkielellä kommunikointi koetaan perheissä tarpeellisena. Myös perheiden yksilöllinen kohtaaminen ja ammattilaisten kiinnostus ymmärtää vanhempien ajatuksia ovat kohtaavassa työssä tärkeitä asioita. Tuolloin kulttuurisensitiivinen työote ja luottamuksen rakentuminen ammattilaisten ja perheiden välille on olennaista.³²





3 Myönteinen vanhemmuus

Kansainvälisen Pelastakaa Lapset -järjestön työtä ohjaa lasten suojeleminen ja sen edistämiseksi kehitetyt yhteiset toimintamallit.

Yksi näistä toimintamalleista on väkivallattoman vanhemmuuden tukemiseen kehitetty *Safe Families* -malli, joka edistää myönteisen vanhemmuuden lähestymistapaa, ja johon myös Suomessa toteutettu pakolaistaustaisten perheiden vanhemmuuden tuen toiminta pohjautuu.

Myönteinen vanhemmuus on aiheena laaja, ja tässä oppaassa käsitellään teemoja, jotka on nähty Pelastakaa Lasten toimintaan Suomessa osallistuvien pakolaistaustaisten perheiden kohdalla erityisen tärkeinä. Aiheita on käsitelty järjestön Usra - Perheenä Suomessa -hankkeessa myönteistä vanhemmuutta tukevissa ryhmissä vuosien 2022–2024 aikana.

Teemoihin tutustumalla saat tietoa myönteisestä vanhemmuudesta ja siitä, kuinka edistää myönteistä vanhemmuutta pakolaistaustaisten perheiden parissa työskennellessä. Tässä oppaan osiossa kerrotaan lyhyesti myönteisestä vanhemmuudesta. Myönteiseen vanhemmuuteen kuuluvia teemoja 2–5 avataan lisää myöhemmin Ihana Usra -mallista kertovassa kappaleessa 5.

Myönteisen vanhemmuuden teemoja Usra-hankkeessa:

1. Tietoa myönteisestä vanhemmuudesta
2. Lapsen ja vanhemman vahvuudet
3. Lapsen tarpeet ja oikeudet
4. Monenlaiset tunteet
5. Vanhemman ja lapsen hyvinvointi

TIETOA MYÖNTEISESTÄ VANHEMMUUDESTA

Myönteisellä vanhemmuudella on lukuisia myönteisiä vaikutuksia lapsen kasvuun ja kehitykseen. Yhtä lailla myönteinen vanhemmuus vaikuttaa positiivisesti vanhemman ja koko perheen välisiin suhteisiin ja hyvinvointiin.

Myönteinen vanhemmuus voi olla käsitteenä monelle pakolaistaustaiselle vanhemmalle vieras huolimatta siitä, että vanhempi luultavasti toteuttaa arjessaan sii-

hen liittyviä asioita. Pelastakaa Lasten toteuttamassa toiminnassa onkin koettu tarpeellisena avata myönteisen vanhemmuuden suuntausta vanhemmille.

Myönteisen vanhemmuuden tavoitteena on vahvistaa vanhemman ja lapsen välistä suhdetta. Vanhemman ja lapsen välinen myönteinen vuorovaikutus, ongelmien ratkaisu lapsen kanssa sekä eri ikävaiheisiin liittyvän kehityksen ymmärtäminen ovat myönteisen vanhemmuuden kannalta keskeisiä asioita. Lapsen kannalta on tärkeää, että vanhemmalla on kyky nähdä lapsi yksilönä, jolla on oikeuksia ja arvokkaita näkemisiä.³³

Myönteisessä vanhemmuudessa vanhemman käytös ja kasvatuskäytännöt tulee perustua lapsen etuun. Vanhemmalla on lukuisia tärkeitä tehtäviä lapsen elämässä kuten hoivata, suojella, osoittaa rakkautta, asettaa rajoja, ohjata lempeästi, olla esimerkkinä lapselle sekä edistää lapsen hyvinvointia. Myös vanhemman ja lapsen välinen kiintymys, turvallisuuden tunteen kokemukset ja lapsen itsetunnon vahvistaminen edistävät kaikki lapsen tervettä kehitystä.

POSITIIVINEN KASVATUS

Myönteisen vanhemmuuden taustalla vaikuttaa positiivisen kasvatuksen suuntaus. Positiivinen kasvatusta on lapsilähtöinen ja aikuisjohtoinen kasvatusmenetelmä, jossa kasvatusta rakentuu lapsen ja vanhemman väliselle yhteydelle. Sen ydin on lapsen empaattisessa kohtaamisessa. Positiivisen kasvatuksen keskiössä ovat vanhemman hyvinvointitaidot.³⁴





Näiden lisäksi merkityksellisinä asioina positiivisessa kasvatuksessa nähdään myös seuraavat seikat:³⁵

- Turvallinen kiintymyssuhde
- Hyvän näkeminen lapsessa
- Rajat ja rakkaus
- Ratkaisukeskeiset tavat puuttua lapsen ei-toivotuun käyttäytymiseen
- Myötätuntoinen suhtautuminen virheisiin ja itsemyötätunnon opettaminen lapselle
- Vanhemman ja lapsen tunnetaidot

PELKOKASVATUKSESTA KOHTI MYÖNTEISTÄ VANHEMMUUTTA

Vanhemmuus ei ole pelkästään ihanaa ja palkitsevaa. Se voi olla myös haastavaa. Haastavammaksi vanhemmuus voi muodostua silloin, kun siihen liitetään epävarma elämäntilanne, tiedonpuute ja stressi.

Lapsi haastaa monella tavalla vanhempansa. Eteen voi tulla myös tilanteita, joissa vanhempi toimii tavoilla, jotka eivät ole hyväksi lapsen kehitykselle tai perheenjäsenten välisille suhteille. Tällaisia voivat olla erilaiset haastavat tilanteet, joissa vanhempi yrittää saada lapsen ei-toivotun käytöksen loppumaan mahdollisimman

nopeasti ja suoraviivaisesti. Tuolloin myös vanhemman kärsivällisyys ja tunteiden säätelytaidot voivat olla luojilla. Vanhemman keinot ja ratkaisut eivät näissä tilanteissa ole aina lapsen kannalta hyviä. Ratkaisut voivat olla lyhytnäköisiä, jolloin ne eivät aina johda pysyviin vaikutuksiin.

Epävarmuus ja erehtyminen kuuluvat vanhemmuuteen. Tästäkin huolimatta on asioita ja tekoja, jotka eivät ole lapsen terveen kehityksen kannalta sallittuja. Ei ole epäilystäkään, etteikö lasta saisi toimimaan haluamallaan tavalla esimerkiksi pakottamalla, pelottelemalla, uhkailemalla, nolaamalla tai käyttämällä väkivaltaa. Tällaiset keinot jättävät lapseen jäljet, jotka näkyvät pitkälle aikuisuuteen. Pelolla kasvattaminen vaikuttaa lapsen oppimiseen ja mielenterveyteen negatiivisesti. Myös lapsen yhteys vanhempaan huononee.³⁶ Jos vanhempi on omassa lapsuudessaan kokenut tämän kaltaista kasvatusta, voi olla mahdollista, että vanhempi käyttää samoja haitallisia kasvatuskäytäntöjä oman lapsen kohdalla. Tällöin puhutaan haitallisten kasvatuskäytäntöjen toistumisesta ylisukupolvisesti.

Lapsen kannalta kasvatuksen tulisi pohjautua vanhemman ja lapsen väliseen yhteyteen, rakentavaan



Kuva: iStock.com / FatCamera

vuorovaikutukseen, rakkaudella ohjaamiseen sekä empaattiseen johtajuuteen.³⁷ Lapsen ja vanhemman väliseen suhteeseen vaikuttavat myös lapsen ja vanhemman kokemat tunteet, tunteiden säätelytaidot ja rauhoittumiskeinot. Näihin lapsi tarvitsee usein tukea omalta vanhemmaltaan. Perheitä kohdatessa olisikin hyvä pyrkiä tukemaan lasten tunnetaitojen lisäksi myös vanhemman tunnetaitoja. Tämän kautta vanhemman on helpompaa ymmärtää myös haastavissa tilanteissa lapsen käytöstä ja tunteiden taustalla olevia syitä.

TOIPUMISKYKY ELI RESILIENSSI

Myönteinen vanhemmuus ei tarkoita, ettei vastoinkäymisiä olisi lainkaan tai ettei vaikeasti käsiteltäviä tunteita tulisi tuntea. Vastoinkäymiset myös kasvattavat ja opettavat. Lapsen kannalta on tärkeää, että vanhemmat auttaisivat lasta kohtaamaan ja käsittelemään vastoinkäymisiä. Näistä selvittää paremmin myös riittävän resilienssin avulla. Lasten kannalta resilienssi liittyy vahvasti vaikeista tunteista selviytymiseen. Resilienssi nähdäänkin kykynä ponnahtaa takaisin vastoinkäymisistä ja myös kykynä kasvaa vaikeuksien myötä.³⁸

Lapsista 75 prosentilla on vähintään asianmukaiset resurssit selvitä suurimmasta osasta elämän tavallisista vastoinkäymisistä. Lapsen vastoinkäymisistä selviytymisen avaintekijänä voidaan pitää sitä, että lapsella on läheinen suhde yhteen välittävään aikuiseen. Lapsen voivat esimerkiksi selviytyä paremmin sodasta, jos he eivät joudu eroon vanhemmistaan. Resilienssillä on kuitenkin rajansa. Altistuessaan erittäin vaikeille elämäntapahtumille, kuten sodalle tai kidutukselle, ei yksikään lapsi ole resilienssillä ennen kuin pääsee turvaan.³⁹

Lapsuuden epäsuotuisia kokemuksia eli ACE-tekijöitä (Adverse Childhood Experience) pidetään lapselle haitallisina ja niillä voi olla pitkät ja moninaiset seuraukset. ACE-tekijät voivat olla esimerkiksi yksilön, perheen tai yhteiskunnan tuottamia. ACE-tekijöiden rinnalla on PCE-tekijät (Positive Childhood Experiences), jotka tarkoittavat lapsuuden aikaisia positiivisia, suojaavia kokemuksia. Lapsuuden positiivisilla kokemuksilla on todettu olevan vahva yhteys aikuisiän hyvinvointiin, ja ne lieventävät epäsuotuisien kokemusten vaikutusta. On myös todettu, että positiivisten kokemusten puute on jopa haavoittavampaa, kuin ACE-tekijät.⁴⁰



4 Perheiden kohtaaminen

PERHEIDEN TAVOITTAMINEN JA LUOTTAMUKSEN RAKENTAMINEN

Uuden toiminnan alkaessa on panostettava kohderyhmän tavoittamiseen. Tavoittaminen on todettu usein haastavaksi, kun tavoitellaan haavoittuvassa asemassa olevia maahan muuttaneita perheitä.

Lähtökohtaisesti pakolaistaustaisilla perheillä voi olla luottamuspuola. Se voi johtua esimerkiksi aiemmista huonoista kokemuksista erilaisten toimijoiden kanssa joko Suomessa tai muualla. Perhe on saattanut esimerkiksi aiemmin kohdata sellaisia valta-asemassa olevia toimijoita, joilla on asenteellisuutta, rassistisia asenteita tai osaamattomuutta kohdata henkilö, jolla on eri kieli- ja kulttuuritausta, mikä on saattanut näkyä kyseisen toimijan käytöksessä tai puhutavassa. Monissa maissa esimerkiksi viranomaisiin voidaan kokea pelottavana ja valta-asemansa väärinkäyttäjänä.

Ilman luottamusta ei yhteistyö perheiden ja yhteisöjen kanssa tule onnistumaan. Luottamuksen rakentaminen vie yleensä aikaa.

Yksi syy luottamuspuolaan on erityisesti viime vuosina kasvanut lastensuojelupelko ja lasten huostaanottopeleko. Tämä pelko rantautui Suomeen naapurimaasta Ruotsista, jossa tilannetta lisäksi lietsottiin tahalliseksi disinformaatiolla.⁴¹ Pelko oli erityisen suurta muslimi- ja arabitaustaisilla perheillä.

Pelko voi olla esteenä palveluihin hakeutumiselle. Usra-hankkeen toiminnassa perheitä kuultuja esimerkkejä tästä ovat muun muassa kieltäytyminen kotipalvelusta, vaikka sille olisi ollut kova tarve, perheen kieltäytyminen erityislapselle tarjotusta tuesta koulussa, haluttomuus liittyä ystävätoimintaan siinä pelossa, että vapaaehtoinen tulee kylään joku päivä, tai

pelko liittyen neuvolan terveydenhoitajan kotikäyntiehtotukseen.

Luottamuksen rakentamisen kannalta yhteyden saaminen perheisiin ja näiden yhteisöihin on tärkeää. Perheisiin yhteyden saaminen onnistuu parhaiten, jos on verkostoitunut jo ennestään yhteisössä ja on jo tuttu henkilö perheiden parissa. Yhteisöllä tässä kontekstissa tarkoitetaan esimerkiksi tiettyä kieli- ja kulttuuriryhmää. Kieli ja kulttuurituntemus ovat olennaisia luottamuksen ja yhteyden rakentamisen kannalta. Toimintaa toteuttamaan voi mahdollisuuksien mukaan esimerkiksi palkata henkilöitä, jotka joko ovat itse tavoiteltavien kieli- ja kulttuuriyhteisöjen jäseniä tai jotka tuntevat hyvin kyseisiä yhteisöjä.

Jos omia suoria kontakteja perheyhteisöihin ei ole, niin tavoittaminen voi tapahtua myös yhteistyötahojen kautta, joilla on jo yhteys tavoitettaviin perheisiin, tai jotka työskentelevät samankaltaisen toiminnan parissa. Yhteyden saamisessa apuna voivat toimia esimerkiksi eri kieli- ja kulttuuriyhteisöjä edustavat järjestöt. Tällöin alkuvaiheen verkostoituminen on oleellista.

Perheiden osallistumishalukkuuteen voi vaikuttaa paljon omalla lähestymistavalla ja miettimällä tarkkaan mitä on tarjoamassa perheille. On tärkeää tuoda perheille myös esiin mitä osallistuminen tarjottuun toimintaan heiltä edellyttää. Luottamusta on tärkeää rakentaa aluksi erityisesti perheen vanhempien kanssa. Vanhempien kautta on mahdollisuus tavoittaa myös perheen lapsia ja saada heidän luottamuksensa.

Vähemmistökieliryhmissä on todettu ns. 'puskara-dion' myös toimivan hyvin. Hyvän maineen saavuttaminen yhteisössä vaikuttaa ihmisten halukkuuteen osallistua ja ottaa kontaktia toiminnan järjestäjään jatkossa.



Kuva: iStock.com / FatCamera

Usra-hankkeen esimerkkejä perheiden tavoittamiseen

Usra-hankkeessa luottamuksen rakentaminen alkoi heti hankkeen alussa, ja siinä huomioitiin haavoittuvassa asemassa oleva kohderyhmä. Tässä erityisen tärkeänä näyttäytyi sen selventäminen perheille, että Pelastakaa Lapset ei ole viranomastoimija, koska epäluottamus viranomaisia kohtaan oli monien perheiden kohdalla suurta.

Hankkeen alussa tavattiin lukuisia toimijoita ja järjestettiin joidenkin yhteistyötahojen kanssa Pop Up -tapahtumia muun muassa Itä-Helsingissä Puhoksen kauppakeskuksessa, Vantaan vastaanottokeskuksessa ja Helsingin Diakonissalaitoksen paperittomien päiväkeskuksessa. Tapahtumien tarkoituksena oli esitellä samalla hanketta, järjestää mukavaa yhteistä toimintaa lapsille ja vanhemmille sekä tutustua perheisiin. Tämän kaltaisella matalan kynnyksen toiminnalla saatiin yhteys useampiin perheisiin. Kohtaamisen kynnystä madallettiin järjestämällä tapahtumia paikoissa, joissa perheet kävivät tai muuten viettivät paljon aikaa, sekä tarjoamalla helppoa ja mukavaa perheille suunnattua toimintaa, johon ei vaadittu ilmoittautumista. Tapahtumia mainostettiin arabian ja suomen kielellä hanketyöntekijöiden ja yhteisötyökumppaneiden viestintäkanavien kautta.

Tapahtumissa mainostettiin muuta alkavaa ryhmätoimintaa, kuten perhekerhoja tai vanhemmuus- ja lasten ryhmiä. Mainoksia jaettiin suoraan perheille myös yhteistyötahojen kautta. Vastaanottokeskusympäristössä toteutettua toimintaa suunniteltaessa arabiankielentaitoinen hanketyöntekijä soitti vastaanottokeskuksen työntekijän kanssa läpi kaikki sellaiset arabiankieliset perheet, jolle toimintaa voitiin tarjota.

Kun luottamus alkoi syntyä, alkoivat perheet kertoa henkilökohtaisista asioistaan ja kysyä neuvoja ja mielipidettä muissakin kuin hankkeen sisältöihin liittyvissä asioissa. Tästä syystä päädyttiin tarjoamaan yksilöohjausta muun toiminnan ohella. Tätä palvelua ei kuitenkaan mainostettu ulospäin, vaan ohjaus lähti perheiden aloitteesta ja tarpeesta.

Usra-hankkeessa yksilöohjaus tarkoitti, että työntekijä sopi vanhemman pyynnöstä erillisen ajan vanhemmalle tai perheelle, jolloin hoidettiin jotain perhetilanteeseen liittyvää asiaa, kuten lapsen kouluasiaa tai palveluohjausta. Palveluohjauksella tarkoitetaan henkilön ohjausta eteenpäin muiden palveluntarjoajien puoleen. Hankkeen aikana kohdatuilla perheillä oli monia tarpeita, joten hankkeessa rajattiin ohjaukset asioihin, jotka liittyivät perhe-elämään.

Perheiden tavoittaminen, luottamuksen rakentaminen ja matalan kynnyksen toiminnan ja tuen tarjoaminen koettiin kaikki hyvinä keinoina saada osallistujia hankkeen suljetumpiin ja tavoitteellisempiin vanhemmuusryhmiin.

Usra-hankkeen toimintoja



Usra-hankkeen havaintoja matalan kynnyksen toiminnan tärkeydestä

Vanhempien mukaan saaminen erilaisiin suljettuihin vanhemmuusryhmiin on välillä hyvin haastavaa, ja osallistujien tavoittamiseen kannattaa varata riittävästi aikaa. Osalla vanhemmista tähän liittyy monenlaisia pelkoja ja kynnyksiä, joita Usra-hankkeessa on pyritty madaltamaan.

Kaikki maahan muuttaneet vanhemmat eivät ole automaattisesti tuen tarpeessa olevia vanhemmuustaitojensa osalta. Vertaistuelle ja tiedonsaannille on kuitenkin yleisesti tarvetta, ja vanhemmuutta tukevaa toimintaa on ollut hyvä toteuttaa eri tavoin. Usra-hankkeessa yksi hyväksi todettu keino on ollut tarjota viikoittain toteutettavaa matalan kynnyksen perhekerhotoimintaa, jossa vanhemmuuden teemoja on käsitelty kevyemmällä otteella. Hankkeessa järjestettiin säännöllisesti myös perheilloja ja retkiä, joihin tavoitettiin runsaasti perheitä. Retkille valittiin lapsiystävällisiä kohteita, joissa perheillä oli mahdollisuus toimia ja osallistua yhdessä.

Hankkeessa havaittiin, että osallistamalla aluksi matalamman kynnyksen toimintoihin, kynnyksen osallistua suljettuihin vanhemmuus- ja lastenryhmiin madaltui. Ne perheet, jotka tämän jälkeen osallistuivat suljettuihin ryhmiin, sitoutuivat tapaamisiin todella hyvin. Jotkut vanhemmista ovat tuoneet esille, että aluksi oli myös tärkeä saavuttaa luottamus työntekijöitä kohtaan, minkä jälkeen osallistumiskynnys madaltui.

LASTEN JA PERHEIDEN KOHTAAMINEN

Kohtaamistavalla on suuri merkitys pakolaistaustaisten perheiden kanssa työskentelyssä. Perheitä tavattaessa on tärkeää tuoda selkeästi esiin, keitä toiminnan järjestäjät ovat, miksi he ovat paikalla ja mikä on tapaamisen tavoite.

Myös kuunteleminen on tärkeää. Sillä, että työntekijä on aidosti kiinnostunut perheen asioista, saattaa olla suuri vaikutus perheen kokemukseen kohtaamisesta. Parhaimmassa tapauksessa kunnioittavalla ja lämpimällä kohtaamisella voi saada hyvän kontaktin perheisiin heti ensitapaamisella.

Työntekijöiden työskentelytavoilla ja vuorovaikutuksella voi olla suuri merkitys myös lasten turvallisuuden tunteen kokemuksille ja luottamuksen rakentumiselle. Monilla pakolaistaustaisilla lapsilla on taustalla traumaattisia kokemuksia, mikä on hyvä tiedostaa ja huomioida lapsia kohdatessa. Positiivinen vuorovaikutus, hyväksyvän ja turvallisen ilmapiirin luominen, yksilöllisten tarpeiden huomioiminen ja hyvän näkeminen jokaisessa lapsessa ovat erityisen tärkeitä taitoja lasten kanssa toimiessa. Lapsen sensitiivinen kohtaaminen sisältää myös sen, että toiminta on lapselle vapaaehtoista. Tuolloin työntekijän tehtävä on kunnioittaa ja huomioida lapsen tarpeita myös silloin, kun lapsi ei halua osallistua yhteiseen tekemiseen.

KULTTUURISENSITIIVISYYS

Mitä enemmän on tekemisissä erilaisuuden kanssa, sitä paremmin sitä oppii ymmärtämään.

Kulttuurisensitiivisyys on kuitenkin eri asia kuin kulttuurituntemus, jolla tarkoitetaan yleistietoa jostain tietystä kulttuurista.

Ammatillisessa kontekstissa kulttuurisensitiivisyys tarkoittaa ammatillaisen kulttuurisesti kunnioittavia vuorovaikutustaitoja sekä arvostavaa sanallista ja sanatonta kohtaamista. Kulttuurisensitiivisyyteen kuuluu viestintä ammatillaisen ja asiakkaan välillä niin, että kummallakin osapuolella on oikeus oman kulttuurinsa ilmaisuun ja sen kanssa hyväksytyksi ja kuulluksi tulemiseen. Kulttuurisensitiiviset palvelut eivät esimerkiksi tarkoita erillispalveluita kaikille kohderyhmille, vaan palveluita, jotka pystyvät joustamaan erilaisten asiakkaiden tarpeisiin.⁴²

Kulttuurisensitiivisyys on halua, kykyä ja herkkyyttä ymmärtää eri taustoista tulevaa ihmistä. Kulttuurisensitiiviseen kohtaamiseen kuuluu oman kulttuuritaustan ja mahdollisten ennakkoluulojen tiedostaminen. Tämä tarkoittaa muun muassa tietoisuutta omista kulttuurisista lähtökohdista sekä niistä positiivista tai negatiivisista ennakkoluuloista, jotka voivat vaikuttaa toisesta kulttuurista lähtöisin olevan ihmisen kohtaamiseen. Kun puhutaan kulttuurisensitiivisyydestä tai monikulttuurisuudesta, on

tärkeää välttää tulkintaa, jossa oma kulttuuri nähdään ainoana oikeana ja normaalina.⁴³

Omien ennakkoluulojen pohdinnassa eritaustaisten ihmisten kohtaaminen on hyvä keino ennakkoluulojen tarkasteluun. Väärinymmärrysten ehkäisemiseksi kannattaa pyrkiä välttämään oletuksia. Kulttuuritaustaan riippumatta jokainen ihminen on yksilö, jolla on omat henkilökohtaiset tarpeensa ja tapansa. Kohdatessa toisia ihmisiä voi parhaiten oppia toisilta. Tästä on kyse, kun puhutaan kaksisuuntaisesta kotoutumisesta. On tärkeä myös huomata, mitä kaikkea yhteistämme meissä on sen sijaan, että keskittyy erilaisuuden näkemiseen.

Myös pakolaistaustaisten lasten kanssa työskennellessä kulttuurisensitiivinen työote on tärkeää. Esimerkiksi kiinnostuksen osoittamisella lapsen perhe-elämää ja kulttuuria kohtaan sekä lapsen ajatuksista kiinnostumisella voi olla suuri merkitys sille, että lapsi kokee tulleen nähdyksi ja kuulluksi.⁴⁴ Näin lapsi voi saada myös vahvistusta sille, että hänen oma kulttuurinsa, kielensä tai uskontonsa ovat yhtä tärkeitä kuin valtaväestön kulttuuri, kieli tai uskonto.

Lähtökohtia kulttuurisensitiiviselle asiakastyölle:

- ✓ Kunnioita erilaisuutta
- ✓ Huomioi asiakkaan elämäkokemukset ja vahvuudet
- ✓ Pohdi oman kulttuuritaustasi merkitystä itsellesi ja asenteisiisi
- ✓ Ole avoin ja kärsivällinen
- ✓ Ole kiinnostunut eri kulttuureista
- ✓ Ole joustava
- ✓ Kysy asiakkaalta hänen omista tavoistaan, arvoistaan ja kulttuuristaan oletusten ja yleistysten sijaan
- ✓ Rohkaistu kohtaamaan asiakas yksilönä enemmän kuin tietyn kulttuurin edustajana
- ✓ Huomioi yksilölliset tarpeet palveluissa
- ✓ Hyödynnä mahdollisuuksien mukaan kulttuuritulkkeja

*Lähde: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos:
Kulttuurisensitiivinen työote*

SELKOKIELI, SELKEÄ KIELI JA PUHETTA TUKEVAT KEINOT

Arkipuheessa käytetään usein termiä selkokieli, kun tarkoitetaan helposti ymmärrettävää ja selkää kieltä. *Selkeä kieli* on ymmärrettävää yleiskieltä, joka ei sisällä erikoista sanastoa.⁴⁵ Selkeä kieli ei sisällä selkokielen tavoin niin paljon kriteereitä, ja sitä voi hyvin hyödyntää esimerkiksi puhuessa, esitteissä ja verkkosivuilla, kun halutaan ilmaista asia selkeämmin ja ymmärrettävästi.

Selkokieli on suomen kielen helpommin ymmärrettävä muoto. Selkokielessä kieltä muutetaan yksinkertaisemmaksi sisällöltään, sanastoltaan ja rakenteeltaan. Se on tarkoitettu ihmisille, joilla on vaikeuksia lukea tai ymmärtää yleiskieltä.⁴⁶ Selkokielen käyttö madaltaa osallistumiskynnystä niiden kohdalla, joilla ei ole vahva suomen kielen osaaminen. Selkokieli auttaa sitä tarvitsevia ihmisiä tiedon saamisessa, lukemisessa, ymmärtämisessä, omien ajatusten ja näkemysten ilmaisemisessa ja toimintaan osallistumisessa. Selkokieltä kutsutaankin saavutettavaksi kieleksi. Selkokieltä voi puhua ja kirjoittaa selkokielen ohjeiden avulla.⁴⁷

Selkokielen muistilista:

- ✓ Käytä puhuessasi yleistä ja tuttua sanastoa. Muista selittää vieraat sanat ja painota ydinsanoja.
- ✓ Käytä lyhyitä ilmauksia ja suosi rakenteita, jotka ovat puhekielenomaisia.
- ✓ Puhu yhdestä asiasta kerrallaan.
- ✓ Jos aihe on uusi tai abstrakti, anna asiasta/aiheesta konkreettisia esimerkkejä.
- ✓ Jos jokin kohta tuottaa vaikeuksia, tämä selviää usein helpommin keskustellen ja kysellen, eikä luennoimalla asiasta.
- ✓ Aloita keskustelu asiasta, jonka kuulija tietää entuudestaan.
- ✓ Puhu rauhallisesti, mutta vältä kuitenkin puheen hidastamista luonnottomaksi. Muista tuottaa puhettasi.
- ✓ Jos jokin sana on tuottanut vaikeuksia, toista se uudelleen. Jos toisto ei auta, käytä kiertoilmauksia.
- ✓ Muokkaa kieltä keskustelukumppanin ikä- ja kehitystasoon sopivaksi.

Lähde: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos: Selkokieli

Pakolaistaustaisten lasten ja vanhempien kielitaito voi vaihdella paljon riippuen esimerkiksi siitä, kuinka kauan he ovat asuneet maassa tai ovatko vanhemmat päässeet riittävästi kielikursseille. Perheille suunnatussa toiminnassa on tärkeää varmistaa, että ryhmään osallistuva ymmärtää joko selkokielen, mallin tai kuvatuun avulla, mikä ryhmäkerran tarkoitus on ja mitä ryhmässä ollaan tekemässä.

Erilaiset puhetta tukevat ja toiminnalliset menetelmät, tulkkaus ja selkokielen tai selkeän kielen käyttö ovat hyviä keinoja edistää jokaisen mahdollisuuksia ymmärtää, tulla ymmärretyksi ja ilmaista itseään. Silloin kun yhteistä kieltä ei ole, näillä keinoilla voidaan pyrkiä varmistamaan, että perheille järjestetty toiminta on osallistujille saavutettavaa ja mielekästä. Toiminnallisten ja luovien menetelmien käyttö soveltuu perheiden parissa työskentelyyn, ja niiden merkitys korostuu entisestään silloin, jos ryhmässä on käytössä useita eri kieliä, tai jos vanhemman tai lapsen kielitaito on vasta kehittymässä. Toiminnallisuutta ja luovuutta voi toteuttaa esimerkiksi leikkien, pelaten, liikkuen, taiteillen ja kuvatyöskentelyn avulla. Myös palautteen kerääminen kuvien, piirrosten tai vaikkapa liikkeen avulla toimii hyvin erilaisissa yhteyksissä.

Kuvia ja kuvakommunikointia voi käyttää puheen ja sanattoman viestinnän rinnalla. Kuvien on hyvä olla selkeitä ja sellaisia, joita lapsen tai vanhemman on helppo tulkita. Tulostettujen kuvien lisäksi voi käyttää esimerkiksi lehdestä leikattuja kuvia, valokuvia, piirroksia ja erilaisia kuvakortteja. Esimerkiksi erilaisista ilmaisista kuvapankeista löytyy kuvia lasten ja vanhempien kanssa työskentelyyn.⁴⁸

Kun yhteistä kieltä ei ole, niin eleet, ilmeet ja kehonkieli ovat luonnollinen tapa kommunikoida. Tukiviittomien käyttö voi olla hyödyllistä, jos ohjaajalla löytyy sellainen taito. Kommunikointia tukee mallista näyttäminen esimerkiksi liikkeen ja tekemisen kautta. Myös asioiden osoittaminen on yksi varhaisista keinoista tulla ymmärretyksi.

Tänä päivänä on lisäksi käytettävissä paljon erilaisia ilmaisia kielikäntäjäsovelluksia, joita voi hyödyntää kielen kääntämistä vaativissa tilanteissa. Esimerkiksi lasten kanssa kommunikointiin voi myös hyödyntää joidenkin käännössovellusten ääniominaisuutta. Tämä ei vaadi kirjoitustaitoa.

Kielen huomioiminen Usra-hankkeen ryhmätoiminnassa

Usra-hankkeen toiminta suunnattiin pääsääntöisesti arabiankielisille perheille. Osa oli asunut Suomessa jo pidempään ja osa oli vasta maahan muuttaneita. Rajaaminen arabian kieltä puhuviin lapsiin ja vanhempiin mahdollisti sen, että toimintaa toteutettiin kahdella kielellä. Ryhmien toteutuksesta vastasivat suomen- ja arabiankieliset hanketyöntekijät.

Lasten ryhmissä käytettiin selkeämpää suomea, ja arabiankieliset työntekijät mahdollistivat arabian kielen käytön tukikielenä. Ryhmän ohjaamista ja lasten osallistumista helpotti se, että etenkin ne lapset, jotka olivat vasta äskettäin maahan muuttaneita, pystyivät kommunikoimaan ja tulemaan ymmärretyksi omalla äidinkielellään. Toiminnalliset ja luovat menetelmät, kuvien käyttö ja toiminnan struktuuriin liittyvät toistot helpottivat lasten osallistumista.

Vanhempien ryhmätoimintaa toteutettiin arabian kielellä, mutta rinnalla kulki kuitenkin suomen kieli, ja sitä monet osallistujat halusivat myös vahvistaa. Näin ollen pyrittiin huomioimaan myös ryhmään osallistuvien suomen kielen taito. Selkosuomen lisäksi ryhmäkerroilla käytettiin ajoittain kuvatukea.

OSALLISTAMINEN JA OSALLISUUDEN TOTEUTUMINEN

Osallisuus määritellään kokemukseksi kuulumisesta joukkoon sekä kokemukseksi siitä, että lapsella on mahdollisuuksia vaikuttaa itselleen merkityksellisiin asioihin.

Osallistumista puolestaan käytetään kuvaamaan sellaisia aktiivisia tekoja, joita lapsilla on mahdollisuus tehdä, kuten tapoja ottaa osaa ja kertoa mielipiteensä.

Osallistaminen tarkoittaa erilaisten mahdollisuuksien tarjoamista mukanaololle. Osallisuutta tarkastellaan mukanaolon ja vaikuttamisen mahdollisuuksina sekä osallisuuden kokemuksena.⁴⁹



YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen mukaan jokaisella lapsella on oikeus osallisuuteen. Sopimus luo vahvan pohjan jokaisen lapsen oikeuteen ilmaista vapaasti omat näkemyksensä kaikissa itseään koskevissa asioissa. Lapsen näkemykset on otettava huomioon iän ja kehitystason mukaisesti. Lapselle on myös annettava mahdollisuus tulla kuulluksi häntä koskevissa hallinnollisissa ja oikeudellisissa toiminnaissa.⁵⁰

Työntekijänä on hyvä miettiä, kuinka toiminnassa tai lasta kohdatessa huomioidaan lapsen oikeudet, ja kuinka toiminnalla voi edistää lapsen oikeuksien toteutumista. Kaikessa toiminnassa on huomioitava ainakin seuraavat neljä periaatetta:

1. Jokainen lapsi on yhdenvertainen ja tulee siten kohdatuksi. Ketään ei saa syrjiä ja kukaan ei saa tulla kiusatuksi.
2. Jokaisella lapsella on oikeus hyvään elämään. Lapsi saa olla oma itsensä, nauttia elämästä, ja aikuinen tukee lasta kehittymään.
3. Aikuisten tehtävä on selvittää, että mitä lapset ajattelevat. Lapselta on tärkeä kysyä, häntä tulee kuunnella ja ottaa tosissaan sekä huomioida.
4. Lapsia koskevissa päätöksissä ja suunnitelmissa pitää ensisijaisesti huomioida lapsen etu. Lapsille tulee perustella päätökset. Lapsen etua arvioidessa pitää huomioida lapsen näkemykset.

Lähde: Pelastakaa Lapset:

Katsele palveluita lapsen silmin -työkirja

Pelastakaa Lasten toiminnassa osallistamisen ja erityisesti lasten osallisuuden toteutumisen on keskeinen tavoite. Kuulemalla lapsia voidaan tehdä asioita toisin, vahvistaa hyväksi todettuja toimintatapoja sekä kehittää asioita tai toimintaa vastaamaan entistä enemmän lasten tarpeita ja mielenkiinnon kohteita. Lapsia ja vanhempia osallistamalla voidaan mahdollistaa paitsi osallistuminen myös tarjota osallisuuden kokemuksia lapsille ja vanhemmille.

Perheen elämäntilanne voi vaikuttaa osallistumishalukkuuteen ja -kykyyn monella eri tavalla.

Perheitä kohdatessa onkin tärkeää kuulla perheiden omia toiveita ja näkemyksiä muun muassa siitä, millä tavalla perheiden osallistuminen järjestettävään toimintaan onnistuu parhaiten.

Osallistuminen on yksi väylä osallisuuden kokemiseen. Mahdollisuus vaikuttaa itseään koskeviin asioihin on olennainen osa yhteiskunnallista osallistumista ja kiinnittymistä yhteisöön.⁵¹ Perheille suunnattua toimintaa suunnitellessa on tärkeää kuunnella lasten ja vanhempien omia kehitysehdotuksia tai muita toiveita. Näitä kuuntelemalla ja mahdollisuuksien mukaan niitä toteuttamalla voi toimintaan saada mukaan sitoutuneita osallistujia.



Lapsia kohdatessa ja lapsille suunnattua toimintaa kehittäessä on tärkeä kysyä säännöllisesti lasten ajatuksia, ideoita ja palautetta. Lasten kanssa työskennellessä on hyvä kiinnittää erityistä huomiota siihen, että jokaisella lapsella olisi mahdollisuudet tulla nähdyksi ja kuulluksi kielitaidosta riippumatta.

Lasten osallisuutta voi edistää lukuisilla tavoilla. Työntekijältä se vaatii lapsilta oppimista, yllättymistä ja oivaltamista. Taustalla vaikuttaa myönteisen tunnistamisen näkökulma, jossa työntekijän tärkeitä työkaluja ovat ennakkoluulottomuus ja pyrkimys tavoittaa lapsen kokemuksiin, tarpeita ja toiveita avoimesti. Kohdatessa lapsi myönteisen tunnistamisen asenteella, tutustutaan lapseen ja lapsen maailmaan ennakkoluulottomasti, tunnustetaan lapselle merkityksellisiä asioita ja tuetaan lasta asioissa, jotka lisäävät lapsen onnistumisen ja arvostuksen kokemuksiin. Lasten kanssa toimiessa on myös hyvä pysähtyä miettimään, että miten työntekijänä kuulee lapsia, mitkä toimintatavat on koettu hyväksi tai mitkä asiat haastavat lasten kuulemista.⁵²

Ymmärtääkseen lapsen tarpeita, toimintaa, kokemuksia ja ajatuksia, on hyvä varata riittävästi aikaa tutustuaan lapseen ja lapsen maailmaan. Sen myötä on helpompi työntekijänäkin tavoittaa ja oivaltaa jotain uutta ja merkityksellistä. Lasten kanssa pääsee testaamaan uusia ideoita matalalla kynnyksellä. Ideoinnissa ja kokeilussa on lupa leikkiä ja heittäytyä. Tärkeää on

osata olla lukkiutumatta johonkin tiettyyn tapaan toimia, vaikka se tuntuisi itsestä ainoalta oikealta tavalla. Lapsille suunnattua toimintaa kehitettäessä ja arvioitessa on hyvä pohtia, että mitä toiminnossa tapahtuu lapsen silmin katsottuna. Työntekijöillä on myös tärkeä tehtävä toimia lasten ajatusten sanansaattajina, eli viädä lasten ajatuksia eteenpäin.

Apukysymyksiä lapsikeskeisen työn tueksi

- ✓ Tunteeko lapsi olonsa tervetulleeksi?
- ✓ Tuleeko lapsi huomioiduksi, kuulluksi ja kohdatuksi?
- ✓ Kokeeko lapsi olevansa tykätty ja tärkeä?
- ✓ Voiko lapsi toimia itselleen luontevalla tavalla?
- ✓ Ymmärtääkö lapsi mitä tapahtuu?
- ✓ Millaisia tunnelmia lapsi aistii?
- ✓ Mitä asioita konkreettisesti tapahtuu lapselle?
- ✓ Onko lapsella mahdollisuus vaikuttaa asioihin?

Lähde: Pelastakaa Lapset: Katsele palveluita lapsen silmin -työkirja

Lapsen näköinen osallisuus

- ★ Lasten elämässä on lukuisia heille merkityksellisiä asioita, joilla on myös vaikutuksia lapsen osallisuuden kokemuksiin.
- ★ Joukkoon kuulumisen on lapselle sitä, että voi kokea olevansa tykätty ja osa itselleen tärkeää yhteisöä. Työntekijän tehtävänä on pyrkiä mahdollistamaan se, että jokaisella lapsella on mahdollisuus tehdä mukavia asioita yhdessä muiden kanssa.
- ★ Lapselle on tärkeää saada olla oma itsensä. Lasten kanssa toimiessa on hyvä tutustua lapseen. Tätä kautta avautuvat paremmin myös lapsen tuen- ja huolenpidon tarpeet, vahvuudet ja voimavarat. Työntekijänä on tärkeää toimia niin, että jokainen lapsi tuntee olevansa hyvä omana itsenään riippumatta elämäkokemuksistaan ja yksilöllisistä ominaisuuksistaan.
- ★ Lapsi tarvitsee rakkautta ja huolenpitoa vanhemmiltaan. Lapsen tulisi saada kohdata välittämistä ja huolenpitoa myös niissä toiminnoissa ja palveluissa, joissa lapsi aikaansa viettää. Jokaisella työntekijällä, joka kohtaa lapsia, on mahdollisuus vaikuttaa näihin kokemuksiin.
- ★ Huomaamalla lasten yksilölliset ja heille merkitykselliset asiat, voi tukea lasten mahdollisuutta osallistua ja vaikuttaa. Merkittävät osallisuuden kokemukset syntyvät arkisissa tilanteissa, ja lapsen osallisuutta ja vaikuttamisen mahdollisuuksia tulisikin erityisen hyvin vaalia lapsen arkeen liittyvissä yhteisöissä ja palveluissa.

Lähde: Pelastakaa Lapset: Lapsilta opittua -verkkosivu

Esimerkkejä lasten ja vanhempien osallisuudesta Usra-hankkeessa

Usra-hankkeessa edistettiin lasten ja vanhempien osallisuutta monilla eri tavoilla. Hankkeessa toteutuneet perhekerhot ja lasten ryhmät muokkautuivat lasten ajatuksen, ideoiden, mielenkiinnon kohteiden ja palautteiden pohjalta. Myös vanhempien toive ilt-aikaan järjestettävästä perheille suunnatusta toiminnasta huomioitiin, ja näin syntyivät perheillat.

Perheilloja järjestettiin vuoden ajan noin kerran kuu-kaudessa. Perheillat olivat luonteeltaan tapahtumaluonteisia kokoontumisia, joissa oli ohjelmaa lapsille ja vanhemmille. Lapset ja vanhemmat saivat myös halutessaan ottaa vastuurooleja tapahtumien tai perheillojen järjestämisessä. Näin vahvistettiin myös lasten ja vanhempien osallistumisen ja osallisuuden kokemuksia.

Tapahtumien jälkeen kerättiin palautetta osallistujilta. Lasten kanssa käytettiin muun muassa isoa kartonkia, johon he saivat kirjoittaa, piirtää tai valita kuvista asioita, joista tapahtumissa pitivät tai eivät pitäneet tai mitä ohjelmaa he toivoisivat tulevaisuudessa. Käytössä oli myös palautevihko, johon lapset kirjoittivat ja piirsivät toiveita. Aikuisille oli käytössä myös palautevihko, johon yksi järjestäjistä kirjoitti tarvittaessa niiden vanhempien puolesta, joilla ei ollut luku- ja kirjoitustaitoa tai joilla kynnyksen kirjoittaminen itsenäisesti oli korkea.

Hankkeen kaikkia toimintoja kehittäessä nähtiin tärkeänä asiana kuulla lapsia sekä vanhempia ja antaa heille mahdollisuuksia vaikuttaa perheille suunnatun toiminnan kehittämiseen. Hankkeessa edistettiin lasten mahdollisuuksia ilmaista itseään ja mielipiteitään sekä luotiin mahdollisuuksia perheille osallistua toimintaan matalalla kynnyksellä. Palautteista saatua tietoa ja havaintoja hyödynnettiin toiminnan kehittämisessä ja toteutuksessa. Lasten osallisuuden kokemuksia edistettiin myös lapsille suunnattujen haastatteluiden avulla, joissa lapset saivat äänensä kuuluviin perhe-elämästä ja muista heille merkityksellisistä asioista.





5 Ihana Usra -ryhmän malli

“

Huomasin että meidän perhe on erityinen. Vanhemmat eivät aina huomaa mitä lapset huomaavat. Nyt katson asioita lapsen näkökulmasta.”

- Ihana Usra -ryhmään osallistunut vanhempi

Tässä oppaan osiossa kuvataan Usra - Perheenä Suomessa -hankkeessa kehitetty Ihana Usra -ryhmän malli, joka koostuu viidestä vanhemmuus- ja lasten ryhmän tapaamisesta.

Sana usra tarkoittaa arabiaksi perhettä. Ryhmän nimi kuvaa myönteistä perheenä toimimista ja myönteisen vanhemmuuden ajatusta, joita hankkeessa on pyritty lisäämään pakolaistaustaisten perheiden parissa.

Tämä viiden tapaamisen malli on suunniteltu pitkäjänteisempään työskentelyyn, ja sen tavoitteena on tuoda yksittäisiä tapaamisia tavoitteellisemmin myönteisiä vaikutuksia lapsen ja vanhemman elämään. Mallia on mahdollista myös soveltaa. Materiaalista voi poimia yksittäisiä tapaamisia tai valita sellaisia osioita, joita voi hyödyntää esimerkiksi avoimessa ryhmätöiminnässä. Lasten tai vanhempien ryhmää voi toteuttaa myös sellaisenaan, ilman toista ryhmää. Ihana Usra -ryhmän malli toimii kuitenkin parhaimmillaan kokonaisuutena.

Malliin valikoituneet teemat eivät sisällä kaikkea sitä, mitä myönteinen vanhemmuus pitää sisällään. Se ei myöskään sisällä kaikkia niitä aiheita, joita vanhemmat ovat tuoneet hankkeen aikana esille. Mallin kehittämässä on kuitenkin pyritty huomioimaan Usra-hankkeen toimintaan osallistuneilta perheiltä nousseita teemoja, joiden kautta voidaan edistää myönteistä vanhemmuutta. Toimintaan osallistuneet lapset ovat myös päässeet vaikuttamaan lasten ryhmätöimintamallin kehittämiseen. Heiltä on kysytty aktiivisesti ideoita ja palautetta, joiden pohjalta lasten ryhmän mallia on kehitetty.

RYHMÄN TAVOITE

Vanhempien ryhmän tavoitteena on lisätä myönteiseen vanhemmuuteen liittyvää tietämystä, minkä kautta vahvistetaan koko perheen hyvinvointia sekä lasten oikeutta hyvään ja turvalliseen elämään. Tavoitteena on myös vahvistaa vanhempien tunnetaitoja sekä vanhempien pystyvyyden tunnetta ja hyvän huomaamista lapsessa ja itsessään vanhempana. Aiheita käsitellään sensitiivisesti, perheiden elämäntilanteet ja kokemukset huomioiden. Vanhemmuusryhmä on suunnattu kaikille vanhemmille, jotka ovat kiinnostuneet vanhemmuuden aiheista.

Vanhempien välinen vertaistuki nähdään merkityksellisenä tässä vanhemmuuden tuen mallissa. Vertaistuki voi vahvistaa vanhemman kokemusta siitä, että hän ei ole yksin pohtimiensa asioiden tai kokemustensa kanssa. Joskus voi olla helpompi lähestyä matalan kynnyksen toimijaa, jonka kautta voi saada tukea vertaistuen muodossa. Usein yhteinen tekeminen ja toiminta edistävät luottamuksen syntymistä, ja ne ovat merkittäviä tuen muotoja uuteen yhteiskuntaan kotoutuessa. Osallistumalla toimintaan, tunne ryhmään, yhteisöön ja yhteiskuntaan kuulumisesta kasvaa. Vertaistoiminnan kautta syntyvät positiiviset kokemukset voivat lisätä myös luottamusta toisia ihmisiä ja myös palvelujärjestelmää kohtaan.⁵³

Lasten ryhmän tavoitteena on tarjota lapsille hyvinvointia edistävää toimintaa, jossa lapsilla on mahdollisuus oppia omista vahvuuksistaan, lapsen oikeuksista, tunteista ja hyvinvoinnista. Lapset pääsevät ilmaisemaan itseään ja ajatuksiaan, ja samalla lisätään lasten osallisuuden kokemuksia, opitaan suomen kieltä ja ryhmässä toimimisen taitoja.

Lasten ryhmissä käsitellään samankaltaisia teemoja kuin vanhempien ryhmässä, mutta ryhmässä korostuvat toiminnalliset ja luovat menettelmät, jolloin aiheita käsitellään lapsille ominaisilla tavoilla, kuten leikkien, liikkuen ja taiteillen. Lasten ryhmän tapaamisten sisällöt on suunniteltu 5–10-vuotiaille lapsille.

PALAUTE PILOTTIRYHMISTÄ

“ Olen oppinut miten antaa enemmän tilaa lapsille kertoa oman mielipiteensä, jakaa tunteensa. Oma kärsivällisyys on myös lisääntynyt.”
- Ihana Usra -ryhmään osallistunut vanhempi

Pelastakaa Lapset pilotoi Ihana Usra -ryhmätoiminnan mallia kahdessa eri ryhmässä vuoden 2023 aikana. Ryhmiin osallistui yhteensä 10 arabiankielistä vanhempaa ja 20 3-11 -vuotiasta lasta.

Ennen ryhmätoiminnan aloittamista jokaiselle ryhmään ilmoitautuneelle vanhemmalle tehtiin alkukysely puhelimitse. Alkukyselyssä kysyttiin seuraavat kysymykset: Oletko aikaisemmin osallistunut vanhemmuusryhmään? Mitä kautta löysit tämän ryhmän? Miksi haluat osallistua ryhmään? Tiedätkö missä sinä olet hyvä vanhempana? Tiedätkö missä sinun lapsesi on hyvä ja millaisia hyviä luonteenpiirteitä hänellä on? Oletko kuullut myönteisestä kasvatuksesta?

Lähes kaikki vastaajista kokivat tietävänsä missä olivat vanhempana hyviä ja missä heidän lapsensa olivat hyviä. Muutama osallistuja myös arvioi tietävänsä mitä myönteinen kasvatusta on. Suurin osa perheistä tuli toimintaan mukaan Usra-hankkeen säännöllisen matolan kynnyksen ryhmätoiminnan kautta. Muutama vanhempi oli löytänyt toimintaan mukaan muissa kanavissa näkeminsä mainosten kautta.

Vastaavasti viiden ryhmätoimintakerran jälkeen osallistuneille vanhemmille tehtiin loppukysely puhelimitse. Loppukyselyssä kysyttiin seuraavia kysymyksiä: Oletko oppinut jotain uutta? Oletko oppinut uusia tapoja toimia lasten kanssa? Mitä hyötyä ryhmään osallistumisesta on ollut sinulle? Mitä lapsesi on kertonut ryhmästä? Onko jotain muuta, mistä haluat kertoa tai antaa palautetta?

Vanhempien palautteessa korostui ryhmän vertais-
tuellinen vaikutus, huomion kiinnittyminen aiempaa enemmän lapsen tarpeisiin ja ymmärryksen lisääntyminen omista ja lasten reaktioista erilaisissa tilanteissa. Kaikki ryhmään osallistuneet vanhemmat kokivat hyötyneensä osallistumisesta.

“ Sain vahvistuksen sille, että se miten toimin lasten kanssa on oikein ja hyvää, huomasin sen nyt paremmin. Opin myös, että tunteet ja mieliala voivat ilmetä fyysisinä oireina.”
- Ihana Usra -ryhmään osallistunut vanhempi

“ Oli hienoa huomata, miten hyvin lapset oppivat ja omaksuivat asioita, esimerkiksi kun työntekijät puhuivat heille lasten oikeuksista. Huomasin miten lapset kehittyivät ja kun menttiin kotiin, lapset innokkaana kertoivat isälle mitä olivat tehneet ja mitä tietoa olivat saaneet.”
- Ihana Usra -ryhmään osallistunut vanhempi

“ Nyt kehotan lapsia leikkiin. Alkuun lapset oli tästä ihmeissään.”
- Ihana Usra -ryhmään osallistunut vanhempi

LASTEN PALAUTE JA TYÖNTEKIJÖIDEN HAVAINNOT

Ryhmiin osallistuneet lapset osallistuivat tapaamisiin mielellään ja olivat pääsääntöisesti innokkaasti mukana tekemisissä. Toiminnalliset ja luovat tekemiset esimerkkien ja kuvatuon avulla toimivat erityisen hyvin lasten kanssa. Osa lapsista hyötyi myös tulkkauksesta ja ryhmäkertojen toistuvasta struktuurista.

Lasten iso ikäjakauma oli paikoin haastavaa. Pienempien lasten kohdalla koettiin, että on erityisen tärkeää huomioida riittävä aikuisen tuki ja ikätasoiset tekemiset sekä eriyttää osittain toimintaa lasten tarpeiden mukaan.

Lasten kannalta merkityksellisenä nähtiin se, että ohjaajilla on taito kohdata lapset lämpimästi ja luoda myönteinen ja hyväksyvä ilmapiiri ryhmässä. Lasten ajatusten kuuleminen ja myönteisen palautteen antaminen lapsille koettiin tärkeänä ja palkitsevana.

Lapset kokivat tärkeänä, että ryhmässä oli monipuolisesti tekemistä. Lapset antoivat palautetta ja kertoivat toiveita ryhmän toiminnasta. Nämä huomioitiin ryhmämallin kehittämisessä. Yhteisleikit ja askartelut olivat mieluisia ja moni koki oppineensa uusia asioita ryhmässä. Tapaamisissa opittiin mm. omista vahvuuksista, lapsen oikeuksista, tunteista ja asioista, jotka tuovat hyvää oloa. Tärkeänä havaintona voi myös pitää sitä, että lasten ryhmä koettiin merkityksellisenä paikkana, koska siellä pystyi tutustumaan uusiin kavereihin.

“ Opittiin tänään lapsen oikeuksista, että mitä lapsi tarvitsee. Oon kuullut niistä koulussa, vähän myös kotona. Opin täällä myös suomen kieltä. Kukan istutus oli uusi juttu. Oli kiva miettiä unelmia. Tunteet oli kiva. Tykkäsin siitä. Opin pelaamaan palloa ja tekemään temppuja. Tykkäsin syödä pizzaa.”
- Ihana Usra -ryhmään osallistuneiden lasten ajatuksia

“ Täällä on saanut paljon kavereita. Tämä on koulun lisäksi ainoa paikka, minne voin tulla leikkimään kavereiden kanssa.”
- Ihana Usra -ryhmään osallistunut 8 kk Suomessa asunut lapsi

Suurin osa lapsista ilmaisi tapaamisten myötä yllättävän avoimesti ajatuksiaan ja tunteitaan. Tähän saattoi osittain olla vaikuttamassa se, että jotkut lapsista olivat ohjaajille entuudestaan tuttuja Usra-hankkeen muista toiminnoista. Lapsille oli myös tekemisten ja leikkien lomassa luontevampaa ilmaista itseään sanallisesti ja muulla tavoin. Ryhmissä havaittiin myös, että lapset toivat monin tavoin esille oman perheen merkitystä ja yhteistä tekemistä.

“*Olen iloinen, kun leikin. Olen iloinen minun perheen kanssa. Pelkään lentämistä ja hirviöitä. Minua harmittaa, kun isä ei anna minulle uutta palloa. Olin surullinen, kun emme voineet viettää Eidia yhdessä sukulaisten kanssa, koska he eivät ole täällä.*”

- Ihana Usra -ryhmään osallistuneiden lasten ajatuksia

Ryhmäkerroilla havaittiin, että on hyvä varata riittävästi aikaa siihen, että lasten luottamus muita ryhmän lapsia ja aikuisia kohtaan vahvistuu. Sen myötä lapsen on myös helpompi ilmaista itseään.

“*Lapset olivat tällä kerralla innokkaasti mukana kaikissa tekemisissä. Erityisen mukava oli huomata, kuinka jokainen halusi nimetä, piirtää tai näyttää vähintään muutaman asian, jossa kokee olevansa hyvä. Monen lapsen kohdalla omista ajatuksista kertominen ohjaajille ja muille lapsille oli tällä kerralla avoimempaa.*”

- Ihana Usra -ryhmän ohjaajan havaintoja tapaamisesta

Lapset toivoivat, että tapaamisia olisi useammin ja etteivät ne päättyisi. Tunnemittarit olivat kovassa käytössä, kun lapset näyttivät niistä erilaisia tunteita, joita ryhmän päättyminen heissä herätti.

“*Milloin tämä on uudestaan? Voisiko tämä olla jo ensi viikolla, tai jo huomenna illalla? Täällä on paljon kivempaa kuin päiväkodissa. Olen surullinen, kun tämä loppuu. Olisi kiva, jos tämä ryhmä jatkuisi. Voidaanko jatkaa?*”

- Ihana Usra -ryhmään osallistuneiden lasten ajatuksia

Lasten ajatukset vahvistavat sitä, että ryhmätapaamisten jälkeen olisi hyvä pyrkiä huomioimaan se, että yhteys lasten ja perheiden välillä ei katkea välittömästi ryhmän päätyttyä. Ryhmän jälkeen on hyvä tarjota jotain muuta toimintaa, johon perheet voivat osallistua. Usra-hankkeen kohdalla osa lapsista ja perheistä osallistuivat hankkeen tarjoamiin perheiltöihin, perhekerhoon, nuorten ryhmän tapaamisiin ja tapahtumiin. Lasten ja vanhempien ryhmille järjestettiin myös jälleennäkemiset, joissa perheet pääsivät tapaamaan toisiaan.

RYHMÄN VALMISTELUT

Toivotun ryhmäkoon määrittely on hyvä tehdä ennen perheiden tavoittelemista. Mikäli vanhemmuusryhmän rinnalla toteutetaan samaan aikaan lasten ryhmää, on vanhempien ryhmä hyvä pitää melko pienenä. Tuolloin vältetään lasten ryhmän kasvaminen liian suureksi. Usra-hankkeessa hyvänä lapsiryhmän kokona koettiin alle 10 lasta. Pienemmässä ryhmässä on helpompi vastata lasten yksilöllisiin tarpeisiin ja varmistaa, että lapsi tulee kuulluksi ja nähdyksi.

Kun perheet on tavoitettu, on ennen ryhmän alkua hyvä olla yhteydessä vanhempiin ja kertoa ryhmien toteutuksesta ja teemoista. Tässä kohtaa vanhempien on myös mahdollista kertoa työntekijälle lapsestaan ja lapsen mahdollisista tuen tarpeista. Lapsille voi lähettää ennen ryhmää ohjaajien videotervehdyksen tai kirjeen, jossa kerrotaan lasten ryhmästä ja toivotetaan lapsi ja vanhempi tervetulleeksi ryhmään.

Ryhmää suunniteltaessa on hyvä kiinnittää huomio tila-asioihin. Vanhempien ja lasten ryhmien käyttöön varattavien tilojen on hyvä olla erilliset mutta lähellä toisiaan. Vanhemmuusryhmä on hyvä toteuttaa rauhallisessa paikassa, jossa vanhemmat voivat jutella pelkäämättä, että joku ryhmän ulkopuolinen kuulee keskustelut. Tilassa on tärkeitä huomioida muun muassa esteettömyys ja lapsiystävällisyys. Tilan on hyvä olla sellainen, joka soveltuu tai on muokattavissa lasten käyttöön. Lasten ryhmiä toteutettiin Usra-hankkeessa sisätilassa, jossa lasten oli mahdollista leikkiä, liikkua ja taiteilla. Ryhmää voi halutessaan pitää myös ulkona. Tuolloin on syytä huomioida turvallisuuteen liittyvät asiat.

Jotta sekä vanhempien että lasten osallistuminen olisi mahdollista, on tarvittaessa hyvä mahdollistaa myös alle 5-vuotiaiden lasten osallistuminen etenkin silloin, jos perheen on vaikea osallistua ilman pienen lapsen mukaan tuloa. Pienemmille lapsille voi pyrkiä järjestämään esimerkiksi erillisen lastenhoidon. Lasten ryhmän tapaamisten sisältöjä voidaan myös muokata pienempien lasten ikätasolle sopiviksi ja toteuttaa toimintaa pienryhmissä. Pienten lasten kohdalla on hyvä antaa myös riittävästi aikaa vapaalle leikille. Vauvikäisten lasten on puolestaan parempi olla oman vanhemman kanssa vanhempien ryhmässä.

RYHMÄNOHJAAJAT JA TEHTÄVÄT

Vanhemmuusryhmää on hyvä olla ohjaamassa kaksi työntekijää. Usra-hankkeessa mallia toteutettiin yhdelle kieliryhmälle, jolloin vanhempien ryhmää ohjasi hankkeessa työskentelevät arabian kielitaitoiset suunnittelija ja tuntityöntekijä. Aina tämä ei kuitenkaan ole mahdollista, jolloin vaihtoehtona on toteuttaa ryhmää selkokielellä ja tulkkauksen avulla. Tuolloin kannattaa varata aikaa tapaamisiin hieman enemmän tai tiivistää ohjelmaa.

Lasten ryhmässä on hyvä olla 2–3 työntekijää, huomioiden lapsiryhmän koko, ikäjakauma ja lasten yksilölliset tarpeet. Yleisenä ohjeena voidaan pitää sitä, että mitä enemmän pieniä tai tukea tarvitsevia lapsia ryhmässä on, sitä enemmän tarvitaan aikuisia.

Ryhmänohjaajilla on monenlaisia tehtäviä. Ryhmän ohjaukseen liittyvien tehtävien lisäksi tehtäviin kuuluu ryhmän mainostamista, ilmoittautumisten vastaanottamista ja palautteiden keräämistä. Usra-hankkeessa jokaiselle vanhemmalle tehtiin ennen ryhmään osallistumista aloituskysely. Ryhmän päättymisen jälkeen tehtiin henkilökohtainen loppukysely, jonka avulla kerättiin palautetta sekä tietoa ryhmään osallistumisesta ja sen vaikutuksista vanhemmuuteen.

Koska vanhempien ryhmä ei ollut suuri, pystyttiin jokaiseen vanhempaan olemaan yhteydessä puhelimitse ilmoittautumisen jälkeen sekä kyselyiden yhteydessä. Näin ollen luku- ja kirjoitustaidolla ei ollut merkittävää tiedonsaannin kannalta.

Ohjaajien on hyvä sopia työnjaosta ja valmistella tapaamiset hyvin. Ohjaajien tehtävänä on varmistaa, et-

tä tapaamisissa pysytään aikataulussa ja että jokainen osallistuja pääsee osallistumaan ryhmässä hyväksi kokemallaan tavalla. Ohjaajaa tarvitaan toisinaan myös palauttamaan keskustelut ja tekemiset takaisin raitteilleen. Ryhmässä sovittujen sääntöjen avulla ryhmän ohjaaminen ja osallistuminen on sujuvampaa. Jokainen ryhmä luo itselleen ja toimintaansa soveltuvat säännöt. Säännöistä ryhmän kanssa yhdessä sopiessa on kuitenkin aina hyvä tuoda esille keskinäisen luottamuksen ja turvallisen ilmapiirin merkitys.

Tapaamisten jälkeen ohjaajien on hyvä purkaa ryhmäkerta yhdessä. Tuolloin on tärkeää tuoda onnistumisten lisäksi esille myös asiat, jotka ovat jääneet mieltäytymään. Mikäli ohjaajalla nousee esimerkiksi huoli vanhemmasta tai lapsesta, on tämä hyvä käsitellä yhdessä. Joskus voi tulla vastaan tilanteita, joissa on tarve ohjata vanhempi tai lapsi tämän tarvitseman jatkotuen piiriin. On hyvä myös varata riittävästi kiireetöntä aikaa ryhmän jälkeen ajatusten ja kokemusten vaihdolle, jotta välttyy siltä, että vie ne kotiin mukanaan.

Taustatietoa teemoista ohjaajalle

Vanhemmuusryhmän ohjelmaan on koottu teemoihin liittyvää tietoa ohjaajalle. Nämä löytyvät tapaamisten aloitussivuilta (tapaamiset 2–5). Ne toimivat hyvänä taustatietona, jota voi hyödyntää esimerkiksi aiheiden alustuksissa.



Videot myönteisestä vanhemmuudesta

Usra-hankkeessa on tuotettu arabian- ja suomenkielinen videosarja myönteisestä vanhemmuudesta. Videoilla ääneen pääsevät ammattilaiset, lapset ja vanhemmat. Videoissa toistuvat samat teemat kuin tapaamisissa. Videot toimivat hyvinä alustuksina ja keskustelunavaajina. Videoita voi käyttää ja levittää vapaasti perheille.



Kysymyskortit myönteisestä vanhemmuudesta

Ryhmässä voi hyödyntää Usra-hankkeen kysymyskortteja myönteisestä vanhemmuudesta. Kortteihin on koottu kysymyksiä, joita kysytään vanhemmilta ryhmäkerroilla 2–5. Kortit löytyvät liitteinä, ja ne voi halutessaan esimerkiksi laminoida ryhmän käyttöön.

VANHEMMUUSRYHMÄN TAPAAMISET

Vanhemmuusryhmään sisältyy viisi tapaamiskertaa, jotka ovat olleet kestoltaan noin 2,5 tuntia. Tapaamisia on toteutettu joka toinen viikko, mutta niitä voi myös toteuttaa viikoittain. Tapaamisten kestoa ja toteutus-tapaa voi muokata ryhmän tarpeiden mukaiseksi.

Tapaamiset koostuvat myönteisen vanhemmuuden teemoista, ohjatusta keskustelusta, pienryhmätyöskentelystä, toiminnallisista tehtävistä ja yhteisestä lo-petuksesta lasten kanssa.

Vanhemmuusryhmän tapaamisten teemat:

1. Tutustuminen s. 32
2. Minä ja perheeni s. 33
3. Mitä lapsi tarvitsee? s. 36
4. Monenlaiset vanhemmuuden tunteet s. 40
5. Vanhemman ja perheen hyvinvointi s. 44



Vanhemmuusryhmän tapaamisten symbolit

Tapaamiskertojen kuvauksissa toistuvat seuraavat symbolit, joiden avulla kuvataan ryhmätoiminnan sisältöä.



Tervetuloa ryhmään!

Tämä osio sisältää välipalan ja lapsille vapaata leikkiä.



Aloitus

Aloitus sisältää esittäytymiset, kuulumiset, ryhmän säännöt, mahdolliset tutustumis- ja ryhmäytymistehtävät, päivän teeman avaamisen ja mahdollisen kotitehtävän purun.



Video

Usra-hankkeessa tuotetut videot seurailevat ryhmän teemoja. Ne toimivat alustuksina päivän teemoihin.



Keskustelu ja toiminnallinen osuus

Tämä osuus sisältää teeman mukaisen keskustelun ja toiminnallisen osuuden vanhempien kanssa ohjaajan ohjauksella. Keskustelun pohjustuksena ja tukena voi käyttää osion taustatietoa ja kysymyskortteja.



Kotitehtävä

Tapaamisten 1-4 päätteeksi annetaan vanhemmille pieni kotitehtävä.



Palautehetki

Kerätään vanhemmilta palaute ja fiilikset ryhmäkerrasta. Tässä voidaan hyödyntää tunne-mittaria. Mikä jäi mieleen tapaamisesta?



Lasten ja vanhempien yhteinen hetki

Lasten ja vanhempien yhteisessä hetkessä kerrotaan mitä lapset ovat tehneet ryhmässä. Tämän jälkeen leikitään joko lasten ryhmässä aiemmin leikitty yhteisleikki tai jokin muu ti-lanteeseen sopiva leikki. Lopuksi toteutetaan yhdessä valittu lopetus. Osallistujat voivat näyttää lähtiessään tunnemittarista, että mikä tunnelma jäi ryhmäkerrasta.



Mitä tarvitset mukaan

Lista asioista, joita ohjaajana tarvitset toimintakerran toteutukseen.



1. tapaaminen: Tutustuminen

Tämän tapaamiskerran tavoite on ryhmän tutustuminen toisiinsa, ryhmästä kertominen, yhteistekeminen ja tiloihin tutustuminen.



Tervetuloa ryhmään!



Aloitus

Yhteinen aloitus: Vanhempien ja lasten yhteinen tutustumisleikki. Tehdään tämän jälkeen tunnemittarit lasten ja vanhempien käyttöön. Esimerkki tutustumisleikeistä ja ohjeet tunnemittarin tekemiseen löytyvät lasten ryhmän materiaalista. Tunneittareiden tekemisen jälkeen vanhemmat siirtyvät toiseen tilaan ja lapsilla jatkuu oma toimintahetki.



Vanhempien aloitus: Kerrotaan kenelle ryhmä on suunnattu ja mikä on ryhmän tarkoitus. Keskustellaan myönteisen vanhemmuuden merkityksestä, miten se ymmärretään ja miten se ilmenee. Keskustellaan lapsen ja vanhemman välisen suhteen tärkeydestä ja sen vahvistamisesta. Esitellään kaikkien ryhmäkertojen teemat ja aikataulu, ja luodaan yhdessä säännöt ryhmälle. Sovitaan yhteisestä tiedotuskanavasta. Käydään läpi lasten ryhmän teemat.



Video

Katsotaan video nro 1: Videosarja vanhemmille



Keskustelu ja toiminnallinen osuus

1. Mitä hyvää näet omassa vanhemmuudessa? Annetaan mahdollisuus jakaa oma ajatus ryhmässä.
2. Väittämiä vanhemmuudesta. Valitaan väittämiä, ja jokainen vanhempi valitsee vastaako kyllä vai ei. Tämän voi myös tehdä kyllä/ei tai punainen/vihreä -kortteja käyttäen tai liikkuen tilassa. Pysähdytään hetkeksi keskustelemaan jokaisesta väittämästä.

Esimerkkejä väittämistä:

- Hyvä vanhempi on aina iloinen lapsen edessä.
- Liiallinen rakkauden osoittaminen ja kehuminen ei ole hyväksi lapselle.
- Lapsen pitää saada päättää omat asiansa.
- Olen täydellinen vanhempi.
- Vanhemmuus on helppoa.



Kotitehtävä

Tuo mukanaasi seuraavalle kerralle kuva tai esine, joka on tärkeä perheellesi. Ohjaajat voivat tuoda myös kuvan tai esineen mukanaan.



Palautehetki

Kts. symboliselitys



Lasten ja vanhempien yhteinen hetki

Kts. symboliselitys



Mitä tarvitset mukaan:

Tulostetut ryhmäkertojen teemat ja aikataulu • Säännöt • Kuvauslupa lasten kuvaamista varten • Video • Laminoituneet tunnemittarit ja tarvikkeet • Väittämät



2. tapaaminen: Minä ja perheeni

Tämän tapaamiskerran tavoitteena on avata myönteistä vanhemmuutta. Opetellaan tunnistamaan millainen olen vanhempana sekä nimeämään ja sanoittamaan omia, lapsen ja perheen vahvuuksia.

Taustatietoa ohjaajalle

Hyvän huomaaminen

Lapsen itsetunnon perustana ovat rakastavat ja läheiset suhteet turvallisiin aikuisiin. Lapsi tarvitsee vanhemmiltaan runsaasti positiivista kannustusta ja kehuja. Tunnistamalla ja huomioimalla lapsen onnistumiset, tuetaan lapsen positiivista minäkuvaa ja itsetuntoa. Hyvä itsetunto lisää lapsen resilienssiä, jolloin lapsen on helpompi selvitä vastoinkäymisistä. Se myös tukee lapsen itseenäisyyttä ja kykyä selvitä annetuista tehtävistä omatoimisemmin. Itsetunto auttaa kunnioittamaan itseään ja muita, sekä rakentamaan hyviä ja kestäviä ihmissuhteita.⁵⁴

Hyvän huomaamisen kautta tavoitellaan positiivisten asioiden kierrettä perheessä. Tuolloin pyritään näkemään ja lisäämään niitä asioita ja tilanteita, jotka toimivat hyvin. Vanhemman on hyvä oppia tunnistamaan myös omia vahvuuksiaan ja onnistumisiaan vanhempana. Hyvän huomaaminen vaikuttaa positiivisesti vanhemman itsetuntoon ja pystyvyyden tunteeseen vanhempana.

Perheiden parissa työskentelevillä on tärkeä tehtävä kannustaa vanhempia tunnistamaan omia ja lapsen vahvuuksia sekä hyvin toimivia asioita perheen arjessa. Työotteessa tulisi näkyä ongelmakeskeisen ajattelun sijaan hyvän näkeminen sekä ratkaisukeskeisyys.

Kohti myönteistä vuorovaikutusta

Toisinaan vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus voi ajautua kielteiselle kehälle, jolloin huomio kiinnittyy enemmän tilanteisiin, jotka eivät suju hyvin. Tämä voi vaikuttaa lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutukseen negatiivisesti. Joskus taustalla voi olla myös vanhemman omaa uupumusta, traumaattisia kokemuksia ja toivottomuuden tunnetta.

Kaikilla vanhemmilla ei ole omakohtaisia kokemuksia myönteisen palautteen tai huomion saamisesta, mikä voi vaikuttaa myös heidän tapansa toimia. Vanhemman tehtävä on kuitenkin olla aikuinen, joka ottaa vastuun omasta tavastaan olla ja toimia lapsen kanssa. Useimmiten positiivisempi suhtautuminen lapseen alkaa heijastua myös lapsen käyttäytymisessä myönteisinä muutoksina.⁵⁵

Myönteisen vuorovaikutuksen kehittyminen edellyttää vanhemman ja lapsen välistä keskustelua ja yhdessäoloa. Hyvän huomaaminen, myönteisen palautteen antaminen ja saaminen, yksilöllisen huomion antaminen sekä yhteisten hetkien lisääminen vaikuttavat myönteisesti koko perheen vuorovaikutukseen.⁵⁶





Tervetuloa ryhmään!



Aloitus

Kerro tuomastasi kuvasta tai esineestä. Miksi se on tärkeä perheellesi?



Video

Katsotaan video nro 2: Minä ja perheeni



Keskustelu ja toiminnallinen osuus

Myönteinen vanhemmuus

Keskustellaan myönteisestä vanhemmuudesta:

Mitä asioita tulee mieleen myönteisestä vanhemmuudesta ja mitä se on?

Esimerkkejä myönteisestä vanhemmuudesta keskustelun tueksi:

- Rakkauden osoittaminen
- Hyvän näkeminen lapsessa, perheessä ja itsessään
- Monenlaiset vanhemmuuden tunteet sekä lasten ja vanhempien tunnetaidot
- Riittävän hyvä vanhemmuus
- Myönteisiä keinoja kasvatukseen, sekä lapsen ja vanhemman välisen suhteen vahvistaminen
- Myönteisen vanhemmuuden vaikutukset lapsen kehitykseen, kasvuun ja tulevaisuuteen

Laitetaan tämän jälkeen esille teemoihin sopivia kuvia, jotka herättelevät aiheeseen, ja keskustellaan kuvien avulla myönteisestä vanhemmuudesta. Tapaamiselle voi valita vapaasti kuvia, jotka kuvaavat esimerkiksi lämpöä ja rakkautta, yhdessä tekemistä, kannustamista, tunteita, rajoja, kuuntelua ja läsnäoloa.

Minä vanhempana -tehtävä

Kysymykset:

- Ketä tai millaista vanhempaa ihaillet? Miksi? Keskustellaan pareittain.
- Mitä hyvää näet itsessäsi vanhempana? Mieti hetki silmät kiinni asiaa.
- Miten haluat, että lapsesi muistaa sinut aikuisena? Mieti hetki ja puretaan ryhmässä.

Hyvän huomaaminen perheessä

Keskustellaan siitä, miksi aihe on tärkeä ja mitä sillä tarkoitetaan. Vanhemmat voivat antaa esimerkkejä siitä, mitä hyvän huomaaminen heille merkitsee.

Esimerkkejä keskustelun tueksi:

- Hyvän huomaaminen, kehuminen ja kunnioitus perheessä.
- Perheenjäsenten välinen positiivinen kommunikointi.
- Hyvin menevien asioiden ääneen sanottaminen lapsille ja kumppanille.
- Hyvän näkeminen ja positiivisen huomion antaminen eri tilanteissa huonojen asioiden ja negatiivisen huomion sijaan.
- Väsymyksen, stressin tai vaikean elämäntilanteen vaikutukset siihen, että on vaikeampi huomata hyviä asioita.
- Negatiivisen käytöksen väheneminen sen myötä, mitä enemmän annetaan positiivista huomiota.



Hyvän huomaaminen omassa lapsessa

Alustetaan aihetta: Lapsen kehityksen kannalta on tärkeää, että vanhemmat huomavat hyvän lapsessa ja tunnistavat lapsen vahvuuksia. Vahvuudet voivat olla esimerkiksi asioita, jotka lapselta sujuu hyvin, mitä hän osaa, sekä luonteenpiirteitä, joita näihin asioihin tarvitaan. Hyvän huomaaminen lapsessa tarkoittaa myös sitä, että ollaan ylpeitä lapsesta omana itsenään eikä ainoastaan osaamisen ja onnistuneen tekemisen kautta. Lapsi on hyvä juuri sellaisena kuin hän on, ja jokainen vanhempi voi olla ylpeä omasta lapsestaan. Se, että vanhempi huomaa ja huomioi hyvän lapsessaan, kasvattaa lapsen itsetuntoa ja itsetuntemusta.

Tehtävä: Vanhemmat tekevät vahvuuskukan lapselleen tai lapsilleen. Vanhempi voi valita, että tekeekö kukan yhdelle lapsista tai tekeekö useamman lapsen vahvuuksia kukan terälehtiin. Vanhemmille voi valmistella kukan valmiiksi tai he voivat itse piirtää ja leikata kukan. Kukan terälehtiin kirjoitetaan tai piirretään lapsen vahvuuksia: Missä asiassa lapsesi on hyvä? Mitä hyviä luonteenpiirteitä lapsellasi on? Keskustellaan lasten vahvuuksista kukkaa tehdessä.



Kotitehtävä

Yhteinen unelmointihetki vanhemmalle ja lapselle. Mistä unelmoit? Mikä mielikuvitusolento haluaisit olla? Mitä supervoimia sinulla olisi?



Palautehetki



Lasten ja vanhempien yhteinen hetki

Toistuvan ohjelman lisäksi vanhemmat antavat tekemänsä vahvuuskukat lapsilleen.



Mitä tarvitset mukaan:

Kuvia myönteisestä vanhemmuudesta • Video • Kysymyskortit • Kukan mallipohjat
• Värikyniä • Kotitehtävä • Tunnemittarit



3. tapaaminen: Lapsen tarpeet ja oikeudet

Tämän tapaamiskerran tavoitteena on keskustella lasten oikeuksista ja vanhempien roolista suhteessa lapsen oikeuksiin. Keskustellaan lasten mielipiteiden kuulemisen tärkeydestä ja lapsen kuulemisesta perhettä ja omaa elämää koskevissa asioissa. Keskustellaan myös siitä, mitä lapsi tarvitsee vanhemmaltaan.

Taustatietoa ohjaajalle

Lapsen tarpeet

Lapsella on paljon erilaisia tarpeita. Vanhemman on tärkeä oppia tunnistamaan niitä ja vastamaan niihin tarpeisiin, jotka ovat lapsen kehityksen kannalta tärkeitä ja välttämättömiä. Lapsen oikeudet liittyvät osittain myös erilaisiin lapsen tarpeisiin, joihin vastaamalla turvataan lapselle hyvä elämä. Vanhemmaltaan lapsi tarvitsee esimerkiksi hoivaa, rakkautta, turvaa ja rajoja. Nähdyksi ja kuulluksi tuleminen ovat myös lapsen perustarpeita, ja näiden huomioiminen on vanhemmuuden tärkeitä tehtäviä.

Turvaa ja rakkautta

Lapsen tulee saada olla henkisesti ja fyysisesti turvassa sekä kokea olevansa rakastettu. Lapsen tulee myös saada kasvaa ympäristössä ja ilmapiirissä, jossa hänen ei tarvitse pelätä. Lapsen kannalta on tärkeää, että hän voi olla vanhemman kanssa oma itsensä ja ilmaista pelkäämättä tunteitaan ja ajatuksiaan.⁵⁷

Lapsi tarvitsee vanhemmaltaan rakkautta ja kokemuksen siitä, että häntä rakastetaan ja hänestä välitetään. Lapsen tulisi saada vanhemmaltaan rakkauteen perustuvaa huomiota selkeästi enemmän kuin negatiivista huomiota.

Vanhemman osoittama lämpö ja rakkaus lisää lapsen itsetuntoa, itsekunnioitusta, sosiaalisuutta, tunteiden säätelyä ja kykyä ottaa toiset huomioon.⁵⁸ Rakkaus ja rakkauden osoittaminen lisää vanhemman yhteyden tunnetta lapseen, mikä vahvistaa turvallista kiintymyssuhdetta lapsen ja vanhemman välillä. Yhteyden tunnetta tukee myös se, että vanhempi on läsnä ja kykenee luomaan lapselle turvan ja nähdyksi tulemisen kokemuksia. Vastoinkäymisissä vanhemman tehtävänä on olla lapselle se henkilö, johon lapsi voi tukeutua ja jolta lapsi voi saada turvaa ja lohtua.⁵⁹

Myönteinen vanhemmuus ja rajat

Myönteinen vanhemmuus ei tarkoita rajattomuutta tai sitä, että lapsi päättää kaikesta. Liian varhainen vastuunanto voi aiheuttaa lapselle pelkoa ja stressiä sekä johtaa kyvyttömyyteen suoriutua arjen asioista. Lapsi voi asettaa itsensä henkisesti tai fyysisesti vaaraan, jos aikuinen ei aseta hänelle riittäviä rajoja. Rajojen on hyvä olla lapselle konkreettisia, ymmärrettäviä, johdonmukaisia ja ikätason mukaisia. Lapsi tarvitsee aikuisen asettamia rajoja, jotka tuovat lapselle tunteen siitä, että hän on turvassa ja hänestä välitetään.⁶⁰

Lapsi oppii elämässä tarvittavia taitoja yhdessä vanhemman kanssa. Lapsen on tärkeä oppia myös käyttämään yhdessä opeteltuja tietoja ja taitoja, eikä esimerkiksi toimia vain rangaistuksen pelossa tai palkkion toiveessa. Sopivien rajojen asettaminen ja niistä kiinni pitäminen johdonmukaisesti tuovat lapselle turvaa ja luottamusta.⁶¹

Lapsen kannalta on tärkeää, että lasta kuunnellaan ja kunnioitetaan, ja että hänet otetaan mukaan rutiinien muodostamiseen tai konfliktitilanteiden ratkaisuihin. Aikuisen tehtävä on kuitenkin tehdä lopullinen päätös ja olla vastuussa. Olennaista on se, että aikuinen osaa perustella lapselle, miksi joku lapselle asettama raja on olemassa.⁶²



Rajojen asettamisen haasteista

Vaikeassa elämäntilanteessa rajojen asettaminen voi olla haastavaa. Toiset vanhemmista saattavat kuormittuneina tiukentaa rajoja tai kokea vaikeana sietää rajoista poikkeamista. Toisilla vanhemmilla ei puolestaan ole voimavaroja asettaa lapselle riittäviä rajoja tai pitää niistä johdonmukaisesti kiinni.

Tiukkojen tai liiallisten rajojen taustalla voi joskus olla huoli lapsen turvallisuudesta. Jatkuvien kieltojen keskellä lapsen turvallisuuden tunne ei yleensä kasva, vaan maailma voi näyttää pelottavalta ja uhkaavalta. Vanhemman asettamat liian suuret vaatimukset ja rangaistukset voivat johtaa siihen, että lapsi saattaa etäännyä vanhemmastaan.⁶³

Vanhemmat kysyvät ammattilaisilta usein tukea rajojen asettamiseen. Yleisiä ohjeita on mahdollista antaa, mutta on hyvä muistaa, että rajat voivat olla perhe- ja lapsikohtaisesti erilaiset, ja niihin voivat olla vaikuttamassa esimerkiksi lapsen ikä sekä perheen elämäntilanne, arvot ja tavat.⁶⁴



Kuva: iStock.com / Fatamera



Tervetuloa ryhmään!



AloitUS



Video

Katsotaan video nro 3: Mitä lapsi tarvitsee?



Keskustelu ja toiminnallinen osuus

Alustus aiheeseen:

- Vanhemmalla on monenlaisia tehtäviä ja rooleja. Vanhemmalla on myös erilaisia oikeuksia ja tarpeita. Lapsella on erilaisia oikeuksia ja tarpeita eri ikäkausina. Vanhemmalla on tärkeä tehtävä oppia tunnistamaan lapsen tarpeita. Sitä kautta myös opitaan ymmärtämään, miksi lapsi käyttäytyy niin kuin käyttäytyy.
- Lapsi tarvitsee vanhemmaltaan muun muassa rakkautta, turvaa, rajoja, positiivista huomiota ja yhteistä aikaa.
- Lapsilla on erilaisia oikeuksia. Lasten ihmisoikeudet on turvattu lapsen oikeuksien sopimuksella. Sopimuksen on allekirjoittanut 196 maata. Suomessa tämä sopimus on ollut voimassa vuodesta 1991.

Vanhemmilta on tullut palautetta, että Suomessa puhutaan paljon lapsen oikeuksista, mutta harvemmin vanhemman oikeuksista. Tästä syystä tehtävä liittyy vanhempien oikeuksiin, vaikka tapaamisen fokus on lasten oikeuksissa.

Tehtävä: Kirjataan paperille vanhempien oikeudet Top 5: Jaetaan osallistujat pienempiin ryhmiin ja annetaan heille aikaa miettiä viisi vanhemman oikeutta. Lopuksi laite-taan tuotokset esille, ja ryhmät voivat esitellä ne toisilleen.

Mitä lapsi tarvitsee vanhemmaltaan?

Lapsi tarvitsee vanhemmaltaan muun muassa rakkautta, turvaa ja rajoja. Alustetaan nämä kolme aihetta:

- **Rakkaus:** Huomion ja rakkauden merkitys lapsen kehitykselle on suuri. On olemassa monenlaisia tapoja osoittaa rakkautta. Positiivisen huomion ja rakkauden osoittamisen tulisi näkyä enemmän kuin negatiiviseen huomion osoittaminen.
- **Turva:** Lapsen täytyy kokea olevansa turvassa. Vanhemmalla on tästä vastuu. Lapsella on oikeus turvalliseen kotiin ja turvallisiin vanhempiin.
- **Rajat:** Myös rajojen asettaminen on rakkautta. Yhteisesti sovitut säännöt ja rajat tukevat lapsen kehitystä ja auttavat lasta ymmärtämään syy-seuraussuhteita.



Ryhmätehtävä

Ryhmä 1: Rakkaus

- Miten vanhempasi osoittivat sinulle välittämistä ja rakkautta lapsuudessasi? Millaisilla sanoilla, teoilla tai eleillä?
- Miten sinä osoitat lapsellesi välittämistä ja rakkautta? Millaisilla sanoilla, teoilla tai eleillä?

Ryhmä 2: Turva

- Mistä turvallinen lapsuus muodostuu?
- Miltä kaikelta lapsia tulee suojata?
- Miten suojelemisen tarve muuttuu lapsen kasvaessa?

Ryhmä 3: Rajat

- Mistä lapsi saa päättää, mistä vanhempi päättää?
- Millaisia rajoja ja sääntöjä asetatte omille lapsillenne?
- Millaisia seuraamuksia asetatte omille lapsillenne?

Yhteinen purku: Mitä asioita nousi esiin jokaisessa ryhmässä?



Kotitehtävä

Yhteinen keskusteluhetki kotona lapsen oikeuksista ja ihmisoikeuksista. Keskustelkaa yhdessä miksi lapsen oikeudet ja ihmisoikeudet ovat tärkeitä.



Palautehetki



Lasten ja vanhempien yhteinen hetki



Mitä tarvitset mukaan:

Säännöt • Video • Kysymyskortit • Paperia • Kyniä • Tunnemittarit



4. tapaaminen: Vanhemmuuden monenlaiset tunteet

Tämän tapaamiskerran tavoite on omien ja lapsen tunteiden tunnistaminen ja sanoittaminen. Tavoitteena on myös monenlaisten tunteiden hyväksyminen omassa ja lapsen käytöksessä. Käydään läpi vanhemman tunnetiloja, tunteiden säätelyä sekä vanhemman käytöstä ja ratkaisukeinoja haastavissa kasvatustilanteissa.

Taustatietoa ohjaajalle

Monenlaiset tunteet

Vanhemmuudessa tulee vastaan monenlaisia tunteita. Vanhemmat kokevat yleensä runsaasti iloa, rakkautta ja kiitollisuutta lapsiaan kohtaan, mutta vanhemmuuteen kuuluu myös tunteita, joita voi olla vaikea käsitellä. Ärtymys, kiukku, epävarmuus, yksinäisyys, viha, turhautuminen ja pettymys ovat kaikki tuttuja tunteita monille vanhemmille. Myös tällaiset tunteet kuuluvat vanhemmuuteen ja ne ovat täysin sallittuja ja normaaleja.⁶⁵

Kaikki vanhemmat kohtaavat tilanteita, joissa oma lapsi käyttäytyy ikävällä tavalla. Olennaista on se, kuinka vanhempi suhtautuu ja reagoi omiin ja lapsen tunteisiin haastavissa tilanteissa. Tunteiden taustalla voi olla monenlaisia syitä. Lapsen käytös saattaa johtaa siihen, että vanhempi kokee ärtymystä. Useissa tilanteissa lapsen käytöksen taustalla on kuitenkin joku syy. Vanhemman ärtymystä puolestaan saattaa näissä tilanteissa lisätä joku muu taustalla oleva asia kuten kiire, erilaiset huolet tai kuormittava elämäntilanne. Vanhemmat saattavat myös vaikeassa elämäntilanteessa kokea turvattomuutta ja epävarmuutta. Perheessä saattaa olla univaikeuksia, sairastelua ja jatkuvia muutoksia. Nämä kaikki kuormittavat ja voivat vaikuttaa myös tunteisiin ja tunteidensäätelyyn esimerkiksi lapsen kanssa syntyvissä haastavissa tilanteissa.

Moni vanhemmista kokee riittämättömyyttä. Tämä voi johtua esimerkiksi vaatavuudesta itseään kohtaan, ympäriltä tulevista paineista tai siitä, että vanhemmat eivät itse ole saaneet koskaan kokea olevansa riittäviä. Riittämättömyyden tunteet siirtyvät usein sukupolvelta toiselle. Tämäkin sukupolvien ketju olisi joissakin tilanteissa hyvä pyrkiä katkaisemaan vanhemman ja lapsen hyvinvoinnin kannalta.⁶⁶ Esimerkiksi mahdollistamalla vanhemmalle sen, että hän voi kertoa omasta lapsuudestaan, voidaan nostaa näkyväksi haitallisia ylisukupolvisia teemoja ja miettiä, kuinka katkaista niitä.

Tunnetaitojen tukeminen

Yksi avain lapsen tunnetaitojen tukemiseen on vanhemman tunnetaitojen vahvistaminen. Kaikenlaisten tunteiden tunnistaminen, työstäminen ja hyväksyminen on tärkeää. Kun vanhempi esimerkiksi pystyy rauhoittamaan itseään, hän kykenee välittämään tuolloin myös paremmin lapselle turvaa. Jos aikuinen on puolestaan stressaantunut, tämä peilautuu helposti lapseen. Vanhempi voi omalla toiminnallaan ja esimerkillään estää haastavien tilanteiden eskaloitumista ja tukea lasta rauhoittamaan.⁶⁷

Jos vanhemmalla on haasteita omien tunnetaitojensa kanssa, myös lapsen tunteiden kohtaaminen voi olla haastavaa. Tuolloin voi olla vaikea sietää lapsen raivokohtauksia, itkua ja pettymystä. Näissä tilanteissa vanhempi saattaa pyrkiä keskeyttämään tai ohittamaan lapsen tunteen nopeasti. Vanhemmille on hyvä tuoda esille, että on hyvä luottaa siihen, että haastavaksikin koetut lapsen tunteet menevät ohi aikanaan, kun lapselle tarjoaa tilanteessa tukea ja turvaa. Lapsen on tärkeää saada vanhemmalta hyväksyntää ja tukea kaikille tunteilleen. Vanhemman tehtävänä on pysähtyä sen äärelle, että mitä lapsi viestii käytöksellään. Mitä kaikkea on esimerkiksi kiukun tai ärtymyksen taustalla?⁶⁸



Monenlaiset tunteet näkyviksi

Myös vanhemmalla on tarve tulla kuulluksi ja nähdyksi vanhempana, jolla on monenlaisia tunteita. On tärkeä tunnistaa, että millaista tukea vanhempi voisi eri tilanteissa tarvita oman tunnetyöskentelynsä tueksi. Ammatilaisen tehtävänä on luoda turvallinen ja hyväksyvä ilmapiiri, jotta vanhempi uskaltaa helpommin ilmaista tunteitaan. Tunteiden jakaminen ja keskustelu yhdessä luotettavan ammatilaisen tai muiden vanhempien kanssa auttaa usein vanhempaa ymmärtämään myös omia tunteitaan. Se auttaa vanhempaa hyväksymään, että vanhemmuuteen liittyy monenlaisia tunteita, joita on tärkeä oppia tunnistamaan, käsittelemään ja säätelemään.



Kuva: iStock.com / Taitelijajäsenimi



Tervetuloa ryhmään!



Aloitus



Video

Katsotaan video nro 4: Vanhemmuuden monenlaiset tunteet



Keskustelu ja toiminnallinen osuus

Alustus aiheeseen: Vanhemmuuteen kuuluu monenlaisia tunteita, ja kaikkia tunteita on sallittua tuntea. Olennaista on se, kuinka vanhempi suhtautuu ja reagoi omiin ja lapsen tunteisiin. Vanhemman omalla esimerkillä on suuri vaikutus lapsen tapoihin osoittaa ja käsitellä erilaisia tunteita.

- Mitä erilaisia tunteita liittyy vanhemmuuteen? Nimetään tunteita suullisesti ja kuvien avulla. Ohjaajat täydentävät tarvittaessa erilaisia tunteita.
- Fiilis-jana: Laitetaan tunnekuvia janaksi lattialle. Pyydetään vanhempia muistelemaan jotain hetkeä oman lapsen kanssa lähipäiviltä. Tämä hetki voi olla mukava tai haastava hetki. Jokainen vanhempi menee sen kuvan kohdalle, mikä heidän mielestään parhaiten kuvaa heidän kokemaansa tunnetta kyseisessä hetkessä. Tehtävän voi tehdä myös istuen ja keskustellen.



Tunnetiloihin vaikuttavat asiat

- Kysymys: Mitkä asiat voivat vaikuttaa omiin tunnetiloihin? Jutellaan aiheesta hetki pareittain tai pienessä ryhmässä. Yhteinen purku. Esimerkkejä asioista, jotka vaikuttavat tunteisiin: väsymys, nälkä, huolet, kivut, stressi, traumat.

Haastavat tilanteet lapsen kanssa ja tilanteiden ratkaisu positiivisimmilla vaihtoehdoilla

Alustus aiheeseen: Lapsen kanssa on paljon haastavia tilanteita, joissa lapsi saattaa esimerkiksi kiukutella. Kaikki vanhemmat kokevat haastavissa tilanteissa myös vaikeasti käsiteltäviä tunteita. Näissä tilanteissa vanhemman reaktiot ja ratkaisukeinot eivät ole aina lapsen kannalta parhaita mahdollisia. On tärkeää, että myös vanhempi opettelee omien tunteiden tunnistamista ja säätelyä haastavissa tilanteissa.



Kysymykset:

- Millaisia esimerkkejä vanhemmilla tulee mieleen haastavista tilanteista, joissa myös omat tunteet ja kärsivällisyys ovat koetuksella?
- Mitä voi tehdä haastavissa tilanteissa lapsen kanssa?
- Katsotaan Ensi- ja turvakotien liiton julkaisema video: *Kurittaminen ei kuulu turvalliseen lapsuuteen*

Suomi: <https://www.youtube.com/watch?v=v46FK44LYb0&t=38s>

Englanti: <https://www.youtube.com/watch?v=J7P6ZNNVgrU>

Arabia: https://www.youtube.com/watch?v=nhK3_ZYbgsY

Pelihetki

Pelataan tunnepelejä. Tunnepelejä voi tulostaa perheille kotiin. Esimerkiksi Viitottu rakkaus -sivustolta on tulostettavissa erilaisia kuvallisia tunnepelejä.⁶⁹



Kotitehtävä

Yhteinen vanhemman ja lapsen pelihetki kotona, esimerkiksi kortit, nopat, muistipeli, lautapelit. Vanhemmat ja lapset voivat tehdä myös halutessaan omat kortit tai lautapelin kotona.



Palautehetki



Lasten ja vanhempien yhteinen hetki



Mitä tarvitset mukaan:

Video • Tunnekuvia • Kysymyskortit • Ensi- ja turvakotien liiton video • Tunnetaitopeli



5. tapaaminen: Vanhemman ja perheen hyvinvointi

Keskustellaan oman hyvinvoinnin huolehtimisen tärkeydestä, vanhemman hyvinvoinnin vaikutuksesta lapsen hyvinvointiin, oman ja perheen hyvinvointia edistävästä ja vähentävistä asioista sekä stressin vaikutuksesta hyvinvointiin. Pohditaan, mitä vanhemmat tarvitsevat voidakseen hyvin.

Taustatietoa ohjaajalle

Hyvinvointia voi käsitellä perheiden parissa esimerkiksi siitä näkökulmasta, kuinka hyvinvointi ja siitä huolehtiminen näkyvät vanhempien ja lasten arjessa. Hyvinvointia on hyvä avata tuolloin eri tekijöiden, kuten päivärytmin, levon, ravinnon, harrastusten, ihmissuhteiden ja tunteiden merkityksen kautta.

Stressi haastaa vanhemmuutta. Maahanmuutto ja vanhemmuus uudessa maassa ovat aina kuormittavia ja stressiä aiheuttavia kokemuksia. Kuormittuneessa elämäntilanteessa ei vanhemmalta ole aina riittävästi voimavaroja huolehtia omasta tai lapsen hyvinvoinnista. Lapsen hyvinvoinnin kannalta olisi kuitenkin erityisen tärkeää, että vanhempi pystyisi huolehtimaan lapsen hyvinvoinnin lisäksi myös omasta jaksamisestaan. Itsestään huolehtimisen taidot ovat tärkeitä, jotta jaksaa paremmin olla myös vanhempana lapselleen.⁷⁰ Vanhemman hyvinvoinnin puutteet näkyvät hyvin nopeasti myös lasten ja perheen lisääntyneenä pahoinvointina.

Ihmisten voimavaroissa on eroja, ja muutto uuteen maahan voidaan kokea eri tavoilla. Maahanmuuton myötä perheiden elämään voi muodostua myös monia hyvinvointia tukevia asioita, kuten lasten entistä paremmat koulunkäyntimahdollisuudet ja turvallisempi elinympäristö. Perheen ja yhteisön tuki koetaan myös haastavassa elämäntilanteessa hyvinvointia lisäävänä tekijänä. Mielen terveys nähdään keskeisenä osana kokonaisvaltaista terveyttä ja hyvinvointia. Myös omilla elintavoilla koetaan olevan merkitystä hyvinvointiin.

Syrjintä, rasismi, yksinäisyys ja sosiaalisten verkostojen vähyys ovat merkittäviä uuteen maahan muuttaneiden perheiden kokemia kuormitustekijöitä. Pakolaisina maahan tulleet ovat voineet myös kokea järkyttäviä ja jopa traumatisoivia asioita. Perheenjäsenistä erossa olo ja esimerkiksi perheen yhdistämisen vaikeus voivat heikentää hyvinvointia. Myös palvelujärjestelmän vieraus ja vaikeus tavoittaa palveluita oikea-aikaisesti koetaan usein kuormittavina tekijöinä. Lisäksi muita kuormittavia tekijöitä voivat olla muun muassa:

- haasteet työllistymisessä tai kielen oppimisessa
- lasten ja vanhempien eriaikainen kotoutuminen
- perhedynamiikan muuttuminen
- mahdolliset eroavaisuudet lasten kasvatuksessa ja perhe-elämässä
- epävarmuus tulevast
- huoli taakse jääneistä sukulaisista sekä lähtömaan tilanteesta.⁷¹

Vähäiset tukiverkostot voivat johtaa vanhempien uupumiseen. Myös elämä kahden kulttuurin välillä voi olla hämmentävää ja kuormittavaa. Vanhemmat saattavat jäädä liian yksin kasvatukseen liittyvien kysymysten ja haasteiden kanssa. Uupumista voi lisätä lukuisat maahanmuuttoon liittyvät asiat, jotka lisäävät epävarmuutta. Toisinaan koko perheen pahoinvointia voi lisätä myös sukupolvelta toiselle siirtyneet haitalliset kasvatukseen, jotka voivat esimerkiksi perustua liikaa lapsen arvosteluun, kuriin ja rangaistuksiin. Tällöin on erityisen tärkeää, että ammattilaiset tunnistavat ja ottavat puheeksi lapsen hyvinvoinnin kannalta haitallisia kasvatuskäytäntöjä, ja että vanhemmat saisivat tietoa ja tukea myönteisen vanhemmuuden keinoista.



Tervetuloa ryhmään!



Aloitus



Video

Katsotaan video nro 5: Vanhemman ja perheen hyvinvointi



Keskustelu ja toiminnallinen osuus

Alustus aiheeseen: Omasta hyvinvoinnista ja jaksamisesta on hyvä pitää huolta. Vanhemman hyvinvoinnilla on vaikutusta myös lapsen hyvinvointiin. Hyvinvointiin vaikuttaa moni asia. Jaetaan vanhemmille mielenterveyden käsi -julist^e⁷² ja käydään se läpi pääpiirteittäin. Jos joku käden osa-alueista on epätasapainossa tai puutteellinen, on sillä yleensä heikentävä vaikutus omaan hyvinvointiin.

Mieti väittämiä kohdallasi viikon aikana: (sormi ylös/alas)

- Peukalo: Olen nukkunut riittävästi
- Etusormi: Olen syönyt terveellisiä välipaloja
- Keskisormi: Olen saanut kertoa omista tunteistani ja ajatuksistani läheisilleni
- Nimetön: Olen liikkunut tavalla, joka lisää hyvää oloani
- Pikkurilli: Olen kokenut vapaa-ajalla innostusta ja iloa

Omaa ja perheen hyvinvointia edistävät ja vähentävät asiat

Kysymykset:

- Mistä saat tai saatte perheenä iloa ja voimavaroja?
- Mitkä asiat heikentävät sinun tai perheesi hyvinvointia?

Stressi

Alustus aiheeseen: Kaikki ihmiset kokevat joissain tilanteissa tai elämänvaiheissa stressiä. Taustalla voi olla monia syitä kuten kiire, väsymys, sairastelu, uutiset, rahahuolet tai muulla tavoin haastava elämäntilanne. Myös lapsen kanssa syntyy paljon tilanteita, jotka aiheuttavat vanhemmalle stressiä. Stressillä on vaikutuksia omaan hyvinvointiin, jaksamiseen ja vanhemmuuteen.

Kysymys: Mitkä ovat päivittäisiä asioita tai tilanteita lasten kanssa, jotka aiheuttavat sinulle stressiä?

Hyvinvointisalkun tekeminen

Jaetaan vanhemmille valmiit paperiset salkkupohjat. Tehdään ryhmätyönä hyvinvointisalkut. Vanhemmat voivat pienryhmissä kirjoittaa tai piirtää salkkuun asioita, joita he kokevat tarvitsevansa jaksukseen hyvin. Tehtävässä voi käyttää halutessaan myös kuvia. Annetaan vanhempien esitellä valmiit hyvinvointisalkut.



Palautehetki



Lasten ja vanhempien yhteinen hetki

Toistuvan lopetuksen lisäksi loppusanat, todistukset, kiitokset ja vanhempien & lasten muistaminen



Mitä tarvitset mukaan:

Video • Kysymyskortit • Mielenterveyden käsi -monisteet • Väittämät • Hyvinvointisalkkupohjia • Värikynät • Todistukset • Muistamiset vanhemmille ja lapsille

LASTEN RYHMÄN TAPAAMISET

Lasten ryhmän malli sisältää viisi tapaamista, jotka on hyvä toteuttaa joka toinen viikko tai kerran viikossa. Tapaamisten kesto on Ihana Usra -toiminnassa ollut 2,5 tuntia. Keston voi myös määritellä omalle ryhmälle soveltuvaksi. Lasten ryhmä kokoontuu samaan aikaan kuin vanhempien ryhmä.

Lasten ryhmän tapaamisissa on hyvä toistaa kerrasta toiseen melko samaa struktuuria. Moni lapsista hyötyy toistosta ja siitä, että tapaamisten sisältö käydään läpi aikajärjestyksessä kuvien avulla.

Lasten ryhmän tapaamisten teemat

1. Tutustuminen s. 47
2. Hyvän huomaaminen & vahvuuteni s. 49
3. Lapsen oikeudet s. 50
4. Monenlaiset tunteet s. 52
5. Hyvinvointi s. 53



Lasten ryhmän tapaamiskertojen symbolit

Tapaamiskertojen kuvauksissa toistuvat seuraavat symbolit, joiden avulla kuvataan ryhmätoiminnan sisältöä:



Tervetuloa ryhmään!

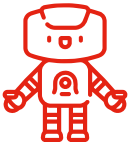
Tämä osio sisältää välipalan ja vapaata leikkiä. Mikäli vanhemmuusryhmä on samaan aikaan, myös vanhemmat osallistuvat tähän osuuteen.



Aloituspiiri

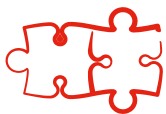
Lasten aloituspiiri aloitetaan ryhmämaskotin tervehdyksellä. Piirissä käydään leikkillisesti läpi ketä on paikalla, kerrotaan kuvien avulla, että mitä tänään tehdään ja käydään läpi ryhmän säännöt. Piirin lopuksi voidaan toteuttaa *kannustuspiiri* tai muu aloitusleikki.

Kannustuspiiri: Muodostetaan piiri ja jokainen lapsi kiertää vuorollaan piirin ulkokautta ympäri. Liikkumistyyli on vapaa. Muut lapset kannustavat taputtaen tai muulla sovitulla tavalla piirin kiertäjää. Osallistuminen on vapaaehtoista ja sen voi tehdä myös kaverin tai ohjaajan kanssa.



Leikkihetki

Sisältää erilaisia päivän teemaan liittyviä leikkejä, joista kerrotaan jokaisen toimintakerran kuvauksessa. Leikin kautta lisätään lasten ymmärrystä kyseisen kerran teemasta ja vaikeistakin aiheista.



Askartelu

Sisältää erilaisia päivän teemaan liittyviä askarteluja ja käden töitä, joista kerrotaan tarkemmin kyseisen toimintakerran kuvauksessa.



Herkku- ja palautehetki

Herkkuhetki voidaan toteuttaa esimerkiksi piknik-viltillä. Kysytään samalla palaute lapsilta. Tässä voi tarvittaessa hyödyntää kuvia ja käyttää puheen lisäksi toiminnallisia menetelmiä palautteen keräämiseen. Mikä oli tänään kivaa? Mikä ei ollut kivaa? Mikä jäi mieleen tästä tapaamisesta? Tuletko mielellään uudestaan? Ohjaaja antaa samalla positiivista palautetta lapsille.



Lasten ja vanhempien yhteinen hetki

Lasten ja vanhempien yhteisessä hetkessä kerrotaan mitä lapset ovat tehneet ryhmässä. Tämän jälkeen leikitään joko lasten ryhmässä aiemmin leikitty yhteisleikki tai jokin muu tilanteeseen sopiva leikki. Lopuksi toteutetaan yhdessä valittu lopetus ryhmäkerralle. Osallistujat voivat näyttää lähtiessään tunnemittarista, että mikä tunne jäi ryhmäkerrasta.



Mitä tarvitset mukaan

Lista asioista, joita ohjaajana tarvitset toimintakerran toteutukseen.



1. tapaaminen: Tutustuminen

Tällä kerralla tutustutaan lapsiin, vanhempiin ja tiloihin tutustumisleikkien ja tekemisten avulla. Kuullaan lasten toiveita ja luodaan säännöt.



Tervetuloa ryhmään!

Ensimmäisellä toimintakerralla syömisen ja leikin lisäksi tutustutaan tilaan.



Aloituspiiri

Ensimmäisellä toimintakerralla aloituspiiri toteutetaan yhdessä vanhempien ja lasten kanssa. Ohjaajat esittäytyvät ja esittelevät ryhmämaskotin, joka tulee myös osallistumaan jatkossa kaikille lasten ryhmäkerroille. Maskotti kiertää piirissä leikkijältä toiselle. Se, jonka kädessä maskotti on, kertoo oman nimensä. Vanhemmat ja lapset voivat kertoa oman nimensä ja ketä omaan perheeseen kuuluu. Keksitään nimi ryhmämaskotille. Leikkiin voi lisätä musiikin. Ohjaajat kertovat ryhmästä ja päivän ohjelmasta.



Heippa!

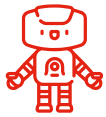
Minä olen Sim-Sim ja tässä on lapseni Si-Si! Olemme Ihana Usra -ryhmän maskotteja. Lapset tykkäävät meistä tosi paljon. Olemme lasten mukana kaikissa tekemisissä ja olemme Si-Sin kanssa huomanneet, että lasten on helppo kertoa meille ajatuksiaan. Joitakin lapsia voi uudessa ryhmässä vähän jännittää ja silloin me loikataan pitkillä sammakkoloikilla lapsen vierelle!



Askartelu

Tunnemittarit: Vanhemmat ja lapset tekevät yhdessä tunnemittarit. Lisätään valmiiksi laminoituun tunnemittaripohjaan lanka ja helmi. Kerrotaan mikä tunnemittari on, ja harjoitellaan sen käyttöä. Vanhemmat siirtyvät toiseen tilaan ja lapset jatkavat askarteluhetkeä.

Kruunun tai rintanapin koristelu ja oman nimen kirjoittaminen kruunuun tai rintanappiin.



Leikkihetki

Tutustumisleikki: Vieritetään piirissä palloa vuorotellen kaverille. Tehtävänä on kertoa oma nimi ja lempileikki tai -tekeminen. Tehdään toinen kierros, jossa tehtävänä on yrittää muistaa kaverin nimi.

Patsasleikki: Liikutaan musiikin mukaan eri tavoin, esimerkiksi eläiminä. Puheen tukena voi käyttää kuvia eläimistä. Kun musiikki pysähtyy, jähmetytään patsaaksi. Musiikin soivessa leikki jatkuu. Tässä leikissä ei pudoteta ketään lasta pois.

Tehdään ryhmälle säännöt yhdessä: Millainen on hyvä ryhmä? Mitä ryhmässä saa tehdä? Mitä ryhmässä ei saa tehdä? Käytetään tarvittaessa kuvia.

Kysytään lasten toiveita: Mitä tykkäisit tehdä tai leikkiä? Mitä et tykkää tehdä tai leikkiä? Lapset voivat kertoa, piirtää tai kertoa toiveitaan kuvien avulla.



Herkku- ja palautehetki



Lasten ja vanhempien yhteinen hetki

Kerrotaan vanhemmille mitä lapset ovat tehneet ryhmässä, ja leikitään jokin aiemmin leikitty yhteisleikki tai muu tilanteeseen sopiva leikki. Tällä kerralla valitaan ryhmälle lopeustapa, jota käytetään myös seuraavissa tapaamisissa. Osallistujat voivat näyttää lähtiessään tunnemittarista, että mikä fiilis jäi tästä ryhmäkerrasta. Lasten tunnemittarit voidaan antaa kotiin, ja ryhmässä voidaan käyttää seuraavilla kerroilla ohjaajan tunnemittaria.



Mitä tarvitset mukaan:

Tarjoiltavat • Ryhmämaskotti • Kuvat päivän tekemisistä • Laminoidut tunnetaitomittarit, lankaa, helmiä, tussit • Kruunutarvikkeet: Kartonkikruunut, tarroja, koristeita, värikynät, nitoja • Rintanapit, koristeet, värikynät • Istuinalustat • Pallo • Paperia ja kynä säännöille • Kaiutin ja musiikkia patsasleikkiin • Piknik-viltti ja herkut • Tarvikkeet palautteen keräämiseen • Tunnemittari



2. tapaaminen: Hyvän huomaaminen & vahvuuteni

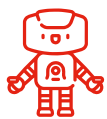
Tämän kerran tavoitteena on vahvistaa lapsen itsetuntoa ja taitoa tunnistaa omia mielenkiinnon kohteita, osaamista ja vahvuuksia.



Tervetuloa ryhmään!



Aloituspiiri



Leikkihetki

Seuraa sankaria -leikki: Yksi leikkijöistä valitaan sankariksi. Lapselta voi kysyä, että mitä sankaria hän haluaa esittää. Muiden lasten tehtävänä on seurata sankaria ja matkia kaikkia liikkeitä ja temppeja, joita hän tekee. Jokainen leikkijä pääsee halutessaan vuorollaan sankariksi. Sankari voi esimerkiksi taputtaa käsiään, kiertää esteitä, hyppiä, lentää tai tehdä jonkun hauskan sankaritempun.

Lasten valitsema leikki: Valitaan yksi lasten ehdottamista leikeistä.



Askartelu

Vaihtoehto 1: Sankarinaamion koristelu lapsen valitsemilla koristeilla.

Kysymyksiä lapselle: Missä asioissa, tekemisissä, leikeissä sinä olet hyvä? Lapsi tai ohjaaja kirjoittaa näitä asioita naamion toiselle puolelle.

Vaihtoehto 2: Vahvuuskukka tai -tähti

Väritetään ja koristellaan kartongista tehty kukka tai tähti. Kysytään lapselta missä asioissa, tekemisissä, leikeissä lapsi kokee olevansa hyvä. Pienemmiltä voi olla helpompi kysyä esimerkiksi mieluisista leikeistä ja tekemisistä. Lapsi voi kirjoittaa tai piirtää näitä asioita kukan terälehtiin tai tähden sakaroihin. Ohjaaja auttaa tarvittaessa kirjoittamisessa.



Herkku- ja palautehetki



Lasten ja vanhempien yhteinen hetki

Toistuvien toimintojen lisäksi vanhemmat antavat ryhmässä tekemänsä vahvuuskukan tai -tähten lapselleen.



Mitä tarvitset mukaan:

- Tarjoiltavat
- Istuinalustat
- Ryhmämaskotti
- Kuvat päivän tekemisistä
- Säännöt
- Naamiot, koristelutarvikkeet, värikyniä, sakset
- Kukka- ja tähtikartongit, koristeet, kuvia
- Värikyniä
- Kuvia
- Piknik-viltti ja herkut
- Tarvikkeet palautteen keräämiseen
- Tunnemittari



3. tapaaminen: Lapsen oikeudet

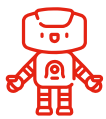
Opitaan tunnistamaan omia tarpeita, toiveita ja lapsen oikeuksia. Vahvistetaan lasten kuulluksi ja nähdyksi tulemisen kokemuksia.



Tervetuloa ryhmään!



Aloitussiiri



Leikkihetki

Minulla on oikeus kotiin - Linnunpesäleikki: Viedään lattialle esimerkiksi lannevanteita, jotka ovat linnunpesiä. Laitetaan musiikki soimaan ja liikutaan tilassa kuin linnut. Musiikin pysähtyessä jokainen lapsi voi lentää yhteen pesään. Vanteita vähennetään yksi kerrallaan. Jatketaan leikkiä niin pitkään, että vanteita on jäljellä 1-2, sen mukaan kuinka iso ryhmä on. Jutellaan lasten kanssa siitä, kuinka tärkeää on se, että jokaisella olisi turvallinen koti, jossa asua.

Lapsen oikeuksien salkku

- Jutellaan aluksi lapsen oikeuksista: Oletteko kuulleet lapsen oikeuksista? Mitä ne ovat? Kerrotaan lyhyesti mitä ovat lapsen oikeudet ja jutellaan siitä, mitä lapsi tarvitsee hyvään elämään.
- Salkkutehtävä: Etsitään tilasta piilotettuja kuvia tai tavaroita lapsen oikeuksista. Esimerkiksi jotain mikä kuvaa ruokaa, vaatetta, koulua, leikkiä, sairaalaa, aikuista, lepoa, turvaa, rakkautta.
- Tuodaan tilasta löydetyt kuvat tai esineet ryhmämaskotin laukkuun. Mietitään yhdessä, että mitä lapsen oikeuksia ne kuvaavat.
- Kysymyksiä lapsille: Mitä muita lapsen oikeuksia tiedät? Toteutuuko lapsen oikeudet kaikkien lasten kohdalla? Jos ei, niin miksi?
- Pienempien lasten kanssa leikkiä voi soveltaa niin, että lapset voivat leikkiä löydettyillä tavaroilla. Aikuisen tehtävänä on kuunnella ja havainnoida leikkiä. Aikuinen voi myös olla mukana leikissä, huomioiden kuitenkin sen, ettei johdattele leikkiä haluamaansa suuntaan. Ikä- ja kielitaito huomioiden, lapsilta voi kysyä luonteivissa tilanteissa kysymyksiä, jolloin annetaan lasten sanoittaa leikkiä.





Askartelu

Vaihtoehto 1: Kukan istutus

Koristellaan kukan istutukseen soveltuvat purkit.
 Annetaan lapsen lisätä purkkiin multaa ja kukan siemeniä.
 Lapsi voi myös kastella kukan.
 Kysymyksiä: Mitä kukka tarvitsee kasvaakseen hyvin?
 Lasten tarpeiden havainnollistaminen kukan kasvattamisen avulla – vesi, lämpö, hoiva.
 Mitä muuta lapsi tarvitsee hyvään elämään?



Vaihtoehto 2: Lapsen oikeuksien purkki

Koristellaan purkit. Lapsi voi piirtää tai kirjoittaa paperinpaloille asioita, joita hän omasta mielestään tarvitsee hyvään elämään. Lisätään ne purkkiin. Purkkiin voi lisätä myös lapsen valitsema kuvia.



Vaihtoehto 3: Unelmapurkki

Koristellaan purkki. Kysymyksiä lapsille:
 Mitä unelmia tai toiveita sinulla on? Mitä haluat tehdä, kun olet iso? Lapsi voi piirtää tai kirjoittaa omia unelmiaan ja toiveitaan ja lisätä ne purkkiin.



Herkku- ja palautehetki



Lasten ja vanhempien yhteinen hetki



Mitä tarvitset mukaan:

- Istuinalustat • Ryhmämaskotti • Kuvat päivän tekemisistä • Säännöt • Lannevanteita
- Musiikkia ja kaiutin • Lapsen oikeuksien salkku tai laukku, jossa on kuvia ja esineitä lapsen oikeuksista
- Lasipurkkeja tai pahvimukeja • Koristeet purkkeja varten • Kukan istutukseen multaa, kukan siemeniä ja vesikannu
- Pieniä paperinpaloja, värikyniä ja kuvia purkkiaskarteluun * Piknik-viltti ja herkut • Tarvikkeet palautteen keräämiseen
- Tunnemittari



4. tapaaminen: Monenlaiset tunteet

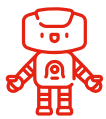
Harjoitellaan tunteiden tunnistamista, sanoittamista ja ilmaisua toiminnallisten ja luovien tekemisten avulla.



Tervetuloa ryhmään!



Aloituspöytä



Leikkihetki

Tunnekuvien etsiminen: Piilotetaan tunnekuvia tilaan. Etsitään piilossa olevat tunnekuvat ja tuodaan ne aloituspöytään keskelle. Nimetään kuvissa olevat tunteet ja jutellaan millaisissa tilanteissa voi kokea näitä tunteita. Jos lapselle on vaikeaa nimetä sanallisesti tunteita, voidaan niitä myös esittää ilmeillä ja kehon liikkeillä.

Tunneleikki: Valitaan 4-5 tunnekuvaa ja laitetaan ne lattialle eri puolille huonetta. Lapset liikkuvat ympäri huonetta musiikin tahdissa. Kun musiikki pysähtyy, ohjaaja sanoo jonkin tunteen, esimerkiksi ilo, suru, pelko, viha. Puheen tukena voi olla myös erilliset kuvat näistä tunteista. Lasten tehtävänä on juosta kyseisen tunnekuvan luokse ja esittää kehonkielellä tunnetta.

Tunneleikki musiikin ja kehonkielen avulla: Lapset liikkuvat musiikin tahdissa tilassa. Ohjaaja valitsee yhden tunnekuvan kerrallaan ja nostaa sen näkyviin. Lasten tehtävänä on esittää tunnetilaa keholla ja ilmeillä, minkä jälkeen nimetään tunne. Musiikin voi myös valita niin, että se kuvaa kyseisiä tunteita.



Askartelu

Vaihtoehto 1: Maalataan ja koristellaan kivi. Kiveen voi maalata jonkin haluamansa tunteen haluamallaan värillä. Annetaan lapsen esitellä oma tunnekivi ja jutellaan tunteista.

Vaihtoehto 2: Piirretään lapsen kehon ääriviivat isolle paperille. Missä kehon osissa erilaiset tunteet tuntuvat? Väritetään valituilla värillä näitä tunteita kuvaan. Tunteita voi nimetä kuvaan myös erilaisilla tunnekuvilla.



Herkku- ja palautehetki



Lasten ja vanhempien yhteinen hetki



Mitä tarvitset mukaan:

Istuinalustat • Ryhmämaskotti • Kuvat päivän tekemisistä • Säännöt • Tunnekuvia, sinitarraa • Kiviä, maalaustarvikkeet ja koristeet • Isoa paperia kehon piirtämiseen, teippiä, värikyniä, tunnekuvia, liimaa • Piknik-viltti ja herkut • Tarvikkeet palautteen keräämiseen • Tunnemittari





5. tapaaminen: Hyvinvointi

Tunnistetaan ja nimetään asioita, jotka tuovat iloa ja hyvää oloa lapsen elämässä. Valitaan tälle ryhmäkerralle lasten toiveleikkejä ja edellisillä kerroilla mieluisiksi koettuja leikkejä. Ryhmän päättäminen.



Tervetuloa ryhmään!



Aloituspiiri



Leikkihetki

Lasten toiveleikki tai valitaan joku edellisten tapaamisten leikeistä.

Hyvän olon reppu

Esitellään lapsille hyvän olon reppu ja kerrotaan, että repussa on asioita, jotka tuovat lapsille ja aikuisille yleensä hyvää oloa. Annetaan lasten ottaa repun sisältä hyvinvointiin liittyviä kuvia, esimerkiksi uni, ruoka, liikunta, leikki, rakkaus, perhe, ystävät. Vaihtoehtoisesti lapset voivat etsiä piilotetut hyvän olon kuvat tilasta, jonka jälkeen ne tuodaan reppuun ja nimetään.

Kysymyksiä: Mitä muita hyvän olon asioita keksitte reppuun? Mikä tuo sinulle hyvää oloa? Mitä tarvitset, että jaksat hyvin? Kirjoitetaan tai piirretään lapsen ehdottamat asiat ja lisätään ne reppuun.



Askartelu

Hyvän olon puu: Piirretään lapsen molempien käsien ääriviivat värilliselle paperille. Leikataan ja liimataan ne isolle paperille, jossa on puun runko. Kädet kuvaavat puun oksia. Puuhun voi lisätä äidin tai isän käden kuvan, jos vanhemmat ovat tehneet sellaisen omassa ryhmässään. Pyydetään lasta kirjoittamaan tai piirtämään puuhun tai paperin toiselle puolelle asioita ja tekemisiä, joista hänelle tulee hyvä olo.



Herkku- ja palautehetki

Tavallisen palautehetken lisäksi tällä viimeisellä kerralla kerätään lasten ajatuksia ja kehittämissuhteita ryhmälle. Palautteen voi tehdä myös toiminnallisesti, esimerkiksi käyttämällä väittämiä ja liikkumalla janalla.



Lasten ja vanhempien yhteinen hetki

Esitellään vanhemmille hyvän olon puut. Leikitään lasten toiveleikki. Ryhmän päättäminen: Kiitokset, todistukset ja lahjat lapsille. Yhteinen lopetus. Kysytään lähtiessä tunnemittarin avulla filiksiä.



Mitä tarvitset mukaan:

- Välipalatarvikkeet
- Istuinalustat
- Ryhmämaskotti
- Kuvat päivän tekemisistä
- Säännöt
- Hyvän olon reppu: reppu, hyvän olon kuvia, paperia ja kyniä
- Hyvän olon puu: Isot kartongit, puun rungot, värillistä paperia, sakset, liimaa, värikyniä
- Piknik-viltti ja herkut
- Tarvikkeet palautteen keräämiseen
- Todistukset ja lahjat lapsille
- Tunnemittari



6 Perhekerhon malli

Usra – Perheenä Suomessa -hankkeessa toteutettiin perhekerhoja arabiankielisille perheille vuosina 2022–2024.

Perheitä kohdattiin Lasten ja perheiden talo Meltsissä, joka on Helsingin Mellunmäessä sijaitseva kohtaamispaikka lapsille ja heidän perheilleen. Lisäksi perhekerhoa toteutettiin puoli vuotta Vantaan vastaanottokeskuksessa yhteistyössä keskuksen kriisi- ja perhetyöntekijän kanssa.

Pelastakaa Lapset on järjestönä kehittänyt perhekerhotoimintaa aikaisemmin esimerkiksi Joensuun perheen-talolla, jossa toimintaa toteutettiin vuosina 2018–2020 Yhdessä lasten tueksi -hankkeessa. Tuolloin moni-kulttuurisen perhekerhon toiminnan tavoitteena oli tukea maahan muuttaneiden perheiden kotoutumista Suomeen sekä vahvistaa myönteistä vanhemmuutta.⁷³

AVOINTA RYHMÄTOIMINTAA PERHEILLE

Usra-hankkeen perhekerho on ollut avointa ja matalan kynnyksen kerhotoimintaa lapsille ja vanhemmille. Toiminnan tavoitteena on ollut tarjota myönteistä vanhemmuutta ja perheiden hyvinvointia tukevaa toimintaa pakolaistaustaisille perheille.

Perhekerhon toimintaan on tavoitettu mukaan haavoittuvassa asemassa olevia ja vaikeammin tavoitettavia pakolaistaustaisia perheitä, kuten turvapaikanhakijoita, paperittomia tai kotoutumisen alkuvaiheessa olevia vanhempia ja lapsia. Perhekerhoon on osallistunut myös pidempään Suomessa asuneita perheitä. Tämä on mahdollistanut sen, että kotoutumisen alkuvaiheessa olevat perheet ovat saaneet arvokasta vertaistukea jo pidempään Suomessa asuilta.

Toimintaan osallistumisen kynnyksiä on madaltanut se, että perhekerhoon ei ole ollut ilmoittautumista, se on ollut maksutonta ja toimintaan on voinut osallistua oman aikataulun ja elämäntilanteen mukaan. Myös toiminnan rajaaminen arabiankielisiin perheisiin on madaltanut monen vanhemman kynnystä osallistua toimintaan. Perhekerhossa on ollut käytössä suomen ja arabian kieli. Ohjaajina ovat toimineet Usra-hankkeen kaksi työntekijää, joista toisella on arabian kielitaito. Suomen kielen osalta on pyritty selkokielen käyttöön. Vanhemmille suunnatuissa keskusteluhetkissä arabian kielen käyttö tai tulkkaus on ollut erityisen tarpeellista. Toiminnalliset tekemiset on pyritty toteuttamaan niin, että niissä ei korostu sanallinen viestintä, vaan keskiössä on yhdessä tekeminen ja toiminnallisuus.

PERHEKERHON TAPAAMISTEN RAKENNE

Perhekerhoa on toteutettu kerran viikossa, ja tapaamisen kesto on ollut kaksi tuntia. Ryhmäkertojen rakenne on pyritty pitämään melko samanlaisena:

- **Yhteinen aamupala**, jonka aikana vapaata keskustelua, tutustumista ja ryhmäytymistä tukevaa ohjelmaa.
- **Päivän teema** sovitusta aiheesta joko vanhemmille suunnattuna tai yhteisenä toiminnallisena tekemisenä lasten ja vanhempien kanssa. Keskusteluhetkien aikana lapsille on ollut tarjolla vapaata tai ohjattua leikkiä ja toimintaa.
- **Lasten ja vanhempien toiminnallinen tekeminen ja yhteinen lopetus:** Perhekerhon tapaamiset on pyritty päättämään lasten ja vanhempien yhteiseen toiminnalliseen hetkeen. Ohjatut yhteisleikit ja säännöllisesti järjestettävä perhejooga ovat olleet erityisen mieluisia perheille.



PERHEKERHON TEEMAT

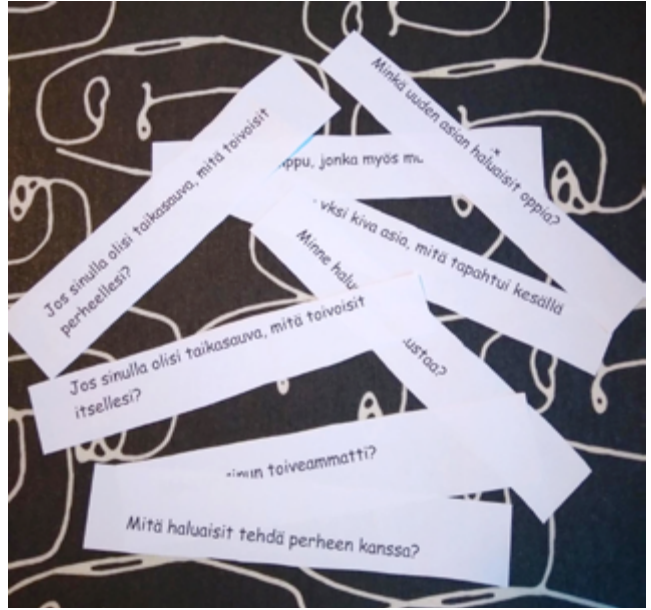
Perhekerhoon valikoituneiden teemojen tavoitteena on ollut vahvistaa myönteistä vanhemmuutta ja perheenä yhdessä toimimista. Teemoissa on huomioitu toimintaan osallistuvien perheiden tarpeita ja toiveita. Sisällöt ovat muokkautuneet hankkeen aikana työntekijöiden ja perheiden yhteistyönä.

Pääteemoiksi perhekerhossa ovat muodostuneet perhe-elämään, myönteiseen vanhemmuuteen, lapsen tarpeisiin, tunteisiin ja hyvinvointiin liittyvät teemat. Näitä teemoja on käsitelty keskustellen, toiminnallisesti sekä vanhemmille ja lapsille suunnattujen yhteisten tekemisten kautta, kuten käden töiden, liikkumisen, pelaamisen ja leikkien avulla. Teemojen tukena on käytetty esimerkiksi erilaisia kuva- ja kysymyskortteja sekä videoita. Oppaan liitteenä olevia kysymyskortteja voi hyödyntää myös perhekerhossa. Informatiivisen ja toiminnallisen tekemisen lisäksi toiminnassa on korostunut vanhempien välisen vertaistuen merkitys.



Vanhemmat ovat saaneet perhekerhossa tietoa lapsen kehityksestä ja perheenä toimimisesta Suomessa. Ryhmässä on keskusteltu esimerkiksi leikin merkityksestä lapsen kehitykselle, digiturvallisuudesta, lapsen monikielisyydestä ja kielitaidon tukemisesta sekä lapsen oikeuksista. Perheet ovat saaneet myös tietoa perheille suunnatuista palveluista. Perhekerhossa on vietetty erilaisia juhlapäiviä ja huomioitu esimerkiksi lapsen oikeuksien viikon, osallisuusviikon ja rasismin vastaisen viikon teemoja.

Vanhemmat ovat oppineet ryhmässä myös suomen kieltä. Muun toiminnan ohella on harjoiteltu esimerkiksi esittäytymistä ja arjen suomea, vaatteiden, ruokien, kehonosien, värien ja perhesanaston nimeämistä, saatu vinkkejä suomen kielen oppimiseen ja opittu kieltä pelien ja leikkien avulla. Kuvien käyttö ja suomenkieliset kysymyskortit ovat tukeneet kielen oppimista.



Perhekerhoissa on käynyt vierailijoita, jotka ovat kertoneet toiminnastaan vanhemmille. Toiminnan esitelyillä on pyritty tarjoamaan perheille tukea ja mahdollisuuksia osallistua muiden toimijoiden toimintaan. Vierailijoina ovat olleet esimerkiksi Mannerheimin Lastensuojeluliitto MLL, Vammaisten maahanmuuttajien tukikeskus Hilma, Familia ry ja Iftin seura ry.



LAPSET PERHEKERHOSSA

Melkein perhekerhon tapaamisiin ovat osallistuneet pääasiassa alle kouluikäiset lapset vanhempiensa kanssa. Perhekerhoon on osallistunut myös leikki-ikäisiä, mutta enemmistö lapsista on ollut vauva- ja taaperokäisiä, jotka ovat vielä kotona vanhemman kanssa. Osalle lapsista perhekerho on ollut ensimmäinen kodin ulkopuolinen paikka, jossa on ollut mahdollisuus päästä leikkimään ja touhuamaan muiden lasten kanssa.

Perhekerhon toiminnassa on annettu arvoa vapaalle ja ohjatulle leikille, jonka kautta on vahvistettu lapsen leikki- ja kaveritaitojen lisäksi monia muita lapsen kehityksen osa-alueita. Tässä joitakin esimerkkejä lasten leikeistä ja tekemisistä:

- Liikuntaleikit kuten palloleikit, kiipeily, juoksuleikit, leikkivarjoleikit, tempu- ja tehtäväradat
- Käden taidot kuten askartelu, piirtäminen, maalaaminen, muovailu, korujen tekeminen, rakenteluleikit, leivonnaisten koristelu
- Musiikki
- Eläinleikit, autoleikit, junaradat, kotileikit
- Pelien pelaaminen
- Kuvakirjat
- Ohjatut leikit
- Perhejooga ja satu- tai musiikkihieronta
- Yhteiset leikki- ja toimintatuokiot vanhempien kanssa

TUTUSTUMINEN JA RYHMÄITYMINEN

Perhekerhon yksi tärkeistä tavoitteista on ollut luoda perheille mahdollisuuksia tutustua toisiinsa ja laajentaa tätä kautta sosiaalisia verkostoja Suomessa. Aikaa on varattu riittävästi myös osallistujien väliseen tutustumiseen. Tutustumista ja ryhmäytymistä ovat tukenet toiminnalliset tekemiset, tutustumis- ja ryhmäytymisleikit, yhteiset aamupalat, kuulumiskierrokset sekä kuvien ja kysymyskorttien käyttö. Myös riittävän ajan varaaminen vapaalle keskustelulle on koettu merkityksellisenä. Perhekerhossa on koettu myös tärkeänä, että toimintaan tulevat perheet kohdataan yksilöllisesti ja lämpimästi.

LASTEN JA VANHEMPIEN YHDESSÄ TOIMIMINEN

Perhekerhossa on vahvistettu vanhempien ja lasten välistä suhdetta ja yhdessä toimimista. Osa tekemisistä on ollut ohjattuja hetkiä, joihin vanhemmat ja lapset ovat osallistuneet yhdessä. Tapaamiset on myös pyritty päättämään lasten ja vanhempien yhteiseen toiminnalliseen hetkeen.



Tässä joitakin esimerkkejä mielisistä yhteisleikeistä ja tekemisistä:

- Ohjatut leikit: peili, väri, tuolileikki, seuraa johtajaa, pesänryöstö, kuka pelkää mustekalaa, patsasleikki, kosketa väriä, banaanhippa, hedelmäsalaatti, tervapata, viestileikit. Leikeissä pyritään mahdollisimman vähäisiin ja selkeisiin sääntöihin, esimerkin näyttämiseen ja kuvatukeen.
- Tanssi- & musiikkihetket
- Askartelu- ja taidehetket
- Pelit kuten Alias, Uno, muistipelit, Twister, Huokuva torni, Kimble, tunnepeli
- Perhejooga ja satuhieronta

MATERIAALIVINKKEJÄ PERHEKERHOON

- Usra-hankkeessa on kehitetty materiaalipankki, josta löytyy vinkkejä leikkeihin, taidehetkiin sekä muihin lasten ja vanhempien yhteisiin tekemisiin. Materiaalipankki koostuu toiminnallisista menetelmistä ja tekemisistä, jotka on suunnattu pakolaistaustaisten lapsiperheiden parissa työskenteleeseen <https://www.pelastakaalapset.fi/wp-content/uploads/2023/07/materiaalipankki-toiminnallisia-menetelmia-pakolaistaustaisten-lapsiperheiden-kanssa-tyoskentelyyn.pdf>
- Usra-hankkeen videosarja myönteisestä vanhemmuudesta sisältää viisi lyhyttä videota, jotka toimivat hyvinä keskustelun herättäjinä. Videoilla ääneen pääsevät pakolaistaustaisten perheiden parissa työskentelevät ammattilaiset, lapset ja vanhemmat. <https://www.youtube.com/playlist?list=PL8byT84yW39wjWAJ3APHZGOA1CpyCFjLM>
- Vanhemmuus- ja lasten ryhmien materiaalia voi soveltaa myös perhekerhoissa. Materiaalit löytyvät tästä oppaasta.

Liitteet

1. Kysymyskortit



Missä asioissa
lapsesi
on
hyvä?

Missä asioissa
sinä olet
hyvä
vanhempana?

Kuinka
lapsen oikeudet
toteutuvat?

Kuinka sinulle
osoitettiin rakkautta
lapsena?

Kuinka
sinä osoitat
rakkautta
lapsellesi?

Mitä
asioita kuuluu
turvalliseen
lapsuuteen?

Millaisilta asioilta
lasta täytyy
suojella?

Mistä lapsi
saa päättää?

Mistä vanhempi
voi päättää?

Millaisia
rajoja ja sääntöjä
asetat
omalle lapselle?

Mitä tunteita
liittyy
vanhemmuuteen?

Mitkä asiat
vaikuttavat omiin
tunteisiin?

Mieti
joku haastava tilanne
lapsen kanssa.

Mitä tunsit silloin?

Mitä teet
lapsen kanssa
syntyvissä
haastavissa
tilanteissa?

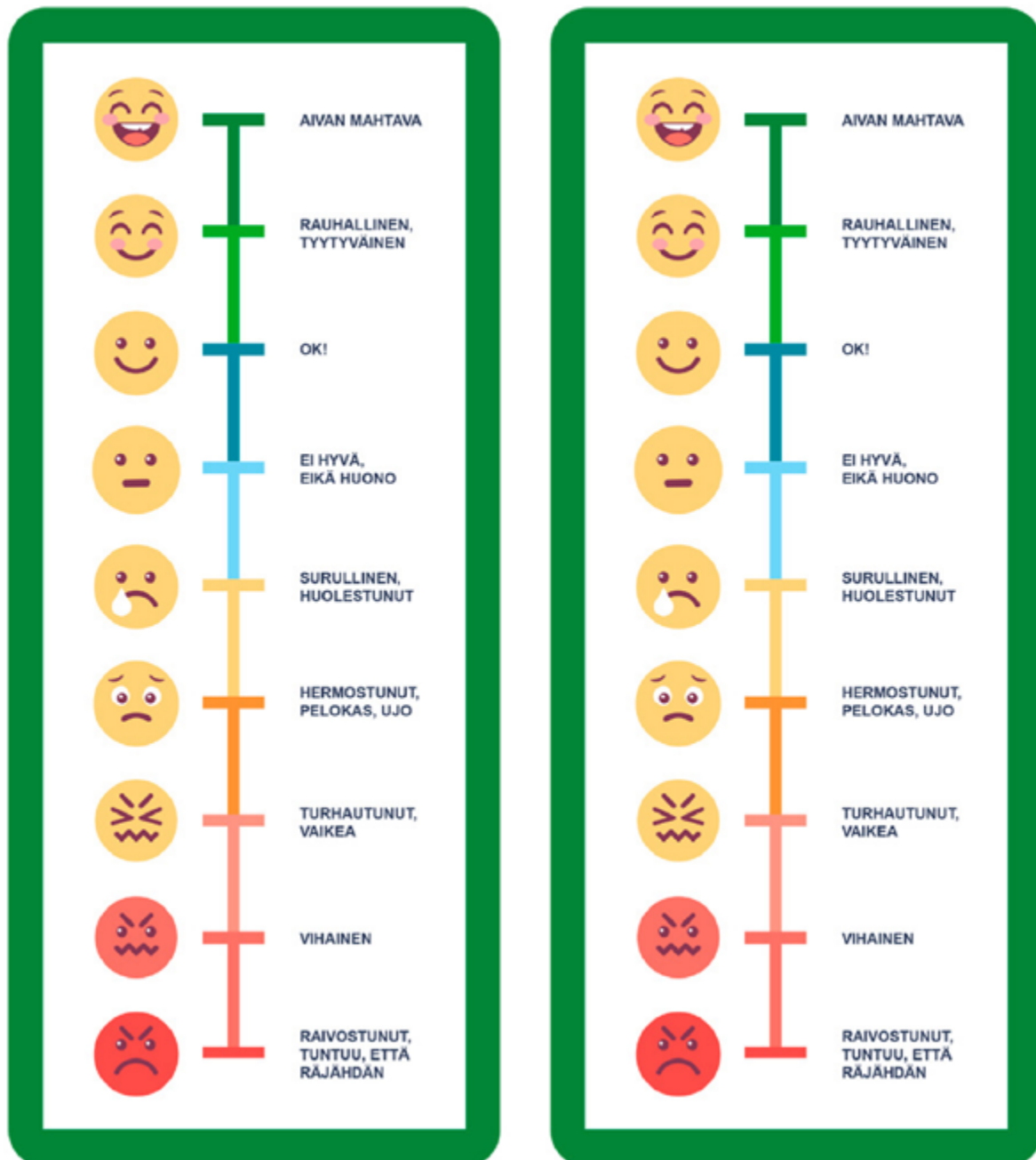
Mistä saat
iloa
ja
voimavaroja?

Mistä saatte
perheenä
iloa
ja
voimavaroja?

Mitkä asiat heikentävät
sinun ja perheesi
hyvinvointia?

Mitkä asiat
lapsen kanssa
aiheuttavat sinulle
stressiä?

Liite 2. Tunnemittarit



Lähde: Tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali, luokka-asteet 5–6, www.turvataitokasvatus.fi

Liite 3. Palautelomake



Pelastakaa Lapset



PARASTA OLI...



EN TYKÄNNYT...

OSALLISTUN MIELELLÄÄN UUDESTAAN



Lähdeviitteet

- 1 Pelastakaa Lapset: *Pakolaisuus*
- 2 Maahanmuuttovirasto: *Tilastot*
- 3 Euroopan muuttoliikeverkosto 2022 ja Euroopan muuttoliikeverkosto 2023
- 4 Pirjatanniemi et al 2021, 190-191
- 5 Heikkilä et al. 2019, 66
- 6 Terveyden ja hyvinvoinnin laitos: *Keskeisiä käsitteitä*
- 7 Sourander 2007
- 8 Castaneda et al 2018 192-213; Bimberg 2022, 9-10
- 9 Save the Children 2023b; Save the Children & University of Sarajevo 2022 et al 2019
- 10 Pennola 2020; Sourander 2007
- 11 Terveyden ja hyvinvoinnin laitos: *PALOMA-koulutus*
- 12 Bimberg 2022, 10
- 13 Terveyden ja hyvinvoinnin laitos: *PALOMA-koulutus*; Parviainen 2023, 21
- 14 Sourander 2007
- 15 Bimberg 2022, 15
- 16 Huttunen 2018
- 17 Bimberg 2022, 15
- 18 Bimberg 2022, 15; Matikka & Hipp 2023
- 19 Sarvela 2020,21
- 20 Bimberg 2022, 15
- 21 Bimberg 2022, 16
- 22 Rönkkömäki 2018, 16-21; Pennola 2020, 80-81
- 23 Säävälä 2012, 42-50
- 24 Bimberg 2022; Pennola 2020
- 25 Rönkkömäki 2018, 16-21
- 26 Rönkkömäki 2018, 21
- 27 Korhonen & Holopainen 2015, 32
- 28 Korhonen & Holopainen 2015, 15
- 29 Korhonen & Holopainen 2015, 10-11
- 30 Korhonen & Holopainen 2015, 10-11
- 31 Terveyden ja hyvinvoinnin laitos: *Maahanmuuttaneiden lasten, nuorten ja perheiden terveys*
- 32 Save the Children 202334
- 33 Positiivinen kasvatus, verkkosivu
- 34 Trogen 2021, 41
- 35 Trogen 2020, 15-17
- 36 Trogen 2020, 15-17
- 37 Trogen 2020, 175-176
- 38 Poijula 2020, 91-92
- 39 Westerlund-Cook 2023, 83,86-87 teoksessa Traumainformoitu työote
- 40 Kankkonen 2023
- 41 Terveyden ja hyvinvoinnin laitos: *Kulttuurisensitiivinen työote*
- 42 Hannonen 2022
- 43 Familia 2022
- 44 saavutettavasti.fi
- 45 Terveyden ja hyvinvoinnin laitos: *Selkokieli*
- 46 Selkokeskus
- 47 Papunet-sivusto: *Tietoa ja materiaalia kommunikoinnin tueksi*
- 48 Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2020, 20-21
- 49 Lapsenoikeudet.fi
- 50 Terveyden ja hyvinvoinnin laitos: *Osallisuuden osa-alueet ja osallisuuden edistämisen periaatteet.*
- 51 Pelastakaa Lapset: *Lapsilta opittua*
- 52 Castaneda et al 2018, 251
- 53 Trogen 2021, 34-35
- 54 Korhonen & Holopainen 2015, 16-17
- 55 Korhonen & Holopainen 2015, 17
- 56 Trogen 2021, 204
- 57 Trogen 2020, 18
- 58 Trogen 2020, 45
- 59 Trogen 2020, 18 ja 87
- 60 Trogen 2020, 87-89
- 61 Trogen 2020, 87-89
- 62 Trogen 2021, 74 ja 81
- 63 Trogen 2021, 78
- 64 Trogen 2021, 198
- 65 Trogen 2021, 202
- 66 Trogen 2021, 202
- 67 Mäkelä & Trogen 2022, 24-26
- 68 Viitottu rakkaus 2024, verkkosivu
- 69 Trogen 2021, 15-16
- 70 Terveyden ja hyvinvoinnin laitos: *Maahanmuuttaneiden lasten, nuorten ja perheiden terveys*
- 71 Mieli - Suomen Mielenterveys ry: *Mielenterveyden käsi -julist*
- 72 Pelastakaa Lapset 2020

Lähdeluettelo

Bimberg, Iida-Maria (2022). *Perhe yhtenäiseksi -työskentelymenetelmä. Opas työntekijälle*. Turvallinen Oulu -hanke. Oulun kaupungin sivistys- ja kulttuuripalvelut. <https://www.ouka.fi/media/8077/download>

Castaneda, Anu - Mäki-Opas, Johanna - Jokela, Satu - Kivi, Nina - Lähteenmäki, Minna - Miettinen, Tanja - Nieminen, Satu - Santalahti, Päivi & PALOMA-asiantuntijaryhmä (2018). *Pakolaisten mielenterveyden tukeminen Suomessa. PALOMA-käsikirja*. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaisuja.

Euroopan muuttoliikeverkosto (2022). *Vuosittainen maahanmuutto- ja turvapaikkarakortti - Suomi 2021*. https://emn.fi/wp-content/uploads/2022/09/EMN_maahanmuutto_ja_turvapaikka_2021_FI_netti.pdf

Euroopan muuttoliikeverkosto (2023). *Vuosittainen maahanmuutto- ja turvapaikkarakortti - Suomi 2022*. <https://emn.fi/wp-content/uploads/EMN-Vuosittainen-maahanmuutto-ja-turvapaikkarakortti-Suomi-2022.pdf>

Familia (2022). *Kahden kulttuurin perheiden kohtaaminen lastensuojelussa. Opas ammattilaisille ja vanhemmille*. https://www.familia.fi/uploads/7/1/8/2/71825877/familia_opas_nettiin_final.pdf

Hannonen, Saana. *Kulttuurisensitiivisyys*. Tyttöjen Talo. Verkkosivulla käyty 25.3.2024. <https://tyttojentalo.fi/tyttojen-talo/monikulttuurinen-tyttotyö>

Heikkilä, Mikaela & Mustaniemi-Laakso, Maija. (2019). *Turvapaikanhakijoiden haavoittuvuuden huomioiminen Suomen ulkomaalaisoikeudessa ja -käytänteissä*. Teoksessa Lyytinen, Eveliina (toim.) (2019). *Turvapaikanhaku ja pakolaisuus Suomessa*. Siirtolaisuusinstituutti. <https://siirtolaisuusinstituutti.fi/wp-content/uploads/2019/12/t-02-isbn-978-952-7167-60-1-turvapaikanhaku-ja-pakolaisuus-suomessa.pdf>

Huttunen, Matti (2018). *Traumaperäinen stressihäiriö*. Lääkärikirja Duodecim, 30.11.2018. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00526>

Kankkonen, Tom (2023). *Toimittajat paljastivat laajan lokakampanjan: turkkilaismedia loi Ruotsista viholliskuvan vain parissa vuodessa*. Yle Uutinen 26.10.2023. <https://yle.fi/a/74-20056838>

Korhonen, Satu & Holopainen, Laura (2015). *Vanhempänä vahvemmaksi. Kohti myönteistä vuorovaikutusta. Kirja vanhemmuudesta ja sen tukemisesta*. Grano OY.

, Ulla - Kettunen, Hanna - Nuotio, Erika - Jokela, Satu - Nummi, Vuokko Maria - Lillsunde, Pirjo (toim.) (2019). *Väkivallaton lapsuus: toimenpidesuunnitelma lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisystä 2020-2024*. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2019:27. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-4123-6>

Lapsenoikeudet.fi. *YK:n lapsen oikeuksien yleissopimus*. <https://www.lapsenoikeudet.fi/lapsen-oikeuksien-sopimus-turvaa-lasten-ihmisoikeudet/sopimus-kokonaisuudessaan/>

Lintinen, Jemina & Myllymäki, Vilma (2022). *Materiaalipankki. Toiminnallisia menetelmiä pakolaistaustaisten lapsiperheiden kanssa työskentelyyn*. Pelastakaa Lapset. <https://pelastakaalapset.s3.eu-west-1.amazonaws.com/main/2022/11/11135159/materiaalipankki-toiminnallisia-menetelmia-pakolaistaustaisten-lapsiperheiden-kanssa-tyoskentelyyn.pdf>

Lyytinen, Eveliina (toim.) (2019). *Turvapaikanhaku ja pakolaisuus Suomessa*. Siirtolaisuusinstituutti.

Maahanmuuttovirasto. *Tilastot*. Verkkosivut, päivitetty 15.3.2024. <https://tilastot.migri.fi/#decisions>

Matikka, Johanna Linner & Hipp, Tiia (2023). *Traumainformoitu työote*. 2. painos. Santalahti-kustannus.

Mieli - Suomen Mielenterveys ry. *Mielenterveyden käsi-juliste*. Verkkosivu, käyty 25.3.2024. <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/materiaalit/mielenterveyden-kasi-juliste/>

Mäkelä, H. & Trogen, T. (2022). *Tunteita päästä varpaisiin*. Kirjapaja.

Papunet-sivusto. *Tietoa ja materiaalia kommunikoinnin tueksi. Kuvatyökalut*. Verkkosivu päivitetty 2024. <https://papunet.net/kuvatyokalut/>

Parviainen, Heidi (2022). *Mental health of asylum-seeking and immigrant background children - Psychosocial development in relational and spatial contexts*. Turun yliopiston julkaisuja - Annales universitatis Turkuensis Sarja - Ser. D osa - Tom. 1682/ Media - Odontologica / Turku 2022.

Pelastakaa Lapset. *Lapsilta opittua*. Verkkosivu. Päivitetty 2023. <https://www.pelastakaalapset.fi/lapsilta-opittua/lapsilta-opittua/osallisuus/myonteinen-tunnistaminen/>

Pelastakaa Lapset. *Pakolaisuus*. Verkkosivu. Päivitetty 2024. <https://www.pelastakaalapset.fi/tyomme/mita-temme/lapset-kriiseissa/pakolaisuus/>

Pelastakaa Lapset (2020) *Perhekerho maahanmuuttajille. Kokemuksia Joensuun perhekerhon toiminnasta vuosina 2018-2020*. https://pelastakaalapset.s3.eu-west-1.amazonaws.com/main/2020/11/27153743/perhekerho_raportti_2020.pdf

Pelastakaa Lapset (2021). *Katsele palveluita lapsen silmin-työkirja*. <https://pelastakaaalapset.s3.eu-west-1.amazonaws.com/main/2021/11/16142112/katsele-palveluita-lapsen-silmin-tyokirja-valmis.pdf>

Pennola, Tiuku (2020). *Maahanmuuttajataustaiset vauvaperheet*. Teoksessa *Vauvatyön käsikirja*. Ensi- ja turvakotien liitto 2020. https://issuu.com/ensijaturvakotienliitto/docs/etl_vauvatyo-kasikirja_2020

Pirjatanniemi, Elina - Inka Lilja - Maija Helminen - Kristiina Vainio - Outi Lepola - Anne Alvesalo-Kuusi (2021). *Ulkomaalaislain ja sen soveltamiskäytännön muutosten yhteisvaikutukset kansainvälistä suojelua hakeneiden ja saaneiden asemaan*. Valtioneuvoston kanslia.

Pojjula, Soili (2020). *Resilienssi. Muutosten kohtaamisten taito*. Kirjapaja.

Positiivinen kasvatus. *Positiivinen kasvatus*. Verkkosivu. Päivitetty 2024. <https://positiivinenkasvatus.fi/>

Rönkkömäki, Sirpa. (2018). *Selvitys turvapaikanhakijoiden parisuhteiden ja vanhemmuuden haasteista sekä auttamisen mahdollisuuksista vastaanottokeskuksissa*. Parisuhteet ja perheet keskuksissa - selvityshanke 1.1.-30.9.2018. Maahanmuuttovirasto.

Saavutettavuuskirjasto Celian tuottama ohjesivusto. saavutettavasti.fi. Verkkosivu. Saavutettavuuskirjasto Celian tuottama ohjesivusto. Päivitetty 7.3.2024.

Save the Children & University of Sarajevo (2022). *Wherever we go, someone does us harm. Violence against refugee and migrant children arriving in Europe through the Balkans*. Balkans Migration and Displacement Hub.

Save the Children (2023). *Safe Families. Session 3. Positive parenting goals*.

Save the Children (2023b). *Safe for Some: Europe's selective welcome to children on the move*.

Sarvela, K. & Auvinen, E. (toim.) (2020). *Yhteinen kieli. Traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen*. Basam Books Oy.

Selkokeskus. *Selkokieli*. Kehitysvammaliiton verkkosivu. Julkaistu 27.7.2021. <https://selkokeskus.fi/selkokieli/>

Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita (2020). *Osallisuutta ja osallistumista. Osa 1: Osallisuuden lähtökohdat kansallisessa lapsistrategiassa*. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162410/STM_2020_27_r.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Sourander, Andre. (2007). *Turvapaikkaa hakevien pakolaislasten ja -nuorten mielenterveys*. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim 2007; 123 (4): 479-85. <https://www.duodecimlehti.fi/duo96302>

Säävälä, Minna. (2012). *Koti, koulu ja maahan muuttaneiden lapset. Oppilashuolto ja vanhemmat hyvinvointia turvaamassa*. Väestöliitto. Väestöntutkimuslaitos - Katsauksia E 43/ 2012. <https://www.vaestoliitto.fi/uploads/2020/12/00408b29-koti-koulu-ja-maahanmuuttajalapsset.pdf>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. *Keskeisiä käsitteitä*. Verkkosivu. Päivitetty 8.3.2024 <https://thl.fi/aiheet/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/keskeisia-kasitteita>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. *Kulttuurisensitiivinen työote*. Verkkosivu. Päivitetty 7.2.2024. <https://thl.fi/aiheet/maahanmuutto-ja-kulttuurinen-moninaisuus/tyon-tueksi/hyvia-kaytantoja/kulttuurisensitiivinen-tyoote>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. *Maahanmuuttaneiden lasten, nuorten ja perheiden terveys*. Verkkosivu. Päivitetty 30.1.2024. <https://thl.fi/fi/web/maahanmuutto-ja-kulttuurinen-moninaisuus/maahanmuutto-ja-hyvinvointi/maahanmuuttaneiden-lasten-nuorten-ja-perheiden-terveys>.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. PALOMA-koulutus. Osa 11: *Lasten, nuorten ja perheiden näkökulma*. Verkkosivu ja verkkokoulutus. Päivitetty 5.12.2023. <https://thl.fi/aiheet/maahanmuutto-ja-kulttuurinen-moninaisuus/tyon-tueksi/paloma-koulutus>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. *Selkokieli*. Verkkosivu. Päivitetty 7.12.2023. <https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/vammaispalvelujen-kasikirja/asiakasprosessi/neuvonta-ja-ohjaus/selkokieli>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. *Osallisuuden osa-alueet ja osallisuuden edistämisen periaatteet*. Päivitetty 15.12.2023. <https://thl.fi/aiheet/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-osa-alueet-ja-osallisuuden-edistamisen-periaatteet>

Trogen, Tiia (2020). *Positiivinen kasvatus*. 2.painos. PS-kustannus.

Trogen, Tiia (2021). *Ilo olla yhdessä*. Kirjapaja.

Viitottu rakkaus. (2024). *Materiaalia hyvinvoinnin ja oppimisen tueksi*. Verkkosivu. <https://viitotturakkaus.fi/product-category/elamantaidot-hyvinvointi/tunnetaidot/>

Westerlund-Cook (2023) *Lapsuusajan haitallisten ja suojaavien kokemusten sekä toivon merkitys systeemissä ja suhdeperusteisessa työotteessa*. Teoksessa Matikka, Johanna Linner & Hipp, Tiia (2023). *Traumainformoitu työote*. 2. painos. Santalahti-kustannus.

Pakolaisperheiden kohtaaminen ja vanhemmuuden tuki

Ihana Usra – opas ammattilaisille

Opas on suunnattu ammattilaisille, jotka työskentelevät pakolaistausten perheiden parissa. Oppaasta saa tietoa pakolaisuuden vaikutuksesta vanhemmuuteen ja myönteisen vanhemmuuden ajatuksesta sekä vinkkejä perheiden tavoittamiseen ja kohtaamiseen. Lisäksi opas sisältää Ihana Usra -ryhmätoimintamallin kuvauksen.

Ihana Usra -ryhmätoimintamallilla vahvistetaan perheiden yhdessä toimimista, myönteistä vanhemmuutta sekä lapsen turvallista ja hyvää kasvua. Mallissa huomioidaan haavoittuvassa asemassa olevien pakolaistaustaisten perheiden kanssa työskentelyn erityispiirteet. Malli sisältää toimintakertoja niin vanhemmille kuin lapsille.

Usra - Perheenä Suomessa on Pelastakaa Lasten kolmevuotinen hanke, jota toteutettiin vuosien 2021–2024 aikana osana järjestön pakolaistyötä.

“Ryhmä on lisännyt tietoisuutta itsestä, myönteisestä ajattelusta itseään ja lapsia kohtaan.”

- Ihana Usra -ryhmään osallistunut vanhempi

pelastakaalapset.fi



Pelastakaa Lapset

Pelastakaa Lapset ry

Koskelantie 38, PL 95

00601 Helsinki

Puh. 010 843 5000

info@pelastakaalapset.fi