

# Askel eteen –harjoitus

**Askel eteen** on osallistava draamaharjoitus, jossa osallistujat astuvat hetkeksi toisen ihmiseen asemaan ja pohtivat heille esitettyjä väitteitä tämän roolin kautta. Askel eteen –harjoitus on kehitetty lapsille ja nuorille suunnatusta draamaharjoituksesta, jossa käsitellään sosiaalista oikeudenmukaisuutta. Harjoitus kehitettiin sosiaalista esteettömyyttä käsittelevää koulutusta varten Kinaporin monipuoliseen palvelukeskukseen lokakuussa 2016, yhteistyössä Jade II -projektin (osallisuutta ja hyvinvointia ikääntyville maahanmuuttajille), Eläkeläiset ry:n monikulttuurisen toiminnan ja Seta ry:n Yhdenvertainen vanhuus II -projektin kanssa. Harjoituksen taustalla vaikuttavat ajatukset:

- Kielitaito ei ole este palvelukeskuksen toimintaan osallistumiselle
- Osallistavan ilmapiirin luominen tapahtuu yhdessä johdon, työntekijöiden ja vapaaehtoisten voimin
- Osaan käyttää palveluita ja pystyn käyttämään palveluita ovat kaksi eri asiaa, joita emme aina tiedosta

**Kesto:** 30-40min

**Kohderyhmä:** Vanhustyön ammattilaiset, opiskelijat ja vapaaehtoiset sekä sosiaali- ja terveysalan henkilökunta ja alan oppilaitokset.

**Osallistujamäärä:** 10-30 hlö (roolikortteja on 15 kpl). Huomioi, että harjoitukseen tarvitaan tarpeeksi liikkumatilaa. Varaa sopivan suuruinen tila suhteessa osallistujamäärään. **Roolikortit** (16 kpl) tulostetaan ja leikataan valmiiksi.

## Harjoituksen alustus ja virittäytyminen:

1. Osallistujille jaetaan roolikortit, joihin he tutustuvat ensin itsenäisesti. Heille kerrotaan, että pian he astuvat tämän henkilön saappaisiin ja ohjaaja antaa yhteisesti ohjeita, joita tulee kuunnella ja noudattaa. Osallistujan ei tarvitse kertoa muille, mitä omassa kortissa lukee, eikä hänen täydy esittää tätä henkilöä. Harjoituksen tavoitteena on vastata esitettyihin väitteisiin roolihenkilön näkökulmasta, eikä rekvisiittaa tarvita. Kaikkiin ohjaajan esittämiin kysymyksiin, ei välttämättä löydy vastausta roolikortista, mutta tällöin osallistuja voi itse päättää/kuvitella, millaista roolihenkilön elämä on tai on ollut menneisyydessä.
2. Seuraavaksi osallistujia pyydetään astumaan roolihenkilön saappaisiin ja kävelemään tilassa vapaasti. Heitä pyydetään miettimään vastauksia kysymyksiin:
  - Millainen sinun nuoruutesi oli?
  - Missä sinä asuit? Kenen kanssa asuit?
  - Millaista siellä oli (talvisin/kesäisin)?
3. Seuraavaksi ohjaaja kertoo, että tullaan muistelusta takaisin nykyhetkeen ja että kaikki osallistujat asuvat tänään Suomessa. Osallistujia pyydetään pohtimaan, millaista heidän elämänsä on nykyhetkenä Suomessa ja vastaamaan mielessään kysymyksiin:
  - Missä sinä asut nyt? Kenen kanssa sinä asut?
  - Millainen perhe sinulla on? Asutko perheesi kanssa?
  - Mitä sinä harrastat? Missä paikoissa sinä vietät aikaa?

*(Ohjaajan tulee esittää kohdan 2 ja 3 kysymyksiä rauhalliseen tahtiin, jotta osallistujat ehtivät miettimään elämää roolihenkilön kautta. Tarvittaessa osan kysymyksistä voi jättää pois.)*

## Väittämät:

Osallistujia pyydetään nyt asettumaan riviin huoneen toiseen päähän. Heidät ohjeistetaan ottamaan yksi askel eteenpäin, mikäli ohjaajan seuraavaksi lukema väittämä pitää omalla (*eli roolihenkilön*) kohdalla paikkansa. Harjoituksessa ei ole oikeita tai vääriä vastauksia, vaan jokainen miettii itsekseen, mikä on hänen mielestään tilanteessa oikea toimintatapa, ottaa askel vai olla ottamatta. *(Tässä kohtaa on usein hyvä nopeasti demonstroida oikea askeleen mitta ja muistuttaa, että "kyllä" = askel eteenpäin ja "ei" = henkilö pysyy paikallaan.)*

## Väittämät:

1. Olen tyytyväinen elämääni tässä hetkessä
2. Voin tehdä elämässäni, sitä mitä haluan
3. Osaan etsiä tietoa iäkkäiden palveluista ja harrastuksista internetistä
4. Voin vieraila lastenlasteni luona
5. Voin halutessani lomailla eläkeläisten suosimissa kohteissa
6. Taloudellisesti elämäni on ollut tasapainoista ja vaivatonta
7. Koen, että kieltäni, kulttuuriani ja uskontoani arvostetaan tässä yhteiskunnassa
8. Minulta kysytään mielipiteitäni ja saan sanoa ne ääneen
9. Voin vaikuttaa omaa elämääni koskeviin asioihin
10. Minun ei tarvitse pelätä tulevani häirityksi kadulla
11. Osaan käyttää iäkkäille tarjolla olevia palveluja
12. Pystyn vaivattomasti osallistumaan palvelukeskuksen toimintaan
13. Minun ei tarvitse pelätä lasteni ja lastenlasteni tulevaisuuden puolesta
14. Voin seurustella ja avioitua vapaasti rakastamani ihmisen kanssa
15. Tiedän varmuudella, mihin tulen haudatuksi
16. En ole koskaan kokenut syrjintää taustani takia

## Haastattelu roolissa oleville osallistujille:

Kun väittämät on luettu ja osallistujat ovat ottaneet askeleita, pyydetään heitä jäämään hetkeksi paikoilleen ja katselemaan ympärilleen ja havainnoimaan, kuinka on itse sijoittuneena tilaan suhteessa muihin osallistujiin. Osallistujia pyydetään pohtimaan, ottiko hän mielestään enemmän vai vähemmän askelia kuin toiset.

Seuraavaksi ohjaaja kiertää tilassa haastattelemassa roolihenkilöitä. Hän voi kysyä esimerkiksi seuraavia kysymyksiä:

- Kertoisitko meille, kuka sinä olet?
- Voisitko kertoa meille, millaista sinun arkesi on? Onko sinulla jotain haasteita arjessasi?
- Miltä sinusta tuntui, kun muut ottivat askelia enemmän kuin sinä? / Miltä tuntui ottaa enemmän askelia kuin jotkut toiset?

*(Ohjaaja voi kysyä myös muita syventäviä kysymyksiä, mutta on tärkeintä, että osallistujat saavat kuulla näkökulmia eri puolilta tilaa. Ohjaaja ei voi juurikaan kontrolloida, mitä osallistujat itsestään eli roolihenkilöstä kertovat. Tavoite on kannustaa tässäkin puhumaan roolihenkilön suulla, eli ei vielä ääneen pohtia omaa henkilökohtaista suhtautumista asiaan.)*

## Harjoituksen purkaminen:

Pyydetään osallistujia tulemaan yhteiseen ympyrään niin, että kaikki näkevät toisensa. Tässä kohtaa osallistujia pyydetään astumaan roolista ulos (*Esim. ravisteluin, sanomalla yhteen ääneen oma nimi piirin keskelle*). Tässä vaiheessa ohjaaja voi kiittää osallistujia rooliin menemisestä ja harjoituksen tekemisestä. Tämän jälkeen ohjaaja haastattelee koko ryhmää yhteisillä kysymyksillä:

### Kysymykset osallistujille:

- Oliko rooliin meneminen sinulle helppoa vai vaikeaa? Miksi?
- Miltä eteenpäin astuminen tai astumatta jättäminen tuntui?
- Mikä ohjaajan esittämistä väittämistä jäi sinulle parhaiten mieleen? Miksi?
- Mainittiinko roolikortissa puoliso sukupuoli?

### Kysymykset yleisölle (ja osallistujille):

- Kertooko harjoitus jotain suomalaisesta yhteiskunnasta? Entä asenteistamme?
- Onko ilmapiiri yhteiskunnassamme sellainen, jossa on helppoa olla taustaltaan erilainen?
- Millaisia askeleita yhteiskunnassa pitäisi ottaa, jotta ihmiset olisivat keskenään tasa-arvoisempia?
- Mikä saa teidät tuntemaan olonne tervetulleeksi ja arvostetuksi palvelukeskukseen?

### **Herra Li 68v.**

Puhut äidinkielenäsi mandariiniikiinaa, suomea osaat muutamia sanoja. Harrastat laulamista ja huolehdit kahdesta lapsenlapsesta arkisin kun omat, jo aikuiset, lapsesi ovat töissä. Sinulla on diabetes, mutta et ole käynyt Suomessa ollessasi lääkärissä. Käyt lääkärissä matkustaessasi Kiinaan kotiseudulle noin kerran vuodessa.

### **Neiti lidnurm 70v.**

Ymmärrät suomea, puhut äidinkielenäsi viron kieltä. Pidät käsitöistä ja käyt kerran kuukaudessa kotiseudulla Virossa, jossa autat sukulaisrouvaa kodinaskareissa sekä toistuvasti myös rahallisesti. Haluaisit käydä laulamassa kuorossa.

### **Rouva Allahyari 60v.**

Olet kotoisin Iranista ja puhut äidinkielenäsi persiaa. Olet työskennellyt Suomessa opettajana 15 vuoden ajan. Nyt olet sairaseläkkeellä reumasairauden vuoksi. Haluaisit harrastaa hyvinvointiasi tukevaa lempeää liikuntaa, mutta et ole löytänyt sopivaa ryhmää, johon lähteä mukaan. Osaat suomen kieltä sujuvasti. Iän myötä kaipuusi takaisin kotimaahan on voimistunut.

### **Rouva Mohamud 58v.**

Olet eronnut miehestäsi ja lapsesi asuvat perheineen Ruotsissa ja Norjassa. Puhut somalinkieltä ja yksittäisiä sanoja suomea. Olet luku- ja kirjoitustaidoton, mutta osaat käyttää Skypeä soittaessasi perheellesi. Käyt aktiivisesti palvelukeskuksen toiminnassa, esim. keskustelukerhossa ja kuntosalilla. Haluaisit harrastaa vesiliikuntaa. Olet hakenut kaksi kertaa Suomen kansalaisuutta, mutta saanut kielteisen päätöksen kielitaitovaatimuksen vuoksi.

### **Herra Warsame 75v.**

Asut vaimosi kanssa kerrostaloasunnossa. Sinulla on muistivaikeuksia arkisissa asioissa. Olet asunut Suomessa 13 vuotta ja pärjännyt suomen kielellä kohtalaisesti, mutta viime aikoina asiat ovat alkaneet mennä sekaisin. Haluaisit tietää, mitä sinulle tulevaisuudessa tapahtuu, muttet tiedä mistä saisit apua. Perheesi on huolissaan sinusta. Kotimaassasi työskentelit rikostutkijoina. Noudatat islamin rukousaikoja ja ruokavaliota.

### **Rouva Orlova 65v.**

Puhut suomen ja venäjän kieltä. Pidät viljelypalstaa, jossa kasvatat sipuleita. Hoidat sinusta riippuvaista muistisairasta 89-vuotiasta äitiäsi. Et voi jättää äitiäsi kenenkään muun hoivattavaksi. Haluaisit nauttia teatterista ja konserteista. Saat takuueläkettä, mutta et omaishoidon tukea (et ole tietoinen, miten voit hakea omaishoidon tukea).

### **Herra Bahrooz 71v.**

Olet korkeasti koulutettu (Moskovan yliopisto) ja työskennellyt kotimaassasi Afganistanissa johtotehtävissä. Jouduit Taliban- ääriiirikkeen vangiksi kotimaassasi, mutta syytä tähän et tiedä. Usean vuoden pakomatkan jälkeen pääsit viimein Suomeen turvaan. Haluaisit elää Suomessa rauhallista elämää ja toivot lastesi pääsevän elämässään eteenpäin ja saavan hyvän koulutuksen.

### **Herra Maung 74v.**

Olet kotoisin Burmasta ja asut vaimosi kanssa lähiössä. Et puhu suomen kieltä ja vain muutamia sanoja englantia. Kommunikoit sukulaistytön välityksellä. Käyt vertaisryhmässä, jossa järjestetään monipuolista toimintaa. Toiveesi on päästä joskus takaisin kotimaahan ja tulla haudatuksi sinne. Teet vaimosi kanssa kävelyretkiä lähiluontoon.

### **Herra Johansson 87v.**

Nautit liikunnasta, mutta sinulla on iän myötä heikentynyt tasapaino, ja rankka liikunta huimaa sinua. Sinulla on myös kuulo-ongelmia. Olet eronnut puolisosasi jo tovi sitten ja haluaisit löytää uuden sielunystävän rinnallesi jakamaan arkisia iloja. Puhut äidinkielenäsi ruotsia, mutta ymmärrät jokseenkin myös suomea.

### **Neiti Lehtinen 78v.**

Sinulla on vakava sydänsairaus ja korkea verenpaine. Liikkumisen apuvälineenä käytät rollaattoria. Elämäkumppanisi Liisa ei asu palvelutalossa, mutta osallistuu mielellään samoihin vapaaehtoisten ohjaamiin ryhmätoimintoihin kanssasi. Erityisesti tiistaisin järjestettävät tanssit ovat teille rakas yhteinen harrastus.

### **Herra Mäkelä, 97v.**

Olet sotaveteraani ja liikut pyörätuolilla, koska oikea jalkasi on amputoitu. Et ole koskaan mennyt naimisiin, mutta sinulla on ollut muutama seurustelukumppani elämäsi aikana. Olet yksinäinen ja kaipaat jutteluseuraa. Asut melko lähellä palvelukeskusta, mutta tarvitset saattajan, jotta pääset sinne.

### **Herra Virtanen 65v.**

Asut yksin kaupungin keskustassa. Toisinaan haluat pukeutua naisten vaatteisiin, toisinaan miesten. Haluaisit tutustua ikäisiisi ihmisiin, jotka asuvat kanssasi samalla alueella. Nautit luonnossa liikkumisesta ja harrastaisit mielelläsi useita erilaisia asioita, mutta et ole varma, voitko olla oma itsesi palvelukeskuksen järjestämässä ryhmätoiminnassa.

### **Rouva Lundberg 73v.**

Olet käyttänyt romanssia nuoruudestasi (18-vuotiaasta) asti ja painavasta hameesta johtuen sinulla on vanhemmalla iällä ilmaantunut lonkkakipu ja käveleminen on muuttunut hankalasti. Et keskustele mielellään kehoon liittyvistä asioista. Harrastat laulamista.

### **Herra Luostarinen 62v.**

Olet aloittanut sukupuolen korjausprosessin jäätyäsi eläkkeelle 58-vuotiaana hoitajan työstä. Asut yksin ja sinulla on kaksi aikuista lasta nuoruuden liitostasi. Toinen lapsistasi ei ole sinuun enää yhteydessä, koska pitää tilannetta liian hämmentävänä perheelleen. Olet kuitenkin tekemisissä toisen lapsesi ja lastenlastesi kanssa. Harrastat akvarellimaalausta.

### **Herra Isberg 80v.**

Asut vaimosi kanssa rivitalossa, mutta haluaisitte muuttaa palveluasuntoon. Olette käyneet tutustumassa kahteen sopivaan asuntoon, mutta vaimosi on kokenut henkilökunnan taholta ennakkoluuloista käytöstä ja syrjintää, joten olet epävarma, pystyttekö palvelutalossa noudattamaan romanikulttuuriin kuuluvia tapoja. Olet aina pitänyt kalastamisesta, mutta sittemmin luontoon lähteminen on vaikeutunut ylipainon vuoksi.

### **Rouva Romanova, 84v.**

Olet kotoisin entisen Neuvostoliiton alueelta ja asunut Suomessa 23 vuotta. Olet jäänyt leskeksi hiljattain. Sinulla on alkava muistisairaus, joka on heikentänyt suomen kielen taitoasi. Venäjä sujuu edelleen hyvin. Olet innokas käsityöharrastaja, mutta haluaisit oppia uutta ja samalla opettaa muille omia villasukkan varren neulemalleja.