

Opinnäytetyö
Sosiaalian koulutusohjelma
Sosionomi AMK
2013

Minna Palsio

CREATORS OF PEACE CIRCLE

– Henkilökohtaisen muutoksen työkalu naisille



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OPINNÄYTETYÖ (AMK) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma | Sosionomi

Joulukuu 2012 | 37

Outi Kivinen

Minna Palsio

CREATORS OF PEACE CIRCLE – HENKILÖKOH- TAISEN MUUTOKSEN TYÖKALU NAISILLE

Tutkimus kohdistui Creators of Peace Circleiin osallistuneiden naisten omiin kokemuksiin ryhmään osallistumisesta. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää olivatko ryhmään osallistuneet naiset saavuttaneet ryhmälle asetetut tavoitteet, mitkä heille olivat tärkeimmät teemat kokoontumiskerroilta sekä miksi ja olivatko he kokeneet muutosta näkökulmien, toiminnan tai arkielämän tasolla. Tutkimukseen haastateltiin yhteensä seitsemää naista Norjassa ja Ruotsissa. Naiset asuivat kyseisissä maissa, mutta olivat taustoiltaan hyvin erilaisia. Heitä oli kolme naista somaliasta, pakistanilainen, ruotsalainen, norjalainen ja kroatialainen nainen. Uskontoja oli kolmea; neljä muslimia, yksi katolilainen ja kaksi protestanttia. Ikäjakama haastateltavilla oli 28-vuotiaasta noin 55-vuotiaaseen. Kaikilla naisilla oli perheet, mutta osan lapset olivat muuttaneet jo pois kotoa.

Aineisto kerättiin teemahaastattelun avulla englannin kielellä ja ne nauhoitettiin sekä litterointiin sanasta sanaan. Haastattelut käytiin läpi aineistolähtöisen sisällönanalyysin kautta. Litteroinnin jälkeen tekstit luettiin uudelleen läpi tutkimuskysymykset mielessä. Vasta tämän jälkeen teksti pelkistettiin teemojen pohjalta, jotta nähtiin mitkä asiat nousevat tärkeimpinä esille.

Kaikki haastateltavat kokivat saavuttaneensa jollain tasolla Peace Circle -ryhmälle asetetut tavoitteet. Lisäksi kaikki olivat myös kokeneet muutosta joko itsessään, näkökulmissaan tai arkielämän toiminnan tasolla ryhmään osallistumisen seurauksena. Tärkeimmiksi teemoiksi nousivat minun tarinani, sisäinen kuuntelu, yleensä kuuntelu ja anteeksianto. Lisäksi kaikille oli merkittävää havaita, että erilaisista kulttuureista, uskonnoista ja taustoista huolimatta he olivat hyvin samanlaisia. Jokainen haastateltu koki kyseisen työmuodon tärkeänä ja he halusivat viedä sitä eteenpäin joko aloittamalla itse vetämään uusia ryhmiä, kutsumalla mukaan työkavereita ja ystäviä sekä viedä työmuotoa omaan kotimaahansa auttaakseen naisia siellä löytämään oman paikkansa rauhanluomisessa. Tänä päivänä naiset kokivat itsensä rauhantekijöiksi omalla paikallaan perheessä, töissä ja yhteisössä, vaikka he kokivatkin rauhantekijän olevan edelleen melko haastavaa.

ASIASANAT:

Dialogi, rauhanluominen, anteeksiantamisen voima, minun tarinani, muutos, itsen ja toisten kuunteleminen

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Social Services | Bachelor of social services

December 2012 | 37

Outi Kivinen

Minna Palsio

CREATORS OF PEACE CIRCLE – TOOL FOR PERSONAL CHANGE FOR WOMEN

Research was focused at women's own experience in taking part of Creators of Peace circles. The research aim was to find out that whether woman achieved the group objectives, what were the most important themes for them and why, whether they had experienced any change of attitudes, action level or in everyday life level? Seven women were interviewed for the research which was conducted in Norway and Sweden. All the women lived in these countries but they were all from different backgrounds and cultures. There were three women from Somalia and one each from the following countries, Pakistan, Sweden, Norway and Croatia. There was three different religious in the group; four Muslims, one Catholic and two Protestants. The variety of age was from 28 years to 55 years. They all have families but some of the children have moved away from home already.

Research data was collected with focused interviews in English and they were recorded and transcripts word for word. The interviews were reviewed by using content analysis. After data was transcribed it was read again having the research questions in mind. Then the data was simplified under the themes. Only then was it possible to find out which were the most important themes among the women.

All of the interviewees felt that they had achieved the Peace circle aims at some level. In addition everybody had also experiencing some change in themselves or their point of view or a change in the level of everyday life as result of taking part of the Peace circle. The most important themes were my story, inner listening, listening in general and forgiveness. Women also mentioned that an important part of Peace Circle was multicultural, mixed religious backgrounds and with that they realized that they were similar as women. Everybody who was interviewed felt that Peace circles were important and the program should continue. Some of the women have started to facilitate new circles and others wanted to invite friends and coworkers to take part of the circles. Some women even want to take the program to their own home countries where peace is needed and to help women find ways to create peace starting with themselves. Today women felt they were peacemakers at home, at work and the surrounding society, but they felt that peace work is still an ongoing challenge.

KEYWORDS:

Dialog, creator of peace, power of forgiveness, my story, change, listening of others and myself

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 DIALOGI JA RAUHANKASVATUS	8
2.1 Dialogi	8
2.2 Rauhankasvatus	9
3 CREATORS OF PEACE CIRCLE	11
4 TYÖKALUT MUUTOKSEEN	14
4.1 Anteeksianto	14
4.2 Sisäinen rauha ja rauhanluominen	15
4.3 Kuunteleminen	15
4.4 Minun tarinani	16
4.5 Muutos	17
5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	18
5.1 Tausta ja tarve	18
5.2 Tutkimuksen tavoite ja tehtävät	18
5.3 Tutkimusmenetelmät	19
5.4 Tutkimustyön aikataulu	20
5.5 Aineiston hankinta	21
5.6 Analysointi	23
6 TUTKIMUKSEN TULOKSET	24
6.1 Ryhmän tavoitteiden saavuttaminen	24
6.2 Tärkeät teemat	26
6.3 Uusia näkökulmia elämään	29
7 POHDINTAA	31
LÄHTEET	33

LIITTEET

Liite 1. Teemahaastattelu suomeksi ja englanniksi.
Liite 2. Dynamic of Change alkuperäinen kuvio

KUVIOT

Kuvio 1. Muutoksen dynamiikka (Iniatives of Change).	13
Kuvio 2. Tutkimuksen aikataulu	21

1 JOHDANTO

Tutkimukseni kohteena oli maailmanlaajuinen naisille suunnattu työmuoto Creators of Peace Circles. Sen keskeisenä ajatuksena on muutoksen aikaansaaminen alkaen ihmisestä itsestään ja sen kautta rauhanluominen perheeseen, yhteisöön sekä laajemmin yhteiskuntaan. Ryhmän toiminta perustuu avoimeen ja rehelliseen dialogiin.

Creators of Peace on aloittanut toimintansa vuonna 1991 tansanialaisen arvostetun poliitikon ja maansa naisten organisaation johtajan Anna Abdallah Msekwa aloitteesta ja halusta saada naiset huomaamaan heidän ainutlaatuisen asemansa sekä mahdollisuutensa muutoksen aikaansaamiseksi perheessä, yhteisössä ja erityisesti itsessään. Hän sanoi: ” Me kaikki uskottelemme, että joku toinen on se horjuva tukos – Voisiko tuo joku toinen olla kuitenkin minä.” Työmuotoa ei ole aiemmin virallisesti tutkittu sen 20-vuoden historian aikana.

Tutkimukseni toimintaympäristö keskittyi ainoastaan naisiin ja heidän kokemuksiinsa ryhmään osallistumisesta. Halusin tutkimuksellani selvittää, kuinka naiset voivat omalla toiminnallaan ja muutoksella vaikuttaa itsensä ja perheen hyvinvointiin sekä rauhan luomiseen perheessä ja voiko osallistuminen ryhmään auttaa tässä.

Perhe on yksi tärkeä sosiaalinen yksikkö sekä sen hyvinvointi että pahoinvointi heijastuu ympäristöön. Naiset ovat perheyksikön keskushahmoja ja voivat omalla toiminnallaan mahdollistaa muutosta parempaan tai huonompaan omilla valinnoillaan. Siksi Creators of Peace haluaa tehdä aktiivisesti työtä naisten parissa ja antaa heille mahdollisuuden nähdä kuinka keskeinen asema heillä on omalla paikallaan rauhan aikaan saamisessa ja muutoksen alkuun saattamisessa.

Tutkimukseeni haastattelin yhteensä seitsemän Creators of Peace Circleiin osallistunutta naista Ruotsissa ja Norjassa kevään ja kesän aikana. Teema-haastattelu menetelmällä pyrin saamaan esiin naisten henkilökohtaiset koke-

mukset ja ajatukset, mitä ryhmään osallistuminen heille merkitsi ja toiko se muutoksia heidän näkökulmiinsa, toimintaansa tai yleensä elämään. Haastattelut tein Osllossa ja Tukholmassa englanniksi. Koko tutkimuksen kannalta keskeisiä käsitteitä olivat dialogi, rauhanluominen, anteeksiannon voima, itsensä ja toisten kuuntelu, muutos sekä minun tarinani.

2 DIALOGI JA RAUHANKASVATUS

2.1 Dialogi

Dialogi ei tarkoita samaa asiaa kuin keskustelu, vaikka niin usein voidaan ajatella. Dialogi on vuorovaikutusta ja vastavuoroista toimintaa kahden tai useamman ihmisen ryhmässä, missä jokainen tilanteessa mukana oleva pääsee vaikuttamaan ja luomaan tilannetta tuoden siihen mukaan oman tietämyksensä ja maailmansa. (Mönkkönen 2007, 87; Väisänen ym. 2009, 11.)

Sokrateen mukaan dialogia tarkoittaa tilaa, missä ajatellaan yhdessä, on vuorovaikutusta ja kuuntelua. Ihmisillä on keskusteluyhteys keskenään sekä toisten kunnioitus ja arvostus ovat läsnä. Hänen mukaansa jokaisen mielipiteet ovat arvokkaita eikä toisten tarvitse muuttaa ajatteluaan. Dialogin kautta keskustelu muuttuu avoimeksi ja tasavertaiseksi. (Haarakangas 2008, 41; Väisänen ym. 2009, 11.) Venäläisen Michail Bath'n mukaan dialogisuudessa syntyy rikasta moniäänisyyttä. Moniäänisyydellä hän tarkoittaa sisäisen ja ulkoisen dialogin risteämistä. Omien ajatusten punnitsemista ja toisinaan ristiriitaistenkin ajatusten vuorottelu on mm. sisäistä dialogia. Tällainen moniäänisyys tuo keskusteluun erilaisia merkityksiä, näkökulmia ja mahdollisuuksia. (Mönkkönen 2007, 27; Väisänen ym. 2009, 12.)

Dialogin periaatteita ovat selkeästi toisten kuunteleminen ilman olettamuksia ja keskeytyksiä sekä olemalla kiinnostunut, mitä toinen puhuu. Tärkeää on myös esittää selventäviä ja avoimia kysymyksiä, olla reflektiivinen ja tarvittaessa olla myös hiljaa antaen kaikkien ajatuksille tilaa. Yhteisen ymmärryksen löytäminen on oleellista, mutta se ei kuitenkaan tarkoita, että kaikkien täytyy olla samaa mieltä – harmoniaa tilanteisiin ei välttämättä löydy eikä lopullista totuutta. Aina on kuitenkin hyvä muistaa puhua minä-kieltä eli ei kenenkään muun ajatuksia tai olettamuksia vaan täysin omia. (Haarakangas 2008, 35; Lindahl 2010, 134-135.)

Dialogisessa keskustelussa hyvän ilmapiirin tunnusmerkkejä on useita mm. aitous, avoimuus, turvallisuus, samanarvoisuus, kiireettömyys, vastuullisuus ja kiinnostuneisuus. Nämä asiat tuovat mukanaan dialogisuuteen mahdollisuuden olla oma itsensä mielipiteineen ja tunteineen sekä antaa mahdollisuuden puhua vaikeistakin asioista. Kukaan ei myöskään ole toista parempi ja muuttumista voi myös tapahtua dialogin myötä. (Haarakangas 2008, 35-36.)

Isaacs Williams' (2001) mielestä dialogisuuteen tuo haasteellisuutta suora puhe. Se vaatii hänen mukaansa itseluottamusta ja rohkeutta ja siinä on jotain samaa kuin askeleen ottaminen eteenpäin näkemättä, minne astuu. Suoraan puhuminen on myös aitoutta sanoa, mitä oikeasti ajattelee eikä mitään pehmoilua ja toisten myötäilyä. (Väisänen ym. 2009, 22.) Filosofi Martin Buber ajattelee dialogia minä-sinä ja minä-se akselilla. Nämä kuvastavat ihmisen kahta olempuolta ja sisältää aidon avoimuuden jokaisen huoleen toisistamme. Minä-sinä suhteessa minän asettuminen yhteyteen muiden persoonien kanssa ja kunnioittaen sinän erilaisuutta että toiseutta. Se on dialoginen vastavuoroisuuden avoin suhde. (Haarakangas 2008,47-48; Yankelovich 1999, 5.)

2.2 Rauhankasvatus

Rauhankasvatuksen perusajatuksia on auttaa ihmisiä näkemään etiikan ja moraalin arvoja. Ne perustuvat Unescon vuonna 1974 antamaan suositukseen yhteisymmärryksen, yhteistyön ja rauhan sekä ihmisoikeuksien ja perusvapauksien opetuksesta. Näiden tarkoitus on auttaa ihmisiä pohtimaan erilaisia kysymyksiä liittyen ihmisarvoon ja oikeudenmukaisuuteen. Rauhankasvatus ei niinkään ole opetusta asetuksista ja sopimuksista vaan se on enemmänkin asennemuokkausta, minkä kautta halutaan vaikuttaa ihmisten käyttäytymiseen. Sen pyrkimys on kehittää moraalista ja sosiaalista vastuuta ja auttaa ihmiset ymmärtämään erilaisuutta kaikilla tasoilla yhteiskunnassa sekä kulttuuritaustoissa. Rauhankasvatuksen tärkeitä teemoja ovat mm. tasa-arvo, väkivallattomuus, rauhanvälittäminen, ihmisoikeudet ja demokratia. (Rauhankasvatusinstituutti 2012.)

Rauhankasvatuksessa käytetään erilaisia metodeja tavoitteiden saavuttamiseen. Käydään keskusteluja ja pyritään herättelemään yksilöiden kriittistä ajattelukykyä pohtimalla esim. syitä maailman eriarvoisuuteen, mitä itse kukin voi tehdä ihmisoikeuksien, rauhan ja ympäristön puolesta. Muita pohdinnan aiheita ovat mm. miten voimme oppia kunnioittamaan toistemme kulttuuria ja uskontoa. Kriittistä ajattelua kehoitetaan kohdistamaan myös median toimintaan ja maailmankuvaan, minkä se antaa tai yrittää vaikuttaa ihmisten asenteisiin ja arvoihin. Mediakasvatuksen tarkoitus rauhankasvatuksessa on oppia kyseenalaistamaan median välittämää maailmankuvaa. (Rauhankasvatusinstituutti 2012.)

Rauhankasvatuksessa käytetään myös toiminnallisia metodeja opettamisessa kuin draamaa ja roolipelejä. Niiden avulla on mahdollista asettua jonkun toisen asemaan ja saada kokemuksia erilaisuudesta sekä epätasa-arvosta ja sitä kautta voi saada oivalluksia, että kuinka tärkeää on kunnioittaa muita ihmisiä ja heidän oikeuksiaan. Tarkoitus on myös nähdä syitä konfliktien taustalla ja löytää väkivallattomia ratkaisutapoja näkemuseroihin. (Rauhankasvatusinstituutti 2012.)

Creators of Peace tavoitteena on auttaa naisia löytämään oma paikkansa rauhanluojina aloittaen heistä itsestään. Järjestö haastaa naiset kaikista roduista, taustoista ja uskonnoista löytämään heidän ainutlaatuisuutensa rauhankulttuurin luojina kotona, yhteisössä ja laajemmin maailmalla. Se auttaa naisia rakentamaan siltoja yli uskonnollisten, rodullisten ja sosiaalisten raja-aitojen anteeksiannon ja ystävyyden avulla. Rakentaa oikeudenmukaista, huolehtivaa ja välittävää yhteisöä. (Brown ym. 2012, 2-3.)

3 CREATORS OF PEACE CIRCLE

Creators of Peace on kansainvälisen Initiatives of Change maailmanlaajuisen järjestön yksi tärkeä työmuoto rauhanluomisessa. Alkujaan Initiatives of Change -järjestön on perustanut vuonna 1938, nimellä Oxford ryhmä, amerikkalainen pastori Frank Buchman. Hän kävi läpi henkilökohtaisen muutoksen ja ymmärsi kuinka katkeruudesta vapautuminen on välttämätöntä ihmissuhteissa ja elämässä. Initiatives of Change on ihmisten muodostama aktiivinen verkosta erilaisien kulttuurien ja uskontojen välillä, joka innoittaa ihmisiä henkilökohtaiseen muutokseen. Initiatives of Change on ollut mukana monessa rauhanprosessissa ja muutoksessa maailmalla ja tänä päivänä Initiatives of Change on virallisena kansalaisjärjestönä erityinen asiantuntija status Yhdistyneessä kansakunnassa (talous- ja sosiaali- neuvostossa) ja avoin osallistumisen status Euroopan neuvostossa Strasburg'ssa. (IofC 2012.)

Creators of Peace työn keskeinen ideologia pohjautuu avoimeen ja rehelliseen dialogiin sekä rauhankasvatukseen ja kuinka viedä rauhaa eteenpäin omalla esimerkillään. Creators of Peace keskittyy tekemään työtä naisten parissa ja auttamaan heitä löytämään oman paikkansa rauhanluomisessa siellä, missä he ovat.

Peace Circlelin ajatuksena on antaa naisille selkeitä ja konkreettisia toimintamalleja, kuinka kohdata ristiriitoja itsessä, perheessä ja mahdollisesti koko yhteisössä. Peace Circle kokoontumisten teemoja on mm. seuraavat: mitä on rauha; huolen piirit; sisäinen rauha ja -kuunteleminen; anteeksiannon voima; rauha käytännössä; sitoutuminen (Brown 2009, 41). Edellä mainittujen teemojen kautta kokoontumisissa on tarkoitus saavuttaa seuraavat tavoitteet.

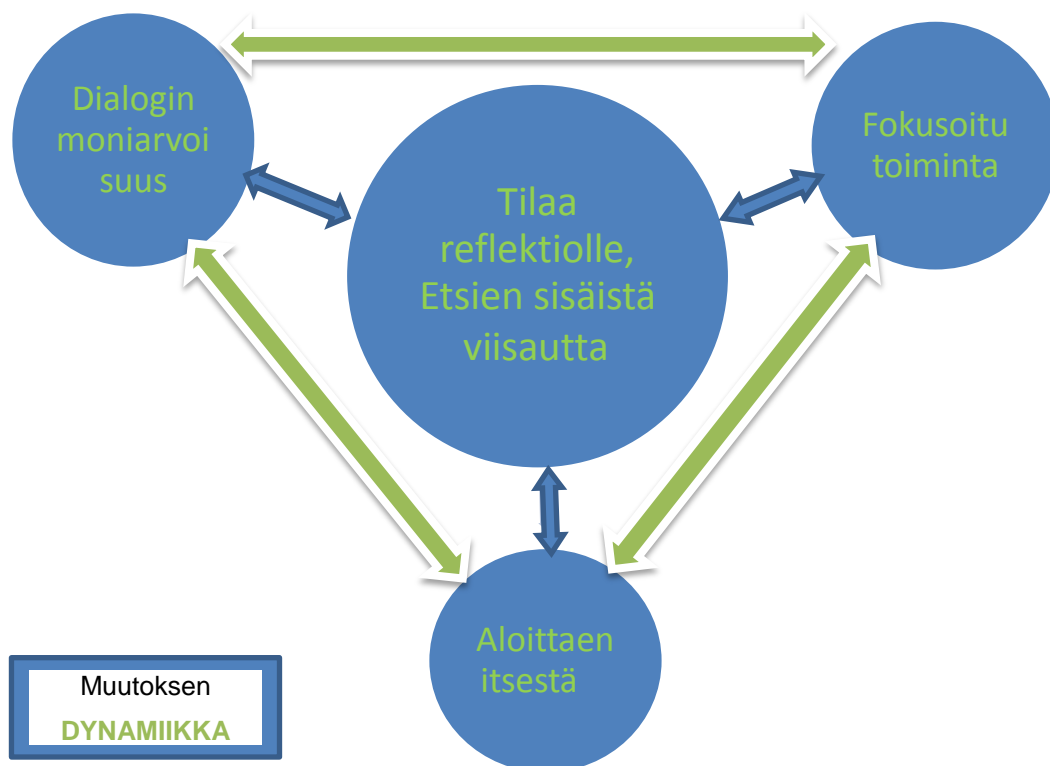
1. Sitouttaa naiset heidän rauhanluojan rooliin jokaisella tasolla yhteiskunnassa.
2. Tukea dynaamista muutosta naisissa, alkaen heistä itsestään, ensisijaisena välineenä rauhanluojana.

3. Ennaltaehkäistä väkivaltaa ja epätoivoa osoittaen ristiriitojen lähteet meissä ja ulkopuolella.
4. Rohkaista ja yhdistää nykyisten rauhanrakentajien kanssa.
5. Korostaa moraalista ja henkistä puolta perusteena vaikuttavalle sosiaaliselle toiminnalle.
6. Rakentaa oikeudenmukainen, huolehtiva ja kaikki mukaan ottava yhteisö.

Lisäksi Peace Circlelin haasteita naisille ovat; jokaisella henkilöllä on oma paikkansa ja jotain annettavaa; jokainen voi aloittaa muutoksen prosessin heidän omasta elämästään; jokaisella on tarina kerrottava ja tarve tulla kuulluksi; rikkoa vihan ja koston ketju; jakaa vastuu omalta osaltaan konfliktissa ja sen ratkaisussa; rakentaa anteeksiannon ja ystävyyden verkosto rodun, uskonnon ja sosiaalisen jakaantumisen läpi (Brown 2009, 9 & 11). Em. teemojen ympärille rakentuu kaikki ryhmien kokoontumiskerrat. Ryhmä kokoontuu yhteensä seitsemän kertaa tai viettää intensiivisen viikonlopun yhdessä käyden läpi em. teemat vapaaehtoisen koulutettujen vetäjien kanssa.

Peace Circle -ryhmän osallistumisen yksi tavoite on myös saattaa siihen osallistuneissa naisissa muutoksen prosessi alkuun. Sen tarkoitus on laittaa naiset pohtimaan ja näkemään muutoksen tärkeyttä omalla kohdalla sekä haastaa heidät näkemään mahdollisia muutoksen tarpeita omassa elämässään. Muutos voi olla ulkoista ja sisäistä. Tämä voi tarkoittaa toimintatapojen muutosta ja näkemysten muutosta dialogisessa keskustelussa toisten naisten kanssa.

Seuraava kuva kertoo selkeästi koko työn peruseriaatteet niin yksilö kuin toiminnankin tasolla. Kuva on samalla koko Initiatives of Change -järjestön toiminnan perusteet eli muutoksen dynamiikka (Liite 2).



Building trust across the world's divides
Initiatives of Change International

Kuva 1 Muutoksen dynamiikka (lofC)

Keskiössä kuvataan, kuinka jokaisen on hyvä peilata itseään sisäisessä dialogissa ja löytää sisäisen viisauden kautta uusia luovia mahdollisuuksia elämän eri tilanteisiin. Ympärillä olevista palloista löytyy dialogin moninaisuus luottamuksellisten suhteiden perustana; fokusoitu toiminta, mikä kohtaa paikalliset että globaaliset tarpeet; sekä muutoksen aloittaminen itsestä vastuuntuntoisesti ja rehellisesti. (lofC 2012.) Tämä tarkoittaa sitä, että kuinka kaikki ajattelu ja toiminta ovat keskinäisessä vuorovaikutuksessa toisiinsa ja muutosta voi saada aikaan aloittamalla sen itsestään.

Työmuoto on levinnyt nopeasti viimeisten viiden vuoden aikana ja tänä päivänä ryhmiä pidetään joka mantereella yhteensä ainakin 30 eri maassa eikä ainoastaan enää keskeisimmillä konfliktialueilla kuten esim. Afrikassa (Brown ym. 2012, 6).

4 TYÖKALUT MUUTOKSEEN

4.1 Anteeksianto

Anteeksiannon voima, syvyys ja välttämättömyys ihmiselle rauhan tiellä itsensä ja ympäristön kanssa on hyvin tärkeää. Peace Circle -käsikirjassa sanotaan, että anteeksianto on täydellinen vapaus ja voimakkain työkalu rauhan luomisessa. Siinä myös esitetään kysymyksiä, miksi on niin vaikea pyytää anteeksi tai antaa anteeksi ja mikä estää meitä hyväksymästä anteeksiantoa. (Brown 2009, 35.) Anteeksianto on vuoropuhelua oman sisimmän kanssa ja samalla vuoropuhelua myös ympäristön kanssa. Tärkein työkalu rauhantyössä on oma persoona ja itsensä tunteminen. Anteeksiannon ymmärtäminen omalle ja toisten kohdalle on tässä olennaista.

Desmond Tutu (2001) kirjoittaa Etelä-Afrikan yhdestä tärkeimmästä tapahtumasta – ensimmäiset vapaat vaalit vuonna 1994. Omasta kokemuksestaan hän kertoo kuinka ihmiset silloin löysivät ihmisen toisesta jonottaessaan äänestämään eikä ollut väliä rodulla, ihonvärillä tai asemalla. Ihmiset, joita oli sorrettu, olivat saaneet takaisin ihmisarvonsa ja olivat muuttuneita, kuin uusia ihmisiä. Siitä oli alkanut heillä anteeksiannon ja sovinnon tie koko valtiolle, jota johti uusi presidentti Nelson Mandela. Tutu kertoi myös anteeksiannon ja kärsivällisyyden suuresta voimasta, mikä voi muuttaa koko kansakunnan ja sen kohtalon. Anteeksianto on myös riskin ottamista, on vaikeaa myöntää olleensa väärässä tai tehneensä väärin ja se vaatii rohkeutta ja antaa toivoa elämään (Tutu 2001, 287).

Pekka Hämäläinen (2008) puhuu anteeksiantamisen pyyteettömyydestä, mikä perustuu ehdottomuuteen. Ihminen antaa anteeksi puhtaasti itsensä takia ja voidakseen irtautua myös erilaisista negatiivisista tunnekoukuista. Anteeksiantoon voi liittyä monenlaisia tunteita ja siksi ei välttämättä ole aina halua antaa anteeksi. Sen vuoksi on hyvä muistaa, että anteeksianto on tahtoasia. (Saaristo 2000, 35.)

Anteeksianto ei enää nykyään ole pelkästään uskontoon liittyvä asia. Etelä-Afrikan totuuskomission myötä on asia herättänyt kiinnostusta myös eri tieteenaloilla ja erilaisissa tutkimuksissa on anteeksiannon todettu olevan hyväksi jopa ihmisen terveydelle ja hyvinvoinnille. Todellinen anteeksianto käsittelee koko menneisyyttä, mikä antaa mahdollisuuden paremmalle tulevaisuudelle. (Tutu 2001, 291 & 297.)

4.2 Sisäinen rauha ja rauhanluominen

Sisäinen vuoropuhelu itsensä kanssa on tärkeä työkalu oppia tuntemaan paremmin itsensä ja sitä kautta myös löytää oma sisäinen rauha, mitä jakaa myös muille. Peace Circle -käsikirjassa annetaan myös opastusta tähän sisäiseen vuoropuheluun kuuntelun ja hiljaisuuden avulla. Siinä kerrotaan, kuinka on hyvä hiljentyä ja pysähtyä kuuntelemaan itseään, omaa sisäistä ääntään, jumalaa tai mitä se itse kullekin saattaa olla. Ulkoista rauhaa ei ole mahdollista saavuttaa ilman sisäistä rauhaa. (Brown 2009, 29; Dalai-Lama 2011, 16.)

Rauhanluomisessa on tärkeää nähdä ensin itsensä ja onko minulla rauha itsensäni ja sen jälkeen voi katsoa ulkopuolelle. Tämä tarkoittaa erilaisia tilanteita kotona, yhteisössä tai jopa työpaikalla. Rauhanluominen vaatii tekoja, konkreettisia asioita, jotta muutosta voi tapahtua. Tässä vaiheessa ihminen voi helposti kompastua omiin tunteisiinsa ja ajatuksiinsa, mitkä liittyvät mahdollisiin ongelmatilanteisiin. On helppoa pitäytyä vanhoissa totumuksissa ja vaatii rohkeutta astua oman mukavuusalueensa ulkopuolelle ja nostaa ongelmatilanteita esille, missä tahansa vaikutammekin. (Brown 2009, 37.) Rauhanluominen on tietoista toimimista, minkä näkee oikeaksi, ei kuka on oikeassa. Ei etsitä syyllisiä, vaan mikä on väärin.

4.3 Kuunteleminen

Yksi hyvin keskeisiä asioita Peace Circle -työmuodossa on kuunteleminen monella eri tasolla; kuunnella toisia empaattisesti ja aidosti, kuunnella itseään ja

omaa sisäistä ääntä löytääkseen opastusta elämässä ja kuunnella yhdessä ja-kaen ajatuksiaan toisten kanssa ja löytäen sitä kautta jotain uutta myös itselle (Brown 2009, 44-45). Kuunteleminen on taito, jonka voi oppia, mutta se vaatii kärsivällisyyttä ja pysähtymistä, omien ajatusten ja vaatimusten syrjään laittamista voidakseen keskittyä joko toisen ihmisen kuuntelemiseen tai oman sisäisen viisauden löytämiseen. Kuunteleminen auttaa meitä ymmärtämään paremmin toisia ihmisiä ja heidän elämäänsä ja sen antaa toiselle kokemuksen arvokkuuden tunteesta (Riikonen & Smith 1998, 119). Se auttaa meitä näkemään paremmin, kuinka samanlaisia ihmiset pohjimmiltaan ovat taustoista, uskonnosta ja kulttuurista huolimatta. Kuunteleminen avaa myös silmät näkemään toisen ihmisenä ihmisen vieressä.

Sisäinen kuunteleminen ja hiljentymisen auttavat jokaista laittamaan asiat tärkeysjärjestykseen ja löytämään ne asiat omassa elämässä, mitkä ovat merkittäviä ja miten toimia niiden kanssa. Se auttaa myös jaksamisessa ja toisten ihmisten kohtaamisessa kiireisessä elämässä. Päivän aloittaminen hiljaisella hetkellä kääntyen sisäänpäin auttaa keskittymään sen päivän tekemisiin ja jättämään turhat asiat pois. Keskittyen tuomaan mieli, ruumis ja sielu tietoisesti yhteen löytääkseen oman inspiraation lähteen ja oman sisäisen äänen, Jumalan tai viisauden. (Brown 2009, 44; Lindahl 2010,16.)

4.4 Minun tarinani

”Jokaisella ihmisellä on tarina kerrottavaan ja tarve tulla kuulluksi” (Brown 2009, 11). Jokaisella tarinalla on myös alku, keskivaihe ja loppu, koska se on ajallinen kokonaisuus. Sisäisessä tarinassa ihminen tulkitsee omaa elämäänsä oman tarinallisen merkityksen kautta, mutta kertoessaan tarinaansa muille jää osia tarinasta piiloon oman valinnan takia. (Hänninen 2002, 20; Kaasila ym. 2008,82.) Tarinat rakennetaan vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa ja ne rakentavat minuuttamme sekä niiden kautta opimme ymmärtämään ajan kulua elämässämme. Tarinat myös muovaavat omaa paikkaamme maailmassa

ja arvojamme, kun refleктоimme kokemaamme. (Hänninen 2002, 22; Kaasila ym. 2008,83.)

Peace Circle ryhmässä minun tarinan tarkoitus on antaa kaikille osallistujille mahdollisuus tulla kuulluksi omana itsenään ilman keskeytyksiä, kokea itsensä arvostetuksi ja tärkeäksi sekä tasa-arvoiseksi toisten kanssa. Samalla kuuntelemalla toisten tarinoita elämästään voi oppia näkemään kuinka samanlaisia, mutta kuitenkin erilaisia tarinoita ja kokemuksia ihmisillä on ja löytää niistä jotain myös itselleen. Tieto myös siitä ettei kukaan tuomitse sinua kertomasi takia voi olla hyvin eheyttävää ja auttaa elämässä eteenpäin. (Brown 2009, 13.)

Tarinat antavat parhaan mahdollisuuden ymmärtää elämää erilaisista näkökulmista. Tarinat muuttavat jotain ja antavat kokemuksen, että kertojaa kuunnellaan ilman neuvoja, hiljaa. Näin ihminen tehdään näkyväksi, kun hän saa mennä takaisin niihin tärkeisiin elämänsä vaiheisiin, joilla on ollut merkitystä. (Lindqvist 2000, 183.)

4.5 Muutos

Muutos on väistämätöntä kaikkien kohdalla haluamme sitä tai emme. Tässä kontekstissa muutoksella tarkoitetaan kuitenkin sitä, että muutos nähdään tarpeelliseksi ja sitä kohden pyritään. Tarkoitus on jopa etsiä muutoksen kohteita omassa elämässä ja lähipiirissä, mihin olisi mahdollista vaikuttaa omalla toiminnallaan.

Muutoksen alkuun laittaminen on yksi Peace Circlelin tavoite, jotta ryhmään osallistuvat naiset voisivat oppia rauhantekijöiksi omalla kohdallaan ja olla muutoksen alullepanijoita omassa elinpiirissään. (Jean Brown 2009, 5.) Yksi tärkeä puoli muutoksessa on myös nähdä se positiivisena mahdollisuutena eikä taakana ja lisätyönä. Ilman muutosta ei tapahdu kehitystä.

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

5.1 Tausta ja tarve

Miettiessäni itselleni tutkimusaihetta, Creators of Peace Circle -työmuoto naisten parissa eri puolilla maailmaa herätti mielenkiintoni. Siitä ei ole aiemmin tehty mitään virallista tutkimusta sen 20 vuoden toiminnan aikana, vaikka kirjoitettua tarinaa naisten kokemuksista löytyy heidän internet sivuiltaan jonkin verran (Initiatives.of Change 2012). Näin syntyi ajatus tehdä tutkimus Peace Circleliin osallistuneiden naisten omista kokemuksista ja oivalluksista.

Olin yhteydessä Creators of Peacen pääkoordinaattoriin Jean Brown'iin Australiassa sähköpostitse joulukuussa 2011 ja kysyin häneltä lupaa tehdä empiiristä tutkimusta Creators of Peace Circle -työmuodosta. Hän oli mielissään ehdotuksestani ja kirjoitti sähköpostissaan seuraavasti: "Tutkimuksesi kuulostaa ihanalta ja ehkä siitä, mitä kirjoitat, tulee ensimmäinen kirja Creators of Peacestä." Sain siis luvan tehdä tutkimusta ja toiveen, että siitä olisi myös hyötyä heidän työlleen julkaistussa muodossa.

Naiset ovat keskeisessä asemassa yhteiskunnassa ruohonjuuritasolla toimittaessa perheen että yhteisön parissa ja Creators of Peace Circle tekee töitä juuri tällä tasolla. Sosiaalityössä perheen hyvinvointi on myös yksi tärkeä lähtökohta ja auttamalla naisia löytämään heidän omat voimavaransa käyttöön itsen ja perheen hyväksi auttaa se myös ympäröivää yhteisöä. Tässä me sosionomeina voimme olla aktiivisina tekijöinä auttamassa naisia voimaantumaa ja muuttamaan perheensä ja yhteisönsä tukipilareiksi.

5.2 Tutkimuksen tavoite ja tehtävät

Tutkimuksen tavoite on saada Peace Circleliin osallistuneiden naisten kokemuksia virallisesti kuulluksi ja kirjatuksi ylös tutkimuksen muodossa. Se voi aut-

taa myös ulkopuolisen rahoituksen saamisessa tutkimuksen kohteena olevalle työmuodolle.

Tutkimustehtävä nousee *Creators of Peace Circle* –käsikirjasta ja koko työmuodon tavoitteista. Koko työmuodon perustana on dialogi ja rauhankasvatus sekä muutos, mikä alkaa ihmisestä itsestään. Toiminta perustuu avoimuuteen ja luottamukseen sekä kaikkien ihmisten arvostukseen ja kunnioitukseen rotuun, uskontoon ja sosiaaliseen taustaan katsomatta. Ilman dialogia ei voi löytää aitoa kohtaamista toisen ihmisen kanssa.

Tutkimuskysymykseni muodostuvat *Peace Circle* -ryhmän tavoitteiden ja sisällön pohjalta seuraavasti:

1. Ovatko ryhmässä mukana olleet naiset saavuttaneet *Peace Circle* asettamat ryhmän tavoitteet?
2. Mitkä teemat olivat heille tärkeitä ja miksi?
3. Saivatko he jotain uusia näkökulmia omaan elämäänsä ryhmästä ja muuttiko se heidän arkielämäänsä millään tavalla?

5.3 Tutkimusmenetelmät

Tutkimukseni oli laadullinen ja kuvaileva, joka perustuu *Peace Circle*liin osallistuneiden naisten haastatteluihin ja heidän kokemuksiinsa siitä. Perehdyin *Creators of Peace* tekemään *Peace Circle* – käsikirjaan ja *Creators of Peace* strategiaan vuosille 2012–2016. Käsikirjaan perehdyttyäni olen tietoinen, mitä asioita *Peace Circle* käsittelee ja käy läpi ryhmissään naisten kanssa ja mitkä ovat ryhmien peruseriaatteet.

Käsikirjan pohjalta suunnittelin teemahaastattelun rungon (liite 1) tukikysymyksiin suomeksi ja englanniksi. Teemahaastattelussa ei edellytetä tiettyä kokeellisesti aikaansaattua yhteistä kokemusta, vaan se lähtee oletuksesta, että kaikkia yksilön kokemuksia, ajatuksia, uskomuksia ja tunteita voidaan tutkia tällä menetelmällä (Hirsijärvi & Hurme 2010, 48). Näin ollen koin teemahaastattelun sopivimmaksi haastattelumenetelmäksi omassa tutkimuksessani. Lisäksi

teemahaastattelu on vuorovaikutuksellinen, joustava ja antaa mahdollisuuden ymmärtää paremmin haastateltavaa ja antaa enemmän tilaa myös haastateltavalle (Tuomi & Sarajärvi 2012, 73). Teemahaastattelussa minulla on runko valmiina teemoittain, mutta sitä ei tarvitse noudattaa orjallisesti siinä järjestyksessä, vaan riittää, että kaikki teema-alueet tulevat käsitellyksi jokaisen haastateltavan kanssa (Aaltola & Valli 2001, 27). Haastateltavat valitsin harkinnanvaraisesti, kuitenkin miettien, että naisten taustat olivat riittävän monipuolisia, koska tarkoitus oli tutkia asiaa laadullisesti ja analysoida saatua aineistoa tarkemmin (Eskola & Suoranta 1998, 18).

5.4 Tutkimustyön aikataulu

Seuraavassa on kuvattu havainnollisesti opinnäytetyön aikataulu pääpiirteittäin. Osa alueista ja tekemisestä ei mennyt näin lineaarisessa järjestyksessä vaan enemmän limittäin. Tutkimus oli hyvin prosessin omaista ja tutkimuksen edetessä, mielenkiinto tutkimuskohteeseen lisääntyi ja syveni.



Kuvio 2. Tutkimuksen aikataulu

5.5 Aineiston hankinta

Perusaineistona työlleni on aluksi Peace Circle -käsikirja ja sen kautta tulevat ryhmien tavoitteet ja peruseriaatteet. Peace Circle -käsikirjasta nousevaa keskeistä sanastoa ovat anteeksiannon voima, sisäinen rauha, toisten ja itsen kuuntelu, rauhan luominen ja minun tarinani. Näihin käsitteisiin pohjaten muodostui myös pitkälti teemahaastattelun runko sekä tutkimuksen teorian muodostaminen.

Olen haastattelut yhteensä 7 Peace Circle -ryhmiin osallistunutta naista kevään ja loppukesän aikana. Apua haastateltavien löytymiseen sain Initiatives of Change ystävilteni kyseisissä maissa. Huhtikuussa haastattelin 3 naista Oslossa, joista kaksi haastattelua tein Norjan Initiatives of Change -keskuksessa erillisessä huoneessa ja yhden haastattelun tein haastateltavan kotona, koska hänellä ei ollut mahdollisuutta tulla keskukseseen. Loput 4 naista haastattelin Tukholmassa Initiatives of Change keskuksessa heinäkuun alussa, myös erillisessä huoneessa ettei tullut häiriötekijöitä. Se, että haastateltavat ovat kaikki ulkomailta, johtuu siitä, ettei Suomessa ole vielä varsinaisesti päästy aloittamaan tutkimukseni kohteena olevaa työmuotoa.

Haastattelukielenä käytin englantia ja nauhoitin kaikki haastattelut digitaalisesti. Haastateltavat olivat saaneet jo etukäteistietoa yhteishenkilöiden kautta sekä sähköpostilla, mitä haastattelu koskee ja miksi sitä teen. Luvan kysyin lisäksi vielä kaikilta haastateltaviltani ennen haastattelun aloitusta. Samalla selvitin heille salassapito asiat ja ettei heitä tunnisteta käyttämästäni materiaalista. Kerroin heille, että nauhoituksen säilytän itselläni ja ettei kellekään muulla ole pääsyä niihin. Kenenkään haastateltavan äidinkieli ei ollut englanti ja ruotsissa yhden haastateltavan kanssa jouduin vielä käyttämään tulkkia, koska hän ei osannut riittävän hyvin englantia. Kieli teki haastatteluista tietenkin haastavamman myös itselleni, mutta sillä ei ollut vaikutusta tuloksien luotettavuuteen.

Haastattelutilanteet olivat luontevia ja paikat edesauttoivat keskustelun etene mistä ilman keskeytyksiä. Myös kotona tehty haastattelu sujui rauhallisesti ilman keskeytyksiä, koska haastateltavan lapset olivat päiväunilla. Haastateltavat suh-

tautuivat tilanteeseen mielenkiinnolla ja heistä oli mukava palata heidän omaan kokemukseensa olla osallisena Peace Circle -ryhmässä sekä antaa se tutkimuksen käyttöön. Kukin haastateltavista olivat osallistuneet Peace Circle -ryhmään viimeisen kolmen vuoden aikana. Taustoiltaan haastateltavat olivat hyvin erilaisia. Kansalaisuuksia oli viisi: yksi norjalainen, yksi pakistanilainen, kolme somalialaista, yksi ruotsalainen ja yksi kroatialainen. Uskontoja oli kolme: neljä muslimia, kaksi protestanttia ja yksi katolilainen. Ikäjakauma haastateltavien kesken oli 28-vuotiaasta noin 55-vuotiaaseen asti. Mielestäni sain hyvän näytteen erilaisista kulttuuritaustoista, uskonnoista ja ikäjakaumasta haastatteluryhmääni. Lisäksi yksi kriteeri haastateltavien valinnassa oli, ettei heillä olisi aikaisempaa kokemusta Initiatives of Change työstä ja sekin toteutui lähes kaikkien kohdalla yhtä lukuun ottamatta.

Haastattelujen litterointi oli tärkeä vaihe koko työn kannalta ja aikaa vievä. Litteroinnin tein sanasta sanaan ilman huokauksia ja muita ylimääräisiä painotusten tai taukojen merkintöjä oman osuuteni mukaan lukien. Näin tein siksi, että kiinnostuksen kohteeni olivat esiin tulevat asiat ja teemat haastatteluissa eikä kielten ja varsinaisen vuorovaikutuksen tutkiminen (Ruusuvuori ym., 2010, 424). Se, että litterointikin täytyi tehdä englanniksi, ei ollut niin vaikeaa kuin aluksi ajattelin. Tämä teetti minulle kuitenkin lisää töitä, koska litteroinnin jälkeen jouduin tekstit kääntämään suomeksi. Tosin en kääntänyt kaikkea haastatteluista, vaan ainoastaan ne osat jotka katsoin työni kannalta merkittäväksi teemoihin pohjautuen. Litteroituja sivuja haastatteluista kertyi yhteensä noin kolmekymmentä sivua.

Haastattelut olivat siis tärkein aineistomateriaalini. Lisäksi sain hiukan tietoa ja kokemusta harjoittelupaikastani ja siellä tekemästäni työstä. Kevään harjoittelun aikana Daisy Laidy'ssä pidin yhden Peace Circlein, mihin osallistui kuusi naista, kaikki eri kulttuuritaustasta. Siitä sain itselleni lisäymmärrystä koko toimintamuotoon käytännön kautta. Heitä en kuitenkaan halunnut muuten ottaa tutkimukseeni mukaan, koska asetelma olisi ollut hankala. Ensin olin heidän ryhmänsä vetäjä ja sitten olisin haastatellut heitä heidän kokemuksestaan osallistua ryhmääni. Heidän olisi ollut ehkä vaikeaa olla objektiivisia haastateltavina.

5.6 Analysointi

Aloittaessani analyysia, minun täytyi huomioida haastateltavieni erilaiset taustat sekä kieliasia. Toisaalta minulla on aiempaa kokemusta erilaisista kulttuureista ja uskonnoista, mikä on tärkeä ottaa huomioon analysoinnin kannalta. Lisäksi minulla on riittävä kielitaito englanninkielisen materiaalin käsittelemiseen. (Ruusuvoori ym. 2010, 412.) Analysointia helpottaa myös se, että tein kaikki haastattelut itse paikan päällä sekä litteroin nauhoitukset itse.

Analysoinnin yhtenä osana käytän otteita alkuperäisistä haastatteluista ja koska ne ovat englanninkielisiä ja käännökset ovat minun tekemiäni, laitan perään alkuperäisen otteen haastattelukielellä, jotta lukijalla on mahdollisuus tehdä omat päätelmänsä ilman minun tulkintojani (Ruusuvoori ym. 2010, 421).

Tarkastelin haastattelijani aineistolähtöisen sisällönanalyysin kautta. Aluksi olen kuunnellut ja litteroinut tekstit auki, minkä jälkeen olen lukenut ne läpi tutkimuskysymykset mielessäni. Tämän jälkeen pelkistin tekstiä teemojen pohjalta nähdäkseni, mitkä asiat nousevat esille haastatteluista (Hirsijärvi & Hurme 2009, 149; Tuomi & Sarajärvi 2012, 109-110.) Tämä analyysitaso oli riittävä minun tutkimuksessani, saadakseni esille oleelliset tulokset haastattelumateriaalistani.

Tuomi ja Sarajärvi kirjoittavat analysoinnin vaiheista myös, että täytyy tehdä vahva päätös, mikä aineistossa kiinnostaa, käydä läpi aineisto ja erotella sekä merkitä asiat kiinnostuksen mukaan ja jättää muu pois. Teemoitella kerätyt asiat ja kirjoittaa yhteenveto. (Tuomi ja Sarajärvi 2012, 91,92.) Tämä vaikuttaa näin kirjoitettuna hyvinkin pelkistetyltä ja helpolta, mutta vaatii kuitenkin aikaa ja paneutumista analyysin tekoon.

6 TUTKIMUKSEN TULOKSET

6.1 Ryhmän tavoitteiden saavuttaminen

Peace Circlelin tavoitteita olivat mm. muutoksen aikaansaamista alkaen naisista itsestään, sitouttaa naiset rauhanluojiksi yhteiskunnan eri tasoilla ja nähdä moraalinen ja henkinen yhteys sosiaaliselle toiminnalle. Nämä teemat tulevat esille kokoontumisten aikana eri keskustelujen ja harjoitusten kautta, mutta niitä ei suoranaisesti opeteta, koska kaikki vuorovaikutus ja oppiminen tapahtuu avoimen ja rehellisen dialogin kautta.

Peace Circle oli kaikkien haastateltavien mielestä ainutlaatuinen kokemus. Ainutlaatuisiksi sen teki ryhmän monikulttuurisuus, erilaiset ajattelutavat ja kunnioittava sekä avoin ilmapiiri. Jotkut haastateltavista eivät olleet ennen olleet tekemisissä muslimien tai kristittyjen kanssa näin läheisesti. Se oli heille avartava kokemus ja he saivat kokea olevansa loppujen lopuksi hyvinkin samanlaisia. Ennakkoluulot ja raja-aidat kaatuivat puolin ja toisin sekä syntyi aitoa ystävyyttä.

Ajattelen, että tärkein asia minulle oli tunne se yhteenkuuluvuudesta ja syvä tunne, että olemme kaikki samassa tilanteessa. Ja kuin naiset ovat yhteisössä, taustasta ja uskonnosta huolimatta, kunnioittaen toisiaan. Ja todella erittäin hyvä.. se oli..”(I think the most important thing for me was this feeling of fellowship and the deep feeling that we were all the same situation. And as women in the society in spite of backgrounds, religious and faith with respect. And really very good.. it was..)H2

Anteeksianto koettiin erittäin tärkeänä perheen keskellä ja ilman anteeksiantoa ei voi elää rauhassa tai olla rauhantekijä. Keskeistä oli havaita, että vaikka joku haastateltava oli kristitty tai muslimi, he saattoivat oppia paljonkin uutta anteeksiannosta ja miten käyttää sitä elämässään. Anteeksianto koettiin myös vaikeaksi, koska se koskettaa toisinaan niin syvältä ja vaatii aikaa. Peace Circle teemat menevät usein sisäkkäin ja sitä naiset toivat myös esille, että sisäinen

kuuntelu ja toisten kuuntelu auttaa myös anteeksiannossa ja tekee sen mahdolliseksi, kuten seuraavasta haastattelusta käy ilmi.

”Kyllä, mutta ajattelen, että Peace Circle on antanut minulle enemmän reflektiota anteeksiantamiseen ja kuinka voin tehdä sen... Luulen sen olevan enemmän kuin tätä ja tunnen että olen vahvempi ihminen näiden reflektioiden avulla.” (Yes, but I think that PC has given me more reflection for forgiveness and how I can do... I think it is more like that and feel that I am stronger person with these reflections.)H3

Kaikki naiset kokivat omasta mielestään jonkinlaista muutosta tapahtuneen itessään, näkökulmissa tai käytännön tasolla. Osa muutoksista oli käytännön tasolla ja osa itsessä tapahtunut oivallus, mitä muutos minulle tarkoittaa sisäisesti ja ymmärryksen tasolla. Peace Circlelin tarkoitus on aloittaa osallistujissa muutoksen prosessi ja sen haastateltavat olivat kokeneet. Eräs naisista sanoi omassa haastattelussaan seuraavasti:

” Niin, jos haluat tehdä jotain, sinun täytyy tulla omaksi itseksi, sitä en ajatellut koskaan aiemmin... Kuten sanonta; ole itse muutos, minkä haluat nähdä maailmassa. Kyllä, se on pääajatus... Kaikki, mitä haluan tehdä, alkaa minusta itsestäni, jos haluan 100% sen tehdä ennen tekemistä. Tämä on hyvä tehdä. (So if you do something you have to become yourself that I never thought before... Like the phrase “be the change you want to see in the world”. Yes that was the main idea... Everything I want to do I began myself, if I want 100% to do that before to do. This is nice to do.) H4

Yhtenä tärkeänä kysymyksenä esitin haastateltaville, että kuinka he kokevat olevansa rauhantekijöitä tänä päivänä. Monet halusivat viedä rauhaa omaan kotimaahansa ja antaa naisille siellä mahdollisuuden löytää rauhan itselleen ja sitä kautta myös perheelle. Yksi naisista ilmaisi asian näin haastattelussa neljä ja toisena haastattelusta kuusi:

”Ja naiset ovat moottori tähän, nuoret ja vanhat ja koska naiset ovat perheen sydän ja jos he muuttuvat ja näkevät muutoksen ja rauhan tärkeyden, voivat he vaikuttaa tekemisellään perheessä ja yhteisössä. Niin, naisissa on voima.” (And the women are the motor for this younger and older and because women are the heart of the family and if they can change and see the importance of change and peace, they can effect by what they do in the family and in the community. So there is power in the women.)H4

“ Minä aina ajattelen toisia – köyhiä, sairaita ihmisiä – Olin aina ollut sellainen henkilö. Mutta minä toimin nyt, ennen ajattelin heitä, mutta nyt menen sairaalaan tapaamaan heitä, vaikka en tunne. Niin nyt annan enemmän sydäntäni ihmisille – Minä toimin, mitä tunnen.” (I always think about other – the poor people, sick people- I always was that kind of person. But I do action, before I was thinking for them but now I going to hospital to meet them even I don’t know. So now I more give my heart to people- I do action what I feel).H6

Naiset halusivat oman kokemuksensa perusteella viedä työmuotoa eteenpäin ja tehdä työtä yhdessä rauhanluomiseksi. Muutama haastateltavista myös mainitsi, että maahanmuuttajat eivät pysty elämään vapaana ja rauhassa, jos heidän kotimaassaan on levotonta ja vaikeaa. He kantavat huolta sukulaisistaan ja ystävistään. Siksi ainoa mahdollisuus on mennä sinne, missä on konfliktin juuret. Jos saat rauhan aikaiseksi kotimaassasi, silloin voit elää rauhassa myös uudessa kotimaassasi. Tämän vuoksi osa naisista haluaa viedä Peace Circlelin heidän omaan kotimaahansa ja olla rauhanluojina konfliktin alkulähteillä.

6.2 Tärkeät teemat

Teemahaastatteluisissa nousivat esille selkeästi minun tarinani ja sisäinen kuuntelu tärkeimpinä Peace Circlelin aihealueina naisille. Molempia teemoja oli koettu vaikuttavina jopa kuuden eri naisen haastatteluisissa. Seuraavassa katkelma kuudennesta haastattelusta:

”Tarinat erittäin kauniita. Jaoin tarinani heidän kanssaan ja koskaan en ajatellut sen olevan niin emotionaalisesti kanssani, koska jokainen oli hiljaa ja vain minä puhuin. Emotionaalisesti minä melkein itkien. Kaikki tunteet ja he vain kuuntelivat, ei keskeytyksiä – vain kuuntelivat. Tunsin kuinka tarvitsin tuota hetkeä.” (Stories very beautiful. I share with them my story and never thought it was emotionally with me because everybody was quiet just only me was talking and emotionally I was almost crying. All emotions and they were listening just, no disruptions no thing – just listen. I feel like I needed that moment.)H6

Monet naisista kokivat tarinat voimaannuttavina, kuten edellinen haastateltava kertoi. Toiset sanoivat myös kuinka he saattoivat oppia uutta toisten elämäntarinoista. Lisäksi kaikille oli uutta, ettei kertojaa saanut keskeyttää eikä esittää kysymyksiä kuin vasta lopussa, jos kertoja oli halukas vastaamaan kysymyksiin. Oman tarinan jakaminen muille oli uutta monille ja kuulluksi tuleminen aidosti oli ollut voimakas ja eheyttävä kokemus. He kokivat kaiken tämän erittäin positiivisena ja antoisana osana Peace Circleliä.

Sisäinen kuuntelu oli myös merkittävä teema kuudelle haastateltavista. He kokivat sisäinen kuuntelun auttavan heitä keskittymään paremmin elämään ja löytämään sen avulla sisäisen rauhan itselle.

”... mutta ajattelen sen olleen minulle hyväksi, koska olin enemmän tasapainossa ja näin asiat eri perspektiivistä enkä tästä turhautumisesta käsin. Olin vihainen, pettynyt... Luulen löytäneeni jotain jopa tästä koko sotkusta ja löysin kuuntelemalla enemmän ja enemmän itseäni.” (...but I think it was good for me because I was more in harmony and I was seeing things also from different perspective from not this frustration, I was angry, disappointed... I think I found something even in this whole mess and I found listening more and more myself.)H3

Anteeksianto oli tärkeä ja voimakas kokemus ainakin neljälle haastateltavista naisista. He kokivat sen olevan ehdoton, jotta voivat elää rauhassa ja olla jollain tavalla rauhantekijöitä. Yksi haastateltavista ilmaisi anteeksiannosta seuraavasti, haastattelu viisi:

”Kyllä, voimakkaana, koska annat anteeksi. Meidän uskonnossa jokainen sana on Jumalan sanaa anteeksiannosta, koska Jumala antaa anteeksi ihmisilleen ja Hän pyytää meitä anteeksi antamaan toisillemme. Mutta me, minä en koskaan ymmärtänyt ja yritin ymmärtää sitä, mutta tämän kurssin jälkeen minä ymmärsin jotakin ja minä harjoitan sitä molemmissa, uskonnossani ja itsessäni. Kurssilla sain kuinka saada sitä. Niin minä sain voimaa anteeksiannosta. Niin, siksi minä pidän siitä.”(Yes powerful because you forgive. We our religion is every word is Gods words for forgiveness because God forgives his people and He asks we forgive each other. We never, I never understood and try to understand it but after this course I understand something and I practice it both my religious side and my. Courses how I get it. So I got so powerful of forgiveness. So that’s why I like that.)H5

Kuuntelu oli yksi vahva teema, mikä myös nousi haastatteluista yhdeksi tärkeimmistä teemoista. Jotkut mainitsivat sen olevan jopa yksi tärkeimmistä, koska naiset heidän kulttuurissaan eivät kuuntele toisia. He vain puhuvat kaikki yhteen ääneen. Se, että naiset saivat kokea tullessaan itse kuulluiksi omien tarinoidensa kautta, auttoi heitä näkemään sen voimaannuttamisen voiman ja kunnioituksen toisia kohtaan. Haastateltava neljä kertoo kokemuksestaan näin:

”Aina ajattelin olevani oikeassa kaikessa aikaisemmin enkä koskaan kuunnellut lapsiani täällä. Kun he kertovat minulle jotain, sanon tietäväni kaiken ja sinä olet väärässä. Tämä oli miten minä muutuin, koska nyt ymmärrän, etten ole aina oikeassa ja minä muutin sen ja näen itseni, että jotain oli pielessä minussa aiemmin. Jos he tekevät jotain, mistä en pitänyt, minä oli vihainen ennen ja jopa myös minun miehelleni, mutta nyt olen muuttunut. Nyt minä kuunte-

len toisia ja teen sen oikealla tavalla.” (Always I think I am right everything before, and I never listen my children here. When they tell something to me and I say I know everything and you are wrong. This was what I change because now I understood that I am not right always and I changed it and I see myself something is wrong before. If something they do I what didn't like I was angry before and now even for my husband too, but now I have changed. Now I know I listen the other and make it right way.)H4

6.3 Uusia näkökulmia elämään

Uusi näkökulma, mikä liittyi kuuntelemiseen oli, että ennen monet naisista kertoivat kuunnellessaan antavan helposti ratkaisuja ja neuvoja ongelmiin, vaikka sitä ei heiltä pyydettykään. Peace Circleliin osallistuminen auttoi heitä ymmärtämään, ettei se ole oikeanlaista kuuntelemista. Kuuntelemalla on tarkoitus auttaa ihmisiä löytämään itse vastaukset tai ratkaisut ongelmiinsa ja antaa neuvoja vain pyydettyä. Haastateltava kuusi kertoi seuraavaa:

”Niin minä opin kuinka kuunnellaan toisia ja ymmärretään, mitä joku haluaa puhua sinulle – sinä voit ymmärtää, mitä hän kertoo sinulle. Mutta aikaisemmin, minä luulin ymmärtäväni, mutta en ymmärtänyt. Nyt, kun minä harjoittelen sitä, minulla on enemmän kärsivällisyyttä kuunnella – ei ollut sitä aikaisemmin. “(So I learned to how to listen to the other people and to understand what somebody want to talk to you – you can understand what he is telling to you. But before I think I understand but I didn't understand. Now when I am practicing it I have more patience to listen – didn't have before.)H6

Ensimmäisessä haastattelussa tuli esille seuraavanlaista muutosta, mikä liittyy sisäiseen muutokseen:

”Muutosta uskoni tasossa, kyllä. Luulen ja koraanissa sanotan myös, että yhteisö muuttaa ihmisyyttä, yksilöiden täytyy muuttua. Tämä oli henkilökohtainen muutos. Oma muutokseni ylpeydestä,

epäluottamuksesta ja kaikki tietävyydestä.” (Changing the level of my faith yes, I think and in the Koran is also says that in the society to change humankind, individuals need to be changed. That was the personal change. My own change from pride, mistrust and all knowing.)H1

Toinen haastateltavista koki muutosta toisten ihmisten kohtaamisessa ja itsensä kuuntelemisessa. Hän kertoi ennen vain rukoilleensa, mutta Peace Circlein jälkeen hän alkoi myös kuuntelemaan Jumalaa ja kirjoitti ajatuksiaan ylös, joihin saattoi palata päivän päätteeksi. Se antoi hänelle voimaa ja jaksamista päiviin.

Yksi tärkeä asia näkökulmien muutoksessa tuli esille kaikissa haastatteluissa. Kaikki kokivat hyväksi ryhmän moninaisuuden ja erilaiset taustat osallistujissa. Monien ennakkoluulot eri uskontoja ja rotuja kohtaan hävisivät ja tilalle tuli ystävyyttä sekä luottamusta. Yhteys muslimien ja kristittyjen välillä ja kuinka voi jakaa uskon toisen kanssa samalla tasolla siitä huolimatta.

7 POHDINTAA

Aloittaessani tekemään tutkimustani liittyen Peace Circleliin, ajattelin sen olevan yksi työ muiden joukossa. Huomasin kuitenkin tutkimuksen aikana, kuinka kiinnostuin asiasta koko ajan enemmän ja näin koko työmuodon hienouden ja mahdollisuudet.

Kaikki haastattelemanı naiset kokivat osallistumisen Peace Circleliin hyvänä kokemuksena ja suosittelevat sitä myös ystävilleen ja jopa työkavereilleen. He kokivat saaneensa sieltä itselleen jotain sellaista, mikä auttaa heitä elämässä eteenpäin. Avoin ja lämmin ilmapiiri ennestään tuntemattomien ihmisten kesken oli syntynyt alusta alkaen ja tämä oli syventänyt naisten kokemusta ja kunnioitusta toisia kohtaan.

Kuten tutkimukseni nimessä jo sanotaan - muutoksen työkalu naisille - toteutui jokaisen haastattelemanı naisen kohdalla jollain tasolla. Toiset kokivat suurempia muutoksia kuin toiset. Osalla naisista muutos tapahtui ajattelun tasolla ja sisäisen dialogin kautta. Toiset muuttivat toimintatapojaan ja suhtautumista toisiin ihmisiin. Kaikki kokivat myös ryhmän moninaisuuden rikkautena, mikä auttoi ymmärtämään toisia sekä itseään uudella tavalla. Tavata naisia eri kulttuureista, uskonnoista, sosiaalisesta taustasta ja ikäryhmistä, antoi kaikille uuden ja rikkaan kokemuksen sekä oivalluksen, että kaikesta erilaisuudesta huolimatta olimmekin samanlaisia – naisia.

Sosionomin ja sosiaalialan näkökulmasta koen tutkimukseni osoittaneen naisen aseman tärkeyden eri yhteiskunnan tasoilla alkaen perheyksiköstä sekä naisten mahdollisuudesta aloittaa muutos itsestään käsin. Perhe on yksi tärkeistä sosiaalisen toiminnan perusyksiköistä, jonka parissa myös sosionomit työskentelevät. Auttamalla naisia ja äitejä voimaan paremmin, kuten Peace Circlelin yksi tarkoitus myös on, autamme myös perheitä voimaan paremmin. Perheen hyvinvointi taas säteilee ympäristöön ja voi auttaa koko yhteisö voimaan paremmin.

Jokaisella on vapaus valita haluaako muuttua ja miten. Tässä työmuodossa kuitenkin annetaan jokaiselle mahdollisuus nähdä muutoksen tarve omalla kohdallaan ja annetaan siihen myös työkaluja ja tukea ryhmän kautta. Avoimen dialogin ja toisen ymmärtämisen sekä kuuntelemisen kautta voi löytää uusia näkökulmia ja voimavaroja itselleen ja halun muuttua. Voi päätyä oivallukseen, että tarvitsee muutosta ja ainoa tie muutokseen alkaa minusta itsestäni.

Haastattelin tutkimukseen seitsemään Peace Circleliin osallistunutta naista, mikä on pieni määrä, mutta kuitenkin tuloksena kaikki olivat kokeneet ryhmään osallistumisen tärkeänä ja haluavat viedä sitä eteenpäin tavalla tai toisella. Naiset olivat mielestäni rehellisiä ja avoimia haastatteluissa ja vaikka haastattelut oli tehty englanniksi, mikä ei ollut kenenkään äidinkieli, ymmärsimme toisiamme. Ajattelen, että jos tekisin samanlaisia teemahaastatteluja naisille muissa maissa, olisivat tulokset hyvin samansuuntaisia.

Yksi huomio, minkä tein haastattelujen pohjalta, oli osallistujien taustojen vaikutus siihen, miten syväle on halukas menemään teemojen kautta. Esimerkkinä ajattelen, että maahanmuuttajilla on takanaan monenlaisia elämäkokemuksia ja he ovat usein joutuneet läpikäymään vaikeita elämänvaiheita ja muutosta, mutta koko ikänsä Norjassa tai Ruotsissa asunut nainen ei välttämättä ole joutunut kohtaamaan elämän julmuutta samalla tasolla kuin maahanmuuttajat. Tämän takia muutoksen tarpeellisuuden havaitseminen jää paljon pinnallisemmaksi, vaikka muuten kokisikin toimintamuodon antoisana.

Tutkimukseni päätteeksi voin todeta, tulokset olivat positiivisia ja vahvistavat kyseisen työmuodon mahdollisuuksia auttaa naisia muuttumaan ja toimimaan rauhanluojina omalla paikallaan. Naiset saavat itselleen varmuutta ja itseluottamusta, jotta myös heidän tekemisillään on merkitystä ja he ovat arvokkaita. Se antaa toivoa ja uskoa tulevaisuuteen sekä siihen, että muutos on mahdollista.

LÄHTEET

- Aaltola, J & Valli, R 2001 (toim.). Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Artikkelit Eskola, J & Vastamäki, J: Teemahaastattelu: Opit ja opetukset. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Brown, J. 2009. Creators of Peace; Peace Circle. A guide to forming and facilitating. A programme of Initiatives of Change. Melbourne: Initiatives of Change.
- Brown, J & De Angelis, C & McDonald-Harrison, T 2012. Creators of Peace Strategic plan 2012-2016. Melbourne: Initiatives of Change.
- Dalai-Lama 2011. Myötätunto. Sisäinen rauha ja onnellisempi maailma. Suomentanut Nina Valtavirta. Helsinki: Basam books.
- Eskola, J & Suoranta, J 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Vastapaino.
- Haarakangas K. 2008. Parantava puhe. Helsinki: Magentum.
- Hirsijärvi, S & Hurme, H 2010. Tutkimushaastattelu, teemahaastattelun käytäntö ja teoria. Tallinna: Gaudeamus.
- Hämäläinen, P. 2008. Elämä on epäreilua. Hyväksy ja anna anteeksi! Jyväskylä: Minervakustannus oy.
- Hänninen, V. 2002. Sisäinen tarina, elämä ja muutos. 5., Painos. Tampere: Tampereen yliopisto.
- IoFC 2012. [www.iofc.org->about us->history->frank buchman](http://www.iofc.org/about-us/history/frank-buchman). 28.9.2012.
- IoFC 2012. [www.iofc.org ->programme & training -> peace & trustbuilding-> creators of peace](http://www.iofc.org/programme-training/peace-trustbuilding-creators-peace). 13.10.2012.
- Mönkkönen, K. 2007. Vuorovaikutus, Dialoginen asiakastyö. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Kaasila, R., Rajala, R. & Nurmi, K.E. 2008. Narratiivikirja, menetelmiä ja esimerkkejä. Tampere: Lapin yliopistokustannus.
- Lindahl, K. 2010. The Sacred Art of Listening 5th printing. Woodstock: Skylight Pahts.
- Lindqvist, M. 2000. Tässä seison. Helsinki: Otava.
- Rauhaninstituutti 2012. [http://www.rauhankasvatus.fi/mit%C3%A4_rauhankasvatus viitattu](http://www.rauhankasvatus.fi/mit%C3%A4_rauhankasvatus_viiattu) 27.9.2012.
- Riikonen, E & Smith, G.M 1998. Inspiraatio ja asiakastyö. Jyväskylä: Vastapaino.
- Ruusuvuori, J & Nikander, P & Hyvärinen, M 2010 (toim). Artikkelit Pietilä Ilkka: Vieraskielisten haastattelujen analyysi ja raportointi. Tampere: Vastapaino.
- Saaristo, T. 2001. Taikasanat eli miksi antaisin anteeksi. 4. painos. Vantaa: Dialogia.
- Tuomi, J & Sarajärvi, A 2012. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. 9. uudistettu painos. Vantaa: Tammi.
- Tutu, D. 1999. Anteeksiantaminen – tie tulevaisuuteen. Suomentanut Ritva Hellsten. Helsinki: Ajatus Kirjat.

Väisänen L., Niemelä M. & Suua P. 2009. Sanat työssä, vuorovaikutus ammattitaitona. Helsinki: Kirjapaja.

Yankelovich, Daniel 1999. The Magic of Dialogue, Transforming Conflict Into Cooperation. NewYork: Touchstone.

Teemahaastattelu

Liite 1

Haastateltavan taustat

- Milloin osallistui PC ja miksi
- Rotu, uskonto
- Perhetilanne

Oma kokemus ryhmään osallistumisesta

- Mitkä teemat olivat itselle tärkeitä ja miksi
- anteeksianto
- minun tarinani
- sisäinen rauha

Mitkä ovat PC tavoitteet

- Kokeeko itse saavuttaneensa tavoitteet
- Millä tavalla

Muutos yksilö, perhe ja yhteisötasolla

- Mahdollinen oma muutos
- Tapahtuiko muutosta sydämen tasolla
- Konkreettisia esimerkkejä
- Näkökulmien muutosta

Miten osallistuminen näkyy tänä päivänä omassa elämässä

- Millä tavalla olen rauhanluoja tällä hetkellä

The Focused Interview

Background

- When took part to PC and why
- Race, religion
- Family

Own experience taking part of the PC

- Which themes you found important
- Forgiveness
- My stories
- Inner listening

What are the aims for PC

- Did you achieve them
- How

Change at personal, family and community level

- Possible personal change
- Did change of heart happen
- Examples
- Any change of personal views

PC impact in your life today

- How I am peacemaker today

Muutoksen dynamiikka (Liite 2)

