

# VIGOR-hanke

Sosped-säätiö

Tiina Alakärppä & Liban Abdi

# www.vigorhanke.fi

- STEA, 2018-2019
- Edistetään ulkomaalaistaustaisten seksuaaliterveyttä pääkaupunkiseudulla, Turussa ja Kajaanissa.
- Ulkomaalaistaustaisilla tarkoitamme pääasiassa arabian, darin, kurdin, persian ja somalin kieliryhmiin kuuluvia.
- Koulutamme näiden kieliryhmien avainhenkilöistä VIGOR-mentoreita.
  - suomen kielen taito + pohjatieto (seksuaali)terveyden edistämisestä
- Mentorikoulutuksessa käsitellään laajalti seksuaaliterveyden eri teemoja. Koulutus kestää 27 tuntia (1op).
- Koulutetut VIGOR-mentorit vievät tietoa eteenpäin omalle kohderyhmälleen.
- Toinen kohderyhmä (terveys-, sosiaali- ja opetusmaailman) ammattilaiset -> mm. koulutuksia puheeksiottamisesta

## VIGOR-mentorikoulutus

### Lauantai 8.12. klo 9-16

Mitä tarkoittavat seksuaalisuus, seksuaaliterveys ja seksuaalioikeudet?  
Mitä jokaisen tulisi tietää seksuaalikasvatuksesta?

### Sunnuntai 9.12. klo 9-16

Mitä jokaisen tulisi tietää rintasyövästä, rintojen omatarkkailusta ja syöpäseulonnoista?  
Mitä jokaisen tulisi tietää kunniaan liittyvästä väkivallasta ja seksuaalisesta väkivallasta?

### Lauantai 15.12. klo 9-16

Mikä jokaisen tulisi tietää ehkäisystä ja seksitaudeista?  
Mitä jokaisen tulisi tietää tyttöjen ympärileikkauksesta?

### Sunnuntai 16.12. klo 9-13

Mitä jokaisen tulisi tietää vaihdevuosisista?

Kouluttajina toimivat muun muassa:

Tiina Alakärppä, seksuaalineuvoja, VIGOR-hankkeen hankepäällikkö

Laura Hakala, järjestösihteeri ja kättilö, Tunne rintasi ry

Janina Frank, seksuaalineuvoja, kättilö

Ujuni Ahmed, Fenix Helsinki ry, Suomen World Visionin asiantuntija

Lisäksi koulutuspäivinä keskustellaan paljon, harjoitellaan teemojen puheeksiottamista, suunnitellaan omaa mentorointia ja verkostoidutaan muiden mentoreiden ja alan ammattilaisten kanssa.

Koulutuspaikka:  
Sokos Hotel Hamburger Börs  
Kaupplaskatu 6, 20100 Turku



# VIGORin päätoiminta

Arabian, darin, kurdin,  
persian ja somalin kieliryhmistä  
etsitään ns. avainhenkilöitä  
(=taustatietoa (seksuaali)terveyden  
edistämisestä, vähintään 18v., pystyy  
opiskelemaan suomeksi)



**44 mentoria**  
**30 naista, 14 miestä**

Avainhenkilöt tulevat  
mentorikoulutukseen, jossa käsitellään  
laajasti eri seksuaaliterveysteemoja,  
mm. seksitaudit, ehkäisy,  
seksuaalikasvatus, seksuaalioikeudet,  
väkivallan eri muodot, rintasyöpä,  
eturauhassyöpä, monikulttuuriset  
parisuhteet, virtsankarkailu.



**Koulutukset: Helsinki, Turku, Kajaani**

**Toimintapaikkakunnat:**  
**pk-seutu, Turku, Tampere, Kajaani, Iisalmi**

Mentorikoulutuksen jälkeen  
mentorit vievät saamaansa  
tietoa eteenpäin omalle  
kohderyhmälleen yksin tai  
yhdessä muiden mentorien kanssa.  
Mentorointia on tehty omassa lähipiirissä,  
järjestöjen ryhmissä,  
työpaikkojen kahvihuoneissa,  
ammattilaisten koulutuksissa, jne.



**Mentorit pitäneet 98 tilaisuutta**

**Mentorit tavoittaneet**  
**- 762 pääkohderyhmään kuuluvaa**  
**(suurin ikäryhmä 30-45v.)**  
**- 190 ammattilaista**

# Seksuaaliterveys VIGOR-hankkeessa

- Seksuaalioikeudet
- Seksuaalisuuden puheeksiotto
- Seksitaudit
- Ehkäisy
- Kuukautiset
- Rintasyöpä
- Syöpäseulonnat
- Eturauhas- ja kivessyöpä
- Seksuaalikasvatus
- Monikulttuuriset parisuhteet
- Tyttöjen ympärileikkaus
- Poikien ympärileikkaus
- Kunniaan liittyvä väkivalta
- Vaihdevuodet ja virtsankarkailu
- Seksuaalinen väkivalta ja häirintä, ahdistelu somessa

Häpeän poistaminen  
Moninaisuuden ja erilaisuuden kunnioitus  
Naisen nautinto ei ole rike  
Itsemääräämisoikeus  
Kunnioitus  
Itsetunto  
Onnellisuus  
Seksuaalisuus ei sama asia kuin seksi  
Terveys ja hyvinvointi  
Oikeudet ja velvollisuudet  
Vapaaehtoisuus

# VIGORin lähestymistapa

- **Kohderyhmä** mukaan ja kaikkien vahvuudet esiin, kohderyhmän avainhenkilöiden tietotaidon vahvistaminen -> ei niinkään tehdä kohderyhmälle vaan kohderyhmän kanssa -> *"Nothing about us without us"*
- Ensisijaisena tavoitteena **keskustelukulttuurin muutos**
  - **Lupa puhua!**
  - **Fasilitointi:** pyritään siihen, että syntyy keskustelua eli ihmiset kohtaavat toinen toisensa, ei mennä auktoriteetti-oppilas-asenteella
- **Sensitiivisyys** sanojen käytössä - esim. "edistän terveyttä" ei "edistän seksuaaliterveyttä"
- **Tarinat, samaistuminen** - "nämä aiheet ovat tärkeitä kaikkialla", myös usein häpeä yhdistää
- **Turvalliseen tilaan jalkautuminen** - mennään sinne, missä kohderyhmä on
- **Oman suojamuurin laskeminen** -> empatia -> kunnioitus
  - Kaikki lähtee molemminpuolisesta empatiasta, kunnioituksesta ja luottamuksesta
  - Kieleen, kulttuuriin ja uskontoon tutustuminen sekä niistä kiinnostuminen



# Mentorin näkemys: *”Neuvolatyössäni usein hankalin aihe on juuri raskauden ehkäisy”*

*”Somalikulttuurissa suurperheitä ihaillaan ja ne ovat erittäin toivottuja. Joskus saatetaan ajatella, että miehet kieltävät ehkäisyn käytön, vaikka kokemukseni mukaan usein somaliäidit itse toivovat suurperhettä.*

*On todella yleistä, että äidit (erit. vasta Suomeen tulleet) eivät ole ajatelleet koko ehkäisyasiaa. Äidit saattavat myös luottaa herkästi imetyksen antamaan suojaan raskautta vastaan. Moni ajattelee, että jos kuukautiset eivät ole alkaneet, niin ei tule raskaaksi.*

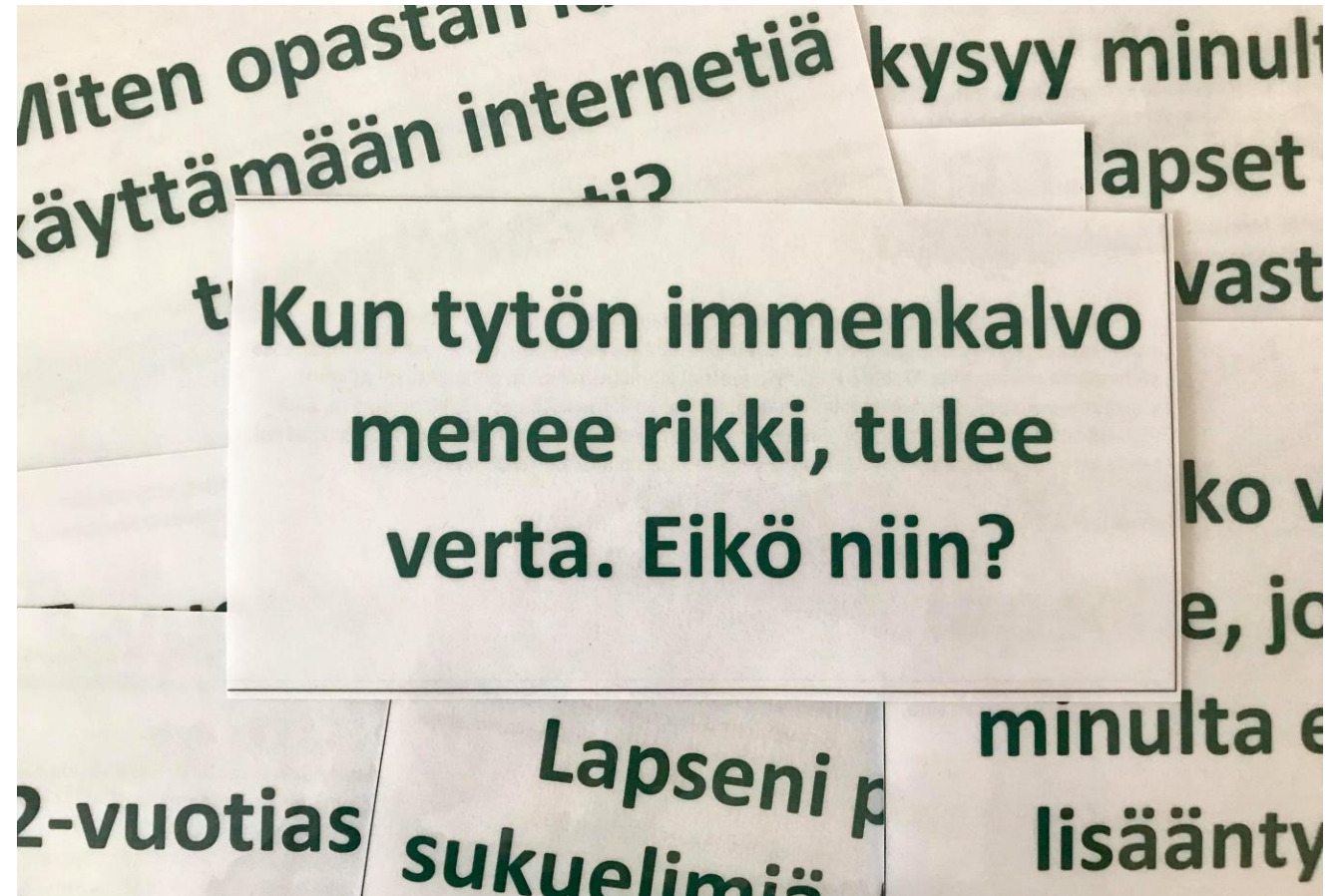
*Ammattilaisen näkökulmia joskus vesittää se, että jollain ystävällä on huono kokemus jostain ehkäisymuodosta. Äitien on vaikea uskoa välillä minua terveydenhoitajaa, kun kerron, että raskauden ehkäisy ei vie hedelmällisyyttä tai että kierukka ei katoa vatsaonteloon. Nämä puskaradiolla levitetyt kauhutarinat ovat minulle itselleni kaikista hankalimmat kumota.”*

Ammattilaisen on hyvä ottaa huomioon:

- Naisilla voi olla liian ruusuinen käsitys lasten kasvatuksesta Suomessa. **Tukiverkoston puute** iskee kunnolla vasta, kun on monta pientä lasta. Somaliassa ns. koko kylä kasvattaa lapsia. **Arjen yksinäisyys, sen pyörittäminen, pikkulapsivaiheen haastavuus parisuhteen näkökulmasta ja Suomen neljä vuoden aikaa kurakeleineen** on hyvä käydä neuvolassa läpi eikä vaan nopeasti kysyä, haluatko ehkäisyn vai et?
- Lähestymistavassa on tärkeää, ettei äiti koe, että hänelle tuputetaan raskauden ehkäisyä. Toisaalta lyhyt ja nopea ehkäisymenetelmien esittely ei usein auta, sillä raskauden ehkäisy on **prosessi**, joka pitää ensin käydä läpi itsensä ja puolisonkin kanssa.
- Jo raskauden aikana olisi hyvä käydä eri ehkäisymenetelmiä läpi. Ehkäisymenetelmien **konkreettinen näkeminen** on usein suotavaa, sillä käsitys voi olla, että kierukka on todella iso tai ehkäisykapseli onkin injektio. Ehkäisylaastarit ja ehkäisyrengas ovat hyvin huonosti tunnettuja.
- Otan usein islamin uskon mukaan, kun puhun raskauden ehkäisystä. Äideille on usein tärkeää, että he kuulevat **perhesuunnittelun olevan täysin sallittua islamissa**. Äidillä on oikeus palautua raskaudesta, ja lapsella on oikeus vanhempien jakamattomaan huomioon sekä hyvään kasvatukseen.

# Mentorien näkemys: "Tamponi ei vie tytön neitsyyttä" on vaikea fakta

- Neitsyyttä vaalitaan, syvälle juurtunut arvo -> esiaviollista seksiä ei välttämättä harrasteta
  - Noin 19-23v. tytöiltä kysyttiin parhaimmista seksiasennoista -> *"Mistä me tiedetään, koska ei me harrasteta seksiä ennen avioliittoa."*
- Anatominen perustieto monilla hyvin olematonta -> väärät ajatukset immenkalvosta
- Tamponi ja kuukautiskuppi vaikeita teemoja
- Mentorien vinkki: Kannattaa aloittaa keskustelu anatomiasta ja prosessimaisesti edetä immenkalvo- ja neitsysteemoihin.
- Kun asioita määritellään uudelleen ja ne saavat uusia merkityksiä, myös asenteet muuttuvat.



# Mentorien vinkkejä ammattilaisille

- **Korosta vanhemman ja lapsen välisen dialogin tärkeyttä**
  - Usein vanhemmat ja lapset elävät erilaisissa maailmoissa ja dialogi puuttuu
  - Tämä ristiriita näkyy esimerkiksi seurustelukulttuurissa
  - Suomalaisessa kulttuurissa kasvavat nuoret eivät välttämättä enää kunnioita vanhempiaan arvostiriidan takia eivätkä tämän vuoksi halua kertoa vanhemmilleen elämästään ja käydä dialogia
  - Vanhemmat pelkäävät, että jos tulee riitaa lapsen kanssa, lastensuojelu tulee ja vie lapset -> he tarvitsevat paljon tietoa lastensuojelusta omalla kielellään
- **Tärkeää aina puhua myös oikeuksista ja mahdollisuuksista, joita Suomessa on**
- **Tärkeää aina avata käsitteet seksuaalisuus, seksuaaliterveys, seksuaalikasvatus**
  - Usein kannattaa välttää sanaa 'seksuaalisuus'
- **Kannattaa kertoa omista kokemuksista ja käyttää tarinoita puheeksiottamisessa**
- **Ota rohkeasti puheeksi uskonto, jos asiakas on muslimi**
  - Jos asiakas sanoo, että aiheesta on häpeällistä puhua, sano, että "Olen ymmärtänyt, että uskonnon mukaan nämä asiat eivät ole häpeällisiä. On tärkeää pitää huolta omasta kehosta ja hyvinvoinnista"
- **Jos on paljon muslimiasiakkaita, on hyvä perehtyä islamin uskontoon -> voi haastaa toisen näkemyksiä**
  - Jos ammattilaisella ei ole tietoa islamin uskonnosta, voi olla, että hän on liian varovainen

Mm. hankkeen kohderyhmän blogikirjoituksia:

<https://vigorhanke.fi/tietoa/ajankohtaista/>

Videoita VIGOR-mentorikoulutuksesta:

<https://vigorhanke.fi/toiminta/mentorointi/>

Arabiankielisten miesten keskusteluvideo seksuaalioikeuksista:

[https://www.youtube.com/watch?v=WiEVRmpF\\_70](https://www.youtube.com/watch?v=WiEVRmpF_70)

Video on tehty yhteistyössä irakilaisen Mutaz Al-Naaimin kanssa, joka kuvasi ja editoi videon.

Julisteet tyttöjen sukuelinten silpomisesta:

<https://vigorhanke.fi/tietoa/materiaalit/>

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

<https://www.facebook.com/VigorSosped/>



## Tyttösi on täydellinen

Tyttösi on arvokas lahja. Islam on antanut hänelle arvokkuutta ja oikeuksia jo syntymästään lähtien.

Tytölläsi on oikeus hyvään ja tasa-arvoiseen kohteluun. Hänellä on oikeus saada rakkautta, lämpöä ja kehuja. On tärkeää, että tyttösi kuulee olevansa rakastettu ja kaunis juuri sellaisena kuin on. Tämä on tärkeää hänen itsetunnon vahvistamiseksi. Hyvä itsetunto saa tyttösi voimaan hyvin.

Tytölläsi on myös oikeus kehon koskemattomuuteen. Hänen kehonsa on luotu täydelliseksi.

Älä silvo tyttöäsi.

Kun kasvatat tyttöäsi tasa-arvoisesti, kasvatat koko yhteisön hyvinvoivaksi.

VIGOR

