

www.humak.fi

Opinnäytetyö

Translasten ja -nuorten vertaistukiryhmien kehittäminen

Tuuke Autiokoski

Yhteisöpedagogin koulutus
(210 op)

11/2021



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu
Yhteisöpedagogin koulutus

Tekijät: Tuike Autiokoski
Opinnäytetyön nimi: Translasten ja -nuorten vertaistukiryhmien kehittäminen
Sivumäärä: 46 ja 5 liitesivua
Työn ohjaaja(t): Jenny Honka
Työn tilaaja(t): Maarit Huuska, Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskus

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää translasten ja -nuorten vertaistukiryhmiä ja luoda niille toimiva runko. Opinnäytetyön tarve tuli Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskukselta, joka on vertaistukiryhmiä järjestävä taho. Koronatilanne Suomessa vaikeutti vertaistukiryhmien järjestämistä ja tarpeelliseksi tuli selvittää vertaistukiryhmien merkitystä ja mahdollisuuksia ohjata niitä verkkoyhteydellä.

Opinnäytetyön tutkimusmenetelminä toimivat kokeilut ja haastattelut. Opinnäytetyön tekijä pääsi konkreettisesti kokeilemaan vertaistukiryhmien ohjaamista ja haastatteluissa selvitettiin transtaustaisten henkilöiden kokemuksia vertaistukiryhmissä käymisestä. Haastatteluissa kysyttiin vertaistuen merkityksestä heidän lapsuuteen ja nuoruuteen sekä minkälaista vertaistukea tai ryhmätoimintaa he olisivat lapsuudessaan tarvinneet. Työn teoriapohjassa käsiteltiin vertaistukea ja sen merkitystä tässä asiayhteydessä sekä sitä, miten vertaistukiryhmät toimisivat verkossa.

Tulokset osoittivat, että vertaistuella oli todella suuri merkitys transtaustaisten ihmisten kasvussa ja kehityksessä. Vertaistukea käytettiin myös heidän lähiomaistensa tueksi. Haastatteluiden avulla oli helppoa lähteä rakentamaan runkoa translasten ja -nuorten vertaistukiryhmien ohjaamista varten.

ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences
Degree Programme in NGO and Youth Work

Author: Tuike Autiokoski

Title: Improvement of peer support groups for transgender children and youth

Number of Pages: 46 and 5 attachment pages

Supervisor: Senior Lecturer Jenny Honka

Commissioner: Gender Diversity & Intersex Centre of Expertise

The aim of this thesis was to develop peer support groups for transgender children and youth and to construct a functional framework for the aforementioned groups. The need for the thesis came from the Gender Diversity & Intersex Centre of Expertise which, among other things, organizes peer support groups. The COVID-19 situation in Finland made it difficult to organize peer support groups in person, making it necessary to study the importance of peer support groups and the possibilities of arranging them online.

The research methods used in this study are testing and interview. The thesis author got to experience and test leading peer support groups for rainbow youth. The experiences of transgender people in peer support groups were collected in the interviews. The interviews focused on the importance of peer support for transgender youth's childhood and adolescence and what type of peer support or group activities they would have needed in their childhood. The theoretical basis of the work discussed peer support and its significance in this context as well as how peer support groups would function online.

The results indicate that peer support plays a critical role in the growth and development of individuals with trans backgrounds. Peer support is additionally used to support their family members and relatives. The interviews create a basis for developing a framework for mentoring peer support groups of transgender children and youth.

Keywords: write 3-7 english keywords here

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	5
2	SUKUPUOLEN MONINAISUUDEN OSAAMISKESKUS	7
2.1	Seta ry	8
2.2	Käsitteitä	8
3	VERTAISTUKI JA SEN MERKITYS	13
3.1	Vertaistukiryhmä verkossa	15
3.2	Kohderyhmänä lapset.....	18
3.3	Ohjaajan asema vertaistukiryhmässä	19
4	KEHITTÄMISTYÖN MENETELMÄT	23
4.1	Haastattelut	24
4.2	Vertaistukiryhmien kokeilu.....	26
5	TULOKSET JA ANALYSOINTI	28
5.1	Kokeilut verkossa.....	30
5.2	Haastatteluiden purku.....	32
6	TUOTOS.....	40
7	LOPUKSI.....	43
	LÄHTEET	44
	HAASTATTELUT	46
	LIITTEET	47

1 JOHDANTO

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää translasten ja -nuorten vertaistukiryhmiä. Opinnäytetyön tilaajana on Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskus.

Opinnäytetyölleni on todellinen tarve. Sukupuolivähemmistöt ovat edelleen hyvin syrjitty vähemmistöryhmä Suomessa. Euroopan perusoikeusvirasto teki maailman laajimman selvitystyön seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvien ihmisten tilanteesta Euroopassa. Kyselyyn vastasi 140 000 sateenkaari-ihmistä 28 maasta. Suomesta vastaajia oli 4 711 henkilöä ja nuorimmat vastaajat olivat 15–17-vuotiaita. Suomea koskevien tulosten mukaan 74 % piti transsukupuolisten syrjintää joko yleisenä tai hyvin yleisenä Suomessa. (Helsinki Pride Yhteisö 2020; Seta 2020.)

Vuonna 2019 tehdyn kouluterveyskyselyn tulokset kertoivat, että sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvilla nuorilla oli muihin nuoriin nähden huomattavasti enemmän terveyteen ja hyvinvointiin liittyviä haasteita. Näihin vähemmistöihin kuuluvilla nuorilla oli myös useita koulunkäyntiin ja kouluyhteisössä elämiseen liittyviä vaikeuksia. Koulukiusaaminen ja yksinäisyys sekä koulu-uupumus olivat näistä ongelmista yleisimmät. Tämän kyselyn perusteella sukupuolivähemmistöihin kuului 3 % vastaajista ja seksuaalivähemmistöihin 9 % vastaajista. Kyselyyn vastasivat perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaiset, lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijat sekä ammatillisen opetuksen 1. ja 2. vuoden opiskelijat. (Jokela, Luopa, Hyvärinen, Ruuska, Martelin & Klemetti 2020, 1–3.) Tietysti itselleni muunsukupuolisena nuorten ohjaajana tämä aihe on vielä erityisen lähellä sydäntä ja siksi päätin siihen tarttua.

Vertaistukiryhmiä on kahdenlaisia: livetapaamisia ja internetin välityksellä tapahtuvia, joko video- tai chat-muotoisia ryhmiä. Etenkin näiden etäyhteydellä tapahtuvien vertaistukiryhmien kehittäminen on näin korona-aikana paljastunut hyvin oleelliseksi ja tarpeelliseksi. Kun kokoontumisrajoituksia alettiin ilmoittaa, paikan päällä tapahtuvat vertaistukiryhmät jouduttiin väliaikaisesti lopettamaan. Käsittelen tässä opinnäytetyössä erilaisia vertaistukiryhmiä ja niiden merkitystä. Pohdin myös esimerkiksi mitä pitää ottaa huomioon alaikäisten vertaistukiryhmässä ja kun käsittelee sensitiivisiä aiheita alaikäisten kanssa sekä ohjaajan asemaa vertaistukiryhmässä.

Kehittämismenetelminä ovat kokeilut ja haastattelut. Kokeiluissa hyödynsin omaa kokemustani Turun seudun Setan vertaistukiryhmän ohjaajana ja pääsin kokeilemaan

vertaistukiryhmien ohjaamista, niin lähi- kuin etämuodossa. Haastattelen transtaustaisia aikuisia heidän kokemuksistaan vertaistukiryhmistä. Tarkoitukseni on selvittää vertaistukiryhmien merkitys heidän kasvussaan ja kehityksessään sekä transidentiteetissään.

Tutkimuskysymyksinäni olivat nämä: miksi vertaistukiryhmiä tarvitaan, mitä vertaistukiryhmissä pitää huomioida juuri tällä kohderyhmällä ja tämän ikäisten kanssa. Näiden lisäksi tutkin myös verkkovertaistukiryhmiä ja minkälaisia asioita niiden järjestämisessä täytyy huomioida.

Tuotoksena menetelmien avulla keräämiäni materiaalien pohjalta luon yksinkertaisen ja selvän rungon vertaistukiryhmien ohjaamista varten. Runkoa hyödynnetään Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskuksen vertaistukiryhmien suunnittelussa, järjestämisessä ja ohjaamisessa.

Etenin työssäni ensin kokeilemalla vertaistukiryhmien ohjaamista työharjoittelupaikassani Turun seudun Setalla eli Tusetalla. Itselläni oli jo valmiiksi tietoa ja kokemusta vertaistukiryhmistä, kohderyhmästäni sekä nuorten ohjaamisesta. Pääsin hyödyntämään tietojani ja taitojani konkreettisesti. Tusetalla oli käytössä jo toimivat vertaistukiryhmät, joista pystyin havainnoimaan ja hyödyntämään toimivia osa-alueita opinäytetyöni tuotosta varten. Kokeilujen rinnalle tulivat seuraavaksi haastattelut, joiden vastaukset tukivat kokeiluista kertyneitä havaintoja. Lopuksi etsin lisää tietoa opinäytetyön kirjoittamista varten sekä pääsin purkamaan kokeiluista ja haastatteluista kertyneet tulokset.

2 SUKUPUOLEN MONINAISUUDEN OSAAMISKESKUS

Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskus on Setan erillisyksikkö, joka on ennen tunnettu nimellä Transtukipiste. Osaamiskeskus toimii voimavarana yhteisöille ja yksilöille, joita sukupuolen moninaisuus koskettaa. Osaamiskeskuksen toiminta on luotamuksellista, vapaaehtoista ja pääosin maksutonta. Osaamiskeskuksessa kunnioitetaan jokaisen omaa kokemusta ja siellä voi asioida yksin, parina, perheenä tai muiden itselle tärkeiden henkilöiden kanssa. Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskus tarjoaa erilaisia neuvonnallisia ja vertaistuellisia palveluita sukupuoltaan pohtiville henkilöille sekä heidän läheisilleen. Osaamiskeskuksen toimintaa ovat mm. henkilökohdainen tuki ja useat eri vertaistukiryhmät. (Seta ry 2021a.)

Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskuksella oli tarve selkeälle rungolle vertaistukiryhmien vetämistä varten. Tartuin tähän tarpeeseen ja aloitin kehittämään kyseistä runkoa opinnäytetyön avulla. Koronapandemia toi opinnäytetyölle vielä oman lisänsä, sillä vertaistukiryhmiä oli tarve alkaa ohjaamaan etänä. Minun tavoitteeni oli saada aikaan yhteinen runko niin lähivertaisryhmälle kuin etävertaisryhmälle. Selkeää runkoa molempia näitä vaihtoehtoja varten lähdin selvittämään, että miksi vertaistukiryhmiä tarvitaan ja minkälaisia erityishuomioita vertaistukiryhmissä on tämän ikä- ja kohderyhmän kanssa.

Aiheena tämä on tärkeä, sillä sukupuolivähemmistöt ovat jo itsessään hyvin haavoittuvaisessa asemassa tässä yhteiskunnassa. Sen lisäksi kohderyhmänä ovat lapset ja nuoret, jotka saattavat vielä etsiä omaa identiteettiään tai muuten pohtivat itseään ja omaa paikkaansa. Koronapandemian aikana tällaisilla lapsilla ja nuorilla ei välttämättä ole sitä turvallista tilaa, mitä he tarvitsisivat oman identiteettinsä löytämisen tueksi, koska esimerkiksi omassa kodissa ei ole hyväksyvä, turvallinen ilmapiiri. Miten tällaiset lapset ja nuoret löytävät ja saavat tukea? Vastauksena tähän on usein internet ja erilaiset tukiryhmät verkon välityksellä tai sosiaalinen media, ja sitä kautta löytyvät samanhenkiset kaverit. Miten ohjata nuoret turvalliseen, ohjattuun, verkkovertaistukiryhmään niiden monien nuorten omien ryhmien lisäksi ja mitä tällaisessa ryhmässä olisi hyvä olla sisältönä? Mitä haittoja ja vaaroja nuorten itse luomissa, ohjaamattomissa vertaistukiryhmissä on? Jo tämän pohdinnan pohjalta huomaa, että kehitettävää löytyy.

2.1 Seta ry

Tässä kappaleessa kerron enemmän Setasta, jonka alainen opinnäytetyöni tilaaja Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskus on. Kerron myös Tusetasta, koska siellä suoritin opinnäytetyön menetelmänä kokeilut verkkovertaistukiryhmästä translapsille ja -nuorille. Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskuksen lisäksi myös Seta sekä Tusetat pitävät vertaistukiryhmiä eri puolella Suomea ja eri ikä- ja kohderyhmille, joten opinnäytetyöni tuotos on myös heille hyödyllinen.

Seta ry on ihmisoikeusjärjestö, jonka tavoitteena on yhteiskunnallinen tasavertaisuus riippumatta ihmisten seksuaalisesta suuntautumisesta, sukupuoli-identiteetistä tai sukupuolen ilmaisusta. Setan nimi tulee sanoista Seksuaalinen Tasavertaisuus ja se on perustettu vuonna 1974. STEA, opetusministeriö ja kuntien tuki rahoittavat Setan toimintaa. Seta kertoo sivuillaan, että homot, lesbot, biseksuaalit, inter-, trans- ja muunsukupuoliset henkilöt, transvestiitit ja muut sateenkaari-ihmiset kohtaavat eriarvoisuutta lainsäädännössä ja arjessaan. Tähän halutaan muutos, jotta yhdenvertaisuus ja ihmisoikeudet toteutuvat. (Seta ry 2021b.)

Haluan nostaa suoran lainauksen Setan (2021b) nettisivuilta, sillä minusta tämä on Setan toiminnassa hyvin tärkeä osa, joka jokaisen pitäisi oppia. Jokaisen yksilön kunnioitus edellä ja syrjintää ei hyväksytä missään muodossa, sillä ihmisoikeudet eivät ole mielipidekysymyksiä:

Seta edistää sellaista yhteiskunnallista keskustelua, jota käydään toisia kunnioittaen. Varsinkin jokaisen valtaa pitävän on tunnettava vastuunsa ja tiedostettava, ettei syrjivää puhetta voi hyväksyä näennäiseen suvaitsevaisuuden vedoten: erilaisten mielipiteiden suvaitseminen on tavoiteltavaa vain niin kauan kuin se ei loukkaa muiden ihmisarvoa ja -oikeuksia.

Tusetat ry on yksi Setan 27:stä jäsenjärjestöstä. Jäsenjärjestöjä on monella eri kaupungilla, mutta sen lisäksi osa jäsenjärjestöistä ovat tiettyyn teemaan keskittyviä, esimerkiksi Sateenkaariperheet ry. Tusetat on Turun seudun Seta, joka järjestää esimerkiksi vertais- ja vapaa-ajanryhmiä, tapahtumia ja koulutuksia Turun seudulla. (Tusetat 2021.)

2.2 Käsitteitä

Tässä kappaleessa avaatan tämän opinnäytetyön kannalta tärkeitä käsitteitä. Aluksi haluan kertoa, kuinka transasioissa on edetty vasta viime vuosikymmenen aikana. Setan

sivuilla on kattava lista tärkeistä hetkistä sateenkaarihistoriassa. Haluan nostaa nämä sieltä esiin, sillä niistä paljastuu kuinka apu, tuki ja tieto sukupuolen moninaisuudesta on kehittynyt ihan vasta vähän aikaa sitten. Näistä on huomattavissa, kuinka sukupuolen moninaisuuteen liittyvät asiat ja esimerkiksi käsitteet ovat melko uusia ja kehittyvät koko ajan:

Seta on perustanut Transtukipisteen vuonna 1994, vuonna 2000 on astunut voimaan uusi yleisen syrjäntäkiellon sisältävä perustuslaki, vuonna 2001 uudistettiin työsopimuslaki niin, että ”sukupuoliseen suuntautumiseen” liittyvä syrjäntä kiellettiin ja 2003 Translaki astui voimaan. Vasta vuonna 2011 THL on poistanut transvestisuuden sairausluokituksesta Suomessa, aiemmin se oli luokiteltu mielenterveyden häiriöksi. Vuonna 2015 astuivat voimaan uudistuneet yhdenvertaisuus- ja tasa-arvolaki, joissa sukupuoleen perustuvan syrjäntän kiellot laajennettiin koskemaan sukupuoli-identiteettiin tai sukupuolen ilmaisuun koskevaa syrjäntää. Syksystä 2016 lähtien perusopetuksessa on opetussuunnitelman perusteiden mukaan ollut suunnitelmana lisätä tietoa ja ymmärrystä sukupuolen moninaisuudesta. (Seta ry 2021c.)

Sateenkaarisanastoa on todella laajasti ja käsitteiden muistaminen voi olla hankalaa. Kieli ja käsitykset ovat myös ajassa muuttuvia ja kehittyviä, ennen esimerkiksi sukupuolen moninaisuudelle ei ole löytynyt näin paljon kuvaavia sanoja. Täytyy kuitenkin muistaa, että jokaisella on oikeus määrittellä tai olla määrittelemättä oma seksuaalinen suuntautuminen ja sukupuoli-identiteetti, joten nämä termit eivät varmasti koskaan tavoita tätä monimuotoisuutta täysin. (Seta ry 2021d.)

Seksuaalivähemmistöillä tarkoitetaan ihmisiä, joiden seksuaalinen suuntautuminen on jotain muuta kuin heterous, esimerkiksi homot, lesbot ja bi- sekä pan-ihmiset. Seksuaalisessa suuntautumisessa on kyse siitä, keihin ihminen tuntee seksuaalista ja/tai emotionaalista vetovoimaa. Tässä opinnäytetyössä en käsittele seksuaalivähemmistöjä, vaan sukupuolivähemmistöjä. (Seta ry 2021d.)

Sukupuolen moninaisuudella ilmaistaan sitä, että sukupuoli on moninainen ilmiö, joka ei ole jaettavissa kahteen vaan oikeasti kyseessä on laajempi, moninainen kirjo. Sukupuolen moninaisuus kattaa sisälleen kaikki mahdolliset sukupuolet, sillä sukupuolen moninaisuus koskettaa tavalla tai toisella kaikkia ihmisiä, eikä sitä voi rajata koskemaan vain tiettyä ihmisryhmää. (THL 2020; Seta ry 2021d.)

Sukupuolivähemmistö on kattokäsite kaikille heille, jotka eivät koe syntymässä määriteltyä sukupuolta omakseen tai muuten määrittelevät kuuluvansa johonkin sukupuolivähemmistöön, esim. transsukupuoliset ja muunsukupuoliset. **Sukupuoli-identiteetillä** taas tarkoitetaan ihmisen omaa sisäistä ymmärrystä sukupuolestaan tai sukupuolettomuudestaan. (Seta ry 2021d.)

Trans on sana, joka kuvaa henkilöä, jonka sukupuoli-identiteetti ei vastaa syntymässä määriteltyä sukupuolta. Transsukupuolinen ihminen voi määritellä itsensä joko binäärisukupuoliin tai niiden ulkopuolelle. Sukupuolettomat ihmiset myös kuuluvat transsukupuolisuuden sateenvarjon alle. Tässä opinnäytetyössä mainitaan usein käsitteet **translapsi** ja **transnuori**, jotka kuvaavat lapsia ja nuoria, joiden sukupuoli-identiteetti voi olla esimerkiksi muunsukupuolinen tai transsukupuolinen. Henkilö, joka sukupuolen korjauksen jälkeen ei enää identifioitu transsukupuoliseksi, voi käyttää itsestään termiä **transtaustainen**. (Seta ry 2021d; Sukupuolen moninaisuuden osamiskeskus 2021a.)

Cis on vastakohta sanalle trans. Cissukupuolisen henkilön sukupuoli-identiteetti vastaa syntymässä määriteltyä sukupuolta, esim. syntymässä sinut on määritelty naiseksi ja koet itse olevasi nainen. Suurin osa ihmisistä on cissukupuolisia. Sanat trans ja cis tulevat latinasta, jossa ne tarkoittavat 'toisella puolen' ja 'tällä puolen'. (Seta ry 2021d.)

Binääri tarkoittaa kaksinapaista. Sukupuoli on usein määritelty kaksinapaisesti miehiin ja naisiin. Sukupuoli-identiteetti voi olla joko binäärinen tai ei-binäärinen. Binäärisiä sukupuoli-identiteettejä ovat nainen ja mies, joihin lukeutuvat myös binääriset transihmiset eli transnaiset ja transmiehet. Ei-binäärisen henkilön sukupuoli-identiteetti ei sovi kaksinapaiseen nainen-mies-jakoon, eli hän voi olla esimerkiksi muunsukupuolinen tai sukupuoleton. Ei-binääriset ihmiset usein käyttävät englanninkielistä termiä **non-binary**. (Seta ry 2021d.)

Muunsukupuolinen ihminen voi olla sekä mies että nainen, jotakin näiden väliltä tai kokonaan tämän jaon ulkopuolelta. Muunsukupuolisuus usein toimii kattokäsitteenä ei-binäärisille sukupuoli-identiteeteille, joita ovat esimerkiksi gender fluid, gender queer ja agender (sukupuoleton). (Seta ry 2021d.)

Transfobia tarkoittaa vihaa, pelkoa tai inhoa transihmisiä kohtaan. Vähättely, mitätöinti, poissulkeminen, häirintä ja syrjintä ovat esimerkkejä transfobian ilmentymisestä. Transfobia voidaan rinnastaa seksismin ja rasismiin kaltaisiin sosiaalisiin rakenteisiin. (Seta ry 2021d.)

Sukupuolidysforia tarkoittaa sukupuoliristiriidan aiheuttamaa kokonaisvaltaista pahan olon tunnetta. Usein tämä eritellään kehodysforiaan ja sosiaaliseen dysforiaan.

Kehodysforia on vierauden, ahdistuksen ja inhon tunteita oman kehon sukupuoli-tettuja piirteitä kohtaan. **Sosiaalinen dysforia** taas kuvaa sosiaalisissa tilanteissa ilmenevää ahdistusta ja pahan olon tunnetta, joka liittyy väärinsukupuolittamiseen.

Väärinsukupuolittaminen tarkoittaa sitä, ettei tule tilanteissa nähdyksi omana itsenään, tai oman sukupuoli-identiteettinsä mukaisesti. (Seta ry 2021d.)

Vähemmistöstressi on krooninen stressitila, joka syntyy yhteiskunnan sukupuoli- ja hetero-oletuksista, erilaisuuden tunteista, toiseuden kokemuksesta, sosiaalisesta leimautumisesta sekä kiusaamisesta ja väkivallasta, jota seksuaali- tai sukupuolivähemmistöön kuuluva henkilö voi kohdata jokapäiväisessä elämässään. Tämä on yksilön pitkäaikaista sosiaalista ja sisäistä painetta vähemmistöryhmään kuulumisen takia, joka voi vaikuttaa kielteisesti sekä fyysiseen että psyykkiseen terveyteen ja hyvinvointiin. (Seta ry 2021d.)

Tämä käsitelista on kirjoitettu Seta ry:n Sateenkaarisanastoa apuna käyttäen. Seta ry:n sekä Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskuksen nettisivuilta löytyy todella kattavat listat sateenkaarisanastosta, mikäli aihe jäi kiinnostamaan tai haluaa lisätietoa käsitteistä, joita en tässä opinnäytetyössä käsitellyt.

Tulen mainitsemaan tässä opinnäytetyössä useasti myös käsitteen **turvallinen tila**, kun puhun vertaistukiryhmistä. Sitä mistä konsepti turvalliseen tilaan on alun perin lähtenyt, ei ihan tarkkaan tiedetä, mutta sen alku ajoitetaan 1960-luvulle ja sen ajan naisten liikkeeseen, jonka tarkoituksena oli naiset väkivaltaa vastaan. Samoihin aikoihin termi otettiin käyttöön myös LGBTQAI+ -piireissä. (Gunn 2021.)

LGBTQAI+ -kirjainyhdistelmä tulee sanoista lesbian, gay, bi, trans, queer, asexual, intersex ja sen perässä on usein plusmerkki kertomassa, että seksuaali- ja sukupuoli-identiteettejä on vielä muitakin, kuin vain tässä mainitut. Tästä kirjainyhdistelmästä on olemassa suomennettu versio HLBTQAI+. Kirjainten paikat voivat myös vaihdella kirjoittajasta riippuen, mutta alun LGBT usein pysyy samana.

Turvallisella tilalla pyritään luomaan ympäristö, jossa kaikki pyrkivät omalla toiminnallaan rakentamaan yhdenvertaista, kunnioittavaa ja avointa ilmapiiriä ja keskustelua. (Suomen YK-liitto 2021.)

Turvallisemman tilan periaatteet

<p>Kunnioita toisen henkilökohtaista fyysistä ja psyykkistä tilaa. Kunnioita itsemääräämisoikeutta. Älä koske toista ilman lupaa. Muista, ettet voi tietää toisen rajoja kysymättä niitä. Pyydä tilaa myös itsellesi tarvittaessa.</p>
<p>Älä pilkkaa, ivaa, halvenna, sysää syrjään tai nolaa ketään puheillasi, käytökselläsi tai teoillasi. Pitäydy ulkonäön arvostelusta, juoruilusta ja stereotyyppien ylläpitämisestä.</p>
<p>Älä tee oletuksia ulkonäköön tai toimintaan perustuen. Älä tee oletuksia kenenkään seksuaalisesta suuntautumisesta, sukupuolesta, kansallisuudesta, etnisyydestä, uskonnosta, arvoista, sosioekonomisesta asemasta tai toimintakyvystä.</p>
<p>Anna tilaa. Pyri huolehtimaan siitä, että kaikilla on mahdollisuus osallistua keskusteluun. Älä jyrää muiden mielipiteitä ja anna puheenvuoro. Kunnioita myös toisten yksityisyyttä ja käsittele arkoja aiheita kunnioittavasti.</p>
<p>Kuuntele ja opi. Ota vastaan uudet aiheet, henkilöt ja näkökulmat ennakkoluulottomasti. Suhtaudu jokaiseen vastaantulevaan asiaan ja tilanteeseen mahdollisuuksien mukaan oppia uutta ja kehittyä.</p>
<p>Pyydä anteeksi, jos olet loukannut tahallisesti tai tahattomasti muita.</p>

Taulukko 1 (Suomen YK-liitto 2021.)

3 VERTAISTUKI JA SEN MERKITYS

Vertaistukiryhmästä puhuttaessa tarkoitetaan ryhmää, johon samanhenkiset ihmiset, jotka jakavat keskenään jonkin yhteistekijän, kokoontuvat jakamaan kokemuksiaan ja tunteuksiaan. Yhdistävä tekijä voi olla lähes mikä tahansa, usein kuitenkin sillä on ollut suuri vaikutus henkilön elämässä, kuten esimerkiksi Setan ryhmien kohdalla seksuaali- tai sukupuolivähemmistöihin kuuluminen. Vertaistuki perustuu avoimuuteen, tasa-arvoon, ryhmän kävijöiden keskinäiseen kunnioitukseen ja kokemusten jakamiseen. (Tawast 2013.) Vertaistuki auttaa ymmärtämään, että ei ole tilanteessa yksin, vaan on muitakin samassa tilanteessa olevia henkilöitä. Vertaistukiryhmän kautta kävijät voivat oppia uusia keinoja elämänhallintaan ja selviytymiseen. (Anttonen 2013, 5.)

Ryhmien sisältö voi olla monipuolista ja siihen vaikuttaa olennaisesti kohderyhmän ikä ja tarve. Voi olla toiminnallista tekemistä tai pelkkää keskustelua yhdessä. Ryhmässä voidaan katsoa elokuvia tai lukea tai kirjoittaa, jopa ihan vain keskenään hiljaa istuminen on vertaistukea joillekin. Me kaikki olemme erilaisia. Ryhmän toteutus lähtee ryhmän tarpeista ja tavoitteista. (Anttonen 2013, 8.)

Vertaistukiryhmä voi olla joko avoin tai suljettu. Avoimeen ryhmään jokainen voi tulla ja mennä vapaasti, ryhmä on jatkuvasti avoin kaikille, eikä siihen tarvitse mitenkään sitoutua. Suljettu ryhmä taas tarkoittaa, että siihen haetaan kävijöitä tietyn aikaa ja kun heitä saadaan tarpeeksi, ryhmä suljetaan vain heidän välisekseen. Uusia ryhmäläisiä ei oteta enää kesken mukaan ja kaikki sitoutuvat käymään ryhmässä säännöllisesti. Ryhmien keskustelut eroavat toisistaan jonkin verran. Avoimessa ryhmässä ei välttämättä käydä kovin syvällisiä keskusteluita, sillä keskustelijat eivät kaikki tunne toisiaan. Suljetun ryhmän keskustelut voivat olla hyvinkin syvällisiä, kun ryhmäläiset ovat tuttuja keskenään ja voivat luottaa toisiinsa. (Anttonen 2013, 8; Tawast 2013, 4-5.)

Molemmissa näissä ryhmämalleissa on omat hyvät ja huonot puolensa. Monet pitävät avoimen ryhmän avoimuudesta, eli siitä, ettei joka kerta kävijät ole samoja, vaan voi tutustua uusiin ihmisiin ja sitä kautta kuulla erilaisia näkökulmia. Avoin ryhmä tarjoaa vaihtelevuutta, eikä toisaalta tunnu siltä, että siihen pitää sitoutua. Kaikki eivät pidä syvällisistä keskusteluista tai varsinkaan ryhmässä syvällisten aiheiden puimisesta,

vaan haluavat jättää tällaiset aiheet joko kotiin tai ammattilaisen kanssa keskusteltaviksi.

Nuorten näkökulmasta avoimessa ryhmässä parasta on se, ettei siihen tarvitse sitoutua, sillä menot voivat muuttua. Nuorella voi olla esimerkiksi kotitöitä tai harrastuksia, jotka joinain päivinä menisivät vertaistukitoiminnan kanssa päällekkäin, jolloin osallistuminen ei onnistukaan. Avoimeen ryhmään voi myös mennä yhdessä kaverin kanssa, jos esimerkiksi ensimmäistä kertaa ryhmään meno jännittää.

Avoim ryhmä ei sovi henkilöille, jotka hakevat säännöllisyyttä, hyvin syvällisiä keskusteluita tai luottamusta muihin ryhmäläisiin. En sano, etteikö avoimen ryhmän kävijöihin voisi luottaa, mutta luottamus on aivan erilaista ihmisten välillä, jotka tapaavat säännöllisesti esimerkiksi viikoittain ja ihmisten välillä, jotka näkevät toisensa kerran, ehkä muutaman kerran, jos sattuvat samana päivänä paikanpäälle.

Suljetussa ryhmässä oppii tuntemaan toiset ryhmäläiset aivan eri tavalla, sillä käyminen ryhmässä on säännöllistä ja kävijät ovat aina samat. Avoimessa ryhmässä osajasta saattaa mennä uusiin ihmisiin tutustumisessa, eikä se viime kerralla mukana ollut kaveri välttämättä olekaan paikalla tällä kertaa.

Suljetun ryhmän hyvä ja huono puoli onkin se, että siihen pitää sitoutua. Sitoutuminen voi olla osalle helppoa ja mukavaa säännöllisyytensä vuoksi, mutta esimerkiksi vuoro-työtä tekeväälle aikuiselle sitoutuminen säännöllisesti tapaavaan ryhmään voi olla hankalaa. Lasten ja nuorten kohdalla taas harrastukset, läksyt tai vaikka koeviikko voi olla esteenä suljetussa ryhmässä käyntiin. Tämä tietysti riippuu siitä, miten usein ryhmä tapaa, sillä tapaamisajatkin ovat täysin ryhmäkohtaisia.

Ryhmätyypin valintaan vaikuttavat ryhmän tavoite ja käsiteltävät asiat (Anttonen 2013, 8). Ryhmän tavoite voidaan sopia yhdessä ryhmäläisten kanssa. Ryhmän tavoitteena voisi olla esimerkiksi uusien kavereiden löytäminen, jotka osaavat tukea juuri ryhmän aiheeseen liittyvissä asioissa. Ryhmän tavoite voi myös olla pidempiaikaisempi, esimerkiksi opettelu itsensä rakastamiseen sellaisena kuin on. Tavoitteita voi olla myös useampia ja niitä voi keksiä lisää, jos siihen on tarvetta.

Käsiteltävät asiat taas määrittelevät esimerkiksi sitä, minkälaista toimintaa ryhmä tarvitsee, vai tarvitseeko toimintaa ollenkaan. Jos käsiteltävät asiat ovat kovin sensitiivi-

siä tai vaikeita, voisi niiden käsittelyn avuksi esimerkiksi ottaa tunnepalikat tai kuvakortit. Varsinkin lasten ja nuorten on usein helpompi sanoittaa tunteitaan tällaisten apuvälineiden avulla. Mikäli käsiteltävät asiat ovat sensitiivisiä, on tarvetta myös miettiä, kannattaako ryhmän olla avoin. Suljetussa ryhmässä luottamus kasvaa suuremmaksi, mikä helpottaa kipeistä asioista puhumista.

Ryhmän tavoitteet ja käsiteltävät asiat vaikuttavat myös siihen, miten usein ryhmän on tarpeellista tavata. Itse olen ohjannut nuorten vertaistukiryhmää, joka tapasi joka toinen viikko ja se oli sille ryhmälle juuri täydellinen aikataulutus. Muita vaihtoehtoja on esimerkiksi viikoittain tai kerran kuukaudessa.

Ryhmiä ikärajoituksia tulee aina miettiä tarkkaan. Esimerkkinä 13–25-vuotiaiden ryhmässä nuorimmilla ja vanhemmilla ei välttämättä ole yhteistä puhuttavaa tai heidän kokemuksensa voivat olla hyvin eriäviä, jolloin vertaisuus ei aivan toteudu. (Seta ry 2021e.)

3.1 Vertaistukiryhmä verkossa

Koronapandemian vuoksi jouduttiin ryhmätoiminnassa noudattamaan koronarajoituksia. Tämä ajankohtaisti verkossa pidettävien vertaistukiryhmien tarpeellisuutta.

Verkossa pidettävän vertaistukiryhmän kohdalla on mietittävä muutamia seikkoja, kuten yksityisyyttä ja turvallisen tilan toteutumista. Nykyaikana on helppoa esimerkiksi videoida tai muuten tallentaa verkon välityksellä käytyjä keskusteluja ja tämä täytyy ottaa huomioon vertaistukiryhmää pidettäessä verkossa. Oman kokemuksen kautta kirjoitimme vetämälleni sateenkaarinuorten vertaistukiryhmälle omat säännöt ensimmäisen verkossa pidetyn ryhmän aikana. Säännöistä yksi oli, ettei vertaistukiryhmää saa millään tavalla videoida tai tallentaa. Toinen tärkeä sääntö oli, että pitää miettiä, missä pystyt vertaistukiryhmään osallistumaan, jotta tila pysyy turvallisena. Esimerkkinä vaikka kirjasto, joka muuten voisi paikkana olla hyvä, mutta keskusteluthan tietysti kuuluisivat ympärillä oleville ihmisille. Jos käytössä olisi kuulokkeet, kuuluisi silti kaikki, mitä itse sanoo.

Turvallista tilaa täytyy miettiä myös omakohtaisesti. Jotkut nuoret eivät ehkä pysty osallistumaan verkkoryhmiin kotoa käsin, sillä eivät ehkä ole vielä kaapista ulkona tai asuvat ihmisten kanssa, jotka eivät heitä hyväksy ja näin ollen he eivät saa itselleen

turvallista tilaa vertaistukiryhmään osallistumista varten. Tämä on tietysti ikävä tilanne, jolle vertaistukiryhmän ohjaaja ei oikein voi mitään.

Verkkotyöskentelyssä voi esiintyä muitakin vaikeuksia, esimerkkinä pätkivät nettiyhteudet. Mikrofoni tai videokamera voi olla rikki, eikä vertaistukiryhmään osallistuva henkilö saa itseään näkyviin tai kuulluksi. Kaikilla ei edes ole varaa laitteisiin, joilla verkkoryhmiin osallistua.

Rosaliina Ahvenjärvi (2021, 29-30) haastatteli opinnäytetyössään soveltavan improvisaation ja muiden taidelähtöisten menetelmien ohjaajia, jotka olivat joutuneet siirtämään toimintansa verkkoon. Tuloksissa ilmeni jo luettelemieni haasteiden lisäksi mm. se, että ryhmän hallitseminen voi olla haastavampaa verkon välityksellä sekä ohjaajan voi olla vaikeampaa tulkita ilmapiiriä ja osallistujien henkilökohtaista kokemusta. Haastateltavien mukaan ihmiset eivät syystä tai toisesta halua tai pysty pitämään kameraansa päällä, joka tuo lisähaastetta verkkovälitteisten ryhmien ohjaamiseen. Lähi-tilaisuudessa ohjaajan on helppo havainnoida työskentelyä ja osallistujien yleistä ilmapiiriä esimerkiksi kiertelemällä huoneessa. Verkkoalustoilla ohjaaja ei välttämättä edes näe kaikkia osallistujia, jos heidät on jaettu erillisiin pienryhmähuoneisiin tai jos heiltä puuttuu videokuva. Tästä syystä haastateltavat painottivat tehtävien selkeää ohjeistusta hyvin tärkeäksi ohjaajan vastuutehtäväksi.

Haastateltavien mukaan innostus tarttuu helpommin, kun ryhmä on fyysisesti samassa paikassa. Ohjaaja voi välittää energiaa osallistujiin, mutta osallistujien kesken energia ei aina välity vahvasti. Haastateltavien mukaan ohjaajan kannattaa myös varautua siihen, että toiminta on paljon hitaampaa kuin lähi-tilaisuuksissa, aikaa on siis hyvä varata runsaasti harjoitteiden ohjaamiseen, purkamiseen sekä mahdollisten kysymysten varalle. (Ahvenjärvi 2021, 30.)

Kaikista näistä haasteista huolimatta verkon välityksellä vertaistukiryhmä voi ehdottomasti toimia. Lähi-tilaisuuden järjestämisessä täytyy aina ottaa huomioon osallistujien määrä, tilat, aikataulut jne. Verkon kautta osallistujien ei tarvitse olla samassa kaupungissa tai edes samassa maassa. (Ahvenjärvi 2021, 31.)

Omien kokemuksieni mukaan toimivia alustoja verkossa järjestettävälle vertaistukiryhmälle ovat esimerkiksi Zoom ja Whereby. Näissä pystyy esimerkiksi jakamaan osallistujia pienryhmiin, käyttämään valkotaulua sekä jakamaan oman näytön esimerkiksi yhteistä videon katselua varten. Mahdollisuudet ovat lähes rajattomat.

Etenkin avoimen vertaistukiryhmän kohdalla täytyy miettiä mm. miten uudet ryhmäläiset pääsevät mukaan porukkaan. Verkon välityksellä tutustuminen voi olla hankalaa ja jos vertaistukiryhmässä on toisilleen tuttuja ihmisiä, jotka alkavat vaihtamaan kuulumisia, voi uudet jäsenet helposti jäädä vähemmälle huomiolle. Ohjaajan kannalta tämä on hankala tilanne, sillä jos oltaisi tapaamassa kasvokkain, ohjaajan olisi helppo ottaa uusiin kävijöihin kontaktia kahden kesken, kun taas verkon välityksellä uusi kävijä voi tuntea olonsa tukalaksi, jos ohjaaja kysyy kaikkien kuullen hänen tuntemuksiinsa. Monet jännittävät ryhmään tuloa etukäteen, niin kaikkien edessä puhuminen voi tuntua myös hyvin epämukavalta, varsinkin jos tilanne tulee eteen yllättäen. Esimerkiksi mainitsemassani Zoomissa pystyy lähettämään yksityisviestejä tai jakamaan ryhmäläisiä pienryhmiin. Näitä toimintoja voisi käyttää apuna tässä tilanteessa, lähettämällä viestin uudelle henkilölle ja siten kysyä, millä mielin hän on ryhmässä mukana, tai sitten pienryhmien aikana, kun hänen tuntemuksiaan ei ole kuulemassa koko muu ryhmä.

Etävertaistukiryhmää ohjatessa koen, että on tärkeää olla jokin aihe, josta keskustella. Samassa tilassa ollessa kävijöiden on helppo kuiskutella kavereidensa kanssa ja käydä keskusteluita keskenään eri aiheista, verkon välityksellä kaikki tuijottavat samaa ruutua ja päällekkäisiä keskusteluita ei pysty olemaan. Kun yksi puhuu, toista ei kuule samaan aikaan. Ohjaajan rooli tulee tässä vahvana esiin, jotta pystyy pitämään kaikki keskustelussa mukana tai ylipäätään keskustelun yllä. Verkkovertaistukiryhmässä voisi olla hyötyä jostakin yhteisestä tekemisestä, kuten pelaamisesta tai vaikka power pointin luomisesta vertaistuen aiheeseen liittyen.

Elektronisen urheilun valmentaja Felix Wahlsbergin (Haapakoski, Niemelä, Yrjölä 2020, 48) mukaan luottamus rakentuu yhdessä tekemisestä. Wahlsberg valmentaa elektronisen urheilun joukkueita Overwatch -peiliin ja tietää paljon virtuaaliyhteisön tiimihengen rakentamisesta ja tästä voisi saada vinkkejä myös vertaistukiryhmän ohjaamiseen verkossa. Luottamusta rakennetaan pelaamalla yhdessä yhteistä peliä, joka tarkoittaa, että kaikki toimivat joukkueen valitun strategian mukaisesti, pyrkivät yhteiseen tavoitteeseen ja noudattavat annettuja ohjeita.

Vertaistukiryhmän kannalta tämä tarkoittaisi siis sitä, että kaikki noudattavat verkkovertaistukiryhmän sääntöjä, ottaisivat muut kävijät huomioon sekä puhaltaisivat yhteen hiileen, niin sanotusti. Jokaisen tunteita kuunnellaan ja kunnioitetaan, vaikka

keskittyminen saattaisi helposti etänä herpaantua. Muistetaan pitää turvallinen tila yllä.

Vertaistukiryhmän lopussa pidetään usein lopetuskierrös, jossa jokainen saa kertoa fiiliksensä tämän päivän ryhmään liittyen tai vaikka yleisesti. Tämä olisi hyvä pitää mukana myös verkkovertaistukiryhmässä ja muistaa jättää kunnolla tilaa tunteiden käsittelyä varten. Etenkin, jos ryhmässä käsitellään sensitiivisiä aiheita. Tällä tavalla saadaan synnytettyä luottamusta ryhmäläisten välille, kun huolehditaan, että jokainen saa vuoron kertoa, jokaista kuunnellaan ja kannustetaan. (Haapakoski, Niemelä, Yrjölä 2020, 52.)

3.2 Kohderyhmänä lapset

Vertaisuuden toteutumisen kannalta on erittäin tärkeää miettiä ryhmän ikärajoituksia. Kun ohjataan vertaistukiryhmää alaikäisille lapsille, on tärkeää, että sitä tehdään ikään sopivilla tavoilla.

Mikäli ohjaajalla herää huoli alaikäisestä ryhmäläisestä, esimerkiksi hänen mielenterveydestään tai kotiooloista, on ensimmäisenä hyvä keskustella siitä hänen kanssaan kahden kesken. Ihan jo pelkästään voinnin kysymisellä voi saada paljon aikaan ja sen lisäksi ohjaaja voi tarjota apuaan esimerkiksi keskustelun merkeissä. Ohjaajan itsensä on hyvä keskustella jonkun toisen nuortenhojaajan tai työpaikkansa henkilön kanssa, mikäli häntä jää vaivaamaan nuoren käytös tai kertomukset. Työkaverilta voi myös saada tukea tilanteen käsittelyyn ja etenemiseen. Tarvittaessa voi ottaa yhteyttä paikallisen lastensuojelun päivystysnumeroon, sillä heillä on neuvontavelvollisuus. Tämä tarkoittaa, että toimintaohjeita voi kysyä kertomatta ryhmäläisen nimeä tai muita tietoja. Päivystyksen työntekijä arvioi tilanteen ja kertoo sinulle, mikäli on kyse esimerkiksi lastensuojeluasiasta, ohjaajan ei tarvitse sitä valmiiksi tietää tai itse arvioida. Huolta herättäviä aiheita voivat olla esimerkiksi nuoren itsetuhoisuus, perheväkivalta tai nuoren tai hänen huoltajiensa päihteidenkäyttö. (Seta ry 2021e.)

Tästä päästäänkin sensitiivisten aiheiden käsittelyyn alaikäisten kanssa. Sensitiivinen, arkaluontoinen, kipeä, vaikea ja henkilökohtainen ovat jossain määrin toistensa synonyymejä tässä yhteydessä (Kallinen, Pirskanen & Rautio 2015, 15) ja jokaisella on oma määritelmänsä sille, mikä hänestä on sensitiivistä tai arkaluontoista ja mistä puhuminen on vaikeaa.

Sensitiivisyydellä viitataan usein aiheisiin, jotka ovat saaneet niitä kokeneet henkilöt tuntemaan häpeää tai jotka ovat haavoittaneet heitä jollain tapaa. Näitä ovat mm. väkivalta, trauma, sairaudet, seksuaalinen hyväksikäyttö, suru, kuolema ja itsemurha. Erilaiset aiheet voivat olla eri tavoin sensitiivisiä. (Kallinen, Pirskanen, Rautio 2015, 16.) Minun kohderyhmäni kanssa sensitiivisiä aiheita voisi olla esimerkiksi seksuaalisuus, seksi, sukupuoli, dysforia, mielenterveys ja perhe. Otin esimerkeiksi juuri nämä aiheet, sillä ne liittyvät oleellisesti seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvien nuorten arkeen ja tällaisia asioita varmasti käsiteltäisi vertaistukiryhmässä. Perheen sisäiset suhteet saattavat olla todella hajanaiset, jos esimerkiksi vanhemmat eivät hyväksy lapsensa sukupuolta tai jos lapsi ei ole vielä kaapista ulkona. Tällöin jo pelkätään kotona voi kohdata todella suurta dysforiaa ja väärinsukupuolitusta jatkuvasti, siihen lisättynä vielä kaikissa muissa sosiaalisissa tilanteissa kohdatut olettamukset. Tämä puolestaan korreloituu suoraan lapsen mielenterveyden kanssa.

Sateenkaarevaan vertaistukiryhmään osallistuminen voi olla jollekin nuorelle tietynlainen identiteettiteko. Lapsi tai nuori ei ehkä ole vielä ihan varma identiteetistään ja etsii itseään ja varsinkin tällaisessa tilanteessa seksuaali- tai sukupuolivähemmistöille tarkoitettuun vertaistukiryhmään osallistuminen voi tuntua jännittävältä ja voi pelottaa. Vertaistukiryhmän ei ole tarkoitus painostaa kaapista ulos, jokainen saa päättää, kuinka paljon ryhmässä itsestään kertoo ja kenelle. Avoimeen ryhmään on sopivaa tulla mukaan esimerkiksi vain kuuntelemaan ja seuraamaan, mihinkään ei pakoteta osallistumaan. Ryhmissä on usein myös sääntönä, ettei ryhmän ulkopuolella esimerkiksi moikata toista ryhmän jäsentä, jos ei ole varma, onko se hänelle ok. Tämä takaa turvallisen osallistumisen vertaistukiryhmään myös heille, jotka eivät ole vielä kaapista ulkona tai täysin selvillä omasta identiteetistään.

3.3 Ohjaajan asema vertaistukiryhmässä

Vertaistukiryhmässä ohjaajalla on iso rooli ja suuri vastuu. Varsinkin lapsille ja nuorille vertaistukiryhmää ohjattaessa on otettava huomioon aiheiden sensitiivisyys ja ikätasoon sopivat keskustelut ja aiheet. Ohjaajan vastuulla on myös tietynlainen huolenpito ryhmäläisistä ja yhteydenotto viranomaisiin, jos lapsesta tai nuoresta on huolissaan ja kokee sen tarpeelliseksi, kuten edellisessä kappaleessa kirjoitin.

Ohjaajan kannalta ryhmien ikäraajat on muutenkin kuin aiheiden puolesta hyvä ottaa huomioon. Mikäli ryhmäläisten ikäerot ovat suuria, kuten aikaisemmin kappaleessa 3

todettiin, vertaisuus nuorimpien ja vanhempien välillä ei toteudu parhaalla mahdollisella tavalla. Tällöin ohjaajalta vaaditaan jonkin verran kokemusta, että ryhmä pysyy turvallisena. Toiminnallisemmassa ryhmässä, esimerkiksi lautapeliä tai luontoretkien äärellä ikäeroilla ei välttämättä ole niin suurta merkitystä. (Seta ry 2021e.)

Nuortenryhmissä voi helposti syntyä ihastumisia, rakastumisia, tapailua ja seurustelusuhteita, joka tietysti on aivan tavallista ja voi tapahtua missä tahansa muussakin porukassa. Alaikäisten nuorten ohjaajan on hyvä olla tietoinen suojaikärajasta ja keskustella siitä myös ryhmäläisten kanssa. Ryhmädynamiikka voi myös muuttua mahdollisten seurustelusuhteiden jälkeen, joten on hyvä puhua myös siitä, että ryhmään tullaan ensisijaisesti viettämään aikaa kaikkien ryhmäläisten, eikä pelkästään rakkaan tai ihastuksen kanssa. Olisi hyvä esimerkiksi sopia säännöt hellyydenosoituksille ryhmän aikana, jotta tila pysyy turvallisena jokaiselle. (Seta ry 2021e.)

Suomessa on kaksi eri suojaikärajaa: 16 ja 18 vuotta. Jälkimmäisen suojaikärajan on tarkoitus suojata lasta ja nuorta perheensisäiseltä seksuaaliselta hyväksikäytöltä sekä luottamussuhteessa, eli esimerkiksi tässä tilanteessa nuortenohjaajan kanssa, tapahtuvilta seksuaalisilta teoilta (Seta ry 2021e). Mikäli ryhmässä siis esiintyisi nuoren ihastusta ohjaajaan, on ohjaajan osattava tämä selittää nuorelle ja otettava tilanne ammattimaisesti haltuun. Ihastus ei varmasti heti lopu, eikä nuori tunteilleen mitään mahda, mutta ohjaajan on oltava tilanteessa vastuullinen.

Ohjaaja ei saa suosia ketään ryhmäläistä toisen ylitse, joten ohjaajan on hyvä miettiä ikärajoista riippumatta, miten suhde ryhmäläiseen vaikuttaisi ryhmädynamiikkaan. Ryhmää ohjattaessa on voitava keskittyä ryhmään kokonaisvaltaisesti. (Seta ry 2021e.)

Varsinkin tämän kohderyhmän kanssa, kun nuoret kuuluvat sukupuolivähemmistöön ja voivat kuulua myös seksuaalivähemmistöön, voi ryhmässä tulla puheeksi seksi ja seksuaalisuus. Suojaikärajasta ja suostumuksesta keskustelu voisi siis olla tarpeen, ainakin lyhyesti. Mikäli seksiin liittyvät asiat pohdituttavat ryhmässä enemmänkin, voi vierailulle pyytää sateenkaarisensitiivisen seksuaaliterapeutin tai muun asiantuntijan, mikäli ohjaaja ei koe, että omaa tarpeeksi tietoa ja taitoa aiheen turvallista käsittelyä varten. Tällaisesta aiheesta keskustelusta on kuitenkin hyvä sopia ja tiedottaa etukäteen, jolloin ryhmäläisten on mahdollista valita, haluavatko osallistua keskusteluun. (Seta ry 2021e.)

Chat-palvelu Discord on hyvin suosittu alusta nuorten keskuudessa. Se on lähtöisin peliyhteisöistä, mutta nykyään laajalti käytetty monessa eri yhteisössä ja esim. työpaikkojen viestikanavana. Sinne on helppo luoda itse ryhmiä ja keskustella nettituttujen kanssa. Tällä alustalla pystyy viestikeskustelujen lisäksi myös soittamaan ääni- ja videopuheluita. Discordin kaltaiset alustat tuovat esimerkiksi sateenkaarinuoria yhteen, tällaisilta chat-alustoilta voi saada kuuluvuuden tunnetta ja vertaistukea. Niissäkin on omat ongelmansa, kuten se, ettei nämä ryhmät ole mitenkään ohjattuja, joten ne voivat olla turvattomia. Netissä kuka tahansa voi esittää olevansa jotakin muuta, kuin todellisuudessa on ja näissä nuorten itse järjestämissä keskusteluissa ei ole mitään mahdollisuutta tietää osallistujien oikeita henkilöllisyyksiä, ikiä tai tarkoitusperiä. Nuori voi saada itselleen tukea ja turvaa nettitutuista, mutta siinä on omat vaaransa. Nuori voi asettaa luomalleen chat-ryhmälle ikärajan, mutta mikään ei estä kaikenikäisiä liittymästä ryhmään ja ikänsä voi aina myös valehdella. Ikäraajattomissa ryhmissä taas riskinä on, että nuori lukee tai näkee jotakin, joka ei ole hänen ikäiselleen vielä sopivaa.

Nettiryhmiin voi liittyä myös niin sanottuja trolleja, jotka ihan tarkoituksellisesti lähettävät ryhmään asiattomia viestejä, kuvia tai videoita. Minulle on henkilökohtaisesti kahdesti käynyt niin, että netissä liittymiini chat-ryhmiin liittyi trolleja. Ensimmäisellä kerralla trollit kirjoittivat sukupuolivähemmistöille tarkoitettuun keskusteluryhmään slurreja, eli haukkumasanoja ja rasistisia viestejä, joka olisi voinut olla kova paikka esimerkiksi etniseen vähemmistöön kuuluvalla nuorelle. Toisella kerralla erääseen tv-sarjaan keskittyvään keskusteluryhmään alkoi tulla kasapäin kuvia sukupuolielimistä, pornovideoita sekä seksuaalissävytteisiä viestejä. Tämä ryhmä oli vielä lisäksi viestipalvelu Whatsappissa, jossa kaikki ovat omalla puhelinnumerollaan, joten jotkut ryhmän jäsenet saivat näiltä trolleilta myös puheluita ja yksityisviestejä.

Trollithan voi aina helposti blokata, eli estää heidän pääsyä näihin ryhmiin. Tätä ei kuitenkaan voi tehdä etukäteen, eli vahingon on niin sanotusti pitänyt jo tapahtua. Ne viestit, joita he kerkeävät lähettää ennen blokkausta, voivat satuttaa ja olla haitallisia etenkin lasten ja nuorten silmille. Tällaisia tilanteita ei aina pysty estämään, eikä lapsia ja nuoria tietysti kaikelta pysty suojelemaankaan, voi vain yrittää parhaansa. Lapset ja nuoret ovat tietysti uteliaita ja voivat muutenkin nettiin päästessään etsiä tietoa asioista, jotka eivät olisi vielä heidän ikätasolleen sopivia.

Ohjaajan täytyy aina muistaa pitää huoli myös omasta jaksamisestaan. Ainakin Setan ryhmiä ohjaavat pääsääntöisesti vapaaehtoiset ja ajoittain ryhmien ohjaaminen voi olla rankkaakin. Ryhmissä käsitellään rankkoja, sensitiivisiä aiheita tai ryhmän ajan-kohta osuu esimerkiksi juuri työpäivän jälkeen, joka varmasti vaikuttaa ohjaajan jaksamiseen. Ohjaajan elämäntilanne voi myös muuttua, joka voi vaikuttaa jaksamiseen. Järjestö ei voi pakottaa vapaaehtoista ohjaajaa jatkamaan, vaan aina on mahdollisuus lopettaa. Onkin tärkeää, että ohjaaja huomioi oman jaksamisensa ja tekee vapaaehtoistyötä vain, kun se vielä tuntuu mielekkäältä. (Tawast 2013.)

4 KEHITTÄMISTYÖN MENETELMÄT

Valitsemillani menetelmillä on tarkoitus selvittää jo olemassa olevista vertaistukiryhmistä hyvät puolet, joita voi jatkossakin hyödyntää sekä se, mitä kohderyhmä erityisesti kaipaa. Minkälaisesta toiminnasta juuri he hyötyvät vertaistuellisesta näkökulmasta?

Valitsin käyttää monimenetelmäisyyttä tutkimukseni tukena. En olisi yhdellä menetelmällä saanut millään tarpeeksi tietoa kohderyhmästäni ja sen tarpeista. Kohderyhmästäni eli transihmisistä ei ole vielä kovin paljon valmiita lähteitä, joten käyttämieni menetelmien avulla sain kerättyä kattavasti tietoa transihmisiltä itseltään.

Itselläni oli jo valmiiksi paljon tietoa ja kokemusta aiheesta, niin sen hyödyntäminen kokeiluissa ja haastatteluissa tuntui oikealta vaihtoehdolta. Lisäksi tutkimustyöhön sisältyy tutkijan kyky ottaa vastaan uutta tietoa ja sen refleksiivisyys. Refleksiivisyydellä tarkoitetaan ennen kaikkea sitä, että tutkija pysyy tulkinnoissaan avoimena ja uskaltaa ottaa myös erehtymisen riskin. (Aaltonen, Högbacka 2015, 117.)

Kehittämistyön menetelmäni kulkivat hyvin päällekkäin ja täydensivät toinen toistaan. Haastatteluilla sain kokemuksia aikuisilta, jotka ovat olleet samassa tilanteessa, kuin nuoret, joiden kanssa tein kokeilut.

Ensimmäisenä kehittämistyön menetelmänäni vuorossa oli haastattelut. Aloin suunnitella haastatteluja ja miettiä, mitä tietoa niistä haluan kerätä. Aiheen sensitiivisyys huoletti sekä pelotti, etten löydä tarpeeksi haastateltavia juuri tämän aiheen takia. Kohderyhmä on kuitenkin melko pieni ja hyvin haavoittuvainen. Haastateltavat löytyivät lopulta sosiaalisen median välityksellä. Toteutin yhteensä viisi haastattelua ja keron niistä lisää kohdassa 4.1.

Kun olin saanut haastattelut aloitettua ja ne sujuivat hyvin, tuli mukaan kokeilut. Aloitin kirjoittamaan opinnäytetyötäni keväällä 2021, jolloin olin myös työharjoittelussa Tusetalla. Pääsin Tusetalla ohjaamaan vertaistukiryhmiä ja näin ollen kokeilemaan käytännössä, mitkä asiat vertaistukiryhmässä toimii ja mitkä eivät. Koronapandemian aiheuttamat kokoontumisrajoitukset ajoivat vertaistukiryhmät verkkoon ja kokeilut jatkuivat etänä. Verkkovertaistukiryhmien kanssa huomattiin omat haasteensa ja kokeilut jäivät vähäisiksi.

Molemmissa valitsemisissä menetelmissä on paljon hyvää, mutta myös varjopuolensa. Haastatteluiden kohdalla pitää miettiä tarkasti aiheen sensitiivisyys ja oma jaksaminen aiheen kanssa, sillä haastattelut voivat helposti aiheen takia mennä hyvin henkilökohtaisista ja aroista aiheista puhumiseen. Kokeilujen kohdalla täytyy miettiä hie-man tätä samaa, vertaistukiryhmässä aiheet voivat olla rankkojakin. Kokeilujen kohdalla enemmän haasteeksi osoittautui kuitenkin se, miten saada nuoria paikalle. Tusetan ryhmissä on omat säännölliset kävijänsä ja usein uusia kasvoja, kävijämäärä vaihtelee yhden ja viidentoista välillä. Entä jos paikalle tulee vain yksi nuori, mitä sellaisessa tilanteessa tehdään? Entä jos haastateltavia ei löydy? Molemmissa valitsemisissä menetelmissä oli se mahdollisuus, ettei niistä saa tarpeeksi sisältöä opinnäytetyöhön. Toisaalta epäonnistumisista ja haasteistakin voi oppia paljon.

4.1 Haastattelut

Vertaistukiryhmästä puhuttaessa voidaan käsitellä hyvin haastaviakin aiheita ja tämän kohderyhmän kanssa aiheet ovat hyvin henkilökohtaisia. Haastatteluiden on oltava luottamuksellisia ja minun on osaltani osattava ohjata haastattelu pysymään sensitiivisenä ja mukavana niin haastateltavalle kuin itsellenikin. Tämän vuoksi aion pitää haastattelut todella vapaaehtoisina, kerron haastateltavalle, että hän voi lopettaa haastattelun missä vaiheessa vain, sekä jättää vastaamatta, mikäli jokin kysymys tuntuu epämukavalta tai liian henkilökohtaiselta. Tämä sama pätee itsellenikin haastattelijana, mikäli koen, että nyt vastaus alkaa mennä aiheen ulkopuolelle tai turhan henkilökohtaiseksi, pystyn keskeyttämään joko koko haastattelun, tai vain siihen kyseiseen kysymykseen vastaamisen. Haastatteluiden aikana niin minun, kuin haastateltavankin turvallinen olo ja tila otetaan näin huomioon. Aion juuri aiheen henkilökohtaisuuden takia pitää haastateltavat anonyymeinä. Ryhmittelen haastateltavat iän mukaan eri ryhmiin, jotta ikäryhmien vastausten väliset erot otetaan huomioon. Ikäryhmät ovat 20–25, 25–30, 40–45 ja 45–50. Ikäryhmistä puuttuu esimerkiksi 30–35, sillä sen ikäisiä haastateltavia ei ollut mukana.

Haastatteluiden avulla halusin selvittää kohderyhmän tarpeen. Haluan haastatella transtaustaisia aikuisia tai nuoria aikuisia ja kysyä heiltä minkälainen tuki juuri heidän lapsuuttaan ja nuoruuttaan olisi parhaiten hyödyttänyt. Toisin sanoen siis mikä lasten ja nuorten hyvinvointia edistää vertaistuen kannalta, minkälaisia toimenpiteitä juuri tämä kohderyhmä tarvitsee.

Haluan selvittää, ovatko haastateltavat koskaan itse käyneet vertaistukiryhmässä ja mikäli ovat, kokivatko he hyötyvänsä siitä. Jos he eivät ole käyneet, haluan selvittää, johtuiko se siitä, ettei sellainen ollut mahdollista silloin vai kenties esimerkiksi mainostuksen puutteesta tai omista ennakkoluuloista.

Miksi haastattelin aikuisia enkä kohderyhmääni lapsia ja nuoria? Lyhyt vastaus tähän on aiheen sensitiivisyys ja se, että aikuisilta transtaustaisilta henkilöiltä uskoin saavani kattavampia, monipuolisempia vastauksia, sillä heillä on elämäkokemusta ja he ovat varmasti käsitelleet transtaustaansa monella eri tavalla. Näistä käsittelytavoista juuri vertaistukiryhmäkokemukset kiinnostivat minua ja moni haastateltavistani olikin käynyt eri vertaistukiryhmissä transition eri vaiheissa, saaden tukea juuri sen hetken mielteisiin ja tuntemuksiin. Sain kallisarvoista tietoa siitä, minkälaisesta tuesta vielä itseään etsivä translapsi hyötyy, verrattuna siihen, minkälaista tukea jo transition loppuvaiheessa oleva nuori aikuinen kaipaa. Monet haastateltavani olivat päätyneet itse antamaan vertaistukea, kun kokivat, että eivät enää itse sitä tarvinneet. Toisaalta se toisen vertaistukeminen toimii eräänlaisena tukena itsellekin.

Kohderymänä jo pelkästään lapset ovat sensitiivinen ryhmä, mutta siihen lisätään päälle vielä sensitiivinen aihe. Aihe on sensitiivinen minulle itsellenikin, joten haastatteluja suunnitellessa työstettävää löytyi. Aihepiiri olisi voinut olla liian sensitiivinen toteutettavaksi lapsien kanssa. Sensitiivisen aiheen tutkimista täytyy pohtia etenkin tutkittavien näkökulmasta ja lasten ollessa tutkittavina voi asia olla monimutkainen. Lapsen osallistumisesta tutkimukseen voi olla päättämässä erilaiset lasten kanssa työskentelevät tahot tai lasten huoltajat ja jo pelkästään se voi pysäyttää tutkimuksen ennen kuin se edes ehtii alkamaan. (Kallinen, Pirskanen, Rautio 2015, 18.) Pitää muistaa, että translapsi ei välttämättä ole kaapista ulkona perheelleen tai kenellekään, eikä välttämättä itsekään ole vielä täysin varma identiteetistään. Tällaisessa tilanteessa haastattelun järjestäminen voisi olla hankalaa ja saadut vastaukset epävarmoja.

Sensitiivisen aiheen kohdalla haastateltavien löytäminen voi olla seuraava ongelma. Haastatteluiden aikana sensitiivinen aihe voi myös tuoda mukanaan yllätyksiä, joihin ei osaa varautua. Kukaan ei voi täysin ennakoida, mitä haastateltavien kohtaamisessa voi tapahtua. (Kallinen, Pirskanen, Rautio 2015, 19.) Itse löysin sosiaalisen median ja työharjoittelupaikkani myötä haastateltavat nopeasti. Tuseta julkaisi sosiaalisessa mediassaan kutsun haastatteluihin ja sitä kautta siihen tarttuikin moni transtaustainen

aikuinen pelkästään halusta auttaa samojen asioiden kanssa kamppailevia lapsia ja nuoria. Tästä huomaa, että kohderyhmän sisällä on tiivis, kannustava yhteishenki ja tukea on saatavilla sitä tarvitseville.

4.2 Vertaistukiryhmien kokeilu

Tässä kappaleessa kerron toisesta menetelmästäni ja siitä, miten pääsin kokeilemaan niin lähi- kuin etävertaistukiryhmän ohjaamista käytännössä. Toimin vapaaehtoistyöntekijänä ja työharjoittelijana Tusetalla nuorten ryhmänohjaajana. Ohjasin Nuorten sateenkaarikahvilaa vuonna 2018 vapaaehtoisena ja uudestaan nyt 2021 työharjoittelun muodossa. Tusetalla toimii Nuorten sateenkaarikahvilan lisäksi monia muita ryhmiä, niin vapaa-ajan viettoon kuin vertaistukea tarvitseville. Ryhmiä vetävät motivoituneet vapaaehtoistyöntekijät, jotka tekevät vapaaehtoistyötä puhtaasta halusta auttaa. Lähes kaikki Tusetan toiminta perustuu vapaaehtoistyöhön ja vapaaehtoiseihin ohjaajiin, joilla itsellään on usein kokemusta vetämänsä ryhmän aiheesta, jotta vertaisuus toteutuu myös ohjaajan kautta. Ohjaajalta ei välttämättä vaadita koulutusta nuorten ohjaamista varten, vaan vapaaehtoisena ohjaajana on tärkeintä, että tuntee vertaistukiryhmän aiheen ja osaa antaa tukea aiheesta ryhmäläisille. Vertaistukiryhmillä on ollut todella hyvä menestys ja käytössä on jo toimiva runko, jota voin tässä opinnäytetyössäni hyödyntää.

Tusetan nuorten ryhmät oli jaettu kahteen eri ikäryhmään, jotta ryhmissä käyminen olisi kaikille turvallista ja vertaisuus toteutuisi. Tusetalla toimi Nuorten Sateenkaarikahvila, joka oli suunnattu alaikäisille lapsille ja nuorille, alle 20-vuotiaille sekä Nuorten aikuisten ryhmä, joka oli suunnattu täysi-ikäisille ja sitä vanhemmille, 20–30-vuotiaille. Ikärajat ryhmissä olivat jonkin verran soljuvia, eli olisit voinut esimerkiksi 18-vuotiaana mennä siihen ryhmään, mikä tuntuu sinulle paremmalta. Kun varmistin näitä ikärajoja opinnäytetyötä varten työharjoitteluni ohjaajalta, sain kuitenkin tiedon, että nämä ryhmät ovat nyt syksyllä yhdistetty. Ainut toimiva ryhmä on siis Nuorten sateenkaarikahvila ja sen ikäraja on 13–29, tämä johtuen Nuorten aikuisten ryhmän vähäisestä kävijämäärästä ja siitä, että ohjaajat jäivät tauolle. (Rasimus 2021.)

Ryhmiä kokoontumiset ovat luottamuksellisia ja tämän takia Tusetan tiloihin ei saa mennä käymään ryhmien ja muiden tilaisuuksien aikana. Tätä varten Tusetalaisille on oma kalenteri, josta pystyy tarkistamaan, onko tiloissa joku ryhmä tai muu tilaisuus meneillään. Kaikessa toiminnassa toimitaan turvallisemman ja yhdenvertaisen tilan

sääntöjen mukaan. Keskustelu on avointa ja tilassa vallitsee keskinäinen kunnioitus. Ryhmää varten laaditaan omat säännöt, jotka käydään läpi aina uusien ryhmäläisten liittyessä mukaan. Vertaistukiryhmän ei ole tarkoitus pakottaa ketään esimerkiksi kaapista ulos, joten myös on hyvä käydä läpi, miten toimitaan, jos ryhmäläisiä näkee ryhmän ulkopuolella, vaikka kaupassa. Keskustelun on oltava jokaisen ryhmäläisen rajoja kunnioittavaa ja sensitiivistä. Turvallista oloa luo myös tukensa osoittava, luotettava ohjaaja. (Seta ry 2021e.)

Kun keväällä 2021 aloitin Tusetalla työharjoittelun, oli koronapandemian suhteen asiat hieman epävarmoja. Ryhmät saivat alkuun kokoontua, mutta paikalla sai olla enintään 10 henkilöä kerrallaan, eli ryhmän ohjaaja, minä työharjoittelijana ja 8 nuorta. Etänä osallistuminen oli myös mahdollista jo tällöin. Pian kokoontumisrajoitukset iskivät vielä tiukemmin ja vertaistukiryhmät piti siirtää kokonaan verkkoon. Verkkovertaistukiryhmät Tusetalla toimivat Whereby -sivustolla. Se on helppokäyttöinen ja kätevä sivu vertaistukiryhmän vetämistä varten. Verkkovertaistukiryhmiä kokeillessa keksimme muiden ohjaajien kanssa erilaista tekemistä joka kerralle, joka voisi houkutella nuoria tulemaan paikalle. Loimme Kahoot! -visoja ja keksimme erilaisia puheenaiheita valmiiksi. Minä aioin myös ohjata kerran niin, että olisimme nuorten kanssa pelanneet Among Us -peliä, joka oli keväällä suuressa suosiossa nuorten keskuudessa. Harmiksemme verkkovertaistukiryhmät eivät vetäneet nuoria paikalle ja joka kokeilukerralla jouduimme pettymään siihen, ettei suunniteltuja pelejä tai visoja voinut toteuttaa. Lopulta kokeilut lopetettiin ja vertaistukiryhmät laitettiin kokonaan tauolle, odottamaan parempaa tilannetta koronapandemian suhteen ja kokoontumisrajoitusten purkua. Tämä tuntui pettymykseltä ja jätti miettimään, että miten nuoret saataisi houkuteltua verkkovertaistukiryhmään mukaan? Miksi vertaistukiryhmä verkossa ei vedä nuoria paikalle, samalla tavalla kuin sama vertaistukiryhmä Tusetan tiloissa pidettynä?

5 TULOKSET JA ANALYSOINTI

Tässä kappaleessa pureudun ensimmäiseksi vertaistukiryhmäkokeiluihin ja niiden onnistumisiin sekä kehitystarpeisiin. Seuraavassa kappaleessa käsitellään verkkovertaistukiryhmien kokeilut, jonka jälkeen on oma kappaleensa haastatteluiden purkamiselle.

Ensin hieman Nuorten sateenkaarikahvilan taustaa. Nuorten sateenkaarikahvila on toiminut Tusetalla jo vuodesta 2015. Nuorten sateenkaarikahvila on vertaistukiryhmä. Sen nimeksi on valikoitunut ”sateenkaarikahvila”, jotta nuorilla olisi matalampi kynnyks osallistumiseen. Sateenkaarikahvila nimenä viestittää, että osallistujalla on rento olo, kuin kahvilassa käydessä. Tietysti kahvia ja usein jotain pientä purtavaa onkin tarjolla.

Itse kävin siellä nuorena, juuri täysi-ikäistyttyäni etsimässä samanhenkistä seuraa sekä vertaistukea ja näitä löysin. Lopulta päädyin ohjaamaan kahvilaa itse, joten minulla on sieltä paljon kokemusta eri näkökulmista. Kahvilalla on aina ollut mukava ilmapiiri, kaikki on otettu mukaan ja uudetkin kävijät ovat päässeet porukkaan sisälle, ainakin oman kokemukseni mukaan. Kahvilan normaali ilta koostui usein samoista rutiineista: aluksi oli nimikierrros, sitten joko vapaata jutustelua tai ohjattua toimintaa, joskus vierailevia tähtiä, lopuksi siivottiin jäljet. Monet nuoret tulivat kahvilalle vain hengailemaan, lukemaan tai tekemään läksyjä, kaikki ohjattu tekeminen oli täysin vapaaehtoista. Vierailevina tähtinä kahvilalla on nähty mm. askarteluohjaaja vetämässä yksisarviskorupajaa, improteatteriohjaaja ja seksuaaliterapeutti. Joskus kahvilalla oli spesiaalipäiviä, esim. leffailta, piknik jne. Usein kahvilalla on myös tietty teema, josta keskustellaan tietyinä päivinä, mutta on myös niitä kertoja, kun teemaa ei ole. Näistä ilmoitettiin aina etukäteen ja tietysti osallistuminen oli täysin vapaaehtoista, esimerkiksi leffailtana elokuvaa katsottiin toisessa huoneessa ja toisessa huoneessa sai vapaasti touhuta muuta, kuitenkin huomioiden elokuvan katsojille katselurauhan.

Sateenkaarikahvila on tarjonnut mahdollisuuden myös sateenkaarivaihtoon. Saksasta tuli nuoria Turkuun Turku Pride -viikolla 2017 ja samana vuonna lokakuussa sateenkaarikahvilan nuoret pääsivät Saksaan vastavierailulle. (Tusetanuoret, instagram.) Nuoret ovat Tusetan kautta päässeet moniin muihinkin tapahtumiin mukaan, niin osallistumaan järjestelyihin, edustamaan Tusetaa erilaisille pisteille kuin osallistumaan itse erilaisiin pajoihin, kuten esimerkiksi taidepajaan Vimmassa. Nuorille on

myös järjestetty nuorten leiri kesäisin nyt jo muutaman vuoden ajan, mutta valitettavasti tänä kesänä leiri oli koronan vuoksi tauolla. Paljon erilaista tekemistä siis ja kaikki vapaaehtoisten ohjaajien voimin!

Tästä valmiista rungosta oli helppoa lähteä tekemään kokeiluja. Nuorten sateenkaarikahvilalla oli jo valmis kävijäkuntansa ja tekeminen oli heille tuttua. Ehdin myös kerän ohjaamaan Nuorten aikuisten iltaa, ennen kuin se laitettiin koronapandemian vuoksi tauolle. Näissä kokeiluissa näki hyvin ryhmien eron; Sateenkaarikahvilan meininki oli kovaäänisempää, vikkelmämpiä ja nuoret touhuserivät enemmän. Soittivat pianoa, pelasivat pelejä, juttelivat keskenään, tekivät läksyjä ym. Nuorten aikuisten ryhmässä keskustelu meni henkilökohtaisemmaksi ja syvemmäksi hyvin nopeasti, vaikka kävijät olivat ryhmässä ensimmäistä kertaa. Siellä oli turvallinen olo itselläkin ohjaajana. En sano, etteikö Sateenkaarikahvilassakin olisi ollut, mutta se oli hektisempi ryhmä, jonka aikana piti keskittyä ohjaamiseen eri tavalla, jotta homma pysyisi kasassa eikä keskustelut olisi turvattomia. Sateenkaarikahvilassakin osataan olla rauhassa, sen huomasi esimerkiksi leffailtana. Kaikki keskittyivät elokuvaan ja elokuvan jälkeen keskusteltiin siitä heränneistä ajatuksista ja tuntemuksista.

Kehittämisen kannalta minusta olisi hyvä, että sateenkaarikahvilassa olisi kaksi ohjaajaa joka kerralla mukana. Ohjaajia on tietysti sen verran, kuin mitä vapaaehtoisia ja heillä voi olla omia menoja sekä syitä, ettei aina pääse paikalle. Ymmärsin, että ryhmää normaalisti ohjaakin useampi henkilö, mutta kerroilla kun itse olin paikalla, oli minun lisäkseni vain yksi ohjaaja. Yhden ohjaajan on vaikea pitää silmillä ryhmää, joka on jakautunut useampaan huoneeseen touhuamaan omiaan. Tietysti kyseessä ovat nuoret, jotka osaavat olla itsekseenkin ja varmasti arvostavat omaa aikaa, mutta minusta olisi tärkeää varmistaa, ettei keskustelut olisi kenellekään turvattomia. Esimerkkinä se, kun eräs ryhmäläinen aloitti keskustelun itsetuhoisuudesta lähinnä vitsien varjolla, mutta kaikille se ei ole aiheena ok ja se pitää ohjaajan huomioida. Tällaisessa tilanteessa ohjaajan on hyvä myös jutella nuoren kanssa kahdestaan esimerkiksi ryhmän jälkeen, että onhan kaikki hyvin.

Kokeiluista jäi käteen hyvin positiivinen mieli. Havaitsin nuorten nauttivan tästä ryhmästä, ryhmässä oli hyvä ryhmähenki. Nuorten keskustelut olivat avoimia ja jokainen pääsi niihin osallistumaan. Mikäli keskustelu ei ollut mieleistä, nuoret keksivät hel-

posti muuta tekemistä Tusetan tiloissa ja pääsivät liittymään takaisin keskusteluun halutessaan. Tusetan tilat olivat todella hyvät juuri tämänlaisen nuortenryhmän pitämiseen, sillä siellä on muutama eri huone, johon nuoret voivat jakaantua. Toisessa huoneessa oli mahdollista rauhoittua läksyjen tai kirjan pariin tai käydä keskusteluja pienryhmässä, kun toisessa huoneessa oli kovaäänisempi tai aiheeltaan sensitiivinen keskustelu menossa, johon kaikki eivät halunneet osallistua. Tusetan tiloissa on mahdollisuus monenlaiselle tekemiselle, sillä sieltä löytyy sateenkaarikirjallisuutta, leffoja, lautapelejä, piano, keittiö ja paljon muuta. Mahdollisuudet nuortenryhmän toiminnalle tuntuvat rajattomilta ja nuoret sekä ohjaajat vaikuttavat hyvin motivoituneilta ja innostuneilta moneen erilaiseen toimintaan.

5.1 Kokeilut verkossa

Pian keväällä 2021 työharjoitteluni alettua kokoontumisrajoitukset tiukentuivat ja koronapandemian takia Tusetan ryhmät siirtyivät verkkoon tai tauolle. Tästä syntyi loistava tilaisuus kokeilla vertaistukiryhmän ohjaamista verkossa. Yhdessä toisen ohjaajan kanssa kehitimme tekemistä verkkovertaistukiryhmää varten, esimerkiksi Kahoot! -visa naistenpäivästä ja erilaisia pelejä sekä valmiita teemoja puheenaiheiksi. Harmiksemme kuitenkin jouduimme toteamaan, ettei vertaistukiryhmä verkossa vetänyt tarpeeksi nuoria paikalle. Kaikista parhaimmalla kokeilukerralla paikalla oli kaksi nuorta. Lopulta viimeisellä kokeilukerralla, kun olin suunnitellut yhteisen Among Us -pelikeran nuorille, jouduin tuijottamaan yksinäistä naamaani tietokoneen näytöllä. Lope timme verkkokokeilut siihen. Yhteensä kertoja kertyi siis kolme: ensimmäisellä kerralla paikalla oli kaksi nuorta, toisella kerralla vain yksi ja viimeisellä kerralla ei ketään. Mistä tämä sitten johtui, että vertaistukiryhmä verkossa ei vetänyt nuoria paikalle samalla tavalla kuin vertaistukiryhmä Tusetan tiloissa? Se on ainakin varmaa, ettei kävijöiden määrä johtunut ohjaajien motivaation puutteesta. Kanssani kokeiluja ohjannut vapaaehtoinen ohjaaja ja minä toimimme hyvin keskenämme, jaoimme tehtävät ja motivoituneena keksimme tekemistä, jota voi verkon välityksellä ohjata.

Pohdin, olisiko kyseessä ollut se, ettei nuoret tienneet vertaistukiryhmän siirtyneen verkkoon. Tämäkin minusta tosin kuulostaa epätodennäköiseltä, sillä jo ennen kokonaan verkkoon siirtymistä oli nuorilla mahdollisuus osallistua ryhmään etänä. Ryhmän alkaessa tarkistettiin aina, onko mukana etäosallistujia. Usein heitä ei ollut. Tä-

män lisäksi Tusetan nuortenryhmien pääasiallisina tiedotuskanavina toimivat Instagram ja Whatsapp, joihin molempiin laitettiin nuorille tiedote verkossa pidettävästä ryhmästä. Tiedotteessa kerrottiin aika sekä paikka ja mitä mahdollista tekemistä kerralla on, tämä oli normaali toimintatapa myös lähiryhmien kanssa. Ryhmän alkaessa klo 17 Whatsapp -ryhmään jaettiin osallistumislinkki sekä Instagramissa kerrottiin, että linkin saa yksityisviestillä. Tämä turvallisuussyistä, ettei Instagramin kautta ihan kuka tahansa pääse ryhmään mukaan. Joten tietoa ryhmien ajankohdista, paikasta ja tekemisistä on ollut saatavilla.

Kenties nuoret olivat kyllästyneitä siihen, että kaikki oli verkossa? Koronapandemian kokoontumisrajoitusten aikana varmasti monen nuoren opinnot olivat etänä myös. Siinä voi olla syy, ettei nuori jaksanut koulun jälkeen enää istua tietokoneen äärellä. Voi myös olla, ettei nuorella ole omaa tietokonetta käytössä, vaan hän käyttää esimerkiksi perheenjäsenen konetta koulun ajan ja joutuu koneen palauttamaan koulun jälkeen. Toisaalta syynä voi olla myös turvattomuuden tunne, kun joutuu osallistumaan vertaistukiryhmään kotoa käsin. Kotona ei välttämättä pysty puhumaan niistä aiheista, joista haluaisi puhua yksityisesti, vaan joku perheenjäsen voi kuulla. Nuori saattaa olla kaapissa vielä, tai etsiä itseään, eikä halua paljastua perheelleen. Tämä tottakai vaikuttaa vertaistukiryhmään osallistumiseen ja turvattomuuden tunteeseen.

Onnistumiset kokeilun aikana jäivät vähäisiksi, kun nuoria ei saapunut paikalle. Yhdeksi onnistumiseksi lasken kuitenkin onnistuneen suunnittelun ryhmien ohjaamista varten sekä sen, ettei tekniikan kanssa ollut ongelmia. Saimme kokeilla Kahoot! -visan ohjaamista ja se onnistui etänä hyvin. Jokainen paikalle saapunut nuori myös pääsi ryhmään, mikit ja kuvat toimien. Ensimmäisellä kokeilukerralla saimme myös yhdessä nuorten kanssa tehtyä erittäin hyvän listan etävertaistukiryhmän säännöille, jota Nuorten sateenkaarikahvila voi jatkossa hyödyntää, mikäli pitävät etävertaistukiryhmiä joskus uudestaan.

Verkkovertaistukiryhmän puolesta jatkokehittävänä jää se pohdinta, että miten houkutella nuoret osallistumaan vertaistukiryhmään etänä ja miten saada nuorille turvallinen olo verkossa pidettävää vertaistukiryhmää kohtaan.

5.2 Haastatteluiden purku

Haastattelin viittä transtaustaista aikuista. Haastatteluihini osallistui hyvin eri-ikäisiä ja -taustaisia henkilöitä. Sain heiltä hyvin laajoja ja kattavia vastauksia kysymyksiini. Muutama haastateltavani oli myös itse jäänyt vielä vertaistuen pariin, mutta ei enää itse ryhmän kävijäksi, vaan ohjaajaksi.

Käyn tässä kappaleessa läpi, minkälaisia vastauksia sain haastatteluista. Haastattelu-runko löytyy opinnäytetyön liitteistä (Liite 1).

Viidestä haastateltavasta kaksi oli käynyt useammassa kuin yhdessä vertaistukiryhmässä, loput kolme olivat käyneet yhdessä ja kaksi mainitsi lisäksi vertaistuelliset chat-foorumit. Kaikki haastateltavat olivat käyneet vertaistukiryhmissä juuri minun kohde-ryhmäni ikäisinä, eli lapsina tai nuorina.

Ainoastaan yhdellä haastateltavalla (H5) oli jäänyt negatiivinen kokemus vertaistukiryhmästä. Hän kertoi, ettei kokenut vertaistukiryhmästä mitään apua itselleen.

Haastatteluiden ensimmäisenä kysymyksenä halusin tietää, mitä vertaistuki oli merkinnyt tälle haastateltavalle. Tällä kysymyksellä halusin kartoittaa sitä, minkälainen kuva haastateltavillani oli vertaistuesta ja sen merkityksestä hänen elämäänsä. Tämän kysymyksen vastaus antoi jo kattavasti suuntaa sille, minkälaista vertaistukea haastateltava oli saanut, vai oliko saanut ollenkaan ja minkä ikäisenä vertaistuki on haastateltavalle tullut ajankohtaiseksi. Viisi neljästä haastateltavasta mainitsi vertaistuen tärkeyden ja kaikki viisi turvallisuuden tunteen, jonka vertaisuudesta saa. Neljä haastateltavaa kertoi, että hakeutuivat vertaistuen pariin siinä vaiheessa, kun vielä etsivät itseään. He eivät olleet aivan varmoja identiteetistään ja halusivat löytää ihmisiä, jotka tuntevat samoin, kuin he. Opinnäytetyöni kannalta tämä vahvistaa sen, miten tärkeitä vertaistukiryhmät ovat ja etenkin juuri sukupuolivähemmistöihin kuuluville lapsille ja nuorille.

Ensimmäinen haastateltavani (H1) on aina tiennyt transsukupuolisuudestaan ja noin 10-vuotiaana alkanut saamaan enemmän tietoa asiasta. Vertaistuen myötä hän huomasi, ettei ole yksin asian kanssa ja ettei transsukupuolisuudessa ole mitään pahaa.

Toinen haastateltava oli hakeutunut vertaistuen pariin ennen transprosessin aloittamista. ”*Sieltä mä kaipasin tukea siinä mielessä, koska mä en ollut aivan varma*

*olenko mä transsukupuolinen vai en ja halusin varmistaa, että mä en ryhtyisi katu-
maan sitten jälkikäteen.” (H2.)*

*”Tietty mä vertaistuesta hain jotenki semmosta niinku vahvistusta sille omalle iden-
titeetin etsinnälle, tai ehkä ennen kaikkea vahvistusta omalle itsetunnolle ja tietyllä
tavalla rohkeutta.” (H3.)*

Neljäs haastateltava pohti, että koki olevansa mielteidensä kanssa todella yksin, sillä
asui pienellä paikkakunnalla. Hän oli itse etsinyt tiensä netin chat-foorumeille, joista
hän sai vertaistukea, ennen kuin löysi myös vertaistukiryhmät.

*”Kyl se vertaistuki ois merkinny tosi paljon ja oli tärkeetä koska tottakai
nuorena oli sellasia ajatuksia et mä olen yksin ja se oli tosi vahvana se
tunne et olen yksin tämän kanssa. Jotenki semmone et hei kai joku jakais
tän mun kanssa etten mä ois niin outo ja erilainen.” (H4.)*

Kaksi haastateltavaa kertoi kokemuksistaan myös vertaistuen antamisen näkökul-
masta ja painottivat niidenkin merkityksellisyyttä.

*”Ulostulon jälkeen, mä oon jonkin verran käynyt vertaistukitapaami-
sissa, mut oon kokenu siellä et mä enemmän annan sitä vertaistukea
kuin saan. Tietenkin silläkin on jonkinnäköinen merkitys sillä antamisel-
lakin.” (H3.)*

*”Vertaistuki oli kuitenkin semmoinen mistä sain myös paljon tukea sil-
loin prosessin aikana, jos oli epävarmuuksia roolista naisena tai muuten
selviämistä ja mä koen, että vertaistuki oli sellainen asia, joka oli kor-
vaamaton apu. Sen takia olen tarjonnut myös vertaistukea muille nyt
oman prosessin jälkeen, sen takia, kun muillakin ihmisillä on sellaisia
kokemuksia, etteivät he usko olevansa oikeasti transihmisiä ja näkee että
mä olen semmoinen oikeasti trans. Se auttaa heitä kenellä on saman-
laista huijarioloa siinä niitten kokemuksessa, että ne ei meinaa uskaltaa
lähteä prosessiin.” (H2.)*

Seuraavaksi kysyin, kokivatko haastateltavat, että vertaistukiryhmistä oli heille mitään
hyötyä. Yhtä haastateltavaa lukuun ottamatta kaikki haastateltavat kertoivat vertaistu-
kiryhmistä olleen merkityksellistä apua heidän transitionsa eri vaiheissa. Haastatelta-
vat kertoivat käyneensä erilaisissa ryhmissä, joita olivat esimerkiksi eri-ikäisille nuo-
rille tarkoitettut ryhmät, post-prosessi eli transition loppuvaiheessa oleville tarkoitettu
ryhmä, eri sukupuolille spesifioidut ryhmät eli esimerkiksi Naistenryhmä sekä sateen-
kaariperheiden tukiryhmä.

Yhden haastateltavan (H1) kotona vertaistuella oli ollut myös suuri merkitys, sillä hänen äitinsä oli saanut apua lapsen transsukupuolisuuden käsittelyyn vertaistukiryhmästä. Haastateltava oli nuorille suunnattujen vertaistukiryhmien lisäksi käynyt myös perheryhmässä sekä äitinsä kanssa vanhempien tukiryhmässä.

”Koin merkittävää hyötyä. Ilman vertaistukiryhmiä mä en olisi välttämättä uskaltanut lähteä prosessiin ollenkaan tai ainakaan niin pian, kun lähdin.” (H2.)

”Sehän oli se ensimmäinen asia, et tajus et enhän mä oookkaan ainoa, joka on jotenkin erilainen.” (H3.)

Painotus haastateltavien vastauksissa oli siihen, että vertaistuella oli suuri merkitys itsensä löytämisessä ja identiteetin vahvistamisessa. Siinä vaiheessa, kun etsii itseään, eikä välttämättä tiedä, onko oikeasti transsukupuolinen vai kenties jotakin muuta. Silloin kaipaa sitä, että joku muukin on samanlaisessa tilanteessa tai ehkä sen askeleen edellä, kertomassa, että on ihan ok olla vähän hukassa.

”(Vertaistukiryhmistä) oli erittäinkin paljon hyötyä silloin 90-luvulla, kun mielti, että mikä tää homma oikein on ja aloin tajuta enemmänkin tätä hommaa ja senkin, etten ole ihan yksin, niin sillä oli tosi isokin merkitys. Sittemmin ei niin suuri, se oli enemmänkin siinä hakuvaiheessa ja itselleen itsensä määrittelyvaiheessa tärkeä juttu” (H3.)

”Kyl mä koen et se oli tietyl tapaa sellanen paikka, et jos sä kerrot sinne et miltä susta tuntuu, niin sä sait sen tunteen et sua ymmärretään ja et sen voi purkaa sinne ja se toimi ihan hyvin.” (H4.)

Seuraavana kysymyksenä oli ”Minkälaisesta tuesta olisit hyötynyt lapsuudessasi?”. Tällä kysymyksellä halusin, että haastateltavat pohtisivat nimenomaan kohderyhmääni lapsuutta. Ajatuksenani oli, että nyt, kun haastateltavat ovat kaikki aikuisia, he osaavat sanoittaa sen, minkälaisesta avusta juuri translapsi voisi heidän näkökulmastaan hyötyä. Tähän kysymykseen jokainen haastateltava vastasi, että olisi hyötynyt eniten tiedosta ja siitä, että tietoa olisi helposti saatavilla. Haastatteluiden ikäjaottelun mukaan huomasi tässä pienen eron positiivisempaan suuntaan, eli tiedonsaanti on pikkuhiljaa edennyt. Vanhin haastateltava oli ikäluokkaa 45–50 ja nuorin 20–25. Nykyään kuvittelisin tilanteen olevan parempi, erilaisten sateenkaarijärjestöjen ja sosiaalisen median ansiosta. Näistä saa tietoa, kokemuksia sekä löytää vertaistukea jo ennen, kuin edes välttämättä miettii vertaistukiryhmään menoa. Koulujen opetussuunnitel-

miin kuuluu nykyään sukupuolen moninaisuus, joten jo peruskoulusta voi saada tietoa. Sateenkaarihistoriasta ja transsasioiden etenemisestä kirjoitin aikaisemmin kappaleessa 2.2 enemmän.

”No mä oon kuitenkin sen verran iäkäs, että silloin kun minä olin nuori, niin ei edes tunnettu koko asiaa ollenkaan” (H2.)

”Se oli niin erilaista aikaa, asenneilmapiirikin oli ihan erilainen. Kyllä mä muistan siis, vielä 90-luvullakin, kun mä sitten jossain vaiheessa mansennuin ja hakeuduin sitten niinku hoitoon ja terapiaan ja mä jotenkin ensimmäisenä sanoin niin, että mulla on tää niinku tämmöinen jonkinlainen sukupuolen ristiriita. Mulle sanottiin silloin, siis lääkäri sanoi, että nyt tätä meidän ei kannata kirjoittaa näihin papereihin.” (H3.)

Yksi haastateltavista mainitsi, että olisi hyötynyt vertaistukiryhmien lisäksi, jos olisi saanut juridiset asiat, nimenmuutokset, hormonihoidot sekä muut transitiioon liittyvät asiat varhaisemmin. Hän toivoi lainsäädäntöön muutosta. (H1.) Kansalaisaloite nimeltään Oikeus olla tähtää oikeudenmukaisemman translain toteutumiseen ja se on luovutettu eduskunnalle tänä vuonna. Tässä kansalaisaloitteessa esitetään muutos mm. siihen, että sukupuolen vahvistamisen tulee olla ilmoitusasia kaikille 15 vuotta täyttäneille ja sitä nuoremmille huoltajan suostumuksen kanssa. (Trans ry, 2021.) Tämä tarkoittaisi sitä, että translapsi saisi esimerkiksi passiinsa oikean sukupuolen jo nuorena, joten lainsäädännön muutos saattaa olla lähitulevaisuudessa tulossa.

Yksi haastateltavista vastasi, että olisi lapsuudessaan hyötynyt siitä, että joku olisi antanut tukea tai neuvoja hänen äidilleen.

”Lapsuudessa olisin hyötynyt siitä, että joku olis mun äidin ohjannu johonki parempaan semmoseen sukupuolisensitiiviseen vanhemmuuteen. Mun äiti koki tän, ei ehkä tänäpäivänä enää, mut aikasemmin tosi vaikeeks, et tavallaan mul olis myös ollu paljon helpompaa niinku kasvaa aikuiseksi, jos mun äiti ois saanu jotain tämmöstä vanhemmille suunnattua tukea. Just se, et ku äiti purkaa mulle sitä, et ”mul on niin paha olla, ku sä oot trans”, ja mä oon vaan sille et ”mieti kuinka paha olo mulla on”. Ei haluais niiku siihen oman pitkän prosessin päälle, jota sä käyt läpi ja mihin liittyy paljon itsessään jo negatiivisia tunteita ja paljon semmosta muitten ihmisten negatiivista suhtautumista suhun ja semmosia omia mörköjä omassa päässä, niin et se on oikeesti rankka matka, niin se et sä joudut kantaa vielä tavallaan jonku sun vanhemman huolen siitä asiasta. Ei se ainakaan yhtään helpota.” (H4.)

Hänen lapsuudessaan mahdollisuuksia perheille tarkoitettuun tukeen ei ollut samalla tavalla kuin tänä päivänä. Tähän vaikuttaa edelleen asuinpaikka, sillä pienillä paikkakunnilla on vähemmän resursseja sateenkaarevaan vertaistoimintaan. Onneksi näihin on nykyään usein mahdollista osallistua myös etänä. Toinen vaikuttava tekijä on tietysti vanhemman oma tahto, jotkut vanhemmat eivät vain halua ymmärtää tai opetella, vaikka se oli lapselle hyväksi.

Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskuksella on tarjolla säännöllisiä ja maksuttomia ammatillisesti ohjattuja etä- ja lähivertaistukiryhmiä myös transihmisten ja sukupuoltaan pohtivien henkilöiden lisäksi heidän läheisilleen (Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskus 2021b). Tänä päivänä ohjaisin siis lapsen vanhemmat näiden vertaistukipalveluiden pariin, mikäli lapsi kokee olonsa kotona hankalaksi ja vanhemmat tarvitsevat lisää tietoa.

Seuraavaksi halusin kartoittaa haastateltavilta, minkälaisena he näkevät hyvän vertaistukiryhmän ja minkälaista toimintaa heidän mielestään olisi vertaistukiryhmässä hyvä olla. Näillä kysymyksillä oli tarkoitus kartoittaa sitä, mikä on jo hyvää tällä hetkellä toimivissa vertaistukiryhmissä ja mitä niihin voisi tai tarvitsisi mahdollisesti lisätä. Näiden kysymyksien osalta vastaukset olivat hieman vaihtelevampia, kuin edellisissä kohdissa. Hyvän vertaistukiryhmän suhteen yksi mainitsi (H1), että osallistujia olisi hyvä olla riittävästi, ei liikaa ja mainitsi että itse suosii enemmän suljettuja ryhmiä, koska pitää siitä, että paikalla on aina samat ihmiset.

”Ikäryhmitys tärkeää, että kaikki kävijät olisivat vastaavassa tilanteessa. 12-vuotiaalla ei olisi 10 tai 20 vuotta vanhempien kanssa niin paljon yhteistä.” (H1.)

Yksi haastateltavista (H2) oli hyvin mielissään siitä, että pandemian aikana vertaistukiryhmät on siirretty verkkoon. Hän pohti, että se helpottaa syrjäseuduilla asuvien osallistumista ryhmiin, joihin heillä olisi normaalisti todella pitkä matka, eikä tämän takia mahdollisuutta osallistua.

”Ainoa, mistä tuntuu, että on ollut puutetta, on teematon ryhmä.” (H2.)

Teemattomalla ryhmällä hän tarkoitti ryhmää, joka on vaan yleisesti suunnattu sateenkaareville ihmisille ja sateenkaarevista asioista keskustelulle. Tällaiselle ryhmälle olisi varmasti kysyntää vielä itseään etsivien ja identiteettiään pohtivien henkilöiden keskuudessa.

Kolmas haastateltava pohti, ettei hänellä ollut rohkeutta osallistua vertaistukiryhmiin, vaan hän sai vertaistuen nettifoorumeilla kirjoittelusta.

”Mulla on ehkä oikeastaan se kokemus, että on kiva vaan että pystyy silleen vähän semmoista hidasta kommunikointia käyttämään, niinku foorumilla lukeminen ja sieltä jonkin kysyminen. Sen mä oon kokenut tärkeeksi itelleni.” (H3.)

Nettifoorumeista voisikin kehittää erittäin hyvän vertaistuellisen välineen juuri heille, keillä jännitys tai vaikka asuinpaikkakunta estää osallistumisen paikan päällä pidettävään vertaistukiryhmiin. Nettifoorumeilta saa tietoa ja kokemuksia, mutta ne kaipaisivat ehdottomasti jonkun moderoinnin, jotta keskustelut pysyvät turvallisina ja asiallisina.

Tällaisissa tilanteissa voisin suositella vertaistukea etsiviä tutustumaan Sinuiksi – tuki ja neuvontapalveluihin. Heillä on käytössä anonyymit chatit eri teemoilla sekä esimerkiksi puhelinpäivystystä ja mahdollisuus tavata heidän työntekijänsä henkilökohtaisesti. (Sinuiksi 2021.)

Neljäs haastateltava painotti ohjaajan tärkeyttä etenkin nuorten vertaistukiryhmässä.

”Aikuisen näkökulmasta hyvä vertaistukiryhmä tarvitsee ehdottomasti aikuisen ”johtohahmon”, tai ei välttämättä johtohahmon, mut tottakai sen tarvii olla semmosta rentoo ja vapaata olemista keskenään myös, et ei liian semmonen et on tiukat säännöt ja näillä mennään, mut joku semmonen joka pitää sen kasassa ja jos tulee sellasta, mitä nuorilla nyt voi tullakin, semmosta käyttäytymistä, mikä ei oo niin sille ryhmälle hyväksi vaan se voi lähtee semmosena lumipalloefektinä semmoseks oudoks.” (H4.)

Hän käytti esimerkkinä kokemustaan nuorten vertaischatistä, jossa oli ollut mukana. Chat oli nuorten itsensä luoma ja ylläpitämä Whatsappissa ja siellä oli tullut erilaisia kinkkisiä tilanteita nuorten itsensä selvitettäväksi. Esimerkkinä hän kertoi tilanteen, jossa nuoret transmiehet olivat alkaneet kilpailemaan siitä, kuka on heistä miehisin ja tunnelma chatissä oli muuttunut tukalaksi.

”Sellane johtohahmo, joka olis siel kertomassa esimerkiks sillee että kenenkään miehisuus tai sukupuoli-kokemus, sukupuoli-identiteetti ei ole parempi kuin toisen jos hän vaikka tykkää esimerkiks korjata autoja tai muuta. Et nää asiat ei oo tämmösistä niinku kiinni, nii mä luulen et se tois aika paljon lisää nuorten itse muodostamiin vertaisryhmiin.” (H4.)

Neljäs haastateltava myös painotti ohjaajan roolia siinä kohtaa, kun ryhmässä on joku, joka on hyvin äänekäs ja tykkää puhua enemmän. Ohjaaja olisi tällaisessa tilanteessa tärkeä, jotta varmistuisi, että kaikki saavat puheenvuoron ja tuntevat olonsa kuulluksi.

”Mut muuten siis sellanen ehdottomasti tietyl tapaa vapaa ja rento, mut et siel on kuitenkin selkeet säännöt et sen pitää olla turvallinen tila kaikille et ei hyväksytä tietynlaist toimintaa lainkaan et esimerkiks semmosta lyttävää tai ahtaita sukupuolirooleja ku moni nuori kokee jo itsessään valmiiks ahdistavaks sen, et jos mä nyt oonkin mies niin voinko mä tykätä enää mistään naisellisista jutuista, niin jos joku sitä vahvistaa siinä vieressä niin se voi olla aika rankkaa. Eli selkeet säännöt, jotka luo sellasta turvallisuutta siihen ryhmään ja sit sellasta tilan jakamista kaikille.” (H4.)

Toiminnan suhteen vastaukset olivat myös vaihtelevia. Kaksi viidestä haastatellusta koki, ettei vertaistukiryhmissä välttämättä ole tarvetta konkreettiselle tekemiselle. Keskustelu turvallisessa tilassa ja tuki askarruttaviin asioihin luotettavan ohjaajan johdolla olisi riittävää.

”Mulle henkilökohtaisesti keskustelu on kaikista tärkeintä ja se tarpeellisen osuus siinä. Se on aina tuntunut vähän semmoiselta aikaa vievältä elementiltä yksittäisessä tapaamisessa sitten, jos niissä on jotain tehtäviä tai nostetaan jotain kortteja pöydältä.” (H2.)

”Osa varmasti kaipaisi ihan vaan sitä, et vois tulla sinne vaikka purkamaan itseään tai niitä kaikkia tunteita mitä tähän liittyy, koska kuitenkin näihin trans-aiheisiin liittyy niin vahvoja tunteita.” (H4.)

Kolme viidestä vastaajasta mainitsi monimuotoisuuden ja sen, että jokainen tarvitsee tukea vähän eri tavalla. Toiselle keskustelu on se ainut tarvittava tuen muoto, toinen tarvitsee jotakin tekemistä keskustelun lisäksi tai tueksi siihen, että se keskustelu saataisi alkuun. Tämän takia on onni, että on olemassa monenlaisia erilaisia vertaistukiryhmiä ja vertaistuen muotoja, joista valita itselle se parhain.

Yksi haastateltava vastasi, että olisi hyvä, jos olisi mahdollisuus osallistua anonymisti. Yksi haastateltava myös toivoi, että pystyisi osallistumaan ryhmään vain kuuntelijana.

”Tietyllä tavalla ehkä siis se, että ihmisiä on niin erilaisia niin sellanen monimuotosuus ja sellanen mahdollisuus osallistua eri tavoilla ja anonymisti. Luulen, että se vois olla monelle, joka epäröi niin tosi tärkeätä, että ei ikään kuin niiku henkilöllisyys paljastu.” (H3.)

”Jos olisi mahdollisuus olla hiljaa ja jotenkin silti osallistua.” (H5.)

Neljäs haastateltava pohti, että vertaistukiryhmät ovat varmasti monelle nuorelle tärkeitä sen puolesta, että se saattaa olla ainut paikka, jossa saa toteuttaa omaa sukupuoli-identiteettiään tai olla vapaasti oma itsensä, ilman pelkoa väärinsukupuolituksesta tai ahdistavista tilanteista sukupuoleen liittyen.

”Monellehan nuorelle, mullekin, on osittain yks semmosia ainoita ja selkeitä paikkoja on ollu tämmöset transryhmät missä sun ei tarvii miettiä sitä et näkeeks ihmiset sut sillee miten sä ite näet itsesi tai et hyväksytäänkö sut sellasena ku sä oot tai sit kukaan ei oo kyseenalaistanu sitä tai esimerkiks väärinsukupuolittanu tai käyttäny tai edes tienny esimerkiks mitää mun syntymänimee. Se on ollu tosi vapaa tila tollasista asioista. Voi olla, et monelle nuorelle esimerkiks se et mentäis yhdessä vaikka keilaamaan, ja sit siel on joku toinen nuori sillee hänen sukupuolikokemuksen mukaisesti esimerkiks ”jes hyvä jäbä” tai joku tämmönen pieni omaa sukupuoli-identiteettiä vahvistava kommentti, niin neki voi olla tosi paljon semmosia arjessa helpottavia hetkiä tai eteenpäin vieviä hetkiä.” (H4.)

Näiden haastatteluiden pohjalta pohdin, että yhteen vertaistukiryhmään on vaikea saada kaikkia miellyttäviä ja kaikille sopivia toimintoja. Nuorten sateenkaarikahvila kuitenkin esimerkiksi on todella monipuolinen paikka, siellä on vapaata keskustelua ja mahdollisuus keskustella pienemmissä ryhmissä, mutta myös päiviä, kun on jotakin toiminnallista tekemistä ja matkoja, esimerkiksi keilaamaan. Tämän lisäksi on myös niitä suljettuja ryhmiä, jotka ovat enemmän keskustelupainotteisia ja kävijät ovat säännöllisiä. Näiden lisäksi internetin välityksellä toimivat chatit ja foorumit mahdollistavat osallistumisen myös heille, keitä liveinä tapaaminen jännittää.

6 TUOTOS

Tässä kappaleessa tarkastellaan, mihin lopputulokseen keräämästäni materiaalista päästään ja kerron, miten opinnäytetyön tuotos syntyi. Materiaalia ainakin haastatteluiden osalta on paljon ja se on hyvin tärkeää ja sisältää arvokasta tietoa sekä oikeita kokemuksia translasten ja -nuorten vertaistukitoiminnasta.

Opinnäytetyöni kehittämistavoite oli translasten ja -nuorten vertaistukiryhmien kehittäminen ja tuloksena selkeä ja käytännöllinen runko vertaistukiryhmän ohjaamista varten niin paikan päällä kuin verkossa. Kokonainen valmis runko on nähtävissä tämän opinnäytetyön liitteenä (Liite 2). Suunniteltuna kohderyhmänä oli 12–15-vuotiaat lapset ja nuoret, mutta koen, että keräämäni materiaali on hyödynnettävissä laajalti suuremman ikäryhmän kanssa. Materiaalia voi helposti soveltaa käyttöön esimerkiksi aikuisten tai lähiomaisten vertaistukiryhmiä varten. Opinnäytetyön tarkoituksena oli luoda turvallinen vertaistukiryhmärunko translapsille ja -nuorille ja mielestäni olen siinä onnistunut. Runkoa voi hyödyntää lähi- sekä etävertaisryhmissä.

Opinnäytetyön tuotos syntyi keräämäni materiaalin pohjalta. Haastatteluista keräämällä tiedolla osasin muokata kokeiluissa käytössä ollutta vertaistukiryhmän ohjaamisrunkoa, josta syntyi tämä uusi runko. Tuotoksessa on ohjeistettu, mitä ottaa huomioon ryhmää suunnitellessa, ryhmän sisältöä suunnitellessa ja ryhmän aikana. Lisäksi myös, mitä kannattaa huomioida hyvän ohjaajan valinnassa sekä kun pohtii, kuinka monta ohjaajaa ryhmässä olisi hyvä olla.

Opinnäytetyössäni otin huomioon kohderyhmän sekä aiheen sensitiivisyyden, pohdin ohjaajan näkökulmaa ja ryhmädynamiikkaa. Nämä kaikki näkyvät valmiissa tuotoksessa.

Tietoperustaa hyödynsin eniten kirjoittaessani rungon kohtaa ryhmän suunnitteluvaiheesta. Siihen huomioitaviksi asioiksi listasin nämä:

- Ryhmän ikärajat
- Avoin vai suljettu ryhmä
- Tapaamisajat ja kuinka usein on tarpeen
- Ryhmän tavoite
- Ohjaaja ja kuinka monta on tarpeen
- Ohjaajan mahdollinen koulutus aiheeseen ja ikäryhmään

- Etäryhmän kohdalla mikä alusta
- Tapaamispaikan esteettömyys
- Ryhmän markkinointi, jotta tavoittaa oikean kohderyhmän

Suurinta osaa näistä kohdista on tarkemmin avattu rungossa, jotta vertaistukiryhmän suunnittelija osaa ottaa ne kaikista tärkeimmät seikat huomioon.

Seuraavaksi vuorossa oli vertaistukiryhmän sisällön suunnittelu ja mitä siinä kannattaa huomioida. Näitä huomioita keräsin tietoperustasta ja kokeiluista sekä haastatteluvastauksista.

- Aiheen sensitiivisyys
- Ryhmän koko
- Toimintaa vai ei
- Ryhmän säännöt
- Turvallinen tila

Aiheen sensitiivisyyden kohdalla mainitsin esimerkiksi sen, miten tärkeää on huomioida ohjaajaan oma jaksaminen. Muihinkin kohtiin listasin asioita, joita on erityisen tärkeä ottaa sisällön suunnittelussa huomioon.

Viimeisenä listasin ryhmän aikana huomioitavia asioita.

- Rutiinit
- Turvallinen tila
- Ryhmädynamiikka

Näissä kohdissa näkyi vahvasti kokeilujen tuloksia. Rutiineissa kerroin, että kannattaa varsinkin avoimen ryhmän kohdalla käydä nimikierrros jokaisen vertaistukiryhmäkerran aluksi sekä fiiliskierros loppuksi. Nämä ovat todettu hyvin toimiviksi tavoiksi Nuorten sateenkaarikahvilalla. Nimikierrros auttaa nuoria toisiinsa tutustumisessa sekä uusien mukaan ottamisessa ja fiiliskierros taas on kiva lopetus ryhmäkerralle, jossa saa käytyä läpi tunteet, joita ryhmä on herättänyt. Tämä on hyvä siksi, ettei nuori kantaisi harmitusta tai murheita ryhmässä käydyistä aiheista ja ettei ne jäisi kaihertamaan ryhmän jälkeen.

Turvallisesta tilasta taas mainitsin sen, että ensimmäisellä ryhmäkerralla ohjaajan olisi hyvä kertoa turvallisemman tilan periaatteet, mikäli ne eivät ole kaikille ennestään tuttuja. Näin kaikki ryhmässä kävijät osaavat ottaa turvallisen tilan huomioon.

Turvallisesta tilasta ja ryhmädynamiikasta molemmista on lopulta ohjaajalla vastuu. Ohjaajan täytyy olla se henkilö, joka pitää keskustelun turvallisena ja sellaisena, että kaikki pääsevät siihen osallistumaan. Nämä seikat mainitaan rungossa tärkeinä huomioitavina asioina.

Huomasin tuotoksessa yhden kehittämiskohdan opinnäytetyötä viimeistellessä. Tein siitä sisällöllisesti hyvin kattavan, mutta jälkeinpäin aloin pohtimaan, että sen ulkonäöstä olisi voinut tehdä houkuttelevamman. Muutamalla kuvalla tai esimerkiksi kansikuvalla olisi päässyt jo pitkälle, mutta se ei tullut minulle tarpeeksi ajoissa mieleen.

7 LOPUKSI

Tässä luvussa pohdin opinnäytetyötä kokonaisuutena ja sitä, ketkä voivat hyödyntää niin opinnäytetyöni tuotosta kuin tietoperustaakin erilaisissa työtehtävissä.

Tilaaajani ja varmasti muutkin translapsia ja -nuoria ohjaavat tahot voivat hyödyntää keräämäni tietoa ja materiaalia erilaisissa tilanteissa. Aivan aluksi vertaistukiryhmissä, niiden suunnittelussa, järjestämisessä ja ohjaamisessa. Tämä opinnäytetyöhön keräämäni tietopaketti voi varmasti hyödyttää myös nuorisotyöntekijöitä, jotka eivät ole vielä tutustuneet sukupuolen moninaisuuteen. Valmista tuotosta saa sovellettua minkä tahansa vertaistukiryhmän pitämistä varten toimivaksi.

Opinnäytetyöprosessissa kaikki ei mennyt aivan putkeen, mutta tuotos onnistui silti. Kokeilujen kohdalla tuli eteen ongelmia sen suhteen, ettei nuoria saatu innostumaan etävertaistukiryhmästä, tai nuoret eivät vaan jostain syystä löytäneet paikalle. Ongelmasta pystyi löytämään positiivisia puolia tuotoksen tekemistä varten. Jatkokehittävaksi jää se, miten innostaa nuoria osallistumaan etävertaistukitoimintaan. Kenties nuoret eivät nyt olleet kiinnostuneet etätoiminnasta, kun koronapandemian vuoksi monet muutkin arjen asiat ovat etänä ja etävertaistukitoimintaa voisi kokeilla uudelleen myöhemmin. Tai ehkä etävertaistukitoiminta toimisi parhaiten henkilöille, jotka asuvat kauempana, eivätkä siksi pääse osallistumaan lähivertaistukitoimintaan. Tällaisille henkilöille etävertaistukea voisi jatkossa lähteä kehittämään.

Yhteisöpedagogikentälle tällä opinnäytetyöllä on merkitystä siinä mielessä, että tekemääni tuotosta on hyvin helppo hyödyntää mitä tahansa nuorten kanssa pidettävää ryhmää varten. Yhteisöpedagogit työskentelevät niin monialaisesti ja moniammatillisesti eri paikoissa, että uskon tuotokseni olevan hyvin hyödyllinen tämän alan työkentillä. Jos tuotos ei ole se, mitä tästä voi hyödyntää, niin tietoperusta ainakin. Siinä on hyvin kattavasti tietoa vertaistukiryhmistä, sukupuolen moninaisuudesta, ohjaajan asemasta vertaistukiryhmässä ja alaikäisille ohjaamisesta. Toivon, että tästä opinnäytetyöstä jäi lukijalle käteen tietoa, taitoa sekä onnistuneita vertaistukiryhmän ohjauskertoja.

LÄHTEET

Aaltonen, Sanna & Högbacka, Riitta, 2015. Umpikujasta oivallukseen. Tampere: University Press.

Ahvenjärvi, Rosaliina. Soveltava improvisaatio työhyvinvoinnin tukena – Toiminnallisia menetelmiä verkkovalmennukseen, Humanistisen ammattikorkeakoulun opinnäytetyö, 2021. Nuoriso- ja järjestötyön koulutusohjelma.

Anttonen, Hannamari. Vertaistukea ryhmästä – Vertaisohjaajan opas, Diakonia Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö, 2013. Hoitotyön koulutusohjelma, Sairaanhoidaja AMK.

Gunn, Jennifer. Opening the Doors to Learning Through Safe Spaces in K-12 Schools, 2021. Viitattu 12.10.2021. <https://resilienteducator.com/classroom-resources/creating-safe-spaces/>

Haapakoski, Kati, Niemelä, Anna & Yrjölä, Elina 2020. Läsnä etänä. Helsinki: Alma Talent.

Helsinki Pride Yhteisö 2020. Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöt ja työelämä. Viitattu 02.11.2021. <https://pride.fi/pride-media/seksuaali-ja-sukupuolivahemmistot-ja-tyoelama/>

Jokela, Satu, Luopa, Pauliina, Hyvärinen, Anni, Ruuska, Tupu, Martelin, Tuija & Klemetti, Reija 2020. Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvien nuorten hyvinvointi. Kouluterveyskyselyn tuloksia. Helsinki: THL.

Kallinen, Kati, Pirskanen, Henna & Rautio, Susanna 2015. Sensitiivinen tutkimuksessa. Tallinna: United Press Global.

Rasimus, Enni 2021. VS: Tusetan ryhmistä. Email enni.rasimus@tuseta.fi 18.10.2021.

Seta ry 2020. Euroopan perusoikeusviraston kyselytulokset julkaistu: yli 140 000 sateenkaari-ihmistä vastasi. Viitattu 02.11.2021. <https://seta.fi/2020/05/14/frakysely2020/>

Seta ry 2021a, Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskus. Viitattu 08.10.2021. <https://seta.fi/palvelut/tuki-ja-neuvontapalvelut/sukupuolen-moninaisuuden-osaamiskeskus/>

Seta ry 2021b, Järjestö. Viitattu 22.09.2021. <https://seta.fi/jarjesto/>

Seta ry 2021c, Sateenkaarihistoria Suomessa. Viitattu 18.10.2021. <https://seta.fi/ihmisoikeudet/sateenkaarihistoria-suomessa/>

Seta ry 2021d, Sateenkaarisanasto. Viitattu 22.09.2021. <https://seta.fi/sateenkaari-tieto/sateenkaarisanasto/>

Seta ry 2021e, Vertaistoiminnan tuki. Viitattu 12.10.2021. <https://seta.fi/jarjesto/jarjestopalvelut/vertaistoiminnan-tuki/#alaikaiset>

Sinuiksi tuki- ja neuvontapalvelu, 2021. Tietoa palvelusta. Viitattu 19.10.2021. <https://www.sinuiksi.fi/tietoa-palvelusta>

Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskus 2021a. Sukupuolen moninaisuuden sanasto. Viitattu 08.10.2021. <https://sukupuolenosaamiskeskus.fi/sukupuoli/sukupuolen-moninaisuus/sukupuolen-moninaisuuden-sanasto/>

Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskus 2021b. Vertaistukipalvelut. Viitattu 19.10.2021. <https://sukupuolenosaamiskeskus.fi/palvelut/vertaistukipalvelut/>

Suomen YK-liitto 2021. Turvallinen tila. Viitattu 12.10.2021. <https://www.yk-liitto.fi/turvallinen-tila>

Tawast, Kaj. Opas ryhmänohjaajille, Seta 2013.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos – THL 2020, Sukupuolen moninaisuus. Viitattu 08.10.2021. <https://thl.fi/fi/web/sukupuolten-tasa-arvo/sukupuoli/sukupuolen-moninaisuus>

Trans ry 2021, Oikeus olla -kansalaisaloite. Viitattu 18.10.2021. <https://transry.fi/oikeus-olla-kansalaisaloite/>

Tusetä ry 2021, Turun seudun Seta ry. Viitattu 22.09.2021. <https://tusetä.fi/>

Tusetanuoret, Instagram-profiili. Viitattu 15.10.2021. <https://www.instagram.com/tusetanuoret/>

HAASTATTELUT

Kaikki haastattelut toteutti Tuike Autiokoski.

Haastateltava 1 (H1), vapaaehtoinen haastateltava, ikäryhmä 25–30, 24.2.2021, Facebook Messenger -puhelu.

Haastateltava 2 (H2), vapaaehtoinen haastateltava, ikäryhmä 40–45, 8.3.2021, Zoom.

Haastateltava 3 (H3), vapaaehtoinen haastateltava, ikäryhmä 45–50, 8.3.2021, Zoom.

Haastateltava 4 (H4), vapaaehtoinen haastateltava, ikäryhmä 20–25, 9.3.2021, Zoom.

Haastateltava 5 (H5), vapaaehtoinen haastateltava, ikäryhmä 20–25, 9.3.2021, sähköposti.

LIITTEET

Liite 1

Haastattelukysymykset opinnäytetyöhön

Translasten ja -nuorten vertaistukiryhmien kehittäminen, Tuike Autiokoski

Haastateltavan ikäryhmä:

1. Mitä vertaistuki sinulle merkitsee?

Vastaus:

2. Oletko koskaan käynyt vertaistukiryhmässä?

Vastaus:

3. Jos olet, koitko siitä olevan hyötyä?

- Jos et, miksi et, olisitko halunnut käydä?

Vastaus:

4. Minkälaisesta tuesta olisit hyötynyt lapsuudessasi?

Vastaus:

5. Minkälainen mielestäsi olisi hyvä vertaistukiryhmä?

Vastaus:

6. Minkälaisesta toiminnasta kokisit olevan hyötyä vertaistukiryhmässä?

Vastaus:

Liite 2

RUNKO TRANSLASTEN JA -NUORTEN VERTAISTUKIRYHMILLE

Ryhmän suunnitteluvaiheessa huomioi nämä:

- Ryhmän ikäraajat
 - Tämä kannattaa miettiä tarkkaan, jotta ryhmän vertaisuus toteutuu. 13-vuotiaalla ei välttämättä ole kauheasti yhteistä 23-vuotiaan kanssa.
- Avoin vai suljettu ryhmä
 - Jos haluat ryhmän olevan avoin kaikille ikärajoihin sopiville, jolloin kävijämäärät ovat vaihtelevia ja nuoret voivat saada uusia kavereita ja kynnys käymiseen on pienempi, kun voi tulla mukaan esimerkiksi kaverin kanssa: valinta on avoin ryhmä.
 - Jos haluat ryhmän jossa on sitoutuneet, joka kerralla samat kävijät, jotka pääsevät tutustumaan toisiinsa syvemmällä tasolla ja keskustelut voivat mennä hyvin henkilökohtaisiksikin: valinta on suljettu ryhmä.
- Tapaamisajat ja kuinka usein on tarpeen
- Ryhmän tavoite
- Ohjaaja ja kuinka monta on tarpeen
 - Tässä kannattaa huomioida se, onko kyseessä avoin vai suljettu ryhmä, minkä ikäisiä ryhmäläiset ovat ja mitä tekemistä ryhmään on suunniteltu
 - Avoimessa lasten ja nuorten ryhmässä meno voi olla villiä ja äänekkästä, ryhmädynamiikka voi vaatia ohjaajaa huolehtimaan, että jokainen pääsee ääneen ja ettei kukaan jää ulkopuolelle sekä että keskustelut pysyvät kaikille turvallisina
 - Avoimeen ryhmään saattaa joka kerralla tulla eri määrä kävijöitä, joskus kävijöitä voi olla sen verran, että tarve on enemmän kuin yhdelle ohjaajalle, joten oma suositukseni on, että avointa ryhmää ohjaisi vähintään kaksi aikuista.
 - Suljetussa ryhmässä on aina sama määrä kävijöitä, joten ohjaajien määrä on helppo suunnitella kävijöiden määrään sopivaksi.
- Ohjaajan mahdollinen koulutus aiheeseen ja ikäryhmään

- Onhan ohjaaja tarpeeksi tietoinen transasioista ohjatakseen translasten ja -nuorten ryhmää? Transhenkilöt kohtaavat arkielämässään paljon väärinsukupuolitusta, vähättelyä, syrjintää ja muita mieltä painavia asioita sekä mielentereyteen vaikuttavia asioita, joita varmasti käsitellään vertaistukiryhmässä. Ohjaajan on hyvä olla näistä asioista tietoinen, jotta vertaisuus toteutuu ja jotta ohjaaja ei käytä ketään vähättelevää tai väärinsukupuolittavaa kieltä ryhmän aikana.
- On myös hyvä huomioida, että ohjaaja osaa käydä näitä asioita läpi ryhmässä ryhmäläisten ikätasoon nähden turvallisesti.
- Etäryhmän kohdalla mikä alusta
 - Mikäli järjestämäsi ryhmä on avoin, siihen olisi hyvä olla mahdollisuus osallistua myös etänä. Etänä osallistuminen on ryhmätapaamisia jännittäville henkilöille mahdollistava tapa sekä myös ottaa huomioon henkilöt, jotka eivät asu lähellä ryhmän tapaamispaikkaa. Etänä voi osallistua myös henkilöt, jotka ovat flunssassa tai muuten terveydeltään siinä tilassa, ettei lähiryhmään osallistuminen onnistu, joko ollenkaan, tai juuri sillä kyseisellä ryhmäkerralla.
- Tapaamispaikan esteettömyys
- Ryhmän markkinointi, jotta tavoittaa oikean kohderyhmän

Ryhmän sisällön suunnitteluvaiheessa huomioi nämä:

- Aiheen sensitiivisyys
 - Ohjaajan osaaminen ja oma jaksaminen
 - Sensitiivisten aiheiden käsittely ryhmäläisten ikätaso huomioiden
- Ryhmän koko
 - Pystyykö tämän kokoisen ryhmän kanssa suunnittelemiisi asioihin?
 - Avoimen ryhmän kohdalla kannattaa pitää varuilla toista suunnitelmaa, mikäli ryhmäläisiä tulee liikaa tai liian vähän ja alkuperäisen suunnitelman toteuttaminen ei onnistukaan.
- Toimintaa vai ei
 - Haluatko ryhmässä olevan jotakin konkreettista toimintaa, vai riittääkö keskustelu?

- Pitäisikö keskustelun tueksi ottaa esimerkiksi tunnepalikoita tai kuvakortteja?
- Toiminta voi vaihdella joka kerralla ja olla monipuolista: keskustelua jonkun aiheen äärellä, kuvakorttien kanssa tai ilman ja seuraavalla kerralla esimerkiksi leffailta tai joku toiminnallinen tekeminen. Näin nuorilla pysyy mielenkiinto ja motivaatio käydä ryhmässä ja teemaillat voivat houkutella myös uusia kävijöitä
- Ryhmän säännöt
 - Hyvä luoda yhdessä ryhmäläisten kanssa, mutta miettiä jo etukäteen, minäkalaisia sääntöjä ryhmässä tarvitaan
- Turvallinen tila
 - Mikäli mukana on etänä osallistuvia, miten turvata se, että kukaan ryhmään kuulumaton ei kuule keskusteluja
 - Mikä mukana on etänä osallistuvia, pitää muistaa tehdä erikseen säännöt etänä ryhmään osallistuville ja muistuttaa, että esimerkiksi ryhmän kuvaaminen tai ryhmässä olevista henkilöistä puhuminen ryhmän ulkopuolella on kiellettyä

Ryhmän aikana huomioi nämä:

- Rutiinit
 - Varsinkin avoimen ryhmän kohdalla ryhmän aluksi olisi hyvä joka kerralla käydä nimikierrros. Nimikierrroksella voi pyytää nuoria kertomaan esimerkiksi nimensä ja halutut pronominit. Tämä auttaa nuoria toisiinsa tutustumisessa sekä uusien mukaan ottamisessa.
 - Ennen nuorten lähtemistä ryhmästä voisi käydä fiiliskierroksen. Jokainen pääsisi kertomaan, mitä tunteita ryhmästä jäi ja mitä piti päivän sisällöstä, onko toiveita tulevalle ryhmän suhteen. Huomaa varata tälle tarpeeksi aikaa!
- Turvallinen tila
 - Ohjaajan on huomioitava, että ryhmän puheenaiheet pysyvät jokaiselle turvallisena. Mikäli nuorilla on paljon kysymyksiä tai puhuttavaa asiasta, joka selkeästi ei ole jokaiselle ok, olisi hyvä esimerkiksi sopia oma päivänsä näistä

aiheista puhumiselle tai jakaa keskustelu kahteen (tai useampaan) ryhmään. Kenenkään ei tarvitse osallistua itseä ahdistavan aiheen käsittelyyn.

- Ensimmäisellä ryhmäkerralla ohjaajan olisi hyvä kertoa turvallisemman tilan periaatteet, mikäli ne eivät ole kaikille ennestään tuttuja.
- Ryhmädynamiikka
 - Onko joku paljon äänessä, jääkö joku porukasta ulos? Ohjaajan vastuulla on ryhmän havainnointi niin, että kukaan ei jää ulkopuolelle.