



Sosiaali- ja
terveysministeriön
RAHOITTAMA



SEURUSTELU PUHEEKSI -TYÖPAJA

Menetelmä keskustelun lisäämiseksi seurustelusta ja seurusteluväkivallasta

Ohjaajan materiaali

Seurustelua ilman väkivaltaa-hanke 2024-2027

Sisällysluettelo

- Johdanto 3
- Yleisyys 4
- Tunnistamisen haasteet 5
- Menetelmä
 - Dialogi 6-7
 - Tarinallisuus 8
 - Toiminnallisuus 9
- Materiaali työpajan ohjaamiseen 10
- Työskentely
 - Tila 11
 - Erilaiset ryhmät 11
 - Tavoitteet 12
 - Työpajan ohjaaminen 13-14
 - Dialogin tavoitteita 15-16
- Kuinka jatkaa aiheesta 17
- Kokemuksia pilotoinnista 18

Johdanto

Tämä materiaali on tarkoitettu toimijoille, jotka kohtaavat työssään nuorten ja nuorten aikuisten muodostamia ryhmiä. Seurustelusuhteet ovat nuorten parissa yleisiä ja ne ovat tärkeä osa kasvua ja kehitystä. Nuorten välisissä läheissuhteissa tapahtuu myös väkivaltaa, joka voi vaikuttaa yksilön hyvinvointiin, identiteetin kehittymiseen ja siihen kuinka myöhemmissä parisuhteissa toimitaan.

Materiaali tarjoaa tietoa seurusteluväkivaltaan liittyen.

Sisältö toimii ammattilaisen tukena puheeksi ottamisessa ja keskustelun synnyttämisessä nuorten kanssa esittelemällä työpajamaisen, nuorten omaa toimijuutta tukevan ja dialogisen toimintamallin.

Toimintamallia on pilotoitu osana Seurustelua ilman väkivaltaa-hanketta vuoden 2025 aikana pääkaupunkiseudulla sijaitsevissa kouluissa ja oppilaitoksissa terveystiedon oppitunneilla. Toivomme että saamamme kokemuksen kautta voimme auttaa toisia nuorten ja nuorten aikuisten parissa toimivia saamaan aikaan keskustelua tästä tärkeästä aiheesta ja madaltamaan nuorten kynnyksiä avuntarpeen ilmaisemiseen.

Tässä materiaalissa toimintamallin toteuttamisesta puhuttaessa käytetään termiä työpaja, koska se kuvaa parhaiten toimimisen tapaa.

Yleisyys

Seurustelusta ja siihen liittyvästä väkivallasta

- Ensimmäiset seurustelusuhteet ovat osa monien suomalaisnuorten nuoruutta, ja kokemukset parisuhteista yleistyvät iän myötä. Kouluterveyskyselyn mukaan noin 17 prosentilla 8.–9.-luokkalaisista, 26 prosentilla lukiolaisista ja 35 prosentilla ammatillisten oppilaitoksen opiskelijoista on seurustelukumppani, ja tytöt seurustelevat poikia useammin. Nuoruuden seurustelusuhteissa monia parisuhteisiin liittyviä asioita koetaan ensimmäistä kertaa. Kysymykset siitä, mitä seurustelu on, mitä intiimi läheisyys merkitsee ja miten kumppanina toimitaan huomioiden omat ja toisen rajat, tulevat ensimmäistä kertaa ajankohtaisiksi.”
- Yli 40 prosenttia kaikista seurustelusuhteessa olleista vastaajista raportoi kokeneensa jotakin kysytyistä kasvokkaisista henkisen tai fyysisen väkivallan muodoista.
- Seurusteluhdeväkivaltaa kokevat ja tekevät kaikkien sukupuolten edustajat.
- Seurusteluväkivaltaa voidaan jaotella fyysiseen, henkiseen, seksuaaliseen ja digitaaliseen väkivaltaan. Väkivallan muodot ovat toisiinsa limittyviä.

Tunnistamisen haasteet

Seurusteluväkivaltatapaukset yleisyydestään huolimatta eivät useinkaan tule koulutettujen ammattilaisten tietoon. Nuoriso-, opetus- sekä sosiaali- ja terveysalan ammattilaisilla on valmiuksia kohdata seurusteluväkivaltaa kokenut nuori ilman tunnelatausta, purkaa tapahtunutta ja ohjata nuori tarvittavan avun piiriin.

- Henkistä tai fyysistä väkivaltaa suhteessaan kokeneet vastaajat nimesivät ystävän kaikkein useimmin tärkeimmäksi henkilöksi, jolle he olivat kertoneet vakavimmasta kokemuksestaan (81 % vakavimmasta henkisen väkivallan kokemuksesta kertoneista: vastaava osuus vakavimmasta fyysisestä väkivallan kokemuksista kertoneista oli 77 %).
- Perheenjäsenet, erityisesti äiti, saivat mainintoja tärkeimpänä henkilönä. Chat-palvelut ja muut aikuiset mainittiin vastauksissa muutamia kertoja, ja jotkut totesivat kertoneensa kokemuksesta eron jälkeen jollekulle.
- Suuri osa nuorista ei ollut kertonut vakavimmasta kokemuksestaan kenellekään.
- Väkivallan tunnistamisen kysymykset kytkeytyvät myös väkivallasta kertomiseen: on vaikea kertoa väkivallasta, jos sitä ei tunnista tai sen kuvaamiseksi ei ole sanoja.

Menetelmä

Dialogin tarkoitus

- Ymmärryksen lisääminen käsiteltävästä aiheesta, muista ihmisistä tai itsestä
- Erialaisten näkökulmien ja niiden taustalla olevien syiden ymmärtäminen
- Yhteinen aiheiden käsittely ja haasteiden ennakointi
- Tasavertainen kohtaaminen
- Osallisuuden ja toimijuuden vahvistaminen
- Sitoutuminen käsiteltävään aiheeseen

Menetelmä

Dialogista mainittua

- Intuitiivinen viestintä kehittyy paremmin kun abstrakteista ihanteista ja suurista visioista keskustellaan konkreettisten esimerkkien valossa. (Dunderfelt, 2016)
- Onnistunut innovatiivinen viestintä synnyttää uusia ajatuksia, innostaa, piristää. Puolittainen tai puuttuva intuitiivinen viestintä taas koetaan raskaampana ja uuvuttavampana. Puhetta välittyy mutta se ei päädy toiminnaksi eikä taustalla ole YHTEISTÄ tarkoitusta, ideaa tai merkitystä. Myös sanaton luottamus haihtuu. (Dunderfelt, 2016)
- Jo kuulluksi tuleminen on dialoginen suhde, kurkotus toista kohti. (THL, 2021)
- Kuinka edesauttaa yksilöiden subjektivoitumista suhteissaan elävinä ihmisinä, toimijoina sosiaalisissa verkostoissa — siinä lienee tavoitetta dialogisille käytännöille. (THL, 2021)

Menetelmä

Tarinallisuus

- Tarinallisuus tarjoaa osallistujille mahdollisuuden luoda kuvitteellinen pari. Tarina parin seurustelusuhteesta ja siinä tapahtuvista asioista syntyy nuorten omien ajatusten pohjalta.
- Ryhmä, kuten koululuokka tai nuorisotilojen kävijät, jaetaan 2-4 nuoren keskusteleviin pienryhmiin.
- Jokainen ryhmä pääsee vuorollaan kertomaan luomastaan parista ja siitä millaisia käännteitä seurustelusuhteessa tulee.
- Kuvitteellinen, mutta todellisuuteen rinnastettava tarina antaa mahdollisuuden ilmaista ajatuksia ilman henkilökohtaisten kokemusten jakamista.

Menetelmä

Toiminnallisuus

- Toimijuutta tukee työskentely pienryhmissä sekä aktiivinen pohtiminen ja puhe siitä mitä seurustelusuhteessa voi tapahtua ihastumisen, perhe- ja kaverisuhteiden ja ihmisenä kasvamisen näkökulmista.
- Myös aktiivinen kuunteleminen on osallistumista
- Toiminnallisen työpajan ohjaamista helpottaa työparina toimiminen
- Pilotoinnissa nuoret ovat mieltäneet terveydenhoitajan sopivaksi työpariksi opettajalle.

Materiaali työpajan ohjaamiseen

Diat

- Toimivat yhteisenä ohjeena ryhmälle ja ohjaamisen runkona ohjaajalle.
- Nuorten aktiivisuuden ylläpitämiseksi otetaan nostoja pienryhmistä jokaisen dian kohdalla.
- Ensimmäiset kaksi kohtaa vaativat vähemmän aikaa vastata (n. 2min). Seuraaviin kannattaa antaa hieman enemmän aikaa.

Työpaperi (kuva oikealla)

- Toimii pienryhmän oman työskentelyn tukena.
- Ei tarvitse palauttaa ohjaajalle työpajan lopussa.

Tämä on työpaperi oman työskentelyn tueksi. Tätä ei palauteta ohjaajalle.

1. Keitä kuvan henkilöt ovat?
(ikä, asuinpaikka, harrastukset, sukupuoli)

2. Ihastuminen
Pari ihastuu toisiinsa. Missä ja miten?

3. Seurustelu ja muut ihmissuhteet
Miten seurustelu voi vaikuttaa muihin ihmissuhteisiin?

4. Kriisi Mikä sen aiheuttaa ja miten se vaikuttaa osapuoliin?

5. Kolme kuukautta myöhemmin
Vieläkö pari on yhdessä? Kuinka suhde on vaikuttanut osapuoliin?

6. Jatka lausetta: Seurustelusuhteessa on tärkeää...




Työskentely

Tila

- Mahdollisuus työskennellä pienryhmissä
- Mahdollisimman vähän häiriöitä ja keskeytyksiä

Erilaiset ryhmät

- Yläkoulut
- Tuva
- Lukio & ammatillinen koulutus
- Nuoriso- ja sosiaalityössä toteutettava ryhmämuotoinen työskentely

Ikäryhmät

- Suunnattu n. 14-20-vuotiaille

Työskentely

Tavoitteet

- Ryhmä aktivoituu pohtimaan seurusteluun liittyviä ilmiöitä ja yksión vastuuta omasta ja toisten hyvinvoinnista.
- Ryhmää ohjaavien aikuisten ymmärrys nuorten ajatuksista ja asenteista seurusteluun lisääntyy.
- Seurustelusta puhumisen kynnys madaltuu ohjaavilla aikuisilla ja toimintaan osallistuvilla nuorilla.

Työskentely

Työpajan ohjaaminen

Valmistautuminen ja virittäytyminen

- Käy työpajan kulku mielessäsi läpi ennen toteutusta — soveltaminen on sallittua!
- Aloita työpaja taustoittamalla työpajan tarkoitus ja muista korostaa nuorten osallistumisen tärkeää roolia.
- Kysy muutama yksinkertainen lämmittelykysymys joihin osallistujat vastaavat esimerkiksi näyttämällä peukalolla ylös/sivulle/alas.

Esimerkiksi: oikein/väärin

- Seurustelukumppani kannattaa valita kaverin mielipiteen pohjalta
- Seurustelusuhde nuorena voi vaikuttaa myöhempisiin parisuhteisiin
- Seurustelusuhde nuorena voi vaikuttaa identiteetin kehittymiseen

Työskentely

Työpajan ohjaaminen

- Jokaisen kohdan jälkeen on tärkeää kysyä pienryhmiltä, mitä tarinassa tapahtuu. Kaikkien ei kuitenkaan tarvitse päästä ääneen joka kerta.
- Työpari (koulunuorisotyöntekijä, kuraattori, terveydenhoitaja...) voi tukea ryhmän ohjaamista ja tuoda asiantuntemusta aiheeseen liittyen.
- Tärkeinä on nuorten aktiivisuus, omien ajatusten ilmaisu ja keskustelu.
- Anna tilaa ajatella ja käyttää mielikuvitusta.
- Älä jää työpöytäsi taakse — fyysinen läsnäolo tukee nuorten työskentelyä.

Työskentely

Dialogin tavoitteita

- Ymmärryksen lisääminen aiheesta, omasta itsestä sekä toisista.
- Pimentoon jääneiden näkökulmien valaiseminen.
- Ilmapiirin ja ilmaisuuden kehittyminen ryhmässä.

Työskentely

- Painota osallistujille heidän omaa asiantuntijuuttaan ja vastuutaan.
- Kehota osallistujia pyrkimään tarinoissaan realismiin: ”Millainen tarina voisi olla todellisuutta sinun maailmassasi”
- Ilmapiirin ja ilmaisun kehittyminen ryhmässä.
- Ajatusten ääneen sanominen ja seurustelusta puhumisen normalisointi ovat työpajan päätavoitteet.
- Ohjeista osallistujia etenemään työpaperin täyttämässä kohta kerrallaan.
- Ohjaajan on hyvä olla myös fyysisesti läsnä ja liikkua pienryhmien välillä.

Kuinka jatkaa aiheesta puheeksi ottamisen jälkeen?

- Tunnetaidot, esim. fiiliskorttien kanssa työskentely
- Nuortenexit.fi —sivuston Minivisat
- Teematunti aiheesta esimerkiksi terveydenhoitajan, tai järjestön edustajan ohjaamana
- Seurusteluailmanvakivaltaa.fi (puhelin, chat, tapaamiset)

Jos seurusteluväkivaltatapauksia tulee esiin:

- Väkipalta lähisuhteissa on usein ylisukupolvista ja siksi väkivaltaisen käyttäytymisen kierteen katkaiseminen vaatii monialaista työtä ja asiantuntemusta. Muutosta voidaan kuitenkin saada aikaan suhteellisen lyhyelläkin työskentelyllä.
- Opiskeluterveydenhuolto, hyvinvointialueen sosiaali- ja terveystalvelut auttavat väkivaltatapauksissa.
- Akuutissa väkivaltatilanteessa on syytä olla yhteydessä poliisiin.
- Järjestöt kuten Miessakit ry, Non Fighting Generation sekä Suomen Punainen Risti tarjoavat tietoa ilmiöstä ja apua väkivaltaa kohdanneille.

Kokemuksia pilotoinnista

- Työpajan alussa on hyvä korostaa nuorten asiantuntijuutta sekä puhumisen ja puheenvuoron antamisen tärkeyttä — ohjaaja ei voi kertoa oikeita vastauksia, vaan ainoastaan viitata tehtyyn tutkimukseen ja pitää huolen että työskentely sujuu.
- Ryhmien aktiivisuus vaihtelee ikäryhmittäin — yläkouluissa on tarpeen rajata kuvitteellisten pariin ikä ja taustat vastaamaan kohderyhmää. Muuten tarinat eivät ehkä kohtaa arkitodellisuutta.
- 45 minuuttia menee todella nopeasti, mutta 90 minuuttia voi olla hieman liikaa.
- Työpajamallia voi soveltaa. Toteutus voidaan jakaa esimerkiksi kahdelle eri toteutuskerralle.
- Aloitettaessa ja myös mahdollisen tauon jälkeen, on hyvä hetki virittäytyä työskentelyyn: Rauhoitutaan, palataan aiheen pariin, ollaan valmiita pohtimaan, puhumaan ja kuuntelemaan.

Kiitos mielenkiinnostasi tätä tärkeää asiaa kohtaan. Antoisia keskusteluhetkiä!

Työpajan tärkein tavoite on seurustelusta puhuminen.

Kannustetaan nuoria olemaan kilttejä toisilleen sekä auttamaan ja kunnioittamaan toinen toistaan.

Lähteet:

Väkivalta nuorten seurustelusuhteissa — Kyselytutkimuksen tuloksia, Tampereen yliopisto, 2023

Läsnäoleva kohtaaminen, Dunderfelt, PS-kustannus, 2016

Nehän kuunteli meitä, Tom Erik Arnkil & Jaakko Seikkula, THL, 2021



Sosiaali- ja
terveysministeriön
RAHOITTAMA