



**LAUREA**  
AMMATTIKORKEAKOULU

*Uuden edellä*

# Nuorten äitien äitiyden tukeminen draaman keinoin

---

Bäckman, Vera

2011 Tikkurila

Laurea-ammattikorkeakoulu  
Tikkurila

## Nuorten äitien äitiyden tukeminen draaman keinoin

Vera Bäckman  
Sosiaaliala  
Opinnäytetyö  
Marraskuu, 2011

Tekijä(t) Vera Bäckman

Nuorten äitien äitiyden tukeminen draaman keinoin

Vuosi

2011

Sivumäärä

60

---

Opinnäytetyö toteutettiin Tyttöjen Talon Nuoret äidit -toiminnan puitteissa. Nuoret äidit -toiminta on alle 21-vuotiaille, pääkaupunkiseudulla asuville, odottaville tai jo synnyttäneille äideille suunnattua toimintaa. Tätä työtä varten perustettiin suljettu ryhmä, joka koostui kuudesta jo synnyttäneestä äidistä. Varsinaisia toimintakertoja saatiin toteutettua neljä, yhden toimintakerran kestäessä kaksi tuntia.

Työ oli toiminnallinen ja siinä käytettiin draama- sekä muita toiminnallisia menetelmiä. Menetelmissä painottui Augusto Boalin Sorrettujen teatteri ja erityisesti kuvateatteri. Kuvateatterissa tehdään patsaita, jotka kuvaavat kulloinkin käsiteltävää aihetta tekijänsä näkökulmasta. Patsaiden herättämistä ajatuksista keskustellaan yhdessä ryhmän kanssa. Patsastyöskentelyn avulla voidaan tehdä näkyväksi asioita, joita pelkällä keskustelulla ei välttämättä tulisi esille. Ryhmässä syntyvät erilaiset tulkinnat patsaista tarjoavat aiheen käsittelyyn uusia näkökulmia ja ulottuvuuksia. Ryhmän toimintaan kuului siis toiminnallisen osan lisäksi myös keskustelua.

Toiminnan tavoitteina oli 1. Auttaa ryhmäläisiä käsittelemään äitiyteen liittyviä tuntemuksia ja vastaan tulevia haastavia tilanteita draaman keinoin, 2. Osallistujien voimaannuttaminen suhteessa äitiyteen sekä 3. Toiminnan asiakaslähtöisyys. Lisäksi henkilökohtaisena tavoitteenani oli kehittyä toiminnallisen ryhmän ohjaajana ja syventää taitojani draamamenetelmien käytössä. Arvioinnin mittareina toimivat omat havaintoni, äitien kanssa käydyt palautehaastattelut sekä Nuoret äidit -toiminnan työntekijöiden palaute ja huomiot.

Toimintakerrat toteutettiin maaliskuussa 2011 keskiviikkoisin. Äidit osallistuivat ryhmään ilman lapsia. Toiminta tapahtui Tyttöjen Talon salissa. Kaikki äidit eivät päässeet paikalle jokaisella toimintakerralla, mikä vaikutti myös menetelmien valintaan. Toimintakerrat sujuivat kuitenkin hyvin ja ryhmässä päästiin käsittelemään muun muassa äitiyteen liittyviä tunteita sekä käsityksiä äitiydestä. Palautteen perusteella äidit olivat saaneet voimauttavia kokemuksia ja toiminta oli saanut ajattelemaan omaa äitiyttä enemmän. Toiminnan myötä äidit olivat ottaneet kontaktia toisiinsa enemmän myös ryhmän ulkopuolella.

Asiasanat: nuoruus, äitiys, vanhemmuus, draamamenetelmät

Name(s) Vera Bäckman

Supporting motherhood of young mothers using dramatic methods

Year	2011	Pages	60
------	------	-------	----

---

This thesis was carried out within the Young Mothers-action in Tyttöjen Talo. Young mothers-action is for mothers under 21 years old and living in the capital area who are pregnant or have given birth. A closed group was formed for this thesis and there were six mothers who had already given birth. Four actual meetings could be carried out, each of them lasting two hours.

This was a functional thesis and in it I used dramatic methods and other activities. The activities were focused on the methods of Augusto Boal's Theatre of the Oppressed and especially on Image Theatre. In Image Theatre the participants make images or statues which represent the thoughts and interpretations they have on the matter. The thoughts brought up by the statues are then discussed with the group. The different interpretations of the statues may bring new points of view and other dimensions to the subject at hand. In this group we used both activities and discussion.

The goals of this thesis were 1. To help the mothers to process the feelings and challenging situations included in motherhood by using dramatic methods, 2. To empower the mothers regarding their motherhood and 3. To keep the action client centered. My personal goal was to develop my group leading skills and to deepen my skills in using dramatic methods. To evaluate my work I used my own observations, feedback interviews with the mothers and the feedback and observations of the workers of Young Mothers-action.

The meetings took place in March and April in spring 2011 on Wednesdays. Mothers participated in the group without their children. All mothers were not present in all the meetings which had an effect on the choice of methods. The activities went well and in the group we dealt with subjects such as the feelings and beliefs associated with motherhood. Based on the feedback mothers had had empowering experiences and they had started to think about their motherhood more actively. After working together in the group the mothers had also had more contact with each other outside the group.

Keywords: youth, motherhood, parenthood, dramatic methods

## Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Taustat, tavoitteet ja arvioinnin mittarit .....	7
3	Nuoruus ja äitiys .....	9
3.1	Nuoruuden määritelmiä .....	9
3.2	Nuori ja raskaus .....	10
3.3	Äidinrakkautta ja äitiyden tuomat tunne-elämän muutokset.....	11
3.4	Nuoruuden edut äitiyden kannalta.....	12
3.5	Äiti, lähipiiri ja vertaistuki .....	13
3.6	Äiti kasvatusteorioiden puristuksessa.....	13
3.7	Milloin äidiksi? .....	14
3.8	Tyttöjen Talo ja Nuoret äidit -toiminta.....	14
4	Työskentelytavat ja niiden edellytykset .....	17
4.1	Draama työskentelyn välineenä .....	17
4.2	Augusto Boal ja Sorrettujen teatteri .....	18
4.2.1	Kuvateatteri .....	18
4.2.2	Forum-teatteri .....	20
4.2.3	Jokerin merkitys forum-teatterissa .....	20
4.3	Turvallinen ryhmä, ilmaiseva ryhmä.....	21
5	Toiminnan kuvaus .....	23
5.1	Prosessin alku .....	23
5.2	Toiminta .....	24
5.2.1	Ensimmäinen toimintakerta, 16.3. ....	24
5.2.2	Toinen toimintakerta, 23.3. ....	26
5.2.3	Kolmas toimintakerta, 30.3. ....	26
5.2.4	Neljäs toimintakerta, 6.4. ....	31
5.2.5	Viides toimintakerta, 13.4. ....	33
5.2.6	Kuudes toimintakerta, 20.4. ....	34
5.2.7	Seitsemäs toimintakerta, 26.4. ....	35
6	Arviointi.....	37
6.1	Auttaa ryhmäläisiä käsittelemään äitiyteen liittyviä tuntemuksia ja vastaan tulevia haastavia tilanteita draaman keinoin .....	37
6.2	Voimaannuttaminen suhteessa äitiyteen.....	40
6.3	Toiminnan asiakaslähtöisyys.....	42
6.4	Syventää omia taitoja toiminnallisen ryhmän ohjaajana sekä draamamenetelmien käytössä.....	45
6.5	Mitä muuta saavutettiin?.....	47
7	Eettinen pohdinta .....	49

8	Pohdinta .....	52
	Lähteet .....	56
	Liitteet .....	58

## 1 Johdanto

Ajatus tämän opinnäytetyön aiheesta syntyi keskustellessani keväällä 2010 raskaana olevan parikymppisen ystäväni kanssa. Keskustelimme siitä, kuinka hänen äidiksi tuloonsa on suhtaututtu. Nuorena äidiksi tulemistä ei selkeästi pidetä enää normien mukaisena ja se näkyi myös ympäristön suhtautumisessa. Ystäväni kanssa käytyjen keskustelujen pohjalta minua alkoi kiinnostaa nuorten äitiys ja kuinka se kohdataan yhteiskunnassa, mutta ennen kaikkea kuinka nämä nuoret äidit itse kokevat äitiyden. Lasten saaminen tuo suuria muutoksia elämään, oli äiti minkä ikäinen tahansa, mutta erityisesti alkoi kiinnostaa äitiys nuorena iässä, jolloin elämässä tapahtuu paljon muitakin muutoksia.

Alusta asti oli selvää, että toteuttaisin opinnäytetyöni toiminnallisena ja käyttäisin siinä draamamenetelmiä. Erityisesti kiinnosti Augusto Boalin Sorrettujen teatterin menetelmät, joiden uskoin sopivan erinomaisesti myös äitiyteen liittyvien tunteiden ja tilanteiden käsittelemiseen. Kuvateatterin avulla voitaisiin tehdä tunteita ja mielikuvia äitiydestä näkyviksi ja näin päästä käsittelemään niitä uusilla tavoilla sekä näkemään uusista näkökulmista. Forumteatterin avulla voitaisiin etsiä ratkaisuja niihin haastaviin tilanteisiin, joita äiti arjessaan kohtaa.

Etsiessäni paikkaa työn toteuttamiselle, löysin Tyttöjen Talon ja sen Nuoret äidit -toiminnan. Toiminta on suunnattu alle 21-vuotiaille, pääkaupunkiseudulla asuville, odottaville tai jo synnyttäneille äideille. Nuoret äidit -toiminnassa tuetaan nuorta äitiä eri tavoin äitiyden eri vaiheissa. Toiminta perustuu suurelta osin keskusteluun ja halusin tarjota heille mahdollisuutta ryhmään, jossa äitiyttä tuettaisiin toiminnallisilla keinoilla. Idea sai erinomaisen vastaanoton Tyttöjen Talolla. Tällainen ryhmä toisi vaihtelua toimintaan ja tarjoaisi uusia tapoja käsitellä äitiyttä.

Tavoitteita toiminnalla oli kolme: Auttaa ryhmäläisiä käsittelemään äitiyteen liittyviä tunteita ja vastaan tulevia haastavia tilanteita draaman keinoin, osallistujien voimaannuttaminen suhteessa äitiyteen sekä toiminnan asiakaslähtöisyys. Lisäksi henkilökohtaisena tavoitteenani oli kehittyä toiminnallisen ryhmän ohjaajana ja syventää taitojani draamamenetelmien käytössä. Tyttöjen Talolla perustettiin työtä varten pieni suljettu ryhmä, jossa oli kuusi jo lapsen saanutta äitiä. Ryhmä oli nimeltään Toiminnallinen äitiryhmä ja siinä käsiteltäisiin draama- ja toiminnallisilla menetelmillä niitä äitiyteen liittyviä aiheita, jotka ryhmään osallistuvia kiinnostivat ja askarruttivat.

Teoriaosuudessa käsittelen nuoruuden määritelmiä, nuoren äitiyttä sekä äitiyteen liitettyjä käsityksiä. Lisäksi kerron draamamenetelmistä, joista erityisesti Augusto Boalin Sorrettujen teatterin menetelmistä. Esittelen myös Tyttöjen Talon ja Nuoret äidit -toimintaa. Tämän

teorian pohjalta nousevat suureksi osaksi ryhmässä käsitellyt aiheet. Toiminnan kuvauksessa kerron toimintakertojen kulusta, niissä käyttämäni menetelmistä sekä osasta toiminnasta tekemistäni havainnoista. Havaintojani ja äitien kanssa käytyjä palautehaastatteluja käyn tarkemmin läpi arviointiosiossa, jossa pohdin myös työn tavoitteiden toteutumista.

## 2 Taustat, tavoitteet ja arvioinnin mittarit

Tämä opinnäytetyö on toteutettu yhteistyössä Tyttöjen Talon kanssa, osana Nuoret äidit -toimintaa. Nuoret äidit -toiminta on alle 21-vuotiaille, pääkaupunkiseudulla asuville, odottaville tai jo synnyttäneille äideille suunnattua toimintaa. Toiminnan tarkoituksena on tukea nuoria äitejä vanhemmuudessa ja antaa heille mahdollisuus tavata muita samassa tilanteessa olevia nuoria naisia. Toimintaan kuuluu sekä yksilö- että ryhmätoimintaa. Nuorilla on esimerkiksi mahdollisuus osallistua synnytysvalmennukseen tai erilaisiin teemaryhmiin. Suuri osa toiminnasta on kuitenkin keskustelupohjaista. (Tyttöjen talon Internet-sivut.)

Nuoret äidit -toiminta on monipuolista, mutta luovia tai toiminnallisia menetelmiä siinä ei juuri ole käytetty. Vaikka tässä opinnäytetyössäkin on osana keskustelua, toiminnalliset ja draamamenetelmät kuitenkin painottuvat selkeästi. Tarkoituksena on siis tarjota uudenlaisia työkaluja näiden nuorten äitien äitiyden tukemiseen ja sen herättämien tunteiden käsittelemiseen. Draamamenetelmien avulla voidaan herättää ajatuksia ja löytää ratkaisuja, joita ei välttämättä pelkällä keskustelulla saada aikaan.

Toiminnalla itsellään on kaksi päätavoitetta: Auttaa ryhmäläisiä käsittelemään äitiyteen liittyviä tuntemuksia ja vastaan tulevia haastavia tilanteita draaman keinoin sekä osallistujien voimaannuttaminen suhteessa äitiyteen. Esimerkiksi patsaiden avulla käsitellään erilaisia äitiyteen liittyviä tunteita ja sellaisia tilanteita ja asioita, jotka niitä herättävät. Draaman avulla saatetaan saada esille uudenlaisia näkökulmia, joiden avulla voidaan käsitellä äitiyttä sekä siihen liittyviä haastavia ja voimaa antavia puolia. Tällöin on mahdollista saada aikaan myös tunne voimaantumisesta. Tavoitteena on, että äidit löytävät ja näkevät omia hyviä ominaisuuksiaan draamaharjoitteiden ja niiden synnyttämän keskustelun avulla. Näiden ominaisuuksien löytäminen ja tiedostaminen saattaa vaikuttaa positiivisesti siihen, millaisena äitinä kukin itsensä kokee. Tässä toimii apuna myös ryhmä, joka saattaa nähdä sellaisia asioita, joita äiti itse ei ole huomannut tai osannut aiemmin arvostaa. Joskus voi auttaa myös huomata, että myös muut painivat samanlaisten ongelmien kanssa.

Toiminnassa minulle on tärkeää pitää mielessä asiakaslähtöisyys ja tämä olikin yksi työn tavoitteista. Asiakaslähtöisyys voidaan käsittää monilla tavoilla ja sen ilmenemisen muodot riippuvat myös jonkin verran toiminnan muodosta. Tässä työssä asiakaslähtöisyys on ollut mu-



kana sekä käsiteltävien aiheiden valinnassa että varsinaisen toiminnan etenemisessä ja toteutuksessa. Jotta äidit saisivat ryhmästä parhaan mahdollisen hyödyn, pyrin siihen, että käsiteltävät aiheet nousevat mahdollisimman paljon ryhmästä itsestään. Tarkoituksena on tukea äitejä heidän äitiydessään ja etsiä yhdessä vastauksia niihin asioihin, jotka heitä mietityttävät. Mikäli kaikki käsiteltävät aiheet annetaan ulkopuolelta, tätä ei ole mahdollista saavuttaa. Aina ryhmäläiset eivät kuitenkaan osaa itse sanoa tarkalleen, mitä kaikkia asioita he haluaisivat tai heidän olisi hyödyllistä käsitellä. Tällainen tilanne vaatii ohjaajalta herkkyyttä huomata sanomatta jäävät asiat, kykyä lukea rivien välistä.

Asiakaslähtöisyyden tavoite liittyykin hyvin vahvasti henkilökohtaiseen tavoitteeseeni kehittyä toiminnallisten menetelmien ohjaajana ja syventää taitojani draamamenetelmien käytössä. Ohjaaja on kuitenkin vastuussa siitä, mitä menetelmiä ja harjoitteita toiminnassa käytetään, vaikka käsiteltävät aiheet tulisivatkin ryhmältä. Ohjaajana pyrin huomaamaan, millaiset menetelmät sopivat juuri kyseiselle ryhmälle ja auttavat saamaan ryhmästä mahdollisimman paljon irti. Tehtävänäni on myös pitää huolta ryhmään osallistuvien hyvinvoinnista siten, että en esimerkiksi pakota heitä tekemään harjoitteita, jotka ovat heille liian vaikeita. Kehittymisen kannalta on tärkeää myös käydä niin sanotusti myös epämukavuusalueella ja haastaa ryhmäläisiä. Näin saadaan mahdollisesti esiin uusia puolia käsiteltävistä aiheista. Tärkeämpää on kuitenkin, että äideillä on ryhmässä turvallinen olo, sillä silloin päästään helpommin myös syvemmälle käsiteltäviin aiheisiin. Ryhmän ohjauksessa minulla on siis vastuu yrittää löytää sopiva tasapaino äitien haastamisen ja turvallisuudentunteen säilyttämisen välillä.

Pyrin siis kehittämään itseäni ryhmän ohjaamisessa, nyt erityisesti toiminnallisen ryhmän ohjaamisessa. Tavoitteenani on pystyä huomaamaan ryhmän tarpeet ja huolehtia siitä, että asiakaslähtöinen työote säilyy toiminnassa. Lisäksi haluan kehittyä draamamenetelmien ja yleisemmin toiminnallisten menetelmien käyttämisessä sekä tutustua paremmin Augusto Boal'n Sorrettujen teatterin tekniikoihin. Ohjaajana minun pitää valita ryhmälle sopivat menetelmät, joilla parhaiten saadaan käsiteltyä senhetkistä aihetta.

Toiminnan arvioinnin mittareina käytän omia havaintojani, äitien palautehaastatteluja sekä keskustelujani Nuoret äidit -toiminnan työntekijöiden kanssa. Palautehaastatteluissa käyttämäni kysymykset löytyvät liitteestä 2. Jokaisen toimintakerran jälkeen keskustelen havainnoistani myös Nuoret äidit -toiminnan työntekijän Katja Villanen-Juvakan kanssa. Keskustelujen avulla voin peilata omia havaintojani toiminnasta Katjan huomioihin äideistä ryhmän ulkopuolella sekä käydä läpi omia kokemuksiani ohjaamisesta.

### 3 Nuoruus ja äitiys

#### 3.1 Nuoruuden määritelmiä

Nuoruus ei ole yksi selkeä käsite, vaan sitä voidaan tarkastella hyvin erilaisista näkökulmista. Eri tieteenalat ja yhteiskunta määrittelevät nuoruutta vaihtelevilla tavoilla, ja tämä ajanjakso onkin vaikea rajata monitahoisuutensa vuoksi. (Raitanen 2001: 187.) Nuoruutta voidaan määritellä kronologisella iällä, fyysisellä ja psyykkisellä kehityksellä sekä henkilökohtaisella kokemuksella ja elämäntavoilla. Näitä määritelmiä on tärkeää käsitellä, sillä ne vaikuttavat myös puhuttaessa nuoren äitydestä. (Hirvonen 2000: 25.)

Nuoruus on kehitysvaihe, jolla on omat kehitystehtävänsä ja yhteiskunnalliset siirtymänsä, jotka ovat erilaisia verrattuna esimerkiksi lapsuuteen tai aikuisuuteen. Nuoruudessa on paljon kyse siirtymisestä ja irtautumisesta, matkasta lapsuudesta kohti aikuisuutta. (Hirvonen 2000: 25.) Nuoruus on sitä aikaa, jolloin ihminen joutuu määrittelemään itsensä ja löytämään oman identiteettinsä (Kroger 2004: 1). Erilaisten kriisien ja muutosten kautta siirrytään pikkuhiljaa tasapainoisempaan aikuisuuteen, johon kuuluvat esimerkiksi ura ja elämäkumppani. Nuoren ainakin oletetaan muuttuvan vastuuntuntoisemmaksi, järkevämmäksi ja päämäärätietoisemmaksi. (Hirvonen 2000: 25.) Nuoruus nähdäänkin usein selkeästi väliaikaisena elämäntavaiheena (Spickard Prettyman 2005: 155).

Nuoruuteen kuuluu monia erilaisia psyykkisiä, fyysisiä ja sosiaalisia muutoksia, mutta niiden ilmenemisajat ovat hyvin yksilöllisiä. Nuoruus voidaan määrittää kronologisen iän mukaan esimerkiksi vuosiin 12-20, mutta ikävaiheen muutosten yksilöllisyyden takia sitä ei kuitenkaan voida määritellä ainoastaan sen mukaan. Nuoren omat valinnat ja päätökset vaikuttavat niin paljon hänen kehitykseensä, että pysyviä nuoruuden tunnuspiirteitä ja näin ollen nuoruutta on vaikeampaa määritellä. (Hirvonen 2000: 25.) Nuoruutta määritellessä tulee myös pitää mielessä historiallinen ajankohta, jossa nuoruutta tarkastellaan (Kroger 2004: 2).

Nuoressa tapahtuvat fyysiset ja biologiset muutokset ovat kaikista nuoruuteen liittyvistä muutoksista ehkäpä helpoiten määriteltävissä ja liitettävissä tiettyyn ikäkauteen. Tietysti myös niissä ilmenemisaika on yksilöllinen, mutta tytöillä esimerkiksi kuukautisten alkaminen ja sekundaaristen sukupuoliominaisuuksien kehittyminen sijoittuvat useimmiten ikävuosiin 10-15. Fyysisiä ja biologisia muutoksia ei kuitenkaan täysin voida erotella psyykkisistä muutoksista, sillä psyykinen kokemus itsestä on tiiviisti yhteydessä kokemuksiin omasta ruumiista. Nämä muutokset muokkaavat nuoren suhdetta omaan kehoon, itseän ja ympäristöön. (Hirvonen 2000: 26.)

Nuoruus on oman minuuden etsimisen ja löytämisen aikaa. Tähän kuuluu erilaisia psyykkisiä muutoksia, joihin vaikuttavat esimerkiksi nuoren elämäntavoitteet, joita ovat moraalinen kypsyyneisyys, nuoren omaksumat ihanteet, suoriutuminen opillisesti, itseluottamus ja ajattelun kehittyneisyys. Nämä muutokset muovaavat nuoren identiteettiä ja persoonaa. Kuten myös nuoren kehosuhteeseen, myös psyykkiseen kehitykseen vaikuttavat nuoren ympäristö, yhteiskunta ja kulttuuri. Erilaiset kokemukset, onnistumiset ja epäonnistumiset, muokkaavat nuoren minäkuvaa ja vaikuttavat siihen, miten nuori suoriutuu uusista tehtävistään ja rooleistaan aikuisuuteen siirryttäessä. Onnistumisen kokemukset lapsen ja nuoren elämässä vahvistavat positiivista käsitystä itsestä ja näin ollen valmistavat paremmin aikuisuuden haasteista selviämiseen. (Hirvonen 2000: 26.)

Vaikka nuoruudelle haetaankin erilaisia määrittelytapoja ja tunnuspiirteitä, se on mahdollista nähdä myös yksilön subjektiivisena kokemuksena. Monesti nuorista puhutaan yhtenä ryhmänä, mutta tällainen tarkastelutapa sopii nuoruuteen yhä huonommin. Nuoret käyvät aikuisuuteen siirtymiseen liittyviä vaiheita hyvinkin erilaisissa aikatauluissa ja järjestyksissä. Nuoren kokemus omasta iästään voi siis poiketa paljonkin siitä, mihin ikään hänet kronologisesti tai kulttuurisesti yleensä sijoitettaisiin. (Hirvonen 2000: 26,27.)

### 3.2 Nuori ja raskaus

Nuoren raskautta ei kovinkaan usein nähdä positiivisena asiana. Nuoren oma näkökulma, hänen kykynsä päättää itse omista asioistaan sekä raskauden positiiviset vaikutukset ovat esillä vain harvoissa tutkimuksissa. Raskauden, synnytyksen ja vanhemmuuden kannalta alhaista ikää pidetäänkin usein riskinä, sekä lääketieteellisesti että yhteiskunnan kannalta. Tutkimukset ovat usein ongelmakeskeisiä ja niissä käydään läpi raskauden aiheuttamia seurauksia nuorelle ja hänen sosiaaliselle verkostolleen. (Hirvonen 2000: 33,34.)

Nuoren raskaudessa on kuitenkin riskejä, niin fysiologisia, psyykkisiä kuin sosiaalisiaakin. Nuoren fyysinen kehitys on usein vielä käynnissä, minkä takia hänen elimistönsä ei välttämättä kestä kaikkia raskauden ja synnytyksen aiheuttamia rasituksia. Tämän takia ennenaikainen synnytys, alhainen vastasyntyneen syntymäpaino ja erilaiset synnytyskomplikaatiot ovat todennäköisempiä kuin vanhemmilla äideillä. (Hirvonen 2000: 34.)

Äidiksi tuleminen nuoressa iässä saattaa hankaloittaa myös psyykkistä kehitystä. Raskaus tuo mukanaan erilaisia ongelmia ja kriisejä ja niistä selviytyminen voi olla nuorelle äidille haastavaa johtuen hänen psyykkisen kehityksensä keskeneräisyydestä. Nuorella ei välttämättä ole tarpeeksi valmiuksia käsitellä elämässään tapahtuvia muutoksia ja saattaa siksi helpommin altistua psykososiaalisille ongelmille. Nuoren äidin elämäntilannetta hankaloittavat monesti

myös koulutuksen keskeytyminen ja työttömyys, tästä johtuva pitkäaikainen köyhyys, yksinhuoltajuus ja lapsen isän kanssa olevat konfliktit sekä muut perhettä ja lähipiiriä koskevat kriisit. Nämä ovat myös sosiaalisia riskejä ja ne voidaankin nähdä merkittävimpinä, kuin nuoren ikään ja fyysisiin ominaisuuksiin liittyvät tekijät. Nuori äiti on usein myös riippuvainen vanhemmistaan, mikä nähdään myös riskitekijänä. Nuoren raskaus voi aiheuttaa paljon muutoksia myös hänen vanhempiensa elämään. (Hirvonen 2000: 34,35.)

### 3.3 Äidinrakkaus ja äitiyden tuomat tunne-elämän muutokset

Naisen saadessa lapsen yleinen käsitys on, että hän rakastuu lapseensa välittömästi. Äidinrakkaudesta ja tuoreen äidin onnea pidetään itsestään selvinä asioina. Näin ei kuitenkaan läheskään aina ole ja asiaan on alettu todella tiedostaa vasta lähiaikoina. Yhteiskunta asettaa äideille monenlaisia odotuksia, eikä äidin ole aina helppo tunnustaa itselleen tai muille, ettei pysty vastaamaan näihin odotuksiin. Äiti voi kokea ”poikkeavista” tuntemuksistaan häpeää ja epäonnistumista äitinä, vaikka hänen kokemuksensa saattavat olla hyvinkin yleisiä. (Janhunen & Saloheimo 2008: 28.)

Sen lisäksi, että yhteiskunta asettaa erilaisia odotuksia äitejä kohtaan, myös äidillä itsellään on erilaisia odotuksia koskien lapsensaantia. Etenkin ensimmäistä kertaa äidiksi tulevilla on lapsen syntymää kohtaan monenlaisia odotuksia ja mielikuvia. Nämä odotukset kehittyvät äidin ympäristön toimesta. Äidiksi tuleva on todennäköisesti kuullut synnytys- ja äitiyskokemuksia lähipiirissään olevilta äideiltä. Myös synnytysvalmennuksen tarjoama tieto ja media, kuten vauvalehdet, vaikuttavat siihen, mitä äiti uskoo kokevansa lapsen syntyessä. Esimerkiksi elokuvat tarjoavat vahvasti käsityksen siitä, että äidinrakkaus syttyy kaikilla äideillä välittömästi ja vahvana. Joskus odotukset täyttyvätkin ja äiti tuntee onnistumisen tunteita synnytyksestä ja omasta äitiydestään. (Janhunen & Saloheimo 2008: 31.)

Usein käy kuitenkin niin, etteivät kaikki odotukset täyty ja synnyttämisenjälkeinen todellisuus ei vastaakaan luotuja mielikuvia. Kun odotusten täytyminen herättää äidissä onnistumisen tunteita, niiden täyttymättä jääminen voi vastaavasti aiheuttaa vahvojakin epäonnistumisen tunteita ja äiti saattaa alkaa pitää itseään jotenkin viallisena. Jos äidinrakkaus ei syty välittömästi, se voi herättää äidissä syyllisyyttä tai hämmennystä. Ei ole lainkaan harvinaista, että rakkaus omaan lapseen syntyy vasta ajan myötä, joskus vasta kuukausien perästä. Esimerkiksi hyvin raskas ja vaikea odotusaika tai rankka synnytys voivat vaikuttaa osaltaan siihen, ettei rakkaus lapseen tule niin helposti. (Janhunen & Saloheimo 2008: 31,32.)

Äitiyden tuomat muutokset voivat hämmäntää erityisesti nuorella iällä. Nuoruuteen ja erityisesti teini-ikään liitetään usein huolettomuus ja itsekeskeisyys. Kuitenkin tullessaan äidiksi

teini-ikäisenä, nämä tytöt tai naiset joutuvat siirtymään aikuisempaan elämänvaiheeseen, jossa heillä on vastuu itsensä lisäksi myös lapsestaan. Iältään niin sanotut teiniäidit ovat teinejä, mutta vastuut ovat samankaltaiset kuin aikuisilla. He jäävät äitiyden myötä siis ikään kuin nuoruuden ja aikuisuuden välimaastoon. (Spickard Prettyman 2005: 156.)

### 3.4 Nuoruuden edut äitiyden kannalta

Nuorten naisten raskaus ja äitiys nähdään usein negatiivisessa valossa. Nuorten raskaudet ovat usein suunnittelemattomia ja helposti puhutaan kielteiseltä kuulostavista vahinkoraskauksista, vaikka äidiksi tuleminen olisikin nuorelle mieluisa asia. Äitiys hyvin nuorena iässä rikkoo länsimaisia elämäntapoihin liittyviä normeja. Niin sanottua teiniäitiyttä pidetään yhtenä nuorten syrjäytymisen mittapuuna, kuten myös teini-ikäisten aborttien lukumäärää. (Niemelä & Kelhä 2005: 20-22.)

Vaikka raskaus ei olisikaan suunniteltu, se ei tarkoita, ettei se olisi äidiksi tulevan mielestä iloinen asia. Tutkimuksissa monet nuoret äidit ovat kertoneet, että vaikka he eivät varsinaisesti yrittäneet tulla raskaaksi ja raskaus tuli yllätyksenä, se oli heille ilon aihe. Vaikka äitiydestä ei olisikaan ollut paljon puhetta, monella nuorella äidillä oli ollut joka tapauksessa toive lapsen saamisesta jossain vaiheessa elämää. Useat nuorena äidiksi tulleet ovat myös kertoneet halunneensa äidiksi jo nuorena iässä. Kyse on heille vain elämänvaiheiden toteutumisen erillisessä järjestyksessä kuin yhteiskunnassamme yleensä. Nuoren äidin ikä onkin usein ongelmallisempi muiden kuin äidin itsensä mielestä. (Niemelä & Kelhä 2005: 23,24.) Tämä näkyy myös vuoden 2005 Perhebarometrissa, jossa kysyttiin muun muassa 20-25-vuotiailta naisilta, miten he kokivat oman ikänsä tullessaan ensimmäistä kertaa äideiksi. Lähes kaikki vastaajat olivat kokeneet olleensa sopivan ikäisiä. (Paajanen 2005: 47.)

Nuoren äitiys voi aiheuttaa syrjäytymisriskin, mutta osa nuorista äideistä näki raskauden ja äitiyden positiivisena asiana tulevaisuuden suhteen. Osa on esimerkiksi hakeutunut suoraan peruskoulusta töihin, sillä omat kiinnostuksenkohteet eivät ole vielä olleet selvät. Tällöin äitiys on antanut mahdollisuuden miettiä tulevaisuutta matalapalkkaisten pätkätoiden tekemisen sijaan. Nuorena äidiksi tulemisesta voi olla etua myös työn saamisessa, sillä lastentekovaihe on jo ohi. Äitiys varhaisessa vaiheessa voi siis olla hyödyllinen asia, eikä aina vain riski. (Niemelä & Kelhä 2005: 24.)

### 3.5 Äiti, lähipiiri ja vertaistuki

Joillain äideillä saattaa olla äitiydestä sellainen käsitys, että heidän tulisi pystyä kasvattamaan lapsensa yksin. Vaikka äidillä useimmiten onkin päävastuu lapsestaan, hän ei kuitenkaan ole ainoa, joka on vastuussa lapsesta. Esimerkiksi puolisoilla, sukulaisilla sekä ulkopuolisilla hoitohenkilöillä on suuri merkitys lapsen kasvatuksessa. Äidin ja lapsen välinen suhde voi jopa tulehtua, ellei äiti saa tukea lapsensa kasvatukseen. Äiti saattaa kokea riittämättömyyttä, mikä vaikuttaa osaltaan hänen jaksamiseensa. (Rotkirch & Saloheimo 2008: 72.)

Usein äidin tukena lapsen kasvatuksessa on lapsen isä, mutta aina näin ei kuitenkaan ole. Tällöin etenkin äidin tulisi hakea tukea lapsen hoitamiseen ja kasvattamiseen muualta lähipiiristään. Apua voi pyytää esimerkiksi lapsen isovanhemmilta tai äidin läheisiltä ystäviltä, jotka kannattaa tutustuttaa uuteen perheenjäseneen pian syntymän jälkeen. Kun äidin lähipiiri on osallisena lapsen elämään alusta asti, äidin on myös helpompaa pyytää apua myöhemminkin. (Meille tulee vauva 2008: 56.)

Sen lisäksi, että äiti saa tukea vanhemmuuteensa lähipiiristään, myös vertaistukea tarjoavista ryhmistä tai muista yhteisöistä voi olla apua. Vertaistuella voidaan tarkoittaa esimerkiksi sitä, kun samankaltaisessa elämäntilanteessa olevat ihmiset jakavat toistensa kanssa omia kokemuksiaan heitä yhdistävistä asioista ja tukevat näin toisiaan. Vertaistukiryhmissä vallitsee keskinäinen arvostus ja myötätuntoisuus, samanlaisten kokemusten jakaminen kasvattaa myös yhteenkuuluvuudentunnetta. Ryhmä synnyttää yhdessä tietoa, joka voi auttaa ratkaisemaan ryhmässä käsiteltäviä ongelmia. Vertaistuen lähtökohta ei kuitenkaan tarvitse olla ongelmalähtöinen, vaan se voi auttaa käsittelemään myös erilaisia elämänmuutoksia. (Mikkonen 2009: 29.) Äidiksi tuleminen on juuri sellainen elämänmuutos, jonka käsittelemisessä vertaistuki saattaa auttaa.

### 3.6 Äiti kasvatusteorioiden puristuksessa

Lasten kasvatuksesta on kirjoitettu paljon kirjoja ja kehitetty erilaisia, joskus ristiriitaisiakin, teorioita. Tietoa on saatavilla suunnattomasti ja vanhemmille tarjotaan kaikenlaisia kasvatusoppeja. Tämä voi olla hämmentävää uudelle äidille ja hänelle voi tulla kuva, että se, millaisiksi lapset kasvavat, on vain ja ainoastaan vanhempien vastuulla. Totuus on kuitenkin se, että esimerkiksi lapsen kaveripiirillä ja kouluympäristöllä on suuri merkitys lapsen kehityksessä ja kasvussa. Vaikka vanhemmat ja perhe ovat yleensä tärkeimmät tekijät lapsen kasvussa, lapsi ei kuitenkaan voi olla vain vanhempiensa kasvatustaitojen niin sanottu tulos. (Juusola 2009: 82.)

Perheen vuorovaikutus vaikuttaa lapseen paljon. Vanhemmat tarjoavat lapselleen käyttäytymismalleja erilaisiin vuorovaikutustilanteisiin. Mikäli lapsi on itse saanut kokemuksen siitä, että hänen tarpeensa ja kokemuksensa on otettu huomioon, on todennäköisempää, että myös hän itse osaa ottaa muut ihmiset huomioon. Hyvä kasvatus ei siis ole niinkään erilaisia tekniikoita ja oppeja, vaan läsnäoloa lapsen elämän eri vaiheissa ja hyvän vuorovaikutuksen ylläpitämistä perheessä. (Juusola 2009: 83.)

### 3.7 Milloin äidiksi?

Tilastojen mukaan naiset hankkivat ensimmäisen lapsensa yhä myöhempään. Kun 1970-luvun alussa keskimääräinen ikä ensimmäistä lasta hankkiessa oli 23 vuotta, on se lähivuosina ollut jo 28. Myös yli 35-vuotiaiden ensikertaa äidiksi tulevien määrä on noussut. Väestöliitto on kyselyillä selvittänyt myös mielipidettä siitä, mikä on ihanteellisin ikä tulla äidiksi. Vuonna 1997 se oli 25,2 vuotta ja 2007 25,6 vuotta. Ensikertaa äidiksi tulevien keskimääräinen ikä sekä ihanteelliseksi katsottu lastenhankkimisikä ovat siis kumpikin nousseet. Tuloksissa on kuitenkin havaittu joitain eroavaisuuksia esimerkiksi koulutustason ja vastaajan oman äidiksi tuloiän perusteella. On esimerkiksi havaittu, että ihanteellinen äidiksi tuleminen ikä oli matalampi, mikäli vastaaja itse oli saanut oman lapsensa nuorempaan. (Miettinen & Rotkirch 2008: 35,36.)

Tilastot kertovat osittain siitä, minkä takia nuorten äitiyttä ei pidetä normien mukaisena. Vanhemmuuden "normien mukaisen" ajoittumisen elämänkaareissa tuo esille myös Jorma Kuusinen (1998: 312, 313) esitellessään Robert J. Havighurstin kehitystehtäväteoriaa. Teoriasa yhdistyvät sekä biologinen kasvu että sosiaaliset odotukset ja Havighurst korostaa sosiaaliin odotuksiin ja paineisiin sopeutumista. Havighurstin teoriassa ikävuosien 16-23 välille sijoittuu myöhäisnuoruus ja nuoren aikuisen vaihe vuosille 23-35. Näille vaiheille hän on määrittänyt omat kehitystehtävänsä. Tässä työssä nuoret äidit luokitellaan Tyttöjen Talon Nuoret äidit -toiminnan mukaisesti alle 21-vuotiaiksi, jolloin he sijoittautuisivat myöhäisnuoruuden ikähaarukkaan. Havighurstin mukaan perheen perustamisen kehitystehtävä kuuluisi kuitenkin nuoren aikuisen vaiheeseen, mikä tukee myös äidin ikään liittyviä tilastoja (Kuusinen 1998: 315).

### 3.8 Tyttöjen Talo ja Nuoret äidit -toiminta

Tyttöjen Talo on tila, jossa järjestetään monenlaista toimintaa ja annetaan tukea 10-28-vuotiaille tytöille ja nuorille naisille. Talon toimintaa rahoittavat Raha-automaatti-yhdistys, Opetusministeriö, Helsingin kaupungin nuorisoasiainkeskus, terveyskeskus ja sosiaalivirasto

sekä Terve ja turvallinen kaupunki neuvottelukunta. Tyttöjen Talon toiminta koostuu avoimesta ja ryhmätoiminnasta. Toiminnan suunnittelussa kuunnellaan paljon kävijöiden toiveita ja ryhmiä perustetaan lisää tarpeen mukaan. (Tyttöjen talon Internet-sivut.)

Avoimessa toiminnassa tytöt voivat tulla juttelemaan Tyttöjen Talon työntekijöiden kanssa tai vaikka vain oleskelemaan, viettämään aikaa ja puuhastelemaan. Talolla on vapaasti käytettävissä mm. ompelukoneet, tanssisali, piano ja keittiö, mikä mahdollistaa omien ideoiden toteuttamisen helposti. Toisinaan järjestetään myös avoimia teemailtoja ja kursseja, joissa saa tehdä ja kokea yhdessä muiden kanssa. Talolla tytöillä on aina mahdollisuus päästä keskustelemaan aikuisen naisen kanssa asioistaan. (Tyttöjen talon Internet-sivut.)

Ryhmätoiminta on Tyttöjen Talon keskeisin työmuoto. Yleisimpiä ovat vuorovaikutteiset, säännöllisesti kokoontuvat tyttöryhmät, jotka koostuvat 4-8 samanikäisestä tytöstä. Nämä ryhmät ovat luottamuksellisia ja niissä opetellaan tuntemaan itseä ja yritetään yhdessä muiden kanssa löytää palikoita oman elämän rakentamiseen. Ryhmissä ohjaajana toimii aikuinen nainen. Tyttöjen Talossa toimii myös erilaisia harrasteryhmiä, sekä suljettuja että avoimia. Ryhmiä perustetaan kysynnän mukaan. Ryhmissä tytöt pääsevät myös itse suunnittelemaan ryhmän toimintaa. Tyttöjen Talossa on perustettu myös ryhmiä, jotka työskentelevät tiettyjen erityisteemojen ympärillä, kuten ujut tytöt tai seksuaalista väkivaltaa kohdanneet tytöt. Näihin ryhmiin kuuluu myös Nuoret äidit-toiminta, jonka puitteissa tämä opinnäytetyö toteutetaan. (Tyttöjen talon Internet-sivut.)

Nuoret äidit -toiminta on alle 21-vuotiaille, pääkaupunkiseudulla asuville, odottaville tai jo synnyttäneille äideille suunnattua toimintaa. Toiminnan tarkoituksena on tukea nuoria äitejä vanhemmuudessa ja antaa heille mahdollisuus tavata muita samassa tilanteessa olevia nuoria naisia. Nuoret äidit-toimintaa rahoittavat Helsingin kaupungin Terveyskeskus ja Sosiaalivirasto. Nuorilla äideillä on mahdollisuus keskustella äitiydessä askarruttavista asioista kahden kesken työntekijöiden kanssa, mutta suurin osa toiminnasta tapahtuu ryhmissä. (Tyttöjen talon Internet-sivut.)

Toimintaan kuuluu sekä avoimia että suljettuja ryhmiä. Avoimiin ryhmiin voi osallistua ilmoittautumatta, näihin ryhmiin voi tulla keskustelemaan äitiydestä ja elämästä yleensä ja saamaan vertaistukea muilta äideiltä. Suljettuihin ryhmiin ilmoitaudutaan etukäteen ja ryhmän kokoonpano pysyy samana koko ryhmän toiminta-ajan. Näitä ryhmiä perustetaan tarpeen mukaan. (Tyttöjen talon Internet-sivut.)

Suljettuja ryhmiä on odottaville äideille, jo synnyttäneille äideille, jotka voivat tulla ryhmiin vauvansa kanssa sekä erilaisten teemojen ympärille kasattuja ryhmiä. Odottavien äitien ryhmissä keskustellaan raskaudesta, synnytyksestä ja äitiydestä. Toimintaan kuuluu myös synny-



tysvalmennus. Äiti-vauva-ryhmät ovat tarkoitettu juuri synnyttäneille äideille. Näissä ryhmissä he saavat tukea varhaiseen vuorovaikutukseen, imetykseen ja muihin äitiyteen liittyviin asioihin. Vertaistuki on tärkeä osa myös näiden ryhmien toimintaa. Teemaryhmät ovat lyhytkestoisia suljettuja ryhmiä, joissa voidaan keskittyä esimerkiksi ruoanlaittoon. (Tytttöjen talon Internet-sivut.)

Toiminnan puitteissa toimii myös Mamarinki, joka on nuorten äitien omatoimisesti ylläpitämä vertaistukiryhmä. Tässä ryhmässä äidit kokoontuvat toistensa luona noin viikoittain ilman ohjaajaa. Mamarinki on aktiivinen erityisesti kesällä, kun Tyttöjen Talo on kiinni. Nuoret äidit -toiminnassa työntekijöiden tarjoaman tuen lisäksi vertaistuella on siis suuri merkitys. (Tytttöjen talon Internet-sivut.)

## 4 Työskentelytavat ja niiden edellytykset

### 4.1 Draama työskentelyn välineenä

Osallistavan teatterin ja draaman yksi tärkeistä tavoitteista on antaa mahdollisuus tarkastella niitä asioita, joita muilla tavoilla olisi vaikea käsitellä tai tunnistaa. Draamaa käyttämällä voidaan siis tehdä näkymätön näkyväksi. Nimensä mukaisesti osallistavassa draamassa on kyse draamaan osallistumisesta, joko esimerkiksi kommentoimalla nähtyä esitystä tai osallistumalla itse draamaprosessiin ja sen rakentamiseen. Kyse ei siis ole perinteisestä teatterista, jossa on esiintyjät ja katsojat. Improvisaatio on osallistavan teatterin yksi keskeisimmistä toimintamuodoista. Osallistava draama myös yleensä toteutetaan jossain muussa tilassa kuin teatterissa, kuten koulussa tai nuorisotilassa. (Airaksinen & Korhonen 2005: 24.)

Kun draaman tavoitteena on oppiminen tai sitä käytetään kouluttamisen välineenä, voidaan käyttää prosessidraamaa ja sen eri tekniikoita. Prosessidraama on yksi osallistavan draaman muodoista, jossa tärkeää on yhteisöllisyys. Sen työtapojen avulla voidaan tarkastella aikaa, paikkaa ja toimintaa, joiden pohjalta muodostetaan merkityksiä. Menetelmien avulla työskentelyyn luodaan sisältöä ja tuodaan informaatiota. (Airaksinen & Korhonen 2005: 25.)

Draamamenetelmillä voidaan tulkita ja tarkastella asioita, ne auttavat osallistujia käsittelemään omia ajatuksiaan ja tunteitaan. Nämä työtavat mahdollistavat myös reflektoinnin sisällyttämisen draamatoimintaan. (Owens & Barber 2002: 25-26.) Draamatyöskentelyn pohjana voidaan käyttää todellisuuteen perustuvia tilanteita. Draaman avulla toimintaan osallistuvat voivat turvallisesti harjoitella toimimista näissä vuorovaikutustilanteissa sekä reflektoida toimintaansa, asenteitansa ja tuntemuksiaan. Näin heidän on tulevaisuudessa helpompi löytää sopivat toimintatavat vastaavissa tilanteissa. (Airaksinen & Korhonen 2005: 37.)

Uusimmissa oppimiskäsityksissä oppiminen on aktiivisten oppijoiden keskinäistä ja heidän ohjaajansa välistä sosiaalista vuorovaikutusta. Voidaan puhua myös jaetusta asiantuntijuudesta, jolloin oppija itse on mukana tuottamassa tietoa. Draamamenetelmät sopivat hyvin tämällytyypiseen oppimiseen. Yhdessä tuotettu tieto nousee luovasta ajattelusta ja toiminnasta, joita tarvitaan draamamenetelmien toteuttamisessa. Draamallisen toiminnan kautta oppijat saavat kokemuksia ja erilaista ymmärrystä käsiteltävästä aiheesta. (Airaksinen & Korhonen 2005: 51-52.) Draamaharjoitteiden kautta osallistujat huomaavat, ettei ole vain yhtä oikeaa tapaa toimia tai ajatella ja saavat näin laajemman käsityksen kustakin aiheesta (Airaksinen & Korhonen 2005: 97).

## 4.2 Augusto Boal ja Sorrettujen teatteri

Sorrettujen teatteri on brasilialaisen Augusto Boalin kehittämä teatterityöskentelyn muoto. Sorrettujen teatterissa käytettävät menetelmät eivät ole tarkoitettu vain ammattinäyttelijöille, vaan niitä voivat tehdä kaikki. Tämä ajatus on ollut perustana Boalin teatterin parissa tekemässä työssä: kuka tahansa voi näytellä, eikä teatterin ja näyttelemisen pitäisi olla vain ammattilaisiintyjien etuoikeus. (Boal 1992: XIX.) Boal käyttää Sorrettujen teatteriin osallistuvista englanniksi nimitystä spect-actor. Tämä on yhdistelmä sanoista spectator (katsoja, katselija) ja actor (näyttelijä). Osallistujat ovat siis sekä näyttelijöitä että yleisöä, tarkkailijoita ja toimijoita. (Boal 1992: 2.) Tässä työssä spect-actorista käytetään sanaa osallistuja.

Sorrettujen teatteri voidaan jakaa kolmeen pääkategoriaan: kuvateatteri, näkymätön teatteri ja forum-teatteri. Näitä erilaisia yhteisöllisen teatterin muotoja voidaan käyttää itsenäisinä työkeinoina, mutta usein ne myös sekoittuvat toisiinsa ja niitä voidaan soveltaa tilanteen ja tavoitteiden mukaan. (Boal 1992: XIX.) Esimerkiksi kuvateatteria voidaan käyttää "lämmittelynä" forum-teatteria varten. (Boal 1992: 2.) Tässä työssä en käytä näkymättömän teatterin menetelmiä, joten käsittelen tarkemmin vain kuva- ja forum-teatteria.

### 4.2.1 Kuvateatteri

Kuvateatteri on yksi tapa käsitellä ympäristömme sosiaalisia suhteita ja kulttuuria. Tämä tapahtuu erilaisten harjoitteiden ja pelien avulla, mutta enimmäkseen ilman ääntä. Kuvateatteriin osallistuvien kokemuksia ja tunteita tuodaan esiin kuvilla tai patsailla, joiden rakennusmateriaalina ovat osallistujien omat kehot. Kuvateatteria käytetään harvoin yksinään, vaan se useimmiten on tapa virittäytyä toimintaan ja käsiteltäviin teemoihin. (Boal 1992: XIX.) Tätä metodologiaa on helppo käyttää erilaisten ryhmien kanssa, sillä kuvat toimivat lähes samoin kielestä tai kulttuurista riippumatta. Keholla tehtävien kuvien avulla mahdollisuudet ilmaista omia mielipiteitä ovat tasavertaisemmat, eivätkä harjoitteet suosi esimerkiksi kielellisesti lahjakkaampia. (Boal 1992: XX.)

Kun käsiteltäviä teemoja käydään läpi tällaisten kuvien kautta, voidaan toisinaan saada useampia ja todenmukaisempia näkökulmia, kuin pelkällä keskustelulla. Jos tuntemuksia yritetään ilmaista vain sanoin, aivot saattavat ikään kuin sensuroida niitä tahtomattaan. Kehon avulla ilmaistuna tunteista ja mielipiteistä voidaan saada esille myös alitajunnassa olevat osiot. Tuntemukset tulevat siis ulos ikään kuin puhtaammassa muodossa, minkä jälkeen niitä voidaan tulkita laajemmin. (Boal 1992: XX.)

Sanonta "yksi kuva kertoo enemmän kuin tuhat sanaa" sopii erinomaisesti kuvaamaan kuvateatterin tarkoitusta. Tehtäessä käsiteltävästä teemasta kuvia tai patsaita, se antaa mahdollisuuden tulkita sitä useilla eri tavoilla ja löytää uusia näkökulmia. Kuvan tekijä näkee omassa kuvassaan luonnollisesti niitä tunteita ja mielipiteitä, joita hänen oli sillä alun perin tarkoitus ilmaista. Hän saattaa kuitenkin löytää siitä myös muita merkityksiä, joita ei aluksi ollut huomannut. Myös muut osallistujat ovat mukana käsittelemässä tehtyä kuvaa, jolloin aiheesta saadaan yhä enemmän tulkintoja. (Boal 1992: XX.)

Kuvateatterin tekniikka on melko yksinkertainen ja sitä voidaan myös muokata esimerkiksi ryhmän koon mukaan. Osallistujat luovat useita erilaisia kuvia käsiteltävästä teemasta käyttämällä rakennusmateriaalina osallistujien kehoja. Kuvan rakentajan voi olla yksittäinen osallistuja tai kuvat voidaan muodostaa pienissä ryhmissä, kuitenkin koko ryhmä ei ole mukana alkuperäisten kuvien rakentamisessa. Kuvat näytetään muulle ryhmälle yksi kerrallaan. Mikäli yksi tai useampi muusta ryhmästä ei ole samaa mieltä esitetystä kuvasta, heillä on mahdollisuus muokata tai täydentää sitä tai tehdä täysin uusi kuva aiheesta. Tätä jatketaan niin kauan, kunnes päästään kuvaan, joka tyydyttää kaikkia. Tämä kuva on Todellinen kuva, eli siis kuvaus todellisuudesta ja näin ollen myös sortamisesta tai epäkohdasta. (Boal 1992: 2.)

Todellisen kuvan jälkeen osallistujat luovat Ihanteellisen kuvan, eli kuvan tilanteesta, jossa epäkohta ja ongelmat ovat poistuneet. Tämä kuva esittää osallistujien käsityksen siitä, millainen maailma voisi olla ja sen toivottaisiin olevan. Kun tämä kuva on valmis, palataan Todelliseen kuvaan. Jokaisella osallistujalla on mahdollisuus näyttää, miten Todellisesta kuvasta päästäisiin Ihanteelliseen kuvaan. He siis näyttävät Mahdollisen siirtymän kuvan, eli kuinka tämänhetkisestä todellisuudesta päästäisiin haluttuun todellisuuteen. Kuvaa muokkaavien tulee toimia nopeasti, jotta he eivät miettisi ratkaisujaan liikaa, vaan "ajattelisivat käsillään". Tämän jälkeen patsaat itse näyttävät siirtymän katsojille hitaasti liikkumalla tai pysäytettyinä kuvina. Näin saadaan ratkaisumahdollisuuksia käsiteltäviin ongelmiin ja epäkohtiin. (Boal 1992: 2-3.)

Tämä on kuvateatterin idea puhtaimmillaan, mutta kuvia voidaan käsitellä myös erilaisten tekniikoiden avulla. Sorrettujen teatteriin kuuluu useita erilaisia työkaluja, joilla voidaan käsitellä valittua teemaa. Näitä harjoitteita voidaan toteuttaa yksinään ikään kuin lämmitteilynä toimintaan tai niitä voi yhdistää esimerkiksi kuvateatteriin. Tekniikoiden avulla kuviin saadaan "eloa" ja näin ollen niitä voidaan myös käsitellä pitemmälle. (Boal 1992: 164.) Tässä työssä kuvateatteri ei esiinny aivan sen puhtaimmassa muodossa, vaan sitä muokataan ryhmän mukaan. Äidit pääsevät tekemään kukin oman henkilökohtaisen patsaansa, eikä muilla ole tätä patsasta mahdollisuutta muokata, toisin kuin Boalin kuvateatterissa. Tämä siksi, että vain äiti itse voi tietää, miltä hänen tunteistaan ja elämästään tehty patsas näyttää. Näin

huolehditaan siitä, ettei äiti koe patsastaan ja näin ollen itseään tyrmätyksi muun ryhmän toimesta.

#### 4.2.2 Forum-teatteri

Forum-teatteri voidaan nähdä eräänlaisena teatterin keinoin pelattavana pelinä. Siinä on omat sääntönsä, mutta sitä voidaan myös muokata ryhmän toiveiden ja tarpeiden mukaan. (Boal 1992: 242.) Seuraavassa esittelen forum-teatterin yksinkertaisimmassa muodossaan. Olen aikaisemmin kuitenkin myös soveltanut forum-teatteriin samantyyppisiä tekniikoita ja harjoitteita kuin kuvateatterissa.

Forum-teatteri lähtee siitä, että osallistujille esitetään draaman keinoin ongelma, jota ei ole vielä ratkaistu. Ongelma on seurausta sortamisesta ja siinä on aina nähtävissä sortajat sekä päähenkilö, joka on sortamisen kohteena. Ongelman esittämisen jälkeen osallistujia pyydetään ehdottamaan ja näyttämään ratkaisujansa. Mikäli kyseessä oleva ongelma koskettaa kaikkia forum-teatteriin osallistuvia, saadaan työskentelystä hedelmällisempää. Tämä johtuu siitä, että jos osallistujat ovat itse kokeneet vastaavanlaista sortoa, heidän on helpompaa keksiä erilaisia ratkaisuja näihin hankaliin tilanteisiin. Boal on sanonutkin forum-teatterin olevan "todellisuuden harjoittelua". (Boal 1992: XXI.) Forum-teatterin avulla voidaan siis käsitellä niitä haastavia tilanteita, joita äidit joutuvat äitiydessään kohtaamaan.

Tätä esitettävää kohtausta tai näytelmää kutsutaan malliksi. Kun malli on esitetty, se esitetään toisen kerran, hieman nopeutettuna, mutta tapahtumienkulku säilyy kuitenkin samana. Tällä kertaa katsojilla on kuitenkin tehtävänä pysäyttää kohtaus siinä vaiheessa kun heidän mielestään päähenkilöllä on mahdollisuus muuttaa asioiden kulkua. Kohtauksen pysäyttänyt tulee korvaamaan sorrettua esittävän näyttelijän ja yrittää muuttaa tapahtumien kulkua omalla toiminnallaan, pitäytyen kuitenkin esitetyssä roolihahmossa. Tässä kohtaa tulee esille forum-teatterin pelimäinen luonne: katsojat yrittävät saada kohtauksen erilaiseen, toivottuun loppuun, samalla kun kohtauksen sortajat pyrkivät pääsemään samaan lopputulokseen kuin aluksi esitetyssä mallissa. (Boal 1992: XXI.)

#### 4.2.3 Jokerin merkitys forum-teatterissa

Forum-teatterisession kulkua ohjaa jokeri, jonka tehtävänä on selittää osallistujille forum-teatterin säännöt ja huolehtia siitä, että toiminta etenee sujuvasti. (Boal 1992: XXI.) Forum-teatterissa on omat sääntönsä, mutta yleisöllä on kuitenkin mahdollisuus myös muuttaa niitä, mikäli se on tarpeellista aiheen käsittelyn kannalta, mikä pitää olla selkeää myös jokerille.

Vaikka jokerilla voi olla omanlainen tyyliensä jokeroida, on silti olemassa joitakin sääntöjä, joita hänen tulisi toiminnassaan noudattaa. Jokerin tulee kannustaa ja auttaa osallistujia toimimaan, ei koskaan antaa heille valmiita vastauksia. (Boal 1992: 232.)

Jokerin pitää huolehtia forum-teatterin sujuvasta etenemisestä, mutta hänen tulee huolehtia koko toiminnan ajan siitä, ettei hänen oma käyttäytymisensä manipuloi tai muuten vaikuta yleisöön ja osallistujiin. Jokeri saa tuoda esille ainoastaan asioita, jotka ovat itsestään selviä ja helposti nähtävissä, ei siis hänen omia mielipiteitään käsiteltävästä tilanteesta. Jos yleisöä pitää herätellä keskustelemaan mahdollisista ratkaisuista, jokerin pitää tuoda johtopäätökset esille kysyvässä muodossa, ei väitteinä. Näin saadaan kuuluviin osallistujien ääni sen sijaan, että tapahtumat etenisivät jokerin päätösten mukaan. Jokeri siis osaltaan herättelee yleisön toimimaan. (Boal 1992: 232.)

Jokerilta vaaditaan herkkyyttä huomata, mitä yleisö toivoo ja tarvitsee, milloin sen jäseniä tulisi rohkaista tai jopa hillitä. Joskus esimerkiksi osallistuja saattaa yrittää pysäyttää kohtaamisen, vaikka toinen osallistuja olisi vielä esittämässä omaa ratkaisuaan. Tilanne ei ole helppo jokerille, sillä osallistujille pitäisi antaa rauha toteuttaa ratkaisunsa loppuun. Joskus saattaa olla kuitenkin myös niin, että muu yleisö on jo ymmärtänyt, mitä ratkaisua tämä osallistuja yrittää toteuttaa ja he haluavat jo siirtyä eteenpäin seuraavaan mahdollisuuteen. Jokerin kannattaa luottaa yleisöön ja yrittää kysymyksillä saada sen mielipiteen esille: "Toimiiko tämä?", "Mitä mieltä olette ratkaisusta?". Samalla lailla jokerin täytyy katsoa, ettei tilanteita selvitetä ratkaisulla, jotka eivät oikeasti ole mahdollisia. Jokeri ei voi itse kuitenkaan päättää, mitkä ratkaisut ovat mahdollisia ja mitkä eivät. Päätös on loppupeleissä aina osallistujilla. (Boal 1992: 232,233.) Nämä jokerin vastuut eivät kuitenkaan päde vain forum-teatteriin, vaan ovat hyviä ohjenuoria myös muuhun draamatyöskentelyyn.

#### 4.3 Turvallinen ryhmä, ilmaiseva ryhmä

Valitessa menetelmiä toiminnalliseen ryhmään, tulee pitää mielessä ryhmän turvallisuus. Turvallisuus ei ole vain uhkien poistumista, vaan myös sitä, että kokee tulevansa hyväksytyksi. Ryhmien turvallisuuden voidaan nähdä koostuvan viidestä eri osatekijästä. Ensimmäinen on luottamus, joka on fyysiselle ja psyykkiselle haavoittuvaisuudelle antautumista suhteessa muihin ryhmäläisiin. Luottamusta taas edistää hyväksyntä. Turvallisuudentunne kasvaa, kun kohtaamme hyväksyntää paljastaessamme haavoittuvaisuutemme. Avoimuus taas kasvaa turvallisuuden kasvun myötä. Koska saamme itse hyväksyntää ja tukea, myös meidän tulee osoittaa muille tukea, mikä on turvallisuuden rakentamisen neljäs osatekijä. Kaikki nämä tekijät lisäävät halukkuuttamme yhteistyöhön ja näin ollen osoittavat sitoutumista. Sitoutuminen kertoo myös muille ryhmäläisille luottamuksesta ryhmään ja sen jäseniin. (Aalto 2002: 6,7).

Turvallinen ryhmä vahvistaa itsetuntoa ja mitä turvallisempi ryhmä on, sitä useampia ja syvempiä tasoja itseilmaisuuksiin tulee. Persoonassa ja samalla haavoittuvuudessa on erilaisia ulottuvuuksia, jotka tulevat esille erityisesti toiminnallisissa menetelmissä ja joiden paljastamisen alttius riippuu myös turvallisuuden asteesta. Näitä ulottuvuuksia ovat esimerkiksi tosiasiat itsestä, arvot, luovuus, tunteet, tarpeet, traumat ja pimeät puolet. Toisia ulottuvuuksia, kuten tosiasiat itsestä (ikä, asuinpaikka jne.), on helpompaa ilmaista muille, kuin vaikka luovuutta ja tunteita, puhumattakaan omista traumaista ja pimeistä puolista. Eri ihmisille eri osa-alueet ovat kuitenkin haavoittuvampia kuin toiset. (Aalto 2002: 8-11.) Turvallisessa ryhmässä ihminen uskaltaa laajemmin ilmaista itseään näissä eri ulottuvuuksissa. Mikäli hän kokee muiden hyväksyvän hänen eri ulottuvuuksien ilmaisunsa, alkaa hän itsekkin pitää niitä hyvinä ja arvostettavina. (Aalto 2002: 14.) Äitiys on hyvin henkilökohtainen osa ihmistä, joten sen eri ulottuvuuksien ilmaiseminen edellyttää tiettyä turvallisuutta, etenkin kun kyseessä on draaman kaltainen luova, vahvasti ilmaisullinen työtapo.

Turvallisuudella on erilaisia asteita, joilla on omat tunnusmerkkinsä. Aalto (2002) on jakanut turvallisuutta kahdeksaan eri asteeseen (T1-T8). Asteilla on eri nimet lähtien Pelkäävästä ryhmästä (T1), jossa ryhmäläiset pelkäävät toisiaan tai johtajaa eivätkä näytä omaa itseään muille, päätyen Armahtavaan ryhmään (T8), jolloin ihminen uskaltaa paljastaa itsestään myös vaikeita ulottuvuuksia kuten pimeän puolensa. Tähän työhön osallistunut ryhmä vaikutti olevan asteella T3 Tuntematon perusturvallinen ryhmä, jossa ei varsinaisesti pelätä toisia tai olla epävarmoja, mutta ilmaisu on silti varovaista ja tunnustelevaa. (Aalto 2002: 15,16.) Valitsemalla käytettävät menetelmät oikein, asteissa on mahdollista päästä ylöspäin.

## 5 Toiminnan kuvaus

### 5.1 Prosessin alku

Tätä opinnäytetyöprosessia on sen alusta, alkukevästä 2010 asti kuvannut muutos. Alun perin tarkoitukseni oli tehdä opinnäytetyö parin kanssa ja aihe liittyisi esimerkiksi työhyvinvointiin. Selvää oli tosin jo tuolloin, että käyttäisin opinnäytetyössä draama- sekä muita toiminnallisia menetelmiä. Hankemessuilla olikin pari sopivaa hanketta, jossa voisimme toteuttaa suunnittelemani tyypin työtä.

Lopulta päädyin kuitenkin tekemään opinnäytetyön yksin. Halusin ehdottomasti käyttää työnsäni draamamenetelmiä ja mieluiten toteuttaisin tämän nuorten tai aikuisten parissa. Mietin pitkään, miten saisin nämä innostuksenkohteeni kohtaamaan varhaiskasvatuksen kanssa. Onneksi selvisi, että pätevyys on mahdollista saada myös, jos opinnäytetyöni toiminnan kohteena ovat alle 8-vuotiaiden vanhemmat tai päiväkodin työntekijät. Näin idea lopullisen opinnäytetyön aiheesta alkoi muotoutua.

Minua nuorempi ystäväni oli noihin aikoihin raskaana, mistä sain ajatuksen käsitellä opinnäytetyössäni nuorten raskautta ja äitiyttä. Minua kiinnosti esimerkiksi raskaana olevan nuoren ja ympäristön suhde sekä ajatukset ja tunteet, joita raskaus ja äitiys nuorella itsessään herättävät. Uskoin, että draamamenetelmät soveltuisivat hyvin myös tämän aiheen käsittelemiseen. Idea oli siis muodostunut ja seuraavaksi pitäisi löytää paikka, jossa voisin toteuttaa opinnäytetyöni.

Melko pian sain kuulla, että Tyttöjen Talon Helsingissä järjestää toimintaa nuorille äideille. Heillä oli siis valmiiksi ryhmiä, joille voisin pitää suunnittelemani toimintaa. Tämä olisi paljon helpompaa, kuin alkaa itse kerätä ryhmää muuta kautta. Ennen kuin ottaisin yhteyttä Tyttöjen Taloon, päätin kuitenkin tutustua aiheeseen paremmin kirjallisuuden avulla. Näin saisin paremman kuvan siitä, miten lähtisin aiheeseen käsittelemään ja minkälaisia metodeja käyttäisin opinnäytetyössäni. Taustatyön avulla minun olisi helpompaa markkinoida toimintaa Tyttöjen Talolle. Aloitin siis työni tutkimalla nuoruutta, raskautta, äitiyttä ja draamamenetelmiä käsittelevää kirjallisuutta.

Kun olin tutustunut aiheeseen liittyvään kirjallisuuteen ja lähestymistapa aiheeseen oli selkiytynyt, otin yhteyttä Tyttöjen Taloon. Sovimme tapaamisen Nuoret äidit -toiminnan työntekijöiden kanssa, jotta voisimme keskustella ideoistani ja mahdollisesta yhteistyöstä. Tyttöjen Talolla oltiin alusta asti melko innostuneita ajatuksesta nuorten äitien ryhmästä, jossa äitiyttä käsiteltäisiin toiminnallisilla menetelmillä.



Ongelmaksi kuitenkin muodostui se, että raskaana olevien ryhmän muodostumisesta syksyksi ei ollut takeita. Tämän takia minulle ehdotettiin, että toteuttaisin opinnäytetyöni jo äidiksi tulleiden ryhmässä. Kohderyhmän vaihtaminen tarkoittaisi sitä, että suuri osa hankkimastani materiaalista olisi lähes hyödytöntä enkä voisi toteuttaa alkuperäistä ideaani. Suostuin kuitenkin vaihtamaan ryhmää, sillä nuorten äitiys oli alkanut kiinnostaa minua aiheena ylipäättään ja minun olisi edelleen mahdollista käyttää draamamenetelmiä. Lisäksi kiinnostus yhteistyöhön Tyttöjen Talon puolelta motivoi tekemään ja antoi uskoa valitsemani aiheen mielekkyydestä. Sovimme siis, että toteuttaisin opinnäytetyöni nuorten äitien ryhmässä ja olisin heihin taas yhteydessä opinnäytetyösuunnitelman valmistuttua.

Kun suunnitelman seminaari oli ohi ja olin saanut luvan jatkaa, otin taas yhteyttä Tyttöjen Taloon. Olimme edellisen kerran olleet yhteydessä edellisen vuoden toukokuussa, joten en ollut aivan varma olisiko yhteistyösopimus vielä voimassa ja työ toteutettavissa samassa paikassa. Onneksi Tyttöjen Talolla oltiin edelleen kiinnostuneita ottamaan minut vastaan ja he olivat yhtä innostuneita yhteistyöstä kuin minäkin.

## 5.2 Toiminta

Suunnitelmassa ohjaukset oli tarkoitus olla kuusi ja jokainen ohjaukset kestäisi kaksi tuntia. Ryhmään oli ilmoittautunut yhteensä kuusi äitiä. Äitien nimet on vaihdettu tässä työssä anonymiteetin säilyttämiseksi. Ryhmä kokoontui keskiviikkoisin kello 14.00-16.00, Tyttöjen Talon salissa.

### 5.2.1 Ensimmäinen toimintakerta, 16.3.

Ensimmäisellä kerralla 16.3. paikalle oli tullut vain yksi äideistä. En luonnollisesti pystynyt toteuttamaan alkuperäistä suunnitelmaani vain yhdellä osallistujalla, mutta sovimme, että voisimme kuitenkin keskustella tämän yhden äidin kanssa käsiteltävistä aiheista ja tutustua toisiimme. Poisjääneistä äideistä kaikki eivät olleet ilmoittaneet, etteivät ole tulossa, mutta osa oli kuitenkin laittanut viestin, jossa ilmoittivat estyneisyydestä. Osa äideistä oli itse kiireinä tai he olivat joutuneet jäämään kotiin hoitamaan sairasta lasta. Ohjaukset sijoittuivat flunssakauteen, mikä näkyi myös myöhemmin ryhmän osallistujamäärissä.

Menimme keskustelemaan Karitan kanssa tilaan, jossa Nuoret äidit -toimintaa yleensä järjestetään. Koska en varsinaisesti ollut varautunut tällaiseen keskustelutuokioon, päätin aloittaa rennosti selittämällä hieman opinnäytetyötäni ja kertomalla itsestäni. Tämän jälkeen tarkoitukseni oli vain tutustua Karitaan ja saada selville hänen ajatuksiaan äitiydestä, siitä, miten

hän kokee äitiyden omassa elämässään ja kuinka hänen mielestään nuoriin äiteihin yleensä suhtaudutaan. Otin aluksi esiin Habitat -kortit, joita olin muutenkin ajatellut käyttää ryhmän toiminnassa. Habitat -korteissa on kuvia erilaisista ympäristöistä ja henkilöistä ja näitä kuvia voidaan käyttää apuna ajatusten herättelemisessä. Ajatuksena oli, että Karita voisi valita kortin keskusteltaviin aiheisiin liittyen ja kertoa sen avulla ajatuksiaan. Melko pian kuitenkin huomasin, etteivät kortit olleet kovin luonteva tapa Karitalle aloittaa keskustelu eivätkä ne oikeastaan olleet tarpeellisia, sillä Karita oli hyvin puhelias lähes tapaamisen alusta saakka.

Keskustelimme yleisesti Karitan sen hetkisestä elämäntilanteesta, joka liittyi luonnollisesti hyvin vahvasti äitiyteen. Puhuimme siitä, kuinka hänen lähipiirinsä sekä muu ympäristö olivat suhtautuneet hänen äitiyteensä. Karitan ensimmäinen lapsi on hyvin vilkas, mikä on aiheuttanut osaltaan sen, että hänen äitiyttään arvostellaan ehkäpä hieman herkemmin. Nuori ikä saatetaan ottaa esille tilanteissa, jotka olisivat haasteellisia todennäköisesti minkä tahansa ikäiselle äidille. Karita kertoi kuitenkin, ettei anna tällaisten kommenttien lannistaa, vaan hän vastaa niihin tiukasti, joskus ehkä liiankin kipakasti. Puhuimme paljon myös Karitan ja hänen anoppinsa suhteesta ja kuinka anoppi on suhtautunut hänen äitiyteensä. Kuten monesti nuoren tullessa äidiksi, myös Karitan ja hänen miehensä tapauksessa vanhempien tuella on suuri merkitys. Karitan puheesta nousi esille hänen ja hänen anoppinsa suhteen toisinaan haastava luonne, mikä oli osaltaan tuonut haastetta äitiyteen etenkin alussa.

Karita kertoi myös parisuhteestaan sekä ystävyysuhteistaan, joita käsitelimme myös jaksamisen kannalta. Hän koki ystävyysuhteet tärkeiksi jaksamisen kannalta. Karita oli kuitenkin jonkin aikaa sitten muuttanut perheensä kanssa kauemmas ystävistään, huonompien liikenneyhteyksien päähän, mikä oli vaikuttanut siihen, ettei ystäviä ollut mahdollista nähdä niin usein kuin olisi ollut mukavaa. Toisaalta puhuimme myös siitä, kuinka joidenkin vanhojen ystävyysuhteiden laatu on muuttunut äidiksi tulemisen myötä. Samanikäisillä kavereilla ei useimmiten ole vielä lapsia, mikä tekee elämäntilanteista ja esimerkiksi vapaa-ajanviettotavoista erilaisia. Tyttöjen Talon Nuoret äidit -toiminnan puitteissa Karita on kuitenkin päässyt tapaamaan muita nuoria äitejä ja solmimaan heidän kanssaan uusia ystävyysuhteita vanhojen rinnalle.

Keskustelimme Karitan kanssa lopulta juuri sen kaksi tuntia, jotka ryhmän vetämiseen oli muutenkin varattu. Keskustelun pohjalta lähdin miettimään lisää mahdollisia aiheita, joita voisimme käsitellä sitten kun ryhmä kunnolla alkaisi. Ensimmäiseksi mielenkiintoiseksi teemaksi nousi lähipiirin ja muun ympäristön suhtautuminen nuoren äidin äitiyteen. Karitalla ainakin oli ollut keskusteltavaa tästä aiheesta, joten olisi mahdollista, että myös muut ryhmään tulevat äidit olisivat kohdanneet tilanteita, joissa heidän äitiyttään esimerkiksi arvostellaan. Näiden tilanteiden käsittelemiseen Boalin forum-teatteri olisi erinomainen väline. Keskustelussamme olimme puhuneet paljon myös jaksamisesta ja siihen liittyvistä asioista,

kuten ihmissuhteista. Jaksamisen teeman käsittelyä ajattelin tuoda siis myös koko ryhmän kanssa tehtävään toimintaan.

Vaikka en ensimmäisellä kerralla päässytäkään toteuttamaan alkuperäistä suunnitelmaani, koin keskustelun Karitan kanssa olleen hyödyllinen jatkoa ajatellen. Sain ideoita toimintaan jatkossa ja pääsin tutustumaan paremmin yhteen äideistä. Tämä keskustelu toimi minulle ikään kuin orientaationa ryhmän vetämistä varten. Olin etukäteen jo miettinyt jonkin verran teemoja, joita voisimme käsitellä ryhmässä ja osittain nämä teemat nousivat myös käydyssä keskustelussamme. Tämä toi minulle myös varmuutta valitsemani aiheen suhteen.

#### 5.2.2 Toinen toimintakerta, 23.3.

Suunnitellulla toisella kerralla olisi ollut helppo lannistua, sillä paikalle ei tällä kertaa tullut yhtäkään äitiä. Osa oli ilmoittanut lapsensa tai itsensä olevan kipeänä ja yksi oli matkoilla, mutta kaikilta ilmoitusta poissaolosta ei ollut tullut. Mikäli äidit eivät tulisi paikalle, ryhmää olisi luonnollisesti mahdotonta pitää. Tämän tyyppinen toiminta vaatii myös sitoutumista siihen osallistuvilta, jotta saataisiin helpommin aikaan turvallinen ilmapiiri ja näin helpotettua draamamenetelmien käyttämistä. Olin tässä vaiheessa hieman huolissani siitä, miten ryhmä onnistuisi, jos ryhmäläiset eivät sitoutuisi toimintaan.

Sovimme Katjan kanssa, että hän soittaa äideille ja kysyy heiltä haluavatko he vielä olla ryhmässä mukana, vai annetaanko paikat muille halukkaille. Ryhmää ei kuitenkaan todennäköisesti tarvitsisi koota aivan kokonaan alusta, sillä ainakin pari ryhmäläisistä olivat viesteissä pahoitelleet paljon sitä, etteivät päässeet paikalle ja varmistelivat paikkojaan ryhmässä. Kiinnostusta ilmeisesti kuitenkin olisi, sairastumiset ja menojen päällekkäisyydet vaikuttivat olevan suurin ongelma.

#### 5.2.3 Kolmas toimintakerta, 30.3.

Katja oli edellisen kerran jälkeen ollut yhteydessä äiteihin ja nyt heitä olikin paikalla kaikki muut paitsi Karita. Kaikki kokoontuivat aluksi tilaan, jossa Nuoret äidit -toiminta yleensä tapahtuu. Osa ryhmään osallistuvien äitien lapsista oli muualla hoidossa, mutta suurin osa lapsista jäisi hoitoon Tyttöjen Talon työntekijöille. Äideillä oli siis hetki aikaa rauhoittua yhdessä lastensa kanssa ja hoitaa esimerkiksi lasten syöttämisen ennen toiminnan aloittamista.

Tämä ryhmä poikkeaa muusta toiminnasta siten, että lapset eivät ole mukana kokoontumisissa, vaan toiminta on suunnattu puhtaasti äideille itselleen. Useimmat lapsista olivat myös

vielä niin pieniä, etteivät he juurikaan olleet aikaisemmin olleet muualla hoidossa. Tämä näkyi lasten itkuisuutena, mikä taas vaikutti siihen, että äitien tuntui olevan vaikea keskittyä toiminnan aloittamiseen. Huoli siitä, miten oma lapsi pärjää, oli jatkuvasti ilmassa. Kun lapsen itkua kuului, äidit alkoivat miettiä, että itkikö siellä juuri oma lapsi. Olimme sopineet työntekijöiden kanssa, että jos hoidossa oleminen ei millään onnistu, he tulevat kyllä pyytämään apua.

Vaikka lapsien itku kuuluikin rakennuksen toisesta päästä ja äidit olivat hieman huolissaan, käynnistin toiminnan reippaasti, jotta aika varmasti riittäisi. Aloitimme istumalla alas ohuille patjoille, jotka olivat ympyrämuodostelmassa. Avoimessa äitiryhmässä on tapana aloittaa kahvittelemalla, joten myös tässä ryhmässä aloituksen aikana oli mahdollista juoda kahvia ja teetä sekä napostella tarjottavia keskustelun lomassa. Toimintakertojen aloitukset olivat muillakin kerroilla keskustelullisia, joten tämä perinne oli helppo sisällyttää myös tähän ryhmään. Tällainen tuttu tapa voi helpottaa myös äitien tulemistä uudenaikaiseen ryhmään.

Aloitin esittelemällä itseni ja kertomalla, mistä tässä ryhmässä on kysymys. Selitin lyhyesti, mitä opiskelen ja mistä ajatus opinnäytetyön aiheesta oli noussut. Tämän jälkeen ryhmäläiset saivat esitellä itsensä. Kaikki olivat olleet aikaisemmin mukana avoimessa äitiryhmässä, mutta kaikki eivät ilmeisesti tunteneet toisiaan kunnolla, vaikka naamat olivatkin kaikille tuttuja. Esittelykierroksen jälkeen kävimme läpi sääntöjä, joita ryhmän aikana noudatettaisiin. Sekä minä että äidit ehdottivat sääntöjä ja sovimme yhdessä sääntöjentarkemmista sisällöistä. Sovimme, että kännykät pidettäisiin äänettömällä, ellei esimerkiksi lapsi ollut muualla hoidossa. Koska tämäntyyppinen toiminta edellyttää tiettyä sitoutumista, sovimme, että poissaolosta pitää aina ilmoittaa. Sääntönä oli myös se, että kaikkia harjoitteita ainakin kokeiltiin, mutta sivuun saisi mennä jos ne tuntuisivat liian epämiellyttäviltä. Tarkoituksena olisi kuitenkin kokeilla myös omia rajojaan ja astua toisinaan omalle epämukavuusalueelle. Lisäksi sovimme, että toisen työskentelyä arvostettaisiin mutta ei arvosteltaisi. Näin jokainen pystyisi saamaan mahdollisimman paljon irti toiminnasta. Säännöt tulivat ryhmältä helposti eikä niitä koettu tarpeelliseksi kirjoittaa ylös.

Sääntöjen sopimisen jälkeen nousimme ylös ja teimme polttopisteharjoituksen aiheesta toiminnalliset menetelmät. Laitoin Habitat -korttipakkauksen keskelle salia kuvastamaan toiminnallisia menetelmiä ja ryhmäläisten piti ottaa paikka salissa, joka kuvasti heidän suhdettaan toiminnallisiin menetelmiin. Kaikki sijoittuivat melko kauas keskustasta, mutta kukaan ei kuitenkaan ollut aivan seinän vieressä. Kun paikat oli valittu, jokaisella oli mahdollisuus kertoa vuorollaan, miksi valitsi juuri tämän paikan. Vastaukset olivat melko samantyyppisiä ja niistä kävi ilmi, että toiminnalliset menetelmät eivät olleet ryhmäläisille kovinkaan tuttuja ja suhtautuminen niihin oli hieman varautunut mutta toisaalta oltiin kiinnostuneita siitä, millaista toimintaa ryhmässä olisi tarkoitus tehdä. Vastaukset antoivat kuvaa siitä, mikä ryhmän

valmius oli osallistua suunnittelemaani toimintaan. Ryhmä saattaisi siis tarvita paljon helppoja lämmittelyharjoituksia ja minun piti varautua siihen, että forum-teatterityöskentelyyn siirtyminen ei välttämättä onnistuisi vielä kolmannella ohjauksella.

Polttopisteen jälkeen menimme taas istumaan ja otin Habitat -kortit esiin ja levitin ne lattialle piirin keskelle. Jokaisen tuli valita 1-2 korttia, jotka kuvastivat omia ajatuksia, odotuksia ja tuntemuksia suhteessa tulevaan toimintaan ja ryhmän aloittamiseen. Kuten edellisessä harjoitteessa tuli ilmi, toiminnallisiin menetelmiin suhtauduttiin hieman varauksellisesti ja useimmat toivoivat, etteivät joutuisi esiintymään. Erityisiä odotuksia ei oikeastaan tullut esille, tulevaan toimintaan suhtauduttiin melko avoimesti, vaikka toiminnalliset menetelmät tuntuivatkin vierailta. Aihetoiveitakaan ei tässä vaiheessa tullut esille. Myös korteista kerrottaessa tuli esille huoli lapsen pärjäämisestä hoidossa. Ryhmän toiminnan laadusta ei ollut selvää käsitystä, joten monia kiinnosti se, millaista toiminta käytännössä tulisi olemaan.

Tämän keskusteleavamman osuuden jälkeen oli aika aloittaa varsinainen toiminta, joka ensimmäisellä kerralla sisälsi melko paljon leikinomaisia harjoitteita, jotka eivät vielä suoraan liittyneet käsiteltäviin aiheisiin. Tämäntyyppisten harjoitteiden tarkoituksena on totuttaa ryhmäläisiä toimimaan yhdessä. Kun harjoitteet ovat tarpeeksi helppoja, kynnys osallistumiseen ei ole niin suuri eikä muiden mielipidettä omasta toiminnasta ja ilmaisusta välttämättä mieti niin paljon. Toiminnasta saa näin myös helpommin onnistumisenkokemuksia, mikä taas luo luottamusta selviämiseen myös haastavammista harjoitteista. Draamaharjoitteita on sitä helpompaa toteuttaa mitä turvallisemmaksi ryhmän jäsenet kokevat ryhmänsä. Tämäntyyppiset harjoitteet auttavat myös luomaan ilmapiiriä, jossa on turvallista työskennellä ja ilmaista itseään. Erityisen hyödyllisiä nämä harjoitteet ovat juuri tällaisissa tilanteissa, joissa toiminnalliset menetelmät eivät ole ennestään kovin tuttuja osallistujille.

Ensimmäisenä harjoitteena oli "Reiskan rento asento", jossa jokainen osallistuja näyttää vuorollaan oman rennon asentonsa ja sanoo esimerkiksi "Tämä on Veran rento asento". Tämän jälkeen muut toistavat perässä liikkeen ja sanat. Tällä tavoin käydään läpi kaikki ryhmäläiset. Rennon asennon lisäksi teimme myös esimerkiksi innostuneet ja väsyneet asennot. Äidit pääsivät siis harjoittelemaan muiden edessä olemista ja tuntemusten ilmaisemista kehollisesti. Äideille asennon ottaminen vaikutti olevan suhteellisen helppoa, mutta ääneen sanottava osuus tuntui olevan kiusallinen. Melko pian puheosuus harjoitteesta jäikin lähes kokonaan pois. Annoin sen tapahtua, sillä kyseessä oli kuitenkin vasta ensimmäinen harjoite ja halusin äitien pääsevän osallistumaan ilman paineita.

Tässä vaiheessa yksi äideistä joutui jättämään tapaamiskerran kokonaan kesken, sillä hänen lapsensa itki niin kovasti, eikä hoidossa olemisesta ollut tullut mitään. Tapahtuma katkaisi toimintaa ja huolen lasten pärjäämisestä pystyi huomaamaan nousevan uudestaan myös mui-

den äitien keskuudessa. Ikävää oli myös se, että lähtemään joutunut äiti, Alisa, oli vaikuttanut innokkaalta toiminnan suhteen. Lähdin viemään toimintaa keskeytyksen jälkeen ripeästi eteenpäin, jotta tässä vaiheessa saavutettu keskittyminen ei täysin katoaisi.

Seuraavassa leikissä ryhmän on tarkoitus päästä yhdessä läpi numerot 1-20 järjestyksessä siten, että jokainen numero sanotaan vuorollaan ääneen. Ryhmä ei saa sopia keskenään vuoroja numeroiden sanomiseen, vaan numeroita huudellaan fiiliksen mukaan. Tarkoitus on siis edetä numerosta 1 numeroon 20, mutta jos kaksi tai useampi sanoo numeron samaan aikaan, joudutaan aloittamaan alusta. Tämä peli saa ryhmän yleensä tavoittelemaan yhteistä päämäärää ja samalla tekee mokaamisesta hauskaa, mikä saattaa hieman laskea epäonnistumisenpelkoa muissa tehtävissä ja harjoitteissa. Harjoite sujui ryhmältä hyvin ja he selviytyivät siitä melko nopeasti. Äideillä oli alussa hieman jännitystä havaittavissa, mutta tämä toinen harjoite alkoi jo lämmittää tunnelmaa. Teimme harjoitteen pari kertaa ennen seuraavaan siirtymistä.

Numeropelin jälkeen otin toisen leikin, joka helpottaa hassujenkin asioiden tekemistä muiden edessä. Leikin nimi on "Kakka kurkkaa nurkan takaa" ja pelin perusidea on saada toiset nauramaan ja pitää itsensä mukana pelissä pitämällä oma naama peruslukemilla. Osallistujat ovat piirissä ja vuoro kiertää. Yksi sanoo seuraavalle sanat "kakka kurkkaa nurkan takaa" ja yrittää saada tämän nauramaan ilman, että itse nauraa. Mikäli seuraava ei naura, hän saa yrittää naurattaa seuraavaa, mutta jos hän taas nauraa, hän putoaa pelistä. Näin peli siis etenee, kunnes on jäljellä enää yksi osallistuja. Luonnollisesti tällainen peli herättää hilpeyttä ja näin tapahtui myös tässä ryhmässä. Nauru auttoi jossain määrin vapauttamaan tunnelmaa, joka alussa oli varautuneempi.

Seuraavaksi siirryimme lähemmäs draaman maailmaa. Äidit eivät juurikaan olleet aikaisemmin tehneet draamaa tai näytelleet, joten se tuntui hieman vieraalta. Tarkoitus oli siis pikkuhiljaa tutustua draamaan ilmaisun keinona, aluksi lähinnä leikin tai pelin omaisesti. Pantomiiarvauspeli on usein ihmisille tuttu, joten siitä on helppo lähteä liikkeelle. Pantomiiimissa ei myöskään tarvitse käyttää ääntä ja puhetta, mikä saattaa olla helpottava tekijä, jos esiintyminen ja draama jännittävät. Tässä harjoitteessa ryhmäläiset jakautuivat pareihin, joiden piti esittää pantomiimina tuttuja satuja ja muut ryhmän jäsenet yrittäisivät arvata, mistä sadusta on kysymys. Kun satu on arvattu, vuoro vaihtuu. Päätin toteuttaa harjoitteen pareittain, jottei kellekään tulisi liikaa paineita muiden edessä olemisesta. Harjoite sujui ihan mukavasti, tosin olin hetkittäin huomaavanani pientä vaivaantuneisuutta, mutta tämä saattoi johtua uuden tilanteen jännittävydestä ja harjoitteen "lapsellisuudesta". Kaikki osallistuivat silti toimintaan, eikä tarvittu erityistä rohkaisua. Kuitenkin vaikutti välillä siltä, että äidit ikään kuin yrittivät päästä mahdollisimman vähällä toiminnalla: esitykset olivat välillä lähempänä patsaita kuin näyteltyjä kohtauksia ja jos satua ei arvattu heti ensimmäisestä yritykses-

tä, he tarvitsivat hieman rohkaisua yrittää esittää satua toisella tavalla tai lisätä asioita edelliseen tulkintaan.

Pantomiimipelin jälkeen oli vuorossa "Joo"-harjoite, jossa harjoitellaan draamassa ja erityisesti improvisaatiossa tarvittavaa taitoa tarttua toisen ehdotukseen. Tässä harjoitteessa yksi ryhmästä ehdottaa muille jotakin tekemistä, kuten "Mennäänkö poimimaan marjoja?" ja muiden tulee aina vastata "Joo". Tätä tekemistä esitetään, kunnes joku toinen ehdottaa muuta tekemistä. Olin itse mukana tässäkin harjoitteessa näyttämässä esimerkkiä ja toisaalta rohkaisemassa heitä omalla toiminnallani. Heittäytyminen tämäntyyppiseen toimintaan ei vaikuttanut äideille luonnolliselta ja useimmat tekemiset myös jatkuivat pitkään, sillä ehdotuksia ei heiteltu ilmaan kovinkaan usein. Kaikki olivat kuitenkin mukana, vaikka osallistuminen ei kokoajan ollut erityisen aktiivista. Yritin itse ottaa myös puhetta mukaan toimintaan, jotta esitetyt toiminnot ja tilanteet lähtisivät kehittymään, mutta äidit eivät juurikaan tarttuneet tähän. Jatkoimme harjoitetta jonkin aikaa, vaikka se ei lähtenytkään kunnolla lentoon. Ehkäpä äidit eivät tunteneet ryhmää ja ilmapiiriä vielä tarpeeksi turvalliseksi heittäytykseen toimintaan täysillä.

Seuraava harjoite oli melko samantyyppinen kuin edellinenkin. Siinä yksi vuorollaan tulee eteen ja kertoo, mitä paikkaa tai tilannetta muiden pitää alkaa esittää. Ohjeeksi voidaan antaa esimerkiksi "Olkaa kuin päiväkodissa", jolloin muiden osallistujien pitää alkaa näyttellä päiväkotia, eli alkaa esittää esimerkiksi lasta tai lastentarhanopettajaa. Näin ikään kuin luodaan pieniä improvisoituja kohtauksia. Toteuttamista helpottaa se, että nämä paikat ja tilanteet ovat useimmille tuttuja, joten ainekset kohtaukseen ja näyttelyyn tulevat helposti todellisista tilanteista. Edellisessä harjoitteessa pääasiana oli itse tekeminen eikä puhetta juuri ollut, mutta tässä tarkoituksena olisi mennä jo kohti roolityöskentelyä. Vaikka äidit olivatkin jo hieman lämmenneet toimintaan, harjoitteessa oli hankaluutensa. Osa äideistä ei tuntunut olevan yhtä motivoituneita ja valmiita heittäytymään kuin toiset, mikä osittain latisi myös muiden työskentelyä. Kaikki kyllä taas osallistuivat, mutta jos kaikki eivät osallistu täysillä, se saa monesti muutkin jännittämään heittäytymistä enemmän kuin heitä oikeasti jännittäisi. Saimme kuitenkin harjoitteen tehtyä ja jokainen sai mahdollisuuden olla keksimässä paikkoja ja tilanteita.

Lopussa oli vielä melko paljon aikaa, joten päätin ottaa toiminnan päätteeksi vielä loppurentoutuksen. Äideillä oli siis mahdollisuus vielä rentoutua perusteellisesti ennen palaamista lasten pariin. Rentoutuksessa äidit makasivat patjoilla silmät kiinni ja siirtämällä ajatukset kertomaani kohtaan kehoa käytiin läpi koko vartalo. Yhdelle äideistä rentoutus oli hyvin hankalaa, eikä hän halunnut olla makuullaan tai silmät kiinni. Hän sanoikin myöhemmin, ettei koskaan ole pitänyt rentoutuksista ja kokee ne epämiellyttäväksi. Onneksi kuitenkin muut äidit olivat ilmeisesti pystyneet keskittymään rentoutukseen ja se oli heistä miellyttävää.

Aivan lopuksi halusin vielä kuulla ajatuksia ensimmäisestä toimintakerrasta ja odotuksia seuraavista kerroista. Aloitin ottamalla uudestaan polttopisteen suhteessa toiminnallisiin menetelmiin. Paikat olivat nyt hieman lähempänä keskustaa, kuin alussa, sillä nyt kaikilla oli hieman parempi käsitys siitä, mitä toiminnalliset menetelmät saattavat sisältää. Äitien varauksellinen suhtautuminen oli kuitenkin vielä nähtävissä, sillä aivan lähelle keskustaa ei mennyt kukaan. Polttopisteen jälkeen palasimme istumaan alun ympyrämuodostelmaan ja otin taas Habitat -kortit esiin. Jokainen sai valita 1-2 korttia, jotka kuvasivat ajatuksia ja tuntemuksia tästä ensimmäisestä toimintakerrasta ja odotuksia tulevasta. Kokemukset olivat melko positiivisia, toiminta oli koettu ihan hauskaksi, mutta harjoitteiden tarkoitus oli jäänyt vähän epäselväksi. Yksi äideistä kuvaili tehtyjä harjoitteita "riparimaisiksi". Kaikki olivat kuitenkin hyvillä mielin tulossa jatkossakin. Selitin äideille, mitä olin tämänkertaisilla harjoitteilla hakenut takaa, jottei toiminnan ajatus jäisi heille arvoitukseksi. Toivomuksena oli, että jatkossa mentäisiin enemmän varsinaiseen aiheeseen, mikä olikin suunnitelmassani. Kun kysyin äideiltä, mitä teemoja he haluaisivat ryhmässä käsitellä, en saanut oikeastaan mitään vastauksia. Kerroin heille, millaisia teemoja olin alustavasti ajatellut ja ne saivat hyvän vastaanoton.

#### 5.2.4 Neljäs toimintakerta, 6.4.

Tällä kerralla äitejä pääsi paikalle vain kolme: Minna, Krista ja Alisa. Toivoin, että tällä kerralla Alisan lapsen hoito sujuisi, jotta hänkin pääsisi mukaan toimintaan. Aloitimme taas kahvittelulla salissa. Samalla kävimme läpi myös fiiliskierroksen Habitat -korteilla. Pysin pitämään aloitukset rauhallisina ja kiireettöminä, jotta äideillä olisi mahdollisuus irrottautua hetkeksi arjesta ja keskittyä senkertaiseen toimintaan. Fiiliskierroksen aikana äideillä oli mahdollisuus kertoa, mitä edellisestä kerrasta oli jäänyt mieleen, millainen kulunut viikko oli ollut ja millä mielellä he tulivat ryhmään tällä kertaa. Äitien puhe keskittyi enemmän muihin kuulumisiin, kuin ajatuksiin ryhmästä ja siellä tehtävästä toiminnasta. Puheesta tuli kuitenkin ilmi, että kaikki olivat hyvillä mielin tulossa toimintaan. Fiiliskierroksen jälkeen teetätin vielä energiatasonmittauksen siten, että kädellä piti näyttää oman energian taso. Äidit eivät olleet aivan puhki, vaan energiaa näytti olevan ainakin jonkin verran, joten edellytyksiä olla mukana toiminnassa löytyi kyllä.

Ottamalla osittain samoja harjoitteita kuin viimeksi, pyrin tekemään toimintaan mukaan tulemisesta helpompaa. Ne todennäköisesti sujuisivat paremmin, jolloin tulisi myös enemmän onnistumisenkokemuksia. Aloitinkin numeropelillä, joka sujui hyvin, etenkin kun osallistujia oli vähemmän. Tämän jälkeen kokeilimme taas "Olkaa kuin..."-harjoitetta, joka sujui myös todella mukavasti. Tällä kerralla mukana olevat äidit toimivat hyvin yhteen ja harjoitetta



tehdessä oli hyvä meininki, vaikka osallistujia olikin niin vähän. Harjoitteiden tavoite lämmitteä toimintaan näytti onnistuvan.

Seuraavassa harjoitteessa puhetta ei käytetty ollenkaan, vaan harjoiteltiin yhdessä toimimista kehollisesti ja reagointia toisen toimintaan. Harjoitteessa yksi ottaa jonkun asennon, jonka jälkeen seuraava ottaa asennon suhteessa edellisen asentoon. Kun lopulta kaikki ovat ottaneet asennon, on taas ensimmäisen vuoro liikkua. Jokainen siis liikkuu vuorollaan ja näin muodostuu ikään kuin kokoajan liikkeessä oleva patsas. Soitin musiikkia taustalla, jotta tunnelma olisi rennompaa. Harjoite lähti hyvin liikkeelle ja äidit hyvin pian alkoivat kokeilla erilaisia mahdollisuuksia ja ottivat mukaan myös fyysisen kontaktin, mikä yllätti minut positiivisesti, sillä teimme harjoitetta kuitenkin vasta ensimmäistä kertaa. Jatkoimme melko pitkään, sillä harjoite vaikutti sellaiselta, josta äidit innostuivat.

Koska tarkoitus oli päästä käsittelemään äitiyden herättämiä tunnetiloja myöhemmin toiminnassa, tähän väliin otin harjoitteen, jossa kokeillaan erilaisten tunnetilojen ilmaisua. Kun esitetään tunnetiloja, puhe usein tukee ilmaisua. Puheen tuottaminen improvisaationa saattaa kuitenkin helposti jännittää, etenkin jos draama ei ole tuttua. Siksi sen lisäksi, että tunteita ilmaistaan kehonkielellä, tueksi valitaan numero, jota toistetaan tunnetilaan sopivalla tavalla. Jokainen saa vuorollaan valita numeron ja tunnetilan, jota yhdessä esitetään. Asetuimme riviin salin toiselle seinustalle ja seuraavaksi yksi äideistä valitsee jonkun tunnetilan ja numeron, esimerkiksi surullinen kolmonen. Tämän jälkeen etenemme kohti vastapäistä seinää sanoen ääneen numeroa ja samalla esittäen valittua tunnetilaa. Osa äideistä hieman arasteli alussa, mutta harjoite käynnistyi ja sujui kuitenkin hyvin. Kaikkien ehdotuksia päästiin toteuttamaan ja äidit jopa innostuivat tunnetilojen esittämisestä. Loppuvaiheessa äitejä ei tarvinnut edes rohkaista keksimään uusia ehdotuksia. Lisää haastetta harjoitteeseen toi se, että toinen seinistä oli peiliseinä. Kokeilimme pari kertaa, miltä tuntuu tietoisesti katsoa itseään peilistä harjoitetta tehdessä. Äideillä oli ilmeisesti jo melko turvallinen olo ryhmässä, sillä tämä kokeilu onnistui.

Seuraavan toimintakerran tarkoituksena oli siirtyä selkeämmin käsittelemään äitiyttä. Toki aihe oli jossain määrin sisältynyt jo näihin kahteen ensimmäiseen ohjaukseen, mutta pääpaino oli enemmänkin toiminnan työkaluihin tutustumisessa ja hyvän pohjan luomisessa ryhmän toiminnalle. Aiheen käsittely aloitettaisiin patsastyöskentelyllä, joten seuraavassa harjoitteessa harjoiteltiin patsaiden tekemistä eri aiheista. Teimme patsaita aluksi vuodenajoista, joka oli mielestäni helppo ja selkeä aihe, sellainen, josta kaikilla löytyisi jotain kerrottavaa vaivattomasti. Jokainen pääsi tekemään oman patsaansa ja muut kertoivat, mitä siinä näkivät. Patsaat tehtiin peiliin päin, jotta kaikilla patsaassa olevilla oli mahdollisuus nähdä myös, millainen se oli. Tämän jälkeen patsaan tekijällä oli mahdollisuus kertoa, mitä ajatuksia ja asioita oli sillä yrittänyt tuoda esiin. Vuodenaikojen jälkeen tehtiin patsaita tunnetiloista.

Tämä oli jatkoa aikaisemmin tehdyille tunnetilanumero-harjoittelelle. Kuvattavia tunnetiloja olivat esimerkiksi väsymys ja ilo. Annoin aiheiksi tunnetiloja, jotka voisivat liittyä äitiyteen ja äitiyteen liittyviä asioita tulikin esille patsaissa ihan itsestään. Kun keskustelimme siitä, mitä patsaissa näkyi muille ja mitä patsaan tehnyt oli ajatellut, ohjasin keskustelua myös selkeämmin äitiyteen. Puhuimme muun muassa siitä, mikä äidit tekee iloiseksi ja erityisesti, mitkä asiat äitiydessä tuovat heille iloa. Keskustelua aiheista saatiin jossain määrin aikaiseksi, joskin minun piti herätelläkseni ja syventääkseni keskustelua esittää tarkentavia kysymyksiä.

Lopetimme taas käymällä läpi, mitä toimintakerrasta oli tällä kertaa jäänyt mieleen ja oliko se herättänyt ajatuksia. Aluksi jokaisen piti merkata itselleen merkityksellinen hetki menemällä seisomaan sellaiseen kohtaan salia, jossa oli kokenut tapahtuneen itselleen tärkeimmän hetken tällä toimintakerralla. Kuten ehkä olin aavistanutkin, kaikki ottivat paikkansa suurin piirtein siitä kohdasta, jossa olimme tehneet "ikiliikkujapatsas"-harjoitetta. Tämä harjoite oli minunkin mielestäni ollut sellainen, jossa ryhmä oli toiminut hyvin yhteen ja toiminta oli ollut hauskaa. Tämän jälkeen keskustelimme hetken vielä lisää. Ikiliikkujan lisäksi esiin nousivat myös tunnetilapatsaat. Lisäksi tuli kommentteja siitä, että oli ollut kivaa, että harjoitteet olivat nyt ainakin lopussa liittyneet selkeämmin ryhmän perusajatukseen.

#### 5.2.5 Viides toimintakerta, 13.4.

Tällä kertaa paikalla oli taas vain kolme äitiä ja ainoastaan yksi oli ollut edellisellä kerralla. Tämän takia päätin toteuttaa melko samanlaisen toimintakerran, jotta kaikilla olisi sitten viimeisellä kerralla suurin piirtein samanlainen pohja. Aloitimme perinteisesti kahvittelemalla ja käymällä fiiliskierroksen korttien avulla. Fiiliskierroksella äidit eivät oikeastaan puhuneet ryhmästä mitään, vaan asiat liittyivät enemmän arkeen. Sain kuitenkin tietää, millaisessa mielentilassa he olivat ryhmään tulossa tällä kertaa. Edellisellä kerralla mukana olleet äidit olivat toimineet todella hyvin yhteen, joten mietin, onnistuisivatko harjoitteet yhtä hyvin myös tällä kerralla. Paula ja Nelli, jotka eivät olleet viime kerralla, olivat keskenään hyviä ystäviä, kun taas Alisa ei ollut ollut heidän kanssaan niin paljon tekemisissä.

Alkuun otimme tutun "Olkaa kuin..."-harjoitteen. Äidit eivät tuntuneet jaksavan keskittyä tähän nimenomaiseen toimintaan, joten en jatkanut sitä kovin pitkään. Etenkin Nellin tuntui olevan vaikea heittäytyä toimintaan ja tämä heijastui myös muiden osallistumiseen. Nelli ja Paula saattoivat alkaa esimerkiksi keskustella sadevaateostoksista kesken toiminnan, joten päätin vaihtaa harjoitetta melko nopeasti. Seuraavaksi vuorossa oli patsaisiin valmistettava "ikiliikkujapatsas"-harjoite. Harjoite lähti hyvin käyntiin, tosin ratkaisut ja asennot eivät olleet ehkä aivan yhtä kokeilevia ja monipuolisia, kuin edellisellä kerralla. Fyysinen kontakti jäi myös vähäisemmäksi. Huomasin, että Paula ja Nelli olivat varautuneempia harjoitetta

tehdessä kuin Alisa, joka oli päässyt kokeilemaan tätä harjoitetta aikaisemminkin. Äidit jakoivat kuitenkin keskittyä tähän paremmin, kuin edelliseen harjoitteeseen. Ikiliikkujan jälkeen vuorossa olivat taas tunnetilanumerot, joita teimme jonkin aikaa. Tästä äidit tuntuivat innostuvan myös ja kokeilimme useita erilaisia tunnetiloja.

Oli taas vuoro siirtyä patsastyöskentelyyn. Toiminta seurasi samaa kaavaa kuin edelliselläkin kerralla. Teimme patsaita erilaisista tunnetiloista, mukana sekä samoja että eri tunteita kuin viimeksi. Ilon lisäksi käsitelimme myös vihaa ja siitä johdettuna myös turhautumista. Puhuimme siitä, mitkä asiat äitiydessä ja arjessa herättävät näitä tunteita ja miten näihin tunteisiin reagoi. Keskustelussa nousi esiin se, että äideillä oli jossain määrin samoja kokemuksia, esimerkiksi ilosta, jonka lasten oppiminen tuottaa. Minun piti taas pitää keskustelun ohjaksia tiukastikin käsissäni, sillä toisen puhevuoron kunnioittaminen oli välillä vaikeaa. Nelli ja Paula alkoivat helposti keskustella vain keskenään ja välillä myös aiheet karkasivat käsiteltävästä aiheesta. Oli hienoa, että kaikki olivat valmiita jakamaan, mutta minun piti todella huolehtia siitä, että kaikki saavat sanoa sanottavansa rauhassa loppuun.

Lopetimme taas kerran keskusteluun. Äitien mielestä oli ollut ihan mukavaa ja oli ollut hyvä, että oli siirrytty selkeämmin äitiyden käsittelyyn, palaute oli siis melko samanlaista kuin edelliseltä kerralta. Tällä kertaa patsaat olivat jääneet päällimmäisinä mieleen. Paula sanoi myös, että patsaista käytyt keskustelut olivat laittaneet ajattelemaan ja oli ollut mielenkiintoista huomata, että muilla oli samantyyppisiä kokemuksia ja tunteita.

#### 5.2.6 Kuudes toimintakerta, 20.4.

Tällä kertaa kävi taas niin, että kukaan äideistä ei päässyt paikalle sairauden tai muun syyn takia. Tämä olisi ollut viimeinen kerta, mutta päätimme Katjan kanssa, että järjestäisimme kerran seuraavalle viikolle. Olimme vasta päässeet kunnolla käsittelemään äitiyttä ja olisi ollut ikävää jättää ryhmä kesken. Oli myös tärkeää, että ryhmällä on selkeä aloitus ja lopetus. Katja otti yhteyttä äiteihin ja sopi ajan, joka sopi kaikille. Teimme yhdessä päätöksen siitä, että Karitaa emme tuohon toimintakertaan kutsuisi, sillä hän ei ollut ollut paikalla yhdelläkään varsinaisella toimintakerralla ja hänen tulonsa saattaisi vaikeuttaa muun ryhmän työskentelyä. Hän ei myöskään ollut osoittanut sitoutumista ryhmään, sillä hän ei ollut ilmoittanut poissaoloistaan. Tämän takia katsoimme olevan reilua järjestää ylimääräinen kerta vain niille, jotka olivat muuten olleet paikalla.

### 5.2.7 Seitsemäs toimintakerta, 26.4.

Viimeisellä kerralla kaikki, paitsi tietysti Karita, olivat päässeet paikalle. Aloitimme taas keran kahvitelulla ja fiiliskierroksella. Kaikki olivat tulleet paikalle hyvillä mielin ja äidit vaikuttivat motivoituneilta. Jotta ehtisimme kunnolla käsitellä niitä aiheita, joita olin suunnitellut, lämmittelyä ei kauheasti ollut tällä kertaa. Lisäksi äidit olivat innostuneet patsastyöskentelystä, joten ajattelin, että siitä olisi hyvä jatkaa. Minulla oli muutamia ideoita valmiina, mutta tarkoitus oli, että jos jostain patsaasta nousee idea käsiteltävästä asiasta, se voidaan toteuttaa.

Tällä kertaa käsiteltävät aiheet olivat hieman laajempia, kuin edellisillä kerroilla, jolloin aiheena olivat olleet esimerkiksi pelkät tunnetilat. Tietysti tunnetilat voisivat nousta muista aiheista ja niitä voitaisiin sitten käsitellä suhteessa alkuperäiseen patsaaseen. Ensimmäinen tällainen laajempi aihe oli jaksaminen, joka oli noussut esiin edellistenkin kertojen keskusteluissa. Jokainen sai tehdä vuorollaan patsaan siitä, mitkä asiat saavat heidät jaksamaan arjessa. Esille tuli sellaisia asioita, kuten liikunta, parisuhde, lapset ja oma aika. Kaikki äidit olivat parisuhteessa lasten isien kanssa, joten he eivät olleet yksin vastuussa lasten hoidosta, mikä mahdollistaa heille toisinaan esimerkiksi lenkille lähtemisen. Jaksamiseen liittyi paljon pieniä asioita, kuten se, että toisinaan voi jättää siivoamisen ja istua hetkeksi lukemaan lehteä. Esille tuli myös se, että on hyvä, jos ympärillä on ihmisiä, jotka voisivat välillä hoitaa lapsia, jotta äidit saisivat yhteistä aikaa myös kumppanin kanssa. Vaikka äitiys koettiin välillä rasakaasikin, lapset olivat kuitenkin ehdottomasti yksi voimavaroista.

Seuraava aihe oli "Täydellinen äiti". Halusin selvittää, millaisena ryhmäläiset käsittävät täydellisen äidin vai onko täydellistä äitiä heidän mielestään ylipäätään olemassa. Äitiyteen liitetään helposti lukemattomia ominaisuuksia ja mielikuvia, joiden yhdistäminen on todellisuudessa lähes mahdotonta. Odotusten epärealistisuus oli yksi asia, mitä toivoin äitien patsaista huomaavan, mutta toisaalta myös se, että käsityksiä täydellisestä äidistä on monia ja heissä kaikissa on nähtävissä näitä samoja ominaisuuksia. Toivoin äitien saavan kokemuksen siitä, että juuri he ovat täydellisiä äitejä omille lapsilleen, omilla tavoillaan. Jokainen sai taas mahdollisuuden tehdä oman patsaansa, minkä jälkeen siitä keskusteltiin yhdessä. Patsaissa tuli esiin lapsien kanssa leikkimistä, kodinhoitoa ja paljon muuta. Patsaissa oli kuitenkin huomattavissa karikatyyrimaisuutta, joka jo kertoi hieman äitien mielipiteestä täydellisestä äidistä. Keskusteluissa tuli ilmi, että äidit eivät uskoneet, että niin sanottua täydellistä äitiä on olemassa, mutta olivat kuitenkin sitä mieltä, että odotuksia ja vaatimuksia on paljon. Patsaat olivat keskenään melko samanlaisia ja äitien mielipiteet olivat myös hyvin yhteneväisiä, tosin jotkut painottivat eri asioita kuin toiset. Ehkäpä juuri mielipiteiden samankaltaisuuksien vuoksi aiheesta syntyi yllättävän niukasti keskustelua, mutta se oli kuitenkin virittänyt ryhmää erinomaisesti seuraavaan aiheeseen.

Tärkeimmäksi ja mielenkiintoisimmaksi aiheeksi muodostuivatkin "Oma äitiys"-patsaat. Jokainen sai tehdä siis patsaan siitä, mitä heidän äitinä olemiseensa kuuluu ja millaisina äiteinä he näkevät itsensä. Patsaan valmistumisen jälkeen sitä tarkastellaan hetki ja tämän jälkeen kaikki muut paitsi patsaan tekijä saavat kertoa, mitä näkivät patsaassa. Lopuksi on tekijän vuoro, minkä jälkeen voidaan vielä yhteisesti keskustella. Ohjeistin äitejä kertomaan, mitä hyvää he näkevät patsaassa, varmistaakseni, että tekijän äitiyttä enemmän arvostetaan kuin arvostellaan. Tarkoituksena oli saada äideille voimaannuttavia kokemuksia. Kun muut tuovat esille asioita, joita arvostavat ja jotka he näkevät hyvinä patsaan tekijän äitiydessä, se voi auttaa myös tekijää arvostamaan enemmän itseään äitinä. Äidit toivat esille paljon erilaisia asioita, joita arvostivat toisen tavassa olla äiti. Saatettiin esimerkiksi kehua toisen jaksamista tai pitkää pinnaa. Toisinaan muut toivat esille positiivisia asioita, joita äiti itse ei ollut tullut ajatelleeksi. Suurin osa toimintakerrasta meni näihin patsaisiin, sillä niistä heräsi melko paljon keskustelua.

"Oma äitiys"-patsaiden jälkeen oli ryhmän lopettamisen aika. Aluksi ryhmäläiset saivat taas merkata merkityksellisen hetkensä salissa ja kertoa, miksi valitsivat juuri sen. Kaikki valitsivat hetkekseen "Oma äitiys"-patsaat, kuten olin arvellutkin. Tämän jälkeen menimme taas piiriin ja otin kuvakortit esiin. Jokainen sai valita yhden tai useamman kortin, jotka kuvasivat jotenkin koko prosessia, ryhmää ja tietysti myös tätä toimintakertaa. Vaikka kyse ei ollut varsinaisesta palautekeskustelusta, sain kuulla äideiltä jo samantyyppisiä kommentteja kuin palautehaastatteluissa tulisin kuulemaan. Äidit sanoivat, että oli ollut mielenkiintoista kuulla muiden kokemuksia äitiydestä ja huomata, että heillä on samoja arjen ongelmia ja iloja. Useimmat äideistä olivat myös huomanneet, että ryhmässä tehty toiminta oli saanut ajattelemaan omaa äitiyttä enemmän myös vapaa-ajalla. Keskustelun lopuksi kiitin kaikkia ryhmään osallistumisesta ja kerroin, että tulisin tekemään yksilöhaastattelut palautteesta seuraavalla viikolla avoimeen äitiryhmään.

## 6 Arviointi

Olen jo toiminnan kuvaukseen sisällyttänyt omia havaintojani toiminnasta, keskittyen hetkessä tapahtuneisiin havaintoihin. Seuraavassa arvioin toimintaa sekä palautehaastattelujen antia laajemmin ja perusteellisemmin. Arvioinnin apuna käytän omia havaintojani, äitien palautehaastatteluja sekä Tyttöjen Talon työntekijöiden kanssa käytyjä keskusteluja. Alun perin tarkoituksena oli myös videoida toimintakertoja, mutta jouduin luopumaan tästä arvioinnin apukeinosta ryhmän tilanteen vuoksi. Tarkastelen ja arvioin toimintaa työn tavoitteiden kautta ja käyn läpi myös saavutettuja asioita varsinaisten tavoitteiden ulkopuolelta.

### 6.1 Auttaa ryhmäläisiä käsittelemään äitiyteen liittyviä tunteita ja vastaan tulevia haastavia tilanteita draaman keinoin

Olin päättänyt käyttää tässä työssä draama- sekä muita toiminnallisia menetelmiä, sillä koen niiden avulla olevan mahdollista käsitellä monia erilaisia teemoja, kuten juuri vaikka äitiyttä ja siihen liittyviä tunteita. Ryhmään osallistuneet äidit eivät kuitenkaan olleet aikaisemmin tehneet draamaa, eivätkä toiminnalliset menetelmät muutenkaan olleet kovin tuttuja etukäteen. Olen itse opiskellessani toiminnallisten ja erityisesti draamamenetelmien käyttöä huomannut, että aiheiden käsittely niiden avulla helpottuu ja syventyy, mitä turvallisempi ryhmä, jossa työskennellään on ja mitä tutumpia käytettävät menetelmät ovat. Jos menetelmät tai ylipäätään yhdessä toimiminen on ryhmälle vierasta, se vaikeuttaa varsinaisen aiheen käsittelyyn pääsemistä. Energian ei pitäisi mennä siihen, että mietitään harjoitteen teknistä puolta tai sitä, mitä muut ajattelevat omasta ilmaisun tavasta. Tarkoitus on kuitenkin, että nämä menetelmät toimivat nimenomaan työkaluina, joilla päästään syvemmälle käsiteltäviin aiheisiin ja saadaan esiin uusia puolia. Tämän tyyppisen ryhmän kanssa on yleensä hyvä lähteä pienestä liikkeelle.

Jo ryhmän alkamista edeltävistä keskusteluista Nuoret äidit -toiminnan työntekijöiden kanssa, olin saanut sellaisen kuvan, että ryhmä saattaisi suhtautua varautuneesti toiminnallisiin menetelmiin. Tällainen tilanne saattaisi olla, vaikka kaikki olivatkin vapaaehtoisesti ilmoittautuneet ryhmään mukaan. Tyttöjen Talolta esimerkiksi suositeltiin, että en ainakaan ensimmäisillä kerroilla videoisi toimintaa, sillä se voisi luoda vaivaantunutta ilmapiiriä ja hankaloittaa toimimista. Päädyin noudattamaan ehdotusta siitäkin huolimatta, että se poistaisi minulta yhden arvioinnin muodon. Halusin kuitenkin, että ryhmän turvallisuudentunnetta päästäisiin kunnolla rakentamaan alusta asti. Alkuperäisessä suunnitelmassanikin olin ajatellut, että ensimmäisillä kerroilla tehtäisiin vain yksinkertaisia toiminnallisia harjoitteita, joilla saataisiin äideille yhdessä toimiminen tutuksi ja onnistumisenkokemuksia suhteessa draamaan. Tältä

osin päätin pysyä suunnitelmassani ja päätellä ensimmäisten kertojen perusteella, minkälaisilla harjoitteilla ja menetelmillä meidän kannattaisi toimintaa myöhemmin jatkaa.

Ryhmän turvallisuudentunteen kasvattamista ja draamamenetelmien tutuksi tulemistä vaikeutti se, että kaikki äidit eivät päässeet paikalle jokaisella kerralla, vaan kokoontumiskerroilla osallistujia tuli erilaisissa kokoonpanoissa. Halusin parhaani mukaan tarjota kaikille samanlaisen pohjan toimintaan. Kaikkien tulisi siis päästä osaksi niitä harjoitteita, jotka valmistavat seuraaviin harjoitteisiin, joiden avulla taas päästäisiin kunnolla käsittelemään varsinaista aihetta. Koska sama porukka ei ollut paikalla ensimmäisillä kerroilla, piti ikään kuin aloittaa alusta, emmekä päässeet etenemään esimerkiksi forum-teatteriin saakka missään vaiheessa ryhmää. Pääsimme onneksi kuitenkin käyttämään kuvateatteria, joka on myös osa Augusto Boalin Sorrettujen teatterin menetelmiä.

Ensimmäinen toimintakerta oli selkeästi painotettu helppoihin, välillä leikinomaisiin harjoitteisiin, joilla saataisiin ryhmää yhtenäisemmäksi, äidit pääsisivät tutustumaan toiminnallisiin menetelmiin ja harjoittelemaan yhteistyötä juuri tässä ryhmässä. Harjoitteet olivat luonteeltaan sellaisia, että ne rentouttivat ilmapiiriä ja saivat äitejä välillä nauramaankin. Mokaamisesta tehtiin hauskaa, jotta sitä ei tarvitsisi myöhemmissä harjoitteissakaan jännittää niin paljon. Ryhmän varautuneisuutta saatiin hieman laskettua, mikä oli oikeastaan edellytyksenä jatkossa tehtävälle toiminnalle. Seuraavilla kerroilla tehtiin jo patsaita sekä muita enemmän ilmaisullisia harjoitteita, mikä vaati jo tiettyä turvallisuudentunnetta. Tällöin päästiin jo käsittelemään erilaisia tunteita ja harjoittelemaan niiden ilmaisua draamallisesti. Teimme patsaita useista tunnetiloista ja keskusteltaessa näistä patsaista mietimme, miten tai millaisissa tilanteissa nämä tunteet ilmenevät omassa äitiydessä. Näiden keskustelujen perusteella saatoimme tehdä myös patsaita niihin liitetyistä tilanteista ja edelleen tilanteiden herättämistä muista tunteista. Äidit pääsivät siis heille uudella tavalla käsittelemään äitiyteen liittyviä tunteita ja toisaalta myös tiedostamaan kaikkien näiden erilaisten tunnetilojen olemassaolon.

Haastavien tilanteiden sijasta ryhmässä korostui enemmän se, millaisina äiteinä ryhmään osallistuneet äidit kokivat itsensä ja millaisia tunteita ja asioita heidän äitiyteensä liittyi. Käsitteitä äitiydestä käsiteltiin eniten viimeisellä kerralla, joka keskittyi lähes kokonaan patsastyöskentelyyn. Kertoessa esimerkiksi omaan jaksamiseen tai äitiyteen liittyvistä asioista kehon avulla eikä vain puhumalla, voidaan saada esiin asioita, jotka muuten eivät ehkä olisi tulleet esille. Äideillä oli mahdollisuus tehdä muille ja ennen kaikkea itselleen konkreettisesti näkyväksi, millaisena äitinä he näkevät itsensä. Koska myös muilla kuin patsaan tekijällä oli mahdollisuus nähdä nämä äitiyden kuvat, saatiin aikaan useita eri tulkintoja. Tekijät saattoivat huomata itsestään sellaisia uusia puolia, mitä eivät itse olleet huomanneet, mutta tulivat esille muiden tulkintoista. Patsaiden konkreettisuus auttoi syventämään äitien kuvaa omasta

äitiydestään ja tiedostamaan heille uusia asioita itsestään. Näiden asioiden tiedostaminen voi saada äitejä arvostamaan ja toisaalta myös kehittämään itseään.

Ryhmän päättymisen jälkeen pidin äideille yksittäin palautehaastattelut. En haastatellut Kari-taa, sillä hän oli ollut mukana vain aivan ensimmäisellä kerralla. Lisäksi Krista ei päässyt haastatteluihin, mutta hän lähetti pienen palautteen tekstiviestillä Katjalle. Näissä haastatteluissa kysyin äideiltä siitä, olivatko draamamenetelmät helpottaneet asioiden käsittelyä ja mitä hyötyä niistä oli ollut. Äideiltä tuli samansuuntaisia kommentteja, mutta hieman erilaisilla painotuksilla. Minna kertoi, että draamamenetelmien avulla äitiyttä tuli "erilaisilla mietittyä". Patsaita tehdessä oli joutunut myös miettimään, miten näitä asioita toisi näkyville. Ylipäänsä ryhmä oli ollut positiivinen yllätys, sillä toiminnalliset menetelmät olivat tuntuneet vierailta. Parhaiten mieleen oli jäänyt Oma äitiys-patsas.

Paulan mielestä draamamenetelmät olivat myös olleet avuksi. Äitiyteen liittyviä asioita "näki selvemmin". Ryhmässä esiin tulleita juttuja hän oli myös "kotona miettiny syvällisemmin". Paula koki, että ryhmä jäi vielä kesken. Parhaiten mieleen oli jäänyt Ikiliikkujapatsas-harjoite ja se, että ryhmä oli kiva ja turvallinen, sai uusia kokemuksia ja nyt lähestyy helpommin muita.

Nelli sanoi, että draamamenetelmät olivat auttaneet ajatuksien ja keskustelun herättelyssä, mutta ei tarkemmin eritellyt tätä. Parhaiten mieleen oli jäänyt Oma äitiys-patsas. Tästä patsaasta hän kommentoi: "Kaikkea mikä mussa oli, osasin tehdä itse, muutkin ymmärs sen". Tässä oli huomattavissa iloa draamamenetelmiin osallistumisen onnistumisesta ja siitä, että oma ilmaisu ja oma äitiys otettiin hyvin vastaan ja niitä arvostettiin.

Alisa oli sitä mieltä, että draamamenetelmien avulla "tuli enemmän esille, ku vaan kerrottais". Ihmiset näkivät eri asioita, eli saatiin useita tulkintoja. Parhaiten mieleen oli jäänyt taaskin Oma äitiys-patsas. Tästä Alisa sanoi, että näitä asioita ei ole miettinyt itse ja oli mielenkiintoista kuulla muiden näkemykset. Toiminnallisia menetelmiä ja ryhmää Alisa piti mukavana ja hän kertoi, että oli ollut kivaa heittäytyä. Toiminnan myötä oli alkanut miettiä enemmän läpikäytyjä asioita.

Kristalta oli tullut vain lyhyt tekstiviestipalaute, mutta siinä hän sanoi, että oli tykännyt keskusteluista patsaiden välillä. Ryhmässä oli Kristan mukaan hauskaa ja hyvä toimia. Tämä oli näkynyt minulle myös toiminnan aikana, jolloin Krista oli melko aktiivinen ja toimi hyvin muiden kanssa. Myös Katja oli kuullut äideiltä hyvää palautetta kysyessään ryhmästä.



## 6.2 Voimaannuttaminen suhteessa äitiyteen

Ryhmän toiminnan yhtenä tarkoituksena oli saada äidit löytämään omia voimavarojaan ja hyviä puoliaan omassa äitiydessään. Toivon mukaan he saisivat kokemuksen siitä, että juuri he ovat parhaita äitejä lapsilleen, omilla tavoillaan ja niin sanotuista epätäydellisyyksistä huolimatta. Äidit itse ja heidän ympäristönsä saattavat asettaa äitiydelle suunnattomasti erilaisia odotuksia, jotka voivat olla hyvinkin epärealistisia. Toiminnan ja siihen liittyvän keskustelun avulla voitaisiin yrittää murtaa näitä ennako-odotuksia ja samalla oppia arvostamaan itseään äitinä enemmän. Samalla voidaan huomata, että jos äitiyteen liittyy joitain ongelmia, niin todennäköisesti ainakin yksi tai useampi muista äideistä painii niiden kanssa myös.

Ensimmäisellä kerralla painopiste oli lämmittävässä harjoitteissa ja siinä, että yhdessä toimiminen tässä ryhmässä sekä toiminnallisten menetelmien käyttäminen työvälineinä tulevat tutuksi. Tällöin emme vielä päässeet siis varsinaisesti käsittelemään äitiyttä, mutta äidit pääsivät kuitenkin toimimaan keskenään ja tutustumaan toisiinsa lisää erilaisella tavalla. Äidit olivat kyllä kaikki nähneet toisiaan avoimessa äititoiminnassa, mutta tällaista toimintaa he eivät olleet tehneet yhdessä. Tässä ryhmässä oli äitejä eri kaveriporukoista, mikä näkyi myös toiminnassa. Harjoitteita tehtiin yhdessä yhtenä ryhmänä, jotta ryhmä tulisi tiiviimmäksi ja kaikki pääsisivät kokeilemaan työskentelyä myös sellaisten äitien kanssa, joita he eivät entuudestaan niin hyvin tunteneet. Porukan yhtenäisyys oli tärkeää sen kannalta, että ryhmä tuntuisi turvalliselta paikalta tehdä ja ilmaista, oli paikalla ketkä ryhmäläisistä tahansa. Ryhmän turvallisuus vaikuttaa siihen, kuinka vapaasti äidit ovat valmiita ilmaisemaan itseään ja kertomaan ajatuksiaan muille. Monesti voimauttavat kokemukset voivat nousta muiden positiivisten kommenttien ansiosta, joten turvallisen ilmapiirin luominen auttaa saavuttamaan toiminnan voimaannuttavan vaikutuksen.

Itse toiminnan lisäksi osalle uutta oli myös jättää lapsi hoitoon ulkopuolisille. Se, että jättää lapsensa muille hoitoon ja itse pystyy keskittymään vain hänelle suunnattuun toimintaan voi olla vaikeaa joillekin äideille. Sitä se oli myös nyt ensimmäisellä kerralla, etenkin niille äideille, joilla hoidossa oli ensimmäinen ja ainoa lapsi. Ne äidit, joilla oli jo useampi lapsi, suhtautuivat asiaan hieman rauhallisemmin aikaisempien kokemuksiansa ansiosta. Vaikka lapsen jättäminen hoitoon herätti myös pientä syyllisyyttä ja huolta, äidit kokivat sen myös hyvänä asiana. Tulevaisuudessa tulisi kuitenkin olemaan tilanteita, jolloin lapsi pitää jättää hoitoon. Lapsien hoidossa oleminen oli siis myös eräänlainen onnistuminen heille, voisi puhua jopa voimauttavasta kokemuksesta.

Kahdella seuraavalla kerralla oli melko samanlainen ohjelma, sillä paikalla olivat lähes kokonaan eri ihmiset. Tällöin pääsimme vihdoin käsittelemään myös ryhmän varsinaista aihetta eli

äitiyttä. Harjoitteet keskittyivät siihen, miten erilaisia tunteita pystytään ilmaisemaan keholla ja kuinka ihmisten avulla voidaan tehdä patsaita. Niin sanottu ikiliikkujapatsas-harjoite toimi kummallakin kerralla siten, että ilmapiiri vapautui jonkin verran ja äidit ottivat rohkeammin kontaktia toisiinsa. Harjoite osoitti kasvanutta turvallisuudentunnetta ja äidit tuntuivat saavan siitä onnistumisenkokemuksia suhteessa toiminnallisiin menetelmiin.

Viimeinen toimintakerta oli kaikin puolin hedelmällisin, mutta myös tavoitteessa voimauttaa äitejä suhteessa omaan äitiyteensä, saavutettiin tällä kerralla ehkä eniten tuloksia. Patsastyöskentely oli ehdottomasti pääosassa tällä kerralla ja pääsimme kunnolla käsittelemään tärkeitä aiheita. Tärkeimmiksi patsaiksi nousivat jaksamisesta, täydellisestä äidistä ja erityisesti omasta äitiydestä tehdyt patsaat. Kun teimme patsaita jaksamisesta, kyseessä oli nimenaan se, mitä kunkin äidin omaan jaksamiseen kuuluu. Äitien patsaissa tuli monia erilaisia asioita esille, mutta useat näistä jaksamiseen liittyvistä asioista tulivat esille läpi lähes kaikkien patsaiden. Tällaisia olivat esimerkiksi parisuhde, oma aika, liikunta ja lapset. Keskustelussa tuli myös ilmi, että monesti esimerkiksi oman ajan ottaminen voi olla hankalaa, etenkin jos lasta ei ole mahdollista saada hoitoon tai kumppani ei ole paikalla. Kaikki olivat kuitenkin sitä mieltä, että oman ajan ottaminen sekä itselle miellyttävien asioiden tekeminen olivat erittäin tärkeitä tekijöitä jaksamisessa. Esille tuli myös kommentteja, että vaikka oman ajan merkitys jaksamisessa tiedetään, niin silti joskus voi tulla hieman syyllinen olo. Näin esimerkiksi, jos lukee hetken lehteä lapsen nukkuessa vaikkapa siivoamisen sijaan. Äidit saivat kuitenkin huomata keskustelun aikana, että tällaiset asiat ovat kaikille tärkeitä ja edesauttavat sekä äidin jaksamista että lapsenkin hyvinvointia. Äidit ikään kuin kannustivat toisiaan huolehtimaan jaksamisestaan ja saivat näin toisensa huomaamaan entistä paremmin, että on normaalia haluta omaa aikaa eikä siitä tarvitse potea huonoa omaatuntoa.

Tästä pääsimmekin käsityksiin täydellisestä äitiydestä ja keskusteluun sen olemassaolosta. Äitiyteen liitetään paljon erilaisia odotuksia ja myyttejä, joita oli tarkoitus murtaa ja osoittaa, että usein niin sanottu epätäydellisyys voi juuri tehdä täydellisen äidin. Patsaiden ja niiden pohjalta käytyjen keskustelujen pohjalta tuli ilmi, että äidit jo entuudestaan suhtautuivat niin sanottuun täydelliseen äitiyteen tai äitimyyttiin epäilevästi. Patsaissa oli nähtävissä karikatyyrimaisuutta, tulkinnat olivat kiiltokuvamaisia ja epäaitoja. Keskustelussa kysyinkin, uskovatko äidit täydellisen äidin mahdollisuuteen ja vastaukset olivat kielteisiä. Kuitenkin tuli myös kommentteja siitä, että äidit itse ja heidän ympäristönsä kuitenkin asettavat odotuksia, jotka voivat joskus luoda paineita äitiydessä "suoriutumiseen". Loppujen lopuksi tulimme keskustelussa siihen tulokseen, että useimmiten se, että äiti tekee parhaansa riittää ja tekee äidistä omalla tavallaan täydellisen. Sen lisäksi, että tämä aihe viritti hyvin seuraavaan aiheeseen, se herätti ilmeisesti osaltaan äitejä huomaamaan omia hyviä puoliaan.

Viimeinen patsasaihe oli äitien oma äitiys, mikä osoittautui hyvin tärkeäksi voimaannuttamisen tavoitteen saavuttamisessa. Äidit siis tekivät patsaat siitä, millaisina äiteinä he itse itsensä näkevät ja mitä erilaisia puolia heidän äitiyteensä liittyy. Tarkoituksena oli, että äidit saavat kokemuksen siitä, että he todella ovat hyviä äitejä. He voisivat nähdä tämän itse patsaistaan, mutta myös kuulla positiivisia kommentteja ja arvostusta muiden ryhmäläisten tulkinnoista. Tässä onnistuttiin, sillä äidit löysivät toistensa patsaista paljon hyviä asioita. Keskustelun tehtävänannossa olin painottanut sitä, että äidit kertoisivat, mitä hyvää he kussakin patsaassa olivat nähneet. Äideillä oli toki mahdollisuus kertoa myös itse patsaistaan ja siitä, millaisia hyviä asioita omassa äitydessään he näkivät. Äitien ilmeistä olin näkevinäni, että tuntui hyvältä kuulla muiden suusta niitä asioita, joita he arvostivat kussakin tavassa olla äiti. Aina asiat eivät myöskään olleet sellaisia, joiden äiti itse olisi ajatellut olevan arvostettavia ja hyviä. Muiden kommentit saattoivat siis hyvinkin vahvistaa äitien tunnetta onnistumisesta omassa äitydessään, mikä oli toiminnan tärkeänä tavoitteena. Näiden patsaiden vaikuttavuudesta kertoi myös se, että kaikki mainitsivat niiden olleen viimeisen kerran merkityksellisin hetki.

Palautehaastatteluissa tuli esille vertaistuki ja kaikkien vastauksissa tuli esille se, että äideistä oli hyvä kuulla myös muiden kokemuksia ja ajatuksia. Paula kertoi vertaistuesta näin: "On kiva tietää, et muilla on samanlailla asiat, samat huolet ja ongelmat. --- On niinku normaalia." Minnakin mielestä oli hyvä kuulla, että muilla oli myös tullut vastaan samoja asioita ja koki sen olevan "helpottava tekijä". Myös Alisa kommentoi samansuuntaisesti: "Ei oo niin tiukka itelle, kukaan ei oo kaikkipystyvä äiti." Äidit olivat siis huomanneet, että samoja ongelmia ja kokemuksia on kaikilla. Äideille teki ilmeisesti hyvää päästä kertomaan omia kokemuksia, tai kuten Nelli sanoi, "sai avautua". Vastauksista tuli esille myös kasvanut armollisuus omaa äityttä kohtaan. Vaikka äiti kohtaa äityteen liittyviä ongelmia, se ei tarkoita, ettei hän silti olisi hyvä äiti lapselleen. Nämä vastaukset kertovat siitä, että toiminta oli tarjonnut äideille ainakin jossain määrin voimauttavia kokemuksia ja tavoite saavutettiin näissä puitteissa suhteellisen hyvin.

### 6.3 Toiminnan asiakaslähtöisyys

Asiakaslähtöisyys on tärkeää kaikessa sosiaalialan työssä ja se vaikuttaa paljon toiminnan eettiseen kestävytyteen (Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet 2009: 11). Halusin nostaa sen vielä erilliseksi tavoitteeksi tähän työhön. Asiakaslähtöisyys nousi toiminnassa ja sen suunnittelussa esiin erilaisin tavoin ja työ onkin vaatinut minua pohtimaan, mitä käsite minulle tarkoittaa ja miten se näkyisi juuri tässä työssä. Jotta asiakaslähtöisyys todella toteutuisi, en voinut pitää sitä itsestäänselvyytenä vaan sen toteutuminen vaati myös työtä.

Tavoite asiakaslähtöisyydestä tuli ensimmäisen kerran vastaan suunnitteluvaiheessa. Käsittävä aihe, äitiys, on hyvin laaja aihe, joten sitä pitäisi paloitella toiminnassa ja tehdä valintoja siitä, mitä osia käsittelemme. Helpointa voisi olla itse päättää käsiteltävät aiheet etukäteen sen mukaan, millaisia ennako-odotuksia esimerkiksi luettu teoria on tarjonnut. Tällöin ei kuitenkaan voida sanoa, että asiakaslähtöisyys todella toteutuisi. Vaikka se voisi aiheuttaa minulle epävarmuutta toiminnan ohjaamisessa, päätin olla suunnittelematta toimintakertoja liian tarkasti. Suunnitelmassa oli siis liikkumavaraa ja aiheet määräytyisivät sen mukaan, mitä asioita toiminnasta nousisi ja äidit haluaisivat käsitellä. Jos käsiteltävät aiheet tulisivat ensisijaisesti ryhmältä itseltään, äidit saisivat toiminnasta irti parhaan mahdollisen hyödyn ja asiakaslähtöisyys toteutuisi myös osittain. Päädyin suunnitelmassani siis jättämään toimintakertojen aiheet avoimiksi ja keskityin suunnittelemaan, mitä menetelmiä voisimme käyttää. Olin luonnollisesti kuitenkin miettinyt valmiiksi mahdollisia aiheita, jos ryhmästä ei jostain syystä nousisikaan mitään.

Ryhmän aloituksessa sanoin äideille, että mikäli joku harjoite tuntuu ylivoimaisen vaikealta tai epämiellyttävältä, siihen ei ole pakko osallistua. Toivoin kuitenkin, että kaikki kokeilisivat kaikkia harjoitteita. Joskus kehityksen kannalta on hyvä käydä omalla epämukavuusalueella ja kokeilla uusia, vieraalta tuntuvia asioita. Äideillä oli kuitenkin mahdollisuus vaikuttaa oman osallistumisensa tasoon ja toivoin tämän vähentävän mahdollista pakonomaisuudentunnetta. Kaikilla toimintakerroilla jokainen osallistui kaikkiin harjoitteisiin, vaikka mahdollisuus sivussa pysymiseen olikin.

Ensimmäisellä yhteisellä toimintakerralla yritin selvittää, kuinka tuttuja toiminnalliset menetelmät ovat ja millaisella asenteella äidit olivat tulossa ryhmään. Aiheesta tehty polttopisteharjoite ja keskustelu korttien pohjalta antoivat minulle suuntaa ja vahvistusta siitä, millaista toimintaa ensimmäisillä kerroilla kannattaisi olla. Olin alun perinkin suunnitellut keskittyväni alussa harjoitteisiin, jotka lähinnä totuttaisivat äitejä toimimaan ryhmänä ja ryhmässä. Helpommilla harjoitteilla saataisiin turvallisen ryhmän muodostuminen paremmin alkuun, kuin jos esimerkiksi olisimme saman tien aloittaneet Sorrettujen teatterin menetelmillä. Katsoin tämän lähestymistavan tukevan asiakaslähtöisyyden tavoitetta, sillä liian vaikealla toiminnalla aloittaminen olisi todennäköisesti herättänyt äideissä epämiellyttäviä tunteita ja vastustusta ryhmää kohtaan. Boalin tekniikoilla aloittaminen ei olisi ollut rakentavaa ryhmälle, jonka jäsenistä suurin osa ei pitänyt esiintymisestä. Vaikka kyseessä eivät olekaan varsinaiset esitykset, ne ovat kuitenkin selkeästi harjoitteita, joissa täytyy olla esillä muiden katseiden kohteena. Tällainen ei ole helppoa, etenkin ryhmässä, jota ei koeta turvalliseksi.

Vaikka nämä helpot harjoitteet olivat sujuneet melko hyvin ja ne olivat totuttaneet äitejä toimimaan yhdessä, niissä oli kuitenkin eräänlainen ongelma: harjoitteiden tarkoitus ei ollut äideille aivan selvä. Toimintaan on usein helpompaa motivoitua, mikäli tiedetään, miksi sitä

tehdään. Tämä ongelma ilmeni toimintakerran lopussa käydyssä keskustelussa. Selitin äideille, mikä tarkoitus harjoitteilla oli ollut ja jatkossa pyrin selittämään äideille hieman niitä syitä, miksi teimme joitain tiettyjä harjoitteita. Kaikkea en kuitenkaan selittänyt, jotta äideillä säilyisi mahdollisuus oivaltaa itse. Toiminnalla ei saavuteta mitään, jos vastaukset annetaan siihen osallistuville valmiina. Ryhmäläisten omat oivallukset ja niiden oivallusten jakaminen muun ryhmän kanssa kertovat vasta siitä, saavutettiinko toiminnan tavoitteet. Joskus toiminta saattaa myös yllättää tekijänsä ja saavutetaan joitain muuta, kuin alun perin oli edes tavoiteltu.

Olin yrittänyt selvittää, mitä teemoja ja aiheita äidit haluaisivat toiminnan avulla käsitellä, mutta toiveita ei tullut missään vaiheessa. Onneksi olin kuitenkin itse miettinyt joitain aiheita valmiiksi, jotta emme jäisi tyhjän päälle tällaisen tilanteen sattuessa. Aiheet olivat nostettu tutkimastani teoriasta. Toiminnassa pääsisimme tutkimaan sitä tunnemaailmaa, joka äitiyteen liittyy, jaksamisen teemaa sekä äitien käsityksiä äitiydestä ja erityisesti omasta äitiydestään. Ehdotin näitä miettimieni aiheita äideille ja ne otettiin tyytyväisinä vastaan. Painotin kuitenkin sitä, että mikäli äideillä itsellään nousisi joku aihe, jota he haluaisivat käsitellä, se myös toteutettaisiin. Äideillä olisi siis jatkuvasti mahdollisuus vaikuttaa toiminnan kulkuun. Esimerkiksi tehtäessä patsaita erilaisista tunnetiloista yhdestä patsaasta saattoi nousta seuraavan aihe, joka taas saattoi johtaa seuraavaan. Suunnitelmat siis elivät jatkuvasti sen mukaan, millaisia aiheita ryhmän toiminnasta ja erityisesti sen keskusteluista nousi.

Asiakaslähtöisyyden saavuttamiseksi, toiminnan tuli olla sellaista, jossa käytettävät menetelmät valitaan sen mukaan, kuinka ryhmäläiset kokevat olonsa turvalliseksi ja saavat ryhmästä mahdollisimman paljon irti. Tämän pyrin saavuttamaan valitsemalla alkuun helppoja harjoitteita ja loppuvaiheessa käyttämällä valmiiksi tuttuja, ryhmälle sopivia tekniikoita. Kuvateatteri oli osoittautunut alusta alkaen hyväksi tavaksi toimia ja käsitellä aiheita, joten sen kanssa jatkettiin loppuun asti. Kun tekniikka oli tuttu, oli helppo siirtyä aiheesta toiseen. Tämä oli hyödyllistä, sillä toisinaan yhden keskustelun pohjalta saattoi nousta toinen aihe, jota haluttiin käsitellä. Näin pystyttiin mahdollistamaan äideille paremmin vaikuttaminen käsiteltäviin aiheisiin.

Haastatteluissa tein virheen kysymyksien valinnassa siinä, etten kysynyt äideiltä tarkemmin asiakaslähtöisyydestä. Vastauksissa tuli kuitenkin ilmi, että ryhmässä oli ollut hyvä toimia ja se oli koettu turvalliseksi, mikä oli tärkeä osa asiakaslähtöisyyttä. Draamamenetelmien oli koettu auttavan asioiden käsittelyssä ja toiminnasta oli jäänyt positiivinen kuva, mikä kertoo osaltaan myös siitä, että toiminnassa oli käytetty ryhmälle hyviä menetelmiä. Vaikka äideillä oli mahdollisuus ehdottaa käsiteltäviä aiheita ja se oli itse asiassa toivottavaa, he eivät juuri käyttäneet tätä oikeuttaan. Äidit kuitenkin käsittelivät mielellään niitä aiheita, joita ehdotin.

Sain kuitenkin joitain aiheita äideiltä, en suorina ehdotuksina, mutta keskustelujen pohjalta. Käsiteltyjen aiheiden valinnassa pyrin siis myös aktiivisesti asiakaslähtöisyyteen.

#### 6.4 Syventää omia taitoja toiminnallisen ryhmän ohjaajana sekä draamamenetelmien käytössä

Olen ennen tätä työtä ohjannut toiminnallisia ja draamamenetelmiä erilaisille ryhmille muutama otteeseen, mutta useimmiten siihen osallistuva ryhmä on ollut jo valmiina ja olen tullut mukaan ulkopuolisena ohjaajana. Toiminta on ollut työpajatyypistä ja ohjaukset ovat olleet kertaluontoisia. Opintojeni aikana olin tosin mukana toteuttamassa luovaa viikkoa ryhmälle, joka pysyi koko projektin aikana samana. Viikkoa toteuttamassa ja suunnittelemassa oli ryhmä opiskelijoita, mikä tuo jo suuren eron tähän työhön, jossa olin yksin vastuussa toiminnan suunnittelusta ja toteutuksesta. Tämän työn puitteissa pääsin siis ensimmäistä kertaa ohjaamaan yksin useamman toimintakerran kestäväää ryhmää sekä suunnittelemaan ja toteuttamaan toiminnan, jota sen kanssa tehdään. Työ antoi minulle siis mahdollisuuden kehittyä ryhmän ohjaajana ja syventää osaamistani draama- sekä muiden toiminnallisten menetelmien käytössä.

Vetäessäni yksittäisiä toimintakertoja muissa yhteyksissä, toiminta on ollut melko tarkasti suunniteltua ja menetelmät on pitänyt päättää etukäteen ilman, että olen välttämättä tieninyt ryhmästä paljoakaan. Nyt kun kyseessä oli pitkäkestoisempi ryhmä, minun oli mahdollistua tutustua siihen kuuluviin ihmisiin ja selvittää tarkemmin, millaiset harjoitteet todella sopivat juuri tälle ryhmälle. Rakenne toiminnassa oli luonteeltaan joustavampaa kuin aikaisemmissa ohjauksissani. Tämä vaati minulta myös tietynlaista rohkeutta olla suunnittelematta liian tarkasti. Itselle olisi ehkä helpompaa suunnitella toimintaa hyvin tarkasti ja seurata valmista suunnitelmaa, mutta tällöin asiakaslähtöisyys ei toteudu samalla tavalla. Täytyi löytää oma luottamus ohjattavaan ryhmään ja siihen, että ryhmässä tapahtuva prosessi ikään kuin ohjaa itseään eteenpäin ja näyttää minulle, mihin suuntaan seuraavaksi pitäisi mennä. Ajatuksena oli, että minulla on työkalut valmiina, mutta ryhmä saa osoittaa sen, milloin ja miten niitä käyttäisin.

Vaikka suunnitelmat eivät olleet edes tarkkoja, jouduin silti joustamaan niistä ryhmän hyvinvoinnin vuoksi. Koska äidit eivät päässeet aina paikalle, kaikkia toimintakertoja ei voitu toteuttaa ja kerroille osallistui äitejä erilaisissa kokoonpanoissa. Tämä johti siihen, että en pystynyt viemään toimintaa kertaakaan forum-teatteriin asti. Tämä harmitti minua paljon, sillä olen itse kiinnostunut Augusto Boalin Sorrettujen teatterin erilaisista tekniikoista ja olisin halunnut sisällyttää ne tämän ryhmän toimintaan. Ryhmä ei kuitenkaan ollut päässyt toimimaan tarpeeksi yhdessä, jotta sillä olisi ollut tarvittavat edellytykset käsitellä teemoja forum-

teatterin avulla. Pääsimme kuitenkin käyttämään Boalin kuvateatteria patsaiden muodossa, mikä oli ollut osa alkuperäistä suunnitelmaa. Päädyinkin käyttämään forum-teatterin sijaan enemmän kuvateatteria, sillä se tuntui sopivan ryhmälle paremmin. Onnistuin päästämään irti suunnitelmastani ryhmän edun vuoksi.

Tämä opinnäytetyö on erityisesti kehittänyt taitoani kestää muutoksia ja joustaa suunnitelmista. Toiminnallisia ryhmiä ohjattaessa tämä on tärkeä taito, sillä toiminta elää koko ajan. Ohjaajalla pitää olla aistit herkkinä, jotta hän voi huomata mihin suuntaan toiminta on menossa tai minne sitä kannattaisi ohjata. Ryhmän aikana tuli vastaan useita tilanteita, jolloin minun piti muuttaa suunnitelmia, soveltaa ja joustaa. Ensinnäkin minun toiminnan sujuminen vaati sitä, että jätän forum-teatterin pois kokonaan, mikä oli melko merkittävä muutos suhteessa alkuperäiseen suunnitelmaan. Ryhmä ei alkujaankaan ollut iso, sillä se olisi hankaloittanut esimerkiksi lastenhoitoa, mutta sen koko pakotti myös sovelluksiin toiminnassa. Äitejä oli parilla kerralla vain kolme ja muillakin kerroilla vain neljä tai viisi. Jotta harjoitteet saataisiin kunnolla tehtyä, osallistuin niihin itsekin. Tämä oli toisaalta hyvä, sillä oma toimintani rohkaisi myös äitien tekemistä, mutta toisaalta en pystynyt niin hyvin tarkkailemaan tilannetta. Patsaita tehdessä muidenkin, kuin tekijän pitää nähdä ne, jotta he voivat esittää omia näkemyksiään niistä. Lähes kaikkien kuitenkin piti olla itse patsaiden rakennusaineena, joten olimme hyvin onnekkaita, että salissa oli peiliseinä, josta pystyimme katsomaan, millaiseen asentoon meidät oli laitettu. Ilman peiliä olisi ollut lähes mahdotonta kunnolla käsitellä patsaita yhdessä. Välillä haastaviinkin olosuhteisiin nähden, löysin kuitenkin suhteellisen toimivat vaihtoehtoiset toteutustavat.

Ryhmän aikana kaksi kertaa kävi niin, ettei kukaan päässyt paikalle ja ensimmäisellä kerralla äitejä oli vain yksi. Tämä sai miettimään äitien sitoutumista toimintaan ja etenkin ensimmäisillä kerroilla horjutti hieman uskoani suunnittelemaani toimintaan. Kaikki äidit olivat kuitenkin ilmoittautuneet ryhmään vapaaehtoisesti. Olin pyrkinyt siihen, ettei ryhmästä tekemäni mainoslappu (Liite 1) niin sanotusti pelottaisi äitejä pois. En esimerkiksi maininnut mainoksessa draamamenetelmiä, vaan puhuin ainoastaan toiminnallisista menetelmistä, sillä sana draama saattaa tuntua turhan jännittävältä monille. Lisäsin myös, ettei mitään erityistaitoja tarvita. Tyttöjen Talon työntekijät olivat kuitenkin hyvin kannustavia ja lupasivat olla yhteydessä äiteihin ja painottaa sitä, että ryhmään kuuluminen vaatii sitoutumista toimintaan. Työntekijöiden usko suunnittelemaani toimintaan rohkaisi minua jatkamaan ja ajattelemaan positiivisesti, olihan poissaoloista ilmoitettu suureksi osaksi ja yleisin syy oli sairastuminen. Ryhmän markkinointia olisi kuitenkin voinut yrittää saada innostavammaksi.

Tämä ryhmä oli ainakin alussa hieman varautunut suhteessa toiminnallisiin menetelmiin, mikä näkyi myös toiminnassa ja vaikutti kokemukseeni ohjauksesta. Ryhmä ei ollut erityisen puhe-lias, minkä takia keskustelut vaativat minulta monesti sitä, että esitin tarkentavia kysymyksiä

ja muutenkin pidin keskustelua aktiivisesti yllä. Keskusteluissa jouduin välillä myös huolehtimaan siitä, että kaikkien puheenvuoroja kunnioitetaan ja pysytään käsiteltävässä aiheessa. Loppua kohden äidit kuitenkin kertoivat mielipiteitään hieman rohkeammin ja keskustelua ei tarvinnut yhtä paljon tukea, vaan se sujui itsenäisemmin. Tämä oli todennäköisesti sen ansiota, että ryhmällä oli turvallisempi olo ja aiheet olivat motivoivampia ja kiinnostavampia.

Toiminnassa tein päätöksen osallistua niihin myös itse. Osittain siksi, että joihinkin harjoitteisiin tarvittiin enemmän ihmisiä, kuin osallistuvia äitejä oli, mutta myös sen takia, että äidit tarvitsivat innostavaa esimerkkiä. Ryhmään osallistuneet äidit olivat oikeastaan kaikki melko varautuneita ja jopa ujoja, ajatellen toiminnallisiin menetelmiin osallistumista. Kun laitoin itseni täysillä likoon ja osoitin, että on ihan hyväksyttävää myös mokata, vähensin äitien paineita osallistumiseen. Innostin äitejä toimintaan osoittamalla oman innostumiseni ja kannustamalla heitä keksimään uutta ja kokeilemaan. Kannustukseni näytti helpottavan äitien toimintaa ja se, että suhtaudun huumorilla omaan toimintaani, rentoutti äitienkin toimintaa. Äidit myös tuntuivat välillä kaipaavan varmistusta sille, että tässä toiminnassa ei tosiaankaan ole oikeita tai vääriä vastauksia ja tapoja ilmaista.

Käytettävien menetelmien ja harjoitteiden valintaan olen melko tyytyväinen. Etenkin toimiessani äitien kanssa toisella ja kolmannella kerralla, harjoitteet lämmittivät hyvin kuvateatteriin ja äideillä oli siihen tarvittavat työkalut ja valmiudet. Ensimmäisen yhteisen tapaamisen helpot leikinomaiset harjoitteet onnistuivat tarkoituksessaan totuttaa äitejä toiminnallisiin menetelmiin ja toimimaan yhdessä, mutta äitiyden aihepiiriä olisi voinut tuoda mukaan. Näin äidit olisivat päässeet orientoitumaan aiheeseen jo ensimmäisestä tapaamisesta lähtien. Forum-teatterin poisjättäminen ja keskittyminen kuvateatteriin oli onnistunut päätös. Oli parempi keskittyä äideille tutuksi tulleeseen menetelmään sen sijaan, että ryhmän loppuvaiheessa olisi alettu harjoitella uutta, haastavampaa tekniikkaa. Näin pystyimme keskittymään tärkeiden aiheiden käsittelyyn.

## 6.5 Mitä muuta saavutettiin?

Työlle asetetut tavoitteet saavutettiin suhteellisen hyvin, mutta toiminnalla oli muitakin vaikutuksia ryhmään osallistuneisiin äiteihin. Ryhmään tulleet äidit olivat tavanneet toisiaan Avoimessa äitiryhmässä, mutta muuten he kaikki eivät olleet tekemisissä toistensa kanssa myös vapaa-ajalla. Ryhmässä oli äitejä eri kaveriporukoista, Minna ja Krista olivat keskenään kavereita, kuten myös Nelli ja Paula. Alisa ei varsinaisesti kuulunut kumpaankaan ryhmään. Tämä jako näkyi välillä enemmän ja välillä vähemmän, riippuen ryhmän senkertaisesta kokoonpanosta. Viimeisillä kerroilla oli kuitenkin huomattavissa, että äidit toimivat paremmin



yhdessä kuin ensimmäisellä tapaamiskerralla ja harjoitteissa uskallettiin ottaa myös fyysistä kontaktia.

Samansuuntaisia huomioita oli tehnyt myös Katja vetäessään Avointa äitiryhmää. Toiminnalliseen ryhmään osallistuneet äidit olivat enemmän kontaktissa toisiinsa kaveriporukkarajojen yli kuin ennen ryhmän alkamista. Tämä kehitys oli havaittavissa myös joistain äitien palautehaastattelujen kommentteista. Paula esimerkiksi kertoi, että toisia lähestyy nyt ryhmän myötä helpommin, sillä oli tutustunut paremmin muihin äiteihin.

Ryhmä oli selkeästi vain äideille itselleen suunnattua toimintaa eivätkä lapset olleet mukana edes samassa tilassa. Toiminnan tämä puoli nousi positiivisessa mielessä esiin sekä toiminnan aikana että joissain haastatteluvastauksissa. Ryhmä tarjosi äideille mahdollisuuden keskittyä täysin itseensä, mikä ei pienen lapsen kanssa ole usein toteutettavissa vaikka lähipiiri olisikin tiivis. Tällainen oma aika on tärkeää äidin jaksamisen kannalta, kuten olimme todenneet tehdessämme jaksamisesta patsaita. Alisan kommentissa tuli esille ryhmän hyöty sekä äidin että lapsen kannalta: "Sai olla vähän aikaa yksin. Vilja (nimi muutettu) oppi olemaan ilman mua." Ero äidistä auttoi ilmeisesti myös imetyksestä vieroittamisessa. Ryhmästä oli siis hyötyä äitien hyvinvoinnin kannalta.

## 7 Eettinen pohdinta

Jokaisella alalla on omanlaisensa ammattietiikka, jota työssä pitää toteuttaa. Eettiset ohjeet auttavat ammattilaisia toimimaan oikein ja pitämään huolta asiakkaidensa hyvinvoinnista ja oikeuksista. Eettisyys korostuu sosiaalialalla erityisesti, sillä työ on yleensä luonteeltaan sellaista, että työntekijällä on mahdollisuus ja toisaalta myös valta vaikuttaa asiakkaan elämään. Ammattieettinen ohjeisto auttaa sosiaalialan työntekijöitä tekemään päätöksi työssään kohtaamissa tilanteissa. eettisesti ja moraalisesti kestävä toiminta perustuu siihen, että ammattilainen tekee päätöksiä ajatellen asiakkaan ihmisarvoa ja yksilöllisyyttä sekä samalla tunnistaa omat rajansa. (Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet 2009: 5,6.)

Eettisyys toiminnassa ei tapahdu itsestään, vaan se vaatii jatkuvaa pohtimista. Sosiaalialan työ on jatkuvasti muuttuvaa, joten on mahdotonta esimerkiksi tehdä valmista ohjekirjaa, josta voisi löytää vastaukset kaikkiin eettisesti haastaviin tilanteisiin. Eettisten ohjeiden tulee vastata alati muuttuvan alan tarpeita, minkä takia niistä tulisi jatkuvasti keskustella ja niitä pitää kehittää tarpeen mukaan. Vastuu tästä keskustelusta on koko yhteisöllä, ei ainoastaan yksilöillä. Kuitenkin eettinen toiminta vaatii myös yksittäisiltä työntekijöiltä jatkuvaa oman toiminnan reflektointia ja eettisten toimintatapojen pohtimista. (Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet 2009: 6.)

Ihmisarvon ja ihmisoikeuksien kunnioittaminen ovat erottamaton osa sosiaalialan eettistä perustaa. Tämä kunnioitus ilmenee neljänä eri periaatteena, joiden tulee olla läsnä toiminnassa. Näitä periaatteita ovat itsemääräämisoikeus, osallistumisoikeus, oikeus tulla kohdatuksi kokonaisvaltaisesti sekä oikeus yksityisyyteen. (Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet 2009: 8.) Nämä periaatteet antavat osaltaan suuntaa toiminnan eettisen kestävyuden arvioinnille.

Sosiaalialan toiminnassa ei ole kyse vain ammattilaisen valinnoista, vaan kaikkeen vaikuttavat myös asiakkaan itsensä valinnat. Itsemääräämisoikeuden periaatteessa sosiaalialan ammattilaisen tulee kunnioittaa ja edistää asiakkaan oman valinnan oikeutta, vaikka nämä valinnat joskus olisivatkin ammattilaisen omista arvoista poikkeavia. (Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet 2009: 8.) Jo ryhmän perusta tukee tätä periaatetta siten, että ryhmään tuleminen oli vapaaehtoista. Ryhmässä oli monenlaista toimintaa ja siellä keskusteltiin henkilökohtaisista asioista. Äidit saivatkin päättää oman osallistumisensa tason ja sen, mitä asioita he halusivat muiden kanssa jakaa. Toimintaan ei pakotettu missään vaiheessa.

Äitejä innostettiin mukaan toimintaan ja vaikuttamaan siihen. Vaikuttamisen mahdollisuudella tuettiin äitien osallistumisoikeutta. Tämän periaatteen toteutumista tuki erityisesti toiminnan voimavaralähtöisyys. Jotta asiakkaan osallistumisoikeus toteutuu, ammattilaisen pitää

pyrkiä löytämään asiakkaan ja hänen ympäristönsä voimavarat sekä vahvistamaan niitä. Asiakkaiden voimavarojen ja vahvuuksien löytämiseksi ammattilaisen tulee nähdä hänet sekä yksilönä että osana ympäristöään. Osallistumisoikeus kulkee näin käsi kädessä asiakkaan kokonaisvaltaisesti kohdatuksi tulemisen oikeuden kanssa. (Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet 2009: 8.) Toiminnan aikana äidit tiedostivat paremmin voimavarojaan ja arvostus omaa äitiyttä kohtaan nousi. Näitä voimavaroja löydettiin sekä itsestä että äitien ympäristöstä.

Kaikessa sosiaalialan työssä on tärkeää pitää huolta asiakkaiden yksityisyydensuojasta. Sosiaalialan ammattilainen on vastuussa asiakassuhteen luottamuksellisuudesta ja hänellä on vaihtolovelvollisuus. (Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet 2009: 8, 19.) Tämä piti muistaa myös tässä työssä. Kirjoittaessani ryhmästä ja sen jäsenistä, äidit eivät saa olla tunnistettavissa millään lailla. Siksi olenkin tähän työhön vaihtanut äitien nimet, enkä kerro heistä asioita, joista heidät voisi tunnistaa. Myöskään muistiinpanoni, joissa näkyy äitien nimiä, eivät ole päättyneet missään vaiheessa ulkopuolisten luettavaksi. Ryhmän osallistujien anonymiteetin säilyminen ja luottamuksellisuus kuuluvat tiiviisti myös kaiken muun ihmisistä tehdyn tutkimuksen eettisiin vaatimuksiin (Hirsjärvi 1998: 29).

Ammattilainen käyttää työssään jatkuvasti eettistä harkintaa, eli pohtii toimintaan liittyviä valintoja, ratkaisuja, keinoja ja seurauksia. Toiminnan eettisyys ei kuitenkaan ole vain yhden ihmisen harteilla ja tämän takia työntekijällä on oikeus keskustella ja punnita valintojaan esimiehensä tai muiden sosiaalialan ammattilaisten kanssa. (Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet 2009: 11.) Minulla oli onneksi mahdollisuus päästä keskustelemaan toteuttamastani toiminnasta ja tekemistäni valinnoista heti jokaisen toimintakerran jälkeen Katjan kanssa. Hän oli kanssani tukena erilaisissa eettistä harkintaa kaipaavissa tilanteissa. Erityisen tärkeäksi hänen tukensa nousi silloin, kun päätimme järjestää ylimääräisen toimintakerran ja meitimme Karitan osallistumista siihen. Lopulta päädyimme siihen, ettemme kutsu Karitaa paikalle, sillä hän ei ollut ollut mukana varsinaisessa toiminnassa ja näin ollen ryhmän läpikäymässä prosessissa. Ryhmässä oli saavutettu tietty turvallisuus ja tulimme siihen tulokseen, että uuden ihmisen tuleminen voisi vahingoittaa tätä tunnetta ja haitata ryhmän toimintaa. Päätimme kutsua kertaan vain ne, jotka olivat sitoutuneet toimintaan. Olisi voinut toisaalta olla myös ikävää Karitalle tulla yhtäkkiä mukaan yhdessä jonkin aikaa toimineen ryhmän lopetukseen. Uskoimme ratkaisun olevan paras kaikkien kannalta.

Tässä työssä merkittävin arvioinnin menetelmä on ollut omat havainnot. En voinut videoida toimintaa, joten havainnot perustuvat toiminnan aikana tehtyihin havaintoihin. Ongelmana on, että saatan tulkita havaintojani väärin ja tulkinnat liittyvät vahvasti omaan kokemukseeni ryhmässä olemisesta. Vastuullani on siis tulkita tekemiäni havaintoja mahdollisimman objektiivisesti, pitäen mielessä äideiltä haastatteluissa saadun palautteen. Havaintojen tulkinnassa suurena apuna ovat olleet toimintakertojen jälkeiset keskustelut Katjan kanssa. Tällöin olen

päässyt pukemaan havaintoni sanoiksi ja pohtimaan niitä myös jonkun muun kanssa. Keskustelujen avulla minun oli helpompaa ikään kuin astua toiminnan ulkopuolelle ja tarkastella havaintojani erilaisesta näkökulmasta.

## 8 Pohdinta

Teoriaa nuorten äitiydestä löytyy melko niukasti ja se tuntuu useimmiten olevan hyvin ongelmakeskeistä. Nuoren äitiys nähdään helposti negatiivisessa valossa, sillä elämänvaiheet eivät tällöin kulje yhteiskunnan normien mukaisesti (Niemelä & Kelhä 2005: 20-22). Nuoren raskautteen ja äitiyteen liitetään erilaisia ongelmia, kuten koulutuksen keskeytyminen ja työttömyys, yksinhuoltajuus sekä äidin lähipiirin kriisit. Äidiksi tuleminen voi olla haastavaa myös nuoren psyykkisen kehityksen kannalta. (Hirvonen 2000: 34,35.) Ennako-oletus lähtiessä suunnittelemaan toimintaa nuorten äitien ryhmälle voisi siis olla, että äideillä on paljon äitiyteen liittyviä ongelmia ja haastavia tilanteita, jotka kumpuavat nimenomaan heidän nuoruudesta.

Huolimatta siitä, että tämän työn kohderyhmänä olivatkin nuoret äidit, nuoruus ei korostunut toiminnassa. Kaikki äidit tosin olivat täysi-ikäisiä ja muutamalla oli jo useampi lapsi, joten kokemus olisi saattanut olla erilainen, mikäli ryhmässä olisikin ollut vain teini-ikäisiä ensiäitejä. Ryhmässä käsitellyt aiheet käsittelivät enimmäkseen äitiyttä yleisesti, äitien nuoruus tuli esille vain muutamissa keskusteluissa käsitellyissä tilanteissa. Äitien ikä ei ollut merkittävä tekijä haastavissa tilanteissa, vaan käsiteltävät aiheet voisivat tulla vastaan monessa äitiryhmässä, iästä riippumatta. Kuten äitien palautteistakin tuli ilmi, samoja asioita tuli esille kaikkien äitien patsaissa ja kertomuksissa, riippumatta siitä, minkä ikäinen tai montako lasta äidillä oli.

Teorian perusteella olisi voinut kuvitella, että äideiltä nousisi käsiteltäviksi aiheiksi erilaisia ongelmia, joita he ovat äitiytensä aikana kohdanneet, liittyen esimerkiksi lähipiiriin ja muuhun ympäristöön. Osittain tämän ennako-oletuksen vuoksi olin suunnitellut käyttäväni forumteatteria, jossa voidaan niin sanotusti harjoitella elämää varten ja etsiä ratkaisuja tilanteisiin, joissa äidit kokevat kohdanneensa vääryyttä tai "sortoa" (Boal 1992: XXI). Pienenä yllätyksenä siis tuli, että äideiltä ei juuri noussut selkeitä käsiteltäviä aiheita tai haastavia ja ongelmallisia tilanteita. Äideille heidän äitiytensä ei näyttäytynyt läheskään niin ongelmallisenä, kuin aiheesta tehdystä kirjallisuudesta olisi voinut päätellä. Ryhmässä keskityttiin enemmän äitiyteen liittyvään tunnemaailmaan, kuin konkreettisiin ongelmiin. Myös tehtäessä patsaita esimerkiksi jaksamisesta ja omasta äitiydestä, lähestymistapa oli voimavarakeskeinen ongelmakeskeisen sijaan.

Sovimme heti alussa Tyttöjen Talon työntekijöiden kanssa, että toimintaan osallistuva ryhmä on suljettu ryhmä, joka kestää ennalta määrätyn ajan. Ongelmaksi muodostui kuitenkin se, että äidit eivät päässeet paikalle jokaisella toimintakerralla eivätkä kaikki äidit olleet paikalla samaan aikaan silloin, kun toimintakerta pystyttiin järjestämään. Vaikka ryhmää pidennettiin vielä yhdellä ylimääräisellä toimintakerralla, varsinaisia tapaamisia saatiin toteutettua lopul-

ta vain neljä. Sekä minulle että osalle äideistä jäi tämän takia tunne, että ryhmä jäi kesken. Äidit olivat vihdoinkin päässeet sinuiksi käytettävien menetelmien kanssa ja keskustelu alkoi olla helpompaa ja aiheissa päästiin syvemmälle. Jakaminen helpottui, kun ryhmä alkoi tuntua turvallisemmalta.

Toiminnan voimavarakeskeinen lähestymistapa toi esille jokaisen äitiyden hyviä puolia ja tarjosi näin voimauttavia kokemuksia. Käsitellyt aiheet olivat siis tältä osin hyödyllisiä ja äidit pääsivät tarkastelemaan tätä osaa itsestään. Jokaisen äidin äitiyden positiivisiin puoliin keskittyminen osoittautui hyväksi ratkaisuksi, kun aikaa lopulta olikin niin vähän. Saattaa kuitenkin olla, että jos toimintakertoja olisi ollut muutama enemmän, esiin olisi voinut tulla myös niitä kipeitä kohtia. Sellaisia epävarmuuksia ja haastavia tilanteita, joiden kanssa äidit joutuivat painimaan omassa äitiydessään. Ryhmän tullessa tutummaksi, myös vaikeiden asioiden jakaminen olisi todennäköisesti helpottunut. Ehkäpä ryhmän lyhytkestoisuuden vuoksi äidit eivät vielä uskaltaneet ehdottaa käsiteltäviksi niitä aiheita, jotka todella mietityttivät.

Mielenkiintoista oli myös seurata äitien välisiä suhteita, miten ne näkyivät toiminnassa ja toisaalta miten ne myös muuttuivat ryhmän aikana. Toimintakertoihin osallistuneita äitejä oli viisi eli ryhmä oli pieni. Ainakin alussa oli kuitenkin nähtävissä melko selkeästi, että äitejä tuli ryhmään eri kaveriporukoista. Nelli ja Paula sekä Krista ja Minna muodostivat omat parivaljakonsa, kun Alisa taas ei kuulunut selkeästi kumpaankaan ryhmään. Tällainen lähtötilanne ei ole kovin edullinen ryhmässä toimimisen kannalta, joten alusta asti pyrin siihen, että kaikki työskentelisivät kaikkien kanssa. Tässä oli etua siitä, että ryhmä todella oli niin pieni, sillä harjoitteissa ei oikeastaan ollut mahdollista jakautua porukoihin. Keskusteluosuuksissa jouduin kuitenkin välillä huolehtimaan siitä, että kaikkien puheenvuoroja kunnioitetaan ja pysytään muutenkin asiassa.

Kummallakin kerralla, kun toimintakertaan tuli vain kolme äitiä, paikalla oli jompikumpi parivaljakko ja Alisa. Huomasin etenkin ikiliikkuja-harjoitteissa sekä patsaista käydyissä keskusteluissa, että Kristan, Minnan ja Alisan yhteistyö sujui luontevammin kuin taas Nellin, Paulan ja Alisan. Tähän saattoi vaikuttaa se, että Nellillä ja Paulalla oli jo useampi lapsi, kun taas Kristalla, Alisalla ja Minnalla oli kaikilla yksi, suurin piirtein samanikäinen lapsi. Ensimmäisen porukan kokemukset arjesta olivat siis osittain samankaltaisempia kuin toisella kokoonpanolla. Toisaalta keskustelun kulkuun vaikuttavat monet tekijät, kuten kunkin äidin tapa keskustella, asennoituminen toimintaan ja henkilöiden välinen kemia. Havaintojen taustalla on siis monia eri puolia eikä niistä näin ollen voi tehdä tarkkoja tulkintoja.

Viimeisellä toimintakerralla ei kuitenkaan ollut nähtävissä yhtäläillä sellaista porukoihin jakautumista kuin ryhmän alkaessa. Kaikki olivat päässeet työskentelemään kaikkien kanssa, mikä näkyi myös toiminnassa. Äidit saivat itse valita "rakennusaineensa" patsaisiin ja kaikki

valitsivat yhtäläillä kaikkia äitejä. Myös puheenvuoroja tunnuttiin kunnioittavan paremmin, äidit olivat jo tottuneet tapaan, jolla patsaista keskusteltiin. Myös palautehaastattelussa kerrottiin siitä, että oli tutustunut muihin äiteihin paremmin ja muita oli helpompaa lähestyä myös ryhmän ulkopuolella. Tätä kehitystä ryhmäläisten välisissä suhteissa tukivat myös Katjan havainnot siitä, että ryhmässä olleet äidit olivat ottaneet enemmän kontaktia toisiinsa myös Avoimessa äititoiminnassa. Toiminta oli vaikuttanut siihen, miten äidit ajattelivat omaa äitiyttään, mutta sillä oli ollut myös vaikutus äitien välisiin suhteisiin.

Työn alussa olin luokitellut ryhmän Aallon (2002) asteikon mukaan turvallisuuden tasolle T3 Tuntematon perusturvallinen ryhmä. Tällaisessa ryhmässä ilmaisu on vielä varovaista ja tunnustelevaa, mikä oli huomattavissa tässä äitiryhmässä. Ryhmän syy ja tapa olla voivat kuitenkin tuoda turvallisuudentunnetta ja tässäkin ryhmässä pyrin alusta asti luomaan hyväksyvää ja vapaata ilmapiiriä. (Aalto 2002: 16.) Ensimmäisillä kerroilla käytin harjoitteita, jotka tuovat mukanaan naurua. Samoin kuin lisääntynyt turvallisuus vapauttaa naurua, nauru myös vastavasti kasvattaa turvallisuudentunnetta (Aalto 2002: 23). Näin pääsimme heti alusta alkaen kasvattamaan turvallisuudentunnetta.

Ryhmä ei ollut kovin pitkäkestoinen, mutta pääsimme kuitenkin turvallisuudessa asteen tai kaksi eteenpäin. T4-aste, Tuttu, turvallinen ryhmä, jossa ryhmäläiset tuntevat toisiaan jo kohtalaisesti ja ovat melko luottavaisia sen suhteen, ettei kukaan tule uhatuksi tunteitaan tai mielipiteitään ilmaistessa. Tämän olimme saavuttaneet ja pääsimme vähintäänkin lähelle Avointa ryhmää (T5). Tällaisessa ryhmässä mielipiteet ja tunteet hyväksytään eikä toisia siis vähätellä millään lailla. Ryhmäläiset uskaltavat ilmaista tunteitaan, mielipiteitään ja arvojaan. Tämän asteen saavuttamisessa tärkeää on harjoitteiden purku, mikä oli tiivis osa toimintaamme läpi ryhmän. (Aalto 2002, 16,17.) Esimerkiksi viimeisellä kerralla käsitelty ”Oma äitiys” on hyvin henkilökohtainen aihe, mutta kaikki uskalsivat tuoda oman äitiytensä puolet esille ja voitiin luottaa siihen, että muiden kommentit ovat hyväksyviä ja kannustavia.

Draaman vahvuus on asioiden tekeminen näkymättömästä näkyväksi (Airaksinen & Korhonen 2005: 24) ja draamamenetelmät auttavat näin osallistujia käsittelemään omia ajatuksiaan ja tunteitaan (Owens & Barber 2002: 25,26). Esimerkiksi patsaiden avulla näkyväksi tekemisen kautta, äiti voi itse nähdä käsiteltävän aiheen uudessa valossa ja myös muut ryhmäläiset tuovat tilanteeseen uusia näkökulmia, tulkintoja ja tietoa. Toisaalta muut ryhmäläiset voivat samaistua niihin ajatuksiin, joita on tuotu esille ja näin olla tukena. Tämantyyppisiä tilanteita syntyi ryhmän aikana usein ja niitä voisi kuvata sanalla vertaistuki. Vertaistuessa samankaltaisissa elämäntilanteissa olevat ihmiset, tässä tapauksessa nuoret äidit, tukevat toisiaan jakamalla ryhmälle omia kokemuksiaan (Mikkonen 2009:29). Vertaistuen merkitys nousi esiin erityisesti palautehaastattelussa, joissa lähes kaikki äidit puhuivat siitä, kuinka helpottavaa ja kivaa on kuulla, että myös muilla on samoja huolia, iloja ja ongelmia. Vertaistuki oli lisännyt

äitien armollisuutta omaa äitiyytään kohtaan. Draaman käyttäminen tällaisessa toiminnassa oli edistänyt osaltaan vertaistuentunteen syntymistä ryhmään.

Vaikka ryhmä jäikin hieman keskeneräiseksi, tavoitteisiin päästiin kuitenkin olosuhteisiin nähden hyvin. Pidempikestoisella ryhmällä olisi todennäköisesti saavutettu vielä suurempi hyöty, kun ryhmäläiset olisivat tottuneet enemmän tällaiseen työskentelyyn ja aiheita olisi löytynyt lisää ja niiden käsittelyssä olisi päästy pidemmälle. Aiheiden tarkempaan tarkasteluun voisi käyttää myös Boalin forum-teatterin tekniikoita, jolloin työskentelyyn tulisi taas uusi ulottuvuus, jonka myötä löydettäisiin lisää näkökulmia ja ratkaisuja. Samantyyppistä toimintaa voisi mahdollisesti hyödyntää myös eri-ikäisissä äitiryhmissä tai hieman aiheita muuttamalla myös odottavien äitien ryhmissä. Äitiys kuitenkin tuo muutoksia naisen elämään, oli hän minkä ikäinen tahansa.



## Lähteet

- Aalto, M. 2002. Turvallinen ryhmä ja itseksi tuleminen. Forssa: Forssan Kirjapaino Oy
- Airaksinen, R. & Korhonen, P. (toim.) 2005. Hyvä hankaus - teatterilähtöiset menetelmät oppimisen ja osallisuuden mahdollisuuksina. Teatterikorkeakoulun julkaisusarja nro. 38. Vaajakoski: Gummerus.
- Barber, K. & Owens, A. 2002. Draamasuunnistus - prosessidraaman arviointi ja reflektointi. Jyväskylä: Gummerus.
- Boal, A. 1992. Games for actors and non-actors. Lontoo: Routledge.
- Hirsjärvi, S. 1998. Tutki ja kirjoita. Tampere: Tammer-Paino Oy
- Hirvonen, E. 2000. Raskaus nuoren valintana. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy Juvenes Print
- Janhunen, K. & Saloheimo A. 2008. Äitiyden tunnepakkaus. Teoksessa: Janhunen, K. & Oulasmaa, M. (toim.) 2008. Äidin kielletyt tunteet. Nykypaino Oy.
- Juusola, M. 2009. Äidin voimakirja. Keuruu: Otava.
- Kroger, J. 2004. Identity in Adolescence. The balance between self and other. Lontoo: Routledge
- Kuusinen, J. 1998. Nuorten aikuisten kehitystehtävät, onnellisuus ja kehityksen hallinta. Teoksessa: Korhokangas, M., Lyytinen, H., Lyytinen, P. 1998. Näkökulmia kehityspsykologiaan. Kehitys kontekstissaan. Porvoo: WSOY
- Miettinen, A. & Rotkirch, A. 2008. Milloin on lapsen aika? Lastenhankinnan toiveet ja esteet. Perhebarometri 2008. Väestöntutkimuslaitos Katsauksia E 34/2008. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Mikkonen, I. 2009. Sairastuneen vertaistuki. Kuopio: Kopijyvä.
- Niemelä, A. & Kelhä, M. 2005. Varhainen äitiys - riskiäitiyttä? Toinen artikkeli väitöskirjassa: Kelhä, M. 2009. Vääränikäisiä äitejä? Ikä ja äitiyden yhteiskunnalliset ehdot. Helsingin yliopisto, Kasvatustieteen laitoksen tutkimuksia 223. Helsinki: Yliopistopaino.
- Paajanen, P. 2005. Eri teitä vanhemmuuteen - kaksikymppisenä ja kolmekymppisenä lapsen saaneiden näkemyksiä perheellistymisestä ja vanhemmuudesta. Perhebarometri 2005. Helsinki.
- Raitanen, M. 2001. Aikuistuminen. Uusi vaihe elämässä vai uusi elämä vaiheessa? Teoksessa: Jyrkämä, J. & Sankari, A. 2001. Lapsuudesta vanhuuteen. Iän sosiologiaa. Tampere: Vastapaino
- Rotkirch, A. & Saloheimo, A. 2008. Yksin kotona? Teoksessa: Janhunen, K. & Oulasmaa, M. (toim.) 2008. Äidin kielletyt tunteet. Nykypaino Oy.
- Spickard Prettyman, S. 2005. "We Ain't No Dogs": Teenage Mothers (Re)Define Themselves. Teoksessa: Bettis, P. & Adams, N. (toim.). 2005. Geographies of Girlhood. Identities in-between. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Arki, arvot, elämä, etiikka. Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet. 2009. Talentia ry. Helsinki.

Meille tulee vauva. Opas vauvan odotukseen ja hoitoon. 2008. Stakes. Helsinki: Erikoispaino Oy.

Tyttöjen Talon Internet -sivut. Viitattu viimeksi 31.1.2011 [www.tyttojentalo.fi](http://www.tyttojentalo.fi).

## Liitteet

Liite 1 Ryhmän mainos .....	59
Liite 2 Palautehaastattelun kysymykset .....	60

Liite 1 Ryhmän mainos

## Toiminnallinen äitiryhmä

Joskus kun äitiys mietityttää, voi tunteita ja ajatuksia olla vaikea pukea suoraan sanoiksi. Tässä ryhmässä äitiyttä tutkitaan, pohditaan ja tunnustellaan käyttämällä apuna erilaisia toiminnallisia menetelmiä. Näiden harjoitteiden avulla mietitään ja yritetään ilmaista yhdessä ryhmän kanssa, että mitä se äitiys on ja miltä se tuntuu. Käytettävät harjoitteet ovat helppoja eivätkä ne vaadi mitään erityistaitoja.

Tapaamiskertoja on yhteensä kuusi. Ryhmä kokoontuu Tyttöjen Talolla kerran viikossa keskiviikkoin kello 14.00-16.00. Ensimmäinen kerta on keskiviikkona 16.3.2011. Ryhmää ohjaa sosionomiopiskelija Vera Bäckman, joka toteuttaa opinnäytetyönsä ryhmän puitteissa.

Lapset eivät ole toiminnassa mukana, vaan tämä ryhmä on tarkoitettu täysin teille äideille. Käytännönjärjestelyjen takia olisi mukavaa, jos pystyt itse hankkimaan lapsellesi tuoksi ajaksi hoitajan. Jos tämä ei kuitenkaan onnistu, Tyttöjen Talolla on myös mahdollisuus hoitoon.

Ilmoittautumiset ja kysymykset Lauralle:

[laura.cantell@tyttojentalo.fi](mailto:laura.cantell@tyttojentalo.fi) tai 0415461563

Lisätietoja voit kysyä suoraan myös Veralta, sähköpostitse: [vera.backman@laurea.fi](mailto:vera.backman@laurea.fi)

## Liite 2 Palautehaastattelun kysymykset

1. Saitko ryhmästä jotain omaan äitiyteesi?
2. Mikä jäi parhaiten mieleen?
3. Mitä hyötyä koit ryhmästä olevan (jos koit)?
4. Auttoivatko patsaat ja muut toiminnalliset menetelmät herättämään ajatuksia ja keskustelua?