

2020-1-DE02-KA227-ADU-008006



**Co-funded by  
the European Union**

Euroopan komission tuki tämän julkaisun tuottamiselle ei merkitse sen sisällön hyväksymistä, sillä se kuvastaa ainoastaan sen kirjoittajien näkemyksiä, eikä komissio ole vastuussa siitä, miten sen sisältämiä tietoja mahdollisesti käytetään.



This license lets others distribute, remix, adapt, and build upon your work, even commercially, as long as they credit you for the original creation. This is the most accommodating of licenses offered. Recommended for maximum dissemination

**Käsikirja**



## Sisällysluettelo

### Osa I: Konteksti, taustat ja saadut opit 4

Esipuhe .....	4
1. Yleiskatsaus hankkeen toimintaan .....	5
2. Joitakin havaintoja maahanmuuttajanaisten tilanteesta ja tarpeista .....	6
3. Hankkeen tulosten esittely .....	8
4. Ennen työpajoja: Osallistujat ja mitä he odottivat työpajoilta.....	10
5. Luovat Fem Power -työpajat - maakohtaisia näkökulmia .....	13
5.1 Tutkimuksellinen työpaja .....	14
5.2 Kielen oppimisen työpaja.....	19
5.3 Työnhakutyöpaja .....	23
5.4 Affirmatiivinen (vahvistava) työpaja .....	27
6. Työpajojen tuloksia.....	30
7. Vaikutukset osallistujiin .....	32
8. Vaikutukset mentoreihin ja kumppaniorganisaatioihin.....	35
9. Maakohtaiset näkökulmat.....	38
10 Päätelmät.....	40
Osa II: Luovien menetelmien kokonaisuudet .....	41
Johdanto .....	41
Tutkivia ja luovia harjoituksia: .....	42
Sääntömeri .....	42
Nimi + liike .....	43
Taikasaippua .....	44
Positiivinen katse .....	45
Katse kiertää vasemmalle, paikka vaihtuu.....	46
Taputus/läpsy kulkee piirissä .....	47
Kani, kani,kani.....	48
Harjoituksia kielen oppimiseen:	
Lempisana.....	49
Asiat, joista pidän.....	49
Onomatopoeettiset sanat.....	50
Yhteistyössä tuotetut runot, tarinat ja näytelmät .....	51
Hyväksyminen ja torjuminen .....	52
Lahjat .....	53
Työnhakuun liittyviä harjoituksia:	
Keskittyminen .....	54
Muodot .....	55
Yhteinen rytmi kävelyssä .....	54
Sanaton viestintä .....	55
Vahvistavia harjoituksia:	
Supersankari .....	58
Patsastekniikat.....	58

# Osa I: Konteksti, taustaa ja saadut opit

## Esipuhe

**Creative Fem Power** -hankkeeseen osallistui neljä yhteistyökumppania eri puolilta Eurooppaa: Saksasta (Sophia::Akademie gGmbH, Düsseldorf), Suomesta (Teatterimuseo, Helsinki), Italiasta (Eurocultura, Vicenza) ja Sloveniasta (Društvo DISORA, Maribor).

Useimmilla kumppaneilla oli **Creative Fem Power** -hankkeeseen osallistuessaan aiempaa kokemusta työskentelystä maahanmuuttajien ja kotoutumisen kannalta erityisen heikossa asemassa olevien maahanmuuttajanaisten kanssa. Euroopan komissio mukaan vastaanottavan maan kielen hallinta ja pääsy sen työmarkkinoille ovat kaksi keskeistä vaihetta kaikkien maahanmuuttajien kotoutumisprosessissa. Maahanmuuttajanaiset kohtaavat kuitenkin ainutlaatuisia haasteita näiden kahden keskeisen askeleen toteuttamisessa, koska heillä on moninaiset roolit äiteinä, vaimoina ja kodinhoitajina. Heidän kotoutumisensa haasteellisuutta lisää entisestään se, että he tulevat usein perinteisistä yhteiskunnista, joissa naisten roolit ovat pitkälti ennalta määrättyjä ja rajoittuvat kotitalouteen. Näin ollen heidän mahdollisuutensa oppia vastaanottavan maan kieltä ja löytää työtä eivät ole yhtä hyvät kuin maahanmuuttajamiehillä. Tämä on vahvistettu useissa tutkimuksissa.

Koulutustyömme ja kokemuksemme perusteella voimme olla samaa mieltä siitä, että maahanmuuttajanaisten koulutus ja kotouttaminen on vaativa prosessi, joka asettaa erityisiä haasteita sekä kouluttajille että maahanmuuttajanaيسille. Kouluttajina ja organisaatioina, jotka ovat omistautuneet ihmisten kouluttamiselle ja auttamiselle, tunsimme henkilökohtaista ja ammatillista tarvetta vastata tähän haasteeseen parhaan kykymme mukaan. Päätimme käyttää luovuutta viestinnän, koulutuksen ja voimaannuttamisen välineenä, koska se ylittää sanat, kielen, kulttuuri-identiteetin tai ideologian. Se on perustavanlaatuinen ilmaisun yhteinen nimittäjä, joka on kaikkien saatavilla, jotka saavat tilaisuuden löytää sen itsestään.

Kehitimme idean luoviin menetelmiin perustuvasta opetussuunnitelmasta neljän työpajan sarjaa varten. Työpajat täydentävät toisiaan, mutta niitä voidaan käyttää myös erikseen, jos tilanne sitä vaatii. Työpajojen tavoitteena on löytää ja vahvistaa maahanmuuttajanaisten kykyjä ja luovaa potentiaalia, opettaa heille hyödyllisiä taitoja ja strategioita, jotka auttavat kielenopiskelussa ja työnhaussa. Ehkä tärkeintä oli kuitenkin antaa heille mahdollisuus käyttää luovuuttaan ja taitojaan täysimääräisesti.

Luovien menetelmien avulla halusimme tiivistää vuoropuhelua maahanmuuttajanaisten kanssa saadaksemme lisää tietoa sekä heidän elämäntavoitteistaan ja toiveistaan, että epäilyistä ja peloista, joita heillä on elämästä uudessa kotimaassa. Prosessin aikana halusimme löytää ja testata riittävän yksinkertaisia luovia menetelmiä, joiden avulla me ja muut aikuiskouluttajat voimme voimaannuttaa naisia ja ohjata heitä kohti tavoitteitaan.

Tavoitteena oli myös rohkaista ja motivoida taiteilijoita seuraamaan esimerkkiämme ja käyttämään luovia ja taiteellisia lahjojaan auttaakseen maahanmuuttajanaisia löytämään ja

vahvistamaan kykyään ja taitojaan. Uskomme, että luovilla ja taiteellisilla menetelmillä tuettu oppiminen voi parantaa huomattavasti maahanmuuttajanaisten kotoutumiskykyä, ja taiteilijoiden osallistuminen voi tehdä menetelmistä entistäkin tehokkaampia. Samalla halusimme korostaa luovuuden merkitystä maahanmuuttajanaisten kotouttamisessa ja yleensä heikommassa asemassa olevien ryhmien koulutuksessa.

Lopuksi halusimme hyödyntää kumppanuutemme kansainvälistä luonnetta ja ulottuvuutta levittääksemme tietoisuutta siitä, miten tärkeää on lähestyä maahanmuuttajien kotouttamista koordinoitummin ja yhtenäisemmin. Tämä on erityisen tärkeää, kun puhutaan maahanmuuttajanaisten, sillä maahanmuuttajanaisten kotouttamisessa on kyse myös sukupuolten tasa-arvosta ja ihmisoikeuksista, sekä usein lasten ja nuorten kasvatuksesta vastaavien äitien voimaannuttamisesta.

## 1. Yleiskatsaus hankkeen toimintaan

**Creative Fem Power** -hanke toteutettiin 24 kuukauden aikana maaliskuusta 2021 helmikuun 2023 loppuun. Kumppanuuteen osallistui neljä organisaatiota Saksasta, Italiasta, Suomesta ja Sloveniasta. Kumppanit eroavat toisistaan kooltaan, laajuudeltaan ja toimintansa luonteelta; silti meitä yhdisti yhteinen halu tutkia mahdollisuuksia, joita luovuus tuo maahanmuuttajien alati tärkeään ja joskus kaavamaiseen kotouttamisprosessiin.

Hankkeen kaikkien osioiden toteuttamiseksi ja haluttujen tulosten saavuttamiseksi kumppanit tekivät paljon esityötä ennen varsinaisia työpajoja ja tulosten purkua työpajojen jälkeen. Seuraavassa esitetään lyhyt katsaus tärkeimpiin vaiheisiin ja toimintoihin, jotta lukija ymmärtäisi hieman suunnittelua, yhteistyötä ja työtä, joka tehtiin hankkeen tulosten aikaansaamiseksi. Ne esitetään aikajärjestyksessä.

### Maahanmuuttajanaisten tarpeita koskeva tutkimus

Vaikka meillä oli yleinen käsitys haasteista, joita maahanmuuttajanaiset kohtaavat vastaanottavaan maahan saavuttuaan, halusimme syventää käsitystämme ja saada mahdollisimman kattavan kuvan haasteista. Kukin yhteistyökumppani pyrki kuvaamaan maahanmuuttajanaisten tarpeita omasta näkökulmastaan, pääasiassa maahanmuuttajanaisten kanssa aiemmin työskentelystä saatujen kokemusten sekä erilaisten aikuiskoulutusjulkaisujen ja tieteellisten julkaisujen tutkimisen perusteella. Kukin yhteistyökumppani laati tuloksistaan yhteenvedon, jota käytimme ohjeena tulevien toimien valmistelussa ja toteuttamisessa.

## Työpajojen opetussuunnitelmien laatiminen

Hankeideaa kehitellessämme päätimme kehittää neljä erillistä mutta toisiinsa liittyvää työpajaa. Kumppanien kokemuksen ja taitojen perusteella kullekin kumppanille annettiin tehtäväksi kehittää yksi työpajakokonaisuus.

## Maahanmuuttajanaisten etsintä

Seuraavaksi jokainen kumppani etsi ryhmän maahanmuuttajanaisia, jotka olivat halukkaita osallistumaan hankkeeseen eli neljään suunnittelemaamme työpajaan. Tämä oli erilainen haaste jokaiselle kumppanille, sillä maahanmuuttajien määrä, joita meillä oli käytettävissämme, vaihteli suuresti. Käytimme ammatillisia ja toisinaan henkilökohtaisia kontaktejamme järjestäessämme tapaamisia mahdollisten ehdokkaiden kanssa. Esittelimme hankkeen tavoitteet ja toimet selkeästi. Joskus tarvittiin ylimääräisiä tapaamisia, mutta lopulta löysimme kaikki osallistujat.

## Työpajojen toteuttaminen

Kussakin kumppanimaassa testasimme kaikkia neljää työpajaohjelmaa aiemmin valittujen maahanmuuttajanaisten kanssa. Noudatimme työpajoja tarkasti, mutta teimme niihin joitakin pieniä muutoksia, jotka johtuivat kunkin kumppanin erityisolosuhteista, jotka liittyivät osallistuvien maahanmuuttajanaisten taitoihin, kykyihin ja motivaatioon. Työpajat toteutettiin useiden kuukausien aikana vuoden 2021 lopulla ja 2022 keväällä. Kukin yhteistyökumppani mukautti työpajakokousten tahdin ja keston maahanmuuttajanaisten varsin kiireiseen aikatauluun, sillä heidän oli osallistuttava kielikursseille ja muihin kotouttamistoimiin ja huolehdittava samalla perheestään perinteisten rooliensa mukaisesti.

## Hankkeen tulosten luominen

Kun työpajat oli saatu päätökseen, loppuhaastattelut tehty ja arviointitiedot kerätty, teimme useita parannuksia työpajojen opetussuunnitelmiin. Loimme myös tämän käsikirjan, joka on nyt edessänne ja jossa kuvataan lyhyesti hankkeen tulokset, vaikutukset kaikkiin osallistujiin ja saadut kokemukset. Toivomme, että se motivoisi, inspiroisi ja ohjaisi Creative Fem Power -hankkeen työpajojen tulevia käyttäjiä. Käsikirja sisältää myös koosteen erilaisista taiteellisista menetelmistä, joita käytettiin työpajojen toteutuksessa, sekä joitakin ehdotettuja menetelmiä, joita tulevat käyttäjät voivat lisätä toimintaansa. Edellä mainitut toimet ovat vain tärkeimmät niistä, jotka johtivat hankkeen tulosten syntymiseen.

## 2. Joitakin havaintoja maahanmuuttajanaisten tilanteesta ja tarpeista

Kaikkiin kumppanimaihin (Italia, Slovenia, Suomi ja Saksa) kohdistuu muuttoliikettä, vaikka maahanmuuttajien lähtömaat eroavat toisistaan. 80 prosenttia Sloveniaan tulevista maahanmuuttajista tulee entisen Jugoslavian maista. Italiassa suurin osa maahanmuuttajista on lähtöisin Romaniasta, Albaniasta tai Marokosta, ja Saksassa suurin osa maahanmuuttajista on lähtöisin Syyriasta ja seuraavaksi eniten Afganistanista, Irakista ja Iranista. Suomessa maahanmuuttajat ovat pääasiassa Venäjältä, Turkista ja Irakista. Vaikka lähtömaat eroavat toisistaan, naissiirtolaisten tilanteessa on havaittavissa yhtäläisyyksiä. Saksassa ja Italiassa naissiirtolaisten osuus on kasvanut (6 prosenttia Saksassa), ja nyt naisia on noin puolet kumppanimaiden maahanmuuttajista.

Siirtolaisnaiset ovat silti aliedustettuina työmarkkinoilla. Suomessa vain joka toinen maahanmuuttajanaisten on työssä. Sloveniassa vain 20 prosenttia maahanmuuttajanaisista, mutta 80 prosenttia miespuolisista maahanmuuttajista, oli jollakin tavalla työllisiä. Saksassa vain noin 23 prosenttia maahanmuuttajanaisista työllistyy, kun taas 71 prosenttia Saksan naispuolisista kansalaisista. Tähän tilanteeseen on monia syitä.

Useimmiten naisten pääsyä työmarkkinoille estää se, että heidän on huolehdittava lapsistaan tai muista sukulaisistaan. Italiassa todettiin, että koska lastenhoitopalveluja ei ole helposti saatavilla, toisin kuin 4 prosenttia italialaisista naisista, 23 prosenttia maahanmuuttajanaisista joutuu huolehtimaan päivisin lapsistaan. Lisäksi koulutusjärjestelmien erot johtavat siihen, että tutkintoja toisista maista ei hyväksytä. Tämä johtaa hyödyntömättömiin taitoihin ja osaamiseen. Valitettavasti aiempaa työkokemusta ei dokumentoida riittävästi, mikä vaikeuttaa uusien työpaikkojen hakemista. Kielitaidon puute on toinen merkittävä este työllistymiselle ja osallistumiselle yleensä. Saksassa kotoutuskurssin suoritti useampi mies kuin nainen, mikä osoittaa, että kielen oppiminen ja kulttuuriin tutustuminen jäävät naisilla usein vajaiksi. Kielitaidottomuus vaikeuttaa työmarkkinoille pääsyä, mutta myös vuorovaikutusta paikallisten kanssa ja uusien sosiaalisten suhteiden luomista.

Maahanmuuttajanaisille koituu paljon haittoja, jotka vaikeuttavat heidän kotoutumistaan. Tämä tarkoittaa kuitenkin sitä, että on myös monia keinoja parantaa heidän tilannettaan. Mahdollisia lähtökohtia ovat työnhakutuki, koulutus, terveydenhuolto, sosiaalinen yhteenkuuluvuus ja verkostoituminen, poliittinen osallisuus, asumiserottelun ehkäiseminen ja kielitaidon parantaminen.

### 3. Hankkeen tulosten esittely

Hankkeen puitteissa tuotimme useita sisältöjä, joita aikuiskouluttajat ja muut maahanmuuttajanaisten kotouttamiseen osallistuvat sidosryhmät voivat hyödyntää. Motiiveja, vaikutuksia, käytettyjä menetelmiä ja opittuja asioita kuvaavan käsikirjan lisäksi tuotimme myös opetussuunnitelmat neljää temaattista työpajaa varten: tutkiva luova työpaja, kieltenopiskelutyöpaja, työnhakutyöpaja ja affirmatiivinen (vahvistava) työpaja.

Työpajoja kuvataan yksityiskohtaisesti niille tarkoitetuissa opetussuunnitelmissa, jotka sisältävät harjoituksia, ohjeita, suunniteltuja oppimistuloksia ja vinkkejä kouluttajille. Esittelemme tässä lyhyen perustelun jokaisesta neljästä työpajasta johdantona ja toivomme sen innoittavan tutustumaan niihin tarkemmin ja käyttämään niitä työssä maahanmuuttajanaisten kanssa.

#### Tutkiva luova työpaja

Tässä hankkeessa halusimme työskennellä maahanmuuttajanaisten kanssa järjestämällä keskusteluja teatteripohjaisten menetelmien avulla itsetunnon, kotoutumisen ja kielen oppimisen edistämiseksi. Periaatteessa eri kulttuuritaustaisia ihmisiä yhdistäviä tekijöitä on enemmän kuin erottavia.

Kieltenopetus voidaan helposti yhdistää erilaisiin tapoihin käyttää hyväksi esittäviä taiteita metodeja. Teatteriammatillisemme tukivat, auttoivat ja rohkaisivat maahanmuuttajia kertomaan omia tarinoitaan; heidän äänensä kuuluu ja heidät nähdään yhteiskunnassa. Millaisia ajatuksia ja tunteita heillä on? Mitä he haluaisivat sanoa ja jakaa? Se lisäsi heidän itsemääräämisoikeuden tunnettaan ja ymmärrystä uusista mahdollisuuksista, joita heillä on uudessa ympäristössä. Tuomalla taiteellista kokemusta ja maahanmuuttajien omia tunteita ja muistoja osaksi heidän vieraan kielen ja kulttuurin oppimisprosessiaan korostimme osallisuutta, aktivismia ja kulttuurienvälistä vuoropuhelua. Kuten tiedämme, kieli on väylä kulttuuriin.

Työpajoissa käytimme erilaisia menetelmiä, kuten rentoutumista ja improvisointia. Näyttelemällä ja kohtauksia tekemällä kehitimme esimerkiksi sanatonta viestintää, tapoja, joilla voi asettaa omia rajojaan tai huomioida muita ihmisiä ja yhteistyötaitoja. Käytimme myös harjoituksia omien vahvuuksien löytämiseksi, kun harjoittelimme työnhakutilanteita työmahdollisuuksien parantamiseksi. Ja tietysti tutustuimme erilaisiin tapoihin kertoa tarinoita esimerkiksi runouden ja nukketeatterin avulla. Käytimme myös teatteripukuja luodaksemme hahmon, joka oli ehkä täysin erilainen kuin jokaisen oma persoona. Miten tuo henkilö ajatteli, liikkui, puhui ja käyttäytyi? Kielen harjoittelemiseksi kaikki toiminta tapahtui suomeksi; tarvittaessa käytimme viittomakieltä tai etsimme tukisanoja englanniksi.



## Kielten oppimisen työpaja

Työssämme kohtaamme usein maahanmuuttajanaisia, jotka keskeyttävät kielenopiskelunsa, koska he ovat raskaana tai koska muut perheveloitteet tuntuvat heille tärkeämmiltä. Siksi meistä tuntui tärkeältä luoda naispuolisille maahanmuuttajille suunnattu työpaja, jossa he saavat tilaisuuden jatkaa kielenopiskelua jälleen ilolla ja sitoutuneesti. Luovien menetelmien avulla onnistuimme vahvistamaan motivaatiota viihdyttävällä tavalla. Myös osallistumisen ajatus voitiin toteuttaa tällä tavoin. Emme niinkään pyrkineet löytämään uusia menetelmiä kielen oppimiseen, vaan löytämään opittavan kielen monipuoliset mahdollisuudet ja luomaan henkilökohtaisen yhteyden. Itseluottamuksen vahvistaminen suhteessa omiin mahdollisuuksiin oli myös yksi painopistealue.

Odotuksemme motivaation lisääntymisestä ylittyivät lopulta, sillä osallistuneet maahanmuuttajanaiset olivat virkistyneitä ja innokkaita osallistuessaan kielikursseille tämän työpajan jälkeen.

## Työnhakutyöpaja

Naisille työpaikka on synonyymi itsenäisyydelle. Maahanmuuttajanaisille se merkitsee myös enemmän mahdollisuuksia laajentaa sosiaalisia ystävyyssverkostojaan - tärkeä askel kohti parempaa integroitumista vastaanottavaan yhteiskuntaan.

Valitettavasti heidän työnhakunsa kuitenkin usein estyy, koska he eivät tunne työnhaun perussääntöjä.

Näiden pohdintojen pohjalta syntyi ja kehittyi ajatus työpajasta "Luovia työkaluja työnhakuun". Menetelmien, kuten roolileikkien, teatterityöskentelyn ja musiikin (lavastuksen ja äänen käytön) avulla osallistujat oppivat työhaastatteluviestinnän periaatteet, oppivat tuntemaan vahvuutensa ja heikkoutensa ja vahvistivat itsetuntoaan.

Naisten ottaminen mukaan toimintaan, jossa käytettiin innovatiivisia ja luovia koulutusmenetelmiä jotta he löytäisivät - tai löytäisivät uudelleen - taitonsa, tietonsa ja kykynsä, johti tuloksiin, jotka ylittivät odotuksemme huomattavasti.

## Affirmatiivinen (vahvistava) työpaja

Koska tämä on viimeinen neljästä työpajasta, rakensimme sen niin, että se sisältää ja yhdistää kaikki Creative Fem Power -hankkeen pääajatukset: luovuus, henkilökohtainen voimaantuminen ja kehotus toimintaan.

Tavoitteenamme oli sisällyttää ohjelmaan mielekkäitä ja samalla niin yksinkertaisia toimintoja, että kuka tahansa voi ymmärtää ja toteuttaa ne. Painopiste on luovassa ilmaisussa ja itsensä vahvistamisessa, mikä toivottavasti johtaa suurempaan voimaantumiseen ja kykyyn toimia. Luovuutta edustavat monet suhteellisen yksinkertaiset toiminnot, kuten runojen kirjoittaminen, valokuvaus, ruoanlaitto ja neulominen. Kuka tahansa voi osallistua näihin toimintoihin ja olla luova. Ne myös muistuttavat siitä, että luovuudella on monia muotoja ja että sitä voi löytää monista eri toiminnoista.

Työpajan affirmatiivista (vahvistavaa) osaa edustavat itsensä vahvistaminen ja luova visualisointi. Niiden avulla maahanmuuttajanaiset voivat löytää tasapainon elämäntilanteidensa ja realististen

odotustensa välillä. Nämä harjoitukset voivat auttaa maahanmuuttajia muuttamaan pitkän aikavälin ajattelutapojaan, jotta heistä tulisi motivoituneempia ja menestyneempiä tavoitteidensa saavuttamisessa.

## 4. Ennen työpajoja: Osallistujat ja mitä he työpajoilta odottivat

Tässä jaksossa kerromme maakohtaisesti työpajoihin osallistuneista maahanmuuttajanaaisista. Kuvaamme, miten rekrytointiprosessi toteutettiin ja mikä vaikutti siihen, että he osallistuivat projektiin. Toivomme, että tästä on apua, kun suunnittelette ja toteutate toimintaanne ja mietitte, mitä harjoitteita omassa toiminnassanne käytätte.

### Suomi

Teimme yhteistyötä Helsingissä toimivan Laajasalon opiston kanssa ja saimme koottua noin 20 suomen kieltä opiskelevan naisen ryhmän. Koska osallistujien kielitaito vaihteli huomattavasti, muodostimme kaksi ryhmää suomen kielen A1- ja A2-tasoilla. Näin pystyimme kokeilemaan, miten toimintaa pitää ja kannattaa muokata eri kielitasoille sopivaksi.

Kaikki osallistujat olivat läsnä vähintään kahdessa kokoontumisessa. Erityisesti pienten lasten äideillä oli välillä vaikeuksia osallistua tapaamisiin, koska niiden aikaan oli mm. sairaslomia, päivähoitolakko ja paaston päättävä kolmipäiväinen Edi-juhla.

Ryhmä koostui hyvin eritaustaisista henkilöistä. Osa heistä oli pakolaisia ja osa oli tullut Suomeen parisuhteen vuoksi. Iältään he olivat 20 – 58 -vuotiaita. Suurin osa oli kuitenkin nuoria aikuisia alle 30-vuotiata. He tulivat 15 eri maasta: Afganistanista, Kiinasta, Kolumbiasta, Kuubasta, Dominikaanisesta tasavallasta, Irakista, Jordaniasta, Latviasta, Malesiasta, Nicaraguasta, Ruotsista, Thaimaasta, Turkista, Ukrainasta ja Venäjältä. Heillä oli hyvin erilainen koulutustaso ja monilta eri aloilta. Suurella osalla oli korkeakoulutus.

Suurin ongelma Suomeen muuttaneilla naisilla on se, että vaikka heillä oli koulutus he eivät pääse työelämään, koska heillä ei ole suomen kielen taitoa ja toisaalta tutkinnot eivät vastanneet toisiaan. Työvoimatoimistossa suositeltiin, yhdelle osallistujista, jolla oli kaksi eri tutkintoa, että hän voisi mennä siivoojaksi. Sen sijaan hän aikoi alkaa opiskella Suomessa kolmatta tutkintoa teknisellä alalla, jossa on mahdollista työskennellä englanniksi.

Viimeisten tapaamistemme aikana sota Ukrainassa alkoi, joka vaikutti erityisesti ukrainalaisiin osallistujiin ja keskusteluihimme. Tilanne vaikutti kaikkiin osallistujiin. Hetki sitten Suomessa olo oli tuntunut turvalliselta, mutta Venäjän läheisyys mietitytti. Onko se turvallisuusuhka Suomelle?

Koronapandemian vuoksi meillä oli vaikeuksia koota maahanmuuttajataustaisista naisista koostuvaa ryhmää. Jouduimme siirtämään toiminnan aloituksen joulukuulta 2021 tammikuulle 2022. Syksyllä monet järjestöt ja ryhmät työskentelivät etätöyönä, ja ryhmät, joissa kävimme, olivat pieniä, eikä niissä ollut sopivia ja kiinnostuneita osallistujia.

Suurin osa maahanmuuttajaväestöstä asuu Itä-Helsingissä ja Teatterimuseo sijaitsee Etelä-Helsingissä, joten myös sijaintimme oli ongelmallinen. Lopulta yhteistyökumppanimme, Laajasalon opiston, kautta löysimme ihmisiä, jotka olivat kiinnostuneita oppimisesta, joka perustui toiminnallisuuteen ja esittävän taiteen keinoja käyttäviin työpajoihin.

Koska Teatterimuseo ei ole maahanmuuttajajärjestö ja maahanmuuttajat ovat vain pieni osa asiakkaistamme, yhteyksien luomiseen ja ryhmän kokoamiseen tarvittava työmäärä oli ennakoitua suurempi.

Suomessa oli tammikuussa 2021 Koronatartuntojen määrä huipussaan. Tapaamisia koskevat rajoitukset olivat tiukat, kun meidän piti aloittaa. Sen takia pidimme ensimmäiset kokoontumisemme Zoom-tapaamisina. Erytysjärjestelyistä huolimatta kaikki olivat todella innoissaan hankkeesta ja olivat sitä mieltä, että päivä oli ollut hauska, mutta olisi ollut parempi tavata henkilökohtaisesti. Odotimme innokkaina seuraavia tapaamisia, jolloin näkisimme kasvokkain. Osallistujat olivat ilahduttavan kiinnostuneita sekä opetussuunnitelmasta että Teatterimuseosta. He pyysivät aktiivisesti lisätietoja ja selvennyksiä, jos he eivät ymmärtäneet joitakin sanoja. Useimmat osallistujat odottivat erityisesti improvisaatioharjoituksia.

## Saksa

Neljään työpajaan osallistui yhteensä 18 27-74-vuotiasta naista. He olivat kotoisin seuraavista maista: Eritreasta, Syyriasta, Ukrainasta, Nigeriasta, Kirgisiasta, Iranista, Afganistanista, Libanonista, Libyasta, Marokosta, Brasiliasta ja Egyptistä.

Kukaan naisista ei ollut asunut Saksassa yli viittä vuotta.

Yhdeksän 18:sta osallistujasta oli opiskellut kotimaassaan, mutta ei ollut vielä pystynyt palaamaan töihin Saksaan samaan (tai vastaavaan) ammattiin. Muut naiset olivat käyneet koulua kotimaassaan 7-9 vuotta, eikä kaikilla ollut tutkintoa.

Osallistuvista naisista kolme työskentelee Saksassa. Se, että työssä käyvine luku ei ollut suurempi, johtuu osittain naisten asemasta omassa yhteisössään.

Kaksi osallistujista ei saanut työskennellä ulkomaalaisstatuksensa vuoksi. Jotkut olivat käynnissä olevassa turvapaikkakäsittelyssä, eivätkä myöskään saaneet ottaa työtä vastaan.

Kahdeksalle naiselle oli jo myönnetty pakolaisasema. Mukana oli myös kaksi naista, jotka olivat aiemmin asuneet Espanjassa ja saaneet siellä Espanjan kansalaisuuden, jolloin heistä oli tullut EU:n kansalaisia.

Yksi osallistuja oli tullut Saksaan viisumilla, ja yksi on Saksan kansalainen, joka ei ollut asunut maassa kuin muutamia vuosia.

Kaikkien naisten kielitaito oli noin tasolla B1. Vain yksi 18 osallistujasta osallistui kaikkiin neljään työpajaan.

Työpajojen alkaessa kaikki naiset olivat hyvin motivoituneita ja suhtautuivat asiaan myönteisesti. Suurin osa heistä ei ollut koskaan aikaisemmin osallistunut työpajoihin, eikä heillä ollut erityisiä odotuksia niitä kohtaan. Useat heistä kuitenkin uskoivat, että niistä olisi heille hyötyä.

Jotkut naiset olivat kuitenkin epävarmoja ja pelkäsivät harjoitusten olevan liian vaikeita. Erityisesti ennen ensimmäistä työpajaa naiset olivat ujoja ja varautuneita. Sitä paitsi kaikki osallistujat eivät tunteneet toisiaan etukäteen. Tilanne muuttui kuitenkin nopeasti ensimmäisten harjoitusten myötä.

Maahanmuuttajanaisille oli uutta ja erikoista kokoontua yhteen muista kulttuureista ja maista tulevien naisten kanssa.

## Italia

Italialaisen yhteistyökumppanin toteuttamaan toimintaan osallistui kahdeksan 39-50-vuotiasta naista Algeriasta, Marokosta, Tunisiasta, Senegalista ja Nigeriasta.

Koulutustaustasta voidaan todeta, että vain yksi osallistuja oli käynyt lukion ja yhden vuoden korkeakoulua, yksi oli luku- ja kirjoitustaidoton, ja muut osallistujat olivat käyneet koulua 6-8 vuotta.

Kaikki osallistujat ovat asuneet Italiassa yli 10 vuotta, he ovat naimisissa ja heillä on koulu- ja esikouluikäisiä lapsia.

Heidän italian kielen taitotasonsa on hyvin vaihteleva, vaikka meille oli vakuutettu, että kaikkien italian kielen taso oli A2:n ja B1:n välillä. Todellisuudessa jopa niillä, jotka osasivat puhuttua kieltä paremmin (B1/B2), on paljon vaikeuksia italian kielellä kirjoittamisessa. Yksi osallistuja osasi hyvin vähän puhuttua kieltä (A1), mutta ei osaa lukea eikä kirjoittaa edes äidinkielellään, kun taas toinen puhuu italiaa A2-tasolla, mutta ei osaa kirjoittaa italiaksi.

Vain harvalla oli työkokemusta kotimaassaan ja vain kahdella on työkokemusta Italiassa.

Alkuvaiheen tapaamisten tarkoituksena oli selvittää, ovatko naiset kiinnostuneita osallistumaan toimintaa ja mikä oli heidän motivaationsa. Kävi selväksi, että heidän odotuksensa oli löytää työpaikka.

Heillä kaikilla oli vielä pieniä lapsia, vaikka monet heistä eivät olleet enää kovin nuoria, he eivät olleet kiinnostuneita vapaa-ajan tai taiteellisesta toiminnasta. Se oli heidän mielestään vain "ajanhukkaa" ja koska "*me olemme äitejä, ei meillä ole aikaa tehdä lasten asioita*".

Toinen esille noussut yksityiskohta oli se, että kaikki osallistujat olivat vakuuttuneita siitä, että he osasivat italiaa riittävän hyvin, kun taas meille kouluttajille oli selvää, että he eivät osanneet.

Lisäksi kysymykseen "*Osaatteko kirjoittaa italiaksi?*" useimmat olivat vastanneet "*Kyllä, melko paljon*", mutta itse asiassa monet heistä osasivat käyttää Google Translator -palvelua, mutta itsenäisesti he eivät osanneet kirjoittaa edes helpoimpia ja yleisimpiä sanoja.

"*Haluan saada töitä*", sanottiin ensimmäisten tapaamisten aikana, mutta lähes kenelläkään ei ollut todellista työkokemusta Italiassa tai edes kotimaassaan. Heiltä puuttui siis paitsi ammattikokemus myös käsitys työelämän perussäännöistä, ja niinpä lähes kaikkien käsitys työstä oli: "*Voin tehdä töitä vasta sen jälkeen, kun olen vienyt lapset kouluun, ja minun on oltava kotona ajoissa valmistamassa heidän lounaansa*" tai "*Voin olla hoitajana iäkkäälle rouvalle, mutta en todellakaan miehelle, enkä kuitenkaan voi pestä hänen intiimialueitaan. Tarkoitin, että voin viedä hänet kävelylle, voin valmistaa hänelle ruokaa, tiskata tiskit ja sen kaltaisia asioita*".

## Slovenia

Ryhmämme koostui neljästä vakio-osallistujasta Iranista ja Afganistanista.

Osallistuja nro 1, iranilainen, 37-vuotias, korkeakoulutettu. Hän on kahden lapsen äiti (hänen tyttärensä on autistinen), hän on hyvin koulutettu ja asiantunteva. Hän oli naisoikeusaktivisti Iranissa ja tietää paljon asiasta. Sloveniassa hän jatkaa työtään maahanmuuttajanaisten oikeuksien puolustajana ja työskentelee maahanmuuttajanaisiin keskittyvässä kansalaisjärjestössä. Hänen englannin kielen taitonsa on hyvä, hän on hyvin määrätietoinen ja keskittynyt ja hänellä on hyvät viestintätaidot.

Osallistuja nro 2, myös iranilainen, 49-vuotias, on suorittanut peruskoulun. Hän on kolmen lapsen äiti, ja hän kasvoi hyvin konservatiivisessa ympäristössä, joka ei sallinut naisten koulutusta ja itsenäisyyttä. Hänen kielteiset elämäkokemuksensa ovat vaikuttaneet häneen voimakkaasti, mutta hän on hyvin viisas ihminen, joskin hieman varautunut. Hän koko stressiä opiskelusta eikä kyennyt / uskaltanut puhua sloveenia.

Osallistuja nro 3, iranilainen, 15-vuotias, on myös peruskoulun käynyt. Hän on osallistujan nro 2 tytär. Peruskoulun päätyttyä hän aikoo jatkaa opintojaan ja haluaa sairaanhoitajaksi.

Osallistuja nro 4, Afganistanista kotoisin oleva 19-vuotias osallistuja, on myös saanut peruskoulutuksen. Hän on kotoisin perinteisestä perheestä ja haluaa kosmetologiksi, mutta koska hän ei ollut ollut kovin aktiivinen koulutuksen tai työnhaun suhteen, työn löytäminen oli hänelle vaikeaa. Hänellä näyttää olevan vahvoja sosiaalipoliittisia ajatuksia, mutta hän oli miellyttävä persoona, vaikka onkin hieman ujo ja vetäytyvä.

Myöhemmin kaksi muuta afganistanilaista siirtolaisnaista osallistui joihinkin harjoitteisiin. Koska he eivät osallistuneen toimintaa jatkuvasti, heidän motiiveistaan osallistua toimintaan oli vaikea tehdä johtopäätöksiä. Ilmeisesti he eivät kaivanneet erityisesti sosiaalista toimintaa, koska he kävivät koulua ja heillä oli jo ystäväpiiri.

Etsimme osallistujia käymällä eri laitoksissa, jotka työskentelevät maahanmuuttajanaisten parissa alueellamme. Saimme joitakin yhteystietoja, mutta kommunikaatiovaikeuksien ja joidenkin naisten kiireisen aikataulun vuoksi emme aluksi löytäneet osallistujia. Henkilökohtaisten yhteyksien kautta saimme sitten yhteyden erääseen Iranista kotoisin olevaan naiseen, joka puhui hyvin englantia ja joka ymmärsi hankkeen idean ja piti siitä alusta alkaen. Hän suostui

osallistumaan ja tunsivat myös muita maahanmuuttajanaisia, jotka voisivat hyötyä hankkeesta. Hän tutustutti meidät useampiin naisiin, joiden kanssa puhuimme ensin erikseen. Jotkut eivät olleet lainkaan kiinnostuneita ja yksi nainen oli niin raskautensa loppuvaiheessa, että hän ei pystynyt osallistumaan. Alustavien keskustelujen jälkeen meillä oli neljä henkilöä, joiden toivoimme osallistuvan hankkeeseen.

Järjestimme tapaamisen näiden neljän naisen kanssa. Esittelimme projektin ja sen toimintaperiaatteen ja he saivat esittää lisäkysymyksiä ja kertoa ajatuksistaan ja odotuksistaan.

Eniten heitä viehätti hankkeen luova sisältö sekä epävirallinen työskentely- ja viestintätapa. He pitivät myös siitä, että he voisivat ilmaista itseään vapaasti. He pitivät hyvänä sitä, että toimintaa ei arvosteltu eikä heiltä odotettu erityisiä vaatimuksia tai saavutuksia. Heidän mielestään tämä oli hyvin erilaista kuin muu toiminta, johon he yleensä joutuvat osallistumaan, kuten kielikurssit, viranomaisten tapaamiset jne., jotka olivat heidän mukaansa muodollisia ja käsikirjoitettuja. He toivoivat, että Creative Fem Power -toiminta olisi vapauttavampaa, rentouttavampaa ja hauskeempaa.

Toinen myönteinen näkökohta oli sosiaalinen ulottuvuus. Naiset eivät tunteneet toisiaan juuri lainkaan aikaisemmin, ja he odottivat innokkaasti, että saisivat seurustella muiden maahanmuuttajanaisten kanssa viikoittain. He kertoivat, että heidän sosiaalinen elämänsä oli käytännössä olematonta ja että he pysyttelivät enimmäkseen kotona tai kävivät kielikursseilla. He toivoivat, että toiminta toisi jotain uutta heidän tylsään viikkorutiiniinsa.

He kokoivat myös, että on tärkeää oppia löytämään työtä. Etenkin ryhmän nuorin jäsen koki, että hänen olisi löydettävä työpaikka, mutta hän ei tiennyt, mistä aloittaa.

Tärkeää oli myös tapaamisten aikataulut. Heillä oli paljon muitakin tehtäviä. Heidän piti opiskella sloveenin kieltä ja he yrittivät integroitua yhteiskuntaa. He olivat myös äitejä, joiden piti päivittäin huolehtia lasten ruoista ja vaatteista. Tapaamisissa kävi ilmi, että arkipäivät eivät osallistujille sopineet, joten toiminta päätettiin järjestää lauantaisin. Se, että osa viikonlopuista olisi omistettu Creative Fem Powerille, ei haitannut heitä lainkaan. He pitivät sitä tervetulleena lisänä viikko-ohjelmaansa.

## 5. Luovat Fem Power -työpajat - maakohtaisia näkökulmia

Tässä luvussa kuvaamme merkittävimpiä hetkiä ja kokemuksia, joita saatiin neljän työpajan aikana. Työpajat esitellään kronologisessa järjestyksessä.

## 5.1 Tutkimuksellinen työpaja

### Suomi

Koska meillä oli kaksi erillistä ryhmää eri kielitasojen vuoksi (vrt. edellä), meidän oli jaettava työpajojen aika kahteen osaan, mikä johti siihen, ettei kaikkia suunniteltuja harjoitteita voitu toteuttaa. Korvataksemme menetetyt ajan ryhmäkohtaisesti käytimme työpajoissa enemmän aikaa: 30 tuntia ja 30 minuuttia, eli 15 tuntia ja 15 minuuttia ryhmää kohti.

Ensimmäiset kolmen tunnin kokouksemme pidettiin Zoomin kautta Koronan silloisten rajoitusten vuoksi, joten meidän oli muutettava toiminta verkkoon sopiviksi. Tämän vuoksi kehitimme pari uutta harjoitetta.

Osallistujat esittäytyivät kertomalla nimensä, mistä he olivat kotoisin ja mikä oli heidän lempi- tai hauskin sanansa suomeksi ja miksi. Nämä sanat kirjoitettiin fläppitaululle, jotta kaikki näkivät ne, ja varmistettiin, että kaikki tiesivät, mitä ne tarkoittavat. Kun olimme keränneet sanat, teimme niistä runoja. Tämä oli yksinkertainen tapa saada kaikki osallistumaan, kun olimme yhteydessä verkon kautta. Jokainen laittoi kameran päälle, kun esitteli itsensä, niin kaikki näkivät toisensa kunnolla ainakin kerran. Tätä harjoitusta kehitettiin Zoom-tapaamisessa vielä eteenpäin. Harjoitteessa jokainen osallistuja sanoi yhden asian, josta piti, ja kysyi, oliko joku muu samaa mieltä (esim. "Pidän kissoista. Onko täällä ketään muuta, joka pitää kissoista?". "Pidän uimisesta. Onko täällä ketään muuta, joka pitää uimisesta?") ja muut osallistujat vastasivat käyttämällä peukalo ylös -reaktiota. Jokaisesta aiheesta keskusteltiin niiden kesken, jotka pitivät siitä ("Ai pidät kissoista, onko sinulla kissoja?" "Missä käyt uimassa?").

Verkkotapaaminen oli haaste alemman kieliryhmän kanssa, mutta molemmat ryhmät olivat innoissaan ja toiveikkaita myöhempien henkilökohtaisten tapaamisten suhteen, jotka onneksemme onnistuimme järjestämään silloisista kokoontumisrajoituksista huolimatta.

Verkkokokouksen jälkeen pidimme vielä kaksi työpajaa molemmille ryhmille, toisen Laajasalon opistolla ja toisen Teatterimuseolla.

Laajasalon opistolla teimme harjoituksina 'Yhdessäoloa', 'Sanapalapeli', 'Jotain minusta' ja 'Aistiminen ja kuunteleminen'. A1-ryhmän kanssa meillä oli aikaa myös 'Etsi sana' -harjoitukselle, ja osallistujille oli eduksi, että heillä oli enemmän virikkeitä keskustelun aloittamiseen. A2-ryhmän kanssa meillä oli pidempiä keskusteluja kaikkien harjoitusten aikana. Päätimme ensimmäisen henkilökohtaisen tapaamisemme tunteellisina ja keskusteluihin molempien ryhmien vaikutelmista ja toiveista tulevia työpajoja varten. Molemmat ryhmät olivat innoissaan ja iloisia saadessaan olla mukana ohjelmassa. A1-ryhmän kohdalla tärkeimpiä positiivisia asioita olivat hauskanpito, joka kevensi tunnelmaa toisinaan turhauttavien kieliopintojen aikana, ja se, kuinka paljon uusia sanoja he oppivat. Ehdotettiin, että meidän pitäisi valmistaa ruokaa yhdessä tapaamisten aikana. A2-ryhmän osallistujien mielestä päivä oli ollut hauska ja virkistävä, opettavainen sekä yhdessäolon että kielenopiskelun suhteen, ja he olivat innoissaan jatkosta. Heistä tuntui, että he saivat ilmaista

itseään monin eri tavoin päivän aikana ja että ryhmadynamiikka oli todella hyvä. Työpajojen jälkeen saimme viestejä siitä, miten hauskaa ja mukavaa kaikilla oli ollut.

Teatterimuseossa pidetyissä kokouksissa teimme suurimmat muutokset ohjelmaan, jotta voisimme hyödyntää mahdollisimman hyvin käytettävissä olevia tiloja. Teimme pienen kierroksen ja keskustelimme suomalaisesta teatterihistoriasta ja rakennuksista. Monet saivat selville, että jotkut Helsingin keskustassa havaitsemansa näkyvät rakennukset olivat teatterirakennuksia. Tutustuimme Suomen kansallisteatteria ja nykytanssia koskeviin näyttelyihin. Modernia tanssia käsittelevä näyttely herätti keskustelua erilaisista tanssiperinteistä eri puolilla maailmaa. Museokierros maahanmuuttajien kanssa ja keskustelut historiasta auttavat ymmärtämään kulttuuria paremmin. On myös hyödyllistä ottaa muut kulttuurit mukaan keskusteluun ja tehdä vertailuja, jotta voidaan löytää sekä yhteisiä että erilaisia asioita ja arvostaa molempia. Suomalainen kulttuuri ei pyyhi pois osallistujien lähtömaidensa kulttuuria. A2-ryhmän kanssa keskusteltiin teatterikulttuureista paljon enemmän koko kiertokäynnin ajan, ja näyttelyissä esitettyjen näytelmien teemoista keskusteltiin syvällisemmin.

Käytimme myös museon nukketeatterinäyttämöä ja erilaisia teatterinukkeja. Osallistujia pyydettiin katsomaan nukkeja, ottamaan yhden käteensä ja kertomaan, mikä hahmoja on, mikä sen nimi on, mitä se tekee jne. Niitä löytyi perussanastoa erilaisista eläinhahmoista noitiin, kuninkallisiin jne. Ohjaajat näyttivät heille, miten nukkeja käytetään, ja kävivät lyhyitä keskusteluja osallistujien kanssa nukkehahmoilla. Sen jälkeen kaikki osallistuivat pienten nukketeatterinäytelmien tekemiseen. Nukketeatterin käyttäminen roolihenkilöiden hahmojen rakentamiseen oli hyvä lämmittely myöhempää ajankohtaa varten, jolloin osallistujat tekivät itse omia roolihahmojaan ja esittivät niitä. Mielikuvitusta kiehtovien nukkehahmojen käyttäminen auttoi osallistujia tutustumaan uuteen sanastoon ja luovaan sanankäyttöön. Nuket saattoivat arkielämän tilanteissa turvautua esimerkiksi taikuuteen tai aikamatkailuun ja tapahtumat saivat aivan uuden käänteen. A2-ryhmässä meillä oli osallistujana nukketeatteritaiteilija Turkista, tämän vuoksi vietimme hieman enemmän aikaa nukkejen kanssa. Hän otti muita osallistujia mukaansa luomaan pieniä näytelmiä, joihin katsojat saivat tehdä ehdotuksia. Ihmisillä oli hauskaa, ja näytelmät olivat todella kekseliäitä ja eri kulttuureja yhdisteleviä, kun maahanmuuttajaprinssin kamelit tarvitsivat talvirenkaita Suomessa jne. Kävimme myös keskusteluja, joissa vertailtiin eri maiden nukketeatteriperinteitä.

Museossa teimme myös improvisaatioleikkejä: "Läpsy kiertää ringissä" ja "Kani kani kani" sekä "Kohtaaminen ja hyväksyminen" -harjoituksia. "Läpsy kiertää ringissä" ja "Kani kani kani" olivat hyviä taukoja runsaaseen keskusteluun, joka voi olla väsyttävää erityisesti alemman kielitason ryhmälle. "Kohtaaminen ja hyväksyminen"-harjoitus, jossa oli kyse hylkäämisestä, toi esiin merkittävän kulttuurieron: Suomessa on normaalia olla suorapuheinen ja sanoa suoraan "ei", mutta osallistujat vastasivat koko ajan "No, haluaisin kyllä, mutta...", kiittivät vuolaasti ehdotuksesta ja ehkä jopa ehdottivat asian tekemistä myöhemmin. Tämä herätti paljon keskustelua, sillä Suomessa voidaan pitää epäkohteliaana ja epärehellisenä sanoa, että aikoo tehdä jotain, jos ei aio tehdä. Tämä herätti paljon tunteita, hylkääminen sai jotkut "tunteen olonsa kamalaksi". "Kyllä, ja" -harjoitus ja "Miiminen lahja" kevensivät tunnelmaa ja saivat kaikki taas nauramaan.



“Miiminen lahja” -harjoituksen tekeminen yhdessä oli todella hyvä A1-kieliryhmän kanssa. Kun suurin osa sanoista on uusia, on todella hyödyllistä sekoittaa toimintaa ja kielen oppimista. A2-ryhmän kanssa “Kyllä, ja” -harjoituksia jatkettiin pidemmiksi tarinoiksi. Harjoituksen aikana oli todella positiivinen tunnelmaa ja kaikki tulivat hieman äänekkäiksi innostuessaan ehdotuksistaan. Miiminen määritelmä -harjoituksissa osallistujat pääsivät myös enemmän mukaan, eivätkä vain nostaneet tavaroita käsillään vaan laittoivat repun selkään, käyttivät haarukkatrukkia pesukoneen kantamiseen jne. "Lahjojen antamisessa" ja "Tekemällä jotakin jäljittelevän lahjan kanssa" ihmiset loivat kokonaisia kohtauksia yhdistämällä "kyllä, ja" -periaatteen tähän harjoitukseen.

Uutena harjoitteena teimme "Supersankari"-harjoituksen, jossa käytettiin hyväksi museon pukuhuonetta. Jokainen ryhmän jäsen sai tehtäväksi miettiä itsestään ominaisuutta, josta oli ylpeä. Hänen piti etsiä Teatterimuseon pukuhuoneesta sopiva puku supersankarihahmolleen. Sen jälkeen hän sai esitellä hahmonsa liioittelemalla sen hyviä ominaisuuksia. Ohjaajat antoivat esimerkiksi leipomisen taidon: "Olen superleipuri, teen koko maailmankaikkeuden parhaat kakut... jne." Jokainen nousi lavalle toisen roolihahmon kanssa (jotta välttyttäisiin yksin seisomisen aiheuttamalta lavakammolta) ja esitteli itsensä ja iskulauseensa. Ne, jotka halusivat, tekivät pieniä kohtauksia toisten hahmojen kanssa.

Eräs osallistuja kamppaili huonon itsetunnon kanssa, ja hänen oli todella vaikea keksiä jotain hyvää itsestään. Keskustelimme hänen kanssaan ja yritimme tehdä siitä hänelle mahdollisimman helppoa: hän saattoi tehdä hahmon myös jostain ihailemastaan asiasta. Lopulta osallistuja sai hyvän kokemuksen, hän loi upean hahmon, joka toi iloa kaikille, ja hän näytti säteilevän itseluottamusta lavalla. Harjoituksen jälkeen hän kertoi, että hänellä oli ollut sisäisiä kamppailuja sen kanssa, miksi ei saisi olla oma itsensä ja miten voisi olla oma itsensä. Tämän jälkeen ajattelimme, että tehtävänanto voi olla liian vaativa ihmisille, joilla on itsetunto-ongelmia ja päätimme muuttaa sitä toista ryhmää varten. Seuraavana päivänä tehtiin supersankarihahmo, joka tuo maailmaan jotain hyvää, mitä itse haluaisi maailmassa olevan. Työpajoissa saa käsitellä vaikeita aiheita, mutta emme saa avata haavoja, joiden sulkemiseen meillä ei ole asianmukaisia välineitä. A1-ryhmän hahmot olivat hauskoja ja melko yksinkertaisia, kuten mustekala, joka oli "superhalaaaja" kahdeksalla kädellään.

A2-ryhmässä muuttimme supersankariharjoitusta, ja tällä kertaa osallistujia ohjeistettiin tekemään supersankarihahmoja, joilla oli valta antaa maailmalle mitä tahansa. Tässä ryhmässä yksi osallistuja epärooi aluksi pukeutua uskonnollisista syistä, mutta kun poistimme paineen vakuuttamalla, että hän voi käyttää vain rekvisiittaa, hän löysi lopulta jotain sopivaa, joka sopi hänen vaatteidensa päälle ja sopi hänen hahmoonsa.

Hahmot olivat hyvin innovatiivisia, ja heidän maailmalle antamansa lahjat olivat todella koskettavia, varsinkin kun kaikki näyttivät todella vilpittömästi haluavan toteuttaa ajatuksiaan roolihahmojen avulla. Oli hahmo nimeltä Human, jolla oli veli toisessa maassa, jossa rajat olivat suljettu ja joka halusi poistaa rajat, ja kaikki tämä esitettiin dramaattisessa monologissa. Opettaja antoi tasa-arvoisen koulutuksen kaikille maailmassa. Rauhankuningatar poisti pahat ihmiset

kotimaistaan. Kukkien Valtiatar antoi kevään ja loputtomat kukat. Talvikeiju antoi loistavat talvipäivät ja paljon lunta. Teekannu, sulatti kaikkien sydämet lämmöllään, ja Kauneuden kuningatar, toi kaikille rakkautta ja onnea.

Osallistujat pitivät maisemanvaihdosta Laajasalon opistosta Teatterimuseoon virkistävänä, ja erityisesti pukuhuone oli hauska. Koska olimme erikoistuneet improvisaatiomenetelmiin ja ne tarjosivat eniten vaihtelua normaaliin opiskeluun, ihmiset odottivat innolla niiden käyttöä myös tulevaisuudessa.

## Saksa

Aloitimme toiminnan etsivällä työpajalla, joka pidettiin syksyllä 2021. Osallistujina oli 10 maahanmuuttajanaista eri maista, joista useimmat eivät tunteneet toisiaan.

Alussa esittelimme hankkeen ja työpajan ohjelman, ilmapiiri oli rento, naiset olivat avoimia ja uteliaita. Koska suurimmalla osalla naisista oli lapsia, olimme järjestäneet lastenhoidon omiin tiloihimme, sillä muuten osallistuminen ei olisi ollut heille mahdollista.

Ensimmäiset harjoitteet olivat rentouttavia. Erityisesti "nimi " ja "paikan vaihtaminen katsekontaktin avulla" saivat hyvän vastaanoton. Patsasharjoitteen/pantomiimin aikana huomasimme, että toisin kuin omassa LTTA:n kokemuksissa, tämä ryhmä ei vielä päässyt kovin syvälle harjoitteen maailmaan.

"Etsi sana"-harjoitteessa osallistujien oli helppo löytää sanoja, joilla oli heille henkilökohtainen merkitys. Sanoja, jotka nousivat esille, olivat mm. terveys, perhe, rakkaus ja koti.

Tehtävässä, jossa tehtiin, kollasi otsakkeella ”Jotain minusta”, kaikki osallistujat olivat hyvin sitoutuneita ja kävivät vilkasta keskustelua keskenään. Kun lopputuloksia käytiin läpi, kävi ilmi, että osa naisista oli tulkinut tehtävän hieman eri tavalla kuin oli ajateltu. He olivat valinneet lehdistä aiheita, joista naiset olivat ylipäättään kiinnostuneita kuten urheilu, terveellinen ruoka ja muoti. Sen sijaan, että he olisivat valinneet kuvia, jotka olisivat kertoneet, jotain enemmän heistä itsestään. Kaikki naiset pitivät rentoutusharjoituksista, joita vedettiin harjoitusten välillä.

Koska kaikki naiset eivät olleet ajoissa paikalla ensimmäisenä päivänä, ja kolme osallistujaa ei tullut lainkaan työpajan toisena päivänä, käsitelimme toisen päivän alussa sellaisia asioita kuin kunnioitus ja luotettavuus. Aihe oli meille erityisen tärkeää, koska osa harjoituksista rakentuu toistensa ”päälle”. Aloitimme jälleen lämmittelyharjoituksella (lahjojen vastaanottaminen ja niistä kieltäytyminen), joka edisti selvästi viestintää. Spontaanisti, erään naisen ehdotuksesta, pelattiin "musikaalituoleja", ja kaikki osallistujat olivat riehakkaita ja heillä oli silminnähden hauskaa.

Harjoituksen "Rajojen asettaminen" aikana huomattiin, että jokaisen ympyrä on erikokoinen ja jokaisella oli omat rajansa.

Harjoitteessa "Elämänlinja" kaikki työskentelivät keskittyneesti. Kävi ilmi, että heidän kohtaloissaan oli paljon samankaltaisuuksia sekä hyvässä että pahassa.

Työpajan päätteeksi saatu palaute oli kauttaaltaan myönteistä. Osallistujat kokivat, että toinen päivä oli uuvuttavampi, mutta myös tärkeämpi kuin ensimmäinen. Kaikkien mielestä oli hienoa kommunikoida toisten kanssa saksaksi. Monet naisista eivät ole juuri lainkaan tekemisissä saksalaisten kanssa, joten heillä on kielen käyttöön vain vähän mahdollisuuksia.

## Italia

Ottaen huomioon ryhmämme ominaispiirteet ja sen, että yhtenä ehtona oli, että naiset osallistuvat kaikkiin neljään työpajaan, päätimme luoda polun, jonka pääteemana oli "Työnhaku" ja joka sisälsi eri työpajoissa suunnitellut eri toiminnot.

Aloitimme 13. joulukuuta ja järjestimme yhden kokouksen viikossa (joka maanantai), yhteensä 16 tuntia, ja testasimme IO3:n "Luovat välineet työnhakuun" puitteissa kehitettyjä toimintoja.

Ensimmäisestä tapaamisesta lähtien oli selvää, että meidän oli muutettava kirjallisia tehtäviä, koska osallistujamme eivät pystyisi suorittamaan tehtäviä, jotka edellyttävät kirjoittamista. Sen sijaan, että osallistujat työskentelivät itsenäisesti elämäkertatyöhön ja SWOT-analyysiin liittyvissä tehtävissä, päätimme työskennellä heidän kanssaan kahden kesken. Tämän jälkeen kouluttaja keräsi tiedot, luki ne uudelleen ja antoi palautetta osallistujalle. Tämä auttoi häntä rekonstruoidaan omaa tarinansa ja tunnistamaan omat voimansa, heikkoutensa, riskinsä ja mahdollisuutensa työnhakumatkalla. Kun työskentelytehtävää näin muokkasi, se soveltui täydellisesti myös ihmisille, jotka osasivat vain vähän lukea-, kirjoittaa ja puhua Italiaa.

Osallistujat pitivät kaikista äänenkäyttöön ja videoiden toteuttamiseen liittyvistä harjoitteista, koska niiden avulla oppijat saivat tietoa siitä, miten työhaastattelussa kannattaa käyttäytyä.

## Slovenia

Meillä oli vaikeuksia koota osallistujaryhmää ja pääsimme aloittamaan kartoittavalla työpajalla vasta tammikuussa 2022. Siihen osallistui neljä henkilöä. Yksi kaikkia ryhmän jäseniä yhdistävä tekijä oli puutteellinen Slovenia kielen taito, joten kaikki kirjoitus- ja puheharjoitukset piti mukauttaa osallistujien taitojen mukaan. Tavoitteenamme oli kokeilla mahdollisimman useita erilaisia harjoitteita ja antaa osallistujille mahdollisuus kertoa, mitä he haluavat tehdä.

Aloitimme työpajan esittelyillä. Me esittelimme itsemme ja osallistujat yrittivät esitellä itsensä ja kertoa itsestään asioita Slovenian kielellä. Keskustelimme tulevasta ohjelmasta ja pyysimme heitä osallistumaan mahdollisimman aktiivisesti. Työpajojen säännöistä keskusteltiin ja kaikki antoivat

omia ehdotuksiaan säännöiksi. Erityistä huomiota kiinnitettiin ilmaisun ja osallistumisen turvallisuuteen, joka oli osallistujille hyvin tärkeää.

Tämän jälkeen teimme ”Taikasaippualla”, ”Nimipelillä” ja ”Positiivinen katse” harjoitteet. Ne tuntuivat sopivat ryhmän osallistujille ja saivat hyvän vastaanoton. Aluksi he kokivat olonsa vähän epävarmaksi ja ujoksi, koska he eivät koskaan aikaisemmin olleet tehneet mitään tämän kaltaisia tehtäviä. Tunteet olivat kuitenkin positiivisia.

Kaikki harjoitteet, jotka liittyivät kehon käyttämiseen tunteiden ilmaisuun ja ympäristön aistimiseen tuntuivat ryhmän jäsenistä hauskoilta ja mielekkäiltä. ”Patsastekniikka” sai aikaan monia vitsikkaita tilanteita ja naurua. Sensing- ja kuunteluharjoituksilla oli kaivattu rauhoittava vaikutus osallistujiin, joilla oli hyvin paljon stressiä ja traumoja sisällään. Tämän vuoksi pidimme rentoutus- ja hengitysharjoituksia jokaisen istunton lopussa.

Myös tehtävästä ”Jotakin minusta” pidettiin, koska siinä sai kertoa jotakin merkityksellistä itsestä. Yksi osallistujista näytti kuollutta kukkaa kuvaamaan sitä tunnetta, mikä hänellä juuri sillä hetkellä oli. Toinen kuva oli kauniisti kukkivasta kukkasesta, joka oli kuva siitä, joksi hän toivoisi taas tulevansa.

Hyviä harjoitteita olivat myös ”Rauhoittuminen”, ”Voimaannuttaminen” ja ”Positiivinen katse” sekä ”Rajojen asettaminen”. Tärkein havainto oli, että osallistujat nauttivat harjoitteiden tekemisestä, koska he antoivat heille mahdollisuuden olla läheisessä yhteydessä itseensä ja ihmisiin, jotka jakoivat samankaltaisia elämänkohtaloita. He sanoivat usein myös, että he nauttivat näiden toimintojen tekemisestä, koska ne poikkesivat niin paljon heidän tavanomaisista toistuvista päivittäisistä rutiineistaan, jolloin heidän oli aina noudatettava samoja sääntöjä, menettelytapoja ja päivät ovat samankaltaisia.

Osallistujien palaute oli erittäin myönteistä. He kiittelivät työpajaa ja **Creative Fem Power** -konseptia, koska se antoi heille mahdollisuuden tehdä jotain uutta ja erilaista ja olla samalla oma itsensä. He tulivat mielellään lauantaisin pidettyihin istuntoihin, koska viikolla heillä oli paljon muita velvollisuuksia ja toimintaa. Heistä oli todella hyvä, että heille tarjottiin mahdollisuus tutkia ajatuksiaan ja tunteitaan ja jakaa niitä ryhmän kesken. Tämä oli yhteinen teema koko työpajojen ajan.

## 5.2 Kielen oppimisen työpaja

### Suomi

Jaoimme työskentelytunnit kahden eri kielitason ryhmän kesken, jolloin kummallekin ryhmälle tuli oli yksi kahdeksan tunnin mittainen työpäivä eli yhteensä 16 tuntia

A1-ryhmä oli päivän alussa todella väsynyt ja hiljainen. Aloitimme keskustella äänistä, jotka kuuluivat tilan ulkopuolelta. Se johti siihen, että aloimme puhua siitä, miten eri eläimet onomatopoeettisesti äänitelevät suomeksi ja verrattiin siihen, miten ne äänitelevät osallistujien äidinkielillä. Harjoitteesta pidettiin niin paljon, että päätimme tehdä saman improvisoidun harjoituksen A2-ryhmän kanssa seuraavana päivänä.

Äänenavausharjoituksia tehtiin vokaaleilla ja toistimme sanoja, ja liioittelimme niiden lausumista. Jatkoimme sanaharjoituksia, joissa toistettiin r-kirjainta tyyliin "ärrän tärrän tärisee" auttaaksemme vahvan suomalaisen r-kirjaimen ääntämisessä ja kurkunpään rentoutumisessa.

Tämän jälkeen teimme harjoituksen, jossa sekä ääni että liike kasvoivat. Seisottiin piirissä, yksi henkilö aloittaa sanomalla sanan ja tekemällä liikkeen, ja seuraava henkilö toistaa sanan ja liikkeen, mutta liioittelee sitä jne. kunnes sitä ei voi enää tehdä suuremmaksi.

Onomatopoeettisten ääniteiden läpikäyminen oli A1 kieliryhmälle palkitsevaa, sillä he pystyivät arvaamaan ja päättelemään oikeat vastaukset. Äänen avaamiseen liittyvät harjoitukset eivät ainoastaan avanneet heidän ääntään, vaan auttoivat myös ääntämisen harjoittelussa. Se oli osallistujille rentouttavaa ja hauskaa, ja he alkoivat leikkiä zombeja toistellessaan vokaaleja.

Tämä harjoitus johti melko luonnollisesti työnhakutyöpajojen "Naukuva kissa" -harjoituksiin. Tämä oli erityisen hauskaa A1-ryhmälle, koska he saattoivat hetken aikaa keskittyä sanojen sijasta vain ilmaisuun. Matkimalla oppiminen auttaa niitä, jotka ovat havaittavaltaan enemmän kinesteettisesti.

Seuraavaharjoite oli "Kysymyksiä minusta". Esitimme yksinkertaisia kysymyksiä: Mikä on lempivärisi, lempieläimesi jne. Yksinkertaisetkin kysymykset toivat esiin syvällisempiä vastauksia, kuten lempiväri sininen, joka muistutti heitä kotimaansa taivaasta ja siitä, miten taivaan sini siellä oli erilainen kuin Suomessa. Kun oli herätelty ajatuksia itsestä ja omista kokemuksista alettiin kirjoittaa kirjeitä itselle. Kirjeen annettiin takaisin kevätjuhlan yhteydessä. A1-ryhmässä jotkut luulivat aluksi, että kirje kirjoitetaan opettajalle, mutta tarkemman selityksen jälkeen asia selvisi ja kaikki ymmärsivät, että kirje oli heille itselleen. Tämän lisäksi A2-ryhmän kanssa ehdittiin käydä läpi suomalaisia sananlaskuja Karoliina Korhosen sarjakuvien kautta.

Molempien ryhmien kanssa teimme "Patsas tekniikka" -harjoituksia. Toteutimme yhdessä patsaan ajatuksesta nimeltä "Minä olen puu". Se lähtee siitä, että ensimmäinen osallistuja asettuu keskelle tilaa, sellaisen puun asentoon kuin haluaa ja sanoo: "Minä olen puu." ja jää paikoilleen. Seuraava osallistuja voi sanoa olevansa orava puun juurella ja kyykistyy orava-asentoon. Joku voi olla tuuli puun lehdillä. Metsuri voi yrittää kaataa puun ja ympäristönsuojelija yrittää pysäyttää hänet... jne.

Puuharjoitteen jälkeen vaihdoimme aiheeksi ensin positiivisen ja sitten negatiivisen Suomen. Positiivisia asioita ja ilmentymiä olivat täsmällisyys, turvallisuus, vapaus, kiitollisuus, mahdollisuudet, vihreys, ystävällisyys, terveys, sosiaalisuus, kauneus ja auringonvalo kesällä. Negatiivisia asioita patsaissa olivat pimeys, yksinäisyys, verot, monikon partitiivi, naapurit, jotka eivät puhu, rasismi, kylmyys, liukas maa, kaukana kotimaasta oleminen, masennus, se, ettei ole suomalaisia ystäviä, korkeat hinnat ja vuokrat, jonot julkisessa terveydenhuollossa.

Kun patsaat oli muodostettu, keskustelimme esiin tulleista asioista ja löysimme lisää positiivisista asioita, joita ei vielä ollut patsaassa mukana kuten: tasa-arvo, yleinen hyvinvointi, lumi, julkinen liikenne, liikuntamahdollisuudet, hidas elämä ja rauha.

## Saksa

Ryhmässä oli kymmen osallistujaa, joista kaikki eivät olleet läsnä ensimmäisessä työpajassa. Koska tässä työpajassa oli tarkoitus keskittyä nimenomaan kieleen ja uusien sanojen oppimiseen, jokaiselle naiselle annettiin sanastovihko, johon hän sai kirjata uusia sanoja ja käsitteitä. Ne osallistujat, jotka olivat jo osallistuneet ensimmäiseen työpajaan, kertoivat, mitä niissä oli tapahtunut toisille.

Harjoituksissa pyrittiin keskittymään kielen käyttöön. Tunnelman rentouttamiseksi tehtiin "Pakkaan matkalaukkuni" -sanaketju. Tämä kuitenkin vaatii paljon keskittymistä, koska osallistujien oli muodostettava kokonaisia lauseita, joihin joskus hiipii virheitä. Tuntui, että joidenkin osallistujien piti kääntää sanat ensin päässään ja sanoja oli vaikea löytää spontaanisti.

Myös tällä kertaa kaikki pitivät rentoutusharjoituksesta.

Lounastauon jälkeen paneuduimme pienten esitysten tekemiseen. Osallistuja muodostivat muutaman ryhmän ja saivat hiukan aikaa kirjoittaa käsikirjoituksen. Kaikki osallistujat olivat innostuneita tehtävästä. Esityksien aikana oli aistittavissa ilo, vaikka kenelläkään naisista ei ollut aiempaa kokemusta näyttelemisestä.

Eriyisen keskittyneitä osallistuja olivat kirjoittaessaan "Kirjettä itselleni", johon piti kirjoittaa, missä haluat olla kuuden kuukauden kuluttua, ja mitä haluat saavuttaa siihen mennessä.

Lopuksi pelasimme sanaleikkiä piirissä Taboo -peliä. Siinä naiset joutuivat käyttämään eri sanoja kuin mihin olivat tottuneet, mutta kaikki onnistuivat selittämään sanat.

Tämä työpäivä oli meidän kaikkien mielestä paljon aktiivisempi ja osittain hauskempi kuin ensimmäinen. Naiset oppivat uusia sanoja, nauttivat saksan kielen käyttämisestä ja yllättyivät osittain itsekkin omasta sanavarastostaan. Tuntui, että naiset olivat lähentyneet toisiaan.

Luotettavuuteen, täsmällisyyteen ja kunnioittavaan käytökseen liittyvistä aiheista ei tarvinnut enää tässä työpajassa keskustella yhtä paljon kuin aikaisemmissa.

## Slovenia

Tämä työpaja toteutettiin saman osallistujaryhmän kanssa kuin kartoittava työpaja. Kaksi uutta maahanmuuttajanaista tuli mukaan toimintaa, mutta he eivät jatkaneet loppuun asti.

Koska kaikkien sloveenin kielen taito oli melko heikko, mukautimme toimintaa sopivaksi heidän kielitaitoonsa sopivalle tasolle. Keskityimme kehittämään heidän sanavarastoaan ja opetimme sananlaskuja. Pyrimme motivoimaan heitä opiskelemaan sloveenin kieltä, joka voi olla hiukan vaikeaa, koska kielioppi on monimutkaista.

Esittelimme työpajat, jotta osallistujat huomaisivat, että he voivat aivan hyvin osallistua pajaan, vaikka kielitaito ei ollut hyvä. Tässä he saivat tilaisuuden kertoa siitä, mikä esti heitä puhumasta sloveenin kieltä. Useimmat osallistujat sanoivat, että sitä on vaikea oppia ja että he eivät uskaltaneet käyttää sitä tosielämän tilanteissa. Yksi osallistujista ei ollut puhunut sanaakaan sloveenia sen jälkeen, kun hän oli saapunut maahan, vaikka hän oli käynyt kurseilla. Hän sanoi, sen johtuvan hänen suuresta puhepelostaan sekä huonosta itsetunnon ja oppimistaitojen puutteesta. Hän ei ollut koskaan aikaisemmin saanut osallistua minkäänlaiseen koulutukseen.

“Sanojen etsiminen” oli kaikille hauskaa puuhaa. Jotkut huomasivat, että he olivat saattaneet valita tarinaansa sellaisia sanoja, jotka merkitsivät aivan jotain muuta kuin he olivat luulleet. Harjoite oli osallistujille juuri sopiva, koska se antoi mahdollisuuden olla luovia, improvisoida vaikka sanavarasto ei ollut hyvä ja jäsentää ajatuksiaan niin, että ne pystytiin ilmaista sloveeniksi. Kaikki eivät pystyneet kertomaan pitkiä tarinoita itsestään, mutta harjoitus oli kuitenkin tärkeä oppimiskokemus kaikille.

Osallistujamme eivät pystyneet kirjoittamaan varsinaista **kirjettä itselleen**. Teimme harjoituksen yhdistelmänä puhuttuja sanoja ja heidän tulevaisuuteensa liittyvien avainsanojen kirjoittamista. Yleisimpiä olivat sanat "onnellisuus", "työ" ja "kotiinpaluu".

“Roolileikki” oli helppo toteuttaa. Simuloimme erilaisia arkipäivän tilanteita, kuten lääkärissä käyntiä tai ruoan ostamista torilta. Osallistujat valitsivat tilanteet itse. Aluksi opettelimme joitakin yleisiä sanoja ja lauseita, jotka ovat hyödyllisiä tavallisimmissa arkisissa tilanteissa. Osallistujat pitivät tästä harjoitteesta. Siitä oli heille hyötyä, koska he oppivat käyttämään kieltä oikeissa tilanteissa.

“Sanapalapeli” oli toinen mielenkiintoinen harjoite. Osallistujat käyttivät erilaisia sanomalehtiä ja painettuja tekstejä löytääkseen kuvia ja sanoja tarinaansa. Tehtävässä he saivat jälleen olla luovia. Julisteiden aiheet vaihtelivat ruoanlaittoresepteistä ajankohtaisiin sosiaalipoliittisiin aiheisiin.

“Toiminta” oli ehkä hauskinda kaikista tämän työpajan toiminnoista. Osallistujat saivat käyttää kieltä ja eleitä selittääkseen mielessään olevan sanan muille. Se, että heillä ei ollut suurta sanavarastoa, kannusti heitä jälleen olemaan luovia ja tehokkaita esityksissään. Pienet virheet olivat yleisiä ja hauskoja.

Osallistujat olivat hyvin tietoisia siitä, että olisi hyvä osata uuden kotimaan kieltä. Heidän palautteensa tästä työpajasta oli todella myönteinen. He ehdottivat myös, että tulevaisuudessa järjestettäisiin enemmän tämän tyyppistä kielen opiskelua.

## 5.3 Työnhakutyöpaja

### Suomi

Tunnit jaettiin jälleen kerran kahden ryhmän kesken. Teimme samoin, kuin kielen opiskelupajojen kanssa: molemmilla ryhmillä oli yksi 8 tunnin päivä, yhteensä 16 tuntia.

Koska ryhmässämme oli kokki ja koska ruoanlaittoa oli ehdotettu jo ensimmäisessä yhteisessä tapaamisessamme, päätimme rakentaa päivän Kaapelitehtaan keittiössä tapahtuvan ruoanlaiton ympärille. Keittiö sijaitsee samassa rakennuksessa kuin Teatterimuseo. Yhdessä kokkaaminen ja syöminen olivat kaikille mieluisia, ja suurin osa päivästä vietettiin juhlatunnelmissa, ikään kuin kotibileissä. A2-ryhmässä meillä oli jopa tanssinopettaja, joka antoi meille improvisoituja tanssitunteja. Poikkesimme melko paljon suunnitelluista toiminnoista, koska ruoanlaitto ja syöminen veivät niin paljon aikaa, mutta useimmat keskustelut päättyivät luonnollisesti samankaltaisiin aiheisiin, joista olimme ajatelleet keskustella - puhuimme ihmisten menneisyydestä heidän kotimaassaan, siitä, miten he päätyivät tänne, ja tulevaisuuden suunnitelmista.

Aloitimme päivät kevyillä lämmittelyharjoituksilla, jotka olivat useimmille osallistujille tuttuja ("Läpsy kiertää ringissä" ja "Kani Kani Kani"). Sen jälkeen teimme SWOT-analyysin, sekä joitakin roolipeliharjoituksia erilaisia työtilanteita ja työhaastatteluja varten. Tämä johti moniin keskusteluihin työmarkkinoista ja vaikeuksista, joita korkeakoulutetut, mutta suomen kielen taitoa vailla olevat ihmiset kohtaavat, ja näitä keskusteluja jatkui koko päivän ajan.

Aamuharjoitusten jälkeen kävimme läpi ruokalistaa ja reseptejä sekä muuta yleistä ruoanlaittoon liittyvää sanastoa. Jakauduimme kolmeen ryhmään (alkukeitto, pääruoka ja jälkiruoka), ja yksi ohjaaja johti kutakin ryhmää. Näin ujoimmilla osallistujilla oli aikaa harjoitella keskustelutaitojaan suomen kielellä.

Ruoanvalmistuksen aikana puhuttiin kaikkien perheistä sekä Suomessa että kotimaassa ja ruokakulttuurien ja käytettyjen raaka-aineiden eroista ja yhtäläisyyksistä, kuten siitä, miten perinteisesti suomalaiset yrtit ja mausteet kuivataan pitkän talven vuoksi. Olimme etukäteen pyytäneet kaikkia miettimään jotain todella perinteistä ruokaa tai ainesosaa omassa maassaan, ja koska osallistajat olivat eri puolilta maailmaa, kaikki todella tutustuivat hedelmiin ja mausteisiin, joista he eivät olleet koskaan aiemmin kuulleet.

Olimme myös pyytäneet osallistujia miettimään suosikkimusiikkiaan sekä Suomesta että kotimaastaan. Ruoanlaiton aikana kuuntelimme suomalaista musiikkia ja kaikki saivat kertoa omista suosikeistaan. Puhuimme siitä, että kun laulaa, kuuntelee tai lukee laulujen sanoja oppii helposti ja hauskesti kieltä. jotkut pitävät sanojen lukemista kappaleita laulaminen on harrastus, jonka kautta voi oppia kieltä. Ruokailun aikana kuuntelimme kaikkien suosikkimusiikkia heidän



kotimaastaan ja pyysimme heitä kertomaan, mistä sanoitukset kertovat. Oli hauska huomata, miten musiikki on universaali kieli ja useimmiten laulun aiheen saattoi melkein päätellä ennen kuin se selitettiin.

Ateria-aika oli hyvin rento, ja osallistujien kanssa käytiin enemmän kahdenkeskisiä keskusteluja. Ryhmämme kokki kertoi meille suunnitelmistaan avata oma ravintola kieliohjelmajensa päätyttyä. Oman koulutus- ja ammattitaustamme vuoksi pystyimme antamaan todella käytännönläheisiä uraneuvoja osallistujille, joilla oli tutkinto konservoinnin ja elokuvaohjauksen alalta.

Molemmilla ryhmillämme oli päivän päätteeksi hyvin sydäntä lämmittävät jäähyväiset, sillä olimme nähneet toisemme yhtenä päivänä viikossa neljän viikon ajan (+ tutustuminen zoomin kautta). Jotkut olivat niin tottuneet tapaamisiimme, että he eivät olleet tajunneet, että olisimme tauolla ennen kuin Vahvistavat -työpajat keväällä jatkuisivat, tämä johti melkein kyyneliin. Työpajan jälkeen saimme paljon positiivista palautetta siitä, että olimme jakautuneet pienempiin ryhmiin, mikä antoi ihmisille mahdollisuuden käydä enemmän kahdenkeskisiä keskusteluja äidinkielenään suomea puhuvien kanssa. Monet mainitsivat, miten hauskaa oli leikkiä taas; sai tuntoa itsensä taas lapseksi.

## Saksa

Tämä oli meidän kolmas työpajamme. Toisin kuin aikaisemmissa tapaamisissa kaikki osallistujat olivat tuttuja toisilleen, eikä esittelyä tarvittu.

Aloitimme harjoituksella "Taikasauva", jossa osallistujat voivat esittää toiveen. Koska työpaja järjestettiin vain päivä Ukrainan sodan alkamisen jälkeen, toivottiin tietenkin paljon rauhaa ja turvallisuutta.

Suuri osa suunnitellusta ajasta käytettiin harjoitukseen "Omaelämäkerrallinen matka", joka oli jaettu kolmeen osaan. Ensin käsiteltiin aikaa ennen uuteen maahan saapumista, matkaa ja sitten aikaa sen jälkeen. Tehtävä vaati melko paljon selittämistä ennen kuin se ymmärrettiin. Oli hyvin henkilökohtaista esitellä omaa elämäänsä, joten tunnelmasta tuli kunnioittava ja rauhallinen.

Toinen harjoitus oli "Swot-analyysi", jossa naiset kertoivat vahvuuksistaan ja heikkouksistaan. Erityisesti selvitettiin ja keskusteltiin kovien taitojen ja pehmeiden taitojen erojasta.

Osallistujat kirjoittivat ansioluettelonsa. Sen jälkeen he esittelivät sen suullisesti valitsemaalleen parille. Se oli harjoite sitä varten, että he esittävät saman asian kameran edessä ja lisäksi kertoivat uratoiveistaan. Kun kaikki videot oli saatu valmiiksi, ryhmä palasi yhteen videot/ansioluettelot katsottiin yhdessä.

Ilmapiiri oli hyvin iloinen ja rento. Se, että he näkivät toisensa valkokankaalla, jossa he puhuivat uratoiveistaan ja olivat huomion keskipisteenä, oli useimmille naisille epätavallista. Siitä huolimatta kaikki osallistujat suostuivat näyttämään videon kaikille.

## Italia

Työnhakutyöpajan ideoinnissa otettiin huomioon, miten maahanmuuttajanaiset joutuvat elämään täysin uudessa kulttuurissa, jonka kieltä, kulttuurisia tapoja ja sosiaalisia rooleja he eivät tunne. Vaikka he olisivat opiskelleet ja työskennelleet kotimaassaan ja ehkä olleet tärkeissä ammatillisissa tehtävissä, he usein menettävät tietoisuutensa omista taidoistaan, tiedoistaan ja lahjoistaan, kun he joutuvat uppoutumaan vastaanottavan maan kulttuuriin.

Työmarkkinoille pääsyn helpottamiseksi katsoimme, että elämäkerrallinen työ on sopivin lähestymistapa. Työpajan päätavoitteena oli saattaa osallistujat itseluottamuksen matkalle, jotta he tiedostaisivat (tai olisivat tietoisempia) omista vahvuuksistaan, heikkouksistaan, tiedoistaan ja kyvyistään luovan elämäkertatyöskentelyn menetelmän avulla. Osallistujien lopullisena tarkoituksena on käyttää tätä saavutettua ymmärtämystä itsestään oman henkilökohtaisen työnhakustrategiansa suunnittelussa.

Elämäkerrallinen työ on melko tunnettu aihe monille, mutta Creative Fem power -hankkeen innovatiivinen elementti on saada maahanmuuttajanaiset työstämään elämäkertansa luovien välineiden avulla, esimerkiksi videoiden avulla, joissa päähenkilöinä ovat maahanmuuttajanaiset itse.

Naiset kertoivat elämästään ennen siirtolaisuutta, sen aikana ja sen jälkeen. He kuvailivat sekä virallisia että epävirallisia koulutuskokemuksiaan, työkokemuksiaan ja siirtolaisuuden aikana oppimiaan taitoja.

Taitojen tunnistaminen tarkoittaa myös sitä, että ihminen osaa tuoda ne esiin työhaastattelussa. Se lisää heidän mahdollisuuksiaan saada kykyjään ja lahjojaan vastaava työpaikka.

"Luovia työkaluja työnhakuun" kesti 15 tuntia, ja se oli jaettu 20 opetuskokonaisuuteen, joista kukin kesti 45 minuuttia. Kohderyhmänä olivat maahanmuuttajanaiset ja erityisesti työikäiset maahanmuuttajanaiset.

Toiminta toteutettiin osittain ryhmänä ja osittain yksilöllisesti. Hankkeen ja kurssin tavoitteet esiteltiin. Työpajan ensimmäisessä vaiheessa järjestettiin ryhmätoimintaa, jonka tarkoituksena oli tuoda esiin kunkin osallistujan osaaminen, kyvyt ja lahjat. Sen aikaansamiseksi käytettiin harjoitteita aikajanat, roolileikit, teatterityöskentely, äänimateriaalit ja äänitteet (esim. lavastusta ja äänen käyttöä varten).

Yksilöllisessä työvaiheessa, jokaiselle osallistujalle laadittiin videokäsikirjoitus hänen henkilökohtaisesta historiastaan ja siitä tehtiin hänen mainoksensa. Tämä kuvattiin kouluttajien tuella.

Toisessa vaiheessa simuloitiin työhaastattelua, jossa kouluttaja oli työnantajan roolissa. Hän esitti osallistujille suoria ja vaikeitakin kysymyksiä asettaakseen osallistuja ymmärtämään, miten hankaliin tilanteisiin voi joutua ja miten sellaisista tilanteesta voi selviytyä.

Kun videot oli nauhoitettu, ne katsottiin yhdessä. Sen jälkeen kerättiin palautetta osallistujilta.

Jokainen osallistuja pysty hahmottamaan oman polkunsä: lähtö kotimaasta, muuttomatka ja mitä he kokevat nyt uudessa isäntämaassaan. Oli tärkeää, että videot katsottiin suojatussa ympäristössä, koska niissä oli mukana vaikeita asioita, joita ei välttämättä halua kaikille näyttää.

Toiminnan päätteeksi kaikki työpajan aikana esiin tulleet taidot ja kokemukset kirjattiin profiiliin, joka luotiin kaikille osallistujalle verkkolomakkeeseen, joka oli todistus työpajan aikana hankituista taidoista. Osallistujat pystyvät laatimaan oman ansioluettelonsa ja käyttämään sitä konkreettisesti työnhaussa.

## Slovenia

Maahanmuuttajat halusivat kovasti löytää töitä. Vain vastaanottavan maan kielen oppimista pidetään tärkeämpänä. Osallistujat vahvistivat tämän myös tämän työpajan aikana.

Mieleenpainuvimpia harjoitteita olivat SWOT-analyysi ja "Elämäkerta harjoite". Kaikille naisille, paitsi osallistujalle nro 1, tämä oli ensimmäinen kerta, kun he tekivät SWOT analyysin eli pohtivat vahvuuksiaan, heikkouksiaan, uhkia ja mahdollisuuksiaan jäsennellysti. He oppivat myös pehmeiden ja kovien taitojen välisiä eroja ja merkityksestä.

Ilmeni, että he kokivat, että maahanmuuttajatausta vaikeutti heidän mahdollisuuksiinsa saada työpaikka. Heidän mielestään, että Slovenian järjestelmä ja työmarkkinakäytännöt ovat vaikeasti selvitettävissä ja aiheuttavat lisäesteitä työnhakuun. Ajattelutapa vaikutti heidän motivaatioonsa kielteisesti. Heidän oli myös vaikea tuoda esiin vahvuuksiaan ja mahdollisuuksiaan, joka johtui heidän vaatimattomuudestaan ja kyvyttömyydestään tunnistaa omia vahvuuksiaan ja kykyjään. He kaikki olivat yhtä mieltä siitä, että he olivat valmiita tekemään kovasti töitä, jos heille annettaisiin mahdollisuus. He toivat esiin myös monia ryhmän muiden jäsenten myönteisiä luonteenpiirteitä, kuten ystävällisyyden, luotettavuuden ja halun auttaa muita.

Elinkaariharjoitus oli varsin dramaattinen, koska esiin nousi paljon surullisia muistoja. Etenkin osallistujat nro. 1 ja 2 - ryhmän vanhimmat jäsenet - katuivat suuresti sitä, että he olivat jättäneet elämänsä Iranissa. Muistot koskettivat erityisesti osallistujaa nro 2, koska hänestä tuntui, että hän voisi saavuttaa paljon enemmän itselleen ja lapsilleen, jos hän saisi oikeudenmukaisen mahdollisuuden elämässä. Harjoitus oli hyvin tunteikas kaikille.

Kokonaisuutena työpäivä oli onnistunut, koska se antoi naisille mahdollisuuden pohtia elämäntavoitteitaan ja tarpeitaan. Erityisesti osallistujat nro. 3 ja nro. 4 - ryhmän nuorimmat - joutuivat ensimmäistä kertaa miettimään ja keskustelemaan työllistymistavoitteistaan. Osallistuja nro 4 oli jo jonkin aikaa halunnut löytää työpaikan, mutta suhtautui siihen hyvin passiivisesti. Pian työpajasarjamme päättymisen jälkeen hän löysi osa-aikatyön, ja uskomme, että tämä työpaja vaikutti osaltaan hänen motivaatioonsa ja päättäväisyyteensä löytää työtä.

## 5.4 Affirmatiivinen (vahvistava) työpaja

### Suomi

Koska nämä olivat viimeiset työpäiviämme ja halusimme painottaa aikaisemmin tehdyn vahvistamista, päätimme pitää molemmille ryhmille kaksi viiden tunnin päivää, 10 tuntia kummallekin ja yhteensä 20 tuntia. Teimme suunnitelmiin paljon muutoksia, koska olimme toimineet ryhmien kanssa pitkään ja tiesimme, millaista ohjelmaa he toivoivat ja mitä he odottivat meiltä. Jotakin muutoksia tehtiin paikan päällä, koska ryhmät olivat pienempiä kuin mitä olimme ajatelleet työpajoja suunnitellessamme.

Ensimmäiset päivämme työskentelimme Teatterimuseossa. Työpajaviikolla oli juhlapyyhiä ja lastenhoitajien lakko, minkä vuoksi monet eivät päässeet paikalla. A1-ryhmästä osallistujia oli 3 ja A2-ryhmästä 5.

A1-ryhmän kanssa aloitimme improvisaatioharjoitteilla, joiden aikana monet yksittäiset sanat herättivät kysymyksiä osallistujissa. Koska ryhmä oli pieni, heidän oli ilmeisesti helpompi esittää kysymyksiä, jotka he olisivat isommassa ryhmässä saattaneet jättää kysymättä. Päädyimme puhumaan suomen kieliopin kummallisuuksista ja murteiden eroista, kulttuurien vertailusta, samankaltaisista perinteisistä juomista, joita tehdään eri maissa, ja suomalaisista kummallisuuksista, kuten saunasta ja pakkomielteestä ämpäreihin.

A2-ryhmässä tiesimme, että yksi henkilö oli tulossa myöhässä, joten odotellessa aloitimme keskustelun siitä: ”Miten sinulla menee?” Tämä johti keskusteluun siitä, että miten kukakin saa yhteyksiä suomalaisiin ihmisiin. Joillakin niitä oli paljon (poikaystävä, omat vanhemmat, aviomies, harrastukset, treffeillä käyminen), kun taas joillakin oli suuria vaikeuksia saada kontaktia kantasuomalaisiin.

Joidenkin, joiden mielestä yhteyksien solmiminen oli helppoa, ja oli vaikea ymmärtää, miksi ei olisi. Keskustelimme siitä, miten monet asiat lapsuudessa ja myöhemmät kokemukset voivat vaikuttaa avoimuuteen. Eräs henkilö, joka oli tullut Suomeen teini-ikäisenä pakolaiskriisin ja sen aikana käytyjen kiivaiden keskustelujen aikaan, ja muutti sittemmin pienempään kaupunkiin, jossa ei ollut paljon maahanmuuttajataustaisia ihmisiä. Hän joutui kokemaan paljon ennakkoluuloja ja hyljeksintää jo nuorena. Nythän Suomessa on paljon enemmän maahanmuuttajia kuin 7 vuotta sitten, eikä ole niin outoa olla jostain muualta kotoisin. Joten muutama vuosi sitten Helsinkiin muuttaneella henkilöllä oli lähes pelkästään positiivisia kokemuksia.

Puhuimme siitä, mistä resilienssi rakentuu ja miten suhtautumisen muuttaminen vastoinkäymisiin ei onnistu yhdellä päätöksellä, vaan se on hidas prosessi, joka vaatii positiivista vahvistusta. Keskustelujen jälkeen siirryimme improvisaatioharjoituksiin, mutta pian sen jälkeen meillä oli

toinen ryhmäterapiaistunto Ukrainan tilanteeseen liittyen. Käytännössä vietimme aamupäivän tunnit varmistamalla, että kaikkien tunteet oli kuultu ja otettu huomioon.

Ensimmäisten päivien iltapäivät omistettiin runoudelle ja näytelmien tekemiselle. Molempien ryhmien kanssa teimme runorimpsun, jossa yksi henkilö kirjoitti lauseen ja seuraavan lauseen ensimmäisen sanan ja toinen henkilö täydensi lauseen ja antoi seuraavan lauseen ensimmäisen sanan. Runoilijat saivat lukea runonsa ääneen lavalla.

Teimme runoja myös ryhmätyönä niin, että jokainen sanoi vuorotellen yhden sanan tai lauseen kerrallaan. Tämä leikkimielinen tapa tehdä runoja oli loistava myös niille, jotka eivät ole varsinaisesti kiinnostuneita runoudesta. Korostimme sitä, että kielen kanssa voi leikkiä ja että ajatuksia voi välittää myös ilman täydellistä kielioppia, mikä on hyvin vapauttavaa, koska suomen kieli on melkoinen kielioppihirviö. Runojen tekeminen yhdessä poistaa myös paineet "täydellisen rivin keksimisestä". Jopa hyvin yksinkertaisen lauseen merkitys voi muuttua täysin sen jälkeen tulevan lauseen myötä. Päivän päätteeksi teimme pieniä näytelmiä näyttämöä ja pukuhuonetta hyödyntäen. Koska A1 oli pienempi ryhmä, meillä oli ylimääräistä aikaa, jonka käytimme Hotelli- ja ravintolamuseon kiertämiseen ja jatkoimme aamupäivän keskusteluja kulttuurista, juomista ja ruoasta.

A1-ryhmä piti kovasti pienemmästä ryhmästä ja sen mahdollistamista keskustelujen määrästä. A2-ryhmällä oli ristiriitaisia tunteita: vaikka he olivat samaa mieltä siitä, että pieni ryhmä mahdollisti todella intiimit keskustelut, he kokivat, että isommassa ryhmässä sai enemmän energiaa.

Työpajan toiset päivät vietimme Laajasalon opistossa, ja päätapahtuma oli nuotion teko opiston grilliin ja hyvin perinteinen suomalainen grillijuhla makkaroiden kera.

Koska edellisenä työpajapäivänä käsitelimme useita vaikeita aiheita, aloitimme uuden päivän kevyesti perinteisillä suomalaisilla lasten ulkoleikeillä, kuten "Peili" (samanlainen kuin "Punainen valo, vihreä valo"). Sen jälkeen siirryimme sisäleikkiin "Laiva on lastattu", jossa pitää keksiä erilaisia kirjaimella alkavia asioita, joita laivassa voisi olla. Tämä oli hyvää sanavaraston laajentamiseen ja myös suomen kieliopin harjoitteluun adessiivien kera. Kävimme keskusteluja vertailemalla suomalaisia lastenleikkejä ja huomasimme, että suomalaiset sanaleikit olivat melko erilaisia verrattuna muiden maiden peleihin.

Koska ryhmät olivat normaalia pienempiä, päätimme tehdä jälleen yhteisiä runoja. Tällä kertaa jatkoimme harjoitusta, ja runojen jälkeen siirryimme kokonasiin tarinoihin ja sitten tarinoiden esittämiseen siten, että kaksi ihmistä lisäsi tarinaa ja muut näyttelivät sitä kerrottaessa.

Tämän jälkeen ryhmällä A1 oli valokuvaustehtävä, joka tuotti hyvin vaihtelevia reaktioita. Muutamit ihmiset olivat todella innoissaan ja ottivat useita kuvia, jotka he halusivat jakaa, mutta useimmat ottivat vain nopean kuvan jostain satunnaisesta asiasta ja vaikuttivat melko välinpitämättömiltä.

Tämä johtui luultavasti siitä, että tehtävä oli soolotehtävä. Osallistujat olivat tottuneet tekemään asioita yhdessä ja odottivat meidän jatkavan sitä. Tämän vuoksi jätimme tehtävän pois ryhmästä A2. Sen sijaan annoimme heille heidän itselleen muutama kuukausi sitten kirjoittamansa kirjeet, ja kun he olivat lukeneet ne, pyysimme heitä kirjoittamaan toisen kirjeen, mutta sellaisen, johon he

voisivat kirjoittaa asioita ja tunteita, jotka he haluaisivat jättää taakseen ja päästää irti. Kirjeiden kirjoittamisen jälkeen poltimme ne grillikatoksessa.

Loppupäivä vietettiin nuotion äärellä. Moni koki suomalaisen makkaran grillausperinteen ensimmäistä kertaa ja oli siitä iloinen. Jäimme istumaan nuotion ääreen vielä hetkeksi sen jälkeen, kun olimme lopettaneet "virallisen" osuuden, ja jotkut osallistujat, jotka eivät päässeet paikalle aiemmin koulukokeiden ja työhaastattelujen takia, tulivat kiittämään. Ihmiset tulivat hyvin tunteikkaiksi ja toivoivat, että tästä tulisi säännöllinen osa suomen kielen opinto-ohjelmaa.

## Slovenia

Tämä työpaja toteutettiin saman osallistujaryhmän kanssa kuin kartoittava työpaja. Kaksi uutta maahanmuuttajanaista liittyi seuraamme toiminnan aikana, mutta he eivät jääneet loppuun asti.

Koska heidän sloveenin kielen taitonsa oli melko heikko, mukautimme toimintaa heidän tasolleen ja keskityimme kehittämään heidän sanavarastoaan, oppimaan yleisiä fraaseja ja lisäämään heidän motivaatiotaan jatkaa sloveenin kielen opiskelua, joka voi olla melko haastavaa monimutkaisen kieliopin vuoksi.

Ensin esittelimme työpajan ja hälvensimme osallistujien pelot siitä, että heidän olisi liian vaikea osallistua, koska heidän sloveenin kielen taitonsa oli heikko. Toiminta tarjosi myös tilaisuuden puhua sloveenin kielen oppimiseen ja käyttöön liittyvistä esteistä. Useimmat osallistujat sanoivat, että kieltä on vaikea oppia ja että he kokivat, etteivät he ole tarpeeksi varmoja käyttääkseen sitä tosielämän tilanteissa. Yksi osallistujista ei ollut puhunut sanaakaan sloveeniaa sen jälkeen, kun hän saapui Sloveniaan, vaikka hän oli käynyt kurseilla. Hän sanoi, että tämä johtui hänen suuresta puhepelostaan sekä itsetunnon ja oppimistaitojen puutteesta, koska hän ei ollut koskaan elämässään saanut osallistua minkäänlaiseen koulutukseen.

Sanan etsiminen oli kaikille hauskaa puuhaa, sillä jotkut osallistujat saivat tietää, että jotkut sanat, jotka he olivat valinneet tarinansa kertomiseen, merkitsivät jotain muuta kuin he luulivat tarkoittavansa. Harjoitus oli erittäin sopiva, sillä se antoi naisille mahdollisuuden olla luovia, improvisoida rajallisella sanavarastollaan ja jäsentää ajatuksiaan niin, että ne voitaisiin ilmaista sloveeniksi. Kaikki eivät kyenneet kertomaan pitkiä tarinoita itsestään, mutta harjoitus oli kuitenkin hyvä oppimiskokemus kaikille.

Osallistujillemme oli liian suuri haaste kirjoittaa varsinainen "Kirje itselleni". Teimme harjoituksen yhdistelmänä puhuttua sanaa ja heidän tulevaisuuteensa liittyvien avainsanojen kirjoittamista. Yleisimpiä olivat sanat "onnellisuus", "työ" ja "kotiinpaluu".

"Roolileikki" oli helppo toteuttaa. Simuloimme erilaisia arkipäivän tilanteita, kuten lääkärissä käyntiä tai ruoan ostamista torilta. Osallistujat valitsivat tilanteet itse. Valmistelussa opettelimme joitakin yleisiä sanoja ja lauseita, jotka ovat hyödyllisiä tietyssä skenaariossa. Osallistujat pitivät tästä aktiviteetista, koska se oli heille hyödyllistä, kun he oppivat puhumaan realistisissa tilanteissa.

“Sanapalapeli” oli toinen mielenkiintoinen harjoite. Osallistujat käyttivät erilaisia sanomalehtiä ja painettuja tekstejä löytääkseen kuvia ja sanoja tarinaansa. Tehtävässä he saivat jälleen olla luovia sisällön suhteen. Julisteiden aiheet vaihtelivat ruoanlaittoresepteistä ajankohtaisiin sosiaalipoliittisiin aiheisiin.

**Toiminta** oli ehkä hauskin kaikista tämän työpajan toiminnoista. Osallistujat saivat käyttää kieltä ja eleitä selittääkseen piilotetun sanan muille. Se, että heillä ei ollut aluksi valtavaa sanavarastoa, kannusti heitä jälleen olemaan luovia ja tehokkaita esityksissään. Virheet olivat yleisiä ja hauskoja.

Osallistujat olivat hyvin tietoisia isäntämaan kielen osaamisen tärkeydestä. Heidän palautteensa tästä työpajasta oli myönteistä, mutta he ehdottivat myös, että tulevaisuudessa järjestettäisiin enemmän tämäntyyppisiä kieltenopiskelumahdollisuuksia.

## 6. Työpajojen tuloksia

Tässä luvussa esitellään työpajatyöskentelyn aikana syntyneitä tuloksia. Nämä ovat maahanmuuttajanaisten saavuttamia aineellisista tai aineettomista tuloksista, kuten taideteoksia, muutoksista taidoissa, asenteissa, motivaatiossa tai muissa asioissa. Tulokset vaihtelevat maittain, ja ne kuvataan erikseen kunkin kumppanimaan osalta.

### Suomi

Osallistujat loivat yhteisiä runoja, kuten tämä A2-ryhmän runo:

*Matkustaminen...*

*Matkustan, kun meillä on loma*

*Matkustaminen auttaa mielenhallinnassa*

*Tykkään matkustaa, koska olen kiinnostunut uusista paikoista ja uudesta maasta.*

*Matkustan mielessäni*

*Pois Pois Pois Pois Pois Pois, huudan minä*

*Yksin saarilla, asun rannalla, -*

*Itä-Helsinki, SII<sup>[1]</sup> maksaa kaiken.*

(<sup>[1]</sup> SII on sosiaalivakuutuslaitos, joka vastaa sosiaalietuuksista.)

Pystyimme antamaan konkreettisia neuvoja ja apua osallistujille teatterityöstä, museotyöstä, elokuvateollisuudesta ja nukketeatterista. Useimmat osallistujistamme jatkavat edelleen kieliopintojaan, ja jotkut työskentelevät osa-aikaisesti opintojen ohella. Pystyimme rohkaisemaan kaikkein sulkeutuneimpia osallistujiamme ilmaisemaan itseään, ja annoimme paljon rohkaisua, jotta he eivät vain hankkisi työpaikkaa vaan lähtisivät aluksi ulos kotoa, löytäisivät harrastuksen ja mahdollisuuksien mukaan loisivat yhteyksiä suomalaisiin.

## Saksa

Työpajojen aikana osallistujat kirjoittivat mm. oman elämänpolkunsa, tekivät kollaasin elämänsuunnitelmista ja kirjoittivat "kirjeen itselleni". Kirjeeseen sai kirjata toiveita, mitä toivoisi tapahtuisi seuraavan kuuden kuukauden aikana. Kun Creative Fem Power -projekti oli ohi kirjeet lähetettiin osallistujille. Näin he näkivät, olivatko toiveet toteutuneet.

50 prosenttia osallistuneista naisista on joko jatkanut ammatillista suuntautumistaan työpajojen jälkeen tai on parhaillaan etsimässä oppisopimuskoulutusta. Toiset ovat ryhtyneet vapaaehtoistyöhön.

Työpajat koskettivat kaikkia osallistujia ja oli ilmeistä, että tämän jälkeen he luottavat entistä enemmän itseensä.

## Italia

Tämän toiminnan tärkeimpiä saavutuksia olivat osallistujien lisääntyneet vuorovaikutustaidot sellaisten ihmisten kanssa, jotka eivät kuulu omaan yhteisöön ja jotka eivät ole maanmiehiä. Kyky kommunikoida ja olla vuorovaikutuksessa erilaisten ihmisten kanssa parantaa kykyä solmia sosiaalisia suhteita useampiin ihmisiin, laajentaa sosiaalista verkostoa, lisää ystävyyssuhteita ja edistää oppijoiden parempaa integroitumista uuteen kotimaahan.

Osallistujat oppivat, miten työmarkkinat toimivat Italiassa ja mitä erilaisia oikeuksia ja velvollisuuksia sekä työntekijöillä että työnantajilla on. Lisäksi he alkoivat ymmärtää, että työn, perhe- ja yksityiselämän yhteensovittaminen on todellakin kompromissin tulos.

## Slovenia

Työpajoilla oli aineettomia ja konkreettisia vaikutuksia osallistujiin.

Aineettomia vaikutuksia saattoi huomata sekä osallistujissa että ohjaajissa.

Maahanmuuttajanaisten yleinen asenne, itseluottamus ja -varmuus, kommunikaatiokyky ja sloveeni kielen taito kehittyivät huomattavasti.

Ohjaajat pystyvät nyt ymmärtämään maahanmuuttajanaisia paremmin ihmisinä, joilla on unelmia, toiveita, päivittäisiä ongelmia, henkilökohtaisia vikoja jne. Huomasimme, että luovuudella on suuri merkitys maahanmuuttajien koulutuksessa ja kotouttamisessa. Ymmärrämme myös, että meillä on rooli kasvattajina, mentoreina jne., kun kyse on maahanmuuttajista ja erityisesti maahanmuuttajanaisista, joilla on usein traumaattisia kokemuksia ja sosiaalisia rooleja, joista miesten ei tarvitse välittää.

Sloveniassa toteutetun toiminnan konkreettiset tulokset olivat seuraavat:

- a. Yhdessä työpajassa tehtiin maalauksia. Osallistujilla ei ollut lainkaan tai - yhdessä tapauksessa - hyvin vähän kokemusta maalaamisesta. He pystyivät kuitenkin tekemään kauniita teoksia, jotka heijastavat heidän tunteitaan ja persoonallisuuttaan.



- b. Video, joka dokumentoi vierailun torilla ja kaupassa. Osallistujat kävivät ostamassa ruoanlaittoon tarvittavia ainekset. Ajatuksena oli olla vuorovaikutuksessa slovenialaisten kanssa todellisessa tilanteessa ja oppia samalla kieltä. Ostosten tekeminen ja myöhemmin ruoanlaitto nauhoitettiin, ja siitä syntyi 7-minuuttinen video.

Pian työpajojen päättymisen jälkeen yksi osallistujista löysi osa-aikatyön. Työnhaku alkoi jo työpajojen aikana.

## 7. Vaikutukset osallistujiin

### Suomi

Ryhmämme olivat todella tyytyväisiä työpajoihin ja saivat energiaa ja uusia oivalluksia. He oppivat paljon uusia suomenkielisiä sanoja ilmaisemaan tunteitaan sekä sanattomia tapoja ilmaista itseään. He oppivat myös, että kieli ei ole kommunikation ainoa este. Suomalaiset saattavat olla varautuneita, ja monet osallistujat olivat kamppailleetkin kulttuurierojen kanssa. Harjoitteet auttoivat osallistujia tuntemaan enemmän yhteyttä ja avoimuutta toisiinsa. Pystyimme luomaan työpajoissa turvallisen ja luottamuksellisen tilan toimia ja puhua. Se auttoi ihmisiä jakamaan tunteensa avoimesti.

Meillä oli kaksi eri kielitason ryhmää, joiden kielitaidossa oli niin paljon eroja, että se vaikutti keskustelujen tasoon. Myös suurimmat vaikutukset olivat kummankin ryhmän kohdalla erilaiset. A1-ryhmässä osallistujien suurin hyöty oli kielen oppimisessa ja mahdollisuuksissa harjoitella peruskeskusteluja äidinkielenään suomea puhuvien kanssa. A2-tasolla suurempi vaikutus oli itsetuntemuksen ja -varmuuden lisääntymisessä keskustelujen ja harjoitteiden avulla.

### Saksa

"Monien ihmisten pitäisi osallistua tähän työpajaan, ei vain meidän täällä Hispissä." Tämä lainaus erään työpajan osallistuneen puheesta kuvastaa hyvin osallistujien tunnelmaa.

Aluksi osallistujia pelkäsivät, että harjoitteet ovat heille liian vaikeita. Kun alkuun oli päästy, kaikki huomasivat, että harjoitteet eivät olleet hankalia. Ylipäättään työpajoja pidettiin hauskoina ja osallistujien välille syntyi hyvä ryhmähenki.

Ensin oli vaikeaa ajatella itseään ja käsitellä omaa elämäänsä. Lupa ajatella omaa tulevaisuuttaan oli monelle osallistujalle myös uusi ajatus.

Kaikki osallistujat nauttivat työskentelystä yhdessä ja toivoivat, että tällaisia työpajoja järjestettäisiin useammin.

Työpajassa solmitut kontaktit ovat säilyneet myös Fem Power -projektin jälkeen. Nämä ihmiset eivät todennäköisesti olisi tavanneet tai tutustuneet toisiinsa muuten.

Yhteenvedona voidaan todeta, että monien osallistujien oli vaikea pitää kiinni sopimuksista ja esimerkiksi saapua työpajoihin ajoissa tai ollenkaan. Joillakin osallistujille ei myöskään ollut sitkeyttä osallistua kahta kokonaista päivää. Ilmeisesti he eivät useinkaan olleet tottuneet "työskentelemään" kokonaisen päivän ajan.

Myöhemmissä seurantahaastatteluissa kävi kuitenkin ilmi, että he olivat erittäin tyytyväisiä, että he olivat osallistuneen hankkeeseen ja nauttivat kovasti yhteisestä työstä muiden maiden naisten kanssa ja erityisesti saksan kielen käytöstä.

### **Joitakin lainauksia:**

"Tämä päivä oli paljon uuvuttavampi kuin aikaisemmat, mutta erittäin tärkeä."

"Olen yllättynyt siitä, miten suuri sanavarastoni on."

"Olen hyvin onnellinen, koska teen hyödyllisiä asioita mukavien ihmisten kanssa."

"Opin paljon uusia sanoja, joka on minusta erittäin hyvä asia."

"Toivon, että kaikki pysyvät terveinä ja että osallistumme seuraavan työpajan yhdessä."

"En ole tyytyväinen ... Haluan lisää - toisen päivän! Tänään olimme kuin perhe."

"Minulla on erittäin hyvä olo - ruoka oli hyvää, nauroimme yhdessä! Kesällä voimme tavat ulkona!"

## **Italia**

Toiminta kesti noin kuusi kuukautta, ja se alkoi joulukuussa 2021 ja päättyi kesäkuun 2022 alussa. Tänä aikana ohjaajat tapasivat osallistujia keskimäärin kerran viikossa. Välillä tavattiin ryhmissä, epävirallisessa ympäristössä, toisinaan taas yksilölliset ohjaustapaamiset, joiden aikana kouluttajat yhdessä yksittäisen osallistujan kanssa tarkistivat työnhaussa tai miten kullekin asetetut tavoitteet olivat kehittyneet. Tämän jatkuvan yhteydenpidon ansiosta on mahdollista muodostaa kuva työpajojen vaikutuksesta osallistujiin ja hanketoiminnan avulla saavutetuista tuloksista.

Silmiinpistävin tulos on varmasti sosiaalisen vuorovaikutuksen taitojen parantuminen. Italian kielen taidon puute ja vaikeudet tulkita sanallisia, mutta usein myös sanattomia viestejä, aiheuttivat usein oppijoillemme jonkinlaisia aggressiivisia reaktioita, koska se, mitä oli sanottu, ymmärrettiin väärin ja tulkittiin epäkunnioitukseksi tai ylivoiman osoitukseksi. Kun kielitaito ja kyky purkaa sanattomia viestejä paranivat, nämä ongelmat vähenivät.

## **Slovenia**

Toiminnalla oli useita havaittavia myönteisiä vaikutuksia yksittäisiin osallistujiin ja koko ryhmään.

- Vahvempi motivaatio ja halu olla aktiivinen

Osallistujat kokivat työpajatoiminnan epämuodollisen ja luovan luonteen motivoivaksi. He näkivät sen keinona tehdä heidän tylsästä arjestaan mielenkiintoisempaa. Vaikka heidän aikataulussaan oli jo paljon koulutusta, he löysivät motivaation osallistua jokaiseen työpajaan, jopa viikonloppuisin.

Meille tämä oli merkki siitä, että he olivat innokkaita osallistumaan erilaisiin koulutuksellisiin ja sosiaalisiin aktiviteetteihin, jos ne olivat heidän mielestään tarpeeksi kiinnostavia ja mukaansatempaavia. Heidän kommenttinsa koskivat lähinnä sitä, että nämä työpajat olivat erilaisia ja vähemmän muodollisia kuin heidän tavanomaiset maahanmuuttajatoimintansa ja että he pitivät niitä tervetulleena vaihteluna.

#### - Parempi tunnetila

Naiset ilmaisivat useaan otteeseen, että heidän tunnetilansa oli parempi, koska he osallistuivat työpajoihin, ja että tämä oli yksi syy siihen, miksi he halusivat tulla työpajoihin.

#### - Parempi minäkuva ja itsetuntemus

Tämä näkyi erityisesti vanhimmassa osallistujassamme, joka varttui Iranin erittäin konservatiivisessa osassa. Häntä pelottivat emotionaalisesti tapahtumat, jotka tekivät hänet surulliseksi ja toivottomaksi elämänsä suhteen. Kun hän oli alkanut käydä työpajoissa, hänen tunnetilansa parani selvästi. Hän huomasi, että hänessä oli paljon luovuutta ja viisautta, jota hän voi jakaa muiden kanssa. Hänestä tuli itsevarmempi ja onnellisempi; hän alkoi jopa kertoa vitsejä. Hän sanoi, että ennen hän oli ollut: "Surullinen ja sulkeutunut tyttö, mutta nyt hän on onnellisempi ja avoin kuin kukka". Hän käytti usein kukkiin liittyviä mielikuvia, kuten kasvaminen tai kukkiminen, kuvatessaan tunteitaan. Ennen hankkeeseen osallistumista hän ei puhunut lainkaan sloveeniaa, koska pelkäsi sitä liikaa, mutta työpajojen aikana hän alkoi käyttää ensimmäistä kertaa joitakin sloveeninkielisiä sanoja ja yksinkertaisia lauseita.

#### - Parempi kyky jakaa henkilökohtaisia kokemuksia

Osallistujat kertoivat monia henkilökohtaisia tarinoitaan, joista osa oli hyvin traagisia ja joita he eivät olleet koskaan aiemmin kertoneet kenellekään. Tämä koski erityisesti ryhmän vanhinta jäsentä, jolla oli todella traaginen elämä, mutta joka uskalsi puhua siitä ensimmäistä kertaa. Hän koki tämän puhumisen erittäin puhdistavana. Myös muita hyvin henkilökohtaisia ja traagisia tarinoita jaettiin, ja tuntui siltä, että tämä auttoi osallistujia käsittelemään tapahtumia paremmin.

#### - Parempi kyky toimia

Osallistuja nro 4, ryhmän nuorin jäsen, halusi löytää työpaikan, mutta ei tiennyt, mistä aloittaa. Häneltä puuttui rohkeutta ja tietoa työnhakuun. Pian työpajojen päättymisen jälkeen hän löysi osa-aikatyön, ja hän onnistui siinä myös siksi, että hän oli keskittynyt työnhakuun ja uskalsi hakea sitä varmemmin.

Osallistuja nro 1 työskenteli maahanmuuttajien kotouttamisen parissa jo työpajojen alkaessa, mutta sittemmin hänestä on tullut aktiivisempi, ja nyt hän on osa maahanmuuttajaryhmää, jonka tavoitteena on perustaa oma järjestö ja työskennellä itsenäisesti.

Pidämme tärkeänä sitä, että edellä kuvattuja parannuksia eivät havainneet ainoastaan mentorit, vaan osallistujat raportoivat niistä myös subjektiivisina itsehavaintoina.

Ryhmän jäsenet ystävystyivät, vaikka he eivät olleet tunteneet toisiaan ennen toiminnan alkua. Heistä tuli läheisiä ja ovat sitä edelleen, vaikka toiminta on päättynyt. He toimivat nyt ikään kuin tukiryhmänä toisilleen, mikä on erittäin tärkeää heidän tilanteessaan oleville ihmisille.

## 8.Vaikutukset mentoreihin ja kumppaniorganisaatioihin

### Suomi

Teatterimuseo on saanut suunnittelukauden aikana paljon uusia yhteyksiä maahanmuuttajajärjestöihin. Yhteistyökumppanimme Laajasalon opisto on kiinnostunut luovien menetelmien käyttämisestä kielenopetuksessa, ja he todennäköisesti ottavat joitakin menetelmiämme työkalupakkiinsa tulevaisuudessa ja jatkamme yhteistyötä jollain tavalla.

Meillä oli alun perin vain vähän kokemusta maahanmuuttajaryhmien kanssa työskentelystä, joten opimme paljon perusasioita. Opimme puhumaan hitaasti ja riittävän yksinkertaisesti yksinkertaistamatta merkityksiä liikaa. Työskentely kahden eri kielitaitoryhmän kanssa oli meille todella hyödyllistä sekä sen kannalta, että opimme, missä on eroja kielen ymmärtämisessä, että sen kannalta, millaiset harjoitukset ja millä tasolla olivat parhaita kullekin ryhmälle. Opimme paljon monikulttuurisilta osallistujiltamme heidän kulttuureistaan ja myös omastamme; jotkut harjoitukset, jotka ovat todella suosittuja suomalaisten keskuudessa, eivät toimineet lainkaan työpajoissa.

Olemme myös saaneet paljon kokemusta tällaisten hankkeiden toteuttamiseksi tulevaisuudessa.

### Saksa

Tutkimukseen osallistuneiden naisten aikakäsitys poikkeaa selvästi odotuksistamme. Harvalla on jaksamista suorittaa useita tunteja kestävä tehtäviä. Ja aluksi oli vaikeaa saada osallistujat ymmärtämään tehtäviä.

Pystyimme kuvainnollisesti tönäisemään osallistujia, mutta se ei mennyt niin pitkälle kuin olimme toivoneet. Useimmat heistä pitivät kiinni siitä, mitä ovat aina tehneet. Omat odotuksemme ovat muuttuneet naisten kanssa työskennellessämme. Ohjaajien oli oltava kärsivällisempiä ja toisaalta ohjaajat olivat hieman pettyneitä.

Mitä odotuksia minulla on mentorina?

Ainakin työpajojen aikana oli mahdollista antaa impulsseja ajatusprosesseja varten.

Kävi ilmi, että luovista menetelmistä on varsin paljon hyötyä kielenopetuksessa ja esim. työhönvalmennuksessa.

Luovat menetelmät voitiin mukauttaa yksilöllisesti osallistujien ja heidän edellytystensä mukaan.

Jopa vaikeat aiheet, kuten omasta elämästä puhuminen, voitiin ratkaista luovien keinojen avulla, ja näin saatiin palautettua helpotusta.

Valmistelutyöllä ja malleilla (sisältö mukaan lukien) voidaan saavuttaa hyviä tuloksia, jotka voidaan luotettavasti toteuttaa myös muissa maissa.

Työpajat olivat ohjaajien ja osallistujien välillä luottamusta lisäävä tapahtuma, joka johtaa parempaan vuoropuheluun.

## Italia

Kuten oppimistilanteissa usein tapahtuu, toiminnasta tuli osallistujien ja ohjaajien keskinäisen vuorovaikutuksen näyttämö. Yhteys oppijoihin ja heidän henkilökohtaisiin tarinoihinsa ja taustoihinsa jätti jälkensä myös mentoreihin, erityisesti siksi, että he saivat kuulla, pyrkiä ymmärtämään ja samaistumaan niihin liikuttaviin henkilökohtaisiin tapahtumiin, joita nämä ihmiset olivat joutuneet kokemaan. Samaan aikaan he kokoaja pohtivat, kehittävät ja keksivät uusia ideoita, menetelmiä ja strategioita joilla asiat saisi sujumaan paremmin.

Ohjaajien tärkeimmät opit olivat seuraavat:

- 1) Sinun ei tarvitse olla näyttelijä voidaksesi käyttää teatterin keinoja koulutuksessa, sinun ei tarvitse olla laulaja saadaksesi oppijat käyttämään ääntään, sinun ei tarvitse olla maalari saadaksesi oppijoiden luovuuden käyttöön ja käyttää sitä oppimistarkoituksiin.
- 2) Oppimistulokset paranevat, kun on luovasti joustavia ja sopeutetaan toiminta jokaista oppijaryhmää varten erikseen
- 3) Luovien toimintojen käyttäminen auttaa luomaan ja tehostamaan ryhmätyöskentelyä ja ryhmään kuulumisen tunnetta, parantaa yksilöiden suorituskykyä ja kykyä oppia toisiltaan.
- 4) Oppimisen leikkimielinen ulottuvuus on itsessään oppimista.

## Slovenia

Sloveniassa oli neljä ohjaajaa. Työskentely maahanmuuttajanaisten kanssa luovilla menetelmillä oli meille kaikille uusi kokemus.

Meille oli tärkeä oivallus, että maahanmuuttajat - ihmiset, jotka tulevat erilaisista kulttuuriympäristöistä - ovat samanlaisia ihmisiä kuin me. Heillä on omat elämäntavoitteensa, unelmansa, intiimi sisäinen maailmansa, kykynsä ja potentiaalinsa. He ovat vanhempia, jotka toivovat parasta lapsilleen, he ovat ihmisiä, jotka haluavat tehdä työtä ja olla tuottavia, he ovat kansalaisia, jotka haluavat luoda yhteiskuntamme, he ovat ystäviä ja työtovereita. Heillä ei kuitenkaan ole tietoa Slovenian kielestä, sosiaalisesta verkostosta, yhteiskunnan ja sen instituutioiden toiminnasta jne. Koulutus- ja kotouttamisprosessin aikana he joutuvat usein tilanteisiin, joissa he ovat passiivisia tarkkailijoita ja joissa heiltä odotetaan joskus tiettyjä tuloksia, joita he eivät hahmota.

Työpajatoiminta osoitti meille, että he olivat hyvin innokkaita näyttämään epävirallisen puolensa, olemaan vähemmän virallisessa ympäristössä ja kehittämään ja näyttämään kykyjään. Olimme itse asiassa yllättyneitä siitä, miten vähän apua tarvittiin avautumiseen ja miten paljon se vaikutti.

Opimme myös, miten paljon kulttuurinormit ja -mallit voivat muokata ihmisiä ja vaikuttaa heihin. Tämä oli erityisen totta osallistujiemme nro 2 ja nro 4 kohdalla. Osallistujalla nro 2 oli ollut hyvin vaikea elämä naisena ja äitinä hyvin konservatiivisessa ympäristössä. Tämä vaikutti häneen paljon, lähinnä psyykkisesti. Hän vaikutti erittäin lahjakkaalta ja kyvykkäältä ihmiseltä, mutta hänen potentiaalinsa kehittymisensä oli tarkoituksellisesti estetty, ja hänellä oli tästä syystä edelleen oppimisvaikeuksia. Osallistuja nro 4 on myös kotoisin perinteisestä perheestä, jossa hänen roolinsa naisena näytti olevan jollakin tavoin rajoitettu. Halusimme esimerkiksi ottaa hänet mukaan joihinkin muihin DISORAn toimintoihin, mutta hän ei voinut tehdä sitä, koska hän on tyttö. Näiden seikkojen vuoksi olemme nyt tietoisempia kulttuurisista konteksteista, ja käytämme tätä tietoisuutta paremmin, kun lähestymme maahanmuuttajia ja suunnittelemme toimintaa heidän kanssaan.

Taitojen osalta paransimme viestintätaitojamme, sillä kaikki osallistujat puhuivat hyvin vähän tai eivät lainkaan sloveeniaa. Joskus käytettiin englantia, joskus farsia ja toisinaan sekoitettiin kieltä ja kehonkieltä. Meistä tuntuu, että pystymme nyt paremmin kuuntelemaan ja tarkkailemaan ihmisiä ja ymmärtämään, mitä he tuntevat, vaikka emme ymmärtäisikään kieltä kovin hyvin.

Olemme myös entistä tietoisempia siitä, että on tärkeää ottaa pieniä askelia. Voimme sanoa, että työpajoilla oli selkeä ja myönteinen vaikutus osallistujiin. Se, kuinka suuri vaikutus oli on hyvin subjektiivista ja se on erilainen jokaisella ryhmän jäsenellä. Ehkä muutaman sanan ja lauseen puhuminen sloveeniksi ei ole monille paljon, mutta osallistujalle nro 2 se on suuri parannus. Osa-aikatyön löytäminen ravintolasta ei ehkä ole paras työllistymisratkaisu, mutta osallistujalle nro 4 se on uskomattoman tärkeää, koska se autoi häntä monilla muilla elämänsä osa-alueilla ja sosiaalisessa integroitumisessa.

## 9. Toteutuneet maakohtaiset näkökulmat

Tässä luvussa esitetään lyhyesti se mitä kokemuksia olemme saaneet työskennellessämme maahanmuuttajanaisten kanssa. Kokemuksia kuvataan kussakin kumppanimaassa työpajoja toteuttaneiden mentoreiden näkökulmasta. Vaikka jaoimme monia yhteisiä kokemuksia, kunkin maan kokemukset kuvataan erikseen.

### Suomi

Koimme, että hanke oli kaiken kaikkiaan myönteinen kokemus sekä meille että osallistujille. Suunnitellut harjoitteet olivat hyvä perusta varsinaisten työpajojen suunnittelulle, mutta tärkeintä oli kuunnella ja tarkkailla ryhmää ja valita ryhmälle sopivimmat harjoitteet sekä hyödyntäen käytettävissä olevien tilojen mahdollisuudet ja ohjaajien asiantuntemus.

Olimme alun perin suunnitelleet pitävämme kaikki tapaamiset samassa paikassa Teatterimuseossa, mutta olosuhteiden takia jouduimme vaihtamaan paikkaa melko usein. Tämä osoittautui kuitenkin hyödylliseksi, sillä uudet ympäristöt herättivät uusia keskusteluita. Koimme, että museo oli loistava ympäristö maahanmuuttajaryhmien kanssa työskentelyyn, sillä se mahdollisti keskustelut sekä Suomen että osallistujien kotimaiden kulttuureista.

Suurin menestyksemme oli nähdä, miten ihmiset avautuivat ja loivat ystävyssuhteita. Ryhmämme olivat todella erilaisia, ja oli hienoa nähdä, kuinka erilaisista taustoista ja lähtökohdista tulevat ihmiset löysivät yhteisen inhimillisyyden ja pystyivät tulemaan yhteen.

Olemme nyt valmiimpia luomaan lisää työpajoja ja toimintaa maahanmuuttajille. Olemme myös suunnitelleet hakevamme erityisavustuksia, jotta voimme tulevaisuudessa tarjota vastaavia työpajoja maahanmuuttajille ilmaiseksi.

Koska yksi useimpien osallistujien Suomessa kohtaamista ongelmista oli kontaktien ja ystävyssuhteiden luominen suomalaisten kanssa, ja nämä työpajat ovat loistavia jään murtamiseen, keskustelujen avaamiseen ja yhteisöllisyyden tunteen luomiseen, toivomme voivamme kehittää työpajoja niin, että ne voidaan toteuttaa ryhmille, joissa on sekä maahanmuuttajia että Suomessa syntyneitä ihmisiä.

## Saksa

Luovilla menetelmillä oli ratkaiseva merkitys siinä, että viestintä helpottui huomattavasti naisryhmän keskuudessa. He kaikki osoittivat suurta kiinnostusta saksan kielen puhumiseen ja uusien sanojen ja ilmaisujen oppimiseen. Viestinnässä keskityttiin yksinomaan naiseen, mikä oli heille vieras kokemus, mutta kaikki suhtautuivat siihen myönteisesti. Naiset ovat erittäin motivoituneita integroitumaan saksalaiseen yhteiskuntaan ja haluavat laajentaa tietämystään Saksasta ja sen asukkaista. He toivovat saavansa lisää tilaisuuksia olla vuorovaikutuksessa saksalaisten kanssa. Viestintäprosessin aikana naisia rohkaistiin ilmaisemaan itseään luomalla kollaaseja, taideteoksia ja videoleikkeitä. Nämä toimet edistivät heidän yhteenkuuluvuuden tunnettaan ja auttoivat heitä viestimään ajatuksistaan ja tunteistaan tehokkaasti.

## Italia

Jos meidän pitäisi tiivistää Creative Fem Power -projekti kahteen sanaan, ne olisivat "Fantasia ja joustavuus".

**Fantasia**, koska ajattelu laatikon ulkopuolella ja sellaisten toimintojen ehdottaminen, jotka eivät sovi perinteisiin menetelmiin, auttaa tuomaan esiin oppijoiden taitoja, kykyjä ja kykyjä, jotka eivät muuten tulisi esiin. Lisäksi mielikuvitus mahdollistaa odottamattomien viestintäkanavien avaamisen, mikä voi johtaa täysin yllättäviin ja odotuksia huomattavasti parempiin tuloksiin.

**Joustavuus**, koska luovuuden kanssa työskentely tarkoittaa vastuun ottamista siitä, että yksittäisten koulutettavien luomukset kerätään ja muutetaan kaikkien oppimismahdollisuudeksi, mutta ennen kaikkea se tarkoittaa myös välineiden ja toimintojen mukauttamista oppijaryhmän erityistarpeisiin, kykyihin ja odotuksiin.

**Creative Fem Power** -hankkeessa kehitetyt aktiviteetit antavat sinulle kouluttajana vihjeitä siitä, miten voit käyttää niitä, mutta ennen kaikkea ne kannustavat sinua kokeilemaan uusia tapoja ja sovelluksia, jotta saavutat haluamasi oppimistulokset.

## Slovenia

Meidän näkökulmastamme **Creative Fem Power** oli menestys. Mielestämme se on hyvä konsepti, jolla on suuri potentiaali parantaa maahanmuuttajanaisten elämää.

**Creative Fem Powerin** suurin vahvuus on sen kyky lisätä itseluottamusta ja edistää luovuutta ja elämäntilanteen pohdintaa, jotka ovat tärkeimpiä tekijöitä ratkaisujen löytämisessä elämän haasteisiin.

Huomasimme eniten muutoksia osallistujien asenteissa ja persoonallisuudessa. Uskomme, että muutokset eivät olleet varsinaisten uusien persoonallisuuden piirteiden muodostumista vaan jo olemassa olevien piirteiden paljastumista ja vahvistumista: luovuus, itsetuntemus, motivaatio, sosiaalinen persoonallisuus jne. Tämä muutos henkilökohtaisella tasolla oli kaikkein huomattavin ja lopullisin. Muutoksia tapahtui myös työnhaku- ja kielitaidon kaltaisissa taidoissa, mutta ne eivät olleet niin selvästi havaittavissa. Tämä ei ole odottamatonta. Jokainen ihminen on erilainen, ja selkeän edistyksen saavuttaminen kielessä (varsinkin sloveenin kaltaisessa vähemmän tunnetussa kielessä) vaatii paljon aikaa ja harjoittelua, joskus vuosia. Työpaikan löytäminen on asia, joka näkyy ajan myötä, ja osa-aikatyön löytäneen nuoren osallistujan kohdalla se on jo näkynyt. Hänen onnistumisensa kannalta tärkeintä oli itse asiassa se, että hän keskittyi vahvemmin tavoitteeseensa löytää työpaikka ja että hänen itseluottamuksensa vahvistui.

Tästä päästäänkin takaisin alkuperäiseen havaintoon henkilökohtaisten taitojen ja asenteiden parantumisesta. Työpajat osoittivat, että jos osallistujien annetaan ilmaista itseään vapaasti, improvisoida ja luoda, se voi todella tuoda esiin ihmisten parhaat puolet. Tämä kävi ilmi useaan otteeseen toiminnan aikana, suoraan osallistujien työn ja sanojen kautta, mutta myös epäsuorasti heidän kehonkielensä, kasvojen ilmeidensä ja muiden asioiden kautta.

Yhteenvedona voidaan sanoa, että **Creative Fem Power** oli hieno ihmiskeskeinen konsepti, jota voidaan käyttää tällaisena kuin se on nyt rakennettu, mutta sitä on helppo mukauttaa ja muokata tarpeen mukaan. Esimerkiksi meidän tapauksessamme maalaustehtävän sisällyttäminen työpajoihin oli erittäin hyvä ratkaisu. Sinänsä tätä konseptia voi käyttää erilaisten aikuisryhmien kanssa.

## 10. Päätelmät

Teorian vahvistaminen testausvaiheessa voi olla jännittävä ja palkitseva kokemus, sillä se vahvistaa teorian kehittämisen eteen tehdyn kovan työn. Tämä pätee erityisesti silloin, kun teoria on luotu osana ehdotusta, sillä se tarkoittaa, että ehdotus oli hyvin harkittu ja toteuttamiskelpoinen.



Luovat työkalut voivat olla erittäin hyödyllisiä, kun työskentelet tietyn ryhmän kanssa, sillä ne mahdollistavat joustavuuden ja mukauttamisen. On kuitenkin tärkeää, ettei näihin työkaluihin pitäydytä liian tiukasti, sillä niitä tulisi käyttää lähtökohtana, jonka pohjalta niitä voidaan kehittää edelleen toteutuksen aikana. Olemalla avoin uusille ideoille ja mukauttamalla työkaluja tarpeen mukaan voit luoda tehokkaamman ja osallistujia kiinnostavamman työpajan.

Tätä lähestymistapaa voidaan soveltaa monenlaisiin ryhmiin, kuten teini-ikäisiin ja maahanmuuttajataustaisiin henkilöihin. Räätelöimällä välineet ja menetelmät osallistujien erityistarpeiden ja -kiinnostuksen mukaan voit luoda osallistavamman ja tehokkaamman oppimiskokemuksen.

Lopuksi on tärkeää huomata, että näiden työpajojen vaikutus voi olla merkittävä. Jotkut osallistuneista naisista innostuivat jatkamaan kielenopiskelua muilla kursseilla tai tehostamaan työnhakua. Tarjoamalla arvokkaita taitoja ja motivaatiota nämä työpajat voivat auttaa osallistujia saavuttamaan tavoitteensa ja parantamaan elämäänsä.

# Osa II: Luovien menetelmien kokonaisuudet

## Johdanto

Creative Fem Power -hankkeessa luotiin maahanmuuttajanaisille neljä työpajakokonaisuutta, joiden tarkoituksena oli vahvistaa itsetuntoa, kielitaitoa, työnhakua ja kotoutumista. Työpajakokonaisuuksien osiot ovat: Tutkiva ja luova, kielen oppiminen, työnhaku ja affirmative (vahvistava). Työpajakokonaisuuksia voi käyttää tukemaan muuta maahanmuuttajanaisten kanssa tehtävää työtä ja niitä voidaan yhdistää muihin opetuskokonaisuuksiin.

Ryhmäytymis- ja tutustumisharjoitukset sopivat erinomaisesti uusille ryhmille, jonka jäsenet eivät vielä tunne toisiaan, ryhmädynamiikan parantamiseen ja tunnelman keventämiseen, energisointiin ja motivointiin haastavampien harjoitusten välillä. Kielten oppimiseen tarkoitettut harjoitteet tukevat virallisia kielitunteja. Työnhakuun liittyvät luovat menetelmät auttavat kehittämään taitoja ja ajattelutapoja, joista on hyötyä työpaikan hankkimisessa. Vahvistavia harjoituksia voidaan käyttää tukemaan maahanmuuttajien itseluottamusta ja tunnetta kuulumisesta uuteen maahan kotoutumisprosessin helpottamiseksi.

Tässä esitellyt harjoitukset perustuvat enimmäkseen esittävän taiteen ja teatterin menetelmiin. Niissä korostetaan leikkisyyttä ja luovuutta, eivätkä ne vaadi muodollista koulutusta tai erityisiä taiteellisia kykyjä. Improvisaatioleikkejä tehtäessä on tärkeää korostaa, että ei ole olemassa väärää tapaa tehdä asioita eikä virheitä. Improvisaatiossa virhe on lahja, joka luo vain lisää mahdollisuuksia. Toiminnan on tarkoitus olla osallistujille hauskaa, joten osallistumiseen ei saa koskaan kohdistua paineita. Jos joku suhtautuu varauksellisesti, ohjaajan on varmistettava, ettei hän tee siitä suurta numeroa, vaan rohkaisee häntä osallistumaan esittämällä kysymyksiä ja tarjoamalla rohkaisevia sanoja.

## Tutkivia ja luovia harjoituksia:

### Sääntömeri

Taustalla voi soida esimerkiksi veden ja luonnon äänimaisema. Jokainen miettii ensin mielessään 3-5 sääntöä, jotka ovat hänen mielestään tärkeitä ryhmän rakentumisen ja turvallisuuden kannalta. Säännöt kirjoitetaan lapuille ja ne asetetaan tilaan, jossa kaikki saavat kierrellä sääntöjen keskellä niitä tutkien. Jokainen saa merkitä itselleen 3 tärkeintä sääntöä "sääntömerestä" esim. kivellä, simpukalla tai napilla. Minkälaisia sääntöjä valittiin, mitkä koettiin tärkeimmiksi ja miksi? Keskustelua viereisen ihmisen kanssa n. 5 min. Mitä säännöt itselle merkitsevät? Haluttaessa jaetaan koko ryhmälle muutamia ajatuksia ja kokemuksia keskusteluista. Valitut säännöt kirjoitetaan ylös ja jaetaan ryhmälle.

### Vinkkejä ohjaajalle

**Draamasopimus / turvallisemman tilan periaatteet.** Draamasopimus syntyy, kun ohjaaja ja ryhmä sopivat tekevänsä jotain yhdessä. Draamasopimusta rakennettaessa sovitaan yhdessä säännöistä; miten ryhmässä käyttäydytään, mitkä ovat käytännöt ja missä ovat rajat. Näin taataan turvallisuus ja mahdollisuus heittäytyä, pitää hauskaa ja oppia. Ohjaajan on varmistettava, että säännöt toteutuvat ryhmän matkan varrella, ja ymmärrettävä, että jokainen tulkitsee niitä omasta näkökulmastaan. Yhdessä luodut säännöt antavat ryhmälle myös oikeuden puuttua mahdollisiin konflikteihin matkan varrella. Sääntöihin voi aina palata ja niitä voi selventää. Ryhmässä sitoutumisen kannalta on tärkeää, että kaikki ryhmän jäsenet osallistuvat draamasopimuksen rakentamiseen. Draamasopimus ja säännöt ovat sitovia ja luovat turvallisen työympäristön.

## Nimi + liike

Ollaan piirissä. Jokainen sanoo oman nimensä ja yhdistää siihen liikkeen. Liike voi olla yksinkertainen ja abstrakti, esim. käden heiluttaminen, taputus jne. Jokainen toistaa oman nimensä valitsemansa liikkeen kanssa. Sitten seuraava henkilö sanoo oman nimensä ja keksii siihen oman liikkeen, jonka kaikki taas toistavat ja näin mennään kunnes jokaisella on nimi ja liike. Sitten toistetaan alusta jokaisen nimi ja liike, voi mennä ympäri monta kertaa. Leikki voidaan toteuttaa istuen tai seisten ja suurilla tai pienillä liikkeillä.

### Vinkkejä ohjaajalle

Tämä on hyvä harjoite uusille ryhmille oppia toisten nimet. Oman nimen toistaminen on myös yksinkertainen tapa saada ihmiset kokemaan että on tullut nähdyksi. Harjoitusta voidaan myöhemmin varioida vaikka nopeuttamalla tempo tai mennä käänteisessä järjestyksessä. Ryhmä tukee toisiaan ja toimii yhdessä, jos joku ei muista kaikkia nimiä heti, hän voi seurata muita.

## Taikasaippua

Mielikuvaharjoitus auttaa vähentämään jännitystä. Puhdistamme itsemme jotta voimme olla vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Rentouttaa mieltä ja kehoa.

1. Ota miiminen saippua piirin keskeltä. Väri ja tuoksu saavat sinut tuntemaan olosi hyväksi, jokainen määrittää mitä tarvitsee itselleen. Pyydä osallistujia kertomaan vieressä olevalle, millaisia heidän saippuansa ovat (muoto, väri, tuoksu). Pese kehoasi saippualla. Pese pois lihasjännitys, hermostuneisuus tai ajatukset siitä, että teet jotain noloa tai harjoituksen väärin.

2. Ota piirin keskeltä vettä. Voit ajatella veden tulevan ämpäristä, suihkusta tai kauhoa sitä kauhalla. Huuhtelee saippuoinnista irronnut ruskeanharmaa vaahto megaviemäriin, joka imee kaiken pois.

3. Ota pyyhe ja kuivaa. Onko pyyhe karhea vai pehmeä? Oma keho on nyt avoin muille. Energia virtaa välillämme kun olemme auki. Tässä me nyt olemme, juuri näin. Sinä olet tärkeä.

Saat saippuan lahjaksi. Voit kaivaa sen esiin sopivassa tilanteessa myöhemmin.

### Vinkkejä ohjaajalle

Harjoituksen tarkoituksena on poistaa jännityksiä ja estoja, joten on tärkeää, että ohjaaja tuntee myös itsensä avoimeksi ja rentoutuneeksi. Tämä harjoitus sopii erinomaisesti ryhmäytymiseen.

## Positiivinen katse

Mikä estää meitä kohtaamasta ja vaikeuttaa vuorovaikutusta? Mietitään yhdessä mikä vaikeuttaa vuorovaikutusta esim. kiire, vastarinta, ujous, ennakkoluulot, juorut, huono itsetunto, jännitys, huonot kokemukset, väsymys. Siirretään miimisesti käsillä työntäen nämä asiat pois väliltämme. Seistään piirissä ja jokainen sanoo yhden asian ja työntää sen pois. Kun kaikki on siivottu pois väliltämme, jokainen katsoo jokaista piirissä olevaa positiivisella, hyväksyvällä katseella. Omaan tahtiin, rauhassa, ja samalla aistien miten tämä positiivinen katse vaikuttaa itseen. Ei tarvitse etsiä katsekontaktia tai tuijottaa ketään. Aistimme ja tunnemme kehossamme, miten ja millä energialla tai ajatuksella meitä katsotaan. Tulee hyvä olo, kun saat positiivisia katseita.

### Vinkejä ohjaajalle

Tämä toiminta muistuttaa taikasaippuaa ja on sen luonnollinen jatkumo; ensin puhdistat itsesi itseäsi häiritsevistä asioista ja sitten teet saman muiden ihmisten suhteen.

## Katse kiertää vasemmalle, paikka vaihtuu

Ryhmä muodostaa ympyrän. Kaikki katsovat vasemmalle ja antavat katseensa kulkea ihmisestä seuraavaan ympyrää pitkin. Katse on koko ajan liikkeessä ja jatkaa kulkuaan piirissä. Kun kaksi ihmistä saa katsekontaktin eli he sattuvat katsomaan toisiaan silmiin samaan aikaan, he vaihtavat paikkaa ympyrässä keskenään. Kun he ovat "uudessa paikassa", alkavat he taas katsoa vasemmalle jne. Ihmiset vaihtavat jatkuvasti paikkaa ympyrän halki uusille paikoilleen ja aloittavat aina alusta. Avautuminen ja kohtaaminen mahdollistavat vuorovaikutuksen, liikkeen ja muutoksen.

Miltä tuntui kohdata toisen ihmisen katse, hymy ja iloinen ilme? Kukapa ei haluaisi tulla katsotuksi positiivisesti. Näe toinen ihminen oikeasti! Katsekontakti ja hymy voi joskus pelastaa koko päivän ja antaa näkyväksi tulemisen voimaa.

### Vinkejä ohjaajalle

Tämä harjoitus jatkaa positiivisen katseen teemaa. Kun katseet kohtaavat se vahvistaa myös vuorovaikutusta ilman sanoja. Molemmat osapuolet ymmärtävät mitä heidän on tarkoitus tehdä ja kohtaaminen on yhdenvertainen.

## Taputus/läpsy kulkee piirissä

Muodostetaan ympyrä. Harjoitus lähtee liikkeelle niin että yksi taputtaa kerran käsiään yhteen ja hänen vasemmalla puolellaan oleva henkilö jatkaa samalla lailla yhden kerran taputtaen. Taputus jatkaa piirissä eteenpäin. Ohjaaja voi muuttaa ketjun suuntaa. Tätä tehdään jonkin aikaa. Taputuksen tempo voi vaihdella hitaasta nopeaan. Kun tämä sujuu hyvin ja sujuvasti, annetaan uudet ohjeet. Kaksi nopeaa peräkkäistä taputusta kääntää taputuksen suunnan ja taputus jatkuu uuteen suuntaan.

### Vinkkejä ohjaajalle

Tämä aktiviteetti on hyvä kehon lämmittelyyn ja herättelyyn, jos ryhmä tuntuu väsyneeltä tai passiiviselta. On itse asiassa haastavaa tehdä tämä aktiviteetti ilman, että kukaan tekee virheitä - on tärkeää hyväksyä nämä virheet ja pitää hauskaa. Onnistuminen edellyttää, että kaikki todella kiinnittävät huomiota siihen, mitä muut ryhmässä tekevät, ja pystyvät reagoimaan. Tämän harjoittelu auttaa kehittämään yhteistyötä.



## Kani, kani, kani

Muodostetaan piiri. Kolme henkilöä muodostaa "kaniyksikön". Keskimmäinen eli "keskuskani" nostaa molemmat kädet pänsä molemmin puolin ja heiluttaa sormia kuin kanin korvia. "Keskuskanin" ympärillä olevat ihmiset ovat "sivukaneja", ja he nostavat yhden käden lähimpänä "keskuskania" ja heiluttavat kanin korviaan (sormia). Kaikki kolme sanovat äänekkäästi "kani, kani, kani, kani, kani, kani, kani..." ja heiluttavat korviaan. "Keskuskani" siirtää vuoron toiselle henkilölle ottamalla selkeän katsekontaktin häneen ja osoittamalla ojennetuilla korvillaan valitsemaansa henkilöä. Kyseisestä henkilöstä tulee seuraava "keskuskani". Uuden "keskuskanin" molemmin puolin seisovista henkilöistä tulee uusia sivukaneja. Yksi henkilö putoaa pelistä, jos hän ei reagoi oikeaan aikaan, jos hän on ylimääräinen sivukani, jos hän käyttää väärää sivukanin kättä jne. Kun joku putoaa pois pelistä, peli keskeytetään ja ryhmä päättää, kuka on uusi "keskuskani". Kun joku putoaa pois, hänelle annetaan raikuvat aplodit. Tätä jatketaan, kunnes jäljellä on enää kaksi henkilöä.

### Vinkejä ohjaajalle

Tämä on samanlainen harjoitus kuin "taputus kulkee piirissä" ja se sopii täydellisesti osallistujien energisoimiseen. Kouluttajan on varmistettava, että kaikki ymmärtävät toiminnan ennen sen aloittamista.

## Harjoituksia kielen oppimiseen:

### Lempisana

Osallistujat kertovat lempisanansa opeteltavalla kielellä. Voi kertoa perustelun miksi pitää sanasta esim. kuulostaako se kauniilta, hauskalta, muistuttaako jostain? Sanat kirjoitetaan muistiin niin että kaikki näkevät ne. Varmistetaan, että kaikki tietävät sanojen merkityksen. Kun sanat on kerätty, niistä voidaan muodostaa runoja.

### Asiat joista pidän

Harjoituksessa jokainen osallistuja kertoo yhden asian, mistä hän pitää. Sitten hän kysyy onko joku muu samaa mieltä esim. "Pidän kissoista. Onko täällä ketään muuta, joka pitää kissoista?" - "Minä pidän uimisesta. Onko täällä ketään muuta, joka pitää uimisesta?" ja muut osallistujat vastaavat nostamalla kätensä ylös. Jokaista aihetta käytetään keskustelun herättämiseen lisäkysymyksillä: "Ai sinä pidät kissoista, onko sinulla kissoja?". - "Missä sinä käyt uimassa?"

Tätä toimintaa voidaan jatkaa yksinkertaisilla kysymyksillä, kuten lempiväri, lempieläin jne. Yksinkertaisetkin kysymykset voivat tuoda esiin syvällisempiä vastauksia, kuten lempiväri sininen, joka muistuttaa sinua kotimaasi taivaasta.

### Vinkejä ohjaajalle

Näitä harjoituksia kehitettiin etäopetukseen, zoom-tapaamisissa pidettäväksi. Vaikka kysymykset ovat todella yksinkertaisia, henkilökohtaiset vastaukset antavat tilaa itseilmaisulle. Osallistujan on helppo säädellä omia rajojaan, mitä haluaa jakaa ja kuinka paljon. Harjoitus auttaa luomaan keskustelevan ilmapiirin, joka luo mahdollisuuksia harjoitella kielen käyttöä.

## Onomatopoeettiset sanat

Tässä toiminnassa käydään aluksi läpi erilaisia eläinten ääniä opittavalla kielellä ja kysytään osallistujilta, tietävätkö he, mitä ääntä kukin eläin pitää. On myös hauskaa vertailla eläinten ääniä eri kielillä, varsinkin jos ryhmässä on ihmisiä eri maista.

Myöhemmin voit laajentaa sitä muihin kielen onomatopoeettisiin sanoihin.

### Vinkejä ohjaajalle

Onomatopoeettisten äänteiden läpikäyminen on hyvin jännittävää alemmalle kieliryhmälle, sillä he pystyvät arvailemaan ja keksimään oikeat vastaukset, vaikka eivät tietäisikään niitä.

## Yhteistyössä tuotetut runot, tarinat ja näytelmät

Tässä tehtävässä kirjoitetaan pareittain kokoontaitettava runo, jossa yksi henkilö kirjoittaa lauseen ja seuraavan lauseen ensimmäisen sanan ja toinen täydentää lauseen ja antaa seuraavan lauseen ensimmäisen sanan. Runoilijat saavat lukea runonsa muulle ryhmälle.

Voit myös tehdä runoja ryhmätyönä, jolloin jokainen sanoo vuorotellen yhden sanan tai lauseen kerrallaan. Tämä leikkimielinen tapa tehdä runoja sopii erinomaisesti ihmisille, jotka eivät ole kovin innostuneita runoudesta, ja se on helppo toteuttaa matalalla kielitaidolla.

Tätä toimintaa voidaan helposti laajentaa tarinoiksi. Jos haluatte lisätä improvisaatiota, voitte näytellä tarinaa samaan aikaan, kun sitä kerrotaan: kaksi ihmistä on tarinankertojia ja kaksi muuta näyttelijöitä.

## Vinkkejä ohjaajalle

Runoudessa on hyvä korostaa sitä, että kielen kanssa leikitellään. Ajatuksia voi välittää myös ilman täydellistä kielioppia, mikä on hyvin vapauttavaa, sillä kielioppisäännöillä on suuri merkitys kielen oppimisessa. Runojen tekeminen yhdessä poistaa myös paineet "täydellisen keksimisestä ja hallinnasta". Yksinkertaisen lauseen merkitys voi muuttua täysin sen jälkeen tulevan lauseen myötä. Jos päätätte tehdä tarinankerrontaa ja näyttelemistä, on hyvä tehdä etukäteen lämmittelyharjoituksia ja varmistaa, että osallistujat ovat valmiita.

## Hyväksyminen ja torjuminen

### **Ehdotus, johon vastataan "ei-koska" (torjuminen)**

Pareittain. Toinen ehdottaa innokkaasti jotain yhteistä toimintaa. Toinen torjuu aina sanoja käyttäen: "ei, koska". Parit vaihtavat rooleja vuorotellen.

Esimerkiksi ehdotus: "Hei, onpa ihana sää. Mennään ulos." Torjuminen: "EI, KOSKA vihaan auringonpaisteessa olemista". Sama toisinpäin, aina uusi ehdotus ja uusi torjunta. Miltä tuntuu tulla torjutuksi? Miten se vaikuttaa kehoon tai energiaan?

### **Ehdotus, johon vastataan "kyllä/joo-ja" (hyväksyminen)**

Toinen ehdottaa innokkaasti jotain yhteistä toimintaa. Toinen hyväksyy aina sanoja käyttäen: "kyllä/joo, ja ..."

Esimerkiksi ehdotus: "Hei, maalataanpa tuo seinä." - "KYLLÄ, JA ja maalataan myös koko talo." Ja toinen voi jatkaa: "KYLLÄ, JA ehkä myös seuraava talo". - "KYLLÄ, JA kaikki kaupungin talot." jne. Niinpä pari käy keskustelua, joka jatkuu ja jatkuu. Miltä tuntuu tulla hyväksytyksi? Miten se vaikuttaa kehoon ja energiaan? Entä ryhmän ja työskentelytilan energiaan?

## Vinkkejä ohjaajalle

Annat aina oman energiasi. Torjuminen vie meidät pois yhteydestä toisiin ja siitä syntyy epävarmuutta ja vastarintaa: miksi edes tarjoaisin tai ehdottaisin enää kun tulen aina torjutuksi? -Tarjous voi olla sanallinen, kehollinen, tunnelmaisuun liittyvä, äänensävy, tauko tietystä kohdassa, ele, asento, ilme tai vaikka tapa kävellä. Kun kohtaat toisen ihmisen, edessäsi on paljon tarjouksia. Hyväksyminen on yksinkertaisimmillaan myönteistä suhtautumista kaikkeen siihen, mitä nyt-hetkessä ilmenee.

## Lahjat

Muodostetaan ympyrä. Kokeillaan ensin yhdessä miimistä määrittelyä, joka tukee tulevaa harjoitusta. Kaikki nostavat ympyrän keskeltä jonkin asian/esineen käyttäen koko kehon ilmaisua.

1 Nosta jotain suurta ja kevyttä esim. suuri höyhen. Jokainen määrittää mitä nostaa ja laskee sen alas sanomalla ääneen: "suuri höyhen." tai mikä se sitten onkaan. Kaikki mieleen tulevat asiat ovat oikein!

2 Nosta jotain suurta ja painavaa ja määrittele se ääneen.

3 Nosta jotain pientä ja kevyttä ja määrittele se ääneen.

4 Nosta jotakin pientä ja painavaa ja määrittele se ääneen.

### **Annetaan lahja toiselle ja otetaan se vastaan**

Pareittain. Ympyrän keskellä on pohjaton lahjasammio.

Toinen ottaa lahjan ympyrän keskeltä. Onko se iso vai pieni, raskas vai kevyt? Antaa lahjan parille. Lahjan vastaanottaja on aina iloinen ja onnellinen lahjasta, oli se mikä tahansa ja kertoo määritellen mitä sai esim. "Kiitos tästä upeasta kivistä, minulla ei olekaan tällaista", toinen vastaa aina ensin "ole hyvä" ja halutessaan jatkaa esim. "ajattelin että se sopisi kivikokoelmaasi". Parit vaihtavat antajan ja vastaanottajan rooleja.

**Toimintaa yhdessä lahjan kanssa.** Kun vastaanottaja on saanut lahjan ja määrittänyt mitä sai, hän ehdottaa että he tekevät sillä jotain yhdessä! Toinen vastaa "KYLLÄ!", ja sitten he käyttävät lahjaa yhdessä toiminnallisesti. Vältetään turhaa jutustelua ja keskitytään toimintaan. Jos yhteinen toiminta alkaa hiipua tai on jumissa, lopetetaan se ja otetaan uusi lahja pohjattomasta sammioista!

### Vinkejä ohjaajalle

Nämä harjoitukset sopivat erinomaisesti uuden sanaston oppimiseen, koska ne lisäävät kinesteettistä oppimista miimin avulla. Alemman kielitason oppilaat saattavat tarvita enemmän tukea keskusteluihinsa lisäkysymyksillä. Sanakirjan käyttäminen ei haittaa. Älä yritä keksiä mielessäsi etukäteen jotain, hallita tai yrittää olla liian älykäs, nokkela tai hauska.

## Työnhakuun liittyviä harjoituksia:

### Keskittyminen

#### **Kuuntele itseäsi ja ympäröivää tilaa**

Hengitys on kaikille ihmisille yhteinen asia. Sen tietoinen ajattelu ja kokeminen saa meidät aistimaan ja kunnioittamaan itseämme ja muita. Se tuo meidät kosketukseen maailman kanssa.

1 Ohjaaja antaa impulsseja. Seiso paikallasi ja rentouta hartiat, pää ja koko keho. Hengitä rauhassa niin syvään kuin haluat. Aseta kätesi vatsan ja pallean päälle ja tunne, miten hengityksesi liikkuu ja vaikuttaa kehoosi. Tämän jälkeen liikuta koko kehoasi päästä jalkoihin. Silmät voivat olla kiinni. Ohjaaja voi valita liikkeitä; ne voivat olla esim: Käännä päätäsi puolelta toiselle. Pyöritä hartioita eri suuntiin. Tee ylävartalon kierto eri suuntiin niin, että kädet seuraavat rennosti. Pyöritä lantiota. Pyöritä polvia. Pyöritä nilkkoja. Ravista lopuksi koko kehoasi ja anna äänen tulla ulos vatsanpohjasta.

2 Sen jälkeen, jos se on mahdollista, makaa lattialla, jos se ei ole mahdollista, istu tuolilla. Silmät kiinni. Rentoudu. Hengitä. Kuuntele kehosi ääntä: sydämenlyöntiäsi, hengitystäsi jne. Siirry hieman itsesi ulkopuolelle, mitä kuulet vieressäsi, kuuntele,

millaisia ääniä huoneessa olevat ihmiset pitävät, mitä muita ääniä huoneessa on? Mitä kuulet huoneen ulkopuolella? Rakennuksen ääniä, liikenteen ääniä, luonnon ääniä... Pysy paikallasi muutaman minuutin ajan. Olet osa maailmaa.

### Vinkkejä kouluttajille

Tämä toiminto on periaatteessa meditaatiota, mutta tässä yhteydessä sen tarkoituksena on tehdä osallistujat tietoisemmiksi ympäristöstään, jotta he avautuisivat muita harjoituksia varten.

### Muodot

Kävellään ympäriinsä tilassa, ei puhetta. Ohjaaja sanoo/näyttää joitakin muotoja (sanoja tai kuvia tai molempia), jotka ryhmän on tehtävä yhdessä. Muotoja voivat olla esim. ympyrä, neliö, kolmio, haarukka ja veitsi, numerot 8 tai 4 jne. Ryhmässä ei saa puhua, kuiskata tai asemoida ja siirrellä toisia. Kukaan ei organisoi, kukaan ei johda vaan kaikki ovat vastuussa yhdessä. Tavoitteena on rakentaa kuunteleva, rauhallinen ja aistit herkkänä oleva tila. Kiirettä ei ole. Lopuksi keskustellaan miltä tuntui. Oliko vaikeaa kun puhuminen ei ollut sallittua? Oliko vuorovaikutuksessa eroa puheen puuttumisen vuoksi? Lopuksi ryhmä voi kokeilla uusia muotoja, ja heillä on lupa käyttää puhetta. Oliko se helpompaa? Mitä mahdollisesti tapahtui aistivalle ja kuuntelevalle ilmapiirille?

### Yhteinen rytmi kävelyssä

Kuunteleminen, aistiminen ja yhteisen rytmin löytäminen. On rikkaus, että me ihmiset olemme eri rytmisiä, mutta se voi luoda myös haasteita vuorovaikutukseen ja yhteistyöhön. Joku voi miettiä "miten hänellä voi kestää niin kauan päättää, asiat eivät etene?" Kun taas toinen että "miksi hänellä on taas niin kiire, haluaisin miettiä asiaa hetken aikaa?".

1 Kävele omaa vauhtia ja rytmiäsi. Liioittele omaa kävelytyyliäsi ja rytmiä. Jos normaalisti kävelet nopeasti, tee se *hyvin* nopeasti. Jos keinut kävellessäsi, keinu enemmän! Kurkista hieman mitä muut tekevät, olemme erilaisia ihmisiä, mikä on hyvä asia.

2 Palaa normaaliin kävelyvauhtiin.

3 Yhdessä voimme tehdä uskomattomia asioita. Etsikää yhteistä rytmiä aistimalla toisianne. Kukaan ei ole johtaja, älä tee korostetusti rytmiä kengillä. Jonkun on pudotettava omaa kävelyvauhtiaan, toisen taas kiristettävä tahtia. Kyse ei ole siitä, että meidän pitäisi olla samanlaisia, vaan siitä, miten luomme yhteisen "tilan" tälle ryhmälle yhdessä.

A Kun yhteinen rytmi on löytynyt, ryhmä alkaa nopeuttaa kävelyvauhtia. Kukaan ei johda, vaan toiminta perustuu kuuntelemiseen ja aistimiseen. Ohjaaja voi näyttää käsin tai äänenvoimakkuusnappulan kuvan avulla, milloin nopeutetaan tai hidastetaan. Kuinka nopeasti ryhmä pystyy kävelemään samaa tahtia? Kuinka hitaasti he voivat kävellä samaan tahtiin?

B Sitten ryhmä voi testata:

Lopeta kävely samaan aikaan

Käänny oikealle samaan aikaan

Tee yhteinen hyppy

Aloittakaa kävely yhdessä

### Vinkejä kouluttajille

Tämän harjoituksen avulla osallistujat pääsevät harjoittelemaan aistimista ja kuuntelemista.

Voit keskustella ryhmän kanssa siitä, kumpi tuntui helpommalta, hidas vai nopea kävely. Ajatuksena on, että ihmisten välille muodostuva energia on kuin turvaverkko. Jos joku "kaatuu", verkko tukee ja antaa energiaa. Mutta jos ne langat eivät ole verkossa, joku voi pudota sen läpi. Eikö olisi turvallista ja mukavaa tuntea ja olla yhdessä näin?

### Sanaton viestintä

#### **Rohkeusympyrä, numerot 1-5; sanaton viestintä**

Ajattele numeroita 1-5. Numero 1 on ujo, hiljainen ja epävarma. Numero 5 on ulospäin suuntautunut, äänekäs ja itsevarma.



Meillä kaikilla on nämä viisi numeroa itsessämme, käytämme niitä eri elämäntilanteissa ja elämänvaiheissa. Ne myös muuttuvat sen mukaan, missä olemme ja kenen kanssa kommunikoimme.

**TÄRKEÄÄ:** Tarkoitus ei ole luokitella numeroita asteikolla hyvä-paha tai ajatella, että ihmisen pitäisi olla "aina rohkea, äänekkäs ja ottaa tilaa". On sosiaalisesti älykästä pystyä muuttumaan ja "leikkimään" omalla statuksella/olemuksella/itsellä. Jokaisessa numerossa on positiivinen ja negatiivinen puoli.

Muodostetaan piiri. Kaikki tekevät yhdessä. Ohjaaja antaa numeroita ja ohjeita.

1 Suljettu asento. Suojaa rintakehäsi käsillä ja sulje asento sisäänpäin kääntyneillä jaloilla. Ujo, arka, hiljainen, pieni ääni miltei kuiskaus, välttä katsekontaktia. Älä ota tilaa, anna tilaa muille. Ei halua olla huomion keskipisteenä. Tämä voi olla myös sisäinen kokemus, joka ei näy ulospäin. Tai se voi olla tunne ennen uutta tai jännittävää tilannetta. Voi olla myös tarkkailija, kuuntelija, ei tarvitse yrittää olla mitään muuta.

2 Vartalo voi avautua hieman, kädet enemmän sivulle. Parempi ryhti. Etsitään katsekontaktia, mutta se ei ole kovin pitkä. Kurki hieman ympärillesi. Pieni hymy ja tervehdys "hei". Ääni ja hengitys vielä ohutta. Halukkuus vuorovaikutukseen, mutta ei välttämättä halua tehdä itse aloitetta. Valmis menemään muiden kanssa yhdessä. Antaa tilaa muille.

3 Jalat hartioiden levyisessä haara-asennossa. Kädet sivulla, rentoina. Rauhallinen katsekontakti muihin. Ääni tulee syvältä vatsasta: "Hei". Tuntuu mukavalta. Neutraali ilme kasvoilla. Valmis ottamaan tilaa, mutta myös antamaan sitä muille.

4 Vartalo auki, paino toisella lantiolla. Kädet voivat liikkua ja selittää. Kovempi ääni. Näyttää ilmaisun ja tunteiden moninaisuutta. Vahva katsekontakti. Kuuntele, mutta odota omaa vuoroasi puhua, joskus hieman liian innostunut. Antaa mukavaa energiaa muille, mutta voi viedä myös liikaa tilaa omalla vahvalla ilmaisullaan.

5 Ota tilaa, liiku. Vahvat kehon ilmaisut. Kova ääni, toisten päälle puhuminen. Toistaa toisten tarinoita ikään kuin ne olisivat omia. Ei aisti tilaa ja toisten tunteita tai lukee niitä väärin. Haluaa hallita ja olla oikeassa. Antaa myös energiaa ja rohkeutta muille ihmisille: "Tehdään se".

### **Karikatyyrihahmoilla leikkiminen**

Ryhmä voi myös leikkiä numeroilla käyttämällä karikatyyrihahmoja. Hyvin liioiteltuja stereotyyppioita, esim. raivoisa johtaja (kuningas/kuningatar jne.) tai hyvin alistuva palvelija.

## **Leikitellään erilaisten karikatyyrihahmojen välisillä kohtaamisilla.**

Jokainen valitsee oman numeronsa, älä kerro muille. Mikä on paikka? Se voi olla kirjasto, kauppa jne. Kaikki hahmot (numerot) menevät kyseiseen paikkaan ja katsovat, mitä tapahtuu: tapaamisia ja keskusteluja.

### **Vinkkejä kouluttajille**

Näiden harjoitusten perusteella voit harjoitella työhaastattelutilanteita ja kaikenlaisia kohtaamisia normaalielämässä. Mikä on asema ja rooli, jonka otat työhaastattelussa? Entä työtoverisi?

## **Vahvistavia harjoituksia:**

### Supersankari

Tämä on hyvin yksinkertainen harjoitus, jossa osallistujia pyydetään luomaan oma supersankarihahmonsa, jolla on valta antaa maailmalle mitä tahansa. Osallistujia pyydetään käyttämään rekvisiittaa/asuja inspiraation löytämiseksi ja esittäytymään sitten ryhmälle kertomalla supersankarinsa nimi ja se, mitä he aikovat antaa maailmalle.

### **Vinkkejä kouluttajille**

Pukujen, rekvisiitan ja hahmon avulla osallistujien on helpompi ilmaista toiveitaan ja sitä, mitä he itse asiassa haluavat tuoda maailmaan - yleensä ne ominaisuudet, joita ihailimme eniten, ovat jo olemassa meissä itsessämme, mutta niitä ei välttämättä ole ilmaistu tai kehitetty täysin.

## Patsastekniikat

### Valokuvaaja

Pareittain. Antakaa henkilöille nimet A ja B. Toinen pareista, A, ottaa B:tä kädestä kiinni ja pyörittää häntä ympäri. A päästää otteensa irti ja B jää siihen asentoon, johon hän joutui liikkeen pysähtyessä. A katsoo ja tarkkailee B:n asentoa. A kuvailee, mitä hän näkee, mitä asento kertoo, mitä asento osoittaa. Tämän jälkeen tehtäviä vaihdetaan. Haluttaessa tehtävä voidaan tehdä myös niin, että vain yksi pari pyörittää toisiaan ja koko ryhmä keskustelee siitä, mitä asento kertoo.

### Still-patsas

Ryhmä muodostaa vahvoilla kehon asennoilla ja ilman sanoja, liikkumattoman kuvan (patsaan) ehdotetusta teemasta. Kuva voi olla yhden henkilön tai ryhmän (puolet ryhmästä tai pienemmät ryhmät) tekemä. Kuvassa jaetaan vaihtoehtoisia näkökulmia tilanteeseen / tunteeseen.

"Saatte sanan/teeman ja tehtävänne on luoda liikkumaton (still) patsas, joka edustaa mahdollista kokemusta aiheesta. Se voi olla oma kokemuksesi tai yleisempi kokemus tai ajatuksesi"

*Patsaiden aiheita voivat olla esimerkiksi ilo, suru, viha, kateus, rakkaus, vapaus, innostus, koti, menetys, uusi alku, toivo jne.*

Kun patsaat on tehty, valitaan tapa tarkastella kuvia. Jos ryhmä on jaettu kahtia toinen puolikas katsoo, kun toinen tekee. Mitä he näkevät kuvassa? Esimerkiksi jos nähdään iloa niin tulee tarkentaa miten se ilmeen kehossa tai muodossa "näen suuria hymyjä kasvoilla. Vartalo on auki, kädet ovat leveästi auki, henkilöt katsovat toisiaan, he ovat kääntyneet toisiinsa päin, näyttää siltä, että he kohta halailevat" jne.

### Still-patsas ja ajatusääni

Kun ollaan katsottu liikkumatonta kuvaa ja mitä ollaan siitä purettu, voidaan kuullaan mitä patsas tuntee ja ajattelee juuri sillä hetkellä. Ohjaaja koskettaa patsasasennossa olevaa henkilöä olkapäästä, ja patsas sanoo sanan, lauseen, äänen, joka sopii siihen asentoon ja tunnetilaan, mitä hän ajattelee tilanteesta juuri silloin.

Menetelmän tarkoituksena on irrottautua stereotyyppioista ja löytää tulkinta aiheesta yhdessä yksilön ja ryhmän kanssa.

### **Liikkuva patsas, liike ja ääni**

Liikkuvassa patsaassa tunteet esitetään liikkeen ja äänen avulla. Patsaat eivät ole enää liikkumattomia, ja ne voivat toistaa sanoja, lauseita tai ääniä, jotka ilmaisevat tunteita.

#### **Vinkejä kouluttajille**

Patsas-tekniikkaa voidaan käyttää monissa eri variaatioissa: ryhmän kanssa voidaan rakentaa yhteinen patsaskuva, jossa kouluttaja aloittaa patsaan rakentamisen keskeisestä ajatuksesta ja ottaa siihen liittyvän asennon. Osallistujat täydentävät sitä samalla tavalla. Hyvä esimerkki tällaisesta yhteisestä patsaskuvasta maahanmuuttajien kanssa on tehdä patsaskuva maasta, johon he ovat muuttaneet - ehkä yksi patsas sisältää myönteisiä asioita ja toinen kielteisiä asioita.