

# IO2 – Integraatioresurssien työkalupakki

Käsikirja – Kuinka päästä  
mukaan uuteen yhteisöön



**exemplar**

Young Migrant Integration Leaders

## Vertaisohjaaja käsikirja

Tämän lyhyen käsikirjan tarkoitus on auttaa sinua, vertaisohjaaja, käyttämään Integraatioresurssien työkalupakin tarjoamia digitaalisia resursseja nuorten maahanmuuttajien kanssa yhteisössäsi. Tämän lyhyen oppaan avulla kerromme sinulle hieman taustatietoa digitaalisissa resursseissa läpikäytävistä aiheista, jonka jälkeen tarjoamme ohjausta niiden jälkeiseen harjoitukseen, jonka voit tehdä paikallisen verkostosi nuorten kanssa. Tähän käsikirjaan sisällytetty harjoitus edistää heidän ymmärrystään digitaalisten resurssien hahmottelemasta aiheesta. Joissakin tapauksissa, joissa ryhmäkeskustelu on toimivampi tapa, opastamme sinua sellaisen järjestämisessä, ja tarjoamme joitain keskustelunaiheita ja kysymyksiä, jotka voit esitellä paikallisen ryhmäsi nuorille.

Tämän käsikirjan aihe liittyy digitaaliseen resurssiin – **Kuinka päästä mukaan uuteen yhteisöön**

### Johdanto aiheeseen

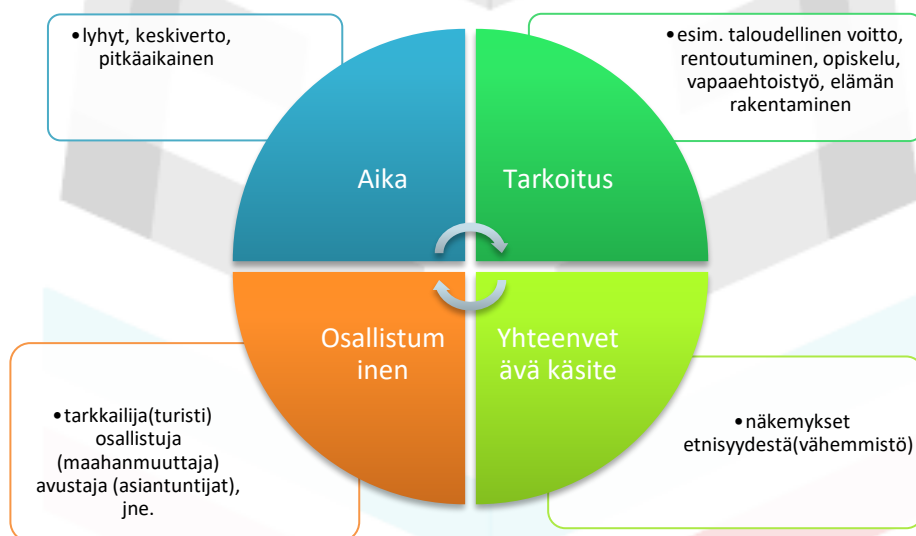
Tämän digitaalisen resurssin tavoitteena on rohkaista nuoria pohtimaan omaa integraatiotaan ja jakamaan tarinoitaan siitä, miten he kokevat integraationsa vastaanottavaan yhteisöön onnistuneen. Digitaalisen resurssin tavoitteena on myös rohkaista nuoria aktivoitumaan vastaanottavassa yhteisössään vapaaehtoistyön ja muun kansalaistoiminnan kautta.

Matkustamisesta on tullut osa ihmisten jokapäiväistä elämää; globalisoituneessa maailmassa kansainvälinen turismi ja opinto- tai työmatkat ulkomaille ovat tavallisia. Kulttuurikontakti vaatii kuitenkin ihmisiltä aivan erilaista psykologista ja kulttuurista osallistumista sen mukaan, minkä tyyppisestä kulttuuriin syventymisestä on kyse:

- **Turistit:** pinnallinen, lyhytkestoinen syventyminen uuteen kulttuuriin ilman sitoutumista;
- **Lyhytaikaiset vierailijat:** kohtuullinen kulttuurikontakti joko toistuvien, lyhyiden vierailujen tai keskivertoa pidemmän oleskelun myötä, joka voi liittyä työhön, opintoihin, vapaaehtoistyöhön jne., kuitenkin ilman vakavaa sitoutumista;

- **Maahanmuuttajat:** määrittelemättömän kestoinen pitkäaikainen oleskelu, joka vaatii vakavaa sitoutumista;
- **Pakolaiset:** määrittelemättömän kestoinen pitkäaikainen oleskelu, joka vaatii vakavaa sitoutumista.

Neljällä muuttujalla on avainasema uusien tulokkaiden integraatiomotivaatioon ja -strategiaan vaikuttamisessa, sekä siinä, miten kulttuuriin syventyminen tapahtuu uudessa kulttuurissa. (Ward et al., 2001) Esimerkiksi oletus siitä, että tulee palaamaan lähtömaahan jossakin vaiheessa alentaa vastaanottavaan maahan sitoutumista.



**Kuvio 1. Kulttuurikontaktin neljä ulottuvuutta. "Kulttuurikontaktipiirakka"**

**Kulttuuriin syventyminen** on voimakas 'matka', joka vaikuttaa yksilön hyvinvointiin, tietoisuuteen itsestä ja etniseen identiteettiin. (Brochner, 1982). Vaatii ehdottomasti aikaa, että oppii sukeltamaan uuden kulttuurin todellisuuden "avovesissä", ja mitä syvemmälle sukeltaa, sitä enemmän aikaa se vie. **Akkulturaatioprosessi** tarkoittaa prosessia, jossa opitaan selviämään uudessa ja laajalti tuntemattomassa kulttuurissa (Taft, 1977, s. 122; Dow, 2011).

Juurtuminen uuteen kulttuuriin on merkittävä ja elämää muuttava tapahtuma, johon kuuluu aivan uudenlaisia muutoksia ja uusia kulttuurien välisiä kontakteja. Akkulturaatioprosessi johtaa välttämättömästi jonkinasteiseen **kulttuurishokkiin** jokaisessa sen läpikäyvässä henkilössä. Kulttuurishokki viittaa 'masennukseen ja

ahdistukseen, jota moni kokee matkustaessaan tai muuttaessaan johonkin sosiaaliseen ja kulttuuriseen ympäristöön pitkäaikaisesti.' (Oberg, 1960).

**Akkulturaatioprosessi** ei ole helppo, eikä se ole kenenkään vältettävissä; kuitenkin prosessin ja sen vaiheiden ymmärtäminen voi auttaa sinua hyväksymään haasteen ja elämään sen kanssa. Maahanmuuttajat voivat tuntea, etteivät ole yksin tuntemustensa kanssa, ja tietävät, että se mitä he kokevat, on normaalia. He voivat jakaa kokemuksensa, puhua niistä, eikä heidän tarvitse pelätä asiaa.

Seuraavassa luettelossa opastamme sinut päävaiheiden läpi, jotta voit sitten jakaa nämä vaiheet ryhmäsi nuorten kanssa. Huomaa, että tämä on vain yleisluontoinen kuvaus; muista, että kaikki ovat yksilöitä. Yksilöiden välillä voi olla suuriakin eroja riippuen kulttuurikontaktin asteesta, yksilön persoonallisuudesta, menneisyyden kokemuksista, kulttuurisesta taustasta, sosiaalisesta statuksesta, jne. Jotkut ihmiset käyvät kaikki vaiheet lävitse kuin sääntöjen mukaan; toiset taas saattavat jättää jonkin vaiheen väliin, tai käyttävät enemmän tai vähemmän aikaa jonkin vaiheen läpikäymiseen kuin tavallisesti.

1. **Kuherruskuukausi – euforia ja innokas hyväksyminen:** saapuessa kaikki vaikuttaa kiinnostavalta ja uudelta. Olet utelias uusia asioita kohtaan ja täynnä motivaatiota oppia ja havaita uusia asioita. Mukanaolosi vastaanottavassa kulttuurissa on vielä pinnallista (kuin turistilla), minkä vuoksi huomaat yhteneväisyyksiä ja eroja uuden ja vanhan kulttuurin välillä. Tässä vaiheessa useimmat ihmiset tuntevat olevansa täynnä energiaa, positiivisia, valmiita yhteistyöhön ja selviytymään mistä vain.
2. **Kulttuurishokki – turhautuminen ja vihamielisyys:** uutuudenviehätys alkaa haihtua ja alat huomata uuden kulttuurin pimeämmän puolen, jota et ole havainnut aiemmin. Ihmisistä tulee herkempiä, ja pienet ongelmat saattavat tuntua katastrofeilta. Epävarmuuden, avuttomuuden, turhautumisen ja huonon itsetunnon tuntemukset ovat tavallisia. Kärsit koti-ikävästä; kaipaavat tuttuja ihmisiä ja asioita – ja mikä pahinta, olet kuullut, että sää kotikaupungissasi on aivan mahtava. Kommunikointi ja itseilmaisu aiheuttaa vaikeuksia, ja sinulla on taipumus vetäytyä avautumisen sijaan. Tässä vaiheessa on tavallista tuntea, että vastaanottavan

maan kansalaiset ovat kylmiä, tavoittamattomissa, snobimaisia, ja näin ollen hakeudut mieluummin muiden maahanmuuttajien seuraan.

3. **Mielipaha ja kritiikki:** tämä vaihe ei välttämättä ole oikea vaihe, vaan enemmänkin asiantila. On mahdollista, ettet missään vaiheessa koe sitä, tai vain huomaat sen välillä asenteessasi edetessäsi kulttuurishokista kohti sopeutumista. Ollessasi tässä tilassa, sinulla on taipumus nähdä kaikki kriittisesti; mikään ei ole hyvää, eikä kukaan ole tarpeeksi ystävällinen. Huomaa, että tämä on osa prosessia, ja on parasta muistuttaa itselleen, että tämä on vain haastava vaihe, jonka yli pitää päästä; olet vieraana uudessa kulttuurissa. Yritä vastustaa halua valittaa kaikesta paikallisille, sillä saatat samalla karkottaa jonkin potentiaalisen ystävän.
4. **Vähittäinen sopeutuminen – huumori:** päästessäsi tähän vaiheeseen alat tuntea olosi tutummaksi uuden kulttuurin ja sen ”logiikan” kanssa. Orientaatio helpottuu, tunnet olosi mukavammaksi ja vähemmän eristyneeksi. Todennäköisesti huomaat, että edellisen vaiheen negatiivisuus on johtunut suurimmaksi osaksi akkulturaation aiheuttamista vaikeuksista; voit myös tunnustaa, että uuden kulttuurin jotkin osat voivat olla jopa parempia kuin kotikulttuurin. On kuitenkin normaalia yhä kokea ohimeneviä ylä- ja alamäkiä. Helpottaa paljon, kun huumorintajusi palaa ja pystyt nauramaan asioille (ja jopa itsellesi), jotka aikaisemmin vain ärsyttivät sinua.
5. **Mukautuminen ja ‘kotoisa olo’:** ”uusi” kulttuuri ei ole enää uusi, vaan alkaa tuntua kotoisalta. Olet saavuttanut tietyn mukavuuden tason, olet päässyt sosiaalisiin ympyröihin (ystävät, kollegat) ja alat nauttia uusista elämäkokemuksista. Erot kotikulttuuriin eivät vaikuta sinuun enää niin negatiivisesti ja pystyt elämään ja työskentelemään taas täyttää potentiaaliasi hyödyntäen. Tässä vaiheessa saatat tuntea itsesi menestyneeksi ja ylpeäksi, anna itsesi tuntea niin!

Tämän resurssin käyttäminen ryhmän kanssa

Tämän resurssin käyttämiseksi paikallisen ryhmäsi nuorten kanssa, suosittelemme, että aloitat esittelemällä aiheen ryhmäsi ihmisille. Valmistellaksesi sanomisesi, sinun

tulisi ensin itse katsoa digitaalinen resurssi, ja sen jälkeen tehdä yhteenveto tämän käsikirjan mainitsemista avainasioista.

Tämän jälkeen sinun tulisi kehottaa kaikkia ryhmäsi nuoria katsomaan digitaalinen resurssi. Mikäli sinulla ei ole käytettävissä videotykkiä ja valkokangasta, voit pyytää tovereitasi kirjautumaan sisään EXEMPLAR projektin nettisivuille: [www.exemplars.eu](http://www.exemplars.eu) ja tutustumaan digitaaliseen resurssiin älypuhelimillaan, tableteillaan tai muilla laitteilla.

Kun kaikki ryhmässä ovat katsoneet videoresurssin, sinun tulisi aloittaa kysymällä heiltä:

1. Mitä mieltä olit videoresurssista?
2. Mitä opit siitä? Opitko jotakin uutta?
3. Millä tavoin tämä resurssi oli sinusta hyödyllinen, ja miksi?

## Jatkoharjoitus

Varmistettuasi, että kaikki ryhmäsi nuoret ovat nähneet digitaalisen resurssin ja osallistuneet keskusteluun, voit seuraavaksi esitellä tämän lyhyen aktiviteetin, joka auttaa heitä yhdistämään digitaalisesta resurssista oppimansa omiin elämiinsä tai tilanteisiinsa.

**Harjoituksen nimi:** Oman kulttuurikontaktipiirakkasi luominen

**Ajankäyttö:** Tämän harjoituksen tekemiseen menee 40 minuuttia – mutta ryhmäläiset voivat tehdä harjoituksen myös omalla ajallaan, mikäli heillä ei ole aikaa tehdä sitä osana ryhmätyöskentelyä.

**Materiaalit:** tätä harjoitusta varten sinun tulisi tarjota seuraavat materiaalit:

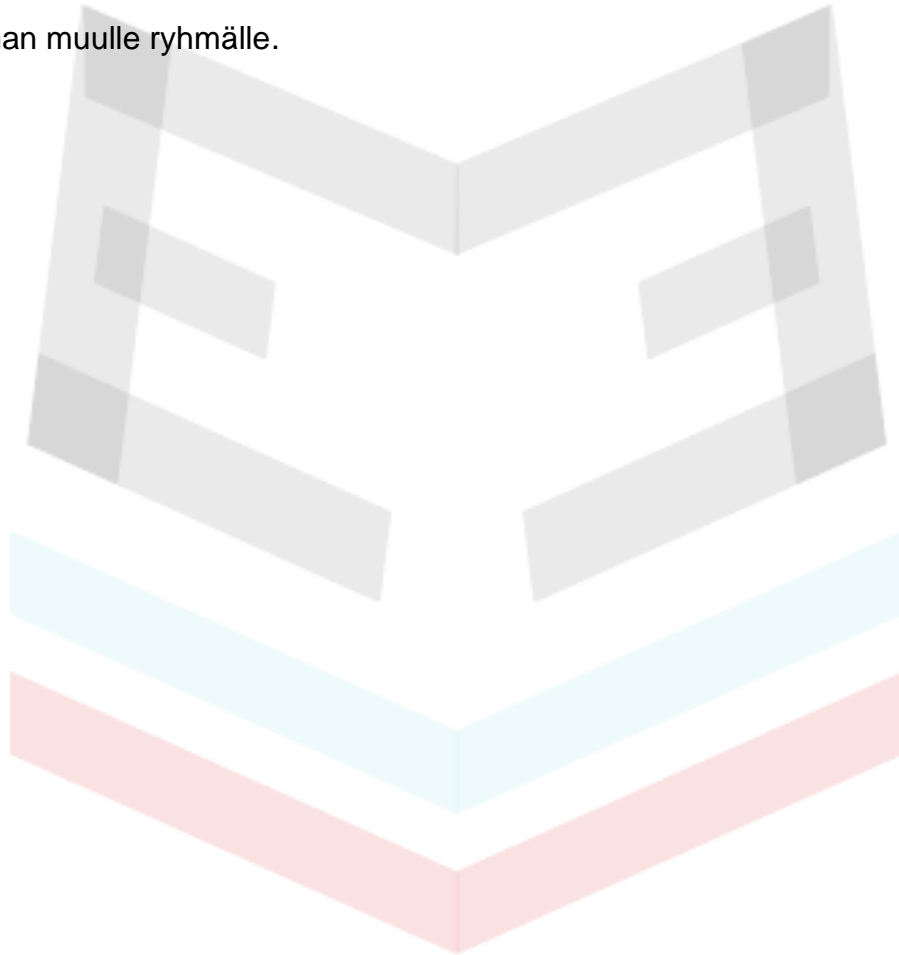
- Muistiinpanovälineet kaikille nuorille
- Kopiot harjoitusmonisteesta (mikäli mahdollista)

Koska työskentelet vapaaehtoisena eikä sinulla ole käytettävissä budjettia materiaaleja varten, sinun kannattaa ottaa yhteyttä paikalliseen yhteisökeskukseen, paikallishallintoon, tai jopa lähestyä paikallisia yrityksiä, ja selvittää, olisivatko he halukkaita lahjoittamaan joitakin tarvikkeita, jotta voisit suorittaa tämän harjoituksen vertaisryhmäsi kanssa. He saattavat voida auttaa sinua myös tulosteiden kanssa!

### Harjoituksen kuvaus:

- Aloite esittelemällä ryhmälle kulttuurikontaktipiirakan käsittelemät neljä osaluuetta. Näihin lukeutuvat:
  - Aika (lyhyt, keskipitkä tai pitkäaikainen oleskelu);
  - Osallistuminen (tarkkailija, oppija, osallistuja, jne.);
  - Tarkoitus (vapaa-aika, taloudellinen voitto, ammatillinen tai henkilökohtainen kehitys, aloilleen asettuminen, jne.);
  - Yhteenvetävä käsite (näkemykset henkilön etnisyydestä ulkomailla).
- Kun olet esitellyt nämä neljä elementtiä, anna kaikille ryhmäsi nuorille kopio Kulttuurikontaktipiirakkamonisteesta, ja pyydä heitä täydentämään se omilla tiedoillaan.
- Esimerkiksi:
  - Ensimmäiseen neljännekseen heidän tulisi kirjoittaa ajasta, jonka ovat olleet vastaanottavassa yhteisössä sekä siitä, millainen ajanjakso heidän on tarkoitus viettää täällä.
  - Toisessa neljänneksessä he kertovat mukanaolonsa asteesta vastaanottavassa yhteisössä – ovatko he tarkkailijoita, vai ovatko he kenties aktiivisesti mukana paikallisissa aktiviteeteissa, kuten osallistujat.
  - Kolmanteen neljännekseen pyydä heitä listaamaan tarkoituksensa vastaanottavassa yhteisössä – tämä voi liittyä myös heidän tavoitteisiinsa – ovatko he täällä esimerkiksi koulun tai työn takia tms.
  - Viimeiseen neljännekseen heidän tulisi lisätä avainsanoja kuvaamaan sitä, miltä heistä tuntuu heidän oman integraationsa edistyminen, ja miten he arvelevat, että heidän etninen taustansa nähdään ja otetaan vastaan vastaanottavassa yhteisössä.

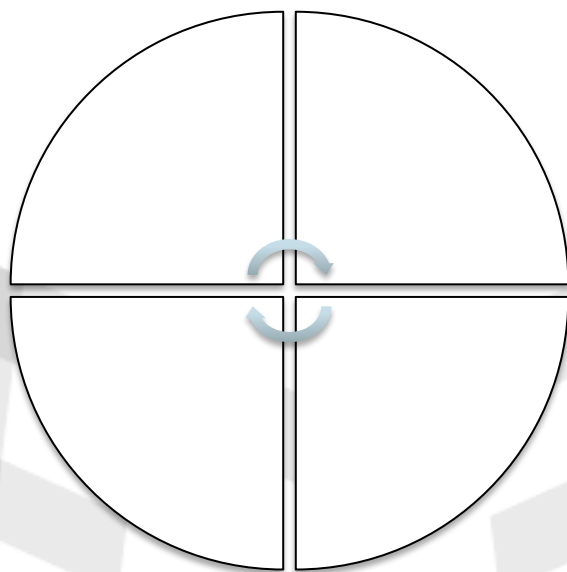
- Selitettyäsi näiden eri elementtien tarkoitukset, anna ryhmäsi luoda omat kulttuurikontaktipiirakkansa!
- Rohkaise heitä käyttämään eri värejä heidän täydentäessään piirakkaansa, käyttäen myös avainsanoja kuvaamaan heidän kokemustaan vieraassa maassa.
- Kun kaikki ovat täydentäneet piirakkansa, heitä kehoitetaan kertomaan siitä hieman muulle ryhmälle.



exemplar



## Harjoitusmoniste:



Huomioita ”Kulttuurikontaktiirakastani”:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

exemplar





# exemplar

Young Migrant Integration Leaders

INNEO



JUGEND- &  
KULTURPROJEKT EV.



HUBKARELIA

The Rural  
Hub

SUSTAINABLE EDUCATION  
SEAL  
CYPRUS  
ACTIVE LEARNING



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Project Number: 2018-1-DE02-KA204-005035