

# Vertaistuki taakkasiirtymien selättämisessä Sotaorpojen tuki- projektissa

Projektipäällikkö Nina Harjulehto





# Taakkasiirtymä

- Ylisukupolvinen trauma, menneisyys painolastina nykyhetkessä ja toimintatavoissa: trauman lisäksi tarvitaan myötävaikuttavia tekijöitä, kuten yhteiskunnallinen ilmapiiri
- Syntyy tarpeesta selvittää, se peittää alleen yksilön omat tarpeet
- Liittyy myös yhteisöihin ja ihmisen tapaan toimia niissä
- Siirtymistavat psykologisin mekanismein, perhesysteemissä jopa biologisesti
- Mukana mahdollisuus muutokseen

Mitä kannamme taakkana Sota-ajasta ja sen seurauksista?



# Millaista on ollut sotaorvon elämä lapsena- Mistä taakka muodostunut?

- Lasten traumatisoitumista sodasta ei ymmärretty
- Äitiä ei voinut rasittaa, oli oltava kiltti, ahkera ja avuksi
  - Vastuu pienemmistä sisaruksista tai talon töistä aivan liian nuorena
- Asunto-olot vähintään puutteelliset, osa joutui jättämään kotinsa
- Pilkan kohde myös aikuisten toimesta
- Isän kaipuu ja mahdollinen uusi isä henkisesti sodan runtelema
- Koulupolkua ohjattiin valtion tukijärjestelmin
- Kokemuksista ei saanut puhua, piti olla ylpeä isänmaalle annetusta ”kalleimmasta lahjasta”

# Sotaorpojen tukiprojektin ryhmät

- Suljettuja keskusteluryhmiä
- Tunnetaitoryhmä
- Luovaa menetelmää hyödyntäviä ryhmä
  - Kaikissa ryhmissä ulkopuolinen koulutettu ohjaaja
    - Organisoitu ja tavoitteellinen toiminta tulosten tukena
    - Toiminnan rajaaminen ohjaajan vastuulla
    - Ohjaaja vertaistuen ohjailijana ja tilanantajana kokemuksellisuudelle
    - Ohjaaja valmentajana



# Vertaistuen ulottuvuudet

- Kohtaamista
- Vastavuoroisuutta
- Eläytymistä
- Ymmärrystä
- Tsemppaamista
- Näköalojen tuomista
- Ymmärrystä omasta tilanteesta
- Yhteistä surua ja iloa
- Kuulluksi tulemista

(Vertaistukea saadaan, mutta sitä ei anneta)





# Saadut tulokset

- Mitattavuus? Käytetyt mittarit eivät juuri osoita muutosta (Koronan vaikutus?)
  - Kuvatut tulokset:
    - Minussakin on jotain hyvää
    - Selityksiä omalle elämälle
    - Minulla on vihdoin lupa nauttia elämästä
    - Toivottavasti kukaan ei enää joudu samaan tilanteeseen
    - Minäkin pystyn vielä johonkin
    - En ole arvoton, vaikka olen tällainen
- Voisiko olla: tunnetaitoja, itsetunnon paranemista, osallisuutta, resilienssin vahvistamista?

KIITOS KAIKILLE KUN JAKSOITTE KUUNNELLA!



**Kaatuneitten Omaisten Liitto r.y.**

