

USKONNON JA TERVEYDEN MERKITYS ARJESSA

Kohtaamisia viiden somalialaisen turvapaikanhakijanaisen kanssa Suomessa

Taina Leinonen

opinnäytetyö, kevät 2017

Diakonia-ammattikorkeakoulu

terveydenhuollon koulutusohjelma

sairaanhoitaja-diakonissa (AMK)

TIIVISTELMÄ

Leinonen, Taina. Uskonnon ja terveyden merkitys arjessa. Kohtaamia viiden somalialaisen turvapaikanhakijanaisten kanssa Suomessa. Helsinki, kevät 2017, 60 sivua. Diakonia-ammattikorkeakoulu, terveydenhuollon koulutusohjelma, sairaanhoitaja-diakonissa (AMK).

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli tutkia, miten terveydelliset ja uskonnolliset tekijät näyttäytyvät somalialaisten turvapaikanhakijanaisten elämässä Suomessa. Tavoite oli tuottaa tietoa, josta on hyötyä kotouttamistoimenpiteitä suunniteltaessa. Saatuja tuloksia voidaan hyödyntää kaikkien yhteiskunnallisten palveluiden kehittämisessä myös maahanmuuttajille paremmin sopiviksi. Yhteistyötahona oli Infopankki. Se tarjoaa maahanmuuttajille tietoa suomalaisen yhteiskunnan toiminnasta ja julkishallinnon palveluista Internetissä.

Opinnäytetyössä keskityttiin viiden, 20–27-vuotiaan pääkaupunkiseudulla asuvan naisen kokemuksiin. Eräs pääkaupunkiseudun evankelisluterilainen seurakunta mahdollisti kohderyhmään tutustumisen. Havainnointi ja haastattelut toteutettiin 3.10.2016–3.3.2017 välisenä aikana naisten kotona ja heidän lähiympäristössään.

Tutkimusmenetelmänä oli kvalitatiivinen tutkimus, etnografisesti lähestyen. Aineisto kerättiin pääasiallisesti havainnoimalla ja pitämällä kenttäpäiväkirjaa. Kenttäpäiväkirjaan kirjattiin mahdollisimman tarkoin kaikki kontaktit, tunnelma ja muut tilanteeseen vaikuttavat tekijät. Aineiston analyysi tapahtui aineistolähtöisen sisällön analyysin avulla. Viitekehukseksi ja keskeisiksi teemoiksi muodostuivat fyysinen, sosiaalinen, psyykinen ja hengellinen ulottuvuus terveydellisessä ja uskonnollisessa kontekstissa. Islamin uskon vaikutus kulttuurisena tekijänä oli merkittävä ja se näkyi naisten jokapäiväisessä elämässä. Terveys oli käsitteenä naisille vieras. Terveystä huolehtiminen ja ennaltaehkäisevän terveydenhoidon merkitys oli alkanut herätä naisilla vasta Suomessa.

Somaliasta tulleiden turvapaikanhakijoiden lähtökohdat sopeutumiseen ovat erityisen haastavat maan vuosikymmeniä jatkuneen epävakaisuuden takia. Turvapaikanhakijat ovat syntyneet ja kasvaneet kaaoksen keskellä. Koska koulutus ja terveydenhuolto ovat puuttuneet, on valmiudet elämänhallintaan uudessa kulttuurissa haastavat. Myös yksilölliset erot persoonallisuudessa ja kognitiivisissa valmiuksissa korostuvat ja aiheuttavat eriarvoisuutta. Esimerkiksi kielen opettamisen menetelmissä tämä olisi otettava huomioon.

AVAINSANAT; turvapaikanhakijat, kotouttaminen, terveys, uskonto

ABSTRACT

Leinonen, Taina. The significance of health and religion for Somali women asylum seekers. Spring 2017, 60 pages. Diaconia University of Applied Sciences. Degree programme: nursing. Option of diaconal nursing. Degree: Registered nurse + Deaconess.

The purpose of this study was to research how health and religious factors appear in female Somali asylum seekers' life in Finland. The objective of the study was to provide beneficial information for planning social integration measures. The aim of the study was to gather information and increase understanding on the topic. Infopankki (translates to Info bank) was the co operational partner for this study. Info bank is a web page that provides information on the Finnish society and on the public services offered for immigrants.

The research focuses on five 20 to 27-year-old women residents' experiences in the metropolitan area where an Evangelical Lutheran parish enabled the introduction to the target group. The study was carried out during the period between the 3rd of October 2016 and the 3rd of March 2017.

This study is a qualitative research with an ethnographical approach. I collected the material mainly by observations, and I aspired to report all the contacts, atmosphere and other elements of the situations. I observed the mutual relations between the women as well as their communication and participation. I concluded also my own reflections in the diary. The material was analysed according to inductive content analysis methods. The framework and key themes in this study consist of physical, social, psychological and spiritual aspects in health and religious context.

The results show, that Islam religion as a cultural influence is a major factor, which reflect in the women's everyday life. Preventive healthcare does not exist in Somalia, hence taking care of one's health was new knowledge for the female asylum seekers in Finland.

The starting points for adaptation of asylum seekers who come from Somalia are particularly challenging due to the country's decades of continued instability. Since education and healthcare are lacking the ability to manage life in a new culture is challenging. Furthermore, individual differences for example in personality and cognitive capacities cause inequality. For example, in language teaching methods this should be taken into account.

The obtained results can be used in integration measures as well as in the developing suitable services for immigrants.

Keywords: asylum seekers, social integration, health, religion

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 TURVAPAikka SUOMESTA.....	8
2.1 Somalialaiset turvapaikanhakijat	9
2.2 Kotouttaminen	10
2.3 Infopankki maahanmuuttajan tukena.....	12
3 TERVEYS JA HYVINVOINTI	14
3.1 Ihmisen perustarpeet.....	14
3.2 Somalialaisten terveys	16
3.2.1 Fyysinen terveys.....	17
3.2.2 Psykkinen terveys	19
3.2.3 Sosiaaliset suhteet.....	20
4 USKONTO JA HENGELLISYYS.....	22
4.1 Islam uskontona	23
4.2 Somalialaisten islam.....	25
4.2.1 Koti, pukeutuminen, säännöt	25
4.2.2 Ruokakulttuuri.....	26
4.3 Islam ja kristinusko	28
5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	31
5.1 Tavoitteet ja tarkoitus	31
5.3 Aineiston keruu.....	34
5.4 Havainnointi ja kenttäpäiväkirja	35
5.5 Aineiston analyysi.....	36

6 TUTKIMUKSEN TULOKSET	37
6.1 Asuminen ja eläminen Suomessa	37
6.2 Fyysiseen terveyteen liittyviä tekijöitä.....	39
6.3 Vuorovaikutus omassa yhteisössä ja yhteiskunnassa.....	41
6.4 Uskonto naisten elämässä	45
6.5 Onnellisuus ja elämänhallinta.....	46
7. POHDINTA	48
7.1 Luotettavuus ja eettisyys	49
7.2 Henkilökohtainen ammatillinen kasvu	51
LÄHTEET	54

1 JOHDANTO

Maassamme asuu pysyvästi noin 19 000 somalia äidinkielenään puhuvaa henkilöä. (Tilastokeskus 2016.) Koska epävakaas Somaliassa on jatkunut vuosikymmenien ajan, heitä on maanpaossa ympäri maailmaa. Somalialaisten kohdalla keskustelua on herättänyt erityisesti naisten hidas kotoutuminen länsimaihin. Vieraan kulttuurin ja uskonnon ymmärtäminen on jakanut mielipiteitä. Se on aiheuttanut myös tarpeetonta pelkoa ja ennakkoluuloja.

Tämä opinnäytetyö keskittyi viiteen, yksin Suomeen tulleeseen turvapaikanhakijanaiseen. Tutustuin heihin erään evankelisluterilaisen seurakunnan avulla. Osallistumiseni etnografiseen tutkimukseen mahdollisti minulle tutustumisen heidän elämäänsä. Minua kiinnosti erityisesti, miten terveydelliset ja uskonnolliset tekijät näyttäytyivät naisten elämässä Suomessa. Halusin saada tietoa, minkälainen merkitys näillä tekijöillä oli heidän arjessaan. Halusin myös etsiä vastauksia siihen, miten terveydelliset ja uskonnolliset tekijät vaikuttivat naisten kotoutumiseen. Naisten oma ääni tuli varmemmin esille, kun tapaamiskertoja oli useita ja ne olivat luonteeltaan erilaisia. Uskonto on tärkeä osa islaminuskosten kulttuuria. Se osoittautui myös tässä tutkimuksessa terveyttä tärkeämmäksi tekijäksi näiden naisten jokapäiväisessä elämässä.

Tällä vuosituhanella Somaliasta tulleiden lähtökohdat ovat aikaisemmin Suomeen tulleisiin verrattuna heikommat. Pitkään jatkunut epävakaas on aiheuttanut Somalian koulu- ja terveydenhuoltojärjestelmän romahtamisen. Viime aikoina Suomeen tulleet ovat köyhiä ja kouluttamattomia. Lähtökohtaiset valmiudet uuden elämän aloittamiseen vieraassa maassa ovat somalialaisille haastavat. Käydessäni tutustumassa Infopankin verkkopalvelusivustojen ylläpitoon, sain konkreettisen näkökulman. Infopankki tarjoaa tietoa suomalaisen yhteiskunnan toiminnasta ja julkishallinnon palveluista. Sieltä löytyy paljon kotoutumista helpottavaa tietoa, esimerkiksi asumisesta, terveydenhoidosta ja työskentelystä Suomessa. Infopankin seurannan ja kävijäkyselyiden mukaan somaliankielisten sivujen käyttöaste oli huolestuttavan matala. Somaliankielisiltä sivuilta tietoa etsi

vain harva. Käyntini jälkeen olin vakuuttunut siitä, että on tärkeä etsiä syitä ja löytää ratkaisuja asian korjaamiseksi.

Tutkimusryhmäni naisista vain osa pystyi etsimään tietoa Internetistä. Naisista kaksi viidestä oli käynyt koulua. Nämä kaksikin vain 1–2 vuoden ajan koko elin-aikanaan. Kävi myös ilmi, että kaksi naisista ei osannut lukea eikä kirjoittaa somaliaa, omaa äidinkieltään. Koska suuri osa maahan tulleista on jäämässä Suomeen pysyvästi, on tärkeä kiinnittää huomiota yhteiskunnan palveluiden kehittämiseen. Niiden tulisi palvella mahdollisimman hyvin myös maahanmuuttajia. Maahanmuuttajat tarvitsevat lisäksi erityispalveluita, joista tärkeimmät liittyvät kielen oppimiseen. Kun kotoutumisen alkuvaiheessa kaikki voimat ja osaaminen keskitetään oikein, kotoutuminen ja täysivaltaiseksi yhteiskunnan jäseneksi kasvaminen voi toteutua parhaiten. Kulttuurisen rikkauden lisäksi suomalainen yhteiskunta saa parhaassa iässä olevia kansalaisia työllistymään sellaisille aloille, joissa Suomessa on työvoimapulaa.

Yhteiskunnallisten syiden lisäksi, opinnäytetyöni tarkoitus on ollut myös lisätä omaa kulttuurista ymmärrystäni. Olen kohdannut hoitoalan työssä asiakkaina somalialaisia naisia. Työntekijänä olen kokenut epävarmuutta ja riittämättömyyttä monella tavoin. Yhteisen kielen puuttuminen ja erilainen kulttuuri aiheuttavat helposti kommunikaatiovaikeuksia ja väärin ymmärrystä puolin ja toisin. Opinnäytetyöni antoi minulle uusia valmiuksia somalialaisten kohtaamiseen. Toivon, että opinnäytetyöni lukeminen johdattaa myös lukijaa eläytymään somalialisten naisten arkeen Suomessa. Kulttuuritietoisuus on arvokasta, sillä kansainvälistyvässä maailmassa kohtaamme monikulttuurisuutta yhä enemmän jokapäiväisessä elämässämme.

2 TURVAPAIKKA SUOMESTA

Saadakseen turvapaikan tai oleskeluluvan Suomesta turvapaikanhakijan on välittömästi tänne tultuaan ilmoitauduttava rajatarkastuksen viranomaiselle tai poliisille. Jos henkilöllä on perusteltu syy tulla vainotuksi kotimaassaan, hän voi hakea turvapaikkaa. Vainotuksi voi joutua alkuperän, uskonnon, kansallisuuden, tiettyyn yhteiskunnalliseen ryhmään kuulumisen tai poliittisen mielipiteen vuoksi. Suomi on muiden Euroopan Unionin maiden kanssa sitoutunut vuonna 1990 tehtyyn vastuunmäärittämiseen Dublinin sopimuksessa. Sen pääperiaate on, että turvapaikanhakijan on haettava turvapaikkaa ensimmäisestä pakolaissopimuksen allekirjoittaneesta maasta. Näitä maita ovat kaikki Euroopan Unionin maat, sekä Norja, Islanti, Sveitsi ja Liechtenstein. Tämä menettely takaa sen, että vain yksi jäsenvaltio käsittelee kunkin turvapaikanhakijan tapausta. Turvapaikkahakemuksen vastaanottava viranomainen kirjaa pakolaisen perustiedot ja tekee tarvittavat tarkistukset. Tämän jälkeen hakemus lähetetään Maahanmuuttovirastoon odottamaan käsittelyä. Turvapaikanhakijalle järjestetään paikka vastaanottokeskuksesta. Vastaanottokeskuksessa odotetaan Maahanmuuttoviraston järjestämää turvapaikkapuhuttelua. Puhuttelussa arvioidaan, tarvitseeko henkilö kansainvälistä suojelua. Pakolaisaseman saa henkilö, jolle valtio antaa turvapaikan. Turvapaikan saanti oikeuttaa kuntapaikkaan. Asuinkunnassaan hänellä on tämän jälkeen samat oikeudet kuin muilla kuntalaisilla. YK:n pakolaisjärjestön (UNHCR:n) kautta tulee Suomeen vuosittain lisäksi 750 kiintiöpakolaista. He saavat pakolaisstatuksen automaattisesti. Suomen vastaanottama kiintiöpakolaisten määrä on pysynyt samana vuodesta 2001 lähtien. (Maahanmuuttovirasto 2017a; Työ- ja elinkeinoministeriö 2012, 55.)

Maahanmuuttajien ikärakenne poikkeaa muusta väestöstä siten, että suurin osa heistä on 25–44-vuotiaita. Somalialaisten maahanmuuttajien keski-ikä Suomeen tullessa on 24 vuotta. Naisista alle 10 % on naimattomia. (Castaneda, Koponen, Koskinen, Rask & Mölsä 2012, 45.)

2.1 Somalialaiset turvapaikanhakijat

Somalian sisäiset ongelmat ovat näkyneet tavallisten ihmisten arjessa jo 1980-luvun lopusta alkaen. Somalian humanitaarinen tilanne jatkuu edelleen vaikeana. Al-Shabaabia, islamistista liikettä, pidetään yhä suurena uhkana vakaudelle ja turvallisuudelle. Se on vastarintaliike maan hallitusta vastaan. Se ilmoitti vuonna 2012 liittyneensä Al-Qaidaan, ääri-islamistiseen terroristijärjestöön. Al-Shabaab hallitsee osia Somaliasta. Jatkuvasta epävakaudesta johtuen Somaliassa ei ole toimivaa keskushallintoa ja esimerkiksi koulu- ja terveydenhuoltojärjestelmä ovat rapautuneet. Aikaisemmin maahan tulleisiin turvapaikanhakijoihin verrattuna 2000-luvulla Suomeen tulleet ovat siksi köyhimmistä taustoista ja he ovat käyneet vähemmän koulua. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen tutkimuksen mukaan neljäsosa somalialaisista ei ole saanut minkään tason peruskoulutusta. (Mubarak, Nilsson & Saxen 2015, 21–23,66–68, 82.)

Tällä hetkellä yli miljoona somalialaista asuu kotimaansa ulkopuolella. Heitä on lähes joka puolella maailmaa. Vuoden 2015 jälkeen maahanmuuttajien määrä on moninkertaistunut Suomessa, kuten muissakin länsimaissa. Tänä vuonna Suomeen tulleista, kaikista pakolaisista, somalialaisten osuus on noin 8 %. Myönteisen turvapaikkapäätöksen heistä on saanut noin 30 % lokakuun alkuun mennessä. Suomessa asuu tällä hetkellä vakituisesti noin 19 000 somalia äidinkielellään puhuvaa henkilöä, 75 % heistä asuu Uudellamaalla. (Migri 2016; Tilastokeskus 31.12.2016.)

Elämä maanpaossa on muuttanut somalialaisia. Perinteitä pyritään kuitenkin vaalimaan mahdollisuuksien mukaan. Ympäröivä yhteiskunta, maahanmuuttajayhteisö ja uskonnollinen yhteisö luovat normit. Perheenjäsenten roolit ovat muuttuneet. Nykyisin suurperhe ei rajoitu vain yhden valtion sisään, vaan useat somalialaiset ovat yhteydessä eri maissa olevien perheenjäsentensä kanssa. Minttu Rädyn mukaan maahanmuuttaja elää kolmessa eri maailmassa yhtä ai-

kaa. Hän elää omaa henkilökohtaista elämäänsä ja pitää kiinteää yhteyttä kotimaahansa. Lisäksi hän elää maahanmuuttajien yhteisössä, jossa hän muodostaa oman elämäntapansa vähemmistönä Suomessa. Hän on myös osa suomalaista yhteiskuntaa. Erilaiset arvot ja odotukset vaativat tekemään kompromisseja omaan toimintaan ja elämään. (Räty 2002, 108.)

Valitettavasti turvapaikkapäätökset ovat ruuhkautuneet viime syksyn suuren pakolaismäärän seurauksena. Joissakin tapauksissa päätöstä on joutunut odottamaan jopa puolitoista vuotta. Vuonna 2016 myös maahanmuuttoviraston linja somalialaisten turvapaikanhakijoiden käsittelyssä muuttui. Aikaisemmin he saivat myönteisen oleskelulupapäätöksen lähes poikkeuksetta. Humanitaarinen suojeleminen on poistunut lainsäädännöstä, mikä selittää hiukan muuttunutta tilannetta. Humanitaarisen suojeleminen perusteella henkilö sai oleskeluluvan, jos paluu kotiseudulle katsottiin liian vaaralliseksi. Myös yleinen, tiukentunut, linja turvapaikan myöntämisen suhteen on nähtävissä. On vaikea arvioida täsmällisesti, kuinka paljon poliittiset tekijät sekä julkinen huomio vaikuttavat oleskelulupien määrään. Maahanmuuttoviraston julkaiseman, tuoreen maantietoraportin mukaan turvallisuustilanne Somaliassa on vain hiukan parantunut. (Maahanmuuttovirasto 2017b.) Riippumattoman Fund For Peace- tutkimusjärjestön (FFP) listalla Somalia on edelleen luokiteltu maailman hauraimmaksi valtioksi kaikista 178 tutkitusta valtiosta. (FFP 2016.)

2.2 Kotouttaminen

Toimenpiteet uuteen maahan sopeutumisen ja kotoutumisen helpottamiseksi tulee aloittaa mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Kotouttamiseen osallistuvat valtio, kunnat, järjestöt ja yksityiset ihmiset. Kotouttaminen tarkoittaa kotoutumista edistäviä ja tukevia toimenpiteitä. Niissä huomioidaan maahanmuuttajan yksilöllinen kehitys ja kunnioitetaan hänen oman kielensä ja kulttuurinsa säilyttämistä. Tavoitteena on integroida hänet yhteiskunnan toimintaan. Erityinen huomio tulee kiinnittää haavoittuvimmassa asemassa oleviin. Näitä ovat esimerkiksi naiset, jotka ovat muuttaneet kouluttamattomina. (Työ- ja elinkeinoministeriö

2012, 82.) Muutto länsimaihin vaatii turvapaikanhakijalta paljon. Hän ei ole pystynyt valmistautumaan uuteen elämään. Pahimmassa tapauksessa hän ei ole tiennyt Suomesta mitään, ennen tänne tulemistaan. Uuteen ympäristöön sopeutuminen voidaan kuvata vaiheittaiseksi prosessiksi. Sopeutumisprosessi etenee yksilöllisesti ja siihen vaikuttavat monet asiat, muun muassa ympäristö ja maahanmuuttajan henkilökohtaiset ominaisuudet, kuten persoonallisuus. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015, 20, 26–27.)

Kasvava maahanmuutto edellyttää kunnallisten peruspalveluiden kehittämistä myös maahanmuuttajille soveltuviksi. Vaaditaan myös erityisiä kotouttamisen toimenpiteitä. Keskeisimmät erityispalvelut ovat kieleen liittyviä. Puutteellisella kielitaidolla on tärkeä hyvinvointia heikentävä merkitys. Ihmisen äidinkielen arvon kadotessa itsetunto saa kovan kolauksen. Aikuinen, koulutettukin henkilö, joutuu lapsen asemaan ja on riippuvainen toisten avusta. (Räty 2002, 117, 120-122; Saraneva 2010, 208; Helsingin yliopisto 2013, 91.)

Valtion ja kuntien toimenpiteiden lisäksi kolmannen sektorin toimijoilla ja yksityisillä kansalaisilla on tärkeä tehtävä maahanmuuttajien kotouttamisessa. Suurimpia, turvapaikanhakijoiden kanssa toimivia järjestöjä ovat Suomen Punainen Risti (SPR) ja Luona Oy. Molemmilla on toimipisteitä eri puolella Suomea. Ne järjestävät turvapaikanhakijoille asumispalveluita vastaanottokeskuksissa, solu- tai vuokra-asunnoissa. Valtion tai kunnan kanssa yhdessä suunnitellaan tarvittava majoituksen tai asumisen tuki, joka sisältää sekä sosiaali- että terveyspalveluita. Siihen kuuluu myös kotoutumista tukevia palveluita: neuvontaa ja ohjausta, yhteiskuntaan sopeuttavia palveluita, kuten opinto- ja työtoimintaa, sekä vapaa-ajan toimintaa. Suomen kielen opetus alkaa pian vastaanottokeskukseen saavuttua ja siihen veloitetaan osallistumaan. Se on ammattilaisen järjestämää opetusta, jota toteutetaan kahdesti viikossa. Lähtötilanteestaan riippumatta kaikki osallistuvat samaan koulutukseen. Tavoitteellisempi ja yksilön tason mukainen kieliopeutus alkaa vasta myönteisen oleskelulupapäätöksen saamisen jälkeen. Vapaaehtoisilla on myös tärkeä rooli kotouttamisessa. He tarjoavat kielen ja kulttuurin opetusta sekä monenlaista muuta aktivoivaa toimintaa. SPR kouluttaa vapaaehtoisia myös toimimaan ystävinä turvapaikanhakijoille. (Luona. i.a; SPR 2015.)

Somalialaiset maahanmuuttajat tulevat kulttuurista ja yhteisöistä, joissa uskonto ja uskonnolliset yhteisöt ovat merkittävässä asemassa ihmisten arjessa. Myös uudessa kotimaassa uskonnolliset yhteisöt voivat tarjota arvokasta tukea. Suomen suurin uskonnollinen yhteisö, evankelisluterilainen kirkko, tarjoaa uskonnollisen toiminnan lisäksi monipuolisia arkea ja hyvinvointia tukevia palveluja. Näitä ovat esimerkiksi vertaistuki, diakoniatyö sekä sosiaalinen ja taloudellinen apu. Kirkon tuki voi omalta osaltaan lisätä yhteenkuuluvaisuuden tunnetta ja suomalaisen yhteiskuntaan kiinnittymistä. (Sakasti i.a.)

2.3 Infopankki maahanmuuttajan tukena

Yhteistyökumppaninani on ollut Infopankki. Se on Suomessa toimiva, monikielinen verkkopalvelu. Se tarjoaa tietoa suomalaisen yhteiskunnan toiminnasta ja julkishallinnon palveluista. Infopankki toimii myös Facebookissa ja Twitterissä. Infopankista löytyy tietoa Suomesta, Suomeen muuttamisesta ja elämästä Suomessa. Identtinen tieto löytyy 12:lla eri kielellä ja sivut auttavat myös maahanmuuttajien kanssa työskenteleviä ohjaamaan heitä luotettavan, oikean tiedon lähteille. Sivustoa julkaisee Helsingin kaupunki, sitä rahoittavat valtio ja kunnat. Tietoja päivitetään jatkuvasti yhdessä viranomaisten kanssa. Sisäasiainministeriö, Opetusministeriö, Työ- ja elinkeinoministeriö, Valtiovarainministeriö, Kansaneläkelaitos sekä useat kaupungit rahoittavat palvelua. Infopankin sivuilta löytyy asuminen, perheeseen, työhön, yrittäjyyteen, koulutukseen, kielen oppimiseen, terveyteen ja vapaa-aikaan liittyvää tietoa. (Infopankki, i.a.)

Kansaneläkelaitos ja Infopankki.fi-sivusto ovat tehneet tiivistä yhteistyötä usean vuoden ajan. Viime syksyn aikana Kela ja Infopankki ovat jalkautuneet kahteen pääkaupunkiseudulla sijaitsevaan vastaanottokeskukseen kertomaan sosiaaliturvasta, Kelan etuuksista sekä suomalaisesta yhteiskunnasta. Samalla myös vastaanottokeskusten työntekijät ovat saaneet arvokasta tietoa muun muassa Kelan palveluista ja hakemuksista. On tärkeää tavoittaa turvapaikanhakijat jo

vastaanottokeskuksessa. Kun tietoa osaa etsiä myös itsenäisesti ja oikea-aikaisesti, asiat hoituvat hyvin ja joustavasti. (Kela i.a.)

Minulla oli mahdollisuus tavata Infopankin erityissuunnittelijaa ja kahta tiedottajaa syksyllä 2015. Silloin opinnäytetyöni aihe oli vasta hahmottumassa. Työntekijät kehittävät jatkuvasti sivuja käyttäjäystävällisemmiksi. Palautetta sivuston toimivuudesta kerätään säännöllisesti, samoin eri kielisten sivujen käyttöastetta seurataan. Julkaistavien tiedotteiden ja käännösten laatuvaatimukset ovat korkeat. Käännöstyössä kumppanina on toiminut kotimainen Lingoneer Oy vuodesta 2010 alkaen. Yritys hallitsee lukuisia erikoisaloja. Sillä on mahdollisuus kansainvälisen kääntäjien verkoston kautta löytää juuri sopiva kääntäjä jokaiseen käännöstyöhön. Infopankin somalinkielisten sivujen käyttöaste on ollut muihin Infopankin tarjoamiin kieliin verrattuna alhainen. Vain 1,25 % sivuilla käyneistä käytti niitä, kun taas esimerkiksi venäjänkielisiä sivuja käytti 14,81 %. Tästä syystä sivujen ylläpidon mielekkyyttä on pohdittu. Somalialaiset ovat kuitenkin maamme kolmanneksi suurin, vieraskielisten väestöryhmä heti venäläisten ja virolaisten jälkeen. (Julin, Huhta, Kaila & Lehtonen 2015; Lehtonen 2016; Lingoneer 2016; Tilastokeskus 2015.)

Suullista informaatiota Infopankissa ei ole mahdollista saada somalian kielellä. Asiointi puhelimitse onnistuu vain suomen, ruotsin ja englannin kielellä. Aikaisemmissa tutkimuksissa on havaittu, että somalialaisten kohdalla tutkimuksiin kutsuminen henkilökohtaisesti toimii kirjettä paremmin. Internetin käyttö, erityisesti naisten keskuudessa, on ollut huomattavasti vähäisempää verrattuna muihin maahanmuuttajaryhmiin ja kantaväestöön. Somals in Helsinki -tutkimuksen mukaan 28,3 % naisista ei käyttänyt sitä lainkaan. (Helsingin yliopisto 2013, 92; Infopankki i.a.) Yhdysvalloilla on paljon kokemusta maahanmuuttajista. Terveystieteiden palveluita on kehitetty havaittujen tarpeiden mukaisesti. Ohiossa on luotu yliopiston, terveydenhuollon ja muutamien muiden toimijoiden kanssa yhteistyössä laajat itsehoitosivut. Informaation voi sekä lukea että kuunnella muun muassa Somalian kielellä. (Healthinfotranslations i.a.)

3 TERVEYS JA HYVINVOINTI

Terveys on koko ajan muuttuva tila, johon vaikuttavat sairaudet ja fyysinen ja sosiaalinen elinympäristö, mutta ennen kaikkea ihmisen omat kokemukset ja hänen arvonsa ja asenteensa.
(Huttunen 2015).

Hyvinvointia ja terveyttä voidaan tarkastella sekä yksilö- että väestötasolla. Se on aina riippuvainen yhteiskunnan tilanteesta. Siihen vaikuttavat muun muassa maan infrastruktuuri, poliittinen vakaus, asuinolot, ruoan ja veden saatavuus, perustarpeiden tyydyttäminen ja terveydenhuoltojärjestelmä. Yleensä terveyttä pidetään kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin osatekijänä. Hyvinvointia arvioitaessa tarkastellaan elinoloja, terveyttä, elämäntapoja, elämänhallintaa ja palveluiden toimivuutta. Yksilötasolla hyvinvointiin vaikuttavat esimerkiksi syntymä- ja asuinmaa, sukupuoli, ikä, etninen tausta, terveys ja lapsuuden elinolot. Terveys jaetaan yksilön fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen terveyteen, jotka ovat kiinteässä yhteydessä toisiinsa. Hyvinvointi voidaan jaotella mitattavissa olevaan sekä koettuun hyvinvointiin. Koettu hyvinvointi on kokemus perustarpeiden tyydyttämisestä. Se on koettua terveyttä, tyytyväisyyttä ihmissuhteisiin, kokemusta riittävän sosiaalisen tuen saamisesta, elämänlaatua ja sen hallintaa. (Malin & Suosaari 2010, 136-137.)

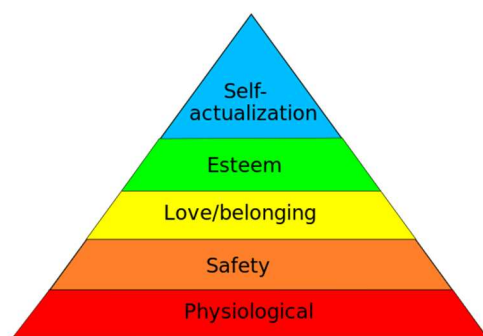
3.1 Ihmisen perustarpeet

Länsimaissa ihmisen hyvinvointi on totuttu määrittelemään sen mukaan, miten hänen perustarpeensa ovat tulleet tyydytettyä. Ihmisten perustarpeita voidaan määrittellä esimerkiksi Maslowin tarvehierarkia-teorian (v. 1943) avulla. Kaikilla

ihmisillä on samat perustarpeet, mutta mahdollisuudet niiden toteutumiseen vaihtelevat. Kehitysmaissa jopa kaiken perustana olevat fyysiset perustarpeet voivat toteutua vain osittain. Ihminen tarvitsee vettä ja ravintoa elääkseen sekä sopivan vaatetuksen ja suojan. Maslowin mukaan jokaisen alemman tason tulee olla ainakin osittain tyydytetty, ennen kun ylemmän tason tarpeet voivat herätä. Maslowin mukaan ihmisen tarpeiden hierarkkinen järjestys on seuraava:

1. fysiologiset tarpeet (hengissä säilymisen fyysiset edellytykset, kuten ruoka, juoma, hengitysilmä)
2. turvallisuuden tarpeet (suojauduminen erilaisilta vaaroilta)
3. yhteenkuuluvuuden ja rakkauden tarpeet (ystävyyys, rakkaus, ryhmään kuuluminen)
4. arvonannon tarpeet (itsearvostus, kunnioituksen saaminen muilta).
5. itsensä toteuttamisen tarpeet (omien kykyjen saaminen täyteen käyttöön esimerkiksi työssä tai vanhemmuudessa)

(Ulkoministeriö 2013; Maslow/Psychosocial Review 2000 50; 370-396)



KUVIO 1. Maslowin tarvehierarkia (Learning-theories i.a.)

Terveiden ja hyvinvoinnin kokeminen perustuvat subjektiiviseen arvioon, johon vaikuttavat henkilökohtaiset odotukset, kokemukset ja kulttuuriset arvot. Opin näytetyössäni keskityn tarkastelemaan näitä tekijöitä yksilön kokemuksien kautta.

3.2 Somalialaisten terveys

Sosiaaliset olosuhteet ja ympäristö määrittävät ihmisen kokemuksen omasta terveydestään. Terveys ei ole vain sairauden puuttumista. Toisaalta myös sairas voi kokea olevansa terve. Yhteisön ja yksilön terveyteen vaikuttavat siis tieto, tunne, käyttäytyminen ja yhteisö. (Hyypä & Liikanen 2005, 40.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos käynnisti maahanmuuttajien terveyttä ja hyvinvointia koskevan tutkimushankkeen vuonna 2010 (MAAMU-tutkimus). Selvityksen kohderyhmänä ovat 3000 venäläis- somalialais- ja kurditaustaisista, työikäistä aikuista, jotka asuvat pääkaupunkiseudulla, Turussa, Tampereella tai Vaasassa. Tässä, kuten aikaisemmissa tutkimuksissa, somalialaiset ovat kuvanneet terveyttään hyväksi. Kaikkien elämänlaatu –kysymysten osalta he arvioivat omaa elämäänsä muita ryhmiä paremmaksi, vaikka terveys indikaattorien mukaan heillä olisikin terveyttä ja hyvinvointia haittaavia tekijöitä. Taustalla vaikuttavat luultavasti oman elämän vertaaminen entiseen kotimaassa vallinneeseen tilanteeseen sekä myös uskontoon ja kulttuuriin liittyviä tekijöitä. Voidaan puhua myös onnellisuus-muurista, ts. tyytyväisyys on sosiaalisesti hyväksytympää ja antaa myönteisen julkisuuskuvan. (Castaneda, ym. 2012. 11, 64, 217.)

Maahanmuuttajat hahmottavat sairauden kokemuksia sekä lähtö- että tulomaan sairauskäsityksen mukaan. Joissakin kulttuureissa sairauskäsitykset voidaan tulkita myös rangaistuksena, epäonnena, henki käsitteillä tai pahan silmän koettelemuksena. Aluksi lähtömaan kulttuuriset käsitykset ohjaavat asenteita, käyttäytymistä ja hoitoon hakeutumista. Asumisajan pidentyessä tulomaan terveydenluktaito ja hoitotavat tulevat tutummiksi. (Bäärnhjelm 2010, 254–255.)

Islam uskontona antaa perustan, miten terveyteen ja sairauteen suhtaudutaan. Muslimi uskoo, että terveys ja sairaus ovat Allahin, Jumalan käsissä. Sairaus voidaan ajatella Jumalan rangaistuksena tai ihmiselle annettuna koettelemuksena.

Samalla kun Jumala on luonut sairauden, hän on luonut myös siihen hoidon. Jumala on luonut myös henget, jinnit, joiden paha silmä ja noituus voivat aiheuttaa sairautta. Jinnit on mainittu myös Koraanissa, joten niiden olemassaolo on muslimille kiistaton tosiasia. Somaliassa julkiset terveydenhoitopalvelut ovat olleet heikkoja ja lääketieteellisten hoitomuotojen rinnalla on totuttu käyttämään perinteisiä hoitoja. Näitä ovat esimerkiksi yliluonnolliset menetelmät sekä yrtilääkintä. Usein lääkärin on hakeuduttu vasta pakottavassa tilanteessa. Ehkäisevän terveydenhuollon merkitys ei ole useinkaan tuttu. Somalialaiset osallistuvat kantaväestöä vähemmän esimerkiksi maassamme järjestettäviin seulontatutkimuksiin. Vain noin kolmasosa naisista osallistuu kohdunkaulan syövän seulontaan ja vain noin neljäsosa osallistuu rintasyövän mammografiaseulontaan. (Tiilikainen & Mölsä 2010, 308–310; Helsingin yliopisto 2013, 90.)

Turvapaikanhakijoilla on muita suuremmat terveysriskit. Ne ovat syntyneet lähtömaan olosuhteista, matkan haasteista tai tulomaan tilanteesta johtuen. Terveiden resurssit alkavat karttua jo raskauden ja syntymän aikaan. Syntymän jälkeen lapsen terveyteen vaikuttavat sukupuoli, lapsuuden ja aikuisuuden sosioekonominen asema ja saatavilla olevat hoitomahdollisuudet ja palvelut. Kehitysmaiden yksi suuri, ennenaikaista kuolemaa ja toimintakyvyn alenemistä aiheuttaa lasten aliravitsemus. Aliravitsemuksella voi olla kauaskantoisia vaikutuksia myös aikuisiässä. Maahanmuuttajan terveys voi paradoksaalisesti olla myös parempi kuin kantaväestöllä, varsinkin tulovaiheessa. Monesti vain terveimmät kykenevät lähtemään ja selviävät läpi raskaan muuttomatkan eri vaiheet. (Malin & Suvisaari 2010, 137–138; Lancet vol. 388 2016, 1671.)

3.2.1 Fyysinen terveys

Tutkimuksissa on havaittu, että fyysinen hoito valitaan psyykkistä hoitoa mieluummin. Lääkkeitä ja hoitoa oli totuttu ottamaan silloin kun oli oireita. Pitkäaikaissairauksien oireita ehkäisevä hoito oli vierasta. Kuitenkin erityisesti vanhemmat naiset valittavat epämääräistä kipua ja muita oireita, jotka eivät ole diagnosoitavissa. Myös unettomuus on kohtalaisen yleinen ongelma. Joskus pitkäaikaisten oireiden syy voi olla D-vitamiinin puute, joka on helposti hoidettavissa.

(Malin & Suvisaari 2010, 155; Castaneda, ym. 2012, 90–91.) Tumma iho tuottaa Suomen auringossa D-vitamiinia huomattavasti heikommin kuin vaalea iho. Useat maahanmuuttajat pukeutuvat peittävästi, mikä lisää D-vitamiinin puutoksen riskiä myös kesäisin. (Paakkari 2013.) Suomalaisille suositellaan tällä hetkellä 10 mikrogramman D-vitamiinilisää vuorokaudessa, ainakin talvikuukausina. Vanhuksille, raskaana oleville ja tummaihoisille suositellaan 20 mikrogrammaa vuorokaudessa. Elintarvike- ja ympäristötieteiden laitoksella on käynnistynyt lokakuussa 2016 Marwo-D-tutkimus. Siinä selvitetään D-vitamiinin tarvetta ja sen yhteyttä terveyteen. Tutkimukseen osallistuu somalialaistaustaisia ja suomalaisia henkilöitä. (Helsingin yliopisto, elintarvike ja ympäristötieteiden laitos 2016.)

Tyttöjen ja naisten ympärileikkaus käsittää monenlaisia naisen sukupuolielimiin kohdistuvia toimenpiteitä. Se on ollut yleinen toimenpide tytöille myös Somaliassa. Toisin kuin usein uskotaan, se ei kuulu Koraanin opetukseen. Tapa yleistyi jo faaraoiden aikaan. Ympärileikkauksen motiivit vaihtelevat eri maissa. Usein ne liittyvät uskomuksiin, jotka koskevat kulttuurista identiteettiä, naisen seksuaalista kontrollointia, hygieniaa ja esteettisyyttä. Sillä voi olla merkitystä perheen kunnian ylläpitämiseen ja se on voinut olla edellytys avioliiton solmimiselle. Länsimaissa se on nähty ihmisoikeuksia loukkaavana ja naisia alistavana toimenpiteenä. Se on kielletty lailla ja rinnastetaan törkeään pahoinpitelyyn. (Abdelhamid ym. 2010, 246-247; Tiilikainen 2003, 267-269.) Ympärileikkaus, silpominen, aiheuttaa kiistatta myös monia terveydellisiä ongelmia. Asian intiimisyydestä johtuen, ympärileikkauksista on vain niukasti tietoa aikaisemmissa tutkimuksissa. MAAMU-tutkimuksessa tuli ilmi, että 69,8 % Suomessa asuvista somalialaisista naisista oli ympärileikattu. Enemmän heitä oli iäkkäämpien naisten joukossa, 18-29-vuotiaista noin puolet. 16,6% naisista koki siitä aiheutuneen heille haittaa. Ympärileikkauksen vastaista neuvontatyötä on tehty ja asenteet sitä kohtaan ovat muuttamassa kielteisempään suuntaan. (Koponen & Mölsä 2012, 141-143.)

Islamilaisesta kulttuurista tulleiden naisten ei ole sosiaalisesti hyväksyttävää käyttää alkoholia tai tupakoida. Nämä normit ohjaavat terveellisiä elämäntapoja tukevaan elämään. Toisaalta naisten liikunnan harrastaminen siinä määrin, mitä länsimaissa pidetään terveellisenä, ei ole yleistä. Nuorella iällä tehdyt heikot toimintakykyä kuvaavat tulokset, esimerkiksi portaiden nousun testi, ennustavat

vaikeampia ongelmia iän lisääntyessä. (Castaneda ym. 2010,190.) Ravitsemuksellisesti runsaasti rasvaa sisältävät ruuat ja sokeripitoisten juomien suosiminen janojuomana on yleistä. Kasviksia ja hedelmiä käytetään niukasti. Somalialaisilla naisilla on taipumus ylipainoon. (Castaneda ym. 2012;90-91, 173; Yusuf ym.2015, 181.)

Lääkärikäynneistä suurin osa on päivystyskäyntejä, joihin harvemmin löytyy erityisen vakavia syitä. Tämä johtuu osittain siitä, että ennaltaehkäisevä terveydenhuolto ei ole tuttua. Vastaanottokäynnillä ongelmia tuottaa oireiden kuvaileminen heikosta kielitaidosta johtuen. Epämääräiset oireet voidaan myös tulkita psyykosomaattiseksi oireiluksi ja oireiden aiheuttaja jää tunnistamatta. Tästä johtuen vastaanottokäyntejä saattaa tulla useita, ennen kun oireiden aiheuttaja selviää ja se pystytään hoitamaan asian vaatimalla tavalla. (Castaneda, ym. 2012. 86-91, 254.)

Myös länsimaista poikkeava aikakäsitys aiheuttaa spontaanimpaa ja vähemmän suunnitelmallista toimintaa. Länsimaisen, lineaarisen aikakäsityksen mukainen sitoutuminen kalenteriin sovittuihin aikoihin on somaleille vieraampaa. Sovitusta ajasta lipsuminen ei ole tarkoitettu loukkaukseksi. Se ei ole osoitus siitä, ettei varattua lääkärin tai hoitajan tapaamista arvostettaisi. Syklisen aikakäsityksen mukaan aikaa ei voi säästää tai tuhjata. Suunnittelukyky voidaan pitää myös loukkauksena Allahia, Jumalaa kohtaan. Ihmisellä ei ole lupa muuttaa Jumalan suunnitelmaa. (Räty 2003, 64-65.)

3.2.2 Psyykinen terveys

Kuten fyysisen terveyden, myös mielenterveyden vaaliminen on yhteiskunnan velvollisuus. Ei ole olemassa terveyttä ilman mielenterveyttä. Mielenterveys on olennainen osa yleistä kansanterveyttä. Positiiviseen mielenterveyteen kuuluvat myönteinen hyvinvoinnin kokemus, yksilölliset voimavarat, kuten itsetunto ja optimismi sekä elämänhallinnan ja eheyden kokemus. Se on kykyä solmia ja ylläpitää tyydyttäviä ihmissuhteita. Se on myös kykyä kohdata vastoinkäymisiä. Mie-

lenterveydestä huolehtiminen on osa sosiaali- ja terveystalitiikkaa. Kaikkien hallinnonalojen on oltava tietoisia, miten oma toiminta vaikuttaa yksilön terveyteen, myös psyykkiseen hyvinvointiin. Työllisyys, koulutus, asunto, ympäristö ja tasa-arvopolitiikka vaikuttavat yksilön kokemuksiin. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004;16,18, 20-21.) Somals in Helsinki tutkimuksen mukaan 57 %:lla on traumaattisia kokemuksia sodasta ja väkivallasta. He ovat olleet lähellä näkemässä kuolemaa ja vammautumista. Naiset ovat kohdanneet näitä jopa miehiä enemmän. Kuitenkaan vakavat masennus- ja ahdistusoireet eivät ole erityisen yleisiä heidän keskuudessaan. Mielenterveyspalveluita he käyttävät huomattavasti kantaväestöä vähemmän. Psyykkiset sairaudet koetaan usein myös stigmatisoivina tai oireet voidaan tulkita jinnien aiheuttamiksi. (Helsingin yliopisto 2013; Pavlish, Noor & Brandt 2010, 361.)

3.2.3 Sosiaaliset suhteet

Perhe on tärkein voimavara maahanmuuttajalle, varsinkin alkuvuosina. Usein maahanmuuttaja kuitenkin tulee Suomeen yksin. Sosiaalinen asema voi muuttua raskaaksi, jos tukiverkosto puuttuu. Eteenkin yhteisöllisyyttä korostavassa kulttuurissa on totuttu vaikeissa elämäntilanteissa tukeutumaan omaan sukulaisverkostoon enemmän kuin yhteiskunnan tarjoamiin tukipalveluihin. (Malin & Suvisaari 2010,140; Martikainen & Haikkola. 2010, 58.) Maahanmuuttajayhteisössä suomalaisen yhteiskuntaan parhaiten kotoutuneet yksilöt tuntevat paineita auttaa maanmiehiään. Tämä voi muodostua raskaaksi, koska heillä itselläänkin on vaikeita kokemuksia takana. Alkuvaiheessa suomalaiset kontaktit ovat lähinnä maahanmuuttajien kanssa toimivat viranomaiset. Työelämä ja ystävyysuhteet tuovat myöhemmin monipuolisempia vuorovaikutussuhteita. (Räty 2002,113-114.)

Yhteisöllisessä eli kollektiivisessa kulttuurissa yksilö kokee olevansa ryhmän jäsenen ja koko yhteisö vaikuttaa hyvinvointiin. Myös terveydellisissä kysymyksissä on helpompi turvautua ensin omaan ryhmään. Suhde hoitohenkilökuntaan ei ole yhtä luonnollinen, kuin länsimaissa. Suuremman valtaetäisyyden hyväksyminen on tavallisempaa, kuin mihin me olemme tottuneet. Potilas voi kokea valtaeroa ja

reagoida siihen liioitellulla ystävällisyydellä. Silloin hän ei halua ilmaista omia mielipiteitään tai tarpeitaan. Tämä voi yksisuuntaistaa kommunikointia. Potilaan ilmaisu voi olla myös epäsuorempaa, mihin olemme tottuneet. Suomalaiset ovat tottuneet hyvin suoraan viestintään ja menevät yleensä heti asiaan. Somalialaisessa kulttuurissa johdatellaan asiaan vähitellen. Ensiksi kysytään esimerkiksi keskustelukumppanin tai hänen perheensä vointia. Suorat, henkilökohtaiset kysymykset voidaan pitää tungettelevina ja epähienoina. Samanlaisen kokemusta maailman puuttuminen voi myös aiheuttaa sen, että osapuolet antavat sanoille erilaisia merkityksiä ja tulkintoja. (Oroza 2010, 256, 27; Rätty 2003, 66-68.)

Minnesotassa tehdyn tutkimuksen mukaan somalialaisten maahanmuuttajanaisten ja terveydenhuoltojärjestelmän kanssa ilmeni lukuisia ongelmia. Naiset kokivat, ettei heitä kuunneltu vastaanotolla. Puutteellisen kielitaidon johdosta naiset tulkitsivat myös paljon henkilökunnan nonverbaalia viestintää. Aina he eivät nähneet siinä auttamisen halua tai saaneet kokemusta olevansa tervetullut. Länsimainen tapa mennä suoraan asiaan tuntui tyylyltä ja kiireen sävyttämältä. Henkilökunta koki turhautumista, eivätkä he jaksaneet selittää ja perustella hoitotoimenpiteitä riittävästi. Kommunikointi hoitotilanteissa oli toistuvasti epätydyttävää ja tuloksetonta. Kieliongelmaa tärkeämmäksi tekijäksi osoittautuivat ristiriitaiset uskomukset, erilaiset odotukset sekä huolet ja pelot, joita ei sanottu ääneen vastaanotolla. Naiset odottivat kokonaisvaltaista tulkintaa sairauden kokemisen syistä sekä henkilökohtaista ja kiireetöntä vastaanoton tilannetta. (Pavlish ym. 2010, 353-361.)

4 USKONTO JA HENGELLISYYS

Usko on aina henkilökohtaista. Sen lisäksi, että tietää, mihin uskontokuntaan ihminen kuuluu, on tiedettävä, millainen hänen suhteensa uskontoon on. Kulttuuriset arvot vaikuttavat käsityksiin terveydestä ja sairaudesta. Ne vaikuttavat myös siihen, mitä pidetään hyväksyttävänä hoitokäytäntönä. Monien kulttuuristen ja moraalisten arvojen perustana on uskonto. Arvojen kyseenalaistaminen uhkaa koko ihmisen olemassaoloa. Uskonto voi puuttua yksilön elämään muita yhteiskunnallisia sääntöjä enemmän. Se voi kieltää tapoja jotka yleisesti katsotaan hyväksyttäväksi, esimerkiksi silmiin katsominen ja kätteleminen eivät ole kaikissa kulttuureissa hyväksyttävää käytöstä. Toisaalta uskonto voi sallia esimerkiksi moniavioisuuden. Kohdatessaan itselleen vieraasta kulttuurista olevan asiakkaan, työntekijä huomioi vain jäävuoren huipun näkyvät osat; tavat, kielen, sukupuolen, iän, ihonvärin ja pukeutumisen. Tulisi kuitenkin nähdä myös pinnan alla olevat rakenteet; asiakkaan maailmankatsomus, kulttuuri-identiteetti, arvomaailma, odotukset, uskomukset, perheen ja suvun merkitys ja kulttuuriset traditiot. Näihin rakenteisiin tarttuminen on haasteellista, koska ne voivat olla tiedostamattomia myös asiakkaalle itselleen. Käyttäytymisestä tulee kuitenkin ymmärrettävää, jos nämä asiat ovat tiedossa. (Abdelhamid ym. 2010, 75-76, 119.)

Uskonnollisuudella on tärkeä osuus yksilön kulttuurissa. Kulttuurinen herkkyyys painottaa eri kulttuurisen henkilön arvostamista, sekä omaa avoimuutta, empatiaa ja halukkuutta kuunteluun. Se on halua ymmärtää, mitä uskonto merkitsee juuri tälle ihmiselle. Tämä on edellytys hyvälle dialogille ja uskontolukutaidolle. Tarvitaan myös herkkyyttä. Herkkyyys asiakastyössä vaatii tuekseen tietotaitoa, mutta tietotaito ei riitä ilman herkkyyttä. (Pakaslahti & Huttunen 2010, 7; Malin & Suvisaari 2010, 138.)

Uskonto määrittää väestön arvoja, myyttejä, symboleja, merkkejä, kasvatusta, tapoja, käytäntöjä ja koko kulttuuria. Monet kulttuuri- ja taideharrastukset ovat

uskonnosta lähtöisin. Uskonnollisissa tilaisuuksissa voidaan laulaa, selittää tekstejä. Se voi olla näyttelyissä käymistä tai yhdessä lukemista. Hartauden harjoittaminen on osa kulttuuria. Uskonnollisuuden vaikutusta terveyteen on tutkittu yli sata vuotta. Tutkimusten valossa terveyttä näyttää tukevan erityisesti sellainen yhteisöllisyys, johon liittyy sosiaalinen osallistuminen. Ihminen voi myös turvautua Jumalaan hädän tullen. Uskonnon merkityksellisyys voi korostua elämän vaikeina aikoina. Usko voi antaa voimaa elämän vaikeuksia kohdatessa. Uskonnollisuus lisää sosiaalisuutta ja osallistuminen oman yhteisön toimintaan on aktiivista. Samat henkilöt harrastavat usein myös muuta kulttuuria. He ovat myönteisempiä ja nuorten koulumenestys on hyvää. Uskonnollinen osallistuminen ja aktiivisuus on kuitenkin erotettava henkilökohtaisesta uskosta. Sen vaikutusta terveyteen ja elinikään on hyvin vaikea osoittaa tieteellisesti. (Hyypä & Liikanen 2005, 100-101.)

4.1 Islam uskontona

Islam on maailmanuskonnoista nuorin. Se on monoteistinen uskonto ja tunnustaa yhden ainoan jumalan, Allahin. Jumalan sanoman välitti ihmisille profeetta Muhammad, ” Jumalan lähettiläs”. Historiallisesti tarkasteltuna islam alkaa Koraanista, johon on kirjoitettu profeetta Muhammadin, vuosina 619-632, kokemat, Jumalalta saadut ilmestykset. Hän toimi ensin kotikaupungissaan, Mekassa. Hän siirtyi vuonna 622 Medinaan ja silloin katsotaan islamilaisen ajanlaskun alkaneen. Medinassa hän muuttui saarnaajasta ja profeetasta valtion mieheksi ja nuoren yhteisön johtajaksi. Kun islamin usko syntyi, se ajoi oikeudenmukaisuutta, tasa-arvoa, ihmisarvon kunnioittamista ja oikeusvaltioperiaatetta. Näihin arvoihin useimmat muslimit edelleen uskovat. Pian Muhammadin kuoleman jälkeen uskonto jakautui kahteen päähaaraan. Kiistaa tuli siitä, kuka on laillinen johtaja profeetan kuoleman jälkeen. Enemmistö piti ainoana mahdollisena, laillisena seuraajana Muhammedin serkkua, Alia, joka oli myös hänen tyttärensä puoliso. Syntyi Alin puolue, ”Shiit Ali”, josta šiialaiset ovat saaneet nimensä. Somalialaiset ovat pääasiallisesti toista haaraa, sunnimuslimeja. Koko muslimiväestöstä sunnien osuus on vain noin 10–12 %. Sunni- ja šiiamuslimien välillä on usein vakavia jännitteitä. (Hattstein 2008, 12, 34.)

Somaliassa yli 95% väestöstä on islaminuskaisia ja se kuuluu 15 islamistisimman maan joukkoon (Hattstein 2008, 7,10; Sardar & Wyn Davies 2014, 19.)

Vuoden 1979 ”islamistinen vallankumous” Iranissa käynnisti jihadin, pyhän sodan, Neuvostoliittoa vastaan. Se oli aseellista taistelua. Tällaisia militantteja fundamentalisteja on edelleen lähes jokaisessa muslimimaassa. He tavoittelevat islamilaista valtiota ja joissakin tapauksissa taistelevat avoimesti sen puolesta. Tämä on käynnistänyt pakolaisaallon ja enemmistö maailman 12 miljoonasta turvapaikanhakijoista on muslimeja. Useimmat heistä hakeutuvat turvaan toiseen muslimimaahan. Merkittävimmät pakolaisia vastaanottavista maista ovat Pakistan, Iran sekä länsimaista Saksa. (Sardar & Wyn Davies 2014, 168–169.)

Islamilainen maailma painiskelee tällä hetkellä akuuttien ongelmien kanssa. Suurin osa muslimeista asuu maailman köyhimmissä maissa. Muslimimaailmassa on paljon konfliktialueita. Siellä köyhyyttä luovat ja ylläpitävät sisällissodat ja etnisten ryhmien väliset taistelut, kapinalliset ja terrorismi. Tämän päivän islam ei kuitenkaan ole mikään yhtenäinen ilmiö, vaan tunnettu monimuotoisuudestaan. On olemassa runsaasti erilaisia, keskenään kilpailevia tulkintoja, koulukuntia, lahkoja. On olemassa niin poliittisia kuin epäpoliittisia sekä mystisiä ryhmittymiä. Sanalla islamistinen voidaan viitata valtavaan kokonaisuuteen, joka kattaa hengellisyyden harjoittamisen, moskeijat ja minareetit, tietynlaisen pukeutumisen, käyttäytymisen, taloudellisen toiminnan, poliittisia aatteita, vastarinnan muotoa, filosofiaa ja kirjallisuutta sekä monenlaisia nykymaailman tapahtumiin vaikuttavia yhteiskunnallisia ja poliittisia liikkeitä. Islam on perinne ja kulttuuri, sivilisaatio, jolla on pitkä ja tunnettu historia. Islam merkitsee myös maailmankatsomusta, tapaa tarkastella ja hahmottaa maailmaa. Melko yleisesti sukupuoli määrittää ihmisen asemaa yhteiskunnassa. Naisilla ja miehillä on tyypillisimmillään eri roolit, velvollisuudet ja oikeudet. Naisille kuuluvat kotiin liittyvät toimet ja nämä luovat usein jatkuvuutta ja turvallisuutta myös uudessa asuinmaassa. (Sardar & Wyn Davies 2014, 7, 14–15; Tiilikainen 2003, 244.)

4.2 Somalialaisten islam

Uskonnolla on erityisen tärkeä merkitys silloin kun valtio ei toimi. Koraanikoulut, moskeijan rooli köyhäinhoidossa ja islamilainen tuomioistuin ovat tuoneet Somaliin järjestyksiä. (Räty 2003, 91.)

Vuonna 2012 Suomessa oli noin 60 000 muslimia, joista somaleja oli neljännes. (Teinonen 2015, 22.) Suomessa asuvien muslimien määrä on jyrkästi kasvanut turvapaikanhakijoiden myötä viimeisten vuosien aikana. He eivät edusta yhtä yhtenäistä islamilaista kulttuuria. Ihmiset ovat erilaisia ja heidän suhteensa uskoon on yksilöllinen. Useimpien muslimien elämään uskonto kuitenkin kuuluu erottamattomana ja näkyvänä osana. Yleisesti maastamuutto kasvattaa uskonnon merkitystä ihmisen elämässä. (Yusuf ym. 2015, 132, 140.)

Uskonto on suurimmalle osalle somaleista luonteva osa elämää. Ympäröivä yhteiskunta vaikuttaa uskonnollisten tapojen toteuttamiseen. Ulkomailla eläessään muslimit joutuvat joustamaan esimerkiksi rukouksaikojen suhteen, vaikka arkipäivän rukoukset ovatkin lyhyitä. Islam tarkoittaa alistumista Jumalan tahtoon. Sairaudesta tulee kestää kärsivällisesti, eikä uskoa saa sen vuoksi menettää. (Räty 2003, 73–74.)

Yhdysvaltalaisen tutkimuksen mukaan terveys ja sairaus olivat kiinteästi yhteydessä somalialaisten naisten päivittäiseen elämään. Terveys tarkoittaa hyvää suhdetta omaan elämään, perheeseen ja Jumalaan. Jumalalla katsottiin olevan ihmistä suurempi rooli ihmisen hyvinvoinnissa. (Pavlish ym. 2010, 358.)

4.2.1 Koti, pukeutuminen, säännöt

Marja Tiilikainen on tutkinut paljon Suomessa asuvia somalinaisia. Hän toteaa, että uskonnonharjoitus diasporassa keskittyy paljon kodin sisälle. Moskeijassa

käyville naisille koraanikoulut, rukoukset ja luennot ovat uskonnollisen luonteensa lisäksi myös sosiaalisia tapahtumia. Islam ja naisten Suomessa elämä arki ovat nivoutuneet toisiinsa. Naiset ovat tapojen, rituaalien sekä uskonnollisten ja moraalisten käytäntöjen asiantuntijoita. He voivat kehittää omia keinoja kulttuurisen tietonsa säilyttämiseen ja joutuvat etsimään sille paikkaa niin islamilaisen yhteisön kuin myös suomalaisen yhteiskunnan sisällä. Uudessa asuinmaassa, uskonnollisen vähemmistön edustajana, uskonnon merkitystä pitää pohtia uudelleen. Uskonnosta saattaa tulla maahanmuuttajalle aikaisempaa tärkeämpi osa omaa identiteettiä. (2003, 18, 68–69, 137.)

Monet naiset pyrkivät noudattamaan rukousaikataulua ja rukoilemaan vähintään viisi kertaa päivässä. Osa naisista katsoo, että tarvittaessa rukouksen voi myös suorittaa etu- tai jälkikäteen. Rukousaika on keskittymistä. Sitä ei keskeytetä esimerkiksi puhelimen tai ovikellon soidessa. Hunnun käyttäminen on yksi näkyvimmistä merkkejä uskonnosta. Jumala on määrännyt hunnun naisille Koraanissa. Osa miehistä toivoo itselleen hunnutettua puolisoa. Huntu suojaa naisen siveyttä ja kasvohuntu estää myös miesten katsomista suoraan silmiin. Tiilikaisen mukaan monet somalinaiset ovat alkaneet hunnuttautua vasta Suomeen tulonsa jälkeen. Se voi olla keino hakea yksityisyyttä ja ottaa etäisyyttä vapaan yhteiskunnan moraalittomuuteen. Hunnuttautumisessa on eri tyylejä. Osa naisista käyttää myös kasvot peittäviä huntuja, toiset taas käyttävät vain pieniä, leuan alta sidottavia huiveja. On myös naisia, jotka eivät käytä huntua lainkaan ja voivat pukeutua länsimaalaisittain. Silloin kun naiset ovat keskenään, he voivat olla ilman huiveja. Huntu on myös kulttuurin ja identiteetin vahvistaja vieraassa ympäristössä. Se on lämmin, halpa, pysyy hyvin paikoillaan ja sitä on helppo käyttää. Se antaa siis naiselle sekä fyysistä että henkistä suoja. (Tiilikainen 2003,139–145, 172.)

4.2.2 Ruokakulttuuri

Naiset ovat perinteisesti vastanneet ruokakulttuurista ja ovat ruoan ja ruoanlaiton asiantuntijoita. On tavallista, että naiset viihtyvät keittiössä, yhdessä kokkaillen ja jutellen. Sähköhellan lisäksi naiset ovat joutuneet opettelemaan Suomessa pakastimen ja muiden kodinkoneiden käyttöä. Osa naisista tulkitsee Koraanissa

annettuja ruokasääntöjä tarkasti. Uskonnollisesti tietyt ruuat katsotaan saastaisiksi, ne ovat epäpuhtaita ja usein syömisen ohella myös niiden koskettaminen on kielletty. (Tiilikainen 2003,145–146.)

Uudessa kotimaassa oma ruokakulttuuri yleensä vahvistuu. Ydinruoat, kuten leipä, riisi ja viljasta valmistetut ruoat, ovat tärkeimpiä identiteetin säilyttämisessä. Uudessa kotimaassa ydinruoat säilyvät ruokavaliossa, mutta välipaloina käytettävät ruoat ja juomat voivat nopeasti muuttua. Ruokakulttuurit eroavat toisistaan myös eri ruoka-aineiden ja ruokalajien yhdistelyssä, täydentämisessä, maustamisessa ja rakenteessa. Koraanin mukaan on luvallista syödä kaikkea, mikä kasvaa maassa ja puussa sekä mereneläviä. Muutamat ruoat, kuten sianliha ja sikaperäisiä valmistus- ja lisäaineita sisältävät ruoat sekä veri, ovat epäpuhtaita (haram) ja siten kiellettyjä. Nauta ja lammas on teurastettava tietyllä tavalla, jotta sen lihasta tulee ihmiselle sopivaa (halal). (Elintarviketurvallisuusvirasto 2010, 194–195). Sikaperäisiä ainesosia halutaan yleensä ehdottomasti välttää. Liivate eli gelatiini on proteiinista koostuva ruoka-aine, jota valmistetaan yleensä sian nahasta tai sian tai naudan luuytimistä, suolista ja jätteistä pitkään keittämällä. Liivatetta käytetään lukuisissa elintarvikkeissa kuten jogurteissa ja makeisissa hyytelömäisen rakenteen aikaansaamiseksi. Sillä voidaan tehdä kiiltävä pinta kakkujen tai leivosten päälle. Lisäksi liivatetta käytetään lääkkeiden ja luontaistuotteiden kuorena, valokuvauksessa filmin takapinnassa sekä kosmetiikkatuotteissa. Liivatetta ei luokitella lisäaineeksi vaan valmistusaineeksi, minkä takia sillä ei ole nykyisin E-koodia. Elintarvikkeeseen käytetty liivate pitää kuitenkin aina mainita pakkauksessa nimellään. (wikipedia i.a.)

Ruoka on enemmän kuin ravinnon lähde. Ruuan symbolinen merkitys ilmenee ihmisten välisissä suhteissa, ihmisten ja Jumalan välisessä suhteessa ja ihmisen ja luonnon välisessä suhteessa. Eri yhteisöissä on erilaisia uskomuksia ruumiin optimaalisesta koosta ja muodosta. Lihavuus voi symbolisoida hyvinvointia ja menestystä. On myös sosiaalisia ruokia, joita nautitaan toisten läsnä ollessa ja joilla ei ole merkittävää ravitsemuksellista merkitystä. Useimmilla aterioilla on myös rituaalinen ulottuvuus. Silloin aterian valmistuksessa ja tarjoilussa noudatetaan tiettyjä normeja. (Abdelhamid & Juntunen & Koskinen 2010, 225– 227.)

Muslimien pyhää paastokautta, ramadania, noudattaa suurin osa islaminuskoisista. Paastoaminen tarkoittaa myös pidättäytymistä kaikesta pahasta. Ramadanin aikana ei syödä eikä juoda aamun sarastuksen ja auringonlaskun aikana. Paasto ei ole pakollinen, jos terveydentila ei sitä salli. Monet kuitenkin haluavat paastota siitä huolimatta. Islamilainen kalenteri perustuu kuunkiertoon ja ramadan ajoittuu vuoden yhdeksännelle kuukaudelle. Ramadanin alkamisajankohta siirtyy vuosittain 10-11 päivää. Paasto kestää kuukauden ja päättyy, kun uuden kuun sirppi nähdään. (Sardar & Wyn Davies 2014, 43; Rätty 2002, 70.)

4.3 Islam ja kristinusko

Kristinuskon ja islamin toisiaan sivuava ja osittain yhteinen historia on tuonut niille monia, yhteisiä kulttuurisia piirteitä. Islam katsoo olevansa juutalaisuuden ja kristinuskon jatke. Medinan iso juutalaisseurakunta teki profeetta Muhammadiin vaikutuksen ja hän omaksui monia juutalaisten uskonnolliseen elämään liittyviä sääntöjä. Kun juutalaiset eivät kääntyneet hänen puolelleen, hän kääntyi heitä vastaan. Vuonna 624 hän vaihtoi rukoussuunnan Jerusalemissa Mekkaan. Islam on yksi suurista maailmanuskonnoista. Se on maailman toiseksi suurin uskonto. Sillä arvioidaan olevan 1,3 miljardia kannattajaa. Kristinuskon kannattajia on noin 2 miljardia. Joka viides ihminen maailmassa on muslimi, useimmat heistä ovat alle 25-vuotiaita. Islamia pidetään maailman nopeimmin kasvavana uskontona. Islamin pyhä kirja, Koraani, viittaa sekä Uuteen että Vanhaan testamenttiin sen lisäksi, että se kertoo profeetta Muhammadin toiminnasta. Kaikkien kolmen uskonnon yhteinen esi-isä on Abraham eli Ibrahim. Muslimit kunnioittavat Jeesusta yhtenä profeettana, mutta eivät pidä häntä jumalallisena. (Ahonen 2000, 214–215; Sardar & Wyn Davies 2014, 67–68.)

Koraani ilmoittaa olevansa käsky, ohjenuora ja opetus. Se on kirjoitettu arabian kielellä. Koraanin kielen katsotaan olevan todiste sen jumalaisesta alkuperästä. Koraanin alkuperäisen tekstin säilyttäminen on ollut muslimiyhteisölle hyvin tärkeää. Teksti halutaan säilyttää kokonaisuutena ja tarkoilla sanamuodoilla ja kielipiirteisillä ratkaisulla on tärkeä merkitys sen ymmärtämisessä. Juuri tästä johtuen muslimit eivät voi hyväksyä minkäänlaista käännöstä. Käännöksiä pidetään

vain alkuperäisen mukaelmina, jotka auttavat lukijaa, kun hän pyrkii ymmärtämään alkuperäisen, arabiankielisen ilmauksen merkityksen. Muslimi pitää Koraania Jumalan aikaansaannoksena. Varsinaisia lakitekstejä Koraanissa on vähän. Islamilainen laki, sharia, perustuu suurimmalta osin Profeetta Muhammadin näkemyksiin ja ohjeisiin yhteisön johtajana. Lainkäytön perustana on islamin ihmiskuva, jonka mukaan ihminen voi valita vapaasti hyvän ja pahan väliltä ja on itse vastuussa teoistaan. (Hattstein 2008, 57.)

Kristityn pyhä kirja on Raamattu. Se sisältää Vanhan ja Uuden testamentin ja se on kirjoitettu kolmen vuosituhannen aikana. Uusi testamentti on Jeesuksen, Jumalan pojan, syntymän ja elämän jälkeen kirjoitettu. Vanhan testamentin kirjoitukset ovat syntyneet ennen Jeesuksen syntymää. Raamatun alkuperäisiä kieliä oli kolme; heprea, kreikka ja aramea ja sitä on kirjoitettu Euroopassa, Aasiassa ja Afrikassa. Tarkan tutkimuksen seurauksena ovat valittu ne kirjoitukset, jotka ovat päätyneet Raamatun lopulliseen kokoonpanoon. Raamattua ei pidetä jumallaisena alkuperältään, vaan sen ovat kirjoittaneet ihmiset, Jumalan palvelijat.

Vuoteen 300 JKr. mennessä Uusi testamentti oli käännetty jo latinan ja Syyrian kielille. Raamatun sanomaa on haluttu jo melko varhaisessa vaiheessa levittää myös tavallisen kansan saataville. 1600-luvulla käännöksiä oli jo lukuisille kielille, muun muassa italiaksi, saksaksi ja englanniksi. Saksankielisen, Martin Lutherin kääntämän Raamatun, käänsi Mikael Agricola kokonaan suomeksi vuoteen 1642 mennessä. Nykyinen kirkkoraamattumme on vuoden 1992 käänös, jossa kieltä on nykyaikaistettu ymmärrettävämpään muotoon, sisältöön muuten puuttumatta. (Koistinen. i.a.)

Uskontona islam on yksinkertainen. Sen uskontunnustus on; ”Ei ole muuta jumalaa kuin Jumala ja profeetta Muhammed on Hänen lähettiläänsä.” Sekä kristin-usko että islam ovat monoteistisiä uskontoja. Islamissa on viisi pilaria, jotka luovat uskonnon perustan. Yksijumalaisuus on islamin ensimmäinen ja ehdottoman merkittävä pilari. Toinen pilari on rukous. Muslimin edellytetään rukoilevan viisi kertaa päivässä. Kolmas pilareista on paasto ramadan-kuukauden aikana. Ruumiillinen itsekontrolli tähtää sisäiseen puhdistautumiseen ja parannuksen tekoon.

Paastoaminen on hengellinen ja fyysinen harjoitus. Se opettaa itsehillintää ja ymmärtämään nälän aiheuttamia vaikeuksia ja koettelemuksia. (Räty 2002,72; Tiilikainen & Mölsä. 2010, 315.) Neljättä pilaria, zakahtia, kutsutaan ” köyhäin veroksi” tai ” uskonnolliseksi veroksi”. Sana zakah tarkoittaa puhdistamista; jokaisen muslimin uskonnollinen velvollisuus on puhdistaa tulonsa antamalla osa köyhille ja hädänalaisille ja yleiseen sosiaalityöhön. Se maksetaan yleensä vuosittain, ramadanin päätteeksi. Islamin viides pilari on pyhiinvaellus Mekkaan. Jokaisen muslimin, joka on kykenevä matkaan fyysisesti ja jolla on varaa, odotetaan käyvän siellä vähintään kerran elämässään. (Sardar & Wyn Davies 2014, 20–21,26, 48–53; Hattstein 2008, 23.)

Uskontojen ja ideologioiden välinen keskustelu on dialogia. Sitä tapahtuu päivittäin yhteisessä elämässä lähipiirin kanssa. Sitä voidaan kuvata myös elämäntavaksi. Se alkaa puhumisesta, keskustelusta, informaation antamisesta ja vastaanottamisesta. Kristittyjä ennakkoluulottomaan kohtaamiseen rohkaisee myös rakkauten kaksoiskäsky; lähimmäistä tulee rakastaa kuin omaa itseä. (Ahonen.2000, 211; Matt 22:34–40; 3.Moos 19:18.)

Vuoropuhelu vaatii luottamuksellisuutta, toisen kunnioittamista ja ystävällisyyttä. Avoin asenne, kuunteleminen ja uteliaisuus eivät tarkoita samaistumista vaan pyrkimystä toisen ymmärtämiseen. Se vaatii aitoa kiinnostusta. Toisen kohtaaminen vaatii myös luopumaan jostakin omasta tutusta ja turvallisesta. Mahdollisen kritiikin tulisi olla rakentavaa ja ystävällistä. Toisen pyhää pitää kunnioittaa. Ne voivat olla tiettyjä rituaaleja, uskonnollisia esineitä tai tapoja. Dialogin lähtökohdaksi ei tarvitse olla yhteinen näkemys totuudesta. (Huttunen, Vasko 2011; 4, 19, 23, 30–31.)

Arjen dialogi on usein henkilökohtaisen kontaktin kautta toiselta oppimista. Se on kohtaamista kaupoissa, kouluissa, kaikessa yhteisessä toiminnassa. Se mittaa suvaitsevaisuuden rajoja ja yhteiskunnan toimintaedellytyksiä. Se pitää sisällään terveyteen, lukutaitoon ja sukupuolten välisiin rooleihin liittyviä asioita. Moniarvoisessa yhteiskunnassa ja yhteisössä dialogi voi lähteä myös ystävydestä ja yhdessä elämisestä. Eettinen dialogi on oikeudenmukaisuuteen, ja yksilönvapau-

teen liittyvää vuoropuhelua. Se sisältää myös uskonnonvapauteen liittyvät kysymykset. Se on myös rauhan, tasa-arvon ja demokratian kysymyksiä. Se on myös koko luomakunnan ja ekologisten kysymysten pohdintaa. Monet hyvää ja pahaa, oikeaa ja väärää käsittelevät käsitteet ovat yleismaailmallisia. Niiden painotukset ja tulkinnat voivat kuitenkin vaihdella eri kulttuureissa. Uskontodialogissa on myös sisempiä ulottuvuuksia. Näitä spirituaalisia ja teologisia tasoja ei kuitenkaan tarvita joka päiväisessä kohtaamisessa, vaan niiden pohdinta kuuluu teologian ammattilaisille. (Almgren 2016.)

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tutkimukseni menetelmäksi valitsin kvalitatiivisen tutkimuksen. Laadullinen tutkimus lähtee siitä ajatuksesta, että tutkittavaa kohdetta tutkitaan kokonaisvaltaisesti ja tutkimusaineisto kerätään todellisissa tilanteissa. Hankin aineistoni etnografisen tutkimuksen keinoin. Se mahdollisti tarkastelukulmani yhteisön sisältä käsin. Tutkimusympäristönä oli sekä kohderyhmän yhteinen koti sekä pääkaupunkiseudun eri kohteet. Opinnäytetyössäni halusin tuottaa tietoa, joka auttaa Somaliasta tulleiden naisten parissa työskenteleviä. Saatuja tuloksia voidaan hyödyntää niin kotoutuspalveluita suunniteltaessa kuin myös sosiaali- ja terveyspalveluiden suunnittelussa yleisesti.

5.1 Tavoitteet ja tarkoitus

Opinnäytetyön tarkoitus oli lisätä ymmärrystä, erityisesti sellaisten kulttuurisien ja uskonnollisien tekijöiden merkityksen suhteen, joilla on vaikutusta naisten kotoutumiseen. Tutkimukseni tavoitteena oli tuottaa tietoa, joka auttaa luottamuksellisen vuorovaikutussuhteen luomisessa somalialaisiin naisiin. Tiedon ja ymmärryksen lisääntyminen mahdollistaa kotouttamiseen liittyvien toimenpiteiden kehittämisen yhä paremmin naisten tarpeita vastaaviksi. Yhteistyökumppaninani on

toiminut Infopankki, joka on ollut jonkin verran huolestunut somaliankielisten Internet-sivujensa niukasta käytöstä. Tutkimuksessani halusin myös löytää vastauksia siihen.

Koska somalialainen kulttuuri eroaa suuresti länsimaisesta kulttuurista, opinnäytetyöni tavoite oli murtaa molemminpuolisia ennakkoluuloja ja lisätä kulttuurista tietoa. Tämä oli mahdollista tutustumisen myötä. Tutustuminen mahdollisti mahdollisimman luontevan kommunikoinnin ja vuorovaikutuksen välillämme. Viitekehukseksi valikoituivat erityisesti terveyteen ja uskontoon liittyvät ulottuvuudet

5.2 Etnografia tutkimusmenetelmänä

Etnografia on eräs laadullisen tutkimuksen muoto, sen alakäsite. Etnografinen tutkimus edellyttää tutkijan elämistä ilmiön sisällä. Laadullisessa tutkimuksessa on yleistä, että tutkimuskohdetta ei tunneta hyvin. Tutkimuksen tavoitteena on saada ymmärrys itseä kiinnostavasta ilmiöstä. Toisen kulttuurin sisälle kurkistaminen mahdollistaa syvempää ymmärtämistä. Se vaatii myös halua tutustua ja oppia toisen kulttuurista ja elämästä. Etnografiaa voidaan käyttää kuvailtaessa erilaisten yhteisöjen elämää. Se auttaa ymmärtämään kulttuurisia järjestelmiä. Etno viittaa kansaan ja grafia kirjoittamiseen. Etnografia on siis pyrkimys ymmärtää ihmisten toimintaa ja siihen liittyviä sosiaalisia merkityksiä. Se on kuvausta, joka tapahtuu tietyssä yhteisössä ja ympäristössä. Siinä käytetään monia menetelmiä sen mukaan, mitkä koetaan kulloinkin tarkoituksenmukaisiksi. Yksi keskeisin menetelmä on kenttätyö. Silloin tutkija pyrkii olemaan yhteisössä ja osallistumaan yhteisön arkeen, tehden havainnoja. Tutkijan tulee saada luottamuksellinen suhde yhteisöön, jota haluaa havainnoida. Tämän tutkimusmenetelmän avulla tutkija oppii paljon myös itsestään ja esimerkiksi piilevistä ennakkoluuloistaan. Osallistuva havainnointi on aineiston keräämistä samalla, kun tutkija osallistuu yhteisön toimintaan. Tutkija toimii silloin itselleen vieraassa yhteisössä, jossa hänellä ei ole tiettyä asemaa tai uraa. Hän ei pysty päätoimisesti keskittymään pelkkään havainnointiin. (Kananen 2014, 23, 28–29; Linderborg 2012, 35–38; Eskola & Suoranta 2000, 98–99.)

Etnografinen tutkimus mahdollistaa tutkittavan oman äänen esiin tulemisen. Se tekee myös näkyväksi tavallisen ihmisen elämää ja kokemuksia. Hilikka Linderborg on tehnyt etnografisen tutkimuksen ikääntyvien somalimpien ryhmätoiminnasta. Hänen mukaansa etnografia lisää tutkijan ymmärrystä ilman eksotiikkaa. Se voi myös herättää uusia kysymyksiä ja antaa valituille teemoille uusia tulkin-toja. Se voi myös vaatia tutkimuskysymyksen uudelleen muotoilemista. Etnografinen tutkimus antaa mahdollisuuden keskittyä muuhunkin kuin vain puhuttuun kieleen. Eleet ja muut nonverbaaliset viestintätavat pyritään huomioimaan. Äänenpainolla, naurahduksilla, kasvojen ilmeillä ja pukeutumisella on oma merkityksensä. Kaikki kerätty tieto pitää tallentaa systemaattisesti. Tutkijalla pitää olla riittävä ammattitaito havainnointiin, analysointiin ja saadun tiedon käsittelyyn. Hänellä on oltava myös hyvät vuorovaikutustaidot. Kaikki toiminta on tapahduttava havainnoitavien henkilöiden ehdoilla. Tutkimusmenetelmänä etnografia on haasteellinen. Se on kokonaisvaltainen lähestymistapa, jossa tutkija on mukana henkisesti, fyysisesti ja emotionaalisesti. Myös aineiston kerääminen ja analysointi tapahtuvat osittain päällekkäin. Tutkijan reflektoinnilla on tärkeä osuus siihen, miten tutkimus etenee. Kokonaiskuva muodostuu aineistoa huolellisesti tutkien. Ennen sen muodostumista on vaadittu paljon luopumista ja rajaamista. Osallistuva havainnointi on aina subjektiivista. Se voi olla valikoivaa. Esimerkiksi ennakkoodotukset voivat vaikuttaa siihen, mihin asioihin tutkija kiinnittää huomiota ja mitkä asiat voivat jäädä huomaamatta. Subjektiivisuus on myös rikkautta ja se tekee siitä ainutkertaisen. Se mahdollistaa ilmiön monivivahteisuuden kuvaamisen. (Linderborg 2012 40–43, 50–53.)

Etnografisessa tutkimuksessa tutkija on itse keskeisin tutkimusinstrumentti. Hänen täytyy pyrkiä sijoittamaan havaintonsa kulttuuriseen kontekstiin mahdollisimman totuudenmukaisella tavalla. Päästäkseen yhteisöön hän tarvitsee jonkun, mielellään tutkimuskulttuurin jäsenen, avainhenkilöksi. Avainhenkilö avaa ovia tutustuttamalla kulttuurin peruskäsitteisiin ja niistä kumpuaviin tiedonkeruumeneteelmiin. Hän voi olla myös kulttuuritulkki tai kulttuurivälittäjä. Monikulttuurista osaamista tarvitaan kaikessa kohtaamisessa. Kulttuuristen taitojen oppiminen on pitkäkestoista ja tapahtuu asteittain. Oppiminen alkaa kulttuurisesta tietoisuudesta, se voi tapahtua ristiriidan ja hämmennyksen tunteiden heräämisen seu-

rauksena. Toinen askel on kulttuurisen tiedon etsimistä. Tämän jälkeen on mahdollista kommunikoida toisen kulttuurin edustajan kanssa ja näin tapahtuu vastavuoroista oppimista. Mielenkiintoinen aspekti tulee siitä, että tutkija kuuluukin vähemmistökuulttuuriin. (Abdelhamid ym. 2010, 56-58, 100-101, 152.)

5.3 Aineiston keruu

Olin lähetyssihteerin opintoihini liittyvässä harjoittelussa eräässä pääkaupunkiseudun seurakunnassa. Kansainvälisentyön sihteeri ehdotti, että voisin tutustua alueella asuviin viiteen turvapaikanhakijanaiseen. He olivat tulleet Suomeen yksin. He eivät asuneet vastaanottokeskuksessa, vaan Luona ry oli järjestänyt heille yhteisen vuokra-asunnon. Naiset olivat iältään 20–27-vuotiaita. He olivat tulleet Suomeen jo reilu vuosi sitten. Reitti pääkaupunkiseudulle oli kulkenut Haaparannan kautta ja kestänyt yli viisi viikkoa. Eräs seurakunnan vapaaehtoistyöntekijä oli käynyt naisten kotona kerran viikossa opettamassa suomen kieltä. Sain mahdollisuuden tutustua vapaaehtoistyöntekijään. Hän sopi naisten kanssa, että voin tulla hänen kanssaan naisten kotiin. Tutustuminen puolin ja toisin alkoi 3.10.2016 ja on jatkunut siitä lähtien.

Osallistuin naisten elämään elämällä arkea heidän kanssaan. Samalla tein osallistuvaa havainnointia. Tutkimukseni eteni naisten hyväksymässä tahdissa. Olen liikkunut naisten kanssa myös heidän kotinsa ulkopuolella. Olemme käyneet muun muassa Kulttuurikeskus Caisan naisten illoissa, Helsingin keskustassa, eräässä kirjastossa, kaupoissa, tavaratalossa ja somalialaisessa kahvilassa. Kaksi naisista puhuu kohtalaisen hyvin englantia. Kävi ilmi, että he olivat oppineet kielen lähes täysin itsenäisesti. Nämä naiset olivat myös suomen opinnoissaan selkeästi muita naisia pitemmällä. He osasivat puhua jo varsin sujuvasti ja olivat hyvin motivoituneita oppimaan lisää. Heille oli muodostunut tärkeä rooli myös informaation välittämisestä toisille naisille. Suurin osa kommunikaatiosta tapahtui näiden kahden naisen välityksellä.

Tapaamiskertojamme oli yhteensä yhdeksän. Ne olivat luonteeltaan varsin erilaisia. Tapaamiset olivat intensiivisiä, kestoiltaan kahdesta viiteen tuntia. Kohtaamiskertojen lisäksi tallensin myös puhelimen välityksellä tapahtuvan viestittelyn,

josta kertyi 82 WhatsApp-keskustelua naisten kanssa ja 17 tekstiviestikeskustelua avainhenkilöni kanssa. Lisäksi kävin tutkimuskohteeseeni liittyviä keskusteluja muutamien ystäväni, tyttäreni, yhteyshenkilöiden ja viranomaisten kanssa. Näitä keskusteluja oli yhteensä 29 kappaletta.

5.4 Havainnointi ja kenttäpäiväkirja

Keskustelun kautta tapahtuva vuorovaikutus oli vain osa siitä kokonaisuudesta, jota havainnoin. Mielestäni tärkeitä huomioita olivat myös eleet sekä se, kuka teki ja toimi. Koska yhteinen kieli puuttui, havainnoinnin merkitys aineistonkeruussa korostui. Havainnointi oli pääosin strukturoimatonta. En halunnut määrittää liian tarkoin sitä, mitä halusin havainnoida. Pysin olemaan avoin ja antaa tapahtumien edetä niihin liian puuttumatta. Kenttäpäiväkirja oli tärkein työvälineeni havaintojeni kirjaamisessa. Tallensin kenttäpäiväkirjaan mahdollisimman yksityiskohtaisesti kaiken. Kirjaaminen tapahtui yleensä pian tapaamisemme jälkeen, jotta tuoreus, tunnelma ja myös omat heränneet tunteeni tulisivat tallennettua mahdollisimman totuudenmukaisesti. Havainnoitavaa oli niin paljon, että joitakin yksityiskohtia muistui mieleeni vasta hiukan myöhemmin. Tapahtumien reflektointia tapahtui yleensä seuraavaan tapaamiseemme saakka. Pysin huomioimaan erityisesti naisten näkemyksiä ja reaktioita terveyteen ja uskontoon liittyvissä kysymyksissä. Pysin myös arvioimaan, miten tärkeissä roolissa nämä kysymykset olivat. Teemojen toistuvuus kertoi, miten suuri merkitys asialla naisille oli. Mikäli asiasta keskusteltiin jokaisessa tapaamisessa, tulkitsin asian olevan naisille tärkeän. Joskus havaitsin myös viivytystä. Kiinnostavaa oli myös havaita, kuinka nopeasti asiat etenivät joissakin tilanteissa, kun taas joissakin näkyi selvää hidastelua. Havaitsin viivytystä erityisesti silloin, kun tulkitsin, että naiset eivät olleet yksimielisesti halukkaita ehdottamaani toimintaan.

Oli mielenkiintoista arvioida, minkä verran kulttuuri ja toisaalta henkilökohtaiset ominaisuudet, kuten esimerkiksi persoonallisuus sekä sosiaaliset ja kognitiiviset taidot, vaikuttivat naisten käyttäytymiseen. Naiset olivat hyvin erilaisia ja osallistuivat jokainen omalla tavallaan. Osa naisista oli hyvin aktiivisesti ja osallistuen

mukana, toiset seurasivat vierestä hiljaisina, mutta olivat läsnä. Joskus tapahtui myös vetäytymistä koko tilanteesta. Vetäytyvät henkilöt olivat yleensä samat.

Kohtaamisien nauhoitus toteutui vain yhdellä tapaamiskerralla, somalialaistautaisen terveydenhoitajan ollessa mukana. Hän oli asunut Suomessa jo 21 vuotta. Hänen tulkkauksensa rikastutti verbaalista kommunikointia. Oli myös helppo huomata, miten odotettu ja arvostettu vieras hän oli. Naiset olivat laittaneet somalialisia herkkuja. Myös vetäytyvät naiset osallistuivat ainakin hiukan keskusteluun. Hänelle kerrottiin myös huoli epävarmasta tulevaisuudesta. Huolista ei tuolloin ollut minun kanssani keskusteltu lainkaan. Informaatiota tuli paljon ja oli arvokasta, että sain sen tallennettua litterointia varten. Laaja aihe vaati myös rajausta. Sitä oli tehtävä koko tutkimusprosessin ajan. Tutkimuksen edistyessä tarkasteltavaksi haluttu ilmiö tarkentui ja tutkimuskysymys täsmentyi vaihe vaiheelta. (Kananen 2014, 33, 37, 68, 115.) Tärkeimmäksi kysymyksi nousi, minkälainen merkitys uskonnolla on naisten arjessa.

5.5 Aineiston analyysi

Kävin saamaani aineistoa lukuisia kertoja läpi. Aineiston analyysissä pyrin löytämään, jäsentämään ja tulkitsemaan merkityskokonaisuuksia. Huomioin myös aiheiden toistuvuuden. Uskonnon merkitys osoittautui huomattavasti terveydellisiä kysymyksiä merkittävämmäksi naisten jokapäiväisessä elämässä. Toisaalta uskonnon rooli paistoi usein myös terveydellisissä kysymyksissä.

Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä yhdistellään käsitteitä ja näin saadaan vastaus tutkimustehtävään. Sisällönanalyysi perustuu siis tulkintaan ja päätteilyyn. Näin edetään empiirisestä aineistosta kohti käsitteellisempää näkemystä tutkittavasta ilmiöstä. Klusteroin eli ryhmittelin saamaani aineistoa etsien siitä samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia. Pelkistin ilmauksia ja ryhmittelin niitä alaluokkiin. Tämän jälkeen abstrahoin aineistoa. Se tarkoittaa aineiston läpikäymistä niin, että tutkimuksen kannalta olennainen tieto erottuu. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 101, 109- 112, Kananen 2014, 113.) Keskeisiksi teemoiksi muodostuivat

fyysinen, sosiaalinen, psyykkinen ja hengellinen aspekti. Näiden kaikkien teemojen alateemoina tarkastelin terveyteen liittyviä tekijöitä sekä islamin uskoon liittyviä tekijöitä.

6 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tässä kappaleessa kuvaillaan tutkimuksen keskeisimpiä tuloksia. Ensimmäisissä kappaleissa keskitytään naisten kokemuksiin heidän fyysisestä terveydestään sekä fyysisiin olosuhteisiin Suomessa. Seuraavissa kappaleissa kuvataan naisten vuorovaikutusta omassa yhteisössä ja koko suomalaisessa yhteiskunnassa. Uskonto naisten elämässä on oma kappaleensa. Viimeisessä kappaleessa kuvaillaan psyykkisiä tekijöitä; onnellisuutta ja elämänhallintaa.

6.1 Asuminen ja eläminen Suomessa

Oman kotimaan jättäminen ja lähteminen pitkälle ja vaivalloiselle pakomatkalle länsimaihin oli ollut iso päätös. Naisten mielestä heillä ei kuitenkaan ollut vaihtoehtoja.

Se tuli kuitenkin se tilanne, oli turvallisuusriski ja kaikki. Ei perhe koskaan ajatellut, että lähtisin yksin Eurooppaan, mutta kun oli tällainen tilanne, oli pakko lähteä.

Naiset arvostivat suuresti sitä, ettei Suomessa tarvinnut pelätä. Yksin liikkuminen ei tuottanut ongelmia. Suomalaiset olivat naisten mielestä ystävällisiä.

Ei ole mitään uhkaa olemassa. Tuntuu, että ihan turvassa ollaan täällä.

Tietty varautuneisuus kuitenkin oli säilynyt. Huoneiston ovesta ei ollut asukkaiden nimiä, eikä ovisilmään luotettu. Tulija varmistettiin aina kysymällä ”Kuka?”, ennen kuin lukko ja varmuusketju avattiin. Verhot pidettiin visusti ikkunan edessä. Epävarmuutta näytti aiheuttavan huoli tulevaisuudesta. Turvapaikkapäätöksen odottelu oli stressaavaa. Kiinnittymisen vaikeutta lisäsi muutot asunnosta toiseen ja ehkä vielä tulevaisuudessa olisi muutto takaisin toiseen vastaanottokeskukseen. Viranomaisilta saatu tieto tuli yllättäen ja oman elämän suunnittelu oli monien tekijöiden varassa.

Omien havaintojeni mukaan olosuhteet kaupungin järjestämässä vuokra-asunnossa olivat hyvät. Se mahdollisti myös mieleisen ruuan valmistamisen ja kotitöiden tekemiseen yhdessä. Naiset olivat oppineet käyttämään kaikkia kodinkoneita, vaikka ongelmatilanteissa saattoivat tarvita apua. Asunto oli siisti ja hyvässä järjestyksessä. Koska se oli valmiiksi sisustettu, se antoi vain vähän mahdollisuuksia tehdä siitä oman näköisen kodin. Naisia yhdisti vain sama kotimaa. Naiset ovat tutustuneet toisiinsa Suomessa. Kaksi tai kolme naista jakoi yhden huoneen. Olohuone oli yhteistä tilaa. Oma reviiri jäi pieneksi.

Ihan kiva asunto, mutta olisi kiva saada oma asunto. On lähtenyt omasta maasta yksin, matkustanut pitkän matkan yksin, kaipaa myös omaa tilaa, omaa aikaa.

Kaikilla naisilla oli älypuhelimet, joiden avulla he pystyivät pitämään yhteyttä heille tärkeisiin ihmisiin. Osa heistä osasi myös sen kautta etsiä tarvitsemaansa tietoa. Sosiaaliseen mediaan ei kuitenkaan haluttu lähettää kuvia itsestä.

Infopankki oli muutamalle naisille tuttu sivusto. Seurakunta luovutti tutkimukseni aikana naisten käyttöön kannettavan tietokoneen, joka helpotti myös tiedon etsintää ja esimerkiksi Yleisradion selkouutisten seuraamista.

Kaksi naisista halusi löytää Suomesta työtä. He olivat valmiita tekemään mitä työtä tahansa, mutta mahdollisuus rukoilemiseen myös työpäivän aikana tulisi olla mahdollista.

I´m ready to work and I hope it will be good. And I want to tell you I´m Muslim. When I want to pray can I get place time to pray there?
(Whats App-viesti)

Kauneus ja estetiikka olivat tärkeitä naisille. Ystävän tekemiä, taidokkaita hennatatuointeja saattoi olla jalkapöydän päällä tai käsivarsissa. Kaikilla naisilla oli sormenpäät yleensä hennatut. Sormet he laittoivat itse. Yksi nainen hoiti kauneuttaan myös kasvonaamiolla. Hänellä oli kasvonaamio usein silloin, kun olin paikalla. Vaatteet olivat kauniin värikkäitä ja usein kirjaittuja, kankaat Somaliasta. Kotona pukeutuminen oli vapaampaa. Osa naisista saattoi käyttää kotonaan myös länsimaisia vaatteita kuten legginsejä, hupparia tai villatakia. Hiukset olivat kuitenkin aina jollain tavalla peitetyt minun ollessani paikalla. Ulos lähtiessä vaateista lisättiin paitsi kylmyyden myös suojaavuuden lisäämiseksi. Pitemmälle lähtiessä osa naisista käytti hiukan meikkiä. Kulmat värjättiin kauniiksi, joskus myös huulet ja silmät meikattiin.

6.2 Fyysiseen terveyteen liittyviä tekijöitä

Terveydellisissä ongelmatilanteissa naiset saattoivat kysyä neuvoa toisiltaan tai muilta läheisiltä. Luottamus suomalaiseen terveydenhuoltojärjestelmään oli hyvä. Hoitohenkilökunnan määräämään hoitoon luotettiin. He kokivat olevansa terveitä ja saavansa hyvää hoitoa, vaikka koko käsite, terveys, oli tullut vasta Suomessa tutuksi.

Täällä on paremmat olot. Somaliassa ei ajatella terveyttä ollenkaan, eikä käydä terveysasemalla, ei tiedetä terveydestä. Täällä tietää, täällä puhutaan paljon terveydestä.

Toisaalta terveys ja sairaus ovat myös Jumalan, Allahin kädessä:

Jos on kirjoitettu, on kirjoitettu. Jos Allah on näin päättänyt.

Ihmisellä itsellään on kuitenkin myös velvollisuuksia:

Terveys on Jumalan käsissä mutta sinunkin pitää yrittää parhaasi. Ei se tarkoita, että Jumala on näin tehnyt ja minä vaan odotan. Ei heittäydy tavallaan siihen. Mitä Allah on kirjoittanut, se tapahtuu. Se on kohtalo. Sun pitää kuitenkin elää omaa elämää ja vaikuttaa sun omaan terveyteesi.

Liikunnan harrastaminen ei ollut naisten mielestä vaikeaa. Liikunta oli kuitenkin lähinnä kävelemistä. Kylmä ilma ei tehnyt siitä kuitenkaan kovin houkuttelevaa, vaikka vaatetus vaikuttikin asianmukaisen lämpimältä. Somaliassa liikunta oli ollut lähinnä hyötyliikuntaa; harrastuksiin ei ollut aikaa eikä mahdollisuuksia. Naiset eivät esimerkiksi osanneet ajaa pyörällä tai uida. Suomalaiset ravintotottumukset lisääntyivät vähitellen, esimerkiksi aamupalaksi rasvassa paistetut vehnäleivät olivat vaihtumassa puuroon. Naiset pitivät suklaasta ja kakuista, mutta he tiesivät, ettei niitä ole syytä nauttia runsaasti. Myös tietoisuus makeutusaineista, joilla korvata sokeria, lisääntyi. Kuitenkin niiden ja kevytjuomien käyttö vaatii totuttele- mista. Oletukseni siitä, että naiset arvostavat hiukan länsimaista rehevämpää naisvartalotyyppiä, osoittautui vääräksi. Ihannevartalo oli kaikkien mielestä hoikka. Silmämääräisesti arvioiden kolme naisista oli normaalipainoisia ja kahdella oli lievä ylipaino.

Suomessa ajatellaan koko ajan terveyttä. Myös ruoka pitää olla terveellistä.

Elintarvikkeissa käytetyt lisäaineet huolestuttivat ja pakkauselosteet tuli tutkia tarkoin. Erityisesti sikaperäistä liivatetta naiset halusivat ehdottomasti välttää. Lihan tuli olla halal-lihaa, eikä sitä saanut lähikaupoista. Myöskään tuoretta kalaa naiset eivät olleet Suomessa ostaneet, vaikka kotimaassa kala oli ollut tärkeä ravinnonlähde. Kasviksia naiset käyttivät vain vähän, pakastevihannesten käyttöä he olivat vähitellen lisänneet. Maitotuotteita naiset käyttivät niukasti ja D-vitaamiinilisää ei kukaan ollut naisille suositellut, edes talvella.

Kaikki naiset paastosivat ramadanin aikana. He kokivat sen raskaaksi Suomessa, koska kesällä aurinko laskee niin myöhään ja nousee aikaisin. Somaliassa päivä ja yö ovat yhtä pitkiä. Tästä huolimatta naiset halusivat paastota, vaikka se rajoittikin paljon elämää, eikä silloin jaksanut tehdä mitään. Lisäksi kaksi naisista paastosi myös joka maanantai.

Fyysisiä oireita naisilla oli ajoittain, esimerkiksi päänsärkyä. Se esti erään naisen osallistumisen yhteiseen ajanviettoomme pari kertaa. Kivun hoitoon oli neuvottu lääkkeeksi parasetamolia, kipugeeliä, jumppaa ja venyttelyjä. Silmälääkärin tarkastus oli myös tehty. Myös niska ja selkäkipua oli satunnaisesti. Naiset tiedostivat, että stressi voi myös aiheuttaa oireita. Naiset ymmärsivät, ettei oire ollut vakava.

Koin, että ympärileikkaus on hyvin henkilökohtainen ja intiimi asia. Koska en ollut hoitohenkilökunnan roolissa, en halunnut ottaa sitä koskaan puheeksi. Vaaditaan paljon pidempää tutustumista, ennen kun asiasta on luontevaa puhua.

6.3 Vuorovaikutus omassa yhteisössä ja yhteiskunnassa

Naisten elämä sujui pääsääntöisesti yhdessä tehden. Viikkorytmiä loi kaksi kertaa viikossa tapahtuneet vastaanottokeskuksen suomen opetukset ja kaksi kertaa viikossa vapaaehtoisen järjestämä opetus kodin ulkopuolella ja kerran viikossa naisten kotona. Suomalaisia ystäviä heillä ei ollut ja kontaktit suomalaisiin olivat lähinnä viranomaiskontakteja. Yhdellä naisista asui somalialainen ystävä

perheineen pääkaupunkiseudulla. Tämä ystävä oli asunut Suomessa jo pitempään. Jonkun verran myös muilla naisilla oli kontakteja toisiin somalialaisiin. Yhdellä naisista oli veli, joka oli tullut Suomeen aikaisemmin ja asui Vaasassa. Tutkimukseni aikana tämä nainen sai myönteisen turvapaikkapäätöksen, mutta halusi jäädä pääkaupunkiseudulle.

Kollektiivisessa, yhteisöllisessä kulttuurissa ryhmään kuuluminen loi turvaa, mutta tiesi myös vastuuta. Ongelmatilanteissa oli helppo turvautua toisiin naisiin. Toisaalta paremmin suomea ja myös englantia puhuvat naiset kokivat vastuukseen auttaa toisia. He lähtivät saattamaan lääkärille ja autoivat asioiden hoitamisessa parhaansa mukaan. Heillä näytti olevan myös paremmat taidot suunnitella ja sopia asioita.

Luottamuksen saaminen, tullessani eri kulttuurista, vaati aikaa. Minun oli kuitenkin huomattavasti helpompi päästä naisten lähelle, kun tutustuin heihin jo ennestään tutuksi tulleen vapaaehtoistyöntekijän kautta. Ensimmäiset käynnit naisten kotiin menin yhdessä hänen kanssaan. Lähteminen naisten kanssa myös kodin ulkopuolelle lähensi meitä lisää. Naiset tutustuivat myös 12-vuotiaaseen tyttäreeni ja ottivat hänet todella hyvin vastaan. Hän olikin useissa tapaamisissa mukana ja jos ei ollut, naiset aina kysyivät hänestä.

Naiset olivat vieraanvaraisia ja halailut ja suukottelut tavatessa ja hyvästellessä tulivat pian tavaksi. Se oli käyttäytymiseen liittyvää kulttuuria ja myös etäisyyttä enemmän pitävät naiset näyttivät toimivan minua kohtaan samoin. Naiset olivat vieraanvaraisia ja halusivat tarjota somalialaista ruokaa. Söin heidän kanssaan, heidän kotonaan, kolme kertaa. Kerran laitoimme yhdessä myös suomalaista ruokaa. Ensimmäisillä tapaamisilla naiset eivät itse syöneet ja se tuntui kiusalliselta. Vähitellen, tutustumisen vahvistuessa, myös söimme yhdessä. Yleensä söimme olohuoneessa, lattialla, ringissä. Maton päälle oli asetettu pöytäliina ja liinan päälle kaikki syötävä. Ruoka valmistettiin ensin keittiössä. Se oli myös hyvä paikka tutustua toisen kulttuuriin. Toiminnallinen hetki keittiössä oli myös hyvä tilaisuus opetella suomea tekemisen ohessa. Keittiöaskareissa saattoi myös huomata, kuinka paljon yhteistä tavoissamme on. Keittiössä oli myös helppo jutella naisten kanssa kaikista asioista; uskonnosta, hennatatuoinneista, ihmisistä.

He kysyivät myös: ” Onko kirja valmis?” He tarkoittivat kysymyksellään opinnäytetyötäni. He olivat kiinnostuneita tietämään, missä vaiheessa se oli. Suhtautuminen opinnäytetyöhöni oli myönteinen. Tärkeää oli kuitenkin, ettei heitä pysty siitä tunnistamaan. Sen he varmistivat useamman kerran.

Yhteisiä tapaamisia rajoittivat naisten kollektiivinen päätös. Yleensä tapaaminen sovittiin vain, mikäli se kävi jokaiselle naiselle. Epäilemättä naisilla oli myös ennakkoluuloa minua kohtaan. Länsimaalaisuus saattoi vaikuttaa vieraalta ja jopa uhkaavalta. Ajan kuluessa aloin saavuttaa luottamusta ja huomasin, että osa naisista myös halusi turvautua apuuni. Usko siihen, että voin auttaa heitä tilanteesta kuin tilanteesta kasvoi ja haastoi minua. Pystynkö varmasti auttamaan heitä odotusten mukaisesti? Viallisen kodinkoneen palautus myymälään, saati sitten työpaikan etsiminen olivat myös minulle haastavia tehtäviä. Samalla oli helppo eläytyä naisten asemaan. Miten selviytyä asioista ilman kielitaitoa, valmiita kontakteja tai kokemuksia? Naiset olivat erittäin kiitollisia kaikesta saamastaan avusta. He osasivat arvostaa sitä, sillä yleensä he joutuivat selviytymään itsenäisesti. Vastaanottokeskuksessa työntekijät vaihtuivat. Heille nimetty yhteyshenkilö vaikutti etäiseltä, eikä häneen turvauduttu. Korkeampaan valtaetäisyyteen tottuneina he sopeutuivat tilanteeseen, eivätkä vaatineet mitään.

Naisia toisiinsa yhdisti voimakas uskonnollisuus. Se loi yhteisen arvomaailman tapoineen ja sääntöineen. Se lisäsi yhteenkuuluvuutta ja toinen toisensa ymmärtämistä ja kunnioitusta. Esimerkiksi rukoilu ja Koraaninluku-hetki oli toiselle pyhää aikaa, eikä häntä silloin häiritty, mutta hän ei myöskään häiriintynyt toisten läsnäolosta.

Kulttuurikeskus Caisan naistenillassa naiset olivat melko varautuneita myös muita musliminaisia kohtaan. He pysyivät toistensa läheisyydessä, eivätkä aktiivisesti ottaneet kontaktia toisiin naisiin. Kuitenkin tapahtuman jälkeen he ilmaisivat kiitollisuutta siitä, että menimme sinne. Toisena tapahtumapäivänä miehen läsnäolo aiheutti selkeästi suurta hämmennystä. Erään ryhmään osallistuneen naisen puoliso oli tullut mukaan. Kaksi somalialisista naisista halusi heti lähteä pois huoneesta, eikä tilanne korjaantunut, vaikka tämä mies huomasi aiheuttaneensa reaktion ja poistui. Tapahtuma ei poistanut naisten varautuneisuutta koko iltana. He halusivat lähteä sieltä pois ennen tilaisuuden loppumista.

Länsimaisena naisena sain pukeutua kuten halusin. Suunnittelimme yhteistä moskeija-vierailua. Sinne naiset olisivat lainanneet minulle huivin. Vierailu ei kuitenkaan toteutunut. Vieras moskeija tuntui ilmeisemmin naisista vähemmän houkuttelevalta, vaikka somalialainen terveydenhoitaja oli sitä suositellut. Se tuntui ehkä myös pelottavalta, huolimatta siitä, että siellä olisi ollut erityisesti naisille suunnattua toimintaa. Lähempänä olevassa moskeijassa naiset olivat joskus käyneet, mutta hartauden harjoittaminen tapahtui pääosin kotona. Tulkitsin myös epäonnistuneen Caisan naisten perjantain vähentäneen naisten luottamusta minuun. He eivät uskaltaneet ottaa uutta riskiä.

Hei! Mitä kuuluu? 😊the girls says that they don't want to go anymore ladies group and about the mosque of X we will go there but these days we are so busy i will tell you when we have chance i will let you to know♥
(Whats App-viesti)

Kulttuurisia haasteita muodosti kielteisen vastauksen antamisen vaikeus. Vähemmän mieluisat asiat vain eivät toteutuneet sopimuksesta huolimatta. Se ilmeni viivyttelynä ja kiertelynä esimerkiksi moskeija-vierailua suunniteltaessa. Liika suunnittelu saatettiin myös nähdä olevan Allahia vastaan. Asiat tapahtuvat, jos Allah suo. Myös erilainen aikakäsitys aiheutti suhtautumisessa eroja sovitusta kiinni pitämisen suhteen. Tämä turhautti vapaaehtoistyöntekijää ajoittain:

Sopimukset eivät pidä samalla tavalla kuin suomalainen ne ajattelee. Voidaan kyl sopia yhtä ja toista, mut asiat menevät kuitenkin omia latujaan.

(Vapaaehtoistyöntekijän tekstiviesti)

Kielteisestä turvapaikkapäätöksestä kertominen ei myöskään ollut helppoa. Samaan aikaan ajoittui muutto toiseen vuokra-asuntoon ja tapaamisemme siirtyvät. Vaikutti siltä, ettei heillä ollut halua tavata minua. Annoin heille aikaa ja olimme useita viikkoja ottamatta yhteyttä. Kun viimein tapasimme, nainen kertoi melkein välittömästi, että oli saanut kielteisen päätöksen jo yli kuukausi sitten ja että on

siitä surullinen. Hänen pitäisi löytää työtä. Voinko minä auttaa? Ehdotin yhtä henkilökohtaisen avustajan paikkaa, jota hän voisi hakea. Naista jännittää ja hän vastaa:

Minä en ikkinä työskentelin suomalaiset. Ensi viikko minä yrittä, jos minä pysty. Jos meni hyvin minä ilmoitta tai ei.
Mutta minä toivon mene hyvin. Koska minä tarvitsen työtä.

(Whats App- viesti)

6.4 Uskonto naisten elämässä

Uskonto on erottamaton osa naisten jokapäiväistä elämää. Viime kädessä Allah päättää myös ihmisen terveydestä ja sairaudesta. Myös ihmisellä itsellään on vastuu omasta hyvinvoinnistaan. Vastoinkäymiset eivät saa horjuttaa uskoa, ne on kestävä Jumalan antamina koettelemuksina. Rukoileminen viisi kertaa päivässä kuului naisten jokaiseen päivään. Ahdistavassa tilanteessa rukouskerrat ja uskonnollisuus saattoivat myös lisääntyä ja niiden ajankohta muuttua. Ne saattoivat siirtyä myös esimerkiksi sovitun suomen opetuksen aikana tapahtuvaksi. Rukoushetket saattoivat myös olla jopa yli tunnin pituisia. Rukoileminen kotona tai muussa rauhallisessa paikassa on keskittymisen aikaa. Se on myös nöyryyttä ja alistumista Jumalan edessä. Myös paastoamisella osoitetaan nöyryyttä Jumalalle. Uskonto antaa raamit elämälle; aikataulut, säännöt ja rajat. Rukous luo turvallisuuden ja jatkuvuuden tunnetta. Ehkä rukoukseen voi myös paeta maallisilta asioilta ja länsimaalaisuutta, esimerkiksi suomen kielen tuntia?

Hei, Taina! En oikein tiedä miten menee. Joskus kun menen niin kaikki kävelevät edestakaisin, kysyvät mitä kuuluu, poistuvat. Kysyn, onko huono aika, kerrottiin että rukousaika. Hartautta kaiketi harjoitellaan ahkerasti, oli kellonaika mikä hyvänsä...Välillä opiskeluaankin, 2-3 naista kerrallaan. Se maanantai oli alun perin heidän oma toivomuksensa, mut nyt ei sit kuitenkaan hyvä päivä. Olen kyllä miettinyt, miten voisi opettaa kieltä lukutaidottomille, varmaan enemmän toiminnallisuutta tekisi hyvää. Voittais yhdessä mieltä, miten sen saisi toimimaan. Löysin tietoa lukemisen opettamisesta, mutta lukutaidottomat loistavat poissaolollaan. Ajoittain vähän turhauttavaa. Terv. T

(Vapaaehtoistyöntekijän tekstiviesti)

WhatsApp -profiilikuvana on usein tekstejä Koraanista. Kun kysyin, mitä tekstit tarkoittavat, naiset eivät kääntäneet niitä. Ne lausuttiin sellaisena ääneen. Naiset osasivat niitä ulkoa, koska ovat saaneet kotimaassaan Koraani-opetusta.

Koraanissa mainitaan myös jinnit ja naiset uskovat niihin. Allah on luonut sekä ihmiset että jinnit. Jinnejä on hyviä ja pahoja. Jinnit voivat aiheuttaa ihmiselle erilaisia harmejä ja vaivoja. Naiset uskoivat, että heidän kodissaankin oli jinnejä. Arvelin, että ehkä WC oli siksi siisti mutta pelkistetty. Siellä ei ollut wc-paperia, saippuaa tai pyyhettä näkyvillä. Wc-käynti hoidettiin mahdollisimman nopeasti.

Koraanissa kyllä. Koraanissa sanottiin: Jin on olemassa ja ihmiset. Me uskomme. Näkymättömät henget. Koraani ei ole muuttunut. Sama linja. Kyllä Jin on olemassa.

6.5 Onnellisuus ja elämänhallinta

Elämän suunnittelu on vaikeaa, kun on riippuvainen esimerkiksi viranomaisten päätöksestä niin oleskeluluvan, asuinpaikan kuin esimerkiksi lääkärin käynnin

suhteen. Huoli tulevaisuudesta ja monet itsestä riippumattomat tekijät vaikuttavat elämänhallintaan.

Ihmisen persoonallisuus ja esimerkiksi kognitiiviset taidot vaikuttavat merkittävästi siihen, miten helppoa tai haasteellista on integroitua vieraaseen kulttuuriin. Näistä naisista kaksi ei osannut lukea eikä kirjoittaa somaliaa, äidinkieltään. Heillä oli myös vaikeuksia oppia suomea ja he edistyivät hitaasti. Vaikutti siltä, että heillä oli motivaation puutetta ja keskittymisvaikeuksia. Ehkä syynä olivat myös opiskelutaidon puuttuminen. Kaksi naisista oli selvästi lahjakkaita oppimaan kieltä, he osasivat myös englantia, vaikka Somaliassa ollessaan olivat käyneet vain 1-2 vuotta koulua koko elämänsä aikana. Kaksi naista ei ollut käynyt koulua lainkaan, ainoastaan Koraani-opetusta moskeijassa satunnaisesti. Kun muu koulujärjestelmä ei toiminut, Koraanikoulun opettajalla oli suuri merkitys. Hyvä opettaja saattoi opettaa myös yleissivistäviä asioita.

Naisilla oli älypuhelimet ja he osasivat etsiä joitakin tietoja Internetistä. Myös lahjakkailta naisilla oli vaikeuksia lukea esimerkiksi tavallista karttaa tai julkisen liikenteen linjakarttaa. Valmiuksien puuttuessa esimerkiksi itsenäinen liikkuminen hankaloituu ja riippuvaisuus toisista kasvaa. Annetut hammaslääkärin ja optikon osoitteet olivat olleet naisille haasteellisia. Kulkuyhteyksien lisäksi iso, vieras kauppakeskus, jossa liike sijaitsee, oli vaikea hahmottaa.

Vieraassa kulttuurissa, kielitaidottomana joutuu lapsen asemaan. Kävimme Helsingin keskustassa katsomassa naisten toivomia paikkoja; Suurkirkkoa ja satamien suuria laivoja. Kotimatalla naiset kiittivät vuolaasti: Eräs naisista sanoi: "Kiitos!" Toiset korjasivat: "Kiitos". Sanoin että suomalaiset lapset sanovat usein "kiitos". Nainen toteaa, että hän on kuin lapsi. Kun ei pärjää äidinkielellään, joutuu lapsen asemaan.

Masentuneisuus on naisille vieras käsite, samoin kaikki psyykkiset sairaudet. Fyysinen sairaus on helpompi tunnistaa.

Kun ihminen voi hyvin; aktiviteetti, iloisuutta, vuorovaikutus.

Silloin kun ihminen ei voi hyvin, sen huomaa heti, että hän ei pysty paljon mitään tekemään. Varmaan myös fyysinen vaikutelma, josta huomaa.

Ihmisellä on joku sairaus tai hän on hullu, ei ole edes masennusta. Voi olla väsynyt, masennus vieras sana. Silloin kun joutuu lähtee omasta maasta, ajattelee paljon asioita.

7. POHDINTA

Suomessa on vasta viime aikoina alettu tehdä tutkimuksia täällä asuvista somaleista. Jo nämä tutkimukset ovat auttaneet osaltaan palveluiden oikeanlaisessa kohdentamisessa. Laajoissa tutkimuksissa yksilöllinen kohtaaminen on haastavaa. Merkityksellisen tiedon saaminen kuitenkin edellyttää henkilökohtaista kontaktia. Minulla oli mahdollisuus tutustua tutkimuskohteeseen sisältä käsin. Toisen kulttuurin sisälle kurkistaminen mahdollistaa syvempää ymmärtämistä. Tarvittiin paljon aikaa ja kärsivällisyyttä molemminpuolisen ymmärryksen ja luottamuksen löytymiseksi, mutta se oli myös hyvin palkitsevaa ja opettavaista. Uskon että sain myös sellaista tietoa, jota muilla menetelmillä olisi ollut vaikea saada. Mielenkiintoinen aspekti syntyi siitä, että tutkijana kuuluinkin hetken vähemmistökulttuuriin.

Keskeisimpiä tuloksia tässä tutkimuksessa oli havaita Somaliasta tulleiden turvapaikanhakijoiden olematon koulutustaso ja sen mukanaan tuomat haasteet. Somaliasta tulleiden turvapaikanhakijoiden lähtökohdat sopeutumiseen ovat erityisen haastavat maan vuosikymmeniä jatkuneen epävakaisuuden takia. Turvapaikanhakijat ovat syntyneet ja kasvaneet kaaoksen keskellä. Koska koulutus ja terveydenhuolto ovat puuttuneet, ovat valmiudet elämänhallintaan uudessa kulttuurissa, ilman yhteisön tukea, heikot.

Ramadanin paaston noudattaminen pohjoisen pitkien kesäpäivien suhteen tuntuu epäinhimillistä ja heikentää yksilön toimintakykyä huomattavasti. Asenne muutos paastoamisen tulkintaan ja toteuttamiseen on kuitenkin pitkä prosessi.

Yksilön itsemääräämisoikeutta tulee kunnioittaa. Ruokaan liittyvät säännöt voivat kapeuttaa ruokavaliota. Lähikaupasta ei saa halal-lihaa, kala ja kasvikset ovat Suomessa kalliita. Maitotuotteita on totuttu käyttämään vähän. Suomen pitkä ja pimeä talviaika ja maahanmuuttajien suojaava vaatetus voivat aiheuttaa D-vitamiinin puutetta. Tutkimukset tarvittavan D-vitamiinilisän suuruudesta ovat kesken. Yhteneväiset suositukset ovat kuitenkin tarpeen ja myös tällä, pienehköllä toimenpiteellä voi olla suuri, terveyteen ja hyvinvointiin vaikuttava tekijä.

Integroituminen Suomeen vaatii turvapaikanhakijoilta paljon. Myös suomalaisen yhteiskunnan on kehitettävä palveluitaan heille paremmin toimiviksi. On otettava huomioon, että Somaliasta tulleilla turvapaikanhakijoilla on heikompi koulusivistys verrattuna moniin muihin maahanmuuttajiin. Somalialisten puuttuva luku- ja kirjoitustaito haastavat muuttamaan ja kehittämään ohjausta toiminnalliseen suuntaan. Somalialainen kulttuuri on paimentolaiskulttuuria ja suullisella perinteellä on tärkeä merkitys. Somalin kieli on ollut suurimmaksi osaksi kirjoittamattomana 1970-luvulle saakka. Se on ollut virallisesti olemassa vasta vuodesta 1972 alkaen. (Räty 2002, 89–90.) Kirjoitetun tekstin lisäksi kuulemalla voi oppia. Internetissä selkokielisten sivujen lisäksi myös äänitettjä palveluita tulisi kehittää. Se mahdollistaa, että tarvittavan informaation voi myös kuunnella. Hyvä keino kielen oppimisessa on myös ystävystyminen suomalaisiin. Harrastuksien ja työn tuomat kontaktit mahdollistavat suomen kielen oppimisen tekemisen ja mukana olemisen kautta.

7.1 Luotettavuus ja eettisyys

Vaikka tutkimusryhmäni oli pieni, tuloksissa oli paljon yhteneväisyyksiä suuriin tutkimuksiin verrattuna. Koulusivistyksen taso ja naisten keski-ikä, 24-vuotta, olivat Suomeen tulleiden somalilaisten maahanmuuttajien keskiarvoa. (Castaneda ym. 2012; 42, 56.)

Hyvä, laadullinen tutkimus vaatii vastuullisuutta työn rajaamisessa. Laadullisen tutkimuksen raportin kirjoittamisen eri vaiheet eivät useinkaan erotu selkeästi. Eri

vaihteita voi olla vaikea erottaa omiksi osa-alueiksi. Tämänkin tutkimuksen tutkimusaineiston keruu ja analyysi tapahtuivat osittain toisiinsa kietoutuneina. Vaikka yksiselitteisiä ohjeita laadullisen tutkimuksen osalta ei voida määritellä, on tutkimusta pystyttävä arvioimaan kokonaisuutena. Silloin sen sisäinen johdonmukaisuus painottuu ja asiayhteyksien tulee olla suhteessa toisiinsa. Prosessi etenee tutkijan kiinnostuksen kohteena olevasta aiheesta, aineiston keruuseen. On kiinnitettävä huomio siihen, miten saatu tieto kerättiin ja keneltä. Myös tutkimuksen kesto, aineiston analyysi ja sen luotettavuuden arviointi sekä tutkimuksen raportointi tulee edetä johdonmukaisesti. Tulkinnallisessa tutkimuksessa tutkimustulokset ymmärretään kokonaisiksi vain merkityksen mielessä, ei kaikkien mahdollisten näkökulmien yhdistämisenä. Kriittisen toimintatutkimuksen mukaan tieto ei seiso odottamassa löytäjää vaan se syntyy toiminnassa. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 140-141, 150.)

Yhteisen äidinkielen puuttuessa on tulkintoihin ja havaintoihin liittyviä riskejä. Kielteisten asioiden ilmaiseminen oli vaikeaa ja naiset eivät sanoneet mielipidettään suoraan. Useat tapaamiskerrat lisäsivät luottamuksellisuutta ja asioihin oli mahdollista palata, mikäli halusin tarkennusta tai aihe herätti yhteistä mielenkiintoa. Useimmiten myös välttelyn syy tuli myöhemmin ilmi.

Etiikan näkökulmasta tutkijalla on merkittävä rooli tutkimuksen aiheen rajaamisessa ja näkökulman valitsemisessa. On pohdittava, kenen ehdoilla tutkimusaihe valitaan ja miksi tutkimukseen ryhdytään. (Tuomi & Sarajärvi 2009; 129.)

Tutkimusetiikkaan kuuluu tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuus. Tutkittavat tekevät vapaaehtoisen päätöksen osallistumisestaan sen jälkeen, kun ovat saaneet riittävän informaation tutkimuksesta ja sen tarkoituksesta. Vaikka aihe olisi yhteiskunnallisesti tärkeä, yksilön tarpeet ja oikeudet ovat aina etusijalla. Tutkimukseen osallistuminen tulee olla siis täysin vapaaehtoista ja tutkimuksesta pois jääminen mahdollista koska tahansa. (Kuula 2006, 107.) Omassa tutkimuksessa tämä on tarkoittanut sitä, että etenin täysin tutkittavien ehdoilla. Jos tutkittavat ottivat etäisyyttä esimerkiksi olemalla vastaamatta viesteihini tai siirsivät sovittuja tapaamisiamme, en voinut muuta kuin odottaa uutta mahdollisuutta.

Tässä kärsivällisyyteni palkittiin ja kulttuurinen herkkyyteni kehittyi. Lopputuloksena onnistuin pääsemään pintaa syvemmälle ja ymmärrykseni niin erilaisen aikakäsityksen, kollektiivisen kulttuurin kuin myös valtaetäisyys-ajattelun suhteen parani.

Juuri islaminuskoisissa maissa on ollut paljon levottomuutta. Suurin osa turvapaikanhakijoista tulee muslimimaista. He hakeutuivat mieluiten toiseen muslimimaahan, mutta aina se ei ole mahdollista. Siitä johtuen muslimeita on tullut Suomeen ja muihin länsimaihin paljon. Muslimeita on Suomessa jo enemmän kuin ortodokseja, noin 60 000. Suomen muslimeista neljäsosa on somaleja. Uskonto on muslimille tärkeä osa jokapäiväistä elämää. Se on otettava huomioon. Vieraseen kulttuurin muuttaessa uskonnon merkitys kasvaa ja saattaa korostua. Uskonto luo turvaa ja auttaa selviytymään. Se voi myös antaa mahdollisuuden ottaa etäisyyttä ja välttää liikaa sulautumista länsimaiseen kulttuuriin. Uskonnon ja muun elämän välillä olisi hyvä vallita harmonia. Uskoisin, että ympäristön myönteinen suhtautuminen poistaa pelkoja ja uhkakuvia puolin ja toisin. Turha korostamisen tarve katoaa, jos kokee olevansa hyväksytty sellaisena, kun on.

Sukupuolellani oli, epäilemättä, merkitystä. Luulen, ettei miestutkija olisi ollut tervetullut, ainakaan naisten kotiin. Uskon, että saamani johtopäätökset antavat selkeän kuvan juuri näiden naisten näkökulmasta ja näin laadullinen tutkimus toteutui odotetulla tavalla.

7.2 Henkilökohtainen ammatillinen kasvu

Omassa työssäni pyrin objektiivisuuteen, asettumatta suomalaisten viranomaisien tai naisten puolelle. Täydelliseen objektiivisuuteen on mahdotonta päästä, mutta on tärkeää pitää mielessä oman näkemyksen vaikutus tulkintoihin, jotka ohjaavat saatuihin tuloksiin. Tällä on suuri vaikutus tutkimuksen luotettavuuteen.

Tutkimus lisäsi ammatillista kasvuani ja paljasti myös omia ennakkoluuloisia ja stereotyyppisiä ajatuksiani. Molemmipuolinen tutustuminen auttoi näkemään jokaisen naisen yksilönä eikä yhtenä, yhteisenä ryhmänä. Yllättävää oli havaita,

kuinka paljon kulttuurissamme oli yhteisiä tapoja ja piirteitä. Esimerkiksi keittiöaskareissa toimimme hyvin samalla tavalla. Yksilön persoonallisuus ja elämänasenne näyttivät vaikuttavan myös vieraaseen kulttuuriin sopeutumiseen. Henkilökohtaiset ominaisuudet ovat ne tärkeimmät, riippumatta kulttuurista ja muista ulkoisista tekijöistä. Havainto oli opettavainen minulle.

Suomessa olemme individualisteja. Olemme tottuneet ajattelemaan omaa hyvinvointiamme, mikä meille yksilöinä on parasta. Somaliassa suuri huomio on pitänyt kiinnittää fysiologisten ja turvallisuuteen liittyvien perustarpeiden varmistamiseen. Esimerkiksi terveys käsitteenä on ollut outo. Kollektiivisuus ohjaa käyttäytymistä. Tutkimusryhmässäni päätökset siitä, koska ja mitä teimme, naiset tekivät yhdessä. Asiat saattoivat myös siirtyä yhteisymmärryksen puuttuessa. Suuremmaksi totuttu valtaetäisyys ja negatiivisten asioiden ilmaisemisen vaikeus tekevät turvapaikanhakijoista liiankin sopeutuvaisia. He eivät esitä vaatimuksia vaan alistuvat siihen, mitä heille tarjotaan. Työntekijältä vaaditaan kulttuurista herkkyyttä tunnistaa taustalla olevat tekijät. Huomiolla voi olla merkittävä vaikutus yksilön hyvinvointiin ja tavoitteellisen toiminnan onnistumiseen.

Uskon että tarvitsen kulttuuri- ja uskontotietoisuutta sairaanhoitaja-diakonissan ammattiin valmistuessani. Evankelisluterilaisilla seurakunnilla on lisääntyvässä määrin monikulttuurisuustyötä. Toimintaan ovat tervetulleita kaikki, riippumatta henkilökohtaisesta, uskonnollisesta vakaumuksesta. Kirkon yhteisöllisyys ja kristityn lähimmäisen rakkaus voivat olla maahanmuuttajalle tärkeä kokemus ja konkreettinen linkki integroitumisessa Suomalaiseen yhteiskuntaan. Diakonia-työntekijöillä ja seurakunnan vapaaehtoistyöntekijöillä on silloin merkittävä rooli.

Olisi mielenkiintoista tutkia näiden naisten elämän asettumista myös tästä eteenpäin. Olisi myös erittäin mielenkiintoista jatkaa tutkimusta esimerkiksi kehittämällä toiminnallista kielen opetusta ja ystävöimintää. Silloin kieltä opitaan muilla menetelmillä, ei lukemalla tai kirjoittamalla, vaan tekemisen kautta. Myös yhteiskunnan palvelujärjestelmien kehittäminen maahanmuuttajaystävällisempään suuntaan vaatii vielä paljon työtä. Itseäni kiinnostaisi erityisesti terveydenhuoltojärjestelmän kehittäminen, koska hoitoalalla toimineena se on minulle tuttu ym-

päristö. Myös lisääntyneiden kielteisten turvapaikkapäätösten myötä ns. uus-pa-perittomien elämästä, kohtalosta, työllistymisestä ja paikkansa löytämisestä Suomessa ja muualla maailmassa tarvitaan paljon lisää tietoa.

LÄHTEET

- Abdelhamid, Pirkko & Juntunen, Anitta & Koskinen, Liisa 2010. Monikulttuurinen hoitotyö. Helsinki: WSOYpro.
- Almgren, Anssi 2016. Uskontodialogi. Lähetysseurapintoihin liittyvä luento. Kansainvälinen työ Helsingin ja Espoon hiippakunnassa. Helsingin tuomiokapituli 27.10.2016.
- Ahonen, Risto A. 2000. Lähetys uudella vuosituohannella. Maailmanlähetyksen teologiset perustelut. Helsinki: Suomen Lähetysseura 2000.
- Aisla, Tiina 2016. Nämä sairaudet aiheuttavat meillä ja muualla eniten menetettyjä elinvuosia. Mediuutiset. Viitattu 11.10.2016. Verkojulkaisuna: <http://www.medi uutiset.fi/uutisarkisto/nama-sairaudet-aiheuttavat-meilla-ja-muualla-eniten-menetettyja-elinvuo-sia-6589623>
- Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. C, Katsauksia ja aineistoja 17. Verkojulkaisuna: <http://www.diak.fi/opis-ke lu/opinnaytetyo/Documents/Kohti%20tutkivaa%20ammattikäy-tänöä.pdf>.
- Bäärnhelm, Sofie 2010. Kulttuurisia haasteita ja taitoja lääkärin työssä. Kulttuurinen haastattelu lääketieteessä ja psykiatriassa, Teoksessa Antti Pakaslahti ja Matti Huttunen (toim.) Kulttuurit ja lääketiede. Helsinki: Duodecim, 248–264.
- Castaneda, Anu; Koponen, Päivikki; Koskinen, Seppo; Mölsä, Mulki & Rask, Shadia (toim.) 2012. Maahanmuuttajien terveys- ja hyvinvointitutkimus venäläis-somalialis ja kurditaustaisista Suomessa. THL 61/2012. Helsinki.
- Eklöf, Niina; Abdulkarim, Maryan; Hupli, Maija & Leino-Kilpi, Helena 2016. Somali asylum seekers' perceptions of privacy in health care. Turun yliopisto. Nurs Ethics 23.8.2016.
- Elintarviketurvallisuusvirasto 2010. Ravitsemushoito. Viitattu 17.1.2017. Verkojulkaisu: https://www.evira.fi/globalassets/vrn/pdf/ravitsemushoito_net ti_

- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 2000. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 5.painos. Tampere: Vastapaino.
- Ethnomed. i.a. Patient education. Viitattu 23.10.2016. Verkkojulkaisu: <http://ethnomed.org/patient-education>.
- FFP, Fund for peace 2016. Fragile states index. Fragility in the world 2016. png Viitattu 03.03.2017. <http://fsi.fundforpeace.org/map/2016heatmap>.
- Gadamer, Hans-Georg 2004. Hermeneutiikka. Ymmärtäminen tieteessä ja filosofiassa. Tampere: Vastapaino.
- Hattstein, Markus 2008. Islam. Uskonto ja kulttuuri. Köln: Ullman-publishing.
- Health information translations.i.a. Quality health education resources for diverse populations. Viitattu 23.10.2016. <https://healthinfotranslations.org/>
- Helsingin yliopisto 2013. Somals in Helsinki. Somals in European cities.2013. Open societ foundations. Helsingin Yliopisto; Tiilikainen, Marja; Abdirashid, Ismael; Tuusa, Elina; Abdulkarim, Maryan& Adam Abdurasak. (toim.). Viitattu 16.10.2016. Verkkojulkaisu: <https://www.opensocietyfoundations.org/reports/somalis-helsinki>
- Helsingin yliopisto 2016. Marwo-D-tutkimus. Elintarvike-ja ympäristötieteiden laitos. http://www.helsinki.fi/elintarvike-ja-ymparisto/tutkimus/tutkimusryhmat/Marwo_D.html
- Hiltunen, Pekka Y. & Vasko, Timo 2011. Hyvä tietää uskontodialogista. Näkökulmia Suomen evankelisluterilaisen kirkon jäsenille. Hyvä tietää uskonnosta ja elämänkatsomuksista- julkaisuja 1. Kirkon ulkoasianosasto. Helsinki. Sakasti.fi. Viitattu 17.1.2017. [http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/6EAD6F5F516D88D3C2257C1300319873/\\$FILE/Hy-TiUsDi271112.pdf](http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/6EAD6F5F516D88D3C2257C1300319873/$FILE/Hy-TiUsDi271112.pdf)
- Huhta, Elina; Julin, Susanna; Kaila, Katja & Lehtonen, Ulla. 2015. Infopankki. Kaupunginkanslia. Satamatalo. Olympiaranta 3. Helsinki. Ryhmähaastattelu 6.10.2015
- Huttunen, Jussi 2015. Mitä terveys on? Duodecim. Terveyskirjasto. Viitattu 16.10.2016. Verkkojulkaisu: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00903
- Hyyppä, Markku T & Liikanen, Hanna-Liisa 2005. Kulttuuri ja terveys. Helsinki: Edita.

- Infopankki 2014. Kävijäkysely. Infopankin kävijäkyselyn tulokset 7.11.–1.12.2014. Tuloste tekijän hallussa.
- Infopankki 2016. Kävijäseuranta. Infopankin somaliankielisten sivustojen käyttö 1.1.–30.6.2016. Tuloste tekijän hallussa.
- Infopankki 2016. Suomi sinun kielelläsi. Viitattu 16.10.2016.<http://www.info-pankki.fi/fi/elama-suomessa/terveys/terveyspalvelut-suomessa>.
- Kananen, Jorma 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 176. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Kela 2016. Kela ja Infopankki tutuiksi turvapaikanhakijoille. Viitattu 23.4.2017. <http://www.epressi.com/tiedotteet/kaupungit-ja-kunnat/kela-ja-info-pankki-tutuiksi-turvapaikanhakijoille.html>
- Koistinen, Jouko Raamattuluennot. Raamatun synty. Viitattu 12.10.2016. <http://joukokoistinen.fi/raamattuluennot/ihmeellinen-raamattu/2-raamatun-synty>
- Koponen, Päivikki & Weiste-Paakanen, Anneli 2014. Maahanmuuttajien terveys ja hyvinvointitutkimus (Maamu) Perustulokset 1.7.2014 Maahanmuuttajien terveys ja hyvinvointi. Tutkimus venäläis-, somalialais- ja kurditaustaisista Suomessa. 1. Viitattu 16.10.2016. Verkkojulkaisu: <http://www.slideshare.net/THLfi/maahanmuuttajien-terveys-ja-hyvinvointitutkimuksen-maamu-perustulokset>
- Koponen, Päivikki & Mölsä, Mulki 2012. Naisten ympärileikkaus. Teoksessa Anu Castaneda, Shadia Rask, Päivikki Koponen, Mulki Mölsä, Seppo Koskinen. (toim.) Maahanmuuttajien terveys- ja hyvinvointi. Tutkimus venäläis-somalialais ja kurditaustaisista Suomessa. THL: Helsinki.61/2012.141–143. Viitattu 16.10.2016. Verkkojulkaisu: <https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/maahanmuuttajien-terveys-ja-hyvinvointitutkimus-maamu-/julkaisut>
- Koraani 2015. Taskupainos. Arabian kielestä suomentanut Jaakko Hämeen-Anttila. Helsinki: Basam Books Oy
- Kuula, Arja 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.

- Lancet. The Lancet. vol. 388.8.10.2016. Global burden of disease study 2015. Viitattu 8.11.2016. Verkkojulkaisu: [http://www.thelancet.com/pdfs/journals/lancet/PIIS0140-6736\(16\)31679-8.pdf](http://www.thelancet.com/pdfs/journals/lancet/PIIS0140-6736(16)31679-8.pdf)
- Learning-theories.i.a. Maslow's hierarchy of needs. Viitattu 02.02.2017. Verkkojulkaisu: <https://www.learning-theories.com/maslows-hierarchy-of-needs.html>
- Lehtonen, Ulla 2016. Infopankin kävijäseuranta. Sähköpostiviesti. Tekijän halussa.
- Linderborg, Hilikka 2012. Hennattuja partoja. Ikääntyvät somalimiehet ryhmätöinnässä. Lisensiaatin tutkimus. Sosiaalitieteiden laitos. Helsingin yliopisto. Viitattu 02.02.2017. Verkkojulkaisu: <http://www.sosnet.fi/loader.aspx?id=f932e34b-0356-44c4-82be-1c75cf7fd27d>
- Lingoneer 2010. Lingoneer Oy ja Infopankki.fi käänösyhteistyöhön. Viitattu 16.10.2016. <http://www.lingoneer.fi/ajankohtaista/lingoneer-oy-ja-infopankki-fi-kaeaennoesyhteistyoehoen/>.
- Luona Oy. i.a. Vastaanottokeskustoiminta. Viitattu 24.11.2016. <http://www.luona.fi/palvelut/vastaanottokeskustoiminta/>
- Maahanmuuttovirasto 2016. Tilastot. Viitattu 7.10.2016 http://www.migri.fi/tieto_virastosta/tilastot
- Maahanmuuttovirasto 2017a. viitattu 24.11.2016. http://www.migri.fi/turvapaikka_suomesta/turvapaikan_hakeminen
- Maahanmuuttovirasto 2017b. Maantietopalvelu 2017. Viitattu 19.01.2017. Verkkojulkaisu: http://www.migri.fi/download/71840_Somalian_turvallisuustilanne_joulukuussa_2016.pdf?8d60f9cbc03ed488
- Martikainen, Tuomas & Haikkola, Lotta 2010. Maahanmuutto ja sukupolvet. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Malin, Maili & Suvisaari, Jaana 2010. Maahanmuuttajien terveys ja hyvinvointi. Antti Pakaslahti ja Matti Huttunen (toim.) 134–163. Teoksessa Kulttuurit ja lääketiede. Helsinki: Duodecim
- Maslow, Abraham. i.a. A Theory of Human Motivation. Psychological Review 2000;50. Viitattu 17.01.2017. Verkkojulkaisu: <http://psychclassics.yorku.ca/Maslow/motivation.htm>
- Mubarak, Yusuf; Nilsson, Eeva & Saxen, Niklas 2015. Suomen somalit. Helsinki: INTO

- Paakkari, Ilari 2013. D-vitamiini. Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 16.10.2016.
Verkkojulkaisu: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk01044
- Pakaslahti, Antti & Huttunen, Matti 2010. Kulttuurit ja lääketiede. Lukijalle. Teoksessa Antti Pakaslahti ja Matti Huttunen (toim.) (toim.) Kulttuurit ja lääketiede. Helsinki: Duodecim, 6–11.
- Pavlish, Carol Lyn; Noor, Sahna & Brandt, Joan 2010. Somali immigrant women and the American health care system – Discordant believes, divergent expectations and silent worries. Viitattu 16.10.2017. Verkkojulkaisu: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2893335/#S5title>
- Teinonen, Timo 2015. Kristillinen Lääkärilehti KrLL 2/2015. Viitattu 16.10.2016.
Verkkojulkaisu: <https://issuu.com/kristillinenlaakarilehti/docs/krll-2-2015-netti/12>
- Tilastokeskus 2016. Tilastokeskuksen PX-Web-tietokannat; Somalia äidinkielenä 31.12.2016. Viitattu 03.03.2017.
http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin__vrm__vaerak/030_vaerak_tau_102.px/chart/chartViewColumn/?rxid=f8947568-cae1-4aa1-a28d-fba9461b46ec;
<http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/sq/a68c3b97-b640-4cfa-a646-63e9a798bd19>
- Tiilikainen, Marja 2003. Arjen islam. Somalinaisten elämää Suomessa. Tampere: Vastapaino.
- Tiilikainen, Marja & Mölsä, Mulki 2010. Potilaana somalialainen maahanmuuttaja. Teoksessa Antti Pakaslahti ja Matti Huttunen (toim.) Kulttuurit ja lääketiede. Helsinki: Duodecim, 305–320.
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisältöanalyysi.6. uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.
- Työ- ja elinkeinoministeriö 2016. Kotouttaminen. Työ- ja elinkeinoministeriön palvelu. Viitattu 7.10.2016. Verkkojulkaisu: http://www.kotouttaminen.fi/kotouttaminen/alueet/uusimaa_hame_ja_kaakkois-suomi/uusimaa

- Oroza, Valentina 2010. Yleislääkäri kohtaa maahanmuuttajan. Teoksessa Antti Pakaslahti ja Matti Huttunen (toim.) Kulttuurit ja lääketiede. Helsinki: Duodecim, 272–296.
- Raamattu 1992. Suomen evankelisluterilaisen kirkon kirkolliskokouksen vuonna 1992 käyttöön ottama suomennos. Helsinki: Kirjapaja.
- Räty, Minttu 2002. Maahanmuuttaja asiakkaana. Helsinki: Tammi.
- Saraneva, Kristiina 2010. Pakolaisuus ja psyykinen traumatisoituminen. Teoksessa. Antti Pakaslahti ja Matti Huttunen (toim.) Kulttuurit ja lääketiede. Helsinki: Duodecim. 192–247.
- Sakasti i.a. Uskontojen kohtaaminen. Uskontodialogi. Viitattu 7.10.2016. <http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp2?open&cid=Content3FBB65>
- Sardar, Ziauddin & Wyn Davies, Meryll 2014. Islam. Helsinki: InPrint.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2004. Mielenterveystyö Euroopassa. Selvityksiä 2004:17. Viitattu 16.10.2016. Verkkojulkaisu: <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/111124/Selv200417.pdf?sequence=1>
- SPR 2015. Kolme tapaa auttaa turvapaikanhakijoita. Viitattu 10.10.2016. Verkkojulkaisu: <https://www.punainenristi.fi/uutiset/20150828/3-tapaa-auttaa-turvapaikanhakijoita>
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL) 2015. Ulkomaalaistaustaisten psyykinen hyvinvointi, turvallisuus ja osallisuus. Työpaperi 18/2015. Ulkomaista syntyperää olevien työ- ja hyvinvointitutkimus (UTH) 2014. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 16.10.2016. Verkkojulkaisu: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/127023/URN_ISBN_978-952-302-535-6.pdf?sequence=2
- Tilastokeskus 2015. Maahanmuuttajat väestössä. Viitattu 7.10.2016. <http://www.stat.fi/tup/maahanmuutto/index.html/maahanmuuttajat-vaestossa/ulkomaan-kansalaiset>
- Työ- ja elinkeinoministeriö 2012. Valtion kotouttamisohjelma. Hallituksen painopisteet vuosille 2012–2015. Työ- ja elinkeinoministeriö. Helsinki. Viitattu 6.10.2016 https://www.tem.fi/files/34181/TEM_web.pdf.

Ulkoministeriö 2013. Ulkoministeriön kehitysviestintä. Viitattu 16.10.2016. Verkkojulkaisu: <http://global.finland.fi/Public/default.aspx?contentid=164064>

Wikipedia. i.a. Liivate. Viitattu 9.1.2017 <https://fi.wikipedia.org/wiki/Liivate>.