

MISTÄ SYNTYY PERHE-ELÄMÄN TURVALLISUUS?

Osa 2

Tämä on jatkoa edellisessä numerossa olleelle artikkelille, jossa esittelin ajatuksiamme ja huomioitamme, jotka ovat syntyneet Lahden Ensi- ja turvakodin vuonna 2009 käynnistämässä Turvallisten perheiden Päijät-Häme –projektissa. Projektin arvioinnin ja siihen liittyvän tutkimuksen toteuttaa Päijät-Hämeen sosiaalian osaamiskeskus Verso olemalla osaltaan mukana projektin toiminnassa osallistuvan ja kehittävän arvioinnin periaatteilla. Turvallisten perheiden Päijät-Häme- projekti on perheen ja sen lähipiirin huomioivan turvallisuustyön toimintamallien kehittämisprojekti, jolla pyritään kehittämään toimintatapoja, joilla ehkäistään kotona ja lähisuhteissa tapahtuvaa väkivaltaa.

Tässä artikkelissa kuvaan työ- tai paremminkin ajattelutapaa, jota kutsumme työnimellä ”turvallisuusseula”.

Turvallisuusseula asenteena ja työtapana

Projektimme yhtenä tarkoituksena on pohtia kysymyksiä siitä, miten tulisi huomioida entistä paremmin ihmisten omat, tärkeiksi kokemansa tavat ja ajatukset turvallisuudesta erilaisia palveluja kehitettäessä sekä miten määrittelemme tänä päivänä perheen ja siihen liittyvän turvallisuuden, niin että jo itse käsittelytapa synnyttäisi näkemyksiä keinoista lisätä turvallisuutta?

Kokemukset perheväkivaltatyöstä osoittavat, että keskustelut lähisuhteissaan väkivaltaa kokeneiden kanssa voivat olla monin tavoin jännitteisiä: väkivaltaa kokeneiden on vaikea lähteä apua hakemaan, he voivat elätellä toivoa siitä, että asiat parantuvat itsestään ja suostuvat elämään liiankin pitkään kaikkia perheenjäseniä vaurioittavissa tilanteissa. Lisäksi työntekijöistä, joilta apua voisi saada, voi tuntua hankalalta ottaa asiaa puheeksi, kun asiakkaan/potilaan kotitilanteesta työntekijällä on vain aavistuksia, että perhetilanteen taustalla saattaisi olla myös väkivaltaa. Väkivaltaa kokeneet tuntevat yhtäältä välttämätöntä tarvetta ottaa asiaansa puheeksi, mutta toisaalta väkivaltakokemuksista heränneet häpeän, syyllisyyden ja erilaiset suojautumisen tunteet houkuttavat vaikenemaan. Heillä on voinut olla useita yrityksiä puhua asiastaan, mutta joko rohkeus on pettänyt, muut asioimiseen liittyvät puheenaiheet ovat vieneet ajan tai ei ole löytänyt sopivalta tuntuvaa tapaa ottaa sitä ”ensimmäistä askelta”. Väkivallan esilleottaminen vaatii luottamusta sitä kohtaan jolle puhuu, ja keskustelutilanteessa voi herätä erilaiset ikävät ja ahdistavat tunteet. Jo asian ajattelemisen, ennen siitä puhumista, voi tuottaa lamaannuttavia tunteita.

Väkivaltatyö on opettanut, että väkivallan käsittely vaatii rauhallista ja kiireetöntä asettautumista tilanteeseen ja sitä että ihmisellä on tilaa ja mahdollisuus kertoa asiasta omalla tavallaan. Useat turvakodeissa olleet naiset ovat todenneet, että vaikka heidän väkivaltakokemuksistaan on puhuttu, heille on annettu hyviä neuvoja ja ratkaisuvaihtoehtoja, monien auttajien luona on tullut tunne, että kyse on vain oikeiden toimenpiteiden löytämisestä. He eivät olleet kokeneet saaneensa aina riittävästi tilaa käydä henkistä prosessiaan läpi, sitä miltä eri vaihtoehdot tuntuvat, miten maailma tuntuu täyttyvän erilaisista valinnoista, joihin eri suuntiin houkuttavat, keskenään ristiriitaiset tunteet vaikuttavat. Kyse heidän mielestään ei ole ollut ainoastaan oikean ratkaisun tai toimintamallin löytämisestä, vaan samalla he olivat toivoneet tulevansa kuulluksi vaikeuksissaan tehdä valintoja. He olisivat toivoneet enemmän aikaa kertoa omasta henkisestä prosessistaan ja apua oman suhteensa pohtimiseen, ei ainoastaan väkivaltatapahtumiin, vaan kokonaisvaltaisemmin

perheeseen liittyviin asioihin.

Turvallisuusseula pitää sisällään kaksitasoisen ajatuksen. Ensinnäkin ajatuksen siitä, että lähtemällä uteliaana kysymään ihmisten turvallisuudesta ja kokemasta hyvinvoinnista, voi se johdattaa ihmisiä arvioimaan myös arjessaan vaikuttavia turvattomuuden tekijöitä. Elävöittämällä keskustelussa ensiksi niitä merkityksiä, joita ihmiset antavat turvallisuudelleen, luo se samalla myös ihmisen voimavaroja aktivoivia mielikuvia ja virittää sitä kautta sellaista tilaa, jossa on ehkä helpompi puhua asioista ja tekijöistä, jotka uhkaavat turvallisuutta.

Toiseksi ajattelemme, että eri toimialoilla perheitä ja yksittäisiä perheenjäseniä kohtaavien työntekijöiden työkäytännöissä voisi olla osana työruutiineja systemaattisesti toteutettava tapa kysyä ihmisten käsityksiä perhe-elämänsä turvallisuudesta ja suhteestaan hyvinvointiin. Tällaisia kyselyjä voisi tehdä jokaisen palvelua haluavan ihmisen kohdalla. Lähtökohtana ei olisi etsiä niinkään merkkejä perheväkivallasta, vaan kartoittaa ihmisen kokema turvallisuudentunnetta ja niitä tekijöitä, jotka ylläpitävät tai heikentävät sitä. Turvallisuusseula-ajatuksen pohjalta voitaisiin työpaikoille luoda omaan työyhteisöön sopivat tavat kysyä ihmisiltä turvallisuudesta. Esimerkiksi lastenneuvolassa voisi olla muutaman kysymyksen patteristo avaamaan pienten lasten vanhempien käsityksiä turvallisuudesta, kouluterveydenhoitajalla voisi olla vastaava koulun kaikkia oppilaita varten jne.

”Turvallisuusseula” voisi olla tapa herättää myös laajemminkin arviointia siitä, mitkä tekijät tulisi kuulua ihmisten arjessa turvallisuutta tuottaviin. Mikä kuuluu normaaliin parisuhteeseen? Mitkä tavat toimia lähisuhteessa edesauttavat kaikkien turvallisuutta? Kuvaukset siitä, kuinka jotkut lukioikäiset nuoret katsovat kuuluvan normaaliin parisuhteeseen läpsimisen, nimittelyn ja jopa lyömisenkin, kertovat siitä, että on välttämätöntä arvioida niin yleisiä käsityksiämme turvallisuudesta kuin pohtia yhdessä toisten ihmisten kanssa sitä, mikä henkilökohtaisissa ihmissuhteissamme on suotavaa ja mikä ei. Yleispäteviä luetteloita, joissa lueteltaisiin kaikki arjen tilanteet jakamalla ne ei-toivottuihin ja toivottuihin, on mahdotonta tehdä. Jotta voisimme suhteuttaa omaa arkeani ja tapaani toimia siinä, tarvitsen erilaisia peilejä, jotta voisimme toimia arvojeni ja turvallisuuden tunnettani lisäävästi. Peileiksi tarvitsen erilaisia tilanteita ja mahdollisuuksia puhua omasta kokemastani turvallisuudesta ja sitä rikkovista tekijöistä. Näin voin päivittää suhdettani turvallisuutta tuottaviin asioihin. Elämäntilanteet muuttuvat ja muuttuvissa tilanteissa tarvitsemme uudelleenarviointia. Projektimme kyselyjen pohjalta meille on tullut käsitys, että tällaisista tilanteista, pysähtymisen taukopaikoista, joissa olisi mahdollisuus peilata ja arvioida suhdettaan oman perhe-elämänsä asioihin on pulaa.

Jukka Ihalainen on esittänyt vertauksen siitä, että ennen busseissa oli kuljettajan lähellä kyltti, jossa todettiin ”Puhuminen kuljettajan kanssa kielletty”. Hän kysyy, voisiko tietty uteliaisuus siitä, miten eri toimialojen työntekijöiden kohtaamat ihmiset kokevat oman perhe-elämän turvallisuutensa ja hyvinvointinsa, olla huoneentauluna ja asenteena kaikilla työpaikoilla: ”Täällä saat puhua perhe-elämän turvallisuudesta ja hyvinvoinnistasi”. Kyse on mahdollisuuden antamisesta ja tilan luomisesta.

Näemme turvallisuusseulan ennen kaikkea tiettyä asenteena, jolla uusinnamme sekä arvioimme niin kotona kuin työelämänpöydässä käsityksiämme turvallisuuden ja hyvinvoinnin tekijöistä. Toki käsitteenä turvallisuus ja hyvinvointi ovat vaikeasti tavoitettavissa. Eri ihmisille kokemukset omasta turvallisuudesta ja hyvinvoinnista voivat koostua hyvinkin erilaisista asioista. Ehkä turvallisuushakuinen työote voisi tuoda työskentelytilanteisiin ihmisten kanssa lisävälineitä sille, että arvioisimme yhdessä ihmisten kanssa kokonaisvaltaisemmin - ei niinkään ongelma-, asia- tai tavoitekeskeisesti - heidän elämäänsä. Silloin myös väkivaltakokemukset voisi suhteuttaa

turvallisuuden kokemuksiin, joka voisi vähentää kokemuksista eittämättä seuranneita traumaattisiakin ahdistuksen ja kärsimyksen tunteiden lamaanuttavaa vaikutusta.

Ennen kaikkea turvallisuusseulan tapaisella työtavalla, turvallisuudesta utelevalla asenteella, voisi olla myös ennaltaehkäiseviä vaikutuksia. Ihmiset saisivat tilaisuuden puhua ja arvioida tilannettaan aikaisemmassa vaiheessa, ennen kuin tilanteet ovat kotona niin kärjistyneet, että on pakko hakea apua. Kyse ei kuitenkaan olisi ammattilaisen objektiivisesta arvioinnista ihmisten turvallisuuden/turvattomuuden tilasta, vaan ennen kaikkea kyse olisi ihmisten motivoimisesta itse arvioimaan omaa turvallisuuttaan ja määrittämään sille sopivaa tasoa.

Tällainen turvallisuushakuinen suhtautuminen voisi virittää meitä havaitsemaan ja luomaan lisää lähimmäisyyteen ja yhteisöllisyyteen innostavia tapoja toimia joka päiväisessä arjessa ja näin tuoda konkreettista sisältöä tapoihimme huolehtia ja välittää toisistamme. Suorittamissamme kansalaiskyselyissä kaverin olemassaolo, muiden perheenjäsenten välittäminen, hyvät suhteet sukulaisiin mainittiin keskeisimpinä turvallisuuden tunnetta lisäävinä tekijöinä.

Keskeisiä periaatteita turvallisuusseulan käytölle

Projektissa esittämämme ajatukset mm. turvallisuusseulasta ovat yhtäältä saaneet innostavan vastaanoton ja toisaalta on kaivattu konkreettisia malleja, kysymyssarjoja ja täsmäohjeita, miten kysyä ihmisiltä turvallisuudesta. Se on meissä projektityöntekijöissä herättänyt ristiriitaisia ajatuksia. Olisiko riittävää, että korostaisimme turvallisuusseula-ajatuksen asenne puolta? Silloin riittäisi työntekijälle yksi avaava kysymys, esimerkiksi ”Miten huolehdit itsesi ja läheistesi turvallisuudesta?” tai ”Mikä luo perheellesi tällä hetkellä turvallisuutta?” Sen jälkeen työntekijä voisi salapoliisin tavoin udella vastauksien johdattelemana eri elämänalueille ulottuvia asioita, tarkentaen yksityiskohtia ja leventäen näköalaa. Keskustelutilanne ja keskusteluun osallistujat saisivat luoda vapaasti puitteet tavoille kysyä. Toisaalta olisiko sittenkin hyvä työstää jokin esimerkki mallista, jossa olisi audit-kyselyn tapaan, tietynlainen mini-intervention omainen kysymyssarja, jolla 10-15 minuutissa voisi avata näköalaa turvallisuuteen. Tämän suuntaisia hankkeita on meillä kehitteillä, esimerkiksi lastenneuvolan työskentelyyn. Tietyn kysymysmallin noudattaminen takaisi tietyn systemaattisen työskentelytavan ja helpottaisi vasta työtä opettelevaa löytämään oman tapansa työskennellä.

Erilaisia haastattelumalleja ja kysymyssarjoja on luotu eri ilmiöitä kartoittamaan sosiaali- ja terveysalalla paljon. Niiden etuna on tuo systemaattinen asian toteutus, mutta joskus se tuo työskentelyyn mekaanisuutta ja voi ehkäistä aitoa keskustelua, jopa rajata sitä. Malli alkaakin ohjata työtä, eikä asiakkaan kokemat asiat ja antamat merkitykset niille.

Kysymysten esittämisessä ihmissuhdetyössä on hyvä muistaa ajatus siitä, että tärkeintä ei useinkaan ole saada vastausta, vaan luoda kysymyksellä vaikutuksia, jotka alkavat avaamaan asiakkaan mielessä mahdollisuuksia, luomaan uusia kytkentöjä itsestäänselvinä pidettyihin asioihin.

Turvallisuusseulaa pohtiessamme olemme käyttäneet esikuvina mm. Andrew Turnellin työtapa, jonka hän on kollegoineen luonut sosiaalityöntekijöille erityisesti vaikeiden, lastensuojelulasiakkaiden kanssa työskentelyyn. Hän on luonut ”turvallisuuden merkit” –työtavan, jossa rakennetaan yhteistyötä kiinnittämällä eri tavoin huomiota perheessä esiintyviin turvallisuuden merkkeihin. Yksi peruste työtavan synnyttämiselle oli näkemys siitä, että ihmiset ovat lastensuojelun puuttuessa heidän elämänsä tilanteessa, jossa on vaikea säilyttää ja tuoda omaa arvokkuuttaan esiin tulleiden huolen ja puuteiden merkkien keskellä. Keskittymällä etsimään olemassa olevia ja toteutuneita merkkejä turvallisuuden ylläpidosta asiakkaitensa elämästä,

työntekijät luovat samalla tilaa asiakkailleen näyttää omaa arvokkuuttaan. Se mahdollistaa paremman yhteistyön haastavissa ja pakkotoimiinkin päättyvissä tilanteissa. Turnellilla on mottona, että kaikista perheistä on löydettävissä turvallisuuden merkkejä. Turnellin työskentelytapaan ja ajatuksiin voi tutustua mm. Signs of Safety-verkkosivuilla osoitteessa <http://www.signsofsafety.net/>.

Allan Wade on myös ollut innoittajana meille etsiessämme sopivaa työtyyliä turvallisuusseulan käytölle. Waden keskeinen ajatus työskentelyssään väkivaltaa kokeneiden kanssa on se, että aina kun ihmistä kohdellaan huonosti, hän tekee vastarintaa. Tämän vastarinnan näkyväksi tekeminen on hänen mielestään tärkeää käsiteltäessä ihmisten väkivaltakokemuksia. Sillä on selvä vaikutus ihmisen toipumiseen ja tulevaisuuden uskoon. Wade puhuu siitä, että nämä teot ovat useinkin ihmiselle itselleenkin näkymättömissä. Tärkeää on etsiä ja tutkia sinnikkäästi pieniäkin tekoja, näkymättömissä olevia, joilla ihminen on ilmaissut vastustavansa väkivaltaa. Nämä teot kertovat ihmisestä itsestään, hänen tahdostaan, kyvyistään ja ajatuksistaan. Vastarinnan näkyväksi tekemisessä ei ole Waden mielestä kyse siitä, että kaikki vastarinnan teot olisivat tuloksellisia tai että niillä olisi saavutettu lopullisia voittoja tai osavoittoja. Kyse ei ole läheskään aina toiminnasta, joka tuottaa tulosta. Arkipäivän vastarinnan väkivaltaa vastaan voi nähdä ennen kaikkea jonkin asian säilyttämisenä ja puolustamisena. Ihminen säilyttää arvonsa ja kunniansa, vaikka häntä kohdellaan kaltoin ja hän ilmaisee sen eri tavoin kaiken aikaa. Turvallisuusseulan käytössäkin voisi keskeisenä periaatteena olla se, ettei tyydy asioiden toteamiseen, ensimmäiseen vastaukseen, vaan tavoitteena on elävöittää turvallisuutta leveästi ja yksityiskohtaisesti. Wade ja Turnell lähtevät siitä, että kysyjän, työntekijän täytyy itse olla vakuuttunut siitä, että turvallisuuden ja vastarinnan merkkejä on löydettävissä. Näin suhtautumalla hän lähtee kysymään, kunnes löytää merkkejä turvallisuudesta. Itse asenne ja näkemys työskentelyn päämäärästä, ei niinkään etukäteen laaditut kysymykset, johdattavat löytämään keskustelutilanteessa uusia ja taas uusia asioita enemmän valaisevia kysymyksiä.

Turvallisuusseulan käytössä voi soveltaa, em lisäksi, arvostavan haastattelun työtapaa ja periaatteita. Se on haastattelu- tai keskustelutapa, jossa erilaisilla kysymyksillä ja kysymyssarjoilla tutkitaan sitä, mikä ihmisessä on parasta ja mikä on ihmiselle tärkeää ja arvokasta. Ratkaisukeskeisyyden tavoin siinä tutkitaan, mikä tässä hetkessä on hyvää ja mikä toimii. Sen lähtökohdana on periaate, että kun ihmiseltä kysyy myönteisiä asioita yksityiskohtaisesti ja erilaisista näkökulmista, näitä havaintojaan selittäessään ihminen luo samalla keinoja käytettäväkseen.

Edellä mainittujen tausta-ajatusten pohjalta turvallisuuseula on moniulotteinen työtapaa. Se on samanaikaisesti asenne ja ajattelutapa, jossa nähdään, että kaikki ihmiset pyrkivät hyvään ja tekevät erilaisia myönteisiä sekä arvostettavia asioita elämässään, jotka lisäävät heidän ja läheisten turvallisuutta. Jo tapa, millä kysytään korostaa ihmisen omaa asiantuntijuutta omaan elämäänsä. On oltava johdonmukaisesti utelias sille, miten ihminen on hyödyntänyt tätä asiantuntijuutta. Puolustautumisen tai torjumisen sijaan keskustelijoiden katseen suunta on siinä, mitä on hyvä tavoitella, joka asenne synnyttää yhteistyöhön halukkuutta. Kysymällä turvallisuudesta tuo se esiin ihmisten subjektiiviset näkökulmat ja merkitykset asioihin. Elävöittämällä ihmisten pyrkimyksiä ja unelmia luodaan motivaatiota toivotulle muutokselle. Samalla elävöitetään pystyvyyden tunnetta siihen, että asioille, turvallisuudelle, voi tehdä jotain.

Turvallisuusseulan kysymykset eivät ole irrallisia kysymyksiä, joita sujautetaan muun keskustelun lomaan, vaan se on työskentelytapaa, jota täytyy tehdä systemaattisesti, paneutuen, jotta toivottu vaikutus tavoitetaan. Voi puhua prosessista, jolle on varattava aikaa ja jonka työntekijä parhaiten oppii tekemällä, kokeilemalla ja löytämällä oman tapansa kysyä. Harjoittelun kautta työtapaa siirtyy

luontevasti erilaisiin keskustelutilanteisiin asenteeksi ja tavaksi kysyä.

Esimerkkejä kysymyksistä

Turvallisuusseulaa voi kehittää omaan työyhteisönsä sopivaksi esimerkiksi edellä mainittujen periaatteiden pohjalta. Pyrimme myös projektissamme keräämään erilaisia, jo olemassaolevia, menetelmiä ja haastattelumalleja, joita voi soveltaa turvallisuusseulana. Esimerkkinä tällaisesta voi mainita Terveystieteiden ja hyvinvointilaitoksen (entinen Stakes) tuottaman perhenavigaattori-paketin, joka on kehitelty työvälineeksi lapsiperhetyöhön. ”Perhenavigaattori –kysymyskortti arjesta” sisältää varhaista puuttumista tukevia kysymyksiä eri-ikäisten lasten vanhemmille ja lyhyen käyttöoppaan ammattilaisille. Perhenavigaattori soveltuu kaikkiin lapsia ja lapsiperheitä koskeviin palveluihin. (Heinämäki 2008) Toisena esimerkkinä, miten parisuhdetta voi tutkia, voi mainita Kirkkohallituksen tuottaman Laajakaista-materiaalin, jossa on pareille kysymyksiä ja tehtäviä parisuhteen tutkimiseen ja keskustelun virittämiseen parisuhteeseen liittyvistä tunteista, ajatuksista unelmista. Materiaalia voi käyttää erilaisissa perhetyön tilanteissa, kuten perhekerhossa, neuvolan perhevalmennuksessa tai kotiinviemisenä parisuhdeluennon jälkeen. (Kinnula ym. 2004)

Turvallisuusseulaa tehtäessä voi soveltaa erilaisia ratkaisu- ja voimavarakeskeisiä tekniikoita, kuten asteikkokysymykset, Ihme-kysymys jne. Sen voi rakentaa omaan työtapaansa ja työtilanteisiinsa soveltuvaksi esimerkiksi seuraavien viitteenomaisten teemaesimerkkien ja kysymysten tapaan:

Perheen arkeen liittyviä kysymyksiä: Onko lapsellanne kavereita ja miten tärkeitä he hänelle ovat? Missä he tapaavat? Tunnetteko lapsenne kaveripiiriä? Millaisia yhteisiä puuhia teillä perheenä on: Kotitöitä, ulkoilua, harrastuksia, lukemista, keskustelua, yhdessä oleilua, muuta...? Miten teette tilaa leikille ja ilon aiheille sekä perheenne yhteisille kiireettömille hetkille arjessanne? Kun arjessanne on hankalia hetkiä ja hässäköitä, miten niissä pärjätään? Mitä teemme kun pinna palaa? Kun on ollut oikein iso riita, miten olette selvittäneet sen? Mitkä tavat selvittää riitoja olivat toimivia, mitkä eivät? Miten perheessämme käsitellään tilanteita joita lapsi voi pitää uhkaavina, esim. riidat, päihtyneen henkilön läsnäolo joko perheessä tai lähiympäristössä?
(Lisäksi voi kysyä parisuhteesta, vanhemmuudesta, sisaruksista ja sukulaisista)

Turvallisuus ihmissuhteissa: Miten muut ihmiset näkevät turvallisuutesi? Näkevätkö muut tilanteesi samoin vai erilailla kuin sinä itse? Ketkä ihmiset ovat tärkeitä turvallisuutesi kannalta? Kenelle voit puhua, jos sinua huolehtaa jokin asia? Mitä muut ihmiset tekevät sellaista, joka lisää turvallisuuttasi? Mitä toivoisit heidän tekevän enemmän, jotta turvallisuuden tunteesi lisääntyisi? Missä ihmisryhmissä (työporukka, naapurit, kaupassa asioidessa yms.) koet olosi turvalliseksi ja missä vähemmän? Mitkä asiat eri tilanteissa ihmisten kanssa ollessa jännittävät? Mitkä tuovat rauhaa, turvallista oloa ihmissuhteissasi? Kerro tilanteista, joissa olet voinut luottaa itseesi ja muihin ihmisiin? Millaisia ovat tilanteet, joissa voit sanoa Ei tai olla erimieltä turvallisesti?

Arvoja ja asenteita tutkivat kysymykset: Mitä turvallisuus merkitsee sinulle? Miksi itsesi ja läheistesi turvallisuudesta huolehtiminen on sinulle tärkeää? Mikä juuri sinulle itsellesi on merkityksellisintä turvallisuudessa? Mitä sääntöjä ja sopimuksia pidät perheessänne tärkeinä? Mitä teette, kun perheen jäsenet eivät noudata niitä? Kenelle läheisistäsi on erityisen tärkeää, että koet olosi turvalliseksi? Miksi arvelet sen olevan hänelle tärkeää? Mikä toisi elämäsi lisää turvallisuuden tunnetta?

Turvalliset tilanteet: Millaisissa eri tilanteissa koet/olet kokenut turvallisuutta? Keitä ihmisiä liittyy näihin tilanteisiin? Mitkä tilanteet ovat vähemmän turvallisia? Mitkä konkreettiset asiat tuovat eri tilanteissa turvallisuutta itsellesi ja läheisillesi? Minkä koet turvalliseksi? Paikat, joissa

koet turvallisuutta?

Aikaa hahmottavia kysymyksiä: Onko viikossa päiviä, jolloin koet enemmän turvallisuutta kuin jonain muuna? Milloin? Milloin et? Mikä noina päivinä lisää turvallisuuttasi. Entä saman päivän aikana, onko eroa aamupäivällä, iltapäivällä, illalla ja yöllä? Miten ne eroavat, jos eroavat? Entä kuukauden aikana? Entä eroaako vuodenaajat jotenkin toisistaan turvallisuuden tunteesi suhteen? Onko lähimenneisyydessä ollut hetkiä, jolloin olet erityisesti kokenut itsellesi tärkeitä, turvallisuutta tuovia hetkiä? Millaisia ne ovat olleet? Mikä sai sinut lapsena kokemaan olosi turvalliseksi?

Toimintaa tutkivat kysymykset: Miten itse pidät huolta turvallisuudestasi? Miten huolehdit läheistesi turvallisuudesta? Syntykö turvallinen kotielämä sattumalta? Mitkä teot/millainen toiminta perheessä lisää turvallisuutta?

Tunteita ja subjektiivista kokemusta tutkivat kysymykset: Mitkä sanat liittyvät kokemaasi turvallisuuden tunteeseen: esimerkiksi rohkeus, rentous, varmuus, rauha? Mitkä ovat sanoja, jotka ovat ”turvallisuuden tunteesi ” kavereita: esim. luottamus, rauhallisuus, levollisuus, rentous, olla oma itse jne. Mitkä ovat sanojasi, jotka eivät viihdy turvallisuuden tunteen kanssa? Esim. viha, epäluulo, pelko...
Millaisiin toimiin houkuttaa turvallisuuteen liittyvät sanasi? Millaisia tunteita ne, niitä kokiessasi, ne herättävät läheisissäsi?

Timo Rytönen

perheterapeutti, timo.o.rytkonen@welho.com

Otamme kiitollisena vastaan kommentteja, yhteistyötarjouksia, kyselyjä, ehdotuksia projektillemme. Nämä voi kohdistaa Turvallisten perheiden Päijät-Häme projektin päällikölle Jukka Ihalaiselle osoitteeseen: jukka.ihalainen@lahdenensijaturvakoti.fi

Lähteet:

Furman B. 2009. Signs of safety menetelmällä turvallinen elämä lapselle osat 1–2. Andrew Turnellin haastattelu. Talentia 3–4/2009.

Hansen M. 2004. Olipa kerran perhe, arvostava työote perhetyössä. Suomen kasvatus- ja perheneuvontaliitto ry, Helsinki.

Heinämäki L. 2008. Perhenavigaattori –käyttäjänopas. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Helsinki.

Kinnula ym. 2004. Kinnula A. ja Lankinen K. Laajakaista, Virtaa välillämme-projektin paritehtävä tunteisiin, ajatuksiin, unelmiin, keskusteluun. Kirkkohallituksen erillisjulkaisuja.

Ihalainen J & Rytönen T. 2005. Vastarinnassa näkyy ihmisen arvokkuus. Ratkes-lehti 2/2005.

Koskela H. 2009. Pelkokierre - pelon politiikka, turvamarkkinat ja kamppailu kaupunkitilasta. Gaudeamus. Helsinki.

Turnell A. 2009. Signs of Safety. <http://www.signsofsafety.net/>

Turnell A & Edwards S. 1999. Signs of safety, A Solution and Safety Oriented Approach to Child Protection. WW Norton, New York.