



ISOSISARUSKURSSI

• Vapaaehtoisen opas •

Tekijät:

Annika Hyttinen, Jelena Santalainen, Piia Seppälä, Matti Virtasalo

Graafinen suunnittelu ja taitto:

Salla Vasenius

Valokuvat:

Paprika Ilmaniemi, Venla Mutanen, Djamila Paavola

Paino:

Fram, Vaasa 2017

Setlementtijulkaisuja nro 51

ISBN 978-952-7141-27-4

ISSN 1456-2936



SISÄLLYS

Johdanto	5
1. Isosisarustoiminnan taustaa	6
Setlementtityö perustuu yhteisiin arvoihin	6
Sukupuolisensitiivisen toiminnan avainkäsitteitä	8
Itsetunto	10
Tunnetaidot	12
Sosiokulttuurinen innostaminen	12
2. Isosisarustoiminta	14
Isosisarustoiminnan avaintoimijat	14
Isosisarustoiminta – miksi?	16
Hyvä kohtaaminen	20
Isosisarustoiminnan polku	21
Käytännön asioita	24
Mutkia matkassa?	25
3. Vapaaehtoistoiminnan periaatteet	27
4. Harjoitepankki	28
5. Yhteystiedot	36

TERVETULO
ISOSISARUS-
KURSSILLE!



JOHDANTO

Isosisko- ja Tyttöjen Tupa -toiminta alkoi Tampereella vapaaehtois pohjalta vuonna 1998. Tällöin Ahjolan Setlementti alkoi kouluttaa vapaaehtoisia naisia aikuisiksi kavereiksi peruskouluikäisille tytöille. Vuonna 2001 Isosisko-projekti sai rahoituksen ja toimintaa laajennettiin. Tyttöjen Tupa syntyi, kun Isosisko-Pikkusisko-parit tarvitsivat paikan, jossa tavata toisiaan, askarrella, pelailla ja leikkiä. Toiminta laajeni, kun Tyttöjen Tuvalla alkoi käydä Pikkusiskoja myös ilman omaa Isosiskoaan. Vuonna 2006 toiminta vakiintui Raha-automaattiyhdistyksen myönnettyä kohdennetun toiminta-avustuksen. Nykyään Tyttöjen Tupa on avoin kohtaamispaikka ja toimintatila tytöille ja naisille. Tyttöjen Tuvalla on sekä avointa toimintaa että erilaisia, mm. itsetuntoa ja tunteita tukevia pienryhmiä. Tyttöjen Tuvan toiminta pitää sisällään myös monenlaisia tapahtumia, teemapäiviä, retkiä ja leirejä.

Monet setlementit ympäri Suomea kiinnostuivat Isosiskotoiminnasta ja se alkoi leviää muihin kaupunkeihin. Joensuun Setlementti käynnisti Tyttöjen Tupa - ja Isosiskotoiminnan vuonna 2013 ja se täydentyi Isovelitoiminnalla vuonna 2015. Kemissä Luotolan Nuoret ry:ssä toiminta aloitettiin RAY:n rahoittamana Isosisko ja Isoveli -hankkeena vuonna 2014. Tarkoituksena oli synnyttää Kemiin uutta vapaaehtoistoimintaa, ja Ahjolassa kehitetty Isosisko-malli vastasi hyvin paikallisiin haasteisiin.

Tämä Isosiskokurssimateriaali on tiivis tietopaketti, joka auttaa sinua vapaaehtoistyössä toimiessasi. Kurssimateriaali tarjoaa sinulle käytännöllisiä ohjeita sekä tietoa taustalla vaikuttavista toimintaperiaatteista. Kurssimateriaalissa

on kerrottu lyhyesti setlementtityöstä, sosio-kulttuurisesta innostamisesta, itsetunnosta ja tunnetaidoista sekä sukupuolisensitiivisyydestä, sillä nämä asiat kytkeytyvät keskeisesti Isosiskotoimintaan. Näiden lisäksi käymme läpi vapaaehtoistyön oikeuksia, velvollisuuksia ja motiiveja. Kurssilla kuljemme läpi Isosiskuksen polun ylämäkineen, alamäkineen ja mutkineen. Jokainen Isosiskopari tekee matkastaan ainutlaatuisen kokemuksen, johon annamme esimerkkejä ja neuvoja sekä autamme aina tarvittaessa reitin varrella.

Tämä materiaali on Ahjolan Setlementin, Joensuun Setlementin, Luotolan Nuorten sekä Setlementtiliiton MeKaikki!-hankkeen yhteistyön tulos. Oppaan valokuvissa esiintyvät henkilöt ovat tamperelaisia, joensuulaisia ja kemiläisiä Isosiskopareja.

Olemme hyvin iloisia ja kiitollisia siitä, että olet löytänyt tiesi Isosiskotoimintaan. Toivottamme sinulle antoisaa Isosiskokurssia ja iloa tuottavaa aikaa vapaaehtoisena toimiessasi. Haluamme erityisesti kiittää Kati Malmia, joka on alusta saakka ollut mukana kehittämässä Isosiskotoimintaa.

"Ole oma itsesi, muuten ei ole ketään kaltaistasi!"

Terveisin

Piia Seppälä, Ahjolan Setlementti ry

Annika Hyttinen, Joensuun Setlementti ry

Matti Virtasalo, Luotolan Nuoret ry

Jelena Santalainen, Suomen Setlementtiliitto

1. ISOSISARUSTOIMINNAN TAUSTAA

Setlementtityö perustuu yhteisiin arvoihin

Setlementtiliikkeen juuret ulottuvat 1880-luvun Lontooseen, jossa yliopisto-opiskelijat heräsivät teollistumisen lieveilmiöihin, kuten slummiutumiseen ja eriarvoistumiseen, ja perustivat kansalaiskeskuksia eli setlementtejä. Setlementeissä yliopiston opettajat sekä opiskelijat tarjosivat köyhille tietoa ja rohkaisua pyrkien kaatamaan ihmisten välisiä raja-aitoja. Toimintaa ohjasivat yhteisöllisyyden ihanne sekä luottamus yksilön kykyyn ratkaista oman elämänsä ongelmia. Setlementtiliikkeen toi vuonna 1918 Suomeen Lontoossa asunut merimiespappi Sigfrid Sirenius.

Vuonna 2017 setlementtejä on Suomessa kaikkiaan 43 kappaletta. Vielä sata vuotta suomalaisen setlementtiliikkeen perustamisen jälkeen kaikki toiminta perustuu pyrkimykseen lisätä vuoropuhelua ja yhteisymmärrystä erilaisen ihmisten välille. Setlementtiliikkeessä kehitetään kansalaistoimintaa, erilaisia asumisen palveluja, tuetaan uussuomalaisten kotoutumista ja tarjotaan tukea vaikeisiin elämäntilanteisiin mm. päihdekuntoutuksen ja perheväkivaltatyön kautta. Setlementeillä on myös lukuisia kansalaisopistoja, jotka tarjoavat monipuolisia opinto- ja harrastusmahdollisuuksia. Vapaaehtoisten, kuten Isosisarusten, työpanos setlementtityössä on merkittävä.

Setlementtiliike on sukupuolisensitiivisen sosiaalisen työn uranuurtaja Suomessa. 1990-luvun lopulla tyttötyön kehittämisestä alkanut setlementtien sukupuolisensitiivinen työ on vuosien varrella laajentunut aikuispuolelle ja kaikkia sukupuolia koskevaksi. Me tämän materiaalin kirjoittajat koemme, että se on osoitus setlementtityön kyvystä elää ajassa, silti toiminnan alkuperäisiä arvoja kunnioittaen. Nyt käsillä oleva materiaali pyrkii edeltäjäänsä Isosiskokurssimateriaalia laajemmin huomioimaan eri sukupuolet, sukupuolen moninaisuuden sekä monikulttuurisuuden teemoja. Haluamme näin tuoda näkyväksi, että Iso- ja Pikkusiskojen lisäksi sisaruksina toimii nykyisin koko joukko Iso- ja Pikkuväijä, Pikkukavereita ja Aikuiskavereita. Kanta-suomalaisten lisäksi toimintaan osallistuu ensimmäisen ja toisen sukupolven maahanmuuttajia sekä kahden kulttuurin perheitä.



Setlementtitoimintaa ohjaavat arvot

Yksilön oikeuksien kunnioittaminen

Erilaisuuden hyväksyminen ja ihonväristä, sukupuolesta tai kulttuurista riippumaton tasa-arvoisuus

Luottamus ihmisen ja hänen yhteisönsä kykyyn ratkaista itsestään omia ongelmiaan

Paikallisuus

Usko henkilökohtaisen ystävyyden ja yhteyden mahdollisuuteen yli kaikkien rajojen

Sitoutuminen heikommissa tilanteissa olevan ihmisen tilanteen parantamiseen

Kuinka arvo näkyy Isosisarustoiminnassa?

Jokainen ihminen voi toimia tukena toiselle, jokaisella on annettavaa ja jokaisella on kokemusta elämästä.

Isosisarustoiminnan kautta voi saada mahdollisuuden tutustua aidosti ja syvällisesti erilaiseen ihmiseen kuin millainen itse on. Tasa-arvoisuuden pohjalla on ymmärrys toisen ajatus- ja arvomaailmasta.

Isosisarus ei ole "auttaja" vaan rinnallakulkija.

Toiminta on omannäköistä joka paikkakunnalla. Toisaalla Isosisarukset ovat nuoria (esim. paljon opiskelijoita), toisaalla heitä kutsutaan Aikuiskavereiksi, joiden ikähaarukka on 18 – 70+ vuotta!

Joskus kaksi täysin erilaista sisarusta voikin olla paras mahdollinen valinta toisilleen. Vastakohtat täydentävät toisiaan. Sisarus voi muuttua aidoksi ystävyydeksi.

Moni vapaaehtoinen tulee toimintaan mukaan asenteella, että tämä ihmissuhde tulee kestämaan mahdollisesti pitkäänkin. Monen ajatusten taustalla on aito halu tutustua, auttaa ja olla tukena.

Sukupuolisensitiivisen toiminnan avainkäsitteitä

Sukupuolisensitiivisyys

Sukupuolisensitiivisyys tarkoittaa ihmisen kohtaamista ja hyväksymistä omana itsenään sekä sukupuoleen kohdistuvien rooli- ja käyttäytymisodotusten avaamista, purkamista ja laajentamista. Sukupuolisensitiivisessä kohtaamisessa tunnustetaan erilaisia sukupuolen ilmentämisen muotoja, mutta vanhoja, esimerkiksi tyttöinä olemiseen liittyviä mielikuvia ja stereotypioita ei toisinneta kyseenalaistamatta. Sukupuoleen liittyvät stereotypiat voivat liittyä esimerkiksi:

- **kiinnostuksen kohteisiin** "Pikkusisareni rakastaa varmasti meikkejä ja muotia, kuten kaikki 15-vuotiaat tytöt".
- **luonteenpiirteisiin** "Ei Pikkuveljeni varmaan jaksa mitään sellaista, missä pitää istua paikallaan. Pojat on rauhattomia."
- **yhteistä tekemistä koskeviin toiveisiin** "Pikkuveljeni varmasti tykkää jalkapallosta. Eikös kaikki pojat tykkää?"

Nyrkkisääntönä voisi todeta, että Pikkusisarukseen kannattaa tutustua yksilönä, ei sukupuolensa edustajana. Älä siis oletta, vaan kysy!

Kulttuurisensitiivisyys

Kulttuurisensitiivisyydellä tarkoitetaan pyrkimystä tunnistaa ja kunnioittaa sellaisia kulttuurillisia piirteitä, jotka poikkeavat omasta kulttuurista. Suomi on 2000-luvulla voimakkaasti monikulttuuristunut ja Isosisarustoiminnassakin on mukana ihmisiä monenlaisista kulttuuritaustoista. On hyvä muistaa, etteivät monikulttuuriset ihmiset ole yhtenäinen ryhmä ja että suomalaisuuskin pitää sisällään monenlaisia kulttuuriryhmiä, kuten saamelaiset ja romanit. Ihmiset ovat kulttuurista riippumatta yksilöitä yksilöllisine luonteenpiirteineen, tapoineen ja haaveineen. Kukaan ei ole kaikkien kulttuurien asiantuntija. Isosisarustoiminnassa aito kiinnostus toisen kulttuuria kohtaan ja pyrkimys tasaveroiseen vuorovaikutukseen riittävät mainiosti.

Tyttö- ja poikaerityisyys

Sukupuolen mukaan eriytetty toiminta voi mahdollistaa tuen saamisen ja vertaisuuden kokemuksen pohdintoissa, jotka liittyvät oman sukupuolen kokemiseen. Näitä pohdintoja voivat synnyttää esimerkiksi murrosiän keholliset muutokset ja tyttöinä ja poikana olemiseen kohdistuvat ulkoiset paineet. Tällaisten kysymysten peilaaminen voi tuntua helpommalta ja luontevammalta oman sukupuolen edustajan kanssa kuin sekaryhmissä.

Tyttöjen elämään kuuluu usein koulussa suoriutumisen paineita, ulkonäköön kohdistuvia paineita, tai paineita kilttiyteen ja hillittyyn käytökseen. Tytöt, jotka eivät koe kuuluvansa

"massaan" kokevat usein ulkopuolisuutta. Tyttöerityisessä työssä tyttöjä voidaan tukea voimaantumaa ja rohkaista toteuttamaan itseään omannäköisesti. Yhteiskunnassamme elää myös varsin vahvana maskuliininen poikakoodi, joka perustuu normeille ja käsityksille siitä, millainen pojan tulisi olla. Poikien ja miesten maailma nähdään suorituskeskeisenä ja karskina. Varsinkin näistä stereotyyppioista kärsivät pojat tarvitsevat poikaerityistä tukea ja aitoa kuulemistä.

Sekä tyttö -että poikaerityisyydessä pyritään kiireettömään ja ennakkokäsityksettömään kohtaamiseen. Luottamuksen rakentuminen vaatii aitoa kiinnostusta ja kuulemistä. Niiden avulla päästään yhdessä ihmetellen rakentamaan asioille ja ilmiöille uusia merkityksiä. Vapaaehtoistoiminnassa kohtaamista ja toiminnan vaikuttavuutta pohditaan yhdessä toimintaa ohjaavan työntekijän kanssa.

Sukupuolen moninaisuus

Toisin kuin kulttuurissamme yleisesti ajatellaan, ihmiset eivät jakaudu biologisilta, psykologisilta tai sosiaalisilta ominaisuuksiltaan selkeästi kahteen sukupuoleen, miehiksi ja naisiksi. Sukupuoli on subjektiivinen kokemus ja sukupuolen ilmaisu on yksilöllistä. Osa kokee itsensä selkeästi pojaksi tai mieheksi, osa selkeästi tytöksi tai naiseksi. Joku taas kokee olevansa vähän kumpaakin ja joku ei kykene tai halua määritellä sukupuoltaan lainkaan. Isosisaruksen tehtävänä ei ole tukea Pikkusisaruksen kasvua mieheksi tai naiseksi. Sen sijaan Isosisarus voi keskustelemalla ja kannustamalla rohkaista Pikkusisarusta kasvamaan oman näköisekseen, rohkeaksi aikuiseksi sukupuolesta riippumatta.

Palauta mieleesi tilanne, jossa olet kokenut sukupuolellasi olevan vaikutusta siihen, kuinka sinulle on puhuttu tai millaista kohtelua olet saanut osaksesi? Minkälaisia ajatuksia nämä tilanteet ovat sinussa herättäneet?

Pohdi seuraavia ominaisuuksia:

- | | | |
|---|-----------------------------|-----------------------------|
| • matemaattinen | • taiteellinen | • arkailematon |
| • synnynnäisesti herkkä ja tunteellinen | • tehokas ja kilpailullinen | • empaattinen |
| • hoivatyöhön soveltumaton | • voimakas | • kiinnostunut ulkonäöstään |
| | • johtajaksi soveltumaton | |

Liittyvätkö nämä ominaisuudet mielestäsi johonkin tiettyyn sukupuoleen? Oletko törmännyt tilanteisiin, joissa näitä ominaisuuksia olisi liitetty johonkin tiettyyn sukupuoleen?



Itsetunto

Yksi Isosisaruksen tärkeimmistä tehtävistä on tukea Pikkusisarusta identiteetin, minäkuvan ja itsetunnon muodostumisessa. Identiteetti ja itsetunto kehittyvät läpi elämän, ne ovat itsensä tuntemista ja hyväksymistä. Identiteetin kehittymistä tuetaan sukupuoli- ja kulttuurisensitiivisellä herkkyydellä. Itsetunnon tukeminen on Pikkusisaruksen myönteisen ja totuudenmukaisen minäkuvan vahvistamista. Hyvän itsetunnon omaavalla Pikkusisaruksella käyttäytyminen ja itseen liittyvä sisäinen kokemus kertovat samaa tarinaa.

Isosisarus voi tukea Pikkusisaruksen identiteettiä hyväksymällä tämän yksilölliset piirteet, elämämpiirin ja kulttuurisen taustan. Itsetuntoa voi tukea antamalla Pikkusisarukselle positiivista

palautetta ja toimimalla peilinä tämän pohtiessa ominaisuuksiaan ja taitojaan. Aidon kiinnostuksen, keskustelun ja arvostamisen avulla Isosisarus voi tukea Pikkusisarusta luottamaan itseensä. Aukeamalla on havainnollistettu, mistä asioista identiteetti, minäkuva ja itsetunto koostuvat. Harjoitepankissa on tehtäviä, joita voi tehdä yhdessä Pikkusisaruksen kanssa.



IDENTITEETTI Kuka minä olen?

- Yksilö: nimi, sukupuoli, elämäntilanne
- Ryhmien jäsenyys: roolit, osallisuus, valta- ja alakulttuurit, politiikka, kotipaikka, kansalaisuus
- Kulttuuri: tavat, perinteet, arvot, normit, uskomukset

MINÄKUVA Millainen olen?

- Psykkinen (ajattelu, tunteet, käyttäytyminen): osaaminen, kiinnostukset, arvot ja motivaatio
- Fyysinen: kehonkuva
- Sosiaalinen: muihin suhtautuminen, muiden kanssa toimiminen

ITSETUNTO Miten hyvä/ arvokas olen?

- Itseluottamus, -arvostus ja -varmuus

YKSITYINEN ITSETUNTO <i>Sisäinen kokemus itsestä</i>	JULKINEN ITSETUNTO <i>Muille näkyvä käytös</i>	SOSIAALINEN VAIKUTELMA <i>(Ääritapaukset)</i>
+ Realistinen minäkuva → hyvä itsetunto	+ Itsevarma, rohkea käytös	• tasapainoisuus, itsenäisyys, riippumattomuus
	- Epävarma, arka käytös	• tasapainoisuus, arkuus
- Negatiivinen tai epärealistinen minäkuva → huono itsetunto	+ Itsevarma, rohkea käytös	• huomion hakeminen, kaikkivoipaisuus, häiriköinti
	- Epävarma, arka käytös	• arkuus, ujous, riippuvuus

(Koostanut: S. Natunen)

Tunnetaidot

Tunteiden tunnistaminen, nimeäminen ja säätely ovat taitoja, joita voi harjoitella yhdessä sisaruksen kanssa. Tiedostamalla ja havaitsemalla omia tunteitaan harjoitellaan tunnetaitoja ja luodaan perustaa itsetuntemukselle. Tunnetaitoja tarvitaan ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa ja toisten ihmisten tulkitsemisessa. On tärkeää osata ensin tulkita omia tunteitaan, että voi tehdä tulkintoja myös toisten tunteista. Tunnetaitojen opetteluun kautta voi kehittyä sekä itsensä että toisten ymmärtämisessä.

Tunnetaitojen harjoittelu on tärkeää, koska se vahvistaa lapsen tai nuoren emotionaalista pärjävyyttä, tukee sosio-emotionaalisten taitojen kehittymistä ja helpottaa ystävyyssuhteiden syntymistä ja ylläpitämistä. Isosisarus voi tukea Pikkusisarusta sanoittamalla hänelle omia havaintojaan Pikkusisaruksen tunteista ja keskustelemalla Pikkusisaruksen tunteisiin liittyvistä kokemuksista. Isosisarus voi auttaa Pikkusisarusta pohtimaan niitä tunteiden taustalla olevien syitä, jotka vaikuttavat Pikkusisaruksen käytökseen. Yhdessä sisarukset voivat lisäksi pohtia yksinkertaisia keinoja epämieluisien tunteiden hallintaan ja säätelyyn. Kurssimateriaalin



harjoituspankista löydät tunnetaitoihin liittyviä tehtäviä, joita voitte tehdä yhdessä Pikkusisaruksen kanssa.

Sosiokulttuurinen innostaminen

Sosiokulttuurisessa innostamisessa keskeistä on ryhmään kuulumisen vahvistaminen sekä yhdessä toimiminen yhteisesti sovittujen päämäärien saavuttamiseksi. Sosiokulttuurinen innostaminen on lähtöisin toisen maailmansodan jälkeisestä Ranskasta. Suomessa teoriaa on kehittänyt ja levittänyt erityisesti dosentti Leena Kurki. Ahjolan Setlementti lähti kehittämään Isosiskotoimintaa 1990-luvun lopulla sosiokulttuurisen innostamisen oppien mukaan. Vielä tänä päivänäkin Isosisarus-

toiminta nojaa vahvasti samaan perustaan.

Sosiokulttuurisen innostamisen kasvatukselliset tavoitteet ovat kriittisen ajattelun kehittyminen, asenteiden muutos, motivaation herättäminen sekä oman vastuun tiedostaminen. Kaikissa aktiviteeteissa tavoitteena on edistää oppimista itse tekemällä ja kokeilemalla. Isosisarustoiminnassa tämä näkyy esimerkiksi siten, ettei ohjaava työntekijä määrittele tekemistä sisarusparien puolesta. Sen sijaan sisaruspari keskenään pohtii ja rakentaa "meidän näköistä" toimintaa. Ohjaavan työntekijän tehtävänä on löytää mahdollisimman yhteensopiva sisaruspari sekä tukea ja kannustaa pareja aloitteellisuuteen. Lisäksi työntekijä tukee sisarusparia heidän polullaan.

Sosiokulttuurisen innostamisen termein ohjaavan työntekijän rooli on toimia innostajana. Innostaja auttaa aikaansaamaan ajatuksellisia ja toiminnallisia prosesseja, joiden varsinaisina toteuttajina ovat toimintaan osallistuvat ihmiset — tässä tapauksessa sisarusparit — itse. Toisaalta ohjaava työntekijä on myös toiminnan mahdollistaja. Sisarusparit osallistuvat esimerkiksi jatkokoulutusten ja virkistyspäivien ideointiin, mutta ohjaavan työntekijän päävastuu järjestelyistä mahdollistaa tapahtumien käytännön toteuttamisen. Sisarusparin molemmat osapuolet ovat toiminnan ideoijia ja toteuttajia. Tapaamiset kannattaakin suunnitella vastaamaan kummankin toiveita ja taipumuksia.

Sosiokulttuuriselle innostamiselle on ominaista, että kaikki osapuolet ovat mukana toiminnan kaikissa vaiheissa ja että lopussa pysähdytään juhlimaan saavutuksia. Virkistyspäivät ja leirit ovat Isosisarustoiminnan juhlia.

2. ISOSISARUSTOIMINTA

Isosisarustoiminnan tavoitteena on tarjota peruskouluikäiselle lapselle tai nuorelle luotettava aikuinen kaveri tueksi ja iloksi arkeen. Isosisarus on vähintään 18-vuotias vapaaehtoistyöstä kiinnostunut aikuinen, joka on käynyt Isosisaruskurssin ja hänellä itsellään on voimavaroja toimia tukena lapselle tai nuorelle. Isosisaruksena toimimiseen ei vaadita mitään erityisiä ominaisuuksia, vain tavallisen ihmisen maalaisjärki ja kiinnostus vapaaehtoistoimintaan riittävät. Isosisarus saa vapaaehtoisena toimimiseen ohjausta ja tukea ja hänellä on oikeus osallistua vertaistapaamisiin, jatkokoulutuksiin ja virkistystoimintaan. Isosisaruksena toimiminen on vapaaehtoistyönä toteutettua henkilökohtaista kaveritoimintaa, johon tulee voida sitoutua vähintään vuodeksi.

Isosisaruspareja muodostettaessa tarkoituksena on löytää mahdollisimman hyvin toisilleen sopivat sisarukset. Molempien osapuolten toiveet mm. tulevan sisaruksen kiinnostuksen kohteista, iästä ja temperamentista otetaan huomioon. Isosisarukset tapaavat keskenään 1–4 kertaa kuukaudessa ja suunnittelevat yhdessä

Pikkusisaruksen ja hänen vanhempiansa kanssa tapaamisten ajankohdat ja tapaamisten sisällöt. On tärkeää ottaa huomioon Pikkusisaruksen toiveet ja tukea häntä pienin askelin tahtomaan ja toivomaan itselleen asioita. Isosisaruksen tehtävänä on tuoda iloista mieltä lapsen tai nuoren elämään ja mahdollistaa mukavaa tekemistä. On tärkeää kannustaa ja rohkaista Pikkusisarusta luottamaan itseensä sekä tukea häntä identiteetin ja minäkuvan muodostumisessa. Isosisaruksen tehtävä on myös antaa positiivista palautetta ja toimia luotettavana aikuisena lapsen tai nuoren elämässä.

Isosisarustoiminnan avain-toimijat

Pikkusisarus on kuka tahansa peruskouluikäinen lapsi tai nuori, joka haluaa Isosisaruksen ystäväksi ja arjen tueksi. Toiset Pikkusisaruksista tulevat toimintaan sosiaalityöntekijän, kuraattorin tai opettajan ohjaamana. Toiset ovat kuulleet toiminnasta kaverilta tai vanhemmilta. Tässä oppaassa käytämme toiminnan nuorimmista osapuolista johdonmukaisesti termiä Pikkusisarus. Paikkakunnasta riippuen sama henkilö voi kulkea myös nimellä Pikkusisko, Pikkuveli tai Pikku-kaveri.

Isosisarus on vastuullinen, vähintään 18-vuotias aikuinen, jolla on halu toimia ystävänä



ja tukena Pikkusisaruksen arjessa. Isosisarukselta ei vaadita mitään erityistä ammattitaitoa. Isosisaruksella tulee kuitenkin olla sellainen elämäntilanne, että hän kykenee toimimaan myönteisenä, terveen elämän roolimallina Pikkusisarukselle. Isosisaruksena toimimisen edellytyksenä on koulutukseen ja toiminnan ohjaukseen osallistuminen. Lisäksi jokaiselta Isosisarukselta tarkastetaan ennen toiminnan aloittamista rikosrekisteriote. Koulutuksen järjestävä osapuoli tukee Isosisarusta monin eri tavoin (ks. Isosisaruksen polku). Isosisaruksesta käytetään paikkakunnasta riippuen myös nimitystä Isosisko, Isoveli tai Aikuis-kaveri.

Toimintaa ohjaava työntekijä on henkilö, jolla on kokonaisvastuu Isosisarustoiminnasta. Toimintaa ohjaava työntekijä järjestää Isosisarustoimintaan liittyvät koulutukset ja jatkotapaamiset sekä toimii sisarusparien yhteensaattajana ja tukena. Hän on myös päävastuussa erilaisten virkistystapahtumien järjestämisestä. Toimintaa ohjaava työntekijä on usein sosiaali- tai nuorisotalon ammattilainen, jonka ammattinimikkeenä voi olla esimerkiksi vapaaehtoistyön koordinaattori, projektipäällikkö tai toiminnanohjaaja.



Pikkusisaruksen perhe osallistuu toimintaan välillisesti. Isosisarusta haetaan pikkusisaruksen huoltajan suostumuksella. Kotijoukot ovat mukana alkupalaverissa, jossa sisarukset tapaavat ensimmäisen kerran ja jossa sovitaan koordinaattorin ohjaamana kunkin parin yhteiset pelisäännöt. Erityisesti nuorimpien Pikkusisarusten kohdalla lähiaikuiset osallistuvat myös sisarusparien tapaamisajoista sopimiseen. Pikkusisaruksen koko perhe voi välillisesti hyötyä toiminnasta, mutta toiminta kohdistuu Pikkusisareen.

Isosisarustoiminta – miksi?

Isosisarustoiminta tähtää lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja toimijuuden tukemiseen. Sisaruussuhde luotettavaan aikuiseseen voi mahdollistaa kuulluksi ja nähdyksi tulemisen kautta mm. Pikkusisarusten itsetunnon ja minäkuvan kehittymistä, tunne- ja sosiaalisten taitojen opettelua, osallisuuden kokemusta, omien voimavarojen ja kiinnostusten kohteiden löytämistä, yksinäisyyden kokemusten vähenemistä sekä rohkeutta ilmaista itseään ja mielipiteitään. Pikkusisarukset ovat saaneet toiminnan kautta onnistumisen ja rohkaistumisen kokemuksia, iloa arkeen ja tukea elämän haasteisiin. Isosisarusten kanssa on rohkaistuttu menemään uusiin tilanteisiin ja saatu kokemus hyväksytyksi tulemisesta omana itsenään. Toiminta tukee välillisesti myös perheiden hyvinvointia tarjoamalla perheen lapselle luotettavan ja läsnäolevan lisäaikuisen.

Isosisarukset saavat vapaaehtoistoiminnan kautta uusia kokemuksia ja oppivat uusia asioita. Monelle toiminta on hyvää vastapainoa omaan työhön tai opiskeluun. Tutustumalla uuteen ihmiseen pääsee toteuttamaan omia arvojaan ja tulee vaivihkaa avartaneeksi maailmankatsomustaan. Pikkusisaruksen kanssa pääsee kurkista-



maan lasten ja nuorten maailmaan ja tekemään mukavia asioita, joita ei muuten tulisi tehneeksi. Isosisaruksena on mahdollisuus olla jollekin toiselle merkityksellinen ja tärkeä. Parhaimmillaan sisaruussuhde saattaa kestää vuosia ja tuoda hyvää mieltä sekä Iso- että Pikkusisaruksen arkeen. Isosisarustoiminta on monille hyvin antoisaa, hauskaa ja virkistävää ja tarjoaa hienon mahdollisuuden kuulua yhteisöön.

Sisaruspari Joensuusta: SINI JA VIIVI

Pikkusisko-Sini ja Isosisko-Viivi ovat tuoreita kaveruksia, jotka tapasivat ensimmäistä kertaa reilu kaksi kuukautta ennen haastatteluhetkeä. Viivi oli saanut tietää toiminnasta kaveriltaan, joka myös on Isosisko. Sini taas oli kuullut mahdollisuudesta äidiltään. Sini oli ennen sisarusten ensimmäistä tapaamista jo jonkin aikaa ehtinyt odottamaan omaa Isosiskoa.

Siskokset ovat lyhyen kaveruutensa aikana kerenneet jo laskemaan mäkeä, shoppailemaan, käymään pitsalla ja koirapuistossa. Viivi on myös meikannut Sinin ja Pikkusisko on saanut tonkia Isosiskon kirpputorille menossa olleita vaatteita. Sisarukset tapaavat noin kahden viikon välein ja sopivat tapaamisistaan WhatsAppissa. Sinistä on hauskaa kun Viivin kanssa saa ihan omaa aikaa. Kotona hänellä on neljä muuta sisarusta.

Viivi on oppinut siskoltaan yläasteikäisten kaverisuhteista, johon älypuhelimet, Snapchat ja WhatsApp kuuluvat kiinteästi. "Tuntuu että koko ajan on kännykkä käessä!", Viivi nauraa. Sinille on erityisesti jäänyt mieleen siskosten

yhteinen mäenlaskureissu. "Ainaki ku sä laskit siitä hyppymäestä!", Sini muistelee. Isosiskoa kokemus vähän hirvitti, vaikka toisaalta oli hauska testata jotain sellaista, mitä muuten ei olisi tullut kokeilleeksi.

Mikä siskossa sitten on parasta? "Se on vaan niin kiva!", Sini iloitsee. Viivi puolestaan ilostui Siniltä saamastaan ystävänpäiväkortista, joka oli saapunut haastattelupäivänä postissa. Molemmat ovat sitä mieltä, että Isosisarustoimintaan lähteminen oli hyvä juttu. "Suosittelen ehtomasti jos vaan riittää aika. Tai ei se nyt hirveen aikaa vievää oo. Muutama tunti kerran kahessa viikossa. Sopii hyvin vaikka opiskelijalle tai jos ei oo omia lapsia. Kyllä siitä paljon iloa saa!", toteaa Viivi-Isosisko.



Sisaruspari Tampereelta: ANNA JA ANNA

Pikkusisko-Anna ja Isosisko-Anna tapasivat ensimmäistä kertaa nelisen vuotta sitten Tampereen Tyttöjen Tuvalla. Kaveruus oli alkuaikoina varovaista molemminpuolista tunnus-telua. Pikkusisko-Annan mukaan yksi syy oli se, että hän oli tapaamisten alussa aika nuori eikä muutenkaan liikkunut paljon kodin ulkopuolella yksin. Isosisko ajatteli, ettei Pikkusisko ehkä ollut kiinnostunut tapaamaan, mutta tämä luulo osoitautui myöhemmin vääräksi.

Nykyisin yhteydenpito on molemminpuolista. Tapaamisia on kerran kuu-kaudessa, mutta stressiä ei oteta, vaikka tapaamisväli joskus venyy. Yhdessä on käyty vaikkapa uimassa ja konserteissa, mutta usein ihan höpötellään. Siskoksia yhdistää samanlainen huumorintaju ja kiinnostuksen kohteet. "Sä et oo hirveen aikuinen, sillee hyvällä tavalla!", Pikkusisko kiittelee Isosiskoaa. Isosisko-Anna on järjestänyt Pikkusiskolleen ja veljensä lapsille Prinsessabileet, joissa on mm. pukeuduttu mekkoihin ja tiaroihin, syöty karkkia ja pelattu prinsessatietovisaa. "Mut sit prinsessat joutu myös tiskaamaan", Isosisko-Anna nauraa.



Isosisko on Pikkusiskonsa kautta päässyt tutustumaan mm. buddhalaiseen kulttuuriin. Siskokset ovat käyneet Buddha-juhlassa ja Isosisko-Anna on kutsuttu syömään Pikkusisko-Annan äidin laittamaa vietnamlaista ruokaa.

Joskus jutellaan myös vakavammista aiheista. Aiemmin Pikkusisko-Anna murehti valintojen tekemistä ajatellen, että aina pitäisi tietää mitä tekee. Isosisko-Annan kautta hän on oppinut, ettei mikään ole lopullista. Aikuisetkin usein pohtivat mitä elämältään haluavat.

Isosisko-Anna kokee Pikkusiskon tuoneen hänen elämäänsä paljon iloa. "Joskus jos itellä on paha mieli niin se kyllä unohtuu, kun Anna kauheen iloisesti höpöttää mulle jostain mitä sille kuuluu." Pikkusisko saa myös tekemään asioita, joita ei muuten tulisi tehtyä, mutta joista jälkikäteen tulee kiva olo.

Siskokset nauravat paljon ja heillä on selvästi hauskaa yhdessä. Molemmat kannustavatkin kaikkia kiinnostuneita rohkeasti mukaan Isosisarustoimintaan, koska mitään erityistaitoja ei tarvita. Riittää kun on oma itsensä. "Vaik alku voi olla aika hankalaa mut sit kun se jotenkin alkaa vaan sujuu niin sit se on helppoa!", Pikkusisko-Anna iloitsee.

Haastattelussa Jape, Aikuiskaveri Kemistä

Aikuiskaveri Jape kuuli toiminnasta tyttäreltään, joka työskentelee Kemin kaupungilla perhetyöntekijänä. Samoihin aikoihin nähty lehti-ilmoitus antoi viimeisen sysäyksen Aikuiskaveriksi ryhtymiselle. Pikkukaverin äiti oli ilmoittanut pojan toimintaan mukaan, ja muuttaman kuukauden odottelun jälkeen sopiva Aikuiskaveri löytyi. Jape on tavannut Pikkukaverin kanssa nyt lähes vuoden ajan.

Yhteistä tekemistä on löytynyt paljon. Jape ja Pikkukaveri ovat vuoleskelleet nuolia, käyneet ongella, pelanneet sulkapalloa, jalkapalloa ja lautapelejä. Uimassa on käyty sekä kesällä järvessä että talvella uimahallissa. Pikkukaveri on erityisen innokas hyppimään altaaseen, Jape sen sijaan on tässä hieman verkkaisempi. Myös golfia on käyty lyömässä. Hiihto on molempien himoharrastus, joten talvella on käyty hiihtämässä. Pari tapaa keskimäärin parin viikon välein. Tapaamisia on sovittu puolin ja toisin joustavasti. Määrättyjä päiviä tai kellonlyömiä ei ole. Tapaamiset kestävät muutamasta tunnista kesäloman aikaisiin, melkein kokonaisiin päiviin.



Tapaamisilla on joskus mukana myös Japen tyttärenpoika, joka on Pikkukaverin kanssa suurin piirtein saman ikäinen. Pojat ovat ystäväystyneet ja tulevat hyvin toimeen keskenään. Frisbeegolfissa pojat ovat päässeet pätemään ja hymy huulilla toteamaan, että ovat tässä selvästi "äijää parempia".

Japen mukaan Pikkukaveri on tasapainoinen, säännöt tunteva ja hyvinkin terävä poika. Puheesta paistaa ihailu ja välittäminen. Jape kertoo oppineensa Pikkukaverilta harkinnan taitoja. Itse hän kertoo olevansa hosuheikki. Pikkukaverin äidin mukaan arki on Aikuiskaverin myötä tasaantunut ja pojan olemus rauhoittunut.

Jape suosittelee lämpimästi lapsista pitäviä lähtemään mukaan toimintaan. "Sen verran kaikilla aikaa riittää, se on enemmän järjestelykysymys. Kun lapsen kanssa touhuu ja näkee kasvot, että ne on hymyssä, niin kyllä se on paras palkinto."

Hyvä kohtaaminen

Pikkusisarusta kohdatessasi on tärkeää, että olet tapaamisessa läsnä vain häntä varten. Aito kiinnostus ja läsnäolo rakentavat Pikkusisaruksellesi kokemusta siitä, että hän on tärkeä ja arvokas. Vaikka saat toiminnan ohjaajalta taustatietoa tulevasta Pikkusisaruksestasi, pyri kohtaamistilanteessa hylkäämään ennakko-odotuksesi hänen persoonastaan, toiminnastaan tai siitä, kuinka oletat vuorovaikutuksen etenevän. Näin olet avoin näkemään toisen omassa ainutkertaisuudessaan ja aito kohtaaminen ja luottamuksen syntyminen mahdollistuvat.

Viestitä sanoillasi ja teoillasi, että Pikkusisaruksesi on hyväksytty omana itsenään. Iso-sisaruksena toimiminen on lapsen tai nuoren ajatuksille, tunteille ja kokemuksille "peilinä" toimimista, kasvun ja itsetunnon tukemista ja myötätunnetta. Kysy kuulumisia ja viesti Pikkusisarukselle, että olet valmis kuuntelemaan niin ilon aiheita kuin murheitakin. Sinulla ei tarvitse olla valmiita vastauksia ja neuvoja. Tärkeämpiä ovat hyväksyvä myötätunne ja kuunteleminen.

Uuteen ihmissuhteeseen tullaan aina aiemmista vuorovaikutussuhteista saadut kokemukset mukana. Muistathan, että mahdolliset kohtaamisen haasteet voivat kummuta Pikkusisaruksen aiemmista haastavista kokemuksista. Anna aikaa yhteyden, luottamuksen ja uuden ihmissuhteen syntymiselle ja ole rohkeasti oma itsesi. Jutteleminen on usein luontevampaa, kun samalla teette jotain kivaa yhdessä. Usein hauska ja rentouttava tekeminen on juttelua tärkeämpää ja antaa kummallekin vastapainoa arkeen. Luotettavana

aikuisena toimiminen voi tarkoittaa myös rajojen asettamista ja keskustelua yhteisistä pelisäännöistä. Voitte esimerkiksi yhdessä sopia, että tapaamisissa kumpikaan ei käytä kännykkää, vaan keskitytte toisiinne ja yhteiseen tekemiseen. Asetat itse rajasi myös siinä, kuinka paljon jaat elämääsi Pikkusisaruksellesi. Omista kokemuksistasi ja ajatuksistasi kertominen voi helpottaa Pikkusisarusta kertomaan mieltä askarruttavista asioista ja käsittelemään tunteita antamasi esimerkin kautta. Huomioithan kuitenkin Pikkusisaruksen ikätason keskusteluissanne ja muistat, että olet tapaamisessa Pikkusisarustasi varten.

Muistathan ottaa yhteyttä toiminnan ohjaajaan, jos huolestut Pikkusisaruksen kertomista asioista! Ohjaaja voi tarvittaessa etsiä tilanteeseen tukea ja ottaa yhteyttä vanhempiin ja esimerkiksi sosiaalitoimikijään. Ohjaajan kanssa voit myös purkaa tilanteen, jos jokin tapaaminen nostaa sinussa vaikeita tunteita tai hämmennystä.



Isosisarustoiminnan polku

Idea

Ajatus toimintaan lähtemisestä ja löytämisestä on sekä Isosisaruksilla että Pikkusiaruksilla kovin omanlaisensa. Aikuinen on voinut saada vinkin kaverilta, nähnyt lehti-ilmoituksen tai infoa somessa. Lapsi on saattanut kuulla toiminnasta

Tyttöjen Tuvalta, opettajalta, terveydenhoitajalta tai vaikka perhetyöntekijältä.

Joillain paikkakunnilla myös vanhemmat ovat itse olleet aktiivisia turvallisen "lisäaikuisen" löytämisessä lapsensa elämään.

Isosisaruskurssi

Kurssilla koulutetaan ja haastatellaan vapaaehtoiset Isosisarukset. Haastattelu voi tapahtua kurssin jäl-

keen tai esimerkiksi ennakkokeskusteluna. Kurs- sin kesto vaihtelee hieman paikkakunnittain, mutta tapaamisia on kahdesta neljään ja kurssit ovat pääosin iltaisin ja viikonloppuisin. Kurssilla käsitellään vapaaehtoistoiminnan perustaa sekä Isosisarustoiminnan käytäntöjä.

Rikostaustan tarkistaminen

Sopivan Pikkusiaruksen löydyttyä toiminnan järjestäjä hankkii vapaaehtoisen rikostaustaotteen Oikeusrekisterikeskukselta. Otteen hakuun pyydetään kirjallinen suostumus. Toiminnan järjestäjä hoitaa kulut ja otteen saa tarkistuksen jälkeen itsellensä.

Isosisarus- ja Pikkusiarusparit

Toimintaa ohjaava työntekijä muodostaa parit molempien toiveiden mukaan. Isosisarukselle kerrotaan Pikkusiaruksen nimi, ikä, harrastukset sekä muut tarvittavat tiedot ja kysytään onko hän valmis tälle Isosisarukseksi. Tämän jälkeen Pikkusiaruksen perheelle kerrotaan Isosisaruksesta ja varmistetaan haluaako Pikkusiarus vielä Isosisaruksen.

Alkupalaveri

Sovitaan yhteinen aika alkupalaveriin, joka voidaan pitää Pikkusiaruksen kotona tai muussa viihtyisässä tilassa. Mukana on toimintaa ohjaava työntekijä, Isosisarus, Pikkusiarus ja tämän huoltaja tai lähiaikuinen. (Poikkeuksena Kemissä Pikkusiarus ei ole mukana ensimmäisellä tapaamisella, vaan huoltajan tai lähiaikuisen on hyväksyttävä uusi aikuinen lapsensa elämään. Tällöin sisarusparin ensitapaaminen on vasta seuraavalla kerralla.) Toisinaan tapaaminen voidaan

järjestää sosiaalityöntekijän tai terveydenhoitajan luona, mikäli he ovat ohjanneet Pikkusisaruksen toimintaan. Tapaamisen tarkoituksena on jutella ja tutustua Isosisarukseen ja Pikkusisarukseen sekä jutella molempien toiveista tekemisen suhteen. Tapaamisessa vaihdetaan yhteystietoja ja sovitaan ensimmäisestä tapaamisesta. Alkupalaveri kestää noin tunnin.

Tapaamisista sopiminen

Sisarukset tapaavat sovitusti, siten kun alkupalaverissa on sovittu. Jos tapaamisista sovitaan lapsen tai nuoren kanssa keskenään, on hyvä pitää kuitenkin huoli, että tieto menee myös huoltajille tai lähiaikuisille. Jos tapaaminen joudutaan perumaan on hyvä sopia uusi tapaaminen heti, jos mahdollista. Tapaamisen on hyvä olla säännöllistä.

Sisarukset tapaavat yhdestä neljään kertaan kuussa; pareja, tarpeita ja mahdollisuuksia on monenlaisia. Mikäli Isosisarus joutuu pitämään pidemmän tauon tapaamisista esim. loman tai opintojen vuoksi, on siitä hyvä ilmoittaa Pikkusisarukselle mahdollisimman ajoissa. Muista, että yhteyttä voi pitää muutenkin kuin tapaamalla!



Aloitus

Tutustumiselle kannattaa antaa aikaa useampi tapaamiskerta. Isosisarukselta vaaditaan alussa kärsivällisyyttä ja aloitteellisuutta. Ensimmäisille kerroille kannattaa keksiä jotain helppoa ja rentoa tekemistä, koska se voi auttaa tutustumisessa. Ensimmäisten tapaamisten jälkeen voi olla yhteydessä toimintaa ohjaavaan työntekijään ja kertoa esimerkiksi sähköpostilla kuulumisia ensimmäisten tapaamisen jälkeen. Työntekijä voi auttaa, jos jokin asia tuntui vaikealta.

Yhteydenpito

On hyvä olla yhteydessä toimintaa ohjaavaan työntekijään puhelimitse, tekstiviestillä, sähköpostilla tai käymällä toimistolla. Työntekijän on hyvä tietää mitä sisarusparille kuuluu, niin ilot kuin haasteetkin! Mikäli tapaamisiin tai yhteydenpitoon puhelimitse tai sähköpostilla tulee sisarusparilla pitkä tauko, on Isosisarus velvollinen ottamaan yhteyden Pikkusisarukseen tai työntekijään, joka selvittää tilannetta Pikkusisarukselta. Jos yhteydenpito Pikkusisaruksen kanssa on hankalaa, kannattaa siitä jutella Pikkusisaruksen kanssa ja kokeilla erilaisia tapoja viestiä (tekstiviesti, ääniviesti, puhelu). Pikkusisarusten kanssa viestitellessä kannattaa muistaa, että lapsilla ja nuorilla on erilainen tapa kommunikoida kuin aikuisilla.

Henkilökohtainen ohjaus

Isosisaruksen on mahdollista pyytää toimintaa ohjaavalta työntekijältä henkilökohtaista ohjauskeskustelua. Tapaamisissa keskustellaan sisarusten kuulumisista ja Isosisaruksen on mahdollista kysyä mieltä askarruttavista asioista sekä antaa palautetta toiminnasta. Ohjauskeskusteluja on ensimmäisen vuoden aikana pari kertaa vuodessa ja tämän jälkeen Isosisarus voi tarvittaessa varata itselleen ohjauskeskusteluajan.

Vertais- ja virkistystapaamiset sekä teemapäivät

Toimintaa järjestävä taho järjestää Isosisaruksille ohjattuja vertaistapaamisia, joissa on mahdollisuus vaihtaa kokemuksia toisten vapaaehtoisten kanssa. Koska tapaamisten luonne on samalla työnohjauksellinen, saatetaan joillakin paikkakunnilla myös edellyttää vähintään yhtä käyntiä vertaistapaamisessa. Isosisaruksille järjestetään myös virkistystapaamisia, joiden suunnitteluun he joskus myös itse osallistuvat. Teemapäiviä järjestetään sisaruspareille pitkin vuotta. Näitä voidaan viettää vaikkapa pulkkamäkipäivän tai piknikin merkeissä. Yhdessä retkeily ja mukava toiminta piristävät!



Jatkokoulutus

Isosisaruksille järjestetään jatkokoulutuksia 1–2 kertaa vuodessa. Koulutusten tarkoituksena on syventää vapaaehtoistoiminnan osaamista. Aiheet nousevat usein ajankohtaisista ilmiöistä, joista toimintaa ohjaavat työntekijät ovat kuulleet esimerkiksi ohjauskeskusteluissa. Työntekijät myös kartoittavat vapaaehtoisten jatkokoulutustarpeita. Koulutusten aiheina voi olla esimerkiksi vapaaehtoistoiminnassa jaksaminen, nuoren itsetunnon vahvistaminen tai toiminnan kehittäminen.

Lopetus

Isosisarustoiminnassa lopettamisesta on tärkeää ilmoittaa työntekijöille. **TÄMÄ ON TÄRKEÄÄ!** Kun Isosisarus on lopettamassa toiminnassa, on siitä hyvä keskustella mahdollisimman pian Pikkusisaruksen ja hänen vanhempiansa kanssa. Tähän voi tarvittaessa pyytää apua. Jos Isosisarus yhtäkkiä vain katoaa Pikkusisaruksen elämästä, voi Pikkusisarus helposti syyttää siitä itseään.

Käytännön asioita

Vastuu

Sisarukset tapaavat omalla vapaa-ajallaan ja heidän tulee itse huolehtia vapaa-ajanvakuutuksistaan. Toiminnan järjestäjän tapaamisissa on ryhmävakuutus.

Esimerkkinä oleminen

Muistathan, että toimit esimerkkinä Pikkusisaruksillesi ja myös muille Pikkusisaruksille, kun tapaat heitä.

Kulut

Sisarussuhteessa pääsääntöisesti molemmat maksavat omat kulunsa. Toki Pikkusisaruksen perhe voi maksaa Isosisaruksenkin kuluja, samoin kuin Isosisarus voi maksaa jotakin Pikkusisaruksen puolesta yhteisestä sopimuksesta.

Luottamus ja sitoutuminen

Isosisarukset ovat vaitiolovelvollisia Pikkusisarusten asioista, eikä Pikkusisaruksen salaisuuksia saa myöskään kertoa hänen vanhemmilleen. Poikkeuksia vaitiolovelvollisuudesta ovat tilanteet, joissa Isosisarukselle herää huoli, kyse on hyväksikäytöstä tai jostain muusta laittomasta toiminnasta. Silloin on jokaisella velvollisuus viedä asiaa eteenpäin. Pikkusisarukselle on hyvä kertoa, että tällaisista asioista Isosisaruksen on kerrottava eteenpäin. Luottamuksellisista asioista

voi puhua toimintaa ohjaavalle työntekijälle, jolla on vaitiolovelvollisuus. Muista, että sinulla on aina mahdollisuus pyytää ohjauskeskustelua. On tärkeää, että olet sitoutunut Isosisaruksena toimimiseen. Pikkusisarukselle on valtava pettymys, jos kauan odotettu Isosisarus lopettaakin melkein heti.

Viestintäkanavat

Sähköposti, puhelin, tekstarit sekä erilaiset sosiaalisen median kanavat toimivat Isosisarustoiminnan viestinnän välineinä. Kaikilla toimintaa järjestävillä paikkakunnilla on käytössä Vapaaehtoisten Facebook-ryhmä, joka on havaittu hyväksi paitsi vapaaehtoisten keskinäiseen vinkkien jakamiseen, myös Isosisarustoiminnasta tiedottamiseen.

Yhteistyö

Pidä yhteyttä myös Pikkusisaruksen perheeseen. Jos tapaatte usein Pikkusisaruksen kodin ulkopuolella, käy silti välillä tapaamassa vanhempia tai soita heille. Yhteistyö sujuu paremmin, kun pidät hyvät välit vanhempiin. On tärkeää keskustella vanhempien kanssa, mutta älä anna sen liikaa häiritä Pikkusisaruksen ja sinun tapaamisia. On hyvä tiedostaa myös, että olet toiminnassa lasta varten ja hänen tukenaan.

Mutkia matkassa?

"Eka tapaamisella Pikkusisarus ei sanonut sanaakaan"

Ensimmäinen tapaaminen on aina jännittävä molemmille. Kerro, että sinuakin jännittää. Vaikka sinusta tuntuisi, että et ole saanut mitään yhteyttä Pikkusisarukseesi, saattaa hän kotona ja kavereilleen hehkuttaa tapaamistanne. Anna tutustumiselle aikaa useampi tapaaminen ja mieti esimerkiksi vaihtoehtoja tekemistä, jonka lomassa seuraavalla kerralla on helpompaa jutella. Jos Pikkusisarus ei osaa sanoa, mitä haluaa tehdä tai kaikki on "ihan sama", anna hänelle muutama vaihtoehto, joista valita. Mikäli tapaamisenne eivät käynnisty, ota yhteys toimintaa ohjaavaan työntekijään.

"Pikkusisarus ei ilmoita, jos ei pääse tapaamiseen"

Molempien tulee sitoutua yhteisesti sovittuihin tapaamisiin. Jos Pikkusisarus on hyvin nuori, varmista yhteydenotolla, että vanhemmat tietävät tapaamisistanne. Kerro Pikkusisarukselle ja vanhemmille, että sinusta tuntuu kurjalta, jos tapaamisenne ei onnistu. Sopikaa yhdessä peruutuksista ja varmista tapaaminen etukäteen.



"Yhteydenpito Pikkusisaruksen vanhempiin tuntuu takkuilevalta"

Yhteistyö vanhempien kanssa saattaa olla haastavaa, varsinkin jos lapsi on jo isompi ja itsenäinen. On kuitenkin tärkeää, että saat yhteyden vanhempiin. Yritä soittaa tai lähetä viesti vanhemmille pienemmässä asiassa tai käy Pikkusisaruksen kotona, kun haet tai saatat häntä kotiin. On hyvä muistaa, että perheen tilanne saattaa olla vaikea ja Isosisaruksen osallisuus arkeen on merkittävä apu, mutta sitä ei välttämättä osata sanoa ääneen.

"Tuntuu, että Pikkusisarus ei enää halua tavata"

Tämä on sinun tulkintasi tilanteesta, joka on ensisijaisen tärkeää varmistaa heti. Tällaisen tuntemuksen vuoksi tapaamisten välille saat-
taa helposti tulla pitkäkin tauko. Tämä vaikeut-
taa yhteydenottoa myöhemmin ja
haavoittaa luottamuksellista
suhdetta. Isosisaruksella
on velvollisuus selvittää
asiaa ottamalla yhteyt-
tä Pikkusisarukseen
tai toimintaa ohjaa-
vaan työntekijään.
Älä siis odota, että
Pikkusisarus soittaa
ensin!

Kysy Pikkusisaruk-
selta ja hänen van-
hemmiltaan, miltä heistä
tuntuu. Onko Pikkusisarus
kiireinen, eikä tapaamisille
löydy aikaa? Haluaisiko hän tehdä
jotain muuta kuin olette tähän asti teh-
neet? Ota yhteys toiminnan työntekijään, selvi-
tämme asiaa ja yhdessä voimme katsoa, miten
haluatte jatkaa.

"Tapaamisten järjestäminen tuntuu vaikealta"

Mikäli arki tuntuu kiireiseltä ja tapaamisten so-
piminen on vaikeaa, sopikaa tapaavanne har-
vemmin. Vaihtoehtoisesti pitääkää tapaamisissa

yhdessä sovitun mittainen tauko ja pitääkää yh-
teyttä muuten. Tärkeintä on että tilanteesta pu-
hutaan avoimesti. Vinkkejä ja tukea voi saada
myös vertaisryhmän tapaamisissa. Muillakin Iso-
sisaruksilla on saattanut olla samankaltaisia ko-
kemuksia ja he voivat auttaa.

"Pikkusisaruksen vanhempi tuke- tuu minun perheen pulmati- lanteissa"

Isosisaruksen tarkoituksena on
toimia lapsen tai nuoren tukena
ja tsempparina. Isosisarus toi-
mii siis kuuntelevana korvana ja
tukena Pikkusisarukselle ja on
tapaamisissa häntä varten. Jos
perheen tilanne kaipaa muuta-
kin tukea, keskustele asiasta yh-
dessä ohjaajan kanssa.

"Omassa elämäntilanteessani on tapahtunut muutos"

Omassakin arjessa saattaa tapahtua odottamat-
tomia muutoksia. Jos olet muuttamassa paikka-
kunnalta tai muuten koet, ettet pysty jatkamaan
toiminnassa, ole yhteydessä toimintaa ohjaa-
vaan työntekijään. On tärkeää, että Sisarusuhde
"ajetaan alas" hallitusti ja avoimesti. Älä missään
nimessä lopeta ilmoittamatta! Jos muutoksesi ei-
vät vaadi toiminnan lopettamista kokonaan, ole
silti yhteydessä. Silloin voimme yhdessä miettiä,
miten tilanne vaikuttaa sisarustoimintaan.

*Muista, että jos jokin
pieneltäkin tuntuva asia
alkaa askaruttaa,
toimintaa ohjaava
työntekijä on aina sinua
varten. Yhdessä miet-
tien varmasti päästään
asiassa eteenpäin!*

3. VAPAAEHTOISTOIMINNAN PERIAATTEET

Tavallisen ihmisen tieto ja taito riittävät

Toiminnan järjestäjä kouluttaa vapaaehtois-
sen, muuta koulutusta tai kokemusta ei tarvita.
Vapaaehtoinen saa tukea, ohjausta ja jatkokoulu-
tusta vapaaehtoisena toimiessaan.

Tasa-arvoisuus, luottamuksellisuus ja vaitiolovelvollisuus

Vapaaehtoistoiminta on samalla tasolla toimi-
mista ja rinnalla kulkemista. Vapaaeh-
toinen on vaitiolovelvollinen, mutta
asioista voidaan keskustella luot-
tamuksellisesti toiminnan järjes-
täjän kanssa. Vapaaehtoisen on
hyvä miettiä, mitkä asiat ovat
sisarusten välisiä salaisuuksia ja
mistä on hyvä kertoa vanhem-
mille.

Puolueettomuus, suvait- sevaisuus ja palkattomuus

Vapaaehtoinen hyväksyy autettavan
sellaisena kuin hän on. Jokaisella voi
olla oma uskonnollinen, poliittinen tai
aatteellinen vakaumus, joka saa näkyä,
mutta sitä ei saa tuputtaa toiselle. Toiminnan jär-
jestäjästä riippuen vapaaehtoistoiminta voi olla
palkatonta tai siitä voidaan maksaa kulukorvauk-
sia tai palkkio.

Sitoutuminen toimintaan, yhteistyö ja yhteisöllisyys

Vapaaehtoinen sitoutuu toimintaan ja pitää lu-
pauksensa. Toiminnan lopettamisesta ilmoite-
taan toiminnan järjestäjälle. Vapaaehtoinen toi-
mii yhteistyössä toimintaa järjestävän yhteisön
kanssa ja saa halutessaan apua ja tukea toimin-
taansa. Vapaaehtoinen pitää yhteyttä vanhem-
pien kanssa ja kunnioittaa perheen sääntöjä.



4. HARJOITEPANKKI

Itsetuntokilpi

Miltä oma kilpesi näyttää?

1. Mikä tekee sinut iloiseksi?
2. Mikä tekee sinut surulliseksi?
3. Mitä pelkää?
4. Mistä mielipiteistä et anna periksi?
5. Mikä on huonoin puolesi?
6. Mikä on paras puolesi?



Omakuva

Jatka lausetta kuvaamaan itseäsi.

1. Olen sen laatuinen ihminen, joka.....
2. Olen onnellisin, kun
3. Haluaisin ammatikseni työskennellä.....
4. Pidän ihmisistä, jotka.....
5. Osaan erityisen hyvin.....
6. Yksi vahvimmista puolistani on.....
7. Yksi huonoimmista puolistani on
8. Olen ylpeä itsestäni, kun.....
9. Mieluisin harrastukseni on.....
10. Ihminen, jota ihailen suuresti, on.....
11. Jos saisin paljon rahaa, tekisin.....
12. Unelmoin mielelläni
13. Jos saisin toteuttaa yhden toiveen, toivoisin.....
14. Kymmenen vuoden kuluttua.....
15. Kolme tärkeää päätöstä, jotka olen tehnyt elämässäni, ovat.....
-

Tunnetaidot

Seuraavien tehtävien avulla voit harjoitella tunnetaitoja yhdessä Pikkusisaruksen kanssa. Tunnetaitoja voi harjoitella ja niissä voi kehittyä. Tunteiden tunnistaminen, nimeäminen ja tunteiden säätely ovat tärkeitä asioita, joita voi opetella kaiken ikäisenä. Kiinnittämällä huomiota pään sisäiseen puheeseen voi myös helpottaa omaa oloaan. Selviytymissuunnitelman avulla voi konkretisoida tavoitteisiin pyrkimistä ja auttaa selviytymään haastavilta tuntuvista tilanteista kuten esiintymisjännityksestä tai uuden taidon opettelusta. Rentoutumisen avulla voi saada hyvää mieltä ja helpotusta tukaliin tilanteisiin.

1. Tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen

TUNNESANAKILPAILU: Kirjoittakaa paperille niin monta tunnesanaa kuin tiedätte. Aikaa 2 minuuttia. Keskustelkaa siitä oliko sanoja helppo keksiä ja mitkä yhteiset sanat ovat molemmilla ensimmäisten sanojen joukossa? Millaisia sanoja listoistanne löytyy?

TUNNEKORTIT TAI EMOJIT: Kertokaa toisillenne kuulumiset tunnekorttien, kuten esimerkiksi Mahti –tunnekorttien tai emojien avulla. Mahti-tunnekortit voi ladata Internetistä Kehitysvammaisten Tukiliitto ry:n sivuilta ja tulostaa. Voit lainata niitä Isosisarustoimintaa ohjaavalta työtekijältä. Ideana on harjoitella tunteiden nimeämistä ja samalla voitte kertoa toisillenne mitä teidän elämänsäanne on tapahtunut viimeisimmän tapaamisen jälkeen. Mahti-korteilla voi myös pelata tunne-alias-ta. Ota pakasta yksi kortti ja mieti mikä tunnetila kortissa on. Kerro jokin tapahtuma, joka on tapahtunut sinulle ja jolloin olet tuntenut kyseistä tunnetta. Toisen tehtävä on arvata tunnetila jota selität. Halutessanne voitte arvaamisen jälkeen jutella siitä mistä kehon asennoista tai ilmeistä huomasit, että kyseessä oli tämä tunne.

2. Kehon viestit

KEHO KERTOO: Kirjoittakaa erilaisia perustunteita (ilo, suru, viha, rakkaus jne) paperilapuille tai käyttäkää Mahti kortteja apuna, kun arvotte itsellenne jonkin tunteen. Piirrä A4-paperille ihmisen kehon ääriviivat. Mieti millaisia tuntemuksia sinä tunnet kehossasi, kun sinulla on tämä tunne. Voit käyttää eri värejä ja kuvioita apuna. Kun piirustukset ovat valmiit, voitte näyttää kuvat toisillenne vuoron perään. Selitä miltä ja missä tunne tuntuu kehossa. Toisen tehtävä on arvata minkä tunteen piirsit paperille.

3. Sisäinen puhe

HYMIÖT: Hymiötehtävän avulla harjoitellaan pään sisäisen puheen tarkkailua ja negatiivisten ajatusten positiivisiksi kääntämistä. Mieti jokin asia, joka on sinulle hankala ja josta usein moittit itseäsi esim. "Olen huono matematiikassa!" tai "Esitelmän pitäminen jännittää, en pysty!". Kirjoita näitä negatiivisia ajatuksia allekkain paperille vasempaan reunaan. Tämän jälkeen mieti mikä voisi olla jokin positiivinen tai auttava ajatus, joka voisi auttaa sinua muuttamaan itsesi moittimista. Kirjoita nämä positiiviset asiat oikeaan reunaan allekkain samalle tasolle negatiivisten ajatusten kanssa esim.

☹️ "Olen huono matematiikassa"

😊 "Kyllä minä osaan, kun vaan teen parhaani.
Opin kyllä, vaikkakin hitaasti"

☹️ "Esitelmä jännittää, en pysty"

😊 "Olen harjoitellut, teen parhaani, pysyn rauhallisena
ja muistan hengittää"

Voitte harjoitella tätä myös siten, että kirjoitatte paperilapuille negatiivisia ajatuksia ja laitatte laput kulhoon. Vuorotellen nostatte lapun ja keksitte asiasta positiivisen, auttavan ajatuksen.

KUUMA PERUNA: Voitte harjoitella positiivisten ja negatiivisten asioiden perustelua kuuman perunan avulla. Valitkaa itsellenne jokin esine, joka on kuuma peruna (esim. kynäpenaali). Valitsette jonkin kiistanalaisen aiheen kuten "urheilu" tai "matkustelu". Toinen keksii vuorollaan tästä aina positiivisen puolen ja antaa kuuman perunan toisen käteen. Toinen keksii aiheesta jonkin negatiivisen puolen ja antaa kuuman perunan takaisin. Päättäkää kuinka kauan kummallakin on aikaa miettiä vastausta, esim. 30 sekuntia. Se, joka keksii viimeisenä jonkin positiivisen / negatiivisen asian, voittaa. Voitte pelata myös niin, että jos ei keksi väittämää 30 sekunnissa, saa sakkopisteen. Peliä voi pelata myös pienryhmässä tai pareittain, esimerkiksi toisten Isosisarusten kanssa. Ideana on harjoitella pohtimaan eri asioiden positiivisia ja negatiivisia puolia ja oppia sanomaan oma mieliteensä ääneen.

SARJAKUVA: Kirjoittakaa jokin sarjakuva uusiksi ensin siten, että puhekuplien ajatukset ovat ensimmäisessä sarjakuvassa mahdollisimman negatiivisia ja sitten siten, että ne ovat mahdollisimman positiivisia. Pohtikaa miten erilaiset tarinat saitte aikaan.

4. Tunteiden säätely ja hallinta

Epämieluisat voimakkaat tunteet voivat aiheuttaa riitaa tai muuta ikävää käyttäytymistä, jolloin voi olla hyvä pohtia miten tunteita voisi säädellä. Yhdessä Pikkusisaruksen kanssa voitte tehdä listaa asioista, jotka voisivat auttaa hankalissa tilanteissa. Tässä muutamia vinkkejä, joita voi kokeilla.

- Tunteen taustalla olevan ajatuksen tunnistaminen ja muuttaminen positiiviseksi
- Hengitä syvään ja laske kymmeneen. Mieti ensin, toimi sitten.
- Poistu paikalta, jos tilanne käy tukalaksi.
- Stressilelun/nystyräpallon puristelu, paperin repiminen, juoksulenkki tai muu fyysinen tekeminen voi auttaa purkamaan pahaa oloa. Tavaroiden tuhoaminen tai toisen ihmisen vahingoittaminen ei ole sallittua.
- Kuuntele mieluisaa musiikkia, kirjoita päiväkirjaa, maalaa, piirrä, soita jotain soitinta.
- Puhu ja kerro muille pahasta olostasi, älä panttaa pahaa oloa sisääsi. Joskus huutaminen auttaa myös, ethän kuitenkaan huuda kellekään ihmiselle.

5. Selviytymissuunnitelma

PUU: Piirrä puu, jossa on runko ja lehvästö sekä tikapuut, jotka nojaavat puuhun. Tikapuissa voi olla esim. 4 rappusta. Kirjoita puun lehvästöön tavoite, jonka haluat saavuttaa. Kirjoita ensimmäiselle askelmalle jokin asia, joka sinun tulee tehdä ensin, että tavoitteesi toteutuu. Kirjoita sitten seuraavat askeleet, joita sinun tulee ottaa saavuttaaksesi tavoitteesi. Mikäli haluat, voit kirjoittaa askelmien viereen itsellesi myös tukihenkilön nimen ja palkinnon, jonka itsellesi annat, kun saavutat tämän askeleen. Tärkeää on tehdä tarpeeksi pieniä ja realistisia tavoitteita, jotta tavoitteen toteutuminen voi onnistua. Tarkoituksena on keksiä konkreettisia tekoja, joiden avulla voi selviytyä jostakin epämieluisasta tilanteesta tai opetella jonkin uuden taidon.

6. Rentoutuminen

Rentoutuminen on tärkeä taito, joka auttaa tunteiden hallinnassa. Mielikuvamatkat ja musiikki voivat auttaa rentoutumisessa. Jos Pikkusisaruksesi tykkää kuunnella tarinoita voit hakea kirjastosta esim. *Martha Belknab: Lohikäärmeiden kesyttäminen – luovia rentoutusharjoituksia lapsille* tai *Sari Markkanen: Tipsu ja oivallusten opus*. Rentoutuminen voi helpottaa esimerkiksi esiintymisjännityksessä. Esiintymistä voi harjoitella tutussa ympäristössä etukäteen ja huomioida samalla se, että muistaa hengittää. Puhelimeen ladattava *Relax melodies* -sovellus voi olla hyvä apu rentoutumiseen.

Osa tunnetaitoharjoituksista on varioitu Aseman lapset ry:n Friends-tunnetaito-ohjelman pohjalta.

Kun olin 15 V.

Mieti millainen olit 15 -vuotiaana. Laita rasti niihin kohtiin, jotka sopivat itseesi.

- ☐ Ajattelin, etten ole tarpeeksi kaunis/komea
- ☐ Laihdutin näyttääkseni paremmalta
- ☐ Sanoin joo, kun en uskaltanut sanoa ei
- ☐ Toivoin olevani "normaali"
- ☐ Esitin muuta kuin olin
- ☐ Minua kiusattiin / kiusasin
- ☐ Salasin asioita kotona
- ☐ Esitin kokeneempaa seksuaalisuuden saralla
- ☐ Olin ihastunut
- ☐ Petyin ihmissuhteissa
- ☐ Häpesin muuttuvaa kehoani
- ☐ Onnistuin

Kirjoita muutama
rohkaiseva lause 15 -vuotiaalle
minällesi. Mitä haluaisit sanoa
15 -vuotiaalle itsellesi?

Sisaruskollaasi

Tutustumisen tai tekemisen miettimisen apuna voi toimia sisarusten yhteinen kollaasi. Ottakaa iso pahvi ja laittakaa se vaakatasoon ja piirtäkää keskelle pystyviiva. Istukaa vierekkäin ja alkakaa selailla lehtiä. Kun vastaan tulee jokin sinua miellyttävä asia, kuten muffinssi, josta pidät, voit kysyä Sisarukseltasi pitääkö hän muffinsseista tai leipomisesta. Mikäli hän pitää, laittakaa se lähelle keskiviivaa, koska molemmat pidätte siitä. Mikäli Sisaruksesi ei pidä muffinsseista tai leipomisesta, laita se paperin ulkolaitaan omalle puolellesi. Kollaasia tehdessänne tutustutte toisiinne ja mielenkiinnon kohteisiinne.

ITSETUNNON VAHVISTUSTA:

- Keskity vahvuksiisi, älä puutteisiisi. Yritä löytää itsestäsi ja ympäristöstäsi positiivisia puolia. Mitkä asiat ovat hyvin? Missä asioissa olet hyvä?
- Puhu kauniisti itsellesi ja muille.
- Muista, että jokainen ihminen on ainutlaatuinen.
- Muistele onnistumiasi, hemmottele ja palkitse itseäsi.
- "Pilvettömien päivien päiväkirjaa" on hyvä selailla silloin, kun eteen tulee vastoinkäymisiä. Vaikeina hetkinä on hyvä palauttaa mieleen se hyvä mitä on ollut. Niin vaikeudet kuin hyvätkin hetket kuuluvat elämään.
- Uskalla olla erilainen. Erilaisuus voi toisinaan tuoda yksinoloa, mutta toisten liiallisesta myötäilystä saattaa seurata omasta itsestä vieraantumista.
- Opettele tekemään valintoja, päättämään ja tahtomaan. Päättämistä voi joutua harjoittelemaan mitättömänkin tuntuissa asioissa, jos ei ole tottunut tahtomaan mitään. Jos joku kysyy otatko teetä vai kahvia, päätä kumpaa haluat.
- Irrottaudu vääristä syyllisyyden ja häpeän tunteista. Mitä hävittävää sinulla olisi loppujen lopuksi, kun olet hyväksytty olemuksesi pohjaan saakka.
- Etsi yhteisö tai ystävä, joka auttaa kasvamaan. On tärkeää löytää joku, joka kannustaa sinua ja antaa sinun olla oma itsesi.
- Älä lannistu hylkäämisistä, vaan yritä uudelleen. Älä anna muiden määritellä olemassaolosi oikeutta. Kenellekään ei saa antaa sellaista valtaa, että hän pystyy hylkäämällä tuhoamaan sinut.
- Harjoittele – itsevarmuus karttuu harjoittelemalla.

Erilaisia Pikkusisaruksia

Tutustukaa esimerkkeihin mahdollisista Pikkusisaruksista ja pohtikaa ja keskustelkaa yhdessä:

Mitä ajatuksia Pikkusisaruksista herää?

Millaista tukea Pikkusisarus voisi mahdollisesti kaivata?

Miten lähtisitte toimimaan Pikkusisaruksen kanssa?

Mistä tieto Pikkusisaruksesta voisi olla peräisin?

Maria, 13 vuotta

- kokee itsensä yksinäiseksi
- asuu vuoroviikoin isällä ja äidillä
- tykkää pelailla puhelimella ja käyttää somea
- kaipaa juttukaveria ja tukea itsetunnolle
- kiusaamiskokemuksia
- taiteellinen ja luova

Petja, 10 vuotta

- asuu yksinhuoltajaäidin ja pikkusisaren kanssa
- hieman arka
- vapaa-ajallaan ei juurikaan näe muita ikäisiään kavereita
- tykkää pelailla tietokoneella, pyöräillä ja viettää aikaa kirjastossa
- kaipaa mieskaveria
- tarkkaavaisuushäiriö

Roosa, 11 vuotta

- asuu toistaiseksi sijaisperheessä
- puhelias ja sosiaalinen
- tykkää ratsastuksesta ja näyttelemisestä
- tarvitsee paljon oppimisen tukea koulussa

Matti, 8 vuotta

- iloinen ja reipas
- paljon harrastuksia ja kavereita
- innostuu helposti uusista asioista
- asuu äidin, isän ja kahden sisaruksen kanssa

LISÄTEHTÄVÄ:

Muuttuuko tilanne jotenkin, jos Pikkusisarus:

- olisi kotoisin eri kulttuuritaustasta
- asuisi sateenkaariperheessä
- ei olisi tyttö tai poika, vaan muunsukupuolinen
- kuuluisi itsellesi vieraaseen uskonnolliseen yhteisöön

Yhteystiedot

Suomen Setlementtiliitto

Sukupuolisensitiivinen työ
liitto@setlementti.fi

www.setlementti.fi

www.sukupuolisensitiivisyys.fi

www.poikajamiestyo.fi

TAMPERE

Ahjolan Setlementti ry

www.tyttöjentupa.fi

www.ahjola.fi

JOENSUU

Joensuun Setlementti ry

www.setlementtijoensuu.fi

KEMI

Luotolan Nuoret ry

www.luotolannuoret.fi

Ajantasaisimmat yhteystiedot löydät kunkin toimijan omilta verkkosivuilta



Kirjan kirjoittajat

Jelena Santalainen on sukupuolentutkimuksen asiantuntija, jonka keskittyminen terästyy, kun keskustelun aiheena on sukupuolen vaikutus ihmisten yhteiskunnalliseen toimijuuteen tai sukupuoliroolit eri kulttuureissa. Isosisarustoimintaan Jelena on päässyt sisälle toimittuaan Suomen Setlementtiliitossa valtakunnallisen sukupuoli-sensitiivisen nuorisotyön kehittämishankkeen (MeKaikki!) projektipäällikkönä vuosina 2014–2017.

Matti Virtasalo on ihmistyön ammattilainen, yhteistyömyyrä, innostaja ja kehittäjä. Vuosina 2014–2017 Matti on toiminut projektivastaavana Luotolan Nuoret ry:n Isosisko ja Isoveli -hankkeessa Aikuiskaveritoiminnan parissa. Matille toiminnan tärkeitä lähtökohtia ovat dialoginen, vuorovaikutuksellinen kohtaaminen, läheisistä ja toisista ihmisistä välittäminen sekä ennaltaehkäisevä työote.

Piia Seppälä on Tampereen Isosisko- ja Tyttöjen Tupa -toiminnan vastaava toiminnanohjaaja, joka on tehnyt tyttötyötä vuodesta 2009 lähtien Ahjolan Setlementillä. Piian sydän sykkii tyttöjen aseman parantamiselle. Hän kokee tärkeänä nostaa esiin hiljaisten ja näkymättömien tyttöjen ääntä ja tekemisen mahdollisuuksia. Piia kehittää Isosisko- ja Tyttöjen Tupa -toimintaa vastaamaan tyttöjen tarpeisiin ja ajan haasteisiin siten, että tytöt voivat aktiivisesti myös itse vaikuttaa toiminnan sisältöihin.

Annika Hyttinen toimii Joensuun Setlementin Tyttöjen Tuvan ja Isosisarustoiminnan koordinaattorina. Annika sukelsi setlementtityöhön syksyllä 2013 ja vaikutti toiminnan tärkeitä arvoista. Isosisarustoiminnassa Annikaa innostavat aidot kohtaamiset sekä läsnäolevan aikuisen merkitys ja toiminnan vaikuttavuus lasten ja nuorten elämässä.



ISOSISARUSKURSSI

Vapaaehtoisen opas on materiaali sinulle, joka olet tulossa vapaaehtoiseksi Isosisarus-toimintaan. Isosisarus on aikuinen kaveri ja

arjen tuki peruskouluikäiselle lapselle tai nuorelle. Oppaasta löydät tietoa Isosisarustoiminnan taustasta, periaatteista ja käytänteistä. Isosisarus-toiminnan maailmaa avataan sinulle erilaisin tehtävin ja harjoituksin, joita tehdään yhdessä Isosisaruskurssilla ja joita voit tehdä myös itsenäisesti. Isosisarustoiminta on setlementtiliikkeessä luotu malli, joka pyrkii edistämään lasten ja nuorten hyvinvointia ja toimijuutta sukupuolisensitiivisesti. Tämä opas on luotu Ahjolan Setlementin, Luotolan Nuorten, Joensuun Setlementin sekä Suomen Setlementtiliiton yhteistyönä.



ISBN 978-952-7141-27-4
ISSN 1456-2936