

DIAK

Erja Sini-Kaarina Varis
Sosionomi (AMK)
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Opinnäytetyö, 2025



Kulttuurisensitiivistä feminismiä
Kestosidehanke Himalajan buddhalaisissa
nunnaluostareissa

TIIVISTELMÄ

Erja Sini-Kaarina Varis
Kulttuurisensitiivistä feminisimiä
Kestosidehanke Himalajan buddhalaisissa nunnaluostareissa
50 sivua, 1 liite
(kevät, 2025)
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosionomi (AMK)

Tutkimukseen perustuvan opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata Pohjois-Intiassa, Himalajan syrjäseudulla toteutuneen kestosidehankkeen kulttuurisensitiivistä työtettä. Sen tavoitteena on tuoda lisää ymmärrystä kulttuurien välisiin interventioihin, kuvaamalla spesifiä, tiibetinbuddhalaisten nunnien intiimiterveyteen, terveystietoon ja ekologisesti kestäviin kuukautistarvikkeisiin kohdistunutta kehittämishanketta. Kestosidehankkeen tarkoituksena on lisätä tasa-arvoa ja voimauttaa naiseryistä kohderyhmää. Tutkimuksen merkityksiä voi soveltaa universaalisti eri kulttuurien välisissä vuorovaikutustilanteissa.

Laadullisessa tutkimuksessa on etnografisia ja hermeneuttisia piirteitä. Aineistokeruumenetelmänä käytettiin havainnointia ja videointia. Naiseryinen kohderyhmä; nunnat asuivat viidessä eri nunnaluostarissa, jossa vierailtiin. Runsaasta tutkimusaineistosta tutkimusmateriaaliksi määrityi kahden nunnaluostarin vierailuaineisto. Nunnaluostarit valikoituivat sen mukaan, että materiaalin moninaisuus tulee tutkimuksessa relevantilla tavalla näkyväksi. Kulttuurisensitiivistä työtettä tarkasteltiin neljän askeleen avulla. Neljä askelta olivat käytössä ETNIMU- projektissa, joka on etnistaustaisten ikäihmisten aivoterveystien edistämisen hanke. Askeleet ovat tavoittaminen, kohtaaminen, luottamuksen synnyttäminen ja reflektointi. Tutkimusmateriaali jaettiin neljän askeleen mukaiseen ryhmään, joiden syvempiä merkityksiä tarkasteltiin ja analysoitiin hermeneuttisen kehän kautta.

Hankkeen paikallisen järjestön kanssa tekemä yhteistyö, kohderyhmän äidinkielellä ja kulttuurista herkkyyttä ja joustavuutta osoittaen, mahdollisti luvan puhua naisten kuukautisterveydestä. Uskonnollisen yhteisön normeihin ei ole kuulunut intiimiterveydestä puhuminen eikä sille ole ollut riittävästi tunnettua sanastoa. Kohderyhmän maailmankuvaa ja elämäntapaa kunnioittamalla, uuden, ekologisesti kestävä ratkaisun tuominen suljettuun, uskonnolliseen yhteisöön onnistui.

Pakolaisryhmän oman äidinkielen kielen käyttäminen tukee heidän kulttuuriaan maanpaossa ja helpottaa uuden, omista perinteistä poikkeavan, viestin vastaanottoa. Paikallistoimijan tai järjestön, jolla on aktiivinen rooli paikallisyhteisössä, rooli onnistumisessa on keskeinen. Ekologisesti kestävien muutosten tuominen yhteisöön onnistuu parhaiten paikallista elämäntapaa ja uskomuksia kunnioittamalla.

Asiasanat: kulttuurisensitiivisyys 1, kestävyys 2, naisten oikeudet 3, feminisimi 4

ABSTRACT

Erja Sini-Kaarina Varis
Culturally sensitive feminism
reusable sanitary pad project in Himalayan Buddhist nunneries
50 pages, 1 appendix
(Spring, 2025)
Diaconia University of Applied Sciences
Bachelor of Social Services

The aim of this thesis is to observe a culturally sensitive working method in a project which took place in remote Himalayan villages. The thesis is research, an observing look into deeper meanings of the intervention that took place in 5 Tibetan Buddhist nunneries. The nunneries were given presentations on female health, anatomy and the female monthly cycle. The visits were documented by videorecording of the lectures, written notes of the nuns' personal questions and also as spoken, recorded notes on the road. From this large material of these five visits and interactions with the nuns, two nunneries were chosen to represent the project. The thesis was based on ethnographic observations while visiting the Tibetan Buddhist nunneries in North Indian remote mountain villages. The material was processed mainly hermeneutically. Qualitative research on culturally sensitive working method was observed via four steps. They were reaching the target group, meeting the target group, creating a trusting bond with the group and reflecting on the outcomes. The material was categorized according to these five steps, which were originally used in a Finnish ethnically sensitive memory loss, memory health project called ETNIMU in order to measure its culturally sensitive working method. Results of the research show that cooperation with a local NGO and using the native language of target group were key factors to bring new knowledge to natives successfully and simultaneously support and even strengthen their own, old culture in exile. Specifically, the safe space with the right to speak about an intimate subject was a major result, which occurred in workshops in all the five nunneries. A conclusion of this large material from the thesis is that cooperation with a local NGO or other agents involved in local community is essential. With a thus generated working base and with respect to local culture, manners and language, new, sustainable elements can be brought even to religious, socially closed communities without opposing factors.

Keywords: Cultural sensitivity 1, Sustainability 2, Women's rights 3, Feminism 4

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 KULTTUURISENSITIIVISYYS JA ETNINEN HERKKYYS.....	6
2.1 Katsaus Tiibetin pakolaisyhteisöön	6
2.2 Kulttuurisensitiivisyys ja etnisyyt nunnien kestoidehankkeessa.....	7
2.3 Etnososiaalinen paine maanpaossa	8
3 KULTTUURISENSITIIVINEN FEMINISMI JA NAISERITYISYYS NUNNALUOSTAREISSA.....	10
3.1 Kulttuurisensitiivinen feminismi naiserityisessä kohderyhmässä.....	10
3.2 Nunnien intersektionaalinen asema	12
4 KESTÄVÄ KEHITYS KULTTUURISENSITIIVISELLÄ OTTEELLA	14
4.1 Ekososiaalinen ja ekologinen kestävyys	14
4.2 Kulttuurinen ja taloudellinen kestävyys	15
5 UNIVERSAALIT IHMISOIKEUDET JA LAKI	16
5.1 YK:n ihmisoikeusjulistus kuuluu myös nunnille	16
5.2 Agenda 2030, YK:n kestävä kehityksen tavoitteet 2030	17
6 TUTKIMUSTEHTÄVÄN KUVAUS JA TAVOITTEET	19
7 OPINNÄYTETYÖN TYÖELÄMÄKUMPPANIT JA TUTKIMUSYMPÄRISTÖ20	
7.1 Pohjois-Intian alueellinen kuvaus.....	20
7.2 Paikallisyhteistyö.....	22
7.3 Nunnaluostari toimintaympäristönä	23
8 TUTKIMUKSEN KOHDERYHMÄ, MENETELMÄT JA ANALYYSI.....	24
8.1 Kohderyhmän valikoituminen	24
8.2 Tutkimusmenetelmät ja kulttuurisensitiivisen työtteen mittarit.....	25
8.3 Aineiston keruu ja rajaus.....	27
8.4 Aineiston analyysi	28
9 TUTKIMUSTULOKSET	29
9.1 Nunnien tavoittaminen syrjäisissä Himalajan nunnaluostareissa	29
9.2 Nunnien kohtaaminen vierailuilla ja luentotilanteissa	33

9.3 Luottamuksen rakentaminen.....	36
9.4 Toiminnan reflektointi kulttuurisensitiivisessä kontekstissa	39
10 EETTISET LÄHTÖKOHDAT JA TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS	43
11 POHDINTAA.....	47
LÄHTEET.....	51
LIITE 1. Naisten terveysesite nunnille tiibetiksi	55

1 JOHDANTO

Naisten asema, tasa-arvo ja kulttuurien väliset suhteet ovat kompleksinen kokonaisuus useissa Aasian maissa. Pohjois-Intiassa, Himalajan vuoristossa, Tiibetin pakolaisnaiset elävät oman perinteisen kulttuurinsa ja paikallisen Intian kulttuurin ristivaikutuksen alla. Intialaisten ja useiden muiden Aasian maiden naisten asema on keskimääräisesti heikompi kuin naisten asema Tiibetin kulttuurissa. Tämä on nähtävissä myös maanpaossa. (Sharma, 2023, s. 2–3.) Pakolaisuus lähtökohtaisesti heikentää ihmisoikeuksia, vaikka monet Intiassa pakolaisina syntyneet ovat sopeutuneet yhteiskuntaan hyvin. Maanpaossa elää myös huomattava joukko buddhalaisia nunnia.

Tämä opinnäytetyö on kurkistus Himalajan syrjäseuduilla asuvien nunnien sosiaaliseen rooliin, ympäristöön, elämänlaatuun ja elinolosuhteisiin erityisesti naisten kuukautisterveyden, kuukautistiedon ja kuukautisköyhyyden osalta. Opinnäytetyö havainnoi kehittämishanketta, joka vei kestoiteitä, terveysoppaita ja luentoja naisten anatomiasta ja kuukautisterveydestä nunnille buddhalaisiin nunnaluostareihin Pohjois-Intiaan, Himalajan syrjäisille seuduille. Opinnäytetyö on toteutettu laadullisena eli kvalitatiivisena tutkimuksena. Materiaalin pääasiallinen keräysmenetelmä on osallistuva havainnointi ja opetustilanteiden vuorovaikutuksen kuvaaminen. Tutkimuksessa on osallistuvia, etnografisia ja hermeneuttisia elementtejä. Tutkimus toteutui sosionomiopintojeni viimeisen harjoittelun yhteydessä. Opinnäytetyö havainnoi ja pohtii kulttuurisensitiivisen työotteen eettisiä merkityksiä.

Paikalliset yhteistyökumppanit ovat avainasemassa kohderyhmän tavoittamisessa. Heidän avullaan vieraasta kulttuurista tuleva voi kehittää kulttuurisensitiivistä työotetta omassa toiminnassaan. (Langmann, ym., 2023, s. 540–541.) Hanke toteutui yhdessä paikallisen sosiaalialan hyväntekeväisyysjärjestön, Lha Charitable Trustin kanssa. Järjestön johtaja ehdotti minulle nunnien kuukautisköyhyyteen vaikuttavaa interventiota vuosi ennen hankkeen toteuttamista. Järjestön mukaan interventio oli nunnien elämänlaadun kannalta akuutin tarpeellinen, koska pakolaisyhteisössä ei ole

kattavia rakenteita nunnien terveydenhuollolle. Nunnien parissa toteutuva hanke vastasi osaltaan tähän akuuttiin vajeeseen.

Tutkimustuloksia opinnäytetyössä havainnoidaan neljän kulttuurisensitiivistä työtettä mittaavan askeleen avulla (Suomen muistiasiantuntijat, 2024). Tarkastelussa keskeisiä esiin nousseita merkityksiä ovat lupa puhua ja kulttuurisensitiivinen menetelmä kestävän muutoksen mahdollistajana suljetun, uskonnollisen yhteisön jäsenille.

Tutkimuksen kannalta on kerrottava opinnäytetyön tekijän elämänhistoriaa, osallisuutta ja asemaa siltä osin kuin sillä on merkitystä aineiston muodostumiseen ja tuloksiin (Fingerroos & Jouhki, 2014, s. 85–86.). Tämä laadullinen tutkimus on yhden henkilön tekemä opinnäytetyö. Kirjoittajan vuosien aikana toteutuneet opiskelut Tiibetin kielen, filosofian ja kulttuurin parissa tekevät kirjoittajan kulttuurisesta osaamisesta ja Tiibetin kielen tuntemuksesta poikkeuksellisen laajaa. Hän on asunut useita vuosia Tiibetin pakolaisten parissa. Tutkimuksen tekijän taustan vaikutus opinnäytetyöhön on laajemmin kuvattu osana eettistä pohdintaa. Hänen aikaisempi tutkintonsa terveydenhuoltoalalta sekä tiibetin kielitaito mahdollistivat luentojen pitämisen nunnien äidinkielellä. Opinnäytetyön aihe onkin valikoitunut opiskelijan aiemman kokemuksen ja elämänhistorian innoittamana ja mahdollistamana.

2 KULTTUURISENSITIIVISYYS JA ETNINEN HERKKYYS

Opinnäytetyön raportissa oleva kulttuurisensitiivisyyden, etnisen herkkyyden ja maanpakolaisuuden kuvaus on rajattu vain tutkimuksen kohteena olevien nunnien kannalta keskeisiin kulttuurillisen, uskonnollisen ja ympäristön vaikutuksiin Pohjois-Intiassa. Nunnien olosuhteisiin paikallisella alueella vaikuttavat monet, kompleksiset elementit, joiden juuret juontavat poliittisiin päätöksiin, Tiibetin historiaan ja nykypäivään sekä uskonnollisiin ja kulttuurisiin tekijöihin heidän uudessa kotimaassaan Intiassa. Koska Pohjois-Intian kulttuurinen ja ympäristöllinen tilanne ei ole Suomessa hyvin tunnettu, kontekstoin olosuhteita lyhyesti.

2.1 Katsaus Tiibetin pakolaisyhteisöön

Tiibetiläiset lähtivät maanpakoon jo 1950-luvulla, jolloin Kiina valloitti itsenäisen Tiibetin. Kiinan hirmuteot pahenivat tiibetiläisten kansanmurhaksi. Maataan suojelemaan pyrkivät tiibetiläiset vangittiin poliittisina vankeina. Vankeja kidutettiin julkisissa häpäisyesityksissä ja vankiloissa. Suuri määrä vanhoja luostareita tuhottiin Kiinan valloittaessa Tiibetin. Vuonna 1959 nuori Dalai Lama lähti maanpakoon ja on siitä alkaen asunut Pohjois-Intiassa. Hänen elämäntyönsä on tuonut Tiibetin tilanteelle ja tiibetinbuddhalaiselle filosofialle tunnettavuutta ympäri maailman. (Tuttle, ym., 2013, s. 609–610.) Vuonna 1989 Dalai Lama sai Nobelin rauhanpalkinnon työstään Tiibetin kysymyksen rauhanomaisen ratkaisun löytämiseksi (Nobel Peace Prize, i.a.). Pakolaisyhteisö on onnistunut ylläpitämään omaa kulttuuriaan elävänä Intiassa, Nepalissa ja useissa muissa maissa, joissa pakolaisia on enemmän (Kauffmann, 2015, s.181). Tiibetin pakolaiset ovat perustaneet demokraattisesti toimivan pakolaishallituksen maanpaossa. Sitä kutsutaan Tiibetin keskushallinnoksi. (Tibetan Central Administration, i.a.). Vuosikymmenten aikana osa tiibetiläisistä on syntynyt maanpaossa eikä ole koskaan nähnyt kotimaataan ja osa pakenee yhä Tiibetistä. Ryhmä ei ole homogeeninen, mutta buddhalaiset periaatteet ja

Dalai Laman johtajuus (Dalai Lama, i.a.-a) ovat tiibetiläisen vuosikymmeniä jatkuneen resilienssin eli vaikeuksien ja haastavien tilanteiden kestävyyden merkittävimmät tukipilarit.

2.2 Kulttuurisensitiivisyys ja etnisyys nunnien kestoidehankkeessa

Kulttuurisensitiivisyys eli kulttuurillinen kompetenssi on kyky kunnioittaa eri taustoista tulevia ihmisiä. Se on halua ja herkkyyttä löytää sanallisia ja sanattomia vuorovaikutustapoja, jotka kunnioittavat toista osapuolta kohtaamistilanteissa. (Terveystieteiden tutkimuskeskus, THL, 2024.) Ihmisen suhtautuminen vieraaseen kulttuuriin jakautuu etnosentriseen tai etnorelativistiseen suhtautumistapaan. Etnosentrisessä tavassa muita kulttuureja tarkastellaan oman kulttuurin keskiöstä. Etnorelativistisesta tai kulttuurirelativistisesta näkökulmasta muita kulttuureja tarkastellaan historiallisesta kontekstista käsin ja toinen kulttuuri voidaan nähdä oman kulttuurin kanssa samanarvoisena. (Wallin, 2013, s. 48–50.) Oman kulttuurin hahmottaminen yhtenä monista maailman kulttuureista mahdollistaa etnisen herkkyyden. Asiaa pohtimatta saattaa etnisyyden liittää vähemmistöihin. Jää huomaamatta, että itsekin kuuluu tiettyyn etniseen ryhmään, vaikka kotimaassaan yleensä enemmistöön. Jos enemmistöä pitää normaalina ja vähemmistöä anomaliana eli poikkeuksena, saattaa olla etnisesti sokea eikä tiedosta omia ennakkoluulojaan (Jaakson, ym., 2017, s. 33). Ennakkoluuloja on hyvä tiedostaa. Tiedostaminen mahdollistaa herkkyyden erilaisissa tilanteissa ja toiminnassa. Myönteisessä ilmapiirissä, jossa ei ole kilpailua vaan arvostusta ja yhteistoimintaa, ennakkoluulot saattavat murtua (Wahlström, 1997, s. 102). Ihmiselle on ominaista tulla huomatuksi erilaisuutensa, omien erityispiirteidensä, avulla. Hän liittää tämän kulttuurilliseen erilaisuuteen ja näkee monikulttuurisuuden tunnustamisen, ihmisen tunnistamisen ominaisuuksineen, inhimillisenä tarpeena ja yhteiskunnan tasa-arvoa ja demokratiaa vahvistavana tekona. (Taylor, 1992, s. 26–27.)

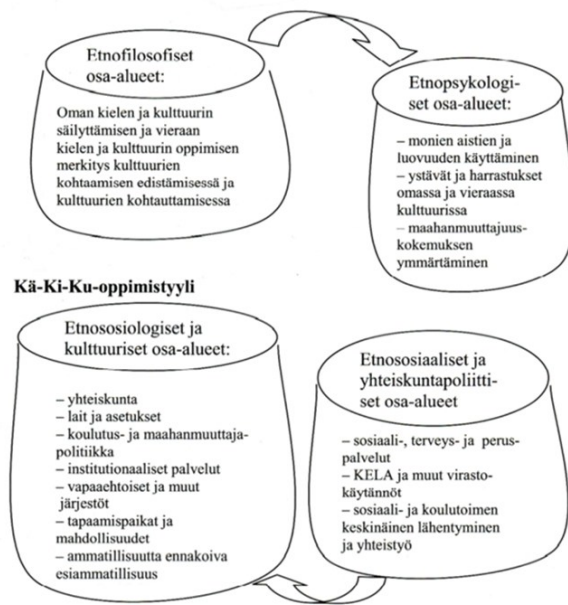
Kulttuurisensitiivisyys, kyky kunnioittaa toisesta kulttuurista tulevan henkilön valintoja, maailmankuvaa ja elämäntapaa, on tämän opinnäytetyön toteutuksessa välttämätöntä. Oman etnisyyden havaitsemisessa auttaa se, että

opinnäytetyön tekijän etnisyys korostuu ulkomailla. Havainto ei estä lähestymästä vierasta kulttuuria etnosentrisesti, siis arvioiden toista kulttuuria vain oman kulttuurin vahvuuksien ja osaamisen näkökulmasta. Näin voi helposti jäädä huomaamatta elementtejä ja käytäntöjä, joista omaan kulttuuriin voisi tuoda rakentavia vaikutteita. Etninen herkkyys oman etnisyyden suhteen näkyy tämän hankkeen kontekstissa kykynä tunnistaa niitä kohtia, joissa oma kulttuuri voi vastaanottaa jotain merkityksellistä – kohtia, joissa toinen kulttuuri on kehittynyt ajattelun, tapojen osalta hyvinvoivemmaksi tai käytäntöjen osalta tarkoituksenmukaisemmaksi. Kulttuurien vastavuoroisen vaikutuksen ja seurausten huomioiminen interventiossa on eettinen kysymys. Opinnäytetyössä feminismiä, naisten voimantumista edistävää toimintaa harkitaan kulttuurisensitiivisesti.

2.3 Etnososiaalinen paine maanpaossa

Eeva-Maija Lappalainen (2005, s. 133–137) on kehittänyt Kä-Ki-Ku-oppimismenetelmän, jonka pedagogisissa menetelmissä ovat mukana käsityö, kieli ja kulttuuri. Menetelmä saa nimensä näistä sanoista. Oppimistyyli on suggestopedinen ja kontekstuaalinen. Se tukee kulttuurien välistä oppimista. Kiinnostavaa erityisesti ovat Lappalaisen etnisen taustan merkitykseen liittyvät havainnot tilanteissa, joissa on toimintaa. Hän tarkastelee oppimisympäristön etnisiä elementtejä. (kuva 1). Hän määrittää oman kielen ja kulttuurin säilyttämisen etnofilosofiseen osa-alueeseen, luovuuden, ystävät ja harrastukset etnopsykologiseen alueeseen, yhteiskunnan, instituutiot, ammatillisuuden ja koulutuksen etnososiologiseen alueeseen. Kulttuurillinen osa-alue sekä sosiaali-, terveys- ja peruspalvelut kuuluvat etnososiaaliseen ja yhteiskuntapoliittiseen osa-alueeseen. (Lappalainen, 2005). Toiminta, jota havainnoiva opinnäytetyö tutkii, kuuluu etnososiaaliseen kenttään ja sillä on yhteiskuntapoliittinen kosketuspinta. Se on buddhalaisnunnien sosiologisista alueista heikoin. Muut alueet ovat nunnaluostari-instituution vuoksi vahvempia. Nunnien heikkoa etnososiaalista kenttää selittää pakolaisuus. He ovat syrjäisen sijainnin vuoksi heikossa asemassa sosiaali-, terveys- ja peruspalveluiden suhteen.

Oppimisympäristö kulttuurien kohtaamisen risteyspaikkana



Kuva 1. kulttuurien kohtaamisen risteyspaikat (lähde: Lappalainen, 2005)

Tiivis luostariyhteisö ylläpitää nunnien omaa kieltä ja kulttuuria. Heidän etnofilosofinen asemansa on suhteellisen vahva. Nunnilla on uskonnollisen toiminnan puitteissa, omassa yhteisössään mahdollisuuksia luovuuteen, ja ystävyysuhteet ovat yhteisössä moninaisia ja yleensä pitkiä. Tämä tukee nunnien etnopsykologista hyvinvointia. Nunnaluostari on instituutio ja se takaa nunnille koulutuksen, vaikka Intian valtio ei takaa kaikille nunnille perusopintoja. Heidän etnososiologinen asemansa on heidän oman instituutionsa vuoksi selkeä pakolaisuudesta huolimatta, mutta etnososiaalinen tilanne – sosiaali-, terveys- ja peruspalvelut, joita opinnäytetyön kuvaama hanke pyrkii kulttuurisensitiivisellä otteella vahvistamaan – on hyvin puutteellinen ja joiltain osin olematon.

3 KULTTUURISENSITIIVINEN FEMINISMI JA NAISERITYISYYS NUNNALUOSTAREISSA

Kulttuurinen tausta vaikuttaa naisia voimauttavan intervention käytännön toteutukseen ja teoreettiseen pohdintaan. Feminismi tarkoittaa naisten vapautumista. Nunnaluostareissa vapautuminen viittaa pääasiassa buddhalaisen filosofian termiin. Se ymmärretään hyvin eri tavalla kuin länsimaisten feministien keskuudessa. Länsimaisen kulttuurin valmiit ratkaisut eivät usein ole toimivia tai rakentavia ratkaisuja paikallisiin kysymyksiin.

3.1 Kulttuurisensitiivinen feminismi nais erityisessä kohderyhmässä

Feminismillä on pitkät juuret, jotka palaavat 1800-luvun naisasialiikkeisiin, joissa taisteltiin naisten äänioikeudesta ja tasa-arvoisesta asemasta miesten kanssa. Suomessa käsite feminismi on 1980-luvulta alkaen kuvannut toimintaa, joka haastaa sukupuolten välillä vallitsevat suhteet ja pyrkii epätasa-arvon ja sukupuolesta johtuvan syrjinnän vähentämiseen. Kaikki feministisiä tavoitteita edistävät henkilöt eivät ole kutsuneet itseään feministeiksi. (Kurvinen & Turunen, 2018, s. 23.) Erilaisia sosiaalisia teorioita feminismistä on kehittynyt suuri määrä, kuten naisten vapauttamista korostavat libertaarinen feminismi ja liberaali feminismi. Hyvinvointifeminismiksi kutsuttu teoria liittyy äitiyden ja äitiyslomien tai -vapaiden aiheuttamaan eriarvoisuuteen työelämässä. Radikaalin feminismin päämääränä on romuttaa naisia hallitsemaan pyrkivä patriarkaatti. Sosialistinen feminismi tunnistaa patriarkaatin ongelmallisuuden ja laajentaa kysymyksen yhteiskuntarakenteiden kapitalistisiin malleihin. Niin sanottu musta feminismi on tummaihoisten rasisia rakenteita vastustavaa feminismiä, kun taas postmoderni feminismi tutkii muun muassa kulttuurillisia naisen kehon ja sukupuolen representaatioita. (Powell, 2012, s.9–11.)

Naiserityisyyttä kuvataan suomenkielisessä tutkimuksessa pitkälti yhteiskunnan haavoittuvassa asemassa olevien naisten kautta. Naisten, jotka ovat

tahtomattaan ajautuneet marginalisaatioon. Transsendenttinen marginaalisuus on uudempi käsite, johon liittyy luovuuden, emansipatorisuuden ja yhteiskuntakritiikin elementtejä. Se on vapaaehtoinen, harkittu valinta valtakulttuurista eroavasta elämäntavasta. (Kuronen, 2022, s. 55–60).

Tässä opinnäytetyössä feminismillä tarkoitetaan pyrkimystä tukea ja voimaannuttaa naisia saavuttamaan tasa-arvoinen asema miesten kanssa, niin että sukupuoli ei vaikuta hidastavasti tai estävästi nunnien mahdollisuuksiin toteuttaa itseään. Uskonnollisessa kohdeympäristössä, Pohjois-Intiassa, Tiibetin pakolaisyhteisön rakentamissa nunnaluostareissa kulttuurisensitiivinen työote näkyy nunnien maailmankuvan, heidän valitsemansa elämäntavan ja uskonnollisen vakaumuksensa kunnioittamisessa. Nunnia tuetaan voimaantumiseen oman terveytensä ja hyvinvointinsa tuntijoina ja aktiivisina toimijoina terveytensä ylläpitämisessä. Henkilön toimijuutta (agency) on usein feministisessä kirjallisuudessa käytetty osoittamaan valtaistumista ja se on passiivisen objektin tai uhriaseman vastakohta (Ahonen & Vuola, 2015, s.13). Nunnille esitettävän terveysopetuksen sisällössä huomioidaan, että nunnat keskittyvät henkiseen harjoitukseen eivätkä perusta perhettä. Opetustilanteissa läsnä voi olla vain naisia, jotta herkästä aiheesta voidaan keskustella rauhassa ja nunnien sosiaalisen aseman arvokkuus säilyy. Kulttuurisensitiivinen feminismi perustuu eettiseen harkintaan terveysintervention kulttuurillisesta kokonaisvaikutuksesta, ja siinä pyritään huomioimaan myös välillisiä vaikutuksia. Nunnien kestoidehankkeessa kulttuurisensitiivisellä feminismillä pyritään voimistamaan feministisiä arvoja, tasa-arvon, voimaantumisen ja hyvinvoinnin lisäämiseksi tavalla, joka kunnioittaa paikalliskulttuuria ja paikallisia perinteitä.

Kohderyhmän nunnat ovat yhteiskunnallisesti haavoittuvassa asemassa vähemmistöstatuksen ja pakolaisuuden vuoksi. Elämännhallinnallisesti he kuitenkin eivät kuulu tahdonvastaisen marginalisaation piiriin, joka ymmärretään negatiivisena syrjäytymisen tilana. Nunnien omaehtoinen valinta elää yksinkertaista, henkiseen harjoitukseen keskittyvää elämää, heijastelee emansipatorista valintaa, joka tässä yhteydessä tarkoittaa yhteiskunnallisista, rajoittavista perherooleista vapautumista. Sen voi nähdä suhtautuvan kriittisesti globaaliin kulutukseen perustuvaan elämäntapaan, josta nunnat ovat luopuneet

henkisen vapauden löytääkseen. Tällainen yhteiskuntakriittinen valinta kyseenalaistaa transsendenttisen marginaalisuuden kautta länsimaisen yhteiskunnan ihanteet. Se kyseenalaistaa erityisesti kulutukseen perustuvan yhteiskunnan. Se tuo erilaisen näkökulman nunnien vähemmistöstatukseen. Statusta ei kuitenkaan tule yliromantisoida tai sentimentalisoita (Kuronen, 2022, s. 61). Arjen realiteetit ja tarpeet ovat silti olemassa. Ihmisoikeudet kuuluvat jokaiselle asemasta ja taustasta huolimatta.

3.2 Nunnien intersektionaalinen asema

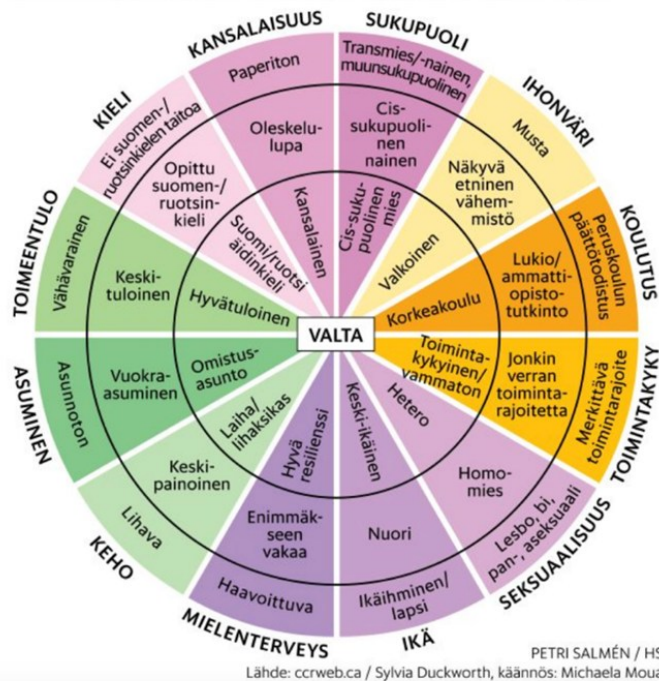
Intersektionaalisuus on Kalifornian yliopiston, professori Kimberlé W. Crenshaw'n (2016) työssään sosiaalisen oikeudenmukaisuuden puolesta aktiivisesti lanseeraama termi, joka on levinnyt laajempaan tiedeyhteisön käyttöön ja kansainväliseen yhteiskunnalliseen keskusteluun. Se on etuoikeuksien hahmotustapa etuoikeuskehän avulla. (kuva 2). Lähtökohtaisesti valkoinen, normaalikehoinen mies on yleensä eniten etuoikeutettu. Etuoikeuskehästä alettiin puhua erityisesti mustien naisten asemaa tarkasteltaessa. Intersektionaalisen aseman analyysi on länsimaissa laajalti käytössä, kun tarkastellaan tietyn kohderyhmän todellisia mahdollisuuksia itsenäisinä toimijoina.

Nunnien asema, intersektionaalisen analyysin avulla tarkasteltuna, osoittaa vähemmistön haavoittuvuuden. Valtaosalla nunnista ei ole kansalaisuutta, he ovat pakolaisia ja heillä on lupa elää Intiassa ja Nepalissa, mikä vastaa etuoikeuskehän keskivälillä olevaa oleskelulupaa. Naissukupuoli on lähtökohtaisesti heikommassa asemassa Aasian maissa, mutta he eivät edusta seksuaalisen marginaalin ryhmiä. Naiset kuuluvat etuoikeuskehän keskiväliin. Nunnat kuuluvat näkyvään etniseen vähemmistöön – jälleen keskivälin taso. Osa nunnista ei saa peruskoulutusta. Nunnaluostareissa koulutusmahdollisuudet ovat vasta viime vuosina lisääntyneet. Heidän opintojaan on vaikea verrata peruskouluun, lukioon tai korkeakouluun. Filosofisesti heidän opintonsa ovat hyvin korkeaa luokkaa, mutta samaan aikaan kaikille nunnille ei järjestetä kattavaa perusopetusta.

Lähtökohtaisesti nunnien toimintakyky on erittäin hyvä. Tämä on ensimmäinen kohta, jossa nunnat saavat korkeimman aseman etuoikeuskehällä. Iän, seksuaalisen suuntautumisen, ruumin muodon ja mielenterveyden osalta nunnia tulee tarkastella yksilöinä. Yksilöiden välillä on eroja etuoikeudessa. Nunnaluostarissa asuminen vertautuu parhaiten vuokralaisuuteen. Nunnien toimeentulo on yleensä hyvin niukkaa. Joitain harvoja poikkeuksia on, kuten esimerkiksi rukouksia laulava nunna voi saada tuloja tai lahjoituksia levytyksistään, vaikka varat todennäköisesti menevät kotiluostarille eivätkä yksityiskäyttöön. Kielellisesti nunnien asema etuoikeuskehällä on pääasiassa heikko. Osa nunnista ei puhu lainkaan valtakieliä, osa puhuu niitä heikosti. Nunnien arvioiminen intersektionaalisen analyysin kautta tuo eteen kulttuurien välisen ongelman. Etuoikeuskehää on käytettävä kulttuurierot huomioiden, koska kaikki etuoikeuskehän elementit eivät vastaa heidän maailmaansa. Siksi osaluoteita tulee arvioida soveltaen nunnien olosuhteisiin, kulttuuriset erot huomioiden.

Etuoikeuskehä

Mitkä tekijät lisäävät tai kaventavat mahdollisuuksiasi?



Kuva 2. Etuoikeuskehä (ccrweb.ca, Sylvia Duckworth)

4 KESTÄVÄ KEHITYS KULTTUURISENSITIIVISELLÄ OTTEELLA

Ihmisen maailmankuva ja kulttuurinen tausta vaikuttavat siihen, miten ekologisuudesta kannattaa puhua eri kulttuurien ja erilaisia koulutustaustoja omaavien ihmisten keskuudessa. Näin tarvetta vastustaa välttämättömiä muutoksia voidaan vähentää.

4.1 Ekososiaalinen ja ekologinen kestävyys

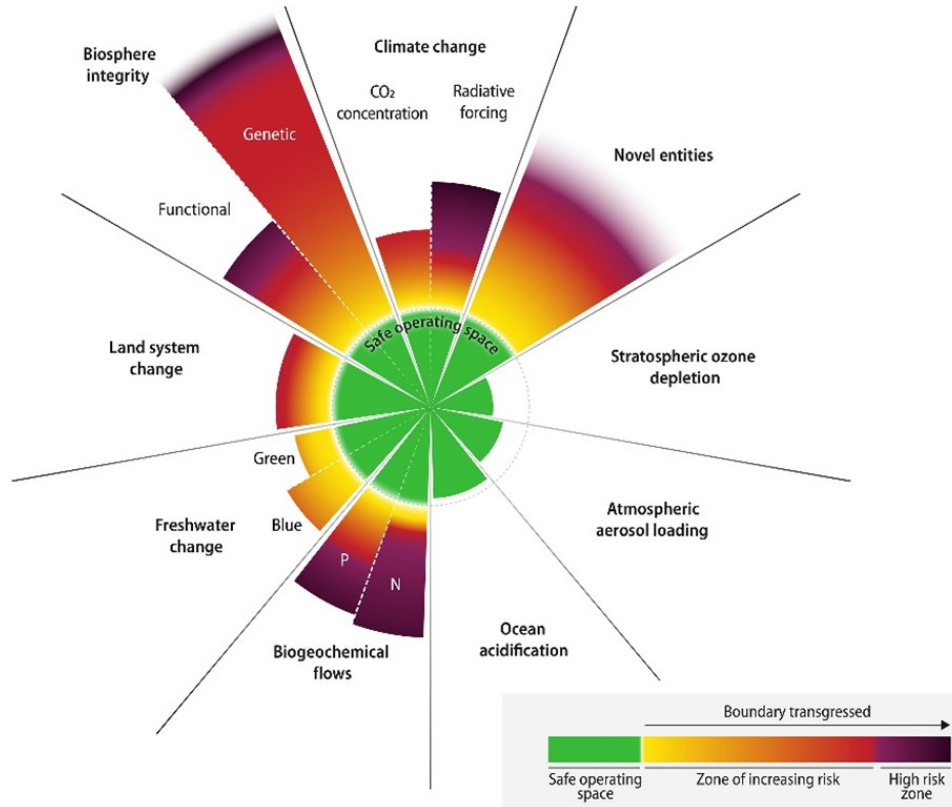
Ekososiaalisen transformaation tarve läntisessä yhteiskuntajärjestyksessä on suuri. Sen johtoajatus on, että sivistys mitataan niiden mahdollisuuksien kautta, joita nykyinen sukupolvi jättää tuleville sukupolville (Salonen, 2012).

Ekososiaalisessa tarkastelussa inhimillinen hyvinvointi rakentuu yhtäältä välttämättömät elämän edellytykset tarjoavien ekosysteemipalvelujen elinvoimaisuudesta ja toisaalta sosiaalisen osallisuuden tuomasta luottamuksesta ja ihmisten yhteenkuuluvuuden kokemisesta. (Salonen, 2012).

Elämän ekologiset reunaehdot määrittävät yhdeksän planetaarista rajaa, jotka määrittävät maapallojärjestelmän elinkelpoisuutta ihmisille, eläimille ja kasvistolle. Kuusi näistä on ylitetty. (Richardson, ym., 2023.) Ekologisesti kestävä elämä tarkoittaa näiden planetaaristen reunaehtojuen huomioimista ja niiden sisällä elämistä. (kuva 3).

Nunnaluostareissa kunkin nunnan todellinen hiilijalanjälki on kohtalaisen pieni, koska nunnat elävät vaatimattomasti ja suurin osa tarpeellisista tavaroista on yhteisiä. Nunnat kuluttavat vähän. Heidän ekososiaalinen lähestymistapansa kunnioittaa kaikkea elämää. Kuitenkin nunnaluostarien käytäntöjä voi kehittää kestävämpään suuntaan, kuten kestosidehankkeen kohdalla tehdään. Nunnaluostareita ympäröivien, Himalajan vuoristossa sijaitsevien, kyläyhteisöjen jätehuolto ei ole hyvin järjestäytynyttä. Kestositeiden käyttö säästää suuren

määrän kertakäyttösiteistä syntyvää, hitaasti kompostoituvaa roskaa, ja Himalajan herkkä vuoristoluonto säästyy kuormittumiselta. Tällä on vaikutusta arjen kestävässä ratkaisuisa.



Kuva 3. Yhdeksän planetaarista rajaa (Richarson, Stockholm resilience Center)

4.2 Kulttuurinen ja taloudellinen kestävyys

Kulttuuriseen kestävyteen kuuluu henkinen ja fyysinen ulottuvuus. Se on pääomaa, joka säilyttää ja kehittää kulttuuria sukupolvelta toiselle. Erilaiset kulttuuriperinnöt ja traditiot on huomioitava kestävässä kehityksessä. Arvostamalla ja kunnioittamalla perinteitä, tapoja ja identiteettejä kestävä muutos on mahdollinen (Rossi, 2020, s. 21). Kulttuuriseen kestävyteen kuuluvat monimuotoisuuden arvostaminen ja kaikkien oikeuksien kunnioittaminen. Kulttuurisen kestävyden tavoitteena on myös eri kulttuurien välisen, rauhallisen yhteiselon edistäminen. Rauhan, ihmisoikeuksien ja yhteistyön edistäminen ovat osa kulttuurista kestävyttä, kuten myös kestävät yhteisöt ja kaupungit, jotka ovat osa YK:n Agenda 2030:sta. (Kestävä kehitys, 2024.) Taloudellinen kestävyys on

mahdollista planeetan rajalliset reunaehdot huomioiden. Taloudellinen kestävyys tulee saavuttaa näkemällä talous kestävyuden välineenä sen sijaan, että taloudellinen kasvu ohittaisi kaikki muut arvot ja merkitykset. (Hellström, 2017; Suomen ympäristökeskus, Syke, 2018.) Ilman ekologista ja sosiaalista ympäristöä, taloudellista toimintaa ei ole mahdollista ylläpitää. Ne ovat välttämätön perusta taloudelle. (Colombo, ym. 2024, s. 207.).

Nunnien yksinkertaiseen elämäntapaan perustuvassa arjessa kestävä yhteisöllisyyden toteutuminen on mahdollisuus, joka ei vaadi suuria muutoksia. Kulutus on buddhalaisen filosofian vuoksi vähäistä. Sen vähentäminen ympäristön ja eläinlajien suojelemiseksi on luonteva ajatus buddhalaisessa maailmankuvassa. Joten nunnaluostareilla ei ole suurta muutosvastarintaa ekologisille toimitavoille. Jos jokapäiväisissä käytännöissä huomioidaan kestävyys, nunnat voivat elää materiaali- ja resurssitehokkaasti vähän kuluttaen ja monet tarvikkeet yhteisesti omistaen. Vastaavia ratkaisuja tarvitaan kollektiivisesti enemmän, jotta länsimainen elämäntapa palaisi kestäväälle tasolle.

5 UNIVERSAALIT IHMISOIKEUDET JA LAKI

Ihmisoikeuksien soveltaminen universaalisti kaikkiin ihmisryhmiin ei ole Himalajan vuorilla asuville nunnille itsestäänselvyys. He ovat kasvaneet hierarkkisessa kulttuurissa ja tottuneet toimimaan sen vaatimalla tavalla, usein osansa ja olosuhteensa hyväksyen.

5.1 YK:n ihmisoikeusjulistus kuuluu myös nunnille

Nunnien sosiokulttuurisesti hyväksyty käytösmalli ihannoit vaatimattomuutta. He elävät itselleen huomiota pyytämättä. Tähän rooliin ei sovi muilta vaatiminen, vaikka kyseessä olisivat inhimilliset perusoikeudet. Yhdistyneiden Kansakuntien

universaali ihmisoikeusjulistus (Suomen YK-liitto, i.a.) kuuluu kuitenkin yhtä lailla maapaossa asuville, uskonnollisessa yhteisössä eläville naisille.

”1. Jokaisella on oikeus elintasoon, joka on riittävä turvaamaan hänen ja hänen perheensä terveyden ja hyvinvoinnin ravinnon, vaatetuksen, asunnon, lääkintähuollon ja välttämättömän yhteiskunnallisen huollon osalta.” (25. artikla, Ihmisoikeusjulistus, YK)

Tämä Yhdistyneiden kansakuntien universaalien julistuksen artikla on Himalajan nunnien kestoidehankkeen lähtökohta. Välttämättömään yhteiskunnalliseen huoltoon kuuluvat perustieto omasta terveydestä ja kuukautisista ja tarvittavat välineet kuukautisten aikana. Tutkimuksen kohteena oleva hanke pyrki vaikuttamaan juuri tähän epäkohtaan 250 nunnan olosuhteissa, jotta 25. artiklassa esitetyt perusoikeudet toteutuisivat. Nunnien kuukautisköyhyys ja nunnaluostarien olosuhteet tulivat tietoon Lha Charitable Trust -paikallisjärjestön kautta. Heiltä nunnien olosuhteista saatujen tietojen perusteella jokapäiväiseen terveyteen kuuluva kuukautisterveys ja -hygienia vaati akuutisti huomioita pakolaisyhteisön nunnien parissa.

5.2 Agenda 2030, YK:n kestävän kehityksen tavoitteet 2030

YK:n kestävän kehityksen päätavoitteita on 17 ja alatavoitteita jopa 169. Ne pyrkivät köyhyyden poistamiseen sen kaikissa muodoissa sekä nälän poistamiseen ravitsemuksen ja ruokaturvan avulla. Tavoitteena on terveellinen elämä kaikille jättämättä ketään kehityksen ulkopuolelle. Terveyden ylläpitoon liittyvät puhdas vesi ja sanitaatio. Päätavoitteissa mainitaan koulutus ja oppimahdollisuudet kaikille sekä sukupuolen välinen tasa-arvo, joka voidaan saavuttaa vain naisten oikeuksia vahvistamalla. Nämä ovat elämänlaadun kannalta oleellisia kestävän kehityksen päätavoitteita. Yhteiskuntarakenteisiin liittyviä tavoitteita ovat kestävä energian käyttö, kestävä talous, kestävä teollisuus ja ilmastonmuutoksen hidastaminen, merten luonnonvarojen säilyttäminen, maaekosysteemien suojelu, rauhanomaiset yhteiskunnat ja muun muassa mahdollisuus päästä oikeuspalveluihin, jotka edistävät yksilöiden ja yhteisöjen

kestävän kehityksen tukemista ja globaalia kumppanuutta. Näitä päätavoitteita tarkentavia alatavoitteita on 169 kappaletta. Keskeinen päätavoite on äärimmäisen köyhyyden poistaminen. (Ulkoministeriö, i.a.).

Nunnien elämän kannalta kaikki päätavoitteet ovat jokseenkin merkittäviä. Nunnien elämässä köyhyys näkyy muun muassa kuukautisköyhyytenä, jonka poistamiseen hanke pyrki vastaamaan. Sukupuolten välinen tasa-arvo on olennainen tekijä nunnaluostareissa, jotka ovat naisten yhteisöjä. Puhdas vesi ja riittävän sanitaation tavoite liittyvät suoraan kehittämishankkeen kysymyksiin hygieniasta. Yhteiskunnallisemmat tavoitteet vaikuttavat myös nunnien elämässä. Kestosidehanke ei ensisijaisesti pyri vaikuttamaan yhteiskunnalliseen päätöksentekoon. Välillisiä, yhteiskuntavaikutuksia saattaa kuitenkin olla. Yhteiskuntarakenteita koskevia kestävän kehityksen tavoitteita ovat muun muassa puhdas energia, ihmisarvoinen työ, kestävät infrastruktuurin rakenteet, kestävät kaupungit, kuluttamisen vastuullisuus, ilmastoteot, maanpäällisen ja merenalaisen elämän suojelu, yhteistyö ja kumppanuus sekä rauha, oikeudenmukaisuus ja hyvä hallinto. (Suomen kestävän kehityksen toimikunta, Agenda 2030, i.a.).

Maanpakoon lähteneet tai joutuneet nunnat ovat lähteneet pakoon huonoa hallintoa ja paenneet diktatuuria. Nunnien buddhalainen maailmankuva vahvistaa pyrkimystä rauhaan, oikeudenmukaisuuteen, yhteistyöhön ja kumppanuuteen. Kuitenkaan heitä ympäröivä yhteiskunta ei aina toimi aktiivisesti näitä päämääriä kohti. Nunnat tekevät usein ilmastotekoja, kuten istuttavat puita ja siivoavat roskattuja luontoalueita. Monilla luostareilla on ympäristön suojeluun liittyviä teemapäiviä. Maanpäällisen ja merenalaisen elämän suojelu on osa nunnien buddhalaista harjoitusta. He muun muassa ostavat kalastettuja, eläviä kaloja ja palauttavat ne takaisin vesistöön, josta ne on kalastettu. Nunnat voivat myös ostaa häkkilintuja ja päästää niitä vapaaksi niiden luonnollisessa elinympäristössä. Tätä kutsutaan buddhalaisessa harjoituksessa eläinten vapauttamiseksi.

6 TUTKIMUSTEHTÄVÄN KUVAUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön tavoitteena on saada syvempää ymmärrystä kulttuurien välisen hanketyön toteuttamisesta sekä tarkastella kulttuurisensitiivisen työtteen eettisiä merkityksiä nunnien kestopidehankkeessa, Pohjois-Intiassa, Himalajalla. Opinnäytetyö havainnoi miten kulttuurillisesti ja uskonnollisesti tabu pidettyyn, herkän intiimiin aiheeseen on mahdollista puuttua, kulttuurien välisessä yhteistyössä, paikallista kulttuuria tukien ja vahvistaen. Se pyrkii ymmärtämään ja kuvaamaan kuinka on mahdollista tukea paikallisten naisten toimijuutta, integriteettiä ja voimaantumista kulttuurisensitiivisesti, kunnioittaen heidän valitsemaansa elämäntapaa ja maailmankuvaa, tinkimättä kestopidehankkeen päämääristä. Hankeen päämäärä oli jakaa nunnille tarpeellista tietoa hygieniasta, anatomiasta ja kuukautiskierosta heidän elämänlaatunsa parantamiseksi sekä antaa heille kestopideitä. Kehityshankkeessa nunnat oppivat anatomiaa, hygieniää ja naisen elämänkaaren vaiheita sekä kestopideiden hygieenistä käyttöä äidinkielellään.

Tämän laadullisen tutkimuksen menetelmänä on havainnointi. Se havainnoi kulttuurisensitiivistä työtettä ja sen merkityksiä tiibetiläisissä nunnaluostareissa, kestopidehankkeen luentotilanteissa ja vuorovaikutustilanteissa. Se pyrkii laadullisen tutkimuksen keinoin ymmärtämään kahden eri kulttuurin suhteita ja merkityksiä. Laadulliselle tutkimukselle ominaisesti tutkimuksessa tulee esiin tutkijan paikan reflektointi ja kokemuksen subjektiivisuus ja siitä muodostuvien merkitysten tarkastelu (Juhila, 2021.). Tutkimusmateriaalina käytetään tutkimuspäiväkirjaa ja terveysluentojen kuvaamista videolle ja äänitallenteina. Osa tutkimuspäiväkirjasta on saneltu äänitteeksi. Tutkimus kuvaa kestopidehankkeen onnistumisia, vaikeuksia ja naisten välisen solidaarisuuden kulttuurirajoja ylittäviä konkreettisia keinoja. Havainnoivassa tutkimuksessa on etnografisia ja hermeneuttisia elementtejä.

Tutkimuskysymykset ovat:

1. Kuinka länsimaista hygieniatietoa, naisen anatomiaa ja kuukautisterveyttä voi opettaa buddhalaisille nunnille kulttuurisensitiivisesti?
2. Miten buddhalaisnunnien maailmankuvaa ja integriteettiä voi kunnioittaa sekä tukea heidän kulttuuriaan kuukautisterveyteen liittyvässä interventiossa?
3. Kuinka kestopidehanke voi vahvistaa nunnien itsenäistä toimijuutta ja voimaannuttaa nunnia aktiivisina omasta kehostaan ja terveydestään huolehtivina toimijoina?

7 OPINNÄYTETYÖN TYÖELÄMÄKUMPPANIT JA TUTKIMUSYMPÄRISTÖ

Opinnäytetyön työelämän yhteistyökumppani oli paikallinen järjestö, joka sijaitsee Dharamsalassa, kaupungissa, jossa asuin ja opiskelin tiibetin kieltä useita vuosia. Tein järjestön kanssa sosionomiopintojeni viimeisen harjoittelun. Koska monet Suomessa tuntevat aluetta hyvin vähän, kerron tutkimusympäristöstä myös maantieteellisenä alueena.

7.1 Pohjois-Intian alueellinen kuvaus

Hanke toteutettiin Pohjois-Intiassa, Himalajan syrjäisillä seuduilla. Maantieteellisesti Himalajan vuoristo alkaa Pohjois-Intiassa Himachal Pradeshin alueella. Seudulla asuu paljon Tiibetin buddhalaisia, paikallisia vuoristoheimoja, laaksosta vuorille muuttaneita hinduja, joitain kristittyjä, sikhejä, jaineja ja muslimeja. Kaikki uskontoryhmät seuraavat omaa kalenteriaan ja ryhmillä on erilliset pyhäpäivänsä. Dalai Laman tunnettu elämäntyö (Dalai Lama, i.a. -b) ja läsnäolo on tuonut seudulle paljon ihmisiä kaikista länsimaista ja Aasian maista.

Dalai Laman kotikylä, Dharamsala, sijaitsee alle 2000 metriä meren pinnasta, mutta vuoren rinteillä, myös 3000 metrissä asuu samaan kyläyhteisöön kuuluvia ihmisiä.

Kestosidehankkeen kohteista neljä nunnaluostaria sijaitsevat Spitissä, jonne matka Dharamsalasta kestää kaksi vuorokautta. Spitin alue on hyvin korkealla, 4000 metrin molemmin puolin sijaitsevassa laaksossa. Alue on historiallisen vanhan Tiibetin kulttuurin, murteen ja elämäntavan säilyttänyt laakso, jonne pääsee toistaiseksi vain vaarallisia vuoristoteitä pitkin. Vaikeakulkuisuus on tehnyt alueesta eristyneemmän ja vanhat perinteet ovat säilyneet muuttumattomina toisin kuin muilla alueilla. Uusi tiehanke tulee toteutuessaan helpottamaan kulkua kolmen vuoden sisällä. Spitin laaksossa vieraillessamme asuimme sen nykyisessä pääkaupungissa Kazassa, joka on 3800 metrin korkeudessa merenpinnasta. Kestosidehankkeen viides nunnaluostari on lähempänä Dharamsalaa. Se on maantieteellisesti samantyyppisellä alueella, mutta hieman alempana kuin Dharamsala.

Kohderymän tiibetinbuddhalaiset nunnat elävät Himalajan vuoriston syrjäisissä nunnaluostareissa Pohjois-Intiassa Himachal Pradeshin, Lahoulin ja Spitin alueella. Kestosidehankkeen viisi nunnaluostaria ovat Yangchen Choelingin nunnaluostari Pangmon kylässä, Spitissä, Sherab Choelingin nunnaluostari Morangin kylässä, Spitissä, Tsechen Choelingin nunnaluostari Spitissä, Dechen Choelingin nunnaluostari Pin-laakossa, Spitissä sekä Karma Drubgyu Thargay Ling nunnaluostari Tilokpurissa, Himachal Pradeshissa. Karttakuvassa Spitiä näkyy, että tie oli suljettu huonojen olosuhteiden vuoksi ennen matkaamme. (kuva 4). Nunnaluostarien valikoituminen perustui paikallisen yhteistyötahon arvioimaan tarpeeseen. Näistä viidestä nunnaluostarista kaksi valikoitui laadullisen tutkimuksen kohteeksi. Ne ovat Dechen Choeling Pin-laaksosta ja Karma Drubgyu Thargay Ling -nunnaluostari Tilokpurissa, joka on lähempänä Dharamsalaa.



Kuva 4, Spitin kartta ja nunnaluostarit (Googlemaps)

7.2 Paikallisyhteistyö

Paikallinen yhteistyökumppani, Lha Charitable Trust -hyväntekeväisyysjärjestö, sijaitsee Pohjois-Intiassa, Himachal Pradeshin osavaltiossa olevassa kylässä nimeltä Dharamsala. Toimisto on keskeisellä paikalla, lähellä Dalai Laman temppeliä. Se on Tiibetin pakolaisten merkittävin sosiaalityön järjestö. Se ei keskity pelkästään Tiibetin pakolaisiin vaan tukee tarkemmin erittelemättä yhteisöjä, joissa pakolaisia ja Tiibetin kulttuurin edustajia asuu. Näin toiminnasta hyötyvät kaikki Himalajan seudun asukkaat, jonka vuoksi toiminta on laajasti hyväksyttyä. Järjestö on perustettu vuonna 1997. Toiminta perustuu hyväntekeväisyyteen. (Lha Charitable Trust, 2023.) Varat usein tulevat länsimaista sekä varakkaammista buddhalaisista Aasian maista. Järjestön yksi naistyöntekijä oli mukana nunnien kestopohjaisissa hankkeissa. Hän sopi tapaamiset nunnaluostarien kanssa ja oli niihin yhteydessä ennen vierailuja. Lha Charitable Trustin työntekijän selvityksen mukaan viidessä nunnaluostarissa asui 250 nunnaa. Työntekijä kuitenkin sai opiskelupaikan Englannista juuri ennen kuin matka nunnaluostareihin alkoi. Seurauksena tästä järjestön uusi työntekijä tuli hänen tilalleen vastaamaan yhteyksistä nunnaluostareihin sekä huolehtimaan matkajärjestelystä.

Vain kuukausi ennen matkaa hankkeeseen liittyi vastavalmistunut, tiibetiläinen naislääkäri, joka ei ollut paikallisjärjestö Lha Charitable Trustin työntekijä. Otin hänet mukaan suosituksesta, jonka sain henkilökohtaisen verkostoni kautta. Kävin kaikki materiaalin läpi tiibetiläisen lääkärin kanssa. Paikallisjärjestön johtaja ilmoitti jo hankkeen suunnitteluvaiheessa, että kaikille käsiteltäville asioille ei oikeastaan ole tiedossa edes sanoja. Loimme lääkärin kanssa yhteistyössä kahden eri kulttuurin ja eri lähestymistavalla terveyteen suhtautuvan näkemyksen välisen kokonaisvaltaisen terveystieteen, jonka sävy oli paikallinen, vaikka sisältö länsimainen. Eri näkemykset täydensivät toisiaan, sillä sovimme, että Sowa Rigpa -lääkäri eli tiibetiläisen lääketieteen lääkäri (Tibetan Medical and Astro Institute, 2024) keskittyi kuukautisoireiden kotihoidon opastamiseen ja minun tehtäväni oli kuvata länsimaiseen tietoon perustuvia asioita. Opetin muun muassa anatomiaa, kuukautiskierron vaiheet, normaalit kuukautisoireet ja naisen elämänkaaren vaiheet. Kerroin hormoneista ja hygieniasta ja kuinka kestopidettä käytetään niin, että se edistää terveyttä ja kestää monta vuotta. Lääkärin tehtävänä oli opettaa hierontaa ja kehon painelua pienillä, perinteisillä, lämmitetyillä yrtteillä sisältävillä kangaspusseilla kuukautisvaivojen helpottamiseksi. Tehtävien selkeä jakaminen ja molemminpuolinen avoin ja kunnioittava asenne olivat helpottavia tekijöitä hankkeen onnistumisen kannalta.

7.3 Nunnaluostari toimintaympäristönä

Historian kirjoitukset kertovat, että Buddha hyväksyi naiset henkiseksi harjoittajiksi noin 2500 vuotta sitten, aikana, jolloin naisia väheksyttiin miehiä heikompina. Nunnat ovat siis olleet osa buddhalaista henkistä perinnettä jo Buddhan ajoista lähtien. Myöhemmin nunnaluostarit katosivat Intiasta, mutta perinne säilyi useissa muissa buddhalaisissa maissa. (Falk, 1980, s. 209–214) Tiibetissä nunnaluostarit ovat säilyneet tähän päivään asti ja maanpakoon tulleiden tiibetiläisnunnien vuoksi perinne on palannut takaisin Intiaan. Buddhalaiset nunnaluostarit ovat perinteisiä, nunnien harjoittamiseen keskittyviä yhteisöjä, joissa on julkiset tilat erilaisia yhteisiä seremonioita varten sekä nunnien asuintilat, joissa nunnat elävät. Niissä voi asua joitain kymmeniä tai jopa yli sata nunnaa. Keittiö ja pesutilat ovat nunnien yhteisessä käytössä. Nunnaluostari on

suuri naisyhteisö, jossa monen ikäiset nunnat elävät yhdessä yhteisten sääntöjen mukaisesti ja kukin yhteisön velvollisuuksista omalta osaltaan huolehtien.

Nunnaluostareissa on paljon pyhiä tiloja ja esineitä sekä kirjoittamattomia ja kulttuurisia sääntöjä, joita tulee noudattaa tullakseen hyväksytyksi osaksi yhteisöä tai kunnioitettavaksi vieraaksi nunnaluostarissa. Kussakin nunnaluostarissa on oma erityinen tunnelmansa ja toimintatapansa, jonka kyseisen nunnaluostariyhteisön nunnat luovat yhdessä. Nunnaluostarien ovet aukeavat helpommin naisille kuin miehille nunnaluostarien nais erityisen luonteen vuoksi. Sukupuolella on huomattavasti merkitystä, vaikka miehet voivat osallistua seremonioihin nunnaluostareissa. Joissain nunnaluostareissa on opettajina miehiä. Nunnaluostareissa ei voi tehdä mitään merkittävää sopimatta asiasta ensin nunnaluostaria johtavan nunnan kanssa.

8 TUTKIMUKSEN KOHDERYHMÄ, MENETELMÄT JA ANALYYSI

Tutkimuksen varsinainen kohderyhmä on rajattu kahteen kolmasosaan itse kestopohjaisen hankkeen kohderyhmästä. Kuitenkin monien vuosien aikana kehittynyt esiymmärrykseni Tiibetin kielestä, kulttuurista ja filosofiasta sekä koko hankkeen toteutuksen aikana tehdyt havainnot sen merkityksistä vaikuttavat tutkimukseni havaintoihin, analyysiin, tuloksiin ja johtopäätöksiin.

8.1 Kohderyhmän valikoituminen

Vuotta ennen sosionomiopintojen viimeistä harjoittelua olin käymässä Pohjois-Intiassa, Dharamsalassa, jota voi kutsua tiibetinpakolaisten pääkaupungiksi. Etsin yhteistyötahoa, joka voi toimia työkumppaninani kolmannen sosionomiharjoittelun kohdalla. Sovin tapaamisen pakolaisyhteisön suurimman sosiaalialan toimijan, Lha Charitable Trustin johtajan kanssa. Tapasimme kaksi

kertaa. Toisella kerralla hän ehdotti nunnien kuukautisköyhyyttä vähentävää hanketta syrjäisissä nunnaluostareissa, koska hankkeelle oli suuri tarve. Hän kertoi, ettei naisen intiimiasioille oikeastaan edes ole sopivia sanoja. Hän korosti erityisesti syrjäisen Spitin alueen nunnia, jotka asuivat kaukana, kahden vuorokauden matkan päässä Dharamsalan toimistolta. Ehdotin, että näiden neljän nunnaluostarin lisäksi otamme mukaan myös viidennen nunnaluostarin, joka sijaitsee Tilokpurissa, paljon lähempänä Dharamsalaa. Ehdotukseni hyväksyttiin. Prosessin tuloksena hankkeeseen valikoitui nunnaluostareja kahdelta eri alueelta, neljä nunnaluostaria korkealta, vaikeapääsyisestä Spitin laaksosta ja yksi niistä erillinen nunnaluostari, joka oli vain kahden tunnin ajomatkan päässä Dharamsalasta.

Kaikki kohderyhmän nunnat elävät Himalajan vuoristossa nunnaluostareissa, Pohjois-Intiassa, Himachal Pradeshin ja Spitin alueella. Spitin laaksossa ovat Yangchen Choeling, Pangmon kylässä, Sherab Choeling, Morangin kylässä, Tsechen Choeling, Kazan kaupungissa, Dechen Choeling, Pin-laakossa. Himachal Pradeshissa on suuri nunnaluostari, nimeltään Karma Drubgyu Thargay Ling, joka sijaitsee Tilokpurin kylässä. Tutkimusmateriaaliksi kahden eri nunnaluostarin vierailuista tehdyt tallenteet ja muistiinpanot. Nämä kaksi olivat Dechen Choeling Pin-laaksosta ja Karma Drubgyu Thargay Ling, Himachal Pradeshista. Lha'n työntekijän selvitys nunnien määrästä ja siitä millaiset esitiedot heillä oli, tarkensi esiymmärrystäni. Tarve interventiolle oli paikallisen yhteistyötahon arvioima. He toivoivat hanketta vedoten akuuttiin tarpeeseen. Esitietoni näistä nunnaluostareista tulivat paikallisjärjestöltä.

8.2 Tutkimusmenetelmät ja kulttuurisensitiivisen työotteen mittarit

Tutkimuksessa käytetään ETNIMU-projektin lähestymistapaa kulttuurisensitiivisen työotteen onnistumisen arvioinnissa. ETNIMU-projekti on etnistaustaisten ikääntyvien ihmisten aivoterveiden edistämisen hanke, joka toteutui Suomen muistiasiantuntijat -yhdistyksen (2024) toimesta useassa kaupungissa vuosien 2015–2017 aikana. Sen menetelmänä oli kulttuurisensitiivinen muistityö, jonka mittareiksi muodostui neljä askelta, joista

kolme ensimmäistä olivat kohderyhmän tavoittaminen, kohtaaminen ja luottamussuhteen syntyminen. Tämän lisäksi oli neljäs askel, joka oli edellä mainitun toiminnan reflektointi. ETNIMU-projektin ympäristö oli Suomi, ja sen kohteena olivat venäläiset, somalitaustaiset, virolaiset ja romanitaustaiset ryhmät. Kaikkien etnisten ryhmien kanssa oli käytössä kulttuurisensitiivinen työote. Opinnäytetyössäni havainnoin kulttuurisensitiivistä työtöittäni sekä sen merkityksiä. Tutkimustulosten jäsentelyssä jaottelin materiaalia ETNIMU-projektin neljän askeleen muodostamiin kategorioihin.

Aineiston keruussa oli etnografinen ote, jolle on tunnusomaista, että havainnointi tapahtuu tutkittavan ilmiön keskellä. (Hakala, 2024, luku Etnografinen tutkimus.) Etnografinen tutkimus ja osallistuva havainnointi sisältävät ajatuksen läheisessä kanssakäymisessä kokemalla oppimisesta tutkittavien kanssa. Tutkijan tarkoituksena on päästä lähelle tutkittaviaan ja heidän todellisuuttaan. (Aromaa & Tiili, 2014, s. 258.). Toimin tutkimuksessani erilaisen kulttuurin keskellä Himalajalla buddhalaisnunnien keskuudessa. Olin kentällä aktiivinen osallinen nunnaluostareissa toteutuneessa kestoidehankkeessa. Tarkoitukseni oli lähestyä kohderyhmää kunnioittavasta, tasa-arvoisesta lähtökohdasta, osaamista vastavuoroisesti jakaen ja vuorovaikutuksesta oppien. Tutkimusmateriaalin analyysi eteni hermeneuttisen kehän mukaisesti esiyymmärryksestä (Hakala, 2024, luku Hermeneuttinen tutkimus), materiaalin jäsentelyyn ETNIMU-projektin kulttuurisensitiivisen työotteen neljän askelen avulla. Fenomenologis-hermeneuttinen tutkimusperinne tutkii ihmiskäsitystä filosofisena kysymyksenä sekä sen perustalle muodostuvaa kokemuksellista tietokäsitystä ja sen tiedon luonnetta. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, Fenomenis-hermeneuttinen perinne ja tulkinnallinen tutkimus). Nämä olivat keskeisiä havainnoinnin alueita perehtyessäni kestoidehankkeen tutkimusmateriaalin syvempiin merkityksiin. Eettiseen, luotettavaan lopputulokseen pyrin kuvaamalla mahdollisimman objektiivisesti omaa, keskeistä rooliani.

8.3 Aineiston keruu ja rajaus

Keräsin aineistoa Himalajan nunnien kestopideohankkeen aikana Himalajan syrjäseuduilla matkustaessamme. Kirjoitin samalla tutkimuspäiväkirjaa ja otin tai pyysin tiimin jäseniä ottamaan videotallenteita luentotilanteista, joissa opetin nunnille heidän kotiluostareissaan anatomiaa, hygieniaa ja kuukautisterveyttä heidän äidinkielellään. Päiväkirjaa on 15 sivua, saneltua päiväkirjaa on 62 minuuttia ja 6 sekuntia. Sen lisäksi on videotallenteita yhteensä 44 minuuttia. Materiaali on tallennettu opetustilanteista. Kun nunnat esittivät henkilökohtaisia tai tarkentavia kysymyksiä, en käyttänyt videotallennusta, mutta tallensin kysymykset muistinvaraisesti heti tilaisuuden jälkeen saneltuna äänitteenä. Koko hankkeen tallennettu materiaali on suuri. Päätin rajata aineiston kahteen, hyvin erilaiseen ja eri tavoin onnistuneeseen vierailuun kahdessa erilaisessa nunnaluostarissa. Valitsin toiseksi vierailun, jossa oli eniten epäonnistuneita elementtejä. Vaikka kaikki muut vierailut onnistuivat sitä paremmin, pohdin että juuri virheistä tai suunnitelmien vastaisesti menneistä tilanteista voi oppia eniten. Pitäisin harhaanjohtavana, jos opinnäytetyö kuvaisi hankkeesta vain yhtä, parhainta onnistumista.

Kaksi tutkimukseen valikoitua nunnaluostaria olivat Tilokpurin nunnaluostari, jonka nimi on Karma Drubgyu Thargay Ling. Se on yksi vanhimmista maanpakoon rakennetuista nunnaluostareista ja sijaitsee Tilokpurissa, alle 2000 metrin korkeudella merenpinnasta. Nunnaluostarissa asui yli sata nunnaa, joista monet olivat alle 8-vuotiaita. Tilokpurin nunnaluostarin vieressä oli intialainen koulu, jossa nunnat opiskelivat ainakin 3 vuotta, kunnes siirtyivät nunnaluostariin opiskelemaan. Toiseksi nunnaluostariksi valitsin Pin-laakson nunnaluostarin, nimeltään Dechen Choeling. Se on pienessä vuoristokylässä, lähes 4000 metrin korkeudessa, syrjäisellä Spitin vuoristoalueella. Sen nunnista monet asuivat harjoittaen pienissä kotimökeissään tai vuorten rinteillä retriittiluolissa. Itse nunnaluostarirakennus oli pieni ja seudulla asui vähän ihmisiä. Nunnat olivat iäkkäämpiä eikä heillä ollut pääsyä intialaiseen kouluun. Tilokpurin nunnaluostarissa vierailusta oli sekä luentovideo että paljon valokuvia. Pin-laakson nunnaluostarin käynnistä ei ole videota. Sen äänitys oli katkennut heti alussa, joten sieltä saatiin hyvin lyhyt video, joka katkeaa kesken. Valokuvia oli

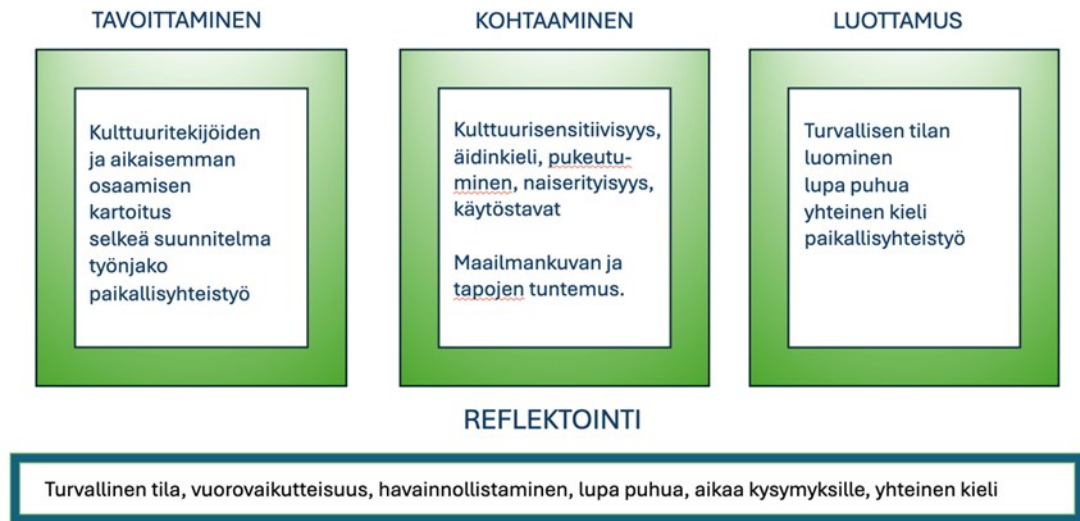
vain muutama. Rajasin laajasta aineistosta pois kolme onnistunutta vierailua kolmessa eri nunnaluostarissa. Arvioin, että yksi aineistossa mukana oleva onnistunut vierailu suuressa nunnaluostarissa kuvaisi riittävästi onnistumista tutkimusasetelman kannalta.

8.4 Aineiston analyysi

Aloitin aineiston tutkimisen käymällä läpi tutkimuspäiväkirjan materiaalit. Sen jälkeen kuuntelin sanellut päiväkirjamuistiinpanot ja kirjoitin niistä muistiinpanoja. Tämän jälkeen katsoin luentotilanteista tehdyt videotallenteet. ETNIMU-projektissa, etnisten ryhmien muistihäiriöisille tukea tarjoavassa hankkeessa, kulttuurisensitiivistä työtettä arvioitiin neljän askeleen avulla. Askeleet ovat kohderyhmän tavoittaminen, kohtaaminen, luottamuksen rakentaminen ja oman toiminnan reflektointi. (Jaakson, ym., 2017, s. 28–31.) Olen käyttänyt näitä neljää askelta tutkimusmateriaalin jäsentämisessä. Kirjoitin ylös aineistosta nousevia, keskeisiä lauseita. Jäsentelin merkityksiä nelikenttään tutkimuskohteeksi valittujen kahden nunnaluostarivierailun kestopohjaisen luentotilanteiden tutkimusmateriaalia havainnoiden. Tarkastelin lauseiden merkitystä ja lajitelin niitä teemoittain. Tein ensimmäisen kaavion. Etsin siinä tutkimusmateriaalissa painottuvia merkityksiä ETNIMU-projektin kulttuurisensitiivisen työtteen onnistumisen mittaamisessa käytetyn neljän askeleen – tavoittamisen, kohtaamisen, luottamuksen ja reflektoinnin – mukaisesti.

Sen jälkeen ryhmittelin tutkimusmateriaalista nousseita elementtejä kronologiseen viitekehykseen, lajitellen toimintaa tapahtumajärjestykseen. Neljä askelta, joilla kulttuurisensitiivisen työtteen onnistumista mitataan, voi nähdä kronologisena jatkumona. Toisaalta niitä voi käyttää toiminnan eri osa-alueiden tarkasteluun, jolloin ne toimivat hermeneuttisen oppimisen kehänä, tuottaen uusia merkitystasoja. Joidenkin merkitysten painoarvoa korosti niiden kuuluminen useampaan kenttään. Pohdin kulttuurisensitiivistä työtettä ja koko tutkimusmateriaalia eettisestä näkökulmasta sekä kategorisesti kulttuurisensitiivisen työtteen neljän askeleen kautta.

KULTTUURISENSITIIVINEN TYÖOTE



Kuva 5. aineiston jäsentely analyysivaiheessa

9 TUTKIMUSTULOKSET

Laadullisen tutkimuksen tulokset kuvaavat Pohjois-Intiassa, Himalajan syrjäisissä kylissä sijaitsevilla viidellä tiibetinbuddhalaisella nunnaluostarissa toteutetun kehityshankkeen, nunnien kestopohjaisen tutkimusmateriaalista saatuja merkityksiä. Havainnointia menetelmänä käyttänyt tutkimuksellinen opinnäytetyö toteutui sosionomin opintojen viimeisen harjoittelujakson aikana.

9.1 Nunnien tavoittaminen syrjäisissä Himalajan nunnaluostareissa

Ensimmäinen tutkimuskysymys keskittyi kulttuurisensitiivisyyteen, kuinka opettaa länsimaista tietoa kulttuurisensitiivisesti. Tässä kappaleessa sitä kuvataan tavoittamisen, tutkimusmenetelmässä käytetyn ensimmäisen askeleen perspektiivistä. Paikallinen yhteistyökumppani, Lha Charitable Trust, oli ratkaisevassa asemassa kohderyhmän tavoittamisessa. Tavoittamisen askeleen

jäsentelyssä tutkimusmateriaalista tuli yhtenä tekijänä esiin valmistelevat työt. Paikallisjärjestö kartoitti sekä ennakkotietoja että käytännön asioita. Paikallisjärjestö sopi, milloin matkustamme nunnaluostareihin. Heidän työntekijänsä sopivat käyntiajat. Varmistin kuukausia aiemmin, että nunnat varmasti olivat paikalla, eivätkä esimerkiksi yhdessä matkustaneet buddhalaisiin opetukseen kauas Etelä-Intiaan tai Nepaliin, joten paikallisjärjestö oli useamman kerran yhteydessä nunnaluostareihin. Ensimmäinen yhteydenotto oli noin vuotta aikaisemmin. Kirjoitin tutkimuspäiväkirjaani: ”Ymmärsin, että minun on hyvä aloittaa päiväkirjan pitäminen opinnäytetyön prosessista” (11.12.2023).

Vaikka koetin varautua aikatauluongelmiin ennakoimalla, yksi tapaaminen nunnaluostarissa kärsi muuttuneista aikatauluista. Sopiminen oli paikallisen Lha Charitable Trustin työntekijän vastuulla. Lha-paikallisjärjestön työntekijä oli vaihtunut vain viikko ennen matkaa. Se teki käytännön asioista vaikeampia. Nuori, kokematon työntekijä ei osannut huomioida olosuhteita. Vuoristo-olosuhteissa oli tarpeen varmistaa tapaaminen syrjäseudun nunnaluostariin useampi päivä etukäteen, koska yhteydet voivat olla huonoja tai poikki, eivätkä nunnat koko ajan päivystäneet puhelintaan. Seurauksena oli, että Pin-laakson nunnista tapasimme vain kolmanneksen. Heitä oli 25 paikalla. Kaksi kolmasosaa nunnista ei ollut saanut tietoa vierailupäivän vaihtumisesta. Paikallinen työntekijä sopi asian ennen kuin puhui kanssani, joten en onnistunut vaikuttamaan tilanteeseen. Hänellä ei ollut riittävästi kokemusta huomioida kuinka hankalaa retriitissä olevia nunnia oli tavoittaa ilman puhelinta. Harkitsimme autokuskin kanssa uudelleen nunnaluostariin tuloa seuraavana päivänä. Se oli päivä, johon nunnien kanssa oli alun perin sovittu tapaaminen ja monet tulisivat retriittiluolistaan turhaa paikalle. Heille jäi tuliaisiksi vierailustamme kestoiteita ja terveysesitteitä (liite 1). Paikalla olleet nunnat lupasivat kertoa terveisemme. Se oli harmillisen paljon vähemmän kuin hyöty luennolle osallistumisesta. Olisin itse ollut valmis jäämään nunnaluostariin yöksi, jotta edestakaisin matkustamiselta säästyään, mutta yöpymispaikkaa ei voitu tässä vaiheessa muuttaa.

Tilokpurin nunnaluostarissa oli päinvastainen tilanne. Siellä meitä odotti enemmän nunnia kuin kartoituksen perusteella olimme saaneet tietää. Heitä oli yli sata, mutta rajasimme osallistumisen yli 8-vuotiaisiin. Nunnaluostarissa oli

paljon tarhaikäisiä, 4–5-vuotiaita nunnia. Yhteensä 78 nunnaa osallistui ja nunnaluostarissa työtä tekevää naista. Se oli hieman enemmän kuin esitiedoissamme oli mainittu. Käynti tuntui onnistumiselta jo sen vuoksi, että luennolleni osallistui suuri määrä nunnia. Tiedonvälitys onnistui tällä luennolla hyvin.

Toinen tutkimuskysymys keskittyy nunnien maailmankuvan ja integriteetin kunnioittamiseen. Intervention alkuvaiheesta lähtien, kaikki tapahtui paikallisten ehdoilla. Nunnaluostarissa tehtävän kuukautisterveyteen liittyvän intervention tarkoituksesta nunnille kertoi Lha Charible Trust -paikallisjärjestön työntekijä. Paikallisjärjestö oli tunnettu pakolaisyhteisössä ja sillä oli yhteisössä valmiiksi tehtävään sopiva rooli. Sen toimintaan uskottiin ja työntekijöihin luotettiin. Nunnien tavoittaminen tapahtui nunnaa kunnioittavalla, heidän kulttuuriaan tukevalla tavalla. **Paikallisyhteistyön merkitys** oli tässä huomattava. Tämä oli yksi onnistumisen tekijä kulttuurisensitiivisessä kohderyhmän tavoittamisessa ja keskeinen mahdollistaja koko opetustilanteen rakentumiselle, niin fyysisen kuin kognitiivisen tavoittamisen kannalta. Paikallistyöntekijä selvitti etukäteen, oliko kukaan puhunut nunnille naisten terveydestä. Olin ajatellut tämän olevan varmin tapa selvittää asiaa ilman väärinkäsityksiä. Hankkeen edetessä kävi ilmi, että paikallisjärjestön tiedoissa oli kuitenkin aukkoja.

Tutkimusaineistossa korostui tarve selkeydelle työnjaossa ja suunnittelussa. Olosuhteiden ja kohderyhmän osaamisen ja tietomäärän tunteminen oli tarpeellista jo ennen käytännön työn aloittamista. Kävin paikallistyöntekijöiden kanssa keskusteluja ilmaisuista, jotka nunnien yhteisö voisi hyväksyä. Pohdimme myös lähestymistapoja. Samanaikaisesti tein kulttuurista ja osaamisen kartoitusta koko pakolaisyhteisössä sattumanvaraisesti ihmisiä tavatessani. Länsimaisessa kuukautisterveyteen liittyvässä informaatiossa oli paljon uutta myös joillekin työntekijöille. Tämä **tietotason** hahmottaminen auttoi luentomateriaalin tuottamisessa. Hankkeen suunnitelma ja **kartoitus** rakensivat toteutuksen ja olivat keskeinen ennakkotoimi kohderyhmän tavoittamisessa. Kartoitusta Pohjois-Intiassa teki paikallisjärjestön työntekijä, vaikka minulla oli mahdollisuus vaikuttaa siihen. Sen lisäksi oli subjektiivisempi kartoitukseni koko pakolaisyhteisön keskimääräisestä tietotasosta ja taustatiedoista. Sen perustalle

uusi, hankkeen jakama tieto, eli luomani terveysesitys, rakentui. Selvitin, mitä tietoa voin olettaa kohderyhmällä olevan. Käytin osaamisen kartoituksessa myös paikallisjärjestön naistyöntekijöiden tietotasoa. Kulttuurista tuntemusta minulle oli kertynyt jo vuosien mittaan. Kulttuurinen kartoitus sopivasta ja epäsopivasta oli tällaisessa yhteydessä onnistumisen kannalta huomattavan tärkeää ja tarkastin esiyymmärrystäni hankkeen työntekijöiden näkemyksiä selvittäen. Varsinainen hankesuunnitelma tehtiin yhdessä paikallisjärjestön kanssa ja paikallisjärjestön mandaatilla.

Aineistossa nousi yhä uudelleen esiin oman kielen ja kulttuurin merkitys. Tietoa on helpompaa ottaa vastaa omaan kulttuurin ja arvomaailmaan sopivassa muodossa.

Kysyin toimistolla, miten he kutsuvat kuukautissidettä tiibetiksi eikä kukaan viidestä paikalla olevasta naisesta osannut sanoa. Nämä olivat koulutettuja sosiaaalialalla työtä tekeviä naisia, joista osa oli ollut mukana suunnittelemassa tätä hanketta jo vuoden. Joukossa oli yksi lääkäri. Ymmärsin tästä vastauksesta ilmiön, joka pakolaisyhteisöissä on tunnettu. Oman kielen osaaminen ja ylläpitäminen heikkenee ympäröivän kulttuurin vaikutuksessa ja paineessa. (tutkimuspäiväkirja, 2.9.2024)

Kolmantena tutkimuskysymyksenä oli havainnoida kuinka buddhalaisnunnien kulttuuria voi tukea kuukautisterveyteen liittyvän intervention kautta. Kohderyhmää määrittävä tekijä oli **pakolaisuus** ja sen vaikutukset. Ympäröivien kielten ristipaineessa toisten kielten ilmaiset tarttuvat puhekieleeseen. Asia tuli näkyväksi jo suunnittelu- ja valmisteluvaiheessa, hankkeen alusta alkaen. **Oman kielen vahvistaminen** on yksi kulttuurin säilyvyyden kulmakivi. Kuukautisterveysesitystä tehdessäni käytin määrätietoisesti tiibetin kieltä, enkä hyväksynyt siihen englanninkielisiä tai hindinkielisiä lainasanoja ylläpitääkseni kohderyhmän omaa kulttuuria ja äidinkieltä. Usein toistin lauseen uudelleen täysin tiibetiksi, kun minulle puhuttiin lainasanoja käyttäen. Koska en puhu hindiä, josta lainasanoja otetaan, minun oli helppo vedota tarpeeseen sanoa asiat tiibetiksi. Naisiin liittyvän aiheen vuoksi **naiserityisyys** korostui nunnien parissa tavalla, jota länsimaisessa kulttuurissa ei juuri kohtaa. Nunnien tavoittaminen naisten terveyteen liittyen ei olisi ollut mahdollista, jos prosessissa olisi ollut

mukana miehiä. Tavoittamisen käytännön tasolla selkeä toimintasuunnitelma, jossa kukin tunsi roolinsa ja tiesi mitä tarvikkeita tarvitsee tehtävänsä hoitoon, loi raamat onnistuneelle vierailulle.

9.2 Nunnien kohtaaminen vierailuilla ja luentotilanteissa

Ensimmäinen tutkimuskysymys; kuinka länsimaista hygieniatietoa, naisten anatomiaa, ja kuukautisterveyttä voi opettaa buddhalaisille kulttuurisensitiivisesti, oli kohtaamistilanteiden havainnoinnin tärkein kysymys. Kohtaamistilanteet olivat luentotilanteissa muodollisia sekä luentotilanteiden ulkopuolella epäformaaleja. Luentotilanteissa **kulttuurisensitiivinen** ote näkyi pukeutumisessa, käytöksessä, myös ilmaisussa huomioitiin nunnien maailmankuva. Vaatteiden tuli olla siistit, ei liian huomiota herättävät ja riittävän peittävät esimerkiksi kaulaukon kohdalta. Muodollisessa tilanteessa nunnaluostari järjestäytyi kuten kaikissa muissakin opetuksissa, joita nunnat vastaanottavat. Tällöin roolini luennoijana ja kulttuuria huomioiva ja **kunnioittava kohtelias käytös** olivat keskeisiä tekijöitä kohtaamisessa. Kohtaamisia muodostui myös epämuodollisesti luentotilanteen jälkeen. Kaikki kuukautisterveysesitykset pidettiin nunnien äidinkielellä. Yhteinen kieli lähensi suhdettani nunniin. Kielen merkitys oli monien nunnien kohdalla ensisijaista. Oman äidinkielen käyttäminen sosiaalisissa tilanteissa loi vahvan yhteyden ja oppimisella oli vähemmän esteitä. Se auttoi omaksumaan ja ymmärtämään uusia asioita paremmin. Tämä tuki nunnien elämässä etnofilosofista hyvinvoinnin osa-aluetta. Nais erityisyys muodostui uskonnollisten perinteiden määrittämistä rajoista. Kaikissa luentotilanteissa oli paikalla vain naisia. Intiimistä aiheesta voitiin keskustella vain naisten kesken. Tämä kulttuurisensitiivinen ehto oli täytettävä, jotta nunnat suostuivat osallistumaan. Yksilökohtaamisia oli jonkin verran. Epämuodollisia kohtaamisia varten olisi ollut hyödyllistä yöpyä nunnaluostareissa. Onneksi aitoja kohtaamisia tapahtui luentojen aikana ja varsinkin niiden jälkeen. Käytännössä paikallisjärjestö vastasi matkasuunnitelmasta nunnien luokse. Se oli majoittanut meidät hotelliin, joten aika nunnien luona rajoittui päiväkäynteihin.

Joustavuus suunnitelman toteuttamisessa ja erilaisissa olosuhteissa helpotti opetustilanteita esimerkiksi sähkökatkoksen aikana ja muuttuneiden aikataulujen kohdalla. Emme aina saaneet mukaan tullutta projektoria toimimaan. Pin-laaksossa projektorin käytön esti sähkökatko. Tutkimuspäiväkirjassa oli merkintä sähkökatkon seurauksista: ”Jouduin pitämään luennon tietokoneelta näyttäen.” (tutkimuspäiväkirja, 17.9.2024) Kuljin siis rivissä istuvien nunnien edessä tietokoneruutuani näyttäen.

Kohtaamiset Pin-laakson nunnien kanssa jäivät muuttuneen aikataulun vuoksi vähäisiksi. Osa heistä oli tulossa paikalle vasta seuraavana päivänä, kuten alun perin oli sovittu. Nunnat istuivat esityksen jälkeen hiljaa. Korkean vuoristoilman oli ohutta ja vasta 4000 metriin saapuneena voin huonosti. Paikallisjärjestön uusi työntekijä, joka itse oli syntynyt korkeilla vuorilla, ei huomioinut minulle välttämätöntä, yhtä akklimatisoitumispäivää, joten voimani olivat vähäiset. Minulla ei sen vuoksi ollut energiaa olla aloitteellinen epämuodollisten keskustelujen aloittajana.

Tilokpurin nunnaluostarissa oli riittävästi aikaa eikä minulla luennoijana ollut korkean vuoriston ohuen ilman tuomia terveyshuolia, joten voimavaroja kohtaamisiin oli enemmän.

Mun oli tosi hyvä jutella, kun mä en ollut väsynyt ohuen vuoristoilmasto ilman vuoksi, kun silloin en saanut akklimatisoitua päivän, niin kuin Spitissä kävi. Ja meillä oli kunnan projektori, niin se oli sillä lailla tosi mukavaa ja siellä istu sit sellainen reilu 70 nunnaa ja jotenkin se puhuminen oli mulle tosi luontevaa ja mukavaa ja se kontakti nunniin syntyi helposti ja sieltä tuli monenlaista virnistystä. (23.9.2024, tutkimuspäiväkirjan sanelutalenne)

Tilokpurissa nunnat tulivat pieninä ryhminä vuorotellen jututtamaan minua ja paikallisia hankkeen työntekijöitä. Kohtaamisia oli paljon myös ihan pienten nunnien kanssa. Yksi nuori aikuinen nunna tuli melkein juosten suoraan luokseni. Hän oli yksin eikä liikkunut ryhmässä, kuten muut näkemäni nunnat. Hän kertoi lievistä puhevaikeuksistaan huolimatta muuttaneensa nunnaluostariin hoitolaitoksesta nimeltä Nyingthobling. Laitos on kehitysvammaisia varten. Hänet oli kehitysvammastaan huolimatta vihitty nunnaksi. Nunnaluostarissa oli vain yksi

hänen kaltaisensa, erityistä sosiaalista tukea tarvitseva nunna. Muut nunnat olivat lämpöisiä ja kannustavia luostarin kehitysvammaista jäsentä kohtaan. Hän oli kykyjensä mukaan muiden nunnien mukana kaikissa toimissa.

Tilokpurin nunnaluostarin, Karma Drubgyu Thargay Ling'in luennosta oli pitkä videotallenne, josta voi huomata nunnien mielenkiinnon säilyvän koko ajan. Videolla oli nähtävissä, kuinka varmistelin kysymällä, olivatko nunnat ymmärtäneet mitä siihen mennessä oli kerrottu. Anatomisen kuvan kohdalla useampi nunna vastasi, ettei ymmärtänyt millä tavalla naisen ruumista vyötäröstä alaspäin kuvaava anatominen kuva kertoi naisen ruumiista. Luennoijana menin kuvan eteen ja käännyin sivuttain, koska anatominen kuva oli sivulta päin. Havainnollistin omalla ruumiillani, osoittaen vuorotellen kuvassa näkyvää virtsatiehyttää ja suunnilleen vastaavaa kohtaa oman ruumiini etupuolella, jotta nunnat paremmin sisäistäisivät heille erikoisena näyttäytyvän kuvan merkityksen. Vastaavasti kerroin naisen ruumin keskimmäisestä ja takana olevasta aukosta osoittaen suunnilleen oikeaa kohtaa ruumiissani pienin käsielein. Nunnat vaikuttivat ottavat jokaisen saamansa tiedonjyvän talteen. Kaikki osallistujat eivät tienneet, että naisilla on kolme aukkoa alaruumiissaan. Se herätti hyväntahtoista huvitusta. Joku nunnista näkyi videoimassa omalla kännykällään esitystä, jotta annettu tieto saatiin varmasti talteen ja voitaisiin jakaa tarvitseville. Paikalla oli myös muutama maallikkonainen, jotka työskentelivät nunnaluostarissa.

Toinen tutkimuskysymys nunnien **maailmankuvan** ja **integriteetin** kunnioittamisesta sekä kulttuurin tukemisesta luentotilanteessa läpäisi kaiken toiminnan. Sitä oli valmisteltu etukäteen, esimerkiksi nunnien äidinkielen ilmaisia luennossa käyttäen. Nunnien kysyessä monia kysymyksiä, en kyseenalaistanut kysymysten taustalla olevia maailmankuvallisia lähtökohtia uutta tietoa jakaessani. Eräs nunna kysyi kuukautisveren likaisuudesta. Vastasin kysymykseen anatomisesti, en filosofisesti. Selvitin, että kuukautisveri ei ole osa suonissa virtaavan veren kiertoa ja että kuukautiset puhdistavat kohdun seinämät kerran kuukaudessa. Nunna kommentoi asian pohdittuaan, ettei kysymys veren likaisuudesta ollut relevantti, ettei naisessa ollut kahta erilaista verta, joista toinen olisi likaista ja toinen puhdasta. Hän ymmärsi itsenäisen ajattelunsa perusteella **stigman** olevan aiheeton. Luennoijana esittämäni useat, varmentavat

kysymykset kuulijoille voimistivat nunnien itsenäistä toimijuutta terveydestään huolehtivina toimijoina. Kolmas tutkimuskysymys, kuinka kestoprojektin voi vahvistaa nunnien itsenäistä toimijuutta ja voimaannuttaa nunnia aktiivisina omasta kehostaan ja terveydestään huolehtivina toimijoina, näkyi kestoprojektin luentojen sisällössä. Luennon tavoitteena oli opettaa nunnille riittävästi kuukautisterveydestä, jotta he jatkossa osaisivat **itsenäisesti** arvioida mitkä oireet tulee kertoa lääkärille ja mitä kuukautisoireita voi hoitaa kotikonstein. Tämä voimaannutti nunnia aktiivisina, omasta kehostaan huolta pitävinä toimijoina. Luentotilanteet myös vähensivät kuukautisiin ja kuukautisoireisiin liittyvää stigmaa. Yhtenä pitkäaikaisena vaikutuksena oli, että asian **puheeksi ottamisen kynnyks** madaltui.

9.3 Luottamuksen rakentaminen

Kulttuurisensitiivinen opetustilanne, johon ensimmäinen tutkimuskysymys pureutuu, voi syntyä vain luottamukseen perustuen. Luottamuksen rakentumisessa nunnien ja minun, vierailevan luennoitsijan välille, yhteinen kieli ja tilannetaju, jonka muodostivat tilanteeseen sopivat vaatteet, sopiva käytös ja sopiva tapa puhua, olivat avainasioita. Ne loivat turvallista tilaa (Helsingin yliopisto, 2024), joka oli välttämätön, jotta nunnat kokivat, että heillä oli lupa puhua. Stigmatisoidusta asiasta ääneen puhumisen lupaa ei voi antaa vain sanoin. Siihen tarvitaan luottamusta. Päämäärä oli tila, jossa nunnat rohkaistuivat kysymään henkilökohtaisia, tarkentavia kysymyksiä ja kysymään tarvittaessa. Näissä luentotilanteissa, jotka olivat ensimmäiset nunnille tiibetiksi pidetyt terveystiedon esitykset, syntyi poikkeuksetta riittävä luottamus keskustella yksityisasioista ja esittää kysymyksiä.

Paikallistyöntekijän alustus ja luennoitsijan esittely nunnille ennen puheenvuoroani oli toimiva käytäntö. Paikallisjärjestöllä oli auktoriteetti sosiaalityön osalta pakolaisyhteisössä. Sen tuoma auktoriteetti loi luottamusta paikallistyöntekijän esitellessä minut nunnille ennen puheenvuoroani, mutta se ei pelkästään riittänyt. Myös oma esittäytymiseni ja tilaisuuden harvinaislaatuisuuden painottaminen lähensi minua nunkiin. Toisen

tutkimuskysymyksen teemat; maailmankuvan ja kulttuurin kunnioittaminen, tulee näkyä esiintymisessä, jotta **vastavuoroinen luottamus** voi syntyä. Painotin mahdollisuuttamme keskustella naisten kesken ja vaadin nunnia kysymään kaikkea mikä jäi mietityttämään. Sukupuoli oli merkittävä tekijä nunnaluostarin kyseenollessa. Luentotapahtuma tai sen synnyttämä luottamus, ei olisi ollut mahdollista, mikäli miehiä olisi ollut paikalla. Se olisi ollut niin vahvasti nunnien normien vastaista. Syntyi riittävä luottamus, jolla nunnille luotiin **sosiaalisesti hyväksyvä** tila, jossa oli **lupa puhua** kuukautisterveydestä ja intiimihygieniasta. Lupa puhua asiasta, josta yhteisö ei ollut aiemmin puhunut, näyttäytyi yhtenä hankkeen keskeisimmistä merkityksistä. Samalla humoristinen, rauhallinen tapa kommunikoida edesauttoi turvallisen tilan luomisessa.

Nunnat kutsuivat munasolua siemeneksi, olivat asian sillä tavalla oppineet. Heitä nauratti sana muna, jota tiibetiksi käytimme. Aloin kysellä mitä sanaa he käyttävät ja oliko sanomassani jotain hauskaa tai epäselvää, että mainitsemani muna on niin pieni, ettei silmä sitä näe. Sitten kehotin kysymään aina, jos jokin ihmetyttää, jotta ei jää miettimään missä se muna on. Näin sanoessani katselin ympärilläni seinille vähän samaan tapaan kuin filosofisissa tyhjyyden opetuksissa etsitään objektia, jota ei lopulta ole. Kaikki nunnat räjähtivät nauruun. Hetki on ikuistettu kuvaksi, se oli todella hauskaa ja tunsin onnistumista. (tutkimuspäiväkirja 21.9.24)

Pin-laakson nunnat eivät kyselleet paljoa. He kertoivat saaneensa kuukuppeja intialaisilta. Olimme yllättyneitä. Paikallisjärjestön mukaan Spitin nunnilla ei ollut minkäänlaista kuukautisterveysopetusta. Nyt meille selvisi, että intialainen järjestö oli käynyt lahjottamassa nunnille kuukuppeja vuotta, kahta aikaisemmin. Tuli vaikutelma, että nunnat olivat kuulleet kuukautisiin liittyvän esityksen aiemmin kuukuppien yhteydessä. Meille ei selvinnyt tarkemmin, mitä nunnille oli hindiksi kerrottu, kuinka hyvin hindiä oli ymmärretty ja olivatko luennoijat osanneet huomioida nunnien tilannetta lainkaan. Minulta kyseltiin hieman, onko kuukuppeja terveellistä käyttää. Osa nunnista ei ollut alkanut käyttää saamiaan kuukuppeja. Kestositeistä nunnat vaikuttivat pitävän. Niiden käyttö oli nunnille helpompaa kuin paikalleen asetettavan kuukupin.

Tilokpurin nunnaluostarissa kukaan ei ollut puhunut heille kuukautisterveydestä aiemmin eikä heillä ollut käytössään kuukuppeja. Kestositeet otettiin

kiitollisuudella vastaan. Paikallisjärjestön työntekijä sanoi, että tässä nunnaluostarissa oli pitkään ollut länsimainen nunna, ja että heillä varmaan oli jo paljon kaikkea. Kävi ilmi, että paikallisjärjestön tiedot olivat tältä osin virheellisiä. Nunnaluostarissa asui yksi indonesialainen nunna tiibetiläisten lisäksi, ei yhtään länsimaista nunnaa. Tilokpurin nunnat kyselivät tarkentavia kysymyksiä ainakin puoli tuntia esityksen jälkeen. Kuukautisiin liittyvä tieto tuli heille nyt ensimmäistä kertaa tällaisena selkeänä yhtenäisenä kokonaisuutena. Olin hyvin tyytyväinen, että olin ehdottanut Tilokpurin nunnaluostarin lisäämistä hankkeen listalle huolimatta saamistani esitiedoista, joiden mukaan nunnaluostarissa asui länsimainen nunna. Länsimaisen nunnan vuoksi heillä oletettiin olevan paljon tietoa ja kuukautistarvikkeita. Käynnin perusteella välittyi kuva, että tämä nunnaluostari hyötyi käynnistä jopa enemmän kuin Spitin nunnat. Spitin nunnat asuivat hyvin syrjäisellä seudulla. Samaan aikaan Spiti oli ollut osa Intiaa, erityinen vuoristolaakso, jonka väestöstä osa puhui hindiä, osa paikalliskieltä, joka oli yksi Tiibetin monista murteista. Alue ei ollut samalla tavalla kulttuurisesti erillään Intiasta kuin pakolaisten kokemus vieraan kulttuurin keskellä voi helposti olla – vaikka nunnaluostareissa asui pakolaisia, niissä oli myös paikallisia spitiläisiä. Tämä tausta sitoi heidät vahvemmin osaksi intialaista yhteiskuntaa. Vierailut kaikkiin nunnaluostareihin osoittautuivat välttämättömiksi, vaikka niiden välillä oli eroja.

Kolmas tutkimuskysymys; itsenäisen toimijuuden vahvistuminen näkyi luottamuksen vahvistumisen askeleessa tiedon jakamisen tilanteissa sekä organisaatiotasolla. Terveysluennoilla nunnat saivat tietoa siitä, milloin oireita voi hoitaa kotikonstein ja millaiset oireet vaativat lääkärin huomiota. Tieto ei ainoastaan herätä luottamusta sen kertojaa kohtaan, mutta myös lisää luottamusta itsenäiseen ongelmien ratkaisukykyyn. Nunnaluostarien **itsenäistä toimijuutta** organisaatioina vahvisti konkreettisesti nunnakomitean luominen. Kustakin nunnaluostarista kaksi nunnaa valittiin niin sanottuun nunnakomiteaan. Nunnakomitea otti vastuun kuukautisterveyteen liittyvien asioiden hoitamisesta ja kestoiteiden antamisesta nuorille nunnille, kun nuorilla nunnilla tulevaisuudessa alkaa kuukautiset. Komitean nunnille luotiin yhteyskanava paikallisjärjestöön ja toisiinsa, jotta kukaan ei jäisi asian kanssa yksin ja ilman tietoa kuukautisista,

kuukautisoireista, lääkäriä vaativista oireista, arkisista hoitokeinoista, naisen anatomiasta ja naisen elämänvaiheisiin liittyvistä muutoksista.

9.4 Toiminnan reflektointi kulttuurisensitiivisessä kontekstissa

Ensimmäisen tutkimuskysymyksen ongelma, länsimaissa helposti saatavilla olevan hygieniatiedon, anatomian ja kuukautisterveyden opettaminen nunnaluostareissa kulttuurisensitiivisesti, paikallisjärjestön kanssa yhteistyössä oli onnistunutta. Nunnien luennoista rajattiin kulttuurisensitiivisistä syistä pois raskaus ja siihen liittyvät asiat, koska nunnat eivät seurustele tai perusta perhettä. Jaettu tieto ei tullut nunnille ulkopuolisena tai länsimaisena. Antamissamme terveysesitteisessä oli paikallisjärjestön logo. Anatominen tieto on luonteeltaan universaalia, vaikka kyseessä oli länsimaissa yleisesti tiedossa ollut informaatio, sitä ei aiemmin ollut jaettu näiden nunnaluostarien nunnille. Tutkimuspäiväkirjastani löytyy kuvaus: ” Olimme ensimmäiset, jotka koskaan kävivät puhumassa heidän kanssaan kuukautiskierrosta. He olivat itsevarmoja, hyvin opiskelleita, fiksuja nunnia” (24.9.2024).

Tiibetinbuddhalaisessa kulttuurissa nunnien ei ollut sosiaalisesti hyväksytyä puhua ruumiistaan eivätkä naiset tunteneet omaa anatomiaansa kovin hyvin. Aihetta pidettiin, kenties jossain määrin perustellustikin, vähempiarvoisena henkiseen elämään keskittyvien nunnien elämässä, vaikka luonnollisesti perustiedot olivat kaikille naisille, myös nunnille, välttämättömiä. Kuukautisista oli joissain tilanteissa täysin epäsopivaa puhua. Kun yhteisöllä ei edes ollut sanoja, joilla kuvata joitain kuukautisiin liittyviä asioita, ei voinut odottaa nunnien tietävän omasta kuukautiskierrostaan ja siihen liittyvistä terveyskysymyksistä paljoa. Näissä olosuhteissa ei ole syytä vetää kulttuurisidonnaisia, vääriä johtopäätöksiä ja ajatella nunnien olevan vähän oppineita tai ajastaan jäljessä. Kysymys on vanhasta kulttuurista ja siitä mikä on sosiaalisesti hyväksytyä. Kestosidehanke vahvisti nunnien itsenäistä toimijuutta jakamalla tietoa ja kestoiteitä. Se voimaannutti nunnia aktiivisina omasta kehostaan ja terveydestään huolehtivina toimijoina. Tältä osin kolmannen tutkimuskysymyksen teemat **itsenäinen**

toimijuus, nunnien **voimaannuttaminen** ja kyky toimia omasta terveydestään huolehtivina toimijoina, oli onnistunutta.

Fyysinen saavutettavuus toteutui kestopuhehankkeen 250 nunnan kohdalla pääasiassa onnistuneesti, vain yhdessä viidestä nunnaluostarissa enemmistö nunnista ei ollut paikalla luennon aikana tietokatkon vuoksi. Tämä johtui paikallistyöntekijän muuttamasta aikataulusta, johon en onnistunut puuttumaan. Hanke matkusti nunnien kotiluostareihin, syrjäisiin Himalajan laaksoihin. Kognitiivinen **saavutettavuus**, kuulijan osaamisen ja kontekstin huomioisen tasolla on toinen saavutettavuuden taso. Havainnoin luentotilanteissa sekä videotallenteesta nunnien herpaantumaton keskittymistä luentoihin. Tämä viittaa siihen, että aihe oli kiinnostava ja heidän oli riittävän helppo ymmärtää ja vastaanottaa saamaansa tietoa, jotta mielenkiinto ei laantunut. Monet nunnien esittämät tarkentavat kysymykset tukevat ajatusta siitä, että asiasisältö oli nunnille saavutettavassa muodossa. Hankkeen esitteen nähnyt italialainen tiibetin kielen osaaja kommentoi kannustavasti: "Wow, very clear and instructive illustrations. Compliments." Tämäkin viesti tukee ajatusta viestin selkeydestä. Myös muilta tahoilta on saatu kiinnostunutta ja positiivista palautetta.

Hotellin omistava nainen totesi, että kieli on niin selkeää ja helppoa, että asia on helppo ymmärtää. Sanoi tämän olevan tärkeää viestin jakamisen ja laajenemisen kannalta. Tässä on aloitettu pieni vallankumous, hiljainen naisten kesken leviävä vallankumous naisten voimaannuttamiseksi ja heidän ihmisoikeuksiensa vahvistamiseksi. (tutkimuspäiväkirja, 24.9.2024)

Toisen tutkimuskysymyksen teemat; kulttuurin, maailmankuvan ja integriteetin kunnioittaminen uuden tiedon jakamisen yhteydessä huomioitiin valmistelutöissä. Nunnien äidinkielen vahvistaminen ja lupa puhua toteutui kaikissa nunnaluostarikäynneissä. Näin nunnat voivat puhua omasta ruumiistaan ja sen osista ja toiminnoista omalla äidinkielellään. Nunnien toimijuutta oman terveytensä ja kehonsa huolehtijoina tuki nunnien luennoilla saama tieto anatomiasta, elämänvaiheista ja oireista, joiden vuoksi on mentävä lääkärille. Nunnilla oli kokemukseen pohjautuvaa ymmärrystä kuukautiskierrosta, mutta asia oli vaiettu eikä nunnien ollut sosiaalisesti sopivaa puhua stigmatisoidusta asiasta. Tutkimuspäiväkirja kertoo havainnoista, että maanpaossa, pitkään eri

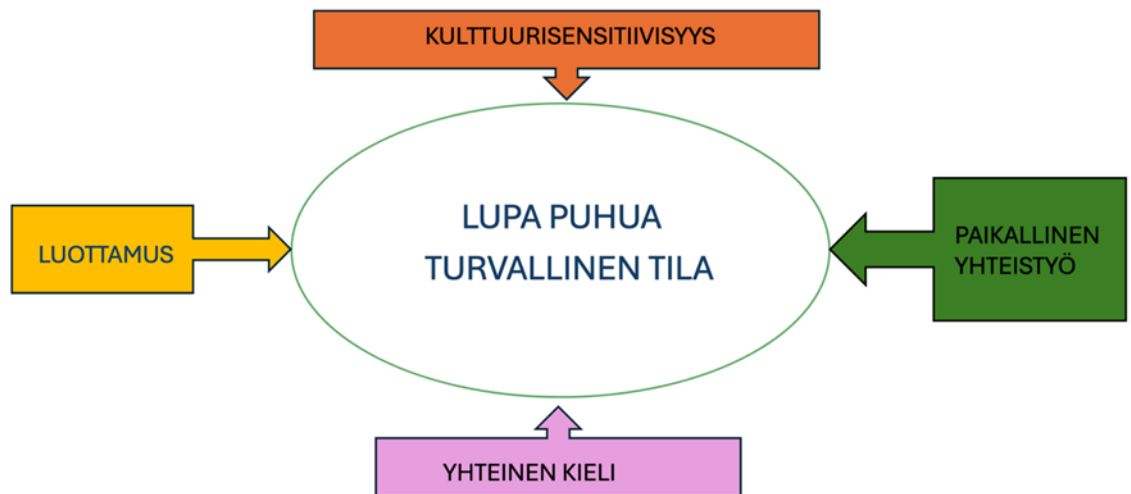
kielien ja kulttuurien ristipaineessa elävät ihmiset eivät saa tukea oman kielensä ylläpitoon. Pakolaiset eivät välttämättä itse tunnista kuinka laajaa muiden kielten vaikutus on. Kuinka ajatella tai kertoa asiasta, jolle ei ole kunnollisia sanoja? Terveyslentojen tuoma muutos toi luvan puhua ja tarvittavat sanat, joilla asiaa käsitellä. Tutkimuspäiväkirjassani on merkintä keskustelusta ennen nunnaluostarivierailuja: ” He koettivat keksiä sanoja ja toiset heistä tyrmäsivät toisten ehdotukset” (30.8.2024).

Turvallisen tilan luomiseen liittyi monia vaikuttavia tekijöitä. Eniten koin henkilökohtaista onnistumista ja riemua siitä, että nunnat kysyivät monia kysymyksiä, että heillä oli nyt lupa puhua stigmatisoidusta asiasta ja että esimerkilläni pystyin luomaan heille tilan puhua. Tilokpurin nunnaluostarissa nunnat kyselivät lisäkysymyksiä ainakin puoli tuntia luennon loputtua.

Hienoja nunnia oli tänään. Ja niiden kysymysten määrä oli valtava. Se oli jotenkin tosi ilahduttavaa, että nunnat halus kysyä niin paljon, tosiaan miettivät sitä olemistaan. (sanelutallenne 23.9.24)

Kuukautisterveyden ymmärtämiselle luotu tila, jossa on **lupa puhua**, oli yhtä olennainen tekijä hankkeessa kuin sen käytännön implikaatio, **ekologista kestävyttä** tuovat kestoiteet. Sanojen ja turvallisen tilan tuominen nunnaluostareihin intiimiterveyteen liittyen loi tilan, jossa oli lupa puhua. Tällä on suuri merkitys nunnien voimaantumiselle omasta terveydestään huolehtiviksi yksilöiksi. Nunnaluostareihin jätetyistä kestoiteistä huolehtimaan luotu nunnakomitea sai vastuulleen myös kuukautisterveyteen liittyvistä ongelmista paikallisyhteisölle edelleen raportoinnin. Rakenne toi nunnaluostarille yhteisönä itsenäisyyttä ja tukee nunnien toimijuutta huolehtia omasta terveydestään. Tämä vastaa kolmanteen tutkimuskysymykseen.

Tutkimusmateriaalin keskeisimmät merkitykset suhteessa kohderyhmään olivat onnistunut kulttuurisensitiivisyys, luottamuksen rakentuminen, yhteinen puhekieli ja paikallisyhteisön tuki. Niistä rakentui turvallinen tila keskustella. Kun avoin keskusteleva tila oli syntynyt, sosiaaliset konventiot eivät rajoittaneet nunnia ja heillä oli lupa puhua. (kuva 6)



Kuva 6. kulttuurisensitiivisen toiminnan onnistumisen elementit kestopohjaisessa hankkeessa

Toinen reflektion alue on **yhteistyö** paikallisten toimijoiden kanssa. Hankkeen toiminnassa oli mukana joukko ihmisiä eri rooleissa: Lha Charitable Trust'in paikallistyöntekijä, erikseen mukaan palkkaamani tiibetiläisen lääketieteen harjoittaja, paikallisjärjestön johtaja sekä suomalainen luennoija ja hankkeen organisoija. Kaikilla oli erilaiset mahdollisuudet vaikuttaa hankkeen onnistumiseen. Hankkeen kokonaisuuden kannalta katsoen kriittistä oli paikallistyöntekijän vaihtuminen viime hetkellä. Uudella työntekijällä ei ollut kokemusta eikä ymmärrystä tehtävästä, joka hänellä oli, joten hankkeen muut työntekijät ja toimijat enimmäkseen täyttivät hänen roolinsa ja tehtävänsä. Käytin myös aikaa käydäkseni hänen kanssaan yksityiskohtaisesti läpi hänen vastuitaan ennen tapahtumia, eri tilanteissa, jotta kokemattomuus ei vaikuttaisi hankkeen onnistumiseen. Toisaalta erilaiset epäonnistumiset ovat usein parhaita opettajia käytännön työssä.

Hankkeen puolesta ei ollut minkäänlaista diskriminaatiota luennoille osallistuvien naisten suhteen. Spitissä kylän naiset osallistuivat luennoille ja osalle kylän naisista luentoja jopa käännettiin hindiksi, koska he eivät osanneet tiibetiä. Myös Tilokpurissa muutama maallikkonainen osallistui luennoille. Hankkeessa jaettiin

kestositeitä kaikille osallistujille taustaan katsomatta. Käytännössä maallikoille meni hyvin pieni määrä kestoiteita. Kohtasimme lähinnä nunnia, kuten pyrimmekin. Hankkeen terveysesite oli paikallisjärjestön logolla varustettua virallista materiaalia, vaikka sisältö oli kokonaisuudessaan minun tuottamaani. Paikallisjärjestön uskottavuus ja paikallisten kanssa tehty yhteistyö tiedon prosessoimisessa tekivät tiedon jakamisesta mahdollista ja kulttuurillisesti helpommin hyväksyttävää.

Yhteistyö oli joustavaa. Roolit tiibetiläisen lääketieteen lääkärin ja minun välilläni olivat luontevat. Usein olimme samaa mieltä siitä, kumman on vastattava esitettyyn kysymykseen. Työnjakomme oli selkeä. Tiibetiläisen lääkärin aluetta olivat kuukautisvaivojen kotihoito perinteisin tiibetiläisin keinoin, esimerkiksi hieromalla öljyllä tai lämmittämällä kehoa vesipullolla tai pienillä lämpöisillä yrttejä sisältävillä kangaspusseilla. Minun aluettani olivat anatomia, hygienia, naisen elämäntapa ja kuukautisoireet ja oireet, jotka vaativat lääkärin konsultaatiota, sekä vaihdevuosisien käsittely.

10 EETTISET LÄHTÖKOHDAT JA TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS

Laadulliselle tutkimukselle on luonteenomaista, ettei aineistoa pysty irrottamaan kontekstistaan (Juhila, 2021). Huomioin tämän pyrkimällä selkeään kuvaukseen tutkimusympäristöstä sekä Pohjois-Intian kuin nunnaluostarien osalta. Havainnoivan, laadullisen tutkimuksen luotettavuutta mittaa tutkimuksen todenmukaisuus ja kuvauksen selkeys. Tätä tutkimuksessani tukivat tutkimusmateriaali, muistiinpanot, videot ja äänitykset. Tutkimus pyrkii havaintojen todenmukaisella kuvauksella ymmärtämään syvempiä kulttuurien välisiä työskentelyssä tapahtuneita vuorovaikutustilanteita kulttuurisensitiivisen työotteen avulla. Sen tarkoitus on avartaa ja havainnoida kestoidehankkeen onnistumisia ja epäonnistumisia. Todenmukaisemman, empiirisestä

kokemukseni laajemman kuvan saamiseksi, valitsin tutkimuskohteeksi sekä epäonnistuneen että onnistuneen nunnaluostarikäynnin.

Yleisten eettisten periaatteiden mukaisesti tutkittavien ihmisarvoa, oikeuksia, yksityisyyttä ja itsemääräämisoikeutta tulee kunnioittaa (Vuori, 2021). Hankkeen suunnitteluvaiheessa kiinnitin erityistä huomioita nunnien yksityisyyteen ja kulttuuriin reunaehtoihin. Havainnoiva tutkimus Pohjois-Intiassa ei vaatinut tutkimuslupia, mutta huomioin nunnien yksityisyyden suojaa kuvauksessa. Hankekuvat luotiin keinoälyllä sen sijaan, että rahankeräyksessä ja hankkeen nettisivulla olisi käytetty oikean nunnan valokuvaa. Vierailuvaihteista hankkeen nettisivulla on valokuvia, joihin nunnat ovat antaneet luvan. Kuvat ovat pääasiassa ryhmäkuvia. Nunnille opetusmateriaalia tehtäessä huomioitiin nunnien hengellisyys. Heidän elämäänsä ei kuulu perheen perustaminen. Materiaalissa ei viitattu seksuaalisuuteen, raskauteen tai lasten synnyttämiseen heidän elämäntapansa kunnioittamiseksi. Saman yksityisyyden periaatteen mukaisesti opinnäytetyössä ei ole nunnista henkilökuvia.

Kulttuuria kunnioittava lähestyminen oli yksi tutkimuskysymyksistä ja eettisesti tärkeä lähtökohta toteutetulle kestoideahankkeelle. Etnorelativistisessa tavassa muita kulttuureja tarkastellaan esimerkiksi historiallisen kontekstin kautta samanarvoisena omaan kulttuuriin verrattuna (Wallin, 2013, s. 48-50). Pysin ylläpitämään etnorelativistista näkökulmaa opinnäytetyön havainnoinnissa. Tiibetin historiantuntemus tekee siitä helpompaa, sillä tiedän historialliset syyt sille, miksi tiibetiläiset elävät maanpaossa. Tunnen myös buddhalaisen kulttuurin kehittymisen historiaa Tiibetissä.

Kulttuurisensitiivisessä työssä yksi eettisesti keskeinen merkitys on kulttuurin tukeminen olosuhteissa, joissa kohderyhmä elää. Eettistä harkintaa tulee käyttää pohdittaessa toteutettavan ulkopuolisen intervention vaikutusta kohderyhmän kulttuuriin. Tutkimuksen kohderyhmässä pakolaisuus toi elinolosuhteisiin oman haasteensa ja jatkuvan taustalla vaikuttavan ympäröivän kulttuurin paineen. Toin sen vaikutusta esille tarkastelemalla etnososiaalista painetta. Kulttuurin kestävään tukemiseen kuuluu osana oman kielen

säilyttäminen maanpaossa muiden kielten ja kulttuurien keskellä. Näin erityistä vaivaa toteuttaakseni esityksen kokonaan tiibetin kielellä, ilman lainasanoja.

Itse hanke nunnien auttamiseksi perustui pitkälti YK:n kestävän kehityksen 2030 tavoitteiden täyttämiseen kuukautisterveyden osalta. On eettisesti kestävämpiä, että pakolaisuudessa elämänsä viettäville nunnilla ei ole terveyteen liittyviä perusoikeuksia. Kestosidehanke terveyslentoineen vastasi osaltaan tähän puutteeseen. Se ei ole osa tutkimusetiikkaa, mutta heijastuu eettisenä merkityksenä tutkimustuloksiin.

Tutkijan esiymmärrys vaikuttaa tutkimuksen etenemiseen ja tuloksiin. Se on tuotava esiin erityisesti havainnoivassa, laadullisessa tutkimuksessa. Esiymmärrys kehittyi hermeneuttisessa kehässä syvemmäksi ymmärrykseksi tutkimuksen kohteesta. Tutkimuksen vaiheet ja ymmärryksen kehittyminen on kuvattava tutkimuksessa. (Vilka, 2021, s. 22) Olen tuonut oman taustani ja kokemukseni tiibetiläispakolaisten parissa esille, jotta sen vaikutus tutkimukseen sen kaikissa vaiheissa ei jää huomiotta. Tällä tavalla olen pyrkinyt mahdollisimman eettiseen toteutukseen. Roolini ulkomaalaisena, mutta Tiibetin kulttuuria hyvin tuntevana, henkilönä on tuonut tutkimukselle monia etuja. Havainnoinnin osalta kulttuurin tunteminen vähentää mahdollisuuksia väärinkäsityksiin tai vääriin tulkintoihin. Toisaalta tuttuus voi aiheuttaa sokeutumista sekä kulttuurillisten tapojen ja toimien itsestään selvänä pitämistä. Tätä näköharhaa olen pyrkinyt kompensoimaan kuulemalla ulkopuolisia ja tarkastelemalla luentotilanteesta tehtyä videota erityisellä tarkkuudella ja katsoen tilannetta videolla ulkopuolelta.

Tutkijan esiymmärrys voi vaikuttaa haastattelutilanteissa huomattavasti, mikäli tutkija ottaa haastattelutilanteessa asiantuntijaroolin. Tällöin on vaarana, että tutkija esittää johdattelevia kysymyksiä ja tulokset vastaavat hänen esiymmärrystään (Hämeenaho, ym. 2022, s 187). Havainnoivassa tutkimuksessa olin samanaikaisesti kestosidehankkeen luennoijana, asiantuntijaroolissa. Minulla ei ollut tutkimukseen liittyviä haastattelukysymyksiä, joiden vastauksiin olisin voinut vaikuttaa. On kuitenkin mahdollista toimia johdattelevasti tilanteessa, jossa lahjoituksen, tässä tapauksessa kestosideiden antajan roolissa. Voi olla

tarve miellyttää lahjoituksen antanutta henkilöä ja vastata hänelle tavalla, jonka olettaa miellyttävän. Pyrin tämän ongelman tunnistaa esittämään kysymykset nunnille mahdollisimman neutraalisti. Selvitin kysymyksillä heidän tietotasoaan naisten kuukautisista ja niihin liittyvistä ongelmista ja sairauksista. Selvitin, olivatko he aiemmin kuulleet esitystä aiheesta ja oliko kukaan jakanut heille kuukautistarvikkeita kuten kuukuppeja tai terveyssiteitä. Pyrin kaikessa vuorovaikutuksessa avoimeen vastavuoroisuuteen. Kannustin nunnia kertomaan minulle ajatuksiaan ja tarpeitaan sekä kysymään kaikesta mitä he eivät ymmärtäneet tai jäivät epäilemään. Tällä tavalla pyrin saamaan mahdollisimman todenmukaisen käsityksen nunnien tilanteesta.

11 POHDINTAA

Olen tehnyt tämän kestopohjan hankkeen parissa vuoden töitä, vaikka varsinaisiin vierailuihin nunnaluostareissa kului paljon vähemmän aikaa. Laadullisen tutkimuksen tavoitteena on kulttuurisensitiivisen työotteen eettisten merkitysten kuvaus sekä ymmärryksen lisääminen toiminnasta kulttuurien välillä monikulttuurisessa kestopohjan hankkeessa. Tutkimus keskittyi kulttuurisensitiiviseen työotteeseen nunnien kestopohjan hankkeessa, erityisesti luentotilanteiden vuorovaikutusta havainnoiden, mutta myös kuvaten koko hankkeprosessia kulttuurisensitiivisyyden elementtejä tarkastellen. Jaaksonin (2017, s. 33) painottama oman etnisyyden tunnistaminen auttaa **etnisen herkkyyden** kehittymisessä. Se on yksi ammatillisen kulttuurisensitiivisyyden kehittämisen keino. **Kulttuurinen kompetenssi** eli kulttuurisensitiivisyys kehittyy aidoissa kulttuurien välisissä kohtaamisissa. Olin samanaikaisesti tämän opinnäytetyön havainnoija ja toisaalta aktiivinen luennoija, hankkeen varainkerääjä sekä sosionomiopintojen harjoittelun toteuttaja. Monipuolinen rooli on vaatinut paljon ja samalla syventänyt ymmärrystäni kulttuurien välisestä vuorovaikutuksesta. Tätä ymmärrystä kuvaileva tutkimukseni pyrkii välittämään lukijalle. ”Audiovisuaalisissa kenttämenetelmissä ääni ja kuva viestivät toisin kuin tuhat sanaa”, kuvaa Kupiainen (2022 s. 208) etnografista tutkimustallennetta. Harkitsin suunnitteluvaiheessa tehtävän lähestymistä videoimalla ja toteuttamalla hankkeesta audiovisuaalisen dokumentaation. Pian ymmärsin videoinnin rajoittavan intiimiä keskustelua ja luovuin ajatuksesta. Luentotilanteet on videoitu muistin tukemiseksi sekä objektiivisemmän kuvan saamiseksi tapahtumista, joissa minulla oli useita aktiivisia rooleja.

Hankkeen myötä tutustuin syvemmin buddhalaisten naisten voimaantumiseen ja hiljaiseen feminismiin, joka kytee kulttuurisesti hillityn ulkokuoren alla. Feminismin erilaisia historiallisia kerroksia kutsutaan feminismin aalloiksi. Tutkijoiden keskuudessa on käyty keskustelua feminismin aaltojen merkityksestä. Ovatko feminismin aallot muutoksia, yhden feminismin jatkumoa vaiko uudenlaisia, eri feminismejä. (Kurvinen & Turunen, 2018, s. 21) Feminismin

historia herättää kysymyksiä sen lokaatiosta, feminismin erilaisista kulttuurisista muodoista. Aasiassa naisten asema on keskimäärin heikompi kuin länsimaissa. Silti Buddhalla oli myös naisoppilaita. Tiibetinbuddhalaisten keskuudessa on viimevuosina nostettu vanhoista pyhistä teksteistä esille näitä buddhalaisia naisharjoittajia ja heistä on tehty Dalai Laman ohjeistamana perinteinen, uskonnollinen kuva, jossa he ympäröivät Buddhaa. Löysin itseni todistamasta buddhalaisen maailman feminististä vallankumousta. Sain tällaisen kuvan Buddhasta nunnien ja naistenharjoittajien ympäröimänä, lahjaksi Tiibetin naisten yhdistykseltä kiitoksena tekemästani työstä nunnien parissa. Tunsin lopulta kohdanneeni tutkimukseni teoreettisen ytimen käytännössä, pakolaisyhteisön aidon **kulttuurisensitiivisen feminismin**.

Ensimmäisessä tutkimuskysymyksessä kysyin kuinka länsimaista, naisen anatomiaa ja kuukautisterveyttä voi opettaa nunnille kulttuurisensitiivisesti. Länsimaisen tieto voi tarkoittaa länsimaissa hyväksyttyä, tieteellistä tietoa. Tämä on tutkimuskysymyksen alkuperäinen ajatukseni. Koko tutkimusteksti on vastaus tähän kysymykseen erilaisista teoreettisista näkökulmista, mutta myös kestopohjaisen hankkeen käytännön toteutusta kuvaamalla. Se kertoo onnistuneesta interventtiosta. Tutkimuksen loppuvaiheessa aloin kyseenalaistaa kysymyksessä esiintyvää ”länsimaista tietoa”. Kysyin itseltäni mikä on länsimaista tietoa? Pohdin tarkoitavani länsimaissa helposti saatavilla olevaa tietoa. Anatomia on universaalia, ei erityisesti länsimaista. Se, että joku henkilö ei ole oppinut anatomiaa, ei tee itse tiedosta länsi- tai itämaista. Kenties lääketieteen osalta termi on osuvampi. Länsimainen lääketiede eroaa tiibetiläisestä lääketieteestä. Tässä yhteydessä voidaan puhua länsimaisesta tiedosta. Hankkeen aikana minulle kuitenkin selvisi, että perinteisen, tiibetiläisen lääketieteen opiskelijat opiskelevat myös länsimaista lääketiedettä. Miten he yhdistävät näitä tietoja voisi olla oma tutkimuksensa. Tutkimuksen aikana ymmärsin, että kulttuurisensitiivisessä työotteessa ei ole tarvetta korjata eri maailmankuvien välisiä eroja niin kauan kuin käytännön toimet ovat terveyttä ylläpitäviä eivätkä vahingoita asianosaista.

Agenda 2030 tavoitteiden saavuttamisen puolivälisarviossa todetaan, että suurinta osaa tavoitteista ei saavuteta 2030 mennessä. On arvoitu, että tavoitteista

saatetaan saavuttaa vain 15 prosenttia ja eniten kärsivät maailman köyhimmät. (United Nations, 2023) Kehityskulku ei lupaa tasa-arvoa, terveyslentoja, sanitaatiota eikä terveellistä elämää kaikille. Olin hankkeen ainoa ei-tiibetiläinen jäsen. Johtuen vuosien kokemuksesta nunnien kulttuuriympäristössä, osasin ajatella, että tällaiselle hankkeelle oli tarvetta. Kuitenkin hämmästyin, kuinka valtavasti minulla oli annettavaa. Tällaista tietoa on länsimaissa helposti saatavilla ja se hämärtää näköalaa. Kirjoitin tutkimuspäiväkirjaani: ” Oli erikoista olla suuri auktoriteetti, jolta voi kysyä mitä vaan. Osasin kuitenkin vastata esitettyihin kysymyksiin ihan helposti, joten roolini oli oikeutettu” (21.9.24).

Luentotilanteet osoittivat, kuinka tarpeellinen hanke käytännössä oli. Naiset, niin maallikot kuin nunnat, kaipasivat jakamaani tietoa. Kestosidehankkeen vastoinkäymisistä opin suunnitelmien varmistamisen tärkeyden ja toisaalta niistä irtipäästämisen. Syrjäseuduilla matkustaessa on hyväksyttävä, että asiat eivät välttämättä toteudu täysin alkuperäisen suunnitelman mukaisesti. Tiibetinbuddhalaisista pakolaisnaisista tehdyssä tutkimuksessaan Sharma (2023) kuvaa pakolaisuuteen pakotettuja tiibetiläisnaisia muutoksen voimaksi, jolla on moniin aasilaisiin naisiin verrattuna tasa-arvoisempi asema. Nunnien rooli tiedon jakajina naisten parissa on huomattava pakolaisyhteisössä. Se oli hyvä reitti vaikuttaa yhteisöön ja jakaa terveystietoa paikallisia perinteitä kunnioittaen.

Tiibetiläisen naislääkärin ottaminen mukaan hankkeeseen oli tekijä, jonka arvoa ja monipuolisia hyötyjä en osannut etukäteen arvata. Hänen roolinsa oman kulttuurinsa kunnioitettuna edustajana luentojen yhteydessä teki luennoista moniulotteisempia ja yhteistyö hänen kanssaan oli luontevaa kulttuurien välistä vuorovaikutusta. Pystyimme olemaan toisillemme tukena. Etsin yhdessä lääkärin kanssa sanoja tiibetiksi ja ilmaisia naisten hygieniaan ja hyvinvointiin liittyen. Sanojen puuttumattomuus oli yksi alleviivaava asia, joka kertoi, kuinka tärkeä ja ajankohtainen hanke naisten kuukautiskierrosta puhuminen Tiibetin pakolaisyhteisössä oli. Tältä osin hanke vahvisti maanpaossa olevan kohderyhmän omaa kulttuuria erityisesti huomioimalla tiibetinkielisiä ilmaisia, jotka kuulijan oli helppo omaksua. Nunnat saivat luentotilaisuuksissa luvan puhua tabusta, josta osa ei ollut koskaan aiemmin puhunut. He saivat mahdollisuuden kysyä terveystensä liittyviä kysymyksiä ja selvittää epäilyksiään.

Tiibetiläiset ovat onnistuneet luomaan pysyviä yhteisöjä maanpaossa Intiassa. Vaikka monet kaipaavat takaisin Tiibetiin, he kutsuvat Intiaa toiseksi kotimaakseen. (Sharma 2023) Valmistamani luentoesitys levisi nunnien kautta nopeasti useisiin uusiin nunnaluostareihin, koska nunnien oli helppo jakaa pitämäni esitystä digitaalisessa muodossa sekä antamaamme painettua opasta toisilleen. Paikallisella kielellä ja paikallisille sopivalla kulttuurillisella herkkyydellä valmistetut materiaalit olivat tehokas tapa jakaa tietoa pakolaisyhteisössä. Lha Charitable Trust -hyväntekeväisyysjärjestö hyötyy opinnäytetyön tuomasta huomiosta, joka kuvaa järjestön onnistunutta toimintaa. Vapaaehtoiset voivat tulevaisuudessa saada siitä inspiraatiota. Englanninkielinen kuvaus opinnäytetyöstä hyväntekeväisyysjärjestölle toimii runkona ja sitä voi käyttää tukena tuleville vapaaehtoistyöntekijöille. Tutkimuksen yhtenä johtopäätöksenä voidaan todeta, että tarve fyysiselle tuelle ja tiedolle naisten voimaantumiseksi on olemassa ja tällaisia hankkeita tulee jatkaa.

Turvallinen tila ja lupa puhua liittyivät tutkimuksessa läheisesti yhteen. Turvallisen tilan tutkiminen kulttuurisessa kontekstissa on kiinnostava osa-alue, mutta aihe ei mahtunut tähän opinnäytetyöhön. Lopuksi kiteytän oman kokemukseni kahteen sanaan. Ne ovat "lupa puhua". Niihin kiteytyy nunnien kestopuhehanke. Nunnat saivat hankkeen kautta sosiaalisesti hyväksytyyn tilaan keskustella naisten elämään ja hyvinvointiin jokapäiväisesti vaikuttavasta asiasta. He kuuluivat, että kuukautisveri ei ole erilaista, pahaa verta eikä se tee naista likaiseksi. Nunnat saivat vastauksia heitä askarruttaneisiin kysymyksiin ja ennen kaikkea he saivat luvan puhua. He saivat luvan kysyä ja selvittää, mitä heidän kehossaan tapahtuu. Hankkeen jälkeen heidän nunnaluostareissaan on kussakin kaksi tehtävään valittua nunnaa, joiden kanssa he voivat aina puhua kuukautisiin liittyvistä kysymyksistä. Jos he yhdessä eivät tiedä vastausta, he voivat ottaa yhteyttä paikallisjärjestöön ja minuun whatsapp-ryhmässä tai mennä lääkäriin. Vuosien jälkeen vääränlainen, terveyttä edistämätön hiljaisuus lakkasi. Kun kerran on saanut **sosiaalisesti hyväksytyyn luvan**, sitä ei enää voi poistaa ja palata menneisyyteen. Nunnilla on nyt lupa puhua.

LÄHTEET

- Ahonen, J., & Vuola, E. (2015). Uskonnon ja sukupuolen risteyskiä. Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Aromaa & Tiili. (2014). Empatia ja ruumiillinen tieto etnografisessa tutkimuksessa. *Moniulotteinen etnografia*. (s. 258–283) Ethnos.
- Colombo, L., Moser, D., Muehlfeld, K., Joy, S. (14.3.2024). Sowing the Seeds of Change: Calling for a Social–Ecological Approach to Management Learning and Education. *AMLE* (Vol 23, no 2. s. 207–213) <https://doi.org/10.5465/amle.2024.0086>
- Crenshaw, K. (7.12.2016) The urgency of intersectionality. [Video; TED-talk] Youtube. https://www.youtube.com/watch?v=akOe5-UsQ2o&ab_channel=TED
- Dalai Lama. (i.a. -a). Brief autobiography. <https://www.dalailama.com/the-dalai-lama/biography-and-daily-life/brief-biography>
- Dalai Lama. (i.a.-b). Principal Commitments. <https://www.dalailama.com/the-dalai-lama/biography-and-daily-life/three-main-commitments>
- Ducworth, S. Wheel of Power, Privilege, and Marginalization. Julkaissut Helsingin Sanomat. (29.4.2021). Suomentanut Michaela Moua. Canadian council of Refugees. https://www.researchgate.net/publication/364109273_Migrants_at_the_university_doorstep_How_we_unfairly_deny_access_and_what_we_could_should_do_now/figures?lo=1
- Falk, N. A. (1980). The case of the vanishing nuns: The fruits of ambivalence in ancient Indian Buddhism. *Unspoken Worlds: Women's Religious Lives*, 207-224. <https://buddhism.lib.ntu.edu.tw/FULLTEXT/JR-MISC/misc28859.pdf>
- Fingerroos, O., & Jouhki, J. (2014). Etnologinen kenttätö ja tutkimus: Metodien monimuotoisuuden pohdintaa ja esimerkkitapauksia. (s. 77–108). *Moniulotteinen etnografia*. Ethnos.
- Hakala, J. T. (2024). Laadullisen tutkimuksen ABC: Menetelmäopas oppinnyttäjälle. Gaudeamus.

- Hellstöm, E. (23.5.2017). Talous on väline. Sitra.
<https://www.sitra.fi/artikkelit/talous-on-valine/>
- Helsingin yliopisto. (24.04.2024) Turvallisemman tilan periaatteet.
Ohjausyhteistyön palvelut. Opiskelijan ohjeet.
<https://studies.helsinki.fi/ohjeet/artikkeli/turvallisemman-tilan-periaatteet>
- Hämeenaho, P., Koskinen-Koivisto, E., Mäkinen, M., Väkeväinen N. (2022).
Havainnointi ja haastattelu. Kulttuurien tutkimuksen menetelmät.
Suomalaisen Kirjallisuuden Seura. (s. 179–205).
<https://library.oapen.org/viewer/web/viewer.html?file=/bitstream/handle/20.500.12657/60664/kulttuurien-tutkimuksen-menetelmat.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hämeenaho, P., Koskinen-Koivisto, E., Mäkinen, M., Väkeväinen N. (2022).
- Jaakson, S., Hemmilä, E., & Jaakkola, U. (2017). Kulttuurisensitiivinen muistityö: Kokemuksia Suomesta. ETNIMU-projekti.
Etnistaustaisten ikääntyvien ihmisten aivoterveysten edistäminen.
Suomen muistiasiantuntijat ry. https://sumut.fi/media-files/ETNIMU_opas_Kulttuurisensitiivinen_muistity%C3%B6_17.pdf
- Juhila, K. (2021). Laadullisen tutkimuksen ominaispiirteet. Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto.
Saatavilla 29.10.2024.
<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus>
- Kauffmann, T. (2015). The Agendas of Tibetan Refugees: Survival Strategies of a Government-in-Exile in a World of International Organizations.
Berghahn Books.
- Kestävä kehitys, Suomi. Kestävän kehityksen digitaalinen oppimateriaali-hanke. (2024). Kulttuurinen kestävä kehitys. Saatavilla 11.10.2024.
<https://keke.bc.fi/Kestava-kehitys/suomi/kulttuurinen/>
- Kupiainen, J. (2022) Audiovisuaaliset kenttätutkimusmenetelmät. Tietolipas 274. Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
<https://library.oapen.org/viewer/web/viewer.html?file=/bitstream/handle/20.500.12657/60664/kulttuurien-tutkimuksen-menetelmat.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Kuronen, H. (2022). Marginaalisuuden, haavoittuvuuden ja nais erityisyyden käsitteellisiä paikannuksia. *Sosiaalityö yhteiskunnan marginaalissa. Konstruktionistisia jäsennyksiä.* (s. 55–84). Vastapaino.
<https://vastapaino.fi/media/f/5645>
- Kurvinen, H., & Turunen, A. (2018). Toinen aalto uudelleen tarkasteltuna: Yhdistys 9:n rooli suomalaisen feminismin historiassa. *Sukupuolentutkimus*, 31(3). (s. 21–34).
https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/60562/4/ST%202019_1%20S.%2021-34%20Kurvinen%20%20Turunen.pdf
- Langmann, S., Bezemer, P.-J., & Pick, D. (2024). Local community capacity building: exploring non-governmental organizations approaches in Tamil Nadu. *Community Development Journal*, Volume 59, Issue 3, July, Discussion on Key Findings (s. 438–456).
<https://doi.org/10.1093/cdj/bsad009>
- Lappalainen, E.-M. (2005) Näkökulmia käytäntöön. *Aikuiskasvatus*, 2/2006, 130–138.
<https://journal.fi/aikuiskasvatus/article/download/93681/52359/154259>
- Lha Charitable Trust. (2023). Welcome to Lha Charitable Trust. Institute for social work & education. Saatavilla 26.10.2024.
www.lhasocialwork.org
- Nobel Peace Prize. (i.a.) <https://www.nobelpeaceprize.org/laureates/1989>
- Powell, J. L. (2012). *Feminism*. Nova Science Publishers, Inc.
- Richardson, K., Steffen, W., Lucht, W., Bendtsen, J., Cornell, S.E., Donges, J.F., Drüke, M., Fetzer, I., Bala, G., von Bloh, W., Feulner, G., Fiedler, S., Gerten, D., Gleeson, T., Hofmann, M., Huiskamp, W., Kummu, M., Mohan, C., Nogués-Bravo, D., Petri, S., Porkka, M., Rahmstorf, S., Schaphoff, S., Thonicke, K., Tobian, A., Virkki, V., Weber, L. & Rockström, J. (2023). Earth beyond six of nine planetary boundaries. *Science Advances* 9, 37.
10.1126/sciadv.adh2458
<https://www.stockholmresilience.org/research/research-news/2023-09-13-all-planetary-boundaries-mapped-out-for-the-first-time-six-of-nine-crossed.html>

- Rossi, T. (2020). Kestävä kaupunkiympäristö. [Opinnäytetyö, Insinööri, YAMK. LAB-Ammattikorkeakoulu.]
https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/339896/Rossi_Niina.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Salonen, A. (6.10. 2012) Ekososiaalinen sivistys – mitä se on? [Blogi.]
<https://artosalonen.com/ekososiaalinen-sivistys-mita-se-on/>
- Sharma, R. (2023). The Tibetan Buddhist Refugee Women in Bylakuppe, Karnataka, India. Jain University, Bengaluru. The Social Science Perspective. Gender Prespective. Volume 3, Issue 3, 2023.
https://www.jainuniversity.ac.in/pdf/volume_issue/VOL3Issue3/f%20Vol%203%20I3%20THE%20GENDER%20PERSPECTIVE.pdf
- Suomen kestävän kehityksen toimikunta. Valtioneuvoston kanslia. Kestävän kehityksen globaali toimintaohjelma Agenda2030.
<https://kestavakehitys.fi/agenda-2030>
- Suomen muistiasiantuntijat ry – SUMU. (2024). ETNIMU-projekti 2015–2017. Saatavilla 8.12.2024. <https://sumut.fi/suomen-muistiasiantuntijat/etnisyys-ja-muistityo-etnimu-toiminta/etnimu-projekti-2015-2017/>
- Suomen YK-liitto. (i.a.). Ihmisoikeuksien yleismaailmallinen julistus. Julkaistu 2019. Saatavilla 12.12.2024.
<https://www.ykliitto.fi/julkaisut/ihmisoikeuksien-yleismaailmallinen-julistus>
- Suomen Ympäristökeskus. (13.9.2018) Siirtyminen kiertotalouteen.
[https://www.syke.fi/fi-FI/Suomi_ja_kestava_hyvinvointi/Miten_yhteiskunnan_tulee_muuttua/Siirtyminen_kiertotalouteen\(47901\)](https://www.syke.fi/fi-FI/Suomi_ja_kestava_hyvinvointi/Miten_yhteiskunnan_tulee_muuttua/Siirtyminen_kiertotalouteen(47901))
- Taylor, C. (1992). The politics of recognition. Multiculturalism. (25–73). Princeton University Press.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (11.7.2024) Kulttuurisensitiivinen työote. Maahanmuutto ja kulttuurinen moninaisuus –sivusto.
<https://thl.fi/aiheet/maahanmuutto-ja-kulttuurinen-moninaisuus/tyontueksi/hyvia-kaytantoja/kulttuurisensitiivinen-tyoote>
- Tibetan Central Administration. (i.a.) Saatavilla 11.10. 2024. <https://tibet.net/>

- Tibetan Medical and Astro Institute. Men-Tsee-Khang. Sowa Rigpa, Tibetan Medicine. (2024). <https://mentseekhang.org/>
- Tuomi, J., & Sarajärvi, A. (2018). Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Tammi.
- Tuttle, G., Schaeffer, K. R., & Schaeffer, K. (2013). The Tibetan History Reader. Columbia University Press.
- Ulkoministeriö. (i.a.). Agenda 2030, kestävän kehityksen tavoitteet. Saatavilla 26.10.2024. <https://um.fi/agenda-2030-kestavan-kehityksen-tavoitteet>
- United Nations. (2023) The Sustainable Development Goals Report 2023: Special Edition. Saatavilla 10.1.2025. <https://unstats.un.org/sdgs/report/2023/>
- Vilka, H. (2021). Näin onnistut oppinnytöissä: Ratkaisut tutkimuksen umpikujiin. PS-kustannus. Otavan Kirjapaino.
- Vuori, J. (2021) Tutkimusetiikka ihmistieteissä. Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/tutkimusetiikka/tutkimusetiikka-ihmistieteissa/>
- Wahlström, R. (1997). Kohti suvaitsevaisuutta. Näkökulmia monikulttuuriseen Suomeen. Edita.
- Wallin, A. (2013). Monikulttuuriosaaminen: Uudistuvan työyhteisön valttikortti. (1. Painos.). Klaava Media.

LIITE 1. Naisten terveysesite nunnille tiibetiksi

Liitteessä nunnille suunnattu esite kuukautisista ja terveydestä paikallisjärjestön logolla.

