

Minun tarinani **-työkirjan** **käyttöopas** **sosiaali- ja** **terveydenhuollon** **ammattilaisille**



Oheinen Minun tarinani -työkirja on suunniteltu terveydenhuollon ja sosiaalialan ammattilaisille tueksi ja työkaluksi traumatisoituneiden pakolaislasten kanssa työskentelyyn.

Työkirjatyöskentelyn on todettu soveltuvan sotatraumatisoituneille lapsille iästä, kulttuuri- tai kielitaustasta riippumatta.

Työkirjan tehtävä on lapsen tarinan kuuleminen, traumojen työstäminen, voinnin vakauttaminen ja lapsen kotoutumisen ja hyvinvoinnin tukeminen.

*Psykotraumatologian keskus
Lasten ja nuorten toiminta,
2019–2021*

Lapsi näkyväksi

Työkirjan keskeisin tehtävä on tehdä lapsen oma tarina kuulluksi ja nähdyksi.

Elämäntapahtumat ja kokemukset jäsenyvät kirjan avulla yhtenäiseksi kokonaisuudeksi, minkä lisäksi kirja antaa mahdollisuuden suuntautua mielikuvissa tulevaisuuteen ja siihen liittyviin unelmiin ja toiveisiin.

Työkirja on jaoteltu kolmeen eri työskentelykokonaisuuteen, jotka hahmottuvat erivärisinä sivuina. Kolme teemaa ovat lapsen kotimaan tapahtumat, lähtö kotimaasta sekä kotoutuminen Suomeen.



Työkirja taipuu moneen

Kirjan väljä rakenne mahdollistaa sen monipuolisen käytön hoidon ja terapian arviointi- sekä hoitovälineenä, tai esimerkiksi sosiaalialan palvelutarpeen arvioinnin työkaluna.

Sosiaali- ja terveydenalan ammattilaiset voivat käyttää työkirjaa asiakas- ja hoitosuhteissaan, painottamalla lapsen kannalta tärkeimpiä osuuksia kirjasta.

Kotoutumisen tukeminen

Työkirjan avulla on mahdollisuus auttaa lasta kotoutumisessa tarjoamalla tilaa puhua lapsen suhteesta kotimaahansa ja kulttuuriinsa, sekä Suomessa kohtaamista tapahtumista ja niiden herättämistä ajatuksista ja tunteista.

Ammattilaisen arviointityökalu

Työskentely työkirjan avulla on sensitiivinen tapa tutustua lapseen ja kerätä tietoa hänen elämästään.

Työkirjatyöskentelyn kautta ammattilainen voi havainnoida esimerkiksi lapsen kykyä hahmottaa aikaa ja tapahtumia, lapsen muistia, motoriikkaa ja selviytymiskykyä, sekä miettiä mistä kaikesta olisi apua hoidon ja palvelutarpeen arvioinnissa ja suunnittelussa.

Monimuotoiset työskentelytavat

Työkirjaa voi työstää lapsen kanssa kotikäynneillä tai omilla vastaanotoilla. Menetelmiksi voidaan valita piirtäminen, maalaaminen tai esimerkiksi kuvakollaasien tekeminen lehtileikkeiden ja tarrojen avulla. Työkirjan takana olevaa muovitaskua voi käyttää tarvittavan välineistön säilyttämiseen.

Narratiivinen työkalu

Minun tarinani -työkirja on narratiivinen työkalu sellaisenaan, mutta ammattilainen voi viedä kuvallisen narratiivin myös kirjalliseen muotoon.

Jokaisen kuvallisen sivun viereen on jätetty kirjoitustilaa lapsen tarinan kirjoittamista varten. Ammattilainen voi kirjoittaa minä-muodossa tarinan lapsen kertoman pohjalta tai lapsi voi itse kirjoittaa omaa tarinaansa. Tarina voidaan lukea tapaamisen lopussa tai seuraavan kerran alussa, ja edellisiin työskentelykertoihin voidaan palata tarvittaessa.

Lapsella on aina oikeus muokata ja korjata tarinaa. Muokattu tarina voidaan liittää visuaalisen tarinan viereen, jolloin Minun tarinani työkirjasta muodostuu luettava kuvakirja.

Kronologinen käsittely auttaa tapahtumien jäsentämisessä

Kirja on jäsenneilty kronologisesti, jotta lapsen elämänkaari hahmottuisi syntymästä tähän päivään.

Työkirjaan piirtyy ilojen ja surujen kokonaisuus aikajärjestyksessä, tavoitteena hyväksyä elämän hyvät ja pahat tapahtumat osaksi lapsen omaa tarinaa.

Työkirja työskentely mahdollistaa rauhallisten ja myönteistenkin elämänvaiheiden muistelun, jotka usein jäävät traumakokemusten varjoon.



Traumaattiset tapahtumat puheeksi

Työkirja antaa turvallisen tavan käsitellä lapsen elämän traumaattisia kokemuksia lapsen itsensä kertomana ja kokemana. Käsiteltyihin traumakokemuksiin on mahdollista palata kirjatyöskentelyn edetessä.

Traumaattisten asioiden käsittely työkirjan kautta voi olla helpompaa, kuin suoraan puhuminen. Työkirja toimii etäännyttävänä elementtinä, jolloin tunteet ja tapahtumat voivat siirtyä lapsen sisältä paperille.

Traumatyöskentelyä ennen on hyvä muistaa erilaiset turvaa tuottavat elementit, turvaesineet/-lelut ja mielikuvaharjoitteet. Jokainen lapsi on selviytyjä omalla tavallaan. Onkin hyvä kysyä lapselta hänen kokemuksiaan vaikeista asioista selviytymisestä.

Työskentelyn tavoitteena on eheyttää lasta sekä auttaa



hätä koostamaan ajatuksiaan ja tunteitaan.

Positiiviset muistot suojaavat

Positiivisten asioiden käsittely toimii lasta suojaavana tekijänä. Työkirjan tarkoitus on olla sensitiivinen ja lasta vahvistava.

Traumaattiset tapahtumat ovat voineet saada lapsen mielessä korostuneen aseman, joten on tärkeää tuoda esille myös elämän positiivisia tapahtumia ja korostaa lapsen vahvuuksia. Työkirjan avulla konkretisoituu elämää kannattelevia, suojaavia sekä iloa ja toivoa tuottavia asioita kuvin ja sanoin.

Ammattilaisen on hyvä vahvistaa lapsen selviytymisen ja onnistumisen kokemuksia.

Tunteet puheeksi

Elämäntapahtumia käsiteltäessä on tärkeää käsitellä myös niiden herättämiä tunteita. Kirjan jokaisen sivun alalaidassa on tunnekulma, johon lapsi voi tuoda esille minkälaisia tunteita kyseinen työskentelykerta on hänessä herättänyt.

Tapaamisen loppuvaiheessa on hyvä varata riittävästi aikaa vakauttavaan keskusteluun ja harjoitteisiin.



Tulkin käyttö

Työkirjan työstäminen onnistuu myös tulkkivälitteisesti. Tulkin käytölle ei ole ikärajaa, pienikin lapsi voi työskennellä tulkin välityksellä.

Tulkille on hyvä kertoa etukäteen prosessinomaisesta työskentelystä ja toiveesta käyttää samaa tulkkia kaikissa tapaamisissa.

Tulkit saattavat tarvita vaikeiden asioiden käsittelyyn omaa työnohjusta, jota voidaan järjestää heille omien tulkkitoimistojen kautta.

Kirja jää lapselle

Valmiiksi työstetty kirja jää lapsen omaksi muistoksi hänen näin halutessaan. Lasta voi muistuttaa työntekijän salassapitovelvollisuudesta ja lapsen oikeudesta omaan tarinaansa.

Lapsen kanssa voidaan yhdessä sopia mitä asioita työskentelystä nostetaan yhteiseen keskusteluun vanhempien kanssa.

Vanhempainohjanta

Vanhemmille voidaan tarjota rinnakkaisia tukikäyntejä sekä psykoedukaatiota traumatisoituneen lapsen kohtaamiseksi ja ymmärtämiseksi.



Palaute työskentelystä

Työntekijä voi antaa työkirjatyöskentelystä palautetta Psykotraumatologian keskuksen Lasten ja nuorten toiminnan projektipäällikölle marjo.neste@hdl.fi



Työntekijän opasta ovat olleet toteuttamassa Lasten ja nuorten työryhmästä (2016–2018): Marjo Neste, Ann-Christin Qvarnström-Obrey, Sandra Hagman ja Mari Mäkinen-Halttunen

Kuvitus: Ninka Reittu

Helsingin Diakonissalaitoksen Psykotraumatologian keskuksen Lasten ja nuorten toiminta 2019–2021 saa rahoituksensa Euroopan Unionin Turvapaikka-, maahanmuutto- ja kotouttamisrahastosta.

