

LUOVIA KOHTAAMISIA

MEIJÄN PERHE LIIKKEELLÄ

Podcastin tekstivastine

Jakso 3. Kohtaaminen ja universaali vanhemmuus

Keskustelijat: Ossi Valpio, Tuula Pitkänen ja Jenni Tolvanen

A-osa

Intro

(linnun laulua, askeleita soratiellä, puron solinaa)

Ossi: Luovia kohtaamisia. Lähdetään käynnistelemään oivalluksia ja tutkailemaan hyvinvointityön arkea erilaisista näkökulmista. Mun nimi on Ossi Valpio ja olen sun matkaoppaana, kun syvennymme asiantuntijavieraiden kanssa keskustelemaan kohtaamisen monista mahdollisuuksista ja luonnon, kehollisuuden sekä ilmaisun hyödyntämisestä hyvinvoinnin edistämisessä. Tervetuloa Luovia kohtaamisia -podcastin pariin.

(musiikkia)

Ossi: Tervetuloa podcastin kolmanteen jaksoon, jossa meillä on tänään isona teemana lämpöä, välittämistä, ymmärrystä ja kuulevia korvia tarjoava kohtaaminen. Meillä on tänään asiantuntijavieraita ihan kaksin kappalein. Tuula Pitkänen toimii tuntiopettajana Gradialla ja ennen tätä Gradia-opettajuutta muun muassa Mannerheimin lastensuojeluliiton Järvi-Suomen piirin perhetoiminnan päällikkönä. Hän toimii Lapset puheeksi- ja Hyvä arki lapselle -menetelmien kouluttajana. Toinen vieras Jenni Tolvanen työskentelee Perheet ja mielenterveys -yksikön päällikkönä Mieli ry:ssä. Jenni toimii myös Lapset puheeksi - ja Hyvä arki lapselle -kouluttajana.

Kohtaaminen on tänään iso teema, ja ehkä siitä kun mennään alas niin tärkeänä teemana myös universaali vanhemmuus. Siitä meillä on paljon paljon puhetta. Mutta ensimmäisessä osiossa jutellaan menetelmistä ja lähestymistavoista, mainitsemistani Lapset puheeksi ja Hyvä arki lapselle. Toisessa osassa keskitytään siihen, miten näitä menetelmiä voi elää arjessa todeksi, miten hyödyntää niitä muun muassa perheitä kohdatessa, puheeksi ottamisessa, vanhemmuuden tukemisessa sekä miten hyödyntää näitä menetelmiä eri ammattilaisten ja vapaaehtoistoimijoiden työssä ja toiminnassa. Itsellä on tästä kokemusta, niin on pari terävää juttua Tuulalle ja Jennille. Tänään varmasti paljon inspistä, työkaluja ja oppia ammennettaviksi alan ammattilaisille ja opiskelijoille ja toki muillekin, joita kiinnostaa. Mutta hei, tervetuloa pöydän ääreen porisemaan kanssani näistä teemoista ja kohtaamaan toisemme, Tuula ja Jenni.

Tuula: Kiitos.

Jenni: Kiitos.

Ossi: Mitä kuuluu tänä aamuna kun ollaan Gradian podcast-studiossa Jyväskylässä, mistä tulitte ja mitä kuuluu?

Tuula: Jos mie alotan, niin mä kotoo tulin, ja vähän oli vaatekriisi tossa aamulla. Huomasin, että rupesi jännittää että mitäs podcastiin laittaisin päälle. Ihan mukavat vaatteet löyty ja sitten hoksasin, että tämmöstä asiaa oli turha jännittää.

Ossi: Jep. Hyvältä näyttää, eikö näytäkin. Miltä vaatteet kuulostaa, mulla on tämmöinen kauluspaita niin se kuulostaa matkustaa tältä. Mitäs Jenni?

Jenni: Kiitos. Mukava aamu. Ehkä tän aamun vahvimmat tunnelmat on siinä, että puolivuotias koiranpentu voi pahoin aamulla ja häntä hoivasin. Toisekseen automatkalla - täähän ei oo ollenkaan tuttua, että tullaan autolla kun tehdään paljon kotoa käsin etätöitä - liikenteen melua ja ihmisten kulkemista seurasin tänä aamuna.

Ossi: Mahtavaa, että tulitte tänne kohtaamaan minut. Te ootte kouluttamisen ja perhetoiminnan parissa, mutta miten muuten elämässä tapahtuu, mikä pitää teitä touhukkaana tällä hetkellä? Tuula.

Tuula: Isovanhemmuus pitää aika touhukkaana ja perhe ylipäätään ja työ. Monenlaiset asiat, mutta ehkä lähisuhteet tässä on sydämen asia. Käytännössä ei joka päivä nähdä edes, mutta mielessä on.

Ossi: Minkäs ikäsiä?

Tuula: Mulla on kolme lapsenlasta, tyttärenlapsia. Ekaluokkalainen lähti nyt kouluun ja sitten on neljävuotias ja kaksivuotias. Kaksivuotiaan viestin sainkin tänä aamuna, että mummo tulen toisena päivänä käymään. Kyllä nää virkistää tämmöset viestit.

Ossi: Ehattomasti. Mitä Jennillä tapahtuu elämässä?

Jenni: Aika hauska, että sä oot saanut viestin. Mä heräsin myöskin tänä aamuna post it -lapun vierestä. Mun tytär oli jättäny mulle post it -lapun, jossa luki että hyvää yötä rakas äiti. Mä huomasin sen kyl vast aamulla, mutta viestien äärellä näköjään.

Ossi: Ihana viesti.

Jenni: Niin, kyllä.

Ossi: No mutta tänään voi taas katella sitä ja mennä nukkumaan hyvillä mielin. Hei, voitais mennä ydintä kohti. Jos vaikka kertoisit Jenni ensin, miten oot päätyne perhetoiminnan ja kouluttamisen pariin? Minkälainen sun polku on ollut?

Jenni: Meillähän on itse asiassa Tuulan kanssa aika yhteinen polku täällä Jyväskylässä kaiken kaikkiaan. Me ollaan tän Lapset puheeksi asian äärelle ajautettu vuoden 2013 tienoilla ja kuljetettu monenlaisissa erilaisissa toiminnoissa perhetyön äärellä. Mulla on reilun kymmenen vuoden työkokemus Keski-Suomesta erilaisista perhepalveluista. Viitisen vuotta sitten hyppäsin vähän toisenlaisiin kuvioihin eli valtakunnalliseen kouluttamiseen. Sitä kautta nyt muutaman vuoden oon luotsannut Mieli ry:ssä Perheet ja mielenterveys -yksikköä, joka tuottaa ammattilaisille mielenterveyteen liittyviä koulutuksia sosiaali-, terveys ja kasvatusalalla. Kouluttaminen itsessään on mua aina kiinnostanut ja ihmisten äärellä oleminen. Sitten toisaalta mä ajattelen, että perheiden parissa tehtävästä työstä on myös ollut paljon ammennettavaa. Kaikki polut on ollut tärkeitä, mitä on kulkenu erilaisissa palveluissa ja erilaisten perheiden asioiden äärellä.

Ossi: Onko sulla ollut joku tietty hetki elämässä, että sä oot tajunnu, että nyt haluan kouluttaa jengiä ja mielenterveys on mulle tärkeä juttu? Vai onko se ajautunu sinne?

Jenni: No, joo. Nyt kun sä kysyt sitä, niin mä ehkä saan siihen vielä jotenkin vähän lisäsvyjä siitä mielenterveydestä, mitä mä en oo ehkä aikaisemmin ajatellut. Neuvolan perheohjaajana olen jossain kohtaa elämässäni toiminut ja olin koulutuksessa, missä imetysohjauksesta käytiin ammattikorkeakoulun tutkinto. Silloin ajattelin, että vitsi nää on hienoja tyyppejä nää kouluttajat, ja niillä on selkeä fokus ja selkeä asiantuntijuus, minkä äärellä he olivat siinä. Se oli varmaan ensimmäinen kohta, kun mietin, että jotain tommosta haluan, olla hyvä ja asiantuntija ja löytää semmosen palon. Imettämiseen liittyy myös paljon herkkyyttä, mistä mulle tuli nyt täs ajatus mielenterveyteen. Siihen liittyy monia yhteyksiä.

Ossi: Mielenkiintoista. Tuula, miten sun polku opettajuuteen ja kouluttamiseen on kulkenut?

Tuula: Aika kaukaa. Ihan lapsuuden kodin ilmapiiri on ollut koulutus- ja opettajuus- ja kasvattajuusmyönteinen. Olen lähtenyt lastentarhanopettajakoulutukseen aikoinaan. Tein lastentarhanopettajan työtä vuosia ja huomasin, että ovensuukeskustelut perheitten kanssa venyy ja vanuu. Hoksasin sen, että lapsen oppiminen helpottuu, kun kotona asiat on hyvin. Ja taas päinvastoin, jos siellä on jotain pulmia, lapsen oppiminen voi mennä jumiin. Mä siitä sitten muuntauduin sosionomiksi ja sain itselleni enemmän eväitä mielenterveyteen ja päihdetyöhön tai sen alan ymmärtämiseen, mitä ei ehkä siellä Oulun yliopistossa lastentarhanopettajakoulutuksessa tullut esiin. Monien mutkien kautta nielin koukun lastensuojelutyöstä ja tapasin siellä paljon perheitä ja sitä problematiikka, mitä monisyisiä asioita lasten ja perheitten elämässä on. Mun ajatus, että miten me työntekijät voidaan jollakin tavalla persoonana kohdata, mutta kuitenkin niin, että meillä olisi joku yhtenäinen pointti tapaamisissa, kohtaamisissa.

Törmäsin Lapset puheeksi -menetelmään eli tähän koulutukseen. Siinä mulle tuli kokemus, että tämä on sellainen, mikä kattaa aika tärkeät osa-alueet perheitten arjesta. Ja niistä keskustelemalla me voidaan tukea perhettä ja saada oivalluksia ja piilossa olevia asioita-

kin nostaa esiin. Kouluttaminen tämän LP:n myötä, nää väkivallan ehkäisykoulutukset, erilaiset aiheet perustyön ohessa, ne on johtanut ammatillisiin opeopintoihin. Nyt Gradialla opetan kasvatus- ja ohjausalaa. Niin kuin Jenni sanoit tuossa, kaikki polut on tukenut toisia ja johtanut toiseen. Ihan samaa voin sanoa. Mikään ei oo mennyt hukkaan ja ehkä step by step mennyt eteenpäin.

Ossi: Mä koen kuuluvani teidän heimoon silleen, että mun polku on hiphop-kulttuurissa ja siellä tämmönen "kaikki opettaa toisia ja kaikki pitää huolta toisista" on kuulunut alusta asti. Jyväskyläläisessä hiphop-kulttuurissa se on tarkoittanut, että vanhemmat tyypit on aina ottanut siipiensä alle. Mulle vaikka Lappalaisen Lauri Dominon ja Blazen ajalta, jos muistatte tällaisen yökerhon – siellä mut otettiin – suulas räppäri, ole hyvä ja houstaa tapahtumia. Mä sain siitä yksinkertaisen kokemuksen, että musta pidetään huolta. Tämä on normaalia, tämä on juttu. Se ei ollut varsinainen oppi, vaan se oli käyttäytymistä ja tapakulttuuria, joka tulee hyvin syvältä. Mulla oli haaveita nuoriso-ohjaajuus, liikunnanopettajuus tai joku tämmönen. Joka tapauksessa halusin olla nuorten kaa. Omat sairastelut mitä oli nuorena aika paljon, johti siihen, että tää oli selkeä missio. Mä haluan, että jokainen nuori, jonka voi ohjata oikeaan suuntaan, niin olen tehnyt työni hyvin. Ainakin haluan tietää, mihin voi ohjata eteenpäin ihmisiä ja nuoria, ettei kukaan jää yksin.

Tässä onkin tää iso teema, johon haluan puuttua: puhutaan universaalista vanhemmuudesta. Se on aiemmin käsittäkseni ollut tää vanha viisaus, että koko kylä kasvattaa. Kun me kuulutaan erilaisiin heimoihin ja yhteisöihin, se voi olla ihan sosiaalimedian tai internet- tai pelimaailman juttuja nuorilla nykypäivänä, mutta sitten myös seuratoimintaa ja koulua ja muuta. Eli "koko yhteisö kasvattaa" -ajatus. Olenko oikeilla jäljillä? Mikä teidän ajatus tästä on? Jenni voit alottaa.

Jenni: Kun mainitsit sanan puuttuminen, aattelin, että meillä on suomen kielessä haasteellisia sanoja. Kasvattaminenkin on usein semmosta sormi pystyssä olemista. Puuttuminen kuuluu tiettyjen ammattilaisten duuniin. Heidän pitää kartoittaa, löytää, puuttua perheiden ongelmiin ja tarjota mahdollisuuksia.

Mutta hienosti poimittu tuo "koko kylä kasvattaa" -ajatus. Se on sellainen, mistä joitakin vuosikymmeniä sitten alettiin puhua. Vuonna 2018 kun menin Mieli ry:hyn töihin, lähdettiin kehittämään tätä Hyvä arki lapselle -koulutusta ja universaalien vanhemmuuden osa-aluetta. Yks kohtaaminen hankkeen aikana oli semmonen mun mielestä paras esimerkki siitä, mitä se universaali vanhemmuus on.

Mä olin menossa taksilla lentokentälle Jyväskylässä ja kouluttamaan muistaakseni Kajaaniin näitä koulutuskokonaisuuksia. Lento lähtee tosi aikaisin täältä aamulla ja mä olin aika töttöroö taksissa. Taksikuski oli herkkä saamaan viboja varmaankin, ja hän näki, että tuota naista pitää ehkä vähän puskea tänä aamuna eteenpäin. Hän alkoi kyseleä multa, mihinkä mä olen menossa, mitä mä teen ja kuka mä oikein olen. Mä sitten siinä 20 minuutin taksimatalla kertoilin kaikki: itsestäni, universaalista vanhemmuudesta ja Hyvä arki lapselle -koulutuksesta. Hän johdatteli mua kysymyksillään eteenpäin. Ihan loppuvaiheessa viimeisten kilometrien aikana, hän kertoi, että hän useimmiten toimii koulukuljettajana. Hänellä oli tosi mainio ideologia omaan työhönsä. Hän halusi tehdä jokaisen kohtaamisen siten, että lapselle jää hyvä fiilis. Monesti koulukuljetuksiin liittyy se, että lapset on pyörätuolissa tai tarvii fyysisesti jotain jeesiä taksiin siirtymiseen. Hänellä oli myös halu tehdä kosketus niin, että se ei oo kiireinen tai nopea tai vauhdikas tai jotenkin tylsä, vaan että se on merkityksellinen.

Siinä kohtaa ajattelin, että universaalissa vanhemmuudessa on hirmu monta pointtia. Se on aina aikuisen mahdollisuus kohtaamisissa. Ja mitä se itselle tuo? Ajattelen, että sen taksikuskin työhyvinvointi on varmaan toisenlainen, kun hänellä on tämmönen ideologia, että hän haluaa tehdä jotain hyvää, vaikuttaa lapsiin ja tehdä lapsille päivän sen hetken hyväksi sillä, mikä se hänen vaikutuskenttänsä on. Sit kun mä hyppäsin lentokoneeseen, mietin tätä taksissa tapahtunutta kohtaamista. Hänhän teki sen mulle myös sen taksimatkan aikana. Mulla oli aika toisenlainen fiilis huonosti nukutun yön jälkeen taksimatkan jälkeen kuin ennen sitä. Universaali vanhemmuus koskettaa lapsia, nuoria, perheitä ja vanhempia, mutta myös vanhemmuutta, että minkälainen suhtautumistapa meillä kenelläkin on toisiimme - ollaanpa me missä roolissa hyvänsä tai on se kohdattava missä roolissa hyvänsä.

Ossi: Tossa on varmaan hyvä ajatus kuulijallekin: Minkä merkityksen luo omalle työlleen, jos kohtaat lapsia ja nuoria? Millainen ihminen olen, kun kohtaan muita ihmisiä työssäni? Toi on hieno ajatus. Kun miettii työhyvinvointia, joku duuni saattaa viedä energiaa tai tuoda energiaa. Kuka sitä mittaa? Firstbeat, Oura tai Whoop ei välttämättä näe suoraan tällaisia asioita, että mikä sun asenne ja suhtautuminen työhön on. Kuskaatko Jenniä vai kuskaatko vain uneliaalta näyttävää naista hiljaa? Haluatko hänelle hyvän päivän? Se mitä annat, tulee takasin. Toihan on valtavan iso ja tärkeä juttu varsinkin, kun tehdään lasten ja nuorten kanssa.

Tohon puuttumiseen vielä: Sä voit tietämättä toisen taustoja toimia sellaisella tavalla, joka tukee, ilman että sun tarttee oikeastaan puuttua. Sä voit ajatella, että mä haluan olla turvallinen ja avoin tai antaa itsestäni jotain sellasta arkaa, josta nuori kokee, että hei toi uskaltaa olla mulle jotain muuta kun pelkkä kuori. Että tuohan on oikea lämmin ihminen. Jos mä olen vähän avoimempi nuorille, aletaan ehkä ajattelemaan jo mahdollisimman nuorena: "Hei, tossa on kaveri, joka uskaltaa puhua kipeistä aiheista. Mä voisin kans puhua vaikeista asioista mun parhaan ystävän kanssa, tai tämän miehen kuullen.

Jenni: Joo. Kohtaamiseen liittyy myös ennakkoluulottomuus. Se on tosi tärkeä - olet sä sitten ammattilaisena, vertaisena tai vapaaehtoistoiminnassa. Aina kun meillä on joku ennakkoluulo, se väistämättä välittyy kohtaamisessa. Yksi sana, minkä ympäriltä haluaisin lieventää negatiivista kaikua, on uteliaisuus. Mun mielestä pitää olla utelias toisia kohtaan. Silloin kun saa olla utelias ennakkoluulotta, silloin on hyvät lähtökohdat sille, että sä tuut kohdatuksi ja sulla on mahdollisuus kertoa sellaisistakin asioista, mitkä on ehkä arkoja tai herkkiä.

Ossi: Että asiat kiinnostaa. Sitten toki, miten sä kiinnostut muitten elämästä tai asioista, se on se herkkyyttä vaativa taitolaji, missä tullaan paremmiksi. Että me tiedostetaan, että me ei välttämättä tiedetä, mistä käsin ihminen tähän päivään on tullu. Otetaan pienet silkkihansikkaat aina. Mitä ajatuksia Tuulalle herää?

Tuula: Paljonkin herää ajatuksia. Kun tein töitä MML:ssä, opin ja kouluttauduin ja sukelsin mentalisaatio-käsitteeseen eli olla kiinnostunut näkyvän käyttäytymisen taakse. Haluaisin opettaa kasvat- ja ohjausalan opiskelijoille, että kaikki ei ole sitä miltä näyttää päällepäin. Pahoinvointi näkyy esimerkiksi huonona käyttäytymisenä. Ihminen ei ole vain näkyvä käyttäytymisensä, vaan pitää olla kiinnostunut siitä, mitä on näkyvän käyttäytymisen takana. Kiukutteleva lapsi tai huonosti käyttäytyvä vanhempi päiväkodin aamutilanteessa tai muissa lyhkäisissä kohtaamisissa. Niissä hetkissä pitäisi olla kiinnostunut sen näkyvän käyttäytymisen taakse. Olen itse saanut eväitä MLL:ssä, mutta myös paljon aiemmin

oman elämän perkaamisessa. Tiettyssä iässä tulee mietittyä lapsuuden taustoja, kokemuksia ja sitä, kuka minä olen. Itselläni se on tapahtunut parisuhteessa, ja kun on tullut vanhemmaksi, äidiksi. Siinä on herännyt paljon ajatuksia ja kysymyksiä.

Lyhyesti kerron esimerkin: Olen kasvanut isättömänä omassa lapsuudessani. Kun tulin äidiksi, huomasin, mikä on tyttären ja isän välinen suhde. Tajusin, että hyvä tavaton, multahan puuttuu täysin tämmönen omasta elämästä. Se herätti sellaisen, mikä oli uinunut, tuli sen aika. Lastensuojelussa töitä tehdessä kun tapasin monenlaisia isiä – ei aina niin ehkä onnistuneita kasvattajina – ymmärsin lapsen oikeuden isään. Kaikilla on varmasti myös hyvät hetket ja hyvät kohtaamiset. Oppi on ollut se, että on tärkeitä perkata omaa elämää sitten kun on sen aika. Se kaikki kohtaaminen ja kaikki menetelmät on päälle liimattua, jos niitä ei oo sisäistänyt itse tai kokenut. Jokaisella on tarve tulla kohdatuksi, rakastetuksi ja hyväksytyksi. Ne on kaikkia meitä yhdistäviä tarpeita, ja niihin vastaaminen menetelmällä ja persoonalla on se, mistä päästään eteenpäin ja mistä päästään suhteeseen – myös universaaliin vanhemmuuteen. Se ei ole silloin jotain ihmeellistä, vaikka sitä menetelmätkin tukee.

Ossi: Koettua.

Tuula: Koettua. Just näin.

Jenni: Me on Tuula – muistat varmaan – erilaisissa koulutuksissa vedetty harjoitusta, missä jäädään pohtimaan, minkälaisissa perheissä on elämänsä aikana elänyt. Satojen koulutettujen tätä harjoitusta läpikäyneiden vapaaehtoisten näkökulmasta tulee havainnoiduksi se, että näitä ei tuu mietittyä. Mitä perhe itse asiassa on? Mitä ovat ne yhteisöt, joissa on elänyt? Perhehän on yhteisö. Se määritellään Wikipediassa ja sosiaalityön teoksissa tietyllä tavalla, mutta lopulta perhe on myös oma kokemus siitä, minkälaisissa yhteisöissä on elänyt. Jos sä kohtaat perheitä, lapsia, nuoria tai vanhemmuutta, niin silloin on tärkeitä miettiä omia kokemuksia siellä taustalla eli minkälaisissa perheissä on vaikkapa elänyt. Koulutuksissa on ollut tosi mielenkiintoista, kun niitä on yhdessä juteltu läpi. Jotkut miehet on esimerkiksi tuonut esille armeijayhteisön yhtenä perheenä, missä on opeteltu tulemaan toimeen. On erilaisia perhekuulttuureita. Minkälaisia kokoonpanoja niitä on ikinä ollutkaan, mihinkä on tuntenut kuuluvansa. Sä Ossi sanoit, että jotkut räppärikaverit ottivat sut siipien suojaan Dominossa aikanaan. Ehkä sekin on ollut yhteisö, millä on ollut merkitystä siihen, miten sä oot kokenut turvallisuutta tai hyväksytyksi tulemisen tunnetta. Sillä on vaikutusta niihin kohtaamisiin, mitä sä tarjoilet.

Ossi: Joo. Kun lapsi ja nuori tulee tiettyyn ikään ja koetaan, että ei olla enää niin pieniä, me halutaan olla isompia kuin ollaankaan. Jos silloin päästään semmoseen yhteisöihin perheen ulkopuolelle – on se sitten urheilua, taidetta, kulttuuria, mitä vaan, koulunkin ulkopuolella – mitä enemmän me päästään käsiksi elämään sellasten aikuisten kanssa, missä voidaan kokea, että saa äidin tai isän kuvia. Vaikka eihän lapsi ajattele, että tossa on mulle nyt korvaava isä tai korvaava äiti. Me ei välttämättä ekalta istumalta tiedetä, onko lapsella äitiä ja isää, minkälainen äiti ja isä, onko vaikka huostaanotettu tai adoptoitu tai mitä muita vaan taustoja on. Mä oon nelikymppinen, ja jos multa kysytään, että isäsi liisäksi minkälaisia miehen kuvia on ollu, tulee mieleen isoisäni, joka ei ollut edes veri-isoisä. Oikea isänisäni oli kuollut kauan sitten, mutta olen kasvanut siihen, että hän on mummoni mies. En mä koskaan ajatellut, että toi ei oo mun pappi. Tietyt jutut kun koetaan ja niihin kasvetaan, niin se vaan tuntuu, että tämä on osa sitä, minkälainen mies olen. Mä tykkään, että koulussa on nykyään paljon taideopetusta ja ohjataan paljon harrastustoimintaan.

Kuinka merkittävä yksikin ihminen voi olla lapselle siinä, että siitä kasvaa semmonen, miten sen nyt sanois – sulla on parempi kyky käsitellä elämää, kun sulla on turvallisia aikuisia. Se yksikin kohtaaminen voi olla paljon.

Tuula: Joo. Myös vanhemmuuteen tulee tukea näiltä yhteisöiltä. Oma kokemus on se, että on huokaisun paikka, kun lapset on pyhäkoulussa. Tai kun sai lähettää lapset nuorisoihtaan, se tuntui vanhempana hyvältä, että on muitakin aikuisia, että ei tarvitse itse. Ei ehkä osaa, kun tulee erilaiset ikävaiheet, on vähän vanhempana pulassa, että mitenäs tän teinin kanssa nyt. Koti on se, mistä lähdetään, mutta sitten saa paljon tukea vanhemmuuteen toisista yhteisöistä. Se on vanhempien etuoikeus, että on muita. Totta kai lapsenkin etuoikeus, mutta se auttaa vanhemmuudessa. Tänä päivänä voi olla ajatus, että pitäis pärjätä yksin vanhemmuudessa ja koti pitäis olla Pinterestin sivulta, tasot putiputs ja tiskit piilossa. Monenlaisia paineita, en tiedä, mistä ne tulee. Tarvitaan tukea vanhemmuuteen, että lapsilla on muitakin paikkoja, missä he voi olla, ja vanhemmat voi relata sillä aikaa.

Jenni: Tästähän on tosi tuoretta tutkimusta. Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksella VoiKu-tutkimus ja tutkija Matilda Sorkkila on just tätä tutkinut. Me eletään aika yksilö- ja suorituskeskeisessä yhteiskunnassa tällä hetkellä, ja varmaan ne paineet on myös sisäsyntyisiä. Vanhemmuudesta, vanhemmuustaidoista ja vanhemmuustavoista puhutaan yhteiskunnallisestikin tosi paljon. Niistä puhutaan erilaisissa vertaisryhmissä, vähän vertailaankin ehkä sitä, käytätkö kestovaippoja vai täysimetätkö vai sormiruokaillaanko teillä vai miten. Siitä voi kokea paineita. Vanhemmuudesta ja vanhemmuustaidoista tiedetään tosi paljon, ja ne näkyy paljon. Se voi johtaa ehkä täydelliseen vanhemmuuteen tai jotenkin ammattitasaiseen vanhemmuuteen pyrkimiseen ja suorittamiseen, minkä ei vanhemmuuteen tarvis liittyä. Mietin vielä muiden yhteisöjen ja aikuisten tukea. Lapset puheeksi -työssä puhutaan siitä, että toinen kehitysympäristö voi kantaa silloin, kun toisessa on pulmia. Siitä tulee ajatusmalli, mistä Tuula äsken puhuit, että vanhempi on aina ainutkertainen, mutta elämässä on myös muita tahoja ja aikuisia, jotka voi kantaa – varsinkin jos on jotain huolta, murhetta, ongelmaa tai haavoittuvuutta.

Tuula: Neuvolaikä ja varhaiskasvatusikäisten lasten tuki on aika mallillaan, kun lapsi on siinä helmoissa niin sanotusti. Mutta sitten kun lapsi kasvaa ja tulee teini-ikään, on se mittari sitten, että miten lapsi itse käyttäytyy – minkälainen se koti on ollut ja eikö siellä ole opetettu vai onko opetettu. Silloin vanhemmuus mittautuu lapsen kautta. Mutta siinä kohtaa vanhemmilla ei ehkä ole niin sitä paikkaa, missä saa vanhemmuuteen tukea. Kontrollointi on tosi huono sana, mutta jos ajatellaan näitä perinteisiä – neuvolassa mitataan, punnitaan, kuulostellaan kuulumiset ja sitä vanhemmuudenkin jaksamista ja osaamista tuetaan – mutta sit se jotenkin katoaa. Voi olla, että kouluissa luokattomuuskin vaikuttaa siihen, että ei oo enää – ei tunneta luokkakavereitten vanhempia. Jotenkin siinä on niin kun puuh. (*huokaisten*) Mulla on vähän tällainen ajatus tai pelko, että onko se niin.

Ossi: Pitäiskö neuvolatoiminnan sitten jatkua ja kuinka myöhään? Jos nyt rakennettaisiin uudelleen tukiverkosto, niin kuinka pitkään jatkaisitte neuvolatoimintaa vanhemmille? Kun mennään kouluun niin, olisiko se koulussa tapahtuvaa? On koulukuraattori, koulupsykologi ja muuta, mutta tällaista missä oikeasti pääsis keskustelemaan vanhemmuudesta...?

Tuula: Tällä kokemuksella mikä mulla on toisen asteen opettajana mä ajattelen, että sellasta neuvolaa olis tarvittu aika pitkään. Tai jotain sellaista vanhemmuuden tukea ja rinnalla kulkemista. Tai sit tämän universaalin vanhemmuuden käsitteen räjäyttämistä...

tä niin, että sille nousis arvo, eikä se olis kontrollointia eikä puuttumista väärällä tavalla, vaan meidän kulttuuriin tulis rinnalla kulkemisen kulttuuri. Se ei koskis vaan niitä, kellä on probleemia, vaan se ois universaalia ja kaikkia koskevaa.

Ossi: Niin, jakavaa ja keskustelevaa enemmänkin. Se ei etsi vikoja ja pyri diagnosoimaan ja ratkaisemaan. Mä oon ite käynyt läpi kaikennäköistä nuorena ja siinä tulee helposti semmonen, että sosiaalipuolella sulle lyödään leimoja tuolta ja tuolta ja täältä. Aikuisena on lukenut elämästä ja ihmisistä, kuunnellut tarinoita, tajuaa, että jokaisella on jotain paskaa meneillään. Kaikki me koetaan riittämättömyyttä enemmän tai vähemmän. Luultavasti päivittäin tulee olo, että tää on kun Sims-peli, jossa mä keskityn töihin ja mun lapset vaatii enemmän, kun mä keskityn lapsiin niin mun mies, vaimo, kuka vaan, aina tavallaan joku osa-alue jää vähän hunningolle. Se alkaa harmittaa, joitakin enemmän ja joitakin vähemmän. Ainoa lääke siihen itsellä on, että alkaa keskustelemaan ja jakamaan, pääsee omasta päästä pois. Silloin stigmat ja leimat häviää helposti, kun tajuaa että me kaikkihan ollaan leimattuja. Me kaikki ollaan ihmisiä, joten tähän olikin helpompi homma kuin ajattelinkaan. Kun oot pohjalla jonkun asian kanssa, on toki vaikeampi miettiä, mistä lähtee kiipeämään. Mulle se tulee vaikka kulttuurin kautta, että on oikeasti yhteisö, semmonen kulttuuri, missä päästään puuttuun ajoissa asioihin niistä puhumalla. Ei niinkään yritetä etsiä, että mikä se ongelma on.

Jenni: Vaikka oliski joku selkeä haaste tai ongelma tai joku mikä näyttäytyy, niin siihenkään ei liittyisi kuitenkaan niitä ennakkoluuloja. Nää on kaikki kuitenkin perheiden, lasten tai nuorten henkilökohtaisia, omaan elämään ja omaan taustaan liittyviä tilanteita ja kokemuksia. Kukaan ei voi ulkopuolelta määrittää, mitä tietty kokemus tarkoittaa tai mitä asioita siihen liittyy.

Ossi: Jep.

B-osa

(Musiikkia.)

Ossi: Voitaisko puhuu hetki siitä, mikä on Lapset puheeksi -menetelmä? Jos voisitte laittaa siitä vähän tutkimustustusta ja tuloksiakin. Minkälaista dataa on saatu?

Jenni: Menetelmän on kehittänyt Tytti Solantaus, emeritaprofessori 2000-luvun alkupuolella Beardsleen perheintervention myötä Jenkeistä tulleen pidemmän intervention myötä. Tällä hetkellä Lapset puheeksi -menetelmää käytetään sosiaali-, terveys- ja kasvatusalalla tosi laajasti eri maakunnissa, eri organisaatioissa ja eri toimijoiden taholta. Lapset puheeksi -keskustelun tarkoitus on luoda se paikka vanhemmalle keskustella lapsen arjesta ja ymmärtää lapsen arkea. Siinä ajatellaan ammattilaisen kanssa, onko arjen asioissa tai tilanteissa jotain haavoittuvuutta tai jotain sellaista vahvuutta, jonka äärelle ois hyvä pysähtyä.

Haavoittuvuus tarkoittaa oikeastaan kahta asiaa. Se voi olla joku ongelma tai huoli, tai sit se voi olla yhtälö, joka johtaa siihen. Nähdään vaikka, että päiväkotikäinen lapsi on vähän vetäytyvä päiväkotiryhmässä. Silloin voidaan pohtia, mitä se tarkoittaa, onko se tulevaisuudessa ongelma ja mitä sille pitäisi tehdä. Lapset puheeksi -keskustelu johtaa aina toimintasuunnitelmaan, jossa ammattilainen ja vanhempi tekee oikeasti tekoja haa-

voittuvuoksien ja vahvuuksien eteen. Mietitään, mitä näille tehtäisiin. Miten vahvistetaan vahvuuksia, niitä asioita mitkä jo sujuu arjessa. Vahvuus ei tarkoita sitä, että sä oot huipupopianisti, vaan se tarkoittaa asiaa mikä sujuu. Vaikka sitä, että koululainen lähtee kouluun ihan ookoo. 13-vuotias esiteini ei ole aina aamulla sillä tavalla, että jes pääsen nyt kouluun, mutta kuitenkin hän menee sinne, eli se on ihan ookoo. Mutta jos se jää koko ajan sängynpohjalle, me voidaan miettiä vaikka opettajan kanssa, mikähän siinä on. Näiden vahvuus-haavoittuvuus -asioiden - sen strukturoidun keskustelun myötä muodostuu toimintasuunnitelma. Kyseisen lapsen tärkeät ihmiset, se vanhempi ja joku ammattilainen miettii, mitä me tehdään, että me vahvistetaan vahvuuksia, asioita jotka sujuu, ja mitä me tehdään niille, joita me ajatellaan haavoittuvuuksina.

Ossi: Nerokasta.

Tuula: Se mikä tekee tästä menetelmästä kivan, on se, että tässä on todellakin strukturoidut keskusteluaiheet ja kysymyksiä eri ikäisten lasten vanhemmille. Puhutaan lokikirjasta, jonka avulla keskustelua viedään eteenpäin. Se on saanut hyvää palautetta, että tämä on myös läpinäkyvä menetelmä. Vanhemmat voi nähdä lokikirjan etukäteen, eli sen, mitä keskustellaan, minkälaisia kysymyksiä, mitä aihealueita tulee. Esimerkiksi yksi äiti, kenellä helposti tuli paniikkihäiriö, antoi hyvää palautetta, että hänestä oli turvallista keskustella kun hän tiesi, mitä kysytään. Kysymykset ei tullut puskan takaa vaan, hän oli koko ajan tasavertainen keskustelija ammattilaisen kanssa. Hän on yhtä lailla asiantuntija omaan lapseen, omaan vanhemmuuteen ja omaan arkeen nähden. Siinä ei ole asetelmaa, että työntekijä tulee ylhäältä päin tai jotenkin sanelee, että näin asiat pitäis olla, vaan siinä keskustellaan tasavertaisesti, ja lokikirja ohjaa keskustelua.

Jee: Joo. Vielä noihin pointteihin, mitä Tuula nosti esiin: Yhdessä Lapset puheeksi -koulutuksessa työntekijä, joka tutustui koulutuksen aikana tähän menetelmään ja käytti sitä keskustelua sitten asiakastyössään, kertoi koulutuspäivässä, että tämä tuntui ihan mainiolta tavalta olla sen yhteisen ymmärryksen äärellä asiantuntijana ja ammattilaisena ikään kuin tasavertaisena ja samalla viivalla. Hän koki normaalin tai aikaisemman työotteensa olleen sellainen, että hän ikään kuin oli etukenossa kohti sitä vanhempaa tai asiakasta, aina antamassa tai tuottamassa jotain. Tämän keskustelun äärellä hän enemmänkin koki istuvansa kuin keinutuolissa ja tasa-arvoisessa asemassa jakamassa, keskustelemassa.

Ossi: Olen kova urheilumies, niin tulee mieleen: Kun tiedät, mitä lajia tulet pelaamaan, siinä on tietyt lainalaisuudet. Jos toinen tulee pelaamaan koripalloa ja toinen ei tiedä tulleensa pelaamaan koripalloa, niin kokee ehkä erilaisia tunteita. Tässäkin luodaan tietty asetelma ja poistetaan siitä ennako-oletuksia tai ennakkoluuloja tai pelkoja. Kyllähän se luo todella hyvän tilanteen.

Aiemmassa jaksossa puhuttiin luontokohtaamisista ja siitä, että koronan-aikana poistettiin se, että mennään eri instansseihin tiettyyn laitokseen. Sä koet sinne laitokseen mennessäsi, että nyt kun mä astun sisään niin minä olen mielenterveysongelmainen tai hullu, tai mitä kukakin kokee missäkin tilanteessa. Me voidaan poistaa tai riisua nämä tilanteet semmosiks, että ihmiset keskustelevat vaikka ulkona. Se on erittäin terve juttu. Lapset puheeksi -menetelmää on käytetty parikymmentä vuotta. Minkälaisia tuloksia tästä on saatu? Onko teillä heittäjä jotain?

Jenni: Tutkimusta on tehty 2000-luvun alkupuolella, ja siitä muutamia steppejä eteenpäin myöskin. Ollaan esimerkiksi syöpään sairastuneiden vanhempien kohdalla tutkittu menetelmää ja sen hyötyjä. Tiedetään, että se on turvallinen käyttää ja se vähentää pitkällä

juoksulla lasten psyykkistä pahoinvointia ja uupumusta. Tiedetään myöskin, että se on lisännyt työntekijöiden työn iloa, mikä on yksi merkittävä tulos. Näihin viitaten mitä äsken juteltiin, se mahdollistaa semmoisen aidon dialogin. Siinä tehdään jotain konkreettista. Usein työskentely on vähän abstraktia. Keskustellaan aiheesta, mutta siitä ei oikein tiedä, mitä siitä seuraa tai minkälaisia asioita tehdään. Tässä sitoudutaan johonkin konkreettiseen: mä vanhempana tai ammattilaisena tiedän, mitä mä teen muutaman kuukauden eteenpäin. Ja mä tiedän, että sillä tekemisellä on merkitystä lapsen arjen sujuvuudelle.

Tuula: Menetelmä on nostanut vahvemmin esille, että eri aikuisten palveluissa otetaan myös lapset puheeksi. Eli ei oo niin lokeroitunutta, että nyt mä vaan keskityn tähän aikuiseen ja esimerkiksi aikuisen syöpäasiaan, vaan siinä otetaan koko perhe huomioon ja lapsi. Se on tän menetelmän yks merkityksellisin kohta.

Jenni: Ollaan ymmärretty myös se, että mehän kaikki ollaan osa jotain. Me tullaan se, sun Ossi mainitsema, leima edellä jonnekin palveluun tai sitten me kohdataan ihminen kokonaisuutena - ei pelkästään niin, että sulla on sairaus tai ongelma tai huoli, vaan kysytään vähän, että ketä sun perheeseen kuuluu ja onko sulla lapsia. Mä ajattelen, että varmaan jokaisella vanhemmalla - oli ne taustat minkälaiset hyvänsä - on aina jollakin tavalla huoli siitä, miten lapset pärjää. Jos hoidetaan vaan sairautta tai ongelmaa, se jää vähän vajaaksi.

Tuula: Joo tutkimuksissahan oli selkeästi esimerkkejä, että jos ei niitä lapsia oltu otettu huomioon, niin oliko verrokkiryhmä - niin siellä tuli vastaan sitten lapsen pahoinvointi. Verrattuna siihen, että jos oli otettu huomioon, niin mitenkä jotenkin ne karikat pysty ohittamaan.

Ossi: On hyvä, että puhutaan muustakin kuin siitä itse kohteesta. Mulla on oma kokemus, että jos mä sairastun, niin mun koko perhe sairastuu. Kuka kysyy mun perheeltä, että miten te voitte? Voi olla että lääkäri tai hoitaja kysyy siinä arjessa, mutta miten se näyttäytyy sitten myöhemmin. Sieltä käsinhän me ohjataan päätöksiä, millä lailla me saada apua vai eikö saada apua. Ja minkälaista apua saadaan. Se liittyy sun taloudellisen statukseen ja siihen mihin kohti yhteiskunnan rappusia sinä kuulut. Onko sulla itsellä varaa, missä sinä asut, minkälaisia palveluita siellä on. Mikä teidän kokemus on, missä tällä hetkellä mennään? Mun kokemukset on yli 20 vuoden takaa. Silloin tuntui, että olisi voitu tarttua asioihin aiemmin eikä sitten jälkikäteen, kun on jo tuhoja tullut. Osataanko me ottaa kokonaisuutena huomioon, jos tulee joku traumaattinen kokemus, on se sitten sairastuminen, onnettomuus, mikä vaan tämmönen traumaperäinen asia?

Jenni: Varmaan joskus, mutta ehkä siinä on aika paljon vielä parannettavaa. Kun puhutaan sairaudesta tai sen kaltaisista asioista, mehän tiedetään, että terveydenhuollossa on aika tiukkaa tällä hetkellä: kuinka kauan sulla on ammattilaisena aikaa tavata sitä ihmistä tai kuinka kauan se ihminen joutuu jonottamaan ennen kun se pääsee hoitoon. Mä ajattelen, että nämä asiat on nyt aika hurjasti tai kurjasti tällä hetkellä. Mutta kyllähän koulutuksiin esimerkiksi on jo lisätty sosiaali- ja terveysalalla ja kasvatusalalla monenlaisia sisältöjä sen puolesta, että ammattilaisilla olisi valmiuksia ja menetelmiä, työotteita tai lähestymistapaa sille, että ihmiset otetaan kokonaisvaltaisesti huomioon. Resurssit ja ehkä yhteiskunnallinen tilanne on kuitenkin huolestuttava. Mun luotsaamassa yksikössä on alkanut tänä keväänä Ylva-hanke, jossa kehitetään, vaikutetaan ja koulutetaan ammattilaisia ja vapaaehtoisia, jotka kohtaa ylivelkaantuneita vanhempia, joilla on myös mielen-terveyteen liittyviä haasteita. Ylivelkaantuminen ja mielenterveys kulkevat käsi kädessä. Ollaan ajankohtaisessa aiheessa. Nyt ei varmaan oo yhtään ihmistä, jota ei talousasiat

huolestuttaisi. Ja me tiedetään jo aikasemmista tutkimuksista, että lapsena koetulla köyhyydellä on vaikutuksia aikuisuudessa ja köyhyyskin voi olla ylisukupolvinen asia. Me ollaan vähän hurjassa tilanteessa kyllä nyt palveluiden ja ammattilaistenkin näkökulmasta. Kokemusta, osaamista, taitoja ja tietoa varmasti on, mutta onko resursseja.

Ossi: Tuo on hyvä kysymys, että jos sulla on tietty arvopohja, millä oot lähteny sosiaalialalle ja sulle sanotaan että kiitos, että olet sinä ja mahtavaa, että toimit niin kun toimit, mutta tässä on sulle ihan liikaa pelinappuloita. Ole hyvä. Niin ei ole ihme jos puhutaan joukkoirtisanoutumisista mediassa ja siitä, että on mahdotonta tehdä työtä arvopohjaisesti, jos sulta vedetään mattoja alta.

Tuula: Tähän resurssikysymykseen: LP-koulutuksia on pidetty jo vuosia ja iso porukka ympäri Suomen on kouluttautunut, mutta se on vähän, että miten tätä menetelmää sitten oikeasti päästään käyttämään. Tässä on ehkä perinteinen paradoksi, että ei ole resursseja, ei ole aikaa, ja sitten se ajan ryöstäminen tulee jossakin siellä myöhemmin ja ehkä isommissa pulmissa, isompien haasteitten edessä. Toivoisin, että kun tää koulutus on kuitenkin sosiaali-, terveys- ja kasvatus ammattilaisille suunnattu, sitä käytettäisiin jo ennen kuin on mitään pulmia. Että haavoittuvuudet ja vahvuudet puntaroitaisiin. Ja todellakin teinillä vahvuus voi olla se, että lähtee kouluun, eli ei nostettaisi sitä kriteeristön kynnystä liian korkealla. Mä ajattelisin, että se on kans vähän kuin kulttuurivallankumous liittyen tähän universaaliin vanhemmuuteen myös ammattilaisten kesken. Se mun nakki ei tule vasta sitten, kun pöydälle tulee huoli-ilmoitus tai että siitä lähtee vasta prosessit käyntiin, vaan se työ olisi siellä pitkin matkaa jo varhain. Olisi se kulttuuri ja kiinnostus, että keskustellaan.

Ossi: Kyllä. Mä ite tykkään ajatella, että on kaksi puolta, ennakointi ja reagointi. Se, minkälainen kulttuuri luodaan ja millaset resurssit, liittyy täysin siihen, voidaanko me ennakoida. Meidän tarvii vähemmän reagoida, jos me ennakoidaan asioita. Se on ihan perus. Sä lähdet maailmanympäripurjehdukselle niin kyllä sulla on varmaan aika hyvä lista asioita, millä se purjehdus toimii, mutta jos lähdet sinne ajatuksella, että mäpä meen Kööpenhaminan kautta Lontooseen ja katotaan, pääsenkö ikinä New Yorkiin, niin kyllä siinä muutama mutka tulee. Toivottavasti mahdollisimman moni linjoilla saa ajatuksensa rullaamaan, voitko parantaa sun resursseja, voitko käyttää niitä viisaammin. Se on iso kysymys, minkä sulle heitän.

Seura- ja vapaaehtoispuolella toimineena itseä kiinnostaa myös Hyvä arki lapselle -koulutus. Se ilmeisesti on juuri vapaaehtoistoimijoille suunnattu koulutus. Kertoisitteko siitä hieman lisää, minkälainen juttu on Hyvä arki lapselle?

Tuula: Ei tarvitse olla ammattilainen, joka kiinnostuu lapsen hyvästä arjesta ja lähtee koulutukseen. Hyvä arki lapselle on kevyempi versio kuin Lapset puheeksi -menetelmä, mutta se perustuu täysin Lapset puheeksi -menetelmän teemoihin: kehitysympäristöt, tunteet, universaali vanhemmuus, ylisukupolvisuus.

Jenni: Koulutuksen ydin on se, että vapaaehtoistoimija saa kokemuksen siitä, että hän todella on merkityksellinen. Hän on turvallinen aikuinen, hän on universaali vanhempi, ja se mitä hän tekee tai miten hän kohtaa lasta, nuorta, perhettä, vanhempia – vapaaehtoistyöhän koskettaa kaikkia meitä tai kohdentuu kaikkiin meihin – niin sillä on tosi paljon merkitystä. Sen ei tarvi olla mitään rakettitiedettä. Me voidaan ajatella, että se futisvalmentaja, joka kysyy lapselta, että mitä sulle kuuluu, niin se riittää.

Ossi: Kun puhutaan hienosta käsitteestä ja menetelmästä, asia on silti loppuviimein kuitenkin se, että pyritään ajamaan punainen lanka kohtaamiseen. Että millä lailla sinä kohtaat? Siinä taksijutussa oli jo ytimessä se, että me ollaan ensinnäkin kaikki jonkun lapsia. Me edelleen ajatellaan olevamme lapsia, vaikka me oltaisiin minkä ikäisiä, niin sama se on kohdella kaikkia siitä ajatuksesta käsin. Miten näihin koulutuksiin pääsisi käsiksi? Minkälaisia steppejä voi ottaa, että pääsee kouluttautumaan?

Jenni: Meillä on Mieli ry:ssä Hyvä arki lapselle -kouluttajien pieni joukko. Heiltä voi koulutusta tilata. Sitten on järjestöjä, joihin koulutus on juurtunut. MLL on yks näistä järjestöistä, joissa tarjotaan Hyvä arki lapselle -koulutuksia heidän vapaaehtoistoimijoilleen. Syöpäjärjestöt ja FinFami on sellaisia, joissa on tukihenkilöille ja vapaaehtoisille koulutuksia. Varmaan on myös muita seurojakin joihinka koulutus kehittämishankkeen aikana 2018–2020 juurtui osaksi toimintaa.

Tuula: Vielä tästä Hyvä arki lapselle semmonen asia, että siinä ei oo sellaista samanlaista keskustelualustaa, kysymyspatteristoa eri ikäkausille kuin lokikirjassa, vaan siinä on paljon suuremmat teemat, tietty ymmärrys kohtaamisesta. Ja joka käy tämän koulutuksen, varmasti tapahtuu se hiffaaminen, just tää merkityksellisyys ja se arvo mikä vapaaehtoistojen toimijana itsellä on.

Jenni: Ja varmaan semmoinen itsetutkiskelu myöskin, minkä äärellä meidän kaikkien on hyvä jollain tavalla olla välillä.

Ossi: Kyllä. Nyt voitais mennä kohtaamisessa siihen, millä lailla puhutaan ja siihen herkkyyteen. Esimerkiksi mua kiinnostaa, että kun löytyy asioita, joista ois hyvä nostaa kissaa pöydälle tai puhua - ajatellaan vaikka elintapoja - niin olisi aika tylyä katsoa, että okei, nyt on selkeästi koko perhe ylipainoisia tai nyt kaikki tuoksuu tupakalle tai tällaisia asioita. Miten puuttua elintapajuttuihin, on ne sitten päihteisiin tai vaikka ravitsemukseen tai liikuntatottumuksiin liittyviä?

Tuula: Varmaan se puuttuminen on ensinnäkin se sana ja ajatusmalli, mikä pitää karsia. Mainitsinkin jo, että on eri ammattilaisia, joita sitoo lainsäädäntö siten, että tiettyihin asioihin pitää puuttua. Ja on prosesseja, jotka sitten etenee sitä myöten. Uskon siihen, että dialogin ja kysymysten kautta asiat kuitenkin usein lähtee avautumaan. On eri asia sanoittaa ylipainoa suoraan kuin lähteä kysymysten kautta miettimään ruokarytmiä tai muita tällaisia asioita.

Tuula: Tässä ymmärrys ylisukupolvisuudesta ja perheitten kulttuureista ja se, että ne ei ole pelkästään yksilön asia, vaan siihen voi myös tulla monia ulkopuolisiakin elementtejä näihin päihteisiin tai ravitsemusasioihin. Rinnalla kulkeminen siinäkin, että kiinnostuu, mikä näkyvän käyttäytymisen taustalla on ja lähtee sitä kautta vahvistamaan ehkä myös ihmisen itsearvoa ja rakkautta itseän, ja hyvän olon ja hyvien asioiden tuottamista itselle.

Ossi: Kyllä.

Tuula: Äsken mainitsin siitä ylivelkaantumiseen liittyvästä hankkeesta, joka meillä on käynnistynyt. Meillä on vanhemmille suunnattu kysely ylivelkaantumisen teemasta. Siihen on vastannut hurja määrä vanhempia, ja tullut juuri sitä kokemusta siitä stigmasta, että mikä laitetaan toisten päälle. Että jos sä oot ylivelkaantunu, sä et varmaan osaa hoitaa sun raha-asioita ja oot ite möhlinyt jotain. Taustalla voi kuitenkin olla ylisukupolvisia ketjuja, aika vavisuttavia tarinoita. Se ei aina oo valinta, jonka minä teen tässä, että mä en maksa mun

laskuja tai me käydään mäkkäristä hakemassa aina ruoka tai meillä katsotaan Netflixiä kaikki illat eikä liikuta minnekään. Taustalla on asioita ja syitä. Ehkä olen saanu tosi surkeat kortit millä pelata.

Ossi: Jep. Ajatellaan monesti elitistisesti, että kaikillahan on samat mahdollisuudet. Että älä ole tyhmä. Ole työteliäs. Työtä tekemällä minäkin tämän tein. Sitten kun on näitä sankaritarinoita, että on lähtenyt huonoista oloista ja on löytänyt ne omat avaimet. Mistä käsin sä voit sanoa, että joku toinen ei löytänyt avaimia, koska hän oli tyhmä tai hän ei etsinyt. Nyt kun teitä kuuntelen, niin asioiden purkaminen inhimilliselle tasolle on musta se juttu. Tää on silleen aika pässinlihaa, että pitäisi pystyä kohtaamaan toinen niin, että sulla ei ole ennako-oletuksia toisen historiasta vaan pyrkiä keskustelun kautta avaamaan ne todelliset syyt ja tuomaan semmosen ajatuksen siihen, että on ihan oookoo, että asiat ei tällä hetkellä toimi. Voidaanko jotenkin keskustella ja auttaa sua siinä eteenpäin. Haluaisitteko kiteyttää, minkälainen on hyvä kohtaaminen? Mitä teidän oma kokemus sanoo siitä?

Jenni: Kyllä mä ajattelen, että se on se uteliaisuus. Kun mä olen ennakkoluulottomasti utelias toista kohtaan, siinä ei ole muuta kuin mahdollisuuksia.

Ossi: Erinomaista.

Tuula: Toivottavasti en pilaa - mutta ajattelen, että semmonen armeliaisuus. Itsensä hyväksyminen ja sitä kautta ymmärrys, että ei ole niin, että niin makaat kuin petaat. Elämässä on monia kiemuroita. Se armo itelle ja toisille, se kiteyttää kohtaamisen.

Ossi: Kyllä. Minkälaisia unelmia tai haaveita teillä on sen suhteen, että mihin te näkisitte, että tämä työ tai teidän työ johtaisi seuraavan 10-20 vuoden aikana? Me oletetaan, että meidän hallitus tekee viisaita päätöksiä, ja että kasvu sieltä taas joku päivä tulee tämän vaikean ajan jälkeen. Me yhtäkkiä huomataan että hei, tiede ja tutkimus sanoo, että meidän kannattaa panostaa ja ennakoida, jotta kaikki asiat ja resurssit paranee. Mikä on semmonen unelmatilanne mihin te haluaisitte, että tämä työ menee ja missä te näette itsenne siinä työssä?

Jenni: Mulle on tärkeää lapset, nuoret, vanhemmat ja vanhemmuus. Ne asiat mua kiinnostaa ja niitten äärellä haluan olla. Me ollaan Mieli ry:ssä ajateltu sellasta iskulausetta, että mielenterveyden pohja luodaan lapsuudessa. Sitten toinen keskeinen asia varmaan on se, että kaikilla aikuisilla on mahdollisuus vaikuttaa. Oli ne päättäjiä tai sitten ketä tahansa muita aikuisia, kaikilla on itse asiassa ihan hirveän paljon vaikutusmahdollisuuksia. Meillä on paljon tässä hyvinvointialueiden aihioissa ja perhekeskuksissa asioita, missä on mahdollisuus sille, että niissä toimivilla aikuisilla on kohtaava työote, aikaa ja resursseja ja missä mielenterveyden pohja luodaan lapsuudessa. Mutta miten se sitten pitäis tehdä.

Tuula: Aika hyvin sanottu, että kaikilla on jotkut mahdollisuudet kuitenkin. Ajattelen, että mulla on työvuosia vielä jonkun verran jäljellä ja näitä uusia ammattilaisia koulutan. Haluaisin kiilata tähän asenteeseen, kulttuurivallankumouksestaikin tossa aiemmin puhuttiin. Se ammattilaisen asenne, että tämä kuuluu myös mulle. Ei niin, että joku toinen, joku sosiaalipuoli tai joku terveydenhuolto tai kasvatustuoli hoitaa tän, että tähän ei itse tartte paneutua. Että tulisi myös tähän hyvinvointialueeseen, päättäjille ja perhekeskusmalliin se ajatus, että niissä luodaan yhteistä kulttuuria, yli hallintorajojen menevää. Yli hallintorajojen jotenkin valuttamista tänne ruohonjuuritasolle. Että aidosti oltaisiin kiinnostuneita lasten, nuorten, perheitten ja vanhempien voinnista. Niidenkin ketkä ei ole biologisia

vanhempia, jotta se universaali vanhemmuus tulisi ihan tasavertaiseksi. Jotenkin tämä ihmisyys ja kohtaaminen. Vaikka ollaan tässä menetelmästä puhuttu, se on elämäntapaa. Toivoisin, että tulisi elämäntavaksi rakkaus ja kiinnostus toisia kohtaan.

Ossi: Loistava kiteytys. Toivotaan päättäjillemme viisautta. Ainakin itse kulttuuriaktiivina aion vähän löylyttää. Eihän kiuas heitä höyryä, jos ei siihen heitä vettä. Meidän pitää löytää keinot vaikuttaa päättäjiin ja tehdä heille sitä taustatyötä, jota me varmasti ollaan tehtykin paljon, mutta tehdä myös oikeasti painetta. Jos ei painetta tule, me ei saada kulttuurivallankumousta edistettyä. Sehän lähtee meistä itsestä jo työpaikoilla ja yhteisössä. Koitetaan saada painetta Arkadianmäelle ja ehkä sen ylikin. Onnea ja menestystä kaikille siinä työssä. Ja viisautta, jota me kaikki omaamme! Laitetaan sitä näihin kohtaamisiin ja ajatellaan pitemmälle kuin yhteen päivään. Eikö näin? Haluatteko vielä loppuun sanoa jotain?

Jenni: Ai kauhea. Olisit sanonut etukäteen, että haluat vielä jonkun loppukaneetin.

Ossi: Tää kato tulee sydämestä. Silloin se ei tuu tallelokerosta.

Jenni: Mä voin sanoa sen, että kiitos tän aamun kohtaamisesta. Tämä oli kivaa, luontevaa ja hyvältä tuntuvaa keskustelua. Sun kanssa oli mukava viettää tämä tovi.

Tullaa: Ihan samat sanat. Vaatekriisi oli ihan turhaa.

Ossi: Noin on hienot vaatteet, sopii sulle.

Tuula: Kiitos Ossi tosi paljon. Oli rento filis tässä.

Ossi: Kiitos paljon Tuula ja Jenni. Hyvät päivänjatkot.

(musiikkia)

Seuraavalla kerralla

Ossi: Tutustu tämän jakson oheismateriaaleihin infoikkunasta. Seuraavassa jaksossa keskustelen ja unelmoin Sanna Wireniuksen, Jyrki Saarelan ja Kaisa Koivuniemen kanssa liikumisen ja hyvinvoinnin edistämisen tulevaisuudesta perhekeskuksissa.

(askeleita soratiellä, käki kukkuu, puro solisee)