

This is a self-archived version of the original publication.

The self-archived version is a publisher's pdf of the original publication.

To cite this, use the original publication:

**Vierikko, T.; Eloranta, S. & Kinos, S. 2021. Ensimmäiset maahanmuuttajanaiset koulutettiin tukihenkilöiksi Kaarinassa. Talk-verkkolehti, HYVE / Health and Well-being 7.3.2021.**

Link to the original publication: [URL](#)

All material supplied via Turku UAS self-archived publications collection in Theseus repository is protected by copyright laws. Use of all or part of any of the repository collections is permitted only for personal non-commercial, research or educational purposes in digital and print form. You must obtain permission for any other use.

# Ensimmäiset maahanmuuttajanaiset koulutettiin tukihenkilöiksi Kaarinassa

07.03.2021

Kirjoittajat

**Tamara Vierikko** YAMK-opiskelija tutkimusryhmässä, Turun ammattikorkeakoulu

**Sini Eloranta** TtT, dosentti, yliopettaja, Turun ammattikorkeakoulu

**Sirppa Kinos** VTL, sosiaalityöntekijä, yliopettaja, Turun ammattikorkeakoulu

**Turun ammattikorkeakoulun WoHealth-hankkeessa opiskelijat toteuttivat maahanmuuttajanaisille tukihenkilökoulutuksen. Samalla kehitettiin toimintamalli ja opas koulutuksen tueksi. Mallia pilotoitiin Opetuskoti Mustikassa. Pilotoinnin jälkeen toiminta otetaan käyttöön Kaarinan kaupungissa.**

Tukihenkilötoiminta on vapaaehtoisuuteen perustuvaa toimintaa, jossa luotettava ja turvallinen aikuinen haluaa toimia toiselle henkilölle tukena. Tukihenkilöllä itsellään on oltava tasapainoinen elämäntilanne, aikaa toiminnalle ja motivaationa vilpittön halu auttaa maallikkona.

## Tukihenkilötoiminta elää tulevaisuudessakin

WoHealth-hankkeessa luotua tukihenkilömallia lähdetään toteuttamaan Kaarinan kaupungissa. Malli tarjoaa mielekkäitä vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksia pidempään Suomessa asuneille naisille. Se edistää monin tavoin maahanmuuttajanaisten ja -perheiden integroitumista paikallisyhteisöön ja yhteiskuntaan.

***Se edistää monin tavoin maahanmuuttajanaisten ja -perheiden integroitumista paikallisyhteisöön ja yhteiskuntaan.***

Maahanmuuttajanaisten tukihenkilökoulutuksen malli kuvattiin mahdollisimman tarkasti, jotta sitä voidaan hyödyntää soveltuvin osin vapaaehtoistoiminnan kehittämisessä. Tukihenkilöopasta ja oppaassa olevia tukihenkilökoulutusmateriaaleja voivat hyödyntää maahanmuuttajien parissa työskentelevät toimijat.

## **Vilpitön halu toimia maallikkoauttajana**

Tukihenkilötoiminta perustuu soveltuvin osin vertaistukeen, jossa on omaehtoista ja vastavuoroista kokemusten vaihtoa. Samankaltaisessa elämäntilanteessa olevat henkilöt tukevat toinen toistaan. Keskinäistä ymmärrystä lisää yhteisten kokemusten jakaminen. Tarkoituksena on, että ymmärretään menneisyyttä ja sitoudutaan nykyhetkeen. Se antaa toivoa tulevan kohtaamiseen.

Vertaistuki on kahden henkilön välistä keskinäistä apua, tukea ja erilaisten kokemusten jakamista. Vertaistuki perustuu siihen, että vertaistukija jakaa tuettavan kanssa samantyyppisen kokemuksen. Vertaistukija on kuitenkin jo pidemmällä omassa prosessissaan kuin tuettava.

## **Tukihenkilöksi toiselle maahanmuuttajanaiselle**

Wohealth-hankkeessa koulutettiin maahanmuuttajataustaisista naisista tukihenkilöitä toisille maahanmuuttajataustaisille naisille ja perheille. Toimintaa toteutettiin Kaarinan neuvolassa, jossa pienten lasten äidit ja perheet voivat pyytää tukihenkilön tuekseen ja tarvittaessa mukaan neuvolakäynnille Opetuskoti Mustikasta.

Lisäksi luotiin koulutusmalli tukihenkilökoulutukseen. Mallissa luotiin toteutustapa ja sisältö, joka keskittyy raskauteen, lapsen syntymään, lapsen hoitoon ja perhe-elämään.

Koulutusmalli pilotoitiin Opetuskoti Mustikassa Kaarinassa alkusyksystä 2020. Mukana oli toistakymmentä naista, joista muutama alkaa toimia tukihenkilöinä. Opetuskoti Mustikka tarjoaa tukihenkilötoimintaan tilat ja työnohjauksen.

Tukihenkilöt kuuluvat Opetuskoti Mustikan vapaaehtois- ja vertaistoimijoiden ryhmään. Tukihenkilöt itse saavat tukea ja työnohjausta yhdistyksen vapaaehtoistoiminnan koordinaattorilta, jonka puoleen he voivat tarvittaessa kääntyä.

## **Voimaannuttava tukihenkilökoulutus**

Koulutustarpeet kartoitettiin ennen koulutuksen toteuttamista Opetuskoti Mustikan maahanmuuttajataustaisilta naisilta ja neuvolan työntekijöiltä. Kartoitus liittyi vanhemmuuteen sekä lasten hoitoon ja kasvatukseen uudessa kulttuurissa Suomessa. Esiin nousseista teemoista järjestettiin työpajoja.

Tämän jälkeen Turun AMK:n ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon opiskelijat suunnittelivat ja toteuttivat tukihenkilökoulutuksen voimaannuttavasta näkökulmasta.

Vapaaehtoiseen koulutukseen saivat osallistua kaikki Opetuskoti Mustikan toimintaan osallistuneet maahanmuuttajataustaiset naiset.

Koulutuksessa luennottiin eri teemoista, kuten mielenterveyden hoitamisesta sekä turvallisista ja terveellisistä elämäntavoista, raskaudesta, synnytyksestä, äitiydestä ja naisen terveydestä. Koko koulutus toteutettiin selkokieltä käyttäen. Tilaa jäi myös yhteiselle keskustelulle. Koulutuksen päätyttyä osallistujat saivat antaa opiskelijoille suullista palautetta luennoista ja luentomateriaaleista.

Kaikkien osallistuneiden keskuudesta neljä maahanmuuttajataustaista naista kiinnostui toimimaan tukihenkilönä. Heille järjestettiin vielä erillinen koulutuskerta, jossa annettiin tietoa tukihenkilönä toimimisesta.

Koulutusmateriaalit jäävät Opetuskoti Mustikan hyödynnettäviksi tulevaisuudessa järjestettäviin koulutustilaisuuksiin.

## **Tukihenkilöoppaassa esitellään Opetuskoti Mustikan toimintaa**

WoHealth-hankkeessa tuotettiin tukihenkilöoppas, joka on tarkoitettu ensisijaisesti Opetuskoti Mustikan tukihenkilöiden käyttöön, mutta sitä voidaan tarvittaessa hyödyntää myös vapaaehtoistoiminnan kehittämisessä.

***Maahanmuuttajanaisten lisääntyneet arjenhallintataidot ja valmiudet selviytyä suomalaisessa arjessa tukevat perheen toimintaedellytyksiä.***

Oppaassa esitellään Opetuskoti Mustikan toimintaa. Opetuskotitoiminta lisää maahanmuuttajanaisten kulttuuri- ja kasvatustietoisuutta, joka lisää integroitumista ja lapsiperheiden hyvinvointia.

Maahanmuuttajanaisten lisääntyneet arjenhallintataidot ja valmiudet selviytyä suomalaisessa arjessa tukevat perheen toimintaedellytyksiä. Opetuskoti jakaa tietoutta maahanmuuttajanaيسille heidän perusoikeuksistaan ja velvollisuuksistaan, johon suomalainen yhteiskunta perustuu.

Opetuskoti Mustikka on mukana aktiivisesti erilaisissa hankkeissa ja tekee yhteistyötä eri oppilaitosten kanssa. Opetuskoti Mustikassa on mahdollisuus tehdä vapaaehtoistyötä. Vapaaehtoiset ovat tärkeä ja arvokas osa yhdistystoimintaa.

## Tukihenkilö toimii parhaan kykynsä mukaan

Oppaassa selvitetään, mikä tukihenkilö on. Tukihenkilö on luotettava ja turvallinen aikuinen, joka haluaa auttaa ja kuunnella toista ihmistä. Tukihenkilö auttaa ymmärtämään suomalaisia tapoja. Hän auttaa löytämään apua toiselle ihmiselle tai koko perheelle.

Tukihenkilö on tuettavan apuna erilaisissa elämäntilanteissa. Hän on Suomeen muuttanut nainen, jolla on samankaltaisia kokemuksia kuin tuettavalla. Tukihenkilö toimii parhaan kykynsä ja taitonsa mukaan. Se riittää. Vastuu on ennen kaikkea tavallisen ihmisen vastuuta lähimmäisestään.

***Tuettavalle tulee välittyä tunne, että häntä arvostetaan.***

Tukihenkilö tekee vapaaehtoistyötä, eikä siitä makseta palkkaa. Se on myös tuettavalle maksutonta. Tukihenkilö auttaa erilaisissa elämäntilanteissa olevia ihmisiä.

Tukihenkilötoiminta perustuu vastavuoroisuuteen. Tämä tarkoittaa sitä, että sekä tukihenkilön että tuettavan tietoa ja taitoa arvostetaan. Tarkoitus on, että tuettava ja tukihenkilö saavat iloa yhteisestä olemisesta.

***Jokaisen ihmisen erilaisuutta ja oikeutta omiin mielipiteisiin tulee kunnioittaa.***

Itsemääräämisoikeuteen kuuluu se, että jokainen ihminen saa itse päättää omista asioistaan. Tukihenkilötoiminnassa tuettavan mielipidettä tulee kuunnella ja apua annetaan hänen ehdoillaan. Tuettavalle tulee välittyä tunne, että häntä arvostetaan. Toiminnassa tulee varmistaa, että tapaamisessa toimitaan tuettavan toiveiden ja tarpeiden mukaan.

Tukihenkilön tehtäviä ovat:

- tuettavan kanssa keskusteleminen
- kuunteleminen
- tukena oleminen
- olla turvallinen ja luotettava
- auttaa arkisissa asioissa
- auttaa ymmärtämään suomalaisia tapoja ja
- olla tarvittaessa mukana uusissa tilanteissa.

Oppaassa on vastaavasti lueteltu, että mitä tukihenkilön tehtäviin ei kuulu. Hän ei saa tehdä päätöksiä toisen puolesta tai ottaa kantaa hoitoratkaisuihin. Hänen ei myöskään tarvitse ottaa vastuuta tuettavan elämästä.

Jokaisen ihmisen erilaisuutta ja oikeutta omiin mielipiteisiin tulee kunnioittaa. Tukihenkilö ei saa tyrkyttää omia mielipiteitään. Hän ei saa puuttua tuettavan ja tämän perheenjäsenten välisiin suhteisiin.

Oppaassa nostetaan esille tilanteita, joissa tukihenkilön on ohjattava tuettavaa hakemaan apua muualta.

Avuntarve muualta:

- tuettavan tai hänen perheenjäsentensä sairaudet ja niiden tunnistaminen
- väkivaltatilanteet
- mielenterveys- ja päihdeongelmat
- taloudelliset ongelmat sekä
- uskonnolliset kysymykset.

## Tukihenkilön on huolehdittava omasta jaksamisestaan

Oppaassa korostetaan tukihenkilön oman jaksamisen tärkeyttä. Hän kohtaa kaikenlaisia tilanteita, ja joskus ne voivat olla vaikeitakin. Sen vuoksi tukihenkilön on hyvä huolehtia omasta jaksamisesta ja hyvinvoinnista.

***Hänen on tärkeää osata rajata työn määrä ja tarvittaessa on uskallettava sanoa ”ei”.***

Tukihenkilön on hyvä tunnistaa omat voimavaransa, jotta hän jaksaa auttaa ja tukea toisia ihmisiä. Hän toimii aina omana itsenään, ei ammattilaisena.

Tukihenkilöllä pitää olla vakaa elämäntilanne, jotta hän jaksaa tukea toista ihmistä tämän elämäntilanteessa. Hänen on tärkeää osata rajata työn määrä ja tarvittaessa on uskallettava sanoa ”ei”. Esimerkiksi: ”En ehdi tavata sinua tänään, mutta sovitaan tapaaminen huomiseksi.”

## Käytännön asioista on sovittava etukäteen

Oppaassa kerrotaan Opetuskoti Mustikan tukihenkilötoiminnan käytännön asioista. Tukihenkilön ja tuettavan on hyvä sopia etukäteen, missä ja milloin he tapaavat. He voivat tavata sopimassaan paikassa, mutta ei mielellään kummankaan omassa kodissa.

Opetuskoti Mustikasta löytyy sopiva tila, jossa tapaaminen voidaan järjestää sovittuna päivänä. Tukihenkilö ja tuettava voivat tavata myös esimerkiksi yhteisen kävelylenkin merkeissä, kahvilassa tai puistossa.

***On suositeltavaa, että yhteydenpito ja tapaamiset tapahtuvat arkipäivisin.***

Tukihenkilö voi olla mukana esimerkiksi lääkäri- tai neuvolakäynnillä tai muussa tapaamisessa, johon tuettava tarvitsee apua ja tukea. On suositeltavaa, että yhteydenpito ja

tapaamiset tapahtuvat arkipäivisin. Illat ja viikonloput on hyvä rauhoittaa itselle tai omalle perheelle.

Tukihenkilösuhde voi kestää joskus muutaman tapaamiskerran verran ja joskus pidempäänkin. Tukihenkilö ja tuettava voivat tavata viikoittain tai tarpeen mukaan. Tukihenkilösuhteesta tehdään aina kirjallinen sopimus.

## **Keskusteluissa hyödynnettävää**

Oppaan lopusta löytyvät Opetuskoti Mustikan yhteystiedot ja tukihenkilölle tai lukijalle hyödyllisiä www-sivuja, joita voi hyödyntää tukihenkilökeskusteluissa, esimerkiksi

### **[Maahanmuuttajanaisten voimaantumisen tukeminen - Turun ammattikorkeakoulu \(turkuamk.fi\)](#)**

Yllä mainitusta linkistä löytyvät selkokielliset esitteet muun muassa raskaudesta, synnytyksestä, lastenhoidosta, Kaarinan lastenneuvolan- ja äitiysneuvolan palveluista, perhekeskuksesta sekä Kaarinan lapsiperheiden eri palveluista.

Oppaan liitteistä löytyvät tukihenkilökoulutuksessa käytetyt luentomateriaalit, joita tukihenkilö voi hyödyntää tukihenkilökeskusteluissaan. Liitteisiin on lisätty myös esimerkkejä, miten tukihenkilö voi konkreettisesti materiaaleja hyödyntää.

Tukihenkilöopas on kuvitettu ja taitettu selkokielellä, jolloin kuvat tukevat selkokiellistä tekstiä.

*Kuva: Alexandra Pixabay*

Tutustu **[Master School -opintoihin](#)**

### **[WoHealth - Maahanmuuttajanaisten voimaantumisen tukeminen](#)** (2019-2021)

WoHealth-hanke alkoi keväällä 2019 ja toteutetaan yhteistyössä Turun ammattikorkeakoulun, Kaarinan kaupungin neuvolan, Sateenkaari Koton ry:n ja Flyktingmedicinskt center Norrköping, Ruotsin kanssa.

Hanke sai rahoituksen kahdeksi vuodeksi Central Baltic -hankeohjelmasta.

Artikkeli on kirjoitettu osana hanketta. Artikkelin kuuluu **[Sosiaalinen toimijuus ja osallisuus](#)** -tutkimusryhmän julkaisuihin.

## Lähteet

Harvinaiset-verkostot 2018. Vertaistukea. Viitattu 12.5.2020. <https://harvinaiset.fi/vertaistukea/>

Mielenterveystalo.fi 2020. Vertaistuki. Viitattu 12.5.2020. <https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/psykoosi/Pages/vertaistuki.aspx>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019. Lapset, nuoret ja perheet. Tukihenkilöt ja -perheet. Viitattu 12.5.2020. <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/sosiaalipalvelut/tukihenkilot-ja-perheet>

Terveyskylä.fi 2019. Vertaistuen muodot. Viitattu 12.5.2020. <https://www.terveyskyla.fi/vertaistalo/tietoa-vertaistuesta/vertaistuen-muodot>