

HUMAK^H

O P I N N Ä Y T E T Y Ö

Rasismia kokevien nuorten mielenterveyden edistäminen – Yeesi ry:ssä tuotettu materiaalipaketti rasismin puheeksi ottamiseen

Diana Truong

Yhteisöpedagogi YAMK

(90 op)

5/2024

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu
Yhteisöpedagogi YAMK

Tekijät: Diana Truong

Opinnäytetyön nimi: Rasismia kokevien nuorten mielenterveyden edistäminen – Yeesi ry:ssä tuotettu materiaalipaketti rasismien puheeksi ottamiseen

Sivumäärä: 54 ja 58 liitesivua

Työn ohjaaja(t): Oona Tikkaaja, Arto Lindholm

Työn tilaaja(t): Nuorten mielenterveysseura – Yeesi ry / Muudi-hanke

Rasismi on nuorten arjessa jatkuvasti läsnä: se ilmenee rakenteissa ja on kaikkialla, missä POC-nuori liikkuu: kouluissa, nuoritaloissa sekä muissa arjen tiloissa, jotka ovat nuorille tärkeitä. Rasismien kokeminen, kuuleminen ja näkeminen on haitallista mielenterveydelle, ja rasismien vaikutukset mielenterveyteen ovat vakavia. Asiaa on kuitenkin Suomessa tutkittu vähän juurikin POC-nuorten näkökulmasta, jotka elävät kahden kulttuurin välissä. Tämä ilmenee esimerkiksi siten, ettei nuorille löydy sopivia mielenterveyspalveluita, sillä ne on suunnattu esimerkiksi pakolaisille tai ovat valkonormatiiviset eikä POC-nuori löydä itseään kummastakaan.

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli perehtyä rasismien mielenterveysvaikutuksiin nuorten näkökulmasta, antaa keinoja mielenterveyden edistämiseksi sekä tarjota työkaluja antirasistiseen toimintaan. Opinnäytetyötä ohjasi tutkimuskysymykset *miten rasismi vaikuttaa mielenterveyteen, miten rasismia kokeva nuori voi edistää mielenterveyttään ja minkälaisilla työkaluilla voidaan toimia entistä antirasistisemmin*. Opinnäytetyön tietoperusta rakentui aiheesta jo tehdyille tutkimuksille ja kirjallisuudelle, jotka ovat pääosin kansainvälistä materiaalia. Näiden lisäksi toteutettiin anonyymi sekä sähköisessä muodossa oleva kysely, joka suunnattiin rasismia kokeville nuorille. Kyselyn tarkoitus oli tukea jo olemassa olevaa kirjallisuutta ja tutkimuksia.

Opinnäytetyön tuotoksena toteutettiin kirjallinen materiaalipaketti rasismien teemoista ja vaikutuksista sekä käytiin läpi keinoja mielenterveyden edistämiseksi ja antirasistiseen toimintaan. Materiaalipaketti sisälsi tietoa eri rasismien muodoista, rasismien vaikutuksista mielenterveyteen sekä tarjosi työkaluja niin mielenterveyden edistämiseen kuin antirasistiseen toimintaan.

Kyselyn tulokset vahvistivat muun muassa Yhdysvalloissa, Kanadassa ja Uudessa-Seelannissa tehtyjä tutkimuksia. Rasismilla on suuria vaikutuksia mielenterveyteen, jotka voivat olla kauaskantoisia. Rasismi ilmiönä sekä sen laajuus on tärkeää tunnistaa ja materiaalipaketin tarkoitus oli madaltaa kynnystä keskustella rasismista niin nuorten parissa työskentelevillä ammattilaisilla kuin vertaistuellisessa käytössä.

Asiasanat: rasismi, antirasismi, nuoriso, nuoret, mielenterveys

ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences
Community Educator (Master's)

Author: Diana Truong

Title: Promoting the mental health of youth who experience racism - a material package produced by Yeesi ry for addressing racism

Number of Pages: 54 and 58 attachment pages

Supervisor(s): Oona Tikkaaja, Arto Lindholm

Commissioned by: Nuorten mielenterveysseura – Yeesi ry / Muudi-hanke

Racism is constantly present in everyday lives of young people: it is in structures and is everywhere where POC youth are: schools, youth centers, and other everyday spaces that are important to them. Experiencing, hearing, and seeing racism is harmful to mental health, and its effects on mental health are serious. However, in Finland, this issue has been little researched, especially from the perspective of POC youth who live between two cultures. This can be seen, for example, in the lack of suitable mental health services for young people, as they are often targeted at refugees or are white-normative, and POC youth can not find themselves in either.

The aim of this thesis was to orientate the effects of racism on mental health from the perspective of young people, provide means to promote mental health, and offer tools for antiracist action. The research questions guiding the thesis were *how racism affects mental health, how a young person experiencing racism can promote their mental health, and what tools can be used to act more antiracist*. The theoretical foundation of the thesis was based on existing research and literature which are mostly international material. In addition, an anonymous electronic survey was conducted targeting young people who have experienced racism and the purpose was to support existing literature and research.

As a result of the thesis, a written material package was created on the themes and effects of racism, as well as methods for promoting mental health and engaging in antiracist action. The material package included information on different forms of racism, the effects of racism on mental health, and provided tools for both mental health promotion and antiracist action.

The results of the survey corroborated studies conducted in the United States, Canada, and New Zealand, among others. Racism has significant effects on mental health and they can be far-reaching. It is important to recognize racism as a phenomenon and its extent, and the purpose of the material package was to lower the threshold for discussing racism both among professionals working with young people and in peer support settings.

Keywords: racism, antiracism, youth, young people, mental health

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	6
2	KEHITTÄMISTYÖN MENETELMÄT.....	8
3	KÄSITTEITÄ.....	11
4	RASISMI JA SUOMEN LAINSÄÄDÄNTÖ.....	14
	4.1 Mikroaggressiot.....	14
	4.2 Sisäistetty rasismi.....	16
	4.3 Rakenteellinen rasismi.....	17
	4.4 Suomen lainsäädäntö.....	18
	4.5 Rasistinen rikos.....	19
	4.6 Miten toimia rasismia kohdatessa.....	22
5	VALKONORMATIIVISUUS JA VALTA.....	23
	5.1 Valkonormatiivisuus ja valkoinen ylivalta.....	23
	5.2 Aikuisten valta-asema ja rooli suhteessa nuoriin.....	23
	5.3 Valkonormatiivinen koulutusjärjestelmä.....	24
6	RASISMIN VAIKUTUS MIELENTERVEYTEEN.....	27
	6.1 Mielenterveys.....	27
	6.2 Valkonormatiiviset mielenterveyspalvelut.....	28
	6.3 Rasismin vaikutus nuorten mielenterveyteen.....	29
	6.4 Vähemmistöstressi.....	32
7	MIELENTERVEYDEN EDISTÄMINEN.....	34
	7.1 Vertaistuki ja huolenpito sekä turvalliset tilat.....	34
	7.2 Representaatio.....	35

7.3 Self-care	36
7.4 Nuorten selviytymismekanismit	37
8 ANTIRASISMI JA ANTIRASISTINEN TYÖSKENTELY	39
8.1 Antirasismi	39
8.2 Valtarakenteiden tunnistaminen ja itsereflektio	39
8.3 Rasistiseen tilanteeseen puuttuminen	40
8.4 Rasismista puhuminen nuorten kanssa	41
8.5 Nuorten kohtaaminen yksilöinä	42
8.6 Muudin nuorten toiveita ja odotuksia aikuisille rasismiin liittyen	43
9 YHTEENVETO	45
LÄHTEET	47
LIITTEET	55

1 JOHDANTO

Rasismi on nuorten arjessa jatkuvasti läsnä eikä siltä pääse pakoon. Rasismi ilmenee rakenteissa ja on siten kaikkialla, missä nuori liikkuu: koulussa, kaupassa käydessä tai kavereiden kanssa hengaillessa nuorisotalolla. Rasismin kokeminen, kuuleminen ja näkeminen on haitallista mielenterveydelle, ja rasismin vaikutukset mielenterveyteen ovat vakavia.

On tutkittu, että rasismilla on suuri vaikutus nuorten mielenterveyteen ja se ilmenee muun muassa masennuksena, univaikeuksina ja ahdistuneisuutena (Kairuz ym. 2021) sekä sisäistettynä rasismina itseään ja vertaisiaan kohtaan (Salami ym. 2022). Ennakkoluulot ja stereotypiat myös kuormittavat nuoria ja on tutkittu, että nuorilla on kipuilua kahden kulttuurin välillä (Wong ym. 2015).

Yeesi ry on nuorten mielenterveysseura, jonka toiminnan avulla nuoret saavat työkaluja vahvistaa sekä omaansa että toisten nuorten mielenterveyttä niin arjessa kuin yhteiskunnassa. Yeesin toiminta perustuu ”nuorilta nuorille” -periaatteeseen. (Nuorten mielenterveysseura – Yeesi 2024). Yeesin Muudi-hankkeen tavoitteena on edistää rasismia kokevien 13–29-vuotiaiden nuorten mielenterveyttä ”meiltä meille” -periaatteella. Nuorten hyvinvointia pyritään edistämään vertaistukitoiminnan avulla sekä välittämään tietoa rasismikokemusten vaikutuksista mielenterveyteen. Lisäksi Muudin tavoitteena on lisätä nuorten osallisuutta osallistamalla nuoria antirasistiseen toimintaan sekä vahvistaa nuorten ääntä rasismista käytävässä keskustelussa. (Nuorten mielenterveysseura – Yeesi 2024).

Opinnäytetyössä perehdytään rasismin vaikutuksiin nuorten mielenterveyteen. Kehittämistyönä toteutetaan materiaalipaketti, jossa rasismin mielenterveysvaikutusten lisäksi perehdytään siihen, miten POC-nuori voi edistää mielenterveyttään ja minkälaisilla työkaluilla voidaan toimia antirasistisesti. Ymmärtääkseen rasismin vaikutusta ja antirasismia, opinnäytetyössä avataan asiaa myös käsitteiden ja esimerkkien avulla.

Opinnäytetyötä varten yhdessä Muudin asiantuntijoiden kanssa laadittiin anonyymi kysely (viitataan opinnäytetyössä Muudi-kyselyyn), jossa kartoitettiin rasismia kokevien nuorten työkaluja rasismin kokemuksen käsittelemiseksi sekä nuorten toiveita ja odotuksia nuorten parissa työskenteleviä ammattilaisia, kuten opettajia, opinto-ohjaajia, koulupsykologeja ja nuoriso-ohjaajia, kohtaan rasismin tunnistamiseksi. Rasismin kokemuksen käsittelemisessä kyselyyn vastanneiden nuorten käytetyimmiksi keinoiksi nousivat vertaistuki, hyvän olon edistäminen it-

selle mieluisilla asioilla sekä keskustelu perheen ja/tai ystävien kanssa. Myös itsensä kouluttaminen antirasismista nousi yhdeksi tärkeimmiksi työkaluiksi rasismien kokemuksen käsittelemisessä.

Nuorten parissa olevilta ammattilaisilta, kuten opettajia, opinto-ohjaajia, koulupsykologeja ja nuoriso-ohjaajia, kyselyyn vastanneet nuoret odottavat muun muassa puuttumista rassistiseen tilanteeseen, kouluttautumista antirasismista sekä tukea, ymmärrystä ja kohtaamista rasismia kokevaa nuorta kohtaan. Kyselyssä kartoitettiin myös, mitä tuntemuksia ja ajatuksia rasismien kokemus herättää – kaikki vastaajat kertoivat ahdistuneisuudesta ja stressistä, suurin osa kertoi myös ajatusten sekavuudesta, vihasta sekä alhaisesta itsetunnosta tai häpeästä.

Opinnäytetyön tuotoksena on kirjallinen materiaalipaketti rasismien teemoista ja vaikutuksista. Samalla syvennyttään Muudi-hankkeen toimintoihin osallistuneiden nuorten kokemuksiin laaditun kyselyn avulla ja peilata niitä tutkittuun tietoon rasismien mielenterveysvaikutuksista. Tutkitun tiedon sekä nuorille suunnatun kyselyn pohjalta kootaan kirjallinen materiaalipaketti, jota voidaan hyödyntää rasismista puheeksi ottamiseksi nuorten parissa työskenteleville ammattilaisille sekä vertaistuelliseen käyttöön, nuorille itselleen. Materiaalipaketti sisältää tietoa eri rasismien muodoista, rasismien vaikutuksista mielenterveyteen sekä tarjoaa työkaluja niin mielenterveyden edistämiseen kuin antirasistiseen toimintaan.

2 KEHITTÄMISTYÖN MENETELMÄT

Yeesi ry on vuonna 2011 perustettu, Suomen ensimmäinen valtakunnallinen nuorten mielen-terveysseura, jonka tavoitteena on edistää nuorten mielenterveyttä ennaltaehkäisevällä otteella (Nuorten mielen-terveysseura – Yeesi 2024a). Yeesin toiminnan avulla nuoret saavat työkaluja vahvistaa sekä omaansa että toisten nuorten mielenterveyttä niin arjessa kuin yhteiskunnassa. Yeesin toiminta perustuu ”nuorilta nuorille” -periaatteeseen (Nuorten mielen-terveysseura – Yeesi 2024b), jolla tarkoitetaan muun muassa nuorten omaa vertaistoimintaa sekä nuorten äänen esiin tuomista niin yhteisöissä kuin yhteiskunnassa. Toimintaan kuuluu mielenterveyden edistäminen sekä vapaaehtoistoiminnan että oppilaitos- ja järjestöyhteistyön kautta. (Nuorten mielen-terveysseura – Yeesi 2024a).

Opinnäytetyön tavoitteena on perehtyä rasismien vaikutuksiin nuorten mielenterveyteen, joita ohjaavat tutkimuskysymykset: *miten rasismi vaikuttaa mielenterveyteen, miten rasismia kokeva nuori voi edistää mielenterveyttään ja minkälaisilla työkaluilla voidaan toimia entistä antirasistisemmin*. Näiden tutkimuskysymysten ja tavoitteen pohjalta laaditaan lopputuotoksena kirjallinen materiaalipaketti, joka sisältää tietoa rasismista ja sen mielen-terveysvaikutuksista, keinoista edistää mielenterveyttä sekä tietoa ja työkaluja toimia antirasistisesti. Kirjallinen materiaalipaketti on tarkoitettu sekä nuorille itselleen että nuorten parissa toimiville ammattilaisille, kuten opettajille, opinto-ohjaajille, koulupsykologeille ja nuoriso-ohjaajille, rasismien puheeksi ottamiseksi.

Muudi on Yeesi ry:n hanke, jonka tavoitteena on edistää rasismia kokevien 13–29-vuotiaiden nuorten mielenterveyttä ”meiltä meille” -periaatteella. Nuorten hyvinvointia pyritään edistämään vertaistukitoiminnan avulla sekä välittämään tietoa rasismikokemusten vaikutuksista mielenterveyteen. Lisäksi Muudin tavoitteena on lisätä nuorten osallisuutta osallistamalla antirasistiseen toimintaan sekä vahvistaa nuorten ääntä rasismista käytävässä keskustelussa – tämä näkyy konkreettisesti siinä, että nuoret ovat aktiivisesti mukana hankkeen kehittämisessä koko ajan. Vertaistoiminnan lisäksi Muudi-hankkeessa järjestetään rasismien mielen-terveysvaikutuksiin liittyviä koulutuksia ja työpajoja. (Nuorten mielen-terveysseura – Yeesi 2024c).

Opinnäytetyön tekemiseksi ja materiaalipaketin laatimiseksi tarvitaan tietämystä siitä, mistä rasismista on kyse: on ensin ymmärrettävä, mitä on rasismi ja miten se ilmenee. Opinnäytetyö sekä materiaalipaketti alkavat johdatuksella rasismiin, jonka jälkeen syvennyttään mielen-ter-

veysvaikutuksiin, miten mielenterveyttä voidaan edistää sekä miten ihminen voi toimia antirasistisesti ja mikä on antirasistisen toiminnan vaikutus. Opinnäytetyön runko sekä käsiteltävät aiheet ovat syntyneet Muudin toiminnassa yhdessä nuorten kanssa käytyjen keskustelujen ja työpajojen pohjalta.

Kehittämistyössä on mahdollista käyttää monenlaisia menetelmiä, mikä on usein suotavaakin. Tunnettuja ja yleisimmin käytettyjä menetelmiä ovat haastattelut, kyselyt sekä dokumentti-analyysit. Muita menetelmiä ovat muun muassa havainnointi, ennakointiin liittyvät menetelmät, prosessianalyysi ja benchmarking. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 100, 105.) Opinnäytetyön tietoperusta rakentuu olemassa olevalle tiedolle – aiheesta tehdyille tutkimuksille ja kirjallisuudelle –, jota tukee yhteistyössä Muudin asiantuntijoiden kanssa laadittu rasismia kokeneille nuorille suunnattu kysely. Kysely sekä aiempaan, pääosin kansainväliseen, materiaalin perehtyminen toimivat opinnäytetyön kehittämismenetelminä.

Anonyymi ja vapaaehtoinen kysely toteutettiin sähköisessä muodossa (Microsoft Forms) 13.-23.2.2024 välisenä aikana. Kyselyä jaettiin sosiaalisessa mediassa Muudin kanavilla sekä mainostettiin nuorten työpajoissa ja vertaistukitoiminnassa. Kyselyyn vastasi yhteensä 13 henkilöä, kolme 13–17-vuotiasta ja kymmenen 18–29-vuotiasta. Vastausmäärä oli toivottua ja oletettua pienempi, mikä saattoi johtua seuraavista asioista:

- 1) **Vastausajan ajankohta.** Vastausaika ajoittui hiihtoloman aikaan, mikä voi vaikuttaa siihen, etteivät kohderyhmää olevat nuoret ole välttämättä samalla tavalla tavoitettavissa kuin loma-aikojen ulkopuolella.
- 2) **Vastausajan pituus.** Vastausaika muuttui aiemmasta 17 päivästä 11 päivään, sillä kahden ja puolen viikon vastausaika koettiin kyselyn laatijan puolelta liian pitkäksi. Vastausajan ajankohta huomioon ottaen vastausajan pituus saattoi olla liian lyhyt.
- 3) **Kyselyssä esitetyt kysymykset.** Kysymykset käsittelivät muun muassa rasismien kokemuksia sekä niistä heränneitä ajatuksia ja tunteita, mitkä voivat nostaa vastaajassa esimerkiksi ahdistusta tai tuoda esiin traumaattisia kokemuksia. Kysymykset saatettiin kokea rankoiksi ja vaikeiksi, eikä voimavaroja vastaamiseen välttämättä ole.

Vaikka vastauksia odotettiin enemmän, kyselyn tarkoitus ei ollut varsinaisesti tuoda uutta tietoa opinnäytetyötä ja materiaalipakettia varten vaan tukea jo olemassa olevaa tietoa konkretian keinoin. Kyselyn avulla saatiin selville myös nuorten omia toiveita nuorten parissa työskenteleville

ammattilaisille, mikä on yksi keino saada nuorten ääni kuuluviin. Samassa kyselyssä arvioitiin myös Muudin toimintaa ja tuloksia käytetään Muudin toiminnan kehittämiseen.

Muudin asiantuntijoiden kanssa laaditussa kyselyssä kartoitettiin lisäksi kyselyyn vastanneiden nuorten kokemuksia ja ajatuksia Muudin toiminnasta. Lähes 70 % vastaajista oli osallistunut Muudin toimintaan sosiaalisen median kautta ja noin 30 % oli osallistunut joko Muudin vertaistukiryhmään, vapaaehtoistoimintaan tai työpajaan. Yli puolet vastaajista koki saaneensa Muudin kautta tietoa ja tukea rasisminkokemusten mielenterveysvaikutusten käsittelyyn sekä omien voimavarojensa vahvistamiseen. Yli 90 % vastaajista kertoi tietonsa rasismien mielenterveysvaikutuksista lisääntyneen.

Vaikka tietoa rasismista on saatavilla aiempaa enemmän ja helpommin, nuoret kohtaavat edelleen rasismia jokapäiväisessä arjessaan. Kuten aiemmin mainittu, on tutkittu, että rasismien kokeminen, kuuleminen sekä näkeminen on haitallista mielenterveydelle ja sen vaikutukset mielenterveyteen ovat vakavia. Nuorilla voi olla masennusta, univaikeuksia ja ahdistuneisuutta (Kairuz ym. 2021) sekä sisäistettyä rasismia itseään ja vertaisiaan kohtaan (Salami ym. 2022). Tätä tietoa tukee myös laatimamme kyselyn tulokset: kaikki vastanneista kertoivat rasismien kokemuksen herättäneen ahdistuneisuutta tai stressiä, yli 90 % vastaajista kertoi ajatusten sekavuudesta, vihasta sekä alhaisesta itsetunnosta tai häpeästä.

Rasismien vaikutuksia mielenterveyteen tunnetaan Suomessa vähän. Maailmalla tutkimuksia aiheesta on jonkin verran, joista voidaan ammentaa tietoa myös Suomeen. Nuoret ovat haavoittuvassa asemassa suhteessa aikuisiin ja siksi nuorten parissa työskentelevillä ammattilaisilla on suuri merkitys rasisminvastaisessa työssä ja siten myös nuorten mielenterveyden edistämässä nuorten itsensä lisäksi. Materiaalipaketin tarkoitus on madaltaa kynnystä keskustella rasismista niin nuorten kuin aikuistenkin parissa ja sitä kautta edistää tietoisuutta rasismista ja sen vaikutuksista mielenterveyteen, mikä on materiaalipaketin pääteema. Materiaalipaketti tarjoaa myös antirasistisia työkaluja, mikä kehittää nuorten ja nuorten parissa toimivien ammattilaisten kykyä oppia tunnistamaan rasistiset tilanteet ja puuttua niihin sekä kohdata rasismia kokeva nuori yksilönä.

3 KÄSITTEITÄ

Antirasismi Systemaattista ja aktiivista toimintaa, joka vastustaa kaikkia rasismien muotoja yhteiskunnassa ja maailmassa. Toiminnalla vähennetään etnistä syrjintää, syrjiviä käytäntöjä ja niiden vaikutuksia sekä kielteisiä ennakkoluuloja. (Opetushallitus 2024.)

Arkipäiväinen rasismi Syrjivä toiminta, jota tapahtuu päivittäisissä vuorovaikutustilanteissa. Tilanteissa tehdään esimerkiksi oletuksia henkilöstä liittyen henkilön oletettuun taustaan. (Feministinen ja antirasistinen kansalaisjärjestö 2024).

BIPOC Lyhenne englanninkielisistä sanoista Black, Indigenous and People/Person of Colour (Saad 2020, 226). Termillä viitataan mustiin, alkuperäiskansaan kuuluviin ihmisiin sekä ihmisiin, jotka mielletään esimerkiksi ihonvärin tai uskonnon vuoksi muiksi kuin valkoisiksi ihmisiksi (Oikeusministeriö 2024).

Diversiteetti (eng. diversity) Eri yksilöiden keskinäistä erilaisuutta, esimerkiksi ikä, sukupuoli, sukupuoli-identiteetti, toimintakyky, etninen tausta, uskonto, koulutus ja seksuaalinen suuntaus. Suomessa käytetään myös termiä monimuotoisuus. (Feministinen ja antirasistinen kansalaisjärjestö 2024).

Ei-valkoinen Ihminen, joka on ulkoisilta ominaisuuksiltaan mielletty muuksi kuin valkoiseksi mielletyksi ihmiseksi (kts. *rodullistettu* tai *BIPOC/POC*). (Feministinen ja antirasistinen kansalaisjärjestö 2024).

Eksotisointi POC-ihmisen (kts. *BIPOC/POC*, *ei-valkoinen*) näkeminen ainoastaan hänen ihonvärensä, kielensä tai uskontonsa ja niihin liittyvien stereotyyppien kautta (Opetushallitus 2024).

Etninen ryhmä Yksilöistä koostuva ihmisryhmä, joita yhdistää esimerkiksi uskonto, kieli tai ulkonäkö (Oikeusministeriö 2024).

Liittolainen, liittolaisuus Henkilö, joka sitoutuu toimimaan aktiivisesti syrjintää vastaan, vaikkei itse kuulu syrjittyyn vähemmistöön. Liittolaisuus vaatii jatkuvaa toiminnan reflektointia sekä omien etuoikeuksien tunnistamista ja tunnustamista. (Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin tutkimuskeskus 2024.)

Mikroaggressio (eng. microaggression) Tahalliset tai tahattomat kommentit ja teot, jotka vahvistavat sekä ylläpitävät rasistisia tai syrjiviä ennakkoluuloja ja stereotyyppioita marginalisoi-

duista ihmisistä. (Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024a). Englanninkielisen termin *microaggression* on keksinyt psykiatri ja yliopiston professori Chester M. Pierce 1960-luvun lopussa kuvailemaan loukkauksia, joita afroamerikkalaista syntyperää olevat ihmiset kohtasivat valkoisten toimesta (Johnson 2019, 2).

POC Lyhenne englanninkielisistä sanoista People/Person of Colour, jolla viitataan esimerkiksi ihonvärin tai uskonnon vuoksi muiksi kuin valkoisiksi ihmisiksi. Suomessa termille ei ole laajasti käytettyä käännöstä. (Oikeusministeriö 2024). (kts. myös *BIPOC* ja *ei-valkoinen*).

Rakenteellinen rasismi Syrjintä, joka ilmenee yhteiskunnan rakenteissa tuottaen rodullistavaa ja etnistä eriarvoisuutta (Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024a).

Rasismi Toisen ihmisryhmän arvottamista alempiarvoiseksi ihonvärin, etnisen taustan tai uskonnon takia (Grosfoguel 2016, 10). Rasismi on järjestelmä, joka ilmenee yhteiskunnassa kaikin tavoin. **Huom.** rasismissa on kyse nimenomaan ihmisen etnisestä taustasta, eikä siten ole synonyymi sanalle ”syrjintä”.

Representaatio (eng. representation) Ihmisryhmän näkyminen yhteiskunnassa, esimerkiksi oppimateriaaleissa. Representaatiolla on suuri vaikutus ihmisen maailmankuvan muodostumiseen erityisesti nuorena. (Ahmed & Eid 2018, 88–89.)

Rodullistaminen Yhteiskunnallinen prosessi, jossa ihmisiin liitetään ihonvärin ja oletetun etnisen taustan takia esimerkiksi oletuksia, ennakkoluuloja sekä stereotyyppioita liittyen esimerkiksi tämän toimintatapoihin ja kykyihin (Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024a).

Rodullistettu Ihminen, joka kokee yhteiskunnassa rodullistamista (kts. rodullistaminen).

Sisäistetty rasismi Ennakkoluulot ja syrjivät ajatukset, joita POC-ihmisellä voi olla itseään sekä toisia POC-ihmisiä kohtaan (DiAngelo 2018, 22).

Toiseuttaminen Normista poikkeavat yksilöt tai ihmisryhmät, jotka valtaa pitävä ryhmä luokittelee ulkopuolisiksi. Toiseuttaminen tapahtuu esimerkiksi määrittelemisen tai ulossulkemisen kautta sekä yksilön tai ryhmän ominaispiirteinä nähtyjen ominaisuuksien jatkuvana toistona. (Feministinen ja antirasistinen kansalaisjärjestö 2024.)

Valkoinen etuoikeus Valkoisuuteen liittyviä etuja, joita valkoisilla ihmisillä on yhteiskunnassa ja POC-ihmisillä ei (Resane 2021, 3). Valkoista etuoikeutta on myös se, että henkilö voi halutessaan valita olla käsittelemättä rasismia ja valkonormatiivisuutta (Jäske ym. 2022, 46).

Valkoinen haavoittuvuus (eng. white fragility) Valkoisen ihmisen käyttämä vallankäytön väline POC-ihmisiä kohtaan rasismista ja epäkohdista puhuttaessa. Valkoinen haavoittuvuus ilmenee rasismista puhuttaessa esimerkiksi puolustautumisena tai kieltäytymisenä. (DiAngelo 2018, 109, 112.)

Valkoinen pelastaja Kolonialistinen ajatus, jossa valkoiseksi mielletty henkilö, joka omasta mielestään auttaa POC-ihmisiä, koska yksilö ei muuten selviäisi (Saad 2020, 22).

Valkonormatiivisuus Systemi, jossa valkoisuus on normi, johon verrataan kaikkea ja POC-ihmiset nähdään poikkeuksina, erilaisina, tästä normista. Valkonormatiivisuudesta on kyse valta-asetelmasta, jossa valkoisuuden piiriin kuuluvat ihmiset ovat etuoikeutettuja suhteessa ”muihin” ihmisiin. (Resane 2021, 3.)

Vähemmistöstressi Ylimääräinen ja jatkuva, henkinen kuormitus, joka syntyy koetuista syrjinnän ja rasismien kokemuksista (Opetushallitus 2024). Vähemmistöstressi voi syntyä myös syrjinnän pelosta ja tulevaisuuteen liittyvästä jännityksestä sekä sitä voi kokea syrjinnän kohteena olevan ihmisen lisäksi myös hänen läheisensä ja liittolaisensa (Seta 2023a).

4 RASISMI JA SUOMEN LAINSÄÄDÄNTÖ

Rasismilla tarkoitetaan toisen ihmisryhmän arvottamista alempiarvoiseksi ihonvärin, etnisen taustan tai uskonnon takia. Maailmanlaajuinen hierarkia on ihmisen luomaa ja tavoiteltavana, ”parempana” pidetään valkoisuutta, länsimaalaiskeskeisyyttä ja kristinuskoa. (Grosfoguel 2016, 10.) Rasismi on järjestelmä, joka ilmenee yhteiskunnassa kaikin tavoin, esimerkiksi kouluissa ja oppimateriaaleissa, mainonnassa, pyhäpäivien juhlinnassa sekä puheessa. Rasismi on syvälle juurtunutta yhteiskunnassa, mikä tekee sen sisäistämisestä helppoa ja kyseenalaistamisesta ja muutoksen tekemisestä vaikeaa. (DiAngelo 2018, 21.)

Rasismista puhuttaessa rasismi mielletään yksittäisiksi yksilöiden välisiksi kohtaamisiksi, joissa korostuu vihapuhe tai fyysinen väkivalta. On kuitenkin tärkeää ymmärtää, että rasismi on laaja käsite ja pitää sisällään paljon muutakin: rasismi on järjestelmä, jossa esimerkiksi käytännöt, kulttuuri, politiikka sekä normit ylläpitävät valta-asetelmia, joissa tietyt ihmisryhmät ovat alempiarvoisia kuin toiset (Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024a).

Syrjinnällä tarkoitetaan ihmisen kohtelua huonommin tämän henkilökohtaisen ominaisuuden, kuten iän, sukupuolen, uskonnon tai kansalaisuuden, perusteella (Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024b). Kun puhutaan rasismista, on muistettava, että siihen liittyy aina valta: POC-ihmisillä voi olla ennakkoluuloja ja syrjintää valkoisia ihmisiä kohtaan, mutta valkoiset ihmiset eivät kohtaa rasismia johtuen heidän yhteiskunnallisesta asemastansa, jota taas POC-ihmisillä ei ole (DiAngelo 2018, 22) Käänteistä rasismia ei näin ollen ole.

Ihminen voi myös kuulua moninkertaiseen vähemmistöön, jolla tarkoitetaan kuulumista useampaan vähemmistöön, esimerkiksi POC-nuori voi kuulua seksuaalivähemmistöön. Moninkertaiseen vähemmistöön kuuluvilla ihmisillä on kasvava riski kohdata moniperusteista syrjintää eli syrjintää enemmän kuin yhdellä syrjintäperusteella. (Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2023.)

4.1 Mikroaggressiot

Mikroaggressioilla (eng. microaggression) tarkoitetaan tarkoituksella tai tahattomasti tapahtuvia kommentteja ja tekoja, jotka vahvistavat sekä ylläpitävät rasisisia tai syrjiviä ennakkoluuloja ja stereotyyppioita marginalisoiduista ihmisistä (Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024a). Englanninkielisen termin *microaggression* on keksinyt psykiatri ja yliopiston professori Chester M. Pierce 1960-luvun lopussa kuvailemaan loukkauksia, joita afroamerikkalaista syntyperää olevat ihmiset kohtasivat valkoisten toimesta. (Johnson 2019, 2.)

Siitä huolimatta, että mikro-termillä viitataan yleisesti minimaaliseen, mikroaggressioiden haittavaikutukset ovat mittavia: mikroaggressioita pidetään pieninä, mutta jatkuvasti toistuvina ne tuottavat paljon, pitkäkestoista stressiä ja pelkoa niitä kohtaaville sekä voivat vaikuttaa henkilön itsetuntoon ja aiheuttaa häpeää (Johnson 2019, 3). Mikroaggressioilla on negatiivinen vaikutus mielenterveyteen (Williams 2019) – ne toiseuttavat ja luovat tunteen ulkopuolisuudesta ja joukkoon kuulumattomuudesta (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2023a). Sanallisten tekojen lisäksi mikroaggressiot voivat ilmetä myös fyysisinä tekoina, kuten esimerkiksi kadun toiselle puolelle siirtymisenä POC-ihmisen tullessa vastaan. Mikroaggressioihin ei yleisesti kuulu toisen satuttaminen fyysisesti. (Williams 2019).

Mikroaggressiot ovat negatiivisten lausahdusten lisäksi myös näennäisesti positiivisia (Williams 2019). Mikroaggressioiden taustalla on usein ajatus harmittomasta toiminnasta, mutta todellisuudessa niiden vaikutus on suuri: usein itse mikroaggressiivisesti toiminut henkilö ei tunnista toimineensa tilanteessa rasistisesti vaan sivuuttaa vastuunsa vetoamalla siihen, ettei tekoa ollut tarkoitettu aggressiiviseksi (esim. nimittely, rasistiset vitsit) (Punainen Risti 2024).

Eksotisointi

Mikroaggressiot voivat olla myös eksotisointia, jolla tarkoitetaan POC-ihmisen näkemistä ainoastaan hänen ihonvärinsä, kielensä tai uskontonsa ja niihin liittyvien stereotyyppien kautta. Eksotisoinnissa korostetaan erilaisuutta ja usein eksotisoitu ihminen nähdään ainoastaan hänen oletetun etnisyytensä kautta. Eksotisointiin liittyy valta, esineellistäminen sekä ihmisen loke-roiminen tietyn ihmisryhmän edustajaksi. (Opetushallitus 2024; Jäske ym. 2022, 139.)

Eksotisointi voi olla näennäisesti positiivista ja usein kommenttien taustalla on hyvää tarkoittava ajatus, mutta todellisuudessa eksotisointi on toiseuttavaa ja tyypistää yksilön tiettyyn muotiin stereotyyppien kautta. Esimerkkejä eksotisoinnista ovat esimerkiksi paksujen hiusten kehuminen ja vertaaminen ”suomalaisiin” hiuksiin tai pyyntö kertoa maasta, johon yksilöllä ei ole yhteyttä, mutta hänet liitetään ja oletetaan esimerkiksi ulkoisten piirteiden vuoksi.

Color-celebrate (vapaasti käännettynä värin ylistäminen) tarkoittaa diversiteetin arvostamista, jossa henkilö näkee ihonvärin tai uskonnon. Tämä ajattelutapa ilmenee esimerkiksi lausahdukseksi ”Minulla on paljon POC-ystäviä, en voi olla rasisti”, joka voi näennäisesti olla ”positiivinen”, mutta taustalla on kuitenkin ajatus POC-ihmisen rasisminkokemuksien pyyhkimisestä eikä epätasa-arvoista asemaa yhteiskunnassa tunnusteta ja tunnisteta. (DiAngelo 2018, 77–79.)



Kuva 1: Sarjakuvakuviutus mikroaggressioista (OpenArt: a person faces microaggression, cartoon. Puhekuplat lisätty Wordissa).

4.2 Sisäistetty rasismi

Ennakkoluuloilla tarkoitetaan oletuksia ja käsityksiä, jotka on luotu ennen tutustumista ihmiseen tai asiaan. Ne voivat pohjautua tietämättömyyteen tai stereotyyppioihin, mutta voivat olla myös tiedostamattomia. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023a). Myös POC-ihmisillä voi olla ennakkoluuloja ja syrjiviä ajatuksia itseään sekä toisia POC-ihmisiä kohtaan (DiAngelo 2018, 22). Kolorismilla viitataan ennakkoluuloihin ja syrjintään ihmisiä kohtaan saman etnisen ryhmän sisällä, esimerkiksi mustien ihmisten kesken joidenkin ulkoiset piirteet voidaan mieltää ”afrikkalaisemmiksi” (Feministinen ja antirasistinen kansalaisjärjestö 2024).

Sisäistetty rasismi on syntynyt yhteiskunnallisesta sorrosta, ja sen myötä POC-ihminen on sisäistänyt rodullistamisprosessin mukaisia ajatuksia – kuten, että valkoiset ihmiset ovat hierarkisesti korkeammalla kuin POC-ihmiset (Jäske ym. 32). Tämä ajatusmalli vahvistaa rasistista

järjestelmää, josta valkoiset ihmiset hyötyvät (DiAngelo 2018, 22). Sisäistetty rasismi voi johtaa siihen, että POC-ihminen uskoo omaan huonommuutensa ja inhoaa itseään etnisen taustansa tai ihonvärinsä takia, johtuen siitä, että valkoisuus (joka on normi) on tavoiteltavaa. Tämä voi vaikuttaa negatiivisesti muun muassa kasvuun ja oppimiseen. (Opetushallitus 2024). Esimerkiksi Sofia Hildénin pro gradu -tutkielmassa haastateltavat kertoivat sisäistetyn rasismin olleen toisinaan esteenä omille saavutuksille sekä päämäärille (Hildén 2023, 32–33).

Sisäistetty rasismi voi myös saada yksilön ylisuorittamaan ja kompensoimaan kokemaansa huonommuutta – on tehtävä töitä kaksi kertaa enemmän päästäkseen samaan pisteeseen kuin valkoiset vertaiset. Tämä käy myös Hildénin pro gradu -tutkielmassa ilmi: haastatellut, rodullistetut suomalaiset miehet kertoivat saaneensa vanhemmiltaan samoja viestejä, mikä vaikutti ajatukseen itsestään siitä, että on tehtävä paljon työtä ollakseen saman arvoinen kuin toinen. (Hildén 2023, 31–32.) Sisäistetty rasismi voi näin ollen tulla yksilölle myös ylisukupolvisen rasismin kautta sen lisäksi, että yksilö on altis ns. ulkoa tulevalle, päivittäiselle rasismille.

4.3 Rakenteellinen rasismi

Yhdenvertaisuusvaltuutetun mukaan rakenteellinen rasismi on yhteiskunnan toimintaan, lakeihin, palveluihin ja instituutioihin piiloutuvaa syrjintää, joka tuottaa lähes huomaamatta rodullistavaa ja etnistä eriarvoisuutta. Rakenteellinen rasismi perustuu valtasuhteisiin, joka on usein tiedostamatonta ja pohjautuu ennakkoluuloihin, stereotypioihin sekä yhteiskunnan normeihin. (Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024a.)

Rasistisilla ajattelutavoilla oikeutetaan syrjiviä ennakkoluuloja ja sitä kautta tuotetaan hierarkioita yhteiskunnassa, jotka sulkevat valtaväestöstä poikkeavia ihmisiä ulkopuolelle – tästä seuraa kulttuurista, taloudellista sekä sosiaalista marginalisoitumista. Rakenteellinen rasismi voi olla myös avointa ja näkyä esimerkiksi organisaation säännöissä tai toimintatavoissa ja siten estää POC-ihmisen osallistumasta. (Oikeusministeriö 2023a, 21.) Rakenteellinen rasismi voi ilmetä muun muassa työelämässä eriarvoisuutena esimerkiksi palkkauksessa, koulutuksessa POC-nuoria ohjataan suorittaville aloille heidän toiveistansa huolimatta tai asuntomarkkinoilla poikkeava nimi voi vaikuttaa asunnon saantiin. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023a.)

Kolonialismista puhuttaessa liitetään kyseinen termi esimerkiksi Iso-Britanniaan, Ranskaan tai Belgiaan siirtomaa-alueiden valloituksesta ja Afrikan, Amerikan ja Aasian maiden hallinnasta

johtuen. On muistettava kuitenkin, että Suomi ei ole vapaa kolonialismista: Suomi hyötyi taloudellisesti kolonialistisesta järjestelmästä ja omaksui siihen liittyviä oletuksia. Kolonialismi ei ole myöskään sarja päätyneitä tapahtumia, vaan kolonialismi jatkuu edelleen: esimerkiksi Euroopan ainoaksi alkuperäiskansaksi tunnustettu kansanryhmä, saamelaiset, ovat olleet su-lauttamispolitiikan kohteena, jolla tarkoitetaan pyrkimystä mukauttaa vähemmistöt osaksi val-taväestöä ja -yhteiskuntaa sekä häivyttämään saamen kielet ja kulttuuriset erityispiirteet. (Oikeusministeriö 2023a, 22–23.) Sama on myös romanien historiassa: irtolaislainsäädännön avulla romanit asetettiin eriarvoiseen asemaan (muun muassa kovemmat rangaistukset kuin muilla ihmisryhmillä, romanikielen ja kulttuurin hävittäminen lasten kustannuksella, yhteis-kunnallisen avun ulkopuolelle jättäminen), mikä on omiaan vaikuttanut romanien asemaan Suomessa vielä tänäkin päivänä (Keskinen 2021, 81–82).

Värisokeus rasismien kontekstissa tarkoittaa, ettei henkilö näe ihonväriä tai uskontoa ja mikäli näkevät, sillä ei ole vaikutusta heille (DiAngelo 2018, 77). ”En näe väriä” -lauseen taustalla voi piillä hyväntahtoinen ajatus ihmisten samanarvoisuudesta, mutta todellisuudessa se minimoi ja poistaa POC-ihmisen olemassaolon: ei tunnusteta ja tunnisteta ihmisen ihonväriä, kulttuuria ja uskontoa valkonormatiivisessa yhteiskunnassa. Samalla pyyhitään POC-ihmisen rasisminko-kemukset ja asema yhteiskunnassa johtuen ihonväristä tai uskonnosta. (Saad 2020, 82.)

4.4 Suomen lainsäädäntö

Suomen lainsäädännössä ei ole erikseen säädetty rasismista. Perustuslaissa on säädetty yhden-vertaisuudesta yhden luvun verran, jonka pääsanoma on, että kaikki ihmiset ovat yhdenvertaisia lain edessä eikä ketään saa ilman hyväksyttävää perustetta asettaa eri asemaan esimerkiksi su-kupuolen, iän, kielen, alkuperän tai uskonnon perusteella (PL 2 luku 6 §). Yhdenvertaisuudesta säädetään tarkemmin erillisessä yhdenvertaisuuslaissa (YVL 30.12.2014/1325), jonka tarkoi-tuksena on edistää yhdenvertaisuutta ja ehkäistä syrjintää sekä tehostaa syrjinnän kohteeksi joutuneen oikeusturvaa. Lain mukaan viranomaisilla, koulutuksen järjestäjillä sekä työnanta-jilla on velvollisuus edistää yhdenvertaisuutta ja huolehdittava siitä, että on olemassa yhden-vertaisuussuunnitelma, jossa on kerrottu tarvittavista toimenpiteistä yhdenvertaisuuden edistä-miseksi. (YVL 1 luku 1 §, 2 luku 5 § ja 6 §.)

Yhdenvertaisuuslain mukaan ”ketään ei saa syrjiä iän, alkuperän, kansalaisuuden, kielen, us-konnon, vakaumuksen, mielipiteen, poliittisen toiminnan, ammattiyhdistystoiminnan, perhesuh-

teiden, terveydentilan, vammaisuuden, seksuaalisen suuntautumisen tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella” (YVL 3 luku 8 §). Yhdenvertaisuuslaki kieltää välittömän ja välillisen syrjinnän, joiden lisäksi syrjinnällä tarkoitetaan myös häirintää, kohtuullisten mukautusten epäämistä sekä ohjetta tai käskyä syrjiä. Lisäksi on säädetty positiivisesta erityiskohtelusta, erilaisen kohtelun oikeuttamisperusteista, kohtuullisista mukautuksista vammaisten ihmisten yhdenvertaisuuden toteuttamiseksi, vastatoimien kiellosta sekä syrjivän työpaikkailmoittelun kiellosta. (YVL 3 luku 9 §, 10 § ja 13 §).

Rikoslaisissa ei ole erikseen säädetty rasistisista rikoksista, mutta rangaistuksen koventamisperusteisiin kuuluvat rikoksen tekeminen rotuun, ihonväriin, syntyperään, kansalliseen tai etniseen alkuperään, uskontoon tai vakaumukseen perustuvasta vaikuttimesta (RL 6 luku 5 §). Tämä vaikutin säädettiin rikoslain uudistamisen yhteydessä vuonna 2002 (Enqvist & Rauta 2018, 121). Rikoslaisissa on myös erikseen säädetty rangaistavia tekoja (mm. pahoinpitely, kiihottaminen kansanryhmää vastaan, (työ)syrjintä ja kunnianloukkaus), joiden motiivina on esimerkiksi etninen alkuperä, ihonväri, kieli tai uskonto (RL 11 luku 10 §, 11 §). Seuraamukset rasistisista rikoksista vaihtelevat sakoista vankeuteen, ja uhrilla voi olla oikeus vahingonkorvauksiin (Neuvonen 2015, 128).

Aiemmin mainittujen lakien lisäksi Suomea sitoo ratifioidut kansainväliset sopimukset, jotka ovat Euroopan ihmisoikeussopimus ja YK:n kansalais- ja poliittisten oikeuksien yleissopimus (Finlex 19/1990). Suomea sitoo myös Euroopan sosiaalinen peruskirja, jonka tavoitteena on turvata ja edistää sosiaalisia oikeuksia Euroopassa sekä Kansainvälisen työjärjestön (ILO) yleissopimuksen nro 111, jonka tavoitteena on kitkeä työmarkkinoilla ja ammatin harjoittamisen yhteydessä tapahtuva syrjintä (Ihmisoikeusliitto 2022; Työ- ja elinkeinoministeriö 2005).

Muita yhdenvertaisuuteen ja moninaisuuteen liittyviä kansainvälisiä sopimuksia ovat rotusyrjinnän vastainen yleissopimus, joka on tullut voimaan Suomessa 1970. Sopimuksen tarkoituksena on ehkäistä rodun, ihonvärin, syntyperän tai kansallisen/etnisen alkuperän perusteella tapahtuvaa syrjintää. (Finlex 8/1976.)

4.5 Rasistinen rikos

Viharikos-termin juuret juontavat Yhdysvaltoihin, jossa englanninkielinen termi *hate crime* oli kattotermi etniseen vähemmistöryhmään kuuluvia ihmisiä kohtaan tehdyille väkivaltarikok-

sille. Viharikos-politiikka syntyi vähemmistöjä edustavien järjestöjen toiminnasta, jonka seurauksena Yhdysvalloissa alettiin säätämään lakeja, joiden tarkoituksena oli suojata etniseen vähemmistöön kuuluvia ihmisiä rasisisilta väkivaltarikoksilta lain edessä. (Peutere 2009, 15.)

Viharikos käsitteenä yleistyi Euroopassa 1990-luvulla ja sillä tarkoitettiin rassistista sekä ulkomaalaisvastaista väkivaltaa. Nykyään viharikoksen määritelmä on laajempi ja kattaa muun muassa eri rikosnimikkeitä ja -motiiveja sekä muita ihmisryhmiä, kuten seksuaali- ja sukupuoli-vähemmistöt. (Peutere 2009, 15.)

Rasistisella rikoksella tarkoitetaan rikosta, joka kohdistuu joko yksilöön tai ryhmään etnisen taustan, ihonvärin, kulttuurin tai vastaavan syyn perusteella ja jonka taustalla on rasistinen motiivi. Suomen lainsäädännössä ei ole erillistä rikosnimikettä rasistiselle rikokselle, mutta esimerkiksi pahoinpitely, kiihottaminen kansanryhmää kohtaan tai kunnianloukkaus voidaan katsoa rasistiseksi teoksi. (Neuvonen 2015, 21–22). Rasistisen rikoksen määritelmän täyttymisessä riittää tekijän oletus uhrin kuulumisesta tiettyyn ihmisryhmään (Enqvist & Rauta 2018, 121).

Rasismiin liittyvien tekojen kriminalisoinnista on laadittu erillisiä kansalaisaloitteita, kuten esimerkiksi n-sanan käytön kriminalisointi, mutta aloite ei kerännyt tarpeeksi kannatusta edetäkseen eduskunnan käsiteltäväksi (Kansalaisaloite 2021).

Suomessa tapahtuvista viharikoksista suurin osa on rasistisia rikoksia, joista yleisimmin epäiltyjä ovat nuoret, valkoiset miehet. Rikokset ovat tyypillisesti pahoinpitelyitä, jotka tapahtuvat julkisella paikalla. Lisäksi kunnianloukkaus on yksi yleisimmistä rikosnimikkeistä pahoinpitelyn ohella. (Sisäministeriö 2024). Suomessa kirjattiin vuonna 2022 yhteensä 1245 rikosilmoitusta, joissa epäillään viharikosta. Näistä ilmoituksista suurin osa (74,7 %) liittyi rasistisiin rikosepäilyihin. Luku on 32 % enemmän kuin vuonna 2021 (Rauta 2023, 4). Rasistiset rikokset kohdistuivat pääosin enemmän miehiin kuin naisiin, iältään 25–34-vuotiaita (Rauta 2023, 43–44). Noin kolmasosa rikoksen uhriksi joutuneista eivät tunteneet epäiltyä entuudestaan. (Rauta 2023, 47).

Lukuja tarkastellessa on otettava huomioon, että rikosilmoitusten määrään vaikuttaa se, miten paljon ihmiset ilmoittavat epäilyistä rikoksesta viranomaiselle. Oikeusministeriön vuonna 2022 tekemän selvityksen mukaan ainoastaan 30 % häirintää tai vihapuhetta kokeneista ilmoittivat siitä jollekin. Yleisin syy jättää rikosilmoitus tekemättä on esimerkiksi tapahtuman vähätteleminen (ei koettu riittävän vakavaksi), pelko ja epätietoisuus sekä epäluottamus viranomaisia kohtaan. (Rauta 2023, 99–100.)

Alla olevassa taulukossa on esitetty erilaisia rasistisia rikoksia sekä konkreettisia esimerkkejä siitä, minkälaisia rikokset voivat olla.

Rasistinen rikos	Mitä?	Esimerkki
Kunnianloukkaus tai laiton uhkaus sanallisesti	Huutelu, nimitteleminen	Ihmisoikeusaktivisti Ujuni Ahmed teki rikosilmoituksen kunnianloukkauksesta, kun 40-vuotias nainen nimitteli Ahmedia rasistisella termillä Instagramissa. Helsingin käräjäoikeus tuomitsi naisen kunnianloukkauksesta. (Helsingin Sanomat 2023).
Syrjintä työpaikalla	Eriarvoinen kohtelu, häirintä	Pienemmän palkan maksaminen etnisen taustan, ihonvärin tai uskonnon perusteella, loukkaavien rasististen vitsien esittäminen, työnantaja kieltää palkkaamasta tiettyyn etniseen ryhmään kuuluvaa henkilöä (Työsuojelu.fi 2024).
Kiihottaminen kansanryhmää vastaan	Vihapuhe	Perussuomalaisen kansanedustaja Sebastian Tynkkynen kirjoitti vuonna 2017 Facebook-viestejä, joiden sisältö sisälsi solvausta ja pöytäpuheita maahanmuuttajia ja turvapaikanhakijoita kohtaan. Oulun käräjäoikeus tuomitsi Tynkkynen kiihottamisesta kansanryhmää vastaan. (Yle 2023).
Pahoinpitely	Fyysinen väkivalta, jonka taustalla on rasistinen motiivi	Syyttäjä vaatii kahdelle järjestyksenvalvojalle vankeutta teinipojan törkeästä pahoinpitelystä, jonka taustalla on rasistinen motiivi. Oikeudenkäynti on vielä kesken eikä lainvoimaista päätöstä ole vielä annettu. (Helsingin Sanomat 2023).

Taulukko 1: Rasistisia rikoksia esimerkkeineen.

Rasistiseksi rikokseksi saatetaan usein mieltää fyysisesti tapahtuva rikos, mutta kuten yllä mainituista esimerkeistä käy ilmi, rasistinen rikos voi tapahtua myös internetissä. Todellisuudentaju saattaa virtuaalisessa maailmassa hämärtä ja internetin tuoman niin kutsutun ”anonymiteetin” taakse on helpompi piiloutua.

Vihapuhetta (eng. *hate speech*) terminä ei ole määritelty lainsäädännössä, mutta termiä on käytetty muun muassa hallituksen esityksessä ja korkeimman oikeuden ratkaisussa. Rikoslakia sovelletaan myös internetissä tapahtuvaan vihapuheeseen, vaikka ympäristö on eri kuin esimerkiksi kasvokkain tapahtuvassa vihapuheessa. Vihapuhe internetissä on tyypillisesti sosiaaliseen mediaan kirjoitettu viesti, mutta vihapuhe voi olla myös kuvia tai videoita. (Forss 2018, 4.)

Vihapuheen tarkoitus on levittää tai lietsoa vihaa ihmistä tai ihmisryhmää vastaan. Rangaistavan vihapuheen tunnusmerkkejä ovat usein taustalla oleva vihamielisyys tai epäluulo, kohdistuminen yhteen ihmiseen kunnianloukkauksena tai laittomana uhkauksena tai kiihottaminen kansanryhmää vastaan. (Neuvonen 2015, 23.)

4.6 Miten toimia rasismia kohdatessa

Kuten aiemmin kerrottu, rasististen rikosten määrä kasvoi vuonna 2022 verrattuna edelliseen vuoteen, mutta edelleen monet viharikoksista ja syrjintätapauksista jää ilmoittamatta. Etniseen vähemmistöön kuuluvat ihmiset saattavat kokea rikosilmoituksen tekemisen suureksi kynnykseksi yhteiskunnassa kokemansa epäluottamuksen ja ulkopuolisuuden vuoksi (Rikosuhripäivystys 2024a). Syitä epäluottamukseen virkavaltaa kohtaan ovat esimerkiksi pelko tulla vahingoitetuksi tai läheiset vahingoittuvat, kielellinen saavutettavuus tai intersektionaalisuuden puute (Grant, Kurki & Omar 2023).

Syrjintään liittyvissä tapauksissa voi olla yhteydessä yhdenvertaisuusvaltuutettuun, jonka tehtävänä on edistää yhdenvertaisuutta sekä puuttua syrjintään. Syrjintätapauksissa yhdenvertaisuusvaltuutettu antaa neuvoja ja ohjeita, sekä auttaa syrjintäepäilyn selvittämisessä. Yhdenvertaisuusvaltuutettu voi ottaa yhteyttä myös syrjintää kokeneen henkilön tai ryhmän puolesta. (Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024c). Rasistisen rikoksen kohdatessa tulee olla yhteydessä poliisiin ja tehdä rikosilmoitus.

Kaikki kohdattu rasismi ei ole rikos: esimerkiksi mikroaggressiot sekä eksotisointi eivät täytä rikoksen määritelmää lain nimissä, mutta se ei tarkoita sitä, etteikö rasismia kohdatessa siihen voisi puuttua. Rasismi on arkipäivästä ja sitä voi kohdata niin julkisilla paikoilla, työpaikalla kuin sukujuhlissa. Rasistiseen tilanteeseen puuttumisesta on käsitelty kohdassa 8.3.

5 VALKONORMATIIVISUUS JA VALTA

5.1 Valkonormatiivisuus ja valkoinen ylivalta

Valkoinen ylivalta (eng. *white supremacy*) tarkoittaa rassistista ideologiaa, jossa valkoisia ihmisiä pidetään parempina kuin muut ihmiset ja siten heillä tulisi olla valta kaikessa (Resane 2021, 3). Valkoiseen ylivaltaan liitetään esimerkiksi äärioikeistolaisuus sekä uusnatsismi, mutta ajatuksena se vääristää ideologian koskemaan ainoastaan niin sanotusti ”pahoja ihmisiä” eikä tunnista esimerkiksi valkoisuutta yhteiskunnan rakenteissa (Saad 2020, 12–13).

Valkonormatiivisuudella tarkoitetaan systeemiä, jossa valkoisuus on normi, johon verrataan kaikkea ja POC-ihmiset nähdään poikkeuksina, erilaisina, tästä normista – valkoisuus nähdään hyvänä. Valkonormatiivisuudesta on kyse valta-asetelmasta, jossa valkoisuuden piiriin kuuluvat ihmiset ovat etuoikeutettuja suhteessa ”muihin” ihmisiin, sillä yhteiskunta on rakennettu valkoisuudesta käsin. (Resane 2021, 3.)

Suomessa yhteiskunta ja rakenteet ovat valkonormatiivisia, mikä tarkoittaa, että myös koulu- ja maailma on valkonormatiivinen sekä länsimaalaiskeskeinen. Länsimaalaiskeskeiseen ja eurosentriseen ajatteluun liitetään muun muassa modernius, edistyksellisyys sekä kehittyneisyys, kun taas lännen ulkopuolinen on näiden vastakohta. Näin ollen länsikeskeisyys edustaa monelle nuorelle tietoa, totuutta ja edistystä. (Souto 2011, 120–121.)

5.2 Aikuisten valta-asema ja rooli suhteessa nuoriin

Valtaa on vaikea määritellä yksiselitteisesti, sillä valta terminä tarkoittaa eri asioiden yhteydessä eri asioita. Yleisesti valta koostuu sekä toisiinsa vaikuttavista että riippumattomista tekijöistä ja sillä tarkoitetaan kykyä vaikuttaa toiseen, muuttaa tämän toimintaa tai mahdollisuutta vastustaa tämän vaikutusta. Valta on kaksisuuntaista: on vallankäyttäjä ja vallankäytön kohde. (Kurkinen 2010).

Valta muodostuu yhteistyöstä ja vuorovaikutustilanteista, eikä se ole pysyvää, sillä se on alati muuttuva ilmiö ja muokkautuu ajankohtaisten poliittisten, yhteiskunnallisten sekä kulttuuristen muutosten mukana. Valta on osa yhteiskuntaa ja sen toimintaa (Joro & Salo 2020, 8) ja siten ilmenee myös eri instituutioissa, kuten koulussa. Vaikutusvaltaisella yksilöllä, vallankäyttäjällä

on oikeus tehdä kaikkia sitovia päätöksiä sekä vaikuttaa järjestelmään ja niissä toimiviin ihmisiin. Samalla yksilö voi ohjata toimintaa omien arvojensa mukaisesti. Valtaan liittyy myös auktoriteetti, jolla on suuri vaikutus muiden käyttäytymiseen. (Jabe & Sari 2013).

Nuorten parissa työskentelevien ammattilaisten tulee olla koko ajan valppaana vallan muodoille ja siten tiedostaa oma asemansa suhteessa nuoriin (Moisio 2008, 112–113), sillä heillä on mahdollisuus vaikuttaa nuorten mielipiteisiin, asenteisiin sekä heidän toimintaan käyttäytymisensä, asenteidensa ja sanavalintojensa kautta sekä valitsemalla opetettavat aiheet (Niiranen, Rautasalo 2003, 55–56). Opettaja voi myös vedota valtaansa joko epäsuorasti tai suorasti, esimerkiksi uhkailu huonolla arvosanalla on suoraan vallankäyttöä (Joro & Salo 2020, 30). Suomalaistutkimuksen mukaan osa lukio-opettajista syrjii ylioppilaskokeiden arvioinnissa maahanmuuttajia ja maahanmuuttajataustaisia antamalla heikompia pisteitä. Tutkimuksen mukaan syrjityt ovat jatkaneet yliopistoihin ja ammattikorkeakouluihin selvästi harvemmin. (Yle 2024). Tämä esimerkki konkretisoi valtasuhteen aikuisen ja nuoren välillä sekä miten kauaskantoiset vaikutukset aikuisen vallankäytöllä on nuoren tulevaisuuteen.

5.3 Valkonormatiivinen koulutusjärjestelmä

Valkonormatiivisuus ja länsikeskeisyys ilmenee muun muassa oppimateriaaleissa, jossa länsimainen näkökulma ilmenee tietona ja totuutena. Alla on esitetty esimerkkejä oppimateriaalien eurosentrisyydestä.

Aine	Esimerkki
Historia	Suomessa historian oppikirjat rakentuvat usein Euroopan ja eurooppalaisen historian ympärille. Tämä ilmenee esimerkiksi niin, että monia maita ja paikkoja pidetään eurooppalaisten löytäminä, jolloin pyyhitään kokonaan aika ja tarina ennen siirtomaavaltojen saapumista. (Aminkeng Atabong 2021, 216.)
Maantiede	Suomessa maantieteen oppimateriaalit keskittyvät maailman tarkasteluun valkoisten eurooppalaisten tulkintojen mukaisesti eikä tehtyjä luokitteluja tai valtioiden välisiä rajoja välttämättä havainnoida suhteessa kolonialismin historiaan tai tunnusteta kolonisaation kohteeksi joutuneiden ihmisten näkökulmia ja tietoja. (Aminkeng Atabong 2021, 214.)

Matematiikka	Matematiikkaa pidetään usein abstraktina oppiaineena, jossa opetellaan erinäisiä laskukaavoja ja yhtälöiden ratkaisemista. Oppimateriaaleista ei välttämättä käy ilmi suoraan eurosentrisyys, mutta opeteltavien funktioiden tausta ja alkuperä saatetaan jättää oppilaille opettamatta. Esimerkiksi kreikkalaisen matemaatikon Pythagoraan mukaan nimetty ”Pythagoraan lause” on peräisin egyptiläiseltä tiedemieheltä Imhotepiltä, jolta Pythagoras sai oppinsa Egyptissä opiskellessaan. (Aminkeng Atabong 2021, 217.)
--------------	---

Taulukko 2: Esimerkkejä oppimateriaalien eurosentrisyydestä (Aminkeng Atabong 2021, 214, 216, 217).

Valkonormatiivisuus ilmenee oppimateriaalien lisäksi koulun arjessa arvostamalla länsimaalaisuuteen liittyviä kulttuurisia tapoja. Kulttuurinen erilaisuus, kuten oman äidinkielen käyttäminen tunneilla ja käytävillä, saatetaan kieltää POC-nuorilta ja heiltä saatetaan odottaa halua suomalaistua ja sisäistää suomalainen kulttuuri. (Souto 2011, 130–131.) Kulttuurisia eroja ja ”maan tapojen oppimattomuutta” saatetaan käyttää selityksenä POC-nuorten ”ongelmille” sekä muille ”käyttäytymishäiriöille” – näillä arkisilla selityksillä lakaistaan maton alle niin rasmin olemassaolo sekä sen seuraukset (Souto 2011, 193). ”Maassa maan tavalla” on myös periaate, saatetaan perustella halventavien loukkausten käyttämistä, koska termejä on käytetty aiemmin vakiintuneesti (Souto 2011, 129). Vakiintuneet kielenkäytön tavat ja termit kuitenkin normalisoivat ja ylläpitävät ihmisten ja ryhmien välisiä erottelua (Aminkeng Atabong 2021, 210).

Koulujärjestelmässä tapahtuu rodullistavaa ohjausta oppilaanohjauksessa sekä suomi toisena kielenä ja kirjallisuus (S2) -aineeseen ohjauksessa. Yhdenvertaisuusvaltuutetun vuonna 2020 teettämän selvityksen mukaan afrikkalaistaustaisia naisopiskelijoita ohjattiin hoiva-alalle rodullistetuin perustein – tiettyjen ulkoisten tuntomerkkien perusteella tai heidän ajateltiin soveltuvan kyseiselle alalle oletetun kulttuurin ja siihen liittyvien piirteiden vuoksi. (Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2020, 24.)

Yhdenvertaisuusvaltuutetun teettämässä selvityksessä kävi myös ilmi, että nuoria ohjattiin tarpeettomasti S2-opintoihin johtuen heidän ei-valkoisina pidetyistä piirteistä. Piirteiden, esimerkiksi ihonvärin tai nimen, perusteella ajatellaan, etteivät nuoret voi puhua suomea äidinkieleenään. (Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2020, 25.) On tutkittu, että vahva äidinkieli parantaa oppimista monella eri tasolla (Mikander 2008, 94), ja S2-opintojen on tarkoitus tukea nuoren äidinkielen kehittymistä, mikäli äidinkieli on muu kuin suomi. Tarpeeton ohjaaminen S2-opintoihin

on johtanut siihen, ettei nuorten kielitaito kehity optimaalisella tavalla. (Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2020, 25.)

Opettajilla on tehtäviensä ja vastuiden kautta suuri valta suhteessa nuoriin ja he voivat valita opetustapansa: kertovatko he enemmän matemaattisten lausekkeiden taustoista, avaavatko he näkemystä ja näkökulmaa historiallisten tapahtumien taustalla? Opettajien tulisi kertoa, mistä näkökulmasta oppimateriaalit on tehty sekä tarjota muita näkökulmia vaihtoehtoiksi. Erityisesti haavoittuvassa asemassa olevat nuoret, kuten etnisiin ryhmiin ja kieli- ja kulttuurivähemmistöihin kuuluvat lapset ja nuoret, eivät välttämättä kykene kyseenalaistamaan aikuisten ohjeistuksia liittyen esimerkiksi uravalintaan liittyen. Sen lisäksi, että representaatiolla on vaikutusta nuoren näkemykseen maailmasta, opettajat ja muut nuorten parissa työskentelevät ammattilaiset ovat auktoriteettiasemassa suhteessa nuoriin.

Fyysisten tilojen lisäksi rasismi on läsnä myös sosiaalisessa mediassa, missä esimerkiksi rasiset mediakohut leviävät nuorten suosimilla alustoilla. Näiden alustojen kautta nuoret voivat törmätä rassistiseen sisältöön, mikä vaikuttaa heidän mielenterveyteensä. Kouluissa nuoret voivat kohdata rassistista sisältöä myös opettajan toimesta ilman minkäänlaista sisältövaroitusta: tämä voi johtua siitä, että opettaja näkee luokan valkoisena eikä osaa huomioida POC-nuoria. (Kyrölä 2018, 65.)

6 RASISMIN VAIKUTUS MIELENTERVEYTEEN

6.1 Mielensterveys

Mielensterveydellä on tärkeä rooli terveydessä ja hyvinvoinnissa. Maailman terveysjärjestö WHO:n mukaan mielensterveys on henkisen hyvinvoinnin tila, joka mahdollistaa ihmisille kyvyn selviytyä haasteista elämässä, kehittää taitojaan, oppia ja työskennellä sekä osallistua yhteisönsä toimintaan (Maailman terveysjärjestö WHO 2022). Mielensterveyteen vaikuttavat tekijät koostuvat yksilöllisistä ja biologisista tekijöistä, sosiaalisista suhteista, yhteiskunnan rakenteellisista tekijöistä sekä kulttuurisista arvoista ja uskomuksista (Lehtinen 2000, 237).

Mielensterveydestä ja hyvinvoinnista tulee huolehtia koko elämän, vaikka huolehtiminen muuttuu eri elämänvaiheissa jonkin verran. Lapsuudessa rakennettu hyvinvointi on perusta myöhemmän elämän, aikuisuuden hyvinvoinnille. Lapsen ja nuoren hyvinvointi koostuu kasvuympäristön lisäksi turvallisista ihmissuhteista, ja lapset sekä nuoret ovatkin riippuvaisia toisten huolenpidosta. Aikuisilla – niin kotona, kouluissa kuin varhaiskasvatuksessa – on tärkeä rooli lapsuuden hyvinvoinnin rakentamisessa. (Heikkinen-Peltonen ym. 2014.)

Mielensterveyden tekijät vaihtelevat elämäntilanteen mukaan: altistuminen epäsuotuisille olosuhteille, kuten eriarvoisuudelle ja väkivallalle, kuluttaa mielensterveyden voimavaroja, kun suotuisissa olosuhteissa voimavarat kasvavat (Maailman terveysjärjestö WHO 2022). Mielensterveyden suojatekijät rakentavat hyvää mielensterveyttä, kun taas riskitekijät murentavat sitä (Lehtinen 2000, 236). Suojatekijöitä ovat muun muassa hyvät ihmissuhteet, hyvä itsetunto sekä fyysinen terveys, kun taas riskitekijöitä ovat esimerkiksi huonot ihmissuhteet, taloudelliset vaikeudet ja haitallinen elinympäristö (Yeesi 2024d).

Sisäiset ja ulkoiset riskitekijät voivat olla sekä lyhyt- tai pitkäkestoisia, mutta myös lyhytkestoisilla riskeillä voi olla pitkäaikaisia vaikutuksia elämään. Erityisen haitallista on kuitenkin riskitekijöiden kasautuminen. (Maailman terveysjärjestö WHO 2022). Alla on eritelty tarkemmin mielensterveyden suoja- ja riskitekijöitä ulkoisiin sekä sisäisiin tekijöihin:

	Suojatekijät	Riskitekijät
Sisäiset tekijät	<ul style="list-style-type: none"> • fyysinen terveys ja perimä • varhaiset ihmissuhteet • itsestään huolehtiminen ja itsensä toteuttaminen • riittävän hyvä itsetunto • ongelmanratkaisutaidot sekä ristiriitojen käsittelytaidot • tunne- ja vuorovaikutustaidot • kyky luoda ja ylläpitää ihmissuhteita 	<ul style="list-style-type: none"> • biologiset riskitekijät, kuten sairaudet ja kehityshäiriöt • vammautuminen ja toimintarajoitteet • huonot ihmissuhteet • hyvinvointia vaarantava riskikäyttäytyminen • haavoittuvainen itsetunto
Ulkoiset tekijät	<ul style="list-style-type: none"> • hyvät ihmissuhteet (perhe, ystävät) • oikeus kotiin • sosiaalinen tuki, hyväksytyksi tulemisen tunne ihmissuhteissa • koulutusmahdollisuudet • työ tai muu toimeentulo • työyhteisön ja esihenkilön tuki • vaikuttamismahdollisuudet ja kuulluksi tuleminen • turvallinen ympäristö • helposti tavoitettavat yhteiskunnan auttamisjärjestelmät 	<ul style="list-style-type: none"> • taloudelliset vaikeudet • asunnottomuus • kuormittavat ihmissuhteet • haitallinen elinympäristö • syrjintä ja vähemmistöstressi, • traumaattiset kokemukset, esimerkiksi menetykset, hyväksikäyttö sekä kiusaaminen • päihteiden käyttö

Taulukko 3: Mielenterveyden suoja- ja riskitekijät jaettuna sisäisiin ja ulkoisiin (Heiskanen ym. 2005).

6.2 Valkonormatiiviset mielenterveyspalvelut

Tutkijatohtori Tuuli Kurki on tutkinut rasismia ja mielenterveyden yhteyksiä sekä rasismia koulutussektorilla. Hän on havainnut tutkimusten yhteydessä, että nuorten mielenterveyspalvelut ovat valkokeskeiset: esimerkiksi kolmannen sektorin järjestöjen toteuttamassa mielenterveydytyksessä ei juurikaan näkynyt POC-nuoria. Kurjen mukaan mielenterveyspalveluita ja tukea

on paljon esimerkiksi pakolaisille. Ongelmana kuitenkin on, että nuoret, jotka eivät identifioi itseään valkoiseksi suomalaiseksi, maahanmuuttajaksi tai pakolaiseksi, eivät koe kuuluvansa pakolaisille suunnattujen tai ”valkoisten palveluiden” piiriin. (Gröning, Kurki 2021.)

Mielenterveystyö mielletään auttamistyöksi, jossa pyritään hyvään, mutta on muistettava, että myös mielenterveystyö sekä mielenterveystyön ammattilaiset voivat rodullistaa. Frazer-Carrollin teettämän tutkimuksen mukaan terapeutit olivat stereotypisoineet tai jopa kyseenalaistaneet, olivatko POC-nuorten rasisminkokemukset oikeita. Samassa tutkimuksessa nousi esille, että nuoret joutuivat usein terapeutin vastaanotolla käyttämään aikaa rasismien ytimen tai oman kulttuurinsa selittämiseen, koska terapeutilla ei ole ollut ymmärrystä ja käsitystä asiasta. (Frazer-Carroll 2023, 60.)

Uudessa-Seelannissa tehdyn tutkimuksen mukaan haastatellut nuoret kokivat puutteellisten mielenterveyspalvelujen pahentavan POC-nuorten tietoisuutta järjestelmän toimivuudesta. Näiden vaikeuksien katsottiin olevan yhteydessä esimerkiksi nuorten eristäytymiseen. (Wong ym. 2015.)

6.3 Rasismien vaikutus nuorten mielenterveyteen

Rasismi on nuorten arjessa jatkuvasti läsnä eikä siltä pääse piiloon. Aiemmasta ilmenee, että rasismi on rakenteissa: niin oppilaitoksissa kuin mielenterveyspalveluissa. Rasismia kohtaa arjen askareissa kaupassa käydessä tai kavereiden kanssa hengaillessa nuorisotalolla. Etnisten suhteiden neuvottelukunnan (Etno) vuonna 2023 toteuttamassa selvityksessä käsiteltiin nuorten kohtaamaa rasismia ja niiden vaikutuksista heidän elämäänsä. Kohdattu rasismi oli muun muassa nimittelyä, ulossulkemista ja väkivaltaa ja he kokivat ennakkoluuloja ja syrjivää käytöstä kouluissa, opinto-ohjauksessa ja työnhaussa. (Oikeusministeriö 2023b.)

Tutkimukset osoittavat, että altistuminen syrjinnälle ja negatiiviset vaikutukset mielenterveyteen alkavat varhain elämässä (Williams 2019). Rasismien kokeminen, kuuleminen ja näkeminen on haitallista mielenterveydelle, ja rasismien vaikutukset mielenterveyteen ovat vakavia. Tutkimusten mukaan rasisminkokemukset aiheuttivat nuorilla masennusta, univaikeuksia sekä ahdistuneisuutta (Kairuz ym. 2021). Rasisminkokemuksia saatetaan myös vähätellä tai jättää kertomatta, sillä rasismista puhuminen ja sen tunnistaminen on kuormittavaa, jolloin on psykologisesti suotuisampaa olla kertomatta omista kokemuksista ja yrittää unohtaa ne (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023b).

Syrjinnän ja rasisminkokemukset eivät rajoitu ainoastaan ns. konkreettiseen rasismiin, kuten vihapuheeseen tai mikroaggressioihin, vaan myös pelko rasismien kokemuksesta vaikuttaa mielenterveyteen. Pelon tuoma korkea vireystila tarkoittaa sitä, että nuori on tietoinen ympäristöstä ja ympärillä olevista ihmisistä varautuen mahdollisiin uhkiin ja vaaroihin (Williams 2019). Myös vanhemman rasisminkokemukset voivat vaikuttaa nuoren mielenterveyteen. Esimerkiksi mustia nuoria koskevassa tutkimuksessa havaittiin, että vanhemman kokema rasismi oli syynä nuoren ahdistuneisuuden ja masennuksen oireisiin riippumatta tämän omista rasisminkokemuksista. (Williams 2019.)

Masennuksen, univaikeuksien ja ahdistuneisuuden lisäksi nuorilla oli sisäistettyjä, rasistisia ajatuksia itsestään sekä kuulumaansa ihmisryhmää kohtaan – nuorilla oli halua omaksua eurosentrisiä piirteitä, ja he pitivät esimerkiksi vaaleampaa ihoa toivottavana. Kanadassa tehdyn tutkimuksen mukaan miespuoliset nuoret kertoivat, miten ennakkoluulot mustista miehistä varkaina vaikutti heidän mielenterveyteensä, sillä heidän piti jatkuvasti todistella olevansa syyttömiä (Salami ym. 2022). Uudessa-Seelannissa tehdyn tutkimuksen mukaan aasialaistaustaiset nuoret kokivat suurta stressiä ja masennusta johtuen rasisminkokemuksista, jotka liittyivät aasialaisiin liitettyihin stereotyyppioihin – aasialaisiin usein liitetään stereotyyppioita ahkeruudesta ja menestymisestä. Nuoret kertoivat myös kipuilusta kahden kulttuurin välissä: paine sopeutua Uuden-Seelannin kulttuuriin sekä täyttää vanhempien asettamat odotukset. (Wong ym. 2015.)

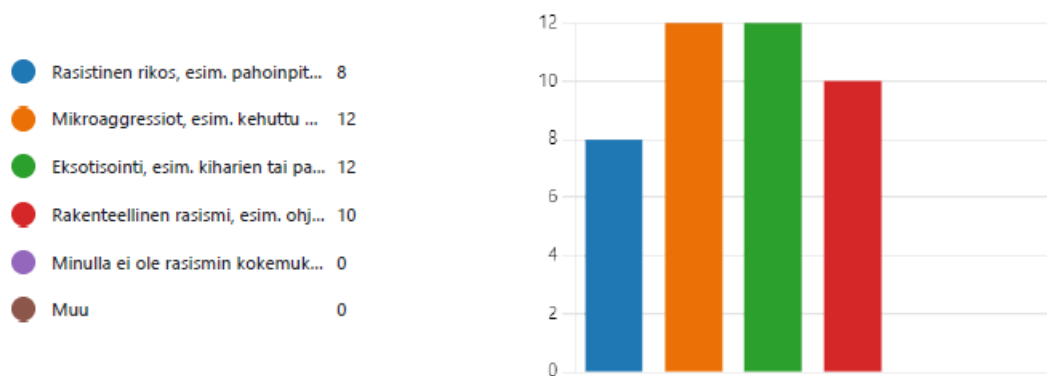
Etnisten suhteiden neuvottelukunnan (Etno) vuonna 2023 toteuttamassa selvityksessä ja järjestämässä dialogisarjassa nuoret kertoivat rasismien vaikutuksista. Dialogeissa nousee esille, miten rasismi vaikuttaa niin nuorten hyvinvointiin, kuin mielenterveyteen, opiskelu- ja työmotivaatioon että uskoon tulevaisuuteen. Nuorten vastauksissa korostuu pärjäämisen kulttuuri, mikä tarkoittaa esimerkiksi itsensä kovettamista ja sinnikkyyttä, toisaalta myös vihaakin, mikä voi johtaa väkivaltaan ja tappeluihin. Mielenterveyden osalta nuoret ovat kokeneet itsetuntonsa olleen koetuksella, sillä ovat kokeneet olevansa vääränlaisia. Näiden lisäksi nuorilla on ollut vastausten mukaan myös pelkotiloja ja masennusta. (Oikeusministeriö 2023c.)

Rasismia voi kokea myös itselle läheisissä ihmissuhteissa, kuten perheen sisällä tai ystävien toimesta. Vanhemmilla voi olla sisäistetyyn rasismien ajatusmalleja, jotka heijastuvat nuoreen (kts. 4.2 *Sisäistetty rasismi*) tai valkoiset vanhemmat, ystävät ja/tai kumppanit eivät tunnista rasistisia ajatusmallejaan: suhteissa voi esiintyä esimerkiksi rasisminkokemusten vähättelyä, värisokeutta POC-ystävää tai lasta kohtaan tai rasismista puhumista vältellään (Rice University 2023). USA:ssa tehdyn tutkimuksen mukaan lähes kaikki haastatellut mustat naiset puhuivat

kumppaneilleen rasismista, mutta lyhyemmissä suhteissa he kokivat rajoitteita sanomisten suhteen. Yli puolet vastaajista vastasi joutuneensa kouluttamaan kumppaniaan rasismiin liittyen, alle 30 % kamppaili kumppanin rasismiin sekä seksismiin kanssa. (Harvard Gazette 2023.) Tämänkaltaiset kokemukset voivat johtaa siihen, ettei rasismista puhuta ihmissuhteissa ollenkaan, jolloin toiselle osapuolelle välittyvä ajatus siitä, ettei toinen koe rasismia ollenkaan.

Muudin kanssa tehdyssä kyselyssä kartoitettiin POC-nuorten kohtaamia rasisminkokemuksia sekä minkälaisia tunteita ja ajatuksia kokemukset herättivät. Kyselyyn vastanneista POC-nuorista lähes kaikki olivat kokeneet mikroaggressiota ja eksotisointia, suurin osa myös rakenteellista rasismia eli esimerkiksi ohjausta S2-opintoihin oletetun taustan vuoksi. Yli puolet vastaajista olivat kokeneet myös pahoinpitelyä tai vihapuhetta.

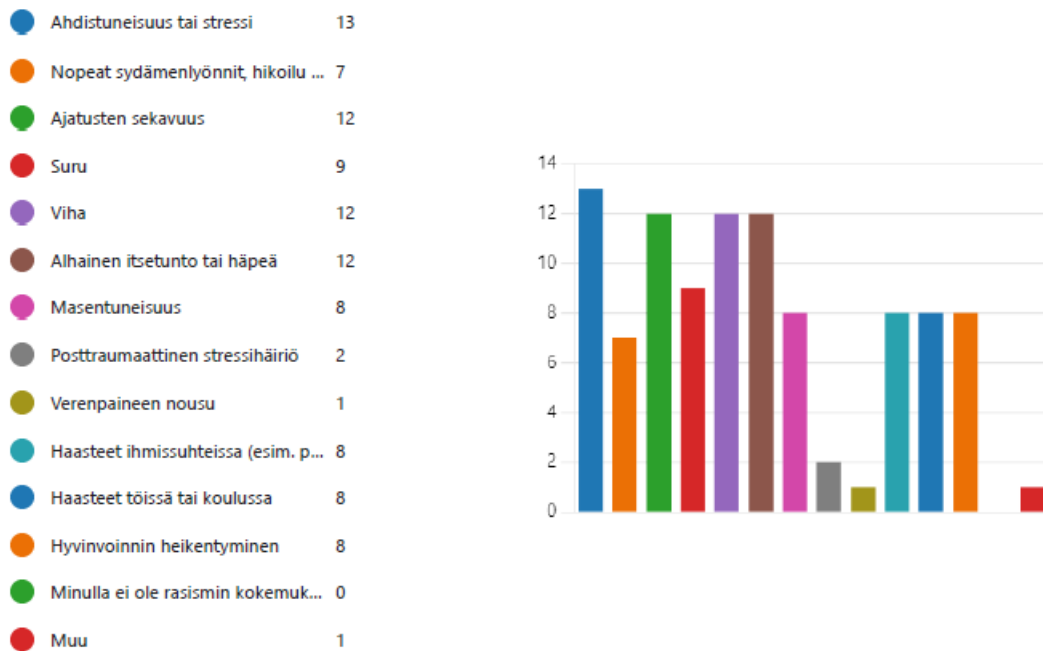
Minkälaista rasismia olet kokenut? Voit valita yhden tai useamman vaihtoehdon.



Kuva 2: Muudi-kyselyyn vastanneiden 13 nuoren vastaukset liittyen rasismien kokemuksiin.

Muudi-kyselyssä kartoitettiin vastanneiden nuorten tunteita ja ajatuksia, mitä rasismien kokemukset herättivät. Kaikki vastaajat vastasivat, että rasismien kokemukset herättivät ahdistuneisuutta ja stressiä sekä lähes kaikki, 90 % vastaajista, vastasivat kokemusten herättäneen ajatussekavuutta, vihaa sekä alhaista itsetuntoa ja häpeää. Moni vastasi rasismien kokemusten herättävän myös surua ja masentuneisuutta sekä vaikuttavan myös ihmissuhteisiin, töihin tai koulunkäyntiin sekä hyvinvointiin.

Minkälaisia tunteita ja ajatuksia rasismien kokemus herätti/herättää? Voit valita yhden tai useamman vaihtoehdon.



Kuva 3: Muudi-kyselyyn vastanneiden nuorten vastaukset liittyen rasismien kokemusten herättämiin ajatuksiin ja tunteisiin.

6.4 Vähemmistöstressi

Vähemmistöstressi on krooninen tila, joka voi ilmetä muun muassa ympäröivän tilan normeista, erilaisuuden tunteesta, toiseuden kokemuksesta tai kiusatuksi tulemisen kokemuksesta (Seta 2023b). Vähemmistöstressi poikkeaa normaalista kuormituksesta siten, että se kohdistuu marginalisoituun ryhmään ja on ylimääräistä ja jatkuvaa henkistä kuormitusta, joka syntyy koe-tuista syrjinnän ja rasismien kokemuksista (STTK 2024b). Vähemmistöstressi voi vaikuttaa myös vähemmistöön kuuluvan ihmisen lisäksi hänen läheisiinsä tai liittolaisiinsa joko välillisesti tai suoraan (Seta 2023a).

Vähemmistöön kuuluva ihminen saattaa kokemustensa takia kokea jatkuvasti ympäröivän tilan uhkaavana sekä pelätä ja ennakoida mahdollisia syrjinnän kokemuksia (Opetushallitus 2024). Jatkuva uhan ja pelon tunne sekä ennakoiminen saattaa johtaa oman identiteetin salaamiseen sekä sen peittelyyn, mikä ruokkii jo olemassa olevaa stressitilaa entisestään (Frost & Meyer, 2023). Tämä voi ilmetä esimerkiksi omien piirteiden häivyttämisenä ja pyrkimyksenä mukautua vallalla oleviin normeihin eli tässä tapauksessa valkoisiin normeihin (valkonormatiivisuus).

Vähemmistöstressi voi lisätä esimerkiksi syömishäiriöitä, syrjäytymistä sekä mielenterveysongelmia, minkä vuoksi on tärkeää tunnistaa kyseinen ilmiö. (Frost & Meyer, 2023). Vähemmistöstressi kuitenkin ilmenee jokaisella eri tavoin: osalla voi esiintyä persoonallisuuden kypsymistä, kuten myötätunnon ja viisauden kehittymistä ja resilienssi eli kyky kohdata ja selvitä vaikeista olosuhteista voi ilmetä varhaisessakin iässä (Seta 2023a).

7 MIELENTERVEYDEN EDISTÄMINEN

7.1 Vertaistuki ja huolenpito sekä turvalliset tilat

Vertaistuella on suuri vaikutus mielenterveyteen, sillä omia kokemuksia voi jakaa toisen samaa kokeneen henkilön kanssa. Vertaistuessa korostuu nähdyksi ja kuulluksi tuleminen sekä omien kokemusten ja ajatusten validointi. Myös Anne-Mari Souto kuvaa Arkipäivän rasismi koulussa -kirjassaan, että POC-nuorten yhteisö ja niiden antama vertaistuki muodostuvat keskeiseksi paikaksi nuorelle käsitellä kokemuksiaan erilaisuuteen ja rasismiin liittyen. Yhteisössä ei korostu yhteinen kieli tai etninen tausta, vaan kokemus vertaisuudesta. POC-nuorten muodostamia yhteisöjä on pidetty rasismia kohtaavien äänen kuulumisena sekä antirasistisena toimintana. (Souto 2011, 160–161.)

Vertaistukeen usein liitetään ajatus pelkästä keskustelemisesta, mutta vertaistukeen kuuluu myös huolenpito. Tutkijatohtori Tuuli Kurjen tutkimuksessa ilmeni, että väkivaltakokemusten jakamisessa nuori saattaa halata toista tai silittää tämän päätä osoittaakseen turvaa ja lämpöä. Myös sanattomat kosketukset, esimerkiksi katseet ja huokaukset, olivat tapoja osoittaa toiselle tukea ja ymmärrystä. Samassa tutkimuksessa Kurki kertoi 7–8-luokkalaisten poikien vertaistukiryhmässä kohtaamastaan havainnosta, jossa pojat huolehtivat toisistaan ja yhteisöstään jopa enemmän kuin itsestään. Tämä ilmeni muun muassa fyysisenä huolenpitona, kuten toisen niska hieromisena, läheisyytenä ja hiusten laittamisena sekä verbaalisena, kuten toistensa kannustamisena kouluun liittyvissä asioissa. (Kurki 2024.)

”Keskusteluapu (ystävän kanssa keskustelu ja vertaistukiryhmiin osallistuminen) tuntuu tärkeimmältä avulta. Siinä yhdistyy kokemus siitä, että joku ymmärtää, kuuntelee ja validoi. (Tosin keskustelen aiheesta vain sellaisten ystäväni kanssa, jotka kokevat myös rasismia.)” – Muudikyselyyn vastannut nuori

”Vertaistuki ja ystävien kanssa keskustelu toimii hyvin. Mutta vertaistuki on oikeastaan tärkeä, ja ne perheenjäsenet keiden kanssa puhun, kyse on myös silloin vertaistuesta.” – Muudikyselyyn vastannut nuori

Suomesta löytyy tahoja ja järjestöjä, jotka järjestävät vertaistuellista toimintaa POC-nuorille. Muudin lisäksi vertaistukitoimintaa järjestää esimerkiksi Mixed Finns, SOCO – Students of Colour, POC-lukupiiri sekä Familia ry.

7.2 Representaatio

Antirasismissa representaatiolla tarkoitetaan vähemmistöjen näkymistä ja heidän äänten kuulumista tai puuttumista yhteiskunnassa esimerkiksi mediassa tai päätöksenteossa (Oikeusministeriö 2024). Representaatiolla on suuri vaikutus ihmisen maailmankuvan muodostumiseen erityisesti nuorena (Ahmed & Eid 2018, 88–89), sillä representaatioon liittyy ihmisryhmän mahdollisuudet vaikuttaa sekä tulla nähdyksi ja kuulluksi yhteiskunnassa (Oikeusministeriö 2024).

Oppimateriaaleissa esiintyy edelleen erittäin vähän POC-ihmisiä tai heidät on esitetty stereotyyppisesti (Ahmed & Eid 2018, 88–89), esimerkiksi japanilaiset saatetaan esittää ainoastaan kimonoasuissa. POC-ihmisten representaation puute vaikuttaa nuorten ajatuksiin itsestä ja omiin mahdollisuuksiinsa – jos nuori ei ole ikinä nähnyt POC-ihmistä lääkärinä tai juristina, nuori ei välttämättä osaa kuvitella itseään vastaaviin ammatteihin, koska samaistumispintaa ei ole. Sen sijaan, jos nuori näkee jatkuvasti POC-ihmisiä tietyissä ammateissa, voi hän nähdä mahdollisuutensa ja tulevaisuutensa kyseisissä tehtävissä (Ahmed & Eid 2018, 89). Lotta Molander sekä Anne-Mari Souto pohtivat artikkelissaan *Vain valkoisille, nuorille, hyvinvoiville naisille?* korkeakoulujen hakuoppaiden välittämää kuvaa ideaaliopiskelijasta: ketä kuvastoissa näkyy ja miten yhteiskunnan moninaisuus heijastuu oppaiden kuvastoihin. Artikkelin lopputulema oli, että hakuoppaiden kuvastojen luoman mielikuvan mukaan ideaaliopiskelija on valkoinen, hyvinvoiva, nuori nainen. (Molander & Souto 2022.)

Representaatioita on tärkeää tulkita myös poliittisina tekoina, jotka kytkeytyvät valtaan: kuka saa edustaa, ketkä ovat näkyvillä ja esillä? Representaatio tarjoaa yksilöille ja ryhmille samais-tumispintoja samalla tuottaen rajoja ja reunaehtoja tietyille identiteeteille. Suosiessaan tiettyjä identiteetikategorioita representaatioissa tullaan samalla sulkeneeksi osa ihmisistä ulkopuo- lulle (Molander & Souto 2022), jolloin heidän äänensä ja kuvansa jäävät kuulematta ja näky-mättä.



Kuva 4: Sarjakuvakuviutus mustista ja ruskeista ihmisistä johtajina (OpenArt: people of colour as leaders, around the table in a meeting, cartoon).

7.3 Self-care

Maailman terveysjärjestö WHO määrittelee termin self-care yksilöiden, perheiden ja yhteisöjen kyvyksi tukea ja ylläpitää terveyttä, ehkäistä sairauksia sekä selviytyä sairaudesta ja vammasta terveydenhuollon tuen kanssa tai ilman. Termi on alun perin lähtöisin lääketieteestä, ja sen tarkoituksena oli kannustaa yksilöitä toimimaan itse aktiivisesti oman terveytensä ylläpitämiseksi esimerkiksi liikkumalla ja syömällä terveellisesti. (Maailman terveysjärjestö WHO 2024.)

Self-care muodostui poliittiseksi käsitteeksi 1960-luvulla kansalaisyhteiskuntaaktivisti ja kirjoittaja Audre Lorden johdolla, ja sitä ajoivat erityisesti rodullistetut, seksuaalivähemmistöön kuuluvat ihmiset. Self-care tarkoitti itsestään huolehtimista oman yhteisön voimin, sillä heikon sosioekonomisen aseman sekä syrjinnän vuoksi rodullistetuilla ihmisillä ei ollut mahdollisuutta päästä terveydenhuollon piiriin. (Porteous-Sebouhian 2021.)

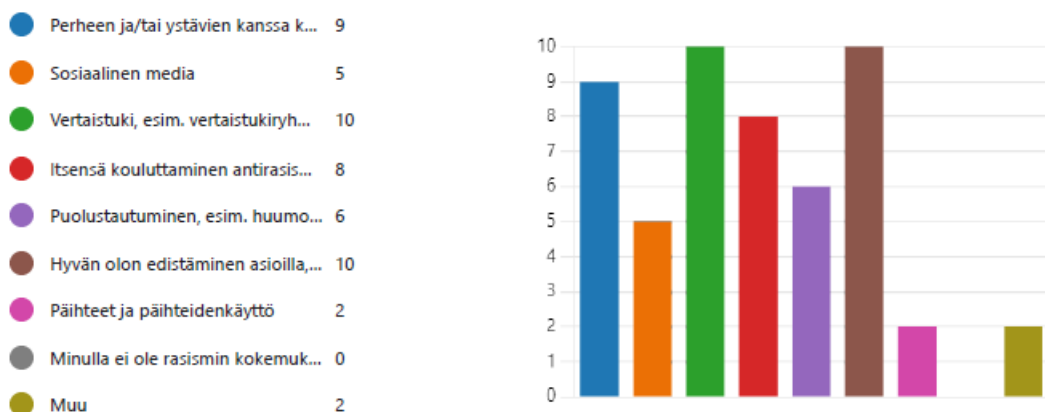
“Caring for myself is not self-indulgence. It is self-preservation, and that is an act of political warfare.” – Audre Lorde

Self-care on nykypäivänä kaupallistunut ja keskittyy lähinnä yksilöön itseensä. Termin pointtina on edelleen huolehtiminen keskittyen yksilön oman jaksamisen ylläpitämiseen. Kaupallistumisen myötä self-care-termin liitetään lähinnä itsensä hemmottelua esimerkiksi manikyyrin tai kylpemisen muodossa, mutta self-care on myös esimerkiksi omien rajojen vetämistä ja itsensä kuuntelemista.

7.4 Nuorten selviytymismekanismit

Yhdessä Muudin kanssa teetetyssä kyselyssä kartoitettiin rasismia kokevien 13–29-vuotiaiden nuorten työkaluja mielenterveyden edistämiseksi. Samassa kyselyssä selvitettiin myös, mitä toiveita ja odotuksia nuorilla on nuorten parissa työskenteleviä ammattilaisia kohtaan rasismien tunnistamiseksi ja tunnustamiseksi sekä nuorten mielenterveyden edistämiseksi. Suurin osa vastaajista käsitteli rasismien kokemuksia vertaistuen avulla tai edistämällä hyvää oloa itselle mieluisilla asioilla. Myös keskustelu perheen ja/tai ystävien kanssa nousi yhdeksi käytetyimmäksi keinoksi käsitellä rasismien kokemuksia. Muita keinoja olivat muun muassa itsensä kouluttaminen antirasismista, puolustautuminen sekä sosiaalinen media. Harvemmin käytettyjä keinoja olivat päihteet ja päihteidenkäyttö.

Minkälaisia keinoja sinulla on rasismien kokemuksen käsittelemiseksi? Voit valita yhden tai useamman vaihtoehdon.



Kuva 5: Muudi-kyselyyn vastanneiden nuorten vastaukset liittyen keinoihin rasismien kokemuksen käsittelemiseksi.

Noin 60 % (8) vastaajista vastasi käyttämiensä keinojen toimivan melko hyvin ja noin 30 % (4) vastaajista vastasi ”ei hyvin eikä huonosti”. Loput vastaajista vastasi käyttämiensä keinojen toimineen hyvin. Vertaistuki ja keskustelu kokemuksista ovat olleet tärkeitä keinoja rasismien kokemusten käsittelyssä, sillä henkilö on voinut muun muassa saada validaatiota omille tuntemuksilleen ja ajatuksilleen sekä vertaistuellinen keskustelu on tuonut tunteen siitä, ettei ole yksin asioiden kanssa.

”Olen käsitellyt asioita lähinnä yksin, koska valkoinen äitini, jonka kanssa asun, ei yleensä ole ymmärtänyt minua rasismista puhuttaessa. Vertaistuki on auttanut eniten, kun on tullut kohdattu ja turvallinen olo.” – Muudi-kyselyyn vastannut nuori

”Olen keskustellut kokemuksistani, mutta ystäväpiiriini kuuluu pääasiassa valkoisia kantasuomalaisia, jotka eivät ymmärrettävästi osaa samaistua tai eivät kenties ymmärrä kokeamaani. Jotkut ovat jopa ns. ”puolustaneet” muiden ihmisten kommentteja. Eli avautuminen on pelkästään avautumista enkä koe saavani niin paljon tukea ystäviltä. Mutta saan omalta vanhemmaltani sekä vähemmistöryhmään kuuluvalta puolisoiltani tukea, sillä heillä on kokemuksia rasismista.” – Muudi-kyselyyn vastannut nuori

Toisaalta osa vastaajista nosti esille, ettei keskustelu ystävien tai perheen kanssa ole automaattisesti korjaava keino siitä johtuen, että perhe tai ystävät saattavat koostua pääosin valkoisista ihmisistä, jotka eivät pysty jakamaan ja ymmärtämään rasismien kokemuksia. Välillä keskustellut ovat saattaneet olla turvattomia puolustavista kommentteista johtuen, eikä henkilö ole kokenut tulleensa kuulluksi ja kohdatuksi.

8 ANTIRASISMI JA ANTIRASISTINEN TYÖSKENTELY

8.1 Antirasismi

Antirasismi on systemaattista ja aktiivista toimintaa, joka vastustaa kaikkia rasismien muotoja yhteiskunnassa ja maailmassa. Antirasistisella toiminnalla vähennetään etnistä syrjintää, syrjiviä käytäntöjä ja niiden vaikutuksia sekä kielteisiä ennakkoluuloja. (Opetushallitus 2024.) Se vaatii jatkuvaa oppimista, toimimista, kuuntelemista sekä tilan antamista. Rasismien passiivinen vastustaminen ei riitä, kun puhutaan antirasistisesta toiminnasta, vaan ytimessä on nimenomaan aktiivinen toiminta ja vastustaminen. (Oikeusministeriö 2024.)

Rasismien katsotaan usein olevan vähemmistöön kuuluvien ongelma. Tämä ajattelutapa ylläpitää yhteiskuntaa, jossa rasismista ei keskustella eikä siten tunnusteta vallitsevia, rasistisia käytäntöjä ja ajatusmalleja. (Aminkeng Atabong 2021, 206.) Tämä ilmenee myös Muudi-kyselyn avoimissa vastauksissa, jossa selvitettiin nuorten toiveita ja odotuksia nuorten parissa työskenteleville ammattilaisille: yksi vastaajista toivoi, että kaikki työyhteisössä puuttuisi rasistiseen käytökseen eikä odottaisi vastaajan reagoivan asiaan ollessa ”ainoa huoneessa”. Jokaisella ihmisellä on kuitenkin vastuu edistää yhdenvertaisuutta yhteiskunnassa, vaikkei rasismi kohdisuisi henkilöön itseensä (Oikeusministeriö 2024).

Liittolaisuus on aktiivista ja johdonmukaista toimintaa, jossa etuoikeutetussa asemassa oleva henkilö pyrkii toimimaan solidaarisesti syrjityn vähemmistön kanssa (Saad 2020, 125). Liittolaisuus vaatii jatkuvaa oman toiminnan reflektointia ja omien etuoikeuksien tunnustamista. Siihen kuuluu myös pohtia, miten omalla toiminnallaan ylläpitää rasistisia rakenteita ja miten toimintaa voi muuttaa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2024.)

8.2 Valtarakenteiden tunnistaminen ja itsereflektio

Antirasistisen opetuksen tavoitteena on kehittää rasismia purkavaa opetusta eri keinoin, kuten ottamalla käyttöön esimerkiksi menetelmiä ja opetussuunnitelmia, joilla edistetään rodullista yhdenvertaisuutta niin kouluissa kuin niiden ulkopuolella. Rasisminvastaisessa opetuksessa kyseenalaistetaan rasistisia rakenteita ja ajatusmalleja, sillä kuten aiemmin todettu, opetuksessa(kin) ylläpidetään kolonialistisia ajattelutapoja ja valkonormatiivisia rakenteita (Aminkeng Atabong 2021, 208–209). Suomessa perusopetusta onkin kritisoitu siitä, ettei sillä ole ky-

kyä huomioida oppilaiden välisiä eroja vaan valkoisuus ilmenee koulun arjessa itsestäänselvyys-tenä (Souto 2011, 113–114). Tämä voi ilmetä esimerkiksi siten, että opettaja tulkitsee tilanteet koulukiusaamiseksi eikä huomioi rasistisen kiusaamisen piirteitä (Hakkarainen & Tuuva, 2021).

Rasisminvastainen opetus lähtee ensin liikkeelle siitä, että tunnistetaan rasistiset ja kolonialistiset ajattelutavat ja miten ne ohjaavat toimintaamme yhteiskunnassa. Tämä vaatii opettajilta itsereflektiota, omien ennakkoluulojen ja ajatusten tutkimista. Järjestelmää tulee muuttaa sisältä käsin, mutta epäonnistumisen pelko usein estää opettajia tarttumasta rasisminvastaiseen opetukseen. (Aminkeng Atabong 2021, 209, 220.) Rasisminvastaisessa opetuksessa ja ylipäättään antirasistisessa toiminnassa tapahtuu varmasti epäonnistumisia, mutta tärkeintä on oppia tekemistään virheistä.

”Toivoisin, että ammattilaiset olisivat paremmin tietoisia omista piilevistä ennakkoluuloistaan ja kouluttaisivat itseään antirasismista. Odotan, että jokainen ammattilainen puuttuu rasistiseen käytökseen selkeästi ja asettuisi rasismia kokevien nuorten puolelle, katsomatta rasistista käytöstä läpi sormien.” – Muudi-kyselyyn vastannut nuori

Opettajien ja muiden nuorten parissa työskentelevien ammattilaisten tulisi tutustuttaa nuoret ajattelutapoihin, joilla he voivat tarkastella omaa osallisuuttaan rasististen rakenteiden ylläpitämisessä. Nuorten parissa työskentelevien ammattilaisten tulisi myös kuunnella nuoria ja keskustella heidän kanssaan vallitsevista rakenteista ja niiden murtamisesta. (Aminkeng Atabong 2021, 210.)

8.3 Rasistiseen tilanteeseen puuttuminen

Yksilö voi toimia antirasistisesti monin keinoin, kuten puuttumalla rasistiseen tilanteeseen keskeyttämällä tekijän toiminnan ja osoittamalla tukea rasistisen tilanteen kohteeksi joutuneelle. Rasistisesta tilanteesta voi ilmoittaa tapahtumapaikasta riippuen esimerkiksi tilaisuuden järjestäjälle tai koulussa opettajalle. (Jewell 2020, 88, 94.) Antirasismi vaatii aktiivista ja jatkuvaa toimintaa, eikä passiivinen toiminta, kuten puuttumattomuus ja hiljeneminen, edesauta rasismipurkamista (Jewell 2020, 96). Rasismi vaikuttaa sitä kohtaavan yksilön lisäksi myös sivustakatsojiin, sillä siihen puuttumattomuudella ilmaistaan, että rasismi on hyväksyttävää. Erinäisistä instituutioista esimerkiksi koululla on suurin vastuu asiassa, sillä nuoret ovat eniten koulun kanssa tekemisissä (Mikander 2008, 89.)

Rasismiin puuttuminen on kaikkien vastuulla, ei ainoastaan POC-ihmisten. On tärkeää tiedostaa omat etuoikeudet sekä valta, sillä ne määrittävät miten rassistista tilannetta lähestytään. Esimerkiksi niissä tilanteissa, joissa on virkavalta, POC-ihmisellä on puuttuessa suurempi riski joutua ongelmiin kuin valkoisella ihmisellä (Jewell 2020, 93). Myös Muudi-kyselyn avoimista vastauksista käy ilmi (kts. 8.6 *Muudin nuorten toiveita ja odotuksia aikuisille rasismiin liittyen*), että nuoret toivovat aikuisilta aktiivista puuttumista rassistisiin tilanteisiin sekä kuulluksi ja kohdatuksi tulemista: aikuisen puuttuminen tilanteeseen voi olla nuorelle korjaava kokemus. Puuttumisen lisäksi on myös luotava nuorelle turvallinen ympäristö, jossa hän voi purkaa rasismin herättämiä tunteita sekä tukea nuorta tunteiden kanssa, jotka voivat olla vaikeaselkoisia (Adoptioperheet 2018).

”Haluaisin että rassistiseen käytökseen ylipäättään puututtaisi. Tärkeää olisi, että rassistisesta toiminnasta huomautetaan ja AINA varmistetaan, että onhan rasismia kohdannut henkilö ok.”
– Muudi-kyselyyn vastannut nuori

Rasismiin puututtaessa on huomioitava, ettei rasismin kohteeksi joutunut henkilö joudu isompaan vaaraan. Rastisisissa tilanteissa on lisäksi huomioitava rasismin kohteeksi joutuneen henkilön tunteet ja ajatukset – mikäli henkilö haluaa mieluummin ohittaa tilanteen eikä halua ottaa osaa, on tärkeää kunnioittaa tätä päätöstä. (STTK 2024a.)

8.4 Rasismista puhuminen nuorten kanssa

Rasismi näyttäytyy aiheena, jota on hankala käsitellä ja se näyttäytyykin usein vaikenemisena tai kiistämisenä (Heino & Kivijärvi 2013, 55). On tutkittu, että rasismia kohtaavien nuorten on vaikeaa puhua kokemuksistaan, minkä vuoksi he jäävät usein yksin omien kokemustensa kanssa (Souto 2013, 49) eikä aikuisilla välttämättä ole osaamista käsitellä rasismiin liittyviä asioita nuorten kanssa.

Etnisten suhteiden neuvottelukunnan (Etno) vuonna 2023 toteuttamassa selvityksessä nuoret ilmaisivat toivovansa aikuisilta enemmän vastuunottoa ja puuttumista rasismista. Ehdotuksia toimenpiteistä olivat muun muassa aikuisten kouluttaminen rasismista ja sen vaikutuksista, vertaistuen tarjoaminen nuorille rasismikokemusten käsittelyyn sekä tiiviimpi yhteistyö nuorten ja aikuisten välillä. (Oikeusministeriö 2023b.)

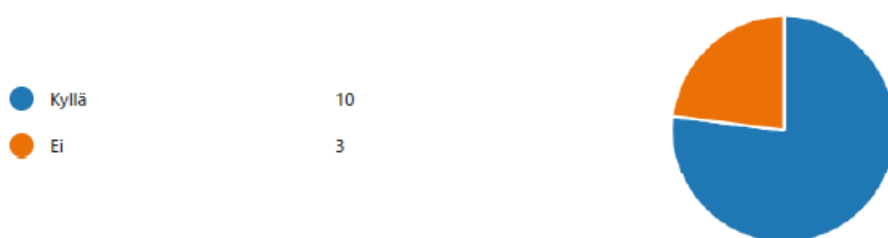
”Moni nuori joutuu yksin pitämään puoliaan tai käsittelemään rasismia mielessään. Toivoisin, että jokainen nuori kohdattaisiin ymmärtäen, eikä ketään nuorta jätettäisi yksin rasismien kokemusten kanssa yksin.” – Muudi-kyselyyn vastannut nuori

Kouluissa ja muissa nuorten käyttämissä tiloissa aikuisten tulisi keskustella nuorten kanssa siitä, mitä on rasismi sen oikeilla termeillä ja miten siihen puututaan. Toimintatapojen läpikäyminen ja rasismien määrittäminen yhdessä nuorten kanssa edistää avointa ja turvallista ympäristöä. (Souto 2013, 50–51.) Rasismia kohtaavat nuoret kokevat tulevaisuutensa kuulluksi ja nähdyksi saadessaan jakaa kokemuksiaan, mutta on tärkeää ymmärtää, etteivät kaikki ole halukkaita jakamaan omia kokemuksiaan tai näkemyksiään (Heino & Kivijärvi 2013, 56–57). POC-nuoren tehtävä ei ole myöskään opettaa aikuisia ja muita nuoria rasismista.

8.5 Nuorten kohtaaminen yksilöinä

Usein nuoret nähdään yhtenä ryhmänä, kun jokainen tulisi nähdä yksilönä ja siten kannustaa heidän omaa, yksilöllistä kehitystä (Mikander 2008, 100). Stereotypit ja ennakkoluulot, jotka ovat toiseuttavia, kategorioivat nuoren tiettyyn ryhmään eikä anna tilaa nuoren näkemiselle yksilönä. Esimerkiksi stereotypia ahkerista aasialaisista on toiseuttava ja vaikuttaa negatiivisesti nuoren ajatukseen itsestään. Muudi-kyselyyn vastanneista nuorista noin 76 % vastasi opettajan tai muun nuorten parissa työskentelevän ammattilaisen kohdelleen nuorta rasistisesti.

7. Onko opettaja tai muu nuorten parissa työskentelevä ammattilainen kohdellut sinua rasistisesti?



Kuva 6: Muudi-kyselyyn vastanneiden nuorten vastaukset liittyen rasistisen kohteluun opettajan tai muun nuorten parissa työskentelevän ammattilaisen toimesta.

Yhdenvertaisuusvaltuutetun teettämässä kyselyssä kävi ilmi, että koulujärjestelmässä tapahtuu rodullistavaa ohjausta sekä oppilaanohjauksessa että S2-aineeseen ohjauksessa (Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2020, 24–25). Rodullistava ohjaus vaikuttaa nuoriin vahingollisesti, sillä nuorta ei kohdata yksilönä eikä hänen kiinnostuksenkohteitansa ja toiveitansa kuunnella – nuori kate-

gorioidaan ennakkoluulojen ja stereotyyppien kautta eikä hänelle anneta oikeutta itsemäärittelyyn (Ahmed & Eid 2018, 93). Yksilönä näkeminen luo nuorille tunteen yhteenkuuluvuudesta ja pystyvyydestä (Mikander 2008, 92–93). Nuoren tervettä itseluottamusta voidaan edistää myös tiivistämällä koulun ja kodin välistä yhteistyötä (Mikander 2008, 100). Nuorten parissa työskentelevien ammattilaisten on muistettava, että kulttuurit eivät ole staattisia. Nuorten, ja ylipäättään ihmisten, jaottelu ”meihin” ja ”heihin” ovat valtaa pitävän ryhmän ylläpitämää ja luovat vastakkainasettelua (Aminkeng Atabong 2021, 206).

”Haluaisin, että minut kohdattaisiin samalla tavalla kuin muut. Ilman erityisiä huomautuksia liittyen ulkonäkööni, nimeeni tai muuhun.” – Muudi-kyselyyn vastannut nuori

8.6 Muudin nuorten toiveita ja odotuksia aikuisille rasismiin liittyen

Yhdessä Muudin asiantuntijoiden kanssa teetetyssä kyselyssä kartoitettiin rasismia kokevien nuorten toiveita ja odotuksia aikuisille liittyen rasismiin, kuten miten he haluavat, että aikuiset toimivat rasistissa tilanteissa. Yksitoista nuorta nosti vastauksissaan esille muun muassa sen, että aikuisten tulisi aina puuttua rasistisiin tilanteisiin ja myös, että aikuisten tulisi tarkastella omia asenteitaan ja käytöstään sekä tiedostaa piilevät ennakkoluulonsa. Näissä asioissa auttaisi muun muassa itsensä kouluttaminen rasismin teemoista osallistumalla antirasismikoulutuksiin.

Vastauksissa nousi myös nuorten kohtaaminen yksilönä: rasismia kohdanneella nuorella on oikeus olla vihainen ja surullinen ja hänen pitää saada tuntee tulleensa kuulluksi ja ymmärretyksi, mitkä luovat turvallisuuden tunteen. Näiden tunteiden ohittaminen ja kokemusten vähättely tai välinpitämättömyys voi herättää nuorissa tunteen, ettei aikuinen ole turvallinen eikä häneen voi luottaa, ainakaan POC-nuori. Rasistiset tilanteet eivät myöskään ole ainoastaan POC-nuoren tai -ihmisen harteilla vaan jokaisen tulisi puuttua rasistiseen käytökseen tai puheeseen.

Alla muutamia Muudi-kyselyyn vastanneiden nuorten vastauksia.

Anonyymi 1: *”Antirasistisen koulutuksen tulisi olla pakollista. Ammatillaiset eivät ehkä tarkoita pahaa, mutta omien ajatusten kriittinen tarkastelu olisi paikallaan. Asenteet taustalla välittyvät nuorille. Ammattilaisten tulisi tarkastella erityisesti omaa käytöstä, vaikka puuttumisenkin harjoittelu on tärkeää. On kuitenkin helpompaa osoittaa syyttävää sormea kuin tarkastella omia rasistisia ajatuksia.”*

Anonyymi 2: *”Hänen (aikuisen) pitää oikeasti ymmärtää miltä rasismi tuntuu. Melkein kukaan, joka ei ole kokenut rasismia, ei ymmärrä miltä se tuntuu.”*

Anonyymi 3: ”Aikuisten pitäisi aina puuttua. Nuorille opetetaan, että aikuisen puoleen voi kääntyä, mutta usein näissä tilanteissa aikuinen ei tee mitään. Nuorten kokemuksia ei saisi koskaan vähätellä, nuoria ei saa hyssytellä, tai sanoa että ylireagoivat. Nuorten kuuluu olla vihaisia surullisia, jos heitä kohdellaan epäoikeudenmukaisesti”

Anonyymi 4: ”Ammattilaisten on puututtava saman tien rasistiseen käytökseen lopettamalla esimerkiksi käynnissä oleva tilanne sekä tarjota turvaa ja keskustelumahdollisuutta rasismia kokeneelle nuorelle. Odotan myös, että ammattilainen kävisi jatkuvasti antirasistisissa koulutuksissa.”

Anonyymi 5: ”Toivoisin, että kaikkeen rasistiseen käytökseen puututtaisiin välittömästi, eikä minun tarvitsisi olla se, joka ensin huomauttaa asiasta tai vaatii sitä. Toivoisin, että rasismikokemukset ja niiden vaikutukset mielenterveyteen otettaisiin tosissaan ja tarvittaessa ohjattaisiin ihmisiä vertaisryhmiin tai muihin tukimuotoihin.”

Anonyymi 6: ”(Toivon) tukea ja ymmärrystä, ja selkeää puutumista rasistiseen käytökseen.”

Taulukko 4: Muudi-kyselyyn vastanneiden nuorten vastauksia liittyen toiveisiin ja ajatuksiin aikuisia kohtaan rasistissa tilanteissa.

9 YHTEENVETO

Rasismia ilmenee nuorten elämässä eri osa-alueilla, kuten harrastuksissa, kouluissa ja arjen askeleissa – nuori ei voi siis välttyä rasismilta. Suomessa yhteiskunta on valkonormatiivinen, mikä ilmenee esimerkiksi kouluissa oppimateriaaleista lähtien: kenen näkökulmasta historiaa kerrotaan? Entä miten POC-nuoren näköiset ihmiset esitetään oppimateriaaleissa? Representaatiotakin on tarjolla nuorille vähän, sillä oppimateriaalien lisäksi esimerkiksi mediassa samannäköisiä ihmisiä ei esitetä samassa määrin kuin valkoisia. POC-nuori ei myöskään altistu yhtä laajalle ammattirepresentaatiolle kuin valkoinen nuori: valkoinen nuori voi nähdä itsensä monissa eri ammateissa, monesti johtoasemissa olevissa, kun taas POC-ammattirepresentaatio on usein kapea.

Lukuisten tutkimusten mukaan rasismilla on merkittävä vaikutus nuorten mielenterveyteen aiheuttaen muun muassa univaikeuksia, ahdistuneisuutta sekä masennusta. Rasismi voi ilmetä nuorella myös korkeana vireystilana johtuen pelosta joutua rasististen tilanteiden kohteeksi, mikä altistaa jatkuvaan ”pakene tai taistele” -tilaan. Tällä stressitilalla on suuri vaikutus mielenterveyteen.

Rasisminvastaisuus eli antirasismi vaatii aktiivista ja jatkuvaa toimintaa. Rasismista puhuttaessa on ymmärrettävä, että rasismi on syvällä valtarakenteissa ja siten vaikuttaa jokapäiväiseen tekemiseen. Järjestelmää tulee muuttaa sisältä käsin ja tämä vaatiikin nuorten parissa työskenteleviltä ammattilaisilta itsereflektiota ja rasismin läsnäolon tunnustamista sekä tunnistamista omissa ajattelumalleissaan, toimintatavoissaan ja ympäristössään. Myös POC-nuorella voi olla vaikeuksia tunnistaa rasismin laajuutta esimerkiksi sisäistetyistä rasismista johtuen. Valtarakenteiden tunnistaminen auttaa ammattilaisia sisällyttämään erinäisiä konkreettisia antirasistia työkaluja työhönsä.

Antirasistisella toiminnalla on merkittävä vaikutus nuorten arkeen: Etnon laatimassa keskustelutarjassa nuoret ilmaisivat toiveensa siitä, että aikuiset ottaisivat vastuuta sekä puuttuisivat rasismiin entistä enemmän. Nuorten ehdottamia toimenpiteitä olivat aikuisten kouluttaminen rasismista ja sen vaikutuksista sekä tiiviimpi yhteistyö nuorten ja aikuisten välillä. On tärkeää, että aikuiset kuuntelevat nuoria ja kohtaavat heidät yksilöinä, sillä jokaisen kokemus on eri eikä kaikkia nuoria voida laittaa samaan lokeroon. Samat asiat toistuivat myös yhteistyössä Muudin

kanssa teetetyssä kyselyssä: nuoret toivoivat aikuisilta tukea ja kohtaamista yksilöinä, sekä aktiivista puuttumista rasistiseen käytökseen ja puheeseen. Nuorta ei myöskään pidä jättää kokemuksen kanssa yksin, sillä rasistiseen käytökseen puuttuminen on jokaisen ihmisen vastuulla.

Opinnäytetyön tuotoksena laadittiin kirjallinen materiaalipaketti, jonka tarkoitus on madaltaa kynnystä ottaa rasismi puheeksi niin nuorten kuin nuorten parissa keskustelevien ammattilaisten keskuudessa. Sen lisäksi, että materiaalipaketin tarkoitus on auttaa ammattilaisiaan työsäään, myös nuoret voivat hyödyntää keskuudessaan materiaalipakettia rasismin puheeksi ottamisessa. Materiaalipaketti on tiivis ja ytimekäs ja sisältää tärkeää tietoa rasismin vaikutuksesta mielenterveyteen sekä keinoja mielenterveyden edistämiseksi että antirasistiseen toimintaan.

Eniten nuorten parissa työskenteleviä ammattilaisia on kouluissa ja oppilaitoksissa: opettajien ja lehtoreiden lisäksi esimerkiksi opinto-ohjaajat, nuoriso-ohjaajat, koulukuraattorit sekä -psykologit ovat tekemisissä nuorten kanssa. Muudi-hanke toimii valtakunnallisesti ja tekee muun muassa oppilaitosvierailuja yhteistyössä eri toimijoiden kanssa (Nuorten mielenterveysseura – Yeesi 2024c), jolloin materiaalipakettia voidaan jakaa oppilaitosvierailujen, työpajojen sekä koulutusten yhteydessä kaikille osallistujille, mutta erityisesti näille nuorten kanssa työskenteleville ammattilaisille. On kuitenkin muistettava, että kaikkia nuoria ei tavoiteta ainoastaan koulun tai oppilaitoksen kautta: Muudin kohderyhmää olevat nuoret painottuvat 13–29-vuotiaisiin nuoriin, jolloin osa saattaa olla esimerkiksi työelämässä tai työttömänä. Näissä tilanteissa esimerkiksi sosiaalisen median tärkeys korostuu.

Pelkästään materiaalipaketin jakaminen ei yksinään riitä sen jalkautukseen sekä antirasismin että rasismin mielenterveysvaikutusten edelleen viestimiseen. Kuten aina, kertaus on opintojen äiti ja asiat vaativat toistoa. Mikäli esimerkiksi työpajat tai koulutukset järjestetään sarjoissa, voi materiaalipaketista muistuttaa aina näiden yhteydessä. Yleensä myös kohdistettu viestiminen jää paremmin mieleen ja on yksilöity: massaviestit usein hukkuvat kaiken muun keskelle esimerkiksi sähköpostitulvissa. Jalkautuksessa on myös se haaste, että kaikki ihmiset eivät ole välttämättä yhtä vastaanottavaisia kuin toiset – tällöin on kuitenkin tärkeää, ettei lannistuta, vaan jatketaan tärkeää työtä.

LÄHTEET

Adoptioperheet 2018. Adoptoidun kokema rasismi - opas vanhemmille. https://adoptioperheet.fi/wp-content/uploads/2018/02/rasismiopas_uusi_verkko.pdf. Viitattu 22.4.2024.

Aminkeng Atabong, Alemanji 2021. Kohti rasisminvastaista pedagogiikkaa. <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/fa6c6c71-952d-492c-805d-578ee678caee/content>. Viitattu 30.1.24.

DiAngelo, Robin. White Fragility: Why It's So Hard for White People to Talk About Racism. 2018.

Edilex. Forss, Marko. Asiantuntija-artikkeli. Rangaistava vihapuhe internetissä – miten kanssaryhmän suoja eroaa yksilön suojasta? 2018. <https://www.edilex.fi/artikkelit/18864>. Viitattu 8.2.24.

Feministinen ja antirasistinen kansalaisjärjestö 2024. <https://www.fem-r.fi/sanasto/>. Viitattu 26.1.24.

Finlex. Valtiosopimukset. Asetus ihmisoikeuksien ja perusvapauksien suojaamiseksi tehdyn yleissopimuksen ja siihen liittyvien lisäpöytäkirjojen voimaansaattamisesta sekä yleissopimuksen ja lisäpöytäkirjojen eräiden määräysten hyväksymisestä annetun lain voimaantulosta. 19/1990. <https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/1990/19900019>.

Finlex. Valtiosopimukset. Asetus kansalaisoikeuksia ja poliittisia oikeuksia koskevan kansainvälisen yleissopimuksen sekä siihen liittyvän valinnaisen pöytäkirjan voimaansaattamisesta. 8/1976. <https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/1976/19760008>.

Frazer-Carroll, Micha. Mad World: The Politics of Mental Health. 2023.

Frost, David, Meyer, Ilan. Minority stress theory: Application, critique, and continued relevance. 2023. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352250X23000246>. Viitattu 14.2.24.

Grant, Vanessa, Kurki, Tuuli & Omar, Tariq. Instagram-postaus. Avun hakeminen. 14.12.2023. https://www.instagram.com/p/C02GniyN__A/?utm_source=ig_web_copy_link. Viitattu 22.4.2024.

Grosfoguel, Ramon. What is Racism? 2016. <https://jwsr.pitt.edu/ojs/jwsr/article/view/609/743>. Viitattu 12.2.24.

Hakkarainen, Juulia & Tuuva, Anni. Arkipäivän rasismi monikulttuurisissa alakouluissa - Opettajien kokemuksia lasten välisestä arkipäivän rasismista ja siihen puuttumisesta. pro gradu -tutkielma. 2021. <https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/25063/16209894081019239273.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu 5.5.2024.

Harvard Gazette 2023. Artikkel. New study finds duration of relationship affects comfort level of Black women in discussing topic with white male partners. <https://news.harvard.edu/gazette/story/2023/07/when-mixed-race-couples-talk-about-race/>. Viitattu 22.4.2024.

Heikkinen, Eino. Suomalainen elämäntyyli. 2000. Lehtinen, Ville. Mielenterveyttä ikä kaikki. E-kirja.

Heikkinen-Peltonen, Riitta, Innamaa, Marja & Virta, Marjut. Mieli ja terveys. 2014. Edita Publishing Oy. E-kirja.

Heiskanen, Tarja, Salonen, Kristiina, Kitchener, Betty, Jorm, Anthony. Käsikirja mielen terveydestä ja ensiavusta. 2005.

Helsingin Sanomat. 17.10.2023. Järjestyksenvalvojen syytetään lyöneen teinipoikaa ainakin 16 kertaa teleskooppipatukalla – syyttäjän mukaan teolla rasistinen motiivi. <https://www.hs.fi/kaupunki/art-2000009928732.html>. Viitattu 29.1.24.

Helsingin Sanomat. 27.6.2023. Ujuni Ahmedia solvannut nainen sai tuomion. <https://www.hs.fi/kaupunki/art-2000009681850.html>. Viitattu 29.1.24.

Helsingin Yliopisto. Gröning Petter, Kurki Tuuli 2021. <https://www.helsinki.fi/fi/uutiset/tasa-arvo/mielenterveyspalvelujen-valkoiset-rakenteet-voivat-estaa-nuoria-saamasta-apua>. Viitattu 25.1.24.

Hildén, Sofia. ”Hiljainen fakta.” - rasismi rodullistettujen miesten koulukokemuksissa. pro gradu -tutkielma. 2023. <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/82e741d2-45f6-4bef-a1cf-b54db33c0204/content>. Viitattu 19.4.2024.

Ihmisoikeusliitto. Järjestelmät. YK:n yleissopimukset ja julistukset. Rotusyrjinnän vastainen yleissopimus. 2022. <https://ihmisoikeudet.net/jarjestelmat/ykn-ihmisoikeussopimukset/rotusyrjinnan-vastainen-sopimus/>. Viitattu 22.1.24

Jabe, Marjatta & Kuusela, Sari. E-kirja. Talentum 2013. Hyvä paha valta.

Jewell, Tiffany. This Book Is Anti-Racist: 20 Lessons on How to Wake Up, Take Action, and Do The Work. 2020.

Johnson, Natasha & Johnson, Thaddeus. Artikkel. Microaggressions: An Introduction. Georgia State University. CJC Publications. 2019. https://scholarworks.gsu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1024&context=cj_facpub. Viitattu 19.4.2024.

Joro, Nea & Salo, Julia. Opettajan valta ja sen yhteys oppilaan fyysiseen aktiivisuuteen oppilaiden kokemana – School Day -hyvinvointisovelluksella toteutettu kyselytutkimus. pro gradu -tutkielma. 2020. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/120440/JoroSalo.pdf;jsessionid=21CB792C66678C4910384040D5E57BA7?sequence=2>. Viitattu 5.5.2024.

Jäske, Alice, Niemi-Sampan, Priska, Waenthongkham, Janina. MIXED – Suomalaista elämää kulttuurien risteyssä. 2022. Kosmos.

Kairuz, Camila, Casanelia, Lisa, Bennett-Brook, Keziah, Coombes, Julieann, Narayan Yadav, Uday. Artikkel. Impact of racism and discrimination on physical and mental health among Aboriginal and Torres Strait islander peoples living in Australia: a systematic scoping review. 2021. <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-021-11363-x>. Viitattu 14.2.24.

Kansalaisaloite 2021. N-sanan käyttö on kriminalisoitava. <https://www.kansalaisaloite.fi/fi/aloite/9004>. Viitattu 22.1.24.

Keskinen, Suvi, Seikkula, Minna, Mkwesha, Faith, Sinkkonen, Anna. Rasismi, valta ja vastarinta – Rodullistaminen, valkoisuus ja koloniaalisuus Suomessa. 2021. E-kirja.

Kurki, Tuuli. Artikkel. ”Ulkonäön perusteella ajatellaan et me kestetään mitä vaan” - Rasismin aiheuttama kipu ja kansahoiva nuorten vertaistukiryhmissä. 2024. <https://journal.fi/nuorisotutkimus/article/view/145127>. Viitattu 5.5.2024.

Kurkinen Heidi. 2010. https://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/74124/StratL3_13.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 30.1.24.

Laukkanen, Anu; Miettinen, Sari; Elonheimo, Aino-Maija; Ojala, Hanna; Saesma, Tuija. Feministisen pedagogiikan ABC — Opas ohjaajille ja opettajille. 2018.

Maailman terveysjärjestö WHO. 2022. Mental health strengthening our response. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>. Viitattu 13.2.24.

Maailman terveysjärjestö WHO. 2024. Self-care interventions for health. https://www.who.int/health-topics/self-care#tab=tab_1. Viitattu 30.1.24.

Molander, Lotta & Souto, Anne-Mari. Tiedeartikkeli. Vain valkoisille, nuorille, hyvinvoiville naisille? Korkeakouluopiskelijan ideaalityyppi korkeakoulujen hakuoppaiden kuvissa. 2022. <https://journal.fi/aikuiskasvatus/article/view/120033/71393>. Viitattu 19.4.2024.

Muttalainen, Vesa, Huotari, Vesa. Poliisin toimintaympäristö. Poliisiammattikoreakoulun katsaus 2018. Enqvist, Måns, Rauta, Jenita. Viharikosten ja vihapuheen torjunta. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/155638/PO-LAMK%20Rap%20132_web.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 8.2.24.

Neuvonen, Riku. Vihapuhe Suomessa. 2015. Edita Publishing Oy.

Niiranen, Kati, Rautasalo, Johanna. 2003. ”Mulla on valtaa, mä koulutan muita” - luokanopettajan valta luokan sosiaalisissa suhteissa. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/10082/G0000334.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu 30.1.24.

Nuorten mielenterveysseura – Yeesi ry 2024a. <https://www.yeesi.fi/yeesi-ry/>. Viitattu 18.4.24.

Nuorten mielenterveysseura – Yeesi ry 2024b. <https://www.yeesi.fi/toiminta/>. Viitattu 15.2.24.

Nuorten mielenterveysseura – Yeesi ry 2024c. Muudi-hanke. <https://www.yeesi.fi/toiminta/muudi/>. Viitattu 15.2.24.

Oikeusministeriö 2023a. Raportti. Rasismi on osa nuorten arkea. <https://oikeusministerio.fi/-/raportti-rasismi-on-osa-nuorten-arkea>. Viitattu 15.2.24.

Oikeusministeriö 2023b. Selvityksiä ja ohjeita. Esiselvitys rakenteellisesta syrjinnästä - syrjinnän tunnistaminen ja seuraaminen yhteiskunnan eri osa-alueilla. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165023/OM_2023_27_SO.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Viitattu 19.4.2024.

Oikeusministeriö 2023c. ”Kukaan ei synny vihaamaan” Nuorten dialogit rasismista ja syrjinnästä. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165318/OM_2023_34_SO.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Viitattu 22.4.2024.

Oikeusministeriö. Yhdenvertaisuus.fi 2024. Olen antirasisti-kampanja. <https://yhdenvertaisuus.fi/olen-antirasisti-kampanja>. Viitattu 24.1.24.

Oikeusministeriö. Yhdenvertaisuus.fi. Sanasto. 2024. <https://yhdenvertaisuus.fi/sanasto>. Viitattu 14.2.2024.

Ojasalo, Katri & Moilanen, Teemu & Ritalahti, Jarmo 2015. E-kirja. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. 3. uudistettu painos. Sanoma Pro Oy.

Opetushallitus 2024. <https://www.oph.fi/fi/opettajat-ja-kasvattajat/kasitteet>. Viitattu 29.1.24.

Peutere Laura. 2009. Poliisiammattikorkeakoulun raportteja 85/2009. Poliisin tietoon tullut viharikollisuus Suomessa 2008. Tampereen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print. Tampere 2009. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/87098/Raportteja_85_viharik.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 8.2.2024.

Porteous-Sebouhian Bryony. 2021. Why acknowledging and celebrating the Black feminist origins of ‘self-care’ is essential. <https://www.mentalhealthtoday.co.uk/blog/awareness/why-acknowledging-and-celebrating-the-black-feminist-origins-of-self-care-is-essential>. Viitattu 30.1.24.

Punainen Risti. 2024. <https://www.punainenristi.fi/tyomme/rasisminvastainen-toiminta/mita-rasismi-on/>. Viitattu 29.1.24.

Rauta, Jenita. 2023. Poliisin tietoon tullut viharikollisuus Suomessa 2022. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/808142/POLAMK_Katsauksia_35.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 8.2.24.

Resane, Kelebogile. Tutkimus. White fragility, white supremacy and white normativity make theological dialogue on race difficult. 2020. <https://indieskriflig.org.za/index.php/skriflig/article/view/2661>. Viitattu 10.2.24.

Reuter, Martina, Holm, Ruurik. Koulu ja valta. 2008. Mikander, Pia. Monikulttuurisen koulun arki.

Rice University 2023. Artikkel. Interracial relationships don't always make people less racist. <https://news.rice.edu/news/2023/interracial-relationships-dont-always-make-people-less-racist>. Viitattu 22.4.2024.

Rikoslaki 19.12.1889 <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1889/18890039001>. Viitattu 22.1.24

Rikosuhripäivystys 2024. Mikä on rasistinen rikos? Neuvoja uhreille. <https://www.riku.fi/erilaisia-rikoksia/rasistiset-rikokset/>. Viitattu 22.1.24.

Saad, Layla. Me and White Supremacy: How To Recognise Your Privilege, Combat Racism And Change The World. 2020.

Salami, Bukola, Idi, Yawa, Anyieth, Yar, Cyuzuzo, Lisa, Denga, Benjamin, Alaazi, Dominic, Okeke-Ihejirika, Philomina. Tutkimus. Factors that contribute to the mental health of Black youth. 2022. <https://www.cmaj.ca/content/cmaj/194/41/E1404.full.pdf>. Viitattu 14.2.24.

Seta ry 2023a. Vähemmistöstressi vaikuttaa koko perheeseen. <https://seta.fi/2023/10/01/vahemmistostressi/>. Viitattu 17.4.2024.

Seta ry 2023b. <https://seta.fi/sateenkaaritieto/sateenkaarianasto/>. Viitattu 19.4.2024.

Sisäministeriö. Suurin osa viharikoksista on rasistisia rikoksia. <https://intermin.fi/poliisi-asiat/viharikollisuus>. Viitattu 8.2.24.

Souto, Anne-Mari, Rannikko, Anni, Sotkasiira, Tiina, Harinen, Päivi. Rasismista saa puhua. 2013. Joensuu : Meille saa tulla – kampanja. E-kirja.

Souto, Anne-Mari. Arkipäivän rasismi koulussa. 2011. Nuorisotutkimusseura. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 110.

STTK ry – Keskusteleva keskusjärjestö. Monikulttuurinen.fi 2024a. <https://monikulttuurinen.fi/rasismi/#rasismiin-liittyvat-harhaluulot>. Viitattu 12.2.24.

STTK ry – Keskusteleva keskusjärjestö. Monikulttuurinen.fi 2024b. <https://monikulttuurinen.fi/sanasto/>. Viitattu 12.2.24.

Suomen perustuslaki 11.6.1999/731 <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>. Viitattu 22.1.24

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023a. Maahanmuutto ja kulttuurinen moninaisuus. Käsitteet. <https://thl.fi/aiheet/maahanmuutto-ja-kulttuurinen-moninaisuus/tyon-tueksi/kasitteet>. Viitattu 19.4.2024.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023b. Mitä on rasismi ja rodullistaminen. <https://thl.fi/aiheet/maahanmuutto-ja-kulttuurinen-moninaisuus/tyon-tueksi/verkkokoulutus-antirasismista-ammattilaisille/osa-1-mita-on-rasismi-ja-rodullistaminen>. Viitattu 22.4.2024.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2024. <https://thl.fi/aiheet/maahanmuutto-ja-kulttuurinen-moninaisuus/tyon-tueksi/verkkokoulutus-antirasismista-ammattilaisille/osa-9-kuinka-olla-hyvaliittolainen-rasismia-kokevalle>. Viitattu 31.1.24.

Työ- ja elinkeinoministeriö. Kansainvälisen työjärjestön ILO:n yleissopimukset. 2. ja uudistettu painos. 2005. Nro 111. https://tem.fi/documents/1410877/2971009/ilo_yleissopimukset.pdf/995fef91-ccf5-4a3e-ada1-82c836cd347f.

Työsuojelu.fi 2024. <https://tyosuojelu.fi/tyosuhde/yhdenvertaisuus/syrjinta>. Viitattu 29.1.2024.

Williams, David. Stress and the Mental Health of Populations of Color: Advancing Our Understanding of Race-related Stressors. 2019. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6532404/>. Viitattu 15.2.24.

Williams, Monnica. Microaggressions: Clarification, Evidence, and Impact. 2020. <https://journals.sagepub.com/doi/epub/10.1177/1745691619827499>. Viitattu 12.2.24.

Wong, Agnes, Peiris-John, Roshini, Sobrun-Maharaj, Amritha, Ameratunga, Shanthi. Tutkimus. Priorities and approaches to investigating Asian youth health: perspectives of young Asian New Zealanders. <https://www.publish.csiro.au/hc/pdf/hc15282>. Viitattu 15.2.24.

Yhdenvertaisuuslaki 30.12.2014/1325 <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141325>. Viitattu 22.1.24.

Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2020. Selvitys afrikkalaistaustaisten henkilöiden kokemasta syrjinnästä. [https://yhdenvertaisuusvaltuutettu.fi/documents/25249352/0/Selvitys+afrikkalaistaustaisten+henkiloiden+kokemasta+syrjinnasta+\(PDF,+2204+kt\).pdf/26f9e7b9-1dca-a3b6-4022-467340922da0/Selvitys+afrikkalaistaustaisten+henkiloiden+kokemasta+syrjinnasta+\(PDF,+2204+kt\)](https://yhdenvertaisuusvaltuutettu.fi/documents/25249352/0/Selvitys+afrikkalaistaustaisten+henkiloiden+kokemasta+syrjinnasta+(PDF,+2204+kt).pdf/26f9e7b9-1dca-a3b6-4022-467340922da0/Selvitys+afrikkalaistaustaisten+henkiloiden+kokemasta+syrjinnasta+(PDF,+2204+kt)). Viitattu 30.1.24.

Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2023. Artikkel. Moniperusteisen syrjinnän tunnistaminen on välttämätöntä seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen yhdenvertaisuuden edistämiseksi. <https://yhdenvertaisuusvaltuutettu.fi/-/moniperusteisen-syrjinnan-tunnistaminen-on-valttamatonta-seksuaali-ja-sukupuolivahemmistojen-yhdenvertaisuuden-edistamiseksi>. Viitattu 22.4.2024.

Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024a. <https://yhdenvertaisuusvaltuutettu.fi/rasismi>. Viitattu 29.1.24.

Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024b. <https://yhdenvertaisuusvaltuutettu.fi/syrjinta>. Viitattu 12.2.24.

Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024c. <https://yhdenvertaisuusvaltuutettu.fi/valtuutettu>. Viitattu 22.1.24.

Yle. 18.8.2023. Kansanedustaja Sebastian Tynkkysen saama tuomio kiihottamisesta kansanryhmää vastaan pysyy voimassa. <https://yle.fi/a/74-20045821>. Viitattu 29.1.24.

Yle. 28.4.2024. Osa opettajista antaa maahanmuuttajille yo-kokeissa heikompia pisteitä – tutkimus paljastaa syrjinnän. <https://yle.fi/a/74-20083791>. Viitattu 5.5.2024.

LIITTEET

Rasismien vaikutus nuorten mielenterveyteen ja työkaluja ammattilaisille -kysely (Muudi-kysely) sekä vastaukset pdf-muodossa.

Rasismien vaikutus nuorten mielenterveyteen ja työkaluja ammattilaisille

13 Vastaukset

13:33 Keskimääräinen vastaamisaika

Suljettu Tila

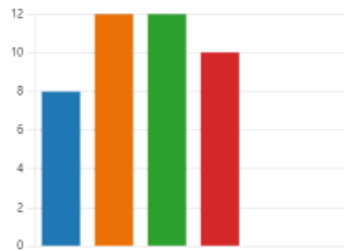
1. Ikäsi?

13-17 -vuotias	3
18-29 -vuotias	10



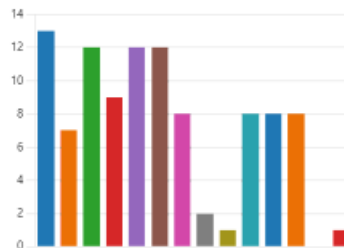
2. Minkäläistä rasismia olet kokenut? Voit valita yhden tai useamman vaihtoehdon.

Rasistinen rikos, esim. pahoinpit...	8
Mikroaggressiot, esim. kehuttu ...	12
Eksoisointi, esim. kiharien tai pa...	12
Rakenteellinen rasismi, esim. ohj...	10
Minulla ei ole rasismien kokemuk...	0
Muu	0



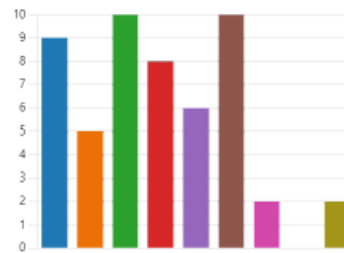
3. Minkäläisiä tunteita ja ajatuksia rasismien kokemus herätti/herättää? Voit valita yhden tai useamman vaihtoehdon.

Ahdistuneisuus tai stressi	13
Nopeat sydämenlyönnit, hikoilu ...	7
Ajatuksen sekavuus	12
Suru	9
Viha	12
Alhainen itsetunto tai häpeä	12
Masentuneisuus	8
Posttraumaattinen stressihäiriö	2
Verenpaineen nousu	1
Haasteet ihmissuhteissa (esim. p...	8
Haasteet töissä tai koulussa	8
Hyvinvoinnin heikentyminen	8
Minulla ei ole rasismien kokemuk...	0
Muu	1



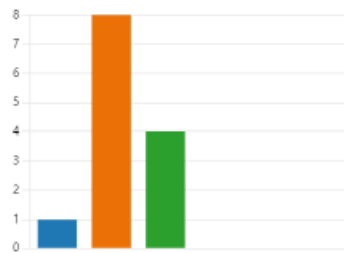
4. Minkälaisia keinoja sinulla on rasismien kokemuksen käsittelemiseksi? Voit valita yhden tai useamman vaihtoehdon.

● Perheen ja/tai ystävien kanssa k...	9
● Sosiaalinen media	5
● Vertaistuki, esim. vertaistukiryh...	10
● Itsensä kouluttaminen antifasis...	8
● Puolustautuminen, esim. huumo...	6
● Hyvän olon edistäminen asioilla...	10
● Päihteet ja päihteidenkäyttö	2
● Minulla ei ole rasismien kokemuk...	0
● Muu	2



5. Miten valitsemasi keinot ovat toimineet?

● Hyvin	1
● Melko hyvin	8
● Ei hyvin eikä huonosti	4
● Melko huonosti	0
● Huonosti	0
● Minulla ei ole rasismien kokemuk...	0



6. Kuvaille tarkemmin, miten valitsemasi keinot ovat toimineet

9
Vastaukset

Uusimmat vastaukset
"Vertaistuki ja ystävien kanssa keskustelu toimii hyvin. Mutta vertaistuki on o..."

7. Onko opettaja tai muu nuorten parissa työskentelevä ammattilainen kohdellut sinua rasistisesti?

● Kyllä	10
● Ei	3

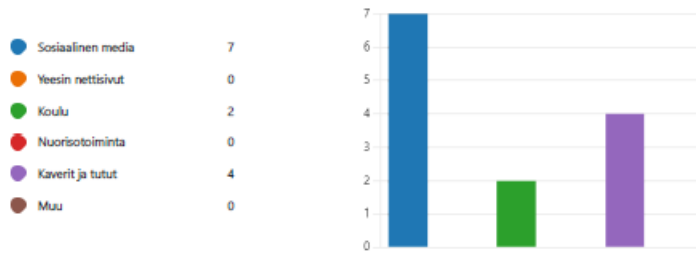


8. Mitä odotuksia ja toiveita sinulla on nuorten parissa työskentelevien ammattilaisten antifasisista työskentelyä kohtaan?

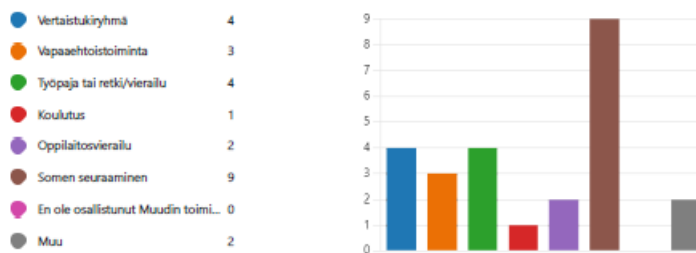
13
Vastaukset

Uusimmat vastaukset
"Tukea ja ymmärrystä, ja selkeää puutumista rasistiseen käytökseen. "
"Haluaisin, että minut kohdattaisiin samalla tavalla kuin muut. Ilman erityisi...
"Toivoisin, että ammattilaiset olisivat paremmin tietoisia omista piileivistä en..."

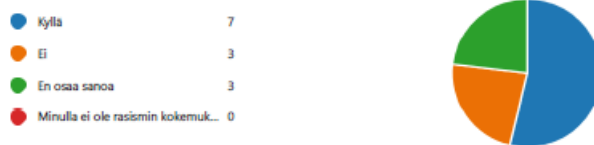
9. Miten löysit Muudin?



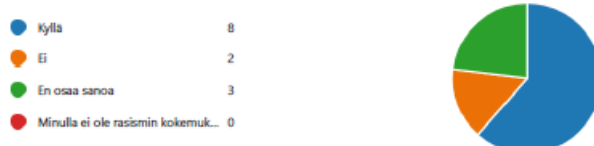
10. Mihin Muudin toimintaan olet osallistunut? Voit valita yhden tai useamman vaihtoehdon.



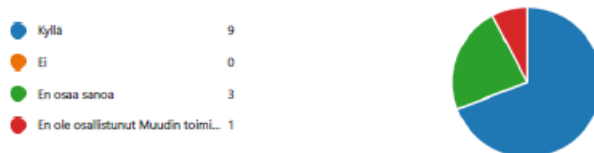
11. Oletko saanut tietoa ja tukea rasismikokemusten mielenterveysvaikutusten käsittelyyn?



12. Oletko saanut tukea omien voimavarojen vahvistamiseen?



13. Onko osallisuuden kokemuksesi kasvanut Muudin toiminnassa?



14. Näkyvätkö ja kuuluvatko nuorten kokemukset mielestäsi Muudin toiminnassa?

● Kyllä	12
● Ei	0
● En osaa sanoa	1



15. Ovatko Muudin somesisällöt kiinnostavia ja hyödyllisiä?

● Kyllä	12
● Ei	0
● En osaa sanoa	1



16. Onko tietosi rasismien mielenterveysvaikutuksista lisääntynyt?

● Kyllä	12
● Ei	0
● En osaa sanoa	1



17. Onko äänesi ja näkökulmasi vahvistuneet rasismista käytävässä keskustelussa?

● Kyllä	10
● Ei	1
● En osaa sanoa	2



Kirjallinen materiaalipaketti



Materiaalipaketti rasismin pu- heeksi ottamiseen nuorille ja nuorten parissa toimiville am- mattilaisille

JOHDANTO

Yeesi ry on nuorten mielenterveysseura, jonka tavoitteena on edistää nuorten mielenterveyttä. Yeesin toiminnan avulla nuoret saavat työkaluja vahvistaa sekä omaansa että toisten nuorten mielenterveyttä niin arjessa kuin yhteiskunnassa. Yeesin toiminta perustuu ”nuorilta nuorille” -periaatteeseen.¹

Yeesin Muudi-hankkeen tavoitteena on edistää rasismia kokevien 13–29-vuotiaiden nuorten mielenterveyttä ”meiltä meille” -periaatteella. Nuorten hyvinvointia pyritään edistämään vertaistukitoiminnan avulla sekä välittämään tietoa rasismikokemusten vaikutuksista mielenterveyteen. Lisäksi Muudin tavoitteena on lisätä nuorten osallisuutta osallistamalla nuoria antirasistiseen toimintaan sekä vahvistaa nuorten ääntä rasismista käytävässä keskustelussa.²

Kirjallinen materiaalipaketti sisältää tietoa rasismin teemoista ja vaikutuksista ja sitä voidaan hyödyntää rasismista puheeksi ottamiseksi nuorten parissa työskenteleville ammattilaisille sekä vertaistuelliseen käyttöön, nuorille itselleen. Materiaalipaketti sisältää tietoa eri rasismin muodoista, rasismin vaikutuksista mielenterveyteen sekä

¹ Nuorten mielenterveysseura – Yeesi 2024.

² Nuorten mielenterveysseura – Yeesi 2024.

tarjoaa työkaluja niin mielenterveyden edistämiseen kuin antirasistiseen toimintaan.

KÄSITTEITÄ

Antirasismi = Systemaattista ja aktiivista toimintaa, joka vastustaa kaikkia rasismien muotoja yhteiskunnassa ja maailmassa. Toiminnalla vähennetään etnistä syrjintää, syrjiviä käytäntöjä ja niiden vaikutuksia sekä kielteisiä ennakkoluuloja.³

Arkipäiväinen rasismi = Syrjivä toiminta, jota tapahtuu päivittäisissä vuorovaikutustilanteissa. Tilanteissa tehdään esimerkiksi oletuksia henkilöstä liittyen henkilön oletettuun taustaan.⁴

BIPOC = Lyhenne englanninkielisistä sanoista Black, Indigenous and People/Person of Colour.⁵ Termillä viitataan mustiin, alkuperäiskansaan kuuluviin ihmisiin sekä ihmisiin, jotka mielletään esimerkiksi ihonvärin tai uskonnon vuoksi muiksi kuin valkoisiksi ihmisiksi.⁶

³ Opetushallitus 2024.

⁴ Feministinen ja antirasistinen kansalaisjärjestö 2024.

⁵ Saad 2020, 226.

⁶ Oikeusministeriö 2024.

Diversiteetti = (eng. diversity) Eri yksilöiden keskinäistä erilaisuutta, esimerkiksi ikä, sukupuoli, sukupuoli-identiteetti, toimintakyky, etninen tausta, uskonto, koulutus ja seksuaalinen suuntaus. Suomessa käytetään myös termiä monimuotoisuus.⁷

Ei-valkoinen = Ihminen, joka on ulkoisilta ominaisuuksiltaan mielletty muuksi kuin valkoiseksi mielletyksi ihmiseksi (kts. rodullistettu tai BIPOC/POC).⁸

Eksotisointi = POC-ihmisen (kts. BIPOC/POC, ei-valkoinen) näkeminen ainoastaan hänen ihonvärinsä, kiелensä tai uskontonsa ja niihin liittyvien stereotyyppien kautta.⁹

Etninen ryhmä = Yksilöistä koostuva ihmisryhmä, joita yhdistää esimerkiksi uskonto, kieli tai ulkonäkö.¹⁰

Liittolainen, liittolaisuus = Henkilö, joka sitoutuu toimimaan aktiivisesti syrjintää vastaan, vaikkei itse kuulu syr-

⁷ Feministinen ja antirasistinen kansalaisjärjestö 2024.

⁸ Feministinen ja antirasistinen kansalaisjärjestö 2024.

⁹ Opetushallitus 2024.

¹⁰ Oikeusministeriö 2024.

jittyyn vähemmistöön. Liittolaisuus vaatii jatkuvaa toiminnan refleктоimista sekä omien etuoikeuksien tunnustamista ja tunnustamista.¹¹

Mikroaggressio = (eng. microaggression) Tahalliset tai tahattomat kommentit ja teot, jotka vahvistavat sekä ylläpitävät rasistisia tai syrjiviä ennakkoluuloja ja stereotyyppioita marginalisoiduista ihmisistä.¹² Englanninkielisen termin microaggression on keksinyt psykiatri ja yliopiston professori Chester M. Pierce 1960-luvun lopussa kuvailemaan loukkauksia, joita afroamerikkalaista syntyperää olevat ihmiset kohtasivat valkoisten toimesta.¹³

POC = Lyhenne englanninkielisistä sanoista People/Person of Colour, jolla viitataan esimerkiksi ihonvärin tai uskonnon vuoksi muiksi kuin valkoisiksi ihmisiksi. Suomessa termille ei ole laajasti käytettyä käännöstä.¹⁴ (kts. myös BIPOC ja ei-valkoinen).

¹¹ Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2024.

¹² Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024a.

¹³ Johnson 2019, 2.

¹⁴ Oikeusministeriö 2024.

Rakenteellinen rasismi = Syrjintä, joka ilmenee yhteiskunnan rakenteissa tuottaen rodullistavaa ja etnistä eriarvoisuutta.¹⁵

Rasismi = Toisen ihmisryhmän arvottamista alempiarvoiseksi ihonvärin, etnisen taustan tai uskonnon takia.¹⁶ Rasismi on järjestelmä, joka ilmenee yhteiskunnassa kaikin tavoin. Huom. rasismissa on kyse nimenomaan ihmisen etnisestä taustasta, eikä siten ole synonyymi sanalle ”syrjintä”.

Representaatio = (eng. representation) Ihmisryhmän näkyminen yhteiskunnassa, esimerkiksi oppimateriaaleissa. Representaatiolla on suuri vaikutus ihmisen maailmankuvan muodostumiseen erityisesti nuorena.¹⁷

Rodullistaminen = Yhteiskunnallinen prosessi, jossa ihmisiin liitetään ihonvärin ja oletetun etnisen taustan takia oletuksia, stereotypioita ja ennakkoluuloja liittyen esimerkiksi tämän toimintatapoihin ja kykyihin.¹⁸

¹⁵ Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024.

¹⁶ Grosfoguel 2016, 10.

¹⁷ Ahmed & Eid 2018, 88–89 kirjassa Feministisen pedagogiikan ABC.

¹⁸ Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024.

Rodullistettu = Ihminen, joka kokee yhteiskunnassa rodullistamista (kts. rodullistaminen).

Sisäistetty rasismi = Ennakkoluulot ja syrjivät ajatukset, joita POC-ihmisellä voi olla itseään sekä toisia POC-ihmisiä kohtaan.¹⁹

Toiseuttaminen = Normista poikkeavat yksilöt tai ihmisryhmät, jotka valtaa pitävä ryhmä luokittelee ulkopuoliseksi. Toiseuttaminen tapahtuu esimerkiksi määrittelemisen tai ulossulkemisen kautta sekä yksilön/ryhmän ominaispiirteinä nähtyjen ominaisuuksien jatkuvana toistamisena.²⁰

Valkoinen etuoikeus = Valkoisuuteen liittyviä etuja, joita valkoisilla ihmisillä on yhteiskunnassa ja POC-ihmisillä ei.²¹ Valkoista etuoikeutta on myös se, että henkilö voi halutessaan valita olla käsittelemättä rasismia ja valkonormatiivisuutta.²²

¹⁹ DiAngelo 2018, 22.

²⁰ Feministinen ja antirasistinen kansalaisjärjestö 2024.

²¹ Resane 2021, 3.

²² Jäske, Niemi-Sampan, Waenthongkham 2022, 46.

Valkoinen haavoittuvuus = (eng. white fragility) Valkoisen ihmisen käyttämä vallankäytön väline POC-ihmisiä kohtaan rasismista ja epäkohdista puhuttaessa. Valkoinen haavoittuvuus ilmenee rasismista puhuttaessa esimerkiksi puolustautumisena tai kieltäytymisenä.²³

Valkoinen pelastaja = Kolonialistinen ajatus, jossa valkoiseksi mielletty henkilö, joka omasta mielestään auttaa POC-ihmisiä, koska yksilö ei muuten selviäisi.²⁴

Valkonormatiivisuus = Systemi, jossa valkoisuus on normi, johon verrataan kaikkea ja POC-ihmiset nähdään poikkeuksina, erilaisina, tästä normista. Valkonormatiivisuudesta on kyse valta-asetelmasta, jossa valkoisuuden piiriin kuuluvat ihmiset ovat etuoikeutettuja suhteessa ”muihin” ihmisiin.²⁵

Vähemmistöstressi = Ylimääräinen ja jatkuva, henkinen kuormitus, joka syntyy koetuista syrjinnän ja rasismien kokemuksista.²⁶ Vähemmistöstressi voi syntyä myös syrjinnän pelosta ja tulevaisuuteen liittyvästä jännityksestä

²³ DiAngelo 2018, 109, 112.

²⁴ Saad 2020, 226.

²⁵ Resane 2021, 3.

²⁶ Opetushallitus 2024.

sekä sitä voi kokea syrjinnän kohteena olevan ihmisen lisäksi myös hänen läheisensä ja liittolaisensa.²⁷

²⁷ Seta 2023.

RASISMI

Rasismilla tarkoitetaan toisen ihmisryhmän arvottamista alempiarvoiseksi ihonvärin, etnisen taustan tai uskonnon takia. Maailmanlaajuinen hierarkia on ihmisen luomaa ja tavoiteltavana, ”parempana” pidetään valkoisuutta, länsimaalaiskeskeisyyttä ja kristinuskkoa.²⁸ Rasismi on järjestelmä, joka ilmenee yhteiskunnassa kaikin tavoin, esimerkiksi kouluissa ja oppimateriaaleissa, mainonnassa, pyhäpäivien juhlinnassa sekä puheessa. Rasismi on syväle juurtunutta yhteiskunnassa, mikä tekee sen sisäistämisestä helppoa ja kyseenalaistamisesta ja muutoksen tekemisestä vaikeaa.²⁹

Rasismista puhuttaessa rasismi mielletään yksittäisiksi yksilöiden välisiksi kohtaamisiksi, joissa korostuu vihapuhe tai fyysinen väkivalta. On kuitenkin tärkeää ymmärtää, että rasismi on laaja käsite ja pitää sisällään paljon muutakin: rasismi on järjestelmä, jossa esimerkiksi käytännöt, kulttuuri, politiikka sekä normit ylläpitävät valta-

²⁸ Grosfoguel 2016, 10.

²⁹ DiAngelo 2018, 21.

asetelmia, joissa tietyt ihmisryhmät ovat alempiarvoisia kuin toiset.³⁰

Syrjinnällä tarkoitetaan ihmisen kohtelua huonommin tämän henkilökohtaisen ominaisuuden, kuten iän, sukupuolen, uskonnon tai kansalaisuuden, perusteella.³¹ Kun puhutaan rasismista, on muistettava, että siihen liittyy aina valta: POC-ihmisillä voi olla ennakkoluuloja ja syrjintää valkoisia ihmisiä kohtaan, mutta valkoiset ihmiset eivät kohtaa rasismia johtuen heidän yhteiskunnallisesta asemastansa, jota taas POC-ihmisillä ei ole.³² Käänteistä rasismia ei näin ollen ole.

Ihminen voi myös kuulua moninkertaiseen vähemmistöön, jolla tarkoitetaan kuulumista useampaan vähemmistöön, esimerkiksi POC-nuori voi kuulua seksuaalivähemmistöön. Moninkertaiseen vähemmistöön kuuluvilla ihmisillä on kasvava riski kohdata moniperusteista syrjintää eli syrjintää enemmän kuin yhdellä syrjintäperusteella.³³

³⁰ Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024.

³¹ Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024.

³² DiAngelo 2018, 22.

³³ Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2023.

MIKROAGGRESSIOT

Mikroaggressioilla (eng. *microaggression*) tarkoitetaan tarkoituksella tai tahattomasti tapahtuvia kommentteja ja tekoja, jotka vahvistavat sekä ylläpitävät rasistisia tai syrjiviä ennakkoluuloja ja stereotypioita marginalisoiduista ihmisistä.³⁴ Englanninkielisen termin *microaggression* on keksinyt psykiatri ja yliopiston professori Chester M. Pierce 1960-luvun lopussa kuvailemaan loukkauksia, joita afroamerikkalaista syntyperää olevat ihmiset kohtasivat valkoisten toimesta.³⁵

Siitä huolimatta, että mikro-termillä viitataan yleisesti minimaaliseen, mikroaggressioiden haittavaikutukset ovat mittavia: mikroaggressioita pidetään pieninä, mutta jatkuvasti toistuvina ne tuottavat paljon, pitkäkestoista stressiä ja pelkoa niitä kohtaaville sekä voivat vaikuttaa henkilön itsetuntoon ja aiheuttaa häpeää.³⁶ Mikroaggressioilla on negatiivinen vaikutus mielenterveyteen³⁷ – ne toiseuttavat ja luovat tunteen ulkopuolisuudesta ja joukkoon

³⁴ Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024.

³⁵ Johnson 2019, 2.

³⁶ Johnson 2019, 3.

³⁷ Williams 2019.

kuulumattomuudesta.³⁸ Sanallisten tekojen lisäksi mikroaggressiot voivat ilmetä myös fyysisinä tekoina, kuten esimerkiksi kadun toiselle puolelle siirtymisenä POC-ihmisen tullessa vastaan. Mikroaggressioihin ei yleisesti kuulu toisen satuttaminen fyysisesti.³⁹

Mikroaggressiot ovat negatiivisten lausahdusten lisäksi myös näennäisesti positiivisia.⁴⁰ Mikroaggressioiden taustalla on usein ajatus harmittomasta toiminnasta, mutta todellisuudessa niiden vaikutus on suuri: usein itse mikroaggressiivisesti toiminut henkilö ei tunnista toimineensa tilanteessa rasistisesti vaan sivuuttaa vastuunsa vetoamalla siihen, ettei tekoa ollut tarkoitettu aggressiiviseksi (esim. nimittely, rasistiset vitsit).⁴¹

³⁸ Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2023.

³⁹ Williams 2019.

⁴⁰ Williams 2019.

⁴¹ Punainen Risti 2024.

SISÄISTETTY RASISMI

Ennakkoluuloilla tarkoitetaan oletuksia ja käsityksiä, jotka on luotu ennen tutustumista ihmiseen tai asiaan. Ne voivat pohjautua tietämättömyyteen tai stereotypioihin, mutta voivat olla myös tiedostamattomia.⁴² Myös POC-ihmisillä voi olla ennakkoluuloja ja syrjiviä ajatuksia itseään sekä toisia POC-ihmisiä kohtaan.⁴³ Kolorismilla viitataan ennakkoluuloihin ja syrjintään ihmisiä kohtaan saman etnisen ryhmän sisällä, esimerkiksi mustien ihmisten kesken joidenkin ulkoiset piirteet voidaan mieltää ”afrikkalaisemmiksi”.⁴⁴

Sisäistetty rasismi on syntynyt yhteiskunnallisesta sorsosta, ja sen myötä POC-ihminen on sisäistänyt rodullistamisprosessin mukaisia ajatuksia – kuten, että valkoiset ihmiset ovat hierarkisesti korkeammalla kuin POC-ihmiset.⁴⁵ Tämä ajatusmalli vahvistaa rassistista järjestelmää, josta valkoiset ihmiset hyötyvät.⁴⁶ Sisäistetty rasismi voi

⁴² Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin laitos 2023.

⁴³ DiAngelo 2018, 22.

⁴⁴ Feministinen ja antirasistinen kansalaisjärjestö 2024.

⁴⁵ Jäske, Niemi-Sampan, Waenthongkham 2022, 32.

⁴⁶ DiAngelo 2018, 22.

johtaa siihen, että POC-ihminen uskoo omaan huonommuutensa ja inhoaa itseään etnisen taustansa tai ihonväriänsä takia, johtuen siitä, että valkoisuus (joka on normi) on tavoiteltavaa. Tämä voi vaikuttaa negatiivisesti muun muassa kasvuun ja oppimiseen.⁴⁷

Sisäistetty rasismi voi myös saada yksilön ylisuorittamaan ja kompensoimaan kokemaansa huonommuuttaan – on tehtävä töitä kaksi kertaa enemmän päästäkseen samaan pisteeseen kuin valkoiset vertaiset. Sisäistetty rasismi voi tulla yksilölle myös ylisukupolvisen rasismin kautta sen lisäksi, että yksilö on altis ns. ulkoa tulevalle, päivittäiselle rasismille.

⁴⁷ Opetushallitus 2024.

VÄHEMMISTÖSTRESSI

Vähemmistöstressi on krooninen tila, joka voi ilmetä muun muassa ympäröivän tilan normeista, erilaisuuden tunteesta, toiseuden kokemuksesta tai kiusatuksi tulemisen kokemuksesta.⁴⁸ Vähemmistöstressi poikkeaa normaalista kuormituksesta siten, että se kohdistuu marginalisoituun ryhmään ja on ylimääräistä ja jatkuvaa henkistä kuormitusta, joka syntyy koetuista syrjinnän ja rasismin kokemuksista.⁴⁹ Vähemmistöstressi voi vaikuttaa myös vähemmistöön kuuluvan ihmisen lisäksi hänen läheisiinsä tai liittolaisiinsa joko välillisesti tai suoraan.⁵⁰

Vähemmistöön kuuluva ihminen saattaa kokemustensa takia kokea jatkuvasti ympäröivän tilan uhkaavana sekä pelätä ja ennakoida mahdollisia syrjinnän kokemuksia.⁵¹ Jatkuva uhan ja pelon tunne sekä ennakoiminen saattaa johtaa oman identiteetin salaamiseen sekä sen peitte-

⁴⁸ Seta 2023.

⁴⁹ STTK 2024.

⁵⁰ Seta 2023.

⁵¹ Opetushallitus 2024.

lyyn, mikä ruokkii jo olemassa olevaa stressitilaa entises-
tään.⁵² Tämä voi ilmetä esimerkiksi omien piirteiden häi-
vyttämisenä ja pyrkimyksenä mukautua vallalla oleviin
normeihin eli tässä tapauksessa valkoisiin normeihin
(valkonormatiivisuus).

Vähemmistöstressi voi lisätä esimerkiksi syömishäiriöitä,
syrjäytymistä sekä mielenterveysongelmia, minkä vuoksi
on tärkeää tunnistaa kyseinen ilmiö.⁵³ Vähemmistö-
stressi kuitenkin ilmenee jokaisella eri tavoin: osalla voi
esiintyä persoonallisuuden kypsymistä, kuten myötätun-
non ja viisauden kehittymistä ja resilienssi eli kyky koh-
data ja selvittää vaikeista olosuhteista voi ilmetä varhaises-
sakin iässä.⁵⁴

⁵² Frost & Meyer, 2023.

⁵³ Frost & Meyer, 2023.

⁵⁴ Seta 2023.

RASISMI RIKOKSENA JA MITEN TOIMIA KOHDATESSA RASISMIA

Rasistisella rikoksella tarkoitetaan rikosta, joka kohdistuu joko yksilöön tai ryhmään etnisen taustan, ihonvärin, kulttuurin tai vastaavan syyn perusteella ja jonka taustalla on rasistinen motiivi.⁵⁵ Suomen lainsäädännössä ei ole erillistä rikosnimikettä rasistiselle rikokselle, mutta esimerkiksi pahoinpitely, kiihottaminen kansanryhmää kohtaan tai kunnianloukkaus voidaan katsoa rasistiseksi teoksi.⁵⁶ Rasistisen rikoksen määritelmän täyttymisessä riittää tekijän oletus uhrin kuulumisesta tiettyyn ihmisryhmään.⁵⁷

Suomessa tapahtuvista viharikoksista suurin osa on rasistisia rikoksia, joista yleisimmin epäiltyjä ovat nuoret, valkoiset miehet. Rikokset ovat tyypillisesti pahoinpitelyitä, jotka tapahtuvat julkisella paikalla. Lisäksi kunnianloukkaus on yksi yleisimmistä rikosnimikkeistä pahoinpitelyn ohella.⁵⁸ Suomessa kirjattiin vuonna 2022 yhteensä 1245 rikosilmoitusta, joissa epäillään viharikosta. Näistä

⁵⁵ Neuvonen 2015, 122.

⁵⁶ Neuvonen 2015, 21–22.

⁵⁷ Enqvist & Rauta 2018, 121.

⁵⁸ Sisäministeriö 2024.

ilmoituksista suurin osa (74,7 %) liittyi rasistisiin rikos-epäilyihin. Luku on 32 % enemmän kuin vuonna 2021.⁵⁹ Rasistiset rikokset kohdistuivat pääosin enemmän miehiin kuin naisiin, iältään 25–34-vuotiaita.⁶⁰ Noin kolmasosa rikoksen uhriksi joutuneista eivät tunteneet epäiltyä entuudestaan.⁶¹

Lukuja tarkastellessa on otettava huomioon, että rikosilmoitusten määrään vaikuttaa se, miten paljon ihmiset ilmoittavat epäilyistä rikoksesta viranomaiselle. Oikeusministeriön vuonna 2022 tekemän selvityksen mukaan ainoastaan 30 % häirintää tai vihapuhetta kokeneista ilmoittivat siitä jollekin. Yleisin syy jättää rikosilmoitus tekemättä on esimerkiksi tapahtuman vähätteleminen (ei koettu riittävän vakavaksi), pelko ja epätietoisuus sekä epäluottamus viranomaisia kohtaan.⁶²

Rasistiseksi rikokseksi saatetaan usein mieltää fyysisesti tapahtuva rikos, mutta kuten yllä mainituista esimer-

⁵⁹ Rauta 2023, 4.

⁶⁰ Rauta 2023, 43–44.

⁶¹ Rauta 2023, 47.

⁶² Rauta 2023, 99–100.

keistä käy ilmi, rasistinen rikos voi tapahtua myös internetissä. Todellisuudentaju saattaa virtuaalisessa maailmassa hämärtyä ja internetin tuoman niin kutsutun ”anonymiteetin” taakse on helpompi piiloutua.

Vihapuhetta (eng. *hate speech*) terminä ei ole määritelty lainsäädännössä, mutta termiä on käytetty muun muassa hallituksen esityksessä ja korkeimman oikeuden ratkaisussa. Rikos-lakia sovelletaan myös internetissä tapahtuvaan vihapuheeseen, vaikka ympäristö on eri kuin esimerkiksi kasvokkain tapahtuvassa vihapuheessa. Vihapuhe internetissä on tyypillisesti sosiaaliseen mediaan kirjoitettu viesti, mutta vihapuhe voi olla myös kuvia tai videoita.⁶³

Vihapuheen tarkoitus on levittää tai lietsoa vihaa ihmistä tai ihmisryhmää vastaan. Rangaistavan vihapuheen tunnusmerkkejä ovat usein taustalla oleva vihamielisyys tai

⁶³ Forss 2018, 4.

epäluulo, kohdistuminen yhteen ihmiseen kunnianloukkauksena tai laittomana uhkauksena tai kiihottaminen kansanryhmää vastaan.⁶⁴

Rasististen rikosten määrä kasvoi vuonna 2022 verrattuna edelliseen vuoteen, mutta edelleen monet viharikoksista ja syrjintätapauksista jää ilmoittamatta. Etniseen vähemmistöön kuuluvat ihmiset saattavat kokea rikosilmoituksen tekemisen suureksi kynnykseksi yhteiskunnassa kokemansa epäluottamuksen ja ulkopuolisuuden vuoksi.⁶⁵ Syitä epäluottamukseen virkavaltaa kohtaan ovat esimerkiksi pelko tulla vahingoitetuksi tai läheiset vahingoittuvat, kielellinen saavutettavuus tai intersektionaalisuuden puute.⁶⁶

Syrjintään liittyvissä tapauksissa voi olla yhteydessä yhdenvertaisuusvaltuutettuun, jonka tehtävänä on edistää yhdenvertaisuutta sekä puuttua syrjintään. Syrjintätapauksissa yhdenvertaisuusvaltuutettu antaa neuvoja ja

⁶⁴ Neuvonen 2015, 23.

⁶⁵ Rikosuhripäivystys 2024.

⁶⁶ Grant, Kurki & Omar 2023.

ohjeita, sekä auttaa syrjäntäepäilyn selvittämisessä. Yhdenvertaisuusvaltuutettuun voi ottaa yhteyttä myös syrjäntää kokeneen henkilön tai ryhmän puolesta.⁶⁷ Rasistisen rikoksen kohdatessa tulee olla yhteydessä poliisiin ja tehdä rikosilmoitus.

Kaikki kohdattu rasismi ei ole rikos: esimerkiksi mikroaggressiot sekä eksotisointi eivät täytä rikoksen määritelmää lain nimissä, mutta se ei tarkoita sitä, etteikö rasismia kohdatessa siihen voisi puuttua. Rasismi on arkipäivästä ja sitä voi kohdata niin julkisilla paikoilla, työpaikalla kuin sukujuhlissa.

⁶⁷ Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024.

RASISMIN MIELENTERVEYSVAIKUTUKSET

Mielenterveydellä on tärkeä rooli terveydessä ja hyvinvoinnissa. Maailman terveysjärjestö WHO:n mukaan mielenterveys on henkisen hyvinvoinnin tila, joka mahdollistaa ihmisille kyvyn selviytyä haasteista elämässä, kehittää taitojaan, oppia ja työskennellä sekä osallistua yhteisönsä toimintaan.⁶⁸ Mielenterveyteen vaikuttavat tekijät koostuvat yksilöllisistä ja biologisista tekijöistä, sosiaalisista suhteista, yhteiskunnan rakenteellisista tekijöistä sekä kulttuurisista arvoista ja uskomuksista.⁶⁹

Rasismi on nuorten arjessa jatkuvasti läsnä eikä siltä pääse piiloon. Aiemmasta ilmenee, että rasismi on rakenteissa: niin oppilaitoksissa kuin mielenterveyspalveluissa. Rasismia kohtaa arjen askareissa kaupassa käydessä tai kavereiden kanssa hengaillessa nuorisotalolla. Etnisten suhteiden neuvottelukunnan (Etno) vuonna 2023

⁶⁸ Maailman terveysjärjestö WHO 2022.

⁶⁹ Lehtinen 2000, 237.

toteuttamassa selvityksessä käsiteltiin nuorten kohtamaa rasismia ja niiden vaikutuksista heidän elämäänsä. Kohdattu rasismi oli muun muassa nimittelyä, ulossulkeamista ja väkivaltaa ja he kokivat ennakkoluuloja ja syrjivää käytöstä kouluissa, opinto-ohjauksessa ja työnhaussa.⁷⁰

Tutkimukset osoittavat, että altistuminen syrjinnälle ja negatiiviset vaikutukset mielenterveyteen alkavat varhain elämässä.⁷¹ Rasismien kokeminen, kuuleminen ja näkeminen on haitallista mielenterveydelle, ja rasismien vaikutukset mielenterveyteen ovat vakavia. Tutkimusten mukaan rasisminkokemukset aiheuttivat nuorilla masennusta, univaikeuksia sekä ahdistuneisuutta.⁷² Rasisminkokemuksia saatetaan myös vähätellä tai jättää kertomatta, sillä rasismista puhuminen ja sen tunnistaminen on kuormittavaa, jolloin on psykologisesti suotuisampaa olla kertomatta omista kokemuksista ja yrittää unohtaa ne.⁷³

Syrjinnän ja rasisminkokemukset eivät rajoitu ainoastaan ns. konkreettiseen rasismiin, kuten vihapuheeseen tai

⁷⁰ Oikeusministeriö 2023.

⁷¹ Williams 2019.

⁷² Kairuz ym. 2021.

⁷³ Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023.

mikroaggressioihin, vaan myös pelko rasismien kokemuksesta vaikuttaa mielenterveyteen. Pelon tuoma korkea viireystila tarkoittaa sitä, että nuori on tietoinen ympäristöstä ja ympärillä olevista ihmisistä varautuen mahdollisiin uhkiin ja vaaroihin.⁷⁴ Myös vanhemman rasismikokemukset voivat vaikuttaa nuoren mielenterveyteen. Esimerkiksi mustia nuoria koskevassa tutkimuksessa havaittiin, että vanhemman kokema rasismi oli syynä nuoren ahdistuneisuuden ja masennuksen oireisiin riippumatta tämän omista rasismikokemuksista.⁷⁵

Masennuksen, univaikeuksien ja ahdistuneisuuden lisäksi nuorilla oli sisäistettyjä, rasistisia ajatuksia itsestään sekä kuulumaansa ihmisryhmää kohtaan – nuorilla oli halua omaksua eurosentrisiä piirteitä, ja he pitivät esimerkiksi vaaleampaa ihoa toivottavana. Kanadassa tehdyn tutkimuksen mukaan miespuoliset nuoret kertoivat, miten ennakkoluulot mustista miehistä varkain vaikutti

⁷⁴ Williams 2019.

⁷⁵ Williams 2019.

heidän mielenterveyteensä, sillä heidän piti jatkuvasti todistella olevansa syyttömiä.⁷⁶ Uudessa-Seelannissa tehdyn tutkimuksen mukaan aasialaistaustaiset nuoret kokivat suurta stressiä ja masennusta johtuen rasisminkokemuksista, jotka liittyivät aasialaisiin liitettyihin stereotyyppioihin – aasialaisiin usein liitetään stereotyyppioita ahkeruudesta ja menestymisestä. Nuoret kertoivat myös kipuilusta kahden kulttuurin välissä: paine sopeutua Uuden-Seelannin kulttuuriin sekä täyttää vanhempien asettamat odotukset.⁷⁷

Etnisten suhteiden neuvottelukunnan (Etno) vuonna 2023 toteuttamassa selvityksessä ja järjestämässä dialogisarjassa nuoret kertoivat rasismin vaikutuksista. Dialogeissa nousee esille, miten rasismi vaikuttaa niin nuorten hyvinvointiin, kuin mielenterveyteen, opiskelu- ja työmotivaatioon että uskoon tulevaisuuteen. Nuorten vastauksissa korostuu pärjäämisen kulttuuri, mikä tarkoittaa esimerkiksi itsensä kovettamista ja sinnikkyyttä, toisaalta myös

⁷⁶ Salami ym. 2022.

⁷⁷ Wong ym. 2015.

vihaakin, mikä voi johtaa väkivaltaan ja tappeluihin. Mielen terveyden osalta nuoret ovat kokeneet itsetuntonsa olleen koetuksella, sillä ovat kokeneet olevansa vääränlaisia. Näiden lisäksi nuorilla on ollut vastausten mukaan myös pelkotiiloja ja masennusta.⁷⁸

Rasismia voi kokea myös itselle läheisissä ihmissuhteissa, kuten perheen sisällä tai ystävien toimesta. Vanhemmilla voi olla sisäistetyyn rasismiin ajatusmalleja, jotka heijastuvat nuoreen tai valkoiset vanhemmat, ystävät ja/tai kumppanit eivät tunnista rasistisia ajatusmallejaan: suhteissa voi esiintyä esimerkiksi rasisminkokemusten vähättelyä, värisokeutta POC-ystävää tai lasta kohtaan tai rasismista puhumista vältellään.⁷⁹ USA:ssa tehdyn tutkimuksen mukaan lähes kaikki haastatellut mustat naiset puhuivat kumppaneilleen rasismista, mutta lyhyemmissä suhteissa he kokivat rajoitteita sanomisten suhteen. Yli puolet vastaajista vastasi joutuneensa kouluttamaan

⁷⁸ Oikeusministeriö 2023.

⁷⁹ Rice University 2023.

kumppaniaan rasismiin liittyen, alle 30 % kamppaili kumppanin rasismien sekä seksismin kanssa.⁸⁰ Tämänkaltaiset kokemukset voivat johtaa siihen, ettei rasismista puhuta ihmissuhteissa ollenkaan, jolloin toiselle osapuolelle välittyy ajatus siitä, ettei toinen koe rasismia ollenkaan.

⁸⁰ Harvard Gazette 2023.

MIELENTERVEYDEN EDISTÄMINEN

Vertaistuki ja turvalliset tilat

Vertaistuella on suuri vaikutus mielenterveyteen, sillä omia kokemuksia voi jakaa toisen samaa kokeneen henkilön kanssa. Tutkijatohtori Tuuli Kurki kertoo MIXED – Suomalaista elämää kulttuurien risteymässä -kirjassa 7–8-luokkalaisten poikien vertaistukiryhmässä kohtaamastaan havainnosta, jossa pojat huolehtivat toisistaan ja yhteisöstään jopa enemmän kuin itsestään. Tämä ilmeni muun muassa fyysisenä huolenpitona, kuten toisen niskaa hieromisena, läheisyytenä ja hiusten laittamisena sekä verbaalisena, kuten toistensa kannustamisena kouluun liittyvissä asioissa.⁸¹

Myös Anne-Mari Souto kuvaa Arkipäivän rasismi koulussa -kirjassaan, että POC-nuorten yhteisö ja niiden antama vertaistuki muodostuvat keskeiseksi paikaksi nuor-

⁸¹ Jäske, Niemi-Sampan, Waenthongkham 2022, 232.

relle käsitellä kokemuksiaan erilaisuuteen ja rasismiin liittyen. Yhteisössä ei korostu yhteinen kieli tai etninen tausta, vaan kokemus vertaisuudesta. POC-nuorten muodostamia yhteisöjä on pidetty rasismia kohtaavien äänen kuulumisena sekä antirasistisena toimintana.⁸²

Suomesta löytyy monia tahoja ja järjestöjä, jotka järjestävät vertaistuellista toimintaa POC-nuorille. Muudin lisäksi vertaistukitoimintaa järjestää esimerkiksi Mixed Finns, SOCO – Students of Colour, POC-lukupiiri sekä Familia ry.

Representaatio

2010-luvulla kuvien määrä mainonnassa lisääntyi. Mainoskuvien tarkoituksena on herättää tunteita katsojassa sekä rakentaa mielikuvia ja sidoksia tuotteen ja sitä ympäröivien asioiden välille. Lotta Molander sekä Anne-Mari Souto pohtivat artikkelissaan Vain valkoisille, nuorille, hyvinvoiville naisille? korkeakoulujen hakuoppaiden välittämää kuvaa ideaaliopiskelijasta: ketä kuvastoissa näkyy ja

⁸² Souto 2011, 160–161.

miten yhteiskunnan moninaisuus heijastuu oppaiden kuvastoihin.⁸³ Artikkelin lopputulema oli, että hakuoppaiden kuvastojen luoman mielikuvan mukaan ideaaliopiskelija on valkoinen, hyvinvoiva, nuori nainen.

Representaatiolla on suuri vaikutus ihmisen maailmankuvan muodostumiseen erityisesti nuorena. Oppimateriaaleissa esiintyy edelleen erittäin vähän POC-ihmisiä tai heidät on esitetty stereotyyppisesti⁸⁴, esimerkiksi japanilaiset saatetaan esittää ainoastaan kimonoasuissa. POC-ihmisten representaation puute vaikuttaa nuorten ajatuksiin itsestä ja omiin mahdollisuuksiinsa – jos nuori ei ole ikinä nähnyt POC-ihmistä lääkärinä tai juristina, nuori ei välttämättä osaa kuvitella itseään vastaaviin ammatteihin, koska samaistumispintaa ei ole. Sen sijaan, jos nuori näkee jatkuvasti POC-ihmisiä tietyissä ammateissa, voi hän nähdä mahdollisuutensa ja tulevaisuutensa kyseisissä tehtävissä.⁸⁵

⁸³ Molander & Souto 2022.

⁸⁴ Ahmed & Eid 2018, 88–89.

⁸⁵ Ahmed & Eid 2018, 89.

Representaatioita on tärkeää tulkita myös poliittisina tekoina, jotka kytkeytyvät valtaan: kuka saa edustaa, ketkä ovat näkyvillä ja esillä? Representaatio tarjoaa yksilöille ja ryhmille samaistumispintoja samalla tuottaen tiettyjä rajoja ja reunaehtoja tietyille identiteeteille. Suosiessaan tiettyjä identiteettikategorioita representaatioissa tullaan samalla sulkeneeksi osa ihmisistä ulkopuolelle⁸⁶, jolloin heidän äänensä ja kuvansa jäävät kuulematta ja näkyvämmättä.

Self-care

Maailman terveysjärjestö WHO määrittelee termin self-care yksilöiden, perheiden ja yhteisöjen kyvyksi tukea ja ylläpitää terveyttä, ehkäistä sairauksia sekä selviytyä sairaudesta ja vammasta terveydenhuollon tuen kanssa tai ilman. Termi on alun perin lähtöisin lääketieteestä, ja sen tarkoituksena oli kannustaa yksilöitä toimimaan itse aktiivisesti oman terveytensä ylläpitämiseksi esimerkiksi liikumalla ja syömällä terveellisesti.⁸⁷

⁸⁶ Molander & Souto 2022.

⁸⁷ Maailman terveysjärjestö WHO 2024.

Self-care muodostui poliittiseksi käsitteeksi 1960-luvulla kansalaisoikeusaktivisti ja kirjoittaja Audre Lorden johdolla, ja sitä ajoivat erityisesti rodullistetut, seksuaalivähemmistöön kuuluvat ihmiset. Self-care tarkoitti itsensä huolehtimista oman yhteisön voimin, sillä heikon sosioekonomisen aseman sekä syrjinnän vuoksi rodullistetuilla ihmisillä ei ollut mahdollisuutta päästä terveydenhuollon piiriin.⁸⁸

Self-care on nykypäivänä kaupallistunut ja keskittyy lähinnä yksilöön itseensä. Termin pointtina on edelleen huolehtiminen keskittyen yksilön oman jaksamisen ylläpitämiseen. Kaupallistumisen myötä self-care-terminiin liitetään lähinnä itsensä hemmottelua esimerkiksi manikyyrin tai kylpemisen muodossa, mutta self-care on myös esimerkiksi omien rajojen vetämistä ja itsensä kuuntelemista.

⁸⁸ Porteous-Sebouhian 2021.

ANTIRASISMI

Antirasismi on systemaattista ja aktiivista toimintaa, joka vastustaa kaikkia rasismien muotoja yhteiskunnassa ja maailmassa. Antirasistisella toiminnalla vähennetään etnistä syrjintää, syrjiviä käytäntöjä ja niiden vaikutuksia sekä kielteisiä ennakkoluuloja.⁸⁹ Se vaatii jatkuvaa oppimista, toimimista, kuuntelemista sekä tilan antamista. Rasismien passiivinen vastustaminen ei riitä, kun puhutaan antirasistisesta toiminnasta, vaan ytimessä on nimenomaan aktiivinen toiminta ja vastustaminen.⁹⁰

Rasismien katsotaan usein olevan vähemmistöön kuuluvien ongelma. Tämä ajattelutapa yllä-pitää yhteiskuntaa, jossa rasismista ei keskustella eikä siten tunnusteta vallitsevia, rasistisia käytäntöjä ja ajatusmalleja.⁹¹ Jokaisella ihmisellä on kuitenkin vastuu edistää yhdenvertaisuutta yhteiskunnassa, vaikkei rasismi kohdistuisi henkilöön itseensä.⁹²

⁸⁹ Opetushallitus 2024.

⁹⁰ Oikeusministeriö 2024.

⁹¹ Aminkeng Atabong 2021, 206.

⁹² Oikeusministeriö 2024.

Liittolaisuus on aktiivista ja johdonmukaista toimintaa, jossa etuoikeutetussa asemassa oleva henkilö pyrkii toimimaan solidaarisesti syrjivän vähemmistön kanssa.⁹³ Liittolaisuus vaatii jatkuvaa oman toiminnan reflektointia ja omien etuoikeuksien tunnistamista. Siihen kuuluu myös pohtia, miten omalla toiminnallaan ylläpitää rasisistisia rakenteita ja miten toimintaa voi muuttaa.⁹⁴

Valtarakenteiden tunnistaminen

Antirasistisen opetuksen tavoitteena on kehittää rasismia purkavaa opetusta eri keinoin, kuten ottamalla käyttöön esimerkiksi menetelmiä ja opetussuunnitelmia, joilla edistetään ro-dullista yhdenvertaisuutta niin kouluissa kuin niiden ulkopuolella. Rasisminvastaisessa opetuksessa kyseenalaistetaan rasisistisia rakenteita ja ajatusmalleja, sillä kuten aiemmin todettu, opetuksessa(kin) ylläpidetään kolonialistisia ajattelutapoja ja valkonormatiivisia rakenteita.⁹⁵ Suomessa perusopetusta onkin kriti-

⁹³ Saad 2020, 125.

⁹⁴ Terveystieteiden tutkimuskeskus 2024.

⁹⁵ Aminkeng Atabong 2021, 208–209.

soitu siitä, ettei sillä ole kykyä huomioida oppilaiden väli-
siä eroja vaan valkoisuus ilmenee koulun arjessa itses-
täänselvyytenä.⁹⁶

Rasisminvastainen opetus lähtee ensin liikkeelle siitä,
että tunnistetaan rasistiset ja kolonialistiset ajattelutavat
ja miten ne ohjaavat toimintaamme yhteiskunnassa. Jär-
jestelmää tulee muuttaa sisältä käsin⁹⁷, mutta epäonnis-
tumisen pelko usein estää opettajia tarttumasta rasis-
minvastaiseen opetukseen.⁹⁸ Rasisminvastaisessa ope-
tuksessa ja ylipäätään antirasistisessa toiminnassa ta-
pahtuu varmasti epäonnistumisia, mutta tärkeintä on op-
pia tekemistään virheistä.

Opettajien ja muiden nuorten parissa työskentelevien am-
mattilaisten tulisi tutustuttaa nuoret ajattelutapoihin,
joilla he voivat tarkastella omaa osallisuuttaan rasististen
rakenteiden ylläpitämisessä. Nuorten parissa työskente-

⁹⁶ Souto 2011, 113–114.

⁹⁷ Aminkeng Atabong 2021, 209

⁹⁸ Aminkeng Atabong 2021, 220.

levien ammattilaisten tulisi myös kuunnella nuoria ja keskustella heidän kanssaan vallitsevista rakenteista ja niiden murtamisesta.⁹⁹

Rasistiseen tilanteeseen puuttuminen

Yksilö voi toimia antirasistisesti monin keinoin, kuten puuttumalla rasistiseen tilanteeseen keskeyttämällä tekijän toiminnan ja osoittamalla tukea rasistisen tilanteen kohteeksi joutuneelle. Rasistisesta tilanteesta voi ilmoittaa tapahtumapaikasta riippuen esimerkiksi tilaisuuden järjestäjälle tai koulussa opettajalle.¹⁰⁰ Antirasismi vaatii aktiivista ja jatkuvaa toimintaa, eikä passiivinen toiminta, kuten puuttumattomuus ja hiljeneminen, edesauta rasismien purkamista.¹⁰¹ Rasismi vaikuttaa sitä kohtaavan yksilön lisäksi myös sivustakatsojiin, sillä siihen puuttumattomuudella ilmaistaan, että rasismi on hyväksyttävää. Eri-näisistä instituutioista esimerkiksi koululla on suurin vastuu asiassa, sillä nuoret ovat eniten koulun kanssa tekemisissä.¹⁰²

⁹⁹ Aminkeng Atabong 2021, 210.

¹⁰⁰ Jewell 2020, 88, 94.

¹⁰¹ Jewell 2020, 96.

¹⁰² Mikander 2008, 89.

Rasismiin puuttuminen on kaikkien vastuulla, ei ainoastaan POC-ihmisten. On tärkeää tiedostaa omat etuoikeudet sekä valta, sillä ne määrittävät miten rasistista tilannetta lähestytään. Esimerkiksi niissä tilanteissa, joissa on virkavalta, POC-ihmisellä on puuttuessa suurempi riski joutua ongelmiin kuin valkoisella ihmisellä.¹⁰³ Kuten kyselyn vastauksissa käy ilmi, nuoret toivovat aikuisilta aktiivista puuttumista rasistisiin tilanteisiin sekä kuulluksi ja kohdatuksi tulemistä: aikuisen puuttuminen tilanteeseen voi olla nuorelle korjaava kokemus. Puuttumisen lisäksi on myös luotava nuorelle turvallinen ympäristö, jossa hän voi purkaa rasismin herättämiä tunteita sekä tukea nuorta tunteiden kanssa, jotka voivat olla vaikeaselkoisia.¹⁰⁴

Rasismiin puututtaessa on huomioitava, ettei rasismin kohteeksi joutunut henkilö joudu isompaan vaaraan. Rasistisissa tilanteissa on lisäksi huomioitava rasismin kohteeksi joutuneen henkilön tunteet ja ajatukset – mikäli

¹⁰³ Jewell 2020, 93.

¹⁰⁴ Adoptioperheet 2018.

henkilö haluaa mieluummin ohittaa tilanteen eikä halua ottaa osaa, on tärkeää kunnioittaa tätä päätöstä.¹⁰⁵

Rasismista puhuminen nuorten kanssa

Rasismi näyttäytyy aiheena, jota on hankala käsitellä ja se näyttäytyykin usein vaikenemisena tai kiistämisenä.¹⁰⁶ On tutkittu, että rasismia kohtaavien nuorten on vaikeaa puhua kokemuksistaan, minkä vuoksi he jäävät usein yksin omien kokemustensa kanssa¹⁰⁷ eikä aikuisilla välttämättä ole osaamista käsitellä rasismiin liittyvistä asioista nuorten kanssa.

Etnisten suhteiden neuvottelukunnan (Etno) vuonna 2023 toteuttamassa selvityksessä nuoret ilmaisivat toivovansa aikuisilta enemmän vastuunottoa ja puuttumista rasismista. Ehdotuksia toimenpiteistä olivat muun muassa aikuisten kouluttaminen rasismista ja sen vaikutuksista,

¹⁰⁵ STTK 2024a.

¹⁰⁶ Heino & Kivijärvi 2013, 55.

¹⁰⁷ Souto 2013, 49.

vertaistuen tarjoaminen nuorille rasismikokemusten käsitteilyyn sekä tiiviimpi yhteistyö nuorten ja aikuisten välillä.¹⁰⁸

Kouluissa ja muissa nuorten käyttämissä tiloissa aikuisten tulisi keskustella nuorten kanssa siitä, mitä on rasismien oikeilla termeillä ja miten siihen puututaan. Toimintatapojen läpikäyminen ja rasismien määrittäminen yhdessä nuorten kanssa edistää avointa ja turvallista ympäristöä.¹⁰⁹ Rasismia kohtaavat nuoret kokevat tulevansa kuulluksi ja nähdyksi saadessaan jakaa kokemuksiaan, mutta on tärkeää ymmärtää, etteivät kaikki ole halukkaita jakamaan omia kokemuksiaan tai näkemyksiään.¹¹⁰ POC-nuoren tehtävä ei ole myöskään opettaa aikuisia ja muita nuoria rasismista.

Nuorten kohtaaminen yksilöinä

Usein nuoret nähdään yhtenä ryhmänä, kun jokainen tulisi nähdä yksilönä ja siten kannustaa heidän omaa, yksilöllistä kehitystä.¹¹¹ Stereotyyppit ja ennakkoluulot, jotka ovat

¹⁰⁸ Oikeusministeriö 2023b.

¹⁰⁹ Souto 2013, 50–51.

¹¹⁰ Heino & Kivijärvi 2013, 56–57.

¹¹¹ Mikander 2008, 100.

toiseuttavia, kategorioivat nuoren tiettyyn ryhmään eikä anna tilaa nuoren näkemiselle yksilönä. Esimerkiksi stereotypia ahkerista aasialaisista on toiseuttava ja vaikuttaa negatiivisesti nuoren ajatukseen itsestään. Muudinta teettämään kyselyyn vastanneista nuorista noin 76 % vastasi opettajan tai muun nuorten parissa työskentelevän ammattilaisen kohdelleen nuorta rasistisesti.

Yhdenvertaisuusvaltuutetun teettämässä kyselyssä kävi ilmi, että koulujärjestelmässä tapahtuu rodullistavaa ohjausta sekä oppilaanohjauksessa että S2-aineeseen ohjauksessa.¹¹² Rodullistava ohjaus vaikuttaa nuoriin vahingollisesti, sillä nuorta ei kohdata yksilönä eikä hänen kiinnostuksenkohteitansa ja toiveitansa kuunnella – nuori kategorioidaan ennakkoluulojen ja stereotyyppien kautta eikä hänelle anneta oikeutta itsemäärittelyyn.¹¹³ Yksilönä näkeminen luo nuorille tunteen yhteenkuuluvuudesta ja

¹¹² Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2020, 24–25.

¹¹³ Ahmed & Eid 2018, 93.

pystyvyydestä.¹¹⁴ Nuoren tervettä itseluottamusta voidaan edistää myös tiivistämällä koulun ja kodin välistä yhteistyötä.¹¹⁵

Nuorten parissa työskentelevien ammattilaisten on muistettava, että kulttuurit eivät ole staattisia. Nuorten, ja ylipäätään ihmisten, jaottelu ”meihin” ja ”heihin” ovat valtaa pitävän ryhmän ylläpitämää ja luovat vastakkainasettelua.¹¹⁶

¹¹⁴ Mikander 2008, 92–93.

¹¹⁵ Mikander 2008, 100.

¹¹⁶ Aminkeng Atabong 2021, 206.

LÄHTEET

Adoptioperheet 2018. Adoptoidun kokema rasismi - opas vanhemmille. https://adoptioperheet.fi/wp-content/uploads/2018/02/rasismiopas_uusi_verkko.pdf.

Aminkeng Atabong, Alemanji 2021. Kohti rasisminvastaista pedagogiikkaa. <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/fa6c6c71-952d-492c-805d-578ee678caee/content>.

DiAngelo, Robin. White Fragility: Why It's So Hard for White People to Talk About Racism. 2018.

Feministinen ja antirasistinen kansalaisjärjestö 2024. <https://www.fem-r.fi/sanasto/>.

Edilex. Forss, Marko. Asiantuntija-artikkeli. Rangaistava vihapuhe internetissä – miten kansanryhmän suoja eroaa yksilön suojasta? 2018. <https://www.edilex.fi/artikkelit/18864>.

Frost, David, Meyer, Ilan. Minority stress theory: Application, critique, and continued relevance. 2023.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352250X23000246>.

Grant, Vanessa, Kurki, Tuuli & Omar, Tariq. Instagram-postaus. Avun hakeminen. 14.12.2023. https://www.instagram.com/p/C02GniyN__A/?utm_source=ig_web_copy_link.

Grosfoguel, Ramon. What is Racism? 2016. <https://jwsr.pitt.edu/ojs/jwsr/article/view/609/743>.

Harvard Gazette 2023. Artikkele. New study finds duration of relationship affects comfort level of Black women in discussing topic with white male partners. <https://news.harvard.edu/gazette/story/2023/07/when-mixed-race-couples-talk-about-race/>.

Heikkinen, Eino. Suomalainen elämäntulkku. 2000. Lehtinen, Ville. Mielenterveyttä ikä kaikki. E-kirja.

Jewell, Tiffany. This Book Is Anti-Racist: 20 Lessons on How to Wake Up, Take Action, and Do The Work. 2020.

Johnson, Natasha & Johnson, Thaddeus. Artikkele. Microaggressions: An Introduction. Georgia State University. CJC Publications. 2019. https://scholarworks.gsu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1024&context=cj_facpub.

Jäske, Alice, Niemi-Sampan, Priska, Waenthongkham, Janina. MIXED - Suomalaista elämää kulttuurien risteymässä. 2022. Kosmos.

Kairuz, Camila, Casanelia, Lisa, Bennett-Brook, Keziah, Coombes, Julieann, Narayan Yadav, Uday. Artikkele. Impact of racism and discrimination on physical and mental health among Aboriginal and Torres Strait islander peoples living in Australia: a systematic scoping review. 2021. <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-021-11363-x>.

Laukkanen, Anu; Miettinen, Sari; Elonheimo, Aino-Maija; Ojala, Hanna; Saresma, Tuija. Feministisen pedagogiikan ABC – Opas ohjaajille ja opettajille. 2018.

Maailman terveysjärjestö WHO. 2022. Mental health strengthening our response. <https://www.who.int/news->

room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response.

Maailman terveysjärjestö WHO. 2024. Self-care interventions for health. https://www.who.int/health-topics/self-care#tab=tab_1.

Molander, Lotta & Souto, Anne-Mari. Tiedeartikkeli. Vain valkoisille, nuorille, hyvinvoiville naisille? Korkeakoulup opiskelijan ideaalityyppi korkeakoulujen hakuoppaiden kuvissa. 2022. <https://journal.fi/aikuiskasvatus/article/view/120033/71393>.

Muttilainen, Vesa, Huotari, Vesa. Poliisin toimintaympäristö. Poliisiammattikoreakoulun katsaus 2018. Enqvist, Måns, Rauta, Jenita. Viharikosten ja vihapuheen torjunta. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/155638/PO-LAMK%20Rap%20132_web.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Neuvonen, Riku. Vihapuhe Suomessa. 2015. Edita Publishing Oy.

Nuorten mielenterveysseura – Yeesi ry 2024.
<https://www.yeesi.fi/yeesi-ry/>.

Nuorten mielenterveysseura – Yeesi ry 2024. Muudihanke. <https://www.yeesi.fi/toiminta/muudi/>.

Oikeusministeriö 2023. Selvityksiä ja ohjeita. Esiselvitys rakenteellisesta syrjinnästä - syrjinnän tunnistaminen ja seuraaminen yhteiskunnan eri osa-alueilla. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165023/OM_2023_27_SO.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Oikeusministeriö 2023. ”Kukaan ei synny vihaamaan” Nuorten dialogit rasismista ja syrjinnästä. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165318/OM_2023_34_SO.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Oikeusministeriö. Yhdenvertaisuus.fi. Sanasto. 2024.
<https://yhdenvertaisuus.fi/sanasto>.

Opetushallitus 2024. <https://www.oph.fi/fi/opettajat-ja-kasvattajat/kasitteet>.

Porteous-Sebouhian Bryony. 2021. Why acknowledging and celebrating the Black feminist origins of 'self-care' is essential. <https://www.mentalhealthtoday.co.uk/blog/awareness/why-acknowledging-and-celebrating-the-black-feminist-origins-of-self-care-is-essential>.

Punainen Risti 2024. <https://www.punainenristi.fi/tyomme/rasisminvastainen-toiminta/mita-rasismi-on/>.

Rauta, Jenita. 2023. Poliisin tietoon tullut viharikollisuus Suomessa 2022. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/808142/POLAMK_Katsauksia_35.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Resane, Kelebogile. Tutkimus. White fragility, white supremacy and white normativity make theological dialogue on race difficult. 2020. <https://indieskriflig.org.za/index.php/skriflig/article/view/2661>.

Reuter, Martina, Holm, Ruurik. Koulu ja valta. 2008. Mikan-
der, Pia. Monikulttuurisen koulun arki.

Rice University 2023. Artikkel. Interracial relationships don't always make people less racist.

<https://news.rice.edu/news/2023/interracial-relationships-dont-always-make-people-less-racist>.

Rikosuhripäivystys 2024. Mikä on rasistinen rikos? Neuvoja uhreille. <https://www.riku.fi/erilaisia-rikoksia/rasistiset-rikokset/>.

Saad, Layla. Me and White Supremacy: How To Recognise Your Privilege, Combat Racism And Change The World. 2020.

Salami, Bukola, Idi, Yawa, Anyieth, Yar, Cyuzuzo, Lisa, Denga, Benjamin, Alaazi, Dominic, Okeke-Ihejirika, Philomina. Tutkimus. Factors that contribute to the mental health of Black youth. 2022. <https://www.cmaj.ca/content/cmaj/194/41/E1404.full.pdf>.

Seta ry 2023. Vähemmistöstressi vaikuttaa koko perheeseen. <https://seta.fi/2023/10/01/vahemmistostressi/>.

Seta ry 2023. <https://seta.fi/sateenkaaritieto/sateenkaarisananasto/>.

Sisäministeriö. Suurin osa viharikoksista on rasistisia rikoksia. <https://intermin.fi/poliisiasiat/viharikollisuus>.

Souto, Anne-Mari. Arkipäivän rasismi koulussa. 2011. Nuorisotutkimusseura. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 110.

Souto, Anne-Mari, Rannikko, Anni, Sotkasiira, Tiina, Harinen, Päivi. Rasismista saa puhua. 2013. Joensuu : Meille saa tulla - kampanja. E-kirja.

STTK ry – Keskusteleva keskusjärjestö. Monikulttuurinen.fi 2024. <https://monikulttuurinen.fi/sanasto/>.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023. Maahanmuutto ja kulttuurinen moninaisuus. Käsitteet. <https://thl.fi/aiheet/maahanmuutto-ja-kulttuurinen-moninaisuus/tyon-tueksi/kasitteet>.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023. Mitä on rasismi ja rodullistaminen. <https://thl.fi/aiheet/maahanmuutto-ja-kulttuurinen-moninaisuus/tyon-tueksi/verkkokoulutus-antirasismista-ammattilaisille/osa-1-mita-on-rasismi-ja-rodullistaminen>.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2024. <https://thl.fi/aiheet/maahanmuutto-ja-kulttuurinen-moninaisuus/tyontueksi/verkkokoulutus-antirasismista-ammattilaisille/osa-9-kuinka-olla-hyva-liittolainen-rasismia-kokevalle>.

Williams, Monnica. *Microaggressions: Clarification, Evidence, and Impact*. 2020. <https://journals.sagepub.com/doi/epub/10.1177/1745691619827499>.

Wong, Agnes, Peiris-John, Roshini, Sobrun-Maharaj, Amritha, Ameratunga, Shanthi. *Tutkimus. Priorities and approaches to investigating Asian youth health: perspectives of young Asian New Zealanders*. <https://www.publish.csiro.au/hc/pdf/hc15282>.

Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2020. *Selvitys afrikkalaisestaustaisten henkilöiden kokemasta syrjinnästä*. [https://yhdenvertaisuusvaltuutettu.fi/documents/25249352/0/Selvitys+afrikkalaistaustaisten+henkiloiden+kokemasta+syrjinnasta+\(PDF,+2204+kt\).pdf/26f9e7b9-1dca-a3b6-4022-](https://yhdenvertaisuusvaltuutettu.fi/documents/25249352/0/Selvitys+afrikkalaistaustaisten+henkiloiden+kokemasta+syrjinnasta+(PDF,+2204+kt).pdf/26f9e7b9-1dca-a3b6-4022-)

467340922da0/Selvitys+afrikkalaistaustaisten+henkiloiden+kokemasta+syrjinnasta+(PDF,+2204+kt).

Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2023. Artikkelin nimi: Moniperusteisen syrjinnän tunnistaminen on välttämätöntä seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen yhdenvertaisuuden edistämiseksi. <https://yhdenvertaisuusvaltuutettu.fi/-/moniperusteisen-syrjinnan-tunnistaminen-on-valttamatonta-seksuaali-ja-sukupuolivahemmistojen-yhdenvertaisuuden-edistamiseksi>.

Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024. <https://yhdenvertaisuusvaltuutettu.fi/rasismi>.

Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024. <https://yhdenvertaisuusvaltuutettu.fi/syrjinta>.

Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2024. <https://yhdenvertaisuusvaltuutettu.fi/valtuutettu>.