

Videoharjoitus: Nuorten mielen hyvinvointi Malawissa ja Suomessa

Kuvaus

Tässä harjoituksessa tutustutaan kahden Malawissa asuvan nuoren ajatuksiin mielen hyvinvoinnista. Videolla nuoret pohtivat mielen hyvinvointiin vaikuttavia asioita ja nuorten vaikuttamisen tapoja nuortenryhmissä Malawissa. Harjoituksessa pohditaan haasteiden syitä ja seurauksia, nuorten kokemuksia sekä vaikuttamisen tapoja.

Kesto: 20 min. Sekä työskentelyyn että purkuun voi käyttää enemmänkin aikaa.

Ryhmäkoko: Sopii kaiken kokoisille ryhmille.

Ikäsuositus: Yläkoulu ja toinen aste.

Miten sä voit? on Taksvärkin kampanja 2025–2026: www.taksvarkki.fi/kampanja2025

Tavoite

- Syventyä käsittelemään mielen hyvinvointia ja siihen liittyviä vaikuttamisen tapoja.
- Huomioida globaaleja näkökulmia, kuten nuorten samanlaisia ja erilaisia kokemuksia Malawissa ja Suomessa.
- Hahmottaa mielen hyvinvoinnin laaja-alaisuutta ja nuorten haasteiden juurisyitä Malawissa.
- Muodostaa ja jakaa näkökulmia pareittain, kirjoittaa ydinasioita paperille ja halutessaan osallistua keskusteluun.

Ohje

Avaa esitys ja video valmiiksi. Tarkista, että videon näyttäminen, äänentoisto ja tekstitys toimivat. YouTube:n tekstityksen saa päälle klikkaamalla valkoista ruutua videon oikeasta alareunasta. Kun klikkaat Tekstitykset-kohdasta rataskuvaketta, voit vaihtaa tekstityksen kieltä (suomi, ruotsi, englanti tai selkokieli) sekä säätää kirjainten kokoa ja taustaväriä. Selkokieli löytyy nimellä 'aimara', sillä YouTuben kielivalikossa ei vielä ole selkokielen paikkaa.

Näytä ja lue ääneen oppilaille harjoituksen ohje. Katsokaa sitten video. Videon jälkeen näytä ja lue ääneen kysymykset sekä peukkuäänestyksen ohje. Jaa juttelun aikana jokaiselle parille muistiinpanojen tekemistä varten paperia ja kynä. Näytä ja lue ääneen kysymykset a–c. Pura harjoitus juttelemalla koko ryhmän kesken yksi kysymys kerrallaan niin, että kuka tahansa voi vastata.

Vaihtoehtoja toteutukseen:

Harjoituksen voi toteuttaa myös pienryhmissä.

Tarvikkeet

- Video: linkki videoon YouTubessa: youtu.be/qfi80SNJ2IM
- Powerpoint-esitys: [ppt-tiedosto](#), löydät tiedoston myös osoitteesta www.taksvarkki.fi/kampanja2025/oppitunnille
- Paperia ja kyniä

Tietoa videosta:

Video on kuvattu Salimassa, Malawissa, hankematalla syksyllä 2024. Videolla esiintyy CYECE-järjestön nuortenryhmissäjäsenenä olevia nuoria. CYECE (*Centre for Youth Empowerment and Civic Education*) on Taksvärkki ry:n kumppanijärjestö, jonka työtä Taksvärkki tukee mm. Taksvärkki-keräyksen tuotoilla. Lue lisää yhteistyöstä:

www.taksvarkki.fi/kehitysyhteisty/kehitysyhteistyohankkeet.

Harjoituksen ohje oppilaille (sama kuin esityksessä)

Videoharjoitus: Nuorten mielen hyvinvointi Malawissa ja Suomessa

Seuraavaksi katsomme videon. Siinä kaksi nuorta kertoo nuorten mielen hyvinvointiin liittyvistä haasteista ja vaikuttamisen tavoista nuortenryhmissä. Nuorten nimet ovat Wilford ja Sumiya. He asuvat Saliman alueella, Malawissa. Videon katsomisen jälkeen juttelemme pareittain.

Aloituskysymykset: Juttele vierustoverin kanssa.

Mitä ajatuksia videosta heräsi? Mikä jäi päällimmäisenä mieleen?

Peukkuäänestys: Oletko samaa vai eri mieltä? Näytä mielipiteesi peukulla.

Wilford sanoo videolla: "Tykkään tehdä kotitöitä, kuten pihatöitä, tiskata astioita ja käydä torilla ruokaostoksilla."

Sumiya sanoo videolla: "Kun nuori salailee asioita, hän kärsii kovasti."

- Jos on aikaa, voitte keskustella tällaisista kysymyksistä:

- Miten Wilfordin kommentti liittyy mielen hyvinvointiin?
- Sumiya kannustaa kertomaan kavereille tai luotettaville aikuisille, jos on jotain mielen päällä. Nuoret eivät aina halua tai osaa kertoa kenellekään, jos voivat huonosti. Mistä tämä voi johtua?
- Sumiya tuo esille myös tärkeän asian vääryyksien raportoimisesta: Minne voi ilmoittaa asiasta, jos on kokenut väkivaltaa, jonka on aiheuttanut esim. vanhempi, ystävä tai opettaja? On tärkeää muistaa kertoa tarvittaessa myös viranomaisille, kuten poliisille.

Jutelkaa pareittain. Kirjoittakaa paperille pari ydinasiaa jokaiseen kysymykseen:

a) Miten mielen hyvinvointiin liittyvät **haasteet näkyvät** nuorten elämässä Malawissa?

Ovatko haasteet samanlaisia kuin Suomessa?

b) Mistä mielen hyvinvoinnin haasteet nuorten mukaan **johtuvat**?

c) Miten nuoret **toimivat** sen puolesta, että mielen hyvinvointi vahvistuisi Malawissa?

Mikä näistä keinoista voisi mielestäsi toimia myös omassa koulussasi?

- Vastaukset voivat olla lyhyitä. Tärkeintä on kirjoittaa muistiin joitain ydinasioita.

Ajatuksia purkuun

Ajatuksia ja lisäkysymyksiä peukkuäänestyksen purkuun:

- Wilfordin kommentista äänestäminen voi olla melko hupaisaa.
- Kommentti kuitenkin liittyy hyvinvointiin. Kotityöt ovat tärkeä osa arjen taitoja. Ne voivat vahvistaa mielen hyvinvointia ja tunnetta siitä, että toimii osana yhteisöä.

Mikä heikentää nuorten mielen hyvinvointia?

Nuortenryhmät ovat nostaneet teeman esille Taksvärkissä ja CYECE:ssä. Malawissa ei nuorten mukaan juuri puhuta mielen hyvinvoinnista. Nuoret haluavat tähän muutosta ja vaikuttavat omissa kyläyhteisöissään. Malawissa ja Suomessa nuorten kokemus on, että monet nuoret voivat huonosti. Mielen hyvinvoinnista ei puhuta tarpeeksi ja aikuiset myös vähättelevät asiaa.

- Vastauksissa voi tulla esiin seuraavia asioita (suoraan videolta):

a) + b) haasteet ja niiden syyt

- mielen hyvinvoinnista ei puhuta, nuoret eivät kerro huolistaan
- mielen hyvinvoinnin haasteet näkyvät ystävistä eristäytymisenä tai koulunkäynnin lopettamisena
- syrjintä
- opettajien negatiiviset kommentit
- ei varaa koulumaksuihin, mikä aiheuttaa stressiä
- perheväkivalta
- nuorten tyttöjen suunnittelemattomat raskaudet

c) mielen hyvinvoinnin vahvistamisen keinot

- ystävien kanssa ajan viettäminen
- mielen hyvinvoinnin haasteista puhuminen ystävien kanssa
- nuortenryhmät puhuvat tapahtumissa, kuten juhlissa tai kirkossa, jolloin jaetaan tietoa muille nuorille
- nuortenryhmälle voi ilmoittaa esim. stressistä tai väkivallasta
- nuortenryhmä juttelee ja ohjaa nuoria elämässä ja järjestää nuorille yhteistä toimintaa
- aikuisten ja yhteisöjen johtajien olisi tärkeää puhua mielen hyvinvoinnista julkisesti ja esimerkiksi vanhemmille, jotta he osaisivat puhua lapsilleen

Esityksen dioille on lisätty myös listat, jotka sisältävät malawilaisten ja suomalaisten nuorten listaamia syitä ja ratkaisuja.

Tässä on joitain Saliman nuorten kertomia syitä:

- Syrjintä
- Puhumattomuus
- Hankalat kotiolot, pakkoavioliitto
- Köyhyys
- HIV/AIDS

Tässä on joitain suomalaisen Challengers-ryhmän nuorten kertomia syitä:

- Syrjintä, kiusaaminen
- Puhumattomuus
- Hankalat kotiolot
- Paineet: yhteiskunta, koulu, some
- Ilmastonmuutos

- Eroja on luonnollisesti juurisyissä, koska on erilaiset maat, yhteiskunnat ja kulttuurit.
- Saliman nuorten vastauksissa näkyy, että ryhmän nuoret ovat maaseudulta ja köyhistä perheistä, osa on koulupudokkaita. Lasten koulutuskulujen kattaminen on haastavaa köyhille perheille, joissa korostuu myös lasten ja nuorten merkitys työvoimana.
- Malawin ja Suomen vastauksissa on myös yhteistä, kuten syrjintä ja hankala kotitilanne. Videolla mainittiin myös mm. aikuisten tuen puute.
- Saliman nuoret listasivat myös: köyhyyteen liittyen ruuan puute eikä mahdollisuutta maksaa koulumaksuja. Ei-toivottu raskaus. Negatiiviset kommentit opettajalta. Hankaliin kotioloihin liittyen vanhempien kuolema ja hyväksikäyttö.
- Challengers-nuoret listasivat myös: Häirintä. Epävarmuus tulevaisuudesta. Isojen valintojen tekeminen.

Miten haasteita voisi nuorten mielestä ratkaista?

Nuortenryhmät ovat nostaneet teeman esille Taksvärkissä ja CYECE:ssä. Ratkaisuissa on paljon yhteistä. Nuorten toiveita: 1) turvallisia tiloja olla ja puhua, 2) aikuisten on kuultava nuoria päätöksenteossa, 3) riittävästi mielenterveyden palveluita, tietoa ja tukea.

Tässä on joitain Saliman nuorten kertomia ratkaisuja:

- Puhuminen ja rukoulu
- Ammattiapu
- Nuortenryhmät
- Musiikki, urheilu, elokuvat

Tässä on joitain suomalaisen Challengers-ryhmän nuorten kertomia ratkaisuja:

- Puhuminen ja myötätunto
- Ammattiapu (parempi saatavuus)
- Vähemmän paineita

- Läheiset ja lemmikit

- Malawilaisten ja suomalaisten nuorten ratkaisuisissa on paljon yhteistä.
- Challengers-nuoret listasivat myös: Ongelmien kohtaaminen, avoimuus ja tietoisuus. Vapaus ottaa aikaa, valita ja kokeilla. Rutiinit.

Harjoituksen sisältö ja esitys: Eeva Kemppainen. Kampanjan visuaalinen ilme: Vilma Kartano ja Pamela Aranen. Kuvat: Harison Nkhoma, CYECE. Tekijänoikeudet: Taksvärkki ry (2025). Materiaalia saa kopioida, välittää, levittää ja esittää ei-kaupallisessa käytössä. Lähde mainittava. Materiaaleja ei saa muokata ilman lupaa. www.taksvarkki.fi



Tuettu Suomen
kehitysyhteistyövaroin