

Selviytymispaketti elämään vaeltajille.

Lähde yhdessä vartiosi kanssa selviytymisretkelle. Suunnitelkaa esimerkiksi viikonlopun mittainen retki, jonka aikana teette paketin harjoituksia. Harjoitukset käsittelevät rauhankasvatukseen liittyviä teemoja, kuten yhteistyötaitoja, empatiaa, tunne- ja turvataitoja, konfliktin taustoja ja ratkaisuja sekä moninaisuutta. Jokainen vartion jäsen valmistelee etukäteen sovitut harjoitukset. Jakakaa harjoitukset vartion kesken suunnilleen tasan ja siten, että muut eivät tiedä mitä harjoituksia toisilla on valmisteltavana. Älkää unohtako hyviä eväitä ja luonnosta nauttimista!

## **Yhteistyötaidot ja empatia**

### **Life is like a box of chocolates**

Ostakaa vartiolle yhteinen konvehtirasia, joka sopii kaikille.

Keskustelkaa toistenne mieltymyksistä ja jakakaa suklaat kaikille siten, että jokainen saa ainakin yhden lempisuklaansa. Miten reagoitte toistenne lempisuklasiin? Jakaako joku suklaa vahvasti mielipiteitä? Onko jako helppo ja reilu? Osaatteko suhtautua toistenne valintoihin niitä kunnioittaen? Oletteko yllättyneitä muiden valinnoista?

Keksikää vartiotanne kuvaava anekdootti suklaarasiastanne.

## **Selviytymistaidot**

Tutustukaa Suomen Mielenterveys ry:n julisteeseen ja valitkaa vartionne kanssa vähintään kolme eri selviytymiskeinoa, joita haluatte kokeilla. Julisteen ideana on herättää keskustelua siitä, että omia selviytymiskeinoja voi ja kannattaa aina vahvistaa. Mitä enemmän meillä on selviytymiskeinoja, sitä paremmin selviämme monenlaisista eteen tulevista ongelmista ja kriiseistä. Larpata yhdessä kokeiltavaksi valittuja selviytymiskeinoja. Keskustelkaa larpin jälkeen:

Mikä keino sopii sinulle parhaiten? Miltä tuntuu larpata keinoa, joka ei sovi itsellesi? Miten voit auttaa kaveria selviytymään?

**Fysiologinen selviytyjä** saattaa esimerkiksi lähteä lenkille ja ulkoilemaan, tehdä rentoutumisharjoituksia, syödä hyvin ja nukkua riittävästi.

**Älyllinen selviytyjä** tekee muun muassa suunnitelmia ja listoja ja hankkii lisätietoa.

**Sosiaalinen selviytyjä** jakaa kokemuksia muiden kanssa, viettää aikaa ystävien ja kavereiden kanssa, ottaa vastaan tukea ja tukee muita.

**Luova selviytyjä** kokkaa, nikkaroi, piirtää ja askartelee, käyttää mielikuvitusta ja etsii uusia tapoja toimia.

**Henkinen selviytyjä** hakee toivoa esimerkiksi arvoista ja aatteista ja pohtii elämän merkitystä ja mietiskelee.

**Tunteellinen selviytyjä** ilmaisee tunteitaan erilaisin keinoin, nauraa ja itkee.

Katso juliste seuraavalta sivulta.

# MILLAINEN SELVIYTYJÄ OLEN?



Lenkkeilen tai ulkoilen  
Harrastan lempiliikuntalajiani  
Rentoudun ja palaudun  
Syön hyvin  
Nukun riittävästi

PYSÄHDYN JA  
KUUNTELEN  
ITSEÄNI



Hankin asioista lisätietoa  
Teen suunnitelmia  
Kirjoitan asioita muistiin  
Ratkaisen pulmia  
Teen listoja



Haen turvaa ja toivoa uskonnosta,  
aatteista ja arvoista  
Pohdin elämän merkitystä  
Hiljennyn, mietiskelen,  
rukoilen, meditoin  
Olen läsnä



Etsin uusia tapoja toimia  
Käytän mielikuvitustani  
Ajattelen myönteisesti  
Kuuntelen itseäni  
Teen luovia asioita; kokkaan,  
piirrän, askartelen, nikkaroin

ETSIN KEINOJA  
PALAUTUMISEEN



Nauran, itken ja näytän tunteeni  
Kerron tunteistani  
Ilmaisen itseäni ja tunteitani  
taiteen keinoin: tanssin, soitan,  
maalaan, kirjoitan



Vietän aikaa kavereitteni kanssa  
Harrastan porukoissa  
Otan vastaan tukea ja tuen myös muita  
Jaan kokemuksiani muiden kanssa

KOKEILEN  
UUSIA TAPOJA  
SELVIYTYÄ

mieli

mieli.fi

## Tunne- ja turvataidot

### Tietoinen hengittäminen

Mukailtu Friends-ohjelman mindful breathing harjoituksesta.

Kesto: n. 10-15min

Harjoituksen tavoitteena on oman hengityksen tarkkailu ja tietoinen läsnäolo. Aikuinen ohjaa harjoitusta ja antaa ohjeet miten toimia. Taustalla voi soida hiljaa rentouttavaa musiikkia.

Jokainen asettuu itselle mukavaan paikkaan ja asentoon istumaan tai makaamaan esimerkiksi lattialle tai tuolille. Kaikki sulkevat silmänsä.

Ohjeista sudenpentuja rauhallisella äänellä ja tarpeeksi hitaasti puhuen:

- Hengitä syvään sisään nenän kautta ja hengitä ulos suun kautta. Toista muutaman kerran omaan tahtiin. Jos ajatuksesi lähtevät vaeltamaan, pyri palauttamaan ne takaisin hengityksesi tarkasteluun.
- Tunne kuinka keuhkosi laajenevat hengittäessäsi sisään. Hengittäessäsi ulos, tunne ilmavirta joka virtaa suusi lävitse.
- Nyt hengittäessäsi nenän kautta sisään, laske hitaasti neljään. Pidätä hengitystäsi laskien neljään ja hengitä suun kautta ulos laskien neljään. Lopuksi pidätä hengitystäsi laskien neljään. Toista omaan tahtiin muutaman kerran.
- Jatka hengitystä sisään ja ulos rauhallisesti omaan tahtiin.
- Kun hengität sisään, ajattele hengittäväsi rentoutta ja rauhallisuutta. Ulos hengittäessäsi huolesi tulevat ilmavirran mukana ulos.
- Voit tuntea olosi painavaksi kehosi rentoutuessa. Jatka hengitystä rauhallisesti omaan tahtiin.

Kerro lopuksi harjoituksen päättyneen.

### Missä menee raja?

Mukailtu THL:n Tunne- ja turvataitoja nuorille –materiaaleista

*Sukupuolisessa häirinnässä on kysymys vallasta ja sen väärinkäytöstä. Häirinnällä vahvistetaan sukupuoleen ja seksuaalisuuteen liittyviä kaavamaisia käsityksiä ja asenteita. Ahdistelulla voidaan osoittaa kohteen alemmuutta sosiaalisessa arvojärjestyksessä.*

*Sukupuolinen häirintä on prosessi. Yksittäinen tapahtuma voi ulkopuolisen mielestä olla vähäpätöinen, jos se irrotetaan tapahtumaketjusta. Sukupuolinen häirintä katoaa ilmiönä. Häirinnällä ei yleensä ole silminnäkijöitä tai häirintää ei haluta nähdä.*

Kuvitellaan tilanne, jossa partiolippukunnassanne on kiva ja reipas nuori vaeltajaikäinen mies. Hän on innokkaasti mukana lippukunnan tapahtumissa ja kaikki lippukunnassa pitävät hänestä. Erityisesti lippukunnan keski-ikäiset naiset parveilevat hänen ympärillään ja heittävät hurttia huumoria keskenään nuoren miehen kuullen. Missä menee raja? Mitä nuoren miehen pitää sietää ja katsella hyvällä? Mitä ei tarvitse sietää? Miten tilanne voidaan muuttaa?

*Erityisesti nuoret naiset kokevat sukupuolista häirintää. Yleisimmin seksuaalista häirintää toisen sukupuolen taholta kokevat 15–34-vuotiaat naiset, joista 54 % (samanikäisistä miehistä 19 %) on joutunut seksuaalisen häirinnän kohteeksi kahden viime vuoden aikana. (Tasa-arvobarometri 2008, kyselyn alaikäraja 15 vuotta.)*

*Varsinkin poikien kokema fyysinen häirintä näyttäisi olevan selvästi harvinaisempaa kuin tytöillä. Uimahalli erottuu kuitenkin poikiin kohdistuvan häirinnän tilana. (Aaltonen 2006.)*

Miettikää, millaisissa tilanteissa tytöt joutuvat seksuaalisen häirinnän kohteeksi partiossa? Entä onko partiossa tilanteita, joissa erityisesti pojat joutuvat seksuaalisen häirinnän kohteeksi?

*Sukupuolista häirintää on neutralisoitu arkipäiväisillä lausahduksilla, kuten ”rakkaudesta se hevonenkin potkii” ja ”pojat ovat poikia”. Sanonnat ovat harmittoman tuntuisia, mutta niillä vähätellään häirintää. Jos häirintä esitetään neutraalina, ongelmattomana toimintana, häirintää kokenut ei saa tilaa kertoa asiasta. Tällöin nuorelle ei anneta oikeutta loukkaantua häneen kohdistuvasta häirinnästä. (Aaltonen 2006.)*

Mitä voitte tehdä, jos lippukunnassanne johtokolmikko ja/tai turva-aikuiset eivät ota sukupuolista häirintää vakavasti tai vähättelevät sitä? Miltä tuntuisi pyytää apua piiriltä tai keskusjärjestöltä? Millaisia ongelmia ulkopuolisen avun pyytäminen voisi aiheuttaa?

*”Mikä suomalaisia naurattaa? Rivoja vitsejä kertovat enimmäkseen miehet, eikä niitä yleensä kerrota naisseurassa. Jos esimerkiksi työpaikalla naiset joutuvat kuuntelemaan heitä halventavia rivoja vitsejä, sitä voidaan pitää seksuaalisena häirintänä. Rivot vitsit kuuluvat miesten ja poikaporukoiden kulttuuriin. Rivoissa vitseissä nainen on yleensä hölmön objektin asemassa, kuten suosituissa blondivitseissä. Yhteinen vitsinkerronta lujittaa miesten ryhmätunnetta ja helpottaa elämistä äitien, sisarten, naisopettajien, tyttöystävien ja vaimojen maailmassa.” (Esimerkki äidinkielenkirjan tekstistä, tutkimuksesta Tainio & Teräs 2010.)*

Millaisia sukupuolisesti vinoutuneita tilanteita teidän lippukunnassa esiintyy? Kuka on kohde? Kuka aiheuttaa tilanteita? Miten te vaeltajavartiona voisitte luoda tasa-arvoa ja seksuaaliselta häirinnältä rauhoitettua tilaa lippukuntaanne?

- *Flirttailun ja häirinnän eroa voi hahmottaa esimerkiksi näin:*
- *Onko huomio toivottua vai ei-toivottua?*
- *Onko huomio molemminpuolista vai yksipuolista?*
- *Voiko huomion kohde poistua tilanteesta tai kieltäytyä ja saada käyttäytymisen loppumaan?*
- *Onko huomio tai fyysisen kontakti miellyttävää?*
- *flirttailussa kontakti on miellyttävää molemmille*
- *häirinnässä huomio on loukkaavaa, uhkaavaa tai hämmentävää*
- *Millainen valtasuhde/voimatasapaino on osapuolten välillä?*
- *tekijän hierarkkinen tai sosiaalinen auktoriteettiasema voi vaikeuttaa häirinnän kohteen mahdollisuuksia kertoa kokemastaan*
- *esim. vaeltaja/aikuinen, johtokolmikon jäsen/yksinäinen partiolainen, sisäpiirin porukka vs. häirinnän kohde*

Millaisissa tilanteissa flirttailu on sallittua partiossa? Onko flirttailu koskaan ok partiossa? Kuuluuko virittynyt ilmapiiri partioon?

Keskustelkaa vielä lopuksi, miltä aiheen käsittely tuntui? Pitäisikö sukupuolisesta häirinnästä partiossa puhua enemmän? Miksi ei tai miksi pitäisi?

## **Moninaisuuden ymmärtäminen**

### **Kenellä on oikeus luontoon?**

Katsokaa lyhyt tanssielokuva Maan sisällä linnut - Eatnanvuloš Lottit

<https://mediataidekasvattaa.fi/teos-marja-helander-eatnanvulos-lottit-maan-sisalla-linnut/>

On hyvä muistaa, että taiteen pyrkimys on aina herättää tunteita ja ajatuksia ja kaikki taiteen herättämät tunteet ja ajatukset ovat oikein. Ei ole olemassa väärää tulkintaa teoksesta.

Tarinan esiintyjät ovat kaksi nuorta saamelaista balettiopiskelijaa: Birit ja Katja Haarla. Teos tutkii saamelaisalueiden omistajuuden takana piileviä syvempiä kysymyksiä. Kenellä on oikeus Lapin luontoon?

Tutustukaa lyhytelokuvan jälkeen saamelaisnuorten elämään.

<https://ihmisoikeusliitto.fi/saamelaisnuori-kuvasarja/> Miten heidän elämänsä eroaa teidän elämästänne etnisen syntyperän vuoksi? Miten me ei-saamelaiset suomalaiset voimme edesauttaa saamelaisten oikeuksien toteutumista? Mitä eroa on sinun tai saamelaisen oikeuksilla Lapin luontoon?

## MYYTINMURTAJAT

Käykää läpi alla olevia myyttejä ja keskustelkaa niistä. Myyttien ”perustelut” eivät ole aukottomia vastauksia vaan antavat pohjaa keskustelulle ja erilaisille näkökulmille. Hankkikaa myös lisätietoa teemoista.

- Onko näissä myyteissä totuuspohjaa vai ovatko ne ainoastaan myyttejä?
- Mistä myytit syntyvät tai mikä ylläpitää niitä?
- Miten myytit vaikuttavat ihmisten elämään?
- Miksi myyteistä on hyvä päästä eroon tai ainakin tiedostaa, että ne ovat myyttejä?
- Miten myytit murretaan?
- Jos pitäisi paeta Suomesta, kuka sinun perheestäsi, lähtisi matkaan ja miksi?
- Tunnetko henkilön, joka on tullut pakolaisena Suomeen?
- Miten uskontodialogi voisi auttaa ihmisiä toimimaan toistensa kanssa?
- Oletko kohdannut vihapuhetta? Missä?
- Mistä vihapuhe syntyy?
- Miten voisitte itse olla vaikuttamassa väkivallan ja vihapuheen vähentämiseen?
- Keksittekö lisää vastaavia myyttejä?

## TEEMA 1: PAKOLAISUUS

**KAIKKI PAKOLAISET TAVOITTELEVAT VAIN PAREMPAA TALOUDELLISTA ASEMAA EUROOPASSA**  
Tutkimukset osoittavat, että maantieteellinen läheisyys ja inhimilliset kontaktit ratkaisevat sen, mihin turvapaikanhakijat suuntaavat. Useimmat pakolaiset pakenevat lähimmän rajan yli ja jäävät siihen. Yli puolet maailmanpakolaisista ovat ns. maan sisäisiä pakolaisia eli he eivät lähde pois oman maansa rajojen sisältä. Ainoastaan murto-osa maailman pakolaisista suuntaa Euroopan maihin, kuten Suomeen.

### PAKOLAISET, JOILLA ON ÄLYPUHELIMET, EIVÄT OLE AVUN TARPEESSA

Kun ihmiset ovat pakolaisia, he pakenevat vainoa tai sotaa. Se ei tarkoita, että ihminen olisi köyhä vaan pakoon lähtee ihmisiä kaikista yhteiskuntaluokista. Omasta maasta pakeneminen maksaa paljon rahaa, ja älypuhelimien avulla voi pitää yhteyttä salakuljettajiin ja omaisiin sekä saada rahaa omaisilta. Monilla pakenevilla on resursseja, joiden avulla he voivat paeta. Paon aikana moni kuitenkin köyhtyy.

### VAIN NUORET MIEHET PAKENEVAT PAREMMAN ELÄMÄN PERÄSSÄ EUROOPPAAN

Miehet lähtevät usein Eurooppaan ensin, koska matka on vaarallinen, raskas ja riskialtis. Naisia on aluksi vähän, mikä johtuu matkan riskeistä. Naiset ja lapset saadaan Eurooppaan usein

perheenyhdistämisen kautta. YK:n pakolaistilastojen mukaan pakolaisista noin 50% on naisia ja noin 50% miehiä.

MAAHANMUUTTAJAT OVAT MUSLIMEJA, JOTKA HALUAVAT VÄKIVALTAAN Vain osa maahanmuuttajista on muslimeja, monet ovat kristittyjä. Harva muslimi kannattaa ääri-islamistien lietsomaa väkivaltaista pyhää sotaa. Yhtä hyvin voitaisiin väittää, että kristityt ovat terroristeja, koska norjalainen joukkosurmaaja Anders Behring Breivik oli terroristi. Muslimimaahanmuuttajat kaipaavat ennen muuta ruokaa, vaatteita, välittämistä ja hyväksyntää kuten kaikki muutkin ihmiset. Useimmat maahanmuuttajista tulevat Suomeen pakon edessä, eivät levittääkseen uskontoaan.

## TEEMA 2: KATSOMUKSET JA AJATTELUTAVAT

### KAIKKI ÄÄRIAJATUKSET OVAT PAHASTA

Monet ihmiset olivat sitä mieltä, että Kolumbuksen suunnitelma Aasiaan purjehtimisesta lännen kautta oli ekstremistinen idea. Myös orjuuden lakkauttaminen ja äänestysvoikeuden antaminen naisille oli ekstremistinen ajatus. Ekstremistisen ajatuksen tai idean viljeleminen tai toteuttaminen ei siis sinällään ole väärin, mutta sen pakottaminen muille ihmisille minkäänlaista väkivaltaa käyttäen, on väärin.

### MAAILMA OLISI PAREMPI PAIKKA ILMAN USKONTOJA

Uskontojen nimissä on tehty niin paljon pahaa ja uskontoja on käytetty ja käytetään henkilökohtaisen ja poliittisen vallan ja ahneuden välineenä, että joskus todetaan, että uskontoja ei pitäisi olla. Ihmisellä on kuitenkin luonnollinen tarve ymmärtää oman olemassaolonsa ja elämän merkitystä. Ajatus siitä, että tänne syntyisi sattumalta ja elämä olisi pelkkää sattumanvaraista arpapeliä, voi tuntua lohduttomalta. Ihminen on kaksinainen olento sekä fyysinen että henkinen (sielullinen), jolla on sekä fyysisiä että henkisiä tarpeita.

### KAIKKI KRISTITYT OVAT AHDASMIELISIÄ

Kaikki kristityt eivät toimi tai ajattele samalla tavalla. Osa haluaa noudattaa tiettyjä Raamatusta nousevia sääntöjä, osa kokee, ettei uskomisen tarkoita sääntöjen noudattamista. Kuten kaikissa uskonnoissa, myös kristinuskossa on erilaisia uskovaisuuden muotoja, fanaattisista fundamentalisteista hartaisiin uskovaisiin, tapauskovaisiin ja ateisteihin. Myös ihmisen arvot pohjautuvat moniin elämän osa-alueisiin, ei vain esimerkiksi uskontoon. Maallistuminen ja uskonnollisen moniarvoisuuden lisääntyminen ovat tämän ajan kehityskulkuja myös kristittyjen keskuudessa.

### LÄHETYSTYÖ ON PAKKOKÄÄNNYTTÄMISTÄ

Lähetystyöllä on historiallinen painolastinsa, ja mielikuvissa lähetysaarnajat edustavat yhä arveluttavaa kolonialismia, joka pyrkii yksipuoliseen arvojen tuputtamiseen ja pakanoiden käännyttämiseen paikalliskulttuurin ja jopa ihmisoikeuksien kustannuksella. Edelleen lähetystyön kentällä tapahtuu ääri-ilmiöitä, mutta ne eivät edusta koko työn kirjoa. Lähetysjärjestöjen merkitys kehittyvässä maissa ei ole katoamassa. Suomalaiset lähetysjärjestöt tekevät usein lähetystyötä, kehitysyhteistyötä ja rauhantyötä. Työtä ohjaavat YK:n kestävä kehityksen tavoitteet sekä kansainväliset ihmisoikeusperiaatteet. Toiminnan täytyy olla linjassa Suomen lainsäädännön, ihmisoikeuspolitiikan, ihmisoikeusperustaisuuden ja syrjimättömyyden sekä kehityspoliittisten painopisteiden ja sektorikohtaisten linjausten kanssa. Kristinusko tai kääntyminen eivät koskaan ole edellytys avun saamiselle tai osallistumiselle. (Lähde: Suomen Lähetysseura)

### ISLAM MÄÄRÄÄ KAIKKEA KAIKKIEN MUSLIMIEN ELÄMÄSSÄ

On harhaluulo, että islam määritteli kaikkea muslimien toimintaa ja kieltäisi valtavasti asioita. Islam on moninainen. On erilaisia oppisuuntia. Pyhien tekstien tulkintoja on monenlaisia. Kaikki muslimit eivät toimi samalla tavalla, kuten eivät kaikki kristitytkään. Esimerkiksi Koraanissa vaadettua

koskevat ohjeet eivät ole yksityiskohtaisia. Koraani korostaa säädyllystä pukeutumista sekä miehillä että naisilla. Tulkinta, jonka mukaan naisen pitää peittää kaikki muu kuin kasvot ja kädet, on syntynyt paljon Koraanin kokoamisen jälkeen. Osa muslimeista ajattelee tekevänsä väärin uskontoansa kohtaan, jos ei käytä huivia, toiset taas pitävät sitä henkilökohtaisena valintana. Kuten kaikissa uskonnoissa, myöskään kaikki muslimit eivät ole fanaattisia tai syvästi uskonnollisia. Muslimien parissa on samanlainen uskovaisuuden kirjo kuin kristityillä, hartaista uskovaisista tapauskovaisiin ja ateisteihin.

#### ISLAM ON POIKKEUKSELLISEN VÄKIVALTAINEN USKONTO

Kun tutkitaan historiaa, ei voida sanoa, että jokin tietty uskonto on aiheuttanut enemmän sotia kuin jokin toinen. Mutta jotkut ihmiset tulkitsevat islamia siten, että se on väkivaltainen uskonto ja tekee terroritekoja sen nimissä. On tärkeitä muistaa, että uskonnot eivät sinällään aiheuta hyviä/pahoja tekoja tai hyviä/ huonoja asioita vaan ihmiset. Myös niin sanotut ”tavalliset” muslimit kärsivät niistä terroriteoista, joita muslimiterroristit tekevät islamin nimissä.

#### USKONNOLLISET KIISTAT OVAT SYY KAIKKIIN ASEELLISIIN KONFLIKTEIHIN

Monet ihmiset ajattelevat, että useimmat aseelliset konfliktit syntyvät uskontojen takia. Syyt ovat kuitenkin erittäin moninaiset. Joissakin tapauksissa jotkut tekijät voivat johtaa ryhmien väkivaltaiseen käyttäytymiseen yhdessä yhteisössä, mutta ei toisessa. Ratkaisevia tekijöitä saattaa olla, onko käytettävissä asianmukaisia ja tehokkaita vastamekanismeja, kuten hyvin toimiva hallinto ja oikeussäännöksiin perustuvat instituutiot, vai ei. Jotta aikainen ehkäisy olisi tehokasta, konfliktien moniulotteiset pohjimmaisat syyt olisi tunnettava ja niihin olisi puututtava.

#### KAIKKIEN MUSLIMINAISTEN ASEMA ON HUONO

Useissa muslimimaissa lainsäädäntö määrittelee naisen eriarvoiseen asemaan mieheen verrattuna. Suurimmassa osassa muslimimaista rajoittavaa lainsäädäntöä ei kuitenkaan ole, vaan naisten itsemääräämisoikeutta rajoitetaan sosiaalisista ja kulttuurisista syistä. Yhteiskuntaluokka on usein määräävämpi tekijä kuin sukupuoli. Monet naiset ovat vaikutusvaltaisissa asemassa myös muslimimaissa. Mutta esimerkiksi Saudi-Arabiassa naiset eivät saa ajaa autoa ja heillä tulee olla sukulaismies saattajana. Islamin pyhiä kirjoituksia naisen asemasta ja oikeuksista voi jälleen tulkita monella tapaa. Koraanin neljännessä suurassa, eli luvussa, mainitaan, että miehellä on lupa ottaa useita vaimoja. Ehtona kuitenkin on, että jokaista naista tulee kohdella tasapuolisesti ja heidät kaikki tulee pystyä elättämään. Muutamien muslimimaiden lainsäädännössä sallitaan edelleen useat vaimot, mutta käytännössä tämä on harvinaista, koska harvalla on riittävästi varallisuutta usean vaimon elättämiseen. Joissakin muslimimaissa, esimerkiksi Egyptissä, tytöille edelleen tehdään ympärileikkauksia. Sukupuolielimiä silvotaan, jotta naiset eivät voisi nauttia seksistä. Koraanissa tyttöjen ympärileikkausta ei mainita, vaan ympärileikkaus liittyy kulttuuriin.

#### KAIKKI SUOMALAISET AJATTELEVAT SAMALLA TAVALLA

Suomalaiset koostuvat useasta etnisestä ryhmästä. He puhuvat useita eri kieliä ja heillä on useita eri uskontoja. Suurin osa suomalaisista on suomenkielisiä luterilaisia, vaikka myös he jakautuvat eri ryhmiin mitä tulee uskonnollisuuteen, ajattelutapoihin ja esimerkiksi poliittisiin suuntauksiin. Vuoden 2015 eduskuntavaaleissa neljä suurinta puoluetta olivat 4 prosentin sisällä toisiinsa nähden kannatusluvuissa. Tämä osoittaa, että Suomessa vallitsee laaja moninaisuus ja monenlaisia mielipiteitä ja ajatuksia maan johtamiseen liittyen. Suomessa on myös useita eri mielipiteitä ja ajatuksia esimerkiksi EU:sta eroamisesta tai EU:ssa pysymisestä sekä Natoon liittymisestä.

#### TEEMA 3: YHDESSÄ JA TOISTA VASTAAN

## MIKSI MEIDÄN TULISI HUOLEHTIA MUISTA IHMISSISTÄ JA AUTTAA HEITÄ?

Suomea on autettu paljon esimerkiksi talvisodan aikana vuonna 1939. Ihmisiä (lähes 13 000 yhteensä) saapui useista Euroopan maasta auttamaan Suomea puolustautumaan sodassa. Italialaiset lähettivät Suomeen taistelukoneita ja aseita. Britit ja ranskalaiset lähettivät myös lentokoneita Suomen käyttöön. Amerikkalaiset lahjoittivat enemmän kuin 2 miljoonaa dollaria Suomelle. Toisen maailmansodan aikana (jatkosota) 1941–1944 noin 70 000 suomalaista lasta lähetettiin Ruotsiin, Norjaan ja Tanskaan turvaan sodalta.

## SOLIDARITEETTI VAATII SAMANLAISUUTTA TAI SAMANKALTAISUUTTA

Kansainväliset tutkimukset osoittavat, että on mahdollista rakentaa hyvin monimuotoisia ja moninaisia yhteiskuntia siten, että ihmiset kuitenkin ovat valmiita panostamaan yhteiseen hyvään. Ihmiset, jotka asuvat sellaisissa maissa, joissa on paljon etnistä moninaisuutta identifioituvat yhtä vahvasti omaan maahansa kuin ihmiset, jotka asuvat sellaisissa maissa, joissa on vain vähän etnistä monimuotoisuutta. Alankomaat ovat esimerkki siitä, kuinka erittäin monimuotoinen yhteiskunta silti voidaan kokea yhteiseksi.

## TERRORISMI TOIMII

Terrorismi toimii vähän samalla tavalla kuin jos päästäisi nälkäisen tiikerin huoneeseen, jossa on parhaillaan meneillään väittelytilaisuus, jossa olet toisena osapuolena. Saat huomiota ja voit toivoa, että tiikeri syö vastustajasi mutta sinulla ei ole kontrollia tilanteessa. Väkivalta 'toimii' silloin, kun sen avulla saavuttaa kontrollin, mutta väkivalta soveltuu huonosti politiikan ohjaamiseen. Poliittisen kontrollin saavuttaminen vaatii toisenlaisia keinoja: sanoja ja neuvotteluja. Terrorismi on rajoittamatonta kaoottista väkivaltaa. Terroristit ottavat mieluusti kunnian itselleen, kun asiat menevät heidän toivomallaan tavalla. Mutta terrorismi toimii huonosti, koska väkivaltaiset ekstremistit elävät eräänlaisessa fantasiamaailmassa.

## VÄKIVALLATTOMUUS EI TOIMI

Moni uskoo, että väkivallattomuus toimii vain silloin kun vastapuoli (esimerkiksi diktaattori) ei valitse väkivaltaa vastustuksen kohtaamisessa. On kuitenkin osoitettu, että väkivallattomuus toimii myös väkivaltaisten yksinhallitsijoiden kohtaamisissa. Amerikkalainen tutkija Erica Chenoweth on osoittanut, että väkivallattomuus on tehokkaampi tapa kuin väkivallan käyttäminen. Hänen mukaansa vuosien 1990–2015 väkivallattomista kansannousuista noin 50 prosenttia olivat onnistuneita, kun vastaavasti ai- 6 noastaan 25 prosenttia aseellisista kansannousuista olivat onnistuneita. Väkivallattomat kansannousut toimivat, mutta usein eri tavalla kuin aseelliset kansannousut. Ne haastavat ja poistavat vallan tukipilareiden kannatuksen siten, että järjestelmä ei voi toimia tehokkaasti ja kaatuu. Ei ole varmaa, että hallitsija väkivalloin onnistuu kukistamaan protestit tai muut väkivallattoman taistelun osoittamismuodot. Joskus jonkun järjestelmän väkivalta toimii bumerangiefektinä ja osuu heihin itseensä. Kun väkivaltaa käytetään siviilejä vastaan, hallitsijat voidaan kokea laittomaksi ja useampi ihminen liittyy kansannousuun. Konfliktinratkaisussa ei kuitenkaan ole yhtä oikeata tapaa.

## VÄKIVALLATTOMUUS TOIMII AINA

Väkivallattomat kansannousut ja konfliktien ratkaisupyrkimykset voivat joskus saada vakavia seurauksia (esim. Syyria, Ukraina ja Libya). Myös kulttuuriset eroavaisuudet tulee ottaa huomioon. Väkivallattomat kansannousut voivat edistää ja syventää demokratian kehittymistä, mutta toisaalta ne voivat myös jakaa kansaa, lisätä polarisaatiota ja lisätä aseellisten konfliktien riskiä esimerkiksi etnisten tai uskonnollisten erimielisyyksien takia. Sen takia tulee pyrkiä ymmärtämään minkälaisia olosuhteita positiivinen väkivallaton kansannousu edellyttää.

## MINUN TULEE VÄLTÄÄ KONFLIKTEJA

Elämä on täynnä konflikteja. Jos haluat elää ja nauttia, sinun on hyväksyttävä se tosiasia. Ellet halua kohdata konflikteja, et voi ratkaista niitä. Konfliktien välttäminen voi käytännössä tarkoittaa, että "seisoo paikallaan", elämä menee ohi ja muut päättävät puolestasi. Sinun on hyvä toimia, kohdata



sisäiset ja ulkoiset konfliktit, joihin joudut. Lähdet tilanteesta aina voittajana, siitä huolimatta oletko oikeassa vai et. Aina on mahdollista saavuttaa sopimus, johon molemmat osapuolet ovat tyytyväisiä. Sinun tulee tehdä töitä sen eteen, että saavutat unelmasi.

#### IHMISILLÄ ON SYNTYMÄSSÄ SAATU LUONNOLLINEN KYKY RATKAISTA KONFLIKTEJA

Me kaikki synnyimme sellaisiksi, että meillä on luonnollinen halu saada asiat menemään haluamallamme tavalla. Jokaisen meistä tulee opetella kontrolloimaan osaa tästä halusta ja sen sijaan ratkaisemaan konflikteja. Riippuen persoonallisuudestasi tämä on sinulle helpompaa tai vaikeampaa. Ihmiset eivät siis synny siten, että automaattisesti osaisivat ratkaista konflikteja. Jokainen meistä joutuu tekemään työtä sen oppimisen eteen.

#### KONFLIKTEJA ON MAHDOTON OPPIA RATKAISEMAAN

Konflikteja on vaikea käsitellä ja ne vievät sekä aikaa että rahaa. Tämän tietävät kaikki. Mutta jos konfliktit voidaan ratkaista varhaisessa vaiheessa, paljon on voitettu. Onnistuneeseen konfliktinratkaisuun on joitakin helppoja sääntöjä, ja työkaluja. Yksi syy siihen, miksi joudumme konflikteihin, on uskomus, että ”konfliktit ovat epäluonnollisia”, ja että konfliktin aiheuttaa hankala ihminen, kuten esimerkiksi minä itse tai joku toinen. Mikäli opimme ja hyväksymme sen, että konfliktit ovat yhtä luonnollisia kuin valo ja pimeä, on paljon jo voitettu. Konflikteissa on myös eri asteita ja niiden merkkien tunnistamaan opetteleminen on tärkeä osa konfliktinratkaisua ja konfliktien käsittelyä. Esimerkiksi pienellä ironialla alkava tilanne voi päättyä katastrofiin, jolloin saattaa jo olla liian myöhäistä selvittää konflikti ja vaurioita on jo syntynyt. Mikäli jollakin ihmisellä on vain yksi tapa käsitellä konflikteja, sitä voidaan verrata esimerkiksi puuseppään, joka ainoastaan hallitsee vasaran käytön. Hän varmasti osaa naulata nauvoja hyvin, mutta heti kun lauta pitäisi halkaista, syntyy ongelmia. Siksi on tärkeätä, että jokaisella ihmisellä on henkilökohtainen tyyli- ja tapojen varasto, joka sisältää useita erilaisia tyyli- ja tapoja erilaisten konfliktien käsittelemiseksi.

#### **Aseellisia konflikteja aiheuttavia tekijöitä ovat muun muassa:**

**KÖYHYYS:** Viime vuosina köyhien maiden todennäköisyys joutua osaksi aseellista konfliktia on ollut paljon suurempi kuin rikkaiden maiden, koska köyhillä mailla on vähemmän kriisinhallintaan tarvittavia taloudellisia ja poliittisia resursseja. Köyhyys sinänsä ei kuitenkaan ole ratkaiseva tekijä, sillä useimmat köyhät maat elävät enimmäkseen rauhanomaisissa oloissa.

**ERIARVOISUUS:** Sotien ja konfliktien koettelemat maat kärsivät hyvin usein myös eri yhteiskuntaluokkien välisestä epätasa-arvosta. Eriarvoisuuden perusteena on usein etninen tausta, kansallinen identiteetti, uskonto sekä taloudellinen ja sosiaalinen asema. Eriarvoisuus estää yhtäläisen mahdollisuuden poliittiseen vaikuttamiseen ja sulkee myös siten tien rauhanomaiseen muutokseen. Joskus väkivaltaiset konfliktit puhkeavat epäkohtien harkitun mobilisoinnin seurauksena. ”Identiteettipoliittikka” - etnistien, uskonnollisten tai kansallismielisten myyttien ja epäinhimillistävien ideologioiden edistäminen - tarjoaa poliittisille johtajille helppoja tilaisuuksia mobilisoida tukea sovinnisille tarkoituksille. Tämä johtuu etenkin siitä, että alle 20 prosenttia kaikista maista on etnisesti homogeenisia.

**TALOUDEN HEIKKENEMINEN:** Heikot taloudelliset olosuhteet tekevät maista konflikteille alttiimman. Yhteiskunnan vakaus saattaa myös horjua, ellei taloudellisia uudistuksia ja rakennemuutoksia täydennetä kompensoivilla sosiaalipoliittisilla toimilla. Kun nämä tekijät yhdistetään voimattomaan hallintoon, mahdollisuudet estää väkivaltaisuuksien puhkeaminen ja leviäminen ovat vähäiset.

**AHNEUS:** Vaikka sota ja aseelliset konfliktit tulevat yhteiskunnalle kokonaisuudessaan kalliiksi, ne voivat kuitenkin joillekin henkilöille olla myös kannattavia. Näissä tapauksissa taistelua käydään luonnonvaroista, kuten öljystä, kaasusta, timanteista, metsistä ja muista hyödykkeistä. Huumeet yhdistetään myös usein konflikteihin. Näitä konflikteja ylläpitävät yleensä henkilökohtaista etua tavoittelevat henkilöt tai hallitusten naapurimaissa olevat intressit. Kansainvälisellä liikemaailmalla

saattaa myös olla osuutensa asiassa sen edustajien ostaessa vääryydellä hankittua omaisuutta, edesauttaessa rahanpesua ja toimittaessa jatkuvasti aseita konfliktialueille.

**LUOTTAMUKSEN PUUTE:** Kansakuntien välisen luottamuksen puute ja epävarmuus valtioiden välisissä suhteissa voi vaarantaa rauhan ja turvallisuuden. Esimerkiksi joukkotuhoaseet, niiden laitton varastointi ja tavanomaisten aseiden laittomat siirrot saattavat vaaraan niin kansainvälisen rauhan ja turvallisuuden kuin YK:n peruskirjan muutkin tavoitteet. Jo pelkkä joukkotuhoaseiden hallussapito luo vääjäämättömän riskin niiden käytölle. Tiedonvaihto ja läpinäkyvyys aseistuksessa ja sotilasasioissa yleensä voivat vähentää väärinymmärrysten ja virhelaskelmien riskiä.

**IHMISOIKEUSLOUKKAUKSET:** Systemaattiset, tiettyihin ryhmiin kohdistuvat ihmisoikeusloukkaukset lisäävät aseellisten konfliktien syntymisen riskiä. Ei ole epäilystä siitä, että oikeusvaltion ja demokratian puutteen lisäksi vaatimukset ylivallassa, syrjintä ja panettelu ovat konfliktien perimmäisiä syitä. (Lähde: United Nations Regional Information Centre, UNRIC)

## Konfliktin taustalla

### Voimalauseita ja kannanottoja!

Agenda 2030 -teemapäivämateriaalista

Hakekaa yhdessä tietoa ja pohtikaa, millaisia tasa-arvo-ongelmia Suomessa on. Miksi tasa-arvo on tärkeää? Mitä tasa-arvo mielestänne tarkoittaa? Miten kaikki voivat vaikuttaa tasa-arvon paranemiseen?

Keskustelun jälkeen laatikaa voimalauseita tasa-arvosta.

### Some Deep Story

Valitkaa Yle Arenasta yksi teitä kiinnostava jakso dokumenttisarjasta Some Deep Story (<https://areena.yle.fi/1-3670003>) ja katsokaa se yhdessä.

Jakson jälkeen pohtikaa yhdessä:

- Minkälaisia ajatuksia dokumentti herättää?
- Onko jollain lähipiiristäsi vastaavia ongelmia?
- Miltä tuntuisi jos lähipiirissäsi olisi näitä ongelmia?
- Miten voisit auttaa kaveria, jonka lähipiirissä on vastaavanlainen tilanne?

## Konfliktin ratkaisu

### AKTIVISMI JA VAIKUTTAMINEN

Mukailtu Rauhankasvatusinstituutin materiaaleista

Katsokaa Rauhankasvatusinstituutin sivulta Tarinoita aktivismista -videoita.

<https://rauhankasvatus.fi/nuoret-ja-rohkeat-videokirjasto/>  
<https://rauhankasvatus.fi/nuoret-ja-rohkeat-tehtavakokonaisuus/>

<https://www.nuortenideat.fi/fi/>

Nuorten aktivistien videot käsittelevät aktivismin ja osallisuuden teemoja mm. Suomessa, Perussa, Länsi-Saharassa ja Venäjällä. Nuoret kertovat omasta aktivismistaan tarjoten samalla esimerkkejä

siitä, miten vaikuttaa ympäristöönsä ja yhteiskuntaan. Videoiden aiheet käsittelevät muun muassa sukupuolten moninaisuutta, sukupuolinormeja, nuorten mielenterveyttä, trans-oikeuksia, ilmastoaktivismia, absolutisimia, vammaisaktivismia ja kansalaisaktivismia yleisesti.

Videoiden katselun jälkeen keskustelkaa:

- Mihin asioihin nuoret haluavat vaikuttaa ja millaisin keinoin?
- Miksi nämä teemat ovat heille tärkeitä?
- Mitä vaikuttamiseen tarvitaan?
- Millaisia haasteita nuoret ovat kohdanneet vaikuttajina?
- Mitä siitä seuraa, että aktivismi tehdään vaikeaksi tai pyritään tukahduttamaan?
- Miksi aktivismia halutaan tukahduttaa?
- Mikä auttaa jatkamaan vaikuttamista esteistä huolimatta?
- Mihin asioihin te haluatte vaikuttaa omassa lähiyhteisössä, omassa kunnassa, Suomessa, maailmalla?

Tehkää jokainen oma tai yhteinen vaikuttamisen ajatuskartta: mihin haluat vaikuttaa, miksi, mitä se vaatii sinulta, mitä asioita vaadit muilta toimijoilta jne. Omat vaikuttamisideat voi laittaa myös Nuortenideat-sivuistolle.

Voitte myös valita tiettyihin videoihin kohdennettuja valmiita tehtäväkokonaisuuksia.

## Selvitytymisen portaat

Mukailtu Friends-ohjelman materiaaleista

Tarvikkeet: Paperia ja kyniä

Kaikki ihmiset kohtaavat elämänsä aikana paljon vaikealta tai haastavalta tuntuja tilanteita. Joskus jokin tilanne voi tuntua suurelta ja inhottavalta, eikä sitä halua lähestyä oikein mitenkään. Tuntuu, että tilanteesta on mahdotonta selviytyä ja lopulta se saattaa paisua aivan liian suuriin mittasuhteisiin.

Yksi tapa lähestyä tilannetta on sen pilkkominen pienempiin osiin. Tätä voidaan harjoitella esimerkiksi selviytymisen portailla. Jokaiselle portaalle asetetaan oma osatavoite, joka auttaa askel askeleelta lähestymään tavoitetta. Portaiden määrä vaihtelee lopullisen tavoitteen mukaan ja niitä voi olla niin monta kuin koet tarpeelliseksi tavoitteen saavuttamiseksi. Aina kerralla keskitytään yhteen osatavoitteeseen, eikä portaalta liikuta eteenpäin ennen kuin koetaan, että osatavoite on saavutettu. Portaita kuljetaan ylhäältä alas, mutta tarvittaessa askeleita voi ottaa myös takaisin ylöspäin.

Pohtikaa ensin yhdessä, minkälaisessa tilanteessa selviytymisen portaista olisi hyötyä? Oletko joskus ollut tilanteessa, jossa portaita olisi voinut käyttää? Selviytymisen portaita voi käyttää esimerkiksi kokeeseen valmistautuessa, itselle epämiellyttävästä tilanteesta selviytymisessä, tunteiden käsittelyssä tai uuden asian opettelussa.

Piirtäkää paperille koko paperin mittaiset portaat (esimerkiksi n. 6-8 porrasta, joihin mahtuu tekstiä). Valitkaa jokin tilanne, jota käytätte harjoituksessa. Voitte valita jokainen omat tai tehdä yhdet yhteiset portaat. Tilanne voi olla esimerkiksi:

- Sinut on valittu pitämään puhe lippukunnan juhlatilaisuudessa, mutta sinua jännittää ja olet aivan varma, ettet osaa laatia tarpeeksi hienoa puhetta.

- Syksyllä on aloittanut uusi tarpojaryhmä ja menet johtamaan heitä ensimmäistä kertaa. Sinulla on vielä hieman epävarma olo tarpojaohjelmasta ja uuden ryhmän tapaaminen jännittää.
- Olet ihastunut partiokaveriisi. Olette tunteneet jo sudenpennusta saakka, etkä oikein tiedä miten lähestyä tilannetta. Pelkää, että paljastamalla tunteesi pilaat ystävyysuhteenne.
- Olet joulukampanjapäällikkönä lippukunnassanne. Vähävaraisesta perheestä tuleva sudenpentu on myynyt 40 kalenteria, mutta rahoja palauttaessa selviää, että sudenpentu on käyttänyt kalenterimyynnistä saadut rahat, eikä perheellä ole varaa korvata tuotteita.

Voitte myös keksiä lisää tilanteita.

Tehkää tilanteesta selviytymisen portaat ja pohtikaa miten tilanne kannattaisi ratkaista.