

OPINNÄYTETYÖ

Tarinatupa

Voivatko toiminnalliset menetelmät toimia kulttuurienvälisen vuoro-
vaikutuksen toteutumisen tukena?

Pihla Järvinen

Yhteisöpedagogi AMK

(210 op)

Arvioitavaksi jättämisaika

(12/2022)

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu

Yhteisöpedagogi (AMK)

Tekijät: Pihla Järvinen

Opinnäytetyön nimi: Tarinatupa: Voivatko toiminnalliset menetelmät toimia kulttuurienvälisen vuorovaikutuksen toteutumisen tukena?

Sivumäärä: 48 ja 5 liitesivua

Työn ohjaaja(t): Tarja Jukkala

Työn tilaaja(t): Sahan-Seura ry, Hyvinvoivat maahanmuuttajanaiset- hanke

Tämän opinnäytetyön tilaajana on vantaalainen sosiaali- ja terveystyöjärjestö Sahan-Seura ry ja se on toteutettu Hyvinvoivat maahanmuuttajanaiset (HyNa)-hankkeen toimintaan. Opinnäytetyön pääasiallisena tavoitteena oli kehittää kokeilumuotoinen toimintamalli, jota tilaaja voi hyödyntää kulttuurienvälisessä toiminnassa jatkoa ajatellen. Opinnäytetyön tavoitteet nousivat tilaajan tarpeesta edistää kahdensuuntaisen kotoutumisen ja kulttuurienvälisen vuorovaikutuksen toteutumista vielä suhteellisen uudessa hankkeessa, joka on alkanut vuonna 2021.

Tähän tarpeeseen pyrittiin vastaamaan kartoittamalla lähialueen potentiaalisia kantaväestöä edustavia yhteistyötahoja, joilla olisi kiinnostusta osallistua kulttuurienvälisyyttä lisäävään toimintaan. Lisäksi myös hankkeen omia maahanmuuttajataustaisia naisiasiakkaita pyrittiin sitouttamaan mukaan sekä luomaan uusia kontakteja kantaväestöön kuuluvien naisten kanssa. Näiden tavoitteiden pohjalta toteutettiin Tarinatupa-toimintamalli, joka sisälsi kolme työpajamaista toimintakertaa, joiden avulla haluttiin lisätä kulttuurienvälisen vuorovaikutuksen toteutumista maahanmuuttajataustaisten ja kantasuomalaisten osallistujien välillä. Työpajat toteutettiin HyNa- hankkeen omissa tiloissa Vantaan Myyrmäessä touku-kuussa 2022.

Opinnäytetyön osatavoitteena oli lisäksi kokeilla toiminnallisten menetelmien hyödyntämistä monikulttuurisella kentällä sekä saada uutta tulokulmaa moninaisten ihmisten kohtaamiseen kunnioittavan kosketuksen ja satuhieronnan kautta. Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena, jonka menetelminä käytettiin toimintatutkimusta, osallistuvaa havainnointia, benchmarkingia sekä haastattelua. Aineiston keruun ja Tarinatupa- työpajoihin osallistuneilta sekä tilaajalta saadun palautteen ja kokemusten perusteella voidaan todeta, että toiminnalliset menetelmät toimivat hyvin kulttuurienvälisen vuorovaikutuksen toteutumisen tukena. Tilaaja pystyy hyödyntämään saatuja tuloksia HyNa- hankkeessa myös jatkossa järjestämällä vastaavaa toimintaa esimerkiksi hyvinvointi-illoissa tai naisten olohuone-toiminnassa sekä jakamalla tietoutta eteenpäin esimerkiksi omille monikulttuurisen järjestökentän verkostoilleen.

Asiasanat: kulttuurienvälisyys, vuorovaikutus, toiminnalliset menetelmät, satuhieronta

ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences
Community educator, NGO and Youth work

Author: Pihla Järvinen

Title: Tarinatupa: Can functional methods support the realization of intercultural interaction?

Number of Pages: 48 and 5 attachment pages

Supervisor(s): Tarja Jukkala

Commissioned by: Sahan-Seura ry, Hyvinvoivat maahanmuuttajanaiset- hanke

This thesis was commissioned by the social and health organization Sahan-Seura ry and it has been implemented in the activities of the Hyvinvoivat maahanmuuttajanaiset (HyNa) project. The main goal of the thesis was to develop an experimental operating model that the client can use in cross-cultural activities in the future. The objectives of the thesis arose from the client's need to promote the realization of two-way integration and interaction between cultures in a still relatively new project that has started in 2021.

This need was responded by reaching out the potential cooperative organizations representing the native population in the nearby area, who would be interested in participating in activities that increase interculturality. In addition, efforts were also made to engage the project's own female customers with an immigrant background and to create new contacts with those who belong to the native population. On the basis of these goals, the Tarinatupa operating model was implemented, and it included three workshops, that should be increasing the realization of interaction between cultures. The workshops were organized at the HyNa-project's own premise in May 2022 in Myyrmäki, Vantaa.

The partial goal of the thesis was also to try using functional methods in a multicultural field and to get a new angle for encountering diverse people through respectful touch and so-called fairytale massage. The thesis was executed as a qualitative study, which used action research, participant observation, benchmarking and interview. Based on the feedback and experiences received from both the Tarinatupa participants and the client, it can be concluded that the functional methods work well to support the realization of intercultural interaction. The client will be able to utilize the results in the HyNa project also in the future by organizing similar activities for example in their wellness evenings or women's living room activities, and by sharing the obtained information in their own networks in the multicultural field.

Keywords: interculturality, communication, interaction, workshop

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ	
ABSTRACT	
1 JOHDANTO.....	6
2 TILAAJA JA TOIMINTAYMPÄRISTÖ.....	7
2.1 Sahan-Seura ry	7
2.1 Järjestön hankkeista.....	7
3 TIETOPOHJA	8
3.1 Monikulttuurisuuden monet muodot	9
3.2 Kahdensuuntainen kotoutuminen ja kulttuurienvälinen vuorovaikutus	10
3.3 Satuhieronta ja kunnioittava kosketus vuorovaikutuksen välineenä	11
4 KEHITTÄMISTYÖN MENETELMÄT	16
4.1 Toimintatutkimus	16
4.2 Osallistuva havainnointi	19
4.3 Haastattelu	20
4.4 Benchmarking	22
5 AINEISTON KERUU JA ANALYSOINTI	24
6 TUOTOKSENA TARINATUPA.....	27
6.1 Prosessikuvaus	27
6.2 Toteutus	29
7 JOHTOPÄÄTÖKSET	37
7.1 Maahanmuuttajataustaiset osallistujat.....	37
7.2 Kantasuomalaiset osallistujat.....	39
8 LOPUKSI	41
8.1 Luotettavuus ja eettisyys	41
8.2 Tilaaajan arviointi	42
8.3 Oma pohdinta	43
LÄHTEET	46
LIITTEET.....	49

1 JOHDANTO

Opinnäytetyön tilaajana on Vantaan Myyrmäessä toimiva sosiaali- ja terveysjärjestö Sahan-Seura ry:n Hyvinvoivat maahanmuuttajanaiset (HyNa) - hanke. Tarve opinnäytetyölle on lähtenyt tilaajan tavoitteesta tukea hankkeen asiakkaiden sosiaalisia suhteita ja edistää vuorovaikutusta muiden kulttuurien edustajien, etenkin kantasuomalaisten kanssa. Täten aloimme tilaajan kanssa yhteistyössä pohtia, kuinka myös kahdensuuntaisen kotoutumisen toteutumista voitaisiin tukea hankkeessa. Tässä opinnäytetyössä keskitytään tutkimaan sitä, kuinka kahdensuuntainen kotoutuminen toteutuu nimenomaan vuorovaikutuksessa. Opinnäytetyössä pyritään vastaamaan tähän tarpeeseen suunnittelemalla ja toteuttamalla kokeilumuotoinen toimintamalli, jota tässä opinnäytetyössä kutsutaan Tarinatupa- nimikkeellä.

Tarinatupa- toimintamallin tarkoituksena oli kutsua koolle sekä hankkeen omia maahanmuuttajataustaisia asiakkaita, että uusia, kantasuomalaisia osallistujia ja järjestää heille kolme kulttuurienvälistä vuorovaikutusta lisäävää työpajaa hankkeen omissa tiloissa toukokuussa 2022. Toimintamallin toteuttamiseksi ja osallistujien löytämiseksi hyödynnettiin HyNa-hankkeen jo olemassa olevia kontakteja, kuten hankkeen omaa asiakaskuntaa sekä Vantaan Soroptimistit ry:tä. Sen lisäksi mukaan saatiin osallistujia Vantaankosken seurakunnasta. Yhteydenotot muihin potentiaalisiin toimijoihin, kuten lähialueen sosiaali- ja terveysalan oppilaitoksiin sekä Myyrmäen Marttoihin eivät tuottaneet tulosta ja näin ollen työpajojen suomalaisedustus jäi melko vähäiseksi.

Siitä huolimatta toteutettiin kolme onnistunutta työpajakertaa, joiden teemat keskittyivät vuorovaikutteisuuden ympärille mahdollisimman matalalla kynnyksellä siten, että niihin oli jokaisen mahdollista osallistua omista lähtökohdistaan tai suomen kielen taitotasostaan riippumatta. Tarinatupa- työpajojen aikana pidin tutkimuksellista päiväkirjaa, johon kirjasin huomioita osallistuvan havainnoinnin keinoin. Lisäksi tein benchmarkkausta tutustumalla kahteen monikulttuurisen järjestökentän toimijaan sekä haastattelin Tarinatupaan osallistuneita ihmisiä. Tarinatuvan osallistujat vaihtuivat osittain joka kerralla, joten se toi oman lisähaasteensa palautteen keruulle. Viimeisellä tapaamiskerralla osallistujat saivat ilmaista mielipiteensä eri väristen post-it lappujen avulla sekä kirjoittaa avointa palautetta. Sekä haastatteluaineistolla

kerätyn tiedon, että loppupalautteen perusteella kokemus oli positiivinen ja osallistujat olivat tyytyväisiä kokeiluun. Erityisesti satuhieronta oli ollut monelle mieleinen kokemus, jota toivottiin lisää myös jatkossa. Tilaajalle jää käyttöön luvussa 6 esitelty Tarinatupa- toimintamalli prosessikuvauksineen, jota voi jatkojalostaa eri tulokulmilla hankkeen tulevissa toiminnoissa, tai myös laajemmin ajateltuna monikulttuurisessa työssä sekä koko yhteisöpedagogin toimintakentällä.

2 TILAAJA JA TOIMINTAYMPÄRISTÖ

2.1 Sahan-Seura ry

Opinnäytetyön tilaajana on Sahan-Seura ry:n Hyvinvoivat maahanmuuttajanaiset (HyNa)-hanke, jota rahoittaa sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEA. Sahan-Seura ry on voittoa tavoittelematon sosiaali- ja terveysjärjestö, jonka tavoitteena on edistää nuorten ja perheiden sosiaalista vahvistumista, aktiivista kansalaisuutta sekä valmiutta toimia monikulttuurisessa Suomessa. Sahan-Seura ry on perustettu vuonna 2000 ja sen yhdistyksellä on yli 300 jäsentä. Järjestön arvoihin kuuluu yhdenvertaisuus, syrjimättömyys sekä suvaitsevaisuus. Sen toiminta on kaikille avointa iästä, sukupuolesta, ihonväristä, uskonnosta tai etnisestä alkupe-
räästä riippumatta. Sahan-Seura ry järjestää monimuotoista ja laadukasta toimintaa, joka edistää osallisuuden ja yhteenkuuluvuuden toteutumista. (Sahan-Seura 2022a.) Toimintaan kuuluu muun muassa erilaisia kasvatus- ja harrastustoimintoja, tapahtumia, koulutuksia, seminaareja sekä monipuolista leiritoimintaa. Lisäksi Sahan-Seura ry kehittää aktiivisesti kotoutumista edistäviä palveluita sekä tutkii vähemmistöjen menestymistä ja asemaa yhteiskunnassa (Sahan-Seura 2022a). Yhdistyksen nimessä oleva sana ”sahan” on somalin kieltä ja se tarkoittaa edelläkävijää. Sananmukaisesti Sahan-Seura ry pyrkii siis olemaan edelläkävijä monikulttuurisen Suomen rakentamisessa. Yhdistyksen oma toimintakeskus sijaitsee Länsi-Vantaan Myyrmäessä, jossa on käytettävissä monipuoliset ja viihtyisät toimitilat. Toimipaikassa järjestetään säännöllisesti esimerkiksi lasten ja nuorten läksy- ja toimintapajoja, sekä koululaisten iltapäivätoimintaa. Lisäksi Sahan-Seuralla on mahdollisuus käyttää läheisiä liikuntatiloja harrastus- ja liikuntaryhmien kokoontumisiin.

2.2 Järjestön hankkeista

Vuosina 2021–2023 Sahan-Seura ry:n painopisteenä on keskittyä edistämään erityisesti maahan muuttaneiden naisten hyvinvointia, kotoutumista ja osallisuutta. Opinnäytetyön tilaajatahona toimiva Hyvinvoivat maahanmuuttajanaiset (HyNa)-hanke on saanut STEA:n rahoituksen vuosille 2021–2023 ja sen kohderyhmänä on erityisesti pääkaupunkiseudulla asuvat, työelämän ulkopuolella olevat yli 29-vuotiaat maahanmuuttajataustaiset naiset. HyNa-hankkeen asiakaskunta koostuu tällä hetkellä pääosin somalian ja arabiankielisistä naisista, mutta toiminta on avointa kaikille eri kieliryhmille. HyNa-hankkeessa järjestetään muun muassa liikunta-aktiiviteetteja, leirejä, suomen kielen ryhmiä, hyvinvointitapahtumia, kursseja ja työpaikkoja, sekä yksilöohjausta ja avointa kohtaamistoimintaa. Hankkeen toimintaan ovat yleensä myös asiakkaiden omat lapset tervetulleita mukaan ja heille pyritään mahdollisuuksien mukaan tarjoamaan omaa ohjelmaa naisten toiminnan ajaksi.

HyNa-hankkeen lisäksi Sahan-Seura ry:llä on toiminut viime vuosina myös kaksi muuta aktiivista hanketta, STEA-rahoitteinen Tsempataan! -hanke sekä Euroopan sosiaalirahaston rahoittama Tsempataan töihin-hanke. Tsempataan! -hankkeessa pyrittiin edistämään yli 25-vuotiaiden maahanmuuttajien sosiaalista toimintakykyä, hyvinvointia ja työllisyyttä, kun taas Tsempataan töihin-hankkeessa keskityttiin erityisesti maahanmuuttajien työllisyyden kehittämiseen. Molemmat hankkeet toteutettiin vuosien 2020–2022 välillä ja niissä hyödynnettiin paikallista järjestöyhteistyötä muun muassa Vantaan Venäläisen Klubin, Itä-Vantaan Somalikulttuuriyhdistyksen ja Hakunilan kansainvälisen yhdistyksen kanssa (Sahan-Seura 2022b).

3 TIETOPOHJA

Opinnäytetyöni aihepiiri on suhteellisen laaja ja siihen liittyvää tietopohjaa sekä käsitteistöä voisi mielestäni oikeastaan käsitellä loputtomiin. Olen kuitenkin valinnut keskeisiksi käsitteiksi sellaiset asiat, joiden koen olevan aiheen monipuolisen käsittelyn kannalta merkityksellisiä, sekä myös mielekkäitä. Tietopohjassa avaen siis monikulttuurisuuden, kahdensuuntaisen kotoutumisen, kulttuurienvälisen vuorovaikutuksen, sekä opinnäytetyöni toiminnallisessa osuudessa hyödyntämäni satuhieronnan ja kunnioittavan kosketuksen teoriaa.

3.1 Monikulttuurisuuden monet muodot

Elämme yhteiskunnassa, jossa kulttuurinen monimuotoisuus näyttelee yhä entistäkin suurempaa roolia. Se näkyy niin katukuvassa, omassa lähinaapurustossa, kuin työpaikoillakin. Osalle ihmisistä se voi tuntua niin luonnolliselta, ettei siihen tarvitse sen kummemmin edes kiinnittää huomiota ja toisia se saattaa taas edelleenkin vähän arveluttaa. Tietämättömyys on kokemukseni mukaan yleensä yksi suurimmista syistä ennakkoluulojen syntymiseen, joten siksi asioita olisi tärkeä avata kaikille ihmisille ymmärrettävällä tavalla. Monikulttuurisuus on osa nykypäivää ja näkyy arjessamme monin tavoin. Opinnäytetyöni sijoittuu monikulttuuriselle toimintakentälle, joten sen vuoksi kuvaan tässä osiossa siihen liittyviä asioita.

Monikulttuurisuus-termiä käytetään eri tavoin yhteydestä riippuen. Yksinkertaisimmillaan voidaan ajatella, että monikulttuurisuus tarkoittaa väestön kulttuurista ja etnistä monimuotoisuutta. On olemassa erilaisia kieliä, uskontoja, kansallisuuksia, sekä erilaisia arjen käytäntöjä kuten tapoja tehdä ruokaa, tervehtiä, viettää vapaa-aikaa tai käsittää perhesuhteita. Monikulttuurisen ajattelutavan mukaan kulttuurinen monimuotoisuus on neutraali tai myönteinen piirre yhteiskunnassa. Monikulttuurisuudella voidaan joskus viitata myös poliittiseen ajattelutapaan, jota usein kutsutaan myös termillä multikulturalismi. Ajattelutavan mukaisesti yhteiskunnan pitäisi tukea kulttuurivähemmistöjen omien toimintatapojen sekä erillisyyden säilyttämistä muista. (Alitolppa-Niitamo & Säävälä 2013, 7.) Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen määritelmän mukaan monikulttuurisuus on puolestaan kattokäsite, joka tarkoittaa etnisen taustan tai muun, kuin suomalaisen syntyperän omaavia ihmisiä. Näiden ryhmien erityiskysymykset eivät liity ainoastaan kulttuuriin erityispiirteisiin, vaan ne voivat koskea muun muassa heidän puutteellisia resurssejaan, kantaväestön taholta koettua syrjintää tai lähtömaassa koettua vainoa. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2021.)

Puhuttaessa monikulttuurisuuden käsitteestä, on tärkeä mainita myös yhdenvertaisuuslaki (1325/2014), jonka tarkoituksena on edistää yhdenvertaisuutta ja ehkäistä syrjintää sekä tehostaa syrjinnän kohteeksi joutuneen oikeusturvaa. Laki määrittelee vähemmistöihin liittyvää viranomaisten toimintaa sekä velvoittaa edistämään yhdenvertaisuutta. Yhdenvertaisuuslain mukaan kaikki etnisiin perusteisiin tapahtuva syrjintä, työnantajan ja koulutuksen järjestäjän taholta tapahtuva syrjintä sekä esimerkiksi ikään, terveydentilaan, poliittiseen toimintaan, vammaisuuteen, seksuaaliseen suuntautumiseen tai muuhun syyhyn liittyvä syrjintä on kiellettyä

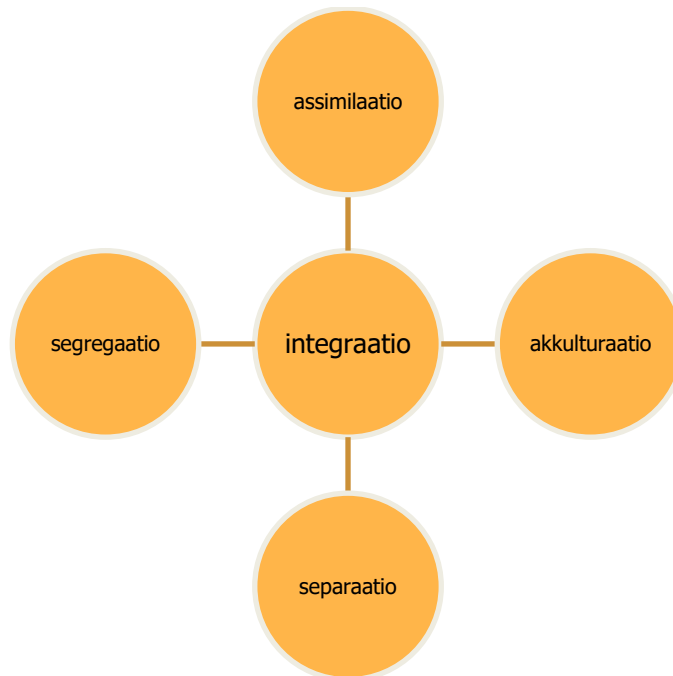
riippumatta siitä, perustuuko se henkilöä itseään vai jotakuta toista henkilöä koskevaan tosi-seikkaan tai oletukseen. (Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014, 8§.) Syrjinnäksi luetaan välitön syrjintä, välillinen syrjintä sekä häirintä. Yhdenvertaisuuslain noudattamisesta huolehtivat yhdenvertaisuusvaltuutettu, yhdenvertaisuus- ja tasa-arvolautakunta sekä työsuojeluviranomaiset. (Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014.) Jokaisen ihmisen tulisi omilla työpaikoillaan ja omassa henkilökohtaisessa arjessaan pyrkiä pitämään huolta siitä, ettei minkäänlaista syrjintää pääsisi tapahtumaan.

Toisaalta monikulttuurisuus voidaan ymmärtää yleisemmin myös tilana, jossa näennäisesti yhtenäiseen väestöön tulee erilaisia ihmisiä. Eurooppalaisissa monikulttuurisissa yhteisöissä oli olemassa vielä jokunen vuosikymmen sitten ajatus siitä, että ihmiset voisivat elää rinnakkain ilman, että heidän täytyisi luopua omista etnisistä, kulttuurisista tai uskonnollisista elämäntyyleistään. Ajatus tästä jouduttiin kuitenkin hylkäämään, koska vastoin odotuksia maahanmuuttajat eivät sopeutuneetkaan. Sen sijaan syntyi uusia, transkulttuurisia sekoitelmia, eli niin kutsuttuja hybridejä. Etenkään nuoret eivät enää määrittele itseään pelkästään tiettyjen kulttuuristen lokeroiden kautta, vaan ajattelevat olevansa ennen kaikkea ihmisiä, jotka voivat valita itselleen sellaisen elämänmuodon kuin haluavat. (Talib 2013, 14.) Itsekin olen erilaisia ihmisiä elämän varrella tavatessani pyrkinyt kohtaamaan en ainoastaan heidän kulttuuritaustansa, vaan ennen kaikkea ihmisen.

Myös Diakonia ammattikorkeakoulussa asiantuntijana sekä romanityön koordinaattorina toimiva Mertsä Ärling ottaa julkaisussaan (2022) kantaa siihen, että loppujen lopuksi ihminen haluaa yleensä tulla kohdatuksi ennen kaikkea omana itsenään, eikä niinkään kulttuurinsa tai yhteisönsä edustajana. Hänen mukaansa arkipäiväisestä kanssakäymisestä tehdään joskus liian monimutkaista tai jopa epäaitoa, kun mietitään esimerkiksi sitä, millä kielellä eri kulttuurista tulevaa ihmistä pitäisi puhutella ja minkälaisia tulkintoja se voi herättää. Ärling kertoo julkaisussaan käsittelevänsä etnisiin ryhmiin kuuluvien asiakkaiden kohtaamista sosiaali- ja terveysalan korkeakouluopiskelijoidensa kanssa ja kiteyttää asian mielestäni hienosti: Sensitiivisteknisten ohjeiden sijaan hän kehottaa opiskelijoita kohtaamaan ihmisen riippumatta siitä onpa sitten kyseessä Maija, Ahmed tai Raineri. (Ärling 2022.) Koen, että tämän kaltaista ohjenuoraa noudattamalla pääsee kyllä jo pitkälle, niin yhteisöpedagogina, kuin ihan tavallisena tallaaajanakin.

3.2 Kahdensuuntainen kotoutuminen ja kulttuurienvälinen vuorovaikutus

Kulttuuriin sopeutuminen on monimutkainen prosessi, joka ei yleensä etene suoraviivaista reittiä. Sen ei voi kuvitella olevan yksiulotteinen matka, jonka lopuksi maahanmuuttaja sopeutuu kulttuuriin, vaan sopeutuminen ilmenee eri tavoin. (Liebkind 1994, 25.) Yksi tunnetuimmista esimerkeistä akkulturaation kahdensuuntaisuudesta on varmasti kanadalaisen psykologin John Berryn alun perin kehittämä akkulturaatiomalli, jossa tarkastellaan maahanmuuttajan halua säilyttää oma etninen kulttuuriperintönsä, sekä toisaalta kiinnostusta olla vuorovaikutuksessa enemmistökulttuurin kanssa (Mähönen & Jasinskaja-Lahti 2013, 254). Malli rakentuu käsitteiden assimilaatio, separaatio, segregatio ja integraatio ympärille. Wallin on avannut julkaisussaan (2013) aiheeseen liittyvää termistöä selkeästi.



Kuva 1. Wallinin (2013) esittämä kuvaus Berryn akkulturaatiomallista.

Akkulturaatio sekä assimilaatio tarkoittavat mukautumista, jossa vähemmistö luopuu omasta kulttuuristaan sulautuen uuteen tai vahvempaan kulttuuriin. Assimilaatiossa enemmistö on aktiivinen ja dominoiva, akkulturaatiossa vähemmistö sopeutuu omien tavoitteidensa pohjalta. Separaatiolla ja segregatiolla puolestaan tarkoitetaan kulttuurien eriyttämistä joko vapaaehtoisesti tai pakosta, jolloin muodostuu usein kansallisia, kiinteitä yhteisöjä valtakulttuurin sisällä. Integraatioksi kutsutaan yleensä valtakulttuuriin sopeutumista, ja erityisesti myös uuden identiteetin luomista, vaikka kulttuurit pyrkivätkin säilyttämään omat erityispiirteensä saman-

aikaisesti. Wallinin mukaan integraatioon liittyy usein myös metakulttuurin, eli uuden, kolmannen kulttuurin syntyminen. (Wallin 2013, 26.) Epäonnistuneen akkulturaatioprosessin seuraukset saattavat olla ikäviä, sillä sosiaalinen rakenne voi etnisessä ryhmässä hajota ja jottaa samalla ryhmän jäsenen henkilökohtaisiin kriiseihin. Onnistunut akkulturaatio puolestaan mahdollistaa sen, että yksilö voi sopeutua uuteen kulttuuriin. Toisensa kohtaavat kulttuurit voivat periaatteessa vaikuttaa toisiinsa yhtä paljon, mutta käytännössä kuitenkin toinen kulttuureista on aina hallitsevammassa asemassa. Akkulturaatioasenne tarkoittaa etnisen tai kulttuurivähemmistön halua suhtautua dominoivaan kulttuuriin. (Liebkind 1994, 25.) Siihen myös liittyy kaksi toisistaan eroteltavaa ajatusta eli se, minkä verran yksilö haluaa oman kulttuuriperinteensä ja identiteettinsä säilyvän sekä se, kuinka paljon hän haluaa olla tekemisissä valtaväestön edustajien kanssa (Schubert 2013, 65).

Sopeutumista on totuttu pitämään maahan muuttaneiden tehtävänä. Sopeutumisprosessi on kuitenkin kaksisuuntainen, joten myös suomalaisen yhteiskunnan ja sekä erilaisten organisaatioiden tulisi löytää toimintatapoja, jotka vastaavat muuttuvan tilanteen tuomiin tarpeisiin. Tähän perustuukin etnisesti tasa-arvoiseksi kehittyvän yhteiskunnan ydin. (Alitolppa-Niitamo & Säävälä 2013, 6.) Tarvitaan siis ehdotonta asennemuutosta sekä yksilön, että yhteiskunnan tasolla, jotta kotoutuminen ei jäisi pelkästään maahanmuuttajien itsensä tai hyvän tuurin varaan. Kantaväestön mielipiteet ja toiminta todella vaikuttavat siihen, voiko sopeutuminen onnistua. Wallinin (2013, 18) mukaan usein ollaan liian kriittisiä joko maahanmuuttoa tai sitten sen vastustamista kohtaan. Suomessa ei myöskään välttämättä olla tutkittu aihetta vielä tarpeeksi ja loppujen lopuksi molemminpuolista vuorovaikutusta tapahtuu eniten siellä, missä ihmisetkin ovat eli ruohonjuuritasolla ja arjen tilanteissa. Yksi tärkeä näkökulma olisi huomioida arjen vuorovaikutustilanteet niiden toimintaympäristöjen avulla (Raunio, Säävälä, Hammar-Suutari & Pitkänen 2011, 19). Kuinka sitten kulttuurienvälinen vuorovaikutus tai ylipäätään kulttuurienvälisyys määritellään?

Kulttuurienvälisyys ja kulttuurienvälinen vuorovaikutus eivät sinänsä ole uusia asioita, mutta siihen liittyvät käsitteet saattavat olla yleensä aika ongelmallisia. Niitä on määritelty useilla eri tavoilla ja se aiheuttaa usein sekaannusta. Epämääräiset käsitteet hankaloittavat jopa alan asiantuntijoiden välistä dialogia, suuren yleisön käsityksistä puhumattakaan. Yksi syy kulttuurienvälisyyden käsitteen monimerkityksellisyyteen on eri tavat ymmärtää ja määritellä keskeinen, mutta vaikea käsite, kulttuuri. (Darvin & Keihäs 2013, 29.) Kulttuuri sekoittuu arkipuheessa esimerkiksi uskontoon, etnisyyteen, kansallisuuteen sekä stereotyyppioihin. Tieteellisenä

käsitteenä kulttuuri täytyisi kuitenkin pystyä erottamaan arkikäytöstä, ja lopulta ihmiset tekevät kulttuuria omia teoillaan ja valinnoillaan. Toisaalta kulttuuri voi olla myös opittua, joten kulttuurienväliseen vuorovaikutukseen liittyviä valmiuksia voidaan tietoisesti myös opetella. Se voidaan ajatella oppimisprosessina, jonka avulla tunnistetaan sellaisia keskeisiä asioita, joita toinen osapuoli ei vaikuta joko osaavan tehdä oikein, tai on oppinut tekemään toisella tavalla. (Raunio ym. 2011, 22.)

Kulttuurienvälisyydestä puhutaan monilla nimillä ja moniulotteinen käsitteiden käyttäminen on yleistä myös alan tutkimuksessa. Kulttuurienvälisyydestä puhuttaessa käytetään kansainvälisesti esimerkiksi termejä cross-cultural, meta-cultural, polycultural, multicultural sekä intercultural. (Darvin & Keihäs 2013, 20.) Ei ole siis ihme, että aihepiiriin liittyvien käsitteiden osin päällekkäinen käyttö saa ajatukset enemmän tai vähemmän sekaisin. Toisaalta on myös ihan hyödyllistä pysähtyä pohtimaan Darvinin & Keihään (2013, 20) esittämää ajatusta siitä, että kulttuurienvälisyydessä kulttuurien rajat eivät välttämättä olekaan aina siellä, missä niiden ajatellaan olevan. Tämä herättää itsessänikin ajatuksen siitä, että emme ole koskaan pelkästään jonkun tietyn kulttuurin, kansallisuuden, rodun tai ihmistyyppin edustajia. Me olemme yksilöitä, jotka omana ainutlaatuisena itsenämme muodostamme osan isommasta kokonaisuudesta. Meidän pitäisi näin ollen pystyä myös vastaamaan esimerkiksi kulttuurillisesti haastaviin vuorovaikutustilanteisiin.

Raunio ym. (2011) toteavat julkaisussaan, että on hyvä huomioida, että erilainen kulttuuri-tausta ei aina ole vuorovaikutustilanteita eniten määrittävä tekijä. Haasteet vuorovaikutustilanteissa johtuvat yleensä siitä, että henkilöt ovat kasvaneet erilaisissa toimintaympäristöissä ja sen takia itsestään selvät oletukset toimintatavoista ja arvostuksista poikkeavat toisistaan. Ongelmia syntyy erityisesti silloin, jos henkilöt eivät ole oppineet tunnistamaan toistensa arvoja tai keskeisiä tapoja kommunikoida toistensa kanssa. Vuorovaikutusta ei tapahdu abstraktien kulttuurien vaan ihmisten välillä. Kun puhutaan kulttuurienvälisestä vuorovaikutuksesta, on tärkeää pyrkiä välttämään tietoisesti kulttuurista essentialismia, ajattelua, jossa ihmiset nähdään lähtökohtaisesti kulttuuriensa edustajina, eikä kulttuuriselle muutokselle jätetä tilaa. Essentialisoiva käsitys keskittyy helposti eroihin, vertailuun ja erilaisuuteen, mikä voi johtaa konfliktien korostamiseen tai kulttuurien näkemiseen omina saarekkeinaan. Erilaisuuden tunnustaminen ei yksinään ole riittävä ratkaisu ongelmiin, vaan hedelmällisempää olisi etsiä yhtymäkohtia, joiden varaan toimivaa vuorovaikutusta voitaisiin rakentaa. (Raunio ym. 2011, 20–21.)

3.3 Satuhieronta ja kunnioittava kosketus vuorovaikutuksen välineenä

Aloittaessani tämän opinnäytetyön suunnittelua loppuvuodesta 2021, mielessäni oli suhteellisen kirkkaana se, että halusin ehdottomasti hyödyntää satuhierontaa yhtenä toiminnallisena elementtinä. Olin tutustunut aiheeseen jo vuosia aiemmin, työskennellessäni koululaisten ja heidän perheidensä parissa. Työparini oli käynyt parin päivän mittaisen satuhierontakoulutuksen satuhieronnan kehittäjän Sanna Tuovisen ohjaamana ja siitä innostuneena päätimme kokeilla menetelmää myös lapsiryhmässämme. Vaikka satuhieronnan usein ajatellaan olevan suunnattu lapsille, se sopii käytettäväksi yhtä hyvin myös aikuisten kanssa. Oikeastaan se toimii ihan kaikille ihmisille, vauvasta vaariin. Työssäni meillä on ollut hyviä kokemuksia satuhieronnan toteuttamisesta myös maahanmuuttajataustaisten asiakasperheiden äideille, joten tämä tuki käsitystäni siitä, miksi satuhieronta olisi tässä yhteydessä kokeilemisen arvoinen asia. Koska opinnäytetyö toteutettiin monikulttuurisessa toimintaympäristössä, johon kutsuttiin mukaan sekä maahanmuuttajataustaisia, että kantaväestön edustajia, satuhieronta sopi menetelmällisesti tilanteeseen, jossa sanojen sijaan käytetäänkin kosketusta. Näin ollen osittain yhteisen kielen puuttuminenkaan ei aiheuttanut ongelmia, vaan jokainen sai osallistua yhteiseen hetkeen rennolla otteella ja riippumatta omista lähtökohdistaan. Mitä satuhieronta sitten oikein on ja mihin lempeää, kunnioittavaa kosketusta tarvitaan?

Satuhieronnessa kuvitetaan tarinaa kosketuksella hierottavan keholle. Kädet maalaavat ja piirtävät tarinan tapahtumia esimerkiksi hierottavan selkään, käsiin, jalkoihin tai pään alueelle. Kun tarinaa kerrotaan kahden eri aistikanavan kautta, eli ääneen lukemalla ja koskettaen, ajatuskaan ei lähde niin herkästi harhailemaan. Siinä kuunnellaan, kuvitellaan ja vastaanotetaan kosketusta tässä ja nyt. (Tuovinen 2014, 13.) Satuhierontaan voi käyttää niin pidempiä tarinoita, kuin lyhyitä runojakin omien mieltymysten mukaan. Valmiita satuhierontaan soveltuvia tekstejä löytyy Tuovisen omien julkaisujen lisäksi esimerkiksi netistä, mutta niitä voi keksiä myös itse. Satuhieronta on satujen, tarinoiden ja mielikuvien yhdistämistä kosketukseen ja kevyeen hierontaan. Se on rauhoittumista ja rentoutumista, jossa yhdistyy samalla myös kohtaaminen ja itsetunnon tukeminen sekä ihmisarvon kunnioitus. (Tuovinen 2014, 12.) Kyse ei ole siis pelkästä metodista, jossa kuvitetaan tarinaa käsillä toisen selkään, vaan parhaimmillaan siihen voi kiteytyä voimakaskin yhteisöllisyyden tuntu ja jopa ihmisyyden ydin. Satuhieronnessa saa olla luova ja vapaa. Siinä heittäydytään hetkeen ja eläydytään sen tuomiin tunteisiin omana itsenään ja juuri sillä tavoin, kuin sillä hetkellä parasta on.

Aivan kuten satuhieronta, myös kunnioittava kohtaaminen on tietoista läsnäoloa. Kunnioittavan kohtaamisen taito on tärkeä osa yhteisöpedagogin ydinosaamista. Se ei ole ainoastaan jokin yksittäinen ammatillisesti opeteltava ominaisuus, vaan se kertoo kyvystä kohdata aidosti toinen ihminen. Styrmanin ja Torniaisen (2018) mukaan kunnioittava kohtaaminen on avointa dialogia ihmiseltä ihmiselle. Kun kohtaamme ihmisen kunnioittavasti pyrimme näkemään hänet omana itsenään, autamme häntä löytämään oman potentiaalinsa ja keskittymään kaikkeen hyvään mikä hänessä on. Kunnioittavan kohtaamisen tunnusmerkkejä ovat arvostus, avoimuus, oikeudenmukaisuus, eettisyys, rehellisyys, tasa-arvo ja yhteiseen hyvään pyrkivä vuorovaikutus. (Styrman & Torniaisen 2018, 18.) Nämä tekijät ovat avainasemassa jokaisessa kohtaamisessa, mutta erityisesti silloin, kun tilanne vaatii kulttuurisensitiivistä otetta, eikä valmista toimintamallia välttämättä vielä ole olemassa. Tämä opinnäytetyön voi samalla ajatella toimivan esimerkkinä siitä, kuinka joskus kannattaa hypätä hieman oman mukavuusalueensa ulkopuolelle ja katsoa rohkeasti mihin se voi johtaa. Etukäteen oli käytännössä mahdotonta arvioida sitä, voisiko esimerkiksi satuhierontaa käyttää kulttuurisesti monimuotoisen ryhmän toimintaan, miten kaikki suhtautuisivat fyysiseen koskettamiseen ennalta lähes tuntemattomien ihmisten kanssa, sujuisiko yhteistyö tai ymmärrettäisiinkö ohjeet. Lähtökohtana tilaajan kanssa olikin se, että tehdään uudenlainen kokeilu, jonka jälkeen voidaan tarkastella toimiko se vai ei.

Tämä opinnäytetyö tarjosi hienon tilaisuuden kokeilla satuhierontaa sellaisen kohderyhmän kanssa, joka ei välttämättä ole se kaikista tyypillisin. Satuhieronnassa yhdistetään satua ja kosketusta tavalla, joka tekee siitä menetelmänä ainutlaatuisen. Klassisesta hieronnasta satuhieronta eroaa siten, että sen tavoitteena ei ole lihasjännitysten manuaalinen avaaminen eikä verenkierron vilkastuttaminen, vaan siinä käytetään läsnäolevaa kosketusta perinteisten hierontatöiden sijaan. Hieronta tehdään aina vaatteiden päältä. Kevyempi kosketus voi olla myös vaikutukseltaan perinteistä ja kovaa hierontaa rauhoittavampaa, etenkin silloin, jos henkilön lihasjännitykset ovat psyykkisiä. (Tuovinen 2014, 18.) Satuhieronta vaikuttaa fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin. Fyysisen hyvinvoinnin osa-alueita ovat esimerkiksi motoriikan ja keuhonhallinnan kehittäminen ja stressiperäisten ongelmien ennaltaehkäisy. Psyykkisen hyvinvoinnin osa-alueita ovat muun muassa itsetunnon tukeminen, luottamus- ja kiintymyssuhteen lujittaminen sekä mielenterveysongelmien ennaltaehkäisy. Sosiaaliseen hyvinvointiin satuhieronta puolestaan vaikuttaa esimerkiksi luomalla myönteistä ilmapiiriä ja antamalla nähdäksi ja kuulluksi tuleminen kokemuksia. (Tuovinen 2014, 12–13.)

Ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa meillä kaikilla on annettavaa toisillemme, eikä kukaan ole pelkkä toiminnan kohde, objekti. Kohdatessamme toisen ihmisen näemme hänet aina omien kokemustemme läpi. Tähän näkemiseen vaikuttavat kaikki elämän aikana kertyneet kokemuksemme, niin perheen ja yhteiskunnan tavat ja asenteet, arvot, kulttuuri, uskonto, kuin poliittiset mielipiteet ja elämäkokemuksetkin. Aito, kunnioittava kohtaaminen perustuu ihmisen hyvään itsetuntemukseen ja itsensä hyväksymiseen. Laadukas ja arvostava vuorovaikutus parantaa elämänlaatua merkittäväällä tavalla. Kunnioittavasti kohdattuna tuleamme merkityksellisiksi, kuulluiksi ja nähdyiksi sekä hyväksytyiksi omana itsenämme. (Styrman & Torniainen 2018, 21–22.)

Henkilökohtaisesti uskon, että satuhieronta voi toimia vuorovaikutuksen välineenä tilanteissa, johon on tultu ehkä hieman jännittynein odotuksin ja ilmassa saattaa olla ennakkoluuloja tai pelkojakin. Kosketuksella on parantava vaikutus, joka kokemukseni mukaan voi parhaimmillaan murtaa muureja ja vaikuttaa positiivisesti sekä kosketuksen antajaan, että sen saajaan. Satuhieronnassa kerrotaan positiivisia, sanattomia viestejä oman läsnäolon, äänensä-vyn ja kosketuksen kautta. Voimme välittää sanatonta informaatiota ainoastaan siten, että kätemme ovat toisen ihmisen kehon päällä. (Tuovinen 2014, 18.) Kosketus sopii tukemaan sanatonta vuorovaikutusta. Se välittää tunneviestejämme ja voi auttaa silloin, kun sanoja ei ole. Joskus tärkein apu ihmiselle on se, miten koko kehon hoitaminen kosketuksen keinoin auttaa piirtämään kehon ääriviivat esille ja erottumaan omaksi itsekseen. (Styrman & Torniainen 2018, 24.)

4 KEHITTÄMISTYÖN MENETELMÄT

Valitsin opinnäytetyöhön kehittämistyön menetelmiksi toimintatutkimuksen, osallistuvan havainnoinnin, benchmarkkauksen ja haastattelun, sillä ne ovat laadullisia menetelmiä ja täten soveltuvat hyvin opinnäytetyön aineiston hankintaan. Haastattelut sekä osallistuva havainnointi ovat tyypillisiä laadullisen kehittämistehtävän menetelmiä. Tieteellisessä tutkimuksessa laadullisia menetelmiä käytetään usein silloin, kun aiheesta ei ole vielä ennakkoon kovin paljon tietoa ja siitä halutaan oppia lisää. Laadullisten menetelmien tarkoituksena on ymmärtää aihepiiriä syvällisemmin tiedonhankinnan avulla. Laadullisissa menetelmissä tyypillistä on,

että tutkija on lähellä tutkittavia ja usein myös osallistuu heidän toimintaansa. (Ojasalo, Moilanen, Ritalahti 2015, 105.) Havainnointi sopii sellaisiin kehittämistehtäviin, joissa kehittämisen kohteena on esimerkiksi yksilön toiminta ja vuorovaikutus muiden kanssa. Sen avulla voidaan luoda myös välitön suhde tutkittaviin luonnollisissa olosuhteissa. Lisäksi erilaisten tutkimusmenetelmien käyttäminen parantaa tutkimustyön luotettavuutta. (Ojasalo ym. 2015, 114, 105.)

4.1 Toimintatutkimus

Tämä opinnäytetyö tehtiin toimintatutkimuksena, jonka tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa uudenlainen, kulttuurienvälisestä vuorovaikutusta koskeva kokeilu HyNa-hankkeessa sekä viedä se konkreettisesti käytäntöön. Toimintatutkimuksen kohteena on yleensä ihmisten tai organisaation toiminnan muuttaminen ja siinä painottuu yhtä aikaa sekä tutkitun tiedon, että käytännön muutoksen aikaansaaminen. Keskeistä toimintatutkimuksessa on organisaatiossa toimivien ihmisten aktiivisuus kehittämistyöhön osallistumisessa. Tärkeää on lisäksi viedä muutos käytäntöön ja arvioida sitä, jonka vuoksi kehittämisprosessi saattaa kestää suhteellisen pitkään. (Ojasalo ym. 2009, 38.)

Toimintatutkimus on osallistavaa tutkimusta, jonka avulla pyritään ratkaisemaan käytännön ongelmia ja saamaan aikaan muutosta. Toimintatutkimuksessa ollaan kiinnostuneita siitä, miten asioiden pitäisi olla, eikä vain siitä miten ne ovat. Tutkimuksella etsitään ratkaisuja käytännön ongelmiin, jotka voivat olla esimerkiksi teknisiä, sosiaalisia, eettisiä tai ammatillisia. Toimintatutkimuksen ydintavoitteena on ratkaista organisaatiossa ilmenevä käytännön ongelma ja samanaikaisesti luoda uutta tietoa ja ymmärrystä ilmiön ympärille. (Ojasalo ym. 2009, 58, 60.) Tämän opinnäytetyön keskiössä on ensisijaisesti luoda ratkaisu ja toimintamalli kulttuurienvälisen vuorovaikutuksen lisäämiseksi, ei niinkään tuottaa uutta tietoa.

Toimintatutkimus on tilanteeseen sidottua, osallistavaa, ja itseään tarkkailevaa tutkimusta. Sen piirteisiin kuuluu ongelmakeskeisyys, tutkittavien ja tutkijan aktiivinen rooli toiminnan muutoksessa sekä heidän välisensä yhteistyö. Toimintatutkimuksen pitäisi pystyä tavoittamaan tavalliset ihmiset heidän jokapäiväisessä toiminnassaan. Olennaista on siis ihmisten mukaan ottaminen aktiivisiksi osallisiksi tutkimukseen ja kehittämiseen. (Ojasalo ym. 2009, 58.)

Tämä toimintatutkimuksen elementti täyttyi omassa opinnäytetyössäni, koska jalkauduin keskelelle organisaation arkipäiväistä toimintaa ja sisällytin kehittämäni työpajat osaksi mahdollisimman monelle ihmiselle soveltuvaa aikataulua. Toimintatutkimus pyrkii muuttamaan todellisuutta, joten käytäntö ja teoria keskustelevat keskenään. Toimintaa analysoidaan yhteisössä ja kehitetään eri vaihtoehtoja ongelmien ratkaisemiseksi. (Ojasalo ym. 2009, 58, 60.)

Toimintatutkimuksessa teoriaa ja käytäntöä ei nähdä toisistaan erillisinä, vaan pikemminkin saman asian eri puolina. Toimintatutkimuksen voidaan ajatella olevan myös enemmän mielentila kuin tutkimusmetodi, jossa yhdistyy parhaimmillaan järkevä käytännöllinen toiminta, ja syvälinen ajattelu. (Heikkinen 2010, 215–216.) Eräs toimintatutkimuksen lähtökohta on reflektiivinen ajattelu, jonka avulla pyritään pääsemään uudenlaiseen toiminnan ymmärtämiseen ja sitä kautta kehittämään toimintaa. Toimintatutkimusta voi lähestyä kysymällä ensin, minkälaisia tarkoituksia toiminta palvelee. Tavoitteena on löytää refleksiivinen tarkastelutapa, jossa tavanomaiset käytännöt nähdään uudessa valossa. Reflektion keskeisyys voi ilmetä esimerkiksi siten, että toimintatutkimuksen voi ajatella olevan ikään kuin itsereflektiivinen kehä, jossa toiminta, havainnointi, reflektointi sekä uudelleen suunnittelu seuraavat toinen toistaan. (Heikkinen 2010, 219–220.)

Toimintatutkimus valikoitui opinnäytetyöni tutkimusmenetelmäksi sen vuoksi, että tarve kehittämistyölle lähti tilaajan toiveista lisätä kulttuurienvälistä toimintaa hankkeessaan. Ajatus kulttuurienvälisen vuorovaikutuksen lisäämisestä ja alueen asukkaiden aktivoinnista oli ollut jo alustavasti olemassa, mutta sitä ei oltu vielä saatu toteutuksen asteelle. Tässä kohtaa olikin luontaista aloittaa tilaajan kanssa yhteinen suunnittelu ja pohdintatyö, joka lopulta muotoutui työpajamaiseksi toimintamalliksi. Kehittämistyön tarkoituksena oli kutsua koolle sekä HyNa-hankkeen omia asiakkaita, yli 29-vuotiaita maahanmuuttajataustaisia naisia, että lähialueelta tulevia kantaväestöä edustavia naisia yhteisiin, heidän välistään vuorovaikutusta tukeviin toimintahetkiin keväällä 2022. Prosessi lähti liikkeelle toimintakertojen aikataulutuksella ja sisällön suunnittelulla, jonka jälkeen Tarinatupa-nimen saanutta toimintamallia alettiin mainostaa.

Mainonta tapahtui pääosin sosiaalisen median eri kanavissa, kuten Facebookissa Myyrmäen alueen tiedotusväylissä. Hankkeen jo olemassa olevia kontakteja hyödynnettiin kertomalla uudesta toimintamallista henkilökohtaisesti, ja jakamalla työpajaa koskevia flyereita hankkeen asiakkaille ja muun muassa lähikirjastoon. Tavoittaakseni riittävästi kantaväestön edustajia, olin yhteydessä lukuisiin potentiaalsiin yhteistyöstä kiinnostuneisiin toimijoihin ja toin esiin

yhteisen tarpeen kehittää kulttuurienvälistä toimintaa. Läheskään kaikki yhteydenotot eivät tuottaneet tulosta ja lopulta hedelmällisimmäksi tavaksi tavoittaa kohderyhmään soveltuvia ihmisiä oli konkreettisesti mennä itse paikalle sellaisiin tapahtumiin, joihin osallistui eri kulttuureista tulevia ihmisiä, suomalaisia mukaan lukien.

Tapahtumat, joihin päätin osallistua ja samalla vähän tarkkailla sekä mainostaa työpajojani, olivat HyNa-hankkeen järjestämä naisten hyvinvointi-ilta Myyringin toimintatuvalla sekä Vantaankosken seurakunnan ylläpitämä Friend's Café-toiminta, joissa molemmissa oli melko runsaasti kävijöitä. Kun ihmisille kertoi kasvotusten minkä tyyppistä uutta toimintaa on suunnitteilla, he osasivatkin suhtautua asiaan aivan uudella innokkuudella ja olivat avoimen kiinnostuneita. Muutamat ihmiset lupautuivatkin suoraan näiden kohtaamisten perusteella tulla mukaan toimintaan. Kun oli saatu varmuus siitä, että työpajoihin saadaan ainakin muutamia osallistujia, prosessi sai kunnolla vauhtia alleen ja Tarinatupa-työpajojen sisältökin alkoi hiljalleen hahmottua. Työpajojen jälkeen kuutta siihen osallistunutta ihmistä haastateltiin sekä viimeisellä kerralla kerättiin myös palautetta eri värisiä post-it-lappuja hyödyntäen.

4.2 Osallistuva havainnointi

Havainnointi on hyödyllinen tapa saada tietoa esimerkiksi ihmisten käyttäytymisestä tai luonnollisen toimintaympäristön tapahtumista. Havainnointia voidaan toteuttaa usealla eri tavalla kehittämisen tavoitteista riippuen. Tiedonkeruu on yleensä helpompaa, kun menee itse paikalle ja tarkkailee todellisia tapahtumia. (Ojasalo ym. 2009, 103, 42.) Kehittämistyön menetelmänä havainnointia voidaan hyödyntää muun muassa ihmisten väliseen vuorovaikutukseen ja yksilön toimintaan liittyvissä kehittämistöissä. Tutkimuksellinen havainnointi ei ole pelkästään satunnaista katselua, vaan se on luonteeltaan systemaattista tarkkailua, jonka tukena voidaan käyttää esimerkiksi haastattelua tai kyselyä. Havainnoinnin avulla voidaan selvittää, mitä havainnoinnin kohde tekee, miten sitä käytetään ja mitä siinä tapahtuu. Havainnointi on hyvä menetelmällinen vaihtoehto myös silloin, kun tutkittavaa tilannetta on haastavaa ennakoita. (Ojasalo ym. 2009, 103.)

Havainnoija voi esiintyä organisaatiossa hyvin erilaisissa rooleissa ja havainnoijan rooli on tärkeä määritellä riittävän ajoissa etukäteen. Roolien ääripäitä ovat täysin passiivinen havain-

noija, joka ei osallistu lainkaan tutkittavan organisaation toimintaan ja aktiivinen organisaatiota kehittävä konsultti. Kehittämistyössä havainnoija on jotakin näiden ääripäiden väliltä. Tutkimuksen alkuvaiheeseen sopii yleensä ilman osallistumista tapahtuva havainnointi, koska se saattaa auttaa perehtymään aiheeseen. Osallistuvassa havainnoinnissa sen sijaan osallistutaan tutkittavan kohteen toimintoihin esimerkiksi työntekijän tai asiakkaan roolissa. (Ojasalo ym. 2009, 104–105.) Joskus vastaan voi tulla tilanteita, että joidenkin tutkittavien käytös saattaa muuttua silloin, kun tutkija saapuu tilaan. Tämän vuoksi tutkijan kannattakin vierailta tutkimuksen kohteena olevassa tilanteessa etukäteen, ennen kuin varsinainen havainnointiaineisto kerätään. Tällä tavoin tutkittavat tottuvat tutkimusta tekevän henkilön läsnäoloon ja tutkittavakin oppii tunnistamaan helpommin, minkälainen tapahtuma on normaalia, tai vastaavasti poikkeavaa. (Ojasalo ym. 2009, 105.)

Itse vierailin tutkittavassa kohteessa, Sahan-Seura ry:n HyNa-hankkeen tiloissa muutaman kerran etukäteen, sekä osallistuin myös isompaan hankkeen järjestämään hyvinvointi-iltaan. Tämä osoittautui hyväksi tavaksi tutustua toimintaympäristön päivittäiseen arkeen ja siellä oleviin ihmisiin sekä tehdä jo alustavia havaintoja. Vierailukäyntien yhteydessä syntyi myös muutamia kiinnostavia keskusteluja naisasiakkaiden kanssa. Minulle oli tärkeää uuden asian äärellä saada soluttautua ikään kuin luonnolliseksi osaksi ympäristöä ei pelkästään tiedonkeruun, vaan myös henkilökohtaisen kokemuksen ja saamani lämpimän vastaanoton vuoksi. Grönforsin (2010) mukaan tyypillistä on sellainen havainnointi, jossa tutkija tekee havaintoja tutkimastaan ongelmasta tai ilmiöstä valitsemaansa roolia hyödyntäen. Tutkijan ja tutkittavan välille syntyvä vuorovaikutus on kaksisuuntaista dialogia, jossa tutkimusprosessi heijastuu. Tämän prosessin avulla tutkija oppii tuntemaan tutkittaviaan yksilöinä, mutta myös osana yhteisöä tutkittavan heijastaessa sanoissaan ja teoissaan tutkijan läsnäoloa. Havainnoinnin kohteena voi hyvin olla myös kokonainen yhteisö, jonka sosiaalisia ja kulttuurisia ulottuvuuksia voidaan keskittyä tarkkailemaan. (Grönfors 2010, 154.)

4.3 Haastattelu

Haastattelu on yksi suosituimmista tiedonkeruumenetelmistä tutkimus- ja kehittämistyössä ja sitä suositellaan käytettäväksi silloin, kun tutkimustilanteessa halutaan nostaa esiin yksilöä, jolla on mahdollisuus vapaaseen omaan itseensä liittyvien asioiden esittämiseen (Ojasalo, ym. 2009, 95). Haastatteluja on olemassa erityyppisiä ja niillä on oma käyttötarkoituksensa. Strukturoidussa haastattelussa haastattelijalla on etukäteen suunniteltu tarkka haastattelurunko, jota käytetään jokaisessa haastattelussa. Toteutukseltaan se on melko samantyyppinen kyselyn

kanssa. Puolistrukturoitu haastattelu eli teemahaastattelu soveltuu sellaisiin tilanteisiin, jossa tutkimuksen kohdetta ei juurikaan tunneta etukäteen, eikä haastateltavia näin ollen haluta ohjata liikaa. Teemahaastattelussa haastatteluteemat on suunniteltu huolellisesti etukäteen, mutta sanamuodot sekä kysymysten järjestys ja painotukset voivat vaihdella haastattelusta toiseen. Teemahaastattelussa myöhempiä haastatteluja pystytään muokkaamaan, mikäli niissä ilmenee jotain sellaista, mitä ei etukäteen osattu ottaa huomioon. (Ojasalo ym. 2009, 41.)

Haastattelu on etukäteen suunniteltua vuorovaikutusta, jota haastattelija ohjaa. Haastattelun mahdollistamiseksi haastattelijan ja haastateltavan täytyy ymmärtää toisiaan. Haastateltavan pitää osata ottaa huomioon haastateltavan kulttuuri- ja koulutustausta, sekä valita tilanteeseen soveltuva paikka haastattelua varten. Haastateltavan motivaatiota on myös tärkeää ylläpitää sekä pyrkiä saavuttamaan osapuolten välinen luottamus. (Ojasalo ym. 2009, 96–97). Yleises-tikin haastateltaessa voisi pohtia sitä, voiko haastateltava mahdollisesti hyötyä jollain ta-paa siitä, että on antanut panoksensa asian kehittämiseen. Eskolan & Vastamäen (2010) mu-kaan haastatteluun suostumiseen liittyisi useita tekijöitä. Haastateltava saa mahdollisuuden tuoda esiin oman mielipiteensä, koska haastattelu voi parhaimmillaan toimia väylänä, jonka avulla tavallisellakin ihmisellä on mahdollisuus saada äänensä kuuluviin. Toisaalta saattaa olla niinkin, että halu kertoa omista kokemuksista on suuri tai henkilö voi myös aja-tella, että hänen jakamansa kokemukset auttaisivat samalla muitakin. (Eskola & Vastamäki 2010, 27–28.)

Koska haastattelu on haastattelijan järjestämä vuorovaikutustilanne, sen voi ajatella olevan verrannollinen mihin tahansa sosiaaliseen kohtaamiseen. Sen lähtökohtana on haastattelijan ja haastateltavan kaksi erilaista roolia, joihin liittyvästä käyttäytymisestä on olemassa molem-milla osapuolilla valmiiksi joku ennakkokäsitys. Keskusteluun ja puheeseen liittyy kiinteästi myös käytetty puhetapa ja kieli. Haastateltavan puhetapaa voi joissakin tilanteissa olla suosi-teltavaa myötäillä esimerkiksi siten, että pyrkii välttämään turhien sivistyssanojen käyttöä. Jotkut haastateltavat saattavat myös arvostaa sitä, että heidän kanssaan käytetään samanlaista kieltä kuin puhuttaessa toistenkin kanssa. Tämä voi auttaa haastateltavaa tuntemaan itsensä tasavertaiseksi haastattelijan kanssa. (Eskola & Vastamäki 2010, 32–34.)

Tiedonkeruuta ja haastatteluja varten olin valmistellut tiettyjen teemojen ympärille rakentuvia kysymyksiä, joihin halusin haastatteluissa kiinnittää huomiota. Ne liittyivät esimerkiksi työ-pajoihin osallistuneiden kokemuksiin ja yleisiin mielipiteisiin järjestämästäni toiminnasta

sekä siihen, minkälaiset asiat olivat vaikuttaneet vuorovaikutukseen muiden toimintaan osallistuneiden kanssa sekä oliko vuorovaikutusta tapahtunut ylipäättään. Haastattelin lopulta kuutta henkilöä, joista neljä oli maahanmuuttajataustaista ja kaksi kantasuomalaista osallistujaa. Maahanmuuttajataustaisten haastateltavien kanssa käytin selkosuomea ja yhdessä haastattelussa oli mukana myös somalinkielentaitoinen tulkki. Kaikissa haastatteluissa pyrin tarpeen mukaan muokkaamaan keskustelun kulkua ja kysymysten asettelua siten, että jokaisella oli tasavertaiset mahdollisuudet tulla kuulluksi ja ymmärtää, mistä asiasta kulloinkin oli kyse.

4.4 Benchmarking

Benchmarking on jatkuva ja järjestelmällinen prosessi, jonka avulla voidaan tunnistaa, ymmärtää ja soveltaa parhaita toimintatapoja oman organisaation kehittämiseksi. Vertaamalla oman organisaation suorituskkyä parhaisiin, voidaan oppia parhailta ja hyödyntää opittua oman toiminnan kehittämiseen. Benchmarking on tapa määrittellä ne asiat, jotka ovat oman organisaation menestykselle tärkeitä ja etsiä toinen taho, joka on siinä selvästi itseään parempi. Se on tapa oppia avoimesti paremmilta ja soveltaa opittua omaan organisaatioon. (Niva & Tuominen 2021, 5.) Benchmarking ei kuitenkaan ole kopiointia, vaan asioiden soveltamista omiin olosuhteisiin ja työkuultuuriin. Ensin määrittellään asiat, jotka ovat kehityksen kannalta merkityksellisiä ja mitataan, kuinka hyvin asia on jo hallussa. Sitten etsitään sellainen taho, joka on tässä asiassa selkeästi itseä parempi, opitaan siitä ja lopuksi laitetaan vieläkin paremmaksi. Benchmarking on kehitysmenetelmä, jossa siis opitaan selvästi itseään paremmilta. Sen juuret ovat alun perin Japanissa ja menetelmänä sitä on käytetty aina. (Niva & Tuominen 2021, 28–33.)

Benchmarkingin perustana on kiinnostus siihen, miten ja minkä ansiosta joku toinen toimija menestyy. Aluksi benchmarkingissa tunnistetaan oma kehittämiskohde, jonka on hyvä olla riittävän tarkkarajaisesti määritelty. Kehittämiskohteen määrittelyn jälkeen etsitään tarkoitukseen sopivia vertailukohteita, eli sellaisia organisaatioita, jotka ovat jo onnistuneet kyseisen asian toteuttamisessa. Sen jälkeen kerätään tietoa siitä, mistä syystä organisaatiot asiassa onnistuvat. Tiedon hankkimista varten on olemassa erilaisia tiedonhankintatapoja, kuten tiedonhakua internetistä tai tutustumiskäyntejä. Lopuksi benchmarkingin tuloksia tulkitaan kriittisellä ja luovalla tavalla sekä sovelletaan niitä omaan organisaatioon liittyen. Tärkeää on myös huomioida, minkälaisista toimista voidaan oppia jotain sellaista, mitä voidaan saman tien soveltaa omaan toimintaan. Kaikkia vertailukohteen hyviä puolia ei välttämättä voikaan suoraan

soveltaa omaan toimintaan esimerkiksi sellaisessa tapauksessa, jossa organisaatioiden väliset erot voivat olla liian suuria. (Ojasalo ym. 2015, 186.)

Tutustumiskohteiksi valitsin Filoksenia ry:n toimintakeskus Trapesan sekä Suomen somalia-laisten liitto ry:n. Benchmarkattavia kohteita oli siis kaksi, joista molemmista tehtiin omat haastattelut. Filoksenia ry:ltä haastattelin järjestöpäällikkö Katja Ikosta ja Suomen somalia-laisten liitosta haastattelin Abdulrahman Ragea, joka toimii varapuheenjohtajana liiton hallituksessa. Filoksenia ry on vuonna 1996 perustettu sosiaali- ja terveysalan järjestö, joka toimii Espoon keskuksessa. Se keskittyy työskentelemään hyvinvoinnin ja kulttuurienvälisen yhteistyön hyväksi. Järjestö on alkuperäiseltä nimeltään Ortodoksinen lähimmäishuolto ja nykyisen nimensä se sai vuonna 2000, kun kotimaan toiminta alkoi. Filoksenia ry:n kansainvälinen toimintakeskus Trapesa perustettiin auttamistyötä varten Espoon keskuksen ja se on sijainnut samalla paikalla jo 20 vuotta. Filoksenia tarkoittaa sananmukaisesti vieraanvaraisuutta, ja on vastakohta sanalle ksenofobia, muukalaispelko. Järjestön tavoitteena on lisätä erilaisuuden näkemistä voimavarana, edistää tasa-arvoa ja luoda yhteenkuuluvuuden kokemuksia. Filoksenia ry:n keskeisimpinä työmuotoina ovat yksilölliset kohtaamiset sekä monimuotoisen suomalaisuuden tukeminen ja eri kulttuurien välinen, yhteisöllinen vuorovaikutus. (Filoksenia ry 2022.)

Suomen somaliaalaisten liitto on Suomessa toimivien pienempien somaliyhdistysten kattojärjestö, joka on perustettu vuonna 1996. Liiton toimitilat sijaitsevat Hermannin kaupunginosassa Helsingissä. Suomen somaliaalaisten liiton tavoitteena on edistää eri ikäisten suomenomalialaisten hyvinvointia ja kotoutumista Suomeen, tarjota edunvalvontaa ja neuvontapalveluita, tukea työllisyyttä sekä vähentää ennakkoluuloja ja syrjintää. Liitolla on 46 jäsenjärjestöä ympäri Suomen muun muassa Hämeenlinnassa, Tampereella ja Oulussa. Yhteistyö jäsenjärjestöjen kanssa on tiivistä ja monialainen yhteistyö sekä verkostoituminen myös muiden toimijoiden kanssa on liitolle tärkeää. Suomen somaliaalaisten liiton visiona on olla vuonna 2025 vakaa, tunnettu ja asiantuntijana arvostettu kattojärjestö, jolla on henkilö- ja yhdistysjäseniä ja toimintaa eri puolilla Suomea. (Suomen somaliaalaisten liitto 2022.)

Benchmarkkaushaastatteluissa käytin puolistrukturoitua haastattelurunkoa. Haastattelua varten olin valmistellut tiettyjä kysymyksiä, mutta muokkasinkin niitä tai tein lisäyksiä tarpeen ja tilanteen mukaan. Kysymykset keskittyivät pääosin kulttuurienvälisen vuorovaikutuksen ja kahdensuuntaisen kotoutumisen ympärille. Kysyin toimijoilta esimerkiksi sitä, miten kulttuurienvälisen vuorovaikutus ja kahdensuuntainen kotoutuminen näkyy heidän toiminnassaan,

minkälaisia tavoitteita ja haasteita siihen liittyy sekä minkälaisia yhteistyökumppaneita heillä on. Kysyin myös sitä, minkälaisia muutoksia he toivoisivat näkevänsä yhteiskunnassa, jotta eri taustoista tai kulttuureista tulevien ihmisten olisi helpompaa toimia yhdessä. Tein haastattelut etäyhteydellä Zoomissa, minkä jälkeen litteroin aineiston. Benchmarkkausta varten en tavoittanut kaikkia sellaisia monikulttuurisen järjestökentän toimijoita, joista olisi ollut kiinnostavaa kuulla ja oppia lisää, mutta haastatteluiden avulla keräämäni aineisto antoi kuitenkin mielenkiintoista peilipintaa tutkimaani aiheeseen liittyen.

5 AINEISTON KERUU JA ANALYSOINTI

Aineisto kerättiin tekemällä benchmarkingia Filoksenia ry:stä ja Suomen somalialaisten liitosta, haastatteleamalla Tarinatupaan osallistuneita ihmisiä, sekä tekemällä osallistuvaa havainnointia paikan päällä toimintakertojen aikana. Kaikki kokemani havainnot, tapahtumat ja tunteukset kirjattiin päiväkirjamaiseen muotoon heti toimintakertojen jälkeen. Osallistuvan havainnoinnin sisältö on kuvattu tarkemmin luvussa 6. Kaikki aineistonkeruuhaastattelut pidettiin paikan päällä Myyrmäessä HyNa-hankkeen omissa tiloissa touko-kesäkuun 2022 vaihteessa. Paikka oli henkilöille jo entuudestaan tuttu ja luonteeltaan neutraali, joten se soveltui hyvin haastattelujen tekoon. Haastattelut olivat teemahaastatteluja, joiden tarkoituksena oli selvittää muun muassa Tarinatupaan osallistuneiden kokemuksia ja mielipiteitä järjestämästä toiminnasta sekä selvittää, mitkä tekijät vaikuttivat kulttuurienvälisen vuorovaikutuksen syntymiseen tai mitkä tekijät puolestaan mahdollisesti hankaloittivat sitä. Haastattelukysymyksiä muokattiin tarpeen mukaan matkan varrella. Tämä oli tärkeää etenkin sellaisissa tilanteissa, joissa haastateltavan suomen kielen osaaminen oli heikompaa. Kysymyksiä selkeytettiin ja yksinkertaistettiin siis aina tilanteeseen sopivalla tavalla selkosuomea hyödyntäen. Yhdessä haastattelussa oli paikalla myös somalinkielinen tulkki, joka osasi suomea kohtuullisesti.

Haastateltavilta kysyttiin myös aluksi ovatko he olleet aikaisemmin mukana HyNa-hankkeen toiminnassa. Maahanmuuttajataustaisista kaikki olivat olleet aikaisemmin mukana hankkeessa, suomalaisista toinen haastateltava oli ollut mukana toiminnassa ja toinen ei. Haastattelut nauhoitettiin ja litteroitiin lähes sanatarkasti, joitakin ylimääräisiä äännähdyksiä tai täytesanoja poistettiin litteroinnin aikana. Kaikki tekemäni haastattelut anonymisoitiin, joten ke-

tään yksittäistä henkilöä ei voida tunnistaa haastattelujen perusteella. Haastattelujen kysymysteemat liittyivät osallistujien kokemuksiin Tarinatupa-työpajassa, kuten mistä he pitivät tai mitä olisivat toivoneet tehtävän eri tavalla, vuorovaikutukseen, kuten esimerkiksi miten erilaiset toiminnot vaikuttivat vuorovaikutukseen muiden kanssa, minkälaiset asiat auttoivat vuorovaikutuksen syntymiseen tai mikä teki siitä vaikeaa, osallisuuteen, kuten tunsivatko osallistujat muita ihmisiä etukäteen ja miltä tuntui olla osana ryhmää, sekä satuhierontaan, kuten olivatko haastateltavat kokeilleet sitä aikaisemmin ja minkälaisia ajatuksia se herätti. Aineistosta pyrittiin löytämään samankaltaisuuksia tai yhdistäviä tekijöitä teemoittelun keinoin. Myös joi-takin poikkeavuuksia löytyi. Aineisto ei ollut kovinkaan runsas osittaisen kielimuurin takia, mutta sieltä löytyi seuraavia teemoja, jotka toistuivat haastateltavien puheissa. Teemoja olivat ryhmässä oleminen ja osallisuuden tunteet, vuorovaikutus ja tutustuminen uusiin ihmisiin sekä positiiviset kokemukset satuhieronnasta ja kosketettuna olemisesta. Keskenään samaan aihepiiriin liittyvät lauseet merkittiin värikoodein ja myös muihin, aineistosta poikkeaviin kommentteihin ja kiinnostaviin lausumiin kiinnitettiin huomiota.

Benchmarkkaushaastattelut tehtiin Zoomin välityksellä videoyhteyttä hyödyntäen. Kysyttäessä Filoksenia ry:n Katja Ikoselta sekä Suomen somalialaisten liiton Abdulrahman Ragelta kuinka kulttuurienvälisen vuorovaikutus näkyy organisaatioiden toiminnassa ja onko heillä yhteisiä tapahtumia suomalaisten toimijoiden tai muiden kulttuurien edustajien kanssa, molemmat tahot kertoivat, että heillä on paljon yhteistyötä erilaisten toimijoiden kanssa. Suomen somalialaisten liiton varapuheenjohtaja Ragella on esimerkiksi Etnisten suhteiden neuvottelukunnan Etnon jäsenyys ja heille esimerkiksi Somalian Week on merkittävä tapahtuma, jossa tuodaan esille somalialaista kulttuuria monin tavoin. Somalialainen kulttuuri on Ragen mukaan yhteisöllistä ja jokainen on vastuussa omalle yhteisölleen. Heille kulttuurienvälisyys näyttäytyy myös arjen tasolla, non-verbaalilla viestinnällä sekä sillä, kuinka ihminen käyttäytyy muiden joukossa. Liiton edustajan puheissa korostui se, että käytännössä sinä itse olet oman kulttuurisi lähettiläs joka ikinen päivä. (Rage 2022.)

Vaikka Filoksenia ry on suhteellisen pieni toimija, se on järjestöpäällikkö Ikosen mukaan hyvin aktiivinen sosiaali- ja terveystalouden järjestö, joka pyrkii kulttuurienvälisen vuorovaikutuksen edistämiseen päivittäisessä toiminnassaan Espoon keskuksessa. Järjestöyhteistyö on laajaa eri tapahtumien ja ryhmien tiimoilta muun muassa Espoon monikulttuuriset lapset ja nuoretjärjestön kanssa, esimerkkeinä yhteinen Id-juhla ja Kohtaamiskahvila-toiminta. Filoksenia ry

on mukana myös joka toinen vuosi Suvelan Basaari kaupunginosatapahtumassa, johon osallistuu lukuisia järjestöjä, kuten Suomen Punainen Risti, Martat, Espoon kaupunki ja seurakunnat. Verkostoyhteistyökin on Ikosen mukaan kattavaa ja Filoksena ry on itse luotsaamassa Espoon palveluohjauksen verkostoa sekä mukana myös Mielen Portti -hankkeessa. Kahdensuuntainen kototuminen näkyy Filokseniällä parhaiten olohuonetoiminnassa, joka on konkreettisesti matalan kynnyksen tila, kaikille avoin lasiseinäinen kohtaamispaikka. Yhdistys toimii vieraanvaraisuuden lähtökohdasta käsin eli kaikki ovat tervetulleita ja myös työtiimi on monikulttuurinen. Ikosen tekemän havainnon mukaan yhteisillä leireillä oman kulttuurin edustajat hakeutuvat kuitenkin usein niin sanotusti omiensa joukkoon ja voi tapahtua blokkiutumista, jota voi pyrkiä välttämään hakeutumalla yhteisen tekemisen ja esimerkiksi ruuanlaiton ääreen. (Ikonen 2022.)

Kysyttäessä hyvistä toimintamalleista edistää kulttuurienvälisen vuorovaikutuksen toteutumista, Katja Ikonen Filokseniältä kertoi yhteisen tilan tarjoamisen ja vastaanottavaisuuden olevan tärkeää, riippumatta siitä mitä kulttuuria tai uskontoa edustaa. Heidän toimintamallinaan on Trapesa eli sananmukaisesti ”yhteinen pöytä”, jonka ääreen kokoonnutaan minkä tahansa asian äärelle. (Ikonen 2022.) Abdulrahman Rage Suomen somalialaisten liitolta liputti toisen huomioimisen ja aidon kunnioituksen osoittamisen puolesta, minkä lisäksi myös tiedonvälitys on tärkeää (Rage 2022). Kysyin myös minkälaisia haasteita liittyy siihen, kun pyritään tukemaan kahdensuuntaista kotoutumista ja vähentämään ennakkoluuloja eri kulttuurien edustajia kohtaan. Ikosen mukaan ennakkoluuloja edelleen on, jopa maahanmuuttajien keskuudessa ja niitä voi yrittää vähentää tarjoamalla kohtaamisille yhteisen areenan, jossa eri kulttuurien edustajat saavat kohdata toisiaan ja esittää kysymyksiä vaikka toistensa elämäntarinoista. Espoossa elämä on muutenkin erinäköistä, kuin vaikka Pohjois-Suomessa, jossa ennakkoluulot voivat vielä olla ihan eri tasolla. (Ikonen 2022.) Ragen mukaan haasteena on se, jos ihmisellä on sellainen kasvatuskäsitys, että sanoipa toinen mitä tahansa, hän on aina automaattisesti väärässä. Asioista pitäisi voida keskustella. Suomen somalialaisten liitto pyrkii aktiivisesti vähentämään ennakkoluuloja ja painottaa sitä, että ei keskitytä siihen, mikä meitä erottaa, vaan siihen, mikä meitä yhdistää. (Rage 2022.)

Kysyttäessä minkälaisia muutoksia Ikonen ja Rage toivoisivat näkevänsä yhteiskunnassa, jotta eri kulttuureja edustavat ihmiset voisivat toimia avoimemmin yhdessä taustoistaan riip-

pumatta, Rage kiteytti yhden ohjeen: Ei saa yleistää. Jokainen ottaa vastuun omista tekemisistään, mutta se ei edusta koko kulttuuria. (Rage 2022.) Ikonen puolestaan esitti huolen käytännön asioiden ongelmallisuudesta, kun töitä ei esimerkiksi saa ja raja-aitoja pitäisi sen suhteen alentaa. Ikonen mukaan valtaosa ihmisistä varmasti haluaisi kuitenkin tehdä töitä ja elää normaalia elämää, mutta on olemassa asioita, jotka estävät sen. Hänen mielestään myös ihmisläheisempää asennetta virastoihin tarvitaan. (Ikonen 2022.)

6 TUOTOKSENA TARINATUPA

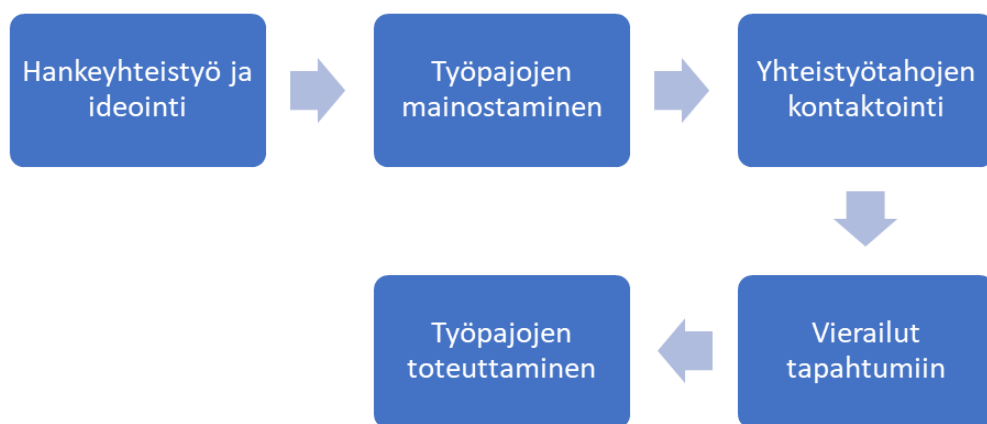
6.1 Prosessikuvaus

Monikulttuurinen toimintakenttä on kiinnostanut minua aina ja pääsin tutustumaan siihen lähemmin kehittävän harjoitteluni aikana. Suoritin harjoittelujakson Suomen somalialaisten liiton Nuorten Verkosto- hankkeessa syksyllä 2021. Syksyn aikana pääsin osallistumaan myös erilaisiin palavereihin sekä verkostotapaamisiin, joiden kautta sain oppia uutta ja löytää mielenkiintoisia kontakteja. Eräässä verkostotapaamisessa puheenvuoron piti myös vantaalaisen HyNa-hankkeen projektipäällikkö Nia Raut. Hän kertoi silloin vielä suhteellisen tuoreesta, maahanmuuttajataustaisten yli 29-vuotiaiden naisten hyvinvointiin keskittyvästä hankkeesta, josta myöhemmin tuli siis tämän opinnäytetyön toimeksiantaja. Hankkeen teemat kuten osallisuuden, kotoutumisen, yhteiskuntatietoisuuden ja suomen kielen oppimisen tukeminen inspiroivat minua heti ja orastava alkuidea yhteistyöstä syntyi.

Pidettyämme tilaajan kanssa ensin muutamia aivoriihen tyypisiä tapaamisia, tuli esiin hankkeen tavoitteista noussut tarve kehittää kahdensuuntaista kotoutumista ja vuorovaikutusta hankkeen asiakaskunnan, pääosin somalin ja arabiankielisten naisten sekä kantaväestöön kuuluvien ihmisten kanssa. Kerroin myös kiinnostuksestani kokeilla satuhierontaa yhtenä toiminnallisena menetelmänä ja yhteisten keskustelujen pohjalta päätimme lopulta, että toteutan maahanmuuttajataustaisille sekä kantasuomalaisille naisille suunnatun, kolme erillistä toimintakertaa kattavan työpajan, joka sai nimekseen Tarinatupa. Lisäksi HyNa- hanketta hyödyttävien yhteistyötahojen ja kulttuurienvälisestä toiminnasta kiinnostuneiden ihmisten löytäminen sisällytettiin osaksi tätä opinnäytetyötä. Työpajat ajoittuivat toukokuulle 2022 ja niiden tarkoituksena oli keskittyä selvittämään sitä, voivatko toiminnalliset menetelmät toimia kulttuurienvälisen vuorovaikutuksen toteutumisen tukena, joka on samalla myös tämän opinnäytetyön tutkimuskysymys. Työpajaa varten tein mainoksen, jossa kerrottiin mistä Tarinatuvassa

on kyse sekä missä ja milloin se kokoontuu. Pyrin pitämään mainoksen mahdollisimman selkeänä ja yksinkertaisena sen vuoksi, että se tavoittaisi myös hieman heikommin suomen kieltä osaavat. Kohderyhmäksi valikoitui siis kaikki lähialueen maahanmuuttajataustaiset ja suomalaiset naiset, joita kiinnosti uusiin ihmisiin tutustuminen sekä kulttuurien välinen toiminta. Tavoitteena oli saada mukaan erityisesti sellaisia ihmisiä, joille HyNa-hankkeen toiminta ei ollut vielä tuttua, mutta joilla olisi potentiaalinen kiinnostus osallistua siihen myös jatkossa.

Tarinatupa -työpajaa mainostettiin hankkeen tiloissa sijaitsevan ilmoitustaulun lisäksi myös esimerkiksi Myyrmäen kirjastossa ja sosiaalisen median kanavissa, kuten Facebookissa Vantaan puskaradio-ryhmässä sekä hankkeen omilla Facebook-sivuilla. Tilaajataho oli tässä vaiheessa aktiivisesti mukana ja kontaktoi jo olemassa olevia yhteistyökumppaneita, kuten Vantaan Soroptimisteja. Lähetin runsaasti kutsuja sähköpostitse useille toimijoille, mukaan lukien Myyrmäen Martat, Mannerheimin Lastensuojeluliitto, Vantaankosken seurakunta sekä Varian ja Careerian ammattioppilaitokset. Otin yhteyttä myös yhteisölliseen kulttuurikeskukseen Myyräncoloon. Joihinkin kohteisiin tein myös puhelinkartoitusta soittamalla, mutta se ei tuottanut tulosta, sillä puheluihin ei vastattu. Vantaan ammattioppilaitos Variassa oltiin kovin kiinnostuneita tästä projektista, mutta valitettavasti heillä ei ollut sillä hetkellä tarkoitukseen sopivaa sosiaali- ja terveysalan opiskelijaryhmää, koska heistä valtaosa oli alaikäisiä. Käytin osallistujien löytämiseen paljon aikaa ja vastauksia tuli lopulta vain kaksi. Seuraavassa kuviossa on kuvattu prosessin eteneminen toimintamallin aikaansaamiseksi.



Kuva 2. Prosessikuvaus toimintamallin muotoutumisesta.

Kaikista hedelmällisimmäksi yhteistyötahoksi osoittautui Vantaankosken seurakunta, jonka kansainvälisyyskoordinaattori suositteli minulle heidän järjestämäänsä monikulttuurista toimintaa tukevaa Friends' Caféta. Sen tarkoituksena on toimia kohtaamispaikkana eri maista tuleville ihmisille ja tarjota pientä yhteistä puuhaa ja keskustelua kahvittelun ohella. Sovin vierailukäynnin eräälle sunnuntaille Myyrmäen Virtakirkolle ja tapasin seurakunnan työntekijöitä sekä Friends' Caféeseen tulleita, kulttuuritaustaltaan monenlaisia ihmisiä. Siellä kerroin aikeistani toteuttaa Tarinatupa-työpajoja kulttuurienväliseen toimintaan liittyen ja sen pohjalta virisi mielenkiintoista keskustelua muun muassa erään arabitaustaisen perheen kanssa, jonka naiset innostuivat kertomastani ideasta. Myös kiinalaistaustainen sekä suomalainen seurakunnan työntekijä ilmoittautuivat alustavasti mukaan.

Friends' Cafén lisäksi osallistuin HyNa-hankkeen omaan naisten hyvinvointi-iltaan, joka järjestettiin Myyringin toimintatuvassa Myyrmäessä toukokuussa 2022. Hyvinvointitapahtuman ohjelmassa oli muun muassa yhteistä ruuanlaittoa ja leipomista, hennatatuointien tekoa sekä hiusten letitystä. Tilaa oli jätetty hyvin myös yhteiselle keskustelulle, jonka yhteydessä mainostin tulevaa työpajaani. Hyvinvointi-illan osallistujajoukko oli hyvin runsaslukuinen ja se koostui etenkin somali- ja arabitaustaisista naisista. Paikalla oli myös kantaväestön edustajia sekä sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijoita. Työpaja-ideani otettiin ilolla vastaan ja lopulta sinne osallistui monta sellaista henkilöä, jotka olin nimenomaan tässä naisten tapahtumassa kutsunut mukaan henkilökohtaisesti. HyNa-hankkeessa tapana on ollut kutsua hyvinvointitapahtumiin mukaan myös kantaväestön edustajia, sillä tavoitteena on mahdollistaa naisille tilaisuus luoda yhteyksiä toisiinsa sekä myös oppimaan toinen toisiltaan. HyNa-hankkeen toimintaperiaatteen mukaan tällainen toiminta edistää kahdensuuntaiseen kotoutumiseen pohjautuvaa ajatusta siitä, että myös kantaväestö sopeutuisi monikulttuuriseen elämään, jossa yhdistyy yhä moninaisemmat tavat elää, toimia, työskennellä ja viihtyä Suomessa. (Sahan-Seura 2022c.) Tämä oli myös yksi tämän opinnäytetyön tavoitteista, johon Tarinatupa-työpajan kautta pyrittiin vastaamaan.

6.2 Toteutus

Opinnäytetyön tilaajan esittämän tarpeen pohjalta lähdin kehittämään kahdensuuntaista kotoutumista tukevaa Tarinatupa-työpajaa, jonka tarkoituksena oli mahdollistaa yhteyden luominen maahanmuuttajataustaisten ja kantasuomalaisien naisten välille toiminnallisia menetelmiä

käyttäen. Samalla pyrkimys oli tarkastella sitä, minkälainen lopputulema siitä syntyy ja voitaisiinko kyseistä tuotosta hyödyntää tilaajan toiminnassa myös jatkossa. Tarinatupa-työpajat päätettiin järjestää kolmena eri keskiviikkona toukokuussa 2022. Päivät valikoituivat siten, että ne sopivat HyNa-hankkeen avoimen toiminnan alle ja samalla oli tiedossa, että paikalle tulisi joitakin vakituisia hankkeen asiakkaita joka tapauksessa. Työpajoihin ei ollut ennakoilmoittautumista, koska se ei tilaajan kokemuksen mukaan useinkaan heidän asiakaskohderyhmänsä kanssa välttämättä toimi. Tästä syystä työpajakerrat haluttiin pitää mahdollisimman mutkattomana matalan kynnyksen toimintana, johon jokaisella olisi helppo tulla juuri sellaisena kuin on. Työpajapäivinä ovet olivat siis avoinna kaikille maahanmuuttajataustaisille sekä suomalaisille naisille, jotka olivat kiinnostuneita kulttuurienvälisestä toiminnasta sekä halusivat tutustua uusiin ihmisiin. Osallistujien määrää ei voitu täten juurikaan etukäteen ennakoida, mutta toiveena oli saada paikalle vähintään 10 eri kulttuureista tulevaa ihmistä, mikä olisi koronan jälkimainingeissa vielä hyväksyttävä minimimäärä.

Seuraavaksi kuvaan Tarinatupa-työpajojen kulkua, käyttämiäni toiminnallisia menetelmiä sekä tärkeimpiä havaintoja, jotka perustuvat paikan päällä tekemiini huomioihin ja muistiinpanoihin kenttäpäiväkirjassa. Koska työpajojen oli tarkoitus tukea kulttuurienvälisen vuorovaikutuksen toteutumista, eikä osallistujien suomen kielen taitotasoa voinut etukäteen ennakoida, kaikki toiminnot oli suunniteltu siten, että niissä kieli ei ollut pääosassa, vaan kaikki pystyivät osallistumaan omista lähtökohdistaan riippumatta. Tekemääni kuvaukseen työpajojen kulusta olen lisännyt joitakin tärkeäksi kokemiani sitaatteja haastatteluaineistosta havainnollistaakseni osallistujien todellisia kokemuksia. Haastattelusitaatit on merkitty koodilla H, joka merkitsee siis haastateltavaa.

TARINATUPA 15.5.2022

LEIKKIMÄLLÄ TUTUKSI

Ensimmäisellä toimintakerralla paikalle saapui 13 osallistujaa, joka oli jopa enemmän, kuin mitä olisin odottanut. Olin lähettänyt tapahtumakutsuja useille toimijoille, ja toivonut potentiaalista yhteistyökumppanuutta esimerkiksi Myyrmäen Martoilta ja lähiseudun ammattioppilaitoksilta, mutta ainoat tahot, jotka lopulta osoittivat kiinnostusta osallistua projektiin olivat, Vantaankosken seurakunta sekä Vantaan Soroptimistit. Vantaankosken seurakunnan Friend's Café:ssa sekä HyNa-hankkeen naisten hyvinvointi-illassa tekemiäni vierailujen tuloksena paikalle tuli kaksi suomalaista osallistujaa sekä useampi maahanmuuttajataustainen osallistuja.

Loput läsnäolijat olivat hankkeen asiakkaita, ja löytäneet paikalle hankkeen omien verkostojen kautta. Tunnelma oli alusta lähtien aika rento ja hyväntuulinen. En jännittänyt tilannetta paljoa, vaikka kaikki oli itsellenikin uutta eikä etukäteen ollut tietoa siitä, kuinka monta ihmistä pääsisi paikalle. Tilaan oli pyritty tuomaan lämmin ja vastaanottavainen ilmapiiri tarjoamalla aluksi kahvia ja pientä syötävää. Muutamat entuudestaan tuntemattomat osallistujat olivat alkaneet keskustelemaan ja tutustuneet toisiinsa jo matkalla tullessaan paikalle ja iloinen puheensorina täytti HyNa- hankkeen tilat nopeasti.

“Se eka tapaamiskerta oli jotenkin ihan jo kivan tuntuinen kun tulin tänne ja kohdasin yhden maahanmuuttajataustaisen ihmisen tossa matkalla tänne ja pysty neuvomaan paikan mihin mennään. Niin ei jännittäny se tuleminen. Ei tienny oikein mitä tää sitten sisältää, minkälaiseen juttuun menen mukaan ja mitä pitää tehdä. Mutta sehän olikin sitten ihan miellyttävää.” (H5.)

Pöydälle oli levitetty erilaisia kuvakortteja, joissa oli muun muassa erilaisia maisemia, ihmisiä ja tilanteita. Annoin osallistujien tutkia niitä rauhassa, jonka jälkeen jokainen valitsi yhden itseään puhuttelevan kortin. Tarkoituksena oli valita sellainen kortti, joka sopi heidän sen hetkiinseen päivään ja mielentilaan. Esimerkiksi oliko aamu ollut kiireinen, positiivinen tai oliko kohdattu kenties jotain surullista. Kaikki alkoivat tutkia kortteja mielenkiinnolla ja löysivät mieleisen nopeasti. Sen jälkeen kokoonnuttiin ringiin, ja jokainen sai vuorollaan kertoa omasta kortistaan. Korostin kaikille myös, että ei ollut pakko sanoa mitään, jos se ei tuntunut hyvältä. Osallistujat kertoivat korteistaan yllättävänkin avoimesti, ja niiden pohjalta syntyi hyvää keskustelua. Eräs osallistuja valitsi esimerkiksi kortin, jossa kaksi retkeilijää kulki vuorilla vetäen mukanaan kolmatta, väsynyttä retkeilijää. Hänen mielestään kortti kuvasti yhteistyön voimaa ja sitä, kuinka tärkeää on auttaa toista. Toisella taas aamu oli ollut perhesyyn vuoksi hieman hankala ja hän halusi avata aihetta synkkäteemaisen kortin kautta. Moni oli valinnut merenrantaa tai luontoa kuvaavan kortin, joten se toimi heti yhdistävänä tekijänä ryhmälle, kun odotettiin kesää taas alkavaksi.

Seuraavana oli vuorossa leikki, joka onnistuakseen vaati minulta melko intensiivistä ohjausta, jolloin havainnointiosuus jäi hieman vähäisemmäksi. Ohjeistin osallistujia kävelemään tilassa. Kun huusin “stop”, tarkoituksena oli etsiä pari ja kertoa toiselle itsestään joku asia, jonka olin pyytänyt heitä kertomaan. Aiheena olivat lempiväri, lempivuodenaika, syntymämaa ja kotikaupunki sekä vapaa-ajan harrastukset. Kaikki löysivät parin vaivatta, eikä kukaan jäänyt yk-

sin tilanteessa. Lopuksi keskustelimme yhteisesti siitä, mitä vuodenaikoja oli noussut suosiksi tai minkälaisia harrastuksia löytyi, kuten uinti, lukeminen ja musiikki. Tein havainnon, miten tärkeää ohjaajana on huomioida kaikki tilassa olevat ihmiset samanaikaisesti ja osoittaa omalla esimerkillään olevansa aktiivinen ja ennakkoluuloton toimija, joka ei pelkää heittäytyä tilanteeseen, jossa kaikki eivät puhu samaa kieltä. Muutamalla osallistujalla oli hieman haastetta kommunikoida toista kulttuuria edustavan ihmisen kanssa kielimuurin tai sosiaalisen paineen takia, jolloin menin itse mukaan keskusteluun keventäen näin osallistujien painetta.

“Silloin ekalla kerrallahan oli joku, joka ei oikein tykänny. Joku maahanmuuttajainainen, joka ei tykänny siitä, mitä oli. Se oli se alku. Sitten kun me oltiin pienessä tilassa, niin se saatto ollakin ihan hyvä, koska se tuli kuitenkin siihen sit mukaan”. (H5.)

Koska tunnelma oli mielestäni kevyt ja ilmapiiri pysyi rentona, kysyin osallistujilta miltä heistä tuntuisi ajatus pienestä hengitysharjoituksesta. Ryhmäläiset olivat yllättävänkin suostuvaisia, joten ohjasin “viiden sormen hengitysharjoituksen”, jonka tarkoituksena oli hengittää rauhallisesti ja vuorotellen jokaisen sormen kohdalla siten, että syvennyttiin hetkeen kuunnellen samalla omaa kehoa ja mieltä. Yksi maahanmuuttajataustainen osallistuja sanoi, että hänen on hieman vaikea keskittyä hengittämiseen ja se on hänelle haastavaa ylipäättään sen vuoksi, että on liian pinnallista. Sen takia onkin tärkeä taito kenelle tahansa osata ikään kuin maadoittaa itsensä siihen tilanteeseen missä on, ja kuulostella omaa olemistaan rauhassa. Tämä tuntui olevan maahanmuuttajalaisille ajatuksena vähän vierasta, mutta se ei estänyt ketään osallistumasta.

Lopuksi kysyin miltä tällaisen harjoituksen tekeminen oli tuntunut ja osallistajat kertoivat pitäneensä siitä. Eräs heistä mainitsi, kuinka hyvältä oli tuntunut antaa jokaiselle sormelleen erikseen aikaa, ja että kuinka kaikista pienin pikkurillikin ansaitsi tulla huomioiduksi ja hoivatuksi. Vaikka ryhmän jäsenet eivät olleet entuudestaan tuttuja keskenään, koen että keskustelua ja vuorovaikutusta syntyi luontevalla tavalla. Ilmassa oli jopa luottamusta uudeltaisesta tilanteesta huolimatta. On myös hyvä huomioida, että haasteita asetti se, kun en tiennyt etukäteen tulisiko paikalle tarpeeksi ihmisiä ja olisiko ryhmätoimintoja mahdollista toteuttaa. Sen vuoksi olin valmiiksi koonnut erilaisia harjoitteita, joista valitsin sen hetkiseen tilanteeseen parhaiten sopivat. Lisäksi kysymällä osallistujien mielipidettä ja halukkuutta esimerkiksi hengitysharjoituksen tekemiseen, lisättiin myös heidän osallisuuttaan tilanteessa.

“Vähän oli jännittävää ensin ja ujo olo, mutta muuten se meni tosi hyvin. Minusta on vaikeaa tutustua uusien ihmisten kanssa, mutta leikkiminen oli tosi kivaa ja keskustelin muiden kanssa.” (H1.)

TARINATUPA 18.5.2022

VOIMAUTTAVAT VAHVUUSKUVAT

Paikalla oli 6 maahanmuuttajataustaista naista, 2 suomalaista naista, tilaajan edustaja sekä erikäisiä lapsia. Lasten mukanaoloa ei oltu suunniteltu etukäteen, mutta koska he olivat joka tapauksessa äitiensä kanssa innokkaasti mukana, jäivät hekin osallistumaan. Toiminta aloitettiin siten että, pöydälle oli levitetty erilaisia eläinteemaisia kortteja, joissa jokaisessa oli myös joku vahvuus kuten rohkeus, ystävällisyys, yritteliäisyys ja ilo. Osallistujat saivat tarkastella kortteja, jonka jälkeen jokainen valitsi sellaisen kortin, joka puhutteli häntä. Sitten jokainen sai tehdä tätä vahvuutta tai eläintä kuvastavan kuvan vesiväreillä maalaten tai liiduilla piirtäen. Taustalle laitoin soimaan rentouttavaa mindfulness-tyyppistä instrumentaalimusiikkia, joka auttoi luomaan oikeanlaiset olosuhteet. Ryhmä lähti heti mukaan toimintaan ja selkosuomella kertomani ohjeet ymmärrettiin mielestäni hyvin.

”Joka kerralla, kun me tultiin, ei tiedetty mitä tehdään, mutta sinä olit laittanut kaikki valmiiksi ja esille ja selittänyt kaikki hyvin” (H3).

Tilanne oli kuitenkin hälyisempi kuin edellisellä kerralla, koska osa paikalla olleista lapsista oli taaperoikäisiä ja he tietysti tarvitsivat vielä paljon äitiensä syyliä. Alun kaoottisuuden tunnusta ja ajoittaisesta melusta huolimatta huoneeseen saatiin tavoitettua kiva tunnelma, joskaan se ei ehkä ollut ihan sitä mitä alunperin oli suunniteltu. Kun mukana on pieniä lapsia, joille ei ole paikan päällä erikseen lastenhoitajaa, tilaisuuden luonne toki muuttuu, mutta ei se tee siitä välttämättä kuitenkaan huonompaa. Jos sen sijaan aikuisia osallistujia, etenkin suomalaisia olisi ollut enemmän paikalla, maalausta olisi voinut toteuttaa parityönä kantasuomalaisen ja maahanmuuttajataustaisen henkilön kesken, jolloin kulttuurienvälinen vuorovaikutus olisi ollut selkeämpää. Nyt jokainen teki työtään melko itsenäisesti, mikä oli tilanteessa toisaalta myös luontevaa. Mukaan tuli loppupuolella myös kouluikäisiä maahanmuuttajaäitien lapsia, jotka innostuivat tekemään maalauksia. Oli mukava nähdä, kuinka suomalaiset osallistujat opastivat heitä ja juttelivat heidän kanssaan. Myös suomalaisten ja maahanmuuttajataustaisten naisten välille syntyi spontaania keskustelua heidän vertaillaessa piirroksia keskenään.

”Oli parasta keskustella uusien ihmisten kanssa ja piirtää ja tehdä maalausta”
(H1).

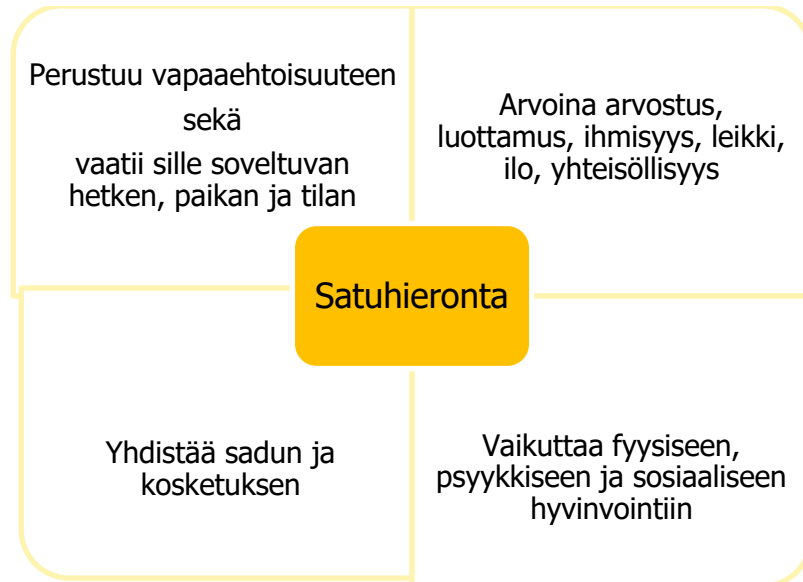
Lopuksi maalaustyöt esiteltiin muulle ryhmälle ja kerrottiin, minkä eläin tai vahvuus oli kyseessä. Tämä herätti kiinnostavaa keskustelua muun muassa erilaisista vahvuuksista ja ominaisuuksista, joita meillä kaikilla on. Myös laajempia näkökulmia syntyi aiheen ympärille. Eräs osallistuja oli tehnyt työhönsä monta pientä erilaista kuvaa, jotka kuvastivat hänen mukaansa sitä, että ystävyys on suuri seikkailu, maailma on suuri seikkailu, luonto on suuri seikkailu ja musiikki on suuri seikkailu. Ihmishahmoista aurinkoa esittävän kuvan maalannut osallistuja avasi teostaan kertomalla, että onni on lopulta omissa käsissäsi ja jokaisen täytyy löytää itsestään oma sisäinen onni, ilo ja aurinko. Myös oman kehon kohtien tärkeyttä korostanut kissaeläinmaalaus kosketti kuulijaa, kun yksi osallistuja kuvasi sitä, kuinka jokaista kehon kohtaa tulisi kunnioittaa ja kohdella lempeästi.

TARINATUPA 25.5.2022

SUKELLUS SATUHIERONNAN SALOIHIN

Paikalla oli 12 osallistujaa, joista suomalaisia oli kolme sekä tarvittaessa tulkkina toiminut suomen ja somalinkielentaitoinen tilaajan edustaja. Toiminta alkoi yhteisellä hengitysharjoituksella, jossa harjoiteltiin ystävällisyyttä omaa kehoa kohtaan ja siliteltiin itse oman kehon osia lempeästi ja hyväksyvästi, aloittaen kasvojen alueelta ja siirtyen lopulta jalkateriin saakka. Sen tarkoituksena oli tutustuttaa osallistujia aiheeseen ja samalla tarkkailla heidän reaktioitaan omaan kehoon liittyvään kosketukseen. Tilajan edustaja oli mukana tulkkauksessa ohjeita, jolloin kaikkien oli helpompi orientoitua tilanteeseen ja ymmärtää mistä on kyse. Oli jopa hieman yllättävää, miten ennakkoluulottomasti osallistujat tarttuivat aiheeseen ja lähtivät toteuttamaan harjoitusta, vaikka paikalla oli pääasiassa maahanmuuttajataustaisia naisia, joista useimmat eivät olleet kovinkaan tuttuja toisilleen. Joitakin osallistujia hieman ihmetytti ja hymilytti aluksi, mutta kun harjoituksen lopussa kysyttiin, miltä se tuntui ja minkälaisia ajatuksia oli herännyt, sanottiin sen olevan mukavaa ja rentouttavaa. Oma keho on jokaiselle ihmiselle tärkeä, ja sitä olisi hyvä opetella arvostamaan enemmän.

Tämän jälkeen pidin ryhmälle alustuksen, jossa kerroin mitä satuhieronta on, minkälaisia käytäntöjä siihen kuuluu ja minkälaisia arvoja siihen myös liitetään. Myös tässä osuudessa oli tulkki mukana, koska halusin varmistaa jokaiselle mukavan ja turvallisen tilan olla ja toimia.



Kuva 3. Kuvaus satuhieronnan käytännöistä ja piirteistä Tuovista (2014) mukaillen.

Satuhieronta perustuu aina vapaaehtoisuuteen, eikä siihen saa painostaa ketään ja kaikki koskettaminen tapahtuu vaatteiden päältä. Satuhierontaa voi käytännössä toteuttaa missä ja milloin vaan, mutta sille on silti tärkeä valita otollinen aika, paikka ja tila. Ympäristön täytyy olla tarpeeksi rauhallinen ja vapaa ärsykkeistä, ja osallistujien on hyvä olla oikeanlaisessa, rennossa mielentilassa ja valmiita vastaanottamaan kevyttä kosketusta sekä kuuntelemaan tarinoita. Satuhieronnassa yhdistyy tarina, kosketus ja läsnäolo. (Tuovinen 2014, 12–15.) Alustuksen jälkeen ryhmälle luin ääneen lyhyen runomuotoisen teksti, jonka aikana osallistujat saivat käsityksen satuhieronnan kulusta ja ideasta. Sitten luin saman tekstin ääneen siten, että tällä kertaa he saivat pareittain tehdä satuhierontaa katsomalla samalla mallia minulta. Erityisen tärkeää oli huomioda, että kukaan ei tuntenut oloaan painostetuksi, ja että luin tekstejä selkeästi ja riittävän hitaalla tempolla, jotta kaikki pysyivät mukana ja tiesivät mitä piti tehdä seuraavaksi. Satuhieronnoiksi olin valinnut mahdollisimman selkeitä, yleismaailmallisia tekstejä, joista useimmat liittyivät luonnon ilmiöihin, kuten sade, tuuli, aurinko, puro ja metsä.

Osalla tarinoista oli myös oma voimauttava teemansa, kuten yhteenkuuluvuus, rauhoittuminen, levollisuus tai mielikuvitus. Satuhieronta voikin parhaimmillaan olla ihmisiä yhdistävä ja voimauttava kokemus, jota osittain lähdin hakemaan.

”Hirveän vähän me löydetään itsestämme vahvuuksia. Sitä helposti vaan sanoo, että musta ei oo siihen, tai ei ehdi, tai sit kun. Se on tärkeää. (- -) se oli hienoa, että sai olla ja vaihtaa niitä rooleja. Sitä mä just aattelin, että varmaan tänä päivänä jossain päiväkodeissa ja kouluissakin tommonen ois tosi tärkeä.” (H5.)

Vaikka osallistujat edustivat eri kulttuureja, kuten suomea, somaliaa, arabiaa ja intiaa, ei yhteisen kielen puuttumisella ollut lopulta enää mitään väliä, vaan kaikki keskittyivät kuuntelemaan luettua tekstiä, jossa korostuivat varsinaisen tarinan lisäksi myös erilaiset äänenpainot ja tunnelma. Osallistujille kerrottiin myös, että satuhieronnan tekemiseen ei ollut olemassa yhtä ainoa oikeaa tapaa, vaan sitä sai toteuttaa itse parhaaksi katsomallaan tavalla sen mukaan, mikä tuntui kustakin osallistujasta hyvältä. Tärkeää oli huolehtia myös siitä, että jokainen sai vuorollaan olla sekä hierojana, että hierottavana, koska ne ovat keskenään hyvin erilaisia kokemuksia. Pareja myös vaihdettiin toiminnan aikana vuorovaikutuksen edistämiseksi. Satuhierontaa toteutettiin lisäksi istuen jononmuotoisessa ringissä, jossa hierontaa tehtiin aina edessä istuvan ihmisen selkään, sitä mukaa kun tarina eteni. Se osoittautui erityisen toimivaksi tavaksi tukea vuorovaikutuksen ja keskinäisen luottamuksen toteutumista. Hetkeä voisi kuvailla jopa sanoilla harras ja yhteisöllinen.

”Tuntui, että oli kiva olla mukana ja että olen tärkeä. Ja että kaikki saivat olla yhdessä, ei tuntunut ulkopuoliselta. Me myös vaihdoimme pareja joskus, ettei ollut aina sama ryhmä.” (H2)

Ei ole itsestäänselvyys, että osallistujat antoivat käytännössä tuntemattomien ihmisten koskettaa itseään selkään ja tehdä satuhierontaa oman kehon alueelle. Tässä ohjaajan roolini korostui, koska minun täytyi pystyä luomaan rauhallinen ja luottamuksellinen ilmapiiri suhteellisen lyhyessä ajassa ja vakuuttaa osallistujat siitä, että satuhieronta on kokeilemisen arvoinen asia, joka sopii ihan kaikille. Tämän työpajan parasta antia oli se, kun Vantaankosken seurakunnan Friends' Café:ssa ja HyNa:n naisten hyvinvointi-illassa aiemmin käynyt vanhempi maahanmuuttajataustainen rouva, joka ei puhunut ollenkaan suomea, osallistui täysin sujuvasti satuhierontaan ja myös toisti ääneen lukemaani tekstiä ikään kuin varmistuakseen siitä, mitä siinä hetkessä todella tapahtui. Se oli myös ohjauksellisesti erittäin antoisa ja jopa liikuttava kokemus, jossa osapuolet saivat tulla kosketetuksi paitsi ulkoisesti, myös sielultaan.

”(- -) Huomasin, että tavallaan mä tajusin siinä, kun mua oikeesti hierottiin, että mulla heräs sellaset kaipaukset. Kun ei oo pitkään aikaan ollut parisuhdettakaan, niin semmonen puoli ois kyllä tosi hieno, jos sellanen elämään ilmestyisi. Tietysti perheen ja ystävien kanssa halataan mut se on tietenkin vähän erilaista sitte.”
(H6.)

Viimeisen työpajan päätteeksi pyysin osallistujia ilmaisemaan mielipiteensä siitä, minkälainen kokemus Tarinatupa oli heidän mielestään ollut. Tähän hyödynnettiin eri värisiä post it-lappuja, joiden värikoodit osallistujien olisi helppo sisäistää. Vihreä lappu kuvasti hyvää ja onnistunutta kokemusta, oranssi tarkoitti ihan ok, hieman parannettavaa jäi ja punainen tarkoitti, että ei pitänyt kokemuksesta yhtään. Osallistujien piti valita kokemukstaan parhaiten kuvaava lappu, sekä halutessaan kirjoittaa siihen myös avointa palautetta. Kaikki palautuneet laput olivat vihreitä eli kokemus oli ollut osallistujien mielestä onnistunut. Osallistujat kuvailivat kokemuksiaan muun muassa seuraavasti:

“Oli kivaa! Vapautunut fiilis. Hoivaajan työssä ja äitinä on kiva tulla hellityksi, kun yleensä hellii muita. Aktiviteetit oli sellaisia, että kieli ei muodostunut esteeksi.”

“Olet keksinyt mukavia ja helppoja leikkejä.”

“It was a very good mindfulness session. Tunsin oloni niin rentoutuneeksi. Kiitos!”

“On ollut hyvää ja rentouttavaa, kaikki kolme kertaa.”

“Tänään oli kivan rauhallista.”

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä osiossa kuvaan keräämäni haastatteluaineiston perusteella syntyneet havainnot, jotka on eritelty selkeyden vuoksi maahanmuuttajataustaisten osallistujien kokemuksiin sekä kansuomalaisten osallistujien kokemuksiin Tarinatupa -työpajoihin liittyen. Havainnot noudattavat tekemästäni teemoittelusta nousevien pääasiallisten teemojen järjestystä. Teemoja on neljä erilaista ja ne ovat: Osallistujien kokemukset ja mielipiteet yleisellä tasolla, vuorovaikutus ja toisiin ihmisiin tutustuminen, ryhmässä toimiminen ja osallisuus sekä kokemukset satuhieronnasta ja kosketetuksi tulemisesta. Lopussa on tekemäni yhteenveto, jossa tärkeimmät pääkohdat nivoutuvat yhteen haastatteluista poimimieni sitaattien kanssa.

7.1 Maahanmuuttajataustaiset osallistujat

Neljälle maahanmuuttajataustaiselle osallistujalle tekemäni haastatteluaineiston pohjalta nousseet yleiset mielipiteet ja kokemukset kertoivat siitä, että maahanmuuttajataustaisilla osallistujilla oli ollut mukavaa ja hauskaa työpajoissa, sekä aihepiiri oli ollut kiinnostava. Jokainen heistä oli ollut aikaisemmin mukana HyNa- hankkeen toiminnassa. Kaikki eivät olleet aikataulusyistä päässeet mukaan jokaiselle työpajakerralle ja se aiheutti kahdessa haastateltavassa hieman harmitusta. Mieleisimpiä toiminnallisia menetelmiä kaikkien maahanmuuttajataustaisien osallistujien mielestä olivat satuhieronta, keskustelut uusien ihmisten kanssa sekä piirtäminen ja maalaus. Piirtäminen oli kahden haastateltavan (H3 ja H4) mielestä ollut myös hieman vaikeaa, mutta se koettiin silti hauskana yhteisenä tekemisenä ja sen aikana naurettiin kovasti. Yhden haastateltavan mielestä kivointa oli ollut valita kuvia ja kertoa sitten, minkälaisia tunteita ja asioita niistä tuli mieleen. Myös ryhmäleikki, jossa käveltiin huoneessa ja kun saottiin stop, pysähdyttiin ja puhuttiin, oli ollut tosi mukava, koska siinä sai jutella kavereiden kanssa ja kertoa omista lempijutuistaan. Kukaan haastateltavista ei olisi halunnut tehdä asioita eri tavalla, heidän mielestään olin keksinyt hyvin yhteistä tekemistä.

Vuorovaikutusta ja uusiin ihmisiin tutustumista oli osallistujien mukaan tapahtunut Tarinapaja-työpajoissa. Haastateltavat (H1, H2, H3) kertoivat keskustelleensa paljon erilaisista asioista muiden kanssa. Suomen kielen osaaminen oli auttanut yhtä haastateltavaa (H4) vuorovaikutuksessa, koska hän opiskelee sitä viikoittain HyNa-hankkeen järjestämänä. Myös HyNa:n ompelukerho oli hänen mielestään hyvä asia, koska sieltä löytää uusia kavereita, joiden kanssa voi jutella. Suomen kieltä oli ollut kuitenkin välillä vähän vaikea ymmärtää työpajoissa, mutta silti parhaansa yrittäminen ja osallistuminen koettiin yleisesti tärkeänä. Yhdessä-olo ja uusiin ihmisiin tutustuminen oli tuntunut yhden haastateltavan (H1) mukaan ensin vähän hankalalta, mutta sitten olikin sujunut tosi hyvin muiden kanssa ja yhteiset leikit olivat olleet kivoja. Hänen mukaansa kenenkään kulttuuritaustalla tai kulttuurieroilla ei ollut väliä vuorovaikutuksessa muiden kanssa, vaan kaikkien uusien ihmisten tapaaminen tuntuu aina yhtä jännittävältä. Toisen haastateltavan (H2) mukaan toisten kanssa puhuminen tuntui ihan normaalilta eikä ollut ollenkaan vaikeaa. Hän oli jutellut esimerkiksi suomalaisen ja kiinalaisen naisen kanssa ja se oli tuntunut luonnolliselta.

Ryhmässä olemiseen ja osallisuuteen liittyen haastateltavat kertoivat, että kolme (H1, H2, H3) heistä oli tuntenut toisensa jo entuudestaan ja yksi heistä oli soittanut kavereilleen ja pyytänyt heitä tulemaan mukaan. Yksi haastateltava (H4) oli puolestaan tullut paikalle naapureidensa

kutsumana. Kaksi haastateltavaa oli sitä mieltä, että mukana olo oli tuntunut kivalta ja oli tullut tunne, että saa olla tärkeä (H2 ja H4). Merkitykselliseksi koettiin, että kaikki saivat olla yhdessä ja ei tullut ulkopuolisuuden tunnetta. Haastateltavien mielestä oli myös hyvä, että toimintojen aikana pareja vaihdettiin välillä, ettei koko ajan oltu ainoastaan parhaan kaverin kanssa. Ensimmäisellä työpajakerralla kaikilla oli ollut vähän jännittävät tunnelmat, mutta toinen kerta koettiin jo helpompana ja osallistumista oli tapahtunut enemmän. Ensin haastateltavat (H1 ja H2) eivät olleet tienneet yhtään mistä on kyse ja mitä tehdään, mutta sitten kun he olivat nähneet, että kaikki tarvikkeet oli laitettu valmiiksi esille ja heille kerrottiin selkeät ohjeet, oli helppo tietää mitä tapahtuu.

Kokemukset satuhieronnasta olivat jokaisen haastateltavan mielestä positiivisia ja se koettiin suhteellisen helppona toimintana. Kun työpajoissa olimme tehneet niin sanottuna alkulämmittelynä ensin itsenäisesti tehtäviä hengitysharjoituksia ja mielikuvaharjoituksia, se oli ollut alussa kaikkien mielestä vähän vaikeaa, mutta yhdessä muiden kanssa toteutettava satuhieronta olikin sitten yllättäen tuntunut ihan helpolta. Osallistujat saivat vuorotellen sekä tehdä toisilleen satuhierontoja, että olla hierottavana. Hierottavana oleminen oli ollut kaikkien mielestä mieluisampaa, kuin hierominen. Ohjeiden koettiin olleen helposti ymmärrettäviä ja selkeitä. Haastattelemani maahanmuuttajataustaisista osallistujista kaikki paitsi yksi (H3) halusi mielellään kokeilla satuhierontaa uudelleen ja myös yhden haastateltavan (H4) tytär oli ilmoittanut äidilleen haluavansa tehdä satuhierontoja kotona yhdessä äitinsä kanssa.

7.2 Kantasuomalaiset osallistujat

Haastattelemani kaksi kantasuomalaista henkilöä olivat tulleet mukaan Tarinatupa- työpajoihin Vantaan Soroptimistien kautta sekä Vantaankosken seurakunnasta. Soroptimistien jäsen oli ollut mukana aikaisemmin HyNa- hankkeen toiminnassa, seurakunnan työntekijä ei. Yleisenä mielipiteenä työpajoihin osallistuminen oli ollut haastateltavien mielestä positiivinen kokemus. Etenkin kuvakorttien avulla itsestään kertominen ja satuhieronta todettiin mieleisiksi toiminnoiksi. Esiin nousi myös toisen kantasuomalaisen haastateltavan ajatus siitä, että vastaavaa kulttuurienvälistä, matalan kynnyksen toimintaa voisi järjestää hyvin myös esimerkiksi vanheneville naisille, kaikille ikäihmisille tai koululaisille (H5). Hän oli myös kaikista osallistujista ainut, joka oli ollut mukana kaikissa työpajoissa.

Vuorovaikutukseen ja uusiin ihmisiin tutustumiseen liittyen kävi ilmi, että kielitaito tai sen puuttuminen ei ollut missään vaiheessa ollut esteenä toimintoihin osallistumiselle. Varsinkin leikki, missä piti ensin pysähtyä ja sitten jutella muiden kanssa oli ollut hyvä, ja vaikka suomen kielen taito olikin ollut suomalaisena hallussa, niin oli jännittänyt vähän silti, miten se menee ja löytääkö parin (H6). Maahanmuuttajataustaisten suhtautuminen toimintoihin oli mietityttänyt kumpaakin suomalaishaastateltavaa aluksi, mutta heidän mielestään kaikki osallistujat olivat vaikuttaneet positiivisilta ja olivat osallistuneet toimintaan mielellään. Pienehkö tila, jossa työpajat toteutettiin, oli myös vaikuttanut osaltaan siihen, että kaikki osallistujat ikään kuin joutuivat heti lähikontaktiin toistensa kanssa ja sen todettiin edesauttaneen kahden-suuntaisen vuorovaikutuksen syntymistä. Etenkin somalitaustaisten naisten aktiivinen osallistuminen nähtiin arvokkaana, koska heitä ei muutoin tapaa lähes koskaan esimerkiksi seurakunnan toiminnassa. Myös puhelinnumeroita oli vaihdettu maahanmuuttajataustaisten ja kantasuomalaisten työpajoihin osallistuneiden välillä, joten yhteydenpitoa tullaan varmasti jatkamaan jollain tasolla myös tulevaisuudessa.

Ryhmässä toimimisesta ja osallisuudesta kantasuomalaiset osallistujat totesivat, että ryhmässä oleminen oli tuntunut mukavalta, eihän muuten olisikaan ollut intoa osallistua työpajaan enää ensimmäisen kerran jälkeen. Vastaanotto maahanmuuttajataustaisten naisten puolelta koettiin alusta saakka äärettömän positiivisena, joten se helpotti molempien mielestä mukana oloa sekä sai myös olla yksi muiden joukossa ilman, että esimerkiksi omalla ammattiroolilla tai ihonvärillä olisi ollut merkitystä.

Satuhieronta ja kosketetuksi tuleminen oli ollut molempien kantasuomalaisten mielestä hyvä kokemus, koska kosketus on tärkeää ihan kaikille. Satuhieronnassa parien vaihtaminen koettiin hyvänä ideana sen vuoksi, että kaikki pääsivät sekä tekemään satuhierontaa, että olemaan myös sen vastaanottajana. Toinen kantasuomalaisista haastateltavista oli kokenut hierottavana olemisen jopa vähän vaikeana, mutta se oli johtunut lähinnä hänen omasta henkilökohtaisesta haasteestaan ottaa toiselta ihmiseltä jotain hyvää vastaan ja siten satuhieronta olikin ollut hänelle erityisen virkistävä ja jopa herättelevä kokemus. Molemmat kantasuomalaiset haastateltavat kertoivat yllättyneensä, että maahanmuuttajataustaisten naisten osallistuminen ja yleinen asenne kosketetuksi tulemisesta oli ollut niin positiivista. Heistä kumpikin kiteytti puheissaan myös sen, kuinka tärkeä taito on pystyä olemaan läsnä hetkessä. Heille oli työpajojen pohjalta syntynyt innostus satuhierontaan ja tullut jopa tunne siitä, että olisipa tätä lisää.

Yhteenvetona kaikkien tekemiäni teemahaastattelujen pohjalta voidaan todeta, että toiminnalliset menetelmät koettiin onnistuneena tapana edistää kulttuurienvälisen vuorovaikutuksen toteutumista. Ohjeistus oli työpajoihin osallistuneiden mielestä ollut riittävän selkeää, eikä kieli-taito ollut muodostunut esteeksi yhdessäololle. Vaikka alussa osallistujia oli hieman jännittänyt tulla paikalle, eikä kukaan tarkalleen tiennyt ensin mitä odottaa, oli kaikkien innokas ja avoin suhtautuminen vaikuttanut positiivisesti siihen, että työpajoissa oli ollut mukavaa ja luontevaa olla mukana. Kuvakorttien käyttäminen, matalan kynnyksen toiminnot kuten leikit ja maalaaminen sekä satuhieronta koettiin erityisen hyvänä kokemuksena. Myös kosketetuksi tuleminen oli tuntunut monen mielestä tärkeältä. Sen lisäksi myös aivan uusia kontakteja oli työpajoissa luotu maahanmuuttajataustaisten ja kantasuomalaisten osallistujien välillä ja vastaavaa kulttuurienvälisiä vuorovaikutusta tukevaa toimintaa toivottiin lisää myös jatkossa.

”Mun mielestä olit suunnitellut toiminnot tosi hyvin ja olit hirmu hyvin osannut ottaa huomioon sen, että miten voidaan tuoda eri kulttuuritaustoista olevat ihmiset yhteen, ilman että kenellekään tulee semmosta oloa, että mä en osaa. Sitten olit osannut luoda hyvän ilmapiirin et siel oli kaikilla sellanen vapautunut ja iloinen fiilis. Kaikki osallistui tosi ilosesti ja se oli musta hienoa. Voihan se olla, että kyse on paljon kulttuurieroistakin, mutta sun tapasi vetää niitä tilanteita edesauttoi myös sitä, että se onnistui niin hyvin. Sieltä jäi aurinkoinen fiilis!” (H6.)

”Kyllä täällä oli jotain mun tuttuja, ja myös mun vanhoja naapureita, joita kiinnosti tämä. Myös tutustuin täällä uusiin ihmisiin ja sain samalla uusia kavereita, sinut.” (H1.)

Nämä työpajoihin osallistuneiden haastatteluaineistosta poimimani kommentit ovat omiaan kuvaamaan sitä, että Tarinatupa- työpajoilla ja käyttämilläni toiminnallisilla menetelmillä oli oma tervetullut paikkansa HyNa- hankkeen toiminnassa ja kulttuurienvälisen vuorovaikutuksen tukemisessa. Voidaan siis mielestäni ajatella, että työpajoihin osallistuneet ja kulttuuri-taustoiltaan hyvin moninaiset ihmiset löysivät jokainen omalla tavallaan sen kautta jotain uutta, oli se sitten iloa, yhteenkuuluvuuden tunnetta, ystäviä tai vain positiivisia kokemuksia sellaisessa tilanteessa, jossa ei välttämättä olisi aiemmin uskaltanut olla edes mukana.

8 LOPUKSI

8.1 Luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksissa pyritään aina arvioimaan tehdyn tutkimuksen luotettavuutta, sillä tulosten luotettavuus ja pätevyys voivat vaihdella. Tutkimuksen reliaabelius tarkoittaa käsitteenä tulosten toistettavuutta ja se voidaan todeta usealla eri tavalla. Toinen tutkimuksen arviointiin liittyvä termi on validius, jolla puolestaan tarkoitetaan tutkimusmenetelmän kykyä mitata juuri sitä, mitä sen on tarkoitus mitata. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2018, 231.) Korostamalla tutkimusasetelmaan avoimuutta ja prosessiluonteisuutta, voidaan antaa tutkimuksen luotettavuuden tarkastelulle eri sävyjä. Laadullisessa tutkimuksessa aineistonkeruuseen liittyvän vaihtelun tiedostaminen ja hallitseminen korostuvat. Silloin kun tutkija on itse ikään kuin aineistonkeruun väline, on luonnollista, että tutkimusprosessin edetessä myös näkemykset ja tulkinnat kehittyvät. Luotettavuuden kannalta voidaan ajatella, että prosessin esiin tuominen on tutkimuksen luotettavuuden kannalta keskeinen valinta, joka tekee tutkimuksen erilaiset painotukset lukijalle ymmärrettävämmäksi. (Kiviniemi 2007, 81–82.)

Tässä opinnäytetyössä toimin yhtenä tiedonkeruun välineenä menemällä henkilökohtaisesti kertomaan tekemästani tutkimuksesta sen kohteena oleville ihmisille sekä tekemään osallistuvaa havainnointia paitsi jo hieman ennakoivasti tapahtumavierailuissa, myös varsinaisissa ohjaus- ja tutkimustilanteissa. Kokonaisprosessiin käytetty pitkäkö ajanjakso, valitsemiä tutkimusmenetelmien monipuolisuus sekä tekemäni prosessikuvauksen avoimuus lisäävät opinnäytetyöni luotettavuutta. Tämän lisäksi myös tilaajan edustaja oli läsnä toteuttamissani Tarinatupa-työpajoissa, joten sekin osaltaan vahvistaa luotettavuutta. Nämä kaikki tekijät tukevat niin ikään myös eettisyyden toteutumista tässä opinnäytetyössä. Lisäksi kehittämäni työpajojen tarkoitus, keskeisimmät sisällöt ja tutkimuksen eettiset periaatteet oli informoitu monen eri tiedotuskanavan välityksellä ja tarvittaessa myös osallistujien omalla äidinkielellä sekä suullisesti, että kirjallisesti. Tämä tehtiin myös riittävän ajoissa, jolloin tutkimuksen kohteena oleville ihmisille jäi aikaa pohtia, haluavatko he ottaa siihen osaa. Koen, että haastatteluiden anonymisoinnin takaaminen sekä myös paikan päälle tekemiäni ennakkovierailujen toteuttaminen olivat merkittävässä asemassa siinä, että osallistujat uskalsivat luottaa minuun ja opinnäytetyöprosessin eettisyyteen.

8.2 Tilaajan arvio

Tilaajan palaute, jonka on kirjoittanut HyNa-hankkeen projektipäällikkö Nia Raut marraskuussa 2022 opinnäytetyön raakaversio lukemisen jälkeen.

Todella ihana lukea sinun tekstiäsi ja muistella meidän työpajaa. Kokeilu oli niin inspiroiva meidän näkökulmastamme, ja todellakin rohkea avaus, josta kannatti pitää kiinni, vaikka emme tienneet, miten se lopulta onnistuisi tai onnistuisiko. Tarinatupa vaati aika paljon heittäytymistä ja avoimuutta osallistujilta, mukaan lukien itseltäni, mutta olin iloisen yllättynyt siitä, miten mukavasti ihmiset todella olivat aktiivisesti mukana. Koin, että paljon tähän vaikutti sinun ohjaustaitosi, sillä niin kuin muutkin osallistujat olivat kommentoineet, teit osallistumisen meille helpoksi laittamalla kaiken valmiiksi, selittämällä selkeästi ja tarvittaessa myös näyttämällä miten edetään. Toiminnallisuus oli erinomainen tapa ihmisille olla yhdessä osin puutteellisesta kielitaidosta huolimatta. Harmi, ettemme saaneet enemmän suomalaistaustaisia mukaan, vaikka kovasti sinä yritit, mutta se ehkä kertoo jotakin siitä, millaisen haasteen kanssa edelleen kamppailemme, kun puhutaan kahdensuuntaisesta kotoutumisesta edes vuorovaikutuksen tasolla. Toivomme kuitenkin, että voimme toteuttaa vastaavaa yhä enemmän esimerkiksi naisten olohuoneessa ja hyvinvointitapahtumissa, ja jatkossa onnistuisimme tavalla tai toisella madaltamaan kynnystä myös suomalaistaustaisille ihmisille tai tahoille osallistua. (Raut 2022.)

8.3 Oma pohdinta

Tarinatupa- toimintamalli oli alun epävarmuustekijöistä riippumatta hyvä ja kannattava kokeilu, jonka kautta tuotiin eri kulttuurien edustajia yhteen ja tarjottiin heille uusia kokemuksia toiminnallisten menetelmien parissa. Ennakkoluuloja saatiin sopivasti pehmennettyä ja toivotavasti myös muutama raja-aitakin kaatui, kun eri taustoista tulevat ihmiset pääsivät toimimaan keskenään tilanteessa, joka oli kaikille uudenlainen. Minut yllätti se, kuinka pitkä opinnäytetyöprosessi ja Tarinatupa- työpajojen toteuttaminen kokonaisuudessaan oli ja minkälaisia vaiheita siihen liittyi. En kuitenkaan missään vaiheessa lakannut uskomasta siihen, ettei kokeilu olisi kaiken vaivan arvoinen, tai ettei siitä voisi seurata jotain ainutlaatuista ja hyvää. Suomalaisedustus oli työpajoissa lopulta hyvin vähäistä ja se olisi varmasti muuttanut ryhmien dynamiikkaa ja kulttuurienvälisen vuorovaikutuksen toteutumista eri suuntaan, mikäli kantasuomalaisia osallistujia olisi ollut enemmän. Se myös omalta osaltaan kertoo juuri siitä, minkä vuoksi tämänkaltaisia opinnäytetöitä kannattaa tehdä, minkälaiset asiat onnistuvat helpommin ja missä puolestaan on vielä reilusti työnsarkaa jäljellä. Toisaalta tilanne haastoi

myös itseäni ajattelemaan ja toimimaan vieläkin rohkeammin ikään kuin laatikon ulkopuolelta, koska valtaosa osallistujista edusti muuta kulttuuria suomalaisuuden sijaan, eikä näitä tilanteita voinut sen suuremmin ennakoida.

Vastaavan laajuinen suunnittelu- ja toteutusprosessi oli myös itselleni uusi ja avartava kokemus, joten voin kyllä todeta kokevani tietynlaista ylpeyttä, että kerätyn aineiston avulla saatu palaute oli niin suureksi osaksi positiivista ja myös tilaaja näytti vihreää valoa tälle kokeilulle. Tilaajan kanssa yhteisesti pohdimme, että Tarinatuvan onnistumiselle merkittäviä seikkoja oli lopulta aika monta. Esimerkkeinä työpajatarkoitukseen hyvin soveltuva ja hankkeen asiakkaille entuudestaan tuttu tila, aiempi ohjauskokemukseni ja kyvykkyyteni heittäytyä siten, että sain innostettua mukaan myös sellaista monikulttuurista asiakaskuntaa, jolle jossakin toisessa tilanteessa olisi ollut hyvin suuri kynnys osallistua ryhmätoimintaan, jossa ei välttämättä puhuta edes samaa kieltä. Myös vapaaehtoisuuden korostaminen, toiminnallisten menetelmien selkeä ohjeistus ja ihmisten osallistaminen olivat tärkeitä tekijöitä sille, että työpajat saatiin toimimaan sujuvasti. Uskon, että osallistujat saivat kokea myös vertaistuellisia ulottuvuuksia, kun he pysähtyivät pohtimaan omia vahvuuksiaan tai sitä, miten luonnonilmiöiden kuvittaminen käsillä toisen selkään voi olla samalla myös tutkimusmatka omaan itseensä. Jos saisin nyt tehdä jotain toisin, muokkaisin tekemieni haastattelujen kysymysten asettelua siten, että sen avulla olisi voitu päästä parempaan lopputulokseen ja aiheen vieläkin kokonaisvaltaisempaan käsittelyyn. Laajemmalla tutkimusaineistolla sekä jatkuvalla tulkin mukana ololla aiheetta olisi voinut pyöritellä loputtomiin, mutta sekään ei välttämättä palvelisi enää sitten alkuperäistä tarkoitusta.

Koen opinnäytetyöni aiheen olleen suhteellisen rohkea ja yhteiskunnallisesti ajankohtainen valinta, josta kyllä kannatti loppuun saakka pitää kiinni pienistä haasteista huolimatta. Myös tilaaja kertoi löytäneensä itsensä oivaltavan oppimiskokemuksen keskeltä, jonka lopputulosta oli miltei mahdotonta ennustaa etukäteen. Lopulta tavoitteeseen kuitenkin päästiin ja kulttuurivälisestä vuorovaikutusta edistettiin toiminnallisilla tavoilla, jota ei oltu hankkeessa kokeiltu ennen. Tilaaja pystyy hyödyntämään tätä kokonaisuutta järjestämällä vastaavia tapahtumia myöhemmin, koska tämän perusteella nähtiin, että sille olisi kyllä tilausta. Toivottavasti tämä opinnäytetyö antaa HyNa- hankkeen työntekijöille myös työkaluja ratkaista kahdensuuntaiseen kotoutumiseen liittyviä pulmia pidemmällä tähtäimellä. Vaikka hankkeessa järjestetään jo hyvin laajamittaisesti monipuolista ryhmä- ja yksilötoimintaa, näkisin, että se voisi hyötyä myös tämänkaltaisesta toiminnasta, jossa omalla tavallaan saa virkistystä sekä osallistujan

keho, että sielu. Hetkeen pysähtymisen taito ja oman itsensä sekä toisen ihmisen kuunteleminen ovat tärkeitä ominaisuuksia, jotka kiteytyvät juuri esimerkiksi satuhieronnassa. Kunnioittavan kosketuksen metodi on universaali toimintamuoto, jossa ei tarvita yhteistä kieltä. Se sopii aivan kaikille, mutta vaatii toimiakseen luottamusta. Mäkisalo-Ropponen toteaa julkaisussaan, että kertomista, kuuntelua ja toinen toisiltaan oppimista on mahdollista harjoitella ja on tärkeää ymmärtää se, kuinka kuuntelu, toisten ihmisten arvostaminen ja huomioiminen liittyvät toisiinsa. On tärkeää kuunnella muita, koska ihmiset haluavat tulla kuulluiksi, mutta tärkeää on myös tulla kuulluksi itse, koska se on minuuden perusta. (Mäkisalo-Ropponen 2011, 103.)

Tarinatupa -toimintamallin kaltaista toimintaa voisi hyvin laajentaa monikulttuurisen kentän ohella ulottumaan esimerkiksi ikäihmisille, joilta usein oma asuinkumppani tai juttukaveri puuttuu. Myös jonkinlaisesta kriisistä toipumassa olevat tai vaikka pienten lasten äidit voisivat hyötyä satuhieronnasta, jossa tarinallisuuden kautta luodaan lempeää suhtautumista uudelleen paitsi omaan kehoon, myös omaan itseen ja itsensä arvostamiseen. Mikäli kokeiluja saataisiin toteutettua enemmän ja hyvällä menestyksellä, ne varmasti hyödyttäisivät tulevaisuudessa myös koko yhteisöpedagogin ammattikenttää, mukaan lukien esimerkiksi lastensuojelu, lasten ja nuorten vapaa-ajan toiminta, erityistä tukea tarvitsevien ryhmät tai vanhusten parissa tehtävä työ. Toivon tällä opinnäytetyöllä voivani viedä eteenpäin viestiä siitä, että kulttuuritaustasta tai muista tekijöistä riippumatta olemme kaikki kuitenkin samassa veneessä olevia ihmisiä, joilla on tarve tulla kohdatuksi sellaisina kuin olemme. Myös kuka tahansa tämän työn äärelle eksyvä lukija voisikin hetkeksi pysähtyä pohtimaan, kuka minä olen, kuka sinä olet ja minkälaisia me voisimme olla yhdessä.

”No mun mielestä nämä meidän maahanmuuttajat oli sellasia welcoming, että kukaan ei ollu sellanen nyreä. Meitä suomalaisiahan oli pieni vähemmistö, ja kun tulin silloin viimeisellä kerralla niin siinä tuli ovella vastaan yks maahanmuuttajarouva, joka kauheen kauniisti kysyi mitä mulle kuuluu ja toivotti tervetuloa. Vastaanotto oli niinku hyvä. Että eihän se oo siinä et me ollaan Suomessa suomalaisia, et jos me ollaan erilaisia jossain ryhmässä niin sit tulee heti sellanen vähän arka olo et hyväksytäänkö mut tähän, mutta hehän oli tosi positiivisia ja vastaanottavaisia ja se oli hyvä kokemus.” (H6.)

LÄHTEET

- Alitolppa-Niitamo, Anne, & Säävälä, Minna 2013. Johdattelua kirjan teemoihin. Teoksessa Anne Alitolppa-Niitamo, Stina Fågel & Minna Säävälä (toim.) Olemme muuttaneet. Ja kotou-dumme. Maahan muuttaneen kohtaaminen ammatillisessa työssä. Helsinki: Väestöliitto ry, 5–15.
- Eskola, Jari & Vastamäki, Jaana 2010. Teemahaastattelu. Opit ja opetukset. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Metodien valinta ja aineistonkeruu. Virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. 3. painos. Jyväskylä: Bookwell Oy, 26–45.
- Filoksenia ry. Järjestö. Viitattu 1.11.2022.
<https://www.trapesa.com/jarjesto/>
- Grönfors, Martti 2010. Havaintojen teko aineistonkeräyksen menetelmänä. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Metodien valinta ja aineistonkeruu. Virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. 3. painos. Jyväskylä: Bookwell Oy, 154–172.
- Heikkinen, L. T. Hannu 2010. Toimintatutkimus. Toiminnan ja ajattelun taitoa. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Metodien valinta ja aineistonkeruu. Virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. 3. painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 214–230.
- Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara Paula 2018. Tutki ja kirjoita. 22. painos. Helsinki: Tammi, 231–232.
- Kiviniemi, Kari 2007. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. 2. painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 70–86.
- Kärki, Pirkko, Nummi-Heikonen, Inka, Paakkonen, Taija & Vesterinen, Anne 2014. Satuhieronta. Läsäolevan kosketuksen ja sadun taikaa. WSOY, 109.
- Liebkind, Karmela 1994. Maahanmuuttajat. Kulttuurien kohtaaminen Suomessa. Teoksessa Karmela Liebkind (toim.) Helsinki: Hakapaino Oy, 21–35.
- Mähönen, Tuuli-Anna & Inga Jasinskaja-Lahti 2013. Etniset ryhmäsuhteet ja maahanmuuttajien akkulturaatio. Teoksessa Tuomas Martikainen, Pasi Saukkonen & Minna Säävälä (toim.) Muuttajat. Kansainvälinen muuttoliike ja suomalainen yhteiskunta. Helsinki: Gaudeamus, 247–262.
- Mäkisalo-Ropponen, Merja 2011. Vuorovaikutustaidot sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 103.
- Niva, Mikael & Tuominen, Kari 2021. Benchmarking käytännössä. Itsearviointin työkirja. Hyviä kysymyksiä ja benchmarking-tutkimuksia. Oy Benchmarking Ltd, 5–38.

Ojasalo, Katri, Moilanen, Teemu & Ritalahti, Jarmo 2009. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. 1. painos. Helsinki: WSOY Pro, 41–104.

Ojasalo, Katri, Moilanen, Teemu & Ritalahti, Jarmo 2015. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. 1. painos. Helsinki: WSOY Pro, 105–186.

Raunio, Mika, Säävälä, Minna, Hammar-Suutari Sari & Pitkänen Pirkko 2011. Monikulttuurisuus ja kulttuurien välisen vuorovaikutuksen areenat. Teoksessa Pirkko Pitkänen (toim.) Kulttuurien kohtaamisia arjessa. Tampere: Osuuskunta Vastapaino, 17–51.

Raut, Nia 2022. VS: Opinnäytetyön palaute. Email 16.11.2022.

Sahan-Seura 2022a. HyNa- hanke. Viitattu 1.7.2022.
<https://www.sahanseura.fi/hyna-hanke/>

Sahan-Seura 2022b. Tsempataan! -hanke. Viitattu 1.7.2022.
<https://www.sahanseura.fi/tsempataan/>

Sahan-Seura 2022c. HyNa- hanke. Viitattu 8.11.2022.
<https://www.sahanseura.fi/hyna-hanke/>

Schubert, Carla 2013. Kotoutumisen psykologiaa. Teoksessa Anne Alitolppa-Niitamo, Stina Fågel & Minna Säävälä (toim.) Olemme muuttaneet. Ja kotoudumme. Maahan muuttaneen kohtaaminen ammatillisessa työssä. Helsinki: Väestöliitto ry, 63–77.

Suomen somalialaisten liitto. Toiminta. Viitattu 1.11.2022.
<https://somaliliitto.fi/somaliliitto/toiminta/>

Styrman, Tuula & Tornainen, Marika 2018. Kunnioittavan kosketuksen käsikirja. Ammatillisen hoitokohtaaminen sosiaali- ja terveysalalla. Keuruu: PS-kustannus, 18–24.

Talib, Mirja-Tytti 2013. Esipuhe. Teoksessa Fred Dervin & Laura Keihäs (toim.) Johdanto uuteen kulttuurienväliseen viestintään. Jyväskylä: Suomen kasvatustieteellinen seura, 10–17.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021. Maahanmuutto ja kulttuurinen moninaisuus. Käsitteet. Viitattu 15.7.2022.
<https://thl.fi/fi/web/maahanmuutto-ja-kulttuurinen-moninaisuus/tyon-tueksi/kasitteet>

Tuovinen, Sanna 2014. Satuhieronta. Läsäolevan kosketuksen ja sadun taikaa. WSOY, 12–113.

Wallin, Aila 2013. Monikulttuurisuusosaaminen. Uudistuvan työyhteisön valttikortti. Klaava media, 18–26.

Yhdenvertaisuuslaki 1324/2014. Viitattu 15.07.2022.

Ärling, Mertsu 2022. Kohtaa ihminen, älä kulttuuria. Diakonia ammattikorkeakoulu. Viitattu 12.7.2022.
https://dialogi.diak.fi/2022/06/08/kohtaa-ihminen-ala-kulttuuria/?fbclid=IwAR2zZ7dE_xl5Go-2K6CL1N_SHsurp-psxz3YfwHjbWkv-x3-eLorUIAc6gU

HAASTATTELUT

Kaikki haastattelut on tehnyt Pihla Järvinen.

H 1. Vantaa, 31.5.2022.

H 2. Vantaa, 31.5.2022.

H 3. Vantaa, 31.5.2022.

H 4. Vantaa, 1.6.2022.

H 5. Vantaa, 1.6.2022.

H 6. Vantaa, 1.6.2022.

Ikonen, Katja 2022. Projektipäällikkö. Zoom-haastattelu 23.5.2022.

Rage, Abdulrahman 2022. Varapuheenjohtaja. Zoom-haastattelu 16.5.2022.

LIITTEET

Liite 1. Haastattelurunko

TEEMAHAASTATTELU

PERUSTIEDOT

Syntymäpaikka

Ikä

Oletko ollut aikaisemmin mukana HyNa- hankkeen toiminnassa?

KOKEMUS

Minkälainen kokemus Tarinatupa-työpajaan osallistuminen mielestäsi oli?

Mikä oli sinun mielestäsi parasta Tarinatupa-työpajassa?

Mitä olisit halunnut tehdä eri tavalla?

VUOROVAIKUTUS

Miten erilaiset toiminnat vaikuttivat vuorovaikutukseen muiden kanssa?

Mitkä asiat auttoivat sinua, että vuorovaikutusta tapahtui?

Mikä teki vuorovaikutuksesta vaikeaa?

OSALLISUUS

Tunsitko muita Tarinatupa-työpajaan osallistuneita etukäteen?

Miltä sinusta tuntui osallistua ryhmän jäsenenä, osana ryhmää?

Muuttuiko mielipiteesi osallistumisesta eri tapaamiskertojen välillä? Miten?

SATUHIERONTA

Olitko kokeillut satuhierontaa aikaisemmin?

Minkälaisia ajatuksia satuhieronnan tekeminen herätti?

Haluaisitko kokeilla satuhierontaa uudelleen? Miksi tai miksi et?

Liite 2. Benchmarkkaushaastattelu

KYSYMYKSET BENCHMARKINGIA VARTEN

Miten kulttuurienvälinen vuorovaikutus näkyy toiminnassanne tällä hetkellä?

Minkälaista yhteistyötä teillä on esimerkiksi suomalaisten järjestötoimijoiden tai muiden monikulttuurista toimintakenttää edustavien tahojen kanssa?

Minkälaisia tavoitteita teillä on kahdensuuntaiseen kotoutumiseen liittyen?

Mitkä ovat mielestäsi hyviä tapoja ja toimintamalleja edistää kulttuurienvälisen vuorovaikutuksen toteutumista yhdistyksenne tasolla?

Mitkä asiat ovat mielestäsi haasteena, kun pyritään tukemaan kahdensuuntaista kotoutumista ja vähentämään ennakkoluuloja eri kulttuurien edustajia kohtaan?

Minkälaisia muutoksia toivoisit näkeväsi yhteiskunnassa, jotta eri kulttuureja edustavat ihmiset voisivat toimia avoimemmin yhdessä erilaisista taustatekijöistä riippumatta?

Lopuksi, onko vielä jotain muuta mitä haluaisit sanoa?

Liite 3. Tarinatupa-työpajan mainosliite.

Tarinatupa
Haluatko tulla mukaan kulttuurienväliseen toimintaan?

MIKÄ?
Toisiin tutustumista ja rentoa yhdessäoloa. Ohjelmassa leikkimielistä tekemistä, maalausta ja satuhierontaa.

KENELLE?
Maahanmuuttajataustaisille ja suomalaisille naisille, jotka haluavat tutustua uusiin ihmisiin ja viettää mukavaa aikaa yhdessä.

MILLOIN?
Keskiviikkoisin

- 11.5. klo 12-13.
- 18.5. klo 12-13.
- 25.5. klo 12-13.30.

MISSÄ?
Osoite:
Vaskivuorentie 25
01600 Vantaa

TERVETULOA!

HYNÄ-HANKE
Hyvinvoivat maahanmuuttajanaiset




Liite 4. Satuhierontoja.

MERIROSVOLAIVA

Neljä merirosvoa lähti kaukaiselle saarelle. **(Laita kädet selän päälle.)**

Laiva keinui aaltojen mukana. Merellä oli isoja aaltoja ja pieniä aaltoja. **(Tee isoja aaltoja alaselästä olkapäihin asti ja pieniä aaltoja yläselälle.)**

Alkoi sataa vettä. **(Naputa sormilla sateen ropinaa.)**

Ensin vettä tuli kaatamalla. Sitten sade hiljeni.

Aurinko alkoi paistaa lämpimästi. **(Kämменillä auringon lämmittävää pyöritystä.)**

Edessä näkyi saari. Laiva ajoi sen rantaan. **(Pidä käsiä paikoillaan selällä.)**

Merirosvot nousivat maihin ja lähtivät seuraamaan karttaa.

(Askella kämменillä pitkin selkää.)

He tiesivät, että saarella oli kallisarvoinen aarre, ja he tahtoivat löytää sen.

(Piirrä selkään ruksi.)

He kulkivat ylös ja alas ja etsivät ja etsivät. **(Tee askeleita ruksin luo.)**

He kulkivat pitkin rantoja ja kallioita. **(Askella kämменillä pitkin selkää.)**

Sitten he löysivät sen. **(Askeleet pysähtyvät.)**

Tiedätkö, mikä se aarre on? **(Kysy.)**

Se olet SINÄ! **(Anna iso halaus!)**

(Kärki, Nummi-Heikonen, Paakkonen & Vesterinen 2014, 109.)

TALVI, KEVÄT, KESÄ, SYKSY

Maa on täynnä valkoista lunta. Lumi on kuin iso, hohtava peitto.

(Silitä selkää kuin peitellen.)

Taivaalta leijailee lisää isoja lumihutaleita, jotka laskeutuvat kinosten päälle.

(Laske kämменet vuorotellen pehmeästi selälle ja tee lumihutaleita sinne tänne.)

Keväällä, kun aurinko alkaa lämmittää, alkaa lumi pikkuhiljaa sulaa.

(Tee pyöriviä, lämmittäviä liikkeitä.)

Lumi sulaa ja muuttuu vedeksi. Purot juoksentelevat iloisesti teiden varsilla. Maa saa taas vettä ja alkaa vähitellen heräillä unestaan. **(Solisevan veden juoksua kaikilla sormenpäillä.)**

Auringon voimasta ruoho alkaa taas kasvaa. **(Tee sormilla vetoja alaselästä ylöspäin.)**

Sitten ilmestyvät ensimmäiset kukat. Keltaisia leskenlehtiä puhkeaa tuonne, tuonne ja tuonne.

(Piirrä sormilla kukkia ympäri selkää.)

Maa on vehreä ja vihreä. Niityt kukoistavat ja ruoho kasvaa. **(Silitä selkää.)**

Kesän jälkeen viilenee taas. Tuuli alkaa puhaltaa.

(Tee tuulen liikkeitä sormilla pitkin selkää.)

Syksy on saapunut. Syksy siivoaa kesän jälkiä: Sade pesee ja tuuli lakaisee.

(Rummuta sormilla sateen ropinaa ja lakaise sormilla pitkin selkää kuin tuuli.)

Vihdoin syksyn viimeinen lehti tipahtaa alas puusta.

(Tee leijailevaa liikettä sormella ylhäältä alas.)

Maa alkaa taas valmistautua ensilumeen ja talven uneen.

(Silitä selkää rauhallisesti.)

Sen pituinen se. **(Laita kädet hetkeksi selän päälle lopetuksen merkiksi.)**

(Tuovinen 2014, 113.)