

# ”KUKA MUA AUTTAA?”

Diakoniakasvatusmateriaali Äänekosken seurakunnan rippikoulutyön käyttöön

Pauliina Tikkanen

Opinnäytetyö

kevät 2013

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan koulutusohjelma

Kristillisen lapsi- ja nuorisotyön

suuntautumisvaihtoehto

sosionomi (AMK) + nuorisotyönohjaajan

virkakelpoisuus

## TIIVISTELMÄ

Tikkanen, Pauliina. ”Kuka mua auttaa?”- diakoniakasvatusmateriaali Äänekosken seurakunnan rippikoulutyön käyttöön. Järvenpää, kevät 2013, 86s. 8 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Etelä Järvenpää. Sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomi (AMK)- kirkon nuorisotyönohjaaja.

Opinnäytetyön tarkoitus oli tuottaa diakoniakasvatusmateriaali Äänekosken seurakunnan rippikoulutyöhön. Lisäksi oli tarkoitus tuottaa rippikoululaisille jaettava infomateriaali, jossa käsitellään nuoren elämän kipukohtia ja ohjataan nuorta hakemaan apua Äänekosken sosiaali- ja terveystaloukselta seurakuntaa unohtamatta. Opinnäytetyön aihe nousi nuorten tarpeista ja myös omasta halusta muokata tunteista enemmän nuoren elämää koskettavia.

Opinnäytetyön tekemisessä hyödynnettiin Äänekosken seurakunnan rippikoululaisilta saatuja tietoja, jo olemassa olevia diakoniatuntimateriaaleja ja tekijän aikaisempia opintoja. Palautetta oppimiskokonaisuudesta kerättiin oppimispäiväkirjojen muodossa ja sitä hyödynnettiin materiaalin valmistamisessa.

Opinnäytetyö oli luonteeltaan kehittämistehtävä ja myös projekti, jonka toteuttamisessa sekä rippikouluun osallistuneilla nuorilla että isosilla oli oma roolinsa niin materiaalin testaajina kuin myös sen arvioitsijoina. Opinnäytetyössä hyödynnettiin sosiaalipedagogisia menetelmiä, kuten esimerkiksi sosiokulttuurista innostamista ja valtaistamista. Myös herkistämällä ja dialogilla oli suuri merkityksensä työn onnistumisen kannalta.

Asiasanat: diakoniatyö, rippikoulu, nuorten sielunhoito, diakoniakasvatus, sosiaalipedagogiset menetelmät

## ABSTRACT

Tikkanen, Pauliina. "Who can help me?" Diaconia education material for confirmation schools in the Äänekoski parish. 86p. 8 appendices. Language: Finnish. Järvenpää. Spring 2013. Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services. Option in Youth Work. Degree: Bachelor of Social Services.

The aim of this thesis was to update Äänekoski parish's diaconia education material for confirmation school and to produce information material covering painful situations in youths' lives and directing youth to get help in Äänekoski's social- and health services not forgetting the parish. The theme of this thesis was raised through personal experience from diaconia lessons and the urge to mold the lessons so that these would be more connected with the lives of the youth.

Information given by Äänekoski parish confirmation school attendants as well as existing material of diaconia lessons and earlier studies were utilized in making of the thesis. Feedback was collected in the form of learning diaries and it was utilized in the process of making the material.

The thesis was a development task and a project, where also the youth from confirmation schools and their small group leaders played important roles both in testing the material and in evaluating it. Social-pedagogical methods, such as socio-cultural inspiring and empowerment, were utilized in the thesis. In addition, sensitizing and dialog had a great meaning for the success of this work.

Keywords: diaconia work, confirmation school, counseling of youth, diaconia education, social-pedagogical methods

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO.....	6
2 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT.....	8
2.1 Nuoruus kehitysvaiheena.....	8
2.1.1 Nuoruuden tehtävä.....	9
2.1.2 Sosiaalinen, emotionaalinen ja hengellinen kehitys.....	10
2.2 Rippikoulutyö.....	12
2.3 Diakoniatyö rippikoulussa.....	13
2.4 Sosiokulttuurinen innostaminen ja sosiaalipedagogiset menetelmät.....	16
2.5 Dialogisuus rippikoulussa.....	19
2.6 Dialogisuus sielunhoidossa.....	23
2.7 Vaikeat tilanteet nuoren elämässä.....	25
3 KEHITTÄMISTEHTÄVÄN TOTEUTUSYMPÄRISTÖ.....	28
4 KEHITTÄMISTEHTÄVÄN TOTEUTUS.....	29
4.1 Projektin määrittelystä tavoitteelliseen toimintaan.....	30
4.2 Kehittämistehtävän tavoitteet ja hallinta.....	30
4.3 Aineiston hankinta.....	32
4.4 Kehittämistehtävän arviointi.....	34
5 DIAKONIATUNNIT KÄYTÄNNÖSSÄ SEKÄ OPPIMISPÄIVÄKIRJOISTA SAA- TU PALAUTE JA ARVIOINTI.....	35
6 POHDINTA.....	39
LÄHTEET.....	43
LIITTEET:	
Liite 1: Diakonian oppimiskokonaisuuden runko.....	46
Liite 2: Diakoniarastien sisältökuvaukset.....	47

Liite 3: Rastihenkilön arviointilappu.....	49
Liite 4: Diakoniarastien purussa käytetty materiaali.....	50
Liite 5: Palautepaperi diakonian oppimiskokonaisuudesta.....	53
Liite 6: Matkalaukkutarina David Morganin tapaan.....	54
Liite 7: ”Kuka mua auttaa?” – Opas Ääneseudulla asuvalle nuorelle.....	57
Liite 8: Diakoniatuntien oppimateriaali on ppt-tiedosto ja saatavissa ainoastaan Diakonia-ammattikorkeakoulun Järvenpään toimipaikan kirjastosta	

## 1 JOHDANTO

Diakonia on koko seurakunnan toimintaa läpileikkaava työmuoto. Tämän vuoksi diakoniaskasvatus kuuluu seurakunnassa kaikille työntekijöille. Diakoniasvatuksen pitäisi alkaa jo päiväkerhoista ja jatkua aina aikuisten toimintaan. Rippikouluissa diakoniatyölle ja diakoniasvatukselle on oma, tärkeä paikkansa. Nuoret elävät elämässään vaihetta, johon kuuluu monenlaisia haasteita. Kasvaminen nuoresta aikuiseksi ei aina ole kivutonta eikä ongelmatonta. Diakoniatyön entistä näkyvämpi läsnäolo rippikouluissa voi tukea nuoren kasvua ja antaa työkaluja hankalien asioiden käsittelyyn, mutta ennen kaikkea toteuttaa diakoniatyön perusperiaatteita – kulkea vierellä ja auttaa niitä, jotka muuten jäisivät avun ulkopuolelle.

Rippikoulutyö on perinteisesti monissa seurakunnissa mielletty ennen kaikkea nuorisotyönohjaajien ja pappien tekemäksi työksi. Muiden työalojen työntekijät osallistuvat rippikoulutyöhön tehden lähinnä omaa työalaansa tutuksi. Rippikoulu on kuitenkin koko seurakunnan yhteinen missio. Nuori tarvitsee kasvussaan kristityksi ja myös aikuiseksi koko seurakuntaa yhteisönä.

Diakoniatyön mukanaolo rippikouluissa on nykyisin entistä perustellumpaa nuorten kasvuun liittyvien ja sitä häiritsevien ongelmien moninaisuuden vuoksi. Diakonian asiakkuus on nykyään totta yhä useamman nuoren perheen arjessa. Entistä useammassa rippikouluryhmässä on nuoria, jotka tarvitsevat tukea, ohjausta ja apua. Juuri tässä olisi mahdollisuus toteuttaa rippikoulutyötä myös moniammatillisesti.

Rippikoulua sanotaan elämän kouluksi. Siellä opetellaan kirkkomme uskon perusteita ja myös elämää, yksin ja yhdessä. Rippikoulu voi tukea elämän vaikeiden asioiden kohtaamisessa ja niistä selviämisessä. Turvallisen ympäristön merkitystä ei voi koskaan korostaa liikaa. Aikuisten läsnäololla ja valmiudella aitoon dialogiin nuorten kanssa on tärkeä merkitys. Läsnäolon kautta, yhdessä kokemalla, voidaan käsitellä vaikeitakin ja hankalia asioita.

Tämän työn tarkoituksena on tuottaa materiaalia, josta on hyötyä sekä nuorille että rip-pikoulutyötä tekeville aikuisille. Opinnäytetyö on perinteistä opinnäytetyötä suppeampi tekijän aikaisempien ammattikorkeakoulututkintojen vuoksi. Aikaisemmat opinnot ovat ohjanneet työn teoreettisia lähtökohtia, varsinkin sosiaalipedagogisten menetelmien ja diakoniakasvatuksen kohdalla.

## 2 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

Tätä kehittämishanketta ohjaavat lähtökohdat ovat Suomen evankelis-luterilaisen kirkon rippikoulusuunnitelma, kirkkojärjestys ja Äänekosken seurakunnan rippikoulutyön toimintasuunnitelma. Teoreettisina menetelminä tässä työssä käytetään sosiaalipedagogiikan menetelmistä erityisesti sosiokulttuurista innostamista, dialogia ja sosiaalipedagogista herkistämistä.

### 2. 1 Nuoruus kehitysvaiheena

14-18- vuoden iässä nuoren maailmassa tapahtuu paljon muutoksia, jotka ovat hänen kannaltaan hyvin tärkeitä ja jotka vaikuttavat suuresti koko hänen olemukseensa ja käyttäytymiseensä. Nuoruus määritellään lähteistä riippuen joko 12-15-, 13-16-, tai 12-18-vuoden aikavälille. (Dunderfelt 2011.)

Nuoruusikää voidaan hahmottaa monin eri tavoin: psykoanalyttikot pitävät sitä viettimyrskyn matkaan saattamana myllerryksenä, monet akateemiset tutkijat tasaisesti etenevänä kehitysvaiheena ja eräät konstruktionistit aikuisen luomana keinona ohjailla nuorisoa lapsuuden ja aikuisuuden välimaastossa. Myös nämä kilpailevat tulkinnat kertovat nuoruusiän monikasvoisuudesta. (Vuorinen 2004, 201.)

Lapsuuden loppumisen ja aikuisuuden välillä on jakso, jolloin nuoren elämässä tapahtuu suuria muutoksia. Nuoren oppimiskyky on suurempi kuin koskaan myöhemmin. Lisäksi nuori saavuttaa henkisten voimiensa täyden mitan ja ”tiedon maailman koko rikkauden. Hän joutuu tekemään päätöksiä, jotka vaikuttavat koko hänen loppuelämänsä. Nuori kamppailee jatkuvasti ristiriitojen ja jännitysten maailmassa, jossa pääosaa näyttelevät huikea toiveikkaus ja uhkaava epätoivo, mutta myös voitontahto ja oman heikkouden tajuaminen. (Dunderfelt 2011, 87.)



### 2.1.1 Nuoruuden tehtävä

Nuoruudessa yksilö kohtaa merkittäviä psykologisia ja sosiaalisia muutoksia omassa kehityksessään. Fyysisten muutosten ohella nuoruus merkitsee entistä itsenäisempää elämää ja vähittäistä irrottautumista vanhemmista. (Pruuki 2010, 51- 52.) Nuoruuden tehtävänä on sulauttaa yhteen lapsuuden samaistusten ja kokemusten pohjalta syntynyt minäkuva sekä yhteiskunnan tarjoama sosiaalinen rooli. Nuoren on myös sopeuduttava seksuaalisen kypsymisen fysiologiseen ja psykologiseen muutokseen oman persoonallisuutensa rakenteessa, joka on kehittynyt lapsuuden eri vaiheissa. Nuoruuden tehtävä koskee siis ensisijaisesti ihmissuhteiden ja ruumiin muutoksia. (Dunderfelt, 59.)

Nuoruuden kehitystehtävät voidaan nähdä haasteina, joiden kohtaaminen ja joista selviytyminen mahdollistavat nuoren kehittymisen sekä siirtymisen seuraavaan elämänvaiheeseen. Nuoren pyrkii kohti itsenäisyyttä ja vastuullisuutta sosiaalisessa käyttäytymisessä, taloudellisissa seikoissa ja myös tunne-elämässään. Nuori kehittää omaa arvomaailmaansa ja moraaliaan, jotka ohjaavat hänen elämäänsä. (Dunderfelt 2011, 81.)

Erikson (1982) näkee nuoruusiän tärkeimmäksi kehitystehtäväksi identiteetin ja roolihämmenyksen välisen kriisin ratkaisun. Nuori kyseenalaistaa asioita, jotka ovat olleet hänelle aiemmin itsestään selviä tai joihin hän on luottanut. (Erikson 1982, 249-250.)

Nuori etsii omaa itseään sisäisten voimien kasvaessa ja yksilöllisyyden tunteen voimistuessa. Dunderfelt korostaa, etteivät kasvu ja kehitys tapahdu tyhjiössä vaan sosiaalisessa kontekstissa. Eriksonin teoria käsittää kehityksen aikana ilmeneviä sisäisiä voimia, joita ovat: toivo, tahto, määrätietoisuus, pystyvyys, uskollisuus, rakkaus, huolenpito ja viisaus. Tärkeä voima, joka Dunderfeltin mukaan tässä nuoruuden kehitysvaiheessa voi syntyä, on uskollisuus. Tämä tarkoittaa sitä, että nuori voi säilyttää läheiset suhteet kanssaihmiensä kaikissa tähän ikään kuuluvissa arvojärjestelmiin kohdistuvissa ristiriidoissa. Uskollisuuden toinen puoli voi olla syrjäyttäminen. Tällöin nuori luopuu lojaalisuudesta vaaran tai riitojen uhatessa. (Dunderfelt 2011, 218, 222.)

### 2.1.2 Sosiaalinen, emotionaalinen ja hengellinen kehitys

Nuori on haavoittuvainen, itsekeskeinen sekä epävarma. Toisinaan nuori vetäytyy omaan yksinäisyyteensä ja eristäytyy ulkomaailmasta. Tämä antaa tilaa haaveille ja fantasioille, joilla nuori voi kehittää suhdetta sisäiseen itseensä. Nuori etsii itseään sisäisten voimien kasvamisen ja yksilöllisyyden tunteen voimistumisen kautta (Dunderfelt 2011, 218).

Jotta yksilöllisyys voisi vahvistua, nuori tarvitsee ympärilleen uusia ihmissuhteita, jotka avaavat hänen maailmaansa kodin ulkopuolelle. Ikätoverit ovat nyt avainasemassa nuoren ja vanhempien suhteen väljentämisessä. Tytöt ja pojat eroavat toisistaan siinä, että tytöillä tarvitsevuus kohdistuu yleensä parhaaseen ystävään, kun taas pojilla ryhmiin kokoontumiseen, jossa jengi vahvistaa yksittäisiä jäseniä. Aikuiskontaktit ovat kuitenkin myös tärkeitä. Näitä voivat olla esimerkiksi suhde isovanhempiin, kummeihin, opettajiin ja valmentajiin. (Vuorinen 2004, 213.)

Nuoren suhde vanhempiinsa vaihtelee äärilaidasta toiseen. Toisinaan hän kaipaa hellyyttä ja läheisyyttä, mutta saattaa hetken päästä kiukutella kuin pieni lapsi. Nämä ääripäät paljastavat nuoren sisäisen avuttomuuden verrattuna hänen muulloin osoittamaansa ajattelukykyyn. (Vuorinen 2004, 212.) Nuori protestoi vanhempiaan sekä muita auktoriteetteja vastaan. Kuitenkin nuori tarvitsee ympärilleen turvalliseen vuorovaikutukseen kykeneviä aikuisia, joiden kanssa voi keskustella ja oppia olemaan aidosti ja rakentavasti eri mieltä. Nuori tarvitsee aikuisia myös asettamaan rajoja ja tukemaan kykyä nähdä oman toimintansa seuraukset. Rajojen asettaminen on tärkeää nuorelle, sillä se tukee itsenäistymistä tarjoamalla persoonallisuudelle tukirakenteita. Vanhempien ei tarvitse vaatia nuorta omaksumaan omia arvojaan, mutta on tärkeää, että he itse pitävät kiinni omasta arvomaailmastaan. Vanhempien tulisi pystyä kunnioittamaan nuorta ja tämän ajatuksia sen sijaan, että pyrkisivät pysäyttämään tai sitomaan tämän kehitystä. Terveelle itsetunnolle ei toisen ihmisen itsenäistyminen ole uhka. Nuori tarvitsee vanhempien (tai muiden aikuisten) tukea kehittyessään. Nuoris- ja diakoniatyöntekijät voivat olla joillekin nuorille ainoa aikuinen tuki.

Nuoren hengellinen kasvu on Fowlerin (Kotila 2006, 136.) mukaan pitkäkestoinen prosessi. Voitaisiinkin sanoa, että ihmisen hengellinen kasvu kestää koko eliniän. Usko kehittyy vaiheittain. Varhaislapsuuteen kuuluu uskon kehitystä pohjustava, eriytymättömän uskon vaihe. Varhaislapsuudessa syntyvät vastavuoroisuus, perusluottamus, toivo ja rohkeus. 3- 7- vuoden iässä lapsi elää intuitiivis-projektiivisen uskon vaihetta. Elämä on tällöin mielikuvituksen täyttämää, tavat, tarinat ja symbolit vaikuttavat voimakkaasti. Tämä aika on myös uskontokasvatuksen aloittamisen kannalta parasta aikaa. Lasta kiehtoo erityisesti Jumalan metafyyssisyys, näkymättömyys ja myös se, että Jumala on läsnä kaikessa ja aina. (Kotila 2006, 138.)

Myyttis-kirjaimellisen uskon vaiheessa kertomuksilla, uskomuksilla, riiteillä ja myyteillä on suuri arvo. Suurin osa kouluikäisistä, mutta myös aikuisista edustavat myyttis-kirjaimellista ajattelutapaa: Jumala nähdään hyvin mustavalkoisena. Se voi johtaa siihen, että ihminen pettyy Jumalaan huomattaessaan, ettei hyviä aina palkitakaan ja pahoja rangaista. ( Kotila 2006, 139.)

Tämän työn kohderyhmä, 15- 18- vuotiaat nuoret kuuluvat Fowlerin jaottelun mukaan synteettis-sovinnaisen uskon vaiheeseen. Samalla kun maailmankuva laajenee perheen ulkopuolelle kaverit, harrastukset ja koulu saavat entistä enemmän tilaa yksilön maailmankuvan rakennusaineina. Synteettis- sovinnaisen uskon vaiheeseen kuuluu kiinteästi elämän tarkoituksen etsiminen. Yksilö on toisten odotusten ja toiveiden toteuttamisen ristitulessa. Yksilö kaipaa kirkon julistuksessa emotionaalista tukea. Ihmisellä on halu elää läheisessä suhteessa Jumalaan ja tärkeisiin ihmisiin sekä tarve luoda omaa elämäntarinaansa. Sisäiset pettymykset voivat johtaa Jumalan olemassaolon epäilyyn. Yksilö voi olla hyvin riippuvainen yhteisöstään tai tärkeiksi koetuista ihmisistä. ( Kotila 2006, 139- 142.)

Neljäs vaihe Fowlerin teoriassa on individualistis- reflektiivinen vaihe, joka yleensä liittyy varhaisaikuisuuteen, vaikka Fowler katsookin, että vain osa aikuisista saavuttaa tämän vaiheen. Individualis- reflektiivinen identiteetti muodostuu omien rajojen tiedostamisesta ja tietoisesta yksilön itse valitsemasta maailmankatsomuksesta. Yksilö toivoo kirkolta ennen kaikkea hengähdyshetkiä arjen keskelle. (Kotila 2006, 139- 142.) Viidennessä, konjunkttiivisen eli yhdistävän uskon vaiheessa identiteetti,

elämäkatsomus ja ympäröivä maailma integroituvat. Yksilön vapaus, vastuullisuus ja pyrkimys oikeudenmukaisuuteen korostuvat samalla kun kristinuskoon sitoutuminen muodostuu entistä syvemmäksi. Kuudes vaihe on ylimaailmallisen uskon vaihe. Viimeiselle vaiheelle tyypillistä on heittäytyminen intentionaalisesti ja impulsiivisesti Jumalan käyttöön. (Kotila 2006, 142- 148.)

## 2.2 Rippikoulutyö

Rippikoulun opetustyössä painotetaan rippikoulusuunnitelman mukaisia pedagogisia perusteita. Rippikouluopetus perustuu niin sanottuun ”kolmen korin” hyödyntämiseen. Korit muodostuvat elämästä, uskosta ja rukouksesta. Kaikki rippikoulun aiheet nivoutuvat toisiinsa. Elämä, usko ja rukous ovat läsnä kaikessa toiminnassa. Opetus on vuorovaikutteista ja sallii kysymisen ja keskustelun. Opetustilanteissa hyödynnetään erilaisia toiminnallisia menetelmiä, ryhmätöitä, isosten ja työntekijöiden kokemuksia sekä tietysti rippikoululaisten omia kokemuksia. Opetuksessa pyritään mahdollisimman paljon oppimaan kokemuksen kautta, haastetaan nuoria omien mielipiteiden ilmaisuun ja rakentavaan keskusteluun. Opetettavissa asioissa tulisi huomioda ennen kaikkea niiden liittyminen nuoren elämään ja elämäkysymyksiin. (Rippikoulusuunnitelma 2001.)

Hyvä opetus voi edistää tavoitteellista oppimista, mutta mikään opetus sinänsä ei takaa oppimista, ellei nuori itse ole aktiivinen. Opiskelu ja ylipäätään oppiminen on nuorelle antoisaa ja motivoivaa, jos opiskeltava asia on nuorelle jollain tavalla relevantti ja jos se liittyy nuoren omiin elämäkysymyksiin ja sillä on jonkinlainen liittymäkohta nuoren elämänvaiheeseen. Oppimismotivaatioon vaikuttavat opetuksen sisältö ja oppimistilanteen ilmapiiri. Ahdistuneisuus ja pelko heikentävät motivaatiota, avoin ja lämmin vuorovaikutus taas lisää sitä. Avoimessa ilmapiirissä tarjoutuu myös hyvä mahdollisuus purkaa väärinymmärryksiä ja kielteisiä asenteita kirkosta tai uskosta. (Pruuki 2010, 57.)

Rippikoulun tulee palvella nuoren kasvua kohti aikuisuutta. Rippikoulussa nuori saa mahdollisuuden peilata itseään suhteessa muihin, oppia vuorovaikutustaitoja sekä saada palautetta ryhmältä. Rippikoulun aikana etäisyys perheestä ja arkiympäristöstä voi antaa myös mahdollisuuden elämän vaikeiden kokemusten turvalliseen käsittelyyn. Nuo-

ren kehitysvaiheeseen liittyvät kysymykset (itsenäistyminen, oma seksuaalisuus, omatunto, identiteetti ja omat arvot), nuoren ajankohtaiset ja tulevaisuuteen suuntautuvat kysymykset (elämäntapa, nuorisokulttuuri, oikeudenmukaisuus) ja elämän peruskokemukset elämänkaarelta ilosta suruun, ahdistuksesta vapautumiseen sekä elämän tarkoituksen miettimiseen kuuluvat rippikoulusuunnitelmaan ja ovat helposti käsitettävissä myös rippikoulun diakonisiksi ulottuvuuksiksi. Nuori saa mahdollisuuden peilata itseään suhteessa muihin, oppia vuorovaikutustaitoja ja saada ryhmältä palautetta. Etäisyys perheestä ja arkisesta ympäristöstä antaa parhaimmillaan mahdollisuuden myös elämän vaikeiden kokemusten turvalliseen käsittelyyn. Rippikoululla voi näin olla myös selvästi sielunhoidollinen ja terapeutin funktio, jolloin rippikouluun tulee selkeästi diakoninenkin näkökulma. Myös diakonian viranhaltijoiden osallistuminen rippikoulutöihin työskentelyyn on toivottavaa. Diakonialle on annettu rippikoulusuunnitelmassakin tilaa ja diakoniatyöntekijöiden osaaminen on arvokasta saada rippikoulutyöskentelyn tueksi. (Rippikoulusuunnitelma 2001.)

Sielunhoidon ja nuorten elämänskysymysten alueella diakoniatyöntekijöillä on paljon annettavaa ja heidän mukanaolonsa rippikoulussa on tästäkin syystä perusteltua. Diakoniaan rippikoulussa niveltävät hyvin myös nuorille suunnattujen avunlähteiden läpikäyminen. (Kokkonen)

### 2.3 Diakoniatyö rippikoulussa

Rippikoulu- ja diakoniatyö ovat seurakunnan tehtäviä, joista säädetään kirkkolaissa ja kirkkojärjestyksessä. (Kirkkolaki 4:1) Toteuttaakseen kirkon tehtävää seurakunta huolehtii jumalanpalvelusten pitämisestä, kasteen ja ehtoollisen toimittamisesta sekä muista kirkollisista toimituksista, kristillisestä kasvatuksesta ja opetuksesta, sielunhoidosta, diakoniasta ja lähetystyöstä sekä muista kristilliseen sanomaan perustuvista julistus- ja palvelutehtävistä.

Kirkkolaissa todetaan lisäksi, että seurakunnan järjestämässä rippikoulussa ohjataan elämään myös seurakunnan yhteydessä (KL 3:1). Seurakunnan muodostamaan rippi-

kouluyhteisöön kuuluu myös muiden eri ammattiryhmien edustajia, joihin nuorella on oikeus tutustua. Diakoniatyöntekijä voi olla osa rippikoulutiimiä (KL 3:2) ja näin korostaa sitä, että rippikoulu on koko seurakunnan yhteinen missio.

Usein diakoniatyötä pidetään ennen kaikkea aikuisten parissa tehtävänä työnä. Kuitenkin Kirkkolaissakin todetaan selvästi, että *Seurakunnan tulee huolehtia alueellaan asuvien sielunhoidosta, kristillisestä uskosta ja elämästä sekä tarjota tilaisuus yksityiseen rippiin* (KL 4:1). Diakonian tarkoituksena on kristilliseen rakkauteen perustuva avun antaminen niille, joilla on avun tarve. Nuorella voi olla elämässään aivan yhtä lailla vaikeaa kuin aikuisellakin ja nuorellakin pitää olla oikeus saada myös diakonista apua. Sielunhoito ja diakonia kuuluvat myös rippikouluikäiselle.

Olen käyttänyt työssäni lapsidiakonian periaatteita myös nuorisodiakoniassa. Lapsidiakonian keskeinen tehtävä, lapsen toivo nähdäksi tulemisesta ja tarpeisiin vastaaminen ei muutu, vaikka lapsi kasvaakin nuoreksi. (Mattila 2003, 16.) Mattilan mukaan lapsen näkemistä edellyttävä kohtaaminen on läsnäoloa, hänen vakavasti ottamistaan sekä tilan antamista. Diakoniatyön tulee muuttua kunkin ajan mukaan. Lapsidiakoniassa etsitään sitä, joka elää yksin hätänsä kanssa ilman, että siihen reagoidaan. (Mattila 2003, 8.)

Vaikeassa tilanteessa elävän nuoren kohtaaminen vaatii McDowellin (1996) mukaan aikuiselta empaattisuutta. Empaattisuudella tarkoitetaan esimerkiksi väkivaltaa kohdanneen nuoren kanssa sitä, että työntekijä ei sorru latelemaan latteuksia eikä selittele tekoa, vaan pyrkii vastaamaan ymmärtäväisesti sanomalla esimerkiksi ”Olit varmasti peloissasi.” tai ”On varmasti vaikeaa löytää sanoja kokemillesi tunteille.” Työntekijän empaattisuudella voi olla parantava vaikutus suhteessa autettavaan. Autettava kokee, että ehkä joku kuitenkin ymmärtää ja joku sittenkin välittää. Työntekijä voi vaikuttaa myös tavallaan huomioida ja kohdata nuori. Jos nuori kokee tulevaisuuden hyväksytyksi ajatuksineen ja omana itsenään, on hänen helpompi luottaa aikuiseen. Työntekijältä vaaditaan myös aitoutta. Aito työntekijä on tosissaan, avoin, välitön persoona, eikä sorru näyttelemään mitään muuta kuin on. Aitouden lisäksi vaaditaan nöyryyttä. Autettavaa nuorta voidaan vahingoittaa turhalla röyhkeydellä tai itsekeskeisyydellä ja puoskaroinnilla. Nöyrä työntekijä yrittää ymmärtää eikä yli-innokkaasti jakele ohjeita ja

neuvoja, keskittyy autettavan ajatuksiin ja kokemuksiin ja tunnustaa nuoren asiantuntijuuden oman elämänsä suhteen. (McDowell 1996, 10-11.)

McDowell ohjaa työntekijää toimimaan ”LEADER”- mallin mukaan, Listen, Empathize, Affirm, Direct, Enlist, Referrer. Siinä ensimmäinen askel on *kuunteleminen*. Kuuntelemisella tarkoitetaan myös tunteiden tunnistamista ja sanatonta viestintää. On tärkeää kuulla myös sitä, mitä ääneen ei sanota. *Eläytyminen* voi auttaa työntekijää asettumaan toisen rooliin. Välillä on hyvä muistuttaa itselleen, miten itse kokisi vastaavassa tilanteessa ja millainen itse on ollut samanikäisenä. Oman kokemuksen kautta voi syventää ymmärrystään. Pienet eleet, kuten nyökkääminen, pehmeällä äänellä puhuminen, katsekontakti ja sanallisen sekä sanattomankin viestinnän kuuntelu luovat autettavalle turvallista ilmapiiriä. *Vahvistamalla* nuoren persoonallisuuden hyviä puolia, taitoja ja mahdollisuuksia tuetaan nuoren omia keinoja tilanteen ratkaisemiseen. *Ohjaamisen, nuoren omien vahvuuksien tunnustamisen ja eteenpäin katsomisen* tarve vaihtelee kuitenkin nuoren ja kyseessä olevan tilanteen suhteen. (McDowell 1996, 3, 506-507.)

Diakoniatunnit elämänmakuisine diakoniarasteineen ja varsinkin rastityöskentelyn purku tarjoaa työntekijällekin mahdollisuuden kartoittaa nuorten elämää hieman tarkemmin. Rippikouluun osallistuu nuoria, jotka tarvitsevat aikuisen asioihin puuttumista ja tukea. Kuitenkaan apu ei tavoita nuoria eikä uusia toimintamalleja synny, ellei ole olemassa yhteyttä nuoreen. Diakoniatyön tulee pyrkiä myös siihen, että se tekee itsensä tarpeettomaksi. Mattilan (2003) mukaan hyvä diakonia tähtää siihen, että hätä päättyy. Diakoniatyön pitää puolustaa niiden ihmisten ihmisarvoa, joilta se on riistetty tai joita ollaan unohtamassa. Kuitenkin nuoren, joka jää yksin hätänsä kanssa, olisi oltava kaiken diakonisen avun antamisen keskiössä. Inhimillisen kärsimyksen vähentäminen ja nuoren vahvistaminen ovat diakoniatyön tehtäviä. (Mattila 2003, 10-12.)

## 2.4 Sosiokulttuurinen innostaminen ja sosiaalipedagogiset menetelmät

Sosiokulttuurinen innostaminen syntyi Ranskassa toisen maailmansodan jälkeen. Sen päämääränä on herkistää ja motivoida ihmistä ennen kaikkea osallistumaan. (Kurki 2000, 11, 19.)

Innostaminen voidaan määritellä sosiaalisten suhteiden kentässä tapahtuvaksi tavoitteelliseksi toiminnaksi, joka suuntautuu sekä ryhmään että sen yksittäisiin jäseniin. Innostamisen tavoitteena on aikaansaada pysyviä muutoksia osallistujien sosiaalisessa todellisuudessa. Tunnusomaista innostamiselle on sen kasvatuksellisuus, ihminen on aktiivinen oppimaan oppija sekä toimija, joka on kykenevä muokkaamaan omaa elämäänsä ja sitä kautta omaa paikkaansa yhteiskunnassa. Perusluonteeltaan innostaminen on osallistuvaan pedagogiikkaan perustuvaa sosiaalista teknologiaa. Se on ammatillista kulttuurista toimintaa, joka tavoittelee yksilöiden ja ryhmän elämän laadun parantamista yhteiskunnassa. (Hämäläinen & Kurki 1997, 202- 205.)

Kurki (2000) määrittelee innostamisen teoreettiselle rungolle joitain päämääriä. **Innostamisen avulla pyritään sosiaalisen liikkeen aikaansaamiseen ja sosiaalisen muutoksen luomiseen ja vahvistamiseen.** Yksilö itse on ensisijainen toimija muutoksen aikaansaamisessa. Vaikka innostamisella ei ratkaistakaan ongelmia, se tarjoaa välineitä niiden kohtaamiselle. **Innostaminen juurtuu aktiiviseen ja osallistuvaan pedagogiikkaan sekä siitä nousevaan metodologiaan.** Aktiiviset, ei-ohjaavat menetelmät, joiden tarkoituksena on herättää halua 'kasvattaa' itse itseään ohjaavat toimintaa. **Innostamisen tavoitteena on kulttuurinen demokratisaatio ja kulttuurinen demokratia.** Toteutuakseen tämä vaatii entistä laajempaa kulttuurien välistä ymmärrystä ja kunnioittamista.

**Innostaminen luo ja vahvistaa sekä autonomisten sosiaalisten ryhmien että toimivien ryhmäprosessien syntymistä.** Ryhmä on innostamisen kannalta hyvin tärkeä, sillä sitä kautta muodostetaan ryhmäidentiteettiä ja vahvistetaan kunkin yksilön henkilökohtaisia ominaisuuksia. **Innostaminen koostuu sellaisista sosiaalisista käytännöistä, jotka saavat aikaan aloitteellisuutta, osallistumista sekä toiminnan ja sen merkityksen pohdinnan vuorovaikutusta.** Ihmisten vapautta ja oma-aloitteellisuutta tuetaan korostaen samalla sellaisten metodien merkitystä, jotka ovat



aina suorassa yhteydessä ihmisen konkreettiseen elämäntilanteeseen. **Innostaminen on sosiaalisen intervention teknologiaa.** Toimintaa ohjaavat erilaiset tekniikat ja menetelmät yhdistettynä aatteisiin. **Innostaminen etsii aktiivisesti sellaisia resursseja, jotka mahdollistavat yksilöiden ja ryhmien identiteetin ja pääroolin vahvistamisen omassa kulttuurisessa ja sosiaalisessa kehityksessään omassa yhteisössään ja alueellansa..** Innostamista leimaa hyvin suunniteltu, päämäärätietoinen toiminta, jonka perustana on käsitys ihmisestä, persoonasta osana yhteiskuntaa. **Innostaminen on yksilöllisten ja ryhmien välisen kommunikaation järjestelmä.** (Kurki 2000, 24- 28.)

Kurki (2000) asettaa innostamiselle kaksi päätavoitetta. Ensinnäkin innostamisen avulla voidaan 'herättää henkiin elämää siellä, missä sitä ei ole'. Sen avulla luodaan ihmiskuntaan liikettä, herätetään huolestuneisuutta ja tuetaan yksilöiden aloitteellisuutta. Lisäksi rohkaistaan itsenäiseen toimintaan ja henkilökohtaiseen vastuunottoon. Tämä johtaa asioiden täytäntöönpanoon. Toiseksi tavoitteena on 'tukea ja saada liikkeelle niitä kykyjä, jotka ovat jo olemassa', vaikka ne olisivatkin heikkoja tai tiedostamattomia. Innostamisella yksilöiden ja ryhmien kykyjä ja voimia herätellään sekä voimistetaan. Osallistumista sosiaaliseen, kasvatukselliseen ja kulttuuriseen toimintaan rohkaistaan. Ensimmäistä tavoitetta voidaan pitää ennen kaikkea ammatillisen innostajan tehtävänä, toista taas enemmänkin vapaaehtoistyöntekijän tehtävänä. Molemmat tehtävät ovat varsin haastavia. (Kurki 2000, 23.)

Innostamisessa yksilön persoonalla on suuri merkitys. Persoonaa on ennen kaikkea toimija, toiminnassa persoona luo ja rakentaa itseään eli harjoittaa vapauttaan. Innostamisen tehtävät perustuvat juuri ihmisen omaan osallistumiseen. Gillett'n (1995) mukaan nämä voidaan jaotella kolmeen osaan, *tekniseen tuotantotehtävään* eli projektiin, joka kulloinkin toteutetaan, *helpottamiseen ja välittäjänä toimimiseen*, joka liittyy keskeisesti ryhmän organisointiin ja toiminnan suunnitteluun sekä *valaistumiseen*, jonka kautta pyritään selkeyttämään tavoitteita ja tunteita. Jokaisessa projektissa tulisi näkyä näiden kolmen tehtävän toteutuminen. (Kurki 2000, 78- 79.)

Tehtävien lisäksi innostamiselle voidaan määrittää myös tiettyjä periaatteita. Yksilön ja ryhmän vapaus on arvokkaampaa kuin sen tukahduttaminen. Aktiivisesti kokeilemalla ja toimimalla oppii paremmin kuin vain passiivisesti elämällä. Ihmisellä on oikeus

ohjata itse itseään ja omaa toimintaansa, hänen ei tarvitse tyytyä olemaan muiden ohjailtavissa. (Hämäläinen & Kurki 1997, 206.)

Innostamisessa suuri rooli on innostajalla, ohjaajalla. Jotta ihminen voisi toimia innostajana, on hänen itsensä ensin oltava innostunut. Innostamiseen ei myöskään pysty, jollei kykene herättämään toisissa innostusta. Näin ollen kuka tahansa ei voi toimia innostajana. Innostajan tavoitteena on ylläpitää ihmisten henkilökohtaista turvallisuutta heidän jokapäiväisessä elämässään. Innostajan ammatillisena tehtävänä on toimia sosiaalisten prosessien liikkeellepanijana. (Kurki 2000, 80- 84.)

Sosiaalisella kasvattajalla, innostajalla, on oltava tiettyjä ominaisuuksia, joita joiltain osin voidaan hioa koulutuksenkin avulla. Innostajan omat asenteet, odotukset ja persoonalliset piirteet ovat oleellisen tärkeitä sosiaalisen intervention prosessissa. Innostajan tulee olla kypsä tunne-elämältään sekä sosiaalisesti älykäs. Avoimuus, kärsivällisyys, kyky organisoida ja johtaa erilaisia ryhmiä ovat myös tärkeitä. Quintana (1993) puolestaan korostaa innostajan ominaisuuksista erityisesti sosiaalista herkkyyttä, sosiaalista sitoutumista, sosiaalista taistelutahtoa, pragmaattisuutta, todellisuudentajua, johon liittyy ripaus ihanteellisuutta, tarvittavia ja runsaita sosiologisia tietoja sekä palveluhenkisyttä. (Hämäläinen & Kurki 1997, 232- 233, Kurki 2000, 80- 84.)

Sosiaalipedagogiikan keskeisenä ajatuksena on auttaminen itseapuun, yhteisöllisyyden vahvistaminen ja kasvatuksellinen ennaltaehkäisy sekä niiden teoreettinen kehittäminen ja soveltaminen käytäntöön. Itseavulla tarkoitetaan ihmisen motivointia ja rohkaisua oman elämänlaatunsa ja – hallintansa parantamiseen. (Hämäläinen & Kurki 18- 19.)

Innostajan ominaisuudet sopivat hyvin myös diakonista nuorisotyötä tekeväälle ihmiselle. Myös nuorisotyössä vaaditaan joustavuutta ja kykyä muutokseen ja kehitykseen. Nuorisotyössä hyödynnetään paljon sosiaalipedagogiikkaa, monesti jopa tiedostamatta. *Dialogisuus* tulee esiin nykypäivän rippikoulutyössä yhä enemmän ja se näkyy myös Elämä, Usko, Rukous -rippikoulusuunnitelma 2001:ssä. Dialogisuudelle luonteenomaista on luottamus ja tasavertaisuus. *Pedagoginen suhde* tukee nuoren elämänhallintaa ja näkee oppimisen mahdollisuudet eri tilanteissa. *Valtaistamisella* rohkaistaan nuoren osallisuutta omaan elämäänsä sekä tuetaan elämänhallintaa. *Vastuuttaminen* näkyy siinä, että nuori ottaa vastuuta itse itsestään ja alkaa vähitellen toimia tietoisesti oman elämänsä subjektina. *Voimavara- ja ratkaisukeskeinen työote*

ovat tärkeitä työskentelymenetelmiä. Jokaisessa on jotain hyvää, jolle voi rakentaa. Jokaisella nuorellakin on sellaisia voimavaroja, joiden olemassaolosta hän ei välttämättä ole edes tietoinen. *Sosiaalipedagoginen herkistäminen* hyödyntää ilmaisun ja myös taiteen eri keinoja tunteiden ilmaisussa. (Hämäläinen & Kurki 1997, 43, 197- 200.)

## 2.5 Dialogisuus rippikoulussa

Dialogisuus on saanut viime vuosina hyvin jalansijaa rippikouluissa. Pruukin (2010) mukaan rippikoulun onnistuminen ja sen merkitys nuorelle liittyy opettajien ja nuorten välisen vuorovaikutuksen tapaan ja sen laatuun. Aikuisesta, rippikoulun opettajasta, on aistittavissa ja nähtävissä, kuinka hän on kiinnostunut omasta tehtävästään ja ylipäättään nuorista. Opettajan suhde voi olla joko ”minä-sinä”- tai ”minä-se”- suhde. Minä-sinä-suhteen luomista on käytännössä esimerkiksi se, että aikuinen opettelee nuorten nimet. Näin nuori ei ole enää objekti, vaan muuttuu subjektiksi. Dialogisuudessa on tärkeää lisäksi se, annetaanko nuorelle mahdollisuus olla itse rakentamassa ja tekemässä omaa rippikouluun vai oletetaanko nuoren istuvan passiivisesti paikallaan. (Pruuki 2010, 77.)

Dialogisessa opetuksessa painopiste siirtyy opettajalla olevasta tiedosta siihen, jota kaikki pohtivat yhdessä. Tässä mukaillaan Sokrateen ajatusta, jonka mukaan ”totuus ei synny eikä sijaitse yhden ihmisen päässä, vaan totuutta yhdessä etsivien ihmisten dialogisessa kanssakäymisessä”. Dialogissa erilaiset ja monimuotoisetkin ajatukset saatetaan keskusteluun keskenään, jolloin syntyy ymmärrystä laajentavaa moniäänisyyttä. Rippikoulu on parhaimmillaan yhteinen prosessi, jossa yhdessä etsitään ymmärrystä ja rakennetaan merkityksiä elämästä ja kristillisestä uskosta. Ihmisten välisen dialogin ohella myös yksilön sisäisellä dialogilla on tärkeä merkitys, kun hän pohtii mielessään erilaisia ajatuksia. (Pruuki 2010, 77-78.)

Dialogi innostaa ihmisiä ajattelemaan yhdessä ja vaikuttaa siihen, kuinka ihmiset toimivat yksin ja yhdessä. Dialogisuus voidaankin nähdä myös yhdessä ajattelemisena. (Isaacs 2001, 47.)

Dialogisessa opetuksessa opettajan tähtäyspiste on laajempi kuin monologisessa opetuksessa. Monologisessa opetuksessa opettajan oma mielenkiinto kohdistuu vain opetuksen sisältöön. Dialogisessakin opetuksessa mielenkiinto toki kohdistuu myös sisältöön, mutta ennen kaikkea siihen, kuinka opiskellaan ja opitaan. Painopiste on ennen kaikkea opettajan ja nuorten tavassa toimia yhdessä. Opettajan ensisijainen pyrkimys on avoimesta ilmapiiristä huolehtiminen, sillä se mahdollistaa yhteisten ajatusten vaihdon ja kehittelyn. Dialogisen ajattelun mukaan on tärkeää edistää nuorten halua ja kykyä keskustella uskonnollisista ja eettisistä kysymyksistä eikä vain kantaa huolta siitä, että kaikki aikuisten mielestä ”tarpeelliset” asiat tulevat mainituiksi ja läpikäytyiksi. (Pruuki 2010, 78.)

Opiskeluprosessissa opettajan on tärkeä pohtia omaa rooliaan. Opettajan tulisi säilyttää kriittinen asenne omaan asiantuntijuuteensa. Opettajalla toki on oman alansa asiantuntemus, koulutus, oma työ- ja elämäkokemuksensa ja niiden perusteella paljon sellaista tietoa, mitä nuorella ei ymmärrettävästi ole. Kaikki nämä ovat tärkeitä asioita, mutta ne voivat helposti tulla yhteisen oppimisen esteeksi. Olennaista on, että opettaja tuo keskusteluun omaa ja kirkonkin ainesta, mutta niin väljästi, jotta keskustelu jatkuu. Opettajan ja isosten asenteella on myös keskeinen merkitys. Rippikoulussa opiskellaan yhdessä ja opitaan yhdessä lisää. Rippikoululaisten kannalta olisi edullista, jos opettajat opettaisivat yhdessä tai ainakin isosten kanssa mahdollisimman paljon. Myös persoonallisen näkökulman tuominen teemaa lähestyttäessä ja samalla itselle tärkeiden ja merkityksellisten asioiden esiin tuominen keskustelun kohteena olevasta asiasta on oppijoille hyödyksi. (Pruuki 2010, 78.)

Paolo Freire määrittää muutosvalmiuden dialogiin lähtemisen edellytykseksi. Ilman muutosvalmiutta ei dialogiin voi lähteä, sillä aidossa kohtaamistilanteessa ihmiset ovat alttiita toisilleen. Yhdessä ajattelu voi parhaimmillaan muokata ajatuksia, asenteita ja jopa arvomaailmaa. (Freire 1970, 96-98.)

Dialogisuutta voidaan edistää Pruukin (2010) mukaan erilaisilla tavoilla. Etukäteisinformaation luonne on tärkeä. Siitä rippikoululaiselle selviää se, mitä ja miten rippikoulusta viestitään. Puhuttaessa rippikoulusta tyylillä ja sanavalinnoilla on ratkaiseva merkitys, sillä ne joko edistävät tai ehkäisevät nuoren subjektiutta rippikoulussa. Tulo rip-

pikouluun on erilainen, jos puhutaan ennen kaikkea siitä, mitä rippikoulussa ei saa tehdä kuin siitä, mitä rippikoulu itse asiassa nuorelle voi mahdollistaa. (Pruuki 2010, 78-79.)

Opettajan vastuulla on tutustuminen ja turvallisen ilmapiirin luominen. Ensivaikutelma ei ratkaise kaikkea, mutta luo myös rippikoululle suunnan. Opettajan on syytä miettiä, miten nuoret otetaan vastaan ensimmäiseen kokoontumiseen. Ollaanko toivottamassa kätellen tervetulleeksi vai kerrotaanko heti ensimmäiseksi kiellot ja säännöt? On tärkeää, että nuoriin tutustutaan ja autetaan heitä myös tutustumaan toisiinsa. Nimen opettelu on ensimmäinen merkki kiinnostuksesta. Nuorelle on tärkeää saada kokemus kuulumisesta porukkaan. Istuminen ympyrässä ei vielä takaa dialogia, vaan sen aikaansaanminen vaatii opettajalta määrätietoisuutta. Leikeillä ja peleillä voidaan vaikuttaa myönteisesti ilmapiiriin ja ne toimivat hyvinä välineinä tutustumisessa. Tutustumisessa on tärkeää, että jokainen saa sanoa jotain itsestään. Nuori saa äänen, kun kertoo itsestään ja itselle tärkeistä asioista. Ilmapiirillä on tärkeä merkitys myös oppimisen kannalta, sillä nuori liittyy kokemansa ilmapiirin opiskeltavaan ainekseen. Vaisu tai kielteinen ilmapiiri heijastuu käsitykseen kristillisestä uskosta. (Pruuki 2010, 78- 80.)

Onnistuneen dialogin edellytys on kiinnostuminen toisesta ihmisestä. Kiinnostuminen ilmenee haluna kysyä ja kuunnella. Aktiivisessa kuuntelussa keskitytään toiseen, kuunnellaan ja pyritään ymmärtämään häntä. Kuuntelija ei tuo esiin omia ajatuksiaan eikä kritisoi kuulemaansa, vaan pyrkii pääsemään selville puhujan ajatuksista. Kuuntelija voi vahvistaa hyväksyvää ilmapiiriä ja hyödyntää keinoja, jotka rohkaisevat puhumiseen ja avoimeen ilmaisuun esimerkiksi nyökkäyksillä tai myötäilevillä sanoilla. Yhteenvedossa kuulemastaan kuulija voi tarkistaa, onko ymmärtänyt oikein. Opettajan tavalla kuunnella nuorta on tärkeä merkitys nuoren opiskelun ja itse oppimisenkin kannalta. Opettajan pitäisi suhtautua kaikkea kuulemaansa ”ihmetellen”, ikään kuin kuulisi sen ensimmäistä kertaa. Jos nuori saa itselleen kokemuksen siitä, että häntä kuunnellaan, hänen on helpompi mieltää itsensä oppimisen subjektiksi. Aktiivisen kuuntelun ansiosta yhä useampi haluaa tuoda näkökulmansa esiin. Näin näkökohtien määrä lisääntyy ja nuoret alkavat vähitellen kuunnella myös toisiaan. (Pruuki 2010, 80.)

Dialogisuuden lähtökohtana on aitous. Jos rakkaus, nöyryys ja usko ihmiseen ovat aitoja, ne luovat tasavertaisen suhteen kahden ihmisen välille. Tasavertainen suhde luo puolestaan luottamusta dialogissa olevien ihmisten välille. Luottamuksen puuttuminen

kertoo siitä, ettei ole ollut aitoa rakkautta, nöyryyttä tai uskoa ihmiseen. Luottamus syntyy sanoista ja teoista, nämä puolestaan puhuvat kolmen edellisen edellytyksen olemassaolosta. (Freire 1970, 100.)

Toivo on dialogia ylläpitävä voima ja se perustuu ihmisen keskeneräisyyteen. Keskenenäisyys saa ihmisen suuntautumaan kohti uutta ja antaa voimaa. Toivo tekee myös kahden ihmisen kohtaamisen merkitykselliseksi, sillä epätoivon ilmapiirissä kohtaaminen on tyhjää ja väsyttävää. (Freire 1970, 101.) Värin mukaan dialogisuus toteutuu ennen kaikkea oikeana asennoitumisena, mutta myös myötätuntona ja aitona huolella toisesta. (Värri 1997, 89.)

Dialogiin kuuluu myös omasta puolesta puhuminen. Tällöin ajatus ei ole yleispätevä totuus, vaan oma kanta ja ajatus. Asenteeseen kuuluu, ettei yritä omistaa totuutta, vaan tuntee olevansa jatkuvasti matkalla sitä kohti yhdessä toisten kanssa. Omasta puolesta puhuminen on tärkeää silloin, kun kyseessä on tulkinnallinen, arvoväritteinen tai maailmankatsomuksellinen asia. Omasta puolesta puhuminen kutsuu toistakin puhumaan omasta puolestaan, siitä mitä hän ajattelee ja millaisiin kokemuksiin käsitykset perustuu. Dialogissa liitytään ja kytkeydytään toisen puheeseen ja jatketaan uusia merkityksiä etsien. (Pruuki 2010, 80.)

Dialogissa oma roolinsa on myös sopimuksilla: on tärkeää sopia säännöt ja käytännön asiat, kuten esimerkiksi aikataulu. Sääntöihin sitoutumisessa olennaista on se, saavatko nuoret itse osallistua niiden tekemiseen vai kerrotaanko ne heille valmiina. Valmiiden sääntöjen latelu on autoritääristä kulttuuria ja saa usein nuoret uhmaamaan niitä. Säännöt voidaan laatia yhdessä ja miettiä yhdessä niiden merkityksiä ja perusteita. Sopimuksia pitää toteuttaa, aikuisetkin sitoutuvat noudattamaan niitä. Olisi hyvä lisäksi miettiä sitä, että keskustellaanko tavoitteista, työtavoista ja arvioinnista yhdessä vai ilmoittaako opettaja ne? Missä määrin nuorilla on lupa olla eri mieltä ja missä määrin he saavat esittää keskeneräisiä ajatuksia ja kysymyksiä? Ovatko opettajat valmiita vastaanottamaan palautetta? (Pruuki 2010, 80.)

Nuoren rippikoulukokemuksen olennainen osa on tunne kuulumisesta ryhmään. Isosen rooli rippikoulussa on edistää tutustumista, rohkaista rippikoululaisia sekä huolehtia,

ettei kukaan jää yksin. Isonen voi olla kumppani ja malli kristitystä nuoresta. Isonen sitoutuu rippikoulun periaatteisiin. Isosella on annettavaa myös opiskeluun. Olisi toivottavaa, että isokset osallistuisivat opetukseen mahdollisimman paljon, sillä isonen voi tuoda tärkeitä näkökulmia ja ennen kaikkea esimerkkiä siitä, kuinka uskonnollinen ja katsomuksellinen pohdinta jatkuu rippikoulun jälkeenkin. Isonen on opettajan apu ja tärkeä voimavara rippikoulun arvioinnissa. Isosena toimista oppii isosena olemalla, jolloin yhteinen reflektointi palvelee isosen omaa oppimista. (Pruuki 2010, 83- 84)

## 2.6 Dialogisuus sielunhoidossa

Rippikoulu voi olla nuorelle kokonaisuutena hoitava kokemus. Rippikoulussa nuori voi kohdata opettajan sielunhoidollisessakin keskustelussa. Sielunhoitoon liittyy vahvasti Pruukin (2010) mukaan myös dialogisuus. Pruuki (2010) jaottelee sielunhoidossa käytettävän kielen ”ongelmakieleen” ja ”kompetenssikieleen”. Ongelmakieltä käytetään, kun pyritään selvittämään kyseessä olevan ongelman taustat ja ominaispiirteet. Ongelmakieli näkee ihmisen ennen kaikkea objektina, jolla on jokin ongelma. Kompetenssiakieltä käytettäessä keskustelun painopiste on ongelmakeskeisyyden sijaan niissä asioissa, joita toinen on jo pyrkinyt tekemään tilanteen parantamiseksi tai niiden asioiden miettimisessä, joita vielä voisi tehdä. (Pruuki 2010, 87.)

Kompetenssikieleen, ratkaisukeskeisyyteen, liittyy vahvasti myös dialogisuus. Dialogin avulla pyritään yhdessä sielunhoidettavan kanssa avaamaan uusia näköaloja tilanteen tarkastelemiseksi. Dialogi voi voimaannuttaa asiakasta ja auttaa häntä eteenpäin. Pruukin (2010) mukaan dialogisuuden merkittävimmät ulottuvuudet liittyvät sielunhoitajan tapaan olla. Mitä levollisempi, kiireettömämpi ja rauhallisempi sielunhoitaja on, sen helpompi nuoren saattaa olla puhua ja ilmaista itseään. Nuoren kokema ahdistus voi lievittyä kiireettömän läsnäolon lisäämän turvallisuuden ansiosta. Sielunhoitajan rauhattomuus tai kiire johtaa monesti nuoren niukkasanaisuuteen. Kiireessä ei voida päästä sellaiseen prosessiin, jossa ymmärrettäisiin asiaa uudella tavalla. Sielunhoitaja voi edis-

tää ja vahvistaa nuoren kuulluksi tulemisen kokemusta toistamalla hänen sanojaan tai tarttumalla ja kytkeytymällä niihin. Sielunhoitaja voi toistaa sanatarkasti jonkin nuoren sanoman ilmaisen. Sielunhoitajan tulisi keskittyä siihen, mitä nuori haluaa sanoa, eikä siihen, mitä hän itse haluaisi nuoresta tietää. Sielunhoitajan on tärkeää ymmärtää, että hänen mieleensä tulleet ajatukset ja diagnoosit voivat olla myös virheellisiä. Auttajalla on vastuu siitä, mitä hän sanoo. Dialogi voi tuhoutua varmaan tietämiseen, joka ei anna tilaa millekään muulle. (Pruuki 2010, 88.)

Dialogisuuteen kuuluu myös tietämättömyys. Se tarkoittaa Pruukin (2010) mukaan sitä, että sielunhoitajan tulee sietää epävarmuutta, kyseenalaistaa omat oletuksensa ja tietämisensä sekä olla nuorelle ja tämän asialle mahdollisimman avoin. Tietämättömyyden mukana tulee uteliaisuus ja avoimuus uusille merkityksille. Keskustelun tulee olla mahdollisimman tasavertaista. Tietämättömyys antaa mahdollisuuden tilanteen ja sen ratkaisujen tarkasteluun mahdollisimman monista näkökulmista käsin. Asioille pyritään yhdessä löytämään uusia merkityksiä, jolloin voidaan olettaa nuorella olevan enemmän mahdollisuuksia toimia vaihtoehtoisilla tavoilla. (Pruuki 2010, 88.)

Dialogisuuteen ei kuulu ”rivien välistä lukeminen” eikä ymmärtäminen. Niiden sijaan tavoitteena on keskittyä kuuntelemaan ihmisen omia sanoja. Aina on myös mahdollista kysyä lisää. Tietämättömyyteen suostumisen ei tarvitse sulkea pois sielunhoitajan omia ajatuksia tai oletuksia. Omien ajatusten esiin tuominen on tärkeä kytkeä nuoren sanoihin liittyen ja uusia näkökulmia avaten. (Pruuki 2010, 88.)

Nuorella voi olla elämässään monenlaisia, raskaitakin taakkoja. Ne voivat olla suremattomia suruja, purkamattomia ahdistuksia, yksinäisyyttä tai tarkoituksettomuuden unnetta. Nuori saattaa kokea yllätyksenä sen, että joku aikuinen on kiinnostunut hänen elämästään ja asioistaan ja että työntekijällä on juuri hänelle aikaa. (Ruuskanen 2008, 16.)

Dialogi ei ole ainoastaan keskustelumenetelmä, vaan vaikean asian jakamista. Sitä voisi kuvata myös rakkauden kokemukseksi. Sielunhoitotilanne voi olla parhaimmillaan tilanne, jossa nuori jakaa elämänsä vaikeita asioita sielunhoitajan kanssa. Vaikeista asioista puhuminen on monesti ahdistava kokemus, koska siihen liittyy vaikeita tunteita tai niistä ei koskaan aikaisemmin ole puhuttu. Kun puhujan kertomaan suhtaudutaan vaka-



vasti, se antaa puhujalle mahdollisuuden miettiä, mitä hän itse asiasta ajattelee. Vaikeista asioista puhuminen luo sisäistä tilaa ja tekee mahdolliseksi niiden tarkastelun uudesta näkökulmasta. Samalla kun nuori kertoo tunteistaan ja asioistaan, hän tulee tietoisiksi niistä ja muokkaa niitä. Kun sielunhoitaja vastaa sanottuun, tuo puhuttu asia asettuu ikään kuin näiden kahden väliin ja kokemuksesta voi tulla parantava. Dialogisessa sielunhoidossa on tarkoitus lisätä yhteistä ymmärrystä käsiteltävästä asiasta. Uudet näkökulmat mahdollistavat uusia ajattelu- ja toimintatapoja. Jos nuori tulee kuuluksi, hän voi alkaa kuunnella ja kiinnostua toistenkin mielipiteistä ja kokemuksista. (Pruuki 2010, 88- 89.)

## 2.7 Vaikeat tilanteet nuoren elämässä

*Stakesin kouluterveyskyselyn 2010-2011* mukaan 13 % yläkouluikäisistä pojista ei ole yhtään todellista läheistä ystävää, jonka kanssa voisi puhua luottamuksellisesti. Tyttöillä vastaava luku on 6%. 8.-9. -luokkalaisista tytöistä noin 18 % on kärsinyt masennuksesta, pojista joka kymmenes. Vanhempien työttömyys vaikuttaa kolmasosan elämään. Tytöistä avun puutetta itseä huolestuttavissa asioissa on kokenut joka neljäs, pojista 17%. 2/3 on sitä mieltä, että kiusaamiseen ei ole puututtu. Seksuaalinen häirintä on huolestuttavan yleistä, tytöistä yli puolet ilmoittaa tulleen häirityksi. Seksuaalista väkivaltaa tytöistä on kokenut joka viides, pojista 7%. Saman kyselyn mukaan 14-18 – vuotiaista nuorista joka viides ilmoittaa kokevansa vanhemmuuden puutetta. Lisäksi kolmasosa nuorista toteaa, etteivät vanhemmat tiedä heidän viikonloppuviihtopaikkojaan. Erityinen suomalainen nuorten yksinäisyyteen liittyvä piirre onkin turvallisten aikuiskontaktien vähäisyys. Näyttää siltä, että yhä harvemmalla vanhemmalla on aikaa, kykyä ja halua keskustella nuoren kanssa hänelle tärkeistä asioista. (Terveys- ja hyvinvoinninlaitos, 2011.)

Vuosittain noin 130 nuorta tekee itsemurhan. Itsemurhayrityksiä on arvioitu olevan 10-15- kertainen määrä. Suomalainen nuoriso onkin kansainvälisten tutkimusten valossa yksi itsemurha-alttiimmista. Uusitalon (2006) mukaan suomalaisen itsemurhan erityispiirteenä voidaan pitää sitä, että nuoret päätyvät itsemurhaan yhtä todennäköisesti kuin

aikuiset. Mielenterveysongelmien lisääntyminen osaltaan selittää korkeita lukuja. (Uusitalo 2007, 52.)

Oman kokemukseni mukaan kouluterveyskyselyn mukaisia ongelmia kokevia nuoria on kaikissa rippikouluryhmissä.

Rippikoulussa nuori voi kokea ympäristön niin turvalliseksi, että jo se saattaa rohkaista nuorta puhumaan omista asioistaan. Lisäksi leirimuotoinen rippikoulu tarjoaa mahdollisuuden oman elämän ja ehkä nuoren elämässä mahdollisesti olevien vaikeiden asioiden tarkasteluun hieman etäämmältä. Koulumaailmasta tutut moniongelmaiset nuoret syömishäiriöineen, aggressioineen, päihteidenkäyttöineen ja mielenterveysongelmineen näkyvät myös rippikouluissa. Rippikoulun opettaja tarvitsisi välillä psykologin, poliisin ja sosiaalityöntekijänkin ammattitaitoja nuoren ongelmien monimutkaisen verkon edessä. Rippikoulun työntekijä on tavallaan aitiopaikalla. Hänellä on mahdollisuus päästä lähelle nuorta ja saada mahdollisesti aikaan sellainen yhteys, jonka rohkaisemana nuori ensimmäistä kertaa elämässään todella puhuu aikuisen kanssa oman elämänsä kipukohdista. Nuorelle on tärkeä kokemus, että vaikeista asioistakin voi puhua ja niistä voi selvitä – yhdessä. Joskus voi tulla esiin niin vaikeita asioita, että lastensuojelulain tunteminen auttaisi työntekijää tilanteessa eteenpäin.

Rippikoulussa voi nuoren elämästä paljastua sellaisia asioita, jotka vaativat puuttumista ja avun hankkimista. Lastensuojelulain tavoite on lisätä valmiutta lastensuojelutarpeen nopeaan ilmoittamiseen. Lain lähtökohtana on lapsen etu ja lapsen edun arvioinnista lähdetäänkin liikkeelle. Lain toinen lähtökohta on, että lapsen ja nuoren hoito ja kasvatus ovat ensisijaisesti vanhempien vastuulla. Lastensuojelun tarve alkaa, jos on vaaraa, ettei lapsesta tai nuoresta pidetä riittävän hyvää huolta tai jos lapsi tai nuori omalla toiminnallaan uhkaa omaa hyvinvointiaan. Sosiaali- ja terveydenhuollon, päivähoidon, koulutoimen, poliisin ja seurakunnan kaikilla työntekijöillä ja myös luottamushenkilöillä on lakisääteinen velvollisuus ilmoittaa kunnan sosiaaliviranomaisille, jos he ovat saaneet tietää lapsesta tai alle 18-vuotiaasta nuoresta, jonka hoidon ja huolenpidon tarve, kehitystä vaarantavat olosuhteet tai oma käyttäytyminen edellyttävät lastensuojelutarpeen selvittämistä. Lastensuojelulain velvoittama ilmoitusvelvollisuus on ensisijainen suhteessa vaitiolovelvollisuuteen. Papin ja lehtorin tehtävien rippisalaisuus ei sido muita kirkon viranhaltijoita. Avun hakemisesta on tärkeää keskustella myös nuoren ja tämän vanhempien kanssa. Nuoren

kannalta on tärkeää, ettei hän koe jäävänsä tilanteessa yksin, vaan hänen vierellään on ammattitaitoisten työntekijöiden joukko, joka haluaa ja voi auttaa. (Pruuki 2010, 89-90.) Nuoren elämässä voi olla ongelmia perheessä, väkivaltaa, päihteiden käyttöön liittyviä kysymyksiä, nuorten keskinäisissä suhteissa, mielenterveydellisiä ongelmia niin nuorella itsellään kuin perheessäkin, vakava sairaus, seksuaalisuuden kysymyksiä ja toki monia muitakin. (Pruuki 2008, 5.)

Kasvaakseen ehjäksi ja tasapainoiseksi aikuiseksi lapsi tai nuori tarvitsee elinympäristön, jossa hän saa riittävästi rakkautta ja turvallisuutta, hyviä ihmissuhteita ja esikuvia, kannustusta ja arvostusta. Terve itseluottamus ja itsetunto rakentuvat näiden kautta. Nuorisotyönohjaaja voi olla tarjoamassa nuorelle ainakin yhden ihmissuhteen, missä nuorta ei hylätä, vaan kannustetaan ja jossa hänen voimavarojaan tuetaan ja häntä rohkaistaan. (Pruuki 2008, 6.)

### 3 KEHITTÄMISTEHTÄVÄN TOTEUTUSYMPÄRISTÖ

Tämän opinnäytetyön kehittämistehtävänä oli tuottaa diakoniakasvatusmateriaalia hyödynnettäväksi Äänekosken seurakunnan nuorisotyössä, lähinnä rippikoulu- ja isoskoulustyössä. Lapuan hiippakunnassa, pohjoisessa Keski-Suomessa sijaitseva Äänekosken seurakunta muodostuu neljästä alueesta, joilla jokaisella on yksi tai useampi nuorisotyönohjaaja, mutta vuodesta 2012 lähtien rippikoulut ovat koko seurakunnan yhteisiä. Äänekosken seurakunnalta puuttuu sellainen diakoniakasvatusmateriaali, joka tekisi tutuksi myös seurakunnan itsensä toteuttamaa diakoniatyötä ja jonka kautta nuori voisi saada tietoa oman asuinalueensa palveluista silloin, kun on vaikeaa tai tarvitsee apua.

Äänekosken seurakunta on noin 17500 jäsenen seurakunta, joka muodostuu kahdesta kirkkopiiristä (Suolahden ja Äänekosken) ja kahdesta kappeliseurakunnasta (Sumiaisten ja Konginkankaan). Äänekosken seurakunnassa on parhaillaan viisi kokopäiväistä nuorisotyönohjaajan virkaa. Rippikoulutyö Äänekoskella on perinteisesti nähty vain nuorisotyön osa-alueeksi. Muilla seurakunnan työaloilla on ollut rippikoulussa ohut rooli yksittäisten oppituntien järjestäjänä. Rippikoulutyötä koordinoi yhden nuorisotyönohjaajista valitun nuorisotyön koordinaattorin lisäksi rippikouluteologi. Nuorisotyö pitää rippikoulutyötä näkyvästi esillä niin seurakunnan yhteisissä tapahtumissa kuin myös työntekijäkokouksissa ja eri työmuotojen kanssa. (Äänekosken seurakunta, 2011)

Rippikoulutyö mielletään ehkä liiaksikin ainoastaan nuorisotyönohjaajien tekemäksi, korvamerkityksi työksi.

Äänekosken seurakunnassa rippikoulutyön toiminnalliset päätavoitteet ja painopistealueet 2011-2013 on tavoittaa toimintavuonna 15 vuotta täyttävät nuoret sekä tarjota mahdollisuus aikuisrippikouluun sitä haluaville. Rippikoulu on seurakunnan kaste- ja kummikoulu. Rippikoulun tavoitteena on, että nuori vahvistuu siinä uskossa kolmiyhteiseen Jumalaan, johon hänet on pyhässä kasteessa otettu. Lisäksi pyritään tukemaan nuoren kasvua lähimmäisenrakkauteen, rukoukseen ja seurakuntayhteyteen. Rippikoulujen tavoitteena on, myös se, että rippikoulun aikana nuori tutustuu seurakuntaan ja sen toimintaan, ja että hän voisi löytää oman tehtävänsä ja paikkansa tässä seurakunnassa. (Äänekosken seurakunta, 2011.)

#### 4 KEHITTÄMISTEHTÄVÄN TOTEUTUS

Olen huomannut rippikoulutyössä nykyisen diakoniatyön ja kansainvälisen diakonian opintokokonaisuuksien olevan monesti vaikeaselkoisia ja pääosin työntekijävetoisia. Rippikoulun toteutuksessa diakoniatyölle on annettu yhdestä kahteen oppituntia ja monesti ne ovat olleet ennakkotapaamisissa ja siten diakonian osuus rippikoulun kokonaisuudesta on jäänyt hyvinkin ohueksi. Perinteiset menetelmät ”kalvosulkeisineen” tai liian pitkin powerpoint-dioineen ja diakonian työmuotojen esittelyineen eivät aina lähennä diakoniatyön käsitettä nuorille. Nuoren tulisi kuitenkin saada olla itse toimijana ja kokijana oppimisen keskiössä. Työntekijän olisi mahdollistettava kokonaisvaltainen oppiminen nuoren lähtökohtia kuunnellen ja niitä arvostaen.

Diakoniatyöllä voisi olla paljon enemmänkin annettavaa rippikouluikäiselle nuorelle, kuin vain diakoniatyön toimintamuotoihin tutustuttaminen. Parhaimmillaan diakoniatyön oppimiskokonaisuus voi antaa nuorelle tietoa vaikeiden asioiden kohtaamisesta, niiden käsittelemisestä ja niistä selviämisestä. Diakoniatyö voi siis tukea nuoren kasvua ja kehitystä, antaa työkaluja omasta elämästä selviämiseen ja antaa kokemuksen niin autettavana kuin auttajana olosta. Projektimallinen työskentely tarjoaa diakoniakasvatusmateriaalin tuottamiseen ja sen kehittämiseen hyvät mahdollisuudet.

Projektimallista työskentelyä hyödynnettiin tässä työssä aineiston keruussa, materiaalin tuottamisessa, sen testaamisessa Äänekosken seurakunnan rippileireillä sekä materiaalin kehittämisessä. Materiaalia kokeiltiin Äänekosken seurakunnassa. Mukana olleet nuoret olivat kaikki Äänekosken seurakunnan rippikoululeireillä 2012 sekä isoskoulutuksessa 2011 ja 2012 olevia nuoria ja iältään 14- 18-vuotiaita. Nuoret osallistuivat materiaalin ideoimiseen, testaamiseen ja antoivat palautteillaan sen kehittämisessä.

#### 4.1 Projektin määrittelystä toiminnan aloittamiseen

Projektityön ja perinteisen toiminnan raja ei aina välttämättä ole kovinkaan selkeä. Vanhankin, totuttuihin malleihin ja tapoihin perustuvan työskentelytavan voi virtaviivaistaa nimeällä sen projektiksi, kun toisaalta taas projektityökin voi pysyä vanhoissa perinteisissä muoteissa. Projektikulttuuria voidaan yleensä katsella jotain uutta tuovana, innovatiivisuutta herättelevänä, mutta samalla siihen sisältyy myös paljon vanhaa muokattuna uusiin kuoriin. (Talvitie 1996, 5.)

Projektitoiminnassa varsinaiseen työn suorittamiseen ei yleensä ole olemassa sääntöjä tai määräyksiä. Useimmiten projektiryhmälle annetaan vapaat kädet työn sisällön määrittämiseen ja työn toteuttamiseen, kunhan työryhmä vain pysyttelee ennalta sovituissa tavoitteissa. Yksi projektitoiminnan merkittävimmistä eduista on siinä, että tavoitteet ja 'työongelma' määritellään aina projektikohtaisesti. Tällä varmistetaan se, että työhön on kyettävä etsimään aina uusia työskentelytapoja vanhojen rinnalle, toki ongelmasta riippuen. (Jalava & Virtanen, 1995, 60- 61.)

Diakoniakasvatusmateriaalin kehittäminen lähti selkeästi liikkeelle jo toteutetusta diakoniaopetuksesta. Diakonian peruseriaatteet eivät vuosien saatossa ole muuttuneet miksikään. Lähimmäisen hädän näkeminen ja siihen reagoiminen ovat edelleen kaikessa työssä läsnä. Vaikka sisältö pysyisikin samana, menetelmät voivat muuttua. Tässä kehittämistehtävässä hyödynnettiin vanhoja oppituntimateriaaleja ja pyrittiin luomaan uusi materiaali, joka päivittää diakoniaopetuksen nykykielelle ja nuorten ikätasolle sopivaksi ja hyödylliseksi.

#### 4.2 Kehittämistehtävän tavoitteet ja projektin hallinta

Kehittämishankkeen tavoitteet alkoivat hahmottua kesällä 2010 osallistuessani ensimmäisiä kertoja Äänekosken seurakunnan rippikoululeireille diakoniatyöntekijän ominaisuudessa. Pidin rippikouluilla diakoniatunteja ja osallistuin yhdelle leirille. Tällöin Äänekosken seurakunnan nuorisotyönohjaajat ilmaisivat toiveensa oman seurakunnan tuot-

tamasta, paikallisleimaisesta diakoniakasvatusmateriaalista. Tavoitteisiin vaikuttivat omien ajatusteni lisäksi luonnollisesti myös Äänekosken seurakunnan diakonia- ja nuorisotyönkin toiveet ja rippikoulukasvatuksen yleiset tavoitteet. Tavoitteet kehittämiss-hankkeelle olivat seuraavat:

- nuorten yhteisöllisyyden vahvistaminen osana seurakuntakulttuuria
- diakoniatyöhön tutustuminen nuorten omista lähtökohdista käsin
- diakoniaopetuksen päivittäminen 2010-luvulle
- vaikeiden elämäntilanteiden tunnistaminen ja niissä toimiminen
- nuoren innostaminen ja kannustaminen
- nuoren oman osallisuuden lisääminen ja siihen rohkaiseminen

Tavoitteiden mukana kulki myös oma henkilökohtainen halu tuottaa laadukasta diakoniakasvatusmateriaalia, joka ennen kaikkea olisi toiminnallista ja osallistavaa. Kehittämistehtävässä omilla kokemuksilla ja opinnoilla on suuri merkitys. Uskon, että aikaisemmin suoritetuilla niin yhteiskunnallisilla kuin kirkolliseen työhönkin suuntaavilla opinnoillani on ollut suuri merkitys tämän materiaalin tekemiseen ja siitä innostumiseen.

Projektin tavoitteena oli tuottaa helppokäyttöinen kaksiosainen materiaali, jonka ensimmäinen osa, diakoniatunnit diakoniarasteineen, tekevät tutuksi diakoniatyötä Äänekosken seurakunnassa, kansainvälistä diakoniaa ja nuoren elämän kipukohtia. Lisäksi materiaalin tavoitteena on haastaa nuoren asenteita ja kasvattaa myös suvaitsevaisuuteen. Toinen osa on nuorille jaettava opasvihkonen, jonka aihealueet nousivat diakoniarastien sisällöistä. Aiheet käsiteltiin kussakin rippikoulussa yhdessä nuorten kanssa. Oppaassa käydään tiivistetysti läpi nuoren elämään mahdollisesti liittyviä hankalia asioita sekä sitä, mistä apua on Ääneseudulla saatavissa. Materiaalin tekemisessä painotetaan erityisesti kokemuksellista oppimista ja yhdessä tekemistä. Materiaalin pohjana hyödynnetään soveltuvien osien jo aikaisemmin pidettyjä ja toteutettuja diakoniatunteja sekä diakoniarasteja, joita olen itse ollut tekemässä vuodesta 2001 lähtien. Pyrkimys oli tehdä rastimuotoinen materiaali, jossa nuoret pääsevät harjoittelemaan arkielämään liittyviä valintoja ja hakemaan apua erilaisiin vaikeisiin tilanteisiin.

Oppimiskokonaisuuksia pidettiin joko leirikeskuksessa tai seurakuntakodilla ja oppimistuokio kesti yleensä koko aamupäivän. Yhdessä rippikouluryhmässä oli 25 nuorta ja 5-7 isosta, joissain rippikouluryhmissä kesäteologi tai kesänuorisotyönohjaaja oli myös läsnä oppimiskokonaisuudessa. Diakonialle oli varattu rippikoulun intensiivijakson puolivälistä aikaa. Oppimiskokonaisuuden jälkeen nuorilta kerättiin oppimispäiväkirjan välityksellä palaute tunneista luokkatiloissa. Palautteessa kysyttiin muun muassa sitä, mitä nuori oppi seurakunnan diakoniatyöstä, mikä jäi mieleen, mikä tuntui pahalta ja mitä oppi. Palautteiden pohjalta rastityöskentelyä muokattiin nykyiseen versioonsa ja päätettiin tehdä nuorille jaettava, kotiin kulkeva opasvihkonen.

Tässäkin kehittämistehtävässä nuorille annettiin mahdollisuus saada oma äänensä kuuluviin. Nuoria kuultiin niin rastien suunnittelussa kuin myös palautteen hyödyntämisessä materiaalin tekemistä ajatellen. Nuorten ajatukset olivat tärkeitä ennen kaikkea siksi, että niiden kautta pääsin lähemmäksi nuorten todellista elämää. Jokaisella paikkakunnalla on tietysti omat haasteensa. Tämän projektin tuotos kuvaa erityisesti Ääneseudulla asuvien nuorten haasteita ja ajatuksia.

#### 4.3 Aineiston hankinta

Opinnäytetyön kannalta tarpeellisen aineiston, kertomusten, tarinoiden ja kuvien hankinnassa apuna hyödynnettiin omia arkistoja, olemassa olevaa diakoniakasvatusmateriaalia sekä Ääneseudun sosiaali- ja terveydenhuollon toimijoiden valmiita materiaaleja. Oman seurakunnan nuorisotyönohjaajiin oltiin yhteydessä materiaalin keräämisessä ja toimintaideoiden kartoittamisessa. Lisäksi materiaalin tuottamisessa otettiin huomioon nuorten omat toiveet ja tarpeet.

Tiedonhankinnassa hyödynnettiin jo olemassa olevaa diakoniakasvatusmateriaalia niin nettisivujen kuin opinnäytetöiden ja muiden julkaisuiden kautta. Aikaisemmin luodut materiaalit ovat omalta osaltaan sekä innoittamassa että ohjaamassa tämän hankkeen tekemistä.



Aikaisempia opinnäytetöitä diakoniakasvatuksesta on tehty Diakonia-ammattikorkeakoulussakin. Varsinaisesti nuorisotyöhön suunnattuja opinnäytteitä löytyi muutama.

Hänninen & Wahlroos (2010) kartoittivat työssään 'Rippikoulun punainen lanka' Mikkelin hiippakunnassa rippikoulua pitävien työntekijöiden näkemyksiä diakoniatyöstä ja diakoniakasvatuksesta.

Rinta-Säntin opinnäytetyön (2009) 'Diakoniakasvatus rippikoulutyössä', tehtävä oli valmistaa diakoniatyön oppitunnit diakoniatyön käyttöön.

Rasti- ja pelimuotoisia opinnäytetöitä on tehty myös muutama. Anttilan (2011) opinnäytetyön 'Pidä huolta: lautapeli diakoniatyöstä rippikouluun' tavoitteena oli luoda diakoniatyöstä kertova peli käytettäväksi rippikoulutyössä. Peli on suunniteltu diakoniakasvatuksen tueksi suurissa ryhmissä. Työn tavoitteina olivat diakoniatyön tunnettuuden vahvistaminen, diakoniatyön kuvan selventäminen, herättää vastuuta lähimmäisestä ja saada nuori pohtimaan kirkollista ammattia.

Mikkasen (2009) Opinnäytetyön, 'Maailmanpelastajan lyhyt oppimäärä: kansainvälisen diakonian kasvatusaineisto rippikouluihin' tarkoituksena oli tuottaa kansainvälisen diakonian kasvatusaineisto nuorisotyön ammattilaisille erityisesti rippikoulukäyttöön. Materiaalissa painottuvat erityisesti ihmisoikeudet.

Hildenin ja Moision (2005) opinnäytteen 'Ristinkantajat diakoniaopetuspaketti rippikouluun' tavoitteena oli luoda diakoniatyöstä kertova peli käytettäväksi rippikoulutyössä. Peli on suunniteltu diakoniakasvatuksen tueksi suurissa ryhmissä. Työn tavoitteina olivat diakoniatyön tunnettuuden vahvistaminen, diakoniatyön kuvan selventäminen, herättää vastuuta lähimmäisestä ja saada nuori pohtimaan kirkollista ammattia.

Saarelaisen (2011) opinnäyteproduktion 'Köyhyyspeli. Sukellus arkeen suomalaisen köyhän roolissa' tarkoitus oli tuottaa peli, jolla kokeillaan suomalaisen köyhäksi määritellyn ihmisen elämää kuukauden ajan.

#### 4.4 Kehittämistehtävän arviointi

Talvitien (1996) mukaan projektin arvioinnissa tuloksellisuus on hyvin pitkälle näkökulmakysymys. Ongelmat, tarpeet ja odotukset vaihtelevat eri paikkakunnilla ja itse projekteja viedään läpi hyvin erilaisia menetelmiä käyttäen. Tästä syystä projektin tutkiminen ja arvioiminen on vaikeaa. Kuitenkin projekteihin kohdistetaan paljon odotuksia silloin, kun ollaan kehittämässä uusia, aiempaa parempia tai asiakaslähtöisempiä toimintatapoja. Tuloksista puhumista ei näin ollen voida sivuuttaa, vaan uusien toimintatapojen paremmuudesta tai toimivuudesta pitäisi olla näyttöä, jotta voitaisiin sanoa projektin onnistuneen. Hyvä projekti voi kuitenkin olla merkittävä käänne joidenkin harvojen elämässä tai hyvä lähtölaukaus positiivisille muutoksille. (Talvitie 1996, 20-22.)

Tässä työssä arviointi on ollut osa kehittämistyötä koko ajan. Nuorilta saadun palautteen sekä oppimispäiväkirjojen avulla tuntisisältöjä ja opasvihkosta on muokattu. Nuorten ajatuksia ja mielipiteitä on kuultu, ovathan he oman elämänsä asiantuntijoita. Hyvin suunniteltuna ja toteutettuna diakoniakasvatuskin voi tuottaa positiivisia kokemuksia mutta myös muutoksia nuorten ajatusmaailmassa ja tätä kautta suhtautumisessa toisiin ihmisiin, erilaisuuteen, eri kansallisuuksiin ja ylipäättään diakoniatyöhön. Diakonia on jokaisen kristityn tehtävä, myös rippikouluikäisten. Diakoniatunneilla käsiteltävät elämänmakuiset ja ehkä rouheatkin asiat voivat olla tilaisuus nuoren omien vaikeiden asioiden käsittelyn aloittamiselle.

## 5 DIAKONIATUNNIT KÄYTÄNNÖSSÄ SEKÄ OPPIMISPÄIVÄKIRJOISTA SAA- TU PALAUTE JA ARVIOINTI

Diakoniatunteja pidettiin leiri- ja päivärippikouluissa joko seurakunnan leirikeskuksessa tai seurakuntakodilla. Kussakin ryhmässä oli 25 nuorta ja 5-7 isosta. Diakonian oppimiskokonaisuuden aluksi esittelin itseni ja niissä rippikouluryhmissä, joissa olin vain vierailijana, käytiin läpi nimikierros, jossa nuoret kertoivat nimensä ja yhden asian, jossa ovat joskus tulleet autetuiksi. Auttamistilanteita olikin hyvin monenlaisia, kaikilta ikäkausilta. Auttamistilanteen miettiminen ja niiden kertominen viritti jo hieman ajatuksia alkavaan rupeamaan.

Alkutunti pidettiin luokkatilassa, jossa oli toimiva nettiyhteys. Aluksi katsottiin PowerPointille tehty alustus diakoniatyöstä. Alustuksessa diakoniatyön juuria etsittiin Raamatusta ”Kädet kirjaan - tartu Raamattuun”, pienimuotoisen kisailun avulla. Siinä nuorille annettiin yksi Raamatun kohta kerrallaan ja kyseinen kohta piti löytää omasta Raamatusta mahdollisimman nopeasti. Ensimmäisenä kohdan löytänyt nousi seisomaan ja alkoi lukea löytämänsä kohtaa, seuraava kohdan löytänyt jatkoi seuraavasta jakeesta. Näin nuoret saivat kerättyä pisteitä jo ennakkoon omille isosryhmilleen.

Alustuksessa tutustuttiin diakoniatyön eri toimintamuotoihin ja tilanteisiin, joissa diakoniatyö voi olla ihmisen apuna ja tukena. Alustuksen jälkeen katsottiin Mannerheimin Lastensuojeluliiton kiusaamisesta kertova video YouTubesta. Video toimi virittelijänä ja herättelijänä diakoniarasteille.

Diakoniarasteja oli rippikouluryhmästä riippuen 5-7 ja ne olivat isosten vastuulla. Isosille oli edellisenä päivänä pidetty rastiohjeistus ja heille oli annettu tarvittavat varusteet rastin pitoon. Minun tehtäväkseni jäi seurata ryhmien suoriutumista rasteilla ja huolehtia aikataulun mukaisesta rastipisteiden vaihdosta. Rasti oli luonteeltaan pieni sosiodraama ja yksi rasti kesti keskimäärin viisi minuuttia. Rasteilla ryhmäläisten tehtävänä oli selvittää, kuka rastihenkilö oli, mikä hänellä oli hätänä ja miten häntä voisi auttaa. Isot pisteyttivät ryhmiä rasteilla käytöksen, tehdyn yhteistyön ja auttamisideoiden mukaan. Isosten hieno heittäytyminen draamatyöskentelyyn takasi sen, että ryhmäläiset saivat

rasteistaan kattavan kuvan kustakin ongelmatapauksesta. Rastien suorittamisen jälkeen koko rippikouluryhmä isosineen kokoontui toiseen tilaan, leirikeskuksessa takkasaliin ja seurakuntakodilla päiväkerhotilaan, jossa oli mahdollisuus istua mukavammin ja rennommin lattialla. Lauloimme välillä toivelauluja Punaisista veisukirjoista purkaessamme rastityöskentelyä. Diakoniarastit purettiin käymällä läpi jokainen rasti: mietimme yhdessä, kuka rastilla oli, mikä hänellä oli hätänä ja kuinka häntä autettiin. Isonen sai kertoa, mille hänestä tuntui olla rastihenkilönä ja miten hän koki ryhmien auttamisen. Ryhmäläiset saivat kertoa, mille tuntui mennä rastille ja kohdata erilaisia ongelmia. Jo-kaista rasteilla ollutta aihetta käsiteltiin vielä yhteisesti siitä keskustellen ja kokemuksia jakaen. Yhdessä pohdimme myös sitä, mistä apua voisi kussakin tilanteessa löytää ja mikä olisi oikea avun hakemisen suunta.

Diakonian oppimiskokonaisuuden purkamissa tärkeää oli erityisesti turvallisen ilmapiirin luominen. Mielestäni diakoniatunneille paras paikka rippikoulussa on silloin, kun rippikouluryhmä on jo ryhmäytynyt ja ryhmäläiset ovat toisilleen jonkin verran tuttuja. Sekä purkukeskusteluissa että oppimispäiväkirjoissa oli selkeästi nähtävissä eroavaisuuksia siinä, olinko vain vierailevana tuntien pitäjänä vai yhtenä kokoaikaisena työntekijänä rippileirillä. Mitä tutumpi työntekijä on, sitä helpompi nuorten kanssa on keskustella ja toisaalta nuorten on myös helpompi kertoa omia ajatuksiaan ja mielipiteitään. Keskusteluyhteyden saamisessa apuna, välittäjänä olivat välillä myös isokset. Lisäksi yllättävän suuri merkitys oli purkukeskustelujen olosuhteilla esimerkiksi rennosti takahuoneen lattialla ringissä istuen.

Oppimispäiväkirjoja kerättiin yhteensä yhdeksältä rippikouluryhmältä, yhteensä noin 225 nuorelta. Oppimispäiväkirjan kysymykset olivat aina samat. Oppimispäiväkirjojen vastausprosentti oli 100. Osaltaan tähän vaikutti varmasti se, että jokainen palautettu oppimispäiväkirja osallistui tikkareiden arvontaan. Oppimispäiväkirjat palautettiin nimettömästi.

Oppimispäiväkirjoissa kysyttiin seuraavia asioita: Keneltä voin saada apua? Millaisia työmuotoja diakoniatyössä on? Mitä diakonia tarkoittaa? Keitä ovat minun lähimmäiseni? Mitä tänään opin? Millaisia oppitunnit mielestäni olivat? Mikä oli parasta ja mikä oli huonointa? Mitä jäin miettimään? Mitä haluaisin vielä kysyä? Millainen mielialani on nyt?

Oppimispäiväkirjat täytettiin luokkatilassa oppimiskokonaisuuden ja diakoniarastien purkukeskustelun jälkeen. Jokainen oppimispäiväkirja oli erilainen kuten täyttäjänsäkin. Yhdistäviä tekijöitä löytyi kuitenkin useita. Suuri osa rippikoululaisista mielsi lähimmäisekseen hyvät kaverit ja perheen. Diakonian koettiin tarkoittavan ennen kaikkea aikuisille tarjottavaa apua. Kesän 2011 ja 2012 vastauksissa oli joitain eroavaisuuksia. Vuoden 2012 vastauksissa korostui kuitenkin se, että diakonia on tarkoitettu kaikille ja että diakoniatoimistosta apua voi saada kuka vaan, myös koululainen. Esimerkkeinä kerrottiin perheväkivalta- tai avioerotilanne. Muutama vastaaja ei ollut oppinut mitään uutta. Suurin osa koki oppineensa toimimaan vaikeissa tilanteissa, kuuntelemaan hätää kärsivää ja etsimään apua oikeista paikoista. Osa vastaajista koki olevansa rohkeampia kysymään tuntien jälkeen, mikä kaverilla on hätänä. Vastausten eroavaisuuksia selittää se, että opetusta muokattiin hieman vuoden aikana nuorten toiveita vastaavaksi.

Oppitunnit koettiin mielekkäiksi. Ne olivat muuhun rippikouluopetukseen nähden usein hieman erilaisia. Diakonian oppimiskokonaisuudesta saaduissa palautteissa näkyi se, että nuoret pitivät toiminnallisuudesta. Alun Raamattukisaa pidettiin mukavana ja hyödyllisenä tapana tuoda Raamattua tutummaksi. Rastit jäivät suurimmalle osalle mieleen, rastitehtävät koettiin puhuttelevina ja nuoren elämää koskettavina kysymyksinä. Osassa palautteita nuoret olivat iloisia siitä, että olivat osanneet toimia oikein ja ohjata avun tarvitsijaa eteenpäin. Osassa palautteita nuoret kokivat riittämättömyyttä ja avuttomuutta, omien auttamistaitojen toivottiin olevan paremmat. Joidenkin nuorten elämässä oli sellaisia asioita, jotka olivat rastityöskentelyissä muistuneet mieleen tai muistuttivat ahdistavista kotioiloista niin voimakkaina, että niitä piti saada purkaa jo leirillä. Näiden nuorten kanssa työskentelyä jatkettiin leirien päätyttyäkin ohjaamalla heitä psykososiaalisten palveluiden piiriin sekä jatkamalla yksilötapaamisia heidän kanssaan.

Rastien riittävän pitkä ja perusteellinen purkaminen koettiin hyvänä ja kokoavana. Erityisesti nuoret pitivät isosten mukana olosta rastien purkukeskustelussa ja siitä, miten isokset toivat esiin omia kokemuksiaan ja ajatuksiaan niin rastihenkilöroolin kuin myös oman elämäkokemuksensa kautta. Yhdenkään ryhmän kanssa purkukeskustelussa ei ollut hankaluuksia keskustelun herättämisessä, päinvastoin piti tarkkailla kelloa ja yrittää pysyä sovitussa ajassa muun rippikouluohjelman suhteen. Nuoret kokivat tulleen kuulluiksi ja pitivät tärkeänä sitä, että jokaisen mielipiteelle oli tilaa, myös eriäville ja kantaottaville. Eräs nuori tiivistä palautteensa sanomalla: ”Tästähän aikuisen ja nuoren

välisessä vuorovaikutuksessa on kyse – että ollaan valmiita kuuntelemaan ja jakamaan asioita. Kiitos siitä, että oli aikaa olla ja puhua.” Tuossa lauseessa tulee todeksi se, mi-  
hin oppimiskokonaisuudessa pyrittiinkin. Aitoon, rehelliseen ja toista kunnioittavaan dialogiin.

*Työlle asetetut tavoitteet* toteutuivat hankkeen edetessä. Oppimispäiväkirjoista on nähtävissä, että nuoret itse kokivat *yhteisöllisyytensä vahvistuneen* diakonian oppimiskokonaisuudessa. Ryhmässä toimiminen ja sen mukanaan tuomat positiiviset onnistumisen kokemukset vaikuttivat aikuisten näkökulmasta myös rippikouluryhmien ilmapiiriin.

Diakoniarastit ja niiden purkaminen olivat *diakoniatyöhön tutustumista nuorten omista lähtökohdista käsin*. Kirkon verkkopalveluihin tutustuminen ja niiden käyttö, samoin kuin Youtube:n ja nykyisen kristillisen nuorisomusiikin hyödyntäminen *toi diakoniaopetusta 2010-luvulle*. Oppimispäiväkirjoista saadussa palautteessa näkyy se, että *nuoret oppivat tunnistamaan vaikeita tilanteita ja saivat kokemuksen siitä, miten niissä toimitaan*. Nuorten innostaminen ja kannustaminen näkyi siinä, kuinka nuoria kohdatiin ja miten oppimiskokonaisuutta toteutettiin. Vetäjän omalla esimerkillä oli selkeästi suuri merkitys.

Koko kehittämishankkeen ajan mielessäni oli yhä uudelleen kunkin rippikouluryhmän ainutkertaisuus ja ainutlaatuisuus. Vaikka diakonian oppimiskokonaisuus olikin minulle itselleni tuttu ja selvä, oli minun jokaisella kerralla innostuttava asiasta uudelleen ja muistettava, että nuorille kyse oli ainutkertaisesta tapahtumasta. *Nuorten oman osallisuuden lisääminen ja siihen rohkaiseminen* näkyi ennen kaikkea diakoniarastien purkukeskusteluissa, joissa nuoret jakoivat omaa elämäänsä ja omia ajatuksiaan hyvin rohkeasti, asioita pohtien ja yhdessä miettien. Voimaantumista tapahtui jokaisessa rippikouluryhmässä.

## 6 POHDINTA

Vaikeiden asioiden käsittelylle on nykypäivän rippikoulussa entistä enemmän tarvetta. Minun kokemukseni on se, että sitä ehkä pelätään liikaa. Työntekijän ei ole aina helppoa myöntää sitä, ettei tiedä tai ei osaa tai että on sanaton. Kuitenkin nuorella on tarve ja oikeus tulla kuulluksi ja kohdatuksi. Ammatillisuutta on se, että osaa kohdata nuoren ja asian, mutta olla ottamatta sitä omassa voimassaan kannettavaksi.

*Läsnäolo* tässä projektissa on tarkoittanut sitä, että jokaisen rippikouluryhmän kanssa on vietetty aikaa. Niillä rippikoululeireillä tai päiväkouluissa, joilla en ollut kokoaikaisesti mukana, pyrin olemaan mukana jo aamuhartaudesta lähtien aina lounaaseen asti, tarpeen vaatiessa pidempäänkin. Nuoren vakavasti ottaminen näkyi nuoren mielipiteiden ja ajatusten kuuntelemisena, nuoren arvostamisena ja nuoren asiantuntijuuden kunnioittamisena. Tilan antaminen taas toteutui siinä, että nuorelle annettiin riittävästi aikaa, kehtään ei pakotettu mukaan ja jokaisen ajatuksille sekä kokemuksille annettiin arvoa. Vaikeissa tilanteissa eläville nuorille tarjottiin mahdollisuus asioiden käsittelemiseen yhdessä kahden kesken nuoren ehdoilla. Yllättävän moni mahdollisuuteen tarttuikin. Usean nuoren kanssa asioiden käsittelyä on jatkettu rippikoulun jälkeen, osan kanssa yksilötyöskentelynä, osa on saattaen ohjattu mielenterveys- tai sosiaalipalveluiden piiriin kuitenkin edelleen heidän turvaverkossaan mukana ollen.

*Dialogisuudelle* ominaisten luottamuksen ja tasavertaisuuden syntyminen ei tapahtunut hetkessä. Se tapahtui vähitellen. Siihen vaikutti oma suhtautumiseni nuoriin ja siihen, miten paljon he saivat tilaa. Minä en ollut uhka enkä leiriä tai päiväkoulua hajottava tekijä vaan ennemminkin jonkin uuden mahdollistaja. Antautuminen vuorovaikutukseen oli molempien osapuolten vastuulla. Tässä vuorovaikutuksessa aikuinen voi olla myös oppijan roolissa. Itse koen saaneeni paljon kohtaamiltani nuorilta.

*Pedagoginen suhde* näkyi diakoniarasteissa siten, että opittu ja jo koettukin tuki nuorten elämänhallintaa. Nuoret näkivät oppimisen mahdollisuuksia eri tilanteissa, osa hyödynsi jo oppimaansa toisten ryhmäläisten avuksi. Rastit ja oppisisällöt oli rakennettu siten, että ne tulisivat rippikouluikäisen elämää lähelle, olisivat ehkä osittain tuttuja eivätkä liian kaukaisia tai mahdottomia.

*Valtaistaminen* näkyi jatkuvana rohkaisemisena. Nuoria kannustettiin niin vetäjien kuin isosten ja toisten leiriläistenkin toimesta, heitä muistutettiin siitä, että jokainen on oman elämänsä subjekti ja aktiivinen toimija. Diakoniatusunnit pyrkivät lisäksi tukemaan nuorten elämänhallintaa rasteilla saadun kokemuksen ja yhdessä jaetun ja puhutun kautta.

*Vastuuttaminen* näkyi joidenkin nuorten kohdalla siinä, että nuori alkoi ottaa vastuuta itse itsestään. Se, että vaikeitakin asioita käsiteltiin diakoniatusuntien jälkeen, kertoo mielestäni vastuuttamisesta. Nuori halusi muuttaa vallitsevaa tilannetta omassa elämässään ja tiesi sen olevan mahdollista ja myös uskoi pystyvänsä siihen.

*Voimavara- ja ratkaisukeskeinen työote* näkyy siinä, että niin rastitehtävät kuin keskustelutkin tähtäsivät siihen, mitä voi tehdä ja mihin suuntaan elämäänsä voi ohjata. Ongelmien sijaan keskityttiin siihen, millaisia selviytymiskeinoja voi kokeilla tai kehittää ja mitkä toimenpiteet olisivat sellaisia, joista voisi olla apua. Tulevaisuutta voi rakentaa paremmaksi, ei välttämättä yksin, vaan yhdessä toisten kanssa eläen ja toimien. *Sosiaalipedagoginen herkistäminen* toteutui rastityöskentelyissä, jotka olivat pienimuotoisia sosiodraamoja, sekä yhteisessä purkuhetkessä, jossa laulettiin, kuunneltiin musiikkia ja muutaman kerran piirrettiinkin mieleen tulevia asioita.

*Diakonisen nuorisotyön näkökulma* tulee esiin tässä projektissa erityisesti nuorten kohtaamisessa. Uskon vahvasti siihen, että hyvin toteutetut diakoniatusunnit ovat olleet joidenkin nuorten kohdalla liikkeelle paneva voima, jonka jälkeen on ollut helpompi hakea apua. Kokemukseni on ollut se, että lähes jokaisesta rippikouluryhmästä on löytynyt nuori tai nuoria, jotka ovat tarvinneet elämässään erityistä tukea rippikoulun jälkeenkin. Diakoniatyön kynnyksen madaltaminen, työntekijän tutuksi tuleminen ja avun hakemiseen rohkaiseminen ovat todennäköisesti olleet hyödyksi usealle nuorelle.

Olen iloinen siitä, että olen saanut mahdollisuuden kulkea nuorten vierellä, tukea ja ohjata myös eteenpäin. Se kertoo siitä, että nuori on tullut kuulluksi ja hänet on nähty. Välillä on ilmoille huokaistu ajatus ”kuka mua muka voi tai halua auttaa?”. Kun nuori on saanut kokemuksen siitä, että ei kaikesta tarvitsekaan selvitä yksin ja että välillä on lupa pyytää toisten tukea ja apua, moni tilanne näyttääkin vähemmän epätoivoiselta.

Diakoniatusunnit parhaimmillaan toimivat rippikouluryhmää yhteisöllisesti vahvistavana elementtinä. Rasteilla ryhmien tulee toimia tietyn tavoitteen mukaisesti, kukin



parhaansa mukaan. Rastien selvittäminen luo positiivista ja hyväksyvää ilmapiiriä, jossa jokaisen nuoren elämäkokemukselle on käyttöä ja jokaisella nuorella on oma, tärkeä paikkansa. Kasvatuksellinen ennaltaehkäisy taas näkyy siinä, että vaikeista asioista puhutaan niiden oikeilla nimillä, kaunistelematta tai kauhistelematta ja näin annetaan nuorelle oikeaa tietoa. Valistuksella on edelleen oma paikkansa nuoren kasvun tukemisessa.

Niissä rippikouluryhmissä, joissa sain olla kokoaikaisesti mukana, leirin ilmapiirissä tapahtui selkeää muutosta diakoniakokonaisuuden jälkeen. Ilmapiiristä tuli nuorten mielestä avoimempi ja sekä tunteiden että ajatusten jakaminen koettiin leirin yhteishenkeä vahvistavaksi. Toisen ihmisen kohtaamista, tukemista ja lohduttamista on hyvä harjoitella yhdessä.

Elämys- ja draamapedagogiikkaa käytettäessä prosessioppimisen tukena ohjaajan on hyvä tiedostaa vastuunsa ja velvollisuutensa. Kun prosessin aloittaa, on oltava valmis myös viemään se loppuun saakka – ei niinkään rippikouluun rajatun ajan puitteissa, vaan nuoren aikataulun mukaisesti, tapauskohtaisesti. Ohjaajan tulee olla valmis kohtaamaan nuorten kysymyksiä ja tunteita. Lisäksi on hyvä muistaa omat rajansa, ja myös tiedostaa ammattitaitonsa kohdatessa vaikeita tilanteita.

Kaiken kaikkiaan diakoniakokonaisuus, prosessioppiminen tällä tavoin koettiin onnistuneeksi. Vaikka leiri olikin henkisesti rankempi prosessioppimisen kautta niin leiriläisille, isosille kuin vetäjillekin, uskon sen olleen kuitenkin kaiken sen työn arvoinen. Hyvälle tuntuu myös se, että nuoret, niin leiriläiset kuin isoksetkin, kokivat tulleen kohdatuiksi rippikoulun aikana.

ei välittämiseen tarvita ihmeitä

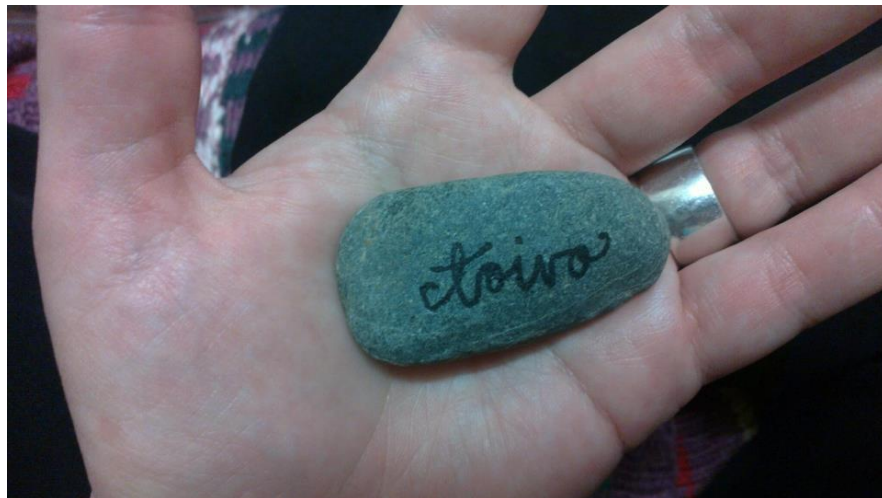
lämmin katse

hento kosketus

sydän kuiskaa.

”Minä näen sinut. Minä kuulen sinut.”

(Pauliina Tikkanen)



## LÄHTEET

- Anttila, Maarit. 2011. Pidä huolta: lautapeli diakoniatyöstä rippikouluun. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Porin toimipaikka. Hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö.
- Dunderfelt, Tony. 2011. Elämänkaaripsykologia. Lapsen kasvusta yksilön henkiseen kehitykseen. Porvoo: WSOY
- Erikson, Erik. 1982. Lapsuus ja yhteiskunta. Jyväskylä: Gummerus
- Freire, Paolo. 1970. Sorrettujen pedagogiikka. Tampere: Vastapaino
- Hilden, Maarit & Moisio, Päivi. 2005. Ristinkantajat: diakoniaopetuspaketti rippikouluun. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Porin toimipaikka. Diakonisen sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteen koulutusohjelma. Opinnäytetyö.
- Hirsijärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Hämäläinen, Juha & Kurki, Leena. 1997. Sosiaalipedagogiikka. Porvoo: WSOY
- Hänninen, Marjo & Wahlroos, Anni. 2010. Rippikoulun punainen lanka. Diakoniakasvatus Mikkelin hiippakunnan seurakuntien rippikoulutyössä. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Järvenpään toimipaikka. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.
- Isaacs, William. 2001. Dialogi ja yhdessä ajattelemisen taito. Helsinki: Kauppakaari
- Jalava, Urpo & Virtanen, Petri. 1996. Laatu, innovaatio ja projekti. Hyvinvointipalvelujen kehittämisen ydinkysymyksiä. Helsinki: Kirjayhtymä
- Kotila, Heikki. 2006. Hengellisen ohjauksen kirja. Helsinki: Kirjapaja
- Kurki, Leena. 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Muutoksen pedagogiikka. Tampere: Vastapaino
- Mattila, Kati-Pupita. 2003. Lapsidiakonian käsikirja. Helsinki: Sininauhaliitto
- McDowell, Josh. 1996. Josh McDowell's handbook on Counseling Youth. A Comprehensive Guide for Equipping Youth Workers, Pastors, Teachers and Parents. Word Publishing: Dallas

Mikkanen, Suvi. 2009. Maailmanpelastajan lyhyt oppimäärä: kansainvälisen diakonian kasvatusaineisto rippikouluihin. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Helsingin toimipaikka. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Pruuki, Heli. (toim.) 2008. Nuorten sielunhoidon käsikirja. Helsinki: LK-kirjat

Pruuki, Lassi. 2010. Rippikoulun pikkujättiläinen. Helsinki: LK-kirjat

Rinta-Säntti, Aulikki. 2009. Diakoniakasvatus rippikoulutyössä. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Oulun toimipaikka. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö

Ruuskanen, Katianna. 2008. Artikkelissa ”Nuoren sielua hoitamassa”, Crux joulukuu 2008- tammikuu 2009

Saarelainen, Elina. 2011. Köyhyyspeli: sukellus arkeen suomalaisen köyhän roolissa. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Järvenpään toimipaikka. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Viite rippikoulutyön malliohjesäännöstä. Kirkkohallitus.

Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Viite kirkkolaista

Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Viite Elämä, usko, rukous -rippikoulusuunnitelma 2001

Talvitie, Vesa. 1996. Elämän hallintaa vai hallinnon elämää? : projektityön perusteita ja 1990-luvun nuorisoprojekteja. Helsinki: Stakes

Terveysten- ja hyvinvoinninlaitos. Kouluterveyskysely 2010-2011. Verkkojulkaisu. [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/fi/tilastot/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset](http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tilastot/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset)

Uusitalo, Tuula. Nuoren itsemurha. Teoksessa Määttä, Kaarina. (toim.) 2007. Helposti särkyvää. Helsinki: Kirjapaja

Virtanen, Petri. 2000. Projektityö. Porvoo: WS Bookwell Oy

Vuorinen, Risto. 2004. Minän synty ja kehitys. Porvoo: WSOY

Värri, Veli-Matti. 2002. Hyvä kasvatus – kasvatus hyvään, Dialogisen kasvatuksen

filosofinen tarkastelu erityisesti vanhemmuuden näkökulmasta. Tampere: Yliopistopaino

Rippikoulutyön suunnitelma. Äänekosken seurakunta.

***Diakoniakasvatusmateriaalin rakentamisessa ideoiden keräämisen apuna:***

Eshungu – lähetyskasvatusmateriaalia partiolaisille. Suomen Partiolaiset ry- Suomen Lähetysseura.

Järviö, Eija, Kinnula, Arja, Lankinen, Kari & Sarajärvi, Maija. 2006. Jumalan silmissä ihme. Puhetta seksuaalisuudesta, ruumiillisuudesta ja sukupuolisuuudesta. Aids-tukikeskus. Helsinki: Kirjapaino Nomini

Kirkon kansainvälisen työn erikoistumiskoulutuksen opintokokonaisuuksien muistiinpanot. Kevät 2007, Suomen Lähetysseura/Kirkkohallitus

Koivunen, Piia & Paananen, Pauliina. 2001. Säykki meloo – seikkailukasvatus oman osallisuuden tukimuotona. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveystieteiden koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Lehtonen-Inkinen, Pirjo. & Myllärniemi, Pirjo. Ihanko totta? Suomen Lähetysseura

Myllymäki, Tiina. (toim.) 2004. Pallo haltuun – Kansainvälisyyskasvatus Suomessa. Lahti: Kehitysyhteistyön palvelukeskus

Paananen, Pauliina. 2007. Kiitos Jeesus kaikesta - Nuorten rukouskirjamateriaali Jyväskylän kaupunkiseurakunnan keskustan alueen nuorisotyön käyttöön. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Pieksämäen yksikkö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Saarinen, Hetu. (toim.) Me@mission. Lähetys rippikoulu- ja nuorisotyössä. Suomen Lähetysseura

Suomen Lähetysseuran nettisivut.

Valmennuskurssi ulkomaille lähteville – materiaaliaineistoa, Suomen Ulkoministeriö.

## Liite 1 Diakoniaturun runko

1. Esittäytyminen. Kuka minä olen, mistä minä tulen. Miksi olen tässä.

Nuorten nimet, tilanne, jossa on tullut autetuksi. Mille se tuntui?

2. PowerPoint-diat. Tartu Raamattuun.
3. Youtube.com: MLL:n kiusaamisvideo
4. Ohjeistus diakoniarasteille
5. Diakoniarastit
6. Rastien purku
7. Matkalaukkutarina
8. Palkintojen jako

### Mukaan otettavat asiat:

läppäri, Raamattu, tikkarit (palkinnot), Matkalaukkutarina, kyniä,

rasteilla tarvittavat välineet (kts.rastiohjeistus)

kitara, rytmisoittimet, esitteet

Paikan päältä: datatykki, laulukirjat, paperia,

### Ohjeistus diakoniarasteille:

Lähdette kohta isosryhmissä kiertämään srk-taloa/leirikeskuksen ympäristöä. (Kerrotaan rastien fyysiset paikat.) Jokaisella rastilla on joku henkilö, joka tarvitsee apua. Teidän tehtävänänne on selvittää, KUKA rastilla on, MIKÄ hänellä on hätänä ja MITEN häntä voisi auttaa. Aikaa on rajatusti. Rastilta siirrytään eteenpäin pillin vihellyksestä. Rasteilla eteen tulevat tilanteet voisivat olla kenen tahansa meidän elämästä. Muistakaa, että rastihenkilö on oikea ihminen oikeine tunteineen ja ajatuksineen.

## Liite 2 DIAKONIARASTIEN SISÄLTÖKUVAUKSET

Diakoniarastit kuvaavat nuorten itsensä esiin nostamia asioita itse kullakin rastilla ja ne ovat liittyneet läheisesti nuorten elämään Ääneseudulla. Ne on toteutettu pienimuotoisina sosiodraamoina, joiden purkuun on käytetty runsaasti aikaa.

### 1. AVUSTUSPALAVERI

Ketä auttaisit ja miten? Avustusbudjettinne kuluvalle kesälle on 5000 €.

- yksinhuoltajaperhe, jonka lapset ovat yksinäisiä
- maahanmuuttajaperhe, joka on juuri muuttanut Äänekoskelle
- romaniperhe, jonka isä on sairastunut vakavasti
- alkoholisoitunut äiti ja 3 lasta
- velkaantunut opiskelijaperhe, jonka äiti pitkällä sairauslomalla
- opiskelijapariskunta, joka vielä odottaa opintotukipäätöksiä

tarvikkeet: diakonin virkapaita, paperia, kyniä, laskukone

### 2. KOULUKIUSATTU NUORI

- Nuorta on kiusattu pitkään koulussa. Nyt nuo samat kiusaajat ovat kaikista pyrkimyksistä huolimatta tulleet samalle riparille. Vaikka suoranaista fyysistä kiusaamista ei tapahdukaan, kiusataan nuorta sanallisesti ja hänet jätetään leikkien, pelien ja iltaohjelman ulkopuolelle. Nuori on ahdistunut ja itkuinen ja haluaa lähteä leiriltä kotiin. Nuorella on itsetuhoisia ajatuksia.

tarvikkeet: roolivaatteet, itkuiset silmät kasvomaalilla/sipulilla, nenäliinoja

### 3. PERHEVÄKIVALTA KOHDANNUT NUORI

Nuori ei halua tulla leirillä uimaan tai saunaan muiden kanssa. Suihkussakin hän käy illalla vasta, kun kaikki muut ovat menneet jo nukkumaan ja vaihtaa aina vaatteensa vessassa. Ulkopelissä nuoren paita vahingossa nousee ylös paljastaen mustelmat alaselässä. Nuori sanoo olevansa vähän koheltajatyyppi ja pudonneensa tuolilta. Nuorta ahdistaa kotiin paluu, sillä ”äiti taas vaan nalkuttaa ja jos en jaksa tehdä kaikkia kotihommia, niin sitten se taas pieksee mut.”

tarvikkeet: kasvomaalia tai kajalia, jolla tehdään mustelmia nuoren kehoon

#### 4. PÄIHDEONGELMAINEN NUORI

Nuorella on takkinsa taskussa kaljatölkki sekä vahvoja kipulääkkeitä. Nuori kertoo, että alkoi ensin perjantaipullon kanssa testailla lääkkeitä, kun niillä kuumelma saisi paremman kännin. Nyt ahdistaa pelko siitä, että aivoissa on tapahtunut jotain, kun muisti pätkee ja mielialat heittelevät.

tarvikkeet: tyhjä viinipullo/kaljatölkki, tyhjiä lääkelistoja, puhelin avun soittamiseen

#### 5. RASKAANA OLEVA NUORI

Nuori on tehnyt juuri raskaustestin, joka oli positiivinen. Lapsen tuleminen tuntuu sotkevan kaikki kuviot: lapsen isä ei halua olla tytön kanssa enää missään tekemisissä, kun ”pamahti paksuksi tahallaan” ja isäksi tulo näin nuorena pilaa koko elämän. Tyttöä pelottaa se, että koulu jää kesken ja kaverit hylkäävät. Vanhemmilleen tyttö ei uskalla puhua, heittävät vielä kodista ulos.

tarvikkeet: raskaustesti, johon piirretty positiivinen viiva

#### 6. SYÖMISHÄIRIÖINEN NUORI

Nuori pauhaa kaikille muille leiriläisille karppaamisen eduista. On aina aamulla ensimmäisenä jumpalla ja lenkillä ja syö vain pikkuruksia annoksia. Menee aina ruoan jälkeen vessaan ensin oksentamaan ja sen jälkeen tekee vatsoja. Näkee itsensä lihavana, rumana ja ällöttävänä.

tarvikkeet: ylisuuret vaatteet, kuntoiluvälineitä, (jos rasti toteutetaan vessassa, niin vesipullo/vesilasi, josta voi kaataa pönttöön vettä ja samalla tehdä yökkäämisääniä)

#### 7. VAMMAUTUNUT NUORI

Nuori on saanut selkäydinvamman sukellusonnettomuudessa ja joutuu käyttämään lopun ikäänsä pyörätuolia. Nuori kokee elämänsä menneen hukkaan; mitä muka vammaisena pystyy tekemään? Kuka muka haluaa olla vammaisen kaveri?

tarvikkeet: mahdollisuuksien mukaan joko tuoli, jolla nuori istuu tai lainaan saatu pyörätuoli



## Liite 3 RASTIHENKILÖN ARVIOINTILAPPU

RASTIN NRO:

ISONEN:

ARVIOI RYHMÄ PISTEILLÄ 1-5. Arviointikriteerin avuksi:

1: Voi EI. ryhmäläiset eivät ota kontaktia, kukin säheltää omiaan

2: SIIS JOO. IHAN KIVA. Joku yrittää auttaa, ryhmä ei toimi ryhmänä

3: TÄÄHÄN ALKAA SUJUA! Ryhmäläiset miettivät yhdessä apukeinoja, ehdottavat kohtalaisesti toimivia ratkaisuja rasti-henkilölle

4: HIENO JUTTU. JUURI NÄIN! Ryhmäläiset haluavat aidosti auttaa, pysähtyvät miettimään ja keskustelevat rastihenkilön kanssa aktiivisesti

5: EI OSAIS AHTISAARIKAAN PAREMMIN! Ryhmäläiset toimivat kuin SPR:n kriisiryhmä konsanaan. Rastihenkilö saa hyviä neuvoja, vinkkejä sekä lupauksen siitä, että ryhmäläiset tulevat mukaan hakemaan apua, ryhmäläiset eivät jätä rasti-henkilöä yksin.

RYHMÄN NIMI:	PISTEET:

## Liite 4 Diakoniarastien purussa käytetty materiaali

Diakoniarastit / Pauliina Tikkanen

Mitä teen, jos vastaan tulee:

### 1. Avustuspalaveri.

On tärkeää miettiä, mitkä palvelut ovat lakisääteisiä ja mistä tukea voi hakea. Raha ei aina ole oikea apu. Esimerkiksi päihdeongelmaiselle ruokakassi on ostokorttia hyödyllisempi. Yksinäisyys taas voi lievittyä ystävätoiminnan kautta. Diakoniatyössä avustetaan ihmistä hakemaan apua oikeasta paikasta ja tarvittaessa voidaan avustaa myös erilaisten lomakkeiden täytössä.

### 2. Kiusaamista. Kiusaaminen on aina väkivaltaa ja väkivalta on Suomen rikoslain mukaan rangaistava teko. Kiusaamista on mikä tahansa sellainen toiminta, jolla pyritään tietoisesti loukkaamaan tai vahingoittamaan toista.

Kiusaamisella kolme muotoa: A. SANALLINEN (kuiskuttelu, juoruilu, ahdistelu, pilkkaaminen, matkiminen, uhkailu, naureskelu, pahanpuhuminen, netti- ja puhelinkiusaaminen), B. HILJAINEN (katseen välttäminen, tuijottaminen, ilmeily, huokailu, selän kääntäminen, huomiotta jättäminen) ja C. FYYSINEN (tönnöttäminen, lyöminen, tiellä seisominen, tavaroiden varastelu/kätkeminen).

- 6% nuorista kiusattuja, 10% kiusaajia.
- Roolit: uhri, kiusaaja, apuri, vahvistaja, puolustaja, ulkopuolinen
- VAIKUTUKSET: pelko, psykosomaattiset oireet, itse- ja omanarvontunnon laskeminen, ahdistuneisuus, koulumenestyksen lasku (aliskuoriutujat)
- MIKSI? Kiusaaja kärsii kuitenkin usein huonosta itseluottamuksesta, jonka itsevarma käytös peittää yleensä hyvin. Vahva ulkokuori kätkee tehokkaasti kiusaajan turvattomuuden ja epävarmuuden. Koulukiusaajan hallitsevin piirre on vallanhalu ja vallan väärinkäyttö yhdistettynä aggressiivisuuteen. Kiusaajalla on tarve hallita ja alistaa muita saavuttaakseen mielihyvää uhrin pelon kautta. Kiusaaja voi myös käyttää valtaa kostaakseen esimerkiksi aiemmin itse kokemansa kiusaamisen.
- MITÄ TEHDÄ: Kuuntele. Selvitä, mitä on tapahtunut. Kuka teki ja mitä. Kerro aikuiselle. Puolusta kiusattua, huomioi ja yritä saada mukaan toimintaan. Kiusaamiseen pitää puuttua aina ja heti.

### 3. Perheväkivaltaa.

- 22% lapsista on nähnyt tai kokenut perheväkivaltaa
- muotoja: fyysinen (lyöminen, potkiminen, kuristaminen), henkinen (nimitely, haukkuminen, uhkailu, mitätöinti, alistaminen), hengellinen (painostaminen, uhkailu), seksuaalinen (ahdistelu, koskettelu, hyväksikäyttö) ja laiminlyönti (hoidon tai avun laiminlyönti, poissaolo, heitteillejätto)
- MIKSI? Alkoholi, mielenterveysongelmat, opittu malli

- VAIKUTUKSET: kokemus oikeasta ja väärästä vääristyy, häpeä, syyllisyys, pelko, avuttomuus, ylipärjääminen, eristäytyminen, painajaiset, takauumat, kohonnut vireystaso, masennus, ahdistuneisuus
- MITÄ TEHDÄ: On rohkeutta hakea apua. Vastuu aina väkivallan tekijällä, ei uhrilla. Väkivalta ei koskaan ole uhrin syy eikä sitä voi ehkäistä käyttäytymällä kiltisti tai pärjäämällä koulussa. Rohkaise puhumaan: väkivalta ei lopu, ellei siihen puututa. Älä koskaan lupaa pitää vahingollisia salaisuuksia. Keskustele aikuisen kanssa.

#### 4. Päihteitä.

- Päihteet ovat kemiallisia aineita, joita käytetään päihtymistarkoituksessa.
- 1. Laittomat huumausaineet (kannabis, marihuana, lsd, kokaiini, heroini...)
- 2. Lailliset päihdeaineet (alkoholi ja tupakka)
- 3. Impattavat aineet (liuotteet)
- 4. Lääkkeet
  - Alkoholi on solumyrkky, joka aiheuttaa kudოსvaurioita mm. maksassa ja aivoissa hermokudосkatoa
  - 16-vuotiaista pojista 42% ja tytöistä 45% kertoo käyttävänsä alkoholia keran kuussa
  - Kuka ostaa? Aikuisen vastuu? Alkoholin välittäminen alaikäiselle on rikos.
  - MIKSI: "Kun muutkin", riippuvuus,
  - MITÄ AIHEUTTAA: maksakirroosia, sydän- ja verisuonitauteja, alkoholimyrkyksiä, nostaa onnettomuustilastoja
  - MITÄ TEHDÄ: Kerro aikuiselle. Jos kaveri on huonossa kunnossa, soita apua 112. Päihtynyttä kaveria ei ikinä saa jättää jälkeen tai selviämään oman onnensa nojaan. (Leiriläisestä tehdään lastensuojeluilmoitus ja lähetetään leiriltä välittömästi kotiin.)

#### 5. Syömishäiriöitä.

- Bulimia, anorexia, orthorexia, bulimorexia, BED, määrittelemättömät
- Anorexiaan sairastuu 1%, bulimiaan 4% ja epätyypillisiin 10% sekä miehistä että naisista
- SYÖMISHÄIRIÖ UHKAA AINA VAKAVASTI TERVEYTTÄ!
- MITÄ AIHEUTTAA: osteoporoosia (luuston haurastumista), ajattelukyvyn heikkenemistä, psyykkisiä oireita, hoitamattomana kuoleman
- MITÄ TEHDÄ: Kuuntele. Puhu huolesi aikuiselle (terveydenhoitaja, terveyskeskuslääkäri, nuorisotyönohjaaja...). Syömishäiriö on koko perheen asia, sillä tuen tarve on suuri. Vaatii aina pitkäaikaista hoitoa.'

#### 6. Raskaaksi tullut teini-ikäinen:

- ☐ Kun 15-vuotiaista noin 20 % ilmoittaa (huom. oma ilmoitus!) olleensa yhdynnässä, niin toisaalta 80 % ei ole kokenut yhdyntää.

□ 17-vuotiaista tytöistä ja 18-vuotiaista pojista on ollut yhdynnässä noin 50 %, siis puolet ei ole ollut. Suomen laki asettaa ikärajoja seksuaalisuuteen liittyen. Ns. suojaikäraja on 16 vuotta ja/tai 18 vuotta. Tämä ikäraja tarkoittaa sitä, että aikuinen ihminen ei saa olla seksuaalisessa kanssakäymisessä alle 16-vuotiaan kanssa ja mikäli aikuisella ja nuorella on jonkinlainen ammatillinen suhde (nuorisotyöntekijä, opettaja, hoitaja tms.) nousee ikäraja 18 vuoteen. Yksinkertaistaen voisi sanoa, että jos ei kehtaa hoitaa ehkäisyasioita, ei pitäisi kehdata vielä olla yhdynnässäkään. Vastuulliseen käytökseen kuuluu toisen huomioiminen ja ehkäisystä huolehtiminen. Ehkäisystä huolehtiminen ei ole ainoastaan tytön tehtävä! Huom! Sekä tytöllä että pojalla on yhtä suuri vastuu toisistaan, mutta myös mahdollisesta lapsesta.

MITÄ AIHEUTTAA: pelkoa tulevasta, syyllisyyttä, iloa, onnea, huolta...  
 MISTÄ APUA?: terveydenhoitajalta, neuvolasta, sosiaalityöntekijältä, nuorisotyöntekijältä, OMILTA VANHEMMILTA, Lasten ja Nuorten puhelimesta...

#### 7. Vammautunut/vakavasti sairastunut nuori:

Joskus ihminen voi sairastua vakavasti tai vammautua esimerkiksi onnettomuuden seurauksena. Vaikka näin kävisikin, niin ihminen on edelleen sama, ajatuksineen, tunteineen ja muistoineen. Mikään vamma tai sairaus ei oikeuta toisia kääntämään selkäänsä tai hylkäämään vammautunutta/sairastunutta. Vamman ei tarvitse olla este. Yleensä me muodostamme esteitä omassa mielessämme. Vammautunut tai sairastunut nuori tarvitsee edelleen ystäviä olemaan ystävinä. Moni pystyy rajoituksista huolimatta elämään täysipainoista ja onnellistakin elämää. Omia asenteita on hyvä tarkastella ja miettiä, miten minä toivoisin tulevani kohdatuksi ja kohdelluksi, jos itse olisin vastaavassa tilanteessa.

Liite 5 Palautepaperi diakonian oppimiskokonaisuudesta

**DIAKONIATUNNIT** \_\_\_\_\_ **.20** **Nimeni:**

1. Kun minulla on vaikeaa, toivon että \_\_\_\_\_.
2. Minun lähimmäisiäni ovat \_\_\_\_\_.
3. Diakonia tarkoittaa \_\_\_\_\_.
4. Millaisia työmuotoja diakonialla on?  
\_\_\_\_\_.
5. Tänään opin \_\_\_\_\_.
6. Mielestäni oppitunnit olivat \_\_\_\_\_.
7. Parasta tunneilla oli \_\_\_\_\_ ja  
huonointa oli \_\_\_\_\_.
8. Tällä hetkellä mielialani on \_\_\_\_\_.
9. Haluaisin vielä sanoa, että \_\_\_\_\_.

**Täyttöohje:** Vastaa jokaiseen kysymykseen. Muista, että yhdenkään kysymyksen vastauksessa **EI SAA ESIINTYÄ** seuraavia sanoja: en tiedä, ei mikään, ihan sama, en osaa sanoa.

## Liite 6 Matkalaukkutarina David Morganista

Työskentely tapahtuu isosryhmissä, isokset muodostavat oman ryhmänsä.

Ryhmät istuvat mahdollisuuksien mukaan joko lattialla tai pöytien ääressä, kuitenkin siten, että kaikki kuulevat tarinankertojan äänen hyvin ja jokaisella ryhmällä on oma rauhansa työskennellä.

Tarvikkeet: jokaiselle A4-paperi, kynä, tarinankertojalle toimiva kello

Tarina:

Työskentelet lähetystyöntekijänä maassa, joka on poliittisen sekasorron kynnyksellä. Sinä tulet joutumaan yhdeksi tämän sekasorron uhreista. Oppositio puolue on juuri syösytt hallituksen vallasta – kaikkialla on voimakkaasti huutavia, vihaisia sotilaita, palavia taloja sekä pelkoa. Kaikkia ulkomaalaisia on juuri pyydetty poistumaan maasta. Sinä olet yksi heistä. Tiedät ettet koskaan tule palaamaan omaan kotiisi, jossa olet asunut jo kauan ja jota todella rakastat.

Sinulla on 5min aikaa valmistautua matkaan kohti tuntematonta, kohti päämäärää, jota et vielä tiedä. Kuormuri saapuu pian noutamaan sinua ja naapuriasi viedäkseen teidät rannikolle, jossa toivon mukaan on odottamassa laiva, joka vie teidät turvaan. Tehtäväsi on nyt pakata tavarat tulevaa matkaa varten. Sinulla on 5 minuuttia aikaa päättää mitä otat matkalle mukaasi. Kirjoita lista tärkeistä asioista, jotka tahdot ottaa mukaasi. Aika alkaa nyt!

Enää et voi lisätä mitään. Nouse heti kuormuriin, joka lähtee välittömästi liikkeelle noustuasi siihen. Tie on hyvin monttuinen eikä kuski näytä ollenkaan varovan ajaessaan. Kaikilla on kova kiire pois. Yhdessä mutkassa kuski melkein menettää auton hallinnan, auto kallistuu pahasti ja ryhmänne vanhimman jäsenen matkalaukku putoaa kuormurin kattotelineeltä. Kuski ei kuule huutojanne, ei pysähdy, vaan jatkaa matkaa. Matka jatkuu ja matkalaukku jää jököttämään yksinäisenä tien sivuun. Vanhin menetti koko omaisuutensa. Kenties voit auttaa häntä antamalla jotain omista tavaroistasi? Hän voi ottaa vastaan kuitenkin max. 5 tavaraa. Nyt vanhin ruksaa kaikki omat tavaransa yli. Kun joku antaa hänelle tavarat, ruksaa antaja sen omistaan yli. Aikaa on 1min. Aika alkaa nyt.

Kynät pois. Kuormurin vauhti alkaa hidastua, moottorista kuuluu outoa kolinaa. Yhtäkkiä kuormuri pysähtyy keskelle tietä ja moottori sammuu. Vika on niin paha, ettei sitä voi korjata. Joudutte kävelemään. Hyvin pian kävellessäsi huomaat, että laukkusi on liian painava. Vähennä omaa kuormaasi ottamalla painavin tavara pois. Heitä se pusikkoon. Aikaa tähän on 30 sek. Aika alkaa nyt.

Kynät pois. Taistelet tietäsi eteenpäin. Maasto on vaikeaa ja vaikeakulkuista. Kiivettesänne jyrkkää kalliota ylöspäin ryhmänne nuorin liukastuu ja putoaa loukaten itsensä

pahasti. Hän ei voi enää kantaa laukkuaan. Hänelle voi jäädä ainoastaan 5 kevyttä tavaraa, muut tavarat on jaettava muiden laukkuihin. Sopikaa miten toimitte. Huomioikaa kuitenkin se, että jokaisella voi olla laukussaan max. 20 tavaraa. Aikaa on 3min. Aika alkaa nyt.

Kynät pois. Kaikki ne tavarat, joita ei saatu sopimaan, jäävät erämaahan. Vaivalloinen ja raskas patikointinne jatkuu ja viimein saavutte meren rannalle. Laivarannassa on kuin onkin laiva, mutta kapteeni ei ole valmis ottamaan teitä laivaan, ellette ensin lahjo häntä. Anna hänelle kaikkein arvokkain tavarasi, niin pääset laivaan. Laiva lähtee 2 min. kuluttua. Aika alkaa nyt.

Kynät pois. Merellä on kova aallokko. Kapteeni tulee luoksesi ja sanoo, että laivassa on aivan liikaa ihmisiä ja tavaroita. Hän määrää, että ryhmää kohden teillä saa olla yhteensä vain 40 tavaraa. Teillä on nyt 3min aika sopia miten toimitte. Sen jälkeen miehistö alkaa viskellä matkalaukkuja mereen. Laiva lähtee vasta sitten. Aika alkaa nyt.

Kynät pois. Laiva on liikkeellä – viimeinkin – ja olo helpottuu. Laivassa on kuitenkin todella ahtaat oltavat ja monet, myös sinä, tulevat merisairaaksi. Yhtäkkiä valtava aalto hulahtaa kannen yli raivoisalla voimalla, mutta onnistut roikkumaan laukussasi niin, ettei se karkaa laidan yli. Tarkasta nyt, onko laukussasi sellaista tavaraa, joka on tuhoutunut/pilaantunut suolaisesta merivedestä? Jos on, heitä se pois. Aikaa on 2min.

Kynät pois. Havahdut unesta kaameaan huutoon. Laivaan hyökkää monta kymmentä merirosvoa. Kaikki arvokas varastetaan. Teillä on 2 min. aikaa tuoda kaikki arvoesineet kannelle. Ellette toimita tavaraa määrääikaan mennessä, teidät tapetaan. Aika alkaa nyt.

Kynät pois. Rosvot seilaavat jo horisontissa arvoesineet mukanaan. Olette hyvin väsyneitä. Hetken kuluttua voit erottaa silmilläsi maata. Olette saapumassa turvallisesti matkanne päämäärää kohti, uuteen maahan ja voitte viimeinkin unohtaa kaikki matkalla kokemanne kauhut. Mieti, millaiseksi elämäsi nyt muuttuu. Muista, että laukussasi on tällä hetkellä kaikki mitä nyt omistat. Sillä sinun on tultava toimeen. Hajaannutte päästyänne satamaan. Olet yksin vieraassa maassa, koditon etkä osaa sanaakaan sen maan kieltä. Sinulla ei ole yhtään ystävää, ei ruokaa, vaatteesi ovat riekaleina, sinulla on kova ikävä - kotiin.

Mitä tapahtui? Mitä teillä on jäljellä? Voitko elää niiden avulla täällä uudessa maassa? Miten ryhmänne toimi? Kuka johti ryhmää? Mille tuntui? Mitä oli vaikeaa antaa/luovuttaa? Miksi? Mitä kaverit miettivät? Mitä itse ajattelet tällaisesta elämäntilanteesta? Entä lähetystyöstä? Niistä monenlaisista tilanteista, joita lähetystyöntekijä saat-  
taa kohdata? Oliko tämä tarina totta vai tarua?

Miksi kerroin tämän tarinan? Se kertoo syvästä vakaumuksesta, jonka mukaan toisten tulee kuulla Jumalan rakkaudesta. Jumala ei koskaan jätä meitä palvelemaan yksin. Riippumatta tilanteista turvallisin paikka on olla juuri siinä, missä Jumala tahtoo meidän

olevan. Riippumatta kaikesta epävarmuudesta voimme olla varmoja siitä, että Jumala on meidän kanssamme.

David Morgan on yhdysvaltalainen lähetystyöntekijä, joka asui lähes koko aikuiselämänsä Zairessa. Vallankaappauksen takia Morgan joutui jättämään kotinsa Imesessä. Hänet evakuoitiin laivalla Portugaliin, josta hän viimein pääsi takaisin USA:n passittomana ja vailla mitään henkilöllisyyspapereita. USA:ssa Morgan keräsi rahaa erilaisia töitä tekemällä päästäkseen takaisin Zaireen. Kun ihmiset kummastellen kysyivät, miksi Morgan vielä kaiken kauheuden jälkeenkin haluaa lähteä lähetystyöhön, hän vastasi: ”Jos kukaan muu ei auta, niin voinko minä olla auttamatta? Jos minä en näe kärsivää lähimmäistäni niin voinko myöskään odottaa sitä toisilta?”

Morgan työskenteli insinöörinä erilaisissa kehityshankkeissa ja hänen vaimonsa oli opettaja. Vaimo evakuoitiin jo aiemmin maasta. He palasivat yhdessä Zaireen, auttoivat jälleenrakennuksessa ja olivat perustamassa orpokotia. Edelleen he elävät Afrikassa, viettävät eläkepäiviään ja huolehtivat orpokodin toiminnasta ja hallinnosta.

David Morganin sanat ovat totta tänäänkin ja ne koskevat jokaista meistä. **”Jos kukaan muu ei auta, niin voinko minä olla auttamatta? Jos minä en näe kärsivää lähimmäistäni niin voinko myöskään odottaa sitä toisilta?”**



qmistäwertyuiopåasdfghjklöäzxcvbn  
mqwsaaertyuiopåapuasdfghjklöäzxc  
vbnmqwekunrtyuioonasdfghjklöäzxc  
vaikeaabghjklöä  
zxcvbnmklöäzxcv  
bnmqwerxcvbnm  
qwertyuionmqwe  
rtyuiopåasdfkunghjktapahtuulöäzxc  
vbnmqwjotainertyuiopåasdfghjklöäz  
xcikäväävbnmqwpahaaertyuiopåas  
dfghjväkivaltaklöäzxcvbnpäih teetm  
qwertyriippuvuusuiopåasdfghjklöäz  
xcvbnmqwertyuiovanhempien eropå  
asdfghjklöäzxcvbyksinäisyysnmqåas  
dfsairausghjklömasennusäzxcvbnm  
qwertyuiopåasdfghjklösyömishäiriö  
fghseurusteluiklöäzxcvbnmawertvui

KUKA MUA AUTTAA?

Opas Ääneseudulla asuvalle nuorelle

Tämä opas on tarkoitettu Ääneseudulla asuvalle nuorelle.

Nuoruuteen kuuluu paljon monenlaisia asioita eikä kasvaminen aina ole ihan helppoa.

Elämässä jokaisen eteen tulee joskus vastoinkäymisiä. Jokainen tarvitsee joskus toisen apua tai tukea. Tähän oppaaseen on koottu tällä hetkellä yleisimpiä nuoren elämään ja kasvamiseen liittyviä kipukohtia sekä netistä löytyviä tieto- ja avun hakemisen sivustoja.

Tästä oppaasta saat myös tietoa siitä, mistä Äänekoskella saat apua.

Sisältö:

1. Väkivalta
2. Kiusaaminen
3. Päähteet
4. Mielenterveyden häiriöt
5. Yksinäisyys
6. Seurustelu
7. Suru, kuolema
8. Vanhempien ero
9. Kuka voi auttaa?

Äänekoskella keväällä 2013

Pauliina Tikkanen

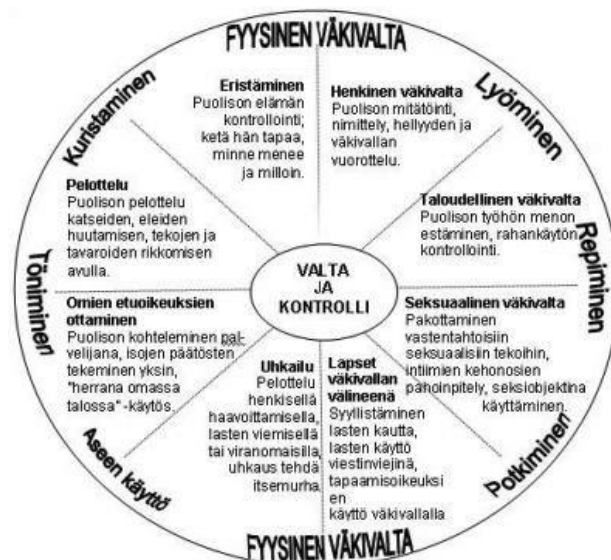
## 1. VÄKIVALTA

### Perhe- ja lähisuhdeväkivalta on sanoin ja teoin satuttamista

Perheissä ja lähisuhteissa on paljon ja monenlaista väkivaltaa. Sitä ei usein edes tunnisteta. Tiedon saaminen auttaa tunnistamaan väkivallan ja puuttumaan siihen.

Perhe- ja lähisuhdeväkivalta jää usein yhteiseksi salaisuudeksi. Vaikeneminen pahentaa asiaa. Jo asiasta puhuminen voi auttaa väkivallan kierteen katkaisemisessa. Mikään ei oikeuta käyttämään väkivaltaa eikä väkivalta ole koskaan uhrin syy tai vika. Väkivallan tekijällä on aina vastuu omista teoistaan.

Usein väkivaltana pidetään vain fyysistä väkivaltaa, sellaista, joka jättää jälkiä. Fyysinen väkivalta on kuitenkin vain yksi väkivallan muoto. Väkivallalla on monia muitakin muotoja:



Lisätietoa:

[www.turvakoti.net](http://www.turvakoti.net) (Nettiturvakoti perheväkivaltaa kokeneille)

[www.ensijaturvakotienliitto.fi](http://www.ensijaturvakotienliitto.fi)

Jos olet kokenut fyysistä, henkistä tai seksuaalista väkivaltaa, sinun on mahdollista saada apua:

1.	Äänekosken terveyskeskuksen	päivystys	Terveyskeskuksen	joka päivä	klo	8-20,	020	632	päivystys
	Yöpäivystys yhteispäivystyksessä (Jyväskylässä)			joka päivä klo 20-8, 0100 84 884					2470
2.	Hätätilanteessa	ota	yhteys	suoraan		poliisiin	Puh.		112
	tai Psykososiaaliseen	kriisipäivystykseen/		sosiaalipäivystykseen		(virka-ajan			ulkopuolella)
	Puh. (014) 266 7150								
3.	Keskusteluapua	on	saatavissa			myös			täältä:
	Perheneuvola 020		632						2168
	Mielenterveyspoliklinikka 020		632						2662
	Nuorisopsykiatrian	poliklinikka (014)				269			2001
	Mobile palvelut (014) 266 7150								

## 2. KIUSAAMINEN

Kiusaamista on monenlaista ja monenasteista. Kiusaaminen saattaa olla henkistä tai ruumiillista tai se voi molempia. Kiusaaminen on rikos ja siitä voi seurata kiusaajalle rikoslaissa määrätty rangaistus.

**Rikosvastuukärrä** Suomessa on 15 vuotta. Tämä tarkoittaa, että 15 vuotta täyttänyt voidaan tuomita rikoksesta rangaistukseen. Kiusaaja voi siis saada tuomion, jos hän on 15 vuotta täyttänyt ja kiusaaminen täyttää jonkun rikoslaissa määrätyn rikoksen (esimerkiksi pahoinpitelyn tai kunnianloukkauksen) kuvauksen eli tunnusmerkistön.

**Vahingonkorvausvastuulla ei ole ikärajaa**, joten myös alle 15-vuotias kiusaaja voidaan tuomita maksamaan vahingonkorvausta kiusaamisen uhrille, jolle on aiheutettu vahinkoa.

Koulukiusaaminen on aina kiusatulle traumaattinen kokemus. Koulukiusaamisella on negatiivisia vaikutuksia sekä kiusatun että kiusaajan psyykkiselle hyvinvoinnille, fyysiselle, sosiaaliselle ja mielenterveydelliselle kehitykselle. Kiusaamisen välittömiä vaikutuksia ovat esimerkiksi kouluahdistus ja koulupelko sekä erilaiset psykosomaattiset oireet. Pidemmän ajan kuluessa kiusaaminen saattaa aiheuttaa uhrille mielenterveysongelmia, kuten masennusta ja itsetuhoisuutta sekä vaikeuksia solmia ihmissuhteita ja toimia sosiaalisissa tilanteissa.

### KIUSATUN MUISTILISTA

1. Kiusaamiseen ei ole koskaan hyvää syytä.
2. Kiusaaminen on aina väärin.
3. Olet loistotyyppi, kiusaamisesta huolimatta.
4. Älä alistu. Älä anna kiusaamisen jatkua.
5. Kerro heti ainakin yhdelle aikuiselle - vanhemillesi, opettajallesi tai muulle tutulle aikuiselle. Älä jää yksin.
6. Löytyykö koulun pihalta edes yhtä sellaista kaveria tai tukioppilasta, johon voisit tutustua?
7. Sinussa on satayksi hyvää puolta. Etsi joka päivä yksi uusi. Tee vaikka listaa.
8. Sinulla on oikeus elämään ilman kiusaamista.
9. Pura kaikki tunteesi omalla tavallasi. Älä anna vihan ja surun lamaanuttaa. Mikäli kouluun meno alkaa pelottaa kiusaamisen vuoksi, täytyy sinun silloin viimeistään puhua asiasta vanhemillesi ja koulusi opettajalle ja koulukuraattorille.
10. Ja vielä kerran: olet arvokas. Älä koskaan unohda sitä.

Auttavia tahoja: [www.nettitupu.fi](http://www.nettitupu.fi); [www.tekstaritupu.fi](http://www.tekstaritupu.fi); [www.nuortennetti.fi](http://www.nuortennetti.fi);

### 3. PÄIHTEET

Ei ole olemassa vaaratonta päihdettä. Päihteissä on ikäraja juuri siksi. Kaikki aikuiset-kaan eivät osaa käyttää päihteitä hallitusti tai viisaasti. Sinun aivosi ja elimistösi kehittyvät vielä. Tupakan ja alkoholin käyttöä on Suomessa rajoitettu ikärajalla. Huumeet ovat kokonaan kiellettyjä. Kaikkea ei tarvitse kokeilla. Viisautta on opetella sanomaan ”EI.” Alaikäiselle alkoholin tai muiden päihteiden välittäminen on rikos.

Riippuvuus päihteistä voi olla psyykkistä, sosiaalista, fyysistä ja kemiallista.

- **Psyykkinen riippuvuus** tarkoittaa pakonomaista tarvetta toimia tietyllä tavalla. Ihmiselle muodostuu ajatus, että ei voi tulla toimeen erilaisissa tilanteissa ilman jotain ainetta, ja se on välttämätöntä omalle hyvinvoinnille.
- **Sosiaalinen riippuvuus** liittyy aineen käyttötilanteisiin. Kontaktit supistuvat helposti päihteiden käyttäjiin ja heidän kanssaan koetaan yhteenkuuluvuuden tunnetta. Päihdeporukasta voi olla erittäin vaikea irrottautua.
- **Fyysinen riippuvuus** tarkoittaa sitä, että henkilön on pakko saada päihdettä, koska päihteen vaikutuksen vähentyminen aiheuttaa *vieroitusoireita*. Vieroitusoireina voi olla muun muassa ahdistuneisuutta, näköharhoja, pahoinvointia, levottomuutta, pelkotiloja, vapinaa, hikoilua, kouristuskohtauksia tai pahimmillaan psykoosi. Fyysisen riippuvuuden merkki on myös sietokyvyn eli toleranssin kasvu.
- **Kemiallinen riippuvuus** tarkoittaa sitä, että aivot sopeutuvat aineeseen ja mielihyväjärjestelmän toiminta häiriintyy. Elimistö erehtyy luulemaan riippuvuutta aiheuttavaa ainetta elämälle välttämättömäksi. Terveen mielihyvän saamiseen liittyvät yhteydet aivossa ”surkastuvat” ja riippuvuutta aiheuttavan aineen yhteydet vahvistuvat.

Lisätietoa:

Päihdelinkki, tietoa eri päihteistä: [www.paihdelinkki.fi](http://www.paihdelinkki.fi)

Irti huumeista, [www.irti.huumeista.fi](http://www.irti.huumeista.fi)

Auttavia tahoja:

Kouluterveydenhuolto (oman koulusi terveydenhoitaja, koulukuraattori tai koulupsykologi)

Päihdekliniikka p. 020 632 2186

tarjoavat sekä tukea että apua päihteistä irti pääsemiseen.

#### 4.MIELENTERVEYDEN HÄIRIÖT

Normaaliin kasvamiseen kuuluu se, että välillä kaikki ottaa päähän tai välillä ahdistaa tai on alakuloinen. Jos ahdistus on jatkuvaa tai jos alavireisyys ei mene ohi itsensä tai jos oma henkinen hyvinvointisi askarruttaa sinua, niin silloin kannattaa keskustella siitä jonkun aikuisen kanssa.

Yleisimpiä mielenterveyshäiriöitä nuorella ovat masennus, ahdistuneisuushäiriö, syömishäiriöt ja itsetuhoisuus.

Tavallisimpia masennuksen oireita ovat:

- yltiöpäinen harrastaminen
- tupakointi ja päihteiden käyttö
- jatkuva alakuloisuus, kyllästyneisyys, riittämättömyyden ja tyhjyyden tunne
- keskittymisvaikeudet
- arvottomuuden, häpeän tunne, syyllisyyden tunne
- painon vaihtelut
- nukahtamisvaikeudet, heräily, aamuyön unettomuus tai painajaiset
- kasvanut huoli omasta kehosta, vakavan sairauden pelko, erilaiset kivut eri puolilla kehoa
- kuoleman ajatteleva tai ihannoiva, itsemurha-ajatukset, itsemurhasuunnitelmat,

Masennus voi johtua monista eri asioista. Tärkeää on se, että sitä hoidetaan asianmukaisesti. Masennuksen hoidossa käytetään erilaisia terapiamuotoja ja joskus myös lääkkeitä. Masennuksesta voi selvitä.

#### AHDISTUS JA PELOT

Kukaan ei voi välttyä huolilta, jännittämiseltä ja pelottavilta hetkiltä. Ne tuntuvat kaikki vähän samalla tavalla epämiellyttäviltä olotiloilta, mutta ahdistuneisuuden aste on lievempi huolesta kuin pelossa, puhumattakaan paniikista.

Huoli ja hätä tuntuvat elimistössä. Sydän jyskyttää, kädet hikoilevat, ääni vapisee. Ajattelu on pullollaan liioittelevia, katastrofaalisia uskomuksia siitä, miten jotain ihan tavattoman kamalaa voi kohta tapahtua.

#### Ahdistustunteita ovat:

- Pelko, ettei selviydy
- Pelko, että tulee hylätyksi
- Pelko, että ei hallitse tilannetta
- Pelko, että tulee hulluksi ja tekee jotain kauheaa, kontrolloimatonta
- Häpeä jostakin, esimerkiksi kiusatuksi joutumisesta

- Sydämen kiivas tykyttely, ikoilu
- Sisäinen vapina ja käsien tärinä
- Tunne, että ei pysty hengittämään, koska on pala kurkussa, puristava painon tunne rintakehässä
- Huimaus ja kokemus, että voi kohta pyörtyä
- Katastrofiajatukset: "Kamalaa, jos muut huomaavat." "Koira varmasti hyökkää päälleni ja puree." "Minulla on varmasti tappava aivokasvain, koska pää tuntuu niin oudolta?"

## SYÖMISHÄIRIÖT

Syömishäiriöitä on sekä pojilla että tytöillä. Media, varsinkin sosiaalinen media ruokkii vääristynyttä kehonkuvaa ja luo valtavasti ulkonäköpaineita. Syömishäiriön tunnetuimmat muodot ovat anoreksia (laihuushäiriö, anorexia nervosa) ja bulimia (ahmimishäiriö, bulimia nervosa) sekä epätyypillinen laihuushäiriö ja epätyypillinen ahmimishäiriö. Anoreksia ilmenee syömisen välttelynä ja säännöstelynä, jota seuraa painon putoaminen. Syömisen välttelyn lisäksi sairastunut liikkuu usein paljon. Bulimiassa keskeisenä oireena ovat toistuvat ahmimiskohtaukset, jolloin sairastunut kadottaa tunteen syömisen hallinnasta. Kohtauksen jälkeen sairastunut pyrkii ruuasta eroon esimerkiksi oksentamalla, ulostuslääkkeillä, paastoamalla tai runsaalla liikunnalla.

Epätyypillisen syömishäiriön muodot saattavat olla hyvin samankaltaisia kuin anoreksia tai bulimia, mutta jokin diagnoosin kannalta keskeinen oire puuttuu tai esiintyy lievempänä. Myös epätyypillisissä syömishäiriöissä syömiskäyttäytyminen on selvästi häiriintynyttä ja haittaa sekä sairastuneen että hänen perheensä normaalia elämää. Huolimatta termistä "epätyypillinen", epätyypilliset syömishäiriöt ovat hyvin yleisiä. Arvioidaan, että vähintään puolet syömishäiriöiden vuoksi hoitoon hakeutuvista sairastaa epätyypillistä syömishäiriötä. \*

Epätyypillisen ahmimishäiriön aladiagnoosiksi on erotettu BED (binge eating disorder). BED:stä voidaan suomen kielessä käyttää myös termiä lihavan ahmimishäiriö. Toisin kuin bulimiassa, BED:ssä ahmitusta ruuasta ei pyritä eroon, vaan ajan kuluessa seurauksena on usein vaikea lihavuus. Julkisuudessa melko usein tarkasteltu ortoreksia (terveellisen ruuan pakkomielle) ei ole virallinen diagnoosi, vaan kuuluu epätyypillisiin laihuushäiriöihin. \* Ortoreksiassa sairastunut pyrkii orjallisesti oikeaoppiseen ja terveelliseen ruokavalioon (teoriat, dieetit), minkä seurauksena elimistö saattaa kärsiä tiettyjen ravintoaineiden puutteesta. Ortoreksian ja anoreksian välinen rajankäynti on usein veteen piirretty viiva.

Syömishäiriön alkamisen tunnistaminen on usein vaikeaa, koska syömishäiriöön sairastuminen on pitkä prosessi. Kukaan ei sairastu yhdessä yössä. Sairastunut pyrkii myös salaamaan oireensa. Tunnistaminen tapahtuukin usein vasta sitten, kun oireet

alkavat haitata normaalia arkea. Sairastuneen elämässä syöminen ei ole enää luonnollinen osa päivärutiineja, vaan siihen sisältyy pakkoa, hallinnantunteen menettämistä, pelkoa, kieltäytymistä, itseinhoa ja ahdistusta. Oli kyseessä sitten anoreksia, bulimia tai jokin epätyypillisen syömishäiriön muoto, sairastuneen elämässä ruoka ja syöminen sisältävät arvoja ja määreitä, joilla mitataan onnistumista ja epäonnistumista - viime kädessä ihmisarvoa.

Lisätietoja:

Mieli maasta ry, tukea masennukseen sairastuneille ja heidän läheisilleen

[www.mielimaasta.fi](http://www.mielimaasta.fi)

Tukinet: tietoa mielenterveydestä [www.tukinet.fi](http://www.tukinet.fi)

Suomen Mielenterveysseura: [www.mielenterveysseura.fi](http://www.mielenterveysseura.fi)

Syömishäiriöliitto: [www.syomishairioliitto.fi](http://www.syomishairioliitto.fi)

Auttavia tahoja:

Mielenterveyspoliklinikka, p. 020 632 2662

Nuorisopsykiatrian poliklinikka, p. 014- 269 2001

Kriisikeskus Mobile, p. 014-266 7150



## 5.YKSINÄISYYS

### Ystävystymisen ABC

**Ole rohkeasti oma itsesi, muut ovat jo varattuja.** Yleensä ihmiset viihtyvät niiden seurassa, jotka hyväksyvät itsensä sellaisina kuin ovat. Älä siis esitä olevasi muuta kuin olet.

**Hymyile ja katso silmiin.** Ihmiset lähestyvät helpommin hymyilevää ihmistä kuin synkistelevää tyyppiä.

**Kysele avoimesti muiden kokemuksia ja mielipiteitä.** Kukaan ei pidä itseään täynnä olevista tyypeistä. Jos joku puhuu vain omista saavutuksistaan, muut tuntevat itsensä epävarmoiksi hänen seurassaan.

**Myönnä omia heikkouksiasi ja virheitäsi.** Ne tekevät sinusta inhimillisen ja samalla pidetyn. Täydelliseltä vaikuttavat ihmiset ovat pelottavia.

**Pyydä apua.** Ihmiset pitävät siitä, että he voivat olla hyödyksi. Tarjoa myös omaa apuasi muille.

**Tee aloite.** Älä jää odottelemaan, että joku muu tulisi juttelemaan sinulle tai pyytäisi sinua kahville. Tee itse ensimmäinen siirto!

**Älä määräile.** Kukaan ei tykkää tyypestä, joka aina määrää mitä tehdään. Ota myös kavereiden mielipiteet huomioon.

**Kaikkien kanssa on hyvä tulla toimeen,** vaikka kaikkien kanssa ei tarvitse olla kaveri. Hyväksy myös erilaiset mielipiteet ja katsomukset. Voit vaikka oppia niistä jotain.

Auttavia tahoja:

Lasten ja nuorten netti, Mannerheimin Lastensuojeluliiton ylläpitämä palvelu, jossa koulutetut vapaaehtoiset vastaavat tulleisiin viesteihin. [www.lastenjanuortennetti.fi](http://www.lastenjanuortennetti.fi)

Tekstaritupu, mobiilipalvelu, jossa tekstariin vastaavat koulutetut nuorisotyöntekijät. [www.tekstaritupu.fi](http://www.tekstaritupu.fi)

Nettitupu, tukea netissä: [www.nettitupu.fi](http://www.nettitupu.fi)

Allison, nuorten tietopalvelu netissä; [www.allison.fi](http://www.allison.fi)

## 6. SEURUSTELU

Seurustelu on toiseen tutustumista ja huomioon ottamista. Yhdessä tekeminen ja kaikenlaisista asioista keskusteleminen luovat läheisyyttä ja ovat hyvän seurustelun edellytyksiä.

Vaikka toista rakastaa, ei kaikesta tarvitse ajatella samalla tavalla. Eri mieltä oleminen ei tarkoita, että rakastaisi vähemmän. Toisen mielipiteitä on tärkeää kuunnella ja kunnioittaa, vaikka ei itse ajattelisikaan samoin.

Jos seurustelukumppani ei halua jotain, hänen toivettaan pitää uskoa ja noudattaa. Tärkeää on kertoa toiselle omista ajatuksistaan ja tunteistaan. Välittämistä voi osoittaa pienillä teoilla ja huomaavaisuudella. Voit esimerkiksi hieroa kumppanisi väsyneitä jalkoja tai yllättää hänet leipomalla jotakin hyvää. Myös kauniit sanat ovat tärkeitä. Kerro, että välität!

Hyvässä ihmissuhteessa voi luottaa siihen, että toinen haluaa hyvää, eikä tahdo tuottaa pahaa oloa tai tarkoituksella loukata. Voi tehdä virheitä sekä saada ja antaa anteeksi. Alistaminen, pakottaminen, julmuus tai väkivalta eivät saa koskaan kuulua seurusteluun.

Seurusteluun kuuluu luottamus. Kahden välisistä intiimeistä asioista ei pidä kertoa muille. Väärinymmärryksiä, loukkaantumisia ja sotkuja tulee usein seurustelussa. Riidat ovatkin luonnollinen osa seurustelua. Ne on hyvä yhdessä selvittää.

Läheisyydestä on tärkeä oppia nauttimaan ilman seksiä. Peiton alle ei kannata pitää turhaa kiirettä! Seksi on paljon muutakin kuin yhdyntä. Siihen kuuluu luottamus toiseen ihmiseen sekä molemminpuolinen kunnioitus. Parisuhteessa sitoututaan toiseen ihmiseen. Sitoutuminen tarkoittaa sitä, että haluaa olla toisen kanssa ja haluaa toiselle hyvää.

Seksuaalisuuteen ja seksiin liittyvissä ongelmissa ja ehkäisyasioissa kannattaa olla yhteydessä terveydenhoitajaan tai perhesuunnitteluneuvolaan.

Lisätietoa:

Väestöliitto, [www.vaestoliitto.fi](http://www.vaestoliitto.fi)

MLL:n Nuortennetti: [www.nuortennetti.fi](http://www.nuortennetti.fi)

## 7.SURU JA KUOLEMA

Jokainen elämä päättyy joskus. Kuolemaan liittyy surua ja kaipausta. Sureva ihminen tarvitsee toisten tukea ja monesti apua arkipäivän asioiden hoitamiseen.

Jokainen reagoi omalla tavallaan suruun. On lupa surra juuri siten, mikä tuntuu hyvälle. On lupa itkeä tai olla hiljaa. On oikeus olla vihainen kuolemalle ja kuolleelle, Jumalallekin ja muille. Sinä itse päätät, haluatko kertoa tunteistasi ja ajatuksistasi muille. Joskus voi olla helpompi kirjoittaa tai piirtää, kuin puhua.

Sinulla on oikeus tietää totuus kuolemasta, kuolleesta ja kuolemaan liittyvistä olosuhteista. Halutessasi voit nähdä vainajan ja kuolinpaikan. Sinulla on oikeus saada kysymyksiisi rehellisiä vastauksia eikä ole olemassa tyhmiä kysymyksiä. Sinulla on oikeus tulla kuulluksi ja nähdyksi oman surusi kanssa ja voit olla mukana suunnittelemassa ja toteuttamassa hautajaisia.

Suru on kevyempi kantaa yhdessä toisten kanssa. Aina ei tarvitse puhua. Välillä se riittää, että joku on vaan lähellä. Surunkin läpi elämä jatkuu. Vähitellen, mutta kuitenkin eteenpäin. Muistot kulkevat meissä aina. Se, että läheinen kuolee, ei ole sinun vikasi eikä kuolemasta kannata kantaa syyllisyyttä. Älä soimaa itseäsi siitä, ettet pystynyt estämään kuolemaa.



## 8. VANHEMPIEN ERO

Perheen perustamiseen kuuluu toive elää aina yhdessä. Aina kuitenkin elämä ei ole helppoa ja perheessä saattaa olla isoja ristiriitoja ja kriisejä. Vuosittain yli 30 000 liittoa päättyy eroon. Erotilanne harvemmin on helppo vanhemmille, saati sitten lapsille.

**Muista, että vanhempasi eroavat toisistaan, eivät sinusta.** Vaikka vanhemmat muuttavat erilleen asumaan, molemmat säilyvät vanhempinasi. Vanhemmat rakastavat ja välittävät samalla tavalla kuin ennen.

**Tarvitset aikaa ja tilaa omille ajatuksillesi ja tunteillesi.** Anna itsellesi lupa käydä vaikeatkin asiat ja tunteet läpi, vaikka se kestäisi kauankin. Sure, kun surettaa. Raivo, itkukohtaukset ja muut tunteenpurkaukset kertovat omasta pahasta olostasi. **Mieti, miten olet aiemmin selviytynyt vaikeista tilanteista** ja voisitko hyödyntää näitä keinoja nyt.

**Erosta selviämiseksi on tärkeää saada vanhempien tukea ja ymmärrystä.** Vanhempien tarjoama tuki ja rakkaus luovat turvallisuuden tunnetta ja auttavat eteenpäin. Voit myös keskustella heidän kanssaan eroon liittyvistä asioista.

**Puhu tunteistasi ja vanhempiesi erosta.** Kerro lähellä oleville ihmisille, mitä on tapahtunut ja mitä sinulle kuuluu. Vaikeista tunteista puhuminen helpottaa vähitellen oloasi. Silloin asiat eivät jää painamaan sisällesi. Voit puhua tilanteesta myös ammattilaisen kuten koulukuraattorin tai terveydenhoitajan kanssa.

**Muista, että tunnemyrskyjä voi tulla vielä vuosienkin päästä.** Niitä ei kannata pelästyä, koska ne kuuluvat asiaan. Vanhempien ero on merkittävä muutos elämässä ja sen kuuluukin tuntua joltain. **Sinun ei pidä ottaa vastuuta vanhempiesi tai koko perheesi selviytymisestä.** Vanhemmistasi on varmasti tärkeintä, että sinä selviydyt heidän erostaan etkä murehdi heidän jaksamistaan.

**Jos olet ottanut liikaa vastuuta perheesi pärjäämisestä** tai esimerkiksi kodinhoidosta, juttele asiasta vanhempiesi kanssa ja pyydä asiaan muutosta. **Anna anteeksi.** Anteeksi antamisen ja asioiden hyväksymisen jälkeen voit siirtyä elämässä eteenpäin.

**Eron takia on käytävä läpi rankkoja tunteita,** eikä se ole aina helppoa. Ristiriitaiset tunteet vellovat mielessä. Välillä voi tuntua, että koko elämä on aivan sekaisin. Tilanne on täysin uusi eikä vielä tiedä, mitä tulevaisuus tuo tullessaan. Uusi tilanne saattaa hävettää ja perhetilanteen haluaa ehkä salata kavereilta ja tutuilta. Toisaalta kokee pelon, surun ja masennuksen tunteita. Miksi meidän perheelle piti käydä näin? Miten elämä jatkuu? Käykö minullekin joskus samoin?

**Hyvin usein vanhempien tekemä ratkaisu vihastuttaa.** Vanhempien eropäätöksen hyväksyminen voi tuntua täysin mahdottomalta. Voi tuntua sille, että jompikumpi vanhemmista on aiheuttanut eron ja pilannut samalla koko perheen elämän. Toisaalta voi ärsyttää se, että on voimaton vanhempien ratkaisun edessä, eikä pysty saamaan vanhempia palaamaan takaisin yhteen. **Jotkut kantavat huolta siitä miten vanhemmat selviytyvät.** Onkohan isä surullinen? Miten rahat riittävät nyt kaikkeen? Huomaamattaan nuori saattaa ottaa liian suuren vastuun vanhempien jaksamisesta ja perheen asioista.

**Perheen hajoaminen aiheuttaa stressiä.** Koulussa voi olla vaikea keskittyä koulutehtäviin ja stressi voi purkautua luokassa häiriköintiin. Stressi voi aiheuttaa myös oppimisvaikeuksia, unelmointia tai uupumusta. Kokeissa epäonnistuminen, kotitehtävien tekemättä jättäminen, myöhästymiset ja poissaolot voivat olla merkkejä eron aiheuttamasta myllerryksestä.

**Ero voi aiheuttaa fyysisiä oireita.** Epämääräiset fyysiset oireet saattavat johtua eron aiheuttamasta stressistä. Tällaisia stressioireita ovat esimerkiksi univaikeudet, painajaiset, ruokahaluttomuus, päänsärky ja vatsavaivat.

Lisätietoa:

Lastensuojelun Keskusliiton ylläpitämä Neuvokeskus. Neuvokeskuksesta saa apua vanhempien eroon liittyvissä kysymyksissä.

[www.eroneuvo.fi/neuvokeskus](http://www.eroneuvo.fi/neuvokeskus)

Lasten ja nuorten puhelin, Mannerheimin Lastensuojeluliitto, p. 116 111 (ma-pe 14-20, la-su 17-20)

Perheneuvola, Kauppakatu 10. **Perheneuvolan puhelinpäivystys ja neuvonta**  
Antaa keskusteluapua ja ottaa vastaan ilmoittautumisia (ajanvaraus) ke klo 9 -11  
puh. 020 632 2168

## 9. KUKA VOI AUTTAA?

Joskus voi tuntua vaikealta puhua lähellä oleville aikuisille ja koulun henkilökunnalle omista huolista. Tällöin apua löytyy oman paikkakunnan auttavilta tahoilta. Voisitko käydä juttelemassa jollekin alla mainituista henkilöistä tai tahoista? Netissä Sinulla on mahdollisuus purkaa ajatuksiasi myös nimettömänä, chateissa tai keskustelupalstoilla.

On viisautta hakea apua. Älä jää yksin.



**Kunnan nuoriso-ohjaaja tai seurakunnan nuorisotyönohjaaja, on nuoruuden asiantuntija**

- ✚ Paikalliselle nuorisotyöntekijälle voit mennä puhumaan asiasta kuin asiasta.
- ✚ Sekä kunnallisen että seurakunnallisen nuorisotyöntekijän löydät jokaiselta alueelta
- ✚ Nuorisotyöntekijä on kuuntelemisen ammattilainen. Hän ohjaa tarvittaessa eteenpäin.
- ✚ Kunnan nuorisotyöntekijät: [www.aanekoski.fi/nuoret](http://www.aanekoski.fi/nuoret)
- ✚ Seurakunnan nuorisotyönohjaajat: [www.aanekoskenseurakunta.fi](http://www.aanekoskenseurakunta.fi)  
/Facebookissa: facebook.com/nuoret
- ✚ Nuorten Laturi: [www.nuortenlaturi.fi](http://www.nuortenlaturi.fi)



**TEKSTARITUPU**  
TUKITEKSTARI KOULULAISILLE  
[WWW.TEKSTARITUPU.NET](http://WWW.TEKSTARITUPU.NET)

## Sosiaalityöntekijä

- ✚ Tekee työtään sosiaalitoimistossa. Häneen voi ottaa yhteyttä monissa eri asioissa, esimerkiksi kun perheessä on väkivaltaa, taloudellisia ongelmia tai päihteiden käyttöä. Sosiaalityöntekijältä voi saada taloudellista avustusta oppikirjoihin tai esimerkiksi harrastuksen tukemiseen.

- ✚ Voi auttaa esimerkiksi rahallisesti sekä käymällä keskusteluja joko nuoren tai koko perheen kanssa tilanteen selvittämiseksi tai tarjoamalla tukihenkilön palveluja.
- ✚ Voi sijoittaa nuoren asumaan väliaikaisesti perheen ulkopuolelle, mutta tähän ratkaisuun päädytään hyvin harvoin ja se on vasta viimeinen vaihtoehto.
- ✚ [www.aanekoski.fi/asukkaalle/sosiaalityo](http://www.aanekoski.fi/asukkaalle/sosiaalityo)
- ✚ **Äänekosken sosiaalitoimisto**  
Hallintokatu 4, 44100  
Äänekoski
- ✚ Lastensuojelun sosiaalityöntekijöiden puhelinaika ma-pe klo 11-12.
- ✚ johtava sosiaalityöntekijä, lastensuojelu  
Tanja Hänninen, p. 020 632 2138
- ✚ Suolahden sosiaalitoimisto  
Suojarinne 21, 44200 Suolahti  
perhetyöntekijä, p. 020 632 2149
- ✚ **Perhetukikeskus**  
Kalevankatu 7 A 2, 44100 Äänekoski  
p. 020 632 2170

## Terveyskeskus

- ✚ Terveyskeskuksesta voit hakea apua kaikissa mielenterveyteen ja fyysiseen terveyteen liittyviin asioissa.
- ✚ Siellä työskentelee muun muassa lääkäreitä, psykologeja ja terveydenhoitajia.
- ✚ Hyvä avunhakupaikka sinulle, joka et opiskele etkä ole koulun terveydenhuollon piirissä.
- ✚ Äkillisessä kriisissä, silloin kun oma terveyskeskus ei ole auki, apua voi hakea myös päivystävästä terveyskeskuksesta. Viikonloppuisin ja ilta-aikaan (18-08) Äänekosken kiireellinen päivystys on Keski-Suomen Keskussairaalassa, Jyväskylässä.
- ✚ **Äänekosken terveysasema**  
Terveyskatu 10, 44100 Äänekoski  
Ajanvaraus ma - pe klo 8-14  
020 632 2821
- ✚ **Konginkankaan terveysasema**  
Konginkankaantie 195, 44400 Konginkangas  
Ajanvaraus ma - to klo 8-14  
020 632 2828
- ✚ **Suolahden terveysasema**  
Kisakatu 4, 44200 Suolahti  
Ajanvaraus ma - pe klo 8-14  
020 632 2826

- ✚ **Sumiaisten terveysasema**
- ✚ Kuoppatie 3, 44280 Sumiainen
- Ajanvaraus ma - pe 8-14
- 020 632 2829

### Kriisikeskus

- ✚ Tarjoaa apua kriisissä oleville ja heidän läheisilleen.
- ✚ Kriisi tarkoittaa elämän tilannetta, jossa ihminen ei tiedä, miten siitä selviäisi.
- ✚ Kriisiin voivat aiheuttaa esimerkiksi vanhempien ero, väkivallan tai kiusaamisen kokeminen, seurustelusuhteen päättyminen tai läheisen menettäminen. Toisin sanoen asiat, jotka tuntuvat henkilöstä itsestään vaikeilta.
- ✚ Kriisikeskukseen voi mennä suoraan, ilman lähetettä.
- ✚ Voi asioida myös nimettömänä.
- ✚ Työntekijät keskustelevalat jatkotoimista asiakkaan kanssa ja ohjaavat tarvittaessa eteenpäin.
- ✚ Mielenterveysseuran ylläpitämiä, lähin kriisikeskus Mobile, on Jyväskylässä, Asemakatu 4.
- ✚ [www.kriisikeskusmobile.fi](http://www.kriisikeskusmobile.fi)

### Psykiatriset hoitopalvelut

Psykiatrasta apua tarvitaan silloin, kun sairastuu masennukseen, syömishäiriöihin tai esimerkiksi ahdistuneisuushäiriöön. Mielenterveysongelmia hoidetaan keskusteluterapialla, lääkehoidolla tai toimintaterapialla. Psykologit, psykiatrit ja psykiatriseen hoitotyöhön erikoistuneet sairaanhoitajat ovat tämän alan asiantuntijoita.

Nuorisopsykiatrian poliklinikka  
 Kauppakatu 10  
 44100 Äänekoski  
 014-269 2001

### Evangelisluterilaisen kirkon apu

- ✚ Jokaisessa seurakunnassa on *diakonityöntekijä*, jonka puheille voit mennä.
- ✚ Diakoniatyöntekijä on terveydenhuollon tai sosiaalityön ammattilainen. Hän voi auttaa esimerkiksi silloin, kun perheessäsi tai lähipiirissäsi on sairautta tai päihteiden käyttöä, mielenterveysongelmia tai väkivaltaa. Diakoniatoimistosta voi saada myös taloudellista tukea ja apua, ruoka-apua tai apua esimerkiksi harrastemenoihin.
- ✚ Palveluja voivat käyttää ihan kaikki, myös ne, jotka eivät kuulu kirkkoon.
- ✚ [www.aanekoskenseurakunta.fi/apuaelamaan](http://www.aanekoskenseurakunta.fi/apuaelamaan)





✚ **Työntekijöiden yhteystiedot:**

Äänekoski:

Erkki Tourunen, p. 045 6365191

Erika Puro, vs. p. 0500 473758

Pauliina Tikkanen, p. 045 65 77 898

Suolahti:

Jaana Sikorski, p. 045 65 77 65

Pauliina Tikkanen, p. 045 65 77 898

Sumiainen: Sanna-Anniina Pietiläinen, p. 040 7263519

Konginkangas: Jaana Muurikainen, p. 050 4006745

Sähköposti: etunimi.sukunimi@evl.fi

**Kirkon työntekijöitä on tavattavissa myös netissä:**

- ✚ FACEBOOK: Kirkko Suomessa- sivu, Kirkko kuulolla- chat
- ✚ IRC-GALLERIA:
- ✚ Suomi24.fi/ Suhteet: Kirkko Kuulolla
- ✚ Palveleva netti: [www.palvelevanetti.fi](http://www.palvelevanetti.fi)
- ✚ Palveleva Puhelin: p. 01019-0071, avoinna su-to klo 18-01, pe ja la 18-03



**Kirkon työntekijät – sinua varten**